

わかやま

No. 73

和歌山県精神保健福祉センター

2017年11月

和歌山県立医科大学医学部神経精神医学教室

教授 鵜飼 聡

「精神科医療と精神保健福祉という縦糸と横糸」

平成 29 年 5 月 1 日付で和歌山医大神経精神医学教室の教授を拝命いたしました。平成 18 年 1 月に大阪から医大に赴任してきましたので、和歌山で間もなく 12 年になります。今後とも引き続きどうぞよろしくお願ひいたします。

県民の皆さんの心の健康を守り、障害をお持ちの方々を支援する活動は大きく精神科医療と精神保健福祉の二つで成り立っています。縦糸と横糸がうまく交わって織物を織りあげていくように、それぞれの活動がバランスよく協働し、よりよく機能していくことがなにより大切だと考えています。

私は和歌山ではずっと医大での勤務ですので、主には縦糸である精神科医療の面から活動をしてきました。医大が中心となって精神科医や医療スタッフを育て、最新で最良の医療を提供し、皆さんに還元できる研究をおこなうことを目標にしてきました。機織りでは縦糸の張りが重要な要素のひとつですが、これからも精神科はもちろん精神科以外の医療関係者にも精神科医療の向上に協力と理解を頂けるように努力し、力を合わせてこの重要な縦糸の活動をさらに充実した張りのあるものにしていきたいと考えています。

一方、横糸である精神保健福祉については、これまで私自身が直接に継続して関わることは少なかったと思います。しかし、障害をお持ちの当事者の皆さんや家族・支援者の方々の身を粉にせんばかりの熱意が人を動かし、さらに人が組織を作って動かしていくというエネルギーでボトムアップな活動にあちこちでいろいろな機会に出会い、このような活動こそが精神保健福祉の原点であるとあらためて実感してきました。この県精神保健福祉センターだより「わかやま」の記事の中でも、活動されている方々の生の声や思い、現場の様子などが毎号紹介され、その熱意が伝わってきます。もちろん、行政機関である本センターが横糸の調整の役割を担うわけですが、精神保健福祉に関わる多くの方々の熱意という横糸の活動の源泉を大切に、横糸がよりよいものを織りなしていくことを支援することこそが調整よりも重要なセンターのお仕事なのだ改めて感じています。そして、この「わかやま」がそのお仕事の一翼をこれからも担い続けられるものと期待しています。

最後になりましたが、精神科医療と精神保健福祉という縦糸と横糸が作り出す織物がよりよいものになるように私も努力してまいりますので、さらにお力をお貸しいただけますようお願いいたします。



- P1 「精神科医療と精神保健福祉という縦糸と横糸」
- P2 シリーズセンター長だより⑳／第 14 回精神障害者ソフトバレーボール和歌山県大会
- P3 わかやまこころのフェスタ 2017／グループ紹介・協会長表彰
- P4.5 「ほっとする 笑顔つながる こころの絵」入賞作品
- P6 和歌山メンタルヘルスニュース（開催報告・研修会案内）
- P7 研修会案内／活動紹介（Fu*cover）
- P8 はーとふるネットワーク／編集後記



和歌山県精神保健福祉センター

〒640-8319 和歌山市手平二丁目1番2号 県民交流プラザ“和歌山ビッグ愛”2階

☎ (073) 435-5194 FAX (073) 435-5193



子育てにやさしい街

災害時の心のケアに関連して、最近では妊産婦・子ども・母親への支援が話題になってきました。妊産婦や幼児は大規模災害の際には災害時要援護者に該当し、福祉避難所の対象になる要配慮者として支援することが政令で定められています。これまでの大規模災害でも、小さい子どものいる家族が避難所には居づらくなって車中泊を続けることがありましたが、大きな集団の中での子育てには直接的な困難だけでなく、他の避難者への気苦労も多いものです。安心して避難生活を送れる場所を確保することも大切ですが、その一方で日ごろから子育てにやさしい街づくりをすることが、災害時にもとても重要かと思えます。

海外で子育てを経験した人たちが、子育てに優しい街として第一に挙げるのがタイのバンコクです。日本では電車やレストランで騒ぐ子どもに冷たい視線を向けられることがありますが、バンコクでは逆に周囲の大人

や従業員が子どもの相手をしてくれるので、親は気まずい思いをしないで済むだけでもとても助かります。対照的に、ニューヨークでの子育てはたいへんです。4月にNYすくすく会が主催したイベントでゼロ歳児のお母さんたちの苦労をうかがう機会がありました。お母さんたちの自虐的なネタで話は盛り上がりましたが、世界一の大都市も子育てには厳しい街であることはよくわかりました。はたして私たちの街はどうでしょうか？小さな子どもたちに優しい眼差しのある街でありたいと思います。



“Mom’s Night Out” (4月28日)

第14回 精神障害者
ソフトバレーボール大会



平成29年10月11日(火)に第14回精神障害者ソフトバレーボール和歌山県大会を和歌山ビッグホエールで開催しました。



今大会には県内より5チームが参加し、昨年度に引き続いてチーム総当たりで試合をしました。白熱した試合の結果、県立こころの医療センターのブラックハーツが4勝0敗で圧勝し、優勝を決め、来年開催される近畿大会への切符を手に入れました。みなさま、どうもお疲れ様でした。

大会成績

- 優勝 ブラックハーツ (県立こころの医療センター)
- 準優勝 GO!!Go!! さくら (地域活動支援センター櫻)
- 3位 ∞INFINITY∞ (やおき福祉会)
- 4位 ひだかファイターズ (太陽福祉会)
- 5位 DREAMNOAPS (国保野上厚生総合病院・一峰会)



こころのフェスタ 2017

平成 29年 11月 11日(土) 和歌山ビッグホエールで、こころのフェスタ 2017を開催しました。精神保健福祉センターのブースでは自助グループの案内や「ほっとする笑顔つながるこころの絵」入賞作品の展示などを行いました。

ステージイベント

■グループ活動紹介

今年は、二つのグループに参加いただきました。

(NPO 法人) いぶき福祉会 ライフサポートみのり「みのり一座」が参加してくれました。

グループ紹介の語りの中で、「上手く喋ることができなくてからかわれたなあ〜」「ボタン、留められなくて叱られたなあ〜」「誰にも分かってもらえず、物に当たって怒られたなあ〜」日々のつらさが語られました。「でも、「みのり」の仲間と出逢いました。」



夢を持ち、仕事も頑張り、会話を楽しみ、大声で笑いあう仲間たちが、元気いっぱい、賑やかな安来節とカニエビクスを披露し、観客を楽しませてくださいました。



県立こころの医療センターと、ももたにクリニックの混合チーム「ガーベラス with ももクリフレンズ」グループ紹介の語りの中で、

「精神科医療を利用しながら生活をしています。けれど、それだけでは病気を良くすることはできませんでした。」と語ってくれました。

地域のサービスを利用しながら、病院デイケアでスタッフや仲間たちとのつながりや支えの中で、「病気があっても、一歩でも前進するように」という思いを込めて、生バンドによる演奏と共に、息の合ったコーラスを披露してくれました。



■平成 29年度和歌山県精神保健福祉協会会長表彰式

永年、精神保健福祉業務に従事し功績が著名な方と、精神保健福祉の普及啓発や、精神障害者の社会復帰に功績があった方々が、和歌山県精神保健福祉協会から表彰されました。



永年勤続功労表彰

奥田恵利子 様 医療法人田村病院
北垣 郁子 様 県立こころの医療センター

特別功労表彰

今出 徹 様 医療法人宮本病院
川嶋 恵美 様 NPO 法人優友会どんぐりの家
金城 清弘 様 NPO 法人エルシティオ
貞包未奈江 様 紀の川市精神障害者家族会
「ゆかいな会」
武田 稔 様 紀北断酒会
宮本知佐子 様 南紀医療福祉センター



■平成29年度「ほっとする笑顔つながるこころの絵」表彰式

和歌山県精神保健福祉協会では、絵をとおして改めてこころの健康に考える機会にさせていただきたいと「ほっとする 笑顔つながる こころの絵」を県民の皆さんから募集しました。



最優秀賞	小森 日向 様	橋本市隅田小学校
優秀賞	逆井 優太郎 様	橋本市隅田小学校
	段村 ゆかり 様	ソプラス・リーベリー
	渡邊 愛莉 様	田辺市立中辺路中学校
入選	的場 瑛介 様	ソプラス・リーベリー
	目黒 真由美 様	串本町在住
	奥野 雅海 様	絵画教室ほっとチョコレート
	植 心愛 様	橋本市隅田小学校



平成29年度ほっとする 笑顔つながる こころの絵 入賞作品

134名の方から素敵な作品をご応募頂きありがとうございました。入賞された8作品をご紹介します



最優秀賞

小森 日向 様
橋本市立隅田小学校 2年



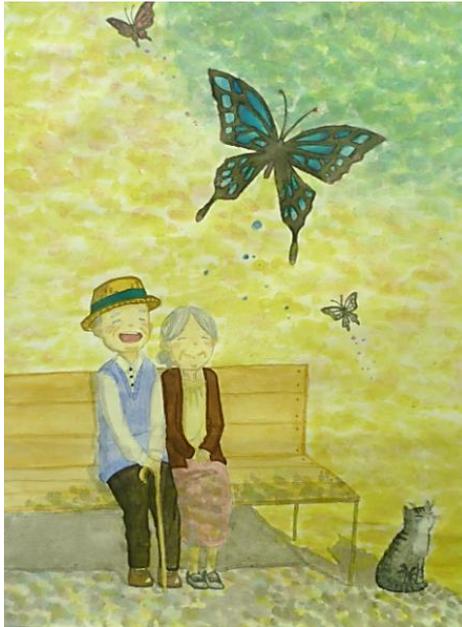
優秀賞

逆井 優太郎 様
橋本市立隅田小学校 3年



優秀賞

段村 ゆかり 様
ソプラス・リーベリー 49歳



優秀賞

渡邊 愛莉 様
田辺市立中辺路中学校 1年



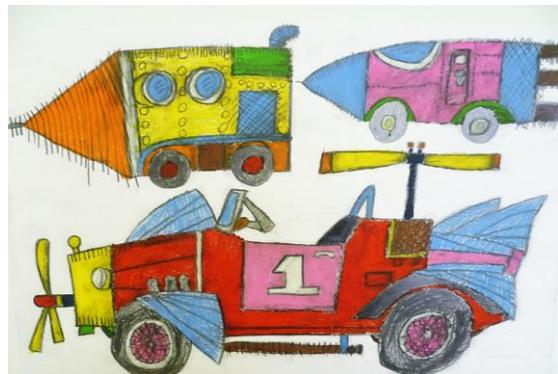
入選

目黒 真由美 様
串本町在住 45歳



入選

的場 瑛介 様
ソプラス・リーベリー 31歳



入選

奥野 雅海 様
絵画教室ほっとチョコレート 19歳



入選

植 心愛 様
橋本市立隅田小学校 3年

開催報告

和歌山メンタルヘルスニュース

開催案内

【家族教室（東牟婁圏域） 開催報告】

平成29年7月12日（水）、東牟婁振興局地下第3会議室にて、家族教室（東牟婁圏域）を開催しました。講演会では、和歌山県親の会代表の林堂自代氏が「ひきこもりに向き合って～家族のつどいに参加してみませんか？～」という演題で、家族会の様子や参加後の自身の変化等について話しました。その後、交流会を行い、それぞれの経験や現状について情報交換をしました。参加者は、8名でした。

【わかやまこころのフェスタ2017講演会】

平成29年11月11日（土）、和歌山ビッグホエールで、ゲストに浦河べてるの家のメンバーを迎えて、北海道医療大学看護福祉学部臨床福祉学科、教授 向谷地生良（むかいやち いくよし）さんの講演会「弱さを絆に～べてるの30年の歩みから」を開催しました。北海道浦河町で精神障害などをかかえた当事者が福祉ショップや就労・生活サポートセンター、グループ



ホーム、福祉関連事業などの運営を行う社会福祉法人浦河べてるの家の実践から、精神障害を抱え苦勞や困難

をもつ人達を社会から疎外しているのは社会の現実であり、当事者自身が自分の弱さを安心して情報公開できることで自己対処法を見だし、周囲との絆が生まれていくことについてお話しをされました。講演会場は満員となり296名の出席がありました。



べてるの家のこんぶも
たくさん売れました♪

【自死遺族支援関連研修 講演会&コンサート】

開催日 平成29年12月16日（土）

場 所 精神保健福祉センター プレイルーム

対 象 どなたでもご参加いただけます

定 員 30名・入場無料（申込先着順）

■12:30～13:50 講演会

テーマ 「人生マングラ ー多様な価値観ー」

講 師 森田 良恒 氏（高野山真言宗 不動寺住職）

■14:00～14:30 Christmas オーボエコンサート

演奏者 長島 加奈 氏

“ひきこもり” 家族のつどい（東牟婁）

開催日 平成30年1月10日（水）・2月14日（水）

3月14日（水）

いずれも 13:00～14:30

場 所 東牟婁振興局 地下第3会議室

“ひきこもり”でお悩みのご家族どうしが気持ちの分かち合いや情報交換をとおして、少しでも気持ちを和らげたり回復につなげる力を得ていただく場です。



お問い合わせ・お申込先
和歌山県精神保健福祉センター
電話 073-435-5194
FAX 073-435-5193

【精神保健福祉専門研修会】

開催日 平成30年1月25日(木)
場 所 県民交流プラザ和歌山ビッグ愛 12階1202
対 象 精神保健福祉従事者、興味や関心がある方
定 員 45名(先着順)
■13:30~14:30 講演会
テーマ 「依存症の問題と解決」
講 師 一般社団法人 和歌山ダルク
リカバリーダイナミクス プロバイダー
アドバイザースタッフ 池谷 太輔 氏

開催日 平成30年1月29日(月)
場 所 県民交流プラザ和歌山ビッグ愛 2階201
対 象 精神保健福祉従事者、興味や関心がある方
定 員 90名(先着順)
■13:30~15:00 講演会
テーマ 「社会参加とアート活動
~コミュニティアートの実践より~」
講 師 一般社団法人共助のまちづくり協会
理事長 島 久美子 氏

ギャンブル依存症を知ることからはじめませんか？

開催日 平成30年2月18日(日)
場 所 和歌山県勤労福祉会館プラザホール
2階 多目的室
対 象 精神保健福祉従事者、興味や関心がある方
定 員 100名(先着順)
■14:00~15:30 講演会
テーマ 「ギャンブル依存症の回復と支援」
講 師 NPO 法人ギャンブル依存ファミリーセンター
ホープヒル 理事長 町田 政明 氏
※和歌山でギャンブル依存症当事者の自助グループ



Fu*clover (フクローバー)

活動紹介

顔や身体にあざややけど等のある仲間、同じ悩みを抱える
人たちがつながり合い、ともに支え合う会です。



10周年を迎えた『痣(あざ)と共に生きる会・Fu*clover』

代表 氏家 志穂

顔や身体にあざや傷などがあり、悩みを抱えて、それでも必死で生きている人たちの支えになれば、そして私自身も支えてもらいたいという思いから、2007年8月10日に麦の郷紀の川生活支援センターの全面協力のもと、『痣(あざ)と共に生きる会・Fu*clover』は設立されました。全国でも少数、県内では初めての会の誕生でしたので、たくさんの方々を支えられ、かわいがっていただき、今年10周年を迎えることができました。この場をお借りして、心からお礼を申し上げます。

私の顔の右半分全体に、スタージ・ウェーバー症候群という難病を抱えて生まれてきました。簡単に言うと、赤あざや血管腫と呼ばれているものです。気持ち悪い、怖いなどの声は当たり前のように耳にし、死ねという暴言を浴びせられ、石を投げつけられたり、叩かれたりもしました。それらは、もちろんまったく知らない人たちからです。

中学生の時、顔のあざを理由にいじめに遭い、自分は他人と違うのだと実感させられました。そして、不登校になりましたが、高校は卒業し、今度は就職でつまずきました。やはりこのあざを理由に断られ、30社以上も落とされたのです。

私のような赤あざのある人は、日本の出生数では年間10~20人の発症、成人を含めても日本には1000人ほどしか存在しないそうです。これでは、私のあざを初めて見る人たちが驚いたり拒否するのは無理がないな、と今は思えます。あざのある人たちに対する社会の風当たりはまだまだ強く、私自身も辛い目にあう日もありますが、「以前の私よりは強くなれたよ」「前向きに自信をもって生きているよ」とあざのある後輩たちに伝えていきたいです。

現在、私は視覚障害(全盲)の夫とふたりの息子たちとともにささやかではありますが、幸せに暮らしています。『痣(あざ)と共に生きる会・Fu*clover』を20歳で立ち上げてから10年。息子たちが、私の顔を見てかわいいと言ってくれます。このあざをなでながら、「ママ大好きやで」と笑ってくれ、あざのために膨らみゆがんでいる頬にキスをしてくれます。10年前の私には描けなかった幸せがここにあります。それだけで、この顔に生まれてきて、生き抜いてきて、ほんとうによかったと心から思えるのです。

これからも『痣(あざ)と共に生きる会・Fu*clover』での交流する中で、見た目に悩む人たちが、「辛い」という字に「一」を書き足せば、幸せという字なるように幸せの一を見つけられるよう、願っています。そして、すべての人が、明るく前を向いて生きていくことのできる世の中を目指して…。

精神保健福祉の第一線で働く関係スタッフの紹介コーナーです。
今回は、和歌山県日高振興局健康福祉部保健福祉課(御坊保健所)
精神保健福祉士 中家 嘉章 さんです。

はーとふるネットワーク

ー精神保健福祉士になられたきっかけは何ですか？

福祉系の大学に進み、2 回生の時に社会福祉士か精神保健福祉士のコースを選択するのですが、確固たる希望もなかったため、「なんとなく」精神保健福祉士を選んだことを覚えています。

目標とする諸先輩方のように崇高な動機があった訳ではないのですが、実習や学びを通して、当事者の地域生活や生き方を支えたいと考えるようになり、精神保健福祉士として働くことに決めました。

ー保健所では、具体的にどのように支援をされますか？

主な業務は、大きく分けて二つあり、個別相談と地域精神保健福祉体制の整備です。

個別相談は、当事者やその御家族、関係者からの医療や福祉に関する相談に応じています。保健所という機関の性質上、なかなか治療や必要な支援につながらない方の相談が多いと感じています。

体制整備については、精神障害があっても暮らしやすい街づくりを進めたり、長期入院している当事者の退院を推進するため、地域体制整備コーディネーターとして自立支援協議会等に参画しています。

ー支援に際して、困難や苦勞されることはありますか？

当事者や家族からの相談を受けた時、支援の方向性として100%の正解は分からないものです。自分自身、100%に近い正解だと思っていても、実はそうではなかった…という事もあります。ですから、この仕事は10年経とうが20年経とうが、専門職としての自らの迷いと常に向き合いながら取り組む必要があるんだろうなと思っています。今は自分の迷いや悩みを少しでも解消するために、できるだけ研鑽の場を大切にしたり、家に帰ってからその日の支援の振り返りをしたりしています。ある種の職業病でしょうか。

ー支援をする上で、一番大切にしていることはどのようなことですか？

当たり前のことですが、「相手の立場に立って考えること」と、『教える』のではなく『共に悩み考える』ということです。専門職として相談援助に当たっていると、気づかない内にこの視点を忘れてしまうことがあります。「この人はこういう状態だからこうした方が良いでしょう」という専門職の

思い込みに囚われて、ご本人が大切にしていることや希望を、支援者である自分が見失ってしまわないように気を付けています。初心を忘れず、ということですね。



ー最近のトピックがあれば教えてくださいー

少し前に公表された厚生労働省の患者調査によれば、精神疾患を理由として医療機関に通院されている患者数は、平成26年度時点で約400万人となっています。これは、日本の総人口が約1億2000万人だとすると約30人に1人の割合となり、このことから、精神疾患が特別な病気ではなく、身近な病であることが数値的にも明らかになったところです。今後、さらに多様化する精神疾患へのきめ細やかな対応が全国的に求められています。

ー今後の抱負について教えてください。

相談援助では、精神保健福祉士の専門性や価値観を大切に、一人一人の当事者との協働を大切にしたいと思っています。当事者とかかわることで、自分自身も専門職として成長できる援助関係を築けるよう、初心を忘れずやっていきたいですね。また、今年は実習指導者講習を修了したこともあり、将来的には後進育成でも貢献することができたらいいなと考えています。

ー次の方のご紹介をお願いします。

紀美野町にある野上厚生総合病院精神科の看護師で、榎葉雅人さんを紹介します。海南保健所時代に立ち上げた自立支援協議会精神保健福祉部会で大変お世話になりました。患者さんの退院促進や社会復帰に大変思い入れが深く、とっても頼りになる看護師さんです。

榎葉さん、よろしく申し上げますね。



◎ 編集後記

平成29年も残すところあと1か月。みなさんは、「早い!」と感じられますか? 「年をとると時間が早く経つように感じる」という現象を『ジャンナーの法則』と呼ぶそうです。そして、平成も、あと2年で終わります。改元されると、昭和生まれは、3元号に渡って生きることとなります。子どもの頃は、『明治っておじいちゃんおばあちゃん・・・』のイメージでしたが、自分も『昭和って・・・』と言われるようになるかと思うと複雑です。