



精神保健福祉家族会

# 仙台みどり会会報

第3号 (通算71号) 令和元年10月30日発行 〒981-3204 仙台市泉区寺岡1-20-16 黒川方 仙台みどり会事務局  
電話・FAX 022-377-1966 家族会携帯 080-2812-4835 [9時~17時] ホームページ <https://sen-midori.jimdofree.com/>



## それぞれのリカバリー

～家族として、家族会としてめざすもの～

精神保健福祉家族会 仙台みどり会  
会長 黒川 洋

### 私の体験.....

出口のない迷路で進むべき道を失ったような苦しみと辛さは、私たち精神障がい当事者を抱える家族が、すべて背負ってきた体験です。

私、黒川は精神障がい者家族会発足の日、はじめて自分以外の家族の体験談を聞き、「自分だけが悩みを抱えているのではないんだ」と知りました。涙を抑えながら、体が震えていたのを覚えています。今から40年前の昭和54年(1979年)のことでした。

あの時から、私の家族会歴は始まりました。現在は70歳。10歳の時に母が統合失調症を発症しましたから、病気とのつきあいは60年、半世紀を超えてしまいました。

その母は6年前に86歳で亡くなりました。穏やかに息を引き取ったと思います。

母は、実家を継いでくれた妹夫婦がふだんは面倒を見ていました。私は母の息抜きが担

当だったので、亡くなる少し前まで、母を外出に誘っていました。母はドライブが好きだったので、話しながら街路樹が色づいている景色や、家並みや雲の動きを眺めたものです。当時私は福祉施設での勤務の退職前で、休日の都合に合わせて景色のよいところを回ったり、公園を歩いたり、お昼はよく、ファミレスで食事をしたりしたものです。

母は、晩年にかけても服薬は欠かすことはありませんでした。精神症状は、昔と比べると緩やかになっていきましたが、すでに亡くなっている父や祖母などとは、枕もとでよく会って口論していたようで、その内容は支離滅裂なのですが、言われた言葉やつらい思いなどを語り、こういう話を聞いてくれるのはヒロシ(私のこと)しかいないなど、延々と話し続けてくれたものです。

### 目次

1~4ページ	それぞれのリカバリー .....	会長	黒川 洋
4ページ	一時的な現実逃避 .....	会計担当	伊藤 竹海
4~7ページ	会員3名より寄稿 .....		K・Y(女性)、K・A(女性)、E・O(女性)
7~10ページ	2019年度北海道・東北ブロック大会報告 .....	役員	磯谷 裕治
9~10ページ	研修会情報・「仙台みどり会懇談会」開催日程		

## 私の思い……………

病気の当事者が亡くなった時、そのことを理由に会を離れていった会員さんは、これまで少なからずいらっしやいました。それは、もちろん引き留められるものではありません。

私、黒川はどう考えたかという、母の弔いの後、当時の勤務や家族会の行事には、以前と変わらず関わっていました。家族会を辞めるか辞めないかなどは、考えることはなかったと思います。

母が亡くなった次の年に私は現役を退職し、その後は非常勤として同じ福祉施設に夜勤として入りました。2晩の夜勤をして、その後4日間の休日という繰り返しです。

退職してヒマな時間が増えるなあ、と思いました。ところが、そのような実感はなかなか得られませんでした。家族会として行っているふだんの活動以外に、やりたいこと、やらなければならないと思うことがたくさんありました。懇談会の充実や、家族学習会、相談事業の実施、施設部会との分離……などです。その日その日を振り返ってみるなど、考えもしなかったかもしれません。そういう私の家族会活動の日々について、整理するきっかけを作ってくれた方がいます。社会福祉法人ゆうゆう舎理事長、釣舟晴一さんです。

彼とは、ずいぶん昔から福祉のつながりでお付き合いをしてきました。その彼に、私は2年前6月の宮家連における研修会で講師を依頼し、了解をいただきました。

内容は、「超高齢化社会の中の障害当事者と家族」～どう元気に生き抜くか～です。そうしたら、しばらくして釣舟さんから、「黒川さんにも、この研修会の中でゲスト出演してもらえないか。」と、依頼が返ってきたのです。驚いて話を聞くと、「黒川さんはお母さんが亡くなったのに、なぜ家族会を続けているのか、それを伝えてほしい」というのです。私は、自分の思いをきちんと整理していなかったもので、いったんは断ったのですが、その後も研修会の構想などを伝えられると、断れ切れな

くなって了解しました。

その後、私は自分の思いをなんとか整理して、釣舟さんの研修会の時に、ゲストとして話をしました。その要約が以下のとおりです。

「……参加する家族が、家族会で元気になっていくのが分かりました。母は亡くなり、私は福祉施設の現役を引退しました。家族会を知ってほしいという思い、いっしょに元気になってほしいという思いは強くなりました。

退職後、時間はできました。ライフワークだと思いました。年を取り、動けなくなるまで本人を支える家族はまだ多いと言われます。しかし、本人を見守りながらも、自分らしい生きがいを見出して、自らの人生を歩んでいくことが大切であると思います。私の場合は、それは家族会です。」

たぶん私は、これから5年か10年は、仙台みどり会の活動を続けていけると思っています。いっしょに考えて活動してくれる役員さんや、いろいろな場面でお手伝いして下さる会員さんのパワーをいただきながらがんばるつもりです。皆さまも、この仙台みどり会をいっしょに支えていただけますよう、お願い申し上げます。

会員さんの中には、それぞれの事情で年に何回も足を運ぶことが難しい方も多くいらっしやると思います。そのような場合でも、どうぞ会報に目を通していただきながら、できるときにご参加いただくなど、ご支援ご協力をいただけますようお願いいたします。

目ざすのは、私たち家族それぞれが元気になること。身体は高齢によって支障が出てくるのは仕方がないことですが、志は自らの進路を見出し歩んでいきたいものです。もちろん、若い会員さんたちも同様です。私たち家族の一人ひとりがほっと息をつき、再び元気を取り戻すことを目指しています。

## 現在の「仙台みどり会」進捗状況……………

令和元年5月9日に総会において提案しました今年度事業及び今後に向けた事業は、おおむね順調に進んでいることを報告いたします。

全体の中から、動きの大きい4点の事業について、これまでの状況についてお伝えします。

#### (1) 「仙台みどり会懇談会」及び「お昼の会」について

毎月1回、会員や未加入の精神障がい当事者を抱える家族が、自由に参加して思いを出し合ったり、相談や学習を行っています。

参加者は毎回、20名前後。初めてのご家族も何度も参加しているご家族も、全員が同じ悩みを共有している家族(=仲間)である安心感をもって、それぞれの体験を出し合い、いっしょに考えていただいていると思います。順番が回ってきて、お話ししたくない時は「パスします」と言っていたくことも権利として大切にしています。人数の多い時は、グループ分けして実施しています。

終了後の「お昼の会」も自由参加です。ゆっくりお弁当を食べたり、お茶飲み話をしたり、ご希望の方には個別相談も行っています。



#### (2) 「家族研修会」の実施

仙台みどり会の主催行事として、懇談会等からのニーズをもとに、これまで2回実施しています。

##### ・5月9日「障害理解サポーター研修」

総会開催後、仙台市ボランティアセンターより講師を招いて「障害とは何かについて考える」、「グループディスカッション」のプログラムを行いました。

##### ・8月28日「生活保護の制度について」

青葉区保護課の担当職員さんを講師に招き、懇談会の時などに疑問の多かった生活保護について一緒に学習しました。

(今後の研修会は、本会報の最終ページをご覧ください)

#### (3) 仙台市主催「家族による家族学習会」(以下、「学習会」といいます)への実施協力

この「学習会」は、日本に適した家族支援プログラムとしてコンボにより開発、全国に普及しているものです。

昨年度、仙台市を通じて、「みんなねっと」より担当者が派遣されて実施された「学習会」に、全体で家族10名が参加、仙台みどり会からは5名が参加して、無事、終了することができました。昨年度末には、「担当者研修会」に参加して、全員が担当者になる資格を得ることができました。

今年度は、この資格を得た担当者が「学習会」を開催しています。今回、希望した担当者は、私たち仙台みどり会からの担当者4名です。現在、毎月1回平均で「学習会」を開催しており、8月から月1回5回シリーズで開催しています。

参加者からは、「学習会が楽しみになった」、「前向きになる姿勢を作ってくれた」、「この学習会に来て、笑うことが大切だと思う」など、様々な感想をいただいております。12月で終了します。

その後、今年度中には「担当者研修会」が開催され、参加者の皆さんには今度は担当者となる資格を取得する機会が得られます。また同じく今年度中に「アドバイザー研修会」が開催され、今年度の担当者が、これを無事終了すると担当者に助言、指導することのできるアドバイザーの資格を得ることができるようになります。

こうして、私たちが以前から夢見ていた「話し合いと学習の場」が、仙台市内、宮城県内に広げられる準備が整いつつあります。会に予算の当てがなく、思案に暮れていた時に仙台市の家族支援事業における予算化は大変にありがたく感謝するところです。

#### (4) 会のPRと組織強化について

上記の目的のために、これまで病院、学校、区保健福祉センター等へ声掛けを行い、講師派遣を行っています。これまで下記のとおり実施しました。

・8月8日 南光台地域包括圏地域ケア会

議 (1名)

- ・9月26日 宮城総合支所家族教室 (1名)
  - ・10月7日 宮城大学看護学群 (2名)
- 今後、11月より、仙台市の家族支援事業の一環として、仙台市各区家族教室に

おける講師派遣を実施予定。

今回は以上です。次回また伝えさせていただきます。



## 一時的な現実逃避

会計担当 伊藤 竹海

私は、いろいろ考えすぎて疲れやすかったり、落ち込んだりしやすいです。

そんな訳で、精神的に行き詰まりそうになることが多々あります。

そういう事を気軽に話せる人もいないので、ある程度のところで自分で処置しなくてはなりません。

物事の捉え方や考え方を变えて、落ち込まないようにとか、元気になろう!のような手法などがありますが、私には合わないようです。余計に考え、結局どこから見ても現実はい変えられない、変わらない、駄目であるということにたどり着いてしまいます。

そこで、自分なりにしていることは、考えることを減らす、一時的な現実逃避です。

一番は寝る。

当たり前ですが、何も考えられません。

ただ、そんなに眠れるものでもありません。

それ以外の方法として、愛車の原付で宛もなく走る。動かないでいると余計なことを考えやすい環境になります。運転するということは、その行為自体のことをメインに考えなければなりませんので、あまり余計なことを考

える余裕はありません。

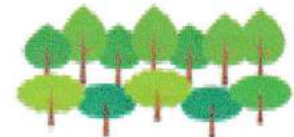
原付なのでスピードは出せません。車に比べゆっくりなので、そんなに遠くへ行かなくとも結構な時間がかかり、疲れやすい。かなり走ったな~という感覚でもガソリンは1リットルくらいしか減っておらず、お金も掛かりません。冬は出来ないのが難点。そう、このあとの季節です。

それと、車を運転される方をお願いが。

遅くて邪魔で申し訳無いのですが、法律での制限なので、ご了承下さい。また、煽ったり、スレスレを猛スピードで追い抜かないで下さい。とても怖いです。頑張っただけ端を走りますから。

現実逃避と表しているとおりに、考えていた事は何も解決したりはしていません。ただ、一時遮断することで、自分のところが何とか壊れずに少しは守ることが出来、一応、表向きは少しまともそうに装っていられるのかなと感じています。

他にもしている事がありますが、また何かの機会に・・・



## 息子の障害の学習について

仙台みどり会会員 K・Y (女性)

私の息子は、大学を卒業し、就職して8年間勤務し、30代で発症しました。病名は、自閉症スペクトラム、2年前に統合失調症になり

ました。

最初、症状に直面した時、私は何の知識もなく、また情報も乏しい中で戸惑いと絶望に

おちいり、これからどうなるだろうと深い悲しみに落ちてしまいました。行政に相談したりして、自宅から近い作業場で2年間働き、その後1年契約で働き、雇用保険で半年間手当をいただいております。地震災害後、よほど仕事がつらかったのか、仕事につくことはありません。そのような状況の中で、市政だよりも家族教室が載っており、早々、参加申し込みをしました。症状の違いがあるにしても、悩みは同じで、同じ体験をしてきた者同士の分かち合い、共有、共感することができました。

その時、昔知り合った友人からみどり会の話を聞き、平成29年に入会、「仙台みどり会懇談会」に参加し、家族との話し合いの中で、息子の種々の気持ちを吐露することが不安で躊躇しました。しかし、私自身、混乱の中にいましたので、息子の今までの状況、状態を話してみました。本人の対応で試行錯誤していることを、すがる思いで話しておりました。聴覚過敏、幻覚、薬過敏、副作用に本人が苦しんでいる姿を見て、そばで見ている傾聴してあげることしかありませんでした。

私自身も、寝床に入るたびに、涙が出て苦しかったです。本人からは、母はいつも「笑顔でいてほしい」と言われていました。現実

にはできませんでした。「みどり会」の懇談会に回数を重ねていくうち、先輩たちの助言や、役員の方々の優しい声がけに、大変心がやすらぎ安心させられました。

令和に入り、仙台市と仙精連が実施する「家族による家族学習会」に参加して、自分の間違っていた対応の仕方や、病気、薬について学習し、少しずつですが「ゆとり」ができたのでしょうか、連鎖反応でしょうか、息子も最近穏やかで、笑顔が戻ってきました。仲間の人たちも、悩みを抱えながらも笑顔でユーモアを交えながら談話しており、私と同じ心境になっていると思いました。

また息子が頑張っているから、私自身もがんばれる、私の元気の源になっていると思い、何でもプラス思考でいくことにしています。

このような学習の取り組みをしていただき、周囲の方々の熱意に支えられて、認知症になってもおかしくない年齢ですが、皆さんに「感謝」の気持ちでいっぱいです。

これから先も、息子の症状は行きつ戻りつが続くと思いますが、このような悩みを持っている多くの方にも、学習の広場を広めて、心の安らぎを与えていただきたいと思います。



## 再 発

仙台みどり会会員 K・A（女性）

息子が発病して10数年、入院生活10年が過ぎました。良くなるなら、毎日でも面会しようと思っていた気持ちも、加齢とともに気力、体力も衰え、親の務めだと思い、面会、外出に付き添っています。

息子には夢があり、それなりに自宅にいて頑張っていたように思います。

それは、県外に住む次男からの電話でした。「兄が、意味不明なメールを送ってくる。何か変だよ。統合失調症ではないか」と。それと同時に、奇妙な行動も見られるようになりました。

統合失調症とはどんな病気かも知らず、本を読みあさり、愕然としました。相談所や病院を廻り、「本人を連れてこれますか」の問いに、全く病識もなく、親の方が病気だと認めませんでした。

やっとの思いで、クリニックに通うことができましたが、数時間待って、数分の診察。医師も大勢の患者を抱えて当然なのでしょうが…。

そんな中、薬の効果も出始め、求人募集で自ら連絡し、一か月の開店準備の仕事に行くようになりました。副作用に耐えながら、朝

は自分で起き、弁当を持ち、車で通いました。薬でこんなに変わるんだと喜んだものの、仕事も終わり、また以前の昼夜逆転、パソコン三昧の生活に戻ってしまいました。通院しながらも、薬は飲まなくなっていたのだと思います。本人に管理させていたことも反省です。

親の励ましの言葉も、ストレスになっていたのでしょうか。そして重症化し、入院施設のある病院に移り、今に至っています。制限された不自由な生活の中でも、閉鎖病棟が落ち着く、退院はしたいが、今は無理かなと、消極的な言葉しか返ってきません。何度か、開放病棟へと移りましたが、体調を崩し、数週間ともたず、戻ってきます。周りの刺激に敏感に反応するのでしょうか。症状は、幻聴、体感幻覚、だるさ等、幻聴も否定できるものではなく、聞き入ってしまうようなものようです。そしてそれを、単語のようにノートに書きとっています。

寡黙で、コミュニケーションが苦手、どこか心を閉ざしているかのようにも見えます。暴言・暴力は一切ありません。生活面でも質の低下がみられ、病院が居場所になっている

感じさえします。陰性症状がずうっと続いているように思います。

医師からは、「院内では優等生ですよ。穏やかに過ごしています。本人の自主性を待ちましょう。」とされています。

本人が一番つらいのでしょうか、親として先の見えないトンネルの中にいるようです。

この病気は3割は良くなり、3割は服薬しながら社会生活ができる、そして入院生活20年、30年、一生の方もいると聞いています。

知識不足からの不安、心配と親である現実。そんな気持ちを元気にさせてくれる場が、家族会だと思います。

症状が違って、共感しあえること、いろいろ気づくこと、互いに学び合えること、なにより、一人じゃないんだという安堵感が得られます。

皆さんの話を聞き、話し、「親の明るく元気な姿が一番の薬」を目指し、前を向いていこうと思います。

役員の皆さまも、当事者や仕事を持ちながら会の運営や相談等、頭が下がる思いです。

これからも、よろしく願いいたします。



## 水中毒の怖さ

仙台みどり会会員 E・O (女性)

今から20年前、息子(現在40歳)は、東京の会社で働き、3年経って娘にも孫が二人生まれ、やれやれこれで一安心と、肩の荷を下ろしたような気分になっていました。

そんな時でした。息子の様子がおかしいと会社から電話があったのは…こちらに連れて帰り、様子を見ることにしました。毎日、朝早くから夜遅くまで忙しく、うつ状態になり休んでいる友人も何人かいると聞いていたので、息子もそうなのかと思っていました。無気力状態で、昼夜逆転の生活になりました。当然、会社も辞めました。

医者から統合失調症と言われた時も、ゆっくり休めば治るだろうと思っていた無知な私たちでした。治るところか、どんどん症状は

悪化していきました。

アルコールが手放せなくなり、態度が大きくなって私に向かって説教するようになりました。何が気に食わないのか、家を出てどこかへ行ってしまうこともありました。腫れ物に触るように接してきたのだと思いました。搜索願を出したこともありました。

やっとアルコールを止めたと思ったら、今度はコーヒーがぶ飲みが始まりました。その次には、多量の水を飲むようになりました。1日に8リットルも飲むことがありました。水なら、そんなに体に悪いことはないだろうと、前よりは安心していました。

そんなある日、妄想状態がひどくなり、「親が二人で俺の悪口を言っている」とか、「変な

メールがたくさん来ている、どうすればいいんだらう」等と、ありもしないことを言い出しました。

様子がおかしいと心配していたところ、急に体中が大きくけいれんし、意識混濁状態になり、立って歩けなくなってしまいました。

緊急入院となり、総合病院のHCU(高度治療室)に入れられました。24時間監視状態で、水は一滴も与えられず、点滴ばかりの日々が続きました。夜中起きて水を飲まないように、身体を拘束されました。息子のそういう姿を見て衝撃を受け、悲しくなりましたが、それ以外に方法はないのだから仕方ありません。多量の水で血液が薄くなって、Na(ナトリウム)の値が低くなって脳がやられ、意識障害を起こしてしまったのです。「水中毒」という言葉さえ知らずにいたことの怖さを、まざまざと思い知らされました。

20日くらいで数値も下がり退院できましたが、あと少し遅かったら命にかかわるところだったらしいです。

その後は、私たちは必至で見守り(監視)したり、飲んだ回数を記録させたり、大変な日々が続きました。本人はもちろん、大変なストレスを感じていたと思います。

そんな時、みどり会での皆さんのお話で、自分ばかりが大変なのではないのだと感じたことを思い出し、自分も頑張らなくてとは思

いました。

そうしているうちに、夫が肺炎で急死してしまいました。茫然自失となり、戸惑う私に息子は驚いたのでしょうか。その時から息子は、人が変わったようになりました。いろいろな仕事、手続きなど、息子の姉といっしょに進んでやってくれました。

雪道を、息子はしっかり私を支えてくれました。娘も驚いていました。

私がストレスで具合を悪くしたときも、食事を作ってくれたり、病院に連れて行ってくれ、医者のお話をよく聞いて私に説明してくれました。

ますます呆けがひどくなった私を、心配して病院に連れて行こうとしますが…

私は息子のことを心配しています。お互いに、自分のことは棚に上げて、相手のことばかり心配しています。

今も、水の量は目安2リットルよりは多く飲んでいますが、以前より良くなっているので、医者には「あまり神経質にならなくていいですよ」と言われていますが…。施設に進んでいけるようになり、積極的になったことに驚いています。水中毒は、やっぱり怖いのです。

今の状態を保ち、再発することがないように、毎日祈るばかりです。



## 2019年度北海道・東北ブロック家族会 精神保健福祉促進研修会 宮城大会に参加して

今回と次回会報の2回に分けてお伝えします

宮城県精神障がい者家族連合会(宮家連) 仙台みどり会役員  
磯谷 裕治

今年度の北海道・東北ブロック家族会における宮城大会が、「時代は変わる、家族は変わる」をテーマに、9月24日、台風も逸れた晴天の中、宮城県内から135名をはじめ、総数240人の参加者が集まり、仙台市シルバーセンターの交流ホールで開催されました。

今回の大会は、テーマに沿って基調講演とシンポジウムが行われ、会場の参加者からも熱のこもった質疑があり、有益な大会となりました。参加できなかった方のために、要点と質疑をご紹介します。

## (1) 基調講演 「これからの地域医療と福祉への期待」

～地域包括ケアシステムの構築に向けて～



講師 東北福祉大学総合福祉学部教授 東北福祉大学せんだんホスピタル副院長

精神科医

西尾 雅明 先生

宮城県においては、昭和の時代から市町村の保健師の地域精神保健活動が盛んで、先駆的な活動が行われていました。現在、十分とは

言えないまでも役所に行けば、精神保健福祉サービスを受けることが可能になっています。

### 支援法や制度にみられる進歩

治療についても、副作用の少ない非定型抗精神病薬が開発され、デイケア・アウトリーチ支援の実施施設も増えてきました。「相談支援」のケアマネジメントも導入されました。また、「メリデン版訪問家族支援」等の生活の場での家族支援や、「家族による家族学習会」等の家族同士の支え合いも始まり、家族に対しての支援も深まり広まりました。仙台市では、「仙台みどり会」が懇談会の実施、

面接・訪問・電話相談の試行をはじめ、「家族による家族学習会」にも取り組んでいます。宮城県全体への普及が期待されます。今から一世紀前に、東大の呉修三教授が「精神病者氏宅監置ノ状況及び其統計的観察」が発表された時代に比べれば、確かに「時代は変わる、家族は変わる」ということが現実になりました。

### 変わらない現実も

しかし、社会的入院の解消は進まず、「保護者制度」が法改正（H26年度）されても、家族の抱える現実は変わっていません。昨年の兵庫県三田市や大阪府寝屋川市の事件も思い出されます。

精神保健福祉のシステムが活用されていないのか、システムに不備があるかなどが、検討されるべきでしょう。本当の意味で「時代は変わる、家族は変わる」とはどういうことなのか、と。

### 地域包括ケアに期待されること

国の第5期障害福祉計画において「精神障害者が、地域の一員として安心して自分らしい暮らしをすることができるよう、医療、障害福祉・介護、住まい、社会参加（就労）、地域の助け合い、教育が包括的に確保された地域包括ケアシステムの構築を目指す必要がある」「このような精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に当たっては、計画的に地域の基盤を整備するとともに、市町村や障害福祉・介護事業者が、精神障害の程度によらず地域生活に関する相談に対応できるように、圏域ごとの保健・医療・福祉関係者による協議の場を通じて、精神医療機関、その他の医療機関、地域援助事業者、市町村など

との重層的な連携による支援体制を構築していくことが必要」（平成30年度全国精神医療審査会長・精神保健福祉センター長会議資料より）とされ、次の事が志向されています。①保健・医療・福祉関係者による協議の場の設置、②精神障害者の住まいの確保支援、③ピアサポートの活用、④アウトリーチ、⑤措置入院者及び緊急措置入院者の退院後の医療等の継続支援、⑥入院中の精神障害者の地域移行、⑦精神障害者の家族支援、⑧精神障害者の地域移行関係職員に対する研修など、多岐に渡ります。宮城県においても、第5期障害福祉計画での「包括ケアシステムの構築」は目標として掲



げられ、宮城県障害者自立支援協議会精神障害者部会が協議の場として位置づけられています。

仙台市においても、仙台市精神保健福祉審議会を協議の場と位置づけ、「仙台市における精神障害者にも対応した地域包括ケアシステムの構築に向けて」のテーマの下、H31年より作業部会の検討課題として、①アウトリー

チ支援、②措置入院者及び緊急措置入院者の退院後の医療等の継続支援、③ピアサポートの活用、住まいの確保支援、④精神障害者の地域移行関係職員に対する研修、⑤入院中の精神障害者の地域移行等が上がっています。患者さん本人と家族の孤立に対する支援として、地域包括ケアシステムの構築が進められることが大切です。

#### 今後に向けて

このように、家族を支える仕組みも変わりつつあります。ACT-J（千葉県市川市国府台）で行われた、家族支援の研究成果では「利用者の支え手としての家族を専門家が支えるよりも、家族に替わって直接専門家が利用者を支える方が、様々な指標で良い転機を生み出す」ということだった。今後、専門家が家族に提供する支援は、家族の生活者としての側面に対するものや、ピア活動実践者としての

側面が主になっていくかもしれない。それには、「地域包括ケアシステム」の進展が欠かせないでしょう。

時代とともに学び、変わっていく家族や家族会にエールを送ります。本講演がテーマである「これからの地域医療と福祉医への期待」を皆さんと今後も語り合い続ける契機になることを願ってやみません。



#### ※会場からの意見・質問.....

Q秋田男性：このような精神障害について、素晴らしい発表をTV等マスコミなどにもっと広報して欲しい。

A西尾先生：介護も含め、もっと福祉サービスが普及していけば良いと思っています。地域包括支援センターで老人家庭に入ると精神障害者がいることが分かることがあります。在宅サービスが進められていけば、家庭の状況も把握できるようになる。

Q宮城男性：私たちの家族会では「心理教育」をしている。家族の経験を発病間もない家族の相談・支援に役立てている。相談を受けるスキルを身につける必要がある。今、「家族による家族学習会」の機会があると知った。ぜひ、これが普及して役立つことを願います。

A西尾先生：医師はお薬の処方をする。医師は、例えば、副作用のアカシジアについても専門家は知識としては知っているが体験としては知らない、生活の実感としての家族の体験を家族会で役立てることは大事だと思う。

Q北海道男性：5月の統合失調症学会で夏苺

先生が言ったことを思い出した。「こういう場に来ないDr.が多くいらっしゃる」。家族に目を向けるより経営を見ているDr.と二分されていると思う。

A西尾先生：人によって関心は様々で、精神療法や遺伝子研究に興味をもつ先生もいる。私自身は学生時代から、患者さんやご家族から学ぶことが多かった。専門家は距離を取らざるを得ないこともあるが。精神科医に地域や家族に関心を持ってもらうためには、病院の中ばかりでなく、卒業時点で訪問するようなプログラムを持つようにすれば、変わっていくと思う。

Q宮城男性：家族が一番希望しているのは、統合失調症が治ることです。統合失調症は治るのか、それを先生にお聞きしたい。

A西尾先生：やはり「治る」という希望を持続していくことが大事。「治る」というと薬物療法と考えますが、今日の話のACTで、服薬なしで訪問だけで良くなって、幻覚妄想状態だった人が、幻覚はあるものの落ち着いた例があった。医者から言うと、薬を使わないで良くなるというのは、極端

かと思うが、まだまだ分からないことがある。どっかの時点で根本的に治る薬が開発されるかもしれないので、悪化させずに、

その時を待つという楽観的な気持ちは必要と思う。  
(次回は、午後のシンポジウムについて報告)

## 家族研修会のご案内



### 仙台みどり会—精神保健医療についての家族研修会

#### テーマ「当事者との向きあい方について」

日 時： 令和元年 12月4日(水) 午後2時30分～4時10分

場 所： 福祉プラザ 10階 第2研修室

講 師 東北会病院 看護師部長 森 和浩 氏

参加費： 無料。直接会場へお出かけください。

### ～ これからの『仙台みどり会懇談会』開催の予定 ～

精神障がいの当事者を抱える家族同士が気軽に参加して  
悩みを語り合い、体験を出し合って学習し、お互いに元気をもらっています。  
まだ会員でない方も、どうぞご遠慮なくお出かけ下さい。

令和元年 11月版

11月24日	日曜日	午前10:00～12:15	仙台福祉プラザ	10階 第2研修室
12月15日	日曜日	午前10:00～12:15	仙台福祉プラザ	10階 第2研修室
1月19日	日曜日	午前10:00～12:15	仙台福祉プラザ	10階 第2研修室
2月22日	土曜日	午前10:00～12:15	仙台福祉プラザ	10階 第2研修室
3月28日	土曜日	午前10:00～12:15	仙台福祉プラザ	10階 第2研修室

□仙台みどり会懇談会の後、「お昼の会」があります。ご利用ください。

- ・時 間：懇談会終了後～14時。ゆっくり息抜きをしていただくのが目的です。
- ・参加は自由。弁当を食べたり、お茶のみ、雑談、個別の相談もどうぞ。

□会の運営は、皆さまからの会費（年間4,000円）で成り立っています。ご協力をお願いいたします。 ※会費には県の上団体「宮家連」の会費1,500円が含まれています。



〒981-3204 仙台市泉区寺岡1-20-16 黒川方

## 精神保健福祉家族会 仙台みどり会事務局

電 話・ファックス 022-377-1966 ホームページ <http://sen-midori.jimdofree.com/>

会員関係の皆さまの連絡先 080-2812-4835 (受付時間 9時～17時) ※ご相談の電話ではありません