



浜家連 ニュース 10月号

第182号

平成27(2015)年10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 FAX045(548)4836

巻頭言 NHK・Eテレ「ハートネットTV」を観て

理事長 宮川玲子

先日NHK・Eテレで戦後70年の番組を見ました。そこでナチスドイツがユダヤ人虐殺をする前に20万人の障害のある人、主に精神障害者を虐殺した事実を放送していました。初めて知ったことなので本当に驚きました。

ユダヤ人虐殺を行う前に精神科病院に入院している人や、パーキンソン病やてんかんの人や障害のある人、治る見込みのない人などを、医師が4人位で審査し、皆が印を付けた人を強制的にガス室に送ったということです。精神医学会はそれを認め謝罪をしたということです。が、病気の人を治すための医者がそんなことをするとはなんという事だろう。そうなる事を医師は知っていたのか？知っていたとしたら大変な罪だが、そうせざるをえなかったのか？

丘の上にある精神科病院に毎日大勢の人が車で送られてきたが帰りは乗ってなく、嫌な臭いのする煙がたちのぼっていた。村の人は変だと思っていたが、後で兵士だった人に人を焼く匂いと同じだと言われ気付いたが、村の人たちは受け身でどうすることも出来なかったしそのうちなんとも思わなくなったという。病院の地下室はガス室になっていた。

このやり方がその後ユダヤ人虐殺に利用されたということも初めて知りました。ドイツ民族は優秀ということを誇示したいために障害のある人を劣った人と決めつけ、戦争に行けな

い人は生きているに値しない人間だとする。たった1人の恐ろしい考えの人に洗脳されると国民全体がどんどん間違った方に行ってしまう。気づいても恐怖に支配され物が自由に言えなくなってしまう世の中が1番怖いと思いました。障害者の尊厳と言う事をよく聞きますが、こういう障害者の迫害の歴史があったからこそ言われるのだなと気づかされました。

この番組は浜家連のブロックフォーラムで障害者の権利条約についてお話して下さった日本障害者協議会代表の藤井克徳さんが、今年の5月と7月の2度NHKの取材班と大量虐殺した関連施設を訪ね、遺族や研究者から話を聞いた内容を放送したものです。藤井さんは途中から目が見えなくなったにもかかわらず、障害者の地位向上に精力的に活動されている方です。ガス室を訪ねた時はどんな思いだったのか胸が痛みました。

障害者権利条約、差別解消法と障害者政策が進み、やっと障害者が普通に地域で生活できるようになってきた此の頃ですが、戦争になるとそれこそ1人1人の尊厳も守られなくなります。日本でも戦争中は障害者は戦争に行けないので、非国民とかごくつぶしとか罵られ人間扱いされなかった時代がありました。平和が続くように常に1人1人が考えていかないといけないと感じさせられました。



第3回浜家連研修会、メンタルヘルス講座、リカバリー全国フォーラムの報告
次号にて掲載します。

平成27年度 「家族による家族学習会」 日程表

担当単会名(区)	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	開催曜日・開催時間
あけぼの会(旭区) 於:旭区福祉活動拠点 ばれっと旭 2階 多目的研修室	10/3	10/10	10/24	11/7	11/22 但し、 この回は 日曜日で す。	いずれも土曜日 13:30~16:30
さかえ会(栄区) 於:栄区生活支援 センター集会室	10/14	10/28	11/11	11/25	12/9	いずれも水曜日 13:30~16:30
たちばな会(保土ヶ谷区) 於:かるがも3階 多目的研修室Ⅱ	10/31	11/7	11/14	11/21	12/5	いずれも土曜日 13:30~16:30
あおば会(青葉区) 於:ほっとサロン青葉	10/21	10/28	11/11	11/18	11/25	いずれも水曜日 13:30~16:30

*平成27年度「家族による家族学習会」の日程が確定しました。既に参加者の募集が始まっていますので、ご都合の良い実施単会へお申し込みをお願いします。参加は原則5回全部に参加できる方になっております。

単会便り

※※① 家族学習会の【ゆで卵理論】について のぞみ 平野 章夫 ※※

「家族学習会」での話し合いは、‘相手の困難を受けとめ、対処を支える’考え方を中心に進められます。家族は日々、悩みを抱えながら生活をしています。「子供の〇〇が心配」ということあれば、「とても自分の時間が持てない」ということもあるでしょう。でも「困っていることがあるから」、「悩みがあるから」ということで、まったく生活ができない人は、けっこう少ないものです。それは、‘家族の生活上の悩みや困難’に対して、家族は何か

しらその人なりの‘対処や工夫’ができて

いるからです。家族同士の話し合いでは、卵で例えば‘悩みや困難’を「黄身」として‘対処や工夫’を、それをつつむ「白身」として捉えます。「黄身」の部分のつらさに共感し、同時にその人の持っている「白身」(できている‘対処や工夫’)の部分にも注目して、それを伝え、これまでの努力をねぎらい、励ますようにします。



..... ㊦ ㊧ ㊨ ㊩ ② 学習会の目指すもの さかえ会 高村 鈴子 ㊦ ㊧ ㊨ ㊩

《家族学習会とは?》

- ・精神疾患を患った人の家族が「参加者」 ・同じ立場の家族が「担当者」として主催します。
- ・疾患・治療・回復・対応の仕方などに関する正しい情報を得る。
- ・家族が体験してきた知識を共有する。 ・小グループで行うプログラム

《目指すもの》

- ・家族が元気になる ・参加者も元気になる ・担当者も同時に力をつける

⇒家族相互のエンパワメント

エンパワメントとは⇒一人一人が誰でも潜在的に持っているパワーや個性を再び生き生きと息吹かせ、自分自身の人生の主人公になれるような力を取り戻すこと。

《家族学習会に参加された人の感想》

- ・何も知らずに過ごしてきた後悔に比べ、得られた知識で行動できるようになった。
- ・日頃強い孤独感を持って生活していたが共通の問題を抱える皆様と話し合ううちに、心の中に安心感がわいてきた。
- ・病気の本人の変化のみを求めたていた親として自分が変わる必要性を学んだ。
- ・前向きに生きていく事の大切さを知ることが出来た。

～回復までの道のり～ ①『いじめ—発症』（7月号掲載）②『葛藤—もがき』（8月号掲載）
③『乳癌—2回目の手術』（9月号掲載）④『居場所』⑤『夢—実現』
⑥『道—つなぐこと』④～⑥は今月号です。 向山淳子さん

④『居場所』

退院して居場所探しが始まった。支援センターのつながりで他の区にあるほっとぽっとを知った。あったかいところですぐに大好きになった。スタッフの方との出会いは特に大きい。

「私人を信じられないんだ。」「いいよ。信じなくて。マイナスから始まる関係もありでしょ？」初めてだ。そんな事言った人。戸惑ったけど心が楽になったのを忘れない。区と共催の精神保健福祉セミナーでは300人も人の前で体験発表。カミングアウトをした。

精神障害者でありながら普通でいることにこだわる自分がいやで変わりがたかったんだ。

この時も沢山の人の力を借りたから出来たんだと思う。

⑤『夢—実現』

私が発病と同時に書き始めた言葉や絵は40歳になった今も書いている。辛い時、苦しい時、心が折れそうな時、嬉しい時、幸せな時、とにかく書いた。考えて書くんじゃなくて浮かんで来る言葉たち。書いてから思う。いつもその時の自分の願いや言い聞かせていた事だった。その瞬間の心の叫びだった。書くことで自分を保ってきたんだ。人は私の言葉た



ちが大好きと言ってくれる。2年前、夢は実現した。仲間たちが全面的に手伝ってくれた。“私を見て”展。来場者は500人を超えた。幸せ者の私だ。

⑥『道—つなぐこと』

30年間、もがき続けてきた私にも進みたい道が見えてきた。「人の役にたきたい」自分が体と心で感じてきたことを活かして何かをしたい。働く事を知らないから、社会を知りたいから、自分に何が出来るか分からない。只、恩返しをしたい。今まで沢山のの人に沢山の助けをもらってきたから、その分私が人の力になりたいと思うんだ。「心と心をつなぐこと」

私に出来ること。私がしたいこと。

最後に言わせてね。

私、今、すごく幸せだよ！
生きているから 悲しくて
生きているから 嬉しくて
生きていることは、
痛みを感じるころが
ちゃーんとあるってこと。

最近、書いた言葉だよ。

***今月号で終了です。**

①～③はHPでご覧ください。

イベントのお知らせ

§ 1 市民精神保健福祉フォーラム（Dブロック）

日時 平成27年10月3日（土）13:00～16:00（開場12:30）

会場 港南区総合庁舎 5階 港南公会堂

定員 400名（予約不要 直接会場へお越しください）

内容 1部 港南童謡の会～懐かしの歌を皆で楽しく

2部 講演 こころの問題～今日と明日

講師 馬場 淳臣 先生（日野病院 院長）

§ 2 市民精神保健福祉フォーラム（Bブロック）

日時 平成27年10月17日（土）13:00～16:00（開場12:30）

会場 瀬谷公会堂 *手話通訳あり

定員 500名（予約不要 直接会場へお越しください）

内容 1部 ウェルカムコンサート（せやブラス）

2部 お笑いコンビ「松本ハウス」コント&トーク

総合失調症がやってきた！～涙は笑いに 笑いは夢に～

終演後ロビーにて松本ハウスによるサイン会があります。

§ 3 浜家連研修会第4回

日時 平成27年10月19日（月）13:30～16:00

会場 横浜ラポール2階 大会議室

定員 100名（先着順）

テーマ 親亡き後に備えて

講師 浜田 裕也氏（ファイナンシャルプランナー）

§ 4 浜家連研修会第5回

日時 平成27年11月26日（木）13:30～16:00

会場 横浜ラポール2階 大会議室

定員 100名（先着順）

テーマ IMRでリカバリー！（疾病管理とリカバリー）

～病気も理解し希望を持って生きる～

講師 内田 繁樹さん（関東学院大学看護学部准教授）

生活支援センター西の皆さん

§ 5 市民精神保健福祉フォーラム（Cブロック）

日時 平成27年12月5日（土）14:00～16:00（開場13:30）

会場 横浜西口SYビル 6階 ホール

定員 150名 **事前予約制（参加証をお送りします。）**

内容 講演「統合失調症が秘密の扉をあけるまで」

～新しい治療法の発見は、一臨床家の研究から生まれた～

講師 糸川 昌成先生（東京都医学総合研究所病院等連携研究センター長）



編集後記

平成27年中のフォーラム・研修会は以上の通りです。ご参加をよろしく申し上げます。

横浜でも避難勧告等出ましたが、先日の大雨で被害に遭われた方に心よりお見舞い申し上げます。大雨・地震噴火などいつ災害が身近に起きるか分かりません。避難場所の確認、避難用品、家族の連絡の取り方等この際ですので、真剣に考えておいた方が良さそうです。（事務局 斉藤）



先日北陸新幹線に乗りました。快適でした。紅葉の季節です、お出掛けを計画してみてください。