

SSKW



巣立ちだより

No.52

今年の夢

田尾有樹子

巣立ち会理事長

胸に刻み込まれた言葉

皆さんご存知のように、巣立ち会は長期入院者の地域生活支援を掲げて発足し、住まいの支援をスタートの事業としてその後の活動を続けてきている。今から振り返ってみると、当時30年ほど前の退院者は今では考えられないほどの優等生で、病院から外勤と呼ばれる仕事に出ているような人たちも大勢いた。なぜ、一般企業に仕事に行けるような人が入院していたのか。今では謎のような話である。しかしそんな時代だった。だから私は彼らが退院できると確信して巣立ち会を作り、退院を勧めたのである。しかし、始終妄想を口にしたり、保護室を出入りしたり、ハッキリと薬を飲まないと言ったりするような人たちが退院できるとは当時の私には思えていなかった。

病院に勤務した初期の頃、私はグループセラピーと称した集団療法を行っていた。Aさんはそのメンバーの一人だった。会話は妄想の話ば

かりで、現実的な話題を示してもすぐに自分自身の世界に入ってしまう。取りつく島がなかった。

何年か経って、また新たな業務にチャレンジするために業務を整理する必要に迫られ、そのグループを終了することをメンバーに伝えた。そのとき彼は「田尾さんはよくなる人にしか関心がないのですか？」と私に言った。彼からそんな言葉を聞くと夢にも思わなかった。自分がよくなると自覚しているということなのか？ 私には訳が分からなかったが、その言葉は胸に深く刻み込まれた。

40年近くたって、Aさんの現在の主治医から相談を受け、私は急いで彼に会いに行った。相変わらず、妄想の中で生きている人だったが、今の私は彼が退院できない人にはまったく見えなかった。それでも残念ながら、現時点で彼はまだ退院に向けたチャレンジを開始できていない。彼はすでに70代後半になっていて、杖歩行であるが、なんとかまだ自力歩行ができるう

今年の夢

ちに退院にこぎつけてほしいと祈るような気持ちで連絡を待っている。

こんな人たちが大勢いる。かつて勤めていた病院に足を運ぶと彼らが亡霊のように私の前に現れるのである。私にとっては過去の一時学ばせてもらった人、でも彼らの人生に深くかかわることができず、そのまま放置してしまったあまたの人たち。しかし彼らは脈々と生き続けてそして当時の私の決定をあざ笑うかのようにその姿を現す。この人たちを置き去りにして私は何をしていたのだろう。ずっと私たちの支援が間に合わなかった人たちに詫^わび続けてきたように思う。これからも私の職業人生が続くかぎりこの贖^{しよくざい}罪は続くであろう。

「証拠を示せ」から「まず信じる」へ

最近この退院支援に関して、病院や関係機関とかなり厳しいやり取りをすることが増えた。一般的に専門家が考える、「よくなったら退院」という構図が間違いだと気づかされた。退院できるという目標が身近なものに見えたとき、病状や生活が改善される、というパラドクスを最近は心の底から強く感じている。

先日、ある患者さんのカンファレンスで、彼女の現状ではなかなか退院することが難しいという医療関係者や家族に対して「よくなると信じることからしか未来は生まれえない」とほぼ絶叫している自分に気づき、これではまるで宗教ではないかと思わず自分自身で苦笑いをしてしまった。人から見るとほぼ宗教の世界なのかもしれないが、私は神ではなくて人間を信じたいと思う。人は自分が願う方向に変わると信じている。それが近ごろほとんど確信になってきているので、従来の専門家とは見えるものが変わってきているように思う。まず証拠を示せというのが従来のやり方である。まず信じるとい

うのが最近の私の考え方になってきている。そのため、食い違いがいたるところで発生していて、色々物議を醸しているのが昨今の私の周辺状況である。

今年の私の夢は……それは私にしか見えない幻視のような多くの入院患者さんの未来が他の人にも見えるようになってもらうことであろうか。

新事業所の開設に向けて

最後に少しだけ、きわめて現実的な話を。昨年の年始に書いた、三鷹駅近くで新しい事業所を開設することがかなりの可能性で実現しそうである。借地ではあるが土地を入手し、事業計画や建物の図面もでき上がった。あとは資金繰りだけとなってきている。国庫補助については今年の夏に決まる。その決定があればそれがGOサインとなる。ここまで来るのに山あり谷ありではあったが、終わった苦勞をすべて忘れられるという特殊な能力を私は持っているらしい。

もう一つ、新しい事業所での就労移行ではピアスタッフの養成をしたいと昨年書いたが、実は当事者のための精神保健福祉士の一般の通信制の養成校も作りたいと思っていた。社会福祉法人が学校を設立することは国の基準では認められるが、東京都がそれを許さないと言っていることがわかった。同時に、通信教育だけでは開校ができず、昼間の課程も作らなければならないということも判明し、今、学校の方は暗礁に乗り上げているというのが直近の現状である。

願えば叶^{かな}う、現状は少しずつそうようになってきている。今年の夢、私の幻視が幻視でなくなるといふ夢も叶うようになると信じたい。

上岡陽江さん講演会を開催



上岡陽江さん

私たちはなぜ寂しいか？

三鷹市ピアサポート事業では、障害や病気をご経験されている方を講師としてお招きし、地域の皆様と学ぶ機会を設けています。今年ダルク女性ハウス施設長の上岡陽江さん（精神保健福祉士）にお越しいただきました。ダルク女性ハウスとは、薬物依存症からの回復を望む女性たちのための日本で最初の民間施設です。

今回は「私たちはなぜ寂しいか？」というテーマについての講演をお願いしました。講演は、隣の人と交代で爪もみのマッサージから始まりました。上岡さんは会場じゅうを歩き回って、参加者一人ひとりに、爪もみマッサージをされていました。曰く、「講演会の感想をきくと、『マッサージが一番良かった』と言う人が多いんですね。特に男性は日頃、あまり人と触れる機会がないでしょ（笑）」

さて、私たちはなぜ寂しいのでしょうか。上岡さんによると、「そこそこ健康な家庭」に育つと「私」の周りに父母や兄弟、祖父、友達、近所の人など「応援団」を持つことができ、それらがクッションのようになって「私」を幾重にも守ってくれるそうです。だ

から、職場で嫌なことがあっても自分が属するコミュニティに帰ってきたら、職場での自分の価値は必ずしもコミュニティでの価値ではない、と思える。ですが、家族の中に緊張があると「私」は応援団を持たずに孤立して社会に放り出されてしまい……と、この先に興味のある方は、上岡さんの名著『その後の不自由——「嵐」のあとを生きる人たち』（医学書院）をお読みください。

講演では三鷹市への思いも語られました。こどものころから重度のぜんそくがあり、4年間の入院生活を送る中で処方薬物依存を体験し、若い頃にはアルコール依存症を併発した、というお話がありました。思い出のなかには飲酒体験による失敗談もあり、ユーモアを交えたお話に、会場は笑いに溢れました。

今回の講演会は、同じピアサポート事業内で運営されているリカバリーカレッジの受講生が当日の準備を行いました。講演後、交流の場が設けられ、感想を聞いた上岡さんが一人ひとりにハグをして下さり……「温かいもの」が今でも心に残っています。

（大平）

発達障害者居場所づくり事業

発達障害者の居場所づくり事業を実施



ヘネシー澄子先生

社会参加に向けた居場所づくり

巣立ち会では今年度、独立行政法人福祉医療機構（WAM）社会福祉振興助成を得て、「発達障害者の孤立解消・社会参加に向けた居場所づくり」事業を行っています。本事業では、三鷹市内の既存のサービスにつながらずになかなか日中の居場所が確保できず引きこもりがちの方々（特に発達障がいを持つ方々、特に若年層の方々）が、日々通えるような「居場所」をつくり、仲間と出会いました自分の特性をより自覚できるようになることで社会参加に向けた一歩を踏み出せるようにすることを目的にしています。

このような助成金をいただけたのは、巣立ち会が2009年より力を入れてきた、ユースメンタルサポート Color の活動が高く評価されていることが基盤にあります。若者の居場所づくりや社会参加支援を行っている団体は近年増えていますが、その中でも Color は、精神科医療・福祉との連携に強く、また、法人内に就労継続支援B型事業所やグループホーム（ショートステイを含む）を擁していることもあり、他団体ではなかなか支援が困難な利用者も、積極的に受け入れることができます。

今年度の活動

今年度は助成金をいただき、三鷹駅近くに相談やグループ活動などに使える場所を確保した他、講演会と個別相談会を三鷹・調布市内で4回開催、三鷹市社会福祉協議会を通じて三鷹市内のボランティアの方々に対してや、地域の公的窓口、クリニック、大学カウンセリングセンター、高校（普通校・通信制）、図書館、児童館、NPO、地域包括支援センターなどに広報啓発をすすめました。また、必要に応じて、担当スタッフ（臨床心理士）が、家庭・施設・入院先などに訪問を行っています。

連続講演会を開催

6月22日（土）に、長年巣立ち会の支援ケースをスーパーバイズしていただいている、ヘネシー^{すみこ}澄子先生をお招きして、「発達障害と思春期の支援」と題してご講演いただきました。また7月20日（土）には、ユースメンタルサポート Color の家族会の協力のもと、「発達障害をめぐる家族体験発表会」を行い、実体験に基づいたわかりやすいお話が大変好評でした。秋には理事長の田尾有樹子と顧問医の先生方のカップ

発達障害者居場所づくり事業

リングで、9月28日（土）に「ひきこもり支援の医学的基礎と実践」（清野知樹先生）、11月27日（水）に「巣立ち会若者支援の医学的基礎と実践」（澤井大和先生）を行い、長年、長期入院者の退院・地域移行支援を行ってきた巣立ち会が、そのノウハウを活かして、いかに「ひきこもり支援」や「若者支援」という領域において貢献できるかについて、参加者の方々とともに考える時となりました。2020年には、南倫先生、澤井大和先生と田尾理事長とで、「何でも話そう」と題した小人数のミー

ティングも開催予定です。

「どんな相談でも受け付けます」が、今回の助成事業のモットーであり、そのモットーのもと、この助成事業を通して今まで以上に多様な相談が巣立ち会に寄せられるようになってきています。一つの居場所というよりは、それぞれの人に合ったそれぞれの居場所を社会の中で共に模索していく役割が、巣立ち会にこれまで以上に求められてきているようです。（高田）



清野知樹先生



澤井大和先生

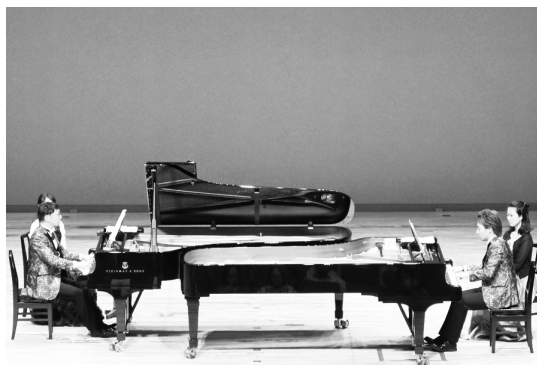
イベントレポート



波多江史朗さん・大嶋千暁さん

2019年6月14日（金）、調布市文化会館たづくりくすのきホールにて、「巣立ち会 第16回愛のふれあいコンサート」を開催しました。今年も調布市と調布市社会福祉協議会にご後援をいただきました。

今回はコンサート開演に先立ち、当法人の利用者による当事者研究発表を行いました。第1部は波多江史朗さんによるサクソフォーンの独奏で、大嶋千暁さんのピアノ伴奏とともに、ヴァイオリン曲や歌曲をサクソフォーンの音色で聞く貴重な機会と



御邊典一さん・御邊大介さん

なりました。第2部は御邊典一さん、御邊大介さん親子によるピアノ演奏で、連弾やソロのほか、8手などバラエティーに富んだ演目でした。

当日は317名の方々にご来場いただき、皆様から198,548円のご寄付を賜りました。この場をお借りして、ご協力いただいた皆様に心より感謝申し上げます。

第17回は2020年6月26日（金）の開催を予定しています。今年も多くの方々のご来場を心よりお待ちしております。（近藤）

第16回愛のふれあいコンサート

ピアサポート事業

リカバリーカレッジ運営委員会に参加して

リカバリーカレッジを運営していく上で、様々な立場の人たちが同じ場所で意見を出し合い色々なことを議論していくことを大切にしています。リカバリーカレッジでは、月に1回、運営委員会を開催し、リカバリーカレッジに関して様々な議論をしています。精神保健福祉士、公認心理師、看護師、保健師とともに、サービスユーザーの経験があり、リカバリーカレッジを受講されている3名の方に運営委員として参加していただいています。今回は3名の方からの「リカバリーカレッジの運営委員会に参加してみて」の感想をいただきました。（小林）

リカバリーカレッジ参加者から、PLA 会議を経て運営委員会に参加することになりました。退職して長らく会議というものから離れていたもので、少し社会復帰できたようなくすぐったい気持ちでした。時には「うわ、何このシビアな話……」とか、「この話は支援者のことだろう」と他人事に聞いていると「赤岡さん、どう？」とか聞かれ、ドキドキすることもあります。支援者の視点が自分の学びにもなりますし、委員としてリカバリーカレッジが学びとともに安らぎの場となるよう、“当事者の強み”^{あかおか}を活かしながら、ほどほどに頑張りたいと思います。（赤岡かおる）



運営委員会に参加する前は、正直不安でした。グループの中に溶け込めるか、自分に発言の機会はどれだけ与えられるのか、意見は尊重してもらえるか等。しかし実際は違いました。みんな受け入れてくれました。ピアだからといった不自然な気遣いはなく、とても人間的で自然な気遣いをしてくれました。会議においても、敬意を持って遠慮なく話す場がそこにはあり、十分な発言の機会と共に、意見も尊重されている実感があります。リカバリーカレッジには大きな可能性があると思います。その運営に携わることができて、大変光栄に思います。（いしやん）



僕は60歳を過ぎてから学び始めました。それから10年以上経ちました。「なんでも話していいから」と田尾さんから背中を押され、運営委員を引き受けることにしました。最初は「僕でいいのか？」と思ったこともありましたが、好きなことを話していいならと軽い気持ちで今も参加させていただいています。立場の違う人たちの話を聞くのも楽しいですが、リカバリーカレッジをよりよくするために、利用者の立場としてこれからも意見を言っていきたいと思います。願わくば、リカバリーカレッジの運営委員のなかに利用者^{すずきとしお}がもっと増えてくれたら、うれしいなあと思います。（鈴木俊夫）



学会でリカバリーカレッジの活動を発信

それぞれの立場から体験を語る

リカバリーカレッジを開校して7年目になります。

昨年は、リカバリーカレッジをより多くの方にも知ってもらいたいとの思いから、三鷹から飛び出し、5月には「第6回こころのバリアフリー研究会総会」の一般演題の時間で、リカバリーカレッジの活動報告をしたり、11月には「日本精神障害者リハビリテーション学会第27回大阪大会」のサテライト企画と自主シンポジウムに参加しました。

両大会で取り組んだこととし

ては2つあったと思います。1つ目は、リカバリーカレッジで普段開講している「リカバリー入門」を出張講座として提供したり、これまでの実践報告をすることを通して、リカバリーカレッジを知らない人たちに紹介すること。もう1つが、誰もが「学生」として受講できるリカバリーカレッジに参加していただき、立場を超えて学びあうことで、新しい価値観に触れていただくことです。

両大会とも、リカバリーカレッジ運営委員の皆様と一緒に発表させていただきました。サービスユーザーの立場から、



大阪でのシンポジウムの様子

自分が利用してきた従来のサービスとの違いについて語っていただき、支援者の立場からは、リカバリーカレッジを受講する前と後で、サービスユーザーとの関係性がどのように変化したかを、自分自身の体験として語っていただきました。

リカバリーカレッジ運営委員会の皆様、両イベントではご協力いただき、ありがとうございました。（小林）

イベントレポート

研修会「精神疾患とその治療」を開催

本年度から、吉祥寺病院の南倫先生と澤井大和先生が、顧問医としてそれぞれ週に半日ずつ巣立ち会にいらっしゃっています。巣立ち会のさまざまな活動にご参加いただくとともに、利用者や職員からの医療に関する相談に応じてくださっています。南先生には9月3日（火）に「精神疾患とその治療」というテーマで地域の支援者に向けてお話しいただきました。

「統合失調症」については症状やその治療におけるデポ剤や

修正型電気けいれん療法の細かな説明、副作用のことやリハビリテーションに至るまでお話しいただきました。「発達障害」については、著名人のエピソードを交えながら発達障害の成因、親の育て方ではないということ、「治す」より「活かす」「補う」必要があることを、ていねいに話して下さいました。最後には仮想の症例を基に、それがどのような精神疾患と診断されるかを私達にも考えられるように示して下さり、各々の精神



研修会の様子

疾患の特徴、特性を症例から勉強する機会にもなりました。精神疾患についての知識を定期的に自分の中で確認していくことの必要性をあらためて感じ、日々変化していく治療や治療薬についても聞くことができ、有意義な研修になりました。南先生、ありがとうございました。

（斉藤）

イベントレポート

恋人をつくろう！ クリスマス パーティー 2019



クリスマスパーティー参加者のみなさん

都内全域から 72 名が参加

今年度も巣立ち会主催のクリスマスパーティーを12月15日（日）に開催しました。今回で5回目の開催となるこのパーティーも広く地域で認知されるようになりました。

会場は前年に引き続き武蔵野スイングホールのレインボーホールで行われました。今回も複数人で申し込んでいただいた女性にはプチプレゼントをお渡しするなど、多くの女性の参加を促しました。開催以来、女性の参加率が課題となっていますが、残念ながら昨年度の女性参加率を上回ることはできませんでした。それでも全体で72名という多くの参加者を迎えることができました。今回も東は江戸川区や荒川区、西は八王子市、立川市など東京全域からご参加いただきました。

当日は晴天にも恵まれ、13時のスタート直後は緊張感もありましたが、「あっちむいてほい」や「ジェスチャーゲーム」などで徐々に緊張もほぐれ、最後は皆で大いに盛り上がりました。フリータイムで自由に過ごすことのできるゲームブースを5カ所に増やしたりして、より多くの方が参加しやすくしました。フリータイムの時間を伸ばしたこともあり、アンケートからは「連絡先の交換ができた」「ステキな女性と知り合えた」「いろいろな出会いを感じた」など出会いを感じさせる前向きな意見も多く見られました。

来年はさらに多くの女性に参加いただけるよう、スタッフ間でも新たな企画を用意していきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

（山本）

編集後記

前号の発行から丸1年が経ってしまいました。「巣立ちだより」を担当しはじめた5年ほど前から、DTPソフトを使うなど、誰に頼まれたわけでもないのに無意味にクオリティを高め続けた結果、制作に手間がかかり、なにより誰にも引き継がないという困った状況になりました。次号こそはフォーマット化して誰でも作れるものにならしたいと思います。ですので、この雰囲気「巣立ちだより」はこれが最後です。次号からもよろしくお願いいたします。（植田）

発行所 〒157-0072 東京都世田谷区祖師谷 3-1-17
ヴェルドゥーラ祖師谷 102
特定非営利活動法人 障害者団体定期刊行物協会
定価 50円
編集 社会福祉法人巣立ち会
〒181-0014 東京都三鷹市野崎 2-6-42
電話 0422-34-2761
E-mail: sudachi-kaze@sudachikai.eco.to/
<http://sudachikai.eco.to/>