

RPJ News

2019年 1月号

特定非営利活動法人(NPO法人)
精神保健福祉交流促進協会 Refresh Project
〒130-0001 東京都墨田区吾妻橋2-17-7-801
毎月1回発行 E-mail ref-pj@mx5.ttcn.ne.jp
発行責任者：志井田美幸/ 長野敏宏/ 仁木守
連絡先 090-1811-7119

ホームページ <http://www2.ttcn.ne.jp/ref-pj/>

内 容

- * 大切な節目の年の幕開けを感じています
理事長 (公財)正光会 御荘診療所 長野 敏宏
- * 猪突猛進の新年が明ける
理事 大分 寺町クリニック 太田 喜久子
- * ご挨拶
理事 埼玉県済生会なでしこメンタルクリニック 白石 弘巳
- * ご挨拶
理事 尾道のぞみ会 理事長 高垣 孔幸^{よしゆき}
- * 新年あけましておめでとうございます
理事 (社福)ひつじ 理事長 藤田 安
- * 今年の抱負～平成の締め括りを迎えて～
理事 出雲市役所 三島 武司
- * あらためて過去をふりかえって今年は何？
監事 エスポアール出雲クリニック 高橋 幸男
- * 年賀
監事 (公財)正光会 宇和島病院 渡部 三郎
- * 新年のごあいさつ
実行委員 NPO 法人むげん 藍田 寿弘
- * 2019年の始まりに
実行委員 (社福)ひつじ 大田 佳代
- * 新年のご挨拶
実行委員 青森県つがるねっと 代表 貴田岡 武
- * 新年のご挨拶
実行委員 尾道のぞみ会 橋本 周治
- * 新年あけましておめでとうございます
実行委員 エスポアール出雲クリニック 高尾 由美子
- * 新年のご挨拶
実行委員 (公財)正光会 中野 良治
- * 事務局からのお知らせ
○ 2019年第13回イタリア地域精神保健視察研修ツアー募集のお知らせ

* 大切な節目の年の幕開けを感じています

理事長 (公財)正光会 御荘診療所 長野 敏宏

2019年がスタートしています。私たちの協会にとっても大事なふんばりどころの年、次につないでいきたいと決意を新たにしています。

今年も、よろしく願いいたします。

◎ 昨年は、大切な大切な仁木美知子前理事長を失いました。同時に、ご病気を患ってからも、全てを協会・日本の精神科医療保健福祉の為に生命をかけて取り組んでおられたことを知りました。日本の現場のひとりひとりを海外のすばらしい実践の場にお連れし、世界的一流の実践家に会わせてきたのです。ご自身の治療も、「協会の活動に同行できるかどうか」だけを基準に選択されてきたように感じています。それも、谷中前々理事長のご病気が分かる前から...。その覚悟をどうつなぐか...。私にはまだ何の答えも見えませんが、諦めず、協会会員の皆さん、また、日本の精神医療保健福祉をより良くしたいと考えている皆さんと相談しながら、活動をつないでいきたいと思えます。くれぐれも、よろしく願いいたします。

一周忌の時期に、「偲ぶ会」を企画したいと思えます。1泊2日で、できるだけ多くの皆さんが参加できるように関東での開催。各地でのリフレッシュセミナーや海外セミナー、また事務局での前理事長のさりげないお気遣いや私たちの気づきへの支援、また楽しかった思い出などをできるだけ多くの方にリレーで語っていただきながら、協会のこれからのヒントにしてきたいのです。日程、場所、会の持ち方、まだ白紙です。ご協力お願いいたします。

◎ 帯広セミナーでは、大変お世話になりました。三上さんをはじめとした帯広の皆さん、国立精神神経センターの藤井先生、島根の東さん、遠路参加して下さった皆さん、本当にありがとうございます。テープ起こしから書籍化の準備を仁木守さんの精力的なご協力を進めています。帯広の皆さんにはまた校正でもご尽力をいただいています。ありがとうございます。

◎ また、昨年は西日本豪雨災害がありました。まだまだ各地の復興には至っておらず無力な自分たちに焦りさえ感じますが、協会の皆さんの迅速で、暖かいご協力本当にありがとうございました。今後とも、よろしく願いいたします。また、各地で、お手伝いが必要なことがありましたら、ぜひ、情報をお寄せください。

◎ イタリアツアー、仁木守さんも再度参加いただき、私自身も同行し、もういちどセミナーの意味やあり方を見直したいと予定しています。皆さんの参加をお待ちしています。

大切な節目の年の幕開けを感じています。力不足甚だしく、皆さんには大変お迷惑をかけますが、よろしく願いいたします。



* 猪突猛進の新年が明ける

理事 大分 寺町クリニック 太田 喜久子

今日は新年のフットサルチーム・寺町ユナイテッドの初活動があった。参加している利用者は次の試合を心待ちに練習を始めている。このチームはサッカー経験のあるスタッフと、デイケアで20代の利用者が多いなか、運よく昨年誕生した。どこかの集まりで「スポーツは何よりも治療的である」とアピールしていた言葉に触発されていつかはチームを作りたいという思いがあった。去年のデイケア学会でフットサルチームの募集があり、これを目標にスタートしたが場所が見つからないことで試合は中止になった。これは幸いでいまだチーム力が無い状態でその後もこつこつと練習を積んで、昨年12月第11回九州・四国スカンピオカップ大会にデビューできた。福岡大学のサッカーコートの初試合に応援に駆けつけ、スポーツ音痴の私はサッカーよりもコートが小さく選手人数も少なく、女性が一人はいるのが試合ルールであると応援しながら

教えてもらい感動していた。大会直前にできた朱色のユニフォームが動く中、初出場 5 位 2 勝 1 敗で選抜チームに 2 名が選ばれた。選抜チームは聾啞障害のデフチームと試合をした。聞こえない状態を手話で合図しながらコート一面に動く姿は感動。勝って泣き、負けて泣きの日。あれから 1 ヶ月 H31 年 1 月は別府・太陽の家主催の大会にメンバーの強い希望で参加予定。

トリエステで精神障害者サッカー世界大会が開かれていると、他人事のように聞いていた年の協会のイタリアツアーに私は参加していた。年月が流れて、今私たちは精神障害者ソーシャルフットボールの活動を始めている。去年は退院後支援という活動もしている。

今の活動の下地は高垣さん、谷中先生、美知子さんは黄泉の国に行かれたけれど一緒に学んだ体験からであり、私の中で少しずつ芽が出ていると気がつく。この協会で学ぶことはまだある、これからの協会の活動を続けて欲しいと願う新年、猪突猛進の年明けです。



* ご挨拶

理事 埼玉県済生会なでしこメンタルクリニック 白石 弘巳

皆様、あけましておめでとうございます。

本年もよろしく願い申し上げます。

私は、昨年 3 月で 13 年間勤務した東洋大学を辞し、現在は鴻巣市に埼玉県済生会が昨年 6 月に開院したメンタルクリニックに週 4 日勤務しております。併任で済生会鴻巣病院(月、水午後)、道草会浜田クリニック(金午前)、正慶会栗田病院(土午前)に勤務しております。その結果、65 歳を過ぎて初めて、月曜日から土曜日まで毎日外来診療を行う状況となりました。また、他に社会福祉法人「めぐはうす」の理事長、ジャパン・ファミリーワークプロジェクトの代表理事も務めさせていただいております。残された職業人生はそれほど長くないと思いますので、あとは燃え尽きるまで支援を必要としている方々のために力を尽くす所存です。

会員の皆様のご活躍は、会報を通じて毎回うれしく拝見しております。私も大学を退職したらイベントなどに参加させていただくつもりでございましたが、現在、教員の時以上に時間が思うに任せなくなりました。今年も、遠方で行われる活動への参加は難しいかもしれません。東京近郊で行うことであれば何とか時間を作りたいと考えておりますので、お声をかけていただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

* ご挨拶

理事 尾道のぞみ会 理事長 高垣 ^{よしゆき} 孔幸

新年あけましておめでとうございます。皆様方には、旧年中に格別なご高配を賜り、まことに有難く厚く御礼申し上げます。

2019 年の干支、己亥(つちのとい)は「内部の充実を心がけ、次のステージの準備をすると良い年」だそうで、新元号を迎える年でもあります。皆様にとって、すばらしいステージになりますよう、心よりお祈り申し上げます。

本年も、より一層のご理解、ご支援を賜りますよう、お願い致します。



* 新年あけましておめでとうございます

理事 (社福)ひつじ 理事長 藤田 安

新年あけましておめでとうございます。

もう 10 日を過ぎてしまっからの新年のご挨拶は、さすがに冷めたコーヒーを差し出すようで決まりが悪

いのですが、ここは「気張って」、『旧年中のお付き合いを感謝し、めでたく新年を迎えることが出来たことを、皆様と喜びを持って噛み締めたいと思います。今年も昨年に増してのご厚情を賜りますよう、宜しくお願い申し上げます。』

昨年的一年間は、10年分を働き、苦しみ、もがいた年になりました。そうはいつでも、真に皆のための働きであったかと自問すれば、自分に厳しくなれない私の性分が『この辺でいいにしておこう。』と囁いているのを知っておりましたので、この辺りはご容赦頂きたいと思っているところです。ただ、正直言って、事業拡大を単純にしたかったわけではありませんし、それによって最も不得意とする集団をまとめるということを含め、今まで以上に気を使ってしなくてはならなくなったことは、もう老境の身に在りながら、益々働けと鞭を打たれるようで如何ともし難い物を感じていました。今年こそは、と、そう思って走り続けてきたわけですが、あと数年は頑張らないと自身の責任を果たしたとこまで到達できなことが分かっていますので、今しばらくは、毎日の散歩を絶やさぬようやり続けるのと同様に、この身を捧げ程よい所で努力していきたいと思っています。特に新規事業が軌道に乗るところまでと、中途半端になっている少しの事業所のテコ入れは見ないで通り抜けることが出来ないだけに、終わり良ければ総てよし、と、自身が思えるところまでが一区切りと持っています。

今年も、何かとお世話になることの方が多くなると思いますが、どうかお付き合いのほど宜しくお願い致します。



* 今年の抱負～平成の締め括りを迎えて～

理事 出雲市役所 三島 武司

みなさん明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいいたします。

さて、平成もいよいよ締め括りの年を迎え、私の市役所生活も残り5年余りとなりました。その間、様々な職場を経験しましたが、現在は総合政策部(政策企画課)というところで、主に市の総合計画の策定や市長の施政方針の作成など、長年関わってきた福祉行政とは関係の薄い仕事をしています。

昨年は、毎年恒例となっている「今年の漢字」に、なんと「災」が選ばれました。出雲市においても、2月上旬に記録的大寒波が襲来し、寒さに震える中で一年がスタートしました。その後も、4月の島根県西部地震、7月の西日本豪雨、「命に関わる暑さ」と表現された夏の猛暑、9月には次々と発生し、上陸する大型台風と、まさに「異常気象」に翻弄され続けた一年でした。

出雲市はそれほど大きな被害は受けませんでした。7月の西日本豪雨は中四国を中心とした多くの地域に深刻な被害をもたらし、現在でも復興に向けて懸命に努力しておられる方が多いと聞いています。本協会の長野理事長が愛媛県宇和島市の災害復興にいち早く積極的に関与されたことは特筆すべきことだと受け止めております。

私は2011年から年2回程度石巻に震災支援に出向き、被災地の状況をつぶさに見てきました。既に震災から8年近い年月が経ち、全体としては復興が進んでいることは確かですが、個々人に目を向けると復興度合いの格差は大きくなっているようにさえ感じられます。阪神淡路大震災の例を見るまでもなく、東北の被災地が本当の意味で復興するまでにはまだまだ息の長い支援が必要だと感じています。

地球規模の気候変動が進行しつつある中で、大規模災害はいつ・どこで発生しても不思議ではなく、地域を越えてお互いに助け合うことは必須になりつつあると感じています。一方、2002年に活動を開始した本協会は、大きな変革の時期を迎えていると思います。この機に、災害時の応援体制の構築をみなさんと検討することはできないかと考え始めています。前述のとおり、災害時の応援にも様々あり、発災後のいち早い対応が求められることから、数年、場合によってはそれ以上の息の長い支援が求められることも多くあります。本協会の特徴は、構成団体が全国に広く分布していることであり、普段の活動には若干不

便を感じることはありますが、一斉に被災することは考えられません。

被災地から遠く離れているからこそできる支援・助け合いを考えてみてはいかがでしょうか。

* あらためて過去をふりかえって今年は？

監事 エスポアール出雲クリニック 高橋 幸男

昔から「何でそんなに生き急いでいるの？」と言われることがあった。今でも医療やケアの理念は到達点になお遠く、やるべきことは少なくないと感じている。精神保健福祉交流促進協会の目的のひとつは、普段の臨床のくたびれをリフレッシュすることであるが、あまりリフレッシュできないまま(?)、いつの間にか、70歳を越えていた。協会の導き手であった谷中輝雄先生や仁木美知子さんが亡くなられた年齢になっているのである。お二人のことを考えると切なくて、相変わらずの自分の人生を思うと複雑な気分である。

そんな気分の中で、今年の年頭のメッセージを書こうとして、ふと、今まで自分は何をしてきたのだろうかと考えていると、30数年前の隠岐島という離島での一人精神科医として過ごした経験が思い浮かんだ。自分の舞台だと思ってきた地域精神科医療について決定的な示唆を与えてくれた隠岐島のことである。

そもそも、統合失調症の患者さんに限らないが、症状が重度で慢性的な場合であればなおさらのこと、生活を少しでも良くするには精神科医療だけでは不十分で、周囲の様々な人とつながっているほうが有利であるのは自明のことである。そのような当たり前のことを学ぶきっかけになったのが、隠岐島での体験なのである。

30年数年前の隠岐島では、統合失調症の患者さんは保健師が中心となって、訪問活動を繰り返す中で地域の人と協力して支える体制が出来ていた。保健師は、保健所(県)の保健師も町村の保健師も全員が隠岐島の出身者であり、保健所の保健師は何年も異動がなかった。これは最大の特徴であり強みだった。それにリタイアした地域の年配の保健師も若い保健師の手本になって一緒に活動していたのである。



隠岐島の精神科医療の現実として、過去には症状が悪くなって本土の病院に入院せざるを得なくなると、容易に島に帰れないためほとんどの場合長期入院になっていたことから、症状が不安定な人を同郷の保健師たちは協力し連携し合って何とか落ち着くように訪問を繰り返し、身近に寄り添って支えていたのである。そんな中で40年位前から、鳥取大学精神医学教室と島根県精神科医懇話会の有志の先生方8人が中心となって隠岐島での診療を行い、隠岐病院に25床の精神科病棟を確保することができたことは大きな収穫であり、前進であった。しかし、定着する医師がいなかったこともあって、上述したように、症状が不安定な人を保健師たちが中心になって、周囲の人の協力を得ながら支えていた。

当事者の人も離島の日々の暮らしの中でいろいろ役割を持って暮らしていた。今でも友人づきあいしている統合失調症のYさんは当事者の中心的な存在だったが、神主として地域の中で立派な役割を担っていた。さらに当事者同士で支えあう姿もあった。ピアカウンセリングである。服薬中断で急激に重篤な悪化を示し本土の病院に入院せざるを得ない状態と思われたKさんが、最終的にはYさんの説得で服薬再開し、何とか入院せずに済んだこともあった。その他にも地域の様々な立場の人たちのいろいろな協力を得ることができていた。隠岐島には3年いたが、精神科医としてできることには限界を感じざるを得ず、いろいろな人の力を借りないと患者さんを支えられないと身をもって知った。

本土に帰った後、隠岐島をイメージしながら“精神障害の人が地域で普通に暮らせる社会づくり”を合言葉に立ち上げたのが、今の“ふあっと”(出雲の精神保健と精神障害者の福祉を支援する会)である。

あれから30数年になるが、“ふあっと”の人のつながりは、出雲では精神保健福祉の領域を中心に、いろいろな分野の人たちと交流を生み出し、多機関多職種の人たちが連携したネットワークが幾重にも構築されている。

当院も、“ふあっと”を背景にして、1991(平成 3)年に出雲市で初めての精神科診療所として開院した。地域精神科医療の拠点となるべく、各種のデイケアを併設し、介護保険関連の地域密着型の施設も運営し多機能型精神科診療所として活動している。PSW などのコメディカルとともにアウトリーチとして訪問診療や訪問看護、それに相談支援や就労支援も行っているが、症状の重い患者さんも当院に通院しながら、訪問看護ステーションをはじめとする“ふあっと”つながりの多機関多職種の支援を得て地域で生活できている。

ここまで書くと、何か立派にできているように思えるが、本当に隠岐島のようにできているのか。イメージ的には、道はなお遠い気がする。それどころか、自己満足に陥り、慢心を生み出しているような側面もあって、これからのことを考えると気が重くなる面もある。

新年のメッセージが長々とした駄文になってしまったが、今年はまだ一度初心に戻って生き直したいと思っている。

* 年賀

監事 (公財)正光会 宇和島病院 渡部 三郎

新年明けましておめでとうございます。

長野理事長のもと、新体制となります。

精神科医療の入院医療中心の本質的な変化は、一部を除いて不十分です。老弱化を横目でにらみながら、地域包括ケアネットワークの風を受け、多様な精神疾患への対応を行いながら、新たな活動を続けていくこととなります。

先にゆかれた谷中先生、仁木美知子さんの、人とのつながりや分かち合いを大切にされたことを想いながら、進んで参りたいと思います。

今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

* 新年のご挨拶

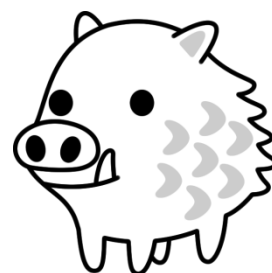
実行委員 NPO 法人むげん 藍田 寿弘

何となく、今年が良いことがあるごとし。元日の朝、晴れて風なし。

石川啄木が明治の末に東京で詠んでいる。

年が改まった。富山は昨年末からの寒波で雪景色である。しかし、同じ雪でも何かいつもとは違って引きしまって見える。

「元日の朝は良いものだ」そんなことを思えた年の初めだった。



谷中初代理事長の紹介を受け赴任した「京都での6年間の教員生活」を終え、昨年、4月からは富山での新たな生活が始まった。その日々の中で改めて感じたのが「富山の豊かさ」であった。

兵庫県の田舎で育ち、名古屋での学生生活を送った私が、この40年以上、五感で感じてきた「富山県の豊かさ」そのことをもっと客観的に理解したいと長年思い続けてきた。

「富山は日本のスウェーデン」(集英社新書)著者は井手英策慶応大学教授だ。

井手氏は富山県の正社員の割合が全国3位で、雇用を生み出す効果がある製造業が集積し、比較的賃金も高くなることを指摘し、富山の強みの一つとしてあげている。

また、全国に広まった、惣万さんの実践に代表される小規模多機能の「富山型」や、舟橋村の『子育て共助のまちづくり』など家族の機能を担い、公・共・私のベストミックスのモデルになる取り組みがたくさんあ

り、これが希望だと言っている。

私が昨年 10 月から勤務している「NPO 法人むげん」の理事長は、精神障がい者を主としたサービス事業所を運営しながらも、子供が少なく高齢者が多くなっている「おらが街」(半径 1 キロ少しの地域)にこだわって、住民を中心に行政や企業なども含め、みんなで支え合い、ニーズを満たす仕組みづくり・実践を目指そうとしている。

勿論、今はまだまだ「夢」である。

しかし、「サービス利用者」「住民」を主人公にしなが、少しずつ着実にかたりにしていくことを多くの方々と共に、私自身も目指したいと考えている。

今年もよろしくお願いいたします。



* 2019 年の始まりに

実行委員 (社福) ひつじ 大田 佳代

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

とつても暑い夏が長く続き、秋を感じることはほとんどないまま、気が付いたらお正月で、季節を感じるできない 2018 年後半でした。台風、大雨、地震など災害も多くあり、地球がどうにかなってしまっているのではないかという気がしています。

生活支援センターいろいろが始まった頃は、365 日休みなく開所していました。1 月 1 日に仕事をしながらも、普段とは違う「お正月らしさ」を感じていました。それが今では、年末の慌ただしさも、お正月の静かさ、日常とさほど変わりがありません。気候だけでなく、ありとあらゆることがどんどん変わっていきます。私たちが生活する環境もどんどん変わっていきます。その変わっていく波に呑み込まれることのないように、流れをよく見て、感じとって行動していかなければいけないと気持ちを引き締めています。

2019 年が精神保健福祉交流促進協会、そして皆様にとって幸せな年になりますようにお祈り申し上げます。

* 新年のご挨拶

実行委員 青森県つがるねっと 代表 貴田岡 武

皆様、新年あけましておめでとうございます。皆様体調はいかがですか？私は今年のはじめからインフルエンザにかかり、とんだ 1 年のスタートになりました。まあ色々ありますが仲間に支えてもらいながらなんとかやっています。

私どもの事業所も無事 2 回目のお正月を迎えまだまだ安定しない経営の中なんとか町に少しずつなじんできたのではないかと思います。遅ればせながらもピアサポートも動き出し元気なピアが増え、色々歯車がかみ合ってきたように感じます。

今年も「やさしく・つよく・おもしろく」を念頭に置いて色々と挑戦していきたいと思います。

* 新年のご挨拶

実行委員 尾道のぞみ会 橋本 周治

新年あけましておめでとうございます。皆様いかがお過ごしでしょうか？

私は久しぶりに年末年始をゆっくり過ごしました。仕事のことなどすっかり忘れ、映画の DVD をたんまりレンタルして見続け、ため込んでいた本を一気読みし、元日から友人達とラグビーをしてへろへろになり、自転車で激坂にチャレンジしてさらに吐きそうになるなど、日頃のストレスをしっかりと発散してリセットできま

した。

仕事始めの1月4日には利用者の皆様と一緒に手作り新年会をし、気持ちも新たにしているところです。

広島県はまだあちこちに災害の爪痕が残っていますが、JRもようやく全線復旧し徐々に復興の兆しを感じられます。

2019年は皆様にとって善き年となりますよう、心より願っております。本年もよろしくお願いいたします。



* 新年あけましておめでとうございます

実行委員 エスポアール出雲クリニック 高尾 由美子

新年明けましておめでとうございます

平成最後の新年を迎えました。エスポアール出雲クリニックも開院して28年になり理念を大切にし人をつないでいく大事な時期です。

協会にとっても大きな転換期となろうかと思っています。協会も関係者が協力しながら、新しい方向性を考えていかなければならないと思います。

昨年の帯広・十勝の研修会では、若い人達のエネルギーを感じ頼もしく思いました。

本年も宜しく願います。

* 新年のご挨拶

実行委員 (公財)正光会 中野 良治

みなさん明けましておめでとうございます。

休日にこの文章を書きながら昨年を振り返っております。仁木美知子前理事長がお亡くなりになられ、悲しみと驚きで何とも言葉にできない感情の中、自分たちも美知子さんの意志を少しでも引き継がなければと思っていた最中、西日本豪雨により各地で被害が発生。愛媛県南予地方でも大きな被害を受けました。さらには台風、北海道での地震と自然災害による被害が続きななか心が落ち着かない年でした。また事業所で火災が起こったこと(ケガ人はいませんでした)、プライベートでも・・・色々ありました。

今年は様々なことをしっかりと整理しながら着実に前に進んでいきたいと思っています。5月にはイタリアツアーが予定されています。皆さんもぜひ！

どうぞ今年もよろしくお願いいたします。



* 事務局からのお知らせ

○ 2019年第13回イタリア地域精神保健視察研修ツアー募集開始のお知らせ

期間 5月13日(月)～5月22日(水)

参加費 39万8000円 ※燃油サーチャージ・空港諸税は別途

詳細はHPまたは先月号(12月号)をご覧ください。

—編集後記— 今年も宜しく願います。多くの皆様が美知子に心を寄せて頂いたこと感謝いたします。彼女は子供の成長後大学にチャレンジ、1989年卒業後やどかりの里に心理士として就業しました。この世界で約30年、皆様のおかげで悔いのない一生であったと信じています。有難うございました。私は第二の人生として皆様に受け入れて頂きました。もう少し皆様に恩返しを、と考える新年です。(仁木守)

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