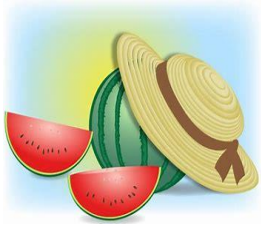
NPO あやめ通信

第53号（通巻104）

令和元年（2019年）７月１日発行
特定非営利活動法人
川崎市精神保健福祉家族会連合会あやめ会
発行責任者　　山本　泰彦
TEL/FAX　044―813―4555



あやめ会　令和年度定期総会

令和元年度（２０１９年度）の特定非営利活動法人川崎市精神保健福祉家族会連合会あやめ会（以下、『あやめ会』と記します）。の定期総会を、令和元年５月１５日（水）に、来賓として、川崎市副市長、衆議院議員秘書、川崎市議会各派議員、川崎市健康福祉局職員、川崎市社会福祉協議会はじめ福祉団体関係者にご参会いただき、川崎市総合福祉センター（エポックなかはら）７階大会議室で開催しました。

冒頭、山本理事長が挨拶しました。その内容はつぎのとおりです。

本日は､多くのご来賓にご臨席を賜わり心より御礼を申し上げます。昨年は設立５０周年記念行事を行い、成功裏に終えることができました。これも関係各位のご指導・ご支援によるところと御礼を申し上げます。同記念大会で､「地域とともに歩む精神保健福祉へ」との方向を示しました。今年度はその一歩を踏み出す年です。精神障がい者とその家族が安心して暮らせる精神保健福祉の扉を開くことができるような取り組みや活動を展開して参りたいと考えております。

本日の定期総会後に、来年度に向けた市への要望活動が本格化します。最近の特筆施策として、各区地域みまもり支援センター内の精神保健係の新設、精神科初期救急体制の改善〔日曜・祝祭日準夜帯（１７時～２１時）の救急医療機関定点化〕、精神障がい者の雇用促進施策の一環として市の職員雇用〔現在は非常勤〕、ひきこもり支援ニーズ調査の実施とひきこもり支援の在り方の検討等があります。継続課題としては、在宅の精神障がい者及び家族への訪問型支援の充実、精神障がいに対する偏見・差別の解消に向けた啓発活動等があります。さらに当会運営の福祉施設への助成面でのご配慮です。要望書提出時にあらためてお願いしたいと考えております。

本年度の事業計画として、例年に引き続き、川崎市からの委託事業〔心の健康相談事業、家族学習会、交流研修事業、訪問活動事業等〕、ならびに、要望活動、広報活動、レクレーション活動等を推進します。また、当会運営の福祉施設は、一層の利用者ニーズに対応した運営管理を図ります。「地域とともに歩む精神保健福祉へ」の実現に向けて、当事者やその家族、支援者、住民も参加が可能な､開かれた活動となるよう心がけて参りたいと考えています｡川崎市をはじめ関係機関には、これまで以上のご指導・ご支援を賜りますようお願い申し上げます

あやめ会ホームページをご覧ください
ホームページのアドレス（ＵＲＬ）　http://ayamekai.org/

理事長挨拶の後、４名の来賓からご挨拶をいただきました。その概要は次のとおりです。

【川崎市副市長　伊藤　博氏　のご挨拶】

福田市長の代わりに一言ご挨拶いたします。

川崎市の精神保健施策の推進にあたり、あやめ会のご理解とご支援に感謝するとともに、設立以来のご努力、ご尽力に敬意を表します。

川崎市の重要施策の一つである「地域包括ケアシステム」の特徴は、子供からお年寄りまで、すべての住民を対象としていることです。障害のある人もない人も一人の人間として尊重され、地域でともに生きていく地域共生社会の実現に繋がっていくと考えています。また、かわさきパラムーブメントとして、障害のあるなしにかかわらず多様性を尊重し、すべての人が暮らしやすい持続型の地域つくりを多くの団体・組織と連携しながら進めていきます。

障害者差別解消法の施行あるいは障害者雇用促進法の改正なども踏まえた第４次ノーマライゼーションプランは、制度・施策の面で着実に前進していると思っています。そのうえ、多くの市民の方が混ざり合うインクルージョン（社会的包摂）とダイバーシティ（多様性）により、一人でも多くの市民が関心を持ち、理解ができるような環境づくりに努めてまいります。皆様方の引き続きのお力添えをお願い申し上げます。

【川崎市議会前議長　松原成文氏　のご挨拶】

４月７日の統一地方選挙後、議会の未開催のため、慣例で前職が議長職を務めることになっていますので、ご挨拶を行います。

昨年の５０周年記念大会で、これまでの道のりは厳しかったけれどもしっかり一歩一歩前に進むと決意をお聞きしました。

いま伊藤副市長がノーマライゼーションプラン他いろいろな施策を展開し、幾つかの施策については目標に近づき、達成もされたとのお話をお聞きし、議会としてもしっかりと取組んでいきます。その中で、多くの障害者団体から要望のある、障害者が楽しむスポーツ施設を構築できればと思っています。皆様方の思いを市議会、行政の方にいただければと思います。

あやめの花言葉は、すばらしいたより、希望です。あやめ会が希望のもてる会としてこれからも発展できますように、川崎市議会としてもご支援をさせていただきます。

【川崎市社会福祉協議会常務理事　上野葉子氏　のご挨拶】

会長に代わりご挨拶いたします。社会福祉協議会へのご理解・ご支援を御礼申し上げます。

今年令和に、あやめ会も新たな一歩を歩み出したと思います。いま、川崎市に精神障がいの方が３万、４万人ですが、ご家族も含めて活動されている方は少ないと思います。これからの時代は、家族だけではなくて、地域も一緒に考える時代になってほしいと考えています。

地域包括ケアシステムは、公助（法律、条令に基づく行政のサービス）、共助（健康保険、介護保険等で成り立つサービス）、互助（ご家族、地域の方の支援）、自助（自分で元気になる、自分で健

康で暮すといった自らの力で取り組んでいく）の役割分担が重要です。社会福祉協議会はその自助と互助を支援する組織です。あやめ会の活動の中で社会福祉協議会が手伝い、支援できることがあれば、お声掛けください。ともに、この精神障がい者あるいは精神疾患を持っている方々に対して、一つでも二つでもできることを一緒にやらせていただけたらありがたいと考えおります。

【じんかれん理事長　堤　年春氏のご挨拶】

私どもは、障害者格差是正に取り組んでいます。障害者差別解消法と改正障害者雇用促進法が施行されています。内閣府の世論調査によると、障害を理由とした偏見や差別があると思う人は８３．９％、法律を知らないと答えた人が７７．２％です。また、神奈川県は、「障害者の社会参加への参加を妨げるあらゆる壁、いかなる偏見や差別を排除します」とうたった『ともに生きる社会　神奈川憲章』を定めましたが、この憲章の認知度もあがっていません。行政と私たち家族会は一体となり、周知・啓発活動を行い、精神障がい者への偏見・差別の解消および合理的配慮への理解を促進していく必要があります。

改正障害者雇用促進法で、精神障がい者を含む３障害の雇用施策が同一となりましたが、精神障がい者の就労・定着が進んでいません。雇用者の受け入れ態勢として、マンツーマンできめ細かな支援をするメンター制度の導入、体調に合わせた勤務時間の調整等が必要です。

また、全国展開しているＪＲ等交通運賃割引活動として、本年も都道府県連合会から国会に衆参議員を紹介議員として請願書を出すことになっています。長年の課題である重度障害者医療費助成についても、県議会への請願書提出を検討しています。

このように多くの課題を抱えていますが、精神保健福祉を取り巻く環境はよい方向に変化しつつあります。じんかれんは、あやめ会、皆様方に支えられており、今後ともよろしくお願い致します。

来賓の方々が退場した後、第２部、議事を行いました。

議長〔桧垣副理事長〕および書記〔青木副理事長兼事務局長〕の選出、総会成立の定足数〔1/3を超える会員（委任状を含む）〕出席の報告後、議事に入り、つぎの全議案を承認しました。

第１号議案　平成３０年度事業報告〔山本理事長〕
第２号議案　平成３０年度決算報告〔松村副理事長〕および会計監査報告〔岸田監事〕
第３号議案　令和元年度理事・監事選出（案）〔山本理事長〕
第４号議案　令和元年度事業計画（案）〔山本理事長〕
第５号議案　令和元年度予算（案）〔松村副理事長〕

なお、記念講演「川崎市における精神保健福祉の現状と展望」の概要は次号で紹介します。

広報委員　　田草川　武

平成３１年度に向けた要望書に対する川崎市の回答

あやめ会は、毎年、翌年度に向けた要望書を川崎市へ提出しています。平成３１年度に向けた要望書に対して、３月８日（金）に市から回答がありました。以下、回答の要約を記します。

Ⅰ．主要な要望事項

１．在宅の精神障害者及び家族への訪問型支援の推進　（継続、新規）

① 訪問型福祉サービスの拡充、

② ひきこもり等の精神障害者を医療に繋げるための支援体制の充実

③ ひきこもり等の精神障害者の実態調査

【回答】

家庭訪問や家族への支援等については、職員を中心に、百合丘障害者センター、井田障害者センター及び南部地域支援室が、チーム体制で支援協力を行いながら、危機介入や医療に繋げるなどの業務を行っています。また、「ひきこもり担当者連携会議」の実施等、地域におけるひきこもり相談支援体制の強化に向けて、取り組みを進めています。

また、ひきこもり等の精神障害者の実態調査については、どの様な相談や支援ニーズがあるかの調査分析を実施しています。

今後も、さらに訪問支援が充実するよう、引き続き、各事業所とも連携し、対応します。

２．精神障害者の就労及び社会参加の推進（継続、新規）

① 民間企業等での就労機会の拡大及び就労定着策の推進

② ピアサポートの養成及びそのフォローの充実等による社会参加の一層の推進

③ 市の障害者雇用に精神障害者の追加及び作業所等への３号随契の継続

【回答】

障害者雇用の促進に向けては、就職を希望する障害者本人と求人を行う企業とのマッチングを的確に行うことがその後の定着に最も重要な点と考えています。このため、就労援助センターを中心とした支援を実施するとともに、職場定着支援に向けて、川崎発の就労定着プログラムK－ＳＴＥＰプロジェクトに加え、多様な人たちが輝くための合理的配慮を１６個の「ことば」にした「パターン・ランゲージ」の普及に取り組んでいます。

ピアサポーターについては、研修による養成を行うとともに、フォローアップ講座等によって、支援を行っております。ピアサポーターは、身近な仲間の相談や長期入院者の地域移行等において活動をしています。

障害者施設への業務発注（３号随契）については、各事業所において積極的な営業活動を行う姿勢を持つことが必要と考えていますが、本市においても障害者優先調達推進法の趣旨を踏まえ、引き続き積極的な発注に努めていきます。

３．地域移行及び地域定着支援の推進（継続、新規）

① 退院に向けた相談支援の充実

② 退院後の生活訓練支援や生活支援・介護サービスの給付等の充実

③ グループホーム等の増設目標の明示及び運営に対する各種助成措置の改善、健康指導のための保健師の派遣及び介護付きグループホームの設置

【回答】

精神科病院に入院している方の地域移行・地域定着支援は、地域自立支援協議会の専門部会において、精神科病院ソーシャルワーカーや相談支援事業所、その他関係機関との連携強化を図り、必要なサービスについて、引き続き事業の推進を図っていきます。

退院後の居住先や生活状況等ついては、専門部会において、実態把握に向けた取組みを検討しております。その結果を部会に所属する地域関係機関と共有し、課題解決に向けて取り組んでまいります。

今後については、平成３２年度末に開設予定の 障害者入所施設においても、同様な宿泊型自立訓練のための個室の設置を予定しています。

グループホームの整備目標については、障害のある方が必要とする全体の目標数を示しており、今年3月に策定した「第４次かわさきノーマライゼーションプラン改定版」において、グループホームの定員増を図ることとしております。

次に、事業所の運営体制への支援については、共同生活援助事業所に対する市単独加算として、入居者への良質なサービスを提供するために世話人体制確保加算や共同生活住居の新設又は増設を促進することを目的とした初期加算等を支給しています。

次に、グループホームにおける入居者への援助については、入居障害者に対する相談や日常生活上の援助に加え、入浴、排せつ又は食事の介護などの身体介護も含まれています。

４．精神障害に対する差別偏見をなくすための施策・活動の推進（継続、新規）

① 差別偏見をなくすため一般市民への啓発活動の推進。

② 学校教育における精神保健に関する学習及び教職員への研修等のさらなる推進

③ 差別偏見を解消するための条例制定

【回答】

「障害者差別解消法」の基本方針も踏まえ、一人でも多くの市民が障害に対する理解を深め、地域の中で理解と支援が進むよう、障害者が安心して自立した地域生活が送れる環境づくりに向けて、普及啓発活動に取り組んでいきます。

学校教育については、保健学習の中で心身の健康についての学習を行うとともに教職員にシンポジウム等の研修会を開催し、精神疾患等の理解に努めます。

条例の制定については、「条例化よりも具体的な取組の充実が重要である」との当面の結論が出されたことなどを踏まえ、障害者差別解消法の趣旨に則り、本市職員向けには「対応要領」を策定し、研修等を通じて周知徹底を図っています。

Ⅱ．その他の要望事項

１．精神科医療の改善（継続、新規）

① 川崎市独自の精神科救急医療体制の確立と現行体制の情報提供

② 精神障害者の精神疾患以外の受入れ体制の改善

③ 精神障害者に対する定期検診の徹底指導

④ 自立支援医療（精神通院医療）の2医療機関他への条件緩和

【回答】

精神科救急医療体制については、精神科病床の少ない川崎市単独では体制の確保が困難であることから、４県市協調にて整備を進めています。また、精神科救急医療にかかる医療機関等の情報提供につきましては、４県市が関係団体の協力のもと精神科救急医療情報窓口を設置し、休日・夜間

における情報提供を実施しています。

精神障害の方の精神科疾患以外の対応については、必要に応じて一般科と精神科の連携により治療にあたっていますが、受け入れ体制のより一層の充実に向けて、引き続き関係団体及び医療機関等への働きかけを行っていきます。

精神科医療の受診者に対する定期健診や健康状態の管理については、かかりつけ医療機関や、企業や施設等の様々な場面や方法で、利用を勧めてまいります。

自立支援医療（精神通院医療）による医療費の公費負担は、「障害者総合支援法」に定められた制度であり、法令の規定に基づいた運用をしています。

申請者の状況を踏まえて、２ヶ所目の医療機関登録について個別に判断をしています。

２．重度障害者医療費助成対象の拡充（入院医療費の追加）手帳２級所持者には、精神科通院医療の無料化の検討。（継続）

【回答】

重度障害者医療費助成制度については、県の補助率が現在は「３分の１」となっているほか、一部負担金と所得制限制度が導入されており、更に６５歳以上の新規手帳取得者を対象外としています。

今後については、国・県の動向や他都市の状況を注視しながら、制度の安定性、継続性の確保に努めてまいります。

３．各区保健福祉センター及び相談支援センター等の精神障害担当職員の増員（継続）」

【回答】

各区保健福祉センター障害者支援係では、精神保健福祉制度の手続き、精神保健福祉に関する相談、デイケアや家族教室等を社会福祉職、保健師等の専門職を中心に行なっていますが、現在、次年度以降の体制強化について、各区に精神保健分野の担当設置を協議をしているところです。今後も、国の動向も踏まえつつ、精神保健福祉相談を含めた相談支援体制の充実に努めてまいりたいと存じます。

４．訪問医療や生活支援を行う包括型地域生活支援プロジェクト（ＡＣＴ）の推進（継続）

【回答】

ＡＣＴについては、国の精神障害者の地域移行・地域生活支援施策の一環として、保健所等において、ひきこもり等の精神障害者を医療へつなげるための支援及び関係機関との調整を行う事業へと再編されているとともに、医療機関によるアウトリーチは、一部診療報酬化されるなど、その推進が図られています。本市においても、今後の国の動向や地域の状況を見極めながら、本市の状況に応じた体制について検討していきます。

５．ＪＲ及び私鉄、有料道路等の割引の適用（継続）

【回答】

精神障害者に対するＪＲ等の運賃割引制度については、本市としても、関連諸会議を通し、国やＪＲ等に対して要望を行なっており、引き続き動向を見守ってまいります。

６．自立支援医療等に関する申請手続きについての改善（継続）

① 自立支援医療及び精神障害者手帳の更新の廃止または更新期間の延長

② 自立支援医療申請書の診断書料の無料化または助成

【回答】

自立支援医療（精神通院医療）の更新期間の延長については、精神保健福祉手帳との整合性を図り

有効期間を2年間とするよう、また診断書料については、他自立支援医療制度との制度格差是正を目指し、国に要望をしています。

７．障害者年金給付及び申請手続きについての改善（継続）

① 特別障害給付金の支給範囲の拡大

② 障害基礎年金額の改善

③ 申請書の診断書料の無料化または助成

【回答】

障害年金の申請要件については、国民年金任意加入対象の学生等が国民年金未加入により、障害基礎年金等を受給していない障害者への福祉的措置として、平成１７年より特別障害給付金制度が創設される等の救済策が講じられていますが、無年金者への対策の推進を、他の政令市とともに国に要望しています。

年金額については、公的年金の維持を目的とした支給額の調整が行われていますが、障害基礎年金を含む基礎年金の支給額改善についても、同様に国に要望しています。

８．当事者や家族が安心して滞在できるショートステイ施設の整備（継続、新規）

① 医療面のサポートが可能な滞在施設の整備

② 家族が一時的に滞在できる施設の整備

③ 緊急時には宿泊型自立訓練施設「桜の風」を事前予約なしでも利用できる配慮

【回答】

精神障害者が緊急時に利用できるショートステイについては、障害者支援施設「桜の風」に１床ベッドを確保しており、この緊急用のベッドは、原則、利用予定日の３日前から当日にかけて緊急の事情で介護する方が不在となる場合に利用することが可能です。

また、障害者支援施設「桜の風」における医療面の対応は、宿泊型自立訓練、生活訓練等に従事する常勤の看護職員を日中１名以上配置しています。

また、家族の滞在施設については、今後の検討とさせていただきます。

９．家族会活動への支援の推進（継続）

【回答】

家族会活動については、これまでも各区の単会や区精神障害者担当とのご相談により、例会での情報提供、運営の支援など、区の状況に応じた協力を行っています。

今後も、家族会が企画、開催する公開講座や交流研修会等については、御協力できる範囲で御相談に応じます。

また、発病して間もないご家族を対象とする家族教室は毎年各区で実施しており、家族会活動の御紹介の機会でもある大変重要な事業と考えておりますので、今後も継続する等、様々な機会を捉えて家族会の紹介に努めてまいります。

１０．あやめ会への地域精神保健福祉対策促進事業の委託の継続（継続）

【回答】

あやめ会の様々な活動につきましては、電話及び面接による心の健康相談事業やひきこもり対策としての訪問活動事業等、その意義や成果について充分認識しております。

（紙面の都合で、回答全文の掲載は割愛いたしました。詳しくはあやめ会のホームページをご覧ください。）

広報委員　桧垣孝博

こすぎ会５０周年記念講演：〔２０１９年4月２５日〕

「こころの病いときょうだいのこころ」
そして親亡き後の兄弟姉妹は何を考えるか？

滝沢 武久氏

記録：こすぎ会会長　長加部　賢一

ご紹介いただきました滝沢武久です。昭和１７年１１月生まれ、この１１月で７７歳になります。こすぎ会５０周年おめでとうございます。こすぎ会やあやめ会結成当時から家族会にかかわってきた者の一人としてお話します。

【兄の発病から精神科ソーシャルワーカーへ】

今日は、ご出席の家族会のみなさんへ私の著書「こころの病いときょうだいのこころ」をお手元にお配りしました。実は、私が１２歳の時に、１１歳年上の兄が神経衰弱と診断されました。そして木の格子戸の嵌った群馬県前橋市の精神科病院へ入院させられたのでした。それ以後、６人兄弟のうちの末っ子で楽天的な性格だった私は、絶望的な悩みと生きる不安を持ちながら青年期を過ごし、やがて精神科ソーシャルワーカーを職業に選び、こころを病む人の傍で約５０年間生きてきました。「精神(こころ)の病気とは何か」「自分も青年期になったら発病するのではないか」「自分はどのように生きていったらいいのだろうか」「こころを病んだきょうだいに何が出来るのだろうか」などと自問自答をくり返してきました。この本は、こころを病むきょうだいが長い悩みのトンネルから抜け出して、より良い人生を送ってほしいと思い、こころ病むきょうだいをもった精神科ソーシャルワーカーとして歩んだ私の内面の経験と提言です。この本が、こころ病む人のきょうだいの手もとへ、同じ悩みを持って生きてきた私からの手紙として、きょうだいの立場の人々に届けて頂けたら何よりの喜びです。

【自分自身で悩みつつ、こころ病む人の力になりたいと決意】

私は、昭和３５年に群馬県の前橋商業高校を中退して上京し、かばん製造工となり、京で定時制高校を卒業しました。その後、兄の病気のことがあり、福祉学科のある日本社会事業大学に入学し自分はどう生きたらいいのかの模索の時期を過ごしつつ、昭和４０年に卒業し漸くこころ病む人の力になろうと決心しました。大学を卒業した昭和４０年には、アメリカ大使のライシャワーさんが、統合失調症の治療中断中の少年にナイフで刺された「ライシャワー事件」があり、その後の対策として精神衛生法が改正され、都道府県の保健所に地域で精神衛生活動を担う精神衛生相談員を配置することが決まりました。私は、こころの病いをもつ兄のことを考え、この精神衛生相談員になろうと、大学の先輩の紹介で群馬県内の民間精神科病院で約４ヶ月間、看護助手として実習を行ないました。そして、昭和４２年に神奈川県の職員として三崎保健所で精神科ソーシャルワーカー（精神衛生相談員）としてスタートをきりました。そこで３年働き、もっと精神科病院退院後の生活や就労支援などの社会復帰支援の仕事がしたいと思い、昭和４５年に相模原保健所に転勤となりまし

た。当時は、群馬大学医学部の精神科医が中心に推進していた「生活臨床理論」という、患者が地域の生活者であることを重視して、社会生活の助言、指導を柱とする治療理論が重要だと考え、保健所が定期的に統合失調症の家族を中心に呼びかけ家族教室を開催しました。２年間で２０回程度、平均２０～３０名の集まりを続けて、昭和４８年に相模原で「みどり会」という家族会が結成されました。当時すでに、川崎市には、保健所毎に７地区の家族会があり川崎市精神障害者家族会連合会（『あやめ会』）もできていました。

【入院しないで地域で社会生活をしながら治療を受けることの大切さ学ぶ】

相模原で家族会を立ち上げた後、精神科リハビリテーションに強い関心を持ちました。当時の精神科リハは、急性期の病状が治まるのを契機に、長い入院生活によって意欲の低下や感情の平板化をおこしてしまうことを防止するために、できるだけ入院をさけて、作業療法やデイケアによって患者の自立を促して社会参加へのステップにする方法でした。みなさんは知らないかもしれませんが、日本には「精神科特例」があります。昭和３３年の厚生省事務次官通知で決められ、精神科病院の場合、入院患者に対して、医師数は一般病床の３分の１、看護師・准看護師は３分の２で良いとなっています。この「特例」が入院、収容を促進し、長期入院をつくりだす温床にもなってきた歴史があります。しかし私は、三崎保健所や相模原保健所での、様々な経験から、入院しないで地域で社会生活をしながら治療を受けることが重要であることに改めて気づかされました。そんな中、昭和４７年に、川崎市に日本で初めての精神障害者社会復帰医療センター（医療センター）が、あやめ会による市への陳情によってできたことを知りました。当時は入院医療が中心で退院患者を地域で受け入れる体制が整備されていない時代であり画期的なことでした。社会復帰の仕事がしたいと思い、川崎市の医療センターへの転勤を決意し、昭和４８年に医療センター勤務となり、ケアと就労支援を担当していた「もみの木寮」に配属されました。そこで自立生活の支援を行ないつつ、あやめ会に大きな関心があったので、家族会の事務局支援をする仕事にも関わってきました。この頃、川崎市では、医療センター設立だけではなく、リハビリテーションプランの中で、公的な職業訓練と雇用を合わせる施設である保護工場設置まで予定していました。しかし、残念なことに、オイルショックで見直しになってしまいました。

【家族会による地域作業所づくり】

当時、私は、あやめ会の事務局支援担当として川崎市内７つの家族会例会にも出るようになっていました。こすぎ会をはじめ単位の家族会は、市内の７カ所の保健所を中心に、保健所の保健師や精神衛生相談員などの呼びかけで組織されていて、事務局は保健所スタッフが担当していました。私は、医療センターに２年勤務した後に、中原保健所勤務になりました。当時、中原保健所内の一室で、作業を中心とするデイケアが始まるときでした。さらに、その２年後には、市の精神衛生相談センターに異動になり、これまでより多くの時間をあやめ会業務に時間をさいていました。昭和５３年に、あやめ会は、移転した高津保健所跡地の建物を借り受ける条件で、家族会運営の地域作業所づくりに歩み出しました。私は、毎日、午前中はこの「あやめ作業所」に出勤し、午後に相談センターに勤務する生活でした。当時の「あやめ作業所」のリーダーたちは、小企業主の会長が陣

頭指揮をとり、中堅企業や大企業に３０年、４０年勤務した現場経験豊かな定年退職した父親４人が現場の責任者を務め、会計を母親たちが務めていました。みなさん全員が無給で、保健所跡地の栄養室を改良して作業所づくりに精を出していました。家族会のみなさんが、定年退職後の悠々自適の生活を投げ打ってボランティアで打ち込む姿から私は多くの事を学ばされました。

【ヨーロッパの地域精神医療活動に学ぶ】

家族会のみなさんとの貴重な体験もあって、精神科ソーシャルケースワーカーという治療者側の立場に居続けることに、大きな悩みを持つようになりました。「自分の兄についてろくな社会復帰支援ができていないのに、他人の社会復帰支援が本当にできるのか」という自問でした。悩み続けたあげく、改めて兄の退院と社会復帰に強く動いてみようと考え、手始めに私が懇意にしていた三浦半島の開放的な病院の医師のもとで治療を受けるために兄に転院してもらうことにしました。その頃、２カ月に及ぶ映画撮影と視察でイギリスを中心にしたヨーロッパの地域精神医療を学ぶ機会を得ました。そこで、公務員を退職して関係者の協力でイギリスとベルギーで精神障がい者の社会生活ぶりなどを撮影し、話も聞く事ができました。イギリスなどを視察して強く感じたことは、家族が生活支援や患者の保護の責任を負うのではなく、公共の医療・福祉制度によって地域の中で患者を支えていることでした。成人になれば、障害者でも家族から独立して生活することを原則にしています。多くの精神障がい者は年金を直接本人が受給し、グループホームに住みながら授産施設に通い、時々実家の家族と交流する生活です。この自立生活が、患者の自立心を育み社会生活の自信となっていたのです。こころの中で色々な悩みをもっていても人間誰しも小さな心配や失敗がありますが、少し時間をかけて見守ることが必要です。イギリスなどの撮影と視察を通じて、地域に住むための居住を確保して、あやめ作業所のような就労の準備と訓練のできる施設を用意するなど、患者を地域で支える仕組みを整備すれば、日本でも精神障がい者が社会生活を送ることができると考えるようになりました。

【全家連への就職と小規模作業所づくり】

帰国後、全国精神障害者家族会連合会（全家連）の前口理事長から、「あなたは精神障がい者のきょうだいでもあるので、現在休職中の事務局長の代わりに、その席についてくれないか」との話をもらい、昭和５５年から事務局長として本格的に活動を始めました。大きな仕事は制度改革でした。当時の全家連は、「精神医学論争」などの影響で昭和５０年から３年間、全国大会を開催できない状態でした。それを、昭和５３年に、あやめ会や神奈川県内の保健所などのソーシャルケースワーカーらの協力があり、横浜で第１６回全国大会を開催することができました。この大会が契機になって、全家連が昭和４５年に全国大会で掲げた「精神障害者福祉法案」作成の検討が本格的に開始され、昭和５６年の国際障害者年の取り組みが、それを加速させました。当時、国際障害者年決議を日本で実現させるべく、国際障害者年日本協議会（ＪＤ）が発足し、多くの身体や知的障害者団体の中に全家連も参加しましたが大変有益でした。今まで日本では福祉行政の課題としては論議されていなかった精神障がいの実態や課題が明るみに出てきたことです。身体や知的障がい者が活発に利用している年金や手当、その他の施設や援護制度そのものが、精神障がい者にはまったくないことに他の障害者団体の方は驚いていました。私たちは、精神障害者福祉法が必要だと主張した結果、ＪＤで独自に精神障害者福祉研究会を開くことになりました。同時に、全家連としても独自に、精神障がい者の福祉施策強化のための「全国キャラバン」を企画しました。しかし、全家連

の事務局で実際に行動できるのは私だけだったので、川崎の保健所時代の同僚の坂庭さんには休暇をとってもらい北海道キャンペーンを自動車で寝泊まりしながら行ったことが懐かしく思い出されます。さらに、全家連としては、従来からの目標である精神障害者福祉法制定のための請願署名などにも取り組みました。こうした中で、昭和５９年に栃木県の精神科病院（宇都宮病院）で看護師らによって患者が撲殺される「宇都宮病院事件」が発覚し、精神障がい者の「人権」が社会問題になり人間らしい社会復帰対策の世論もひろがり、昭和６２年に精神保健法が制定されました。全家連としては、昭和４０年以来の人権と社会復帰を中心とした法改正であり、多少の不満はありましたが、世論と運動の大きな成果だと確信しています。

こうした私の体験を通じても、こすぎ会も、あやめ会を通じて川崎市に家族会の要望を出していくことが大切だと思います。自治体には出来ること、出来ないことはありますが、患者と家族の声をあげ続ければ全国的に広がり国の政策に反映される展望が生まれると確信しています。

【親亡きあとに備えて】

病状や障害の有無にかかわらず、避けられないのが親の死に備えて本人の生活や高齢になった際の介護をどうするかを、本人と話し合うことがとても大切です。今から、本人が自立できるよう様々な社会資源などの活用も大いに考え、何が足らなくて何が必要なのかなども家族会で大いに話し合ってほしいと思います。同時に、親亡きあとのことについて、きょうだいとも話しあえると良いと思います。兄弟、姉妹といっても、それぞれの家族や人生があります。しかも、精神の病気というとイメージが悪く、解決策も見えないので、きょうだいといってもとっつきにくいのが実態だと思います。みなさんへお渡しした、私の本をうまく使ってください。皆さんのご家庭のきょうだいに「この本を貰ったのでちょっと読んでみない」などとやってみてください。

また、本の後半に「みちしるべー精神障害者のきょうだいのために」が付いています。これは、わたしが兄のことや精神科ソーシャルワーカーとして、精神医療と精神障害者福祉にかかわり、多くの相談も受けてきました。こころの病いのきょうだいを持った方々の何かの手がかりになれば幸いです。長い間、ご静聴ありがとうございました。

＊参考本＝「こころの病いときょうだいのこころ」：滝沢武久著　松籟社刊

「はっぴのカフェ」第１回出前・出張

～高森先生を囲む心のお悩みごと相談会～

泰山木の会会長　鈴木郁子

平成３１年４月２７日(土)、 雨模様の空が昼頃から薄日が差し、「何とラッキー！ハッピー！」１３：００～１７：００、多摩区役所4F 市民館第１会議室において、「はっぴのカフェ」第１回出前・出張―高森信子先生を囲む心のお悩みごと相談会－が開催されました。後援:多摩区、多摩区社会福祉協議会(社協)。※ 特記事項:この相談会は、社協がよりよい地域づくりを目指して多摩区内で福祉活動をしている団体を対象に実施している「平成３０年度地域福祉貢献事業起業助成金事業」に泰山木の会が申請し、決定を受けて実現しました。ご支援に改めて感謝申しあげます。参加者 ： 家族１７名、一般１８名、合計３５名(欠席者時１０名)。

あやめ会山本泰彦理事長(泰山木の会会員)ご挨拶

「高森信子先生は、ＳＳＴリーダーでは第一人者でございます。あやめ会も大変先生のお世話になっておりまして、平成１６年、今から１４、５年前から年間６回隔月の第４木曜日にＳＳＴ研修会をずっと続けて頂いております。ＳＳＴ研修とは皆さんご存知だと思いますが、対人関係をうまくできるように、又対処方法を上手く勉強をしていき、社会生活機能を身に着けていくのが目的でございまして、このような勉強会を通じて、あやめ会の会員多くの方が心を癒され、当事者も心癒され、家族と当時者の関係がより円滑となり、もって病状の回復にも繋がっていくというのを聞いているのでございます。高森先生は大変お忙しく全国飛び回っておられ、こういった第１回の出張、出前の「はっぴのカフェ」相談会をお願いしましたところ快よく引き受けていただきました、他の単会も関心を持っておられるのではないかと思いますけれど、今日は開催出来まして大変うれしく思っております。日頃から皆さん方お悩みの当事者の対応について今日は個別のお話を先生に聞いていただく、そういった相談会でございますので、時間の許す限り皆さん方のお話を聞いていただきまして、お互いにこれからの生活が上手く回っていくようにと思うところでございます。実り多い勉強会、相談会になることを願いまして挨拶にさせて頂きます」。

小松正泰さま(泰山木の会会員、元あやめ会理事長)ご挨拶

「私は９３才、初めてです。今は、息子と２人で生きていますが、現在に至る道はいろいろな事もありました。お袋が死んでからは息子のレベルにあわせて、すべて任せました。高森先生は世界一だよ！」と実感を込めておっしゃいました。「俺が変われば、相手も変わる。そのお陰で長生き出来ている」と言われ、お互いの信頼感、感謝、愛情あふれる生活を送られ、充実感と幸福感あふれる小松正泰さまの体験談を聴き、皆さん感動された事と思います。ほんとに１年１年を新鮮な若々しい気持ちで生きておられる証(あかし)、泰山木の会大先輩から元気をいただきました。

高森信子先生の講演と心の病のお悩みごと相談会

冒頭、高森先生は「皆さんの中で今日初めてという方、チョット手を挙げてみてください。半分以上いらっしゃいますね。知っている顔が昔の同級会、クラス会に行ったように思い出したりして、

とても嬉しいです。始めての人が大勢いますので最初に短い時間を取らしていただいて、皆さんへの回答は後の方でやりたいと思います」とおっしゃり、講演が始まりました。あらかじめ８ページに及ぶレジュメ「ご家族の方に」を配られ、高森先生は全国各地の活動で体験されたご家族のお悩みごとの数々の事例を紹介され、そのなかで、どう心の病の方と接すれば良いか、どうすれば回復力を高められるかなど大切なポイントをご指導されました。

レジュメーご家族の方にー(表紙)

① あなたは私にとって大切な人、宝物だと伝えましょう。(親の基本的な思いです)

② 人には、出来ることと出来ないことがあります。期待のラインでもの言いするのではなく、相手の目線に合わせて、現在の位置の確認をしましょう。それは「今のあなたを受け入れる、認める」ということです。

③ 2 でみつけた出来ることは、それを言葉にして伝えましょう。(ほめる、感謝する)

④ 思春期は親ばなれの葛藤の時期です。寂しいけれど子離れする自分を育てましょう。要は、自分の思い通りに仕切らないことです。

⑤ よいコミュニケーションとは、相手のきもちがわかり、そして自分の気持ちを言えて、より生産的な関係になることを言います。先ずは、相手の気持ちのわかる人になりましょう。

〈事例１〉　「親が変われば子も変わる」という風に、喜連川で２カ月に１回、全国の家族会に呼び掛けて、保健所にも繋がっていない、通院もしていないご家族がいらして、遠く北海道から沖縄まで家族会の会長さんがお見えになり、どの位続いたのでしょうか。そのタイトルが「親が変われば子も変わる」ということでした。

〈事例２〉　病院の家族会にも呼ばれて行ったりします。前に北里大学相模大野の家族教室、精神科の女医さんが家族会の担当と云う事でずっと同席してくださいました。終わった後みんなの前で、「高森さんの話は良く分かる、話し方が素人だから家族の心にじかに言葉が届く」と言うのですね。さらに、「私たちにハートの言葉でしゃべるから」と言ったのです。その時すごくうれしかったです。率直な誉め言葉、相手に伝わらなかったら独り言なのです。相手に伝わるため、分かって頂けるためにお話するのですから。

〈事例３〉　先日、平塚の家族会に行った時、精神科の先生が 5 分ぐらいですが短い時間話させて欲しいとの事で皆さんにご了解いただき、その先生がマイクを持ってお話しました。下を見てボソボソボソ。私は３８年前に突発性難聴になってマイクの音が聞き取れないのです。何を言っているのかなと、皆を見たのですが、シーンとしてその先生が帰った後、皆さんも何も聞き取れなかったみたいでした。会話は相手に伝わるようにお話するもので、分かりやすく相手のレベルに合わせた会話をしてあげてください。皆さんも赤ちゃんの時は新聞で話しかけるような話かたはしませんね。赤ちゃん用語で話しかけましたでしょう。これは本当に大事なことなのです。親のレベルの会話に引き上げようと親がしがちなのです。

〈事例４〉　横浜の港北区でＡＢＣＤ4 つのグループに分けた研修会で２００人位公会堂の中に集まっていました。あるお父さんが、「私はオープンダイアローグを娘にと思っているのですが、娘が一向に口を利きません。どうすれば娘が口を利いてくれるか。」そういう質問でした。今、精神科の世界ではかなり行きわたってきていますオープンダイアローグは、フィンランドという国がやってい

るのですが、人間関係を対等に上下関係なく、そして当事者の意見をちゃんと聞いて、それこそ民主主義の代表のようなコミユニケーションで、「当事者が出ましたよ」と知らせが入ると、２４時間以内に多い時は5、6人、少ない時は３、４人が患者さんの所へ出前でいく、患者さんを連れていらっしゃいでなく、こちらから出かけ１０日間くらい話し合うそうです。その結果として８６％の人が薬なしで回復の道に入っているというのです。画期的な驚異的な数字なのです。日本にも上陸して４、５年立つのですが、あちらこちらでオープンダイアローグがテーマ―になって講演、研修会もありますし、実際にやっているところもあります。人薬で治そうという、それをお父さんが娘にやろうとしています。ところが娘が一向に口を利いてくれません。成立しないという困りごとだったのですが、まず私はお父さんの熱意に拍手です。娘さんの病気を薬漬けでなく人薬で治してあげたい、しかも家の中でそれができたら、お父さんから率先してそれを考えてくれたのは嬉しいのです。お父さんと娘さんの病気の今のレベルはイコールではないのです。お父さんの方がいろんな知識があって、娘さんをそこに引き上げようとしている。娘さんはお父さんにどうして口を利かないかという、まず理由から考えましょう。病気のために人に何を訊かれてもわからない状態の脳の中かも知れません。考えが纏まらないというのかもしれません。それ以前に子供のころお父さんと話をすればすぐ怒る、だから口を利くのが怖いなんてことがあって、お父さんとは口を利かない習慣かも知れません。お父さんが嫌いというのかもしれません。どうして喋らないのか分からない娘さんに向かって「喋れ！喋れ！」と「おまえ病気治すためには喋らないとダメなんだよ」きっと要求度が高いことをやっていたのだと思いますが、今、口を利きたくない娘さんに合わせてあげてください。「お前、口を利かなければ治らないんだよ、喋らないからいけないのだよ」そこで又、否定してしまう、そうではなくて娘さんがしゃべりたくないのは、心の中でお父さんに必ずしもプラスの感情を持っているわけでもない。そういう人には無理して話しかけない。会ったら顔を少しほころばせてチョット笑って「今日は寒いね、暖かいね」くらいで、相手が喋らなくても良い、会話が成り立たなくてもよいのです。ある程度それを続ける。その次に相手を褒める、今日の洋服似合っているね、それでもいいお風呂から出てきたら、水も滴るいい男なんて、チョット褒めてあげる、怒らなかったらそれを続けてあげる。そうすると相手の方はだんだんとお話ができる人に育ってくるでしょう。まずは今を認めてください。相手の今に合わせてあげる。小松さんはそれをやったのです。奥さんが死んでから、食事を息子さんが全部買ってきてくれると云うので任せた、「お前お米の炊き方なんか分かってんだろう」なんて言わない。それを要求しないで息子さんのできるレベルに合わせてあげた。これは小松さんが一番変わったという原点だと思います。今が人生の中で一番充実している。息子さんが以前はお父さんを嫌いだったけれど今は尊敬している。人は変わり得る。こっちが変わると向こうが変わる。相手の人のレベルに合わせてあげる。そうすると向こうも変わってくるのです。「家の中でおかしいのはあなたなの、あなたのために家中が苦労しているの、変わらなければ駄目なの」、親がどうしても病気では困るので止めさせよう、止めさせようとしてしまう、今を認めるそれが本当の原点だと思います。

〈事例５〉　中村ユキさんの漫画の本を精神科関係が 4 冊目です。１冊、２冊サンマーク社から出した「我が家の母は病気です」3 冊目が「マンガで分かる！統合失調症」教科書的な内容で統合失調症が良く分かるという。作業所の職員たちが良く研修の時に読む。統合失調症の勉強をしていな

い人たちが使う。メンバーさんたちと付き合いながら勉強していく。群馬大の福田正人先生が監修していますので教科書として使えます。専門学校の人達も好評で使っています。私が一番先に本を出したのはハートピア喜連川のときに出していただいた「あなたの力が家族を変える」４冊目がユキさんの私の話「マンガでわかる！統合失調症」忠実にわかりやすく書いてくださいました。家族の対応編です。どうして付き合ったらよいか、特にここに書いてあるのは人薬の処方箋と云うのがさっきのオープンダイアローグ一番の中身なのです。

〈事例６〉この漫画の中の一番大事なところを、今日、初めての方のためにお話しします。本の１ページだけ赤いページがあります。ここがこの本の底流になっています。川崎のあやめ会の溝の口会場で聞いた話が載っているのです。一番大事なところの情報を家族の方からもらったと感謝しています。増野先生が登場しての事なのですが、何でここだけ赤いのか、２３歳の娘さんが「ママ助けて私の部屋が血でドロドロ！私の手も血でドロドロ！」とお母さんにしがみついてくるそうです。お母さんがどれどれと部屋に行ってみても、血なんかついていない、ところが娘さんには見える、それで毎回「ママ助けて！」と娘さんは辛い思い、怖い思いを体験している。親だから初めのうちは血なんて何処もついていない奇麗だよ！と言うのですが、お母さんは娘に安心を与えるのが役目のように思っていたので、背中をさするしかできなかった。お母さんにできることは医者に電話をかけて、薬をもっと強くしてください、もっと量を出してください。幻視を消してください。そんな要求の電話をかけるのがお母さんのお仕事、できるのはそれだけだったのです。初めて聞く家族会の幻視の話でした。当事者からは聞きますが、ご家族からすさまじい幻視の話を聞いたことはなかったのです。その話が終わったところに増野先生が、神様からの使者という感じで入り口から入って来たのです。サイコドラマが先に終わって時間が余りましたので、寄らせていただきます。親切なサービスのいい先生、一緒に座ってくださったので、私はお母さんに「もう一度増野先生に今のお話をしてください。セカンドオピニオンとして今の娘さんの主治医以外のお話をしてくださるかもしれません。是非話をしてくださいとお願いしました。お母さんが２度目の話をしました。増野先生がそのお話が終わった後、「難しい話ですね」なんて言わなかった。増野先生は、「お母さん！娘さんは２４時間ママ助けてとしがみついてないでしょう。あなたから離れている時間があるでしょう」。お母さんは、うなずきました。「その時娘さんは何をやっているか、あなたはそれをよく観察して、似たようなメニューを増やしてあげればよいのです。健康な時間を増やしてあげるのがあなたの治療的役目ですよ」。お母さんは「日常の幻視を消そう、消そう」としている。皆さんも「あの幻聴を消さなければならない、病気の部分、声を出させるのをやめさせなければ、暴力を辞めてもらいたい」お困りごとが皆さんの頭の中をほとんどが占めていると思います。消そうとしない。お母さん！病気の部分は医者に任せましょう。お母さんのできることは、娘さんの幻視を見ていない部分を増やすことです。脳の中には幻視を見ている時、見ていないときの脳が同じ脳でそこにあるのです。それから１年後に勉強会に現れました。奇数月のたびにとても気になっていたのです。（私）「今娘さんどうしていますか」？（お母さん）「１年前は外にも出られなかった、外に出て血の雨が降ってきたらどうしてよいか分からない、一歩も出られなかった娘が、今は週４日作業所に行っています。今日はそこでできた友達と横浜にショッピングに出かけています。かなり良くなっています。」「今でも幻視はたまに見るようです。１年の間に自分の部屋で幻視を見ると眼をつむる、しばらくたって目を開けまた幻視を見たらまた目をつむる、付き合い方が分かって幻視が消えるまで、目をつむって結局見なくなりました。障害年金１級が２級になるぐらいに回復しています」。健康な部分を増やしましょう。

〈事例７〉　息子２０歳発症、叱咤激励を続けた母親、息子が５０歳になった時何も変わっていなかった。お母さん８０歳になった時に息子さんをよく観察したら息子さん３０年前と変わっていない。くたびれたので今日から指導、助言、教育はやめます。「あなたは自分の人生を自分で考えて」と宣言をしたら、「僕は今まで墓場にいたようだった」と元気になった。親は自分の考えで助言、忠告をしない。相手の気持ちが分かる大切なポイントです。

〈事例８〉　「わかった、わかった」と言って私のことをチットモ分かってくれない。いつも指導しょうとすることだけがあるのだと思います。この本に傘をさしている漫画があります。病を雨に例えるならば、「中２から学校へ行かれなくて大変だったね、社会へ出たいと思っても出られなかった。お母さんも一生懸命だった、今 30 歳になってこの十数年閉じこもっている時に、お母さんにされて嬉しかったこと何でしたか」と聞いたのです。すると娘さんは、「雨に例えて雨が降ってきたときに大きな傘を私に貸してくれる。私は母の愛情は感じる。だけどその前に母も一緒に雨に濡れてくれる方がもっと嬉しい。」と言ったのです。

〈事例９〉　高山に行った時、「私の娘は家を出て３年立ちます。財布も携帯も持たず、今どこに居るか、なぜ出ていったか分からない」。私はどうしたら良いのですか。切実な悩みへの助言、助言で追い詰めてしまったと、お母さんの後悔で「娘はそれが辛かった、それで家にいたたまれず出て行ったのだと思います」。岐阜の高山です。３千メートル級の山が見えるのですが、下には里山があります。里山のどこかで骨になっているのではと、お母さんの後悔でした。良かれとなさっていることが相手を追い詰めるのです。皆さん、相手に合わせてあげてほしいです。

休憩の後、「心の病のお悩みごと相談会」が行われました。ご家族からの相談希望は全部で７件ありました。予め提出された相談ごとを一件ずつ取り上げられ、ご本人と向き合い、今、困っていることを語ってもらい、それにどう対処したら良いか皆一緒に考える形で、SST ロールプレーを交えながら、丁寧且つ熱心にご指導されました。高森信子先生のお元気で、時々笑いあり感動ありのお話しに参加者一同引き込まれ、時間の経つのを忘れて気がつけば、もう夕方の５時！「はっぴのカフェ」第１回出前「高森信子先生を囲むお悩みごと相談会」は無事閉会となりました。

お陰さまでとても実りある相談会になりました。とりわけ、「心の病の困り事は、ご家族だけで抱え込まず、勇気をもってオープンに話し、皆で一緒に考える」ことが大切なことだと実感しました。また、多摩市民館と云う地域の身近なところで開催できて良かったと思いました。「また、このような場づくりを泰山木の会で出来ればいいなあ」と思いました。高森信子先生、ご参加くださった地域の方々、そして関係者の皆さま、ご協力ありがとうございました。

2019年7・8月　あやめ会・窓の会行事予定表

注）窓の会の予定は変更する場合があります。事前確認をしてください。

	行事名 開催時間	活動内容	7月				8月			
			日	曜日	場所	備考	日	曜日	場所	備考
あやめ会	評議員会 13:00～15:00	外部委員会等の報告と活動予定の検討と結果報告	6	土	ち	評議員会	3	土	ち	評議員会
あやめ会	川崎市への要望活動	川崎市議会各会派との意見交換（第2庁舎） 市への要望書の説明および提出（ソリッドスクエア）	7/9（火）公明党 11:00～11:50 7/9（火）みらい川崎 13:00～13:45 7/12（未定）自民党 14:00～14:40 7/24（水）共産党 15:30～16:30				（日付未定） 川崎市役所健康福祉局障害保健福祉部精神保健課			
あやめ会	SST他研修 13:30～16:15	高森先生指導による当事者との付き合い方の勉強と当事者の生活訓練等の指導	25	木	ち	ＳＳＴ高森先生 1階・会議室				
窓の会	ぶらっと会 11:00～16:00	フリースペースで、過ごし方は自由。何よりも、穏やかな空間を皆が作っています。	**新城・窓の会** 火・木・金（祝日を除く）							
窓の会	音楽教室 14:30～15:50	音楽療法士の鈴木先生と奏楽担当学生と共にリクエスト曲の合唱や楽器演奏を楽しみます。	3	水	ち	鈴木先生	21	水	ち	鈴木先生
窓の会	友達をつくる会 13:00～15:30	精神科医の増野先生のもと、ストレッチや寸劇を演じつつストレスの解消方法を見つけます。					26	月	窓	増野先生・他
窓の会	スポーツ＆グループ活動 13:00～16:00	卓球などして身体を動かし楽しみます。 運動している時は、集中します。	17	水	他	ボウリング大会	7	水	窓	おやつ作り（仮）
窓の会	パソコン教室 14:00～16:00	パソコン指導	10 24	水	窓	先生は変る可能性あり	28	水	窓	先生は変る可能性あり
窓の会	「窓の会」勉強会 15:00～16:30	精神科医の白石先生を囲んで、メンバーと家族向けに医療・福祉や対人関係を学びます。	20	土	ち	白石先生（家族）	17	土	窓	白石先生 （メンバー）
窓の会	「窓の会」例会 18:30～20:00	白石先生を囲んで、地域のボランティアさん、学生さんと話合います。	24	水	窓	訪問ボランテア様 先生方	28	水	窓	訪問ボランテア様 先生方

（注）窓：窓の会　ち：ちどり　県：県民センター　窓の会のご利用方法：電話で問合せ（電話044-777-6255）、月～金曜日9時から17時

心の健康相談
お気軽にどうぞ！

心の病の問題について気軽に

電話または面接にお出かけください

現代はストレスの社会です。“心の病”は誰がかかっても不思議ではないといわれています。人間関係のつまずき、家庭内のトラブル、出社拒否、気分の沈滞、意欲低下、ひきこもり、暴力、自傷行為、不潔恐怖、受診拒否、服薬中断などの“心の病”やデイケア、地域作業所、年金、障害手帳などの“リハビリや福祉制度”に関しても幅広く相談をお受けします。

一人で悩まずにご相談ください

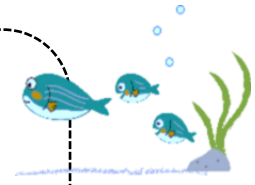
相談は無料、個人情報は厳守します

◇日時：毎週月・金曜日（除く祝祭日）　　１０：００～１６：００
◇電話：０４４－８１３－４５５５
◇場所：高津区久本３－６－２２　ちどり（地域福祉施設）内
◇主催団体：ＮＰＯ法人　川崎市精神保健福祉家族会連合会あやめ会
あやめ会会員の有志が相談技能研修を受けて相談員となり、
家族の立場にたった対応を心がけています。

あやめ会ホームページをご覧ください。
ホームページのアドレス（URL）　http://ayamekai.org

編集後記

「あやめ通信」も当初平成６年１月に「あやめ会たより」として発刊し今回で通巻１０４号となります、初版はＢ５版２ページで不定期発刊でしたが、数年後には編集委員会も出来て、現在の様式となり、皆様のご協力もあり、内容も充実してまいりました。

更なる発展のために、皆様の寄稿をお待ちしています。

（広報　桧垣）