

Mar. 2014
No. 196

3

特集：『誰もが安心できる地域づくりを目指して』
～「精神障害者社会参加啓発事業」の取り組みから～

ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティー誌



特集：誰もが安心できる地域づくりを目指して 「精神障害者社会参加啓発事業」の取り組みから



平成26年2月25日、「精神障害者社会参加地域啓発事業」として、中央地域の愛育委員の方々が地域の作業所に出かけ、当事者の方と直接触れ合い、一緒に体験することで感じたことをグループ討議や発表を行う研修会が開催されました。あすなろ福祉会スタッフ（井手・山口）が参加させて頂き、精神障がいへの理解のために愛育委員の方々に期待することをお話させて頂きました。

その研修事業に参加された、岡山市北区中央地域愛育委員連絡会の会長さん方と北区中央保健センターの保健師さんに、「精神障害者社会参加地域啓発事業」に参加された感想、精神疾患や精神障がいについて正しく理解し、共に暮らすまちづくりを目指していくための課題などについて語って頂きました。

「精神障害者社会参加地域啓発事業」は、岡山市愛育委員協議会が、岡山市より委託を受け、地域住民が精神障がいについて学び、偏見除去に向けて理解を深めていくこと、地域で生活する精神障がいの現状を知り、地域での生活の理解に努めること、精神障がい全般について学び、理解したことを周囲に向け、普及啓発を行うことを目的に実施しています。

この啓発事業は十六年前から始まり、岡山市東区、北区北、南区西、南区南とそれぞれの愛育委員連絡会が三年を単位に実施してきており、今年度から北区中央地域愛育委員連絡会が実施しています。中央地域の愛育委員の方の数は、十九地

精神障害者社会参加地域啓発事業

皆さん、愛育委員会さんってご存知ですか？各小学校区・地区ごとに組織されていて、地域のみなさんへの「声かけ」や「見守り」を通じて、地域の健康づくりの活動を行っています。

現在、町内から選出された約五四〇〇人の愛育委員が一人あたり五四世帯を担当して活動をされています。

作業所見学から学んだこと

区で約一〇〇人、今回の研修会は各地区から選任された、会長をはじめ三名の委員の方々が、地域の作業所に出かけ体験を行い、グループで発表を行いました。

今回の作業所見学は、岡山市内六か所の作業所に数名の愛育委員が訪問し、当事者の方と直接触れ合い、作業体験などが行われました。

精神障がいについては、「精神疾患のある方は特別な人ではなく私たちと変わらない」ということが分かった、「心が優しく、純粋な方が多いことが分かった」などの報告がありました。

また、「作業所で作られている製品を、早速百個近く注文して帰りました」、パソコンプリンターのカートリッジを集め、収益をしているという作業活動に協力するために、「地元公民館に回収ボックスを設置し、先日作業所の方が引き取りに来てくださった。私達にも出来ることをして、交流を深めたい。」などの積極的な意見も寄せられました。

研修会後、愛育委員より、辻正子会長、大塚由美子副会長、田中律子副会長、北区中央保健センターから、末石富士子センター長、能勢睦江保



左から北区中央保健センター末石保健師、
北区中央地域愛育委員連絡会、社会長、大塚副会長、田中副会長

健師にお話を伺いました。インタビューアはあすなる福祉会スタッフ井手、山口が担当しました。

●啓発事業1年目を終えて感想は？

愛育(田中) 講師の先生や保健福祉センター長さんのお話を聞いたり、作業所に出向いたり、色々経験させてもらって、少しは精神障がいのことについて学ぶことが出来たのではないかと思います。

愛育(大塚) 私の場合は事業所に行ったことが、ものすごくプラスになったと思います。事業所の方々と触れ合ってみて、私たちと一つも変わらないと思いました。今までの「精神障がい」という偏見という壁が取れてきた気がします。私たちの学区の愛育委員が事業所に行ったということが、とても良い経験になりました。

かなと思っただのは確かなんです。
愛育(田中) でも、一步事業所に入ったら全然変わらないし、「え？病気の？」という感じで思いました。本当にいい勉強になりました。

●事業に参加される前の精神障害のイメージは？

愛育(田中) 新聞やニュースの記事などでこの間もありました、「小学生を誘拐した犯人は統合失調症なので名前を伏せる」という、そんな記事を見たら、どうしても良い印象は持てないですね。私たちと変わらないとは思えなかったのが、正直な気持ちです。

●精神科病院に対しては？

愛育(辻) 暗いイメージが昔はありましたけど、岡山県精神科医療センターを見学させてもらったんですが、ああいふ風にリラックスできる環境で、治療に専念できるというのはいいなあと思いました。

愛育(大塚) どんな病状の人が入院をして、どんな病状の方なら地域で暮らすことができるのか、病院が少なからず入院できないのか、親が病院に連れていくのが嫌だというのがあるのか、そういうところを知りたいという思いがあります。

あすなる(井手) 岡山県には精神科病院がたくさんあります。今の世の

中の流れはベットの数を減らして、地域で暮らしていけるような社会を築いていこうとしています。入院については、自分から入院を希望され治療に専念される方もおられますが、発病して間もない方はそうはいかないと思います。ご本人も家族も気軽に受診するという環境にはなかなかならないですね。

病氣について知ることの大切さ

保健師(能勢) そうなるとご本人も病氣の受け入れというのは難しいですね。今日も愛育委員さんから「中学生が精神疾患について知っていたら、もし自分自身が発病しても病氣の受け入れが違ってくるのではないか」と言われていたけど、知識として持っていることで、早期受診につながり、精神科医療というのが、もっと気軽に身近になってくれば、偏見の解消につながるのではないかと思いますね。

愛育(辻) 「知る」ということがものすごく大切だと思います。今の子ども達にもそのような教育を受けて欲しい、こういう症状が起こる場合があるんだ、若い時に発病がしやすいんだよ、とかということを教えて頂けたらありがたいと思いますよね。皆で共同して精神障がいに対する正

しい知識を広めていけたらいいなあ
と思います。

●**地域の中で実際に精神障がいを抱えておられる方々と接する機会はあるか？**

愛育（辻） 高校を卒業された方で、

両親が早く亡くなられて、一人で住んでおられる方がいます。友達の家に行っては問題を起こすことがあって・・・ゴミ箱をひっくり返したりされるんです。でも、行きつけ

の先生のところに行くと、症状がおさまる様なんです。周りの方もそのお子さんに関わっておられて、変化があればお医者さんにつなげているそうです。そのように友人を含め、周りで支えてくれる人がいるというのは、とても素晴らしいことだと思います。

あすなろ（井手） 愛育委員さんや、民生委員さんがちよつとのぞいてくれる、気にかけてくれるというのは、とてもありがたいですね。

愛育（辻） 私たちの関わりが持ちやすい方なら入りやすいのですが、拒否されて入れない方もいらっしゃるのではないかと思います。

あすなろ（井手） その辺りは保健師さんが一番経験があると思います

保健師（末石） 地域の中で孤立されている方がおられて、周りの方も困

られてご相談があるのですが、その際、周りの方がどのように過ごせばその方と上手く過ごせるのか、逆に住民の方の不安を取り除くということとをさせて頂くことがあります。ご本人さんからSOSを出して頂ける場合だけではないので、周りの方が抱えておられる不安という溝を埋める、ということもはさせてもらっています。

保健師（能勢） 実際、大きな音をた

てているとか、独語を言っていて、「あの人どんな人？」という声が寄せられるという所から始まることもあります。地域の中でのトラブルから始まると、理解を求めていくというのが難しい面があると思います。

反対に普段挨拶をしていた人が、たまたま作業所に行っていたという感じになると、まずは「その人」という受け止めから入るので、理解は違ってくると思います。「事業所に通うのに、近所の方が毎日、おはよう」と声を掛けてくれるので、元氣が出る」と話しておられる方がいます。挨拶を交わすというのはとても大事だと思います。

また、地域の方が、「この人はこういう人」だと理解をして対応して頂いて、その人の思うことを受け入れて下さる方もたくさんおられます。そのような方はわざわざ保

健所まで言われないので、私たちは分からないのですが、おそらく地域の中には、そのように上手に対応されている方も多いのではないかと思います。

●**精神障がいについて理解を深めていく地域づくりのためには何が必要か？**

保健師（能勢） 私は最初この研修

をする時に、直接当事者の方々の話を聞いたり、会う機会というのが一番大事だと考え、そのような企画を愛育委員さんと一緒に取り組んできました。事業所で一緒にご飯を食べたり、作業を体験するようなことが、一番理解が広がると思います。

愛育（辻） どうしても線を引きたい分野というものがあると思うんです。それを取り除かないといけないでしょうし、今日の山口さんのお話の中で、愛育委員を知らない人がいるというのは残念ながら、私達ももっとPRしないといけないなと思いました。

愛育（大塚） おそらく私達も壁があったのかもしれないし、相手の方もあったかもしれない。壁があつた然だと思っています。今後は違った気持ちで地域の方々と関わることができると思います。

愛育（辻） 赤ちゃん訪問をして初めて愛育委員だと分かったという人もいました。事業所の活動報告で、子育てをしながら事業所に通っているという方のお話を聞いて、すばらしいなと思いました。

あすなろ（山口） 今後は、仕事に就いて、結婚して、子供を産むということが増えていくと思います。

愛育（辻） 愛育委員として何か受け皿ができたらいなと思いますね。

まだまだ私たちに与えられる仕事はあるなと思いました。今まで独身、単身者の方に目が向いていましたが、山口さんのお話を聞いて「これは出番があるのかな」と思いました。

あすなろ（山口） 子育て中に発症されたという方もおられますよね。



左から能勢保健師、末石センター長

愛育（辻） 私たちに何もできないけど、保健師さんにつなげることは出来ると思います。

愛育（田中） 育児放棄や虐待ということも、結局は相談相手がいらないから起こってしまったのだと思います。
愛育（大塚） 子どものへの虐待ということを聞くと、そこに母親のご両親がいなかったのかなあと思ってしまいます。

保健師（能勢） 必ずしも親子関係が良好かといえば、そうではない方もいると思います。

愛育（辻） 親自身もおそらく、そのような生活を強いられながら育ってきたのかも知れない。先日、虐待の話でお聞きしたのですが、「学校に行かなくてもいい、自分も学校に通っていないから。下の兄弟の面倒を見るのが当たり前」だと。育ってきた環境、体験によってそのようなことが起きるのかなと思いました。

愛育（大塚） 子育てというのは、母から子へ受け継がれていくものだと思いますが、最近のお母さん方の子育ては、私たちの子育てとは違ったところがありますよね。

保健師（能勢） お母さんが変わっているということもあるけど、社会も変わっているということもあると思います。愛育委員さんに絵本を持つ

て全戸訪問して頂いている「こんにちは赤ちゃんの訪問」以外、一か月誰とも話をしなかったという方もおられました。声を掛け合うというのは、障がいがある無しに関わらず、普通にあったらいいと思うのです。でも「こんにちは」「かわいいね」「おはよう」という声掛けがなかなか言えない社会が出来上がっていますよね。

地域の中の安心できる居場所

愛育（大塚） 昔は向こう三軒両隣りで、何かあったら助け合っていたけど、今は核家族で、鍵を掛けて生活しようという世の中ですから、余程自分の方から友達を求めていかないと限りは孤立しがちですよね。

保健師（能勢） 作業所の体験報告の中で、居場所の大切さに気づいたという報告がありました。赤ちゃんがいる家庭に限らず、お互いがノックし合うことができる場所作りができたらいなと思います。それは別に障がい、年齢問わず、地域の方が安心できる、皆に支えられた居場所が作れたらいいですね。

愛育（大塚） 「子育て広場」という活動を毎週行っているのですが、小さい赤ちゃんを連れて来て、そこで少

しでもストレスを解消していけるんです。気軽に行って交流をしながら、ストレスを解消するという場所は大切ですね。

●事業の今後については？

愛育（辻） 今年度学んだことを基礎に、今後は地域の中に精神障がいに対する理解を広めていくことが出来るようにしたいです。今後の相談になるのですが、もう一度作業所の訪問をさせて頂きたいと思います。

一度だけではなく、何かきっかけを作って、自然に作業所を訪れることが出来たらいいと思います。更に将来的に、地域の中で居場所のような拠点ができたらいいですね。悩み相談等も一緒に話し合ってみませんか？という場所が、各地域にあったらいいと思います。赤ちゃんを連れていこうか、そんな場所を作れたらいいですね。

保健師（能勢） 今後継続した活動としていくには、地域の中でそのような場所があるといいですね。

愛育（田中） 来年度は、各学区や地区の地域の愛育委員の方々と研修をしようということにしています。

愛育（大塚） 以前見た映画「ありがとう、心の病と向き合う人々の映画」を各学区や地区の定例会の時に、皆

で見てもいいと思います。

地域に理解の種を蒔く

保健師（能勢） 愛育委員さんがすごいのは、私たち保健師がいくら一対一で活動しても、年間百件訪問に行けるか行けないかだと思います。愛育委員さんって中央地域だけでも千人くらいはおられて、一部の愛育委員さんにお伝えしたことが、五百倍、千倍になって返ってくるというのは、地域の組織である愛育委員さんの力だと思います。今回の事業でもこんなことがあったんだと、お家の人に語って頂いたら、すでに二倍の人に伝わりますよね。そういう意味では、愛育委員さんが理解の先端に立って頂くというのは、地域に理解の種を蒔く上では大事なことでと思っています。

愛育（大塚） 今回の事業所体験は、地区の会長だけでなく、更に二、三人の愛育委員も参加したのは良かったと思います。

保健師（能勢） 理解を広げていくにも、仲間がいるということは大したことですね。



『元気になろうやフェスタ』実行委員会の 皆さんが遊びに来てくれました！

二月二十七日（木）美作市勝英地区から「ピアサポーター活動について知りたい」という思いを持った総勢十七名（メンバー、家族、ボランティア、保健所の方等）が見学、交流に來られました。勝英地区では、当事者・家族・ボランティア・関係機関・市町村・保健所が協働して「元気になろうやフェスタ」というお祭りを毎年開催しているそうです。心温まる、有意義で楽しい交流の時間が持て、印象深かったのは、『元気になろうや実行委員会』を開いても、こうやって見学という形で皆で旅行したのは初めてで、とても良かった。』という言葉です。クローバーとの交流の機会が、皆さんの結束に

貢献できた事、とてもうれしく思います。私達も、皆で一緒に美作に見学に行きたいと思いました。「元気になろうやフェスタ」にも、是非参加したいです♪黒々茶、きずなのクッキーなど、美味しいお土産をありがとうございました。

（木曾）



仲間の輪が広がった！

「こころの元気+」で有名なコンボ主催のPNPP（ピアネットワークプロジェクトプロジェクト）が、岡山県倉敷市の芸文館会議室で開催されました。

第一部では、岡山県のピアサポートグループ四団体（マインドこころ、クローバー、ひまわり、スピーカーズビューロー）がそれぞれ個性溢れる活動紹介を行いました。コンボスタッフの方より、クローバーは多彩な活動をされていますねと言って頂き、うれしかったです。

第二部では、コンボの共同代表である宇田川健さんのファシリテートによる仲間の交流とリカバリーの輪を広げる為のピアサポートグループの進め方を学びました。

ネームプレートの裏に、家の近くの駅や名物を記して、地域が近いグループ（4～6人）で集まり、ワークショップを行いました。ファシリテーターの役割やグループの規約を皆で作るなど、とても有意義な学びとなりました。定員五十人に対し、四十九人が集まり、岡山のピアサポートの底力を感じました。事務局を担ってくれたスピーカーズビューローさんお疲れ様でした。



<今月のピア電話相談日> 相談電話 086-270-3325

	月	火	水	木	金	土
	3	4	5	6	7	8
AM	○	○	×	○	○	×
PM	×	×	○	×	○	×
	10	11	12	13	14	15
AM	○	○	×	○	○	×
PM	×	×	○	○	○	○
	17	18	19	20	21	22
AM	○	○	×	○	×	×
PM	×	×	○	○	×	○
	24	25	26	27	28	29
AM	×	○	×	○	○	×
PM	×	×	○	○	×	○
	31					
AM	○					
PM	×					

同じ体験を持つ仲間（ピア）と話がしたい、
相談にのってほしい！という方、
ピア電話相談を是非ご利用下さい！仲間が待っています♪

岡山県精神科医療センターデイケア
の社会資源プログラムで、
『WRAP講座』やってま〜す♪



ぱるっこ広場

綿菓子

もしも翼があったなら
彼女を乗せて 飛んで行く
もしも翼があったなら
行くその先は未来かも
ゴタゴタと曇った地上をしり目に
ふわふわと綿菓子のような雲の上で
りんごでも食べながら
終わる事のない永遠の命を
眠るように過ごしてみたい

匿名希望

ぱるっこ川柳

ゆきつもる
こころの屋根に
あすなろへ
さむき部屋
やさしいこころ
わが家かな

あなたに親展



古楽日和

ニがくじやん

ナインティエイト・ディグリーズとブル
ーという二組のボーイ・バンドが去年、とも
に十年ぶりとなるニューアルバムをリリ
ースした。

このところ、ワン・ダイレクションやザ・
ウォンテッドといったグループの活躍によ
り、再び活況を呈しつつあるボーイ・バン
ド。そのボーイ・バンドの黄金期だったと
いえる二〇〇〇年代初頭に活躍していた二
つのグループが、こうして新作を出したとい
うのは興味深い。

二〇〇〇年代初頭というと、ちょうどバツ
クストリート・ボーイズやインシクといっ
たグループが一世を風靡していた頃だ。バツ
クストリート・ボーイズの『シエイフ・オブ・
マイ・ハート』やインシクの『ディス・ア
イ・プロミス・ユー』などは、今聴いても名
曲だと思う。

そんな頃に活躍していたナインティエ
イト・ディグリーズとブルーが新作を出した
というのは、だから興味深いのだ。二作を試
聴してみたが、どちらも甲乙つけがたかつ
た。こうなれば二作とも買ってしまったとい
ころだが、そこまでの予算は筆者にはない。
なんとも悩ましい限りだ。

ここにきてボーイ・バンドに再びスポッ
トライトが当たってきたので「それならば新作
を出して活動を再開させてみるか」と思った
のかも知れない。この世の中は結局すべてが
商売なので、こうした打算的な思考が働いた
のかも知れない。だがそつだとしてもこの二
作のアルバムは素直に喜びたい。

藤井 健喜

INFORMATION

3月の予定

1	土	ぱる閉所
2	日	
3	月	ぱる閉所
4	火	梅見（お弁当を作って後楽園に行きます） 陶芸 13:30～
5	水	SST10:00～
6	木	WRAP(元気回復行動プラン)10:00～
7	金	図書館サークル 10:00～ ピアサポフォローアップ講座 14:00～
8	土	就労者いちご狩り ぱる閉所
9	日	
10	月	パソコン講座 10:00～ ソフトボール練習 13:30～
11	火	クローバーしゃべり場 13:30～ 陶芸 13:30～
12	水	ソフトボール交流試合
13	木	仕事 WRAP13:30～
14	金	きばらしフェスティバル
15	土	クローバーパソコン講座(自立支援 HP)
16	日	カラオケサークル 10:00～
17	月	ソフトボール練習 13:00～
18	火	パソコン講座 10:00～ 陶芸 13:00～
19	水	SST10:00～
20	木	WRAP(元気回復行動プラン)10:00～ 女子会 14:00～
21	金	春分の日
22	土	お抹茶教室 14:00～
23	日	
24	月	午後からぱる閉所
25	火	午後からぱる閉所 陶芸 13:30～
26	水	
27	木	仕事 WRAP13:30～
28	金	
29	土	
30	日	
31	月	ソフトボール練習 13:00～

『ぱるスペースMOMO』 営業お休みのお知らせ

現在、『ぱるスペースMOMO』は、店内整備
の為、お店の営業をお休みさせて頂いています。
お店の再開が決まり次第、皆様にお知らせさせて
頂きます。どうぞよろしくお願い致します。



MOMOスタッフ一同



- 発行:社会福祉法人あすなる福祉会
- 〒703-8256 岡山市中区浜475-5
- 編集:ぱる・おかやま
- TEL:086-270-3322 ■ FAX:086-273-9692
- HP:<http://www.eco-asunaro.jp>

20日(木) おしゃべり大好き女子集まれ! 女子会♪

毎月1回、楽しい雰囲気の中テーマを決めて、
女子トークに花を咲かせています。

時 間 14:00～
場 所 ぱる・おかやま

10日・18日・24日 パソコン講座

個別で進める講座です。初心者でも丁寧に進めて
いくので安心です。基本火曜日にしています。毎
週金曜日の午後から自習しています。

時 間 10:00～
場 所 Job Support Center ASUNARO
参加費 無料

10日・17日・31日(月) ソフトボール

集まれ!グラウンドが護岸工事で狭くなりまし
たが、みんな寒さに負けず走り回っています。
12日(水)に万成病院のチームと練習試合をし
ます。良い交流にしたいです♪

時 間 13:30～
場 所 百閒川河川敷

4日・11日・18日・25日(火) 陶芸教室

土を触ると癒されますよ。基礎からご指導します。
独創的な自分の作品を作りましょう。

時 間 13:30出発します
場 所 ぱる1階

14日(金) きばらしフェスティバル

出場者によるのど自慢や、多彩なパフォーマンス
が楽しめますよ～!!

時 間 10:00～
場 所 三木記念ホール

22日(土) お抹茶教室

おいしいお抹茶とお菓子を頂きながら、
ゆっくりとした時間を過ごしませんか♪

時 間 14:00～
場 所 ぱる2階