

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  
定価 50円（会員は年会費に含まれています）

2024年12月号 第208号

## 報告

### ●精神保健福祉ボランティア養成講座(第2回) 福祉会館 11月9日(土) 10時~12時

「精神障がい者相談事業所から・当事者から」

講師 ほっとステーション平塚所長 村田剛氏 ピアサポーター 兎馬(とま)さん (ペンネーム)

村田さんからは、仕事で精神障害者に関わっている人の言葉よりも同じ病を持つピアサポーターの言葉の方が当事者さんに届くというお話でした。

兎馬さんは、中学時代にいじめを受けたこと、周囲からは仲良しと見られていたが、成績を落とせなど強要されたことを話されました。志望校がいじめた人と同じだったので、成績が落ちていたこともあり進路を変更したそうです。病気を発症してからは、とてつもない体の重さ、動けない苦しさなどを語られました。高森先生の「病気の人はいつも20キロくらいの鎧を着ている状態で、寝ていても疲れが取れないんですよ」という言葉を思い出しました。

### ●みんなねっと 2024年度関東ブロック大会・第50回県民のつどい

11月14日(木) 川崎市高津市民会館 主催：みんなねっと じんかれん あやめ会

基調講演「当事者と家族にとって精神科訪問看護の役割・可能性」

講師 聖路加国際大学大学院 看護学研究科 瀬戸屋希教授

訪問看護とは

対象 地域で暮らす精神障害を持つ方とご家族

場所 自宅、グループホームなど。アウトリーチ(出向していく)

費用 精神科医師の指示書に基づき医療保険で提供される

歴史 1960年頃から保健師や病院看護師によるボランティア的な訪問活動が始まり、家族、当事者に好評

1986年、1994年、2012年と節目を経て現在に至る

適用 介護保険 65歳以上の要介護・要支援の方

医療保険 身体疾患を持つ方 **精神疾患を持つ方**



- ・最初は当事者に拒絶されることも多く、家の中に入れないこともある回数を重ねて面会、会話と信頼関係を築いていく
- ・当事者、家族側が訪問側にしてほしい事と、してほしくない事、できる事とできない事を伝えることが大事。目標を共有し、健康と生活を支える支援を受ける
- ・訪問看護ステーションの数が増えている。(神奈川県内10,000箇所位) 今後は質を高めていくことが課題

・訪問看護の始め方

1. 主治医に相談 2. ソーシャルワーカーに相談 3. ステーションに直接連絡「神奈川訪問看護ステーション一覧」で検索すると表が出てくる

パネルディスカッション

コーディネーター 川崎市総合リハビリテーション推進センター所長 竹島正氏

パネリスト 基調講演講師 瀬戸屋希氏 SSTリーダー高森信子氏

みのり訪問看護ステーション所長 小川未生氏

あやめ会理事長 精神保健福祉士 長加部賢一氏

各々の方のお話の後、会場からの質問に答える形で進行しました。一部内容を記します。

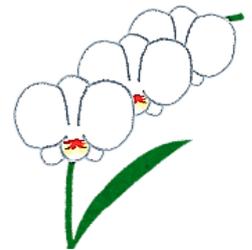
- ・17回入退院した人が最後に退院する時、医師から訪問看護を勧められ、支援を受けたら再発していない
- ・今後の精神科訪問看護に期待すること…1. 未受診・医療中断ケースへのサポート 2. 家族への心理教育 3. オープンダイアログ的支援
- ・家族への SST に初参加の人からは「なぜもっと早く家族会を知らなかったのだろう」「もっと早く知識を得たかった」の声があがる
- ・高森先生から当事者さんへの接し方の要点などの資料が配られました。また、次のようなお話がありました。

- ・友達が欲しいと思う当事者さんが、作業所に行っても友達をつくれないう。自己開示 1,2,3 をする。1,お天気やスポーツなど世間話、2,自分のこと、3,自分の秘密(刑務所に何年居た等)。1,2,3 の区別ができるのが大人。
- ・18年間息子のために、仕事をやめて尽くしてきた父親に、息子は話をしてくれなかった。2月の真夜中の2時、息子が冷蔵庫をゴソゴソしていた。何をやっているのか聞いたらアイスを探していると答えた。80代の父親はコートを着てコンビニにアイスを買に行った。それから口をきいてくれるようになった。父親いわく、「父親はボロボロにならないとだめですね」

会場の受付で精神医療国家賠償請求訴訟研究会の冊子が配布されました。10代後半から入院生活を余儀なくさせられてきた伊藤時男さんは、東日本大震災が起きたことで病院から出ることができました。大熊町の精神科病院だったため、原発の事故で避難し、転院した先で入院が必要な症状ではないとあっさり告げられたのです。その時61歳でした。退院できない絶望から自ら命を絶つ人もいました。精神障害者に対する基本的な人権が侵害された状況を漫然として放置してきた国の責任を問う裁判です。

〔弁護団の意見陳述〕

- ①人生の大半を精神科病院で過ごさざるを得ない人がいる
- ②現在の入院患者約28万人のうち13万人が強制入院
- ③うち5万人は国も「受け入れ条件を整えば退院可能」と認めている
- ④入院が5年以上の高齢者の3分の1は死亡退院
- ⑤世界では1970年代以降病院を減らし、コミュニティケアに転換
- ⑥国連機関の勧告を日本は何度も受けている



ベルギーは日本と似ていましたが、1990年からの改革で病床を減らし、地域福祉へ移行しました。米国マディソン市ではリカバリーの促進をし、入院医療費削減をしています。

現代では、奴隷制や明治頃の選挙権（直接国税 15 円以上の男性のみ、もちろん女性に選挙権は無い）といった制度は誰からも否定されると思います。まだまだ不備のある精神障害者への運賃割引も 10 年かかりました。制度を動かすのは時間がかかります。精神障害者に対する人権侵害を粘り強く訴えていきたいと思います。

## ●心理勉強会

11月15日13:00~16:00 ひらつか市民活動センター 参加者14名

講師 心理カウンセリングルームそらいろ代表 井上雅裕氏

### 「親離れ、子離れを考える」

回復の上で大切なこととして**体の面**からのアプローチ(服薬や食事、運動療法)と**心の面**からのアプローチがあります。

長期間服薬しているのに回復しないケースはなぜか。薬は精神を活発にしたり、落ち着かせる目的で使用しますが、認知の修正や人としての考え方の成長は期待できません。今回は心の面での親離れ、子離れを扱いました。

**親離れできない子**…支援をされる側が相手とのバランスを理解できずに要求し続ける。心が成長しないまま時間が経過してしまう。「こうなったのはおまえのせいだ」自分が王様になった時、一気に自分の尊厳が回復する。多く求めると親が辛い。我慢すると子供が辛くなる。精神疾患の人は我慢しすぎている人。

**子離れできていない親**…指示しすぎる。「〇時だからご飯を食べなさい」「これをこれだけ食べなさい」「食べたらず寝しなさい」「私が言わなかったらこの子は何もしない」…子は言われるままに行動し、このバランスで時間が過ぎる。親が弱ってくるとパワーバランスが崩れ、親をうるさく感じて暴力が出る。多く支援すると成果が欲しくなる。「こんなに面倒見ているのにねえ」少なく支援すると心配になる。今の関係性にいったんメスを入れる。支配する快感を手放さないと実現しない。

- ・当事者は自分が情けないと思っている人。自分ができることをやるのが社会進出になる。家庭は小さな社会。家事ができるとは社会に進出したことになる。「ありがとう」「助かるよ」
- ・親離れ、子離れは実務経験を積むと実現する。日常の生活をベースに改善する。
- ・今の日本では常識から見て好ましいことを目指すと子供の心を見なくなる。
- ・言われたらそのままやるのは迎合。対人コミュニケーション能力を高めるとは、それぞれ言いたいことを言ってまとめること(協調)。交渉力を高める。感想を話し、会話ができるようになると成長したといえる。

参加者からの発言とそれに対する応答

- ・週に1回くらい体調不良で仕事を休み、仕事を継続できるか不安→無理をさせない方が良い
- ・ほっとステーションに2回くらい行ったが、風邪をひいた後行けてない  
→元気があったら行く、なかったら行かないという適切な判断ができているとする
- ・友達が欲しい50代の息子さん。訪問看護の人と話してスマホを持たせた。迷惑メール(海外の女性の写真付き)がたくさん来る

- ・叫びたくなる人には止めるのではなく、なぜそうなるのかを聞いてみる
- ・長期入院していると病院に適合した人になってしまう

今まで勉強会で扱ってきたテーマで、試してうまく行ったこと、ダメだったことなど参加者から投げ返してほしいと井上先生が話されました。勉強しただけだと忘れてしまいますが、実践し、質問して求めたものは身に付きます。他の方のお話も参考になります。個別の相談も休憩時間などで対応していただけます。皆様の参加をお待ちしています。

## ●ともに生きよう「障がい者の日」キャンペーン 主催 平塚市障がい者団体連合会

11月16日(土)13:30~15:30 OSC湘南シティモール

平塚市長 落合氏、教育長 吉野氏、社協会長 木川氏が参加してくださいました。

進和学園の「とびっきりレインボーズ」の皆さんのパワーあふれる演奏、歌、踊りに元気をもらいました。それぞれの人がその人らしく楽しんでいる様子が印象的でした。

また、高浜高校の「手話コミュニケーション部」の皆さんのパフォーマンスはとても優しく癒されました。手の動きが美しく優雅でした。盛況のうちに楽しいひと時が過ごせました。

### これからの予定

#### ●1月新年昼食会

日時 2025年1月27日(月) 13時~16時

場所 ひらつか市民活動センターA会議室

参加費 1200円

申込み 1月17日(金)まで

申込先 0466-81-8494 (志賀 留守電可)

これまでの活動の振り返りとこれからしたいことなど話合いましょ。



#### ●2月定例会 SST

日時 2月14日(金) 13時30分~16時30分

場所 ひらつか市民活動センター A会議室

講師の高森信子先生は、日本で初めてSSTを始めた方。家族の立場、当事者の立場に立ってアドバイスをくださいます。相談したい事をメモしてご持参ください。初めての方も大歓迎です。

特に時間を割いてくださいます。

#### ●精神保健福祉ボランティアグループ **こんぺいとう** の予定

12月28日(土) 11時00分~14時00分 サロン 福祉会館調理室・いこい室 参加費 300円

1月11日(土) 13時30分~15時30分 お茶会 中央公民館3F和室 参加費 100円

1月18日(土) 11時00分~14時00分 サロン 福祉会館調理室・いこい室 参加費 300円

1月25日(土) 13時30分~15時30分 定例会 福祉会館