



Aug. 2012

No. 180

8

地域精神保健福祉コミュニティー誌

ぱる通信



山キャンプ(7月19日～20日):黒木山キャンプ場にて

特集:

『「家族支援」を考える～日本精神保健福祉士全国大会に参加して～』

*今号でいう「家族」とは、本人のことを気にかけている人を指し、必ずしも親族や同居している人とは限らない。

「家族」を支える英国のシステム

佐藤氏は、近年、訪問による支援（アウトリーチ）が我が国でも展開されている事を受け、アウトリーチシステムが整っている英國バーミンガムにおける「訪問による単家族（個別家族）への心理教育技術」＝「ファミリーウーク」に注目し、我が国への導入を検討している。

我が国の精神障害者の家族心理教育は、基本的に「集団による」スタイルである。しかし、課題として、「単家族」への支援が不足している事が挙げられる。氏曰く、「我が国の精神障害者へのサービスは、実は、状態が改善されてきている方に対するサービスが多い。最も状態の悪い時の当事者は、外出する事が困難な場合が多く、その際の支援は、同居している家族に依存せざるを得ない状況にある」と話している。

英國では、「当事者と暮らす家族を支えるシステム」が充実しており、その一つが「ファミリーウーク」なのだとという。

以上、英國の「ファミリーウーク」の紹介であったが、これは、集団による家族支援を否定するものではなく、集団による家族支援に加えて、単家族支援を提供する」とが最も効果的という事である。家族支援の重要性は、米国による科学的根拠に基づく実践（EBP）である「家族心理教育プログラム（FPE）」としても実証されている。

つまり、当事者の回復（リカバリー）を進める際、本人への支援に加えて、家族への支援を行うことが重要だという事が実証されているという事である。

では、あすなろ福祉会での実践はどうだろうか。家族会は、会長を中心として活発に活動を行っている。しかし、個別に見てみると、「元気になつてきている利用者の家族とは、比較的コミュニケーションが図れている傾向にある」という程度の認識であり、意識的に行えているとは言い難い。次頁より、家族会小森会長と「家族支援」を考えみる。

支援内容は家族が選ぶ

バーミンガムのコメディカルスタッフは、研修を受講し、「ファミリーウーク」を習得する。

まず、家族の要望を受けた後、一つの家族に対しても、一人のケースマネージャー（看護師またはソーシャルワーカー）と一人の家族担当ワーカーが配置される。家族担当ワーカーは、家族一人一人のニーズアセスメントを行

平成二十四年六月、熊本県において「第四十八回社団法人日本精神保健福祉士協会全国大会」が開催され、スタッフ一名が参加。大会では、東日本大震災を受け、「想いをつなごう くまもと大会 再生・創生・深化」というテーマの元、全国の精神保健福祉士が集まり、実践報告を行つてゐる。今号では、佐藤 純氏（京都ノートルダム女子大学）による「英國AsサードタイプOutreacTeamにおける家族支援～単家族への訪問家族心理教育」の報告を受け、あすなろ福祉会における「家族支援」を考えていく。



特集： 「家族支援」を考える

～日本精神保健福祉士全国大会に参加して～』

家族支援の可能性

行い、従来の家族心理教育に加え、本人とのコミュニケーションや、再発の初期サインの確認、再発予防の為の計画を家族と一緒に行う。これらの作業を通じて、家族同士のポジティブコミュニケーション技術の獲得や、家族での話し合いを持つことを奨励していく。更に、もう一つの特徴は、提供するプログラムを押しつけず、家族のニーズに合わせて内容をカスタマイズして提供できる事であり、個々の家族のニーズに合わせて柔軟なサービスが提供されており、最大のメリットとなつてゐる。



いつも笑顔で、元気一杯の小森会長

プロフィール 小森 清子（ヨモリ・キヨコ）

ご主人と一緒に農家を営む。当事者である娘さんは三年前に結婚。二人三脚で辛い時期を乗り越えている。平成二十一年度より、ある家族の会会長に就任。趣味：フラダンス

— 海外の取り組みを聞いてどう思いますか？

多職種チームが、それぞれの家庭に入つて、家族一人一人に付いて手厚く支援する事は、一つの理想的な形だと思います。家族の中でも、母親だけが家族会に参加して、一生懸命やるのだけど、父親や兄弟の理解がなくて上手く行かないケースもたくさん見ているので。そういう支援が出来れば、本人の回復も早いと思いません。しかし、現在の日本にそのまま導入すると

— それは、どういった事から

費用の面についても、もちろんですが、日本

独特の秘密主義、ある意味閉鎖的な環境においては、家族の抵抗感が強いと思います。私の住んでいる地域では、施設の車が止まつたりしますし、やはり精神科にかかっている事を隠す方も多いと思うんですね。訪問支援（アウトリーチ）も重要ですが、「訪問されることへの抵抗感」は多くの家族が持っていると思いますので、そういった面についての配慮も、日本ではより必要になるのではと思います。

— どうすれば良いでしょうか？

やはり、家族支援へのニーズを持つている家族に対して働きかけることが重要なのはないでしようか。家族会の役割として、家族会に参加してもらって、家族のニーズをキャッチする事もあると考えています。そうすれば、支援がスムーズに導入できるのではと思いますね。

— 最も状態が悪い時のサービスが、

少ないと、話があつたと思いませんが、

それについてはどう思いますか？

「少ない」というよりは「ない」といった方が良いのではないでしようか。あるのだとしても、周知出来ていませんね。現状は、警察や病院に頼んで、医療保護入院。それしかないようになります。私も経験があるのですが、そんな切羽詰った状況では頭が回りません。しかも、

うことで、傷ついた経験はありますね。すごく頼りにしていた保健師さんがいて、その方には、

されますね。ですから、今までの準備、予防が大切なのだと思います。本人と一緒にいると不調のサインが分かる時もあります。その時に適切な対応が出来る事が重要なのではないでしようか。その段階においては、先程の「ファミリーワーク」のようなサービスを受け、準備しておく事で可能となるように思います。ただ、それでも最も悪い時期はしんどいですし、難しいと思います。

— 家族の方へのアンケート調査で、「相談をしているケースワーカーが、本人の話をしている時にはものすごくメモをとっていたのに、家族の話を始めたところで、全然メモをとらなくなりました。そのことで、ショックを受けた」という話があつたそうです。支援者の態度で傷ついた経験はありますか？

状態が一番悪い時に、本人が主治医に暴言を吐いたことがあつたんです。その時、主治医が暴言に暴言を返してきて、言い争いになり、それを看護師長さんが止めるという…今思い出してもゾッととする事がありました。その時は、不信感でいっぱいになりましたね。もうその病院には行きませんけど（笑）。

また、私は保健師さんを頼ることが多いです

ですが、担当の保健師さんがコロコロ変わるということで、傷ついた経験はありますね。すごく頼りにしていた保健師さんがいて、その方には、

誰にも言えない」と話をせて、ようやく信頼出来る人かな…と思い始めた頃に、いつの間にか担当が代わって、また「私があなたの担当です。何でも相談して下さいね」と言われる…。相談する気が失せますよ。ああ、仕事だつたんだなと思います。行政ですから、仕方ないとは思うんですけど、一言あっても良いんじやないか…と思いませんけどね。

一 逆にこんな事をしてもう一つ良かつた、

嬉しかったという経験はありますか？

てくれて、職場にも付いて来て下さるなど、半年間でしたが、非常に感謝しています。娘は、今もその職場に勤めています。

私が学んだ事は、「助けてください」と、しかるべき所に頼ることが出来れば、聞いてもらまる所があるということです。どんな窓口でも、こちらから言わないと助けてくれません。

また、「あすなろ家族の会」も私にとつては非常に大きくて、自分がこんなに頑張つていて苦労しているんだという事を、気兼ねなく、オーブンに話が出来て、受け止めてもらえて、更に分かってもらえる。家族会にどれほど救われ

家族が安定することによつて本人が安定する
それが手に取るように分かります。

ですから、きつと助けてくれる場所、居場所っていうのはあるんだけど、困っている人が、「助けて下さい」等の発信が出来ない、逆にキヤツチ出来ていないと、う事はあると思うます。まず、「助けてください」と発信できる事が、非常に大きなステップになると想います。家族会で言えば、どうすれば来てもらいやすいのか、そここのハードルを下げる事が課題となってくると考えています。

一 あすなろ福祉会の家族支援の 良い所はどこだと考えますか？

他の家族会に参加する事もあるのですが、あすなろ福祉会のスタッフは、本気で受け止めてくれそうな気がするんですよ。曖昧な表現で申し訳ないです(笑)。でも、それがすごく大事なんですよ。家族会は、「家族が家族を支える」活動だと私は思っているんですね。ですから、そこでのスタッフの役割は何かっていうと、やはり家族同士で足らない部分を補つたり、程良い所で見守ってくれるという安心感を持つているという事が重要だと思っています。あすなろ福祉会の家族会担当スタッフは、それが出来るんだと思います。その程良い所っていうのが難しいんですけどね(笑)。いるんですよたまに。一生懸命やつてるのは分かるんだけど、ズケズケ話に入つてくる人が。こちらとしては、分からぬ所は入つてこなくてもよいと思つてい

—あすなろ福祉会の家族支援の

良い所はどこだと考えますか？

るんですけどね。分からぬ所まで、分かるう
としなくてもいいよって事です。そういう人を
見ると、「この人には私達の気持ちは分からな
いだろうな」とか思ってしまいます。家族の気
持ちは、家族にしか分からないです。

るんですけどね。分からぬ所まで、分かるう
としなくてもいいよって事です。そういう人を
見ると、「この人には私達の気持ちは分からな
いだろうな」とか思ってしまいます。家族の気
持ちは、家族にしか分からないです。

「私としては」満足しています。しかし、それは「私としては」ということなんですよ。私自身、一番辛い時期を経験して、今は良い状態と言える所まで来れたと思っています。だからこそ、今、昔の私のように悩んで、苦しんでいる家族に対しても、上から目線になりますが、支えていきたい。私がそうしてもらつたように皆「自分の人生を自分らしく生きる」権利を持つていると思うんですよ。だから、「共に生きて行こう」を合言葉に活動していきたいと思っています。ですから、家族会を含む、あすなろ福祉会の課題としては、どうやつて、今、支援を必要とする人に対して、必要な支援を提供出来るかだと思います。それに対して、どうすれば良いのかという所までは考えつきませんけど(笑)。

卷之三

本人の状態が悪くて家から出られない等、様々な理由から、行きたいけれど行けないという方に対するは、いわゆる、訪問支援（アウトリー）が有効になってくるのかかもしれませんね。

また、私は個人的に家族や当事者の方から、電話相談も受けて、何気ない話をしたりしているのですが、そういった人間同士のインフォーマルな活動も大切だと思っています。

最後に、家族会の今後の展開

希望等があれば教えて下さい。

苦しい時に、人間は助け合わないといけないつていう考えが私にはあるんです。その手段の一つとして、家族交流会を企画しているので、それに参加してもらって、新しい話じやなくても、皆でしゃべって、「あそこに行けば聞いてもらえる」というようなオアシス的な家族会にしていきたいです。

私自身、家族会と一緒に運営している役員さん達に会えただけで、気持ちが楽になれるんです。私も助けてもらっています。これからも、皆で助け合って、支え合って生きていこうよ……という感じでいきたいと思います（笑）。

家族の皆さん、家族交流会に、気軽に参加してみて下さいね。

お待ちしております。



「人」を作るのは「家族」

支援過程の一つに、「アセスメント」がある。

これは、支援対象者の背景を知り、知り得た情報を支援に活かすというものである。支援者は、この「アセスメント」と呼ばれる過程を重要視しており、支援の成功のカギを握っているといつても過言ではない。それは、病院における退院支援・地域における相談支援、更には、就労支援においても同様である。

「人」の背景を決める、考え方であつたり、価値観などが、どこで形成されるのかを知ろうとした時、必ず、その人の「人生」に触れる事になる。そして「人生」の大部分を形成しているのが、「家族」であることに気付く。小森会長が、「家族の安定は本人の安定」と言われていたが、考えると当然であるよう位思える。

筆者の事になるが、私にも二歳になる娘がいる。成長を見ていると、娘は親に影響を受けている事を痛感する。親が何に対し褒めるのか、怒るのか。娘は良く見ている。それは、そのまま娘の価値観につながる事が想像出来る。親がケンカをしたり、不安定になると、娘も泣いている。きっと皆、そうやって大きくなっていくのだと思う。

同時に私は、こんなことも思う。「自分達だけたら、家族のことは家族で何とかしたい。」

多くの人がこう考えるのではないか。だから、家族に支援が入る事の難しさがあると思う。

当事者の方の回復（リカバリー）を考えた時に、「家族支援」が重要である事は分かる。しかし、そこは当事者の方が最も大切にしている部分である事にも気付く。

支援者がどこまで思いを巡らす事が出来るのか。これからの課題であると思う。

文・亀山

あすなろ家族の会 家族交流会のご案内

家族同士だからこそ分かり合える悩みやしんどさを共有し、家族自身が元気になれる会です。現在悩んでいる事、他の家族に聞きたい事、スタッフに聞きたい情報等何でもざっくばらんに話しながら楽しく交流しています。家族の中で抱え込みます、一步踏み出してみませんか？？

日時：8月18日（土）13：30～

**場所：ジョブサポートセンターあすなろ
(岡山市中区浜 475-6)**



問い合わせ連絡先：
地域活動支援センターぱる・おかやま
TEL 086-270-3322
(担当：田村・小林)



よつばのクローバー
だより



読者の広場

ひなちゃんの4コマコーナー



これまでバッハといえば、学校の音楽の授業で聴かされた『小フーガト短調』など、ハイオルガン曲の印象しかなく、何やら小難しいといったイメージだった。それが、この日を境に一変した。「こいつはすごいぞ」と思ったのだ。

だが、クイズ番組で聴いたこの「よく耳にする美しいメロディ」は聴いたことはあっても、その曲名が分からなかつた。そこで、後日書店に行き、クラシックCDのカタログ本を買つてきた。こういった本の中に手がかりがあるのでないかと考へたからだ。本をめくる。その本の最初に載つていたのは、くしくもバッハの作品だつた。『管弦楽組曲』という作品だ。(次回に続く)

藤井健喜

精神障がいとは違う、目に見える障害だからこそあるシビアな現実を実感させられると同時に、みなさんその現実にしっかり向き合つて自分の人生設計を考えられているという印象でした。

みなさん身体が不自由なのに一人暮らしをされていたり、言語障害があつても携帯を使って思いを一生懸命伝えようとして下さつたり、向上心豊かで、私達もとても刺激されました。また、ぜひ交流の機会を持てればと思います。

七月十四日、「旭川莊ピアフレンズの会」の皆さんとの交流会がありました。ピアフレンズの会は身体障がいの方々の当事者会です。他障がいの方々との交流は初めてで、多くを学ばせていただき機会となりました。

精神障がいとは違い、目に見える障害だからこそあるシビアな現実を実感させられると同時に、みなさんその現実にしっかり向き合つて自分の人生設計を考えられているという印象でした。

ぱるっこポエム

暁天
鉛色した空を眺めていた ふらついた足取りであたしは前へと進んでいくけれどそれは錯覚で あたしはただその場で足踏みをしているだけだから成長しない 成長できない

ポンと誰かが 背中を押してくれたらあたし今度は本当に前進できるそう思って 昨日だってそうだった今日はそうありたい 明日もそうあってほしいいつでもあたしは願っている

自分に強くありたいと
他者にやさしくありたいと
だけどあたしはそれを実践しているか?
そう聞かれるときっと
首を縦には振れないだろう

一步ずつ少しづつ 歩いていけばいいんだ
暁天の下 涙が雨に流されることを
願っているあたしがいる By 葉月さん

<今月の電話相談日>

	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	
AM		×	×	×	×
PM	○	×	○	○	×
	7	8	9	10	11
AM		×	×	×	×
PM	×	○	○	○	○
	14	15	16	17	18
AM	○	×	×	×	×
PM	×	○	×	×	○
	21	22	23	24	25
AM	○	×	×	×	×
PM	×	○	○	○	○
	28	29	30	31	
AM	○	×	×	×	
PM	×	○	○	○	

(086)271-5689

そもそも、筆者が古楽について書いてみたい。きっかけはバッハだった。今から十数年前のこと。某国営公共放送の「日本人の質問」とかいうクイズ番組で、バッハに関する問題が出題された。そして、その問題の解答シートのバックで、よく耳にする美しいメロディが流れて驚いた。当時の筆者の頭の中では、

このメロディは、モーツアルトの作曲だと思いつけていたからだ。しかし、このメロディの作曲者がバッハだったと分かった途端、筆者のバッハに対する考え方は、百八十度変わった。

それまでバッハといえば、学校の音楽の授業で聴かされた『小フーガト短調』など、ハイオルガン曲の印象しかなく、何やら小難しいといったイメージだった。それが、この日を境に一変した。「こいつはすごいぞ」と思ったのだ。

古樂日和
こがくびより



ピアフレンズの会に
参加させていただきました♪



発行：社会福祉法人 あすなろ福祉会

多機能型事業所 あすなろ

ぱるスペース MOMO

住所：〒700-0824 岡山市北区内山下1-15-7

TEL&FAX：(086) 801-2771

2012年8月号

営業時間：LUNCH/11:30～14:00 (OS13:30)

※ 土・日・祝日はお休みです。

BLOG: <http://blogs.yahoo.jp/asunarou59/>

情報交換＆交流会

「MOMO」の良いところ教えて！？



7月14日(土)、広島県から「コーヒーショップ あんず」のみなさん13名がMOMOを訪れ、ランチを召し上がりながら楽しい交流会を開催しました。

MOMOのメンバーからは、「MOMOに来る前は自宅に引きこもる生活をしていた。吉田シェフから包丁の持ち方から教わり、色々な体験もすることができた」「MOMOに来て元気になり、今は就職に向けた活動をしています」など、MOMOを利用して自信を得て活き活きと活動している様子が伝えられました。

「あんず」のメンバーからは吉田シェフに、「調子を崩さずに長く働いていけるコツは何？」「毎日の仕事は大変ではないか？」、レストラン運営については「お客様の数は？」「利益はどれくらい？」など具体的な質問が飛びました。

次回はぜひ「あんず」の喫茶店にお邪魔させて頂きますね。ありがとうございました。



MOMOセット メインMENU

- * 1日(水)～3日(金) ロールキャベツ
- * 6日(月)～10日(金) 豚のしょうが焼き
- * 16日(木)～17日(金) しゃけのホイル焼き
- * 20日(月)～24日(金) チキンと夏野菜のチリソース

- * ビビンバ
- * 味噌ナス豚どんぶり
- * 鶏めし
- * 天心飯

* 火曜日は下線のメニューになります。



CAKE セット MENU



- * 1日(水)～3日(金) アップルチーズケーキ
- * 6日(月)～10日(金) 抹茶ガトーショコラ
- * 6日(木)～17日(金) ヨーグルトレモンケーキ
- * 20日(月)～24日(金) アーモンドブラウニー

～お知らせ～

8月13日(月)～15日(水)

お盆休みとさせて
頂きます。

INFORMATION —

8月の予定

1	水	
2	木	
3	金	
4	土	おかやま花火大会出店(MOMO)
5	日	
6	月	
7	火	
8	水	パソコン教室 14:00～
9	木	つどい 13:30～
10	金	
11	土	ギターサークル 10:30～
12	日	
13	月	
14	火	
15	水	
16	木	
17	金	プールサークル 13:00～
18	土	ビーズサークル 14:00～
19	日	
20	月	
21	火	調子はえーんじゃフェスティバル実行委員会
22	水	
23	木	ぱるおやつ 10:00～ 座談会 13:30～
24	金	
25	土	ギターサークル 10:30～ パソコン教室 11:00～ お抹茶教室 14:00～
26	日	
27	月	
28	火	クローバーミーティング 13:30～ ぱるっこたいむ 15:00～
29	水	
30	木	女子会 14:00～
31	金	

9日(木) 私の思い、考え方聞いて！ つどい

今月のテーマは「ドラえもんがいたら、何をしてほしいか」です。自由に自分の意見を伝えよう！

「言いっぱなし、聞きっぱなし」が原則です。

時 間	13:30～
場 所	ぱる・おかやま 1階交流室

- 発行:社会福祉法人あすなろ福祉会
- 〒703-8256 岡山市中区浜475-5
- 編集:ぱる・おかやま
- TEL:086-270-3322 ■ FAX:086-270-3325
- HP:<http://www.eco-asunaro.jp>

11日・25日(土) 音楽好き同好会

ギターサークル

ギターが好きな方も、これから始めたいという方も、お気軽にどうぞ♪♪

時 間	10:30～
場 所	リサイクル石けんセンター
参加費	無料

17日(金) 涼しい一時を過ごしませんか？

プールサークル

プールで気持ち良く身体を動かしませんか？

時 間	13:00～
場 所	豊成温水プール(ぱる・おかやまに集合)
参加費	

18日(土) みんなで楽しくアクセサリー作り ビーズサークル

初めての方でも大丈夫♪皆で教え合いながら
楽しく行っています(^ー^)

時 間	14:00～
場 所	ぱる・おかやま 2階交流室

8日(水)・25日(土)

パソコン教室

パソコンの操作が分からなくても、一人ひとり
に合った教室を行っています。

時 間	8日(水) 14:00～ 25日(土) 11:00～
場 所	ぱる・おかやま 2階
参加費	無料

25日(土) お点前にチャレンジしませんか？

お抹茶教室

おいしいお抹茶とお菓子を頂きながら、楽しく
作法も勉強できます。ご参加お待ちしています♪

時 間	14:00～
場 所	ぱる・おかやま 1階交流室
参加費	100円

30日(木) おしゃべり好きな女子集まれ～！

女子会♪

好きなお菓子を持ち寄って、普段はなかなか聞
けないこと、話したいことなど、おしゃべりを
楽しめませんか？

時 間	14:00～
場 所	ぱる・おかやま 2階交流室

毎週火曜日やってます！

陶芸教室

初めての方大歓迎！陶芸の先生に丁寧に教わる
ことができますよ！

時 間	13:00～16:00
場 所	リサイクル石けんセンター
参加費	無料