



# 浜家連 ニュース 9月号

第217号

平成30(2018)年9月1日発行

発行人 特定非営利活動法人 横浜市精神障害者家族連合会  
事務局 〒222-0035 横浜市港北区鳥山町 1752 番地  
障害者スポーツ文化センター 横浜ラポール3階  
電話 045(548)4816・FAX 045(548)4836  
URL <http://hamakaren.jp/>

## 地域共生社会の実現に向けた取組みについて

副理事長 稲垣 宇一郎

連日の猛暑日が続いた8月の初旬、蝶々をこよなく愛し、その姿を写すことを趣味としている友人から「この暑い時には高原に足を伸ばせば珍しい蝶々にも出会えるかも知れないよ。」と誘いを受けました。二つ返事で同行をお願いし、静岡県内の某高原にカメラを担いで出かけました。

この広大な草原で目指す蝶々と言われたのは「ゴマシジミ」という蝶々でした。名前のおりシジミ程度の大きさで、絶滅危惧Ⅱ類（環境省レッドリスト）に掲載されている希少品種との事でした。

「見つけた！！」との声で、友人の構えるレンズの先を見ると、ワレモコウが風に揺れておりました。その花に目指すゴマシジミがとまっておりました。

「産卵をしようとしているね。」とのこと。夢中でシャッターを切ったのが添付の写真です。至福の一瞬でした。

その後、ゴマシジミとアリの関係について友人から教えてもらいましたが、ゴマシジミの波乱万丈の生涯にビックリしました。

「ゴマシジミはこうしてワレモコウの花に卵を産み、卵が幼虫になると、暫くはワレモコウの花を食って成長するんだ。それから幼虫のまま地面に降りて、シワクシケアリというアリに出会う必要があるんだよ。出会うと蜜腺から甘露を出して、そのアリに気に入られて、巣に運んでもらうそうだ。」巣の中に入った幼虫はアリには甘露を舐めさせて大切にされる一方で、自分の食糧として、なんとアリの幼虫を食べて成長するそうです。

そうして、幼虫から蛹の段階までアリの巣の中で世話になって越冬し、翌年の夏ごろに巣から出て

羽化するとのことです。

羽化の時はゴマシジミにとって危険な瞬間で、早く巣から離れて飛び立つそうです。そうしないと、今度は自分がこのアリの餌になってしまうそうです。「これも共生の例だね。」とのことでした。その時、共生という言葉が頭に残りました。

共生とは辞書によると、「異種の生物の共存様式。アリとアリマキ、カクレクマノミとイソギンチャク、マメ科の植物と根粒バクテリア等。」とあります。

先日、横浜市の「第3期障害者プラン 改定版」を手にとっておりましたら、その巻頭に九都県市首脳会議として「障害者が安心して暮らせる共生社会の実現に向けた共同宣言」が目にとまりました。ページをめくって行くと第3章に、今回の見直し時に新たに加わった項目として、「地域共生社会の実現に向けた取組み等の推進」が記載されておりました。

地域のあらゆる方が「支え手」と「受け手」に分れるのではなく、地域、暮らし、生きがいとともに創り、高めあうことができる「地域共生社会の実現に向けた取組等を推進していきます。」という内容でした。

共生関係は、お互いの生物の営々とした努力と試行錯誤の結果出来上がった仕組みとのことでした。

しかし、決して盤石な事でないのは、ゴマシジミが絶滅危惧種になっていることから判ります。

目先の利害関係だけで成り立ちがちな社会をどうしたら「お互いが共生できる社会」の仕組みを作ることができるでしょうか・・・。ホモサピエンスの知恵が試される時ですね。



産卵中のゴマシジミ

## 浜家連の動き

### 精神障害者福祉の現場に家族の声を！ — 健康福祉局との懇談会報告

副理事長 大羽 更明

8月2日、平成31年度予算に関する要望書を健康福祉局に提出して懇談会が行われました。

浜家連からは20名が参加し、日頃の健康福祉局の活動に感謝の気持ちを伝えた上で、家族としての体験に基づく切実な問題を訴えました。健康福祉局からは26名が参加し、新たな財源の確保も容易ではない事情はあるが、要望は理解できるので前向きに検討したいとの説明がありました。

ここ数年で横浜市の精神保健福祉施策は充実してきていますが、見逃せない課題も多く、障害者プランの見直しや厚労省による平成30年度の福祉サービスの大幅な報酬改定に伴う新たな支援事業を含めてもなお、まだまだの感があります。

精神科の医療については、少なからぬ家族が、閉鎖的で十分な説明がないことで不安を感じています。身体拘束が増えていることなどはその最たる例です。医療関連の要望に対する市の説明のほとんどが歯切れの悪い印象だったことはとても残念です。

グループホームへの入所の難しさ、個別の継続的計画的なケアマネジメントである計画相談事業の停滞、介護・保育も含めた福祉の現場での人材確保策の貧困、リハビリを目標とするプログラムやピア活動への支援の薄さなどの課題も山積みです。課題解決が引き延ばされないよう声を上げ続けましょう。

健康福祉局の職員のみなさまと共に今後も精神保健福祉の向上のための活動に力を注ぎたいと思います。



要望書を受け渡す  
宮川理事長と本吉障害福祉部長

## 平成30年度第2回 浜家連研修会報告

### 「精神科の訪問看護とは？」

#### これからはどんな支援が必要なのか？

あけぼの会 岡林郁子

日時 7月19日(木) 13:30~16:00

場所 横浜ラポール2階 大会議室

講師 増子 徳幸 氏(一般社団法人てとて代表理事)

参加者数 66名

増子徳幸氏は精神科病院アルコール依存症病棟に看護補助として3年、看護師の資格を取得後、精神科病院に5年、精神科訪問ステーション(ACT-J)に5年勤務され、2015年4月「リンクよこはま訪問看護ステーション」を設立しました。スタッフは、看護師8名 作業療法士2名 事務3名。利用者数は155名(統合失調症の方が6割 そううつ、感情障害、依存症等

の方がそれぞれ1割位)で精神科の支援に重点をおいています。

2012年より精神科訪問看護がステーションにも適応されるようになり、アウトリーチ、訪問支援が整ってきています。訪問を希望する人は主治医に「精神科訪問看護指示書」を書いてもらいます。なぜか「指示書」を書いてくれない主治医がいるそうです。家族支援のコストも算用



され、本人に会えなくても家族の話を聞き、サポートが出来るようになりました。訪問は週3回までですが、退院後3か月までは週5回の訪問が可能です。

利用者は病気（症状）、生活、家族関係に苦勞を抱えていて、とにかく話し相手や相談相手が欲しいと思っています。リカバリー（回復）を考える場合には「人との関係」において道筋が作られる素敵な出会いとつながりが大事です。問題や不足の部分に注目せず、全ての人が持っている長所・才能・技能・関心・願望に着目し、その人を取り巻く環境までも含めて、その人の「強み（ストレングス）」とします。その人から発信されるストレングスは、利用者と支援者の関係性の強さ・深さに大きく影響されます。管理的な関わりでは、利用者からの発信も弱くなり支援者が気づく機会も少なくなります。

「入院」「夜間・休日の緊急対応」だけでなく、状況が悪くなる前の訪問支援が大切です。精神科訪問看護は増えていますが、生活の管理とコスト重視の支援体制から、リカバリー志向の支

援をどのように根付かせるかが重要な課題です。

訪問支援の強みとして、その方の「生きざま」「物語」に関心を持ち、出来事の意味、文脈を丁寧に捉えて出来事の新たな意味を見出す可能性を作ることができます。最後に、その人に「病識」があれば、その人や家族や周囲の人は幸せになれるのか？ 薬を飲めば OK？ 夜間・休日の訪問支援があれば「良い」のか？ 「問題がなければいい」と思うのは誰？ との問いかけがありました。「服薬」は1つの手段、病識が無くても幸せに暮らしている人はいっぱいいます。支援者は利用者が何をしたいのか？ どうなりたいのか？ 心の声を聴き、新たな物語を作っていきます。

増子氏の熱い思いが伝わる講演でした。増えてきている訪問看護ステーションの中には、利用者の長所を見ないで管理的な関わりをする所もあるそうです。「リンクよこはま」はこれからも利用者と家族のリカバリーのために頑張って頂きたいと思いました。

## ハイ！電話相談です

### 電話相談員になって

私は浜家連の新米の電話相談員です。月に2回、先輩の相談員と二人で組んで電話相談に当たっています。次々と電話がかかって来て忙しい日が多いです。でも、暇な時もあります。その時は、先輩とお喋りをします。先輩とのお喋りは楽しく勉強になります。

相談者は、当事者が多く、家族、知人などです。自分の信頼する、相談員を指名して、電話をかけてくる人もいます。ただ、自分の話を聞いて欲しくてかけてくる人、将来が不安で心配で迷っている人、生きていくのが辛いどうしたらいいか教えて欲しい人、妄想の中で困っている人、福祉や家族会などの情報が知りたい人などです。

まず話を聞く事に集中します。けれど、中には早口で喋る人、声が小さくて聞きづらくて、何を言っているのか、分かりにくい人もいます。



### 片桐 順子（あおば会）

私には難しい問題の時には、先輩に教えてもらったり、代わってもらったり、専門の相談窓口などを紹介したりします。ある相談者から、「あなたの考えは間違っている」と長々と説教されたり、別の相談者から「あんたとは話したくない」と大きな声で怒鳴られて、電話を切られたりした事もありました。もっと丁寧に話しを聞いてあげればよかったのに、もう少し勉強しなくては行けないと、反省させられたりしました。

けれど、あるリピーターの相談者から、「電話相談は大変なお仕事ですね。頑張って下さい、来月もよろしくお願いします。」と言われた時は驚きました。まさか、こちらをいたわってくれて、挨拶までしてくれるなんて思ってもいませんでした。

電話が終わっても、電話相談の仕事は終わった

訳ではありません。記録を書かなければなりません。どの様な内容の電話だったのか、どのように対応したのかをパソコンに入力、又は記録用紙に書かなくてはなりません。話の内容を整理して、文章にして記録をするのに私は苦労をします。電話相談の内容は守秘義務があるので、メモは家へ持って帰ってはいけないう、誰かに話してもいけないので気をつけています。相談者にはどんな小さな事でも、褒めるようにしています。「頑張っているのね、すごいね、大丈夫、今まで頑張ってきたから

ね。」などです。褒めると、電話の声から嬉しそうな様子が伝わってきます。大体の人は話している内に元気になり、声が明るくなってきます。

話が終わったら、「電話をかけてきてくれてありがとう、又かけて下さいね。」と言うと「ありがとうございました。」と明るい声が返ってきます。

この相談者の明るくなった「ありがとう」の声に「良かった」と胸をなで下ろします。これが張り合いになっています。そして、これからも続けて行こうと思っています。

### ◆「こころの元気+」に掲載されました◆

メンタルヘルスマガジンこころの元気+2018年月号で「リカバリーを知って変わったこと」の特集が組まれています。その中にさかえ会 井汲 悦子さんの「リカバリーを知って気持ちが楽に」との記事が掲載されていますので、読んでみてください。

### ◆イベントのお知らせ◆

#### § 第24回 市民メンタルヘルス講座 §

日 時 平成30年10月21日(日)・27日(土)  
両日とも13:30~16:00(開場午後13:00)

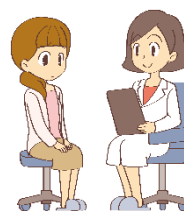
第1回 10月21日(日)  
~わが国の精神医療改革の展望~  
講師 氏家 憲章 氏  
(社会福祉法人 うるおいの里理事長)

第2回 10月27日(土)  
~ストレス時代のメンタルヘルス~  
講師 山本 義晴 氏  
(横浜労災病院勤労者メンタルヘルス長  
治療就労両立支援部長)

場 所 横浜市健康福祉総合センター4階ホール  
(JR京浜東北線 桜木町駅下車 徒歩3分)

定 員 300名(先着順)

入場無料



【編集後記】行方不明となっていた2歳の男の子をわずか30分で見つけてしまった尾畠さん、スーパーボランティアなる言葉を生み出し、今や時の人となっています。66歳で鮮魚店をスパッとたたみ、社会への恩返しとばかり、ボランティアとして被災現場などを飛び回っているという。そんな生き方に感動する人も多いようだが、それよりも78歳で、過酷な被災地を飛び回る体力と気力に驚きを感じてしまう。  
(事務局 中居)