

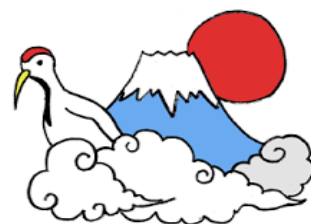
ぎふかれん

No.66 2021年1月発行

発行 NPO法人 岐阜県精神保健福祉会

☎500-8385 岐阜市下奈良 2-2-1 岐阜県福祉・農業会館 3階

TEL/FAX 058-271-8169 HP <https://gifu-karen.jimdo.com/>



理事長あいさつ

理事長 服部 信子

皆さん、お変わりありませんか。

秋からの新型コロナウイルス感染拡大の第3波は、12月になっても収まる気配がみられません。3密を避ける日々が続きます。

「知ってもらいたい心の病」などの講演会は、日時の変更等を余儀なくされましたが、多くのご参加を頂き、無事開催できました。参加人数の制限で事前申し込みとなり、コロナ陽性者発生に備え連絡先（住所・電話番号）明記となりました。皆さんのご協力に感謝いたします。

今、ぎふかれんでは「ぎふかれんのあゆみ」を作成しております。1974年（昭和49年）「ぎふかれん」の設立から、現在までの活動をまとめています。精神障がい者の医療費無料化も設立当初からの目的であり、運動の成果だと実感しました。

今年度、電話相談に加え、面接・メール相談も正式に始めました。面談は、まず電話で予約をして「ぎふかれんの事務所」にお越しください。2時間ぐらい、しっかりお話をお聞きします。会員の皆さんも会員以外の方も、困りごとなどありましたら、お気軽にご利用下さい。

県大会・家族学習会も計画中です。皆さんのご参加をお待ちしております。

新理事ご挨拶

うすだ じょうえん
臼田 浄圓（郡上つくし会家族会会長）

朝夕の寒さがましてくれました今日この頃、家族会の皆様には新型コロナウイルス感染防止で大変な毎日の中ご健勝のこととお慶び申し上げます。

郡上つくし会家族会の会長職を、前任者の谷口昇三氏から引き継ぎを受け、また先のぎふかれんの臨時総会にて、新しく理事に就任いたしました臼田浄圓と申します。

郡上つくし会家族会は、会員の高齢化等から各種行事等に支障をきたしているところです。今後は会員の皆様のお知恵を頂き、会員間の繋がりを大切にして諸問題に当たっていきたいと思っています。私はぎふかれんにおきましては経験不足ではありますが、理事の皆様との交流を深め障がい者家族の皆様が一致団結し障がい者が生きやすく安心して暮らせる社会の構築に努力したいと思っています。



この機関紙は、岐阜県共同募金会のご寄付で作成いたしました

令和2年度 岐阜県精神保健福祉啓発事業 報告

◆『第36回知ってもらいたい心の病』講演会

日時：令和2年9月26日（土） 13:30～16:00

場所：セラトピア土岐 3F 大会議室

演題「精神疾患の診断と対応～統合失調症・発達障害～」

講師：深尾 琢 医師（岐阜大学医学部附属病院 精神科医）

参加者 80名（うち家族45名・当事者7名・支援者23名・一般5名）

●統合失調症とは

- 定義がいろいろだが、自我障害（自分と他人の堺が曖昧）があること。
例えば、「自分が考えていることが、他人に分かってしまう。」「みんなが、僕の考えを知っている。」「天の声が聞こえる。」
- 幻覚（幻聴）、妄想、まとまりのなさが6か月続く。

●発達障害とは

- 空気（人の気持ち）が読めない。
- 似たのがいろいろ

治すかどうかは患者の自由 → 自由に選ぶと、人のせいにできない

病識がない時は家族の自由

家族の役割は、病識を欠いたときに治療の承諾 → 治療への意思がぶれないこと

●アンケートからの抜粋（回答者50名）

- 普段よく聞く講演と別の切り口でお話をいただいて、大変興味深かったです。
- 私も当事者ですが、治す自由があると思いました。
- 治すかどうかは患者の自由・家族の自由にビックリしました。最新の治療をもっと聞きたかったです。
- ぶれない家族の判断は難しい。いつも言われます。まさしく自我障害（自分と他人の境が曖昧）。息子の今の心境がよくわかりました。自他が独立していない。サービスする側の責任問題が弊害となり、当事者家族の要望するサービスがうまく進まない。一緒に動いて欲しい。出かけて欲しい。そんなサービスが受けられる事務所・病院が欲しい。
- 病気の認識をどうとらえるか。困難は何か何を希望するかが重要とのこと。家族としては病気の回復が第一で、勿論これに向けての治療を望むが、回復がどこまで可能か。どこまでならあきらめられるかが難しい。当事者がどのような形でも幸せに暮らすことが出来るような治療・社会支援が望まれます。



◆『第37回知ってもらいたい心の病』講演会

日時：令和2年10月3日（土） 13:30～16:00

場所：瑞穂市総合センター 2F あじさいホール

演題：「障がいと共に生きる～持続可能な社会に向けて～」

講師：神山 忠 氏（教員・発達障害当事者・元自衛官）

参加者：80名（うち家族37名・当事者4名・支援者35名・一般4名）

岐阜特別支援学校地域支援センターの元センター長として発達障害児や親への支援に携わり、自身も学習障害（LD）がある神山忠さんが、学校生活のつらい体験を語られました。

発達障害とは、自閉スペクトラム症、注意欠如・多動症、限局性学習症（学習障害）などを含む幅広い概念を指します。発達障害は脳の発達の違いによるものであると考えられており、ストレスなどによる可逆性の心理的変調ではありません。また、感染症や遺伝子の異常による疾患が原因となることもあります。原因不明のことがほとんどです。症状に合わせた理解や支援を行うことが重要な疾患です。また、自閉スペクトラム症の方にみられることのある易刺激性や注意欠如・多動症には保険診療で薬物療法が用いられることもあります。

●アンケートからの抜粋（回答者44名）

- ・人は特性を持って生まれて、環境が人を変える。人間の弱さを認め合う社会・家族への取り組みに勇気をもらって、変わっていく社会が必要です。考え方、アイデア、体験談は、素晴らしい話。
- ・神山氏の学習障害については、よく判りました。人生の生き方たのもしく思いました。この生きにくい世の中を「個性として生きる」という事に行きつきました。
- ・LD（学習障害）に関して、ここまで詳しく聞いたのは、初めてです。精神障がい者には発達障害者が多いと言われますので、こうした学習も必要でしょう。
- ・社会が暮らしやすくなるためには、障がい・健常と隔てることなく、誰もが活躍できる社会をみんなが作っていける、そんな社会になることを僕は願っています。貴重なお話どうもありがとうございました。
- ・どんな病気・障害があっても合理的配慮があれば、普通に暮らしていけるのではないかと考えるきっかけになりました。
- ・先生ご自身の実体験を踏まえた思いのこもった話で、支援のあり方について、参考にさせていただけるお話でした。



『岐阜県精神保健福祉研修会』

日時：令和3年1月11日（月・祝）

受付 13:00 13:30~16:00

場所：バロー文化ホール（多治見市文化会館）小ホール

演題：「オープンダイアログを目指した取り組み

～病院から地域へ～」

講師：医療法人明和会 琵琶湖病院 地域移行ユニット

村上 純一さん（精神科医）

山中 一紗さん（精神保健福祉士）

オープンダイアログ（英語：Open dialogue）とは？

統合失調症に対する治療的介入の手法で、フィンランドの西ラップランド地方に位置するケロプダス病院のファミリー・セラピストを中心に、1981年代から実践されているものである。「開かれた対話」と訳される。統合失調症、うつ病、引きこもりなどの治療に大きな成果をあげており、発達障害の治療法としても期待されている。

モノログ（独白）をダイアログ（対話）に開くために

- 本人抜きではいかなる決定もなされない。
- 依頼があったら24時間以内に、本人・家族をまじえて初回ミーティングを開く。
- 治療対象は最重度の統合失調症を含む、あらゆる精神障害をもつ人
- 薬はできるだけ使わない。
- 危機が解消するまで、毎日でも対話をする。
- テーマは事前に準備しない。スタッフ限定のミーティングなどもない。
- もちろん幻覚妄想についても突っ込んで話す。
- 本人の目の前で専門家チームが話し合う「リフレクティング」* がポイント。
*「何事かをじっくり聞き、考えをめぐらし、そして、考えたことを相手に返すこと」
- 治療チームは、クライアントの発言すべてに応答する。

日本への導入

オープンダイアログ・ネットワーク・ジャパン（ODNJP）が中心となって普及を進めている。保険適用外（2018年現在）であることや、従来の薬物療法中心の精神病治療の考え方を変える必要があるなど、国内での普及には大きな壁があるが、書籍などを通じて学ぶことで、家族が実践することも可能である。

岐阜県初 家族による家族学習会セミナー開催

全国の家族会が抱える問題は、会員の減少と高齢化です。現代はネットの時代ですが、ネットは実際に手を差し延べてはくれません。人とのつながりが当事者や家族を助けてくれることになると思います。そのためにも、家族会を存続させ人材を育成していくことが必要不可欠だと思い、家族学習会の開催を決めました。

●「家族による家族学習会」とは

家族同士が小グループで行う体系的なピアサポート・プログラムです。このプログラムの目的は「家族が元気になること」です。元気になる家族には、家族学習会に参加する家族、それを実施し運営する家族も、すべての家族が含まれます。

また、家族学習会は家族の孤立感を軽減するとともに、正しい知識や対応の仕方を学ぶことができます。そのため、家族会につながらずに孤立している家族、特に発症間もない人の家族を主な対象としますが、家族会員間の学習にも活用できる方法です。

◆家族による家族学習会セミナー

日時：10月28日（水） 13：30～16：30

場所：ハートフルスクエアG 2階 大研修室

講師：4名 参加者：40名（家族34名・当事者3名・支援者3名）

◎アンケートの結果

家族学習会の効果を期待できた？という質問に対しては、「できた」という方がほとんどでした。家族学習会をやりたいと思う？という質問に対しても、ほとんどの方が「やりたい」と思うとの回答でした。

◆家族による家族学習会 担当者養成研修会

日時：11月30日（月） 10：30～16：30

場所：ハートフルスクエアG 2階 研修室50

講師：4名 参加者：12名（傘下の5つの家族会会員）

◎アンケートの結果

- ・リーダー・コリーダーの体験は非常に学ぶことが多く良かった。
- ・毎月の定例会の家族会の内容、進め方等にも参考にしたいです。

◆家族による家族学習会

全5回連続講座を開催します。今年度は2月頃岐阜市で開催予定です。

●参加できる方：統合失調症など重度の精神疾患の方を家族に持つ人で5回通して参加可能な方

●内 容：テキストを使用し、話し合いなどを通して統合失調症について学びます。

●担当者：統合失調症の方を家族に持つ家族会会員、3～5名が担当します。

好評につき来年度もセミナー・研修会・家族学習会を開催したいと考えております。

令和2年度 電話相談スキルアップ研修会

ぎふかれんでは、県の委託事業として火・木・金曜日 10:00~15:00に「精神障がい者家族に対する心の電話相談」を行っております。電話相談員や家族会でのいろいろな相談に対する技術向上のため、年間2回研修会を実施しています。

第1回電話相談レベルアップ研修会は、NPO法人岐阜いのちの電話協会理事・河村眞志氏を講師に迎え、令和2年9月2日(水)13:00~15:00 岐阜県福祉・農業会館2階大会議室にて実施しました。

大阪市平野区で実際に起こった障がい者の自殺を事例にして、何故この人が自殺したと思うかを皆で討論しました。

- ・自分の障害のことを知られなくなかった。
- ・自分の秘密を人にバラされることが、死ぬほど嫌だった。
- ・人前で恥をかかされた事が我慢ならなかった。

自殺を予防するにはどうすればよいのか。

- ・地域の人と連携する。
- ・秘密保持⇔情報の共有(条件つき)絶対ではありません。命にかかわる場合
- ・相手が特定できる。情報開示してもらえるような状態に持つていく。
- ・明確で、差し迫った命の危険があると判断される場合は、関連機関に連絡する。

第2回電話相談レベルアップ研修会は、令和3年2月8日(月)を予定しています。

『日本善行会』・『岐阜県精神保健福祉協会』から 今村辰司さんが表彰されました

- 「あなたは永年にわたり社会福祉に貢献し多くの人びとに喜びを与えました
よってその行為を称え善行章を贈り表彰します

令和2年11月21日
一般社団法人 日本善行会
会長 勝野 堅介

- 「あなたは精神保健福祉事業の重要性を深く認識され多年その向上と発展に尽力されました功績はまことに大なるもの
があります よってこれを表彰します

令和2年11月2日
岐阜県精神保健福祉協会
会長 田口 真源



たんぽぽの会

会長：井上 俊子

たんぽぽの会は、平成3年に発足し、精神障がい者本人と主にその親たちの会です。市の障害者団体に加入したのは、平成15年です。

全国的には、「全国精神保健福祉会連合会（みんなねっと）」があり、私たちの会は、「岐阜県精神保健福祉会連合会（ぎふかれん）」の支部として存在しています。

精神疾患に対する無知、誤解、偏見などにより多くの方々が、日常生活や社会生活に支障を有しています。現在精神医療が入院治療から在宅中心の医療へと変わってきています。精神の障がいを持っていても地域で安心して暮らせるようになることを願って活動しています。毎月の第二火曜日に例会を開催し、懇談会、学習会、施設見学、研修会への参加、親睦会等を実施しています。

「たんぽぽの会」の主な活動

●学習会

講師を招いての学習会

- ・各務原市の福祉制度について
- ・就労支援事業について
- ・成年後見制度について
- ・認知行動療法について
- ・社会福祉協議会の活動について
- ・「私のリカバリーストーリー」等

資料に基づいての学習会

- ・漫画家 中村 ゆき「我家の母は病気です」
- ・精神科医 夏刈 郁子「心病む母が遺してくれたもの」

●研修会参加

国の動向、県や他市の取り組みなどの情報を得る。精神科医の講演により病気の正しい知識や最新の治療について知る。

- ・「知ってもらいたい心の病」 体験発表、講演「いま私にもできること」
- ・精神保健福祉研修会
講演「精神症状が不安定になったときの受け止め方親子の付き合い方」
- ・こころの健康フェスティバル
特別講演「統合失調がやってきた」 講師：松本 ハウス
- ・甲州・東海ブロック家族会 精神保健福祉促進研修会愛知大会
精神の障がいを持っていても地域で安心して暮らしたい
～地域生活をささえる医療、アウトリーチ、そして当事者の力～

●施設見学

- ・クラブハウスゆうせん
- ・地域活動センターふらっと 等

●親睦会

当事者や家族が自分らしさと元気を取り戻すために野外活動、クリスマス会を実施。

●懇談会

おしゃべり感覚で互いの悩みを語り合い、それぞれの経験をもとに効果のあった日常の工夫などを紹介し合う。

「たんぽぽの会」についてもっと知りたい方は

精神疾患を患っている当事者は自立した暮らしを今生活している地域で自分らしく生きて行きたいと願っています。一人ひとりには小さな力でも皆が集まって大きな力にして願いを実現したいと考えています。同じ悩み、同じ不安を抱えている方一人で悩まず気軽にご相談ください。お待ちしております。

月刊「みんなねっと」の購読

全国精神保健福祉会連合会（みんなねっと）は精神障がい者の家族会の全国組織です。国の障がい者福祉・医療の施策制定に委員として参画しています。

年間 3,600 円（賛助会員 会費に購読料含む）

発行者 公益財団法人 全国精神保健福祉会連合会（みんなねっと）

TEL 03-6907-9211 FAX 03-3987-5466

ご希望の方は連絡してください。

「みんなねっとサロン」（コミュニティサイト）をオープンしました！

minnanet-salon.net を PC やスマホからアクセスしてください。会員登録（無料）です。精神疾患・障がいのある方の家族向けコミュニティサイトです。

家族による家族のための電話相談

同じ悩みを持つ家族だからこそ
共感できます！

相談日：火・木・金曜日（10：00～15：00）

面接相談も行っております。（要事前予約）

TEL：058-271-8169（祝祭日休み）

携帯：090-6578-9838（精神保健福祉士）

HP <https://gifu-karen.jimdo.com/>



会員（家族会員）・賛助会員及びボランティア募集

家族会員は各地区の家族会として、それぞれ募集致しております。

岐阜県精神保健福祉会連合会（ぎふかれん）では、各家族会を会員とした NPO 法人として、家族会のネットワークにより、地域精神医療・福祉の向上を目指しています。

是非、会員や賛助会員になっていただき、ご援助をお願いします。

会員：1,000 円/年 賛助会員：個人 1 口 1,000 円 団体：10,000 円

郵便振替口座：00890-9-123784 口座名：岐阜精保福連

ご支援・ご協力をいただき心から御礼申し上げます

献金者名（令和 2 年 4 月 1 日～令和 2 年 12 月 31 日）

佐藤 春元 様・友香 様 萩原 洋子 様

【編集後記】

「ぎふかれん」66号をお届けすることが出来ました。原稿ありがとうございました。

今後とも努力してまいりますので、会員の皆様応援よろしくお願ひいたします。

編集担当者一同