

# RPJ News

2026 年新年号

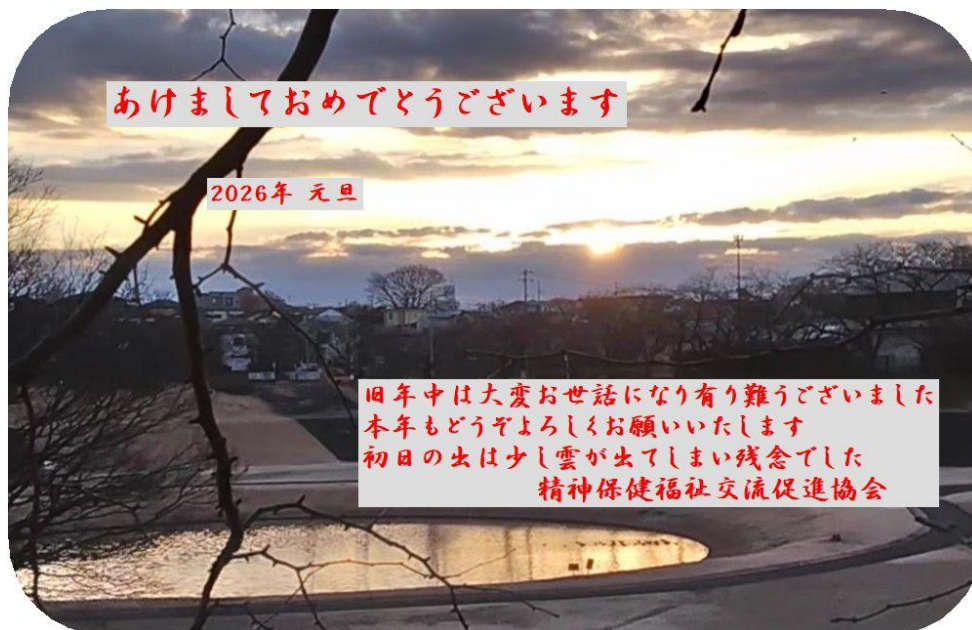
特定非営利活動法人(NPO法人)

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

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



## 内 容

### \* 新年・まためぐる日を迎えて

協会理事 大分・寺町クリニック 太田 喜久子

### \* 2026 年の抱負

協会理事 白石 弘巳

### \* ヴィレッジが目指そうとしたもの・現場実践の今

協会実行委員 NPO 法人むげん 藍田 寿弘

### \* 新年のごあいさつ

協会実行委員 株式会社つがるねっと 代表 貴田岡 武

### \* 新年を迎えて

協会実行委員 エスポアール出雲クリニック 形部 周平

### \* ご挨拶

協会実行委員 橋本 周治

### \* 新年・まためぐる日を迎えて

協会理事 大分・寺町クリニック 太田 喜久子



2025 年 11 月 22 日から開催された日本デイクケア学会終了後、東日本大震災・石巻市大川小学校跡を見学した。ここは大震災 1 年後、この協会初代理事長谷中先生案内ツアーで見学しています。当時まだ震災跡がくっきり残り、あと片付けも出来てないままの跡地に手を合わせました。夕方の懇親会では仙台に住む半田先生が、病氣療養中であった谷中先生の肩に手を当て歩かれていました。谷中先生

は病気が既に進行していたのですが、それとも知らず私は「先生が参加されない海外研修はつまらない」と発言をしたところ「飛行機に乗ったら内臓が破れるよ」と笑いながら言われました。

今回は大川小学校のこの時を伝える伝承者の説明があり、自身も娘さんをここで亡くされておられるとのことでした。伝承館の窓から子供達 34 人が重なり合って倒れ死んでいた場所が見え、登り逃げたら助かっていた山の斜面がすぐそこに見え、学校が崩壊しても「未来を拓く」という文字が残って何かが伝わり涙が溢れてきます。

2 つのツアーが重なり思い出と無念さが交差し、また巡り合えたこの場からもらったエネルギーを明日の精神医療と福祉の未来を拓くに繋げたい。この協会の活動は今もわたしの中に生きています。

今年どこかで協会の皆様とお会いできるのを楽しみにしています。



## \* 2026 年の抱負

協会理事 白石 弘巳

「仲間は素晴らしい。生きる勇気を与えてくれる。がんばる力を与えてくれる。励みにもなり、目標にもなる。会うたびに健康の確認もし、生きている喜びをわかちあえる。あそこにも、ここにも我々の仲間がいる。一人ではないのだ。自分たちだけの活動ではないのだ。全国いたるところに仲間が存在する。年に一度集い成長を確認し合い、また次なる目標に向かって進んでいく。自分にはない良さを発見し、自分たちの活動に良いところはとりこんでいく。自分たちの活動の良さを確認しさらに前進させていく。自分の健康は自分で守るという精神を養い、健康のコントロールをも学んでいく。仲間うちで健康を保持する生活の知恵をわかちあう。まだ仲間を持たぬ孤立した人達へも呼びかけ全国各地に活動の輪が広がることを願う。精神病棟にだけでなく、地域の中に生活の場を持つことの実現に向かって手を結んでいく集いである」。

この力強いアピールは、谷中輝雄先生が、「全精社連」(全国精神障害者社会復帰活動連絡協議会)の第 2 回大会の冒頭で会長として挨拶した時のものだそうです。これは、「精神医療」1990 年 10 月号(第 19 巻 2 号)に谷中輝雄先生が寄稿された「わが国の当事者運動の流れと今後について」という論文の中の一節です。この中で、谷中先生は、1975 年 7 月に当事者活動の一環として「全国交流集会」を立ち上げ、それが発展して「全精社連」の立ち上げに至った経過について述べておられます。私は、縁あって、上野の浜田クリニックに 2024 年の閉院まで非常勤として勤務していました。この「精神医療」誌は、閉院の際、先代の浜田晋先生が所蔵されてきたものを頂戴した中の一冊です。浜田先生は松澤病院を辞め、「下町の精神科医」として創成期の精神科診療所で活躍された方です。

私は、谷中先生の挨拶を読み、谷中先生が自分自身に言い聞かせているように聞こえ、そして同時に、私や Refresh Project のメンバーに対して、今呼びかけておられるようにも聞こえました。

「精神医療」誌の他のバックナンバーも見てみましたが、谷中先生は、1979 年 6 月号(第 31 巻 2 号)の「病者・家族にとって精神医療とは」という特集の中で、「患者の立場から望む精神医療」という論文を寄稿されていました。この論文には、精神医療の各方面にわたる「やどかりの里」のメンバーの要望がまとめられているのですが、「医師に対して」という項の中に「医者は何人も患者をみるから慣れてしまっているのかもしれないけれど、もっと自分たちの訴える症状に対して、新鮮さを失ってほしくない。症状は同じでもその人によっては意味は違うのだから」との意見がありました。そのうち、「新鮮さを失ってほしくない」という部分に浜田先生が万年筆でアンダーラインを引いておられました。

浜田先生のような先覚者も、この指摘に思うところがあったのだと思います。

というわけで、私の今年の抱負は、「初心を忘れず臨床に向き合い、Refresh Project の活動に参加する」にしたいと思います。

皆様、本年もよろしくお願い申し上げます。

## \* ヴィレッジが目指そうとしたもの・現場実践の今

協会実行委員 NPO 法人むげん 藍田 寿弘

新年、あけましておめでとうございます。今年も宜しくお願いいたします。

一月日は百代の过客にして、行き交う年もまた旅人なりー

(俳人松尾芭蕉の紀行文『奥の細道』の冒頭の一節で、時間は永遠に過ぎ去る旅人のようなもので、やってきては過ぎていく年もまた旅人である。終わりにく流れる時の中で生きることを旅になぞらえていることばだと言われています)

昨年 12 月に発行いただいたメンタルヘルスとウエルフェア第 9 号をお送りいただき、感謝と懐かしさをかみしめながら読ませていただきました。

谷中輝雄先生、仁木美知子さん、バンホーンさん、デービットさん、マーサさん、マーク先生、秋吉光雄・秋吉芳美さん、熊谷順子さん・・・お一人おひとりの顔や場面、会話がよみがえってきました。

仁木美知子さんの「リカバリーの実践」の「はじめに」の文章を読みながら 1995 年、私が第 1 回ヴィレッジセミナーに参加した時のことを思い出しておりました。その中で、今でも印象に残っているものを一つだけご紹介したいと思います。

それは、研修初日にバンホーンさんが言われた「人は幸せを求めている。しかし、幸せは一人ひとり違う」「われわれの役割はそれぞれの夢や希望を聞き、それをお手伝いすることだ」というものでした。

私は日本福祉大学での 4 年間を通じて「普遍的な人の幸せ」を探し学び続けました。しかし、そういった普遍的な「幸せ」について「これだ」というものを深めきれず、卒業し、すぐに富山県にある民間の精神科病院に就職しました。

当時の精神科医療の現状を踏まえながら、約 20 年をかけて、病院でのソーシャルワーカーとして仕事をしながら、多くの関係者と共に地域家族会や地域断酒会などの自助グループ、タイプの違ういくつかの共同作業所、そして、今ではソーシャルファームといわれているような株式会社の設立や運営に関わっていました。

そんな時、阪神淡路大震災がおき、芦屋保健所に日本精神医学ソーシャルワーカー協会から医療チームの一員として 1 週間派遣され、震災時におけるメンタルヘルスにかかわる様々な状況にふれることになりました。しかし、一方で阪神・淡路は私が生まれ育った地域でしたので、その変わり果てた町々の景色や人々の生活に触れる中で、テレビなどのマスコミ報道では伝わってこない様々なものを自身の五感で感じると同時に、それまでの実践の見直してみたいとの思いが強くなっていました。ある意味で燃え尽きる寸前のそのタイミングに谷中先生から「やどかりの活動に似たことをアメリカでやっている、研修ツアーを企画しているので行ってみないか」と誘っていただき、第 1 回のヴィレッジセミナーに参加しました。

あれから 30 年を経た今、富山県にある NPO 法人むげんで日々、現場での仕事をしています。

先日、富山県立大学の看護学生が 4 日間、むげんで実習をしました。その学生から「利用者の方々と人として出会うことができた。病気や障害があっても一人ひとりがいきいきと明るく、助け合いながら夢や目標に向かって作業や日常生活を充実させながら過ごしておられる」と驚きと感動のこもったレポートを提出してもらいました。

すこし手前味噌で大げさな表現になってしまいましたが、法律や制度の変化があり、サービス等利用計画や個別支援計画が機能してきたとは言え、30 年前とは少し違った状況が目の前で展開されているように感じています。

ー先人が求めたものを求めよー

(やはり松尾芭蕉が残した言葉で、形や結果だけを真似るのではなく、その人が本当に目指した理想や本質、精神を深く理解し追求すること)ですが、ヴィレッジの皆さんが、そして、バンホーンさんが目指し、伝えようとしていたものが少し形になりつつあるのかなと感じています。

谷中先生が「記録のない実践は実践ではない」と何度も言っておられました。今回のメンタルヘルスと



ウエルフェア 9 号の発行も、長野敏宏理事長の「発刊に際し」にあるように谷中先生、仁木美知子さん、仁木守さんをはじめとした多くの方の参画があって「世に残せる」ものになったと思っています。

年のはじめに改めて感謝申し上げます。



### \* 新年のごあいさつ

協会実行委員 株式会社つがるねっと 代表 貴田岡 武

2026 年みなさんあけましておめでとうございます。

今年は午（うま）年ですね。馬と言えば、イタリアのトリエステ精神保健局でみんなで見たシンボル青い馬「マルコ・カバール」をふと思い出しました。あの頃の思いを今でも続けていけるのは、たくさんの仲間がいたからだと思っています。本当にありがたいです。

急速に慌ただしく変化する時代の中で、今年はどのように生きていくのが良いのでしょうか？だれもがごく当たり前の生活をする町作りをその時々潮流にあわせてこつこつ続けて行きたいものです。

みなさま、今年もよろしくお願いします。



### \* 新年を迎えて

協会実行委員 エスポアール出雲クリニック 形部 周平

皆さま、新年明けましておめでとうございます。

さて、何を書こうかと原稿に向かいますと『行く先は決まっている、しかし、決まった道はない』何年か前の新年号のタイトルにもしたこの言葉が思い浮かびました。この言葉は高橋院長の人生訓として私たちに伝えられた経緯がありますが、今では私にとっても大切な言葉です。新年のような節目には、私自身の生き方やエスポアールファームが目指す目標に向かって私は今どこに居るのか、どの道を行きたいのか、を改めて考えるよい機会となります。

今年はファームの活動をさらに一歩進めると密かに心に決意をし、大きくとも小さくとも挑戦し続けることの大切さを改めて心に刻み込み、一歩ずつ前進してまいります。

それでは、皆さまの夢や希望が叶う年になりますよう心よりお祈り申し上げます。

本年もどうぞ宜しくお願いいたします。



### \* ご挨拶

協会実行委員 橋本 周治

寒い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

2025 年は個人的には試練の年でしたが、2026 年は午年。これまでの我慢が報われ、大きく飛躍する年にしたいと思います。色々大変な時代ですが、「To heart, Ain't nothing to it but to do it ! (とにかくやるしかない)」と歯を食いしばって頑張ります。

まだまだインフルエンザやコロナが猛威を振るっております。皆さま、お身体にはくれぐれもご自愛ください。

2026 年もよろしくお願いいたします。

—編集後記— 2026 年 あけましておめでとうございます。今年も宜しくお願い申し上げます。

昨年の賀状でお伝えしましたが、本年より賀状じまいとさせていただきます。悪しからずご了承ください。首都圏では昨晩から雪となり、朝起きると 5・6cm の積雪でビックリさせられました。これから本格的な寒さとなりますので、ご自愛ください。協会活動のご支援も継続して宜しくお願いします（仁木）

特定非営利活動法人 精神保健福祉交流促進協会