

精神疾患を抱える家族・当事者・関係機関のための機関誌

SAGA 精連

2024/8

No. 161

発行 佐賀県精神保健福祉連合会

巻頭言

「佐賀県の精神科医療のこれから」

この度、佐賀県精神科病院協会の会長を拝命した鮫島です。佐賀県、地域の精神科医療が新しい時代のニーズに応えられるよう努力していく所存ですので、よろしく申し上げます。

医学生の時に受けた精神科の授業で最も印象に残っているのは、正常とは何か？について考えることでした。健康な状態と病的な状態を見極める為に診断学が重要になり、それに基づく治療法が研究されて進歩していく訳ですが、その点、精神科医療も他の医療と変わりません。ただ、脳という未知の領域の多い臓器に関わる分野なので、今後の研究の進歩に負う部分が多いことも否めません。脳科学の進歩によって得られる知見を抛りどころにしながら、心の動き、感情の変化を大切にすることが重要と自分は理解しています。

精神科医療の問題について目を向けると、諸外国と比べて病床数が多いことや、地域社会での生活を支援していく環境整備が不足していることが言われています。これらを改善していく為には、病院の努力はもちろんですが、セーフティーネットの整備と共に、個別のニーズに合った官民一体となった質の高い支援が必要です。

心身の調子を崩した際にスムーズに対応できる救急医療体制の整備も不可欠です。国の指針では、県立の精神医療センターを設けることとされていますが、現在整備されていないのは九州では佐賀県のみ、全国でも数県になってしまいました。国立病院機構の肥前精神医療センターは九州あるいは西日本をカバーする広域のセンターとして機能していますので、今後の体制整備の課題として、関係機関としっかり話し合いながら取り組みたいと考えています。



佐賀県精神科病院協会 会長 鮫島 隆晃

(医療法人健心会 さめじま病院院長)



この広報誌は、赤い羽根共同募金の配分金で発行しています。

SAGA精連 総会開催

6月17日(月)ゆめぷらっと小城にて、令和6年度定期総会を開催しました。来賓に県精神保健福祉センター 宮下所長、県障害福祉課 古川技術監(代理 馬場係長)、佐賀中部保健福祉事務所 田中係長、佐賀市役所障がい福祉課 木塚課長を来賓にお招きし、挨拶を頂戴しました。続いて貴重な機会ということで、今年の4月1日から施行されている改正精神保健福祉法と JR グループの精神障害者割引制度(2025(令和7)年4月1日より導入)について意見交換を行い、その後議案審議となりました。

議長にはあけぼのセンター所長の久石氏を選出し、議案審議に入りました。1号議案の事業・決算報告、監査報告と質疑、2号議案の事業計画・予算案提案と質疑、3号議案の総会宣言の提案のもと行われ、いずれも原案通り承認されました。



ごめんなさい

誰が悪いわけでは なかった

世の中の つながりの中で

正確に 生きていなかった

私が いけなかった

あなたの偉大な 優しさを

この 心の中で感じて

私は今 気づいた

ここに居ても 世の中の動きを

もっと知る必要が もっともっとあることを...

あなたは決して 悪くないです

それどころか 私の至らぬ言葉で

あなたの心を傷つけたこと 本当にごめんなさい

小楠 淳子

令和6年度 SAGA 精連事業計画

月	日(曜日)	行事名	開催場所
4	24(水)	赤い羽根のつどい	社会福祉会館大会議室
4	27(土)	家族が元気になれる講演会 (銀杏の会と共催)	ほほえみ館
5	25(土)	家族が元気になれる家族講座① (銀杏の会と共催)	総合福祉センター
6	7(金)	みんなねっと定期総会	オンライン
6	17(月)	SAGA精連 総会	ゆめぷらっと小城
6	29(土)	家族が元気になれる家族講座② (銀杏の会と共催)	県精神保健福祉センター
7	27(土)	家族が元気になれる家族講座③ (銀杏の会と共催)	総合福祉センター
8	31(土)	家族が元気になれる家族講座④ (銀杏の会と共催)	総合福祉センター
10	1(火)	グラウンドゴルフ大会	小城公園 自楽園
10	12(土)	みんなねっと全国大会	北海道
10	未定	SAGA 精連福祉大会	未定
10	27(日)	家族による家族学習会① (みんなねっととの共催)	ゆめぷらっと小城
11	未定	佐賀県精神保健福祉大会	鳥栖市
11	21(木)~ 22(金)	九州ブロック大会	福岡県
11	24(日)	家族による家族学習会② (みんなねっととの共催)	ゆめぷらっと小城
12	7(日)	障害者の主張大会	アバンセ ホール
12	22(日)	家族による家族学習会③ (みんなねっととの共催)	ゆめぷらっと小城
1	28(日)	家族による家族学習会④ (みんなねっととの共催)	ゆめぷらっと小城
2	16(月)	家族相談員研修会	未定
2	23(日)	家族による家族学習会⑤ (みんなねっととの共催)	ゆめぷらっと小城

○SAGA 精連理事会 5/20、6/17、8/19、9/17、11/18、12/16、2/17、3/17

○令和7年度九プロ佐賀大会実行委員会 4/15、7/22、10/21、1/20

○SAGA精連誌発行(年3回) 4月、8月、11月

○その他 民生委員勉強会、要望書提出、休会中家族会の例会準備会

総会宣言

今年度の目標についてお知らせします。

1.九州ブロック家族会精神保健福祉研修会開催準備

令和7年(2025年)12月に開催予定としており、本年度から準備を始めることとしています。大会が成功するよう、今年度から万全の準備をして臨みたいと思います。

2. 要望について

●重度心身障がい者医療費助成について

1級手帳所持者の精神科入院医療費の助成、医療費現物支給について引き続き要望します。また、2級・3級手帳所持者への助成要望を継続します。

●精神障がい者保健福祉手帳の等級判定格差について

等級判定においても理不尽な全国格差があり、早急に是正するよう今年度も要望をします。

3. 全国的な懸案でもありますが、家族会会員の減少に歯止めがかからない状況は変わっていません

●急性期の患者さんを抱える家族を始め孤立して苦しむ家族が、ぜひ家族会につながってほしい。その一環として、本年度も5月から家族が元気になれる家族講座を4回連続で、10月からは全5回の家族学習会を開催します。多くの家族の方が参加されることを期待しています。

●精神科病院とも連携を語り、精神科を訪れるご家族を家族会へつなぐことができるようにしたいと思います。

4. 当事者活動を支援します

佐賀県では当事者の活動も活発になって来ています。当事者の皆さんの活動を支援し、SAGA精連と共に精神保健福祉の向上を謀る必要があります。

これからも「支えあう」「学びあう」「働きかける」という家族会活動の原点を常に意識しながら、真の「共生社会」が実現するよう共に頑張りましょう！

令和6年6月17日

SAGA精連(佐賀県精神保健福祉連合会)



「月刊みんなねっと」を購読しませんか？

「月刊みんなねっと」は賛助会費をお振込みいただくと毎月お手元に届きます。個人でお申し込みの場合は個別賛助会員(年間3,600円)、2名以上でお取りいただける方は複数賛助会員(年間3,600円×人数分)、家族会団体賛助会員(会費についてはお問い合わせください)となります。

【お電話またはFAXでのご入会】

Tel:03-5941-6345 / Fax:03-5941-6347

※お掛け間違いのないよう、お願いいたします。



【郵便振込先】 公益社団法人 全国精神保健福祉会連合会
口座番号 00130-0-338317

■就労支援事業継続中

私は27年前からDE・TE・KO・Iという障害者の就労支援所の運営に関わっています。昨年5月までは、DETEKOI 白山とDETEKOI 水ヶ江という2つのB型事業所を運営していましたが、現在は一つに統合し、「DE・TE・KO・I」として運営しています。この“でてこい”という言葉には、“家にこもっていないで、でておいで”という意味が込められています。これは、利用者さんへの呼びかけだけではなく、スタッフへの、とりわけ私自身への呼びかけだったとも感じています。現在約30名の利用者さんが通われています。

この事業は、障害ゆえに就労が困難な方々と一緒に仕事をする事で、障害の当事者が、仕事のある日常を体験し、継続できるようになる事を目指しています。その結果、体力や精神力をつけ、かつコミュニケーション能力を養い、将来就労できる様に訓練をすることを目的にしています。その過程で良好な対人関係を形成することも必要であり、課題にもなってきます。

DE・TE・KO・Iでの仕事は主に3つです。飲食業(カレーショップ)、縫製事業(傘布の再利用によるエコバッグ作成も含む)、部品組立受託事業です。この仕事を続けていく中で、改めて考えたり、気づくことがあります。「仕事をする」「働く」とはどういう意味があるのかなど。

あらゆる仕事は分業により成り立っており、一人では完結できません。集団で仕事をし、仕事が終わると「お疲れ様」「ありがとう」と言葉を掛け合います。その言葉に利用者さんも、私たちも、この仕事、この職場で“必要とされている事”を実感します。そして、このようにして、職場が安心安全な居場所になることは、働く人達にとっては一番望ましい事です。

しかし、職場が常に穏やかで、優しい言葉が交わされているかということ、なかなか難しい時もあります。納期が迫り、作業に追われていると、つい、言葉がきつくなったり、無口になったりと。人が発する言葉や振る舞いには、大きな作用があることを仕事を通して感じます。職場は他人同士の集まりです。ちょっとした言葉選びの違いや声のトーンで、誤解や緊張を生むことがあります。特に利用者さんの中には、繊細な感受性を持った方もおられます。その中で私たちは人の心を学びます。最近、心の虐待ともいうべき“パワーハラスメント”がよく話題になりますが、福祉の現場でも虐待防止法が制定され、「指導の一環だった」「そんなつもりじゃなかった」は通用しない時代になりました。受け手が“どう感じたか”が問題になるようになってきました。相手の気持ちになること、相手の感情への配慮を求められる時代です。コミュニケーションとは「何を言うかではなく、どう言うか」が重要だということを聞いたことがあります。言い方で本意が伝わらなかつたら意味のないコミュニケーションになります。

このような経験と時代の価値観の変遷の中で、今私にとって、仕事は、職場は、「人はどうあるべきかを学び、実践していく道場」のような場所だと感じています。常に学び直しの場です。利用者さんも、職員も仕事を通して成長できるような場所であり、加えて安心安全の居場所になるような就労支援事業所にしていきたいと思います。

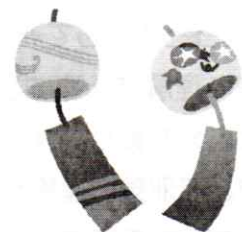
「ここで働けてよかった」を感じてもらえるように。

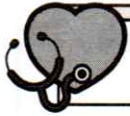
施設長 陣内 計江

〒840-1154 佐賀市水ヶ江5丁目9-16

TEL・FAX 0952-29-7484

ホームページ <https://izumikai-saga.sakura.ne.jp>





医療の現場から『私らしさ』

彼が22歳の時に障がいを抱えている事を知りました。5つ下の私の弟。

当時何も分からない私は母から相談を受け、長女として家族を支えねば、の一心で行政に駆け込み、幾度となく相談をしてきました。しかし行政機関をたらい回しにされ、こちらが知らない事は具体的に相談をしないと教えてもらえない、という事がたくさんありました。

障がいの知識もなく、急に見えない何かに突き放されたような感覚になりました。無知な自分を責め、悔しさや辛さ、頼る人もおらず1人で抱え込んでいました。しかし心配をさせまいと母や弟には気丈に振る舞う私が居ました。私は長女だからだと。

その当時私は既に親元を離れて県外で暮らしていました。母も私も分からない事ばかりで不安な日々を過ごしていました。その頃から弟の病状による不可思議な行動が活発となり、地元の方々から母や弟はいわれのない言葉の暴力を受けていました。その地域に住んでいるというだけで周りに迷惑をかけている訳では無いのに、普通の人と違うから、障がい者だから、キョロキョロと周りを見ながら歩いている事が怖い、障がい者だから何をするか分からない、近寄って欲しくないなどと。次第に母や弟の心もボロボロになっていきました。田舎という地域における現実を目の当たりにした瞬間でもありました。疲弊していく母や弟を見ていくうちに地元を離れて県外で暮らしてはどうだろうかと思いはじめました。

独学で調べようにも限界があった頃、分からないのなら分かる分野に行こうと精神科訪問看護ステーションの門を叩きました。私は看護師でもなければ作業療法士でも精神保健福祉士でもありません。ご縁があり看護補助者として勤務に就かせて頂きました。

知らない世界は私にとって、とても衝撃を覚えました。働いていくうちに私と似たような不安だったり、見えない何かに突き放されたような何とも言えない思いだったり、今の現実を通して社会に対して諦めているような思いだったり、様々な事を多くの方が抱えていると知りました。私は関わる方々から日々、学びをうけ、その中で弟をより理解しようと思う気持ちが強くなりました。

弟の障がいを家族として、もっと理解して欲しいという思いで母へ連絡する頻度が増えた頃、母が私の連絡を拒み始めました。私は姉として自分の弟を理解したいと思い、長い時間を掛けながらたくさん話をしました。「何で俺は障がい者なの」「俺なんて生まれてこなければ良かった」「おかしいやつだと馬鹿にされてしまう」「何で俺ばかりがこんな目に合わないといけないんだ」と、苦しんでいる弟の味方になりたいと思いました。しかし母の思いは全く違いました。母は「息子が障がいを抱えているのは産んだ私のせい」「母親の私が悪いのよ」「ずっと親として一緒に居たのに気付いてあげることが出来なかった」「私はあなたのように冷静に理解する事も出来ないし、話を聞く事が出来ない」「苦しい。辛い。考えたくもない」と自分を責め続け、ボロボロになっていました。そしてそんな母の心境を汲み取る事が出来ず、無邪気に連絡をする私の考えや行動は、母にとって自分を更に責めてしまう行為そのものだったのです。

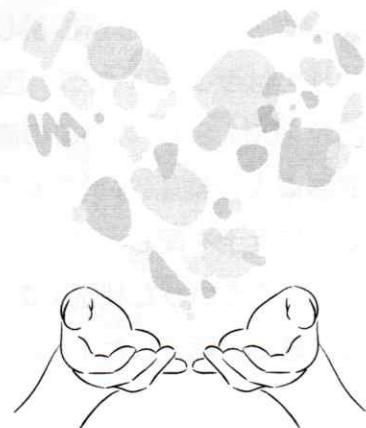
母が自責の念に駆られて自分を責めていた思いを聞いた時、私はなんていう事をしてしまったんだろう、母を傷つけるつもりは全く無かったのに、と目の前で泣き崩れてしまった母を強く抱きしめていました。姉の立場と母の立場は違う。その立場の違いにより、弟に対する考えや思い、感じ方も変わるのだと。そんな当たり前の事を知りました。いつも弟を一番傍で見守っていた母、そんな弟が何かしらの障がいをもっているかも知れないという漠然とした不安、そんな中知りたくもない事を娘から知らされていく、どうしようもない感覚。少しずつ障がいを抱えている弟の事を突きつけられる現実。そのすべてを受け止めきれずに自分を責めて苦しんでいた母。母としての気持ちや考えを、私は無意識に奪おうとしていた事にも気付かされました。

弟が診断をされた頃、母と弟は私の住む地域へと引っ越しをしてきました。社会資源を知り、弟は医療機関、地域医療や障がい福祉サービスへとつながりました。自分達の事を知る人がいない新しい環境に母と弟は喜びました。もういわれのない言葉の暴力は受けなくていいのだ。周りの目を気にして怯える日々を過ごす事はしなくていいのだと。弟は夢や希望を持ち始めました。そんな弟の夢や希望に対し、母はそれを受け止める事が難しいのですが、その母の気持ちも、弟の夢や希望も、どちらも尊重したいと思う今の私があります。

この世の中には、知り得ない社会資源が沢山あります。我慢をし、いわれのない言葉の暴力を受ける必要もなければ、障がいがあるからと、その家族だからと、何かを諦める必要も無いのです。全ての人に生きていく中で選択肢がある事。当たり前にある権利を主張して良い事。障がいを抱えているからと人権を失わずに住む権利がある事。私が実際に経験してきた事や学んだ事、そして同じように悩み苦しんでいる人々との出逢い。支援をしてくださる人達との出逢い。長女だからと、一人で抱え込まなくてよかった事。私にも人権があり、弟にも、母にも人権はある事。私の思いや家族としての考え、弟を知る事が母を知る事にもなり、障がいを抱えている人だけではなく「人」を知る事へとつながっていきました。

この経験から私は人と人とのつながり、そして「出逢い」を大切に生きています。人にたくさん傷つけられた事もありますが、人に救われた事もまた、たくさんあるからです。私もまた、人をたくさん傷つけてきました。そんな私がこのような言葉を簡単に使う事がないよう、私に関わる全ての人が、これからも私の監視役となってくれるのです。人とつながりを大切にすると
いう事は決して綺麗事ではなく、それだけ簡単なものでもありません。人の考えや性格というものは簡単に変わるものでもない事を知っています。これからも母と弟と私の人生は長く、時には困難もあれば笑って過ごす日もあるのです。そんな長い人生を面白く、笑いのある毎日を過ごす事が今の私の生き方であり、私らしさなのです。

(訪問看護ステーションりんく 西末 琴美)



私の船乗り時代の経験を時々皆さんにお知らせしたいと思います。見ていただければ幸甚です。ちなみに私の職名は機関士、航海関係の記述は航海士ではないので不正確な部分はお詫びします。

各国の港の珍しい話！

世界各国への入港には検疫・入港書類チェック・税関手続き・臨時の船舶検査（ポートステートコントロール）など多くの手続きを要します。このすべてが正常に終わらなければ船舶の遅れにもつながるので船長始め乗組員には大きな負担がかかります。

さて、いろいろな港がありますが、まずお隣中国の大連に入港した話、30年ほど前でまだまだ近代化前の事。船はタンカー、その頃は中国も原油を輸出していたんですよ！

港から下町までマイクロバスのサービスがあり上陸は出来るのですが、通訳・案内係りという名目で監視役がついており、行く場所はかなり限られ行動も買い物・食事など。ただ初めて見る中国の町の風景がとても珍しかったものです。折しも冬、家々からは石炭ストーブの煙が立ち上っていました。

夕刻、質素で大きな食堂に行き、「さあ中華料理だ！」ということで、たくさん頼んでしまったのですが、我々のテーブルに並んだ料理を食堂内の中国人客殆どが物珍しそうに立ちあがって見ていたので戸惑ったものです。当時中国人も外国人を見るチャンスが少なかったでしょう！街中の広い道は自転車・バイクが多く、車はまだ少なかったものです。

次は中東のある港、自動車船で車を運んでいた時の話です。岸壁を見るとなんと同じ会社の貨物船が隣にいるではありませんか？この港は上陸禁止という事になっていましたが、隣の船に遊びに行くぐらいはいいだろうと簡単に考えていました。

タラップ下には監視員の兵士がいたので、「隣の船に行くのでいいだろう？」と尋ねると即座に「No！」でした。もう1度粘ると、次に彼は自動小銃の銃口をピタリと私の胸に当てました。怖い港ですね？ しぶしぶUターンをした話でした。

アメリカはサンディエゴ、西海岸では最大の軍港です。自動車船で車を運んでの入港であったが2001.9.11のテロの直後であり警備は厳格を極めていました。港の沖から10名余りの武装軍人が乗船。多分乗組員の中にテロリストがいる可能性もありとの設定だろうが、船内要所に兵士を配し、我々も入港まで持ち場を一步も動く事は出来ませんでした。恐らく全米の港がこういった状況であったのでしょう。

以上 港での話でした！

(SAGA精連会長 松田 孝)

全国大会のお知らせ

みんなねっと北海道大会

テーマ 「対話を家族のものに 孤立から支援の輪の中へ
～真のつながりを求めて」

基調講演：向谷地生良 氏(浦河べてるの家理事長 北海道医療大学特任教授)
特別講演：伊藤千尋 氏(淑徳大学准教授)

とき 令和6年10月11日(金) べてるの家オプションツアー(札幌～日帰り)
10月12日(土)

ところ 北海道大学学術交流会館(札幌市北区北8条西5丁目)

参加費 3,000円(家族・一般) 1,000円(当事者・学生)

定員 現地：300名 / WEB：定員なし

申込締切 会場参加：9月1日(日) オンライン参加：10月5日(土)

問合せ 北家連 011-756-0822(月～金 10:00～16:00)
<https://hokkaren.com>



▲みんなねっと
ホームページより

九州ブロック大会のお知らせ

みんなねっと九州・沖縄ブロック大会in福岡

テーマ 「未来をひらく～これからの地域ケア」

日程 令和6年11月21日(木)～22日(金)

会場 福岡県中小企業振興センター(博多区吉塚本町9-15)

参加費 2,000円(家族・一般) 500円(当事者・学生)

※詳細が分かりましたら SAGA 精連ホームページでもお知らせいたします。



風といっしょに

窓から青空が見え

その風景の中に 風と鳥が舞い飛ぶ

愛してる

風がそう教えてくれる

あなたが私の心の中にいる

ふと嬉しくなってくる

私にも見える 希望の光

哀しみは消えないけれど 夢は見える

愛してる

ずっとあなたを 愛してる

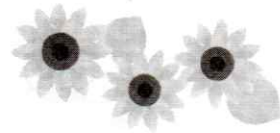
風は 宇宙が生きる限り舞い続ける

風は 夢を見せてくれる

ありがとう 私は生きてゆける

小楠 淳子

■令和6年度 県精連賛助会員・賛助費



皆さまのご理解ご協力に心より感謝申し上げます

(敬称略)

1. 江島 佐知子 様	3,000円	10. やまと心のクリニック 様	10,000円
2. 友朋会 様	10,000円	11. 神野病院 様	10,000円
3. 多布施クリニック 様	10,000円	12. 土井 敏行 様	3,000円
4. 悠心堂クリニック 様	10,000円	13. 中央軒 様	10,000円
5. たじまメンタルクリニック 様	10,000円	14. 清友病院 様	10,000円
6. 睦 様	10,000円	15. 白石保養院 様	10,000円
7. 藤田歯科医院 様	10,000円	16. 織田病院 様	10,000円
8. 鮫島 隆晃 様	5,000円	17. 早津江病院 様	10,000円
9. さめじま病院 様	10,000円		

家族相談しています

場 所

佐賀県精神保健福祉連合会
(SAGA精連)事務局

Tel・Fax

0952-72-4797

開催日時

毎週月曜日 10:00~12:00
(尚、祝日・お盆・年末年始はお休みです)

対象者

精神疾患を抱える人の家族



賛助会員を募集しています

こころの病気をもちながら頑張っているご本人と家族の応援団になってくださる賛助会員を募集しています。賛助会員にはこの「SAGA精連誌」を送付します。会費は当会の活動に大切に使用させていただきます。皆様のご支援をおまちしています。手続きは下記の口座をご利用ください。ご協力どうぞよろしくお願いいたします。

賛助会費 ◎団体：一口 10,000円 ◎個人：一口 3,000円

【郵便振替口座】

□座番号 01730-7-85175

□座名 佐賀県精神保健福祉連合会

【銀行】佐賀銀行 唐津支店 普通預金

□座番号 1897535

□座名義 佐賀県精神保健福祉連合会 会長 松田孝

発行
事務局

佐賀県精神保健福祉連合会
小城市小城町178-9 〒845-0001
TEL・FAX 0952 (72) 4797
E-mail: kenseiren_saga@yahoo.co.jp
HP: https://sagaseiren.com

