

2πr通信 (2025年 1月号) R7/1/11 海老名精神保健福祉促会「2πr」

皆様、お正月はいかがお過ごしでしたか？ いろいろ大変な事があって正月どころではなかった方もおられたと思います。今日は1年に1度の新年会です。お話をさりたい方はたくさん話してください。勿論、聞き役に回っても結構です。2025年が、病気の本人達にとって、又、私達たち家族にとっても、より良い1年になりますように。



[報告]

*12/21 (土) 14:00~16:00 つばささんクリスマス会 福社会館娛樂室 2名参加。

*市への要望書への、市よりの「回答」

・連合会よりほかの障がい者団体とともに提出した要望書への回答です。 回覧します。

*市障がい者サポートセンターによる「障がい者の民間賃貸住宅支援」について 回覧します。

[予定]

*1/11 (土) 「イオン黄色レシートキャンペーン」レシートを2πrポストへお願い (1%還元)

*1/12 (日) 11:00~13:00 聖子さんの「当事者のための料理教室・水炊き」中新田コミセン 700円

*2/4 (火) 10:00~12:00 じんかれん研修会 (講演会) 県民センター 304 会議室

「良い支援のために ~ そもそもから整理する相談支援 ~」 じんかれんニュース参照

講師 湘南精神保健福祉士事務所 代表 長見 英知 氏

*1/28 (火) 10:00~12:00 海老名市福祉講演会 市役所 4階 401 会議室

「障害のある人の親あるあいだの準備」 講師 渡部 伸 氏 チラシ参照

お勧め映画 1/24 (金) より 「どうすればよかったか」 上映始まる 厚木 kiki にてドキュメンタリー監督の藤野知明が、統合失調症の症状が現れた姉と、彼女を精神科の受診から遠ざけた両親の姿を 20 年にわたって自ら記録したドキュメンタリー。

第 5 回オープンダイアログ学習会へのお誘い

時： 2月8日 (土) 13:00~15:30

会場： 海老名市総合福祉会館 2F 第1 会議室

講師： 厚木保健福祉事務所 渡邊晴美氏

講師よりのコメント：

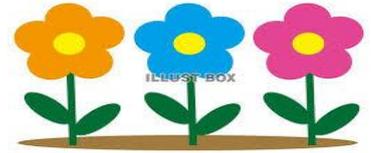
これまでの学習会では、どなたかの心配事をお聞きしてきましたが、今回は息子さんとの関係性において『希望の光』を感じ、ご自身が少し楽になられたお話を伺います。それを聴いて心に響いたことを皆さんと分かち合うことで、いろいろな感じ方を味わい、ご自身とも対話して頂けたらいいなと思います。

◎ 申し込み不要 無料 どなたでも参加できます。 問い合わせ先 080-2333-4987



◎2月定例会 2/8(土) 10時半~12時 第3 娛樂室 午後「オープンダイアログ学習会」

統合失調症の妹への思い



妹のH子（Hちゃん）は統合失調症と診断されて20年くらいになります。私は最初は病気のことには理解がなくて、「寝てばかりで怠けている」と冷ややかな目で見っていました。Hちゃんは学生の時、成績優秀で運動もできて生徒会長を務め、ピアノも私より上手で、何一つ勝てるところがなく、自分と比較して落ち込んでしまう反面、自慢の妹でもありました。

そのHちゃんが病気になって、家から出ないで寝てばかりになってしまっていて、あんなに優秀だったのに社会貢献もできない、お母さんに苦勞ばかりかけて、この先どうするの？こうなった原因は何？両親が死んだあとは私が面倒を見るってということなのか？と憤る気持ちもありました。私は、Hちゃんの大学受験が発症の引き金になったと思っているけど、本当のところは本人しか分からないし、今となっては発症の原因が何なのかは重要ではないと思います。

Hちゃんへの思いが変化したきっかけは、Hちゃんが自殺を図った時です。その時になって、一番辛かったのは本人だったと初めて気が付きました。Hちゃんを社会復帰させるためにどうしたら良いか、という事で頭がいっぱいだったけど、それは家族のエゴだったと。私は何を望んでいたのか。今Hちゃんは、死ぬほど追い詰められて苦しんでいる。そんなに辛かったのか。もういいから、何でもいいから、とにかく生きていて欲しい。

子供の頃、5歳離れて生まれたHちゃんは、可愛くて、同じ布団で抱っこして寝ると温かくて、一緒に寝るのが好きだったことを思い出しました。姉妹ならではの感情なのか、Hちゃんにお母さんを取られたようで妬ましく感じたり、自分より優れているところが多くて羨ましかったり、張り合って優位に立ちたいと思ったり、色々な思いがありましたが、幸せになって欲しいという気持ちは変わりません。

今は病気の苦しみが少しでも楽になって、妄想の世界から脱して、現実の日々を穏やかに過ごせることを願っています。社会復帰や将来の事は考えずに、目の前のHちゃんを受け入れて、Hちゃんの良いところを見られたら良いのだ、と考えるようになりました。

私から見て、最近までHちゃんは自分の病気を受け入れることが出来なかったように思います。優秀だった時の自分と病気になった自分とのギャップが大きすぎたのかもしれません。Hちゃんは架空の人物になりきって、架空の仕事の話や子供たちの話を私にする事が多くありました。今の自分が認められない、これは自分ではない、という気持ちから架空の人物になりきっていたのかもしれません。

このところ、お父さんと平塚の「花菜ガーデン」に外出することが増えて、薬の量も少し減って、架空の人物ではない「素」のHちゃんと話ができる時間が増えたように感じます。妄想ではなく現実世界の景色や風を感じることで、自分を取り戻せる時間が増えたのなら嬉しいことです。そのままのHちゃんが良いよ、ということを感じて、Hちゃんの心の霧が晴れるように家族として共に歩んでいけたら幸いです。（A. U.）