

群馬つつじ会だより

発行 平成27年1月1日
群馬県精神障害者家族会
連合会 (群馬つつじ会)
〒371-0843
群馬県前橋市新前橋町13-12
群馬県社会福祉総合センター7F
TEL 027-289-9647
FAX 027-289-9648
E-mail gunmatutuji_k@ybb.ne.jp

第25号



関連機関との「連携」をとろう

～会長に就任して～

つつじ会会長 櫻井 由治



新任の会長職につきまして、8ヶ月を迎えたところです。

家族会は、お互い「支え合い」、病気や制度について「学び」、そして外に対して働きかける「行動」をすることとされます。実際、それを目標に活動してきました。しかし、精神障がい者はやはり、社会保障の底に位置していることを痛感しています。

家族は、当事者の発症した時期から、入退院の繰り返しや、主治医の変更に苦労します。保健所・家族会・土曜学校に学んだり、相談したりしながら、うまくいけば、作業所の通所(地域活動支援センター・就労継続支援B型施設・福祉工場)、また作業所での院外作業・一般就労に向けた就労移行へ通所・一般就労等を経過していくと思われま。

ここで表題に掲げた、「連携」を持つ事の大切さを、家族会員の誰もが気が付いていると感じます。行政・家族会・作業所との関わり合い等を通して、「連携」を進めていくことが重要と思います。

今年度事業としては、第一に、5月に県社会福祉総合センター内に事務所を設置出来たことです。県の行政機関のご指導を頂き、群馬精神障害者社会復帰協議会のご尽力と協力を仰ぎながら、入所(室)出来ましたことに、会員一同、運動・活動の拠点の強化と位置づけ、大変感謝しています。

精神障がいの理解を進めるには、早期発見・治療、また入院者の退院問題・特定秘密保護法(三障害平等の理念)等、問題は山積みです。共に力を出し合って進みましょう。

群馬つつじ会の席が出来ました！ つつじ会副会長 大澤 佳美

昭和61年1月1日に前橋市野中町に群馬県精神衛生センター(現群馬県こころの健康センター)創設されました。本当に喜ばしいことでした。

群馬県中の精神障がい者を抱える悩める家族は、早速昭和62年6月1日にその場所をお借りして家族会、群馬つつじ会を立ち上げました。当時は6家族会でした。

月1度の会合でしたが、家族会員は、自分1人では無いという安堵感を持つ事が出来ました。病気の知識、家族の在り方、行政の精神保健福祉の進捗状況等、少しずつ勉強し、家族会の存在は県下の保健所に広まっていきました。

そんな折、群馬県社会福祉総合センターが、創設されました。しかし、その中に精神障がい者の席はありませんでした。いつか一緒にそこで同等な福祉に預かりたいと、何度もお願いしました。

それが、今年思いの半分ではありますが、願いが叶いました。センターの中の一角の10㎡です。今年度は群馬つつじ会費を値上げし、お陰様で事務員も雇用出来、拠点としての机も置けました。

その場所は、福祉関連の団体との交流や、情報交換、そして、何より家族会員の連絡調整、社会資源作りの場として、活動がスムーズになりました。会員の皆さんの拠点として積極的に有効活用をお願いします。



事務局の様子

『社会生活技能訓練（SST）を活用しての支援』 ～より良い人間関係作りのために～

とかく当事者と家族は大変近い関係にあります。また当事者と作業所職員と接するには理解しにくい点が多いと思われます。今回は、そのコミュニケーションの場に SST (社会生活技能訓練) を活用して、支援の仕方を学び、よりよい人間関係を構築し、当事者が社会的自立を目指せるよう学ぶ機会をもちました。どんな人でもどんな立場でも、人間関係において活用できるスキルです。

* 研修会の概要 *

日時：平成 26 年 9 月 19 日（金）午後 1 時半～4 時

場所：前橋市総合福祉会館 3F 第 1・2 会議室

参加者：作業所 32 名 家族会 37 名

演題『SST（社会生活技能訓練）を生かし、精神障害者を抱える人たちを支援する』

群馬県こころの健康センター所長 浅見 隆康 先生

（先生は、精神科医師として長年勤務され、主宰された家族対象の* "土曜学校" は会員の多くが門をくぐっています。）

<講演>

I 「本人がその気になる」支援

1) 回復の経過

SST の目標は、当事者がそのスキルを身につけ、社会参加を可能にすることである。

課題検討は、現実社会的学習を振り返り、ほめられるという小さな成功体験から、問題点を角度を変えて見られ、対処力が増す。自信を持ち希望を持って、自己コントロール力の回復に結びつけ、さらに、病気と折り合いをつけ、仲間を作ることが出来るようになる。

2) 本人が主体

医療中心の治療から、本人が主体となり、家族の支援が目標。本人の '今出来ているところ' に目を向ける。

3) 回復に関わる人たち

社会資源（居場所・制度・サービス・支援者）の活用。

4) 家族の役割（SST の方法）

問題の対処の仕方：問題提起→同じ経験の人の話を聞く→マイナス面（気がかりな点）とプラス面（好ましい点）の整理

II 「今出来ているところ」を見つける

'出来ているところ' を探し、うまくいっていた時のことも思い出し、さまざまな角度からみて、現状を受け入れる。

目標は、自立して社会生活を営むこと。

本人とその達成に向けて一緒に話し合う。

III 家族への支援を進める

家族への支援は、当事者本人の回復を促進する。

親が変わっていくと子は変わり、子が変われば親も変わる。

その時期がきた時に、距離が置けるか。親にも人生がある。

<グループセッション>

3つのグループに分かれ、各グループ「こころの健康センター」のスタッフ4名の協力を得て、SST が行われた。

感想は次のページに掲載。



講演される浅見隆康先生

※土曜学校：平成8年より、群馬県立精神医療センター・県社会福祉総合センターで月1回、行われている家族の学習の場。 連絡先（0270-62-3311）



グループセッションの様子

「SST を仕事に役立てたい」

合同研修会に参加し、大変勉強になりました。

まず、ご講演は、施設職員として興味深く聞かせて頂きました。家族が、精神障がいをもった子どもとの接し方や目標設定のあり方などを、実際の事例を通じて、お話し頂きました。いかに「問題なところ」と「出来ているところ」を洗い出し、探すことが大事かと痛感いたしました。

また、グループセッションでは、家族の子どもに対しての「子どもをグループホームに入れたいが…」「働かせたいが…」という具体的な悩みを聞かせてもらいました。「グループホーム入居について」を取りあげ、皆で質疑応答、アイデアを出し合って対処法を検討しました。私自身、考えさせられることが多々ありました。

グループセッションの内容は、普段あまり行っていないので、参考になりました。ただ、家族の方は、行政や相談事業所の「社会資源」をもっと有意義に活用すべきだと思いました。

(前橋市地域活動支援センター ひまわり 富永 正人)

「自分を^{ねぎ}勞らうこと」

現職で、まだ日の浅い私ですが、今回の研修は、浅見先生のテーマに沿った細かい説明と、参加されている家族会員の事例に基づき皆で話し合い、SST の必要性を学ぶことが出来ました。

前半の先生のお話しは、家族の方とのやりとりで、プラス面を取り上げ、それを伸ばすという視点を持たれていた事が分かりました。

その後のグループセッションで家族の悩みを聞き、先生を中心に意見交換を行い、さまざまな意見が飛び交うけれども、結論は出ませんでした。そして、最後に先生が「家族一人一人が自らを勞い生きていかないと、相手を勞うことができない」と話されたことが、とても印象に残りました。

この研修で得たことを今後、活かし支援に臨みたいと思います。

(社会福祉法人日輪 あざみ 田島 麻奈)

「ヒントを得、前進！」

初めて、家族会合同研修会に参加しました。SST の概念については承知していましたが、実際に専門家からの講演、グループセッションに接したのは、初めてでした。

私共の最大の目標は、当事者の社会復帰です。それを達成する為の手段としてのSSTは、より柔軟で深く、入念な思考と思いやりが取り入れられているとの思いを深くいたしました。

今まで狭い範囲で悩んでおり、いかに対処法が未熟であり、勉強不足だったかと痛感している次第です。

今回のグループセッションでは、私の悩みを取り上げて頂き、対処法にヒントを得ました。一刻も早く当事者の復帰を望む者にとって、一つの光明を得たような思いをしております。今後もこのような機会に、多くを学んでいく所存です。

そして家族会員も、その考え方、手法を習得して実行していければ、より一層前進できるのではと思いました。

(前橋家族会 あざみ会 後藤 弥)

「SST の有効性を学ぶ」

今回の合同研修会は、私のような未熟な支援施設の指導員には、講演の内容が興味深く、印象に残りました。

当事者が、社会生活を営むための能力の回復を促すには、第三者としてどう関わった方がいいのか、どう支援すればいいのか、そのための方法が事例を交え、分かり易く示され大変勉強になりました。

本人が、作業所に来所している間の発言や行動が、その人物の理解のメイン情報になってしまっていますが、今回のように、家族の方々が悩んだり、失敗しながら共に成長することによって、本人の回復につながっていく事例を知ったのは、これからの仕事の方向性が示され励みになったように感じました。

最後に、私のような支援者はもちろん、家族の方々がSSTを実生活で生かせるよう、ロールプレー体験の機会が増やせる、このような研修会をこれからも続けてもらいたいと思いました。

(高崎市地域活動支援センター こうめ 田中 精二)

= 笑って、語って、つながって、 共に生きる社会をめざそう =

『みんなねっと』石川全国大会

10月16、17日、全国各地から金沢に1,104名が集いました。

「家族の一員と認めたことで、たくさんの事が見え、偏見に苦しんでいた自分が、強く、そして幸せになれた」と夏刈郁子医師の基調講演。

続く記念講演では、「障害のある本人を一番よく知る家族こそが、最も有益な知識の持ち主です」と川崎康弘氏（金沢医科大学精神神経科教授）が論され、新たな希望と勇気をもらいました。

分科会では、「家族会の活性化」部会に出席。家族支援のこと、福祉サービスを使って生活している事例を出し合いました。

この10年、社会基盤の整備は遅々として進まず、社会的入院の解消も計画通りには進んでいません。

家族会員の高齢化、通所者の減少。確かに入院期間の減少、病院での指導が行き届くようになり、家族会が減少していくのは、仕方のない一面です。地域で生活しながらの治療、という今後のあり方から見て、家族会も地域に根ざす必要があります。

国は「障害者の権利に関する条約」を2月19日に批准し、発行しました。しかし、障害者のある人だけで、地域で普通に生きていける訳はありません。

「家族会」が存在することと、その役割の大切さを再認識する大会でした。

次年度の全国大会開催地は福岡県博多です。

（副会長 大澤 佳美）

= 地域で暮らすために今必要なこと =

『みんなねっと』神奈川関東大会

11月28日、横浜市みなとみらい「はまぎんホール」で開催され、3名が出席しました。

伊藤順一郎氏（NPO法人コンボ代表）は「地域精神医療のありかた」について、医療と地域の視点の相違、地域と当事者の立場の違いを述べ、人間中心に見る大切さを易しく話されました。

特に池渕恵美氏（帝京大学精神科主任教授）は、1人暮らしの事例を上げて、家族以外の支援者の関わりから、本人が決断している。家族は愛情を持ちつつ引いていくことが大切である。若い内に社会を経験するよう、あきらめず、当事者のやりたいことを大切に、とのお話でした。

2人が、会場からの質疑応答に答えられた中で、行政や地域と「顔の見える関係」が大事で顔が見えれば、受け入れてくれるとありました。

家族会活動は1歩1歩半歩の歩みですが、「内なる偏見」を取り払わなければ前へ進めません。隠すことより理解してもらうことのほうが大事で、社会に対し公表してこそ地域から理解が得られ共存していけるのではないのでしょうか。それが「顔が見えてくる関係」なのではないかと思えます。

（いずみ会 松岡 やよい）



前群馬つつじ会会長

森下 雄三氏 表彰

一群馬県社会福祉協議会会長賞

平成26年11月20日精神障害者家族会の育成に尽力され、その功績を称えられ、

表彰を受けられました。

お祝いと、感謝を申し上げます。



家族相談会 ～玉村町にて～

第1回家族相談会が、10月24日（金）玉村町保健センターで開催されました。

幸い、前日まで降り続けていた雨も上がり、当日は好天でした。

今回の相談会には、事務局や町の保健所のご尽力による新聞や広報紙掲載の効果で、当日は開催時間前から、相談者が来場。その後も次々と訪れ、応じた受付、接待係は忙しい一日でした。

そして、医師、精神保健福祉士（PSW）、保健師の皆さんは、相談時間内には終わらず、時間延長が多く見られ、熱心に対応して頂きました。

相談者の方も、相談前は不安な表情でしたが、相談後には気持ちが落ち着き、笑顔で帰られる方が多くみられました。

今回は家族会のない玉村町でしたが、町の職員の方の協力で無事終了しました。

当番である私たちのびる会の玉村在の会員や、他の会員もPRに努めました。多くの方との触れあいもあり、この相談会が、家族会設立のきっかけになれば良いと思いました。

第2回家族相談会は、2月に渋川で開催される予定です。

（のびる会 篠原 正美）

＜編集後記＞

「つつじ会だより」作成にあたりご多忙の中原稿をお寄せ下さった皆様、ありがとうございます。

この文中に、「作業所」の語がみえますが、現在は「地域活動支援センター」と呼ばれています。しかし、関係者には「作業所」の語がイメージとして強く、あえてそのままにしました。

また長年の夢であった会の事務局の拠点が出来ました。それと共に、長らく会をサポートして下さった事務局の松本勝代さんが、退職されました。お世話になりました。

（編集委員 吉邑）