

# ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティー誌

5

01

May 2010 No. 153

◎特集

## アドヒアランス

医師主導から患者主体へ

満開の桜の下で、得意のサックスを披露する  
「津郷明代さん」。花見会の参加者的心に素  
敵な音色が響いた。

## 特集 アドヒアランス -



# 医師主導から患者主体へ 『アドヒアランス』 積極的に治療に参加する

患者関係が「治す人」と  
「治される人」と  
いう、いわば上下関  
係のもとで使用す  
る言葉です。

一方、「アドヒア  
ランス」とは、患  
者さんが病気を理  
解し、服薬の必要

# アンケート結果から

## アンケート結果から

皆さんには、自分がどのような効き目や副作用のある薬を飲んでいるかご存知でしょうか？知っている人は、薬の内容を決定するときに、自分の意見や思いを反映させて治療を受けている

ス」とは、「服薬遵守」と訳されていますが、患者さんが医師の指示に従つてきちんと薬を飲んでいるかどうかを検討するときに使用する用語です。

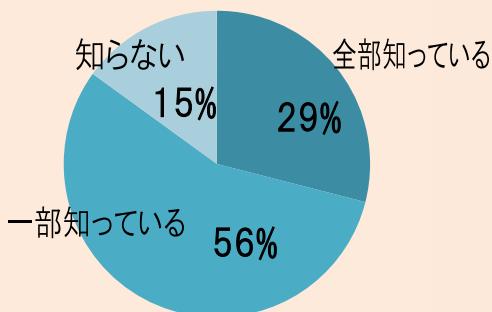
すなわち、「コンプライアンス」では、医師などの医療者が主体で、患者さんは受け身ですが、患者さんが主体となっています。

現在では、「コンプライアンス」から「アドヒアランス」への向

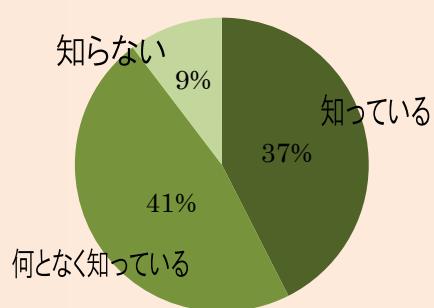
WHO（世界保健機関）は、2001年に「コンプライアンスではなくアドヒアランスという考え方を推進する」という方向性を示しました。

性を把握し、主体的に積極的に、しつかり薬を飲んでいるかどうかを検討するときに使用する用語です。患者さん自身も積極的に、医師や医療従事者と治療方針や内容を決めていくということです。

図1 現在ご自身が服用している薬の名前を知っていますか？



## 図2 服用している薬の効果・副作用を知っていますか？



# 特集 アドヒアランス

でしょうか？

『あすなろ福祉会』登録メンバーのうち41人に「主治医や薬との付き合い方」についてのアンケートを実施しました。(P1～P4まで結果掲載)

『図1 自分が服薬している薬の名前について』、「全部知っている」「一部知っている」を合わせると全体の85%、「知らない」が15%でした。

『図2 自分が服薬している薬の効果・副作用を』「知っている」「何となく知っている」を合わせると全体の78%、「知らない」が22%でした。



図3 薬の内容を決める時、ご自身の意見も反映されましたか？

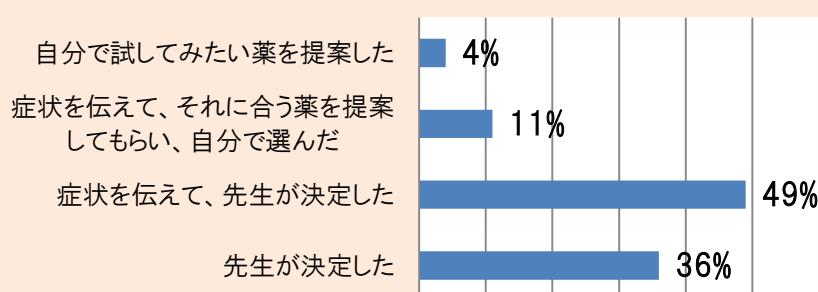


図4 最近1ヶ月指示通りに服薬している

に服薬していますか？」という問い合わせに対し、「大体服薬している」が、98%、「具合に合わせて服薬している」が2%、「ほとんど服薬していない」が0%でした。

登録メンバーの大半が、安定して地域生活を送っている方が多いということもあり、ご自身が服薬している薬の名前や、薬の効果・副作用についてはほとんどの方が知っています。服薬率は高いことが分かりました。つまり、「コンプライアンス」は良好だといえます。

しかし治療に関しては、まだまだ医師が主導となる場合が多いことは患者さんにとって大事なことです。統合失調症は慢性的な病気であり、長期にわたって抗精神病薬を飲み続ける必要があります。

家族の視点からアドヒアランスの重要性を訴えている、上森得男氏の言葉を紹介します。

図4 最近1ヶ月指示通りに服薬している



## 薬について知る

上森氏自身もうつ病になり、入院も経験されたそうですが、これらのことを行なうことで、今では回復しているようです。

①統合失調症の症状を改善するためには、抗精神病薬の服用が不可欠です。脳内化学物質の過剰や不足が病気の原因だからです。

②ただし、できるかぎり進歩した薬を処方してもらいましょう。

副作用を減らすために、可能な限り分量を減らすことも大事（多剤大量は不可）です。

③診察時には、「どうしたら元気になるか」という一番大事な質問をして、医師の治療方針も聞き自分の回復に役立つ情報を得ることを心がけましょう。

④医師に治療を任せっぱなしにせず、自分もこの病気に関する知識を増やすようにしましょう。

⑤今服用している薬がどのような副作用があるのかを承知して、きちんと飲むことが大切です。自己判断で減らしたり、やめたりしないことです。

ためには、抗精神病薬の服用が不可欠です。脳内化学物質の過剰や不足が病気の原因だからです。

②ただし、できるかぎり進歩した薬を処方してもらいましょう。

副作用を減らすために、可能な限り分量を減らすことも大事（多剤大量は不可）です。

薬の情報の集め方について、次のような方法があります。

①医師にたずねる。

②薬剤師に聞く。

③インターネットで調べる。

④本で調べる。

⑤同じ病気を抱えている人たちとのやり取りの中で、より

自分に合った情報を得る。

特に副作用についての情報は大切です。

## 治療の主役は自分自身！

アドヒアランスは医療者と患者さんとの信頼関係のもと、治療を協働で進めるこことによってはじめて成立するものです。

治療を医師に任せただけではなく、「自分自身が治療を行う主人公になる」ことが回復への原動力になるのです。

### \*参考文献

上森得男：やっと本当の自分に出会えた—統合失調症と生きる当事者・家族からのメッセージ

アルタ出版  
2006

## 薬の飲み方・主治医との付き合いを感じていて教えてください

- 薬の量がだんだん増えた時、悩みを言うと更に薬が増えそうで相談できないときがあった。
- 主治医は、信頼しているので安心している。プライベートの事も話をしている。
- 私の先生は、あまり聞いてくれない。早く終わらせようとするので、話足りないことが多い。
- 先生の異動などで1年に1度は主治医が変わっているので、慣れた頃に変わるので困る。
- 今まで、何度も主治医を変えてきたが、今の先生と出会い「3年計画で腰を据えて治療していく」と確認することで、病気に対して前向きに、落ち着いて対処できるようになった。「病気を治して元気になりたい」という気持ちが湧きあがってきた。

- 薬のことは自分から言い出さないと、あまり変わったり減ったりしない。
- 今の主治医には何でも話せるが、自分でも薬の情報を知り、その上で主治医とも話をしている。
- 自分のことを全部話すと薬を変えられそうで心配。薬のことについての説明がないので不安。
- 体調が悪い時の状態をノートに書いて、診察時先生に伝えている。
- つまらない悩み事も真っ向からちゃんと聞いて答えてもらえると、誠意を感じて落ち着けます。薬にはつい不安を感じるので、ちゃんと説明やフォローがあるとうれしかった。
- 医師が薬の説明をあまりしてくれないときは、薬剤師やカウンセラーに聞いてみるのもいいですよ。

## 特集 アドヒアランス

私は、今では精神科医として勤めていますが、医者になつて最初は、内科の研修医でした。その当時の研修プログラムの中で、内科以外の診療科を研修する機会があり、岡山市内の精神科病院に半年間お世話になりました。

内科では「薬を飲んで、あとは任せたよ」という、患者さんの自己責任に任せた関わりが多かったです。精神科では、薬以外の治療法や対応策が様々でした。しかも患者さんの生活全体を含めて

見ていくという視点が、大変興味深く、それ以来、精神科医として勤めるきっかけになったと思います。



「アドヒアラ NS の向上のためには」  
「医療に求められるもの」

「アドヒアラ NS の向上のためには、まず医療者がそのような意識を持つことが重要です。特に副作用についてはきちんとお伝えしないといけないと思っています。患者さんから症状を伺い

ながら、薬の調整を行っていきますが、ご本人が納得して薬を飲んで頂けるように、時間をかけていくことが必要であると思います。

「これが困った」とメモをしておくと良いでしょう。

「アドヒアラ NS の向上のためには」  
「ご本人に求められるもの」

「② 薬の飲み心地について伝える」

まずは、「何の薬を飲んでいるのかを知る」ということです。薬の名前を覚えておかないと、主治医の先生と話をしている中で、「○○の薬はどうだった?」と尋ねら

れても分からぬと思います。色や形で話をすると、医者の方は薬の形、色など、すべて把握しているわけではないので、ご本人の想像と食い違っている可能性もあり、良い治療には結びつきません。薬の名前で話ができるようになるのは、まずは第一歩でしょう。

## ご本人と共に歩む医療を 財団法人 淳風会 柳川診療所 柳川メンタルクリニック 所長 近藤 恭子

### ① 気付いたときにメモをしておく 主治医とのコミュニケーションのポイント

次の診察でこれを伝えようと思つても、忘れてしまうこともあります。通常診察時間は限られています。短い時間の中で上手く伝える為には、思いついでたときに「こんなことがあった」

「これが困った」とメモをしておくと良いでしょう。

# 特集 アドヒアランス

て便秘がひどくなつた」など、日頃からチェックしておけば、新しいお薬を飲んだ後の診察でもうまく伝えることができると思います。

③ 治療について気になること  
**希望を伝える**

薬を飲んでいて、集中力が落ちたり、ボーッとしたりなど、どうしても飲みにくい薬というのは、飲まずに置いておくよりは、「この薬は、こういうところが嫌で飲めない」「実は〇日前から飲んでいたかった」など話をして下さることで、今後の治療に活かすことができます。

仮に患者さんから「薬を飲またくない」という気持ちを訴えられたとします。患者さんとしては、今飲んでいる薬の副作用が辛いのかもしれないし、薬を飲んでいること||病気だという気持ちが辛いのかもしれない。また、薬を飲まなくて大丈夫だと、自信が持てているのかもしれない。その方の気持ちに寄り添っていくと、なぜそのような気持ちになつてているのか分かつてきます。

## ④ うれしかったことも伝える

診察場面ではどうしても症状ばかり話がいつてしまします。困っていることだけではなく、「どういうときに自分はリラックスできるのか?楽しいと感じるのか?」

という、プラスに感じる場面、状態を伝えることは、その方を知るきっかけにもなります。

## ⑤ 自分のゴールを伝える

例えば、日中も自宅で過ごされたい方で、症状は安定している方がおられるときです。「本人は、薬の副作用でボーッとした感じを持っています。おられても、安定して生活を送つておられれば、あえて薬は変えないということはあると思います。

しかし「作業所にいきたい」という希望をお持ちなら、少し元気

薬の量を減らして、どの程度の量が必要な維持量なのか、ということをご本人と一緒に考えていくことができます。薬をやめたいとかになるかもしれないですね。

「就職したい」など、「近い将来1年後どうなつていていい」、または「数年後どうなつていていい」という人生におけるゴールを、主治医に伝えることはとても大切なことです。

## 家族の方へ

医者がご本人を見ているのは1週間、1か月のうちにほんのわずかな部分です。家族が気付いている薬の副作用や効果、ご本人が伝えにくいことなどは、時には診察のときに一緒に来て、伝えて頂けたらと思います。診察場面で話し合うことができるということは、家族とご本人の関係も良くないといけない、治療関係としても良くないとできないと思います。一緒に相談し合える形を、ご本人にも家族にもプラスのものにしていくことだと思います。前もつてご連絡をいただければ、時間をとる

ことも可能だと思います。

## これからのかの課題

医者が足りないということが大きな課題です。医者の数に比べ、患者数が多く、時間内に診察できることも限られています。診療報酬の改善も含めた、本来必要な治療を行うことができるよう、整備が必要となるでしょう。



財団法人 淳風会 柳川診療所

柳川メンタルクリニック

〒700-0818 ☎086-221-8480

岡山市北区蕃山町9-17(岡山駅より徒歩15分)

<http://www.junpukai.or.jp/yanagawa/gairai/gairai.html>

# よつばのクローバー

## だより

…ひとりぼっちをなくそうよ…

■編集・発行 ピアソータークローバー

☎086-271-5689

平成22年5月1日

No.4

### 活動報告

(3/16~4/15)

- 活動日13日(水・木・金は半日)
- 電話相談 40件
- 交流室利用者 延べ112名
- 家事援助 4件
- 弁当配達 13回

### ■第7回つどいを開催

#### 人とのかかわりの中で自分を知る

4月14日(水)「第7回つどい」をぱる・おかやまで開催しました。今回のテーマは誰もが悩む「人とのかかわり方、人付き合いについて」。参加者は10名で、各自の思いを語り合いました。



集いの様子

内容として、「人に気を遣いすぎて疲れてしまう」「この人にこれを言ったらどう思われるだろうかと先のことばかり考えてしまう」「職場での人間関係がうまくいっていなくて支障が出ている。そこで辛い思いをした。」「自分は人の悪いところをひとつ見つけるとその人が100%悪く思ってしまう。だからあえて人の良いところを見るようにした。すると人に対する見方が楽になった。」

また人と付き合う時の心構えとして4種類のパターンがあるという話も出ました。①自分も他人もOK②自分はOK あなたがNO③自分はNO あなたがOK④自分がNO あなたもNO。人間関係がうまくいかない時は②か③の状況になっていることが多いそうです。

参加しての感想として「かつての自分と同じようで共感ができる」「参考になった」など和やかな雰囲気で集う事ができました。

次回つどいは5月12日(水)13時半~

テーマは「苦手な人と付き合い方」です。  
みなさん気軽に参加してください★ そして語り合いましょう!

### ■家事援助利用者の声 (プリンさん)



クローバーの家事援助を2週間1回利用されているプリンさん。居宅へ訪問して、掃除機かけやちょっとした雑用をしています。利用しての感想を聞いてみました。

#### Q. 利用してみてどうですか?

毎回、来てもらうことを楽しみにしています。家事援助だけではなくて休憩中にテレビと一緒にみながらわいわいすることも特に楽しく思っています。一般的のヘルパーとは違い、気持ちを解ってもらえて、とても親しくさせてもらっています。

#### Q. 利用して変化したことは?

以前の私は寝たきりで着替えもできないほどでしたが、最近は半田山へ行ったりと、外出ができるようになりました。クローバーはとても親切でありがたく思っています。

プリンさん、いつもありがとうございます!

### 募集 中!

### あなたの体験を語りませんか?

あなたの今までの人生の経験、今、がんばっていることを語ることで励みになる方、元気になる方がたくさんいます。

クローバーはリカバリーを広める活動をしています

### 始めました。

### ■movix ぱる ぱるで映画を見よう、語ろう!

「BALLAD 名もなき恋のうた」を観賞します。

日時:5月6日(木)14時~

場所:ぱる・おかやま1階 詳細はお電話下さい★

### 相談 電話

### 今月の相談電話の受付時間

火曜日 10時~17時

水曜日 13時半~17時

木曜日 10時~13時半

金曜日 10時~13時半

相談TEL番号  
(086)  
271  
5689

# 読 者 の 広 場

## 私のマイブーム

ぱるっこに聞いてみました。

- ・ポッキー。今は色々なポッキーが出てるので楽ししじゃない。
- ・パソコンの勉強です。「わかるじ」といわれるBCCちゃん先生」の教室です。
- ・Twitter(ツイッター)。インスタネッタ上に自分の思つた」となどを”つぶやける”システム。遠く離れた所にいる人とも簡単に交流できる。
- ・オカリナの「ンサーー」があるので暇をみては練習をするよ。
- ・ブルーベイ
- ・ライチとナダテコロ。畠んだ時のままで触感にはまってます。

- ・ポッキー。今は色々なポッキーが出てるので楽ししじゃない。
- ・パソコンの勉強です。「わかるじ」といわれるBCCちゃん先生」の教室です。
- ・Twitter(ツイッター)。インスタネッタ上に自分の思つた」となどを”つぶやける”システム。遠く離れた所にいる人とも簡単に交流できる。
- ・オカリナの「ンサーー」があるので暇をみては練習をするよ。
- ・ブルーベイ
- ・ライチとナダテコロ。畠んだ時のままで触感にはまってます。

Youtubeで「地獄少女」というアニメをみると。午前

0時」「地獄通信」「アクセ

スしたら、地獄少女が恨みを晴らしてくれるという内容です。絵が和風でどう

ても可愛いのです。

・ソフトボール。練習をがんばつづける。

・RKB土曜日の時から放送している「モヤさま」にはまつ

ています。江口洋介、AR

Aーさんが出演しています。あとはラジオの「英語

5分間トレーニング」5分

間だから無理せず続けられますが

・座禅、ひとり」と、マッサージ。自然体になれる

自分に合った仕事に就いて、お金貯めたい。  
パソコン資格をとることです。  
職場に復帰する」と。  
WRAP(ラップ)のファシリテーターとして活躍すること。ホームヘルパーの仕事をがんばる。  
なんとか通信制大学を卒業すること。アルバイトもやりたい。  
自分と人を活かしあえる素直な女性になりたいです。  
もひとつパソコンを上達したい。スピードをあげたい。  
仕事に復帰すること。  
一人暮らしをすること。仕事である新聞配達をがんばること。  
自立して就職すること。

## 私の将来の夢・目標

### ぱる通信に取りあげてほしいこと

- ・統合失調症について。
- ・様々なサポート事例を紹介してほしい。
- ・一人ひとりの思っていること、感じていること。
- ・リカバリーのために何が有效なのか。
- ・働いている人がどんな生活を送っているのか。
- ・自分の書いた文章をのせてほしい。



ぱるの交流室にスケッチブックを設置しましたよ。自由に描いてね★

## 投稿コーナー



→「マーガレット」意作さんの作品

### 感想・投稿 募集中!

今思っていること、ぱる通信の感想、詩、俳句、絵、ジャンル不問です。郵便、メール、fax 等でご投稿ください♪お待ちしています。

# ぱるっこ広場

勉強やスポーツができないからいいじゃないか

それがなんだって言うんだ

自分には

マイペースというどりえがあるじゃないか

マイペースで生きる

それだけで素晴らしい

タイムマシーン

先日、仙台に WRAP (ラップ) のファシリテーターの資格を取りに研修に行きました。

WRAP (ラップ) といつと音楽のラップを想像する人もいるかもしれません。これは Wellness recovery action plan ウェルネス リカバリー アクション プラン の頭文字を取ったものです。

メアリーハレンコーフランさんという当事者の女性が薬以外で何か対処法はないかと全米

でリサーチして、みんなの経験や知恵をまとめたものが WRAP です。日常生活管理プランといった毎日

の生活をよくするものから、引き金や調子が悪くなってきた時のサイン、対処プランからクラ

イシス、危機的状況のときのサポートーーにしても

らいたいこととの指示など状況にあわせて WRAP を使い分けていきます。自分個人の WRAP もあれば

グループのものもあります。

私が WRAP に出逢ったのはメンタルヘルスマガジン「じぶんの元気+」の表紙モデルになつたときの特集が WRAP だつたのです。すぐ資料を取り寄せ、自分で WRAP を作りはしましたが、活用できず長い間私の WRAP は眠つてました。その間何度も自殺未遂や入院を繰り返してしまいました。

私の WRAP にストップが入つたのは去年11月に東京で、「増川ねてる」さんと久留米

WRAP 研究会の磯田会長夫妻が、WRAP のクラ

スをやるとメールで知り、新幹線に乗つて駆けつけた」とからです。そこでみんなのエネルギー

で、むしやしない(WRAP グループ。京都弁で、おやつという意味)の紹介クラスと集中クラスを受け、3回に仙台で1回間の WRAP ファシ

リテーター養成研修を受けました。

北海道や大阪からも来ていて、みな熱心に意見交換して学びあいました。中には泣き出した

り倒れる人もいましたが、最後にはみな笑顔で

修了証を手にしました。毎日ハードだったけれ

ど、仲間の力で乗り越えられて、リカバリーに

は際限がないのだと実感しました。自分が日々

バージョンアップしていく感じがしました。研修

はとても充実した1週間でしたが、後で過労が

原因で2週間入院をしてしまいました。これから

WRAP を作りはしましたが、活用できず長い間私の WRAP は眠つてました。その間何度も自殺未遂や入院を繰り返してしまいました。

WRAP のファシリテーターとして活躍したい！

# KAWARABAN

## 春欄万！サクラ咲く。

4月3日、岡山市にある護国神社で、毎年恒例のお花見会が行われました。土曜日の開催ということもあり、就労している方も参加され、総勢約70名の参加がありました。

今年の花見の企画は6名の実行委員で企画・運営を行いました。お花見会では、炭火のバーベキューを食べながら、楽しいゲームや出し物で、最後までみんなが楽しめる会になりました。



「小学校5年生の時から父親の背中を見て、整備士に憧れていきました。その後整備士にならたのですが、向いていないと感じ挫折しました。

それから車が好きだったので、ガソリンスタンドに入りました。スタンドも転々とし約10年勤め、身体の調子を崩し統合失調症と診断されました。入院を1年4ヶ月し退院。あすなろせつけんセンターに入って1年が経ちました。幻聴、幻覚もよくなりました。

あすなろのスタッフさんから誘われて実習先の見学をさせてもらいました。はじめは見学だけと考えていましたが、「それじゃダメだ」と思い、社長さんも人柄が良さそうだったので、行ってみよう決めました。スタンドの経験を生かし、自分が出来ることが出来たことを一生懸命やらせてもらいたいと思っています。また、自分を試したいと思います。」

## デンマーク福祉研修旅行

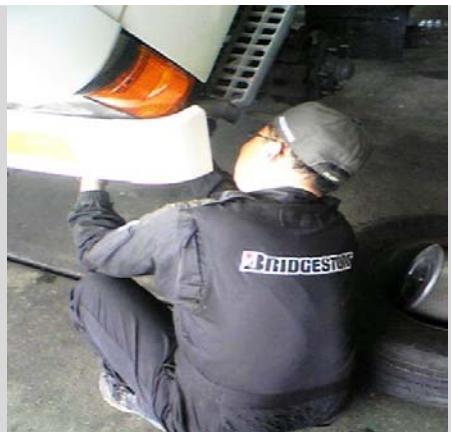
### 参加者募集します！！

#### □「ノーマライゼーションの父」生誕の地

ノーマライゼーションとは、たとえ障害があつてもその人を平等な人として受け入れ、同時にその人達の生活条件を普通の生活条件と同じものとするよう努めるという考え方です。“ノーマルな人に対するのではなく、ノーマルな生活条件を提供する”、このような理念が誕生したデンマークは、地方分権が確立し、民主主義が国民に広く定着した、社会福祉先進国です

日 程 平成22年9月上旬（予定）

参加希望、興味のある方は、  
「デンマーク福祉研修旅行実行委員」  
リサイクル石けんセンター  
☎ 086-273-9692 [担当：石本] まで



自動車工場で実習中のAさん。

平成21年度は登録者の内、「15名」の方が就労をされました（再就職者含む）。今年度も引き続き、就労を目指す方の応援をしていきます。

今年度は特に、あすなろ福祉会の法人施設外での仕事の体験や、実習ができる場所の開拓に力を入れていきます。そのような経験を通して、自信や「これから的人生における一歩」を踏み出せるきっかけ作りを目指していきます。

## 「リサイクル石けんセンター」活動報告 「一歩、踏み出せる場所」

# INFORMATION

## 5月活動予定

1	土	パソコン教室 11:00～12:00 ギターサークル 10:30～12:00
2	日	「ぱる」休み
3	月	憲法記念日 「ぱる」休み
4	火	みどりの日
5	水	こどもの日
6	木	
7	金	
8	土	パソコン教室 11:00～12:00
9	日	母の日 「ぱる」休み
10	月	ぱる休み
11	火	陶芸教室 13:00～
12	水	つどい 13:30～15:00
13	木	
14	金	
15	土	ソフトバレー県大会 ギターサークル 10:30～12:00 パソコン教室 11:00～12:00
16	日	「ぱる」休み 憲法フォーカクジャンボリー
17	月	「ぱる」休み
18	火	陶芸教室 13:00～
19	水	パソコン教室 14:00～15:00
20	木	
21	金	市役所作品展示会
22	土	
23	日	「ぱる」休み
24	月	「ぱる」休み 市役所作品展示会
25	火	市役所作品展示会 陶芸教室 13:00～
26	水	パソコン教室 14:00～15:00
27	木	
28	金	
29	土	パソコン教室 11:00～12:00 ギターサークル 10:30～12:00 お抹茶教室 14:00～
30	日	「ぱる」休み ソフトバレー中四国大会
31	月	「ぱる」休み

## イベント案内

### 12(水) つどい 「苦手な人の付き合い方」

「苦手な人の付き合い方」というテーマで自由に自分の意見を伝えます。「言いつ放し・聞きっぱなし」が原則です。

場 所	ぱる・おかやま 1階
時 間	13:30～15:00

### 2010 憲法フォークジャンボリー IN岡山

岡山県内外の素晴らしいミュージシャンが集結する音楽の祭典が開催されます。

～NO MUSIC NO PEACE～  
「音楽がなければ、平和もありえないよ」  
せっけん、マドレーヌも販売します。

日 程	15日～16日
場 所	天神山文化プラザホール
時 間	13:00～17:30
参加券	前売り 3000円 当日 3500円

### 21日、24日、25日 市役所作品展示会

岡山市役所1階ホールにて岡山市内の作業所で作った作品を展示・販売します。せっけんセンター、MOMOで作った商品も多数出品します。お気軽にお越しください。

場 所	岡山市役所1階ホール
時 間	9:30～16:00

- 陶芸教室 (場所: せっけんセンター)  
毎週火曜日 13:00～  
「陶芸家」芝先生による指導
- ソフトボール (場所: 百間川グラウンド)  
毎週火曜日 15:30～
- パソコン教室 (場所: ぱる・おかやま)  
毎週水曜日 14:00～  
毎週土曜日 11:00～
- お抹茶教室 (場所: ぱる・おかやま)  
29日 14:00～
- ギター教室 (場所: せっけんセンター)  
第1、第3、第5土曜日  
10:30～

# 今月の キラリ☆

## 山本 雄史さん

やまもと ゆうじさん 趣味 ゲーム 特技 一発ギャグ



### 閉鎖病棟への長期入院を経て 支えてくれた皆さんに感謝！！

今まで支えてくれた友達、スタッフ、  
父親、「リサイクル清水」の皆さんに本当に感謝しています。

今でも幻聴はあります。でも、仕事をしているときは、切り離して考えることで仕事に集中出来る事を知りました。こんな自分でも雇ってくれている会社に感謝しながら、会社の皆さん認められるよう、がむしゃらに頑張っています。

その後、周りの友達がどんどん就職していくようになり、「自分もみんなと同じように働きたい」という気持ちが湧き起きました。スタッフの支えもあり、「リサイクル清水」という会社に就職する事が出来ました。

く、毎日通うこともできませんでした。しかし、仲の良い友達やスタッフが声を掛けてくれたことが励みになつていました。

僕はあすなろ福祉社会に出会うまで約10年間、閉鎖病棟へ入院していました。このまま病院にいたくないという思いで、ケースワーカーに相談して、あすなろ福祉会の「せつけんセンターア」を紹介してもらいました。でも、幻聴がひどく、毎日通うこともできませんでした。



【表紙の写真 津郷明代さん】

「サックスは自分の感情をハーモニーにして表せるので、とても気持ちがいいです。今度発表会があるので連習を頑張っています。」現在、デイサービスにて看護師の仕事をしている。「まだ始めたばかりで戦苦闘中ですが、楽しんでがんばりたい」と語ってくれた。

#### 【編集後記】

「アドヒアランス」。耳慣れない言葉ですが、すでに実践されている方もおられると思います。「当事者主体」という考え方方が医療の場でも実現されることが必要ですね。（井手）