

KSKR **だいかれん**

公益社団法人大阪府精神障害者家族会連合会(大家連)

新年懇親会での「ちよつと良い話」

会長 倉町 公之

大阪精神科診療所協会(大精診)主催の「新年伝達講習会」が、2月2日(土)梅田のホテルで開催され、19時からの「第2部 新年ご挨拶・懇親会」に招待を受け、出席しました。その席上で私にとつて「ちよつと良い話」が3件有りました。

行政及び関係団体から約20名が来賓として招待されており、隣席のご婦人と名刺交換すると、「東京大学資料編纂所中世史料部教授H」先生とありました。伝達講習会において、「中世の日本人にみる不安と癒し―歴史学の立場から」と題して講演されたそうです。

私の名刺を見られて、どんな団体で、どのような活動内容なのかと聞かれたので、約600名の会員で、電話相談、大家連講座などを行っていることを紹介しました。

私の関わることの全くない分野の立派な先生とお話しできたことは、嬉しい不思議な思いでした。

大精診会長と日本精神神経科診療所協会会長を長年勤めてこられた渡辺洋一郎先生が乾杯の挨拶をされました。

渡辺先生は、最近AI(人工知能)が進歩して、患者の目の動き、声の状態などから、精神疾患の診断もできるようになってきたと言われているが、人間ならではの患者への対応が有る、として、若いころ聞いた先輩のお話を紹介されました。

日ごろからあまりものを言わない若い統合失調症の娘さんが、ある日先生に「明日旅行に行きます」と言いました。これに対し、先生は「お土産を期待しているよ」と言われたそうです。

渡辺先生は、「娘さんは、何を買おうかと悩んだ

りいろいろと考えただろう。土産を受け取った時の先生の対応はどうであっただろう。その後の先生と娘さんとの信頼関係はどうなったであろうか」と言われました。先生は、AIがいかに進歩しても追いつけない、人間のもつ「こころ」を語られたのだと思いました。

見覚えのある女性から挨拶されました。名札には「安田」と有りました。先月の大家連講座でお話頂いた「生きる・育む・輝くメンタルクリニック院長」の安田先生です。

講座の時には、地味なシャツとズボンに大きなシヨルダーバッグを抱えた印象の先生が、白と黄色と赤のドレスで現れたので、驚きでした。

「協会に入っておられたのですね」とご挨拶するのが精いっぱい嬉しい気分でした。



目次

◆ 新年懇親会での「ちよつと良い話」	1頁
◆ 大阪府との意見交換会	2頁
◆ 連載記事「親亡き後に備える」	3頁
◆ 「グループホーム検討会」(第2回)	4頁
◆ 家族の思い	5頁
◆ 家族会紹介「てしま会能勢分会(能勢町)	6頁
◆ PSWのミニ知識	7頁
◆ 精神保健福祉講座を聞いて	8頁
◆ 賛助会費報告・編集後記	8頁

大阪府との意見交換会

日時…2018年11月30日(金)

14時～16時

場所…大阪府庁新別館北館1階

出席者…当方22名 大阪府側13名

平成30年8月31日付で「要望書」を提出し、11月30日(金)、意見交換会を行った。時間の制約から8項目に絞って行った。

要望① 多職種による訪問型医療制度(アウトリーチ)の早期実現を望む。北河内圏域のモデル事業の状況について具体的に説明を。

回答 北河内圏域のモデル事業により得たノウハウとして、保健所における精神障がいのある未受診者等への訪問支援についてまとめ、保健所の訪問支援の充実に努めている。

会員 具体的に聞きたい。アウトリーチについてどのように進めていこうと考えているのか、次回聞きたい。

要望② 抗精神病薬の大量服薬の患者が、結果的に2週間後に亡くなった事例が発生。抗精神病薬大量服薬による「昏睡状態」を3次救急システムによる救命救急センター受け入れにつなぎ迅速な医療処置を求める。

(後略)

回答 大量服薬による意識障害等は、医学的には生命の危機に直結する可能性が低いこと、胃洗浄や活性炭などによる治療が基本であり、実施基準上は、救命救急センターではなく、二次救急告示医療機関への搬送が基本となっているが、入院後の容態変化は十分注意しておく必要がある。(後略)

会員 この問題が、なぜメデイカルコントロール委員会に上がっていないのか。

要望③ 一昨年8月から、「精神科合併症の救急医療システム」の改善が図られているが、精神疾患を理由として診療を拒否される事例も発生している。対応策について具体的な検討を開始してください。

回答 大阪府では平成27年8月より、①二次救急医療機関等で身体科治療を行う際の精神科医によるコンサルテーション ②「夜間・休日精神科合併症支援システム」を開始し、精神科合併症患者の受入の促進を図っている。システムの周知に向けて、利用説明会の開催や、各種会議での報告や研修会等さまざまな機会を通じて周知に努めている。

会員 合併症の場合、精神科のあるところではか受けてもらえない。その辺の改善を希望する。

要望④ 公立病院には精神科が設置されている病院は少ない。市立病院に精神科の設置を進めるよう指導を。

回答 市立病院への精神科の設置は、本府に指導する権限はない。

会員 大阪万博では、「健康・医療」がテーマとなっており、これに相応しい取組みが望まれる。

要望⑤ 家族の身体的・精神的健康が過重な介護負担によって大きく損なわれている。家族が病気になるったり休養を要する時には、ショートステイの利用が望まれる。

回答 地域における障害福祉サービスのニーズや実情を把握し、サービス提供体制を整えることが重要であることから、お困りの状況についてお住まいの市町村に伝えてください。

会員 府として府民の要望にどのように応えようと考えているかを聞いてほしい。

要望⑥ 各地の家族会は社会的資源とも言える。保健所等では、相談を寄せられた場合などには、家族会を積極的に紹介して下さい。

回答 家族会が大切な社会資源であることは充分認識しており、保健所において、既に家族会について紹介しているが、今後さらに家族会を積極的に紹介しよう努める。

会員 保健所から家族会を紹介してもらったというのほとんどない。

要望⑦ 相模原市での障害者殺傷事件や寝屋川市、三田市における精神障害者の監禁の背景からは、障害者への差別意識や人権無視が深刻なかたちで浮かび上がってきた。また、「優生思想」に基づく精神障害者などへの強制的な不妊手術などの実態も明らかになりつつある。今後は、「優生思想」に基づく歴史的事例への理解を深めるための教育を実施されるよう求める。

回答 社会との関わりの中で、障害者問題を捉えることが重要だと認識している。人権教育の推進に当たっては、各学校現場で様々な工夫を行い、その中では、歴史から学ぶという観点も示している。全ての府立高校で、障害理解教育を積極的に進めるなど、相互理解を深め、「ともに学び、ともに育つ」教育の推進を図る。支援学校との交流や地域の障害施設との交流などを通じて、今後

も障がい理解教育を推進していく。

会員 具体的にどうやっているのか。家族がどんな思いでいるか。

要望⑧ 精神障害者の雇用を大阪府庁及び公的機関において、具体的に実施されたい。また、雇用促進を企業へも働きかけを。

回答 府独自の条例として平成22年4月に施行した「大阪府障害者の雇用の促進等と就労の支援に関する条例(通称「ハートフル条例という)」に基づき、達成に向けた支援や誘導を行っている。昨年度は46社の達成を支援した。(後略)

親亡き後に備える

大家連精神保健福祉講座(特別編2)

『グループホーム検討会』を開催

昨年12月7日の「グループホームづくりの基礎」に続いて、2月7日(木)「グループホーム検討会」を開催しました。(受講者23名)

④か所のグループホームの紹介

①秋吉真里氏(特定非営利活動法人 ひこうせん施設長)

最初に利用者のMさんが、マイクを取って自己紹介をしました。「グループホームを利用して5年になる。勉強をしたくなり、府立M高校の夜間に通っている。皆さんの役に立ちたいと考えて生徒会長をさせてもらっている」(拍手)

秋吉さんは、「ひこうせんでは、ワイワイガヤガヤ楽しい家庭的な雰囲気の中で就労とりハビリに励んでいます。同じ障害を持つ者同士で支えあい、心や身体が疲れた時は安らぎの時をすごしています。現在グループホームの利用者は5名です」と明るく話されました。

②城戸誠一氏(NPO法人 サラダ倶楽部)

サポテンハウス(グループホーム)事業所長

城戸さんは、グループホームの運営状況について「介護サービス包括型のグループホーム6か所を一体型で運営している。現在の利用定員は23名(空室3名)。18名のスタッフのうち、ピアスタッフが3名(当事者にとって大きな存在)、学生スタッフが10名(皆さんに好評)」と話された。利用者の生活状況について「あなたらしさを大切にベースに。約半数の方が日中活動系のサービスを利用。5、6名は日中もホームで過ごしている。休日は、移動支援を利用して夕食やショッピング。「休

日が一番つらい」という人も。病状の悪化による入院はほとんどない」と詳しく説明されました。

③石山潤氏(社会福祉法人そよ風のんき亭)

(グループホーム)施設長

石山さんは、「そよ風」のグループホームについて「現在4つのホーム(女性用2、男性用2)を地域にあるマンションの教室を借りて運営している。ワンルーム型と定員5名のファミリー型とあるが、ワンルーム型は目が届かないことが有る。現在19名が入居中(定員は21名)。10代から70代まで入居しているが、50代6名、40代5名が多い」。提供サービスについては、「全員共通は、食事提供(朝食、夕食)と緊急時の電話対応。後は個別に提供している(通院同行、居室の清掃、洗濯、入浴などの見守り、声掛け、体調のチェック、書類申請の手伝い、金銭管理の手伝い)」と詳しく説明されました。

④新銀輝子氏(住宅型有料老人ホーム ライフアパート四條曙施設長)

フアイト四條曙施設長

新銀さんは、「障害が有ってもなくても、幾つになっても自分らしく豊かに過ごしたいを形にする取り組み」として、自分でも住みたくなるようなものを目指していると説明された。施設の概要としては、「入居対象者は、40歳以上で福祉サービス、又は介護保険を利用されている方。定員14名(18室)、職員配置は14名(内ヘルパー7名)」。入居者利用負担の目安としては「月額12万円から15万円くらい。入居者それぞれに利用の仕方があるとして、年齢、病状、本人を支えるキーパーソンなどを上げて、4人の例について詳しく説明されました。

【当事者の意向調査結果の報告】

○齊藤勇氏(高槻市精神障害者家族連絡協議会副代表、高槻市家族会「明星会」会長)

齋藤さんは、調査対象者約800名から回答のあった125名のデータについて説明されました。調査の結果を抜粋すると、Q「地域での一人暮らしを考えているか」に対し、当面考えていない48名(38%)、既にひとり暮らし等26名(21%)、両親がなくなったら考えた25名(20%)となっている。Q「1～5年以内にひとり暮らしを考えている方で、どのような居住形態を希望しますか」に対し、民間の賃貸住宅を希望8名(38%)、グループホーム希望8名(38%)、その他(府・市営住宅、家賃の安い物件)4名(19%)となっています。

【前回講師のコメント】

○慶元裕樹氏(社会福祉法人 ライフサポート協会)

慶元さんは、日中どこへも行けない人を支援する「日中サービス支援型グループホーム」が動き出したようです。と最新のニュースを紹介して頂きました。

○高橋爾氏(社会福祉法人 ライフサポート協会)

高橋さんは、「精神の方は、ひとり暮らしからグループホームへと替る例が有ると聞いて驚いた。他の障害ではないのではないか。精神の方が、生徒会長になるとか、他の人の役に立ちたいと行動されていると聞けてよかったです」と述べられました。

(お詫び)以上のほかに、会場からの質問、提言等多数有りましたが、紙面の関係上記記載出来ませんでした。お詫び致します。(K)



家族の思い

ペンネーム レインボー

私の娘は現在37歳です。看護師になる事を夢見て、高校の衛生看護科に進学しました。小さい頃からこだわりが強く、思い通りにならないと不機嫌になったり、コミュニケーションが苦手でした。真面目、努力、忍耐で18才まで何とか頑張ってきましたが、様々なストレスから鬱病になり、衛生看護科特有の病院実習が続けられなくなり、通信制の高校に進路を変更して短大に進みました。短大卒業後、就職も出来ましたが、その仕事も辞めてしまい、また派遣、パートタイム等の仕事すべて、長く続くことはありませんでした。特にクレジット会社のパートタイムの仕事はミス続きで、精神的にも不安定になり、再度鬱病を発症した後、躁転し、精神科病院に入院しました。娘は23才になっていましたが、入院中に成育歴等の聞き取り、検査を受け、主治医から「生まれながらに発達障害で、発達障害が原因で2次障害として精神疾患の躁うつ病を発症している」と診断されました。「鬱病は治る病気だが、発達障害は障害なので治ることはない」と言われました。親として「治る事はない」と主治医から言われたことで「何か暗闇の中にほうり出され、果てしない道をこれから歩んでいくんだ」という不安の中に押しつぶされそうでした。

娘は、発達障害が原因でこれまで「生きづらさ」を常に感じながら生きてきました。看護師という夢を挫折し、短大時代も頑張って医療事務や色彩検定、パソコンのワード、エクセルの資格を取得し、就職しても人間関係で何かあると、ミス続きで結局叱られることが続き、体調が悪くなり仕事を辞めざるを得ませんでした。それどころか、躁鬱病を発症したのも、根底にある原因は、発達障害という障害を抱えていたこと。こういう事に、思いをはせた時、涙がとめどなく流れました。「娘は今まで本当によく闘ってきたし、頑張ってきた」と思いました。

一方で、私自身精神疾患に対して偏見を持っていたと思います。友達にも娘の事を打ち明けたり、悩みを聴いてもらったりすることはなく、社会から孤立し、孤独を感じていました。その頃偶然、市役所の福祉課の前を歩いていた時、ふと「相談してみよう」と思い、話を聴いてもらいました。そこで初めて「家族会」の存在を知りました。同じ苦しみを持った家族会の皆さんとの出会いで、「苦しんでいるのは、私一人ではない」という安心感、安堵感から私は徐々に元気になりました。

しかし、大変な事は今もずっと続いていきます。時間の経過と共に定型発達の人であれば、実社会で年齢相応に成長するのでしょうか、年齢と能力に落差が大きく、又感情の波が激しいので、何かあると、私をつかまえて何時間も愚痴を言い続けることがよくあり、随分

疲れます。しかしながら、娘がいなければ学ぶ機会もなかったSST、出会う事もなかった方々から多くを学び、以前の私より随分謙虚になり、それに伴って、徐々に娘が変わっていき、今は家庭で「笑い」がよくあります。

これからも娘との生活は続きます。娘がいるから人生が楽しくなかったとか、台無しになったとか思うのではなく、むしろ娘を通じて、人を認めることの大切さを学べたことに感謝です。これからも多くの難問にぶつかるでしょう。その都度、対処し、障害による限界の中で、それを乗り越え、新たな価値ある目標に向かって暮らしていきたいと思えます。

本の紹介

「患者さん・ご家族・支援者のために統合失調薬物治療ガイド」

一般社団法人日本神経精神薬理学会(編集) 税込1944円



専門家向けの「統合失調薬物治療ガイドライン」の内容を、患者さん・ご家族・支援者にわかり

やすく解説したガイドです。

「抗精神病薬の具体的な使い方」や「認知機能障害や体重増加」など、ひとつひとつ理解が深まります。

家族会紹介

「てしま会能勢分会」(能勢町)

会長 城阪敏明

てしま会能勢分会家族会は、現在の登録人数は10人で能勢町内の精神的障害を持つ方の家族等で構成されており、主たる拠点は「みんとはうす」(能勢町今西204-1)となっております。初代会長は大藪氏でその後佐藤氏、藤原氏の順に担当いただき現在城阪が会長を務めさせていただいております。

当家族会では、年1回の定例総会の他に年数回の家族交流親睦会及び年2回のみんとはうすメンバーと家族会の合同親睦カラオケ交流会を開催しています。みんとはうすメンバーの方々の中にはこのカラオケ交流会を楽しみにされている方も多くおられ毎回多数の楽曲を歌われます。(開催時間が4〜5時間になることもあり大変盛り上がっています)

ただ課題としては、このような親睦会等に來られるメンバーが毎回偏っている傾向がありあまり参加されていない方々をどのように呼び込むかです。

また当家族会では一部メンバー(現在3家族)で炭焼きのクラブ(炭焼きクラブJIO)を昨年7月に立ち上げました。その設立背景として現状精神障害者の方々の中には就労支援B型施設等で労働されておられますが、より働き甲斐や(親の高齢化もあり)労働収益

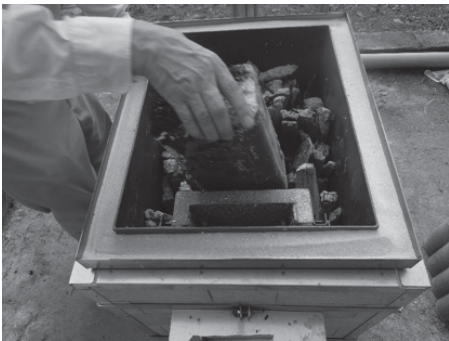
向上の支援をした
いことにあります。

また昨今国策として
も労働者不足
があり、障害者や
高齢者の雇用促進
が課題となってお
り国民全員参加型
就業時代を迎えつ
つあります。当ク
ラブでは障害者の
みならず高齢者や興味ある方々にも参画いた
だくことも目指しております。

当クラブでは(株)テサキ製作所(東大阪市)
製の簡易小型炭焼き窯を導入いたしました。
現在まだ試行錯誤中ですがその窯で焼いた竹
炭などの販売方法の検討や炭焼きの副産物で
ある木酢液の応用などを実験しています。現
在クラブ員により近くの畑で「玉ねぎ」と「に
んにく」を育成しており、作物に炭や木酢液



炭焼きクラブJIO



窯の炭

を入れてその効果
を実験しておりま
す。今後栗など他
の作物でも応用検
討していく予定で
す。(将来的な農
作物の収穫や販売
も視野に入れ)
当クラブでは休
憩や作業のできる
室内事務所を設け

ており、検討会や食事会、カラオケ大会も実
施しています。(前回のカラオケ交流会は当事
務所で実施)

このような施設
設立にあたり当初
補助金申請などで
資金を確保しよう
と検討いたしまし
た。時間がかかる
ことや申請手続
きなどの手間を考
え自己資金で「先
ずはやってみなは
れ」の精神でスター
トしたものです。当クラブでは出資者のみ
ならず興味ある方々に来ていただき、先ずは体
験していただくことで労働意欲を掻き立てみ
なさんの収益向上や生甲斐に繋がればと考
えております。当クラブのビジネスモデルはそ
の後の課題と考えています。



クラブの室内

今後の課題の一つとしては、当クラブ員で
ない家族会の方や障害者の方々にも興味を
持つていただくことを考えております。

その他家族会では、昨年一部メンバーで丹
後半島一周の一泊ドライブ旅行も実施いたし
ました。丹後半島の自然の美しさを体験し丹
後の海を眺める温泉(宇川温泉)に入り、家
族会の方の所有される別荘にも宿泊させても
りました。家族会の交流を深めるため今年
もこのような企画ができればと考えておりま
す。

PSW(精神保健福祉士)の

ミニ知識

精神科デイケアについて

公益財団法人 浅香山病院 デイケア室

黄瀬忠博

デイケアには介護保険における高齢者対象のデイケアと、医療保険における精神科デイケアと認知症デイケアがあります。今回はこの中でも「精神科デイケア」について説明をさせていただきます。

精神科デイケア(以下デイケア)は各機関によって取り組みが様々で、説明が難しいところがあります。とはいえ、共通しているところもありますので、まずは概要説明からしたいと思います。

デイケアは、病院・クリニックなどの医療機関が外来通院をしている患者さんを対象に行うリハビリテーションです。1日6時間が標準で例えば9時からであれば15時までの利用となります。この間に昼食が提供される場所が多いですが、必ずというわけではありません。他にナイトケア、デイナイトケア、ショートケアと呼ばれるものがありますが、今回は割愛させていただきます。

職員は、規模によって異なりますが、医師・看護師・作業療法士・心理技術者(心理士)・精神保健福祉士が配置されます。いわゆる「多職種」でデイケアは運営されています。多職種が、「同じ場所」・「同じ時間」利用者の方と関わるというのは、精神保健福祉の分野では

珍しいことだと思えます。体調面の変化にいち早く反応ができる「看護師」、プログラムや活動(作業)を通して、利用者の特性を把握する「作業療法士」、利用者を場面による変化や、発言の意図などを心理的側面から理解する「心理士」、そして、利用者の日常生活を聞いて必要なサービスを案内したり、手続きの支援をしたりすることで、暮らしやすくなったり、本人の自己実現を支援する「精神保健福祉士」が同じ時間・同じ場所にいることで、多面的な視点で利用者に関わることができま。そして、継続的に関わることによって利用者の変化にも気づくことができます。このあたりがデイケアの強みと言えます。

利用には医師の処方が必要となります。まずは主治医に相談してみてください。その後デイケアで説明や見学、体験をして正式に利用(入所)となります。自立支援医療など各種保険の適用となっています。デイケアの利用は基本的には通院先となりますが、通院先にデイケアがないなどの事情で他の医療機関での利用となる場合もあります。こちらも各医療機関によって受け入れ態勢が異なります。事前に問い合わせることが必要です。

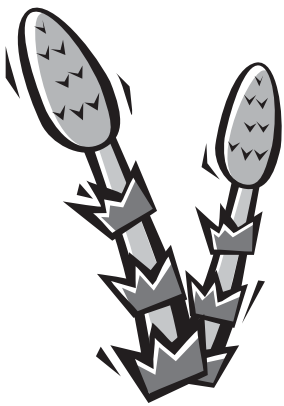
ここまでは、デイケアの概要です。では、次に中身についてですが、各デイケアで違いがあります。利用目的として、「生活

リズムを整えたい」「再発せずに暮らしたい」「働くための準備をしたい」「楽しみを見つきたい」などがあり、どこに重点を置くかで違いが出てきます。

当院のデイケアにオリエンテーションに来られる方(ご本人やご家族など)が、「デイケアは人が多いしプログラムに入らないといけないから、集団が苦手な人は不向きでしょ?」「毎日、あるいは規則正しく来ないといけないでしょ?」と聞かれることがあります。プログラムやグループ活動が多いですが、こうした活動に参加せず、のんびり過ごされる方もいます。はじめはスタッフとのやり取りばかりだった方が、少しずつ利用者同士を話したり、プログラムに入っていく方もいます。利用頻度も毎日の方もいれば、週に2回の方もいます。デイケアを利用されない日に、就労支援事業所に通われている方や、自宅で休む方もいます。利用目的も、はじめは「生活リズムを整える」と言っていた方も、それができると次はデイケア内での役割(イベントの実行委員になるなど)を引き受け、自信をつけ、就労につながる方もいます。

つまり、その人その人によってデイケアを利用する目的は違いますし、同じ人でも時期によって目的は変わってきます。こうした変化をご本人と共有しつつ、次の支援につなぐよう心掛けています。

私自身はオリエンテーションをして、デイケアよりもほかの場所の方がいいかなと思えば、そちらを紹介するなど、来られた方にとって良い場所を一緒に考えられたらと思っています。



大家連精神保健福祉講座を聞いて

テーマ「女医さんが語る精神科受診の案内」

～メンタルクリニックの効果的な通院方法について～

講師 生きる・育む・輝くメンタルクリニック院長

安田由華氏

多くの参加者で会場は満員。前半は「受診のコツ」を、後半では「レジリエンスについて」や「対話のことばカード」を使つての参加者同士のグループワークなど、いつもとは違った参加者同士の交流がある講座でした。

●病院の選び方

①急ぐのか急がないのか ②相性が大事、自分に合うところを探す ③専門性(依存症、発達障害など)を調べる ④通院のしやすさ ⑤デイケア、カウンセリングの有無 ⑥男性医師か女性医師か ⑦クリニックか病院か

●通院時に抑えておきたいポイント

①通院間隔、薬が合わない時や症状が悪くなった時の対処 ②今後の見通し、ポイントになる症状は何か ③家族からの情報提供の仕方 ※今後の見通しを聞くことで、主治医がどんな風に良くしていこうとイメージしているかがわかる。またポイントになる症状を聞く事で、家族がどこを見ておくことが大切なのかかわかる。

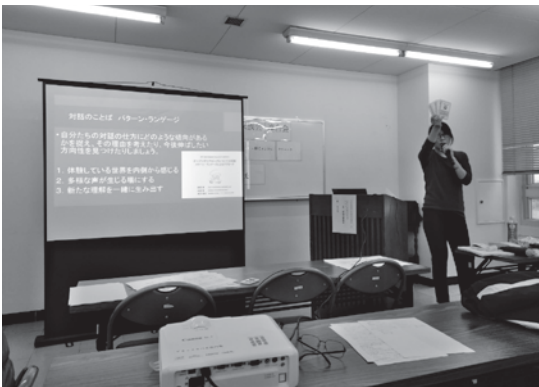
※本人では自覚できないこともあるので、家族からの情報は大切。その際、簡潔な書面にして主治医に伝える。

《参加者の感想》

◆娘はこのままでよいのか、今後どうやったら自立に近づけるのか、人間関係を広げてくれるのか、今の主治医でよいのか、など漠然とした悩みを持つ母です。先生のお話、他のご家族のお話を聞いて良いヒントが見つかるのではないかと思ひ参加しました。

「病院選びの話、もっと前に聞いていたらよかつたのに」とつい思いましたが、「今だからこそ冷静に受け止め、見直せる」と思ひなりました。いつか病院や担当医を変えることになるかもしれないので十分参考になりました。

「主治医は今後の見通し(どんな風にして良くしていくのか)を持ち、取り組んでいく」という言葉で気付かされたことがあります。困る症状があれば薬を増やす、変わり無ければそのまま、全く良くならない今の娘の状況に、もっと本人や家族の思いをはっきり伝える必要があると改めて思いました。そして情報提供のために症状を紙に書いて伝えることもこれからしてい



たいと思ひました。

「対話のことばカード」を読みながらチェックしていきましたが、話の入口だけで終わってしまったのが残念でした。興味深い内容だったのでもっとお聞きしたかったです。具体的な話で分かりやすく、イメージしやすかったです。(M・Mさん)

◆効果的な通院方法は、大変参考になりました。また「対話のことばカード」を利用した対話の方法が治療に結び付けられるオープンダイアローグを知り大変驚きました。この内容を基に各家族会で体験談を話し合えたら有意義なものになるのではないかと思ひました。(S・Tさん)

◆セカンドオピニオンは、「かかりつけ医に疑問を感じたり、納得いかない時に受診を考えると私は簡単に考えていたが、受診時に必要な紹介状(診療情報提供書)他、いろいろあることを知った。また受診費用がかなり高額な事は講師の話聞いて少し納得。また「レジリエンス」という言葉が心に残った。(K・Mさん)

※レジリエンスとは「困難な状況、ストレスに適切して精神的な安定を維持する力、回復力、抵抗力、再構成力」。レジリエンスを強くする考え方として・人は誰でも人生を変えることができる・ものごとの捉え方、考え方をうまくコントロールする・現実的な樂觀性を持つ・目的を見出すなどの人間の強みに意識を向ける、などがある。(編集委員D)

平成30年度の賛助会費報告

(寄附)

大家連へのご支援、大変ありがとうございました。

氏名	地域	金額
石田クリニック	寝屋川市	10,000円
箕面市精神障害者家族会	箕面市	500,000円
久保見誠	交野市	10,000円
稲垣診療所	岸和田市	5,000円
近畿大学医学部精神神経科学教室	大阪狭山市	10,000円
つつみクリニック	城東区	10,000円
こどもびあ大阪		4,000円
なんば太田クリニック	浪速区	10,000円
東 泰敬	泉佐野市	1,000円
七山病院	泉南郡熊取町	30,000円
新阿武山病院	高槻市	30,000円
光愛病院	高槻市	30,000円
遊心会	淀川区	10,000円
かく・にしかわ診療所	中央区	10,000円

(平成30年12月4日～平成31年2月10日現在)

今年、年号が改まる、選挙がある等
話題色々ですが、平成31年1月は、アツ
という間に過ぎる。陽射しには、心なし
か春を感じます。
8050・7040問題、支え又支え
られている当事者や家族にも暖かな陽が
当たりますように。
紫の小さなスマレ
が、足元で咲いてい
ました。気付いてく
れてありがとうございます。
囁きが聞こえました。

(角口)



平成30年度の共同募金配分金57万円が決定しましたのでお知らせします。
共同募金の寄付による配分金でだいかれん誌の発行が成り立っています。
寄付下さった皆さまに心よりのお礼申し上げます。
又、会員の皆さまには赤い羽根共同募金へのご協力をお願いします

精神障害者を持つ方の

配偶者・パートナーの集い

家族会は親の立場の方が多いです。そのため、配偶者・兄弟姉妹・子と立場が違うと、話に入れないなどの意見も聞きます。

日時 奇数月の第2日曜日

午後1時半～3時半

場所 アネックスパル法円坂1階

大家連事務所

申込 不要(気軽に参加ください)

おしゃべりカフェへのお願い

いろいろな人が気軽に集い、おしゃべり
することを第一としますが、精神福祉に関
する制度や法律を自ら学び、考える力を育
成することも目指しています。

日時 偶数月の第2日曜日

午後1時半～4時

場所 アネックスパル法円坂1階

大家連事務所

申込 不要(気軽に参加ください)

編集人 公益社団法人大阪府精神障害者家族会連合会 会長 倉町 公之
連絡先 〒540-0006 大阪市中央区法円坂1-1-35 アネックスパル法円坂 (A棟1階)
Tel 06-6941-5797 Fax 06-6945-6135
ホームページ daikaren.org だいかれん で検索もできます

振込先 郵便振替 00970-4-72221 公益社団法人大阪府精神障害者家族会連合会

定価 1部100円(大家連家族会費には購読料を含む)

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