

群馬つつじ会だより

発行 令和4年9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39号

家族会活動の今後について

会長 吉邑 玲子

令和4年度のみんなねっと(全国組織)の総会が、6月15日リモートで開催されました。群馬県連からは、会長、副会長の2名が出席しました。

その詳細は『みんなねっと誌』に譲るとして、改めて気付いたことを述べてみます。

岡田理事長から、国への会議で制度の改正への動きなど、前向きな期待もありました。また令和2年度には「精神科医療に対する提言」(下記参照)を発表、昨年3年度は福祉に対する提言が出されています。提言については、全国からも多数意見が寄せられ、群馬県連でも話し合いました。現在、理事会で改めて勉強する時間を設けています。

そして、意見交換では、全国都道府県連の参加で、単会の衰退、役員の高齢化、と異口同音に現状困窮が訴えられました。しかし、「家族会は地域資源として必要である」の意見を前提に、家族会が作業所を運営していた時代から脱して、仕事を持つ人も参加出来る体制を作り、支援者も取り込むこと。みんなねっととサロンのような通信機器を使い、若い人を取り込む…と活発な意見交換となりました。嘆くばかりでなく、賛助会員を呼び掛けたり、単会のあり方の確認や、出来ることをするという事だと思われれます。

特に、役員の高齢化については、群馬つつじ会では、今年度から理事会のあり方を工夫しています。“合理的配慮”と外に向かって言う私たちです。理事会において、お互いの身体的老化、マスクの弊害を考慮。「大きな声で、しっかり発言し、要点を簡潔に」を呼びかけ、座席の配慮や、資料も読みやすくを心掛けています。基本的なことですが、これらによりお互いの意思の疎通を図り、有意義な時間とすることを目指しています。



吉邑会長

みんなねっとと精神科医療への提言

◇誰もが安心してかかりたいと思える精神科医療の実現◇

こころの病気は特別な人がかかるものでなく、誰でもがかかる可能性のある病気です。

1. 市民のメンタルヘルスケアの充実
2. 精神科医療の一般化の実現
3. 薬物治療とともに心理社会的支援が当たり前に向けられる方向への転換
4. 当事者の視点を大切に精神科治療へ

また、長期的展望に立ち、実現を目指すこととして「入院治療から地域医療への転換を」実施していくために、メンタルヘルスの責任を持つセンターの設置や、本人の意思に反した強制的な入院制度によらない体制づくりのため、「強制的入院のあり方を問い、医療保護入院の廃止」を求めています。(野沢)

5月14日(土)、県社会福祉総合センター大ホールにおきまして、2年続いた書面総会からようやく元の対面のリアル総会が開催出来、総勢会員45名の出席を得ました。ご協力ありがとうございました。

会長挨拶では、会員の困りごとが、県や国への要望となっていることを改めてお知らせし、精神科特例の問題点を申し上げました。そして、SOSを出して第三者の力を借りること、周囲へのカミングアウトで味方を多く持つこともお願い致しました。

来賓には、コロナの関係があり、県の障害政策課長高橋淳様と障害保健室長斎藤猛様をお迎え致しました。お二人のご祝辞は、家族会への理解と精神障害者への施策の前向きな思いをお話頂きました。

会の活動報告は、事業について細かい説明があり会員への理解が深まったと思われます。また、今回初の試みとしてミニ講演会を持ち、副会長岡部典行氏の分かりやすいお話が好評でした。

例年、県精神保健福祉協会と合同で総会の日を設定していますが、コロナ禍でリモートが入り、変則的な形となっています。今回も盛沢山のプログラムとなり、今後の課題となっています。



総会来賓の御挨拶



会長挨拶

「私の歩み」

ひまわりの会 岡部 典行



講演をする岡部氏

今年度の群馬つつじ会総会においてミニ講演会で体験を話しましたが、いかがでしたでしょうか。

私がお話しした通り「強迫性障害」「うつ病」「適応障害」を経験いたしました。そういった障害(病気)で悩み苦しんでいる多くの方々と接することが出来ました。その方々が助けてくれました。お礼を言いたいです。

こんな障害(病気)にはならない方がいいのです。ですが貴重な体験をしました。

ミニ講演会を聴いて

岡部さんは、大学卒業後、教師になりましたが、20歳後半の時、強迫性障害に襲われました。教師として、最も活躍できるこの時期、さぞ、苦しく失意の日々だったのではないかと思います。

突然ある日、落ちていた紙が気になり、何度も見たり、周囲を回ってしまったり、床の切り込みの四角の形が目に入り、足を一步踏み出せなくなったりした事など、具体的に話しをして下さいました。

病気のために、休職し、森田療法を受けるべく、紹介された病院に入院しました。そこで、再起をかけて懸命に励まれている姿に、思わず、熱い気持ちになりました。(ポプラの会 会員)

「家族による家族学習会」 担当者養成研修会を実施

7月14日(県総合福祉センター701会議室)

当事者を抱える家族同士のピア活動として「家族による家族学習会」が今、全国的な広がりを見せています。県内家族会でも実施を視野に入れ、中心となる担当者の養成研修をみんなねっとから講師の方4名をお迎えして実施しました。



研修話し合い



研修講師

一日の中で理論やロールプレイも有りど盛りだくさんな内容でしたが、初めての試みに地域家族会からの参加者は、白熱した中にも真剣に取り組む姿が印象的でした。

平成19年から支援者や専門職、家族会の方々が協力してマニュアルの改訂を重ね、現在のテキストが出来上がりました。学習会ではその「上手な対処今日から明日へ」を読み合わせながら進める形を取っています。この学習の目的は正しい知識を学び、家族同士の支えあいの場を得、孤立感を軽減することです。担当家族と参加家族双方が共に元気になること、家族だからこそできる家族支援です。そんな学習会を実施するには少なからず課題はありますが、実現に向けて一歩ずつ進められればと思います。

(担当・高橋)

「家族による家族学習会」 担当者養成研修会に参加して

この学習会がめざす、「家族が元気になる」ための輪を広げてゆくため、5名のみんなねっとの企画委員会のメンバーの参加を得て、まる1日かけて実践さながらの研修会でした。この研修会で心に残ったことは、『家族研修会で最も大切にしている事は、家族の体験的知識をたくさん共有すること』でした。

1クールの学習会は同じメンバーで5回という高いハードルではありますが、先に海外でも活発に実践され成果がでていているというこの学習会が、ぜひ県全体に広まり、孤立しがちな家族が元気になる一助になればと思いました。

(M.N)



表彰おめでとうございます！

令和3年度 群馬県精神福祉協会特別功労表彰 あおぞら会 岡野行男 さん

長年にわたり障害者、家族を支え、家族会役員として多くの功績を残され感謝申し上げます。

◎ 家族会紹介 ◎

めだかの学校

「めだかの学校」は、今年4月、群馬つつじ会に加わりました。

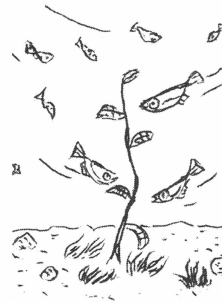
会員は、県内様々な市町村から集まり、名称は、会員の中から提案されました。会を重ねるごとに参加者が増え、6月現在、14名です。親子の関係、兄弟の立場でも参加し、駅近くの県総合福祉センターの場で、毎月第3土曜の10時から集まっています。

主な活動及び目的は、「精神障害を持つ仲間が親睦を深め、共有する課題を話し合ったり、学び合う」ことです。

発足して3か月、会員の表情や心情にも変化がみられ、最初の頃の緊張感、控え気味の発言から、積極的な発言、明るい表情が多くみられるようになりました。

会員の言葉に「私たち、みんな役員の意識を持ちましょう」があり、心強く感じています。

(めだかの学校長 齋藤 等)



家族の日々の思い

ひまわりの会 会員

5年前の夏の暑い日、息子は統合失調症を発症しました。この文章を書きながらも、脳(心)がズーンとなります。13年間、うつ病と診断されていたので、その時は「何が起きたのか！」当惑しました。それまで、かかさず治療を受け、積極的に病気と向き合ってきた本人にとって、とまどいは計り知れないものでした。

現在、私は家族会とつながり、情報をいただいたり、勉強会に参加したり、息子も社会資源を利用できていることは幸いです。しかし、本人の生きづらさ、将来の不安を軽減することは、なかなか困難です。病気の原因、症状、治療の未確定さを私が考えても仕方ないことですが、モヤモヤしています。訳もなく？体調の波が来ては去っていく。波に巻き込まれず、うまく付き合えれば良いのですが…。

人と自然の恵みをありがたく受けつつ、無理をせず、今日一日出来ることを丁寧にやっていたらと思います。

近い将来、チーム医療と福祉の連携で、地域包括ケアシステムが実現すると助かります。

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)

【団体】 山脈・大島病院・下横町メンタルクリニック・群馬病院・西毛病院・プラム・あづま会・ほればれ・松本印刷工業・あざ美会・ワークプラザ虹・華蔵寺クリニック・はたおと・日輪・ステップone ミサト・群馬県精神保健福祉士会・リカバリーカレッジあんなか・ぐんま障害者地域生活支援システム研究会・上之原病院・利根中央病院・土曜学校・もの木・上毛病院・プライム・サンピエール病院

【個人】 小淵良子・小川早苗・長谷川憲一・花岡 操・小此木久美子・小淵潤一・萬谷高文・小川一夫・佐藤浩司・福田正人・藤岡一雄・杉木由美子・山本新二郎・田島貞子・岩崎祥子・山口 智伊勢田 堯

【匿名】 1名

*ご協力ありがとうございました。

2022年の群馬つつじ会の今後の事業

- ・9月27日(火)
講演会「みんなねっとの相談からみえること」
野村忠良氏
- ・10月13日・14日(木・金)
みんなねっと全国大会(於広島)
- ・11月17日(木)
リーダー研修会「今出来る事を考えるパート2」
- ・2月28日(火) 研修会(未定)
- ・個別相談会：9月3日・10月1日・11月5日
12月3日・1月7日・2月11日・3月4日

< 編集後記 >

今年は、コロナ禍に加え、6月から猛暑が続くなど、群馬つつじ会の事業にも影響が出ないかと心配がありました。しかし、会員の皆様のご協力をいただき、実施できたと思っています。今後もご協力お願い致します。

(S)