

いしかれん だより

第32号

2002. 12

石川県精神障害者
家族会連合会
〒920-8201 金沢市鞍月東2丁目6番地
石川県こころの健康センター内
TEL (076) 238-5761
FAX (076) 238-5762

平成14年10月10日(木)・11日(金)

全国精神障害者家族大会が京都で開催されました



今年は世界精神障害者家族団体連盟WFSAD世界大会も兼ねて行われ国際色ゆたかな内容でした。

『家族のパワーが未来を拓く』というテーマは私達を勇気づけてくれます。

「ホームヘルプサービスを上手に使おう」ということで分科会に参加された西出会長からのメッセージです。



つかってみよう ホームヘルプ

西出外次



菊の香ただよう秋を迎え、会員の皆さんお元気でしょうか。

さて、いよいよ市町村が精神福祉の一環としてホームヘルプ事業を実施している事を御存知でしょうか。先の京都大会でも大きく取り上げられていました。

皆さんは親なき後を心配されていますが、もう心配はいりません。買物・調理・掃除・洗濯等の家事援助は市町村へ相談にゆけばヘルパーさんが来てくれます。偏見という固定観念を捨て必要とあれば今すぐでも役所へ相談に行ってください。精神障害者の道のりは決して平坦とはいえないが、新しい道が開けてきたからには利用しなければ草が生えてきます。決して廃道にしないように頑張ってゆきましょう。



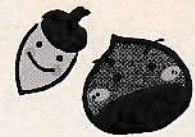
- 自分の体を大事にする
- 素直でやさしい心の持ち主
- 相手を傷つける事は云わない
- 注意されて自分で納得したことは直すように努力する

ことじ会



すなおで、親思い
買い物や家の用事を頼んだら、
嫌とは言わずにしてくれる。
タバコが嫌いな自分の前では喫
わず、隣の部屋で喫ってくれ
る。

おつみ会



家事を手伝ってくれる。皿洗
い、洗濯物の取り込み。親の留守
時の犬の散歩、自分の部屋の整理
整とん、掃除。

きちんと薬を飲んでノートに記
入チェックをしている。

時々見せるほがらかで明るいこ
ころ。

けやきの森



本人のいい所は、心優しく、真じめなところ。心配事がありますと、人一倍
心配し、私にも身体を大事にと、人以上に気をつかってくれます。

調子が悪くなりますと、聞こえて来るのに耳をかたむけて悩んでいるのが可愛そ
うです。何時も物事を悲観的にとらえて、よい方に解釈しないで、悪い方に取っ
てしまうので困っています。身体の調子のよい時は、活動的で家の事、台所の事もよ
くします。

身体の調子のよい時が多くなって、自分を知って、世の中に上手に対応してほし
いと祈っています。

けやきの森



家族や友人に対して自分が疲れていても頼まれた用事は心よく手伝ってくれる。そして自分の生活も日々楽しく過ごせるように工夫をしている。金銭感覚も親と離れて暮らすようになって少し身についてきたようです。このまま再発しないでくれればと願っています。

鳴和の里 すぎな会



息子が数年前、病気になって退院し、いま自宅で静養しています。いまではよくなり毎日マンガを書いたり、詩を創ったり、料理・洗濯の手伝いをしています。

姉に習って、姉の指示どおり結構うまい料理をこなしている。

それは私たち共稼ぎの家庭ではたいへん助かっています。

祖母が生きていた頃は全部祖母がやってくれていたのですが、3年前に他界してからは自分等で手分けしてやっています。非常にうれしいことだと思っています。

そして「詩」は地元北國新聞夕刊に応募して、年に数回掲載されてます。

(ささやかな謝礼を楽しみにして！)

泉の会

Aさんのいいところは、よく気のつくところ、そして親切なところ。その逆の時もありますが、基本的にはそうです。付きあっていて随分助けられたり、教えられたりすることがあります。心優しいAさんが、Aさんらしく生きられるようお手伝いできればと思っています。

鳴和の里 すぎな会



「今日バス停で待っていたら、千円札がヒラヒラと飛んできた。それを持って交番まで届けに行ったら疲れたので、タクシーで帰って来た」と子供が言いました。私は「やっぱりこの子は経済観念がないなあ」と思いました。しかし、ちょっと考えてみると「こんなに欲のない生き方が私に出来るだろうか」と思います。うらやましいほどきれいな生き方を教えられました。

けやきの森



会員からの投稿



時の流れの中で

みそぎ会 鹿島 弘子

「今日は」、年々地球が熱くなっているのか
など、体感する今日この頃です。自然や、人
間も、ちょっとおかしいぞ、いや多いにおか
しいと気がつくことが沢山あります。今一
度、立ちどまって「振り返ってみる」ことも
大切なのではないのでしょうか。娘は25才にな
りました。精神分裂症の回復過程では治療期
(回復に対して非常に大切なとき)にあては
まるのではと思うのです。本人は、体力も気
力もないと言い日々娘の手足になっている自
分が、これでいいのか、又、何もしないで横
たわり早食い(本人はコントロールできない
らしい)の食欲をみていると、つい文句の一
つも言ったり、愚痴っぽくなったりし後悔の
毎日です。そんな時、以前にいただいた資料
を読み返してみたり、会員の方に励まされ適
切なアドバイスをうけて、自分を省みるのも

娘との関係において大切だと考えています。
仲間がいる心強さと大切さを実感していま
す。振り返ってみると、娘にも以前では想像
もつかない様な嬉しい言動が見えてきたこと
に、喜びを味わうこともありますし、今、「非
常に大事な時」を、愚痴っぽくならず心し
て過ごさなければと自分に言い聞かせている
昨今です。改めて、「時」の必要性和大切さ
を実感し、あの苦しかった日々が、今は必要
な「時」であったと思えるのです。何より困
難を乗り越えるには肯定的な考え方でなければ
いけないと言いますからね。障害のあるなし
にかかわらず、様々な人達がいて社会全体が
成り立ち迷惑をかけあって生きるのが人間で
すから「おたがいさま」と労りあえる社会に
なってほしいと願っています。一人の力は小
さくても皆様と力を合わせて、精神障害の諸
問題に役にたてればと心から望んでいます。い
つも極みに思うことは、病気になりたくてな
る人はいないこと、本人が一番つらいこと、
この二つを胸にきざみ、自重もこめて、この
頃、思うことを書き綴ってみました。

鳴和の里すぎな会ではさる8月12日

法人設立認可申請をしました

認可までにはまだ少し時間がかかりますが、共同作業所鳴和の里は、平成15年度より小規模通所授産施設として再出発する予定です。法人化資金づくりのご協力をお願いしたところ、多くの方から多額の寄付・募金をいただきました。本当にありがとうございました。

小規模通所授産施設鳴和の里は、現在地で発足しますが通所者や家族のニーズは多様です。もう少し作業収入があれば…、一人暮らしの支援をしてほしい、家族の休む場がほしい等々。それらを満たすために第2第3の授産施設、生活支援センター、グループホームなどを運営できるような力を備えた法人に成長したいと夢をふくらませています。

これからもご支援よろしくお願いします。(社会福祉法人すぎな福祉会設立準備会)

泉の会の家族会

現在の家族の会員 37名 高齢化となっています。
定例会 月1回開催

H10年11月8日 配食センターいずみの弁当が開設

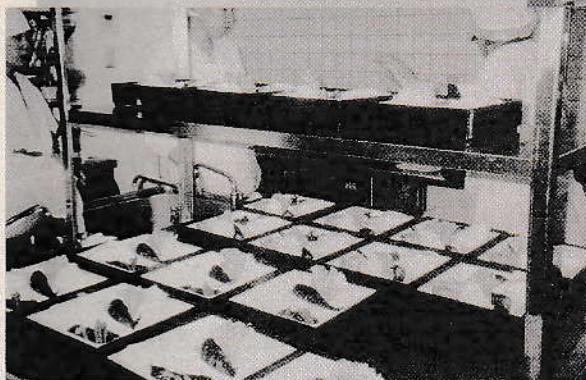
泉の会家族会、地域民生委員、ボランティア、金沢市役所、泉野福祉保健センター等のご協力と指導により開設させて頂きました。

※ いずみの弁当 (メンバー25名、所長1名、常勤指導員4名)

食事は人間の基本的な喜びの一つです。地域の皆様に食を通じてかわいがって頂ける作業所を目指し日々頑張っております。



パソコン研修



弁当は自然の素材を生かした、美味な弁当です。お弁当の配達を通じて地域の方々に喜ばれています。



昼食はメンバーでお弁当を食べる楽しみがあり、わきあいあいとした雰囲気です。

月曜日から金曜日まで、主に地域の高齢者や体の不自由な方に昼食弁当の調理、配食サービスを行っています。

カラオケ、食事会、軽スポーツ等のレクリエーションもやっております。お弁当の配食を通して就労支援の走りとなればと思っております。

他の行事

① 月1回第3金曜日は、家族会の方と共に、カラオケ、バーベキュー、ドライブ等を行っております。

② 毎年1月に地域の方、家族会、ボランティア、メンバーと共に隣の第4善隣館で新年会を行っております。今年はいしびき支援センターの楽器演奏も加わり、50名の参加者がありました。

③ 隣の第4善隣館で月曜日はパソコンの研修

④ 週1回編み物教室があり、ボランティアの指導により開催。女性メンバー全員参加



精神保健福祉全国大会 五十周年感謝状受賞

会長 西 出 外 次
副会長 宮 井 襄

受賞おめでとうございます

県知事表彰受賞

石川県精神障害者家族会連合会

副会長 梶 義 伸



クリエーションけやき5周年記念 「助け合う社会づくりをめざして」

12月7日(土)

大徳公民館2F大ホール

・バザー 13:00~14:00

・パネルディスカッション 14:00~15:30



ピアカウンセラーによる 電話相談

家族に相談するよりも
同じ経験をした人の方が
相談しやすいこともあります。
精神の病気を体験した
仲間（ピアカウンセラー）が
相談をうけます。

電話番号 076-238-5761

ピアカウンセラーの相談希望と言って下さい

相談日：毎月第1水曜日

相談時間：午後2時～4時

- ・秘密は厳守いたします。
- ・気軽にお電話下さい。

*** 編集後記 ***

今号は「よいとこ探し」を特集しました。「あたりまえ」と見過しがちな日常生活のささいなできごと「よいとこあるねえ」と一声かけることにより、だんだんよくなっていくという。他人と比べてのよいところではなく前と比べてよいところ、生まれながらにもっているよいところを精一杯見つけていこう。そして声にだして伝えていこうと自らにいいきかせつつ……。 (S・U)