



2月例会報告

2月11日(日) 野火止一丁目集会所 出席会員 18名

2月は磯村先生を囲んでの懇談会の予定でしたが、予定変更で学習の続きになりました。気にしていた天気もなんとか持ち直して、会場の集会所には明るい日差しが差し込んでいました。

報告にあった浦和で行われた講演会「人生という視点から統合失調症を考える」については、2ページ目に要点を紹介します。

いつもの5分間の傾聴の時間、司会のIさんが声をかけているのに皆さんお話を熱中して聞いて聞こえません。休憩時間になっても、話が続けている人たちもいて、聞いてもらいたい話がたくさんあるんだなあと思いました。その後、白石弘巳先生の本(『統合失調症 正しい理解とケア』高橋書店刊)をテキストに学習の最終回をはじめました。第6章の「入院による治療」の中の▶別の病院への「転院」、第7章の「再発予防と自宅療養のポイント」▶退院後の生活 ▶再発の原因 ▶再発に影響をあたえる家族の対応(以下略)などを解説してもらい学びました。

テキストの中の【コミュニケーションをうまくとるコツ】の4つをここに記しておきます。

- 聞き上手になる……話をじっくり最後まで聞く。
- わかりやすく伝える努力をする……話すことは一つにしぼる。曖昧な表現を避ける。
- 相手を子ども扱いしない……患者さんが理解したり判断できることは多いものです。
- 不必要な恐怖感を持たない……家族が患者さんに対してこわがったり、おどおどした態度を見せれば、会話もうまく来ません。率直に、包みかくさずに話すようにしましょう。

*話し合いの中で、家族会の発足当時の苦労した体験談も出されました

(さいたま市障がい者社会参加推進事業～家族教室) 2018/2/3……〈講演要旨〉

テーマ: **人生という視点から統合失調症を考える**

伊勢田堯先生

～精神疾患の脳と心の反応性不調モデル～

(元東京都立多摩総合精神保健福祉センター)

- 精神疾患は昔も今も、一般社会になじまないとして社会から偏見・隔離されている。
- 病氣、障害を治そうとして、その人の持っている良いところ・潜在能力まで見えなくなってしまう。
- 海外から発信されている新しい発想: 症状があっても幸せな人生を過ごせる、利用者と支援者が対等の立場。
- 生活臨床: 生活の仕方での治療しようという考え方・世界は今この方向。人生が行き詰まっているから「統合失調症」になる→その行き詰まりを解消する。
- 精神保健における「リカバリー」とは、それはとても簡単なこと・人々が本人が望む人生を送ることができるように支援すること。
- 生活臨床は、病気を生活との関連で捉え、患者の希望を生活の中で実現しようとするプロセス。医学的専門知識だけではなしえない。家族・友人・近隣・住民らとの協働の取り組みが欠かせない。
- 生活臨床……【精神症状があるから生活・人生がゆきづまる】ではなく【生活・人生がゆきづまるから精神症状が発症する】と捉える。→どんな薬も及ばない効果を表すことがある。
- 精神疾患の形成過程: 脳と心の反応性不調モデル(伊勢田堯)
 - ・意識されているかどうかに関わらず、人は、ある生活目標を持って生きている。
 - ・この生活目標を、その人の脳機能と心理的特徴(性格)を通して、実現しようとしている。
 - ・生活目標が見つかり順調に達成の方向にあれば、脳もよく機能し精神も安定し快適な状態にある。
 - ・ところが、生活目標の達成が見つからなかったり、重大な障害に直面すると、脳機能や精神機能に「不調反応」が生じる。
 - ・統合失調症になりやすい脳機能の「くせ」と性格を持っている人は、その「不調反応」として、統合失調症の症状を発症する。・他の精神疾患も同様に…。
- 対応法: ①病名と症状に必要な以上にびっくりしないこと。症状軽減のために薬物などの身体療法・心理社会的治療を活用しながらも、精神疾患形成過程に沿った支援を展開する。②本人が持っている生活目標は何かを(自覚されていないことも多いので)、本人・家族・治療者で見つけ出すことに集中する。③その生活目標を、本人・家族の価値観・流儀で実現する具体的な方法を検討し、実施する。④リカバリー支援を継続する。

(まとめ 一之瀬)

研修会のご案内



みんなねっとフォーラム2017

『地域の中で共に暮らす』～それぞれの立場でできること～

午前の部 講演「地域で共に暮らすー愛南町の取り組みから」長野敏宏氏

午後の部 シンポジウムとディスカッション

日時：3月2日(金) 10:00～16:00

会場：帝京平成大学 沖中記念ホール(池袋)

参加費：無料(事前申し込みは不要ですが、資料引換券が必要です)

※資料引換券はみんなねっとホームページからダウンロードするか、一之瀬までご連絡いただければ、お送りします。☎042-456-7333

メンタルヘルスの集い

日時：3月3日(土) 10:00～16:00

内容：午前 対談「日本の精神科医療における呉秀三先生の業績」

午後 フォーラム “二重の不幸”から100年

～我が国の精神医療がたどった道とこれから～

会場：有楽町朝日ホール(有楽町マリオン11階) 参加費：無料(先着600名)

第14回 リー賞表彰式 & こころの元気+セミナー

「親亡き後を支える仕組み」～現状と課題～ コーディネーター：大島巖氏

日時：3月23日(金) 13:00～16:30

会場：東京国際フォーラムD7(JR有楽町2分、地下鉄有楽町駅D5出口直結)

参加費：無料(要参加券)

※参加券はWeb、FAX、ハガキで3月18日までにNPOコンボへお申込みください。当日は参加券を必ずご持参ください。

月刊みんなねっと購読について(年間3600円です)

4月から新しく購読をしたい方、やめたい方は2月末までに鶴飼までご連絡ください。

購読中の方でご連絡がなければ継続とさせていただきます。

(お支払いは出来れば3月か4月の例会時にお願いします)

【今後の予定】

- 2/17～18(土～日) 合同絵画展10:00～16:00 (中央公民館)
- 2/20(火) 権利擁護講演会 14:00～16:00 (中央公民館講義室)
- 2/21(水) 成年後見制度講演会(秋浦司法書士)14:00～(市民会館第1会議室)
- 2/21(水) 法人にいざ広報委員会 10:00～12:00 (支援センター相談室)
- 2/24(土) 埼家連Bブロック会議 13:30～ (にいざほっとぶらざ3F)
- 2/27(火) 埼家連広報委員会 (県障害者交流センター)
- 3/02(金) みんなねっとフォーラム2017 10:00～16:00(帝京平成大学池袋)
- 3/03(土) メンタルヘルスの集い 10:00～16:30 (有楽町朝日ホール)
- 3/09(金) 埼家連役員会 理事会 (県障害者交流センター)
- 3/09(金) 家族相談 13:00～16:00 (支援センター相談室)
- 3/16(金) 3月例会 14:00～16:00 (野火止一丁目集会所)

3月例会のお知らせ

日時：3月16日(金) 14:00～16:00

場所：野火止一丁目集会所

内容：来年度に向けて

役員会 12:30～

家族相談日

3月の相談は3月9日(金)13:00～16:00です

相談の方は15:30までにおいでください

注)第1金曜日がみんなねっとフォーラムと重なるため、日にちが変更になっています

場所：にいざ支援センター相談室 #予約される場合は鶴飼(080-1053-7816)まで

例会に出席できない方、ゆつくりお話ししたい方もお出かけ下さい。

当番の家族相談員がお待ちしています。3月の当番(矢野・森永)

※ 埼家連の「心をつなぐ家族電話相談」もご利用ください

☎ 080-6685-2128(携帯)



相談日 毎週 月～木 10:00～12:00 13:00～15:00(祝日は休み)