

「相談コーナー」を担当しているピアサポーターから一言



はじめまして。

ピアサポーターの佐々木優華子、池田裕美です。

昨年 6 月より相談に同席させていただき、これまでの体験や捉え方、対処法などをお話させていただいています。

その中で私たちが強く感じていることは、相談に来られた方々がとても熱心で、当事者の方の回復を心から願われているということです。理解することは難しくても、『理解しよう』として下さることが、安心、安定につながると思っています。

未熟者ですが、よろしくお願いします。

姫路市地域自立支援協議会専門部会・相談体制プロジェクト つながる部会に参加して

つながる部会に出席させていただき、多くの方々が相談しやすい体制づくりのために協議を重ねて下さっていることを知りました。

協議の内容自体は私たちには少し難しかったですが、何か問題が生じた場合には、専門の方が対応して下さっていることをお伺いし、安心して生活が送れると感じました。

今後とも、よろしくお願いします。

ひめかれん賛助団体会員にご加入・ご支援頂いている法人・企業様です

- ・医療法人恵風会 高岡病院 様
- ・医療法人山伍会 播磨大塩病院 様
- ・医療法人全人会 仁恵病院 様
- ・医療法人内海慈仁会 姫路北病院 様
- ・医療法人仁寿会 石川病院 様
- ・株式会社 平井工業 様
- ・株式会社 セントラルサクセス 様
- ・菊川荒木内科心療内科 様
- ・金高医院(内科、心療科、精神科他) 様
- ・ふじわら心のクリニック(心療内科、精神科) 様
- ・株式会社 ゴトウ・アズ・プランニング 様
- ・阿比野建設 株式会社 様 (順不同)

新事務所開設に伴い



事務局や家族部会を手伝ってくださる方を求めています。くわしくは事務局まで。

ひめかれん加盟施設一覧

法人名	施設の種類	施設名	住所	Tel ☎/Fax ☎
社会福祉法人 さぎ草福祉会	就労継続支援B型	さぎ草会共同作業所	姫路市千代田町字八木 712-1	☎ 260-7748 ☎ 260-7749
NPO法人 来楽輪	就労継続支援B型	京口共同作業所	姫路市城見町 26 城見プラザ 101	☎/☎ 283-2690
有限会社 アキツ	就労継続支援B型	ピースフル Job	姫路市車崎 1-4-7	☎/☎ 295-9360
NPO法人 えんじえる会	地域活動支援センターⅢ型	地域活動支援センターえんじえる	姫路市津区天満 984-1	☎ 236-1078 ☎ 280-4035
	就労継続支援B型	グリーン		
NPO法人 ぱれっと	就労継続支援B型	のじぎく工房	姫路市大黒町 3 有川ビル 3-C	☎/☎ 223-2808
NPO法人 花咲	地域活動支援センターⅢ型	フレンドリー	姫路市伊伝居番替 113 番 11	☎/☎ 223-2770
NPO法人 はりま福祉会	就労継続支援B型	しらさぎ作業所	姫路市保城 663-4 加納ビル 1 階・2 階	☎/☎ 284-2600
		作業所はりまっ子	姫路市本町 68 家老屋敷跡便益施設 A 棟 2 号室・3 号室	☎/☎ 283-7522
		書写作業所	姫路市書写 175-11	☎/☎ 267-0661
		ワークスノバ田寺	姫路市田寺 8-13-46	☎/☎ 293-1855
社会福祉法人 愛光社会福祉事業協会	地域活動支援センターⅢ型	みなみまちげんき	姫路市南町 16 1TD南町ビル 2F 3F	☎/☎ 284-2408
	就労移行支援 就労定着支援 就労継続支援B型	ひかり館	姫路市打越 530 番地 17	☎ 268-3500 ☎ 268-3388
NPO法人 姫路こころの事業団	就労継続支援A型	アースクルーズ	姫路市白浜町甲 740-206	☎ 247-0250 ☎ 228-6581
	就労継続支援B型	サンキャッチャー		
一般社団法人 わーくわくねっと	就労移行支援 就労定着支援	キャリアサポートセンター 姫路	姫路市南駅前町 82 南極ビル 2F	☎/☎ 282-6130
株式会社 MPS	就労移行支援 就労定着支援	マンパワーサポート姫路	姫路市増位新町 1 丁目 8 番地 2A-110	☎ 262-6567 ☎ 262-6547
株式会社 LITALICO	就労移行支援 就労定着支援	LITALICO ワーク姫路	姫路市南駅前町 96-1 サウスビル 2F	☎ 286-8011 ☎ 286-8033
ウェルビー株式会社	就労移行支援 就労定着支援	ウェルビー姫路駅前センター	姫路市南畝町 1-3 サウスビル 1 階	☎ 240-9870 ☎ 240-9871

『ひめかれん』は、精神障がい者が地域の中で安心して生活できるよう、精神疾患についての正しい知識や理解の普及をはかったり、精神障がい者の医療や福祉の向上を促す活動を続けています。

ひめかれん

第 48 号

発行日 2020 年 2 月 25 日
 編集人 特定非営利活動法人 姫路市精神保健福祉連合会
 (通称：ひめかれん)
 事務所 〒670-0955 姫路市安田三丁目 1 番地
 姫路市総合福祉会館 3 階
 HP http://www.himekaren.com
 Email himekaren@ba.wakwak.com
 TEL 079-269-9034 FAX 079-269-9035

脳と心の病に克つ

理事長 松尾 享



新年明けましておめでとうございます。

会員の皆様方におかれましては、お健やかに晴れやかに新しい年をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。

昨年のラグビーワールドカップは、日本中に大きな感動と勇気を呼び起こしましたが、改めて人（チーム）のやる気と行動力は、環境の変化と気持ちの持ち方次第で大きなインパクトを生み出すことを気づかせてくれました。

これは、統合失調症に悩んでいる当事者や家族にとっても力づけられたのではないかと、思います。

脳と心の病は、どうして発症するのか、まだ完全に解明されていませんが、一つははっきりしてきたことがあります。それは、脳の治療は、医師の適切な投薬により快方に向かいますが、服薬の継続だけでは完全に回復することは難しいということです。というのは、心の病の治療にも同時に着手しなければならないことが次第に明らかになってきたことです。後者は、例えば就労継続支援作業所や地域活動支援センターに通うことが望ましいですが、それが困難な当事者には人との交流（精神科医 夏苅郁子氏の言葉では「人薬（ひとぐすり）」）をどのように進めるか、そのノウハウの蓄積と普及が求められます。

近年その方式として、オープンダイアログ、当事者研究（べてるの家）、ACT（包括的地域生活支援）などが採りあげられていますが、課題はこれを担当する人材の確保と養成並びに経済的な支援体制の強化にあると言えます。これを全国的に一挙に成し遂げるのは困難ですが、一歩ずつ前に進み、当事者や家族に早くつながることを期待します。

みんなねっと愛知大会の開催

みんなねっと愛知大会は、11 月 7 日（木）～8 日（金）刈谷市で開催され、全国から 1,000 名余が集まりました。

第 12 回大会のスローガンは、「だれもが幸せと感じられる社会を！」です。名古屋大学教授尾崎紀夫氏の基調講演「社会で暮らす当事者のために精神医学は何ができるか」は、精神科医療の目的は精神障がいの回復を助けるだけでなく当事者に結婚・出産、就職、自動車運転という夢をあきらめることなく社会で暮らせるようにするという衝撃的な内容でした。また、厚生労働省の寺原課長補佐による行政報告は、「精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築について」を詳細に分かりやすく説明され、非常に参考になりました。

2 日目の分科会は、「当事者の地域移行・地域定着」に参加しましたが、日本福祉大学教授青木聖久氏の巧みな進行により内容の濃いセッションになりました。



ひめかれん会員・賛助会員募集

ひめかれん活動は皆様の会費、ご寄付により成り立っています。活動に賛同し、ご理解いただける方は是非ご協力をお願いいたします。

- ◆会員◆ 個人年会費 ー□ 2,000 円
- ◆賛助会員◆
 - 個人年会費 ー□ 2,000 円
 - 団体年会費 ー□ 10,000 円
 - 施設年会費 ー□ 20,000 円

※口数は何口でも構いません。

郵便局の払込取扱書を作成しましたのでご利用ください。
 加入者名 : ひめかれん
 口座記号番号 : 00940-3-196771

お振込先

振込先口座番号（加入者名：ひめかれん）
 ・郵便局から郵便局 ⇒14380-73347551
 ・他銀行から郵便局 ⇒郵便局口座番号
 438 支店 普通 7334755

2019 年度 臨時総会 茶話会



今回の議案は「山本 正理事（さぎ草福祉会理事長）」の6/19付辞任、「山瀬 洋治理事（えんじえる会前理事長）」の9/24逝去で現状理事が4人となり、定款13条1項に対して理事1名が不足しているため、新理事候補として事前案内通り家族部会の森 雅子氏の選任提案があり、出席者全員異議なく承認、可決されました。

議事終了後、新理事の森 雅子氏から挨拶がありました。

DVD鑑賞・茶話会



「統合失調症講座（本人・家族のために）」

続いて、茶話会形式でDVD「統合失調症講座（本人・家族のために）」を全員で鑑賞。その後も、お茶とお菓子をいただきながら懇談し、良き年末・年始を迎えることを誓い、散会しました。



「相談コーナー」を担当して

相談員・小野 光世

「ひめかれん」での相談コーナーを担当してほぼ8ヶ月が経過しようとしています。相談の内容はさまざまで、1件ずつ丁寧に話を聞き、一緒に考えることで今まで何とか続けることができています。内容は、大きく分けると3つの領域に分かれます。まず、一つ目は、ご本人に病気の自覚がなくご家族は受診が必要だと考えているのですが、受診に至らないケースです。このケースは症状が長期間続いていることが多いのですが、なかなかその状況が変わらない困難なケースが数多く見られます。2つ目は、医療機関と繋がっているにも関わらず、服薬や生活の面で医師の治療方針がご本人にもご家族にも伝わっていないケースです。この場合は、医師だけの問題ではなく、病気と向き合っていないご本人やそれに対処できないご家族の問題もあることが多いように思えます。3つ目は、病気と診断されているわけではないが、成人する過程で周囲（家庭、学校、職場）と上手くいかず、生きづらさを抱えている事例です。しかも相談のほとんどが、福祉サービスや保健所に相談したものの解決の糸口が見つからないといわれることが多く、よく言われるのは「忙しいのか、あまり話を聞いてもらえなかった」ということです。障がい者の福祉サービスで3障害が一元化されサービス提供されはじめてかなりの年月が経過していますが、まだまだその恩恵にあずかっていない方が沢山いることが分かります。ひめかれん紙前号で理事長が書いておられました介護領域で採用されている「精神障害に対する地域包括ケアシステム」の構築が待たれます。また、今後もピアサポーターの池田さん、佐々木さんと共に、福祉サービスのすき間を埋めるべく誠実に相談に乗っていきたいと考えております。

相談を聞きながらよく思うことは、人間が地面に足を根付かせるのに必要なことは、人とのつながりにあるように思います。それも多面的なつながりで結びつきがあるほうが、よりしんどくならずすむように思います。

姫路市社会福祉大会で表彰

第24回姫路市社会福祉大会が11月12日（火）姫路市民会館で開催され、長年にわたり福祉活動で貢献された方々が表彰されました。

ひめかれん関係では野村楠美さん（えんじえる会施設長）と盛房かよ子さん（ピースフルJob 施設長）が、精神保健福祉向上に貢献したことにより姫路市長より表彰されました。



おめでとうございます!!

ひめかれん新年会 ～今年もみんなで新年を祝いましょう！～

日 時：令和2年1月18日（土）12：00～14：00
場 所：清交倶楽部・総社店（総社会館内）
参加者：13人

今年も司波さんのギター演奏で、懐かしい歌の数々を歌いました。

今年のトピックスは、司波さんの前座でボランティアスタッフの堀江さんがいくつかのマジックをして頂き、大いに場を盛り上げてくださったことです。新規加入者1名を含め少数でしたが楽しい懇親の時を過ごしました。



訃報 石田妙子さんご逝去

ひめかれん家族会の石田妙子さんが1月17日に急逝されました。石田さんは家族部会の世話人として活動に長く携わっておられました。何事にも一生懸命で活動中も笑顔を絶やさず、とりわけ息子さんを気にかけられ、家族のつどいや研修旅行に行動を共にされていた姿が目につかびます。生前のご厚情に深く感謝して心よりご冥福をお祈り申し上げます。

家族部会・森 雅子



行事のお知らせ

こころの病家族教室 （第82回 家族のつどい）

日 時：令和2年2月29日（土）13：30～15：30（13時開場）
場 所：姫路市総合福祉会館 5階第3会議室
講 師：関西福祉大学大学院看護学研究科 教授 小野 ミツ 氏
大学院生 森岡 有希 氏
題 目：家族自身の健康を考える
～家族へのアンケート結果より～

ひめかれん作業所職員研修会

日 時：令和2年3月11日（水）15：30～17：30
場 所：姫路市総合福祉会館 5階第5会議室
講 師：兵庫県スクールカウンセラー・スーパーバイザー 今塩屋 登喜子 氏
講演題：「利用者さんとのすてきなコミュニケーションをとるために！！」
～ カウンセリングマインドを活用して ～

令和元年度 こころの健康フォーラム 講演 「自分らしく生きる ～対人関係のストレスが軽くなる話～」

日 時：令和2年3月14日（土）14：00～16：00
場 所：あいめっせホール
講 師：対人関係療法専門クリニック 院長 水島 広子 氏

第83回 家族のつどい 講演「こころの病のリカバリーと 安定した生活に向けて」

日 時：令和2年4月11日（土）13：30～16：00
場 所：姫路市総合福祉会館 5階第2会議室
講 師：公益社団法人 兵庫県精神福祉家族会連合会 会長 新銀 輝子 氏
園田学園女子大学人間健康学部看護学科 准教授 田中 敏明 氏
社労士げんき合同事務所金子事務所 社会保険労務士 金子 友造 氏

2020 年度 ひめかれん通常総会・講演会

日 時：令和2年5月11日（月）13：30～
場 所：姫路市総合福祉会館 5階第1会議室
講演内容・講師：調整中

