



浜家連 ニュース1月号

第257号

2022年1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 横浜市港北区烏山町 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/>

大谷翔平と渋沢栄一

理事長 宮川 玲子

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひいたします。

昨年は相変わらずコロナ・コロナに明け暮れて、せっかく日本で開催したオリンピックも観客を入れないで実施することになってしまいました。それでもオリンピックの影響か感染者は最高になっていましたが、終わった後は急激に下がり、これで旅行にも行けるかと思ったとたん、変異株のデルタ株やオミクロン株が外国で急激に広まり、また警戒しなければいけない状態になってしまいました。何処へ行くのにも検温と消毒・マスクが付きまとい、厄介な日常がいつまで続くのか見通しがつかないのが困るところです。



そんな2021年でしたが、オリンピックの他にワクワクしたことと言えば、まず大谷翔平の活躍です。今日ホームランを打った？と聞くのが日課になるほどで、一人の日本人の活躍が日本中に元気をもたらすのは、凄いことだなと思いました。大谷が初めてアメリカに行く前、1目見ておきたいと、千葉の鎌ヶ谷にある日本ハムの練習場に行きました。身体が大きいので、遠くからでもよく分かりました。今年の活躍は目を見張るものがありました。昨年までは怪我に苦しみ手術などもあり思うように活躍できなかったのが、今年は身体も大きくなり、二刀流としてバンバン投げて、バンバンホームランを打つのが当たり前になったほど変身したのは、今までの努力の積み重ねかと思えます。今年も怪我をしないで沢山ホームランを打って！と願うばかりです。

さてもう1人、元気をもらったのは今度1万円札の顔になる渋沢栄一です。名前は知っていたものの、どういう人か、あまり知らなかったのですが、500を超える事業に関わり、600を超える教育や福祉事業に関わったと聞き驚きました。1つでも作るのは大変なのにどうやって？と思ったら俄然興味が湧き、伝記本を3冊も読みました。1番面白かったのは城山三郎の「雄気堂々」でこれは昨年のNHKの大河ドラマ「晴天を衝け」の原作になっているようで、ドラマが小説のように進行するのか、ワクワクしながら見ていました。沢山関わったとはいえ、栄一が作ったのはやはり一部ですが、ほとんどの会社や学校などに理事や監査などの役員として名を連ねています。経営の神様として、栄一の助けを借りたい企業は多かったのでしょう。

明治になってからの活躍も驚きですが、そこに行くまでの活躍も波乱万丈で驚きでした。幕末に武蔵国血洗島村（現在の埼玉県深谷市）の藍の生産・商売をしている農家に生まれ、父の手伝いをしながら商才を発揮していましたが、平気で取り立てに来る武士の理不尽さに腹を立てていました。黒船が来たら、村の青年たちと尊王攘夷の思想に染まり、高崎城乗っ取り横浜焼き討ちを画策していましたが、長七郎に止められ喜助と京都に逃げました。平岡円四郎と知り合い、やむを得ず一橋慶喜の家臣になり

ました。武士を憎んでいたのに2人の人間の大きさに心打たれ仕えることになり、ここでも兵を集めるなどの手腕を発揮しました。その後心ならずも慶喜が将軍になってしまったので、慶喜の弟の昭武に付き添いパリの万博に行くこととなります。そこで外国の進んだ技術・経済・文化に触れ、後の生き方に大いに影響を受けます。ところが、万博に行っている間に慶喜が大政奉還をしてしまい、静岡に謹慎することに。栄一は帰国後、後を追いかけて静岡に行き、ここでも産業を起し財政再建をすることになります。その後明治政府の大隈重信に呼ばれ官僚になり、次々に外国に学んだ日本のインフラを作っていきます。しかし官僚と衝突して辞職し、やっと自分のやりたかった実業界に行き、国立銀行など次々に事業を展開します。

私が偉いと思ったのは、障害者や孤児、高齢者など行き場のない人達を集めた養育院を終生運営したことです。そういう人達に税金を使うのは無駄だと東京府会（当時は東京府）が廃止してしまうのを栄一が引き受け、チャリティーバザーなどで寄付金を募り、ただ収容するだけでなくその中に病院や仕事の場、教育の場を作ったことです。

栄一の墓は上野の谷中墓地にあります。以前に上野の美術館に行ったついでに見に行ったのですが、すぐ隣に慶喜のお墓がありました。今思うと栄一は終生恩を忘れず慶喜に付き添っていたのだなと胸が熱くなりました。慶喜のゆかりの人々を集め慶喜の伝記も作っています。また東京北区にある飛鳥山公園は桜の名所で、孫達と遊びに行ったことがあります。ところが栄一の自宅だと後で知って驚きました。

栄一は西郷隆盛と牛鍋を食べたり、大隈重信に明治政府を作ったが今後どうしてよいか分からない者ばかりだから外国経験を買われてか是非来てくれと頼まれたり、岩崎弥太郎と経営のやり方を巡って張り合ったり、アメリカに行ってセオドル・ルーズベルト大統領に会い、日本の商業はまだまだと言われ発奮したりと、いろいろな人に会い、興味あるエピソードを沢山残しています。

この間はやっと血洗島村の栄一の生家やレンガ作りの立派な深谷駅や大河ドラマ館などを見に行けました。コロナ禍でも1年間楽しんで歴史の勉強をさせてもらえた感謝しています。今まで万能の人と言えばレオナルドダヴィンチとっていましたが、日本にも万能の人が居たのだと改めて認識しています。

第4回市民メンタルヘルス講座が開催されました

「見過ごされた大人の発達障害」

～その人らしい生き方を支える～

なぎさ会 浅田容子

日時 11月28日 於：横浜市健康福祉総合センター

講師 吉田友子氏（児童精神科医 千代田クリニック院長・i P E C所長）



コロナの感染者の減少に伴い、前回までの一人置き座席もようやく解除となりました。

今回もリモートによる講座でしたが、ズームによる参加者も他県を含めて100名以上の申し込みもあり、関心の高さがうかがえました。

吉田先生は横浜市総合リハビリテーションセンター児童精神科、横浜市北部地域療育センター診療係長などを経て、よこはま発達クリニックに2000年2月の設立時から勤務し、千代田クリニック開業に伴い退職。2005年2月にi P E C（子どもとおとなの心理学的医学教育研究所）を設立し、自己理解支援に関する取り組みに従事。啓発活動に加え、療育センターでの勉強会や立教大学、明治大学、東京女子大学の3大学5キャンパスの学生面談などを継続受託されています。

自閉スペクトラム（AS）、自閉症スペクトラム症（ASD）とは？

• 対人交流

相手は何を考えてどう感じているか、相手から自分はどのように見えているか、その場にフィットしているか、浮いているかといった事を肌で感じる事が苦手、その結果疲労感・不安・自信のなさ、時に突拍子もない言動が現れる。

• 社会的コミュニケーション

言語能力と実用上の会話能力の差から会話が長続きしないし、不安や緊張、想定外の話題などは理解しがたいが、特定の相手とはコミュニケーションが円滑に行われることもめずらしくない。

• 思考や行動の柔軟性

思考や行動に柔軟性がとぼしい。つまり料理の注文をする際にも「煮魚定食ひとつ！」「売り切れ？」「じゃあ唐揚げで」というスムーズな切替が必要な社会的想像力がとぼしい。

こだわりへの支援

• こだわりの例（大学生）

高機能自閉症の大学一年生、講義は決まった席で受けたいようでそれに伴うトラブル発生。

• こだわりの強さは変化する。

年齢、状況によって変化する、逆に不安・混乱・達成感・楽しみの乏しい状況で悪化する
その場合こだわりにしがみつかなければならない生活を全般的に見直す必要がある。

• こだわりへの対応の基本

根っこにある不安を減らす必要が最も重要、無視（禁止）するともっと厄介な事態となる。
（刃物を集めたり動物虐待等）

対 策

- 毎日の生活の安心感を高める（最重要）、不安な時期は可能な限り「きっかけ」を取り除く。
- ささいな「きっかけ」でも症状が悪化することを周囲が理解する。またタオルを持つことにこだわる場合「着席したら机にタオルを掛ける」という新しいこだわりに誘導する
- 実生活での達成感の乏しさや不安が根底にあり、こだわりが強まっていると理解すると解決の糸口が見つかることがある

先生は発達障害者と統合失調症患者との共通しているところは、当事者としたら何をやってもうまくいかず「自分は根性無しのダメな人間だ」と考えるのではなく、専門家に相談したりちょっと手順を変えてみるなど工夫をし、『質』をよくする事が良いとアドバイスを頂きました。

そして親も基本的な知識を持ち、当事者の努力を理解し寄り添うことが大切だということを改めて実感しました。

12月6日 担当者研修会 in 横浜が開催されました。

家族による家族学習会担当者研修会 in 横浜に参加して もみじ会 遠藤和子

世界中に新型コロナが猛威をふるい、人と人が直接にふれ合い話し合う機会がめっきり減ってしまいました。それは、精神の障害を持つ当事者やその家族にとりまして大変辛いことです。なぜなら、精神の障害は薬だけでなく、人と人、お互いがふれあい励まし合って、リカバリーを見つけ乗り越えて行こうとしているからです。そ



して、それは当事者だけでなく、その家族も同じです。そのコロナ禍の中で、今回家族学習会担当者研修会を企画していただき、そこに参加させていただきましたこと、本当にありがたく思っています。

私は以前一度だけ家族学習会に参加致しました。その時は、当事者の娘の状態が落ち着かないところに、私も全くの勉強不足で家族学習会の良さを感じられないまま終了してしまいました。「みんなねっ」とでもこれ程家族学習会の良さが取り上げられている中で、私ももう一度家族学習会にしっかり取り組んで、勉強したいと思い参加致しました。

当日は実行委員5名、研修生は私を含め6名で行なわれました。

午前に実行委員の方々から学習会の主旨、意義、目的、テキストの使い方等のお話をいただき、又、リーダー・コリーダーの役割、担当者としての姿勢や心構えについても説明いただきました。

昼休みをはさんで午後はいよいよ実践練習です。

第1部と第2部、二つのグループに分かれてグループワークを行いました。私は第2部のグループのリーダーの役割でした。テキストの輪読をしながら体験を語り合う、グループのお1人お1人に目を配り、皆さんにお話をさせていただきたい。ずっとその思いでリーダーを務めさせていただきました。コリーダーの役割の大きさも実感いたしました。何気なく、しかし上手にまとめて先に進めて行く、リーダーが安心して話を進めることが出来ます。今回実践練習とはいえ、同じグループになった方々の素晴らしい体験を聞かせていただきました。

とにかく家族は当事者である子供達が元気になることばかり考えて、それがうまくいかなかったり、子供の体調がすぐれないと自分達家族も暗い顔になってしまいます。

この家族学習会も目的は「家族が元気になるために」ですが、いつの間にか子供達が元気になってほしい、そのためにはどうしたらよいか・・・、目的がすりかわってしまうのは私だけでしょうか？

まず、家族が元気になるためにここの学習会がある、ということに改めて感じます。何かほんの小さな気づきで自分自身が変わることが出来ると思います。家族である私自身のために家族学習会でもっと勉強したい、そして自分のまわりの身近な方で困っている家族がいたらぜひ一緒に元気になりたい、そう心に強く思いつつ帰路につきました。

最後になりましたが、実行委員の方々、本当にありがとうございました。

§ イベント情報 §

◆第5回 市民メンタルヘルス講座◆

親が健康な内につながっておきたい
横浜市や国の支援



日時 2022年2月19日(土) 13:00~16:00 (開場 12:30)

場所 横浜市健康福祉総合センター

講師 横山 秀昭 さん (特定非営利法人大地の会 理事(人材育成担当))

シンポジスト 7名

定員 300名 (先着順) 事前申し込み必要

申し込み FAX: 045-548-4836・メール: ysskr@bloom.ocn.ne.jp

締め切り 2月10日(木)

入場無料

【編集後記】2022年が静かに明けました。本年もよろしくお願します。

昨年同様コロナウイルスに翻弄されそうですが、浜家連の活動を通じて多くの出会い、そして多くの感動を皆様と共有できる1年になればと思います。 (事務局 中居)