

SSKW

# 巣立ちだより

## — 目次 —

- ・早春を迎えて … 1-2
- ・第9回 愛のふれあいコンサートのお知らせ … 2
- ・リカバリー中心のメンタルヘルス・サービスへ … 3-4
- ・第6回ふれあいトーク … 4-5
- ・レッツ！当事者研究 in 三鷹 … 5
- ・「うつ病のリハビリテーション」講演会のご報告 … 6
- ・野中先生による事例検討会 … 7
- ・「シンフォニー」工事が始まりました … 7-8
- ・巣立ち風・巣立ち工房合同日帰り旅行 … 8



## 早春を迎えて

巣立ち会理事長 田尾有樹子

寒い冬だったが、それも漸く終わりを告げようとしている。地球の温暖化が言われているが、やはり大自然はなかなか複雑なものらしい。しかしそろそろ桜の開花情報も報道されている。やはり寒い冬のあとは満開の桜が心待たれるものである。

精神保健医療福祉を巡る状況は、今年はどんな風になっていくのだろうか。

まず、昨年にわたしが活動してきたところの健康基本法に関する議員連盟が暮れに立ち上がり、いよいよ今年からは法律策定に向けた活動が始まっている。国民5人に一人が生涯のうち何らかの精神疾患にかかるといわれてい

るのに、残念ながらなかなかその現状に見合った対策が整備されていない状況がまだまだある。この法律を通して、少しでもメンタルヘルスの問題が国民に周知され、偏見が少なくなり、こうした問題を持つ人が生きやすい環境になることを望んでやまない。

具体的な国の施策では、昨年から今年にかけて「新たな地域精神保健医療体制の構築に向けた検討チーム」が立ち上がり、検討されている。そこでは、「保護者制度」の見直しについて等も検討されており、保護者が、同意することにより入院するという形態は廃止になることが決まりつつある。

今回この検討会で、（医療及び保護のために入院を要するとされる）「医療保護入院」の同意を、家族の判断で決定しているという医療的な矛盾を、もっと妥当な施策に転換が図れそうである。

私も現在委員を務めているが、こうした方向で結論が出てくると参加して議論をした甲斐があったとうれしく感じている。

具体的施策でもう一つ、この4月から地域移行・地域定着支援というサービスが相談支援事業所で行なえるものとして個別給付化される。どういふことかという、今まで退院促進に関する事業が各都道府県の補助金事業であったものが、入院患者さん一人一人に支援を行なって退院させていくことに個別の請求ができるようになるということである。

補助金事業ではサービス提供者が限定されてしまうので、誰でも参入できる個別給付サービスになることは、私としては大変喜ばしいことだと考えている。そして、それに伴い、長期入院の退院者が増えるという結果がついてくることを心から期待している。

さて、今年の巣立ち会はどんなふうになってゆくのだろうか。

確定しているのは今年9月にシンフォニーという事業所が新しく調布に立ち上がり、今まで、ルポゼとユースメンタルサポート COLOR と呼ばれていた事業が移転する。新しい環境の中で、地元の方たちと仲良くなっていくことが重要課題となろう。まだまだ、試行錯誤、チャレンジが必要な事業ではあるが、どんな風に育っていくのか、私自身不安もあり、楽しみでもある。

また、4月には昔からお世話になっている本多幸雄さんが9室の居室があるグループホームを新たに建ててくれ、完成することになっている。グループホームの利用は最近では多様化してきているが、それでもこのことで多くの退院が進めばこんなうれしいことはない。

今年一年も今出来る目の前のことに努力し続けていきたいと思う。皆様のご理解とご支援、温かい見守りを引き続きお願いしたい。



## 第9回 愛のふれあいコンサート 《予告》

毎年、お世話になっている関係機関・地域の皆様をご招待し開催している本コンサートも第9回を迎えます。今回も皆様楽しんで頂けるよう準備を進めております。お誘い合わせの上ぜひご来場下さい！皆様のお越しを心よりお待ちしております。（濱井）

【日時】：2012年7月6日（金）

【開場】：18時 開演：18時30分

【場所】：調布市文化会館たづくり くすのきホール

【出演】：長富 彩（ピアノ） 他

※曲目等詳細は未定です。



## ジュリー・レパー氏講演会

### 《「リカバリー中心のメンタルヘルス・サービスへ」ご報告》



平成23年度東京都地域の拠点機能支援事業として、英国からジュリー・レパー氏をお呼びして、リカバリーをテーマにした講演会を開催しました。

これは、昨年2月に同じく英国からジェフ・シェパード氏をお呼びして開催した講演会「英国のリカバリー支援」の、いわば第二弾ともいえるものです。

昨年の講演会も、英国の精神保健福祉サービスの変遷と、それに大きな影響を与えた「リカバリー」について非常に詳細に説明がなされ、我々に大きな衝撃と感銘を与える内容でしたが、今回もそれと同様のインパクトがあった講演会でした。

今回は2月17日（金）の夜に調布で、18日（土）の午後に三鷹でと、2回に分けて開催しました。どちらも会場はほぼ満席で、2日間で170名のご参加がありました。

レパー氏は躁うつ病の当事者である一方で、精神保健のプロフェッショナル（看護師）として、英国でのリカバリーの促進に大きな役割を果たしてきた方です。

初の来日ということで、しかも滞在中のスケジュールも大変厳しいものでしたが、講演の合間にも当会の各所を回って、当会のピアスタッフへのスーパーバイズや利用者とのミーティングなど精力的に活動して頂き、ユーモアにも溢れたとても素敵な方でした。

講演会では、ただ「リカバリーは素晴らしい」ということだけではなく、ではそのリカバリーを促進していくために何をすればいいのかについての詳細な説明が主体でした。具体的にはそれは「リカバリー戦略」と呼ばれる細かい指針となっていて、それを「10の組織的課題」として整理し、各組織がそれを明確な努力目標としている、そうした英国での様子が伝わってきました。

圧巻は、現在のイギリスでもまだ2か所（ロンドンとノッティンガム、今年中にあと4か所増える予定とのこと）しかないという「リカバリー・カレッジ」です。

英国では、いわゆるデイセンターのような施設は廃止の方向に向かっており、その代わりに誰でも無料で入学できる「リカバリー・カレッジ」が生まれています。



ノッティンガムでは4つの教室で45の異なる講座を開講しており、3か月を1学期として、1学期に1,000人の登録者があるということです。このカレッジに入学すると学生証が発行され、購買やクラブ活動にも自由に参加できます。

講座の講師の多くは訓練を受けたピアが務めます。ここでは「サービス利用者」というアイデンティティではなく「学生」というアイデンティティを獲得することになり、非常に好評で今後も登録者は増えるだろうということでした。

この他、「ピアのトレーニングのスタートは『自分自身のリカバリー・ストーリーの作成』になる」など、現在の我々の活動に対して大きな手がかりとなるような説明が多くあり、素晴らしい講演会でした。

会場からのアンケートでも、今回の講演ではかなり専門的な説明の時間が長かったのにもかかわらず、その本質であるリカバリーに触れて感激したというような、熱のこもった賛辞を数多く頂きました。

今回の講演抄録は、4月以降に当会のホームページにもアップしていく予定です。当日はご都合でご参加頂けなかった方も、ぜひ一度ご覧頂ければと思います。

最後になりましたが、時差ぼけにも負けずに本当にタフにあちこちお付き合い頂いたレパー氏と、コーディネートにご尽力頂いた伊勢田堯先生に感謝すると共に、今回の事業を認めてくれた東京都や、ご後援を頂いた調布市と三鷹市に厚く御礼申し上げます。とりわけ三鷹市長様からは講演会に対するメッセージも頂戴しました。この場をお借りして改めて御礼申し上げます。皆様ありがとうございました。

（長門）

## 第6回ふれあいトーク

### 《三鷹市精神障がい者地域自立支援事業》

三鷹市精神障がい者地域自立支援事業（以下、ピアサポート事業）では、三鷹市に在住・在勤のこころの病を経験された方達に対して、仲間作りや一緒に色々なことを学ぶ機会をもてるようなプログラムを企画・運営しています。

毎年12月に開催している「ふれあいトーク」も、ピアサポート事業のプログラムのひとつとして実施しています。



今回は12月4日に行われました。当日は、清原慶子市長の挨拶に始まり、施設紹介のコーナーでは、三鷹市内にある各施設から職員さんや利用者さんが参加頂き、各事業所のPRをして下さいました。



それぞれの事業所のカラーを出して頂き、とても楽しい施設紹介になりました。

後半では、2名の当事者の方からのリカバリーストーリーを発表して頂き、これまでのご自分の病の体験や入院中の様子について話して頂きました。

また、今年も「公開座談会」を行い、3名の当事者の方のそれぞれの「生きていくチカラ」について座談会が行われました。

3名の方は、それぞれ WRAP ファシリテーター（石井氏）、ピアカウンセラー（鈴木氏）、ピアスタッフ（下村氏）としてご活躍されています。それぞれの立場から、「一番つらかったとき」、「回復にいたるまでのプロセス」、「いまの自

分・これからの自分」などについて意見を発表してくれました。会場からの質問についても、各発表者はとても気さくに答えられていました。

会場にお越し頂いた皆様へメッセージが充分届いたのではないかと思います。

今後もピア（当事者）の立場から、色々な形で発信できる機会をつくっていきたいと思います。  
（小林）

## 講演会『レッツ！当事者研究 in 三鷹』

平成 24 年 1 月 27 日（金）、向谷地宣明氏とべてぶくろの利用者の久保氏、金沢氏と千葉県内にあるクリニックを利用している利用者の方をお招きして『レッツ！当事者研究 in 三鷹』と題して講演会を行いました。

「当事者研究」とは、北海道浦河べてるの家で生まれ、現在では各地域で当事者研究のグループがたちあがっています。



講師をされた向谷地宣明氏は、北海道浦河べてるの家を立ち上げた向谷地生良氏のご長男。

幼少の時から、べてるの家の利用者と共に時間を過ごしながらか生活されてきました。向谷地氏は現在、東京に事務所を立ち上げ、池袋にある「べてぶくろ」（べてる+いけぶくろ）や各地で当事者研究のワークショップを開催しています。

講演会当日は、当事者研究の発祥の地でもある浦河べてるの家のこれまでの歴史や現在の活動などもご紹介頂きました。また、池袋を拠点としたホームレスの方々への生活支援にもべてるの流の支援を取り入れていて、その活動についても久保氏、金沢氏からも報告がありました。



後半では、千葉県内にあるクリニックのデイケアで当事者研究のグループに参加されている利用者の方から『だまし幻聴さんの研究』と題した研究発表をして頂きました。

これまでの『幻聴さんとの付き合い方』と現在の『幻聴さんとの付き合い方』などの違いについての発表など、ご自分の幻聴さんに対してのユニークな対処法を発表して頂きました。

最後の質疑応答の時間になっても、フロアからの積極的なコメントに対して、丁寧にご返答頂きました。

当日は 100 名以上の方にご来場頂き、とても楽しく当事者研究について学ぶことができたと思います。今後も色々企画していきたいと思  
います。  
（小林）

## 「うつ病のリハビリテーション」のご報告

### 《 講師・近藤伸介氏 》



《近藤先生》

平成23年11月30日（水）、調布市文化会館たづくり8階の映像シアターにて、北原リハビリテーション病院院長である近藤伸介氏を講師としてお招きし、「うつ

病のリハビリテーション」をテーマにした講演

会を開催しました。約80名の参加があり、会場がほぼ満員の状態となりました。

アメリカでは、男性の10人に1人、女性の5人に1人が、一生に一度はうつ病にかかったことがあるというデータがあり、日本でもうつ病を含む気分障害の患者が初めて100万人を超えました。しかもこの数年間で確実に患者数は増えており、医療にかかっていない人も含めれば、さらに増加していると予想されます。

うつ病は「良くなったり、悪くなったり」を繰り返しながら、徐々に回復していく病気です。焦らず、気長に治療に取り組むことが大切であるうつ病のリハビリテーションとはどのようなものか、うつ病の治療に深く関わられている近藤伸介先生から、グラフや写真を使いながらのわかりやすい講演をいただきました。

うつ病は明確な治療法も確立されていませんが、確実に増えていっています。それに伴い、精神科や心療内科も増えているという統計が出ています。

近藤先生が院長をしている北原リハビリテーション病院にも絶えず患者さんが訪れており、治療の中では、OT（作業療法）として農作業を行ったり、料理を作ったり、日中に通う場を提供して焦らずに社会復帰を目指しています。中にはうつ病を軽視し、受診をしない患者も多くおり、薬物療法では寛解しないことや20%は2年を超えても回復しないこと、寛解しても約70%が再発することなどから、うつ病は深刻な精神障害であると言われています。

会の中では質問も頻繁に出て、実際にうつ病の家族を持つ方からの相談も見られ、支援者にとっても家族等身近な人たちにとっても有意義な講演会でした。



今後、巣立ち会の行っている「うつ病専門復職支援（ルポゼ）」の活動に今回の講演会を役立てていけるよう務めたいと感じました。

（渡邊）

## 「ケアマネジメント研修会」野中猛先生をお迎えして

平成24年1月17日（火）の夜、巢立ち風の3階にて、野中猛先生をお迎えして三鷹市精神障がい者地域支援連絡会との合同研修会を開催しました。

当日は40名の参加があり、狭い会場ながら開始早々先生の「机は除けて皆さんに発表者の声が届くようにしましょう」という提案で、椅子のみでまとまりのある雰囲気が進みました。

進行は「野中式事例検討会」とでもいうべき方法で、ホワイトボード3枚をフルに使ったアセスメントがその中心でした。「自分を“大阪のおばちゃん”だと思い、何でも本人について興味を持ったことを訊いていく」というやり方で、進むにつれて様々な情報が集まり、本人に対する理解が深まっていきました。先生のコメントはユーモアがありながらもとても厳しく耳が痛いもので、しかも細かい点まで行き届いたものでした。

「時間をかけてアセスメントを丁寧に行いさえすれば、ケアプランをまとめることは難しくない」（以前の研修会でも、「これまで20年入院させて本人の膨大な時間を奪ってきたのに、何で90分が割けないんですか？」と言われた



ことを思い出しました）との言葉通り、最後にはいくつかのケアプランがまとまりました。

会場も先生の熱を受けて、夜の開催でしたが途中退席もなく、とても集中した雰囲気ですり多い研修会となりました。

リカバリーについて、昨年の講演会でジェフ・シェパード先生もおっしゃっていたように、我々専門家の介入によってかえって本人の希望や主体性

が下がってしまう（！）ことが、実はとても頻繁に見受けられる。その危険について充分自覚をし、常に支援を見直して行ってほしい。先生の厳しい言葉の裏には、そのような思いがあることが伝わってきました。

野中先生は、この日は中部センターで丸一日研修会の講師を務められていたとのことで、大変に多忙なスケジュールの中でご協力を頂きました。あらためて感謝申し上げますと共に、このような研修会を今後も継続し、地域全体のケアのレベルを高めていきたいと考えております。

（長門）



## シンフォニー 《建築工事が始まりました》

平成23年度障害者（児）施設整備事業として認可を受けた「（仮称）シンフォニー」の建築工事が始まりました。

建設地は調布駅南口から徒歩8分、駅前通りと品川通りとの交差点付近です。3月後半に鉄骨が立ち上がり、7月末の竣工予定です。

前号でお伝えしたように、この建物では現在「こひつじ舎」の一部として実施しているうつ病専門復職支援（ルポゼ）を、障害者自立支援法の自立訓練事業として独立して実施するものです。

また「若年層の精神疾患への早期介入（ユースメンタルサポートColor）」も、こちらに移転していきます。

事業開始予定日を9月1日として準備を進めています。



（地鎮祭「鍬入」をする理事長）

工事開始に当たり、昨年12月には布田天神より神主様をお呼びして地鎮祭を執り行い、工事の無事を祈りました。

近隣の皆様には、工事期間中に多大なご迷惑をおかけすることとなり、重ね重ねとなりますが心よりお詫びを申し上げます。どうか暖か

い目で見守って下さいますよう、お願い致します。（長門）



### 巣立ち風・巣立ち工房合同日帰り旅行 ディズニーシーに行ってきました

3月9日、巣立ち風・巣立ち工房の合同日帰り旅行に行ってきました。行先はメンバーの希望が1番多かったディズニーシーに決まり、当日までに幹事さんが中心となりミーティングを何度も行いました。

当日はあいにくの雨でしたが、メンバーは初めてのディズニーシーに感動、「外国に来たようだ」と興奮する人も！アトラクションやショーを観覧される人、景色を見ながらお茶をしてゆっくり過ごす人、そしてお土産をたくさん買い込む人と、楽しみ方はそれぞれでした。

これからも巣立ちのメンバーらしく、自由に楽しめる旅行をしていきましょう。（川口）



お土産屋さんにて（帽子に注目！）

#### 編集後記

あの悪夢のような東北大震災から丸一年。  
現地被災者の方々の弛まぬ復興への努力に  
頭が下がる。「明日は我が身！」  
震災の教訓を大切に、身の回り、職場回りの  
対策に怠りなく注意を払いたい。（小島）

発行所 〒157-0073 東京都世田谷区砧 6-26-21  
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  
Tel 0422-34-2761

<http://sudachikai.eco.to/>  
[sudachi-kaze@sudachikai.eco.to](mailto:sudachi-kaze@sudachikai.eco.to)