

第 57 号 2024 年 3 月 1 日

KSKQ

特定非営利活動法人神戸市精神障がい者家族会連合会

定価 1部 50円

神家連詩

しんかれんし

【編集人】特定非営利活動法人神戸市精神障がい者家族会連合会

【事務局】〒650-0016 神戸市中央区橋通3-4-1  
神戸市立総合福祉センター4階  
TEL・FAX078-382-0105

【発行人】関西障害者定期刊行物協会  
大阪市天王寺区真田山町2-2 東興ビル4階



## 「親なきあと」を見据えた 在宅障がい者・保護者への支援

NPO 法人 神家連  
理事長 涌波 和信

「精神障がい者にも対応した地域包括ケアシステム」の構築が叫ばれるなかで、厚生労働省から令和5年度「地域生活の理解促進事業」が兵庫県を通して兵家連に委託されました。神戸市内のご家族には、木の芽家族会が中心となって、市内の家族会や行政、診療所、病院、関係事業所から81名の参加のもと説明会が開催されました。課題は「親なきあと」を見据えた在宅障がい者・保護者への支援です。

講師は現場で日頃、精神障がい者の相談と訪問活動している(社福)ヨハネ会の山下雅夫氏(垂水区障がい者地域生活支援拠点・見守り支援員)です。

ある日突然、精神疾患の告知を受け途方に暮れ具体的な処置も出来ず、ただ月日が過ぎ、親も子も何が何だか分からない精神疾患で苦しみのどん底にいる、そうした当事者とご家族に精神疾患の知識・理解と支援を提供して、社会資源に結び付けている体験談に会場にいた新規の方々を含む多くの参加者からは感銘の涙が流れました。

どんなに立派な講演を聴き、勉強会に参加しても、学ぶことはあっても、今、現実に苦しみがく当事者、ご家族にとって解決への道はなかなか開かれませんか。

地域包括ケアシステムを縦割りではなく横で連携して繋ぐ絆で結び付けることが大切です。行政・区役所の窓口、障がい者相談支援センター、障がい者地域生活支援拠点、医師、訪問介護・看護ステーション、特定相談支援事業所等の社会資源を結びつける役割を担うのはNPO法人神家連の使命です。

ご家族のみならず専門家、ボランティアの方々のご支援をお願い致します。

## 2023年度こころの病家族教室「オープンダイアログとは何か？」

2023年10月29日、「開かれた対話の可能性」と題して兵庫県立大学看護学部生涯広域健康看護講座(精神看護学)教授・川田美和様に講演して頂きました。

私自身【オープンダイアログ】という言葉さえ知らない世界でしたが、神家連の役員・会員の方々の中には既にご存知の方々がおられました。しかしながら日本では現状余り良く知られておりません。

海外では病院に入院する期間を短くして、その方々が暮らしている地域での生活を続けて行ける様な方法として考えられて行われている方法が【オープンダイアログ】と言われています。

【オープンダイアログ】はフィンランド西ラップランド地方にあるケロプダス病院で1980年代から実践されているそうです。開かれた「対話」による治療で、入院や薬物投与はできる限り行わず、病や障害を抱えている本人と、カウンセラーや医者だけでなく、家族を含めた関係者を交えて、ただひたすらに「対話」をするというセラピーです。統合失調症、うつ病、引きこもりなどの治療に大きな成果をあげているそうで、海外では特に近年注目をあびております。

このように開かれた対話は、他人との会話だけでなく、その会話の中から自分が自分自身の心の中で自分との会話を行い、自分の意思や考えを導くということです。そのため、この開かれた対話は日常生活に取り入れることで、統合失調症等の精神疾患に限らず、社会、家族等の色々な個人個人の生き方やその色々な環境での生活をスムーズにするために活用され始めて来ています。

残念なことに日本ではまだまだ病院関係ですら普及しておらず(政府の精神病院対応策で病院の収入が減るためなのか?)、まして一般社会では殆ど認識されていないのが現状です。我々精神障がい者家族としては、入院や薬物投与が出来る限り行われずに「対話」で病気が良くなり、病気の再発が確実に減少傾向にあるというのであれば、非常に喜ばしい事であります。

今回の講演会に参加された30歳~70歳の70名の方々からのアンケートで、多くの人達から神家連が【オープンダイアログ】の研修会を継続して行い、一般社会や医療機関に普及し身近な病院でも受けられるようになれば!!等の声を頂いております。

NPO法人神家連として、今後は【オープンダイアログ】をもっと一般社会に啓発及び普及させて、医療機関・各区の障害者支援と地域福祉の増進に繋げていきたいと思っています。今期の「こころの病家族教室」の研修会を引き継いで、「オープンダイアログ」の研修会を行い、NPO法人神家連から一般社会に啓発及び普及の第一歩を踏み出したいと思っております。会員の皆様のご支援・ご協力を賜りたく存じます。今後とも宜しくお願い致します。

## グループホームについての研修会

2024 年 1 月 16 日、第 9 回神家連代表者懇談会研修会を開催しました。テーマは「精神障害者も入居できるグループホームについて」で、株式会社 Lit と社会福祉法人かがやき神戸のグループホーム「森友寮」について学びました。

## グループホーム Lit のご紹介

### 『独立したお部屋で共同生活、自分らしい生活をみつけませんか?』

精神障がいをお持ちの方でも安心して入居が可能なグループホームです。

場所は、神戸市中央区楠町、須磨区月見山、東灘区甲南町、魚崎にあります。

セパレートタイプで月見山以外のグループホームには、各部屋に風呂・トイレ・キッチンがあり、「私でも住める部屋」を大切にしています。独立した暮らしを行いながら、職員さんが生活の不安、苦労、自分自身の助け方等について一緒に寄り添い考え支援していただきます。目指すゴールは、ヘルパーや訪問看護を使いながらの「一人暮らし」です。生活の中で失敗することがあっても「どうしたらいいか共に考える」ことを大切にしています。

中央区、東灘区などの地域は精神障がい者のグループホームがとても少なく希少物件です！支援をしてくださる職員さんもお部屋も素敵なグループホームです。

是非一度、訪ねてみませんか。

## グループホーム森友寮のご紹介

森友寮は、神戸市西区にあるかがやき神戸の 4 か所（第 1 森友寮～第 4 森友寮）のグループホームと 1 か所のサテライト型グループホームの名称です。定員は 20 名で、男性対象です。現在 17 名の方が入居しています。サテライト型は単身での生活を望む方のグループホームで定員は 1 名です。第 4 森友寮には夜間支援体制があります。その他のグループホームは、夜間の見守りや電話対応をしています。グループホーム入居者は、普段の日中は、就労支援 B 型・地域活動支援センター・精神デイケア・一般就労などで過ごし、休日は、買い物・外出・実家に帰省・洗濯・身の回りの整理や昼寝をしたりして、ゆっくりと部屋で過ごしています。

西区には、精神科の病院が多くあり、森友寮では、精神科病院から退院された方の受け皿として、社会復帰の場所としての役割を担っています。利用者の中には 36 年間入院していた方を受け入れたことがあります。また森友寮は、地域で生活を望むニーズに応えるため一人暮らしを目標として取り組んでおり、定期的に新しい入居者を受け入れています。今では二十数名の方が森友寮から地域で一人暮らしへとステップアップされました。

大きな課題は、地域で使える福祉サービスが訪問看護やホームヘルパーとまだまだ少なく、特に夜間等の訪問支援や相談できる場所がないことです。

## 家族会のご紹介

### 中央区家族会

私たち中央区家族会は、昭和56年9月に心の病を抱える方の家族が神戸市中央区保健福祉部（当時中央区保健所）のお声がけのもとにともに集い、スタートしました。

各会員がめいめいに自分たち家族だけで背負っていたころの病という重い荷物。それを家族会という場を得たことで語り合い、分かち合い、共感することによってゆっくりと荷を下ろし、多少なりとも楽になってゆきました。

以降、長い時間をかけ、中央区家族会は活動してきました。その間、会員の悩み、それは先の見えない、どうしたらよいのか見当もつかないこともありましたが、くじけることなくいろんな方の意見や実践を聞く場を設け、参考にすることを続けてきました。そうして、会員同士で悩みを分かち合うことで、つらさやしんどさも軽減できることも増えてきました。

現在は家族会会員の高齢化という問題も抱えつつ、中央区家族会を母体としてスタートした支援団体「NPO 法人中央むつみ会」としっかり連携しながら、当事者家族の支援に取り組んでいます。

現在の活動としましては、神戸市生涯学習支援センター（コミスタこうべ：中央区吾妻通4丁目1-6）北館2階で年間3回の家族会の会合を、中央むつみ会の開催する家族教室と同日開催する形で実施しています。家族教室では、当事者や支援者の意見を聞いたり、ビデオ等を視聴して、意見交換を行うことがメインです。そこでは、薬のこと、障がいのこと、家族として当事者への接し方などを学んでいます。

参加希望の方は、窓口となっている「中央むつみ会」（平日日中は開場しています）にご連絡をお願いいたします。障害のある方の家族なら、中央区在住の方に限らず近隣にお住まいの方ならどなたでも参加できます。お試しで家族会に参加することも大歓迎です。他の団体との掛け持ちも可能です。ぜひ私たちの仲間になってください。心よりご参加をお待ちしています。



問い合わせ先：NPO 法人中央むつみ会

TEL 078-262-7511 FAX 078-251-0311

年会費は1,000円です。



## 当事者の声

### 医療費助成の実現を願って

KOBE ピアサポーター・かわぐちのりこ

20年前に過重労働をきっかけにうつ病を発症しました。その後、何度かの入院を経て双極性障害と診断されました。治療が始まり今まで飲んだことがない薬を処方されました。そして、体調の変化と共に薬の調整が行われます。私は気分障害とあって、気分のアップダウンがあるのでその都度、薬の増減があります。すると薬の副作用で頭痛、めまい、胃痛、便秘や腰痛の症状が出ます。主治医は精神科において出来るだけの対応と治療をしてくれますが、結果として他科診療が必要となります。

燕の親子



自立支援医療制度によって精神科での受診は助成されているので、月2回の受診が必要な私にとって経済的な面で有り難い制度です。しかし、他科診療には助成がありません。服薬が長期化すると耐性が出来ることもあります。私の場合は多剤が続いた為にイレウスで開腹手術を受けました。今後も気をつけないと同じような手術を受けなければいけません。他にもストレスから歯ぎしりが酷く、歯の表面が削れてしまい歯科での治療が必要になりました。季節の変化にも敏感です。

精神科は心と身体の問題解決をしてくれますが、身体的な問題を全て解決することは出来ません。他県の市町村では他科診療の助成があると聞きました。私たちにとって一番大切なことは治療を受けること、そして地域社会において安心して生活できる環境が必要なことだと思います。心身共に健やかで生活できる環境を求めて様々な要望や意見を発信していきたいです。

### 神家連のホームページをオープンしました！

「NPO 法人神戸市精神障がい者家族会連合会」あるいは  
URL (<https://www.shinkaren.com>) を検索ボックスに入力して Enter

パソコン、スマホ、タブレットで見ることができます。今後さらに内容を充実させていきたいと思っていますので、よろしく願いいたします！

## 【賛助会員のお願い】

神戸市精神障がい者家族会連合会 (神家連) は、2021 年 9 月に NPO 法人となりました。これからも、精神障がい者の福祉増進に向けて、家族、関係機関と共に邁進していく所存です。つきましては、趣旨に賛同頂き、ご支援ご協力をよろしくお願い致します。

☆賛助会費：年会費 個人 1 口 3,000 円、団体 1 口 10,000 円

賛助会費は郵便振替用紙をご利用下さい (申し訳ありませんが、手数料はご負担下さい)。

☆郵便振替番号：00990-7-325255 加入者名：NPO 法人「神家連」

☆会計年度：4 月 1 日～翌年 3 月 31 日

【連絡先】神戸市精神障がい者家族会連合会 (神家連) 事務所

〒650-0016 神戸市中央区橋通 3 丁目 4-1 神戸市立総合福祉センター4 階

TEL&FAX 078-382-0105 PC メール shinkaren@juno.ocn.ne.jp

### 寄付金・賛助会費を有難うございました！

令和 5 年度 寄付金・賛助会費を納入頂いた方 (令和 5 年 8 月～6 年 2 月) (敬称略)

【寄付】高島正紀、田中時枝、久慈宏子、加納郁久、三田つね子

【団体】(一般社団法人) さんで一かふえ、垂水家族会、ひまわり家族会、  
社労士金子事務所 (金子友造)

【個人】田辺寿夫、高島正紀、近藤計雄、高津和子、池田より子、栗原眞喜子、  
久保広美、前嶋昌子、久慈宏子、前田直彦、長谷川郁子、三田つね子、  
前田栄津子、田中時枝

## 【カット募集しています！】

いつも神家連詩をご愛読くださりまして有難うございます。カットを皆様から募集しています。白紙 (最小 5cm x 5cm) に描いて郵送くださるか、データ (.jpg) にしてメール添付でお送りください。匿名可ですが、連絡先をお知らせください。採用分には 1 カット 600 円お支払いさせていただきます。送り先、PC メールアドレスは上記の通りです。ご応募お待ちしております！なお、今号のカット (1, 5 & 6 頁) 制作者は豊田勝弘さんです。



## 【編集後記】

穏やかな元旦を迎えることができ、のんびりくつろいだ日でした。それが夕方、震撼する出来事が起こりました。30 年近く前の神戸の事が思い出されました。こういう災害で一番影響を受けるのは老人、障がい者です。弱者が弱者でなくなる日が来なくてはなりません。一日も早い復活を祈らずにはいられません。私も半壊の自宅を修理して住んでおりました。地震国日本でも明るく前向きに生きてゆきたく存じます。(J.N)