

ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティー誌

特集：研修報告！リカバリー全国フォーラム2016
～リカバリー志向サービスへの転換～

10

No. 224
Oct. 2016

特集：研修報告！リカバリー全国フォーラム 2016 ～リカバリー志向サービスへの転換～



『リカバリー志向サービスへの転換～リカバリー全国フォーラム 2016～』

リカバリー フォーラムは今年で8回目。8月26日(金)27日(土)の2日間に渡って帝京平成大学池袋キャンパスにて開催された。主催は「こころの元気+」でおなじみの COMHBO(コンボ)こと認定特定非営利活動法人地域精神保健福祉機構である。

今年は『支援サービスの“見える化”』と『当事者参加による意思決定』をキーワードにしてリカバリーを考えしていくことが主なテーマ。支援サービスの“見える化”を行うための施策、“見える化”によって主体的な意思決定を行うための仕組み、そしてその取り組みに基づいてリカバリー志向サービスへの転換を進めるための戦略を考えていく。

記念講演

医療の「見える化」から見た 精神科医療とがん医療

～チーム医療による見える化で変わってきた がん医療～

【講師】 小嶋 修一 氏

(株式会社TBSテレビ報道局／がんサバイバー) 一九六〇年埼玉県生まれ。慶應義塾大学を経て、TBS入社。二六年前に精巣腫瘍が見つかる。二〇一二年六月、もう一方の精巣にもがんが見つかり、摘出。株式会社TBSテレビ報道局解説委員としてこの四半世紀以上、がんを専門に取材。また患者会を創設したという患者サイドの視点を持ち、「がんサバイバー」としても活動中。

患者が主人公
あなたもきょうから
治療チームの一員です！



初対面の医師から「こんなことを言われた
ら、あなたはどう感じますか？」
アメリカでは、がん医療を中心に患者がメ
ディカルスタッフ（治療スタッフ）の一員と
して医療に参加する事が現実に行われてい
る。ここでいうチームとは、

★一つの共通のミッションを持つ
★医療の進歩やるべき医療についてのビ
ジョンを共有
★専門集団であること
★患者が、今後の治療について十分に理解
し、心底から納得した上で（インフォーム
ド・コンセント）行う
★複数の治療法の中から、患者自身が治療法
を選択して（インフォームド・チョイス）
治療が行われること
★最終的には患者（本人）が決めるなど、今
どんな治療が行われているのか、今後の病気
の進展やどういったことが起りうるのか
など、医療行為のすべてを患者がリアルタイ
ムに知り、治療に参画できる。
つまり、診断から治療開始、そして終了後
まで一貫して患者が治療の中心に置かれる
「患者中心の医療」「患者が主体の医療」が
行われており、常に『見える化』が担保され
ている。

『がんサバイバー』

「がんサバイバー」は、がんが治癒した人
だけを意味するのではなく、がんと診断され
た直後から、治療中の人の、またその家族、介
護者も含めて定義されている。その意味で
は、サバイバー（生存者）というよりも、が
ん体験者あるいは、がん経験者といった方が
理解しやすいかもしない。

現在アメリカでは、千二百万人を超える「がんサバイバー」が存在しており、日本では約五三〇万人が存在していると言われている。

アメリカの一部の病院では、治療が始まる前から、患者へのサポートが始まっています。診察室の隣に、もう一つの扉があって、初診を終えた人が立ち寄ることになっている。そこには白衣を着ていない医療スタッフがいて、不安や悩みを、最後までじっくりと聞いてもらったり、話の内容も時間も一切制限はない。この医療スタッフが実はがんを経験した「がんサバイバー」であり、医療スタッフの一員としてチーム医療に参加している。

チーム医療



チーム医療に関わる職種は

- 一・医師、看護師、薬剤師、栄養士など、直接医療を提供する従事者
- 二・福祉職、心理職、スピリチュアルケアなど
- 三・家族、友人、企業、マスコミ、政府などを含めた医療や患者を囲む社会資源

といった、患者はもちろん複層的なチームに囲まれているからこそ最も最高の医療の提供が可能だと考えている。

チームとしての責任

従来の医療は医師を中心とした指示態勢に基づく診療活動（ピラミッド型）であったが、チーム医療

では、各職種が同じ土俵に立つ、平等な関係にある（土俵型）。そのうえで、それぞれの職種が持つ専門的な意見をもとに患者と共に議論して得られたチームのコンセプトに基づき、各職種が協働しながら行う医療である。自分の持てる最高の知識と技術を持ち寄り、それぞれの職種同士が協働して、その患者にとって一番いい医療、最高の医療を提供する事が最終目標という。その為にはメンバーひとりひとりの行動は、いかなるものも、チームとして責任を負う必要がある。

状況に応じて、それぞれの職種がリーダーシップを発揮し、相互にそれを尊重し合いつゝことが大切である。

アメリカではチーム医療の全てのスタッフは、担当する患者と別れる際に「Any question? (何か分からない)」と「ありませんか」と必ず聞くのだそうだ。

がんを含めて様々な病気や症状は治しさえすればよいという時代は終わり、これからは病気になる前のQO（生活の質）をいかに取り戻すかが大切だといふ。

**リカバリー フォーラムに参加して
ピアサポートー 宮浦藍璃**

1

一 日田の分科会では「リカバリー」の復習と、一MRの概念を学ぶことが出来た。一MRとは、症状の自己管理をする技術と情報を身につけ、自己目標を達成するための心理社会的介入プログラムのこと。平易に言つならば、症状の自己管理をする力、健康管理への積極性、自分の症状を自分でコントロールしながらなりたい自分になる、ところなのだ。資料によるヒーMRの中心的価値は、

- 一・希望を持つ

- 二・本人が精神疾患の経験についての専門家

- 三・個人の選択が最優先される(本人自らの決定が最も優先される)

- 四・実践側は共に取り組む(上下関係に陥らない)

- 五・実践側は精神障害に悩む人の敬意を示す

である。こうした概念を持ちながら、一MRは構造化されているため実践しやすい。「ワークシート等を利用しながら、具体的な問題解決を図る」とが出来る仕組みが整つてゐる。

二 日田の分科会では、私は「ピアスタッフの働き方について考える」に参加した。使われる資料が全て「ピアスタッフ」という単語で「ピアサポートー」という単語がなかったので、日本ピアスタッフ協会の方に質問した。「『ピアサポートー』というのは有償ボランティア、「ピアスタッフ」とは雇用契約を結んで働いているもので主に病院や福祉関係で働いている人が多い」と答えてくれた。ピアと云々立ち位置は「苦労を共にする伴奏者」で、当事者



であり支援者である。また、当事者であり支援者、という立ち位置は非常に微妙なものがあり、自分達はあら側・から側のどちらに立つかたまに分からなくなる、それに関する葛藤も多いと語ってくれた。休憩の後はグループワークで、一つのテーマの内一つを選び、選んだテーマに関する意見をどんどん付箋に書き付けて模造紙に貼っていく、それをまとめて発表するというものだった。私が居たグループは、「提供する支援をより良くする」ために「ピアスタッフと一緒に出来る」と、について取り組み、大まかに

- ・ 知る、学ぶ
- ・ 話し合をする
- ・ 病院訪問して何が必要か実際に目で見る等が大切ではないかと結論し、分科会は終わった。

シンポジウムでは当事者視点で共同意思決定(SD M)を考へる。「共同意思決定」の「共同」というのはもちろん利用者(患者)と医療の両者による決定の」と、やはり「」にもインクオーブド・コソントがある。医師と話し合いながら、最終的には自分で全てを決める。それはお互い話し合った上で、納得してのチョイスである。患者は自分の意思を尊重してもらえるが、それにはユーザーとしての責任が伴う。また、何が決まったのかではなく、どう決めたか、そのプロセスが大切だとされた。患者側の意思、そしてそれを決定するといふこと。シンポジウムでは、確実に新しい時代が来ていると感じた。

リカバリー・フォーラムに参加して ピアサポートー 鈴井和男



当日の朝、会場に入場したその瞬間から、爽やかな役員の方々の姿、と来場される参加者の方々の底抜け明るさに圧倒される。この二日間の講演やトークライブ、二日間にかけて各セクションに分かれ討議テイスカッショノ、分科会」。これらを通してこれまで自分が振り返り、なんだか重い鎖が一つほづけたような、そんな気持ちになった。これから先の自分自身がどうあるべきか、どう生きたいのかのシルエットが見えたような気がした。そんな素敵なものだつた。

私の参加した分科会「語り合い・医療サービスの「見える化」について、少しお話をさせていた

だ」「うと思つ。私自身、これまでありとあらゆる病院、医療機関を利用してきた。入院も何度もした。そんな

中で、な思ひがたくさんある。精神科医療を含む医療機関には、不透明感、ユーザー(患者や家族への情報提供の乏しさが否めないのが、現在の日本における医療サービスの形である。分科会では、そんな現状をつぶさに聞き、参加者全員で「これから医療サービスの在るべき姿を話し合つた。私が強く感じた」とある。

き姿を話し合つた。私が強く感じた」とある。それは、あくまでも病気に苦しみ戦つてリカバリーを目指す

は、「ユーザー自身である」という事。それをドクターや医療スタッフは決して忘れてはならない、といふ事。そもそもすれば独善的、利己的に映るドクターや医療スタッフの言動やその姿である。もちろん医療技術や薬の効能の発展も大事である。しかし治療法の選択肢や、悩み苦しむユーザーの思いをもつともうど反映する医療サービスであらねばならない。医者を先生と呼ぶ時代はも

リカバリー・フォーラムに参加して ピアサポートー 穂璃一



みなさん、ここにちは

リカバリー・フォーラムは今回で一回目です。

今回は理由の一つとして前回での現地入りが出来なかつた事もあり、あすなる福祉社会から費用を補助されたグループ参加ではなく、宿泊交通費を含めた自費での参加をしました。

何故、再度リカバリー・フォーラムを参加しようと思ったのか、その理由ですが、前回のリカバリー・フォーラムで出会った人を含め、全国の障害者仲間や知り合いの支援者に再会したいといつ理由もある事ながら、以前から自身が持っている『大人の発達障害者や四〇歳以上の方』もりなど、その分野で公的・社会的な支援が後回し切捨てにされている人達の支援の今後のあり方を見つける事』と『リカバリー・フォーラムなど当事者

う古い。患者であるユーザーこそが医療サービスのリーダーであるとの考え方があつてこそ、ユーザーと医療機関やそのスタッフとの本当の信頼関係が成り立つのだと私は信じている。その形こそが現在の日本において発展と確立が求められるチーム医療の理想ではないか、と考えてならない。この分科会を通して、私はその思いをさらに強くした。本当に有意義な分科会だった。

道はまだまだ遠いかも知れない。しかし、このよつな運動が続く限りいつか必ずたどり着く、との希望を持つことができた。私自身も田の前の課題に一つずつ挑戦していくつもりと思つ。

の集まるイベントに何らかの理由で参加出来ない人に、当事者同士の繋がりや共感をどうやって持つてもいいのか?を見つける事』といつ課題を少しでも解決したかつたからです。そして、その課題を少しでも解決する為には、リカバリー・フォーラムのイベントに参加する事は勿論の事、同じ様な想いを持った全国の仲間との出会いや再会をして語り合つ事が不可欠でした。見方によつてはネットが発達した現在では、全国の仲間との出会いや再会をしての語りといつのはイベントに集結しなくともネット上で出来る事ですが、やはり言葉では説明出来ない、実際に人と会つて直接生トークをする事の大切さが有ると思います。それは『リカバリー・フォーラムなど当事者の集まるイベントに何らかの理由で参加出来ない人に、当事者同士の繋がりや共感をどうやって持つてもいいのか?を見つける事』の解決が、ネットでの出会い・交流だけでは解决出来ない理由もあると思っていきます。

メインプログラムの他、分科会(選べるプログラム)は『発達障害者の就労』と『アンチステイグマ(誤解や偏見の解消)』とリカバリー』を選びました。SDM(当事者参加による医療・支援サービスの意思決定)などメインプログラムや分科会二つなど今回のリカバリー・フォーラムで思つたのは、『リカバリー』とは決して生き辛さの完全解消や仕事を通じて社会的な自立をする事だけではなく、自身が明確に支えて(理解して)くれると見える人や元気道具(趣味など)に出会う事も大きなリカバリーの一つだという事、その為にも、当事者が臆する事なく率直に自身の生き辛さを語る事が大切であるし、そうなる為にも世間一般の人にもつと、当たり前普通の人人が

当事者同士の繋がりや共感をどうやって持つてもいいのか?を見つける事』といつ課題を少しでも解決したかつたからです。そして、その課題を少しでも解決する為には、リカバリー・フォーラムのイベントに参加する事は勿論の事、同じ様な想いを持った全国の仲間との出会いや再会をして語り合つ事が不可欠でした。見方によつてはネットが発達した現在では、全国の仲間との出会いや再会をしての語りといつのはイベントに集結しなくともネット上で出来る事ですが、やはり言葉では説明出来ない、実際に人と会つて直接生トークをする事の大切さが有ると思います。それは『リカバリー・フォーラムなど当事者の集まるイベントに何らかの理由で参加出来ない人に、当事者同士の繋がりや共感をどうやって持つてもいいのか?を見つける事』の解決が、ネットでの出会い・交流だけでは解决出来ない理由もあると思っていきます。

今回のリカバリー・フォーラムでも、多数の知的障害者が殺された事件の事は大きな話題になりました。起きた罪が悪である事は言うまでも有りませんが、事件が起きる前に容疑者の想いや考えを『良し悪しを評価するのではなく偏見無く純粹に知る』といつ事を誰かがやつていたら事件が防げたのではないか?とも思えます。理解とまでいかなくとも、自分を知つてくれる人がいる事の安心感が容疑者に有つたなら事件は起らなかつたのではないかと…。罰する事は当然ですが、事件の背景にある『孤独な心理』を解説して類似事件の再発を防いで欲しいと願わざにはいられません。『孤独な心理』これは、残酷な事をした容疑者だけの問題ではなく、リカバリーの進まない全ての当事者の心身の自暴への根源ではないでしょうか?

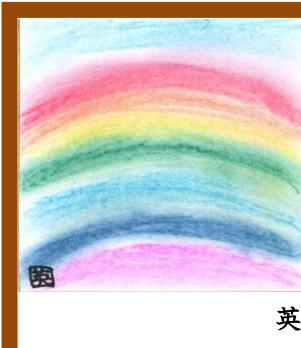
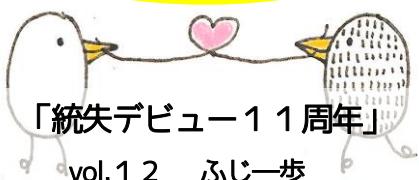
今回はリカバリーの進んだ(孤独では無く全国に仲間がいて、更に増やせる環境にいる)自分だからこそ、過去の『孤独な心理』の(自室に)もりリカバリーの進んでいない自分と比較をして『リカバリーとは』を考えた一日間でした。

最後に一つだけ私情をお許し下さい
『くると、仲間になつてくれてありがとう、またね』

終わりに



投稿コーナー



『虹の彼方へ…』
英聖 作品



時にまといへ
あの夜の恐怖
痛いのは嫌だ
傷つくのも嫌だ
逃げたい

僕はあの日から
恐怖と涙を捨てた
でも今逃げたら
何も譲れない
逃げたい

匿名希望

大胆色使い「絵は生きがい」
山陽新聞に載りました！
9月のぱる通信で紹介させて頂いた亀本さんの作品展の様子が掲載されました。いろんな人に見てもらえて良かったです♪

『ワークステーション・コンドルのパンを買って食べました。美味しかったです。♪』 坂本友加より



ぱるっこ広場

ぱるつ
ー広場



イラスト・絵・詩・
文章など作品
投稿募集中！

藤井
健喜

古樂日和
こがくひより

※九月のぱるつ広場で掲載させて頂いた『匿名希望』の詩を書いた
作者と今回の匿名希望の作者は異なった作者です。



戦前生まれの人たちが長寿な理由は、若い頃から食品添加物まみれの食品を食べていないからだ、という意見もある。となると、まさに現代の食生活が人間を破壊しているともいえるだろう。

筆者も最近は、明らかに安い食品には手を出さないようになっている。こうした安い食品には多くの食品添加物が使用されているからだ。実は缶コーンビニも食品添加物の宝庫である。

コンビニやスーパーへ行けば、安い弁当を売っている。外食のチエーン店では安い料金で食事をすることができます。だが、そんな安価なコンビニ弁当の、原材料を表示したラベルを見て欲しい。そこには、名前すら聞いたことのない食品添加物がずらりと並んでいるはずだ。つまりその弁当が安い理由は、それだけ多くの食品添加物を使って、安く仕入れた食材を徹底的に加工しているからだ、ということなのだ。

戦前生まれの人たちが長寿な理由は、若い頃から食品添加物まみれの食品を食べていないからだ、という意見もある。となると、まさに現代の食生活が人間を破壊しているともいえるだろう。

あかいわアート「ソーピー」
芸術の秋を味わう!

九月十七日（土）から一十五日（日）、かいわアートラリーが開催されました。赤磐市内にある各所でのづくり作家が集い、三年に一度開催するイベントです。今回、あすなろが出店をさせていただいた場所は熊山のふもとにある「英國庭園」。お洒落な庭の中にある講堂の一角にブースを設け、作品を販売しました。この期間中は雨の日が多くたのですが、足を運んでくださった皆様、ありがとうございました！

また、各事業所でアートラリーツアーを敢行。絵画や造形物を見て、芸術の秋を堪能！！あかいわアートラリーの良いところは、体験やワークショップもできるところです。某スタッフはメンバーと木工細工コーナーでビー玉をゴール地点に入れられるか競い、一度も勝てなかつたという…とほほ(涙)芸術に触れると癒されますね！あすなろは、良い秋のスタートを切ることが出来ました！

みなさんはどんな秋にしたいですか？素敵な秋になりますように！





ぶどう狩りに行ってきました！



今年もやってきました！あすなろ家族の会主催の恒例行事の「ぶどう狩り！」

今年も家族会の方、メンバー合わせて総勢三

九月六日(火)運営者
し場』を開催しました

端から出でて頂き、話しあったトーマは、『ここに事が起ぬが、ならあが物に出かば、

『……しかし、何が本音か、なかなか言いたくない』
言つ機会が無い事はありますか?』『ひつやつて
仕事をしていったら良いのか分からない、どう辦
分を管理して良いのか?』の二つでした。

私生活や職場での人間関係を上手く保つのは難しいですよね、嫌われないように当たりをわざの無いようにしようと思うと自分の個性やペースを見失う事もよく有りますし、多くの人にとつて共通の悩みではないでしょうか?…(苦笑)
「最近、楽しかった事」として今回出た意見は『リカバリーフォーラム』『山キャンプ』『友達と旅行の事』で…。

また「配慮して欲しい事」として今回出した憲法

は『段取りが悪いのを知っていて欲しい』『標準』
出して言って欲しい』『ちょっとと云つただけで誤
解され易いので、発言を聞いて欲しい』『漢字が判
らなくても許して欲しい』『鼻の調子が悪いので

『知っていて欲しい』でした

苦手な事を知つていてもらう安心感つて有りますよね、頭こなしに苦手の克服を押し付けられるのでなく、まずは家庭や居場所で『苦手意識を知つていてもらう安心感』が欲しいのですね。

**26日に
催します！**
ブサポ1階
参加を心からお
勧めします。見学・途中
参観もOKです！
を批判したり
しない事を第
一に心がけています

次回は10月26日に
開催します！

開催します！
13:00～ジョブサポ1階
多くの御参加を心からお
待ちしています。見学・途中
参加も歓迎です！

*他の参加者を批判したり
改善を強要しない事を第一のルールにしています



ね!」一来年もあた來る(へね)!
そんな声がたくわん聞かれたば
どう狩りでした☆

の参加で「癒
よした!

INFORMATION

10月の予定

10月		
10	月	
11	火	健康講座「散歩」10時 卓球サークル 13時30分(13時出発)
12	水	
13	木	避難訓練 10時
14	金	図書館サークル 10時現地集合(県立)
15	土	眼鏡っこサークル 13時30分
16	日	
17	月	
18	火	PC講座 10時
19	水	
20	木	皆さん元気ですか? 10時
21	金	お菓子サークル 13時 ソフトボール 13時
22	土	職員研修の為、休み
23	日	
24	月	
25	火	卓球サークル 13時30分(13時出発) 女子会 14時30分
26	水	ぱるランチ 10時
27	木	つどい 10時30分 癒し場 13時30分
28	金	ソフトボール 13時
29	土	
30	日	
31	月	

- 発行:社会福祉法人あすなろ福祉会
- 〒700-0822 岡山市北区表町3-7-27
- 編集:ぱる・おかやま
- TEL:086-201-1720 FAX:086-201-1713
- E-mail:pal-oka@mx35.tiki.ne.jp
- ホームページ:<http://asunaro-fuku.jp/>

※プログラム・サークル活動に参加希望の方はご連絡をよろしくお願ひします。
※日程が変更になることもありますのでご確認ください。

20日(木) 皆さん、元気ですか?

WRAP(元気回復行動プラン)も1クールの最後になりました。みんなでWRAPの振り返りをしよう。

21日(金) お菓子サークル

時間 13時~
場所 ぱる・おかやま
参加費 100~300円
(人数によって変動あり)



25日(火) 女子会

時間 14時30分~
場所 MOMO2号店
参加費 無料
※飲み物、お菓子は持参OKです♪
楽しく女子バナしましょう!



26日(水) ぱるランチ

今月は「炊き込みご飯とすまし汁」です。もしかしたらデザートも!?

時間 10時
場所 ぱる・おかやま
参加費 100~300円程度



(参加人数によって変動あり)

<10月ピア電話相談日>

	火	水	木	金	土
					1
AM					休
PM					○
	4	5	6	7	8
AM	休	○	休	○	○
PM	○	○	休	休	休
	11	12	13	14	15
AM	○	○	○	○	○
PM	○	○	○	休	休
	18	19	20	21	22
AM	○	○	○	○	休
PM	○	休	休	○	休
	25	26	27	28	29
AM	○	○	○	○	○
PM	○	休	○	○	○

ピア電話相談とは

「ピア(peer)」とは、「仲間・対等」という意味。ピアセンタークローバーでは、同じ病気の体験をした仲間たちが、自分の経験をもとに、同じような悩みで困っている方々を支えていくピアサポート活動を行っています。気軽に電話ください!

午前 10時~13時

午後 13時~16時

