



Aug. 2011

地域精神保健福祉コミュニティー誌

ぱる通信

10
No. 170



2011. 9. 30 石けんちぎり祭り

特集

『日本の精神保健福祉サービスを“当事者中心に変革するために”』
～リカバリー全国フォーラム2011に参加して～

特集：『日本の精神保健福祉サービスを“当事者中心に変革するために”』

～リカバリー全国フォーラム2011に参加して～



二〇一一年九月八日（木）・九日（金）、東京大学安田講堂で開催された「リカバリー全国フォーラム2011」に、「ぱる・おかやま」からコンシユーマースタッフの青淵が参加し、大変良い刺激を受けました。一部ですが、報告させて頂きます。

記念講演

「ピアサポート」から見える 新しい「支援」の関係性

講師 門屋 充郎 氏

（NPO法人十勝圏域障がい者

総合支援センター）

「今までの関係性」

- ・「保護する人」と「される人」の関係
- ・「拘束する人」と「される人」の関係
- ・「自由の剥奪を行う人」と
- ・「剥奪される人」の関係
- ・「鍵を持つ人」と

- ・「鍵を持てない人」の関係
- ・「治される人」と
- ・「治す人」と
- ・「管理する者」と
- ・「管理される者」の関係
- ・地域精神医療中心
- ・脱施設化
- ・精神保健は「治す人」と
- ・精神医療は「治す人」と
- ・精神保健は「管理する者」と
- ・精神保健福祉は「提供者」と
- ・利用者との関係

「これからの中の関係性」

「これからの関係性の背景」

- ・精神保健法解体
- ・精神保健福祉は「世話する者」と
- ・個別化された本人中心の生活支援体制
- ・医学モデルから社会モデルへの転換
- ・地域精神医療中心
- ・脱施設化
- ・精神保健は「管理する者」と
- ・精神医療は「治す人」と
- ・「鍵を持てない人」の関係
- ・「治す人」と
- ・「管理する者」と
- ・精神保健は「世話する者」と
- ・「世話される者」の関係

→ これでは対等性は担保されず、
本人中心などという言葉は
死語と言わねばならない。

リカバリー理念を共有する関係

「ピアサポート」から学んだもの

今、岐路に立つ

シンポジウム

日本の精神保健福祉サービスを

「リカバリー志向」に変革するため

「ピアサポート」から見える

新しい「支援」の関係性

シンポジスト

磯田重行氏（地域活動支援センターぶらつと）

辰村泰治氏（やどかりの里）

鈴木司氏（とかちWRAP研究会）

WRAPファシリテーター）

- ・相川章子氏（聖学院大学）
- ・門屋充郎氏（NPO法人十勝障がい者支援センター）

障がい者が自立して普通に暮らせる街づくり、
地域に住む人と、障がいの有無・老若男女を問
わず、自然に支え合える街づくり

合言葉・リカバリー

「自立」と「共生」の地域社会づくり

支援を柱として

門屋先生は、二〇〇〇年に、アメリカのマ
ディソンでソア（※）の活動を知り、当事者
スタッフのミーティング・訪問支援への同行
から多くの事を学んだそうです。ソアの実践
を提案した当事者に注目し、予算を付け、シ
ステムとして地域ケアの重要なプログラムと
したソーシャルワーカー・ディビッド・ルコ
ンド氏に習い、二〇〇五年、退院促進支援モ
デル事業の実施当初よりピアサポートを導
入されています。

「支援する人」と「される人」という関係か
ら、選択・自己決定・自由なる者同士の関係
になっていく事を強く望みます。

キーワードは「リカバリー」！

※ SOAR（ソア）
当事者が立ち上げたケースマネジメントサービス。

スタッフのほとんどが当事者。主に訪問支援を中心
としたサービスを行っている。

- ・専門職は、当事者が主体的になれる
環境整備を行うべき
- ・治療者—患者関係の再構築を
- ・対等性が精神医療に保障されること
- ・今までの援助が本人の力を弱めることに
なっていることに気付くべき
- ・分かり合える関係の力は強い
- ・本人の人生を支援しないで
- ・難しいことではない
- ・何を援助しようとしているのか
- ・人として当たり前のこと

人として当たり前のこと



これから的精神保健医療なり精神保健福祉
は、当事者が主体性を持たないといけないと
思いました。その中でも、ピアサポートと
いう役割が大切になってくると切実に感じま
した。

最初に磯田氏の発表がありました。この方は、
僕より一つ年上で、以前WRAPのグループワー
ークで一緒にした事があったのですが、歳が近
い事もあり、とても印象に残っています。今
回は、福岡市にある地域活動支援センター「ぶ
らつと」の施設長として参加されていました。
WRAP研究会の立ち上げにも携わった方で、
精神保健福祉士の資格も持っていて、とてもし
っかりされている印象を受けました。

「ぶらつと」は四名のピアスタッフが主体で運
営されています。居場所の提供や食事サービス
を行っており、磯田さんは、常勤で居住サポー
トや退院促進事業に携わっていました。僕と同

じで、青春時代をデイケアで過ごして、二〇〇一年に「ピアくるめ」のピアスタッフを経て、精神保健福祉士の資格を生かし、能力を見込まれ、「ふらっと」の施設長になつたそうです。病気がありながらも結婚し、様々な活動をしている磯田さんを見て、自分にも新たな目標ができたと同時に、負けないように頑張りたいと思いました。

◆これからピアサポート①

- ・ 病気の経験を活かしたピアサポートの強み
 - ・ 真実の苦しかった体験を語ることができる
 - ・ 実体験に基づいて共感できる
 - ・ お互いの強みも弱みも理解することができる
 - ・ お互に待つことができる
 - ・ 誰かのリカバリーモデルになれる
 - ・ お互いのリカバリーを信じる事ができる

◆これからピアサポート②

お互いの向かう方向が同じであること

語り合うことの大切さ

それには・・・

○当事者と専門職の垣根を越えた理解

お互いを尊重し認め合うこと



辰村氏は、長期入院を経験。入院した病院は、看護師をなるべく減らし、病室の掃除を患者にさせて、賃金もなしに働かせていたような所だったそうです。院長が亡くなつたのを機に退院やどかりの里を紹介され、ピアサポートーとなり、退院促進に関わっています。僕よりかなり年上の辰村氏の意欲的に活動されている姿を見て、驚きとこれから先の希望が見えました。

いました。コンシユーマースタッフとして働いている自分にも通じる所があると思いました。しかし、コンシユーマースタッフとして働いている自分がリカバリーワークの過程を歩んでいく事が、相手が元気になる為に一番大事な事だと学び、ピアサポート講座の中にある、自分も成長し、相手も成長できる・・・「お互いに成長できるように」という理念を再確認できた報告でした。

※認定ピアスピシャリスト
二〇〇〇年代、アメリカのジョージア州をはじめとして精神疾患のある人々が精神保健システムの中のチームの一員として働く新たな職種として創設。同時にメディケイドという保険制度の適用を受け、事業所に還付金として収入が入るようになつてゐる所もあり、全米に認定ピアスピシャリスト制度が広がり、二〇一〇年三月現在で二十州あまりが認定制度化している。

鈴木氏は、WRAPの活動を通して見えてきた事を報告。プラモデルを作る時のように人生の過程を楽しむのが良いと言っていたのが印象的で、結果でなく、過程が大事であると言わされた事に感銘を受けました。

相川氏は、アメリカのピアサポーター・ピアスペシャリスト（※）について報告され、とて

も刺激を受けました。ピアサポートナーの在り方や役割、課題点を挙げており、ピアサポートナーは、サービスの利用者でありサービスの提供者である為、二重構造で苦しんでいると言われて



（終わりに）

「リカバリーフォーラム」は第三回目という事ですが、初めて参加して、とても勉強になり、何より自分の為になつたと感じています。自分の体調に気を配りながら参加できましたし、東京大学の安田講堂に行けたという事も貴重な体験となりました。

フォーラムだけではなく、東京の空気を味わえた事も良かったです。正直、住むのは岡山が良いと思いましたが・・・。

九月八日は僕の誕生日で、東京の伯父さんに祝つてもらい、今度は岡山で僕が講演をして、東京の人を呼んだら？などと、楽しく話ができました。伯父さんは現在80歳。僕が急性期の時に、無一文で新幹線の片道代だけ持つて東京に行つた時、迎えに来てくれ、妄想がひどい僕を岡山行きの新幹線に乗せて帰してくれました。その時の事を一人で思い出し、話しました。帰りの新幹線でここまで回復できたのもいろんな人のお陰だなと思いながら、自分を見つめ直す時間が持てました。

僕は精神保健福祉に携わったばかりで、まだまだこれからと思つています。アメリカのようにピアサポーターが地位を確立し、給料がもらえるような仕組みを作りました。また、僕自身もスキルを身に付け、ピアカウンセラーやピアスペシャリストとして中心となつて活動できるように頑張つて行きたいです。そんな僕の夢に一步近づけたような旅でした。（青淵）



『リカバリー勉強会』開催！ VOL.2

平成二十三年六月から八月にかけて、『リカバリー勉強会』を開催しました。全四回、七名の参加があり、皆で「リカバリー」について深める事ができました。第三回目は、『当事者主導のサービスとは?』をテーマに勉強しました。参加者からこんなサービスがあつたらしいな！というものを挙げてもらつたので、ご紹介します。

・医療費を無料にしてほしい
・ピアサポーターを仕事にできたらしいな
・コンシューマースタッフをもっと増やしてほしい
・年金額をあげてほしい
・JRを半額にしてほしい
・障害者雇用を増やしてほしい
・支援を受けて住める場所、人間らしく生活出来る場を充実させてほしい
・働きやすくなるためのサポートを充実させてほしい
・メンタルサポートをする人にお金をもつとつけてほしい
・効率のよい税金の使い方をしてほしい
・精神医療や福祉の情報をもつと伝えてほしい
・デイケアで過ごす利用者に対して、もつと一人一人の人生を考えて支援してほしい
・会社を長期に休んでも職場復帰がしやすいシステムになつてほしい
・学校でのケアの充実（個々人の学力に沿つたシステムつくり、自分の好きなことに打ち込める、休んでも戻れるなど）
・一般人も、当事者も一緒に利用できるような居場所がほしい
・自分の思ったことを発表できる場所や、いつからでもやり直せる場所がほしい
・デンマークでは、全ての国民が安心して暮らせるように、社会保障制度がとても充実しています。医療費は無料。「障がい者」という概念はなく、困っている度合いでサービスを受ける事ができます。早期年金（日本で言う障害年金）は、生

私の リカバリー 体験記

NO.2

「リカバリー勉強会」の最終日に参加者に語って
もらった『リカバリー体験談』を紹介します。

Recovery & Support & Hope



コンシューマースタッフ 木曾 律子さん



私の病名は、統合失調症と気分障害（躁うつ病）です。発症したのは、コンピューター会社に勤めていた二十二歳の頃です。比較的恵まれた環境に育つていた私は、幼い頃はそこそこ真面目で、ちょっとルーズな所のある普通の子供でした。思春期の頃、もともと思いつめやすいところのある私は、高校時代から情緒が不安定になり、ある友人との辛い人間関係、受験のストレスからノイローゼのようになり、さらに十九歳の時に初めて出来た彼との「失恋」から本当に死んだようになってしまった。そして、自分には過酷な二年間の会社勤めの結果、発症に至りました。

発症した時、母に泣いて頼まれ病院に行きましたが、その時は、自分で主治医に「薬は飲むから入

それからの私は、コンピューター会社を辞めることで、気が軽くなりました。その後は、バイトをしても続かず、入院並みの再発を二～三回し、統合失調症の陰性症状なのかうつ状態なのか、ほとんど半年程何もできず、寝るだけの日々を繰り返していました。

しかし二十八歳の時、調子が思わしくない私への接し方が分からぬ母が覺悟を決め、ボランティアサークル「よっしゃ」という地域支援団体に家族で関わるようになったのが転機になったように思います。

そこで病気を持ちながらもいきいきと暮らしている人や、楽しそうに関わってくれる若いボランティアの学生さんの姿に、希望を感じました。母も理解を深めてくれたようです。

院させないで欲しい」と強く訴えたので、その時は入院にはなりませんでした。そんな私が地域で暮らせているのは、私が病気であることを見つけてくれた友人や、世話をしてくれる家族のおかげです。本当に人との縁には感謝しています。

それからの私は、コンピューター会社を辞めることで、気が軽くなりました。その後は、バイトをしても続かず、入院並みの再発を二～三回し、統合失調症の陰性症状なのかうつ状態なのか、ほとんど半年程何もできず、寝るだけの日々を繰り返していました。

しかし二十八歳の時、調子が思わしくない私への接し方が分からぬ母が覺悟を決め、ボランティアサークル「よっしゃ」という地域支援団体に家族で関わるようになったのが転機になったように思います。

これから先の夢は、愛する人ができるて温かい家庭をつくることですか。親もちゃんと看取りたいです。（まだ元気ですが）

これからどうなつていくか分かりませんが、いつも「今ここから」と「縁」を大切にしていけば何とかなる気がしています。

一回目の入院でした。

久しぶりに仕事をした私は、関係妄想もあつて激しい躁状態になりました。発症して十二年後の三十四歳の時に初めて三ヶ月間の入院をすることになりました。退院後、仕事を普通にすることが怖くなり、作業所に通うことを決め、噂に聞いていた、あすなろ福祉会のMO MOという喫茶店形態の施設に通所するようになりました、ピアサポートになりました。

順調に今に至るようと思われるかもしれません、ピアサポートになつてからも調子を崩したこともあり、再入院もしました。入院生活では、いつもの生活の有難さや、生きていることへの感謝を再確認できました。

今は主治医や環境に恵まれ、症状も落ち着き、コンシューマースタッフとして活動できるようになります。

これから先の夢は、愛する人ができるて温かい家庭をつくることですか。親もちゃんと看取りたいです。（まだ元気ですが）

これからどうなつていくか分かりませんが、いつも「今ここから」と「縁」を大切にしていけば何とかなる気がしています。

よつばのクローバー

だより

■編集・発行 ピアソータークローバー

☎086-271-5689 平成23年10月1日

ピア悩み相談受付中！
086(271)5689

困っていること聞いてもらいたいこと
何でも気軽に電話下さいね。

No.21

活動報告

(8/21～9/20)

- 活動日 14日(半日も含む)
- 電話相談 70件
- 家事・同行援助 5件
- クローバーしゃべり場 9/20
- 女子会 9/13
- ぱるナイト 9/13



9月14日つどいを開催♪

つどい報告

①自分のお気に入りスポット

*お風呂。二時間くらい入ることも。湯船でリラックスしている。だから入院は嫌。

*近所の可愛いお姉さんがいる雑貨屋さん。二階がカフェになっていて。

*インターネットカフェ。ぱるの部屋。落ち着く。

*林病院の外来待合がお気に入り。

*①自分のお風呂、②ぱるの喫煙所(寝る)③ぱるの玄関(ギターをひく)④スポーツが当たる所。

*診察が終わった後の裏の道を歩く。季節を感じる。

*ドトール。仕事などでストレスが溜まった時に働く。勉強をすることもある。

*緑が好き。お店で植物を買ってしまう。癒される。漫画喫茶。

②両親について

*この歳になって感謝している。今まで大変だったと思うが、家族会などに参加してくれ、一番の理解者。働けと言われている友人もいるがそんなことは言われない。両親が健在で元気なうちに孝行したい。

*理解はある。母は体調が悪く、いつまでも頼らざるに自立しないと

いけないと焦っている。
*あまり干渉しないが、怒ると厳しい。最近心配なのか遠くに行かないと言われる。

*十九歳の時に父母が別居。母と仲良くしたいと思っている。元気にな長生きしてほしい。

*祖父母、父母、妹の六人。祖父母が農業をしていて父が手伝っている。自分が子供を育てるなら褒めて育てたい。

*言いたいことが言えず家が牢屋のようになっている。「ぱる」や「あすなる」は一八〇度違うので助かっている。

*子離れ、親離れできない。今お互いが努力している。親は歳をとるので大切にして自分は自立していく。

*6.13.14日はお休みになります。よろしくお願ひします

13日ぱるメンバーでカレーを見えや白玉団子月見作ってお祝いを開催！



ぱるナイト開催

相談電話

受付時間
～ひとりぼっちをなくそうよ～

火曜 10時～13時半
水曜 13時半～17時
木曜 13時半～17時
金曜 13時半～17時
気軽に電話下さい！

相談電話 (086)
271-5689

読者の広場

古楽日和

こがくびより

いささか旧聞に属するが、米国アップル社のCEO（最高経営責任者）であるスティーブ・ジョブズ氏が辞任した。後任にはCOO（最高執行責任者）のティム・クック氏が指名された。

アイティーメディアの記事によれば『ジヨブズ氏は取締役会とアップルコミュニケーション（CEOとしての務めを果たせなくなる日がきたら、まず自分でそれを皆さんに知らせると言つてきた。残念ながら、その日が来た』とし、「取締役会が認めるなり、アップルの会長として留まりたい」と語った。』とある。

ジョブズ氏といえばアップル社（創業当時はアップルコンピュータ社）の創業者のひとりだ。一九八〇年代に当時の経営陣との確執から会社を追われたものの、一九九六年にアップル社に復帰している。その後はiPhoneなどのヒット商品を世に送り出し、アップル社を時価総額で全米二位の企業にまで押し上げた。新製品発表会でのスピーチなどでは、常にその巧みな話術で会場に集まつた観衆を魅了し、カリスマと称された。

この辞任のニュースによりアップル社の株価は下落した。それだけ同社にとつては影響力の大きい人物だった。今後同社の経営は後任にゆだねられるが、その手腕に注目が集まっている。

藤井健喜

退院後の人生を自分らしく生きる為に



「いきたい」「病気がありながら、人の支援にも向き合っているのがすごいと思った」などの感想を頂きました。

平成二十三年八月二十三日・九月六日・
二十八日、林病院の病棟グループワークに参加させて頂きました。

患者さん四名、病棟スタッフ三名（看護師・介護士・P.S.W）の計七名と、ぱる・おかやまより青淵・木曽（コンシューマー・スタッフ）、徳田、小林が参加し、楽しく交流する事ができました。

病

棟グループワークでは、私達が参加する前に、病気や自分自身に対して理解を深めたり、WRAPやリカバリーについて学んでおられ、第七回目から参加させてもらいました。病気があつても、地域で生き生きと暮らしている姿を知つてもらい、退院後の生活に希望を持つてもらえたら・・・という事で、最初は、青淵さん・木曽さんの体験発表を聞いてもらいました。同じ入院体験を持つ二人が、つらい時期を乗り越え、現在コンシューマースタッフとして自分らしく生活している様子を伝える事ができ、「勇気をもらつた」「まだまだ自分も頑張れると思えた」「もっと病気と向き合つて頑張つ

た」八回目は、質問形式で交流を行いました。
第八回目は、質問形式で交流を行いました。

「家族の理解について」や「一人暮らしをどのようにしているのか」、「経済面はどうしているのか」などの質問を受けました。自立して一人で生活する為に必要な事は、経済面の保障がある事と誰かに相談できるという事の二つだという話を木曽さんがしてくれました。

第

九回目の最後の回は、皆さんで「ぱる・おかやま」に来て下さいました。ぱる利用者も加わり、ぱるについての説明や、皆がどのよう利用しているのか、どんな目的をもつて来ているのかという事を伝えました。「一人で寂しい時、ぱるに来て仲間と話をする、孤独感がなくなります。病気についても話しができ、同じ体験のある人からアドバイスをもらうこともできます。」「いずれは社会に出たい。その高さを感じた事。「ぱるは幸せそう」という感想をもらえた事。普段ぱるであまり発言されない方のぱるへの思いが聞けた事などです。退院を決めるのはとても勇気がいる事だと思います。決められた日に出てくる事が目標で、達成できると自信につながります。」など個々の希望に沿った形で利用している事を話しました。（木曽）

使っていますか?」「ピアサポーターのやりがいを教えて下さい」など皆さんから質問も頂き、遊びに来たいと言つてもらえ、これからもつながつていく」とのできる、うれしい会となりました。



10月活動予定

1	土	
2	日	
3	月	
4	火	13:30～ぱるっこたいむ(利用者ミーティング)
5	水	
6	木	14:00～ピアソポーター講座
7	金	芋ほり大会 13:30～岡精連
8	土	11:00～パソコン教室
9	日	
10	月	
11	火	
12	水	14:00～女子会
13	木	あすなろ福祉会職員研修 ぱる閉所
14	金	
15	土	
16	日	障害者体育祭
17	月	
18	火	みんなねっと家族大会
19	水	フレンズ杯卓球大会
20	木	13:30～つどい
21	金	14:00～岡精連講演会
22	土	11:00～パソコン教室 14:00～お抹茶
23	日	
24	月	
25	火	13:30～クローバーミーティング
26	水	
27	木	
28	金	
29	土	岡山県精神保健福祉大会
30	日	



イベント案内

20日 (木)

つどい

テーマは、「**秋にしたいこと」「社会と接点を持つことについて**」です。

「言いつ放し・聞きっ放し」が原則。大いに語り、楽しい一時を過ごしませんか？

時 間

13：30～15：00

場 所

ぱる・おかやま 1階交流室

参 加 費

無料

21日 (金)

岡精連公開講演会

時 間

13：30～15：30

場 所

きらめきプラザ (401会議室)

参 加 費

無料

内 容

●講演「岡山市の精神保健医療福祉の現状と課題」
岡山市こころの健康センター 太田順一郎氏

●体験発表 岡精連から3名

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、楽しく作法も勉強できます (^ー^) /
みなさんのご参加お待ちしております♪

時 間

13：30～

場 所

ぱる・おかやま 1階交流室

参 加 費

100円

29日 (土)

岡山県精神保健福祉大会

時 間

12：45～16：00

場 所

三木記念ホール

大 会 テ ー マ

「困難を乗り越えて育もう人ととのつながりを」
一大震災から学んだこと—

同 時 開 催 チャリティバザー・作品展示・即売会

※あすなろから「リサイクル石けん」「陶芸」「手作りクッキー」の販売をします！！

◆陶芸教室 (場所: 石けんセンター)

◆ソフトボール (場所: 百間川グラウンド)

◆パソコン教室 (場所: ぱる・おかやま)

◆お抹茶教室 (場所: ぱる・おかやま)

毎週火曜日 13：00

毎週火曜日 15：30

土曜日 8日14：00

22日11：00

22日（土曜日） 14：00



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

Par Space MOMO

住所：〒700-0824 岡山市北区内山下1-15-7

TEL&FAX：(086)801-2771

2011年10月号

営業時間：LUNCH/11:30~14:00 (OS13:30)

※ 金・土・日・祝日はお休みです。

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

MOMOセットMENU

10月3日（月）～10月6日（木）

鶏肉と玉ねぎの味噌マヨ焼き

キャベツと春雨のソテー

ピーナッツ入りなます

しめじと玉ねぎの味噌汁

※ 火曜日は「ふわとろ親子丼」です。

10月11日（火）・12日（水）

鮭の野菜ソースかけ

ひじきの煮物

きゅうりとしらす干しの酢の物

きのこのすまし汁



10月17日（月）～10月20日（木）

豚肉のビネガー風味

ごぼうとチンゲン菜のごま和え

こんにゃくと油揚げの煮物

えのき茸のスープ

※ 火曜日は「カツサンド」です。

10月24日（月）～10月27日（木）

鶏から揚げ～オニオンソースかけ～

糸こんにゃくと筍の中華煮

えのきのたらこ和え

キャベツの味噌汁

※ 火曜日は「とろとろ中華丼」です。

CAKEセットMENU

❖ 3日（月）～6日（木）

さつまいものパウンドケーキ

❖ 17日（月）～20日（木）

はちみつレモンのパウンドケーキ

❖ 11日（火）・12日（水）

クリームチーズケーキ

❖ 24日（月）～27日（木）

マロンのパウンドケーキ

10月13日（木）

スタッフ

研修のため

お休みします。

マフィン復活！！

夏の暑さのため、しばらくマフィンを作るのをストップしていましたが、

段々涼しくなって來たので、マフィンの販売を再開しました!!

プリンの商品化に向けて、奮闘中！！

11月からの新商品として、現在プリンを試作中です。

好ご期待！！

