特定非営利活動法人精神保健福祉会すざかの風

すざかの風だより

（題字は、元社会福祉協議会事務局長　佐藤郁夫様の書です）

第　10　号
2012年　7月　6日
NPO法人すざかの風
須坂市小河原2005-1
発行者　中澤　誠一

心地よい風を～

５月１７日(木)、すざかの風会員９５名(委任状を含む)の参加で平成２４年度通常総会が開かれました。
今年度は役員改選が行われ、新任理事に一色修治氏、新任監事に丸山尊氏を迎えて新体制がスタートしました。

総会に続いて、真島一郎さんのハーモニカ演奏を楽しみました。
メロディに合わせて歌声が響き、和やかな集いとなりました。
今年度も“すざかの風”からさわやかな風を送りつづけていきましょう。

新役員　一色修治さんより寄稿

平成元年4月1日、家族会が運営する「ぶどうの家」がスタートした。八十二銀行須坂支店の東の「かいづ屋」隣の元魚屋を借りることができ、3月中旬から店にあった冷蔵庫などを片付け、掃除して大工さんに工事してもらった。7人ほどの通所者と滝沢徳子指導員さんを確保して開所を迎えました。運営費は県から直接家族会に入るので、工事費は4月以降の補助金から支出したのですが、課長からは「予算もないのに」と怒鳴られました。しかし、保健婦さんたちは「地域の了承もとれているので、今スタートしなければ今後いつになるかわからない」「ほかの地域では建設の補助金がついても地域の反対があってダメになっているところもある」からと本気でした。錦織、小林、田野口、若林さんたちが頑張ってくれました。

スタートしたといっても便所の臭気抜きの煙突がうまくセットされておらず、汚物丸見えのひどいものでした。部屋に臭気がこもるので、自宅にあった窓用扇風機を取り付けたり、不要のカーテンを取り付けたり、毎日、日曜大工をしていました。かいづ屋さんとの境には小川が流れていて、大雨には床に流れ込んで大騒ぎになったこともありましたが、2階に1間、畳の部屋があり、くつろぐことができて、通所者には好評でした。

2年くらいして、人数が増えて、現在のピアハウス新町に移りました。工場だったので床を磨き、ペンキ屋さんに大サービスで塗ってもらいました。ニスの臭いが強くて困りましたが、皆さん我慢してくれました。私は、平成４年3月まで保健予防課（現在の健康づくり課）にいたので実質3年間しか見ていませんが、通所者がお互いに「服薬」を確認しあって、元気に作業して、帰りには喫茶店でコーヒーを飲んで行くという話を何度も聞きました。そのために工賃の高い仕事をと、指導員さんは苦慮されていたようです。

それから約20年、たくさんの人が通所されるようになり、施設の運営がＮＰＯになり、時代が変わったな～と思いました。過日の視察では、あまり作業には力を入れていないとのお話を聞き、少々寂しく思いましたが、一人一人の病状や年齢で違いがあるだろうなとも思いました。何もできませんが、少しでも指導員の皆さんのサポートになれればと思います。

通所が、本人にとって笑顔があふれ、生きがいや、明日への明るさになるように、サポートできる施設であってほしいと願っています。

地域活動支援センターピアハウス

『紳士（ジェントルマン）・淑女（レディ）』～気品とおもいやり

今年のテーマはひと味ちがいます！

みんなが気持ちよくすごせる場にしたいね！ということで、

ひとりひとりが紳士・淑女をめざします。

ことばや姿勢、身だしなみ‥‥自分のうごきを意識してみましょう。

そこから生まれるちょっとした心づかいが周りへの思いやりにつながります。

「体験の日」(D.D)でもマナー教室を企画して✨自分みがき✨をバックアップします。

第１９回精神保健セミナーに参加して（Ｙ．Ｓ）

今回、初めて精神障害に関する研修会に参加しました。自分ひとりではこのような催しがあるということも知らずに、参加できなかったと思います。ピアハウスに通うようになったからこそ、機会を知り、参加できたのだと思います。今まで、家に閉じこもってばかりだった私にとって、ピアハウスに通うことができるようになったのは、大きな一歩であり、また今回は、自分は精神障害者であるということを認識し、これからどのように生きていったらよいか、考えるよい機会となりました。

まず、講演会では「共に歩み、道を造る」というテーマでお話がありました。誰と共に歩むのか、それは当事者と地域・医療の方が共に歩むということで、さまざまな取組みを行っているそうです。まだ、海外と比べると、日本の精神障害者への排除の考え、烙印を負わされた社会的立場があり、精神医療については、まるで刑務所のごとき扱いをしているという偏見があるそうです。講師である門屋充郎先生は、現在の医療、専門職、行政、社会がおかしい、精神病になることは不幸な人生しかなく、諦めさせるのが医療と専門職とは、ということを強く感じ、ほっておけないとソーシャルワーカーとして本気で取組む決心をされたそうです。やはりどうしても周りから孤立し、差別されがちな精神障害者（ピアハウスではありませんが）にとって、このような方がいらっしゃることは、とても心強いと感じました。

先生の行ってきた地域生活支援の基本は、「三つのいき場」ということで、①生き場(住居＝安心の基地の確保)、②行き場(それぞれの日課、社会参加、成長機会)、③活き場(自由・解放された時間と空間、元気の源)の三つだそうです。私も入院生活を送った中で感じたことは、長期入院されている方が非常に多いことで、日々やることがない、帰る場所もない、また、管理する人と管理される人がはっきりしている、個人として扱われるのではなく、病気の症状のみで扱われるということです。

精神障害者が求めていることは、病を抱えながら地域の人々とともに普通に暮らしたい、病のつらさを癒したいということで、これからは、主体化(本人中心)された関係(個の確立、新しい自立)「社会モデル」に改善していくことが課題とのことでした。

その他たくさんのお話がありましたが、最後に、本人・家族、専門職・支援者の共通言語として、「真に受けて取り組む」、「決してあきらめない」、「必ずいつかは」とおっしゃられました。私もひとりではない、同じ病で苦しんでいる助け合うべく仲間がいる。そして、私たちを支えてくれる家族、支援者の方たちがいるということを強く感じ、勇気がわいてきました。

とても良いお話を聞くことができ、有意義な一日を過ごすことができました。参加して本当に良かったと思いました。

Ｄ．Ｄ レポート

要さんの写真館

写真を趣味にしていらっしゃる第三者委員の佐藤要さんに、みんなの笑顔を撮っていただきました。

◆ﾊﾟｰﾄⅠ（３月）
一人ずつ多目的室のソファーでハイ、ポーズ！

◆ﾊﾟｰﾄⅡ（４月）
臥竜公園の桜の下で…

みんなとてもいい表情でステキな写真ができました。

優雅な 琴のしらべ～

琴にふれるのは初めて!という人がほとんどでしたが、♪さくら～さくら～‥とそれぞれの音を奏でました。

スポーツ交流会

『ぴぃ＆ぶぅ』がんばりました！

今年はぶどうの家の皆さんと合同チームを結成しての参加でした。
大所帯となって気合いが入り、なんと予選リーグ１位通過で、決勝トーナメントに進出できました。

ぶどうの家から心強い応援団ょ！

監督・キャプテン・応援団長を中心にチーム一丸となって盛り上がった一日でした。

今後の予定

☆７月５日　ピアの風メンバーミーティング
　　12日　スポーツしよう（北部体育館）
　　19日　料理教室＆マナー講座Ⅰ　箸づかい
　　26日　メンバー企画　夏野菜カレー

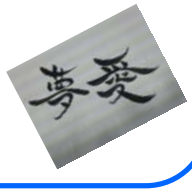
☆８月２日　お茶教室

☆９月６日　宮下先生をみやした会!?
　　13日　防災訓練
　　27日　バスハイク～飯山～

☆10月４日　マナー講座Ⅱ
　　18日　食事マナー実践講座＆小布施を歩こう！
　　25日　ピアの風メンバーミーティング

☆11月15日　筆あそび

☆12月６日　すざかの風交流会



第二勤労者研修センター　合同企画のご案内

★　９/２０（木）　元気アップ教室

★　１２/２０（木）　フラワーアレンジメント

グループホームしばみや荘

週１～２回の体験入居で自立への訓練を続けていた
H.T さんがしばみや荘に入居しました。
入居から４ヵ月の今の様子をきいてみました。

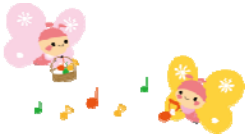
Q. しばみや荘に入居してどうですか？
A. ここでの生活に慣れてきた

Q. 入居して自分に何か変化はありますか？
A. 台をふいている
買い物で自分の物を買えるようになった

Q. 体験入居のときに入浴の練習をしていると
のことでしたが、その後どうですか？
A. カレンダーに自分でおふろに入る日を決
めて印をしておいて入っている。

Q. 何か困っていることはありますか？
A. 特にない。

Q. 楽しみなことはどんなことですか？
A. 歌が好き
日曜日のNHKのど自慢を見るのが楽しみ



“しばみや荘”
入居者
募集中です

☆ スタッフ紹介 ☆

小山 照代　（O型　おひつじ座）

しばみや荘で、週二回食事の用意という事でお世話になっています。
かなり年令はいってますが、明るく楽しくみなさんと過ごせたらいいナと思っています。
腰が痛い、足が痛いなんて言ってられなーい！よろしくお願いします。

山室 英子　（O型　かに座）

皆さんのウェルカムな感じに癒され、楽しく通っているうちに半年経ちました。
ただ明るく、声がでかいだけがとりえです。皆さんと毎日元気よくトークで盛り上がりたいと思います。

第三者委員さんへの手紙箱

・北ピア
・新ピア
・しばみや荘
それぞれに設置して、利用者の皆さんの声が届きやすくしました。

毎月第４金曜日に、第三者委員の佐藤さん、北原さんに回収していただきます。

お 知 ら せ

映画
『人生ここにあり』

DVD 貸し出します
（無料）

≪お問い合わせ≫

ピアハウス北須坂作業所
TEL. 026-248-0180