



# 浜家連ニュース

第171号

平成26(2014)年11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 自分を語る先にあるもの

副理事長 北川はるみ

この数か月、当事者が持っている力について考えさせられました。

先月号でも取り上げられていた8月29日の『リカバリー全国フォーラム』に出席しました。午前中、「自分の言いたいことを言いましょう」という主催者からの呼びかけに、数十人の人(ほとんど当事者)が次々に壇上で語り予定の時間をオーバーするほどでした。その中には、主催者の一人である大島先生の大学で「精神保健福祉士の資格を取るために勉強中です」と話す人もいて、先生から、「一般学生は、ぼやぼやしてられないです」というコメントまで飛び出しました。このフォーラムは、活動しているピアグループの人たちが多かったと思われませんが、勿論そうではない人もいました。当事者たちの、自己主張の場そして主催者から何度も出た「お祭り」という言葉のように、皆でリカバリーしていこうという楽しい雰囲気会場にみなぎっていました。

そして、浜家連研修会「るえか式心理教育&リカバリー」でも当事者の2人がユーモアを交えながらも快活に、決して軽くはなかった病で苦しんでいた時期の事、親との葛藤、そして自分たちの仕事について語っていました。

又、9月28日、港北区生活支援センター5周年式典の時、講演終了後、先生、当事者4人、家族会会員、

ボランティアとのトークの際も、支援センターへの要望などについても自分の考えを話していました。その際、自分のプライベートな事を細かく話していた人もいましたが、それもまた本人にとって良い機会だったと思います。

先ほど述べた「るえか式・・・」の終了後に面識のある当事者から「WRAPのファシリテーターをしているけれど、横浜ではまだまだ知られていない、これから広める活動をしていきたいが、取っ掛かりをどうしたら良いか」と聞かれた事もありました。

今まで述べた場面で会った当事者は、キラキラとして、自信がみなぎっているように思われました。勿論、悩みもがく時もあるでしょうが、病気を受け入れ、自分らしくどのように生きていくか、ということを抱んだ人たちだと思います。自分の辛かったことを語ることで、その先にリカバリーがあるのでしょうか。しかしまだまだ、回復途中の人も多いのですが、病気になったことは、不自由なことはありますが、決してかわいそうなことではなく(かわいそうというのは、上から目線で言われているように思われてなりません)、それぞれが病とつきあいながら、自分らしく生きて行く事の手伝いをするのが、家族そして支援者の役割だと思います。誰も代わる事のできない、あくまでも本人の人生としっかりと認識して寄り添っていく、そして不自由な点を改めていくように働きかける活動をしていきたいと思っています。



## 9月26日第3回浜家連研修会報告

テーマ:るえか式心理教育&リカバリー

みなみ会 K・M

講師:木村尚美先生(ひだリニック副院長)、

ピアサポーター:高橋美久さん、櫻田なつみさん

“るえか式”心理教育は、“かえる”所ではなく、逆に社会に出ていくためのスタート地点を目指したデイケアのプログラムです。従来の精神科の常識を考え直し、当事者の主体性を尊重すること、仲間の力を信じることを基本にしています。

具体的には、①自分を知ること＝病気や薬のことを知る、②自立すること＝自己対処能力（自分で何とかする力）をつける、③人の役に立つこと＝地域貢献できる力をつける、の3つを得て初めて回復＝リハビリできます。

このプロセスとしては、外来通院→服薬・心理教育→セルフヘルプ→ピア・仲間の力→地域での生活です。各段階では当事者の主体性を尊重しますが、支援として同じ病気の仲間（ピアサポーター）が重要です。当事者は暗い迷路にいて大きな壁に押しつぶされそうになるときがありますが、同じ病気の仲間が出来ているところを見て、出口が見え壁から抜け出せます。



ピアサポーターの美久さんやなつみさんは、以前、このデイケアを利用して支援を受けていましたが、今ではリハビリし、支援する立場になっています。お二人が話しているように、病気を経験した人でなければできないサポートがあるのです。

**【感想】**今回の研修会の副題である“ここまでできる当事者の力”がどの程度の力なのか関心がありましたが、ピアサポーターの美久さん、なつみさんの話を聞いて、事前の私の想定が過小であったことを知らされました。お二人を見ていると逞しさを感じました。当事者にとっては、家族の支援にさらにピアサポーターによる支援があれば、非常に心強いただろうと。

当事者の社会復帰は、病気の症状にもよりますが、まずはオープンダイアログのような多職種共同の支援を経て自立への意識を持ち、ピアサポーターの支援による実践というのが、基本プロセスではないか、と思いました。以上

## 10月4日(土) Cブロック講演会 アンケートから抜粋

Cブロックフォーラムが平成26年10月4日(土)健康福祉総合センター4階ホールで開催されました。映画「ドコニモイケナイ」の上映と、その監督をされた島田隆一氏の講演でした。

ほぼ満席のご来場者があって盛況でした。初めに映画の上映と、休憩を挟んでこの映画の監督をされた、島田隆一氏から、この映画の製作過程、ドキュメンタリーを作られた思いなどの語っていただきました。上映後の感想文をアンケートから抜粋で講演会のご報告を兼ねます。来場者の方はそれぞれの想いをお持ちになって会場を後にされました。アンケートは≪20代から70代と相当幅広く回答をいただきました。≫紙面の関係で割愛しますが、詳細は理事さん又は、事務局へお申し出ください。

### 【50歳代の方から、一部です】

映画「ドコニモイケナイ」について	島田監督のお話しについて
私自身統合失調症として、とてもわかりやすい映画でした。彼女の気持ちになってとかではなく、「その時はどうしようもない」という事なんです。又、彼女が毎日服薬をしている事や、生活のリズムをくずしていないか、どんな人と付き合っているかが気になりました。後、身嗜みとか。	監督さんのお話を聞いて、とても良い感じを受けました。こんなに丁寧にも表現できたのも、島田監督さんが、この作品で新人賞をお取りになったものだと良く分かりました。そして、タイトルの「ドコニモイケナイ」はこの作品にぴったりだと思い感じてこの映画の感想とします。
一生懸命な妃里さんと、それを追った島田監督の熱意にあふれた作品だった。何が彼女におきたのか、もう少しコメントが欲しかった。(文字が小さくて読めなかった。音声ナレーションで)	映像だけではわからなかった監督と妃里さんの関係(友情)がよくみえた。映像作品を作ることを考えることができた。
なりたい自分と大きく違っている。しかし、それを認めたくない。それが発病になっていくように思った。「大ちゃんとうまくいっている」と言いながらも壊れていた。それはずっと後で言っている。	この映画を作った事、テーマの思いがよくわかった。映画をとらなくても妃里さんは発病したと思います。これからも関係を持ち続けたいという事、とてもやさしく正直なんだと思いました。

## 10月17日(金) 第4回浜家連研修会報告～就労支援について～

あじさいの会 S・O

第4回浜家連研修会が平成26年10月17日(金)いつものように横浜ラポール2階大会議室で行われました。来場者は今年度になって、会場一杯の参加者です。今回も席を探して着席する多人数でした。(定員100名です)

横浜SSJの理事長青柳智夫さんの“就労に関する諸課題についてのお話をしてくださいました。就労については、家族であれば誰しも思うことで、当事者の方も「働きたい」という思いがあると思います。

そもそも横浜SSJとは、「NPO法人市精連が横浜市における精神障害者の就労支援事業の発展と充実のために設立した団体です。就労の相談事業、久保山事業所をはじめとする多数の就労支援事業の運営……」(先ごろ配布された“横浜市の精神保健福祉の案内(第3版)”より引用)

近年の精神障害者雇用(一般企業では)この10年で雇用の環境が少しずつ整備されてきた。しかし短期間での離職者は多い。(就職後1週間未満での離職者は12.1%)

安定的な就労を目指している横浜SSJの精神障害者雇用については工夫されたシステムがある。

勤務時間は1日4～5時間、週3日程度、週12～15時間程度の就労が圧倒的に多い。



雇用方法は、支援してきた作業所(地域生活支援センター、就労支援B型事業所等)からの推薦を受け、面接、実習を経て採用。時給は890円、主にグループ就労で、職員がジョブコーチとして指導・支援する等。

雇用場所は、横浜市宮齋場3か所、横浜市市立病院、公園、カフェレストラン、関連民間事業所、区役所。

仕事の内容は売店での接客・販売、湯茶準備、清掃・駐車場管理業務、公園管理業務等

休憩後当時者4名による体験発表がありました。

発表内容は、

① 働くまでの経緯 ② 職場での働き方と、働き続けるためには? ③働くことは、働き続けて今感じること。

皆さんいきいきと発表してくださいました。病状の安定がみられ、もっと働きたいという意欲、不調を感じても通所しながら回復していく、働くことこそリハビリテーションという事の実践の様子を伝えていただきました。

就労に関する支援(制度)もいろいろあり、それぞれの区役所の担当者を訪ねてくださいとのことでした。

今回も、神奈川新聞の熊谷記者が取材に来られて、記事は10月18日(土)に掲載されましたので、ご覧ください。(購読されていない方は図書館等で探してご覧ください。)

## 平成26年10月16日(木) みんなのパレードがありました。

健福センターで午前中はシンポジウムがあつて、パネラーがそれぞれの立場から、医療費問題について意見を述べました。浜家連からは大羽が、精神障害者の医療費負担の実情を説明し、重度障害者医療助成制度の拡充を訴えました。昼からは県庁まで参加者が揃ってみんなのパレードがありました。横断幕を掲げ、シュプレヒコールを繰り返しながら、県庁まで行進しました。県庁前では各団体の代表が挨拶し、浜家連は宮川理事長、大羽副理事長が挨拶して締めくくりました。

(事務局 斉藤)



## みんなねっと石川大会の全体会と、分科会について

\*参加者の報告書がかなり長文です。そのため通常の4頁の紙面に収まりきれません。そこで、特集号として皆さんに配布しますので、ご覧ください。

### 特集号へ掲載明細

- ① 全体会報告 みんなねっと石川大会に参加して 副理事長 鷹野 薫
- ② 第1分科会 何が活力の源か?~家族会活動これからの10年~ 事務局 中居武司
- ③ 第2分科会 「働くことを妨げているのは何か」一笑って、語って、つながって—  
もみじ会 倉澤 政江
- ④ 第3分科会 「偏見・差別」について すずらん会 工藤 智子
- ⑤ 第4分科会 英国の訪問型家族支援システムに浜家連の「横浜型アウトリーチ事業」を重ねて  
浜家連顧問 米倉令二
- ⑥ 第5分科会 「障害のある本人の活動」に参加して あおば会 鷹野 静
- ⑦ みんなねっと石川大会アピール文

## イベントのお知らせ

### § 1 第5回浜家連研修会について（26年度最終回の研修会です）

日時 平成26年11月28日（金） 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 出来るだけ早くお越しください。）

内容 引きこもりや医療につながらない人へのアウトリーチについて

講師 内田 太郎氏（横浜市青少年相談センター 所長）

### § 2 Aブロックフォーラムについて

日時 平成26年12月1日（月） 13:30~15:30

会場 青葉公会堂（田園都市線 市ヶ尾駅下車 徒歩10分）

定員 600名（事前申し込み不要、直接会場へお越しください）

内容 講師 斉藤 環先生 「長引くひきこもりと精神疾患」

（筑波大学医学医療系社会精神保健学教授）

### § 3 Dブロックフォーラムについて

日時 平成27年1月24日（土）午後1時~午後4時（開場午後0時30分）

会場 金沢公会堂（金沢文庫・八景下車 徒歩12分）

定員 400人（事前申し込み不要 直接会場へお越しください）

内容 1部 コーラス（女声合唱団）アンサンブル・メリー・マリー

2部 「事例にみるうつ病と統合失調症の回復~その理解とケア~

講師 白石 弘巳先生

東洋大学ライフデザイン学部教授、東京都医学総合研究所客員教授）



## 編集後記

台風18号の雨で、ラポールの地下駐車場で水深2mの為、24台の車が水没して大変でした。鳥山川沿いの桜もだいぶ紅葉してきました。10月は東京オリンピック50年ということで、歴史を遡るテレビが多かったように思います。

6年後のオリンピックと言っても時間はあっという間です。直(じか)に見れなくてもテレビでは見ましょう！健康寿命を長くできるように気をつけてお過ごしください。気温差も激しいようです。ご自愛ください。

