

## 12月例会は

2018(平成30)年12月  
新座市精神障害者家族会・やすらぎの会  
〒352-0023 新座市堀ノ内3-4-11  
社会福祉法人にいざ内  
No.220 電話 048-482-5155  
12月7日(金) 出席会員18名  
野火止公民館 講義室

久しぶりの野火止公民館での例会、ちゃんぽん皿うどん、そうめんなどの箱詰めパックを2階まで運ぶのが大変でしたが、代車を貸してもらい助かりました。今回もたくさんの方に購入していただきました。はじめに次のような報告がありました。

- (1) 航空旅客運賃割引が、精神保健福祉手帳の所有者と介護者1名に適用されるようになったこと。
- (2) 障害者手帳がカード型になったこと。
- (3) 2022年度から使用の高校保健体育の教科書に、精神疾患に関する記述が40年ぶりに復活すること。
- (4) 11/25のガレージ・バザールは好天のもと、家族会からは前日15名、当日18名の参加で無事終了したこと。

話し合いの前に「傾聴の時間」をとりましたが、みなさん真剣にお話しされている様子でやめるのが申し訳ない感じでした。さてこの日のテーマの「統合失調症薬物治療ガイド」については『こころの元気+』11月号を資料に学習を行いました。3枚の資料を読み、疑問や意見を出し合いました。実際に受診しているときに、このガイドラインはどう役に立つのかなど、気になっていることが話題になりました。また、飲んでいる薬のことで、副作用のことや減らし方のこと、また本人にその薬がちゃんとあっているのかしっかり確かめることが大事なのではないかなどいろいろな意見が出されました。

「実際の診察場面にガイドを持ち込んで、先生に『こんなことが書いてあるのですがいかがでしょうか?』と聞いてみてください。大事なのは、遠慮をさないことだと思います。薬を実際にのむのも、その恩恵と副作用を被るのも本人です。」(こころの元気+2018/11月号14頁堀合研二郎)

## 精神障がい者とSOS とりかばりー

～家族への暴力という  
難題に向き合って

2018.11.23 大宮ソニックシティ

埼家連主催のこの研修会の講師は大阪大学大学院医学系研究科 公衆衛生看護学教室の蔭山正子先生です。家族への暴力という研究を始めた動機は、インタビューで聞いたある母親の話からでした。・15年以上前の息子からの暴力・母親も息子も互いを大切に思う・母親は息子の目を見ることができない→親・息子両者にとって不幸。2014年から15年にかけて埼家連の協力を得て、家族会の全866世帯にアンケート、親26名にインタビュー調査を行う。結果の主な点は、(1)6割の当事者が家族に身体的暴力、見ず知らずの他人には1%、(2)退院や服薬をしても暴力は起きる、治療の優等生、(3)当事者とのコミュニケーションが不良な親は暴力を受けたり、精神的に不健康な場合が多い。

この結果を蔭山先生は、全国の家族会と保健所に郵送しました。両極端の反響があったそうですが、「この問題に蓋をして家族に我慢させることが本当に当事者の幸せか?」と考え研究を続けられたそうです。蔭山先生によるまとめ

### \*精神障がいの家族が受ける暴力ー私たち支援者が向き合うべきことー

1.家族への暴力は稀ではない、よくあること 2.暴力は、家族だけでなく本人をも不幸にする 3.いかに暴力の発生と悪化を防ぐかが重要 4.家族からのSOSは、もう限界というサイン 5.本人のリカバリーへの支援が暴力をなくす 6.家族に依存しない自立した生活を支援する 7.暴力を本人や家族の問題として捉えてはいけない、支援者の問題として向き合う

孤立した家庭に支援の手を差し伸べる……家族支援、家族会支援、危機介入、家庭訪問(アウトリーチ)を充実させる、周囲の偏見を取り除く。

この日、横浜ピアスタッフとして2人の当事者の方が体験を語りました。「家族よりも本人が先にリカバリー、つらい親子関係もいつかは笑って振りかえられればいい」「親の気持ち、本当にわかっていなかった、体験を書く本づくりの中で気づいた」「親だって思考錯誤しながら成長していくんだな」(Hさん、Aさん)

蔭山先生は今後「家族への暴力に関するインターネット学習プログラムの開発」に取り組まれるそうです。

## 研修会等の情報

### ◇埼家連主催研修会

#### 元気回復行動プラン「WRAP」を体験しましょう

日時：平成31年1月22日(火) 13:30~16:00

会場：埼玉県障害者交流センター 第1・2 研修室

講師：増川ねてる氏 (WRAP ファシリテーター)

対象：精神障がいを持つ人とその家族、興味関心のある方どなたでも

### ※増川ねてる氏のコメント

私が今伝えたいのは、病気があっても人生リカバリーできるということ。

なぜならば、人には「自分を」リカバリーする力があるのだから。

人生、苦しいことなどどんな人にもありますが、それがあっても、人には自分をリカバリーさせる力があるから、それを発動させて自分をチューニングし直して前に進むことが出来る。そのことを最後に強調しておきたいと思います。

### ◇第55回 こんぼ亭

#### 精神科医療の未来を語る

日時：1月19日(土) 12:30~15:30 (12:00開場)

会場：小岩アーバンプラザ JR小岩駅北口より徒歩15分

内容：第1部 上映会 大熊一夫監督ドキュメンタリー「精神病院のない世界」  
第2部 座談会 テーマ「精神科医療の未来を語る」

大熊一夫氏 岡崎公彦氏 宇田川健氏 伊藤順一郎氏

参加費：事前申し込み 3000円(賛助会員は2000円) 当日 3500円

事前申し込み締め切り：1月11日(金)(要事前振り込み)

※参加希望の方で、チラシ(裏面に、こんぼ亭参加申し込み票あり)をお持ちでない方は役員までお申し出ください。

## 作品募集 申込締切日が近づきました!! 奮ってご応募ください!!

### ◇精神障害者とその家族による作品展示会

日時：平成31年1月15日(火)~22日(火)

展示会場：埼玉県障害者交流センター

申込締切り：1月8日(火)

埼家連恒例の作品展です。絵画、書道、版画、写真、手芸品、編み物、陶芸、など…。

あまり大きくないもので、展示できるものなら何でもOKです。

出品された方には、わずかですがお礼を差し上げます。

申込とお問い合わせは一之瀬まで ☎042-456-7333

## 【今後の予定】

12/21 (金) 埼家連 役員会理事会 13:30~15:30 (県交流センター)

01/11 (金) 家族相談 13:00~ 16:00 (支援センター相談室)

01/13 (日) 1月例会(役員会12:00~)14:00~16:00 (野火止1丁目集会所)

01/22 (火) 元気回復行動プラン「WRAP」講習会13:30~16:00(県交流センター)

01/17~22 (木~火) 埼家連作品展 展示会 (県交流センター)

02/02 (土) 法人にいざ後援会主催講演会 (新座市民会館会議室)


「100歳まで生き生きと元気」14:00~16:00

### 1月例会のお知らせ

日時：1月13日 (日) 14:00~16:00

場所：野火止1丁目集会所

内容：新しい年を迎えて…懇親会  
お汁粉を食べながら ゲーム、おしゃべりで  
日頃の重みを軽くしましょう!!  
役員会 12:00~



### 家族相談日

毎月第1金曜日 13:00~16:00

相談は15:30までにおいで下さい。

1月は第2週 11日(金)です。 場所:に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、ゆっ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。1月の当番(佐藤、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(金、土、日、祝日 は休み)

10:00~12:00 13:00~15:00

