

精神障がい者相談コーナーより 病気の理解(3) ～統合失調症が疑われるサイン～

前号(57号)では幻聴に対する周囲の対応についてお話させていただきましたが、今回は統合失調症が疑われるサインについてお話ししたいと思います。

まず、会話や行動面では、話にまとまりがなく、何が言いたいのか分からない、相手の話の内容がつかめない、ミスがふえる等のサインがあります。また、理解力や記憶力が低下するといった症状もあるようです。意欲や感情面でのサインとしては、趣味に興味が持てなくなったり、人付き合いを避ける、身なりにかまわなくなる等、抑うつ症状で現れやすいサインの他、相手の感情や表情について理解が苦手になったりすることもあるようです。

気分が落ち込んだり、人付き合いを避けたいという気持ちになることは健康な人でも経験することであり、病気のサインであるとは限りませんが、この段階で専門家に適切なアドバイスを受けながら、生活環境の調整などすることで、統合失調症へと進むリスクを低下させられる可能性があることが分かっています。

病気かも知れないサインが気になる時は早めに専門家に相談して下さい。専門家に相談することが難しい場合には、かかりつけ医にご相談を!! ～次号は、お薬の服用についてお話ししたいと思います～(ピアサポーター:池田 裕美)

相談は、電話やメールでも受け付けています。曜日や時間ごとに、いろいろな経験をされた家族や当事者が担当しております。(来所される際は、事前にご連絡をお願いします。TEL079-269-9034)

2023年度 新たな「姫路市議会議員精神保健福祉研究会」メンバー!!

2023年4月に実施された統一地方選挙において、当選された新たな姫路市議会議員のなかから、新たに「姫路市議会精神保健福祉研究会」に加入してくださった方々33名を紹介いたします。

会派名	人数	議員名 (敬称略)
公明党	8名	川島淳良 ○白井義一 中西祥子 阿野れい子 前川藤枝 有馬剛朗 西本真造 宮下和也
市民クラブ	8名	阿山正人 常盤真功 ○山口 悟 竹尾浩司 駒田かすみ 三輪敏之 八木隆次郎 蔭山敏明
自由民主党	3名	○石堂大輔 高見千咲 仁野央子
新生ひめじ	2名	○萩原唯典 東影 昭
日本維新の会	5名	大西陽介 ○竹中由佳 下林崇史 岡部敦吏 三浦充博
姫路無所属の会	3名	○妻鹿幸二 神頭敬介 嶋谷秀樹
志政会	2名	○金内義和 西村しのぶ
日本共産党議員団	2名	谷川真由美 ○小田響子
参加人数合計	33名	○印 各会派代表者

<世話人代表代行・宮下和也議員、事務局・竹中由佳議員>

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

- ・社会医療法人恵風会 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
- ・菊川荒木内科心療内科 様
- ・ふじわら心のクリニック(心療内科、精神科) 様
- ・松島クリニック(精神科、神経内科) 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
- ・株式会社 坪田工務店 様

ひめかれんを応援して下さる賛助団体会員への入会をお願い致します

- ・表 瓦 株式会社 様
- ・十字屋刺繍株式会社 様
- ・平野屋米穀店 様
- ・神昌クリエイト株式会社 様
- ・NPO法人ラーフ・ウッド福祉会 様
- ・株式会社 井上鉄工所 様

[順不同]

『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58号

発行日 2023年6月30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>
E-mail himekaren@ba.wakwak.com
TEL 079-269-9034 FAX 079-269-9035



『傾聴支援』

理事 小林 のり子

私がひめかれんに関わらせていただいたのは、平成22年4月 NPO 法人はりま福祉会就労継続支援 B 型しらさぎ作業所に入職してからです。それ以前は、小規模作業所(しらさぎ作業所)の職員としてお手伝いをさせていただいていました。

その後、令和元年4月から就労移行支援マイドリーム、令和5年1月から多機能型事業所として就労継続支援 B 型マイドリームに勤務しています。マイドリームを利用されている人は統合失調症・強迫性障害、双極性障害等の病気を抱えておられます。それぞれ病名は違いますが共通して言えるのは、「誰かに聞いてほしい」「わかってほしい」という気持ちが溢れ、常に生きることと格闘されている事です。

また、漠然とした重苦しさが続くと、不安が増加し、体調を崩されることもあります。大切なことは、「自分の辛さを言語化し、誰かに受け止めてもらう事」だと思って利用者に寄り添い、日々の支援をしています。一般的に病気は予防することができますが、気を付けていても罹患することがあります。

心の病気も同じです。マイドリームでは、話をしっかり聴き、ただ一つ、あなたに会えてよかったとの思いを伝えています。そして、利用者さんの価値観や生活のこだわりの背景を想像しながら肯定も否定もせず、ただ見守ることが大事だと思って、もし何か不調の兆しが現れたら大事に至る前に傾聴し、利用者さんに気持ちを寄り添わせるようにしています。また、利用者さんの気持ちを肯定的にうけとめて聴く事が上手な聴き方であり相手の考えや立場を尊重しながら話を聴く事が一番大切だと思っています。

私は「ひめかれん」や今の仕事を通じて、「すべての人に尊い使命がある」との思いが伝わるように、これからも日々の支援に取り組んで参りたいと思います。

新役員体制スタート 「新副理事長・新任理事の紹介」

新副理事長・山本寿子氏

副理事長に就任しました山本寿子です。私はひめかれんに携わり10年以上が経ちます。右も左も分らず会議に出席していた頃が懐かしく思います。『私に出来る事』『私にしか出来ない事』をこれからも探し続け日々成長していきたいと思っています。ひめかれんに少しでも貢献出来る様全力を尽くしたいと思いますので今後とも宜しくお願いいたします。



新任理事・水尾文子氏

この度、理事に就任しました「えんじえる会」の水尾と申します。このような大役を賜り、身が引き締まる思いです。微力ではございますが、精一杯努めさせて頂きたいと思っています。どうぞよろしくお願い申し上げます。



新任監事・志水房江氏

※退任監事・川上真一氏 長い間ご苦勞さまでした!!

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、ご協力をお願い致します。

会費

- ◆会員◆ 個人年会費 一口 2,000円
- ◆賛助会員◆ 個人年会費 一口 2,000円
- 団体年会費 一口 10,000円
- 施設年会費 一口 20,000円

お振込先 (加入者名:ひめかれん)

- ・郵便局から郵便局 ⇒ 00940-3-196771
- ・他銀行から郵便局 ⇒ 郵便局口座番号 099 支店 普通 0196771
- 【郵便局の振込取扱票をご使用の場合】
口座記号番号: 00940-3-196771

2023年度こころの病家族教室

日時：2023年5月22日 14:00～15:30

場所：姫路市総合福祉会館5階 第1会議室

「障がい者の就労サービスについて」

一般社団法人わくわくねっと事務局長
キャリアサポートセンター姫路・川上真一氏

就労体験発表に先立ち、キャリアサポートセンター姫路の川上管理者から「障がい者の就労支援サービス」について概要説明がありました。

スライドに基づき就労継続支援A型・B型、就労移行支援、及び就労定着サービスの各事業概要や対象者・利用期間等の説明があり、併せて姫路市内の事業所数やひめかれんの加盟事業所数の報告がありました。



101名の参加者がありました。アンケートでは「感動しました」「とても良かったです」との声が多くありました。

2023年度 通常総会開催される

日時：2023年5月22日 13:00～13:50

場所：姫路市総合福祉会館5階 第1会議室

出席者数：合計77名

(内訳：当日出席26名、書面表決14名、委任状提出37名)

今年度の通常総会は、会員の皆さんに出席して頂いて下記議案を審議していただき、すべての議案を異議なく承認していただきました。感謝です

審議事項

- 議案1 2022年度事業報告
- 議案2 2022年度会計報告及び監査報告
- 議案3 2023年度事業計画(案)
- 議案4 2023年度予算(案)
- 議案5 理事・監事の選任
- 議案6 議事録署名人の選出



今年も、株式会社平井工業様から
尊いご寄付を頂く!!

感謝

この5月に新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行されました。しかし、11回続いた「姫路こころの障害者自立支援チャリティーゴルフ大会」は、今年も中止となりました。しかし、大変嬉しいことに今年も(これで4年連続)株式会社平井工業様より「一般社団法人わくわくねっと」と「ひめかれん」に多額の尊いご寄付を頂きました。

当会活動のために有効に活用させていただきます。

～わたしはこうして元気に働いている～

「就労体験発表」

1. 姫路こころの事業団・近藤さん

“自給自足の技術があれば生活していける”その思いをきっかけにひきこもり生活を脱し、今があります。B型から一般就労の道へ進んだことでサポートを受けながらも働くことが出来ています。自分でも睡眠や食事に気を付けるようになりました!



2. 姫路こころの事業団・村上さん

虐めの経験や精神的な不調を抱えつつも神出学園へ入学し、友人と出会うことが出来ました。姫路こころの事業団との出会いが農園との出会いでもあり、自分の可能性を広げることが出来ました。自信もなく試行錯誤の毎日ですがスタッフとして働くことが出来ています!



3. ピアサポーター・佐々木さん

私は、10年前に統合失調症感情障害を発症し、発症当時は3回入院しました。その後、両親との同居から一人暮らしへ、そして3年前に結婚し病気をもっていない主人と今は暮らしています。B型作業所に通い始めて7年がたちます。ひめかれんではピアサポーターとしてやりがいを感じながら相談にのっています。何年も入院せずに元気に働き続けていられるのは、主人や福祉関係の支援者の方々、ひめかれんのスタッフなど様々な方々のおかげと日々感謝して過ごしています。

4. 十字屋刺繍有限会社・安藤さん

私はうつ病、不安障害、摂食障害があり、今もその症状を抱えています。そのような中で、今の職場でなぜ安定して通い続けられているかは、①障害者短時間トライアル雇用という段階を踏んで就職できたこと、②職場での役割があり責任感を持てたこと、③家族、職場の上司、支援員の方など周囲のサポートがあったことです。今後の目標はまず週30時間まで労働時間を延すこと、その次はフルタイムまで延し、いつか一人で自立した生活ができることを目標にしています。

公益財団法人姫路十字会様より

助成金を頂く!!

古い机、ロッカー等を入替
え事務所の執務環境を改善
するため、平机・書庫・フラ
ットワゴンおよびシュレッダー
を助成していただきました。



ひめかれん加盟施設紹介

社会福祉法人 愛光社会福祉事業協会

障害福祉サービス事業所・スワン

住所：姫路市打越1342番地の6
TEL：079-268-0750
FAX：079-268-7503
E-mail：swan@aiko-welfare.or.jp



スワンは、社会福祉法人愛光社会福祉事業協会の三光園・愛光園ひかり館の就労継続支援B型の事業を集約し、支援学校の新卒業者も数人加え、令和2年4月より障害福祉サービス事業所スワンとしてスタートしております。スワンは、太陽公園の白鳥城の北のすそのに位置し、姫路の西部の自然の中にあります。また、もう一つの作業場として太陽公園の内の石のエリアに線香工場があります。

現在、作業としてスワンでは、館内の清掃、1Fにてお土産物・パン・喫茶の販売等の接客、2階でタオルたたみ、バリ取り、箱折り等の下請け作業を中心に行っています。線香工場では、自主生産品の線香の製造から販売・配達等の作業とカブトムシ関連の袋詰め作業を中心に行っています。

コロナ禍でスタートし、この3年間行動制限等色々困難なことがありましたが、最近は外国の観光客も増え色々な言葉が飛び交い、明るい兆しが見えてきたように思われます。

皆様もお越しいただき、のんびりと楽しい一時をお過ごしください。



お土産売り場



売場清掃



線香箱詰作業



おしぼり作業

第88回家族のつどい
施設見学・バス旅行

あすなろ農園見学

三田市総合福祉保健センターで
新鮮組で作ったお弁当をいただきました。

日時：2023年6月8日 9:00～16:30
場所：特定非営利活動法人あすなろ(三田市)
参加人員：30名
「あすなろ」8名(内ピアサポーター3名)
にじの会 家族会2名

コロナ禍の行動制限が緩和されて、3年振りの開催です。「あすなろ」はB型作業所・新鮮組を運営し、畑作りとお弁当作り等を行っています。
ピアサポーターの方々も盛んに活躍し、毎月機関誌と併せて「ピアサポ通信」を発行。今回の訪問で、新鮮組の畑見学、ピアサポーター・スタッフとの昼食会・交流会を行いました。
和気あいあいの中での楽しい有意義なひと時を過ごしました。お世話して頂いた藤田理事長様・スタッフ・関係者の方々へ感謝致します。

・行事のお知らせ・

第89回家族のつどい
「統合失調症治療薬について」の講演会

日時：2023年7月1日(土) 14:00～16:30
場所：姫路市総合福祉会館5階 第1会議室
講師：兵庫医科大学病院・薬剤師 徳谷晃先生
参加人員：約60名
参加対象：どなたでも参加可能
参加費：無料

2023年度 中・西播磨地区
精神保健福祉研修会(主催:ひょうかれん)

日時：2023年11月8日(水) 13:30～16:00
場所：姫路市総合福祉会館5階 第1・第2会議室
講師：夏莉郁子精神科医師(やきつべの径診療所)
参加人員：約200名
参加対象：どなたでも参加可能
参加費：無料

2014年12月から9年ぶりに姫路に
来て頂き講演をして頂きます。