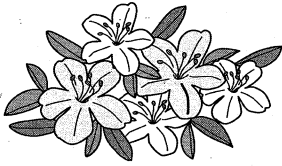


群馬つつじ会だより

発行 令和2年3月2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34号

家族の中に風を入れて…

会長 吉邑 玲子

令和元年12月12日付けの地元新聞の三面には、トップに吉野彰氏(71)「最高です」の見出しの記事。そして、二番目にはアフガニスタン東部で殺害された医師の中村哲氏(73)の「前を向いて歩む」告別式の記事、そして三番目には事件として76歳の「元次官長男刺殺認める」とありました。同じ70歳代で、人生を一生懸命生き、人一倍がんばって仕事をしてきた人たちの生き様、運命の明暗に改めて考えさせられます。

そして、この事件の殺された息子の叫びは、どれ位届いていたでしょうか。SOSを出しても主治医や警察はなかなか動いてくれません。ある医師が「我々は診察の場でしか分からない」と言われたが、それで良いのでしょうか。困っていても「連れてきて下さい」だけですし、それも通常の5分診療では、限られた情報しか伝わりません。

家族会の中では、いつもこんな事件が起きると皆胸が痛み、この事件も他人事ではないの言葉が聞かれます。今回の事件のように、兄弟姉妹への影響も無視出来ません。今年度は初めて、「きょうだいしまいの会」のお話を聞く機会を設け、大変好評でした。幅広く、客観的に自分たち家族のことは大変なことです。いつも申し上げるように、第三者の力を借りましょう。

今や引きこもりなどで、家族の問題を抱えている人たちが61万人いると言います。家族相談から見えることは、家族で抱え込んで振り回されて、周りが見えなくなっている家族が多くいます。家族の中に風を入れ、更に、自分のことだけでなく、社会に目を向け、人の力になれることを目指しましょう。そうすると、いつの間にか仲間も増え、足元も少しずつ変化してきていることに気が付きます。世の中捨てたものでないと、実感出来るでしょう。

2019「関東ブロック大会IN茨城」 参加報告

10月30日、水戸にて「光差し込む明日を目指して」～内なる偏見を捨て生るの声を～のテーマで開催されました。

午前は、「精神疾患を正しく理解するための早期教育の必要性について」を愛知県立大学の山田准教授の基調講演がありました。2022年度から高等学校学習指導要領が10年ぶりに改訂されることに伴い、うつ病・統合失調症・不安症・摂食障害の4疾患の症状や対処法が記載されることになりました。しかし、何故40年前に学習指導要領から記載が廃止されたのか、何故高校1年生だけなのか等疑問が残りました。

午後は、活動報告として「マル福活動に参加して」「こころの健康講座事業について」の発表があり、地元家族会の熱心な活動状況が伝わる内容でした。

(赤津)

表彰おめでとございます！

令和元年11月22日、よつば会の横地ハツエさんが、群馬県社会福祉協議会「社会福祉施設及び団体の役職員功労者表彰」を受賞されました。

群馬県委託事業

「家族会員による家族相談会」を実施して

3年目となる会員による家族相談会は、今年度から年11回開催しています。

実績としては、相談者(22組28人)でしたが、課題としては申し込み者が少ないことです。次年度に向けて、PR方法等の対策を考えたいと思います。また、その他、相談日以外の随時来所者(8組12人)・電話相談(35件)でした。

相談を受ける時は、情報提供はするが、何か「アドバイスをしなければ」と考えないで、相談者の心に寄り添い聴くことに集中する事や相手の境界線を乗越えず、こちらにも乗越えてこないよう対応することが、相手の負担を軽くする事だと思います。

相談を受ける事により、受ける側も学ぶ事を実感した1年でした。

(野沢)

「夜明け前」上映会 (令和元年11月17日 太田市宝泉行政センター)



群馬県と太田市の後援、群馬県事業所連絡会の協賛により、「精神科医療の歴史を知り、学ぶそして行動する」のテーマのもと、精神科医呉秀三のドキュメンタリー映画「夜明け前」の上映会を行いました。

事業所アルカディアのピアサポーターの伊藤時男氏(「精神病棟40年」の著者)は上映前、発病から入院まで、さらに入院中の事から退院までの波乱万丈ともいえる経験をアルカディア職員の井汲真吾さんと共にお話しくださいました。40年の入院というのは正に悲劇ですが今

は楽しく生活され、「諦めず夢を持ち続けてください。」とメッセージを来場者に送られました。

映画「夜明け前」は自宅監置が当たり前だったころ、外国を視察した呉秀三医師は、日本全国の各家庭での精神障がい者の自宅監置の様子を克明に、また愛情をもって記録され、精神科医療の新たな取り組みをされました。

最後に明清会理事長、小暮明彦氏より「未来へ向けて」と題し、病気による生活のしづらさを社会の人に分かってもらうこと。啓発活動の重要性とリカバリーの概念についてのお話がありました。

精神科の治療法は進歩したのでしょうか。たしかに今の方が薬物療法等進んでいます。しかし精神障がい者やその家族の置かれた状況は変わっていない気がします。最近2件の自宅監置の事件がありました。世間の無理解はまだまだあります。私たちは啓発活動を続けていかなければなりません。(岡部)

コラム

「ご家族は抱え込んで苦しまないで！」～ご家族の皆様に望むこと～

群馬県精神障害者社会復帰協議会 理事兼事務局長 上野 勝征

ご家族としての悩み・心配、見通しのもてない不安等を、一人で、あるいはお身内だけで抱え込んで苦しまないでください。少しずつですが現在は、治療・回復に向けて有効な薬、活用できる制度、社会資源、支援に関する知見やスキル等整いつつあります。一方厳しい現実として、当事者であるお子さんもいずれはご家族と別れ、一人で生きて行かなければならない日が必ず訪れます。ご家族が健在なうちから支援者との接点と関わりを持たせていただき、将来的には本人が程よく支援者や支援機関の力を借りながらも、単身自立生活が送れる力、を身に着けてもらえるような支援をと思っています。事実、ちょうど程よく適した立ち位置にあるのが私たち支援者です。ところがこの役割を担おうとご家族が頑張りすぎてしまうと、かえって距離・関係性が近すぎる、想いが強すぎるがゆえに、その弊害として、甘え、抵抗、反発等が起こりうまくいかなくなりやすいものです。

是非とも「かわいい子には旅をさせろ」のことわざ通り、私たちに支援者に、遠慮せずもっとたくさん頼ってください。

そして、我が国が入院医療中心や診察室医療サービス中心をあらため、患者・利用者中心、そして訪問型の支援・医療サービスが主流となり、同時に地域生活において24時間365日困ったときに、いつでも専門家や支援者に相談できるような手厚い支援体制を構築していくことが急務と考えています。しかし、これらの実現に向けては、私たち支援者側だけの力では限界があり、やはり皆様の声・力が絶対的に必要不可欠です。皆様方の生の声、本音をもっとたくさん聞かせてください。私ども群精社協は、つつじ会様とともに手を携えながら、共生社会の実現を本腰を入れて取り組んでいきたいと思ひます。

つつじ会リーダー研修会、普及・啓発講座（令和2年2月7日）

テーマ「今 出来る事を考える」

午前の部(リーダー研修会)

前半は、群馬県障害政策課長から「障害者福祉制度の変遷・サービスの概要等」の説明がありました。

この一年、精神科医呉秀三の存在を知り、100年の間に福祉制度の格段の向上は実感しているところですが、その恩恵を受けつつ当事者が地域で暮らす方向へ今、政策の舵は切られております。要となる自立支援法・障害者プランは、今後地域包括ケアシステムの形をとって必要な支援の中で当事者は生きていく事になると思います。

後半は、町田氏の“親なき後について”の講演は、残される兄弟姉妹が親にしておいて欲しい事を、2点にまとめた話でした。

つながれる人づくりとエンディングノートの作成です。本人の支援者や場所、遺産相続の事、兄弟、姉妹の役割を明確化しておき、残される兄弟、姉妹や配偶者だけに委ねず、親の責任で準備してほしい等の具体的な内容でした。

アンケートからも、「ほんやりしてはられない」「今出来る書面作りから始めたい」との感想が多くありました。(T)



午後の部(普及・啓発講座)

絶望から希望へ…親亡き後、当事者の弟と向き合った4年間 ～互いに依存的自立を目指して～

講師 前橋あざみ会 坂本恵美子氏

午後の会場は、100人以上(会員59名一般47名)の出席者で、大盛況でした。

精神保健福祉士として支援者でもある坂本氏が、突然の親亡き後に「孤立」してしまった、精神疾患の弟さんと向き合った4年間のなかで、当事者の辛さと思いが、姉の思いとの違いに気づき変化していく体験からのお話でした。家族会に入会されて、「兄弟姉妹会」と「当事者の集い」を立



ち上げたいとの、坂本氏のあつい思いを役員会で聞いた事を良く覚えています。当事者が希望を持ちつづけ、困った時に安心して声をあげる事が出来て、地域で当たり前の生活ができること。家族は当事者を病人にしないで、ほど良い距離感の関係を保ちながら「互いに依存的自立」を目指していくこと。親とは異なるきょうだいの立場からの貴重なお話でした。

アンケートの結果からも、家族のことをありのままにお話し頂き感謝するとの声が多くありました。「今出来る事は何か」を考え、語り合う事の大切さに気付く講演でした。(N)

◎ 家族会紹介 ◎



安中地区精神障害者家族会(プラムの会)

平成15年にプラムの会を発足し、プラム作業所も開設。平成18年には、安中地域支援センター(ヌアリーベ)の存続の危機があり、プラム作業所と安中地域支援センター(ヌアリーベ)と協力して安中市民2,171名分の署名簿を安中市長に提出しました。

現在は、作業所もB型となり安中市の年間行事には、家族会も一緒にバザー出店し、パンフレット等で啓蒙活動も行なえるようになりました。

作業所とバスハイクの交流会もありますが、勤めている親とは会う機会も少なく家族会員も増えていません。しかし、つつじ会の「家族会のご案内」でプラムの会の連絡先をみて電話相談があり、支援センターに紹介することもあります。また、昨今のテレビ報道の家庭内暴力事件等は、他人事とは思えません。私も20年前、息子の発症時に悩み「こころの健康センター」へ電話相談し、息子は入院後落ち着き、現在は作業所に毎日通っています。

発症時、家族が早めに気軽に電話相談できる今、つつじ会員の活動はとても重要と思います。

(会長 倉林)

家族の日々の思い

わたらせ虹の会 M・S

娘が生まれた頃は「発達障害」という障害は知られていませんでした。私は、子育てがうまく出来ず、娘は成長すると二次障害からうつ病になりました。そして、19歳の時、発達障害の診断を受け、あれから10年近くたちます。あの日、私はもうこの子を普通になしようと頑張らなくていいんだ、今のままこの子を受け入れていいんだ、と分かり心から安堵しました。

長い間、娘を苦しめてしまった自責の念は消えないけれど、今はこれからどうしたいか、どうしたらいいのか、それを考えて試行錯誤する日々になりました。いろんな勉強会に参加する都度に学びがあり、日々いろんな事がありますが、それらをきっかけにして少しでも娘と信頼関係を作れたらいいのかなど。

今も娘も気づかなかった特性を知る事があります。娘は、自分の事を出来損ないと言うことがあります。私には普通の人と話すより面白いと思うことがたくさんあり、そんな娘の良いところを、本人が認め、そして第三者の理解してもらえ人が増えていったらと願っています。

賛助会員を募集しています

群馬県精神障害者家族会連合会では、この会の活動にご賛同いただける一般の方、関係機関の方などへ、賛助会員としての入会を呼び掛けています。

ぜひ当会の活動にご理解いただき、たくさんの方が、ご協力くださいますようお願いいたします。

なお、賛助会費は、一口2,000円からお受けいたしております。お問い合わせは群馬つつじ会事務局までお願いいたします。専用の振込用紙をお送りいたします。

活動内容はホームページをご覧ください。
(<https://gunmatutuji-kai.jimdo.com>)

賛助会費一口2,000円

賛助会員のご紹介(順不同・敬称略) 3月6日現在

【団体】 ゆずりは会・上毛病院・つつじメンタルホスピタル・ワークプラザ虹・利根中央病院・橘会・社会福祉法人あざ美会・ぐんま障害者地域生活支援システム研究会・高柳会赤城病院・群馬県精神保健福祉士会

【個人】 福田正人・長谷川憲一・小林タミ江・藤岡一雄・山本新四郎・浅田均

ご協力ありがとうございました。

お知らせ

第34回群馬つつじ会総会

令和2年度「第34回群馬つつじ会総会」を、5月24日(日)群馬県社会福祉総合センターにて開催予定です。皆様の参加をお待ちしています。

「群馬つつじ会文庫」で学びましょう

昨年度の上毛新聞愛の募金の一部で文庫を開設、整備し、今まで事務局に眠っていた専門誌や、家族支援・相談事業・年金・行政報告、雑誌「こころの元気+」等を回覧しています。ご活用下さい。

< 編集後記 >

寒い季節が過ぎ、梅の花が咲き、もうすぐ桜の開花の季節になりました。今回も、いろいろな方に原稿をお願いして、出来上がりました。これからも、たくさんの方に関わっていただき、情報の共有に努めたいと思っています。(野沢)

この「つつじ会だより」は、上毛新聞愛の募金の配分金によって、発行されています