

みなさん、お元気ですか。

秋も深まり、紅葉の季節となりました。

ぎふ清流文化プラザでの県大会は、

多数の参加、ありがとうございました。

今年の県大会は、岐阜圏域が担当で、皆さんにスタッフとして、朝早くからお手伝いしていただきました。お疲れ様でした。無事に県大会を終了できました。

12月例会 相談会

日時 12月6日(火) 13:30~15:30

会場 メディアコスモス(おどるスタジオ)

近況報告、困りごと、県大会の感想など、おしゃべりしましょう。

1月例会 「講演会」

日時 1月14日(土) 13:30~15:30

会場 日光コミュニティセンター 会場を変更しました。

精神科医の講演(内容は打ち合わせ中です。)

服部 247-6004

熊谷 090-6578-9838

山内 246-0409

石田 090-6084-2124

中村 090-7039-9447

## 11月例会 11月8日(火)

第38回 岐阜県精神保健福祉会研修会 in 岐阜

ぎふ清流文化プラザ 10:00～15:30

参加者 300名 (あけぼの会員 50名)

### 午前の部

10:00 開会式

来賓祝辞 岐阜県知事代理、岐阜市保健所長

来賓紹介 岐阜県及び岐阜圏域市町から12名

10:30 シンポジウム

テーマ 「精神障がい者が地域で自分らしく暮らすには」

コーディネーター 内木 克治氏

(平林クリニック 精神保健福祉士)

シンポジスト デイケア、クラブハウス、自宅を

それぞれ居場所としておられる4名の方

☆ 52歳の男性： 発病は高校時代と思う。大学卒業後、統合失調症をかかえながら、デイケアに通う。最近、事業所にも通い始め、健康と体力、栄養に気を配って、父母亡き後の孤独な生活の立て直しをしているところです。「今を生きる」こと、くよくよしないことをモットーにしています。岐阜の「レインボー LGBTの会」に参加し、自分のかかえる性的少数者の悩みも解決が見えてきました。

☆ 27歳の男性： 高校で統合失調症を発病し、5年間引きこもっていたが、その後事業所では楽しく働きました。発病して10年の間に2冊の本を出版した。母を笑わせたいと思い引きこもりの様子を書いたら、面白いと言ってくれました。イベントで本のサイン会もやりました。最近自動車の免許も取れました。デイケアでとても体調が良くなったが、止めて今は、姉の所でゆったりと明るい気分で働いています。発病時は苦しかったが今は自分の病気は治ると信じて過ごしています。

☆ 50歳の男性： 大学在学中に統合失調症を発病して、家の仕事を手伝ったりしていたが、市役所で「クラブハウス ゆうせん」のパンフレットを渡されてそこに通い始めてから、10年以上になる。父親の協力と理解を得ながら、やれることはやっついこうと思っている。又、地域との付き合いもなじめなくて心配ばかりだが、参加することが大事と思い行事には出ています。

☆ 34歳の男性： テンションが上がったり下がったりしていたが統合失調症と8年前に診断され、今はデイハウスに通っている。ここでは任せられた役割を毎日果たしています。趣味のスポーツでストレスを発散し、地域では挨拶運動に精を出している。家庭では、母の手助けをしたり、兄と妹がお正月に来て一緒に食事をしています。

発表後の質問では、本人と親や兄弟との接し方についての悩みが多かった。答えとして、どなたも、親や兄弟の理解と協力が大きな支えとなっているとのことでした。そして最後に、たとえ理解し合えなくても、意見を言い共感し合うことが大事である。将来、もし病気になってもあきらめないで頑張りましょう。自分が何とかなれば、周りも何とかなる。始めは病気を治そうとしたが、今は感謝している等、パネラーの言葉がありました。

## 午後の部

13:00 講演

演題 「イギリスから学ぶ家族支援」

～日本でも本人と家族を共に支援する訪問家族支援を～

講師 大野 美子氏（精神保健福祉士・社会福祉士）

講演要旨 自己紹介： 愛知県で2年前まで保健所で精神保健相談員を務めていた。家族の悩みを聞く内に、一人ひとりに対応した支援のやり方がないと模索していたところ、「みんなねつと」の「英国メリデン版訪問家族支援プロジェクト協力委員」として、昨年英国での研修に参加することが出来た。現在、このプロジェクトの活動に参加しています。

メリデン版家族支援とは ① ケアのため自分自身の生活を奪われてしまっている家族が、介護を続けながらも他の人たちと同じように当たり前の生活が出来るよう支援をする。

- ② そのためにスタッフは本人と家族が病気や治療について話し合う習慣を作れるようにする。
- ③ そこでみんなの困りごとの解決のアイデアを出し合えるようにする。
- ③ 支援員は月2回1時間の家庭訪問を6か月は続ける。
- ④ 最終的には支援員がいなくても家族だけで話し合う中で、問題解決できることを目指す。
- ⑤ 本人、家族、支援者三者を組み合わせた良い支援で、再発率が約50%から10%に低減した記録がある。

#### 日本での普及に向けて

- ① この技法が有用と思われる機関（ACT, 訪問看護など）で、まずは技術を普及し、支援者の意識の改革を目指す。
- ② マニュアルやDVDの作成。
- ③ 1～2年後に日本で「メリデン版訪問家族支援」の研修を開始する予定である。

**メリデン版訪問家族支援の目標** 本人と家族それぞれのリカバリーで、  
どんな人も自分らしく生きていける社会を一緒に作っていくこと。

講演後の質問で、混乱している本人と話し合うことなど無理ですという意見がありました。分かってもらえる人と相談するとか、日ごろたまったストレスをみんなで吐き出してリフレッシュしているという会の紹介もありました。

### 楽しくクラブのご案内

11月例会 11月20日（日） 日光コミュニティセンター  
13:00～15:00

12月例会 12月25日（日） 日光コミュニティセンター  
13:00～15:00  
クリスマスパーティーです

代表 石田 吉保 090-6084-2124  
連絡先 山内 久美子 058-246-0409