



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～』



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～

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、「想いをつなぐくまもと大会 再生・創生・深化」というテーマの元、全国精神保健福祉士が集まり、実践報告を行っている。今号では、佐藤 純氏（京都ノートルダム女子大学）による「英国Assertive Outreach Team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。

*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国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」Ⅱ「ファミリーワーク」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。

英国では、「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「ファミリーワーク」なのだという。

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、「ファミリーワーク」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、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）と二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トレーニングや、再発の初期サインの確認、再発予防のため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っている。

家族支援の可能性

以上、英国の「ファミリーワーク」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ことが最も効果的という事である。家族支援の重要性は、米国の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こと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。家族会では、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、「元氣になっ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いえない。次頁より、家族会小森会長と「家族支援」を考えてみる。





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（コモリ・キヨコ）
ご主人と二人でぶどう農家を営む。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、あすな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って、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っています。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。そういった支援が出来れば、本人の回復も早いと思います。しかし、現在の日本にそのまま導入するというのは難しいと思いました。

— それは、どういった事から

そう思われるのでしょうか？

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、施設の車が止まっていたりすると、すぐ近所に噂話が広まったりしますし、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ないかと思います。

— どうすれば良いのでしょうか？ —

やはり、家族支援へのニーズを持っている家族に対して働きかけることが重要なのではないのでしょうか。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ないかと思います。

— 最も状態が悪い時のサービスが

少ないという話があったと思いますが、

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のでしょうか。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思います。私も経験があるのですが、そんな切羽詰まった状況では頭が回りません。しかも、誰にも頼れない、言いたくない。選択肢が限定

されますね。ですから、それまでの準備、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のでしょうか。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、家族の話が始めたところで、全然メモをとらなくなった。そのことで、ショックを受けた」という話があったそうです。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ったんです。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って…今思い出してもゾッ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のですが、担当の保健師さんがコロナ変わるということで、傷ついた経験がありますね。すごく頼りにしていた保健師さんがいて、その方には、

誰にも言えないことを話せて、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、仕事だったんだなと思います。行政ですから、仕方ないとは思いますが、一言あっても良いんじゃないか…と思いますけどね。

―逆にこんな事をしてもらって良かった、

嬉しかったという経験はありますか？

信頼していた保健師さんは、娘の仕事を探してくれて、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、聞いてもらえ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、「あすなる家族の会」も私にとつては非常に大きくて、自分がこんなに頑張っていて、苦労しているんだという事を、気兼ねなく、オープンに話が出来て、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たことか。近くに話が出来る所なんてありませんから。

家族が安定することによって本人が安定する。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、逆にキヤッチ出来ていないという事はあると思います。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思います。家族会で言えば、どうすれば来てもらいやすいのか、そのこのハードルを下げるのが課題となってくると思っています。

―あすなる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、あすなる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りない部分を補ったり、程良い所で見守ってくれるという安心感を持っているという事が重要だと思っています。あすなる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、ズケズケ話に入ってくる人が。こちらとしては、分からない所は入ってこなくてもよいと思っています。

るんですけどね。分からない所まで、分かってい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」とか思ってしまう。家族の気持ちは、家族にしか分からないですよ。

―今後の課題はどこだと考えますか？

「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。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。支えていきたい。私がそうしてもらったように。皆「自分の人生を自分らしく生きる」権利を持っ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、あすなる福祉会の課題としては、どうやって、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)。

そういう意味で言えば、交通アクセスが不便で物理的に支援が受け難い、経済的に厳しい、



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しては、いわゆる、訪問支援（アウトリーチ）が有効になってくるのかもしれないですね。

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と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も、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、支援の成功の力を握っているといっても過言ではない。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、考え方であったり、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」に触れることになる。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に思える。

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。親が何に対して褒めるのか、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。きつと皆、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。「自分達だったら、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行っ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

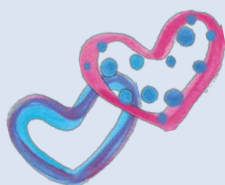
あすなる家族の会 家族交流会のご案内

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ぎゅっくらんに話しながら楽しく交流しています。家族の中で抱え込まず、一歩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る

（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）

ピアフレンズの会に

参加させていただきました♪

七月十四日、「旭川荘ピアフレンズの会」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く機会となりました。

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、みなさんの現実にはしっかり向き合っている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、言語障害があっても携帯を使っているのを一生懸命伝えようとして下さったり、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。



読者の広場

ひなちゃんの4コマコーナ

どろり

愛なき音楽



曇天

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った
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
今日はそうありがたい 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？
そう聞かれるときと
首を縦には振れないだろう

一歩ずつ少しずつ 歩いていけばいいんだ
曇天の下 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

古楽日和 こがくびより



音楽ついでに古楽について書いてみたい。
そもそも、筆者が古楽を聴くようになったきっかけはバッハだった。今から十数年位前のこと。某国営公共放送の「日本人の質問」とかいづ番組で、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ンのバックで、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、モーツァルトの作曲だと思い込んでいたからだ。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『小フーガ短調』など、パイプオルガン曲の印象しかなく、何やら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った。そこで、後日書店に行き、クラシックCDのカタログ本を買ってきた。こういった本の中に手がかりがあるのではないかと考えたからだ。本をめくる。その本の最初に載っていたのは、くしくもバッハの作品だった。『管弦楽組曲』という作品だ。(次回に続く)

藤井健喜

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、色ん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生き生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「お客さんの数は?」「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いただきますね。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 | ★ <u>ビビンバ</u> |
| ★ 6日(月)~10(金) | 豚のしょうが焼き | ★ <u>味噌ナス豚どんぶり</u> |
| ★ 16日(木)~17日(金) | しゃけのホイル焼き | ★ <u>鶏めし</u> |
| ★ 20日(月)~24日(金) | チキンと夏野菜のチリソース | ★ <u>天心飯</u> |

★ 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(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	調子はえーんじやフェスティバル実行委員会
22	水	
23	木	ばるおやつ 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～ ばるっこたいむ 15:00～
29	水	
30	木	女子会 14:00～
31	金	

9日(木) 私の思い、考えを聞いて！ 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！
「言いつぱなし、聞きつぱなし」が原則です。

時 間 13:30～
場 所 ばる・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:ばる・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(ばる・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(^-^)

時 間 14:00～
場 所 ばる・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 ばる・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。ご参加お待ちしております♪

時 間 14:00～
場 所 ばる・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、おしゃべりを楽しみませんか？

時 間 14:00～
場 所 ばる・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