

# 報告 萌フェスタ2015

みんなでつなごう地域の輪～in いこま

9月19日(土) たけまるホール・小ホール・ベルステージ  
「萌フェスタは生駒で3回目の開催となります。たけまるホールでは、生駒台ジュニアプラスバンドのファンファーレで開会し、その後 元気な演奏がありました。また、当事者達が歌や楽器演奏、踊りなどを披露し、満員の会場は大いに盛り上がりました。午後は、山本浩之さんを招いて「日々新たな出会い、挑戦、発見!」と題した講演がありました。約600人の参加があり、大ホールが笑いに包まれました。今回は、ベルステージでも様々な催しがあり、子どもから大人まで約700人の参加者がありました。準備から当日の開催まで、多くの地域の方々に協力をいただきました。



▲山本浩之さん



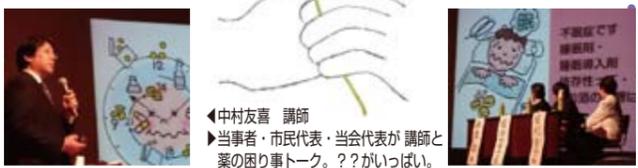
▲ベルステージ/せんとう君たちゆるキャラも



▲生駒台ジュニアプラスバンド

# 報告 やさしいくすりの話

ひだまり後援会 第22回 こころの市民講座(9月19日)



▲中村友喜 講師  
▶当事者・市民代表、当代表が講師と薬の困り事トーク。??が面白い。

●講師は三重県立こころの医療センター 診療技術部薬剤室 **中村友喜** (なかむらともひさ) 氏  
●生活笑百科というタイトルで当会がテーマ画像を製作。日常のくすりに対する困り事を、イラストと家族のおしゃべり(世話人やコスモールのメンバーで吹き込み)で表現。  
●講師の中村さんはユーモアたっぷりのおしゃべりと表やグラフで具体的にテーマの困り事を次々と解説され、一般的なくすりの疑問と、向精神薬にある問題点を分かりやすく話されました。拍手!!

★今回の講座では皆様のご質問にお答えできる時間がありませんでしたので、次年度の第23回こころの市民講座でお答えします。



# 予告

■平成27年度 橿原市精神保健福祉普及啓発事業  
～こころの病気もっと知ってね～ 2015～inかしはら

## 演劇 Play Basketball

# ポジション

劇団:ステージタイガー 脚本演出:虎本剛

●日時 2015(平成27)年 12月5日(土)午後1時～4時(受付12時30分)

●場所 **奈良県社会福祉総合センター6階大ホール** ●手話通訳・要約筆記あり

●内容 13:00～13:30 Rこころのクリニック **大城隆太郎** 先生によるミニ講座 参加費/無料(事前申込不要)  
13:30～14:30 「ポジション」上演(劇団:ステージタイガー) 15分休憩  
14:45～16:00 **パネルディスカッション: 私にとつてのポジションレールを外れても大地がある!**

「精神障害」「発達障害」など重厚な社会的テーマの作品を戯曲化してきた虎本剛が、今回のために書き下ろした「ポジション」<ストーリー> 主人公は実業団のバスケットボール選手。熾烈なポジション争いのなか、最近練習を休みがち…。彼の妻は精神を患っていて、看病のために、彼は家と会社を行き来する生活が続く。やがて彼は家庭のために、引退を決定する。しかし引退記念試合の日に妻の容体が悪化し…

●販売 手作りクッキー、げんこつあめなど授産製品  
●実施主体: 橿原市/社会福祉法人 萌

●後援団体: 奈良県、高取町、明日香村、橿原市、高取町、明日香村地域生活支援協議会、橿原市教育委員会、奈良県立医科大学附属病院 精神医療センター、奈良県精神科ソーシャルワーカー協会、奈良県精神障害者地域生活支援団体協議会、奈良県精神障害者家族会連合会(まほろば会)、橿原・桜井・磯城・高市地域精神障害者家族会(のぞみ会)、特定非営利活動法人なゆたの会(予定)

近鉄橿原線(駅前)駅前駅東出口より徒歩3分

### 精神障害者の家族の会 ひだまり家族会 2015年9月・10月・11月例会予定

- 11月例会 21日(土)1時30分～4時(定例会は毎月第3土曜日に行っています)
- 12月例会 19日(土)1時30分～4時 日時変更の月もありますので、下記(上村)までお尋ねの上ご参加ください。

1月(新年会)は日時未定です。

●通常例会会場 生駒市市民活動推進センターららポート3階  
●会費 一月300円(年3,600円)新年会等 レクリエーションは別途参加費必要  
●連絡 TEL 0743-79-1195(上村)

●生駒精神障害者ひだまり後援会 生駒市内の精神障害者に関する活動に関して必要な支援を行い、もって地域における精神障害者福祉の増進に寄与することを目的とする会。  
●年会費一口2000円 入会について: 初回会費納入は右記まで郵便振替をお願いします。「生駒精神障害者ひだまり後援会」[記号番号:00950-7-274001](初回のみ振り替え手数料をご負担ください) 次年度以降は手数料 当会負担の郵便振替用紙をお送りします。  
●事業: トーク&ライブひだまり(年1) こころの市民講座(年2) 機関誌: ひだまり CLOVER(年4会発行)等 〒630-0256 生駒市本町7番14号ブルービル3F コスモールいこま内 TEL0743-73-0900(代表神澤創)

# 0743-85-5639

12月5日(土)～9日(水)9時～22時



## 萌 こころの相談室

(精神保健福祉電話相談事業)

対象者/奈良県民 通話料金は相談者の自己負担  
**秘密厳守 / 相談無料**

実施主体/社会福祉法人 萌

機関誌「ひだまり クローバー」ご案内  
発行/生駒精神障害者ひだまり後援会 機関誌係  
「ひだまり後援会・会報」として春夏秋冬・年4回、機関誌「ひだまりクローバー」を発行しています。会員にはこのほか、「トーク&ライブ(年1回)」「こころの市民講座(年2回)」の案内などをお送りしています。会員以外にご購読/ご希望の方は下記までご連絡ください。  
〒630-0214 奈良県生駒市東生駒月見町231-5 坪田 博方 連絡先 TEL0743-74-9652

# ひだまり

HIDAMARI CLOVER

〈ひだまりクローバー〉  
第20号

2015

# 秋

もみじちり ひだまり ゆれる たつたがわ

## 支援

### ひだまり後援会の活動のひとつ「精神障害のある方々への活動支援報告」

H24 199,810円 85人

●一泊レク(ひだまり、はなな、コスモール)、レク片道交通費 ●バレーボール大会参加片道交通費 ●支援協・萌フェスタ実行委員会往復交通費 ●ピアサポート研修往復交通費



H25 166,790円 155人

●ひだまり一泊レク、はなな・コスモール日帰りレク片道交通費 ●バレーボール大会参加片道交通費 ●支援協・萌フェスタ実行委員会往復交通費 ●研修往復交通費(福祉医療・ピアサポーター交流会・みんなねっと・当事者研究・SA・セルフヘルプグループ・SST)

SA(統合失調症の自助グループでメンバーが自分と病気のかかわり合いを話し合うなど)  
SST(社会生活技能訓練など)

H26 177,650円 145人

●ひだまり一泊レク、はなな・コスモール日帰りレク片道交通費 ●バレーボール大会参加片道交通費 ●研修往復交通費(当事者研究・SST・SA・ピアサポーター養成講座・元気回復行動プラン)



## 支援

### ふゆこさんとそうこさんのカナダ大冒険(萌フェスタパネル展示①より)

# パスウェイズ(クラブハウス)に行ってきたよ!!

クラブハウスとは?心の病を持つ人々が集う施設『メンバーを一人にしない』『スタッフとメンバーが対等』などが特徴

**ふゆこ**  
5年間寝込んでいた。最近元気になってきたので、作業所(←今は違う呼び方になってます)の「ひだまり」に通うようになった。昔、子供に英語を教えていて、英語がペラペラ。

**注** 雑誌「こころの元気+」心の病を持つ人々のための雑誌。病気や薬の知識を得たり、利用できるサポート、色んな地域の良い取り組みなどを知ることができる

**そうこ**  
ここ3年間、年に2回寝込んでいて、その間は起き上がれない。最近、作業所の「ひだまり」の仕事を経験させてもらったが、すぐ寝込んで、ガックリ。海外旅行の経験なし。

今年5月 カナダのバンクーバーには、素晴らしい取り組みをしている所があるのね

「わあ!」 「パスウェイズ」って名前なんだ...

7月のカナダって素敵よね

ふゆちゃん、「私もつれて!!」世界の風を感じてみたいの!!

バンクーバーだったら、英語教師の友人(カナダ人)がいるわ...

こないだカナダ(バンクーバー)と関空が直通になったし、時期を選べば安いはず...

よっしゃ、いこ! わくわく

この目で世界の良い施設を見てみたい!

「でも、私たちよく寝込むよね...」「寝込んだら、飛行機代万円がバアだね...」(それなりに悲愴な覚悟)

徐々に日本を飛び出すわ!! (ふゆこは病気になるまで、よく海外を旅行していた)

# ふゆこさんとそうこさんのカナダ大冒険 (萌フェスタパネル展示②より抜粋) **クラブハウス (パスウェイズ) と日本の施設 (生駒市) を比べてみよう!**

クラブハウスは...

## ★全てが1つにまとまる

相談も出来るし、居場所もあるし、ゆっくり働けるし、外で働く相談にもものってくれる

### → 日本の場合

望む物事によって、施設が細かく分かれている

クラブハウスは...

## ★その人にすべき仕事がある

ニュースレターや、クラブハウスの案内など、様々な仕事があり、メンバーに任されている。

### → 日本の場合

- ・地域活動支援センター... サロンでのんびり。ってか、暇してる!?
- ・指定障害福祉サービス事務所... その人に合った仕事を見つけていく、というより、その仕事ができるようにメンバーが努力する

クラブハウスは...

## ★メンバーを一人にしない

「We are not alone (私たちは一人じゃない)」という標語を大切にしている

### → 日本の場合

メンバーとスタッフが助け合おうとしているが、「メンバーを一人にしない」という積極的な言葉までは出ない

クラブハウスは...

## ★メンバーとスタッフが対等

メンバーとスタッフの関係は「Side by Side (横並び)」全てのことを、メンバーとスタッフが一緒になって決めていく

### → 日本の場合

運営方針は、スタッフの会議で決まる施設内のルールや、活動内容などは、メンバーとスタッフで話し合い

クラブハウスでは、枠にはめず、長所を伸ばしていこうとしている感じだったわ

奈良にも「ゆ」っていうクラブハウスがあるよね

クラブハウスは、団体があって、研修もするのよね。だから意識も高いみたい

見学したら、世界中のクラブハウスと交流して、連帯してるって!

日本は、スタッフが決めた枠の中で、スタッフに支えられて、メンバーが活動するね

# ふゆこさんとそうこさんのカナダ大冒険 (萌フェスタパネル展示③より)

## パスウェイズ見学風景



「BON」(大和郡山市の作業所)のクッキーをお土産に持っていったら、喜んでくれたわ

病気を持つふみよさんが私たちを案内してくれたのよね

責任ある仕事をひとりで任されていて、驚いたね!

素敵なグループホーム(障害者の共同住居)も見学させてくれたっけ

食堂が広くてすご〜く開放感があったね

FUYUKO 感激! MENTAL & FITNESS => WELL

いろんな仕事の求人があった

セレブのおうちみたいだった!

※この方は少し高めのおうちに入っていた

※カナダは住宅補助が出るので、ぜいたくしなければ障害年金だけで生活できるそうです。

# ふゆこさんとそうこさんのカナダ大冒険 (萌フェスタパネル展示より見学を終えて)



ふゆこ

皆様いかがでしたか? 私は今、Yes I can. と叫びたい気持ちでいっぱいです。

パスウェイズで精神に障害を持っている人々も尊敬され、生き生きと社会の一員として生活できるという事実感動しました。

またチームふゆこのメンバー(主治医、訪問看護師、臨床心理士、コスモール、ひだまり、薬剤師、家族、友人)のサポートに深く感謝したいと思います。

そして、私は私自身を誉めてあげたい。 You are wonderful! Thank you ♥

親が死んだら、障害年金じゃ暮らせないし、生活護になるのかしら...? 働きたいけど、そのたび寝込むし、どうしたら...。日本では不安ばかり。

ダウンの心配もしつつ、カナダのパスウェイズに思い切って飛び込んで、「ここに住みたい!ここで人の役に立つことがしたい!!」

久しぶりに元気が出ました。カナダでできると思えるなら、日本でだって何かできるはず。カナダの次の一歩がこのパネル作り。次は何ができるかな...?



そうこ

ふゆこさんとそうこさんのカナダ/クラブハウス訪問・大冒険は2016年2月6日の当会の「トーク&ライブひだまり2015」にて再度パネル展示を予定しています。カナダの写真もいっぱい貼っていますので楽しみに

「ひだまり後援会」世話人として ひだまりCLOVER ■連載 vol.18

## 「公認心理師」

心理士の国家資格ができることになりました。今年9月に法案が国会を通過し、2年以内には「公認心理師」が生まれる予定です。この国でもやっと「心の専門家」が公的に認められる時代が来たようです。成立の経緯については紆余曲折があり、今回の法案が万人の認める最良のものであるとは言えないという意見もありますが、まずは念願の国家資格がようやく成立することを喜びたいと思います。

さて、落ち着いて考えてみると、これまで病院や学校で働いていた臨床心理士は公的な資格を持たずに仕事をしてきたこととなります。皆さんの中には「臨床心理士」という名前をご存じの方も多いと思いますが、この資格は「臨床心理士資格認定協会」というところが出している民間資格であり、国や県が認めたものではありません。



神澤 創 KAMIZAWA TSUKURU  
帝塚山大学 心理学部心理学科 大学院心理科学研究科教授 [研究領域] カウンセリングや心理療法など、個人の幸福感やQOLを高める実践的なアプローチに関心があります。最近では自殺対策や精神障害者支援など、主にコミュニティで活動しています。[社会的活動] 奈良県自殺対策連絡協議会 座長、生駒精神障害者ひだまり後援会代表

そのせいでしょうか、医療機関で働く臨床心理士は肩身の狭い思いをしてきました。かくいう筆者もその一人なのですが、医師や看護師、薬剤師など一緒に働いているスタッフはみな国が認めた資格で働いているのに、心理士だけは公的な資格を持たずに仕事をしてきたわけです。身体の問題を扱う職種の重要性は早くから認識され、早くから国の資格として認められてきたのに、心の問題をあつかう専門職にはあまり関心が払われてこなかったということでしょうか。真相はわかりませんが、なにはともあれ、「公認心理師」の誕生によって、心の問題に真剣に取り組むことが、社会にとって重要なテーマであるという理解がさらに進んでくれることを願うばかりです。そしていつの日か、心と身体を切り離して考えるのではなく、心の病気と身体の病気を分け隔てなく語る時代が来ますように。