



よつば会だより

2025年7月号

発行：毎月1回

尾道こころネットよつば会事務局

尾道市 栗原町 5083-1

TEL 0848-23-8755

6月22日に、「おのみち語り工房」の月例会に行ってきました。よつば会だより6月号に書いたオープンダイアログへの理解を深める試みとして、見よう見まねでも構わないから対話実践を仲間内でやってみようということをおのみち語り工房の河原さんと話し合うことが目的でした。しかし、河原さんは、「私が倉敷に行って学びを続けることで学習を深めたい」と、対話実践をやってみることに乗り気ではありませんでした。私がやってみることも考えましたが、耳の聞えが悪いことと記憶力の低下で、できそうにありません。よって、オープンダイアログに関してよつば会だよりに書くことは当分お預けにします。



「親が変われば子も変わる」

～「I Love You」の心で向きあいましょう～



「みんなねっと」誌5月号の「読者のページ みんなの(輪)」投書欄に、高森信子さんの講演会を取り上げた投書がありました。高森さんのことは、著書「あなたの力が家族を変える」の内容紹介や、「みんなねっと」誌・「こころの元気+」誌への寄稿記事を、何度かよつば会だよりに書いてきました。最近では、よつば会だより令和5年3月号に、高森さんが投稿記事の中で、41年前に左耳の聴力を失っていて、音の音源がわからない、複数の人の会話は聞き取れない、にぎやかな席は苦手、マイクの声や高音での早口の話が聞き取れないなどの状況があると書いていることをお伝えしました。この高森さんの耳の状況は、すべて私も毎日苦痛に感じていることでした。高森さんの記事を読んで、「私と一緒に」という思いと同時に、「高森さんがこのような耳の状況でありながら、講演などの活動をずっと続けておられる。私も頑張らねば」という刺激を受けました。

その高森さんの講演が今年1月に沖縄で行われて参加したという投書でした。投書されたのは80代のお母さんです。この方は2人の統合失調症の子供を抱えていて、「毎日が不安な状態で、どうすれば治るのか、どうあればよいかとわらをも掴む思いで糸口の見えない状況に、不安と焦りしかありませんでした」と書いています。そして、現状として、「娘は病状もよくなり、A型就業で働き、年金と合わせて独り立ちができ、頑張っています」と書いています。一方の息子さんは「40歳になりましたが、人とのコミュニケーションが苦手で、デイケア、作業所にもつながることができず、親と同居しています。薬の服用も忘れず守っておりますが、幻聴、妄想に苦しむ時があり、死ぬ・殺される・親が誰かに取られてしまうと騒ぎ、なだめるのがむづかしく、疲れ果てることもあります。週1回の訪問看護で支えられています」と、介護から抜け出せない状況を述べられていました。そんな状況の中で高森さんの講演会に参加したのですが、その感想を次のように述べています。

「親が変われば子も変わる」「あなたの力が家族を変える」。愛の力でこの病は治すことができます。家族は常に寄り添う心で「I Love You」の手法で向きあいましょうと、ユーモアをまじえての講演でした。病気の方は、さみしき、孤立、不安の中、常に愛を求めています。家族は現在位置を理解し、常に寄り添い、受け入れることが愛の力ですと熱意を込めて話され、「I Love You」が理解できました。高齢になられても遠く沖縄まで支援してくださる愛の深さに感謝して投稿いたしました。

この、「I Love You」の話などは、高森さんの著書「あなたの力が家族を変える」を読んでいただくか、高森さんの講演を聞いてもらうと、その意味を理解することができるでしょう。2005年3月第一版第一刷発行の著書ですが、何回読んでも新たに教えられる著書です。久しぶりに高森さんの名前を目にして、いまだに頑張っておられるのだな、すばらしいという思いになり、「よつば会だより」の記事にしました。

6月の活動報告

01日 家族教室 (市民センターむかいしま)

08日 当事者との交流会 (サロンよつば)

7月の活動予定

06日(日) 家族教室 (市民センターむかいしま)

13日(日) 当事者との交流会 (サロンよつば)





～心に温かさややすらぎを感じさせる支援～ 「みんなねっと」誌の記事になれば



「みんなねっと」誌6月号に、9月6日に京都市で開催される「みんなねっと全国大会」のプログラムが掲載されていました。今年の全国大会のテーマは、「**精神保健福祉の未来を描く～家族ほっこりまるごと支援を目指して**」でした。家族まるごと支援と打ち出していることに、家族会の高齢化が進む中で、当事者のみならず家族への支援も大きな課題となってきたことを思わせました。そこに、「ほっこり」という京都弁らしき言葉が添えられています。その言葉にどのような意味合いを込めているのかがわからなくて、「ほっこり」を辞書で調べてみると、「もともと京都弁で、**疲れた状態を表す言葉としても使われていました。現在では、特に若い世代では、心に温かさや安らぎを感じる状態を表す言葉として広まっています**」とありました。もっと深い意味合いがあるのかもしれませんが、「家族の心に温かさや安らぎを感じさせる支援」と受け止めることができます。

このテーマを受けて、4つの分科会が設けられています。第1分科会「親なきあとをみすえた家族まるごと支援」、第2分科会「なかなか支援につながらない本人と家族のまるごと支援」、第3分科会「精神的にしんどい親と子のまるごと支援～ヤングケアラー」、第4分科会「交通運賃割引の取り組みについて」となっています。第4分科会は大会のテーマからは外れていますが、その他の分科会は大会のテーマに沿った「家族まるごと支援」が取り上げられています。ただし、プログラム案内には「テーマはすべて仮題で変更になる場合があります」という注意書きが添えられていました。

昨年の「みんなねっと全国大会」は北海道でした。大会全体のテーマは「**対話を家族のものに 孤立から支援の輪に中へ～真のつながりを求めて**」で、3つの分科会のテーマは「やってみよう家族の当事者研究」、「本人・家族・支援者のみんなでコミュニケーションしよう～メリデン版訪問家族支援のもたらすもの」、「家族の語りを聞くオープンダイアログ」でした。これらのテーマを見て私は、昨年10月のよつば会だよりに、「いずれも精神医学とは離れたところでの、対話によって精神の病の改善をもたらす働きかけです」と書きました。そして、「大会参加はもうできないが、みんなねっと誌に掲載される大会報告を読んで、全国大会の内容を受け止めよう」として、毎月のみんなねっと誌に目を通していましたが、例年通りの、基調講演・特別講演は「みんなねっと」誌の特集記事として掲載されましたが、分科会の内容の取り上げはありませんでした。そして、今年の4月号に、「オープンダイアログによる対話支援」と題した斎藤環さんの投稿記事が掲載され、6月号にメリデン版家族支援の現在という記事がありましたが、どうやらこれらの記事も北海道大会を受けての記事のようです。しかし、どちらの記事も北海道大会の内容を反映したものとは思えませんでした。

今年の京都全国大会の、「家族ほっこりまるごと支援」も、やはり大会に参加しなければ分科会討議の内容がわからないのだろうかと思われられます。私は尾道市内での2時間程度の会合に参加しても疲れてしまって、家に戻るとバタンキューです。私は85歳ですが、それぐらいの年齢の方で家族会にかかわっていて、そして、全国大会に関心を持っているが会場まで出かける体力がないという方も多くおられるのではないのでしょうか。そのような人に「みんなねっと」誌の記事で、大会の内容をもっと詳しく伝えることができないものかと思っています。そうすることが「家族ほっこりまるごと支援」という大会テーマの意図に沿った営みになるのではと考えます。

今回も、「みんなねっと」誌の京都全国大会の案内を見て、独りよがりに近い私の思いを書いてしまいました。よつば会だより5月号にも「みんなねっと」に対して、「もっと家族を元気づける身近な存在になってもらいたい」と書きました。むなしいささやきかもしれませんが。 (N.T)