

## 内 容

- \* イタリア精神保健視察研修を振り返って思うこと

エスポアール出雲クリニック 精神保健福祉士 形部 周平

- \* 17回小倉金曜会・マルセイユの旅

大分県 寺町クリニック 太田 喜久子

- \* 宇和島から

公益財団法人正光会 宇和島病院 兵頭 俊次

- \* 原木椎茸の栽培

公益財団法人正光会 就労支援事業所「南生」担当 作業療法士 田上 純一

- \* 事務局からのお知らせ

- \* イタリア精神保健視察研修を振り返って思うこと

エスポアール出雲クリニック 精神保健福祉士 形部 周平

### 1. 青天の霹靂

自分にこんなチャンスが訪れようとは考えもしなかった。思い返せば、あの時からもう1年が経過したのだが、あの時の胸の高鳴りと未知への不安は今も忘れることがない。あの時、院長からのお誘いに即決できなかったのは、自分が行ったとてこの地(島根県出雲市)で何ができるのだろう。もっと相応しい人材がいるのではないかと、後から後から湯水のごとく不安が湧き上がっていた。

しかし一方で、聞けば聞くほどイタリアの地域精神保健に魅きつけられた。日本の精神保健の先の先に行く世界をやはりこの目で見てみたいと思った。自分の人生の転換期となるのであろう出来事の始まりだった。

ただ、ほんの少しだけ背中を押してくれたのはイタリアのワインとピザへの憧れがあったというのはここだけの話である。

### 2. 平成 28 年 11 月 15 日 12 時 50 分

羽田空港国際線ターミナル。35年の人生で二度目。10時間を超えるフライト、現地ホテルでの相部屋、ともかく不安要素は山ほどあったが、一つだけ安心していただけもあった。それは仲間の存在である。勿論、当日初めて出会うのだが、そもそもこの研修に参加される方は、精神障害者への支援に熱意を持っている人に違いないからである。

### 3. イタリアの地域精神保健から思うこと

研修報告にならないかもしれないが、やや視点を変え帰国して1年が経とうとしている今、自分の立ち位置から思うことを雑感風に述べたいと思う。

イタリアにも日本と同じように、精神障害者を隔離収容していた時代があった。改革の地「サン・ジョバンニ精神病院」を訪れた時、ここでは市民権を剥奪され、死してここを出るばかりのとても医療とはかけ離れた施設であったと聞く。山を削り取った広大な斜面に、格子窓のあるいくつもの部屋や古びた教会が当時の面影を

残っていたが、同時に改築された新しそうな建物が共存していた。そういった暗黒の歴史を忘れないためにも、このような形をとっているらしい。ここから始まったバザリアの改革により、精神保健センターを中核に入院治療に依らない地域で支える仕組みが構築され、2,000年イタリアの公立精神病院は完全に廃止された。日本で或いは自分の住む地域でこの仕組みをどう活かすことができるか、それが課題であり、帰国してからはそのことばかりを考えていた。しかし、幸いなことに、この視察研修の報告を当法人内の研修、島根県精神保健福祉士協会、出雲の精神医療と精神障害者の福祉を支援する会（通所“ふあっと”）で発表する機会を得た。最初は、地域精神保健の構造ばかりを説明していたが回を重ねる毎にどんどん思いは変わっていった。それは、改革の根源（やり遂げる意思と力）こそ注目すべきことではないのかということである。

日本の精神病院は、精神衛生法時代に国の指導によって雨後の竹の子がごとく建てられた遺物であるが、その殆どが民間経営である。率直に言うと公立病院ですら廃止をしないのに、民間病院が廃止する流れなんて起きようがない。御荘病院（現御荘診療所）は稀有な存在であるが、日本の精神病院（社会的入院）は無くならない。しかし、本当にそれでよいのだろうか。

#### 4. 精神保健福祉士としての転換期

精神保健福祉士は、長期（社会的）入院をしている人たちを地域で当たり前の暮らしができるよう支援する担い手として（社会的入院を解消するために）国家資格化された。しかし、未だそれは実現されない。前項で、少し日本の精神病院事情に触れたが、そんなことは入院している患者さんからすれば全く関係のないことで、今日も明日も終わりなき退屈は続いている。入院当初に持っていた筈の怒りは、次第に鈍感になり、誰を何を憎めばよいのかすら分からなくさせている。こういうことを真に思えるようになったのは、恥ずかしながら、やはりイタリアの地域精神保健に触れたからだろう。

日本の統合失調症患者だけが重度慢性である訳がないのに、どうして地域で暮らせないのだろうか。これは、医療の質に問題があって、例えば統合失調症の特効薬をイタリアは持っているという事なのだろうかと思うと、それはどうも違っていた。精神病院を無くしたイタリアの象徴であるトリエステの精神保健センターで聞いた話と、帰国してから文献などを読んでみたところ、特効薬となるものがあつた。しかし、それは薬剤ではなく「当事者とどう向き合うか」につきるということだった。具体的に述べると、①精神障害者は社会が作りだしている。精神障害者に問題があるのではなく、受け入れない社会に問題があるとして、当たり前の社会生活を保障した。②患者と支援者は対等な立場であり、その人の病気を治してあげるではなく、その人の困りごとと一緒に解決するという関係性を築くこと。③例え急性期症状が強くても隔離はしない。（有形無形のあらゆる隔離を廃止した）とにかく落ち着くまで一緒にいて話を聞くこと。つまり、特別な治療薬は使っていない。そう考えるとショックであるが、だとすれば、自分自身も精神障害者に関わる他の職種も出来ることではないか。

連綿と続く、精神障害者への偏見。この研修を共にした御荘診療所の三好さん（看護師）が、第1回目の研修報告で「呉秀三の言葉から100年、何が変わったのだろうか。」と述べられていたが、正にその通りである。今まで、自分の身近にいる人への支援が精一杯と思っていた。それでよいと思っていたかもしれない。しかし、世界を目の当たりにして、今の状況を漫然と受け入れる訳にはいかない。そういう思いが今、沸々と湧き上がっている。

#### 5. おわりに

今回の研修を通じて、多くの出会いと経験を得た。研修最終日の夜、促進協会の仁木代表がこう話された「あなたたちは出会うべくして出会った仲間」と。この言葉を信じて、この社会を変えるべく力を磨き、また同じ志を持ったこの繋がりを大事にして、精神障害者が地域で当たり前に暮らせる社会が実現できるよう尽くしていきたい。

10日間という長いようで短い時間。大きなトランクにはその名残が詰まっていた。自分が無事に、旅を終え

られたのは、促進協会仁木夫妻のきめ細やかなバックアップとやはり仲間の存在でした。本当にありがとうございました。

そして、イタリアのワインとピザもやっぱり良かったけど、帰国してすぐに、宇和島病院の井上さん、御荘診療所の福田さんと餃子とビールで乾杯をしたのはここだけの話である。(福田さんは飲んでなかったかも…)

## \* 17回小倉金曜会・マルセイユの旅

大分県 寺町クリニック 太田 喜久子

平成 29 年 9 月 14 日台風接近のため博多に前泊、15 日福岡空港集合、仁川乗換。ここで北海道の早苗麻子先生と合流。参加者 10 名でフランスへ、谷中先生から早苗先生を紹介すると言われたままでしたので今回ご一緒することになりました。

フランス第 1 日夕方は空港内ホテルで宿泊、2 日目 TGV でマルセイユへ。この時期 90%は晴れの予報が雨、駅にはフランス人のパトリック&マリーゴ夫妻がお迎え、貸し切りバスでホテルへ。古いホテルで窓から見える湾には無数のヨットが美しい。市内観光をし、夜は漁師のスープと魚料理を食べるが塩辛い。途中から総勢 13 人となりセントマルグリット病院を見学、小児科児童病棟には母子ユニットがあり外来・入院母子の観察できる部屋が 6 カ所、当日利用者はなく職員 2 名が説明、予算が減額され職員数が減り活動が縮小しているとの説明を受けた。外来部門では発達障害、ADHD、知的障害と思われる児童が 1 対 1 でセラピーを受け、勉強もしている様子でフランスでは学業と治療が同時に行われている印象。日本の支援学級と支援学校が治療と同時に進んでいる様子。その後ロンドンから参加された元九州大学病院児童精神科教授吉田敬子先生の講演、周産期うつ病、母親のボンディングの研究で乳幼児期には母親のアタッチメントの問題が出てくる。母親が精神的な問題を持つ場合は母親から子供へのボンディングを治療の中に組み入れることが重要であると話された。ポンゾー教授と吉田先生は 30 年前 20 歳代に出あう、吉田先生は大学で児童精神科を作るため先進地を見学、ポンゾー教授は大学卒業し将来の選考を迷う時期での出会いで、再開した 2 人の教授の講演、冒頭に若き日の 2 人の出会いの写真を見ることができ、人との出会いの不思議さに感動。

午後はマルセイユの武道グループの見学、礼儀正し剣道、なぎなた、杖道が披露される。40 年前留学生であった森山先生がこの地で剣道を教えその後体育大学生が来仏し継続、彼らは日本で段取りのため再三来日している。夜はこの方々を招きブイヤベースの御馳走。カシの湾の中で夜遅くまで話が尽きなかった。



3 日目エクスプロバンスの泉とポプラ並木を歩きセザンヌの絵を思い出し、午後は寄木細工工場を見学。社長は 40 年前剣道を教えた生徒でいまでは世界中のお金持ちの人々からの注文を受け寄木細工フローアを制作。

その後マノスクで心理士の診療所を見学。古めかしい鉄のドアを開けて 2 階に上がると待合室、診察室。対面のイスとカウチが置いてある。ここでの仕事は週 2 回、1 時間の面接で費用は 50 ユーロ、人口 3 万人の町に 30 人の心理士が活動、バードン先生はラクンを師と仰ぎ治療し、難問に突き当たるとラクンの教えを思い出し解決してゆくと言う。また女性の心理士が隣の部屋で診療しているが当日は不在。診療対象は 1 歳半から老人まで、問題行動から精神病まで見ている様子。小さな問題から精神病までを見ることで精神科病床が少ない現状を補完出来ているのだろうか？ 寄木細工の社長夫妻とバードン氏夫婦を招き夕食。これで勉強は終わり、あとはアルルの跳ね橋を見て、カマルグで塩やワイン等たくさんの買い物をした。

最後の日はアレビオンの町、ここから TGV にのり空港へ。仁川で早苗先生と別れて一路帰宅。旅を振り返り人との出会いを大切にすることを学ぶ。小倉金曜会海外研修旅行は今回 17 回目、世界中の知り合いを通じて各国の精神科医療を知り、旅を楽しむことが目的である。還暦を海外で祝ってもらい、皆の年がわかると言う旅の仲間である。森山先生は小説家で「カシスの舞」の中で出てくる断崖を見ることができ旅の面白さが

各段とました旅でした。

## \* 宇和島から

### 公益財団法人正光会 宇和島病院 兵頭 俊次

急きよ、原稿を書いてほしいと長野先生に電話があり、書かせていただくようになりました。つらつらと思いつくまま、まとまりもない文章を書かせていただきます。

私が精神保健福祉交流促進協会の研修やセミナーに参加させていただくようになってから、それなりの月日は経っていると思います。生まれが愛南町ですので、最初は他県から来た方々を愛南町の一住民として、セミナーの準備等で対応させていただきました。「なぜこの田舎町にこれだけ全国の人たちが集まってくれるのか。」と訳も分からず参加していましたが、谷中先生はじめ、みなさんが故郷の地域精神保健福祉の取り組みを高く評価してくださっていたことなどが、私が精神保健福祉士の資格を取ったきっかけの一つだったように思います。今の法人に勤めるようになってからは、専門家の端くれとして、自分の知識や技術を磨く機会として、また全国の方と関わり、リフレッシュしていく貴重な機会をいただいていると思います。共通する悩みもありますが、私からすると果てにあるような実践をされている方も沢山おられ、本当にこの協会に参加することが出来て良かったと思います。

今回は現在の私の所属している病院の取り組みや地域の状況などを報告させていただきます。

私が現在住んでいる宇和島市は現在の人口が7万8千人弱の街です。このRPJNEWSを読まれている中には、愛南町に来ていただいている方も多いと思いますが、愛南町に隣接しており、車で40～50分ほどのところにあります。地方都市の例によって、毎年1千人ほどの人口減少は続いており、25年後には人口は5万人を切っていくようになって見込まれています。

私は平成20年1月に正光会に勤務しました。最初の5年間は相談支援事業所に勤務し、その後は精神科急性期治療病棟の精神保健福祉士として現在まで勤務をしております。急性期治療病棟では3か月の治療期間を目途に患者さんが退院できるように調整していくのが主な仕事になっていますが、上記のような過疎化・少子高齢化の波は押し寄せており医師・看護師など医療の担い手は減っており、人手不足の問題などから、業務の種類は年々増えています。



正光会宇和島病院

当院の特徴としては現在様々な疾患に対応した治療プログラムの充実といえます。プログラムの中で私が主に関わっているのは、うつ病・不安障害により、仕事を休職している方々への復職を目的としたリワークプログラムです。認知行動療法を主軸として、認知の在り方を修正し、問題に対処することを目標にリハビリを行っています。平成25年より開始し、これまでに54名の方が利用されており、80%の方が復職されています。開始当初は、精神科医療でしか仕事をしていない私が他業種の方にどういったアドバイスが出来るのだろうか、といった不安はありましたが、利用者の悩みを聞くと、やはり地域の課題から人手不足や業務量の増加などから生じるストレスなど共通する点も多く、利用者が復職する際の心構えなどを聞くと、自分自身が周囲との軋轢を解消し、ストレスをため込まずに仕事を続けるためにどうするかといったことにヒントをもらえることが多いプログラムでもあります。



リワークプログラムの様子

そのほかにもアルコール、ギャンブルなどの依存症者に対するARP(アディクシオンリハビリテーションプログラム)があります。前院長が銘打った「24時間・365日のプログラム」をほぼ実現しており、毎日、午前・午後と様々なプログラムが実施されています。断酒会など地域の自助グループとも連携して、夜間の自助グループに参加したり、休日には県外の研修会にも参

加しており、入院・通院の区別なく参加されています。全員がすべてのプログラムや自助グループに出ているわけではありませんが、非常にハードな予定を患者さん方はこなしておられ、次から次へと新たなプログラムを開発する担当者の熱意に私も見ていて舌を巻くほどです。その他にも若年の統合失調症の方を対象としたIMR など、疾患別の治療プログラムも沢山ありますが、一つ一つ挙げるとキリがないところもあり、割愛させていただきます。

また、今年度より当院では地域移行機能強化病棟を開設しました。県下の精神科病院では2箇所目の取り組みです。開設してようやく半年が経過しましたが、厳しい施設基準を達成するべくスタッフが奮闘しているところです。

地域の状況についてですが、平成20年に私が入職した当時は、精神障害を持った方が利用できるグループホームや就労支援の施設などの社会資源は当法人の関連施設や家族会が設立した団体がほとんどでしたが、この10年弱で民間企業の参入などで、障害福祉サービス事業所は増えてきており、利用者の選択の幅は広がっていると思います。一方で、それぞれの業務に追われて、就労や家事能力など生活の中の部分的なことは知っていても、Aさん、Bさんのことを聞こうとするときに置かれている状況や流れを全体的に把握している方が貴重になっているように思われます。(部分的な関わりが多くなったということは医療機関も同様ですが)

この宇和島地域での10年弱の仕事は前半が地域、後半が病院ときれいに分かれました。環境が打って変わり、病院に勤務した当初は閉鎖病棟での患者さんとの接し方に悩んだり、即断即決で済むことが多かった状況から、周囲への確認を重ねないといけないことなど、不自由さや煩わしさなどが増え、相応のストレスもありましたが、現場で学んだことや患者さん方に教えてもらったことなどでなんとか対処できてきたつもりです。一番下っ端だった時期が長かったですが、気がつけば後輩も増えました。若手の精神保健福祉士などは以前私が勤務を始めた時よりアシスタ的な業務が多くなり、相談援助以外の仕事が増えてきているようで、彼らも日々自らのアイデンティティに悩んでおりますが、私が彼らにどういったことが出来るか考えているところです。

先日、精神保健福祉士協会の全国大会のため、大阪に行きました。本当は1日のみ参加し、会の2日目から帯広のリフレッシュセミナーに続けて参加する予定だったのですが、台風のため残念ながら延期になったため、やむなく(?)大会の2日目もそのまま参加するように予定変更としました。大会のなかの内容で印象的だったのが、精神保健福祉士は調整者としての役割が強くなり、改革者としての役割が弱くなっているといった話があり、自分のここ数年の役割も調整的なことが大半だった、と反省しているところです。

今年から協会が新体制となり、運営の話し合いに参加させていただいたこともありました。私事でしばらく忙しくなり、その後の話し合いには参加出来ていないため、大変申し訳なく思っている次第です。改革といった大層なことが私に出来るかわかりませんが、次の10年は協会で知り合ったみなさんの教を元に、少しでもこの宇和島地域を精神障害者の方々に住みやすくできるように尽力していきたいと考えているところです。

次のセミナーでみなさんとお会いできることを楽しみにしております。

## \* 原木椎茸の栽培

公益財団法人正光会 就労支援事業所「南生」担当 作業療法士 田上 純一

原木椎茸の栽培を担当するようになったのは、昨年10月ごろでした。そのとき、紹介してもらったのが、愛南町で長年原木椎茸の栽培を行っていた下田勝重さんでした。初めてお会いしたときに、「本気でやるなら教える」と言われたのを覚えています。福祉の事業所の活動としてではなく、本気で原木椎茸の栽培を行いたいという思いを、まずは下田さんに認めてもらう事が必要だと覚悟を決めました。椎茸が生え始める11月ごろからは、出来る限り下田さん宅のほだ場に伺い、種菌の技術や効率的な栽培の為の散水方法、収穫に至るま

で、惜しみなく自らの経験を教えていただきました。また、これまで栽培を行ってきた場所よりも栽培に適した場所として、元椎茸農家の方の山を紹介してくれたり、県内の原木椎茸の栽培が盛んな地域の農家の視察に誘ってもらったりと沢山の方とのつながりも作って貰いました。

愛南町内での原木椎茸の栽培農家は年々減少し、数件となっています。下田さんからは「もう次はあんた達が(町内の原木椎茸栽培の)中心になるけん」と言ってもらえるようになってきました。自分たちが地元の産業を守る担い手となって、町に

とって必要とされる存在になる事で、共に働く障害者が支援される側ではなく、町にとって必要な存在になっていく事につながっていくと感じています。



#### \* 事務局からのお知らせ

##### ① 第12回イタリア地域精神保健視察研修ツアー参加者募集中

今号で昨年イタリア研修ツアーにご参加いただいた形部様の原稿を掲載することが出来ました。皆様、是非今年の研修ツアーに参加されませんか？

まだ若干余裕があります。ご参加是非ご検討ください。(催行は決定です)

期間 2017年11月20日(月)～29日(水)10日間 全研修通訳付き

参加費 39万8000円(シングルルーム使用は+7万円)

※空港諸税・燃油サーチャージは別途ご負担ください。

参加申込書はホームページよりダウンロードしてご使用ください。

##### ② リフレッシュセミナーin 帯広・十勝 開催中止のお詫び

9月16・17日開催を予定しておりましたセミナーの開催を中止させて頂きましたことで、参加を予定されていた皆様、帯広で開催準備をしていただいた皆様に大変ご迷惑をおかけしましたこと、大型台風接近が理由ではございましたが、心よりお詫び申し上げます。



—編集後記— 今回は色々な原稿をいただき感謝です。イタリア参加1年後の形部さん「転換期」という言葉印象的です。シイタケ栽培の田上さんも1つの転換期ですね。兵頭さんもこの原稿がきっかけで人生の見直しが出来ていると嬉しいです。太田先生「マルセイユは遊び」と仰っていたのに、ハードな研修ツアーだったのですね。10月1日マルセイユテロのニュースが目飛び込んできて、先生良いタイミングで帰ってこられた。と安堵しながら9月号を2日遅れで纏めています。(Mamoru.Niki)

特定非営利活動法人 精神保健福祉交流促進協会 TEL090-1811-7119