

KSK

発行 KSK 神奈川県障害者定期刊行物協会
〒222-0035 神奈川県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3F 横浜市車椅子の会内

あゆみ会報

編集 湘南あゆみ会
〒254-0807 平塚市代官町21-4 SEA平塚ビル3F フレンズ湘南内
TEL/FAX 0463-24-0420

2023年5月号 第189号

報告

第18回定期総会開催

4月27日（木）ひらつか市民活動センターA会議室において第18回定期総会を開催しました。
出席者13名

第1部 総会

鵜殿満さんの進行により谷田川代表世話人の挨拶の後、議長に曾我節子さんを選出、書記に與野芳江さんを指名して議事が進められました。

先ず初めに議案1、令和4年度事業報告、決算報告があり、続いて監事志賀さん欠席のため監査報告が渡辺みどりさんからありました。

議案2は、令和5年度事業計画案、予算案の発表、議案3の役員改選案が発表され、続いて議案4の会則変更案が発表され、全て承認されました。

令和5年度役員は以下の通りです。

代表世話人：谷田川靖子

副代表世話人：鵜殿満 渡辺みどり

世話人：岩佐良子 倉鹿野俊子 鈴木キヨ江
曾我節子 檜垣睦彦 柳川智子（新）
與野芳江（新）

監事：志賀知子

令和5年度事業計画は以下の通りです。

- 4月 定期総会と講演会 ピアサポーターによる体験発表「病気になって思うこと」
- 5月 中戸川早苗氏による講演会「生き方を支援させて頂く事への追求～精神看護の基本的な考え方～」
- 6月 映画上映「どんぐりの家」
- 7月 SST勉強会
- 8月 平塚市への要望書提出

- 9月 「みんなねっと全国大会」兼「関東ブロック大会」さいたま市
- 10月 平塚市福祉会館まつり
- 11月 「県民の集い」小田原市
- 12月 SST勉強会
- 1月 新年会兼バス研修旅行
- 2月 平障連50周年記念大会
- 3月 交流会

第2部 講演

ピアサポーターによる体験発表

「病気になって思うこと」

講師 T・Mさん（ほっとステーション平塚所属）

講演の前にほっとステーション平塚の相談員大嶋さんよりピアサポーターについて説明がありました。

〈ピアサポーターとは〉精神疾患をお持ちの当事者の方で、病院を訪問して長期入院者に退院促進・地域生活支援等の説明をしたり、大学や会社の研修会などで体験発表や普及啓発活動を行っている。現在、ほっとステーション平塚は、神奈川県及び平塚市の委託を受け、3名の方が体調に無理のない範囲で活動している。

〈Tさんのお話〉

Tさんは現在43歳。診断名は医者によってまちまちである。大学では精神保健福祉を専攻したが、22歳の時発症した。これまで複数回再発し、オーバードーズでICUに3回、精神科病院に5回入院し、身体拘束も受けた。調子の悪いときは暴言を吐き、自分の身体を拳で強く打ち叩き、痙攣や

抑うつ状態、疲れやすさが続いた。ほっとステーション平塚から作業所に繋がり、仲間が出来て安心し、視野が広がった。36歳で恋愛経験をした。4年前に入籍をして支えながら今日に至っている。子どもの時、性的虐待を受けた事があるが口止めされ、家族に心配をかけると思い25歳まで言えなかったが、それが発症原因とは考えていない。母親とは友達親子のように仲が良い。親として娘をどう見ていたか。オーバードーズの時、暴言を吐かれた時は悲しかった。あんなに元気な娘が何故？生きていてだけでいい、自分の命に代えても、と思ったと云う。苦しんでいる時は受け入れるしかなかったとも。うちの家族は怒ったことがない。次兄は拒食症になり、今は鬱で動けない。原因は分からない。動けないのは何故か？病気だからである。友人は動けない時、母親から散歩にでも行ったらと言われたと言う。それは小言に聞こえたと。病気を受け入れられないのがまたストレスとなる。が人間は変わる。今の自分がかつての病院の医者も看護婦もそれと分からなかった。

〈質問コーナー〉

Q1 オーバードーズしたり、身体を打ち叩いたりして自分を痛めるつけるのは何故か？

A 自分は強くありたいと思っていた。がそうなれない自分が嫌いで自分なんかどうなってもいいと思っていた。がその一方で助けてほしいと思っていたが言えなかった。

Q2 病識のない人を病院に連れて行くにはどうしたらいいと思うか？

A 人を変えることは出来ない。家族以外の信頼できる第3者に頼むのも大切。自主性を大切に、距離感を持つ。自分のやりたいことをやって、結果が悪くても糧になる。

Q3 身体拘束をされた時はどう思ったか？

A ICUでミトンをされていたので看護婦に聞いたが説明してくれず悲しかった。思い出したくない。

Q4 寛容なお母さんの対応について聞きたい。

A 母は娘を障害者とは考えず、近所の人にどう見られようと気にしなかった。自分が身体を叩いている時も、大丈夫か、行けるかと聞き、バイトに行かせてくれた。また、夜中、様子を見に来てくれていた。

Q5 自分が病気になったのは親のせいだと息子は云うが。

A 誰かのせいにしないと自分が保てないから。時が来れば気付くと思う。症状が悪い時の言葉は真に受けない方が良く。家族も疲れないように支援につながる必要がある。

Q6 当事者から見て良い医者とは？

A 信頼出来る医者。たとえ厳しくても。

Q7 結婚されたことについて。

A 夫から引っ越しを、と言われた時一度は断った。経済的な事が心配だったから。だがやってみないと分からないと結婚した。両親は反対しなかった。結婚後も薬は変わっていない。結婚は互いの距離を取ることが大事。時には家を離れて自分の時間を持つ様にしている。今、一番残念なのは子どもを持ってない事。病気を受け入れるのは今でも難しい。

この日の体験発表は2人の予定だったがTさん1人となった。それだけ体調管理が難しい事が想像される。Tさんは赤裸々に体験を話してくれた。長い闘病生活はどれほど大変だったろうか。また、Tさんを支えて来たご両親のご苦労は？結婚出来たことは夢のようだと。嬉しくもあり、心配でもあり。でも反対はされなかったと。なんと素晴らしいご両親であろうか。時々鬱の症状で入院するというご主人と末永くお幸せにと祈らずにはいられない。
(まとめ谷田川)



「体験発表を聞いて～皆さんの感想～」

◎ご自分の辛い体験を皆さんの前で話してくれたことにとっても感謝です。自分の子どもであっても分からないことが、今日のお話で多少なりとも理解できたような気がします。心にとっても効いた貴重なお話を有り難うございました。

◎Tさんのお話は自分の息子と混同してしまう事が沢山あります。ご両親の愛情はTさんのご病気を温かく見守ってくれていたのだと感動しました。

◎ご自分の事をお話になるのはとても勇気のいることだと思います。有り難うございます。娘（38歳）に何かを期待しなくなってから楽になりました。何かをしてくれたら「有難う」と言っています。

◎自分の人生は自分のものだ。どのような人生であろうと、それが悪い方向へ行ったとしても、その人の人生を尊重する。助けてと言えなくて自分を叩いたりしていた。そのとき、どのような言葉をかけてあげたらいいのかなと思った。

◎勉強になりました。いつも有り難うございます。

◎本日は有り難うございました。大変な人生の途上での思いのお答え1つ1つには同感できる事ばかりでした。苦しいことはまだ続くかも知れませんが、今のままご自分に素直で行って下さい。真心が本当に良く伝わってきました。お疲れ様でした。

◎有り難うございます。大変良かったです。気持ちを楽にこれから生活して下さい。

◎体験発表を聞いて自分が学んで来たことは間違っていなかった事を確認出来たような気がした。当事者と距離、時間をおいて、時が解決していくのだろうと日々努力しています。

◎当事者との付き合いに距離が必要という言葉に納得。症状の良い時は放っておくが、悪いときは心配でしょっちゅう声をかけ煩わしがられた。心配でも見守るだけにしたら、悪い状態の時間が短くなった。

◎本人も親である私も病気（統合失調症）が嫌いではありません。毎日楽しく生きています。

会では当事者の方のお話をしばらく聞いていませんでしたので久しぶりで行くことになりました。会員と病気の方とは、肉親であるが故に本音で話し合う事が難しいことがあります。今回のように冷静に我が子・肉親以外の方からお話を聞くことは、自分の有り様を見つめ直す機会にもなります。一方、お話下さる方にとっては、大勢の人の前で、自分の辛い体験を話すことは大変なストレスになることと思われまます。今回お話下さったTさんに心からお礼を申し上げます。



これからのお知らせ

5月定例会 講演会

再掲

5月30日（火）13：30～15：30

ひらつか市民活動センターA会議室

北里大学看護学部 中戸川早苗氏

「生き方を支援させていただく事への追求
～精神看護の基本的な考え方～」

心理勉強会に参加して下さっている中戸川先生に講義をしていただきます。大学生になったつもりでお話を聞きませんか。

6月定例会 映画上映

『 どんぐりの家 』 字幕あり

6月18日（日） 〈上映30分前開場〉

1回目 10:30～12:20

2回目 14:00～15:50

平塚市美術館ミュージアム・ホール

《料金 無料》

主催 湘南あゆみ会

後援 平塚市障がい者団体連合会

連絡先 080-2071-5909 渡辺みどり

聴覚障がいに加え知的障がいや精神障がいを合わせ持つ、重いハンディを背負った子ども達の成長を願い、苦しみながらも歩んでいく両親や家族、それを支える人々の姿を描いた物語です。現代社会の人間の生き方、子育てや教育のあり方を見つめ直し、福祉の原点を問いかけています。

定例会として久しぶりで映画を上映します。

是非 皆様 お誘い合わせてお出かけ下さい！！ 岡江久美子 森繁久弥など有名な俳優陣が声優をつとめています。

7月定例会 SST 勉強会

7月11日（火）13:30～16:30

ひらつか市民活動センターA 会議室

80歳過ぎても益々お元気な高森先生から、相手の心に添った対応の仕方を学びましょう。



湘南あゆみ会からのお知らせとお願い

定期総会も終わり、令和5年度（2023年度）の新たな活動が始まりました。

湘南あゆみ会では、毎月役員会を開き、会員の皆様のお役に立つように、様々な活動を行っています。コロナの発生以後、集会参加者が少なくなっております。コロナは完全に収束していませんが、感染に十分気を付けながら、多くの皆様の参加を願っております。

現在、湘南あゆみ会の会員数は賛助会員も含めて155人（3月27日現在）となっております。今後 高齢化は避けられませんが、皆様が安心して参加出来る、参加して良かったと思える会を目指して活動を続けて参りますので今後とも宜しくお願い申し上げます。

精神保健福祉ボランティアグループ

こんぺいとうのお知らせ 予定

5/13（土）お茶会 中央公民館和室

13:30～15:30 参加費 100円

5/20（土）定例会 福社会館第3会議室

13:30～

5/27（土）サロン ほっとステーション平塚

11:00～14:00 参加費 200円

6/10（土）お茶会 中央公民館和室

13:30～15:30 参加費 100円

6/17（土）定例会 福社会館第3会議室

13:30～

ご意見、質問、お問い合わせは佐藤さんまで。

090-8487-0129

