



精神保健福祉家族会

# 仙台みどり会会報

第4号 (通算72号) 令和2年2月28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/>



## ピア(仲間)としての家族会活動

～学び合い、分かち合い、運動の拠所として～

精神保健福祉家族会 仙台みどり会  
会長 黒川 洋

平成30年11月30日にNPO法人の施設と分離して、本来の家族会としての活動を行っていきこうと「精神保健福祉家族会 仙台みどり会」がスタートしました。その後、年号も変わって平成から令和になり、初めての正月を迎えたので気持ちを新たに、1月中には会報第4号をお届けする予定でした。しかし原稿がまとめられずに、2月末の発刊となりました。遅れましたことをお詫び申し上げます。

実は、家族会としてのみどり会は平成元年の設立で、今年で31年目を迎えることとなります。新しい会員さんも加わり、年号も変わった節目でもあるので、ちょっと会の歴史についてお話をさせていただきます。

そしてその流れから、今回のテーマについてお話を進めていきます。

### 会のなりたち.....

今は仙台市内だけでも、通所事業所(福祉作業所)やグループホームは、それぞれ100を数えるくらいがあります。それらが全くなかった昭和の時代、40年近く前になりますが、旧仙台市の家族会「杜の会」は、精神障がい者が日中通うことができる作業所設置の陳情を続けていました。

その願いが叶って、青葉区荒巻字三居沢に、当時、仙台市の旧印刷所だった建物と土地を

市より借り受けて、「三居沢共同作業所」を開所することができました。昭和60年(1985年)のできごとです。

無認可の施設ですが、仙台市における精神障がい者の通所事業所第1号です。私たち家族は、やっと仙台にも息子や娘を通わせることができる作業所ができたこと、手を取り合って喜んだものです。

### 目次

1~5ページ	ピア(仲間)としての家族会活動 .....	会長	黒川 洋
5~7ページ	会員2名より寄稿 .....	Y・K(男性)、Y・A(女性)	
7~8ページ	二重の病、苦悩する息子と共に .....	役員	黒瀧 和子
8~11ページ	2019年度北海道・東北ブロック大会報告(後編) .....	役員	磯谷 裕治
12ページ	お知らせ・「仙台みどり会懇談会」開催日程		

当時 15 人定員だった作業所はすぐにいっぱいになり、作業室は利用者と職員 2 名、それにお手伝いの家族会会員が加わり、紙器折りなどの軽作業に取り組みました。

一方、家族会では、総会を作業所で開催したり、作業所祭りのときは、バザーの販売会を行ったり、活発に活動していました。

さて、三居沢共同作業所の開所から 5 年後の平成元年(1989 年)のことです。

仙台市と家族会との話し合いで、三居沢共同作業所は安定した施設の運営を図るために、法律の裏付けとなる通所授産施設としての認可を受けるべく、社会福祉法人を立ち上げて運営を行うこととなりました。そのための出

資金を家族会から募りましたが、結果として、そのほとんどは仙台市が出資して開設への道筋を整え、施設は社会福祉法人緑仙会が運営を行うことになりました。

一方、家族会については施設運営から離れて家族会活動に取り組むことになりました。また、時を同じくして、仙台市が政令指定都市となることに伴って、周辺の 2 市 2 町の合併が重なったため、家族会についても旧仙台市の「杜の会」、泉市「いずみ会」、宮城町「あすなる会」、秋保町「親交会」が合併し、新しい家族会「精神障害者家族会みどり会」が発足したという経緯があります。

### 不足している施設の設置という願い

平成元年のみどり会発足以来、例会では家族同士の苦労話や親亡き後の心配についての話し合い、また、家族研修会も行いました。しかし、重点は当事者の働く場が不足している、どう確保しようか？日中活動をしたり、仲間と触れ合う場所がまだまだ不十分であるという話し合いが多かったように記憶しています。

三居沢共同作業所は作られたものの、日中活動の場所としては、近隣の仙台市デイケアセンター（現在の「はあとぽーとデイケア」）しかありませんでした。

当時は、身体障がいや知的障がいの皆さんにはあった福祉法が、精神の分野には整っていない時代でした。全国各地の精神障がい者家族会は、国の施策は待ってられないと全国各地で作業所を作っていました。「私たちが家族が動かなければ、いったい誰がやってくれるんだ」という機運が高まっていたと思い

ます。平成 7 年(1995 年)の時点では、全国で 1000 カ所を超える作業所のうち、7 割以上が家族会の設立・運営によるものと言われています。（「全家連資料」1995 年）

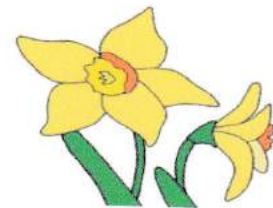
みどり会も、この流れの例外ではありませんでした。社会復帰施設の設置は、この頃の家族の心の支え、家族会の活動の原点だったのだと思います。

一般就労がまだ難しかったり、家にいるしかない息子さんや娘さんのため、そして精神障がい者の社会復帰の促進を願って、募金や陳情活動をくり返しました。みどり会では、平成 18 年(2006 年)までに小規模作業所を 2 か所、グループホームを 2 か所立ち上げていったのです。

ちなみに仙台市内に整備された通所事業所とグループホームについて、以前と現在との比較は以下のとおりです。

〈仙台市内の通所事業所とグループホーム数〉

	通所事業所	グループホーム
平成元年（1989 年）	1 カ所	0 カ所
平成 16 年（2004 年）	36 カ所	16 カ所
平成 31 年（2019 年）	116 カ所	97 カ所



（参考：仙台市はあとページ）

## 私たちに関係する法律の変遷

以前は、身体障がい、知的障がい、精神障がいと、それぞれ分けられてあった法律が、平成18年(2006年)に障害者自立支援法(現在の障害者総合支援法)が制定されて、一つにまとめられました。

これらはそもそも平成12年(2000年)に、介護保険法を施行した時以来、国が介護と福祉の一元化を目指して進めてきた、契約に基づく支援(ケアマネジメント)の流れによります。利用者の支援方法についても、収入となる給付費の請求についても専門的な知識が必要となり、利用者支援については国家資格である精神保健福祉士が中心に行われるようになりました。

このような大きな制度の変更や支援技術の導入によって、有資格者やそれに準ずる職員が施設の運営を行うようになりました。障害福祉サービスを提供する役割は、家族から有資格者や専門職員が携わる時代が変わったのだと思います。

精神の分野については、他の障がいから見

るといつも遅れるのですが、10年前の平成22年(2010年)から本格実施になって、私たちの利用する施設やサービスの仕組みがすべて変更になりました。

通所事業所やグループホーム、ホームヘルパーなどの障害福祉サービスを利用している方は、「モニタリング」や「アセスメント」、「ケア会議」など、聞きなれない用語で職員から説明を受けたり、パンフレットで見たりして戸惑いを覚えた方も多いと思います。すべてケアマネジメントの支援に基づく福祉業界の用語になります。

時代の流れの中で、この家族会と施設の分離は全国的なものとなっていききました。みどり会においても施設と家族会を分離して、それぞれが独立して活動を行っていくこととして、平成30年(2018年)に「精神保健福祉家族会 仙台みどり会」が発足したのです。



## 家族の現状について

次に、精神障がい者を抱える家族の現状について、黒川の思いをお伝えします。

世間では、精神障がい者を抱えている家族は、障がい者本人の最も身近な支援者であると受け止められていると思います。日本では民法における家族制度が社会に根付いていて、現在でも「私が面倒を見なければ、いったい誰が世話をしてくれるというの?」と考える家族は多いと思います。そして、懸命に本人と向き合い世話をしても報われないと、訴える家族のお話を毎回のよう聞いて、いっしょに考えてきました。

以前、私は職員の立場で障害者の施設支援の会議によく参加しました。その時、参加したある職員さんの口から「あのお母さん、息子さんを構いすぎ、甘やかしすぎている」とか、「ご家族があーいう調子だから、退院しても、息子さんはすぐに調子を崩してしまうわ」などと、家族はきちんと当事者を支援すべきなのに、なされていないという内容の発言が、

今でも耳に残っています。

私は、このような発言は誤りだとか、言いすぎだということを言いたいものではありません。

言いたいこととしては、支援者の仕事として、障害者本人と同時に家族の言動の背景も合わせて考えていただきたい、家族がどれだけ大変な思いで本人と接しているかを、考えていただきたいと思うのです。

私たち家族からすると、家族の誰かが障がいを抱えることになったら、ケアをするのは当たり前前のことです。同じ家族の一員なのですから。

現在の福祉サービスは、障がい者本人を対象としたものです。従ってあの時の職員さんが、息子さんの支援を考えるのは当然なのです。残念ながら家族を支援するサービスは、施策としてまだないのが現状です。

私たち家族は、本来必要な精神保健福祉の知識を身に付けていません。日本では、学校

教育に取り入れられておらず、心を閉ざしがちな家族にとっては必要な情報も入手しにくいのですから。

家族の多くは高齢者、超高齢者であり、体調を崩して複数の医療機関を受診している方も

数多く、メンタルクリニックのお世話になっている方も少なくありません。多くの家族は、どう本人と接してよいのか分からず、日々繰り返される混乱と苦しみの中にいて悩んでいるのが現状だと思います。

### ピア（仲間）としての活動＝「学びあい」、「分かち合い」、「運動」……………

ここで私たち家族会の役割について考えてみます。

私たちの家族会は、障害福祉サービスの運営や整備は専門職員や社会にゆだね、本来の家族会活動を行っていくこととしました。

私たちの活動は、同じ悩みを持つ仲間（ピア）同士の支え合いとしての家族会活動、すなわち「学び合い」、「分かち合い」、そして「運動」です。これは全国組織の「みんなねっと」、県組織の宮家連が掲げている方針と同じものです。

同じ辛さや苦しみを体験している家族だからこそ、やりたいこと、できることがあります。

平成22年(2010年)4月からスタートした月

例のみどり会懇談会は、家族同士の支え合いを意識しての取り組みです。だから10年を経て今日までずっと「学び合い」、「分かち合い」を続けてこられたのだと思っています。

「運動」として行ったこととして、交通運賃割引の署名活動、市交通局へふれあい乗車証についての抗議、新聞社へ掲載記事の抗議などがあります。このような活動は、家族会だからできることだと思います。

現在、仙台みどり会はピア（仲間）を意識した取り組みを、事業計画の中に盛り込んで活動を行っています。その詳細については、前回の会報第3号に記載しましたのでここでは全体の今年度事業内容についてご紹介いたします。

### □令和元年度の事業内容 ……………

#### (1) 「仙台みどり会懇談会」及び「お昼の会」の定期開催

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、相談や学習を行う懇談会を開催しています。

#### (2) 仙台みどり会研修会の開催（年3回）

会員の知識向上と市民に対する啓発のための研修を実施しています。

#### (3) 「家族による家族学習会」の実施に向けた取り組み

仙台市の家族支援事業を受けて、担当者として「家族による家族学習会」（家族ピア学習心理教育プログラム）とアドバイザー研修を終了しました。年度中に、2回目の担当者研修会を実施予定です。

#### (4) 会報の発行及びホームページの運用

- ・会報を発行し、会員への情報の周知と市民への啓発に努めています。（年3回）
- ・ホームページは今年度より運用を開始、定期更新と充実を図っています。

#### (5) 会のPRと組織強化

会の組織強化を図るため、入会の呼びかけと役員層の充実に努めています。また、病院、学校等からの依頼や、仙台市の家族支援事業を受けて、講師派遣や役員参加の活動を行っています。

(6) 啓発、陳情活動

会員からのニーズをもとに、必要とされる啓発、陳情活動を随時実施します。

(7) 外部関係会議・活動への参加協力

行政の審議会や各種委員への参加協力をを行い、地域への連携・啓発に役立てています。

(8) その他、会の方針に沿った必要な取り組みを行います。

□ 今後に向けた事業計画

(1) 短期目標として（3年程度）

すでに取り組みを始め、実施を試行している事業もあります。

- ① 役員の育成
- ② お昼の会の定着と活用
- ③ みどり会懇談会の運営・進行
- ④ 面接（話の聞き方）技法の習得、相談員研修の実施
- ⑤ 面接相談・訪問相談・電話相談の実施
- ⑥ 区家族教室等における体験を通じた家族講話の実施
- ⑦ 行政・関係機関との連携・協力の強化

(2) 中期～長期目標として（5～10年）

- ① 家族の相談支援の場の実現 ～いつでも集い、相談できる場～  
目標達成に向けて、関係機関との連携協力及び役員層の充実を図る。
- ② 地域における精神保健医療福祉サービス等充実のための活動

仙台みどり会は平成30年に民間市民団体として再スタートしましたが、会員数はまだ80名程度です。

統合失調症1つだけ取っても、仙台市には約1万人の患者さんがおります。病気で悩みながら、誰にも打ち明けられず相談できない

でいる方々、家族会があることを知らない方々がまだ数多くいらっしゃいます。

少しでも多くの方が会につながり、この輪を大きく広げていけることを願っています。これからも皆さまのご支援とご協力をお願いいたします。



## 自分との対話

仙台みどり会会員 Y・K（男性）

この原稿の依頼を受けた時に、これまでの娘との向き合い方を自分なりに整理できるかなと思ったのが、この原稿を書くきっかけです。

娘は母親の顔を知りません。家庭の事情から生後数か月の娘は、私の両親の傍で育てら

れました。私は仕事をしながら、両親に娘を見てもらえました。

娘は、学校でいじめられて帰ってきたことを両親から度々報告を受けます。母親がいないことは、本人にとってはいつも寂しく、同級生の家族がうらやましかったのではないか

と思います。私は両親に娘を預け、仕事に逃げていました。

小学校の授業参観に行くと、遠くの廊下の先から自分をめがけて走ってくる娘の姿が、今でも思い出されます。

そんな幼少時代を過ごした娘も今年40歳を迎えます。本人は短大を卒業し、企業に就職、結婚、離婚しました。仕事での人間関係がうまくいかず、1年そこそこで辞めてしまいます。そのあとも数社に就職しますが、同じような理由か、数か月でやめてしまいました。

本人の寂しさに向き合っていない自分がありました。

ある晩、仕事から帰ってくると、自分の上着や着るものが切り裂かれて部屋に散乱していました。何があったのか、振り返る余裕もなく、ただ茫然としていました。

仕事では出張が多く、転勤を繰り返し、ほとんど家にいませんでした。娘が毎日どんな気持ちで過ごしていたかを思うとき、そこには娘と真剣に向き合っていなかった自分がありました。本人は既に、寂しさの限界を超えていたのだと思います。

「心の安全地帯」という言葉があります。ある時書店で「愛着障害」という本を手にしたとき、気持ちに入ってくるものがありました。

「共感性を持ち、応答性があり、求めているとき応えてもらえる。対応に安定性があり、何でも話せる……。安全感を保証してもらえる。」



## 母について

仙台みどり会会員 Y・A (女性)

仙台みどり会に伺うようになってから1年弱。母は妄想性障害と診断されています。子供のころから、母の言動につぶされる思いをずっとしてきました。妹もです。

娘の話を受け止めず、自分の経験や知識で説得しようとしたり、大人としてあるべき姿や、世間の価値観を押し付けていたことにハッとさせられました。

本人は、気持ちを聞いてもらいたいただけなのに、「こうしたら…ああしたら…」と説得することが、親の役割と勘違いしていました。いつも何かの条件をつけていたのです。本人の心には、何も届かなかったのではないかと思います。

本人の話をひたすら聞くようにしています。電話では、長時間になるときもあります。SNSのやり取りでは、「そう思うんだね」、「そうなんだね」と、本人の気持ちを受け止めるように努めています。心のどこかに「もし見捨てられたら…。自分がいなくなった後のことは…。」不安が顔を出すのを感じます。

お互い歳を増すごとに、これからのことが気にかかります。いつまで元気でいられるかは誰もわかりません。親亡き後のことも含め、自分が自分と娘にどのように向き合っていくかが、これからの課題です。

そのためには、「共感性・応答性・安全性・安全感」をベースとした心の安全基地が必要です。安全基地の定期点検はもちろん、傷んだところはすぐに補強したり、補修したりしながら、いつでも安心して着陸できる基地を作っていくことが、信頼を築く根幹だと感じています。

無条件で娘を育ててくれた両親に感謝するとともに、家族会の皆さんと語れる場所があることに感謝いたします。

断っておきますが、決して子供たちに対して愛情のない人ではありません。それでも、友達の母親とは明らかに違う言動に傷つき、私たちも泣き、叫び、わめくこと

も多々ありました。なぜ、こういう人が親なんだろう…他人を思いやることのない言動のミサイルを何度も撃ち込まれ、世の中には未熟な親もいるという現実とともに、私たちは過ごしてきました。本人は通院することもなく、父も被害者の装いのまま過ごしてきました。

一方で私は、母の言動のおかげで、考え直す機会を与えられたこともありました。彼女は、何が何でも自分の感情が最優先です。無意識のうちに、常識や社会通念から行動を決めてしまっている私たちとは違います。でも、感情を大切に行動を決めることは気持ちよく、時には使いたいと思うようになりました。

感情は素敵なものです。そして、感情の振

り幅は人それぞれです。彼女の振り幅は、気分によって変わるし、実際どれほどの振り幅があるのか、分かりません。でも、これからは時間を作って、彼女を観察したいと思っています。

何かは発見できるのかと思うと、ちょっと楽しみです。

このように考えられるようになったのも、こちらに参加するようになってからです。母との距離感を、以前はとても難しくアタマだけで考えていたように思います。

お釈迦さまも当然持っているであろうグレーゾーンの広さを想像して、私のグレーゾーンもお釈迦様のそれに少しでも近づけるよう、これからも母と向き合っていきたいと思っています。



## 二重の病、苦悩する息子と共に

仙台みどり会役員 黒瀧 和子

我が家は転勤族。本人は3人兄弟の長男として生まれ、何事にもがんばる我慢強い子でした。

私たち夫婦は、子供たちが中学まではいっしょに生活をし、高校からは本人の意思を尊重することと決めていました。

高校へ入学し、1学期末。とうとうその時が。夫の転勤です。家族で話し合い、長男は高校を変わりたくない、二男はお父さんと生活することに決めました。長男は、一人で東京に3年間の生活の始まりです。父の職場の学生寮で、幼いころから剣道で汗を流してきた充実した生活を送り、親は安心していました。

大学受験を迎え、東京の大学合格の知らせを受けて、親は安心していました。

ある日、息子は父に今度はどこに転勤か聞いたそうです。父は、仙台に自宅があるので、仙台に戻れたらいいと語った言葉で、息子は早とちりしてしまい、合格した難関大学を蹴って、仙台の大学に入学を決めたのです。数か月後、父親は東京転勤に、息子は仙台で離

れた生活となり、かわいそうで仕方ありませんでした。

当時は仙台に一人暮らしだった私の母が、初孫といっしょに住めると大喜びでした。しかし、それから数ヶ月後、息子の様子がおかしいとの電話があり、私は仙台に駆けつけました。本人は、親に心配をかけたくないとの思いで、総合病院の精神科を受診したとのことで、自室に閉じこもっていました。幼いころから生活した東京都心と仙台では環境の差がありすぎ、東京の家族の元に連れ帰ったのですが、落ち着かなかったようで、仙台へ戻ってしまいました。

その後、入院させることになってしまうのですが、閉鎖病棟へ入院させたことで恨まれ、つらい思いでした。精神の病には無知な私でした。

平成元年に、私と高校受験の娘は仙台の自宅へ戻り、家族会のいづみ会とみどり会へ入会しました。息子を、これ以上悪化させたくないという思いでいっぱいでした。

その後、息子は仙台市デイケアセンター（現在の「はあとぽーとデイケア」）に通所を開始し、徐々に回復してきているように思った時がありました。その頃の仙台市は、社会資源がまだ貧しく、三居沢に作業所が1カ所だけ、自分の行き場がなく悔しいと連発、握りこぶしを床にたたきつけ血だらけにするなど、私は止めることができず、涙と自問自答の日々でした。

それから4年後のこと、息子の体に異変があったのです。クローン病という難病の認定があり、1か月の検査入院です。内科病棟での診療では、朝から夜の9時まで付き添いをするようにとの指示がありました。精神科の患者に対する偏見と差別に心が閉ざされ、この

厳しい現実を身をもって体験しました。主人は単身生活、二男は東京で学生生活と常に3重の生活、しかし長男のことで家族は心が一つでした。

息子の入退院は繰り返されましたが、平成15年にアメリカからクローン病の新薬が入り、薬と食事療法で快方に向かいました。

その後も薬は欠かさず服用、時々体調悪化があり、食事は十分に気をつけています。親亡き後、精神病と難病を持った息子が安心して暮らせる場を、私も年を重ねており、今後の成りゆきには心配している今日です。私も年を重ねており、今後のなりゆきには心配をしているところです。



## 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 ～後半 シンポジウム編～

前回と今回会報の2回に分けてお伝えしております

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

今年度北海道・東北ブロック家族会宮城大会は、「時代は変わる、家族は変わる」をテーマに、9月24日、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。

2回シリーズで、前回の西尾先生による基調講演に引き続き、今回は、3名の皆さまによるシンポジウムについてお伝えいたします。

### ① 家族会の立場より

#### 関本 則子氏

（多賀城市精神障がい者家族会 さざんか会 会長  
宮家連副会長）

「いつまで、この手をつないでいられるかしら」・・或る障害者施設の七夕祭りに、ボランティアとして参加させていただいた時の事、お子さんの手をぎゅうっと握りしめ、

その場から飛び出して行かないようにしておられるお父さん、そのお二人の姿を見て「いつまで、この手をつないでいられるかしら」と勝手な思いが頭をよぎりました。



この光景は、妹が家を飛び出し東京へ、当時、神奈川に住んでいた私のところへ、駆け込んで来た時の事を思い出させてくれました。妹が駆け込んだ翌日、私は妹の手を握りしめ、「迎えに行く」と言う父に手渡すまでの緊張感を味わいました。「お父さん、大変だねー」とのねぎらいの言葉を掛けることもなく、父は暴れる妹を抑えて汽車に、そして宮城へと帰っていきました。

父は妹の手をいつまでもぎゅうっと握りしめるのが役目だと思っていたのかも知れませんが、一方、私はといえば、どこか他人ごとでした。

そして数年後、父は他界しました。どこか他人ごとだった私でしたが、父の死後に変化が起きたのです。父の姿を振り返り、私が後を継がなければと思いこむようになりました。そして私も妹の手をぎゅうっと握りしめるようになり、妹の1つひとつの行動に一喜一憂する日が増えました。しかし、苛立つことも多くなり、答えを求めて、既に会員となっていた父の後について私も入会し、家族会活動に、研修会に参加しました。

「人には必ず良いところがあります。それを見つけてごらん下さい」・・・答えを求めて活動する日は続きましたが、あるとき、或る講師のお話を拝聴する機会がありました。「人には必ず良いところがあります。それを見つけてごらん下さい」・・・このお話、今までに何十回、何百回と耳にしたことでしょう。これまで響くことはなかったのですが、その時、「エエー！！」と自分の中で驚きの声を挙げておりました。

どんな人も、自分と同じ生き方をされてきた人はいません。一人ひとりが持ち味があります。妹もそうです。私は、その持ち味を認めることもせずに、こちらの都合を伝えてきたのかも知れませんが、だからこそ焦り苛立ち、答えを求め続けてきたのだと思います。

先ほどお話した、その時の響きは、私自身が疲れ果てていたからなのか、より力の

入らない、自然な受け取り方だったと思います。妹がいて、私がいて、仲間がいること、私自身に変化が訪れたのです。肩の荷が下りてすごく気楽さを感じました。私自身の変化に気づき始めてから、妹も今までと違い、感じたことなどを何気なく話すようになりました。

先日、とても気になることを言いました。「出来ないかなあと思うことも出来てしまうものなあ、お姉ちゃんは」・・・彼女の言うこと等を伝え聞くと、笑ってしまうこともあります。剣呑な会話が減りました。がむしゃらだった家族会の参加も、その辺りから自分の言葉で、妹とのやりとりを自然に話すことができるようになったと思います。そして、その話を受け止めてくれたり、アドバイスしてくれたり、一緒にお茶を飲みながら、笑い合ったりの仲間が「さざんか会」の面々です。そのような場がとても有難く思います。

両親の思いを受けて、二人だけの生活になった現在、相変わらず、自分の思い通りにいかず腹を立ててしまいがちですが、家族会に参加することで、あの時、何度も聞いていたのに響くことのなかった「人には必ず良いところがあります。それを見つけてごらん下さい」を思い出すことができます。

そして、先ほどお話した「いつまで、この手をつないでいられるか」ということではなく、妹の生き方を受け入れられることができるような気がします。そのためには、これからお話をさせていただく、お二方のような、地域で支える為の様々な取り組みに、そこにつなぐ、そして妹も自分も、自分達で生きていくことができるように考えていきたい、と思えるようになりました。

最後になりますが、そのような気づきが得られる家族会でも、視線(?)のやりとりはそれが自分の喜びになっております。そして仲間に。ありがとうございました。



## ② これからの地域ケアを考える立場より

小松 容子氏

(宮城大学 看護学群精神看護領域 講師

精神看護専門看護師 メリデン版訪問家族支援トレーナー)

家族一人ひとりのリカバリーのためには、自身の「社会に生きる一人の市民」としての権利を意識していただきたい。介護の役割を担うために社会で生活する楽しみが奪われずに生きていただきたい。楽しく生活することや自身の夢や希望に向

かって生きることに罪悪感を抱くことなく「家族の一人ひとりが、自身の夢や希望を実現するために日々過ごすことが、病をかかえる本人にどのような利点があるのか」を伝えたい。



## ③ 当事者へ制度やサービスをつなぐ立場より

西村 真希氏

(地域支援センターぱれっとよしおか  
管理者・相談支援専門員 P S W)

私が所属する「地域支援センターぱれっとよしおか」は、宮城県富谷市・黒川地域において、市町村相談支援事業(委託相談)、指定特定相談支援事業(計画相談)、基幹支援センター機能を担っています。

相談支援事業は、3障害を対象とした制度に変わり、社会資源が増えた反面、精神障がい者からはサービスをしづらいという声が大きくなりました。

H27年度から、障害福祉サービス利用のためにはサービス等利用計画(計画相談支援)の作成が必須となりました。一方で、相談支援=計画相談という解釈が広がり、相談支援は「福祉サービスを利用している方が対象」という解釈が広がってしまいま

した。そして、計画相談の仕事量の増大のために、相談支援の本筋である市町村相談支援事業(委託相談)がおろそかになってきています。

H24年より「地域(自立支援)協議会」を行うことが義務付けられました。障がい者が住みよい町づくりを進めるため市町村が策定する障害福祉計画(第5期)では「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」を全国各地域でつくることが目標とされました。全国の自立支援協議会が動き出しています。

相談支援事業の仕組みや、地域自立支援協議会の様子についてお伝えします。



### ※会場からの意見・質問

**Q秋田男性：**自立支援の相談先はどこに行けばよいのか？

**A西村：**どこに行けば良いかは、各地域で違う。秋田県の〇〇市ではどこかということになる。お住まいの地域の役場に問合せてください。

**Q宮城女性：**関本さんのような姉がいたら、私は3食昼寝付きです。娘が統合失調症で

入院中だが、主治医が会ってくれない。

**Q福島女性：**NPO法人を立ち上げて、作業所やグループホーム、相談支援事業所を運営している。役所でも、自分たちの「ひびき」相談窓口を紹介されるが、事業所は赤字で、危うい体制だ。

**A西村：**うちも赤字。計画相談だけでも職員を確保できない。協力して声を挙げていき

たい。

**Q山形女性：**小松先生の「家族も市民だよ」について、姉は何十年も入院していて楽しい事はなかったと思う。子どもたちを海に連れて行くボランティアを姉と一緒にやった。家族であっても、手伝ってもらったら「ありがとう、ご苦労様」という根本的な労いが要る。

**A小松：**一人ひとりが市民であるということ、家族の中でも愛が必要ということがある。家族としては気持ちは1つでいたい。家族同士の温かさの中で自分の生き方があるというのがベストと思う。

**A関本：**応援してもらっている中で、本当に支えられていると実感できる。

**Q岩手男性：**西尾先生の「担当者研修会」と小松先生の「メリデン版訪問家族支援」との共通しているところは？

**A小松：**「担当者研修会」はよく分からないが、「メリデン」は、本人のみならず、家族として兄弟や子ども、その人を取り巻く家族全体を支援していくのが特色。家族内でのコミュニケーションのあり方を再考する。「メリデン」は支援者が研修するもの。

**Q岩手男性：**共通する部分は？

**A小松：**主催団体が違うが、心理教育が入るので共通する部分はあると思う。

**Q：**市役所が事務局を引き受けて、自立支援協議会を作った。

**A西村：**私は宮城東部地域に10年関わりました。そこで立場が違うと見方が違うと実感した。何とかしなくちゃという気持ちは同じでも、行政と家族の見方が違う。行政と事業所が仲良く協力しあって運営に当たるのが一番いい。

**Q宮城男性：**法律・制度の三障害一緒は問題外だ。就労でも精神障がい者は外される。パラリンピックでも精神障がい者は何人いるだろうか。西村さんは、現場にいて精神障がい者も一緒に良いと思われるか？（会場から拍手）

**A西村：**私もうなづくところがある。三障害一緒で良いところは窓口が広がったことだ

が、知的障がい者と一緒なら行かないという人もいる。

**Q宮城男性：**例えば3%の就労とかJR等交通運賃割引とか、制度を作る人たちはどう考えているのだろうか。

**Q北海道男性：**私は市の協議会で精神障がい担当だが、小さくなっている。政治力の差です。精神障がいの団体はつい最近できた。皆さんの意識向上が大事だ。

**Q青森男性：**小松先生の「一人の市民として生きるんだ」という言葉に感銘を受けた。家族が当事者に全面的に関わることで疲弊する。社会資源はまだ不足している。「メリデン」の実施例を教えて欲しい。参考にしたい。

**A小松：**3年前から始まって札幌・帯広が一番進んでいる。私の居る宮城県でもこの支援を修了した人は少ない。支援者は50名くらいまで来ました。少しずつ広がっている。

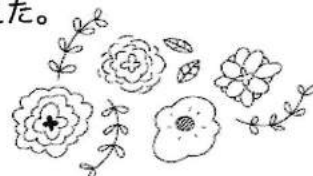
「家族が本来持っている力を取り戻す」ことがキーポイント家族が家族の中の問題を解決し、力を付けながら支援者に頼むことが大事。

**Q山形男性（賛助会員）：**家族といっても、「昔の家族」と「少し前の家族」と「現在の家族」と「これからの家族」のあり方は根本的に違っている。三世同居や核家族を同一に論じきれないのでは？

**A関本：**私は、兄弟・両親の5人家族で育ち、今は妹を中心に暮らしている。

小松先生の言うように「自分たちの生活も大切に」とそれぞれの立場を語り、耳を傾けてきた。

「いつまでこの手をつないでいられるのかしら」の言葉から午前中の「地域包括支援」につながっていく。西村さんの「自立支援協議会」で発信についての話。小松先生の家族のコミュニケーションのあり方を学びました。当事者と向き合う自分の姿勢についても考えた。



## 入会のお誘い



仙台みどり会は、民間の市民団体です。

会の運営は、精神障がい当事者の方が家族にいる会員により、同じ会員の皆さまからの会費で運営されています。

少しでも多くのご家族に会員になっていただき、この会を大きくしていきたいと願っています。入会希望の方は、下の家族携帯電話、または事務局までご連絡を。

## 会費について

- ・会費は「振込用紙」にてお願いしております。

振込用紙ご希望の方は、下記連絡先へ伝えていただければ郵送いたします。

- ・令和2年度の会費「振込用紙」は、5月総会のご案内の時に同封いたします。

- ・年会費：(1) 一般会員 4,000円

- (2) 特別会員 10,000円 (この会の目的に賛同し、会が行う事業への支援の意を表して入会する地域の代表者や有識者など)

※会費には県の上部団体「官家連」の会費1,500円が含まれています。

## ～ 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2年2月版

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
4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
5月30日	土曜日	午前10:00~12:15	仙台福祉プラザ	10階 第2研修室
6月28日	日曜日	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。



〒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/>

ご家族の問合せ・受付先 080-2812-4835 (受付時間 9時~17時) ※ご相談の電話ではありません