



精神保健福祉家族会

仙台みどり会会報

第7号(通算75号) 令和3年1月17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/>



今日一日を大切に

～コロナに負けず、元気に過ごしましょう～

精神保健福祉家族会 仙台みどり会
会長 黒川 洋

丑年の新年となりました。明けましておめでとうございます。

今年は、地震等災害のない年でありますように、コロナが一日でも早く終息するように、私たち皆が、ごく普通に暮らせますように祈って止みません。

さて、新型コロナウイルスについては再び感染が広がっているこの頃です。ワクチン接種の報道もありますが、私たちは自分たちで家族と自分自身の安全と安心を図りながら暮らす日常に慣れた感もあります。しかしながら、現実には気の抜けない感染予防の日々！

どこにいても、何をしても、厳しい毎日が続きますね。

私たちの家族会仙台みどり会と、県連合会の宮家連について、昨年を振り返ってみました。

▶ 仙台みどり会の振り返り……………

私たちの家族会について、家族同士が語り合う場—懇談会を中心にお伝えします。

- 令和2年1月、2月の懇談会までは、通常の開催でした。10数名から20名を超えるご家族が毎月参加して、悩みや思いを出し合って、いっしょに考えていました。
- 3月28日開催の懇談会では、コロナの影響が色濃く、参加者は10名のみ、マスク着用と除菌等感染症対策を行って開催しました。
- 4～5月の懇談会は中止、総会は書面による開催、総会時の家族研修会は中止としました。
- 5～6月には、役員より会員のご家族全員へ様子伺いのご連絡をさせていただきました。コロナの影響により調子を崩されたというお話などは特になく、少しほっとしました。
- 6月からは、除菌や3密を避ける対応を行いながら、懇談会を再開。時間は10～12時の短縮開催で、「お昼の会」は当面、残念ながら中止です。参加のご家族は、10名～10数名といつもの半数くらいです。

目次

1～2ページ	今日一日を大切に……………	会長 黒川 洋
3～5ページ	仙台みどり会懇談会の風景から……………	黒川 洋 (編集)
6～ ～11ページ	役員、会員の皆さまより(掲載順)……………	黒瀧 和子、遠藤 幸代、 磯谷 裕治、M・O(泉区、女性)、伊藤 竹海、木村 美也子
12ページ	研修会情報・「仙台みどり会懇談会」開催日程	

テーマは「成年後見制度」について。仙台市成年後見総合センターの相談員、小野寺泰佐さんにお話しいただきました。

○現状についてご報告

懇談会は、感染症対策をきちんと行って実施しています。

テーブルは、お互いに顔を合わせる配置ではなく、講義形式。3人掛けを2人までとしています。会場は、54人収容の広いスペースで、マイクを回して話し合っています。

今後、開催が難しい場合には、皆さまにご連絡いたします。

▶ 「宮家連」(宮城県精神障がい者家族連合会)について……………

宮家連においても、さまざまな事業が中止に追い込まれました。今回は、これまで会員さんが、直接関係した行事等についてお伝えします。

○令和2年6月の総会は書面による開催となりました。

○7月20日、県内7家族会の担当者が集まって「事務担当者会」を実施、意見交換を行いました。

○7月29日、宮家連と宮城県の精神保健福祉担当職員による意見交換会を実施。

県からは、施策についての現状と今後の展望について説明。宮家連側からは、交通運賃割引を、他障がい者並みに割引を願う請願書提出についての件、グループホーム空白地域解消の件、24時間体制の精神保健医療

拠点の増設、「家族学習会」開催のための助成のお願いなどを伝え、受け止めてもらいました。

○10月5日、宮家連より宮城県議会へ、公共交通運賃割引について精神障がい者についても、身体、知的障がい者と同等の割引を行うことを求める「請願書」を提出し、採択されました。

○11月11日、福祉プラザにて「家族のメンタルヘルス」をテーマに研修会を実施。講師は、せんだんホスピタル副院長の西尾雅明先生。

▶ 仙台みどり会懇談会へのご参加をお待ちしています……………

繰り返しとなりますが、コロナ禍により懇談会の開催が難しい場合は、皆さまには事前にご連絡いたします。

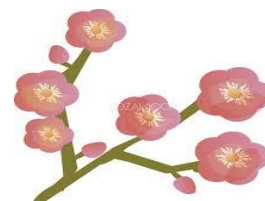
寒さがまだ続くときでもあり、お体にも無理のない範囲でお出かけください。

懇談会では、これまでと変わらず、私たち家族が今まさに直面している苦しい思いを訴えていただいています。どう対応したらいいのかお互いの体験を出し合っています。そしていっしょに考え、話し合う時間を共有しています。

ご家族の中には、お話を聞くのはいいが、今

日、自分は話したくないという方もいらっしゃいます。そのような時は「パスします」と言っていただければいいのです。話をしないことも、参加するご家族の権利ですから。

また、お話をするときのルールを共有しています。それは、一人だけ時間を独占しないようにとか、自分の考えを他の人に押し付けたり、批判しないようにしましょうとか、懇談会のルールがあるのですが、これは懇談会の時に、また、会報では別の機会にお伝えします。



仙台みどり会懇談会の風景から *家族がいっしょに考えるコーナー*

懇談会では、家族同士がさまざまな悩みや思いを出し合っっていっしょに考えています。下記は、以前に集約したその一場面です。内容は、個人情報を守るため、脚色を加えています。

今回の事例：「どう接すればいいの？」



Aさん（女性）：息子（統合失調症、33歳）と夫、私の三人暮らしです。

本人が退院してから半年近く経ちます。入院期間は3ヶ月と言われて退院しましたが、良くなったのか、どうなのか…、幻聴は少し減ったようですが、気力が落ちたみたいで部屋から出てこないんです。

入院前は、B型事業所へ通っていて、今後はしっかり体を慣らして次は就職だね、と家族みんなで話していたんです。

今は、作業所へ行くどころか、ほとんど部屋にこもってボーっとしています。

食事の時も出てこないし、ゴロゴロ寝てばかりです。まだ本調子ではないんだろうと思い、窓を開けて「外の空気を吸いなさい」とか、「散歩ぐらいして体を慣らしたらどうなの」とか言うんですが、無視されます。夫からは、「オイ、寝てばかりいると、カビが生えるぞ」と、少しきつめに声をかけてもらうんですが、部屋から出てこないんです。

先日、私が注意した時に、突然どなり始め、壁や物をたたくので、こわくて…。通院も行きたがらないので、私が薬をもらって来ています。主治医からは、気力の湧かない時ですが、じきに落ちつきますと言われてたけど、いつまで続くんでしょうか。心配と不安で、私も体調を崩しました。でも、今日は何とか（懇談会へ）出てきました。こんな息子と、どう接すればいいんでしょうか。

司会：Aさんは、退院後の息子さんの状態をとっても心配しています。体調も良くない中、辛い体験をお話いただきました。ありがとうございます。私たちは皆、同じような体験を持つ家族なので、いっしょに考え、知恵を出し合っていきたいと思います。

Aさんのような体験のある方はいらっしゃいますか。

Bさん（女性）：よろしいでしょうか。気力の湧かない状態が続いて、ずっと悩んだという体験は同じです。

ウチは、31歳の娘ですが、やはり退院後に部屋に閉じこもる時期が長かったです。なるべくそっとしておいた方がいいと病院からは言われていました。そう、半年くらいでしたね。その間、通院や服薬は声掛けが必要で、難しいときもありましたが、なんとか回復しました。

もともとあまり外出はしない娘ですが、今は部屋で好きな小物作りとかしています。参考にはならないかもしれませんが…。



Cさん（女性）：話してもよろしいですか。

お二人のお話は、統合失調症の「消耗期」という状態なんだなと思って聞いていました。

以前、家族研修会の時に、精神科の先生から病気の経過について教わり、とても参考になりました。

病気の経過は、まず、「前兆期」と言って過敏になったり不眠などで兆しが現れ、次の「急性期」で幻聴や妄想とか激しい症状が続いて、この時に入院する人が多いんでしょうね。

その次が「消耗期」で、無気力で寝てばかりの人もいるということ。その時には、そっとしておいた方がいいようですね。うちもそうしました。人によっては何ヶ月も続くこともあって、長い方は大変です。そして、ふつうの状態、えーと「回復期」に戻っていくようです。

うちでは、この繰り返しを何回してきたでしょうかねえ。「そっとしておく」って分かるのに、けっこう苦労したし、時間もかかりました。

当事者は、統合失調症の息子で、年は52歳。私は80歳になります。いろいろありましたが、今は彼と二人暮らしです。ここ最近は安定しています。親も子も高齢になって、お互い無理はできない体です。ときどき茶碗とか運んでくれるときは、「ありがとね」というようにしています。

1年以上も前のことです。訪問してくれていた保健師さんが相談支援事業所の人を連れてきて、いっしょにどこか見学に行ったようです。

そうしたら気に入ったところがあったようで、その「地域活動センター〇△」というところへ通っています。様子を聞くと、お仲間はちゃんと作業をしているようだけど、うちは作業が苦手で、しゃべったり寝ていることが多いみたい。

帰ってくると、私に報告するの。「あれした、これした、」って。私は「そうなのね。」って聞いているだけ。

朝は、お弁当を作ってあげて送り出しています。一粒のこさず、食べられます。それが彼の一日なのね。毎週5日間、ほとんど通ってます。



司会：ありがとうございます。

地域活動センターは、Cさんの息子さんのように日中の居場所として利用している方も多いようですね。

また、ひきこもりがちで寝てばかりという状態が続いて、どう声掛けしたらいいかという悩みについては、そっとしておいた方がいいという体験談を、BさんとCさんからいただきました。

Dさん(男性)：はじめまして。今日は、女房といっしょに初めて来ました。ネットで、この懇談会があることを知ったんです。

こういう話し合いは大切だと思います。B型事業所とか地域活動センターとかいうのは初めて聞きました。うちは息子で23歳、統合失調症で2度目の入院中です。大学を中退して、将来に希望が持てず途方に就いていました。今後退院に向けて、つきあい方に気をつけたいと思います。その他についても、勉強していきたいと思います。

Cさん：いっしょに勉強しましょう。

Eさん(女性)：はい、いいですか。お話を聞いていて、本人との接し方ということで、自分のこととして気がついたことがありました。



以前、懇談会で当事者との向き合い方の勉強をしました。つまり、心配しすぎる気持ちや批判的な気持ちが強すぎると、再発のリスクが高くなるという…たしか、「感情表出」の高EE※ですね。私は、ずばりコレだったんです。ほんとうに分かってよかったと実感しました。

私の場合、当事者は娘、30代ですが、自分が高EEになっていないか、つまり心配しすぎたり、批判的になっていないかなど、しゃべることに気を付けていると、娘の態度が「あれっ？」で、変わってきたように思うんです。

娘が苦しんでいる状態を見て、自分がちゃんと理解しないで娘の言動に腹を立てたり、困らせるようなことを言っていたこともあったようです。いろいろ勉強してきて分かったことです。娘より、私が変わったのかもしれませんが。

自分の気持ちに余裕が持てないと、なかなか気づくのが難しいってことも分かりました。

だから私は余裕を持つこと…ずっと娘の世話ばかりを気に病んでいて、これまでできなかったこと…余裕を持って何かしたいと思っています。



Bさん（女性）：もう一度よろしいですか。

私も「感情表出(EE)」では、娘に対しての心配する気持ちが高い状態の「高EE」だったんだと思っています。たぶん、気づかないうちにこの感情が言葉や態度に現れて、娘に影響を与えていたのかもしれませんが。だから、今はべったりではなくて、距離をとって放っておくことも多いです。この前は、本人を置いて、友人たちと一泊の旅行に行ってきました。もちろん夫も置いてです（笑）。

娘とは、いっしょにお茶したり、散歩したり、夕飯つくったりとかしています。この頃、作った小物を販売したいって言っているんですよ。

Aさん：ウチの息子はどうやらCさんがお話しした「消耗期」というところにおいて、気力の湧かない症状が続いているんですね。

それからEさん、Bさんの「感情表出」のお話はグサリです（笑）。まったく、私自身のことを言われていると思いながら聞いていました。私の場合は、心配する気持ちを息子にチクチク刺していたのかもしれませんが。教えていただいて感謝です。

今日のお話は夫にも伝えて、息子とのつきあい方を考えたいと思います。

司 会：ご本人との接し方について、さまざまな体験をお話しいただきました。

距離を適度にとることは大切だということを考えることができたと思います。また、ご本人と一番身近なところにいる私たち家族が、気持ちに余裕を持つこと、自分を大切に
する時間を持つことが大切だということも、

今回のポイントですね。ありがとうございました。

（編集 黒川）

※「感情表出(Expressed Emotion)」の頭文字をとってEEという。

患者さんに対するさまざまな感情のうちでも、批判的な気持ちや心配する気持ちが強すぎると、再発のリスクが高くなるという。

このグループを「高EEグループ」と言い、逆に、本人との距離が適切に保たれているグループを「低EEグループ」と言う。

この再発率に関するデータは実証され、尺度化されている。

出典：「上手な対処、今日から明日へ」（地域精神保健福祉機構・コンボ）





「家族会は学びと癒しの場」

仙台みどり会世話役 黒瀧和子

平成元年、親の転勤のため息子は一人暮らしでした。大学入学間もない頃、一人で精神科を受診したとの事。突如の出来事で私の脳裏に「あの子がどうして」との思いと同時に弟、妹の将来の事、頭の中は真っ白に。無知な私は、当時保健師だった義理の姉に相談しました。仙台デイケアセンター、現在の「はあとぽーとデイケア」に通所する事が出来、息子は友達に恵まれ快方に向かっているように思われた時期がありました。

当時の仙台はデイケアと三居沢共同作業所のみ、社会資源のない時代でした。仙台が政令指定都市になる時、2市2町の合併でみどり会が誕生、旧泉市時代からの家族会（いずみ会）にも入会する事ができました。

家族にしかわからない苦しみを経験された方の声は、焦ってはダメよ、長い目でねと、アドバイスを。同じ病名でも個人差があります。懇談会に参加することで、我が家族は息子と接するコツを学ぶことができました。みどり会は上部団体宮家連と連携して医療、

福祉全般の研修会を開催、みどり会では親亡き後の話題として、福祉に関するの制度を知る研修会で知識を得る事が出来た事、年齢を重ね息子と共に安定した生活を送れる事に繋がればとの思いです。

懇談会に初めて参加された方は、2,3回出席するたびに次第に表情が明るくなり、心も開いて下さり、心の内も話される方が多いのです。家族は理解して病を受け入れるしかない事と、当事者に寄りそうことだと思えます。

息子は約30年という歳月、精神病と難病（クローン病）の痛みと苦しみの日々を送った時期もありましたが、今は、家族の心が1つになっていると思えます。家族会で学んで癒されたからとの思いです。

今はコロナ感染がこわくて外出もままならぬ日々ですね。一刻も早い終結をと願う毎日です。

会員の皆様、私達役員は高齢化しています。みどり会を存続し発展する事にご協力下さい。



私の小さな楽しみ

仙台みどり会会員 遠藤 幸代

私の小さな楽しみ、それは俳句や川柳をよむ事。日常のささいなでき事を句にしています。

外出した時、散歩に行った時、自然に触れて何か感じた時、句が浮かんできます。メモしておいて、河北新報やA誌日曜版に投句しています。

これまで時々、入選し、図書カードをいただきました。

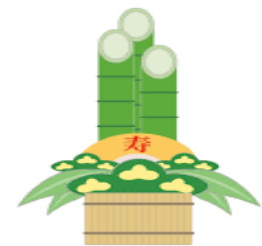
2004年8月以降入選した句は次の通りです。

A誌8月16日号 新型コロナ今日も仕事が見つからぬ
 A誌9月13日号 散歩道会釈マスクの笑顔かな
 A誌10月11日号 炊き出しの列に銀杏の落ち葉散る
 A誌12月6日号 塩釜や旨さ極上まぐろ丼



最近の句

雪かきを近所の人ができる
 ページェント点燈の時告白す
 えんとつのそばに消毒スプレーが
 ひきこもりスティーホームは慣れたもの
 家族会みなと話せば希望わく
 千両と菊で正月華やかに



「懇談会と聖杯探求について」

仙台みどり会世話人 磯谷 裕治

懇談会のルールの一つには、「どなたかが話している時は黙って耳を傾けてください」とあります。それは最も大切なルールだと、私は思います。一人の参加者が話し始めます。それは何度も聞いた話かも知れません。医療についても、福祉制度についても、聞いている人にとっては耳新しい事ではなく役に立つ事でもないかも知れません。でもその話は、話者の体験された苦しみ、悲しみ、迷い、不安、小さな希望の話なのです。

中世ヨーロッパには「聖杯探求」という伝説がありました。有名な「アーサー王伝説」の一部です。※注1
 キリストの血を受けたカップを探し求める騎士たちの伝説で、失われた、そのカップは病気治癒などの奇跡をもたらすという信仰があり

ます。何人もの探求の挑戦者の中で、正しい問いかけをしたパーシヴァルという若者だけが、カップを守る老騎士から許されるのです。正しい問いかけとはシモーネ・ヴェイユによれば、「あなたはどこがお苦しいのですか」という問いかけです。※注2

これは、相手への共感と理解こそが聖杯を受け継ぐ態度であり、資格だといっているのだと私は思います。

懇談会に参加される多くの方は、苦しみ、絶望し、孤独です。他の参加者のお話に「耳を傾ける」ことは単に動作や演技ではなくて、相手の生きている事そのものに絶対的な関心を寄せることです。聴く側の心の問題・苦しさを一旦脇に置いて、相手のお話に聞き入ることです。

それは、知識や対処方法を知る事とは別の癒しであると、私は思っています。

それによって、孤独と絶望と無力感は癒されると思います。

「耳を傾けて」もらう事は、役立つ知識を超えて、人に救いを与えます。それは、自分の生、闘いには意味があるのだという実感です。

※注1.「聖杯探求」という伝説

伝説のもっとも基本的な形は、次のような形である。漁夫王（または聖杯王）が病み、主人公である聖杯の騎士が聖杯に正しい問いをすることで回復することができるのだが、失敗し、騎士は聖杯探求の使命を与えられるというものである。騎士は数々の試練を乗り越え、聖杯を発見し、漁夫王は癒され国土は再び祝福される。伝説中で聖杯（仏：Gaal；英：

ですから、懇談会の参加者の皆様には、他の方がお話される時には私語せず、聴いていただきたいのです。

とは言え凡人には保ちがたい態度です。パーシヴァルは聖杯を授かった直後に天国に召されるのです。この地上にいるには、あまりに聖人だったからでしょう。

Holy Grail; 独：Gral) は、最後の晩餐のとき用いられた杯、または十字架上のイエスの血を受けたものであり、聖遺物のひとつとされる[2]。発見に成功する騎士にはガウェイン、ガラハッド、あるいはパーシヴァル(ペルスヴァル; パルチヴァール、パルツィファル、パルジファル)など諸説がある。(Wikipedia より)

※注2.正しい問いかけ

ヨーロッパには、聖杯伝説があります。聖杯は、イエス・キリストが磔にされた時に流れた血を受けた大きな杯だという説もありますが、その聖なる杯が、どこかに残っている。それを手に入れれば、人間が望むものはすべて手に入る。人類のために、その聖杯を探し求めて、騎士たちが旅に出る、というのが聖杯伝説です。聖杯を持つ王が、傷ついて病気になり、苦しんでいる。その王を探し出すことができた

若い騎士が、どういう言葉をかけたならば、彼はその王に信頼され、聖なる杯を授けていただけか。それはこういう言葉だとヴェイユ(シモーネ・ヴェイユ)は言うんです。「あなたはどこがお苦しいのですか」。そう言うことのできる人、それが聖杯を授けられ、人間に必要なすべてをこの世界に回復させることのできる人間である、と彼女は考えていました。

引用元：スプーン・インタビュー 大江健三郎 平成20年4月号
⇒<http://www.komatsu-corp.co.jp/csr3.html>



8050の親子

仙台みどり会会員 M・O (泉区、女性)

8050の親子、三年前に主人を亡くしてからの二人暮らしです。

長男は幼児期にてんかんの診断を受けました。幻聴の症状があらわれたのは二十歳を過ぎた頃でした。

毎日ではありませんが、朝三時頃に起き出

しコーヒーを淹れたり、カップ麺を食べたり、そんな日は調子が悪く、大声を出したり一日いらいらしています。睡眠が十分と思われる日は穏やかで、私もほっとする時間がもてます。

以前、いずみ会での黒川会長の「本人の長所に目を向けて接しましょう」とのお話をお聞きしてからは、つとめてそのように心掛けるようにしておりました。

この正月はコロナウイルスのことも心配でしたが、神奈川に住む次男が来てくれて、二人で買い物に出かけたり、いろいろ気をつけてくれました。食事の時以外はマスクをしての会話でしたが・・・。

あれこれこれからの事を思いますと、悩みは尽きませんが、自然体でいこうと思います。

このたびの「みどり会」の入会に際しましては、後藤さんには大変お世話になりました。心より感謝いたしております。

これからもよろしく願いたします。



精神障がいと就労

仙台みどり会会計担当 伊藤 竹海

精神障がい者にとって、生活の安定とともに課題とされているのが就労関係です。

新聞等に求人数、雇用ともに増加していると掲載され、実際増加しています。しかし、実感としてはごく一部の方々にとっては改善している状況ではありますが、多くの精神障がい者にとっては様々な問題が続いていると感じられます。

公的機関ですら水増ししないと数字的に達成出来なかったという事実があるくらい難しいものです。

何とか就職できたとしても様々な困難があります。少し古い資料です、独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構2017「障害者の就業状況等に関する調査研究」によると、精神障がい者の職場定着率は1年後49.3%。つまり、約半分が1年以内に退職しているということです。働き続けることがどのくらい難しいものか表しています。

退職の理由は、障害そのもの、職場環境など様々。何か一部を改善すれば良いというほど単純ではありません。

そして、あまり資料等で目にすることはあり

ませんが、大きな問題だと実体験から感じることは、障がいがなくとも、望んでいない退職は精神的にダメージを負いますが、既にここに何かしら傷を負っている精神障がい者であると、より大きなダメージとなります。持病がある人が新型コロナウイルスに感染すると重篤化しやすい。と同様の仕組みのようなものかと思います。

私の場合、就労支援等を利用しようと少しずつ思えるようになるまででさえ、退職後半年以上要しました。かつ、一般的な働き方に心身ともに拒絶反応を示し、もう難しいと感じています。

今は、仕事先の理解などもあり、かなり特殊な働き方をしています。それでも、精神的にダメージを負い、調子を崩すこともあります。「もうダメかも」と思ったことも複数回あります。

視点を変えて、いわゆる、福祉的就労の方を見ても、3年に1度ある「障害福祉サービス等報酬改定」の際に制度が大きく変わる事が多いのですが、前回の改定時、就労継続支援A・B型共に障がい者がどれだけ働いたか（働かせた？）によって事業所の報酬が変わる仕組みとなりました。

これは、障がいが高く、支援も多く必要であるが、少しずつでも通う場としての機能を見捨てたことになり、障がいが比較的軽く、どんどん働ける人を支援した方が事業所としては収益になるという、何のための支援事業所なのかという状態になりました。

事業所の利用者募集内容にも「週5日通える方」などという表記が見られるようになりました。私からすれば週5日安定して通えるくらいなら、普通にアルバイトとか出来るのでは？と。私には当然無理。

特に精神障がい者にとっては、地域移行後や病状が落ち着いてきた後に、少しずつ外出する機会のある場として多く利用されてきました。

ざっと書いてだけでも、精神障がい者の就労について、まだまだ課題や困難が多い状態です。

当事者だけの理由では無いので、本人も必要以上に自分を責めなくて良いと思いますし、家族等も症状や程度の違う人達と比較したりして、焦らせたりしてはいけないと思います。無理すればより悪化したり、再起不能や取り返しのつかないことになりかねません。

なお、就労継続支援については、問題があると認識されたようで、成果主義的な仕組みも残しつつ、従来のような利用目的にも対応する制度へ、令和3年度に改定される方向のようです。



みんな生き生きと輝いて

生きていける社会でありますように！！

私は発達につまづきのある乳幼児から、小、中、高の支援学校を出た後の生活の場である生活介護事業の施設に、長く関わっていました。

生まれてすぐ異常が分かる重度重複障害と言われるお子さん。歩行、走行は達者だけど、心が通じなく言葉が出ない、いわゆる自閉症と言われるお子さん、重度重複障害児と言われるお子さんたちの親御さんは、出産直後から子育てに悩み、苦しい時期に発達を支援する場に来られ、係わる保育士・指導員とゆったりとお子さんのひとつひとつの新しい発見を共有し、ありのままの姿を受け止め、心が通うようになり、親御さんは『子供が可愛い』と明るく前向きな生き方になられます。同じ思いのお母さんたちと共に話し合う場を共有でき

仙台みどり会会員 木村 美矢子（青葉区）

ることは大きな力になります。

いわゆる自閉症といわれるお子さんは、行動範囲も広く、追いかけるだけで大変な疲労困憊になれる時期を経て、保育士・指導員と共に係わる中で、お子さんの心がわかるようになり、お子さんと心を通わせ、前向きに生きていける力を得て、幼児期を楽しく過ごされるようになられます。

お子さんは小・中・高支援学校を出た後、それぞれの職場、生活の場に落ち着かれます。就労支援の職場に行かれる方、生活介護事業所に行かれる方、自閉症ですが大学に行かれ、発語は困難ですが、パソコンで素晴らしい文章でご自分の様子を書き、自閉症のことを知ってほしいと活動しておられる方もおられます。身体は寝たきりで、視力も十分でなく、発語が

難しかった方ですが、中学の先生のお陰で、指文字で心を語るができるようになられ、本を出版されたり、詩人として活躍しておられる方もいます。

親御さんたちも成人されたお子さんを支援しながら、それぞれご自分の生き方をしておられます。

ほとんどの方が生活介護の事業所に通所し、ご自分に合った活動をし、毎日楽しく暮らしておられます。いわゆる会話ができない方が多いですが、ご自分の思いを発信し、それを受け止められる職員がいて、楽しく活動しています。

成人期は、思いを受け止めてもらえず、いろんなストレスから、自宅でお母さんに向かっていく方がおられる時があり、悩まれる時期を支えながら、日中活動を充実しながら過ごすことにより、少しずつ解消されたことがありました。

今まで私が関わってきた知的障害の方たちのことを話してきました。

一人ひとり違う障害でも、人としては皆同じです。言葉は発していない方でも、たくさんの思いを持っておられます。その思いを受け止め、一人ひとりがよい人生を送られるように支援ができる施設の職員であってほしいと思います。

精神障がいの支援施設に在籍しておられる方たちは、会話ができる方たちがほとんどだと思います。成人されるまでの成育歴はどうだったのでしょうか。

成人されて急に生きにくさがでてきたのでしょうか。

「どんなときも、あなたはそのまま素晴らしい。」という合言葉で関わっておられる施設があります。一人ひとりの思いを受け止め、寄り添ってあげられる人がいれば、問題行動は少なくなるのではないのでしょうか。

困った行動ではなく、心の動きをわかってあげられる人がそばにいれば、ご本人は生きやすいのではないのでしょうか。静止したり、怒ったりするのではなく、寄り添う気持ちを持ちたいものです。

今の世の中、大学を出て仕事をしていても上役のパワハラにあい、引きこもりになる方がおられます。わたしの知人の27歳になる息子さんもひきこまれました。そばにいらしたご両親は、ただ見守るだけでしたが、1年経った昨年12月に突然ご本人が「このままではいけない。社会復帰する。」と会社の求人を探し、仕事を始められました。

生きにくさを抱えておられる方は、ちょっとした言葉に傷つき、思いをわかってもらえなくてイライラがつりの、激しい行動になることがあるのではないのでしょうか。お医者さんとの相性もあるでしょうが、じっくり、ゆっくり話を聞いてくださるお医者さんだといいですね。

ご両親が一番、ご本人の気持ちをわかっておられるのでしょから。問題があれば、施設の職員の方とご本人の仲介役をしていただければと思います。

誰でも人として尊重され、いきいきと輝いて生きていくことができる社会だといいですね。誰もが地域社会の中で、夢を持って「働くこと」「暮らすこと」「楽しむこと」ができるといいですね。一人ひとりが自立し、人生を楽しんで生きられることを望みたいですね。みなさん一人立ちしたいという思いがあるのではないのでしょうか。誰もがグループホーム等で自立した生活をしたいのではないのでしょうか。

現状では、グループホームを設立することや、運営費は、国の対応は不十分すぎます。多くの皆さんで声を上げ、実現できるといいますね。

自立した生活を確保するために！！



仙台みどり会 精神保健医療に関する家族研修会—延期のお知らせ

2月3日開催予定とした下記の研修会は、
安全に開催できる日程が決まるまで、延期とします

テーマ「統合失調症の発症から回復までの医療の道筋」

講師： 仙台市精神保健福祉総合センター（はあとぽーと仙台）

医師 原田 修一郎 先生

仙台みどり会懇談会のご案内



コロナ感染予防のため、当面下記により実施しています

- 「お昼の会」は、当面、見合わせます。
- でき得る感染症対策は施して実施します。
- マスクの着用をお願いします。県外の方と2週間以内に会った方、発熱や風邪等、症状のある場合は参加をご遠慮ください。
- 中止となる場合は、事前に会員の皆さまへご連絡し、ホームページに掲載します。

～ 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。
コロナの影響により中止となる場合は、事前に会員の皆さまへ
ご連絡して、ホームページに情報を掲載します。 令和3年1月版

1月23日	土曜日	午前10:00~12:00	仙台福祉プラザ	10階 第2研修室
2月21日	日曜日	午前10:00~12:00	仙台福祉プラザ	10階 第2研修室
3月13日	土曜日	午前10:00~12:00	仙台福祉プラザ	10階 第2研修室
4月11日	日曜日	午前10:00~12:00	仙台福祉プラザ	10階 第2研修室
5月23日	日曜日	午前10:00~12:00	仙台福祉プラザ	10階 第2研修室

□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。 ※会費には県の上部団体「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

