

# 滋賀県精神保健 福祉協会だより

第3号

1998.3.15

編集発行：滋賀県精神保健福祉協会

事務局：滋賀県精神保健福祉協会

〒525-0056 草津市南笠町深谷66  
滋賀県立精神保健総合センター一気付  
TEL 077(567)5250  
FAX 077(567)5033

## 『心の健康づくりを考える県民のつどい』

### 働く人と心のストレス

去る、三月八日(日)、県立女性センターにおいて県民のつどいが滋賀県と協会の主催で開催された。

地元開催市からは、玉田盛二近江八幡市長の祝辞を頂き、前半の講演会では、「サザエさんブルー」や「濡れ落ち葉」といった聴き慣れぬ言葉が飛び交う中、スライドを交えてのわかりやすい話に、二百人を超える参加者は講師の話に熱心に聞き入っていた。

日曜日の定番に「サザエさん」が放映されているが、明日から始まる会社員が気になる、おもしろくない。これを「明るいサザエさんがブルーに

なる：サザエさんブルー」と言う。

ストレスを強めたり、弱めたりする要因、即ち、規則正しい生活をしているか、話し相手(相談相手)があるか、そして、その人の性格(真面目すぎる、融通がきかない、几帳面すぎる等)。

この三つが作用し合って、その人のストレス反応を強めたり弱めたりする。

そして、「ストレスは人生のスパイス」。「塩」に例えられ、多過ぎる、少な過ぎる場合が問題になる。ストレスの度合いをコントロールし、適度なストレスを作っていくのが「心の健康づくり」につながるのである。

後半は、シンポジウム「いきいきと働くために」と題し、シンポジストそれぞれの立場からの話に、会場から意見、質問が多数出され、活発な意見交換が行われた。

その中で、「努力してもダメだということがあることを知らねばならない。自分の努力が足りないこともあるが、運、不運もあるのだと。幅広い挫折体験を今日の効率化社会の中で逆に培っていった方がいろんな意味で良い。」



という話が印象に残った。

そして、最後に、座長から「高度成長社会の中で、働く意味が変わってきている。今まで私達は前向きに、がむしゃらにがんばってきた。その陰で、家庭社会、地域社会を忘れてきたのは……」と締めくくられ、盛会裏の閉会した。

取材 豪



▶夏目 誠先生



# 『心の健康づくりを考える 県民のつどい』

## 祝 辞



近江八幡市長  
玉田 盛 二

「心の健康づくりを考える県民のつどい」が、ここ近江八幡市で開催されますにあたり、一言ご挨拶を申し上げます。

先ずもって、この意義あるつどいの開催を心からお喜び申しあげますと共に、ようこそ水郷と古き商家のたぐむ近江八幡市に、お越しいただきまし

た。心から歓迎を申し上げます。

さて、昨今、青少年の引き起こす事件が毎日のように新聞やテレビで報じられており、また、中・高校生の不登校や中途退学が年々増加するなど、大人社会に限らず、青少年にも多くのストレスがあることが伺えます。

かつて私たちが子どもの頃は、神社の境内やお寺の周りなど、もちろんテレビもなかった時代ですが、ガキ大将を中心に野外で自然を相手に遊んだものでした。

アメリカのことわざに「河畔に育つものは、英知を養う。山に育つものは、品性を授く。」という言葉がございませす。私も、近江八幡市名誉市民第一号であります。ウィリアム・メレル・ウォーリス氏の生誕の地、レブンワースのまちを訪れましたとき、グランドキャニオンから眺める雄大な大自然を目のあたりにし、山を見たり、湖を見たり、こういったことがいかに大切なことかを実感いたしました。

そうした意味からも、この滋賀県という大きな自然に抱かれた恵まれた環境を活かし、子どもの時から自然とのふれあいを大切にしてやらねばならないと思っております。

近年、科学技術、社会経済の発展と共に、テクノ・ストレスや単純作業の



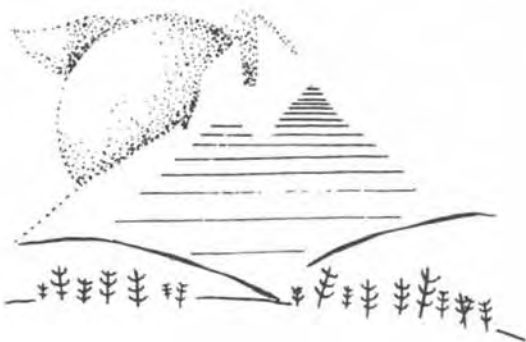
増加、長時間就労に伴う過労の問題が生じている一方で、個人々の裁量で使える余暇時間が拡大することによって、個人の生活、仕事、余暇のパターンが大きく変化、多様化してきております。こうした状況の中、現代社会はストレス過剰社会といわれますように、私たちは日々様々なストレスにさらされて生活しております。そういったストレスが溜まったままの状態になりますと体に様々な障害が生じ、成人病の原因になるともいわれております。

本市におきましても、心の問題については、相談業務を中心として、取り組みを進めると共に、自然とのふれあいを大切にする淡海の理想郷、新田園

都市構想や市民自らの手による市民の森構想の推進に取り組んでおります。今後とも関係機関との連携を深め、心のケアについても早期から対応ができるよう、更なる充実を図って参りたいと考えておりますので、よろしくお願い申し上げます。

本日のつどいをおしまして、今一度自らの生活を振り返ってみる機会としていただき、今後にかかしていただきますことをお願い申し上げます。

結びにあたり、このつどいが実り多きものとなりますことを心から願いたしますと共に、皆様方の今後益々のご健勝とご多幸をご祈念申し上げます。私のご挨拶とさせていただきます。



## 1998年滋賀県臨床心理士会 公開シンポジウム

「思春期のこころ模様」-それぞれの現場から-

- 日時 平成10年4月4日(土) 受付13:00~開催13:30~17:00
- 場所 滋賀県立女性センター 大ホール  
近江八幡市鷹飼町80-4 電話 0748-37-3751
- 参加費 ¥1,000 当日受け付けます。
- 内容 ・基調講演  
大谷大学文学部助教授 山本昌輝氏  
・シンポジスト「学校現場から」中学校教諭  
「医療の現場から」精神科医師  
「スクールカウンセラーから」臨床心理士
- 問い合わせ先 林 昭仁  
〒521-0226 坂田郡山東町朝日1342  
TEL/FAX 0749-55-1340

## 21周年記念例会

- 日時 平成10年4月19日(日) 12:30~16:00
- 場所 滋賀県立女性センター 大ホール  
近江八幡市鷹飼町80-4 電話 0748-37-3751
- 内容 朋友と共に一堂に集い、断酒できている喜びを和らけ合いながら、各人の体験発表から、過去の自分を反省して、互いに今より一層の幸せを築くために、努力することを誓い合う。
- 問い合わせ先 滋賀県断酒同友会 事務局  
守山市川田町1698 平尾 正方  
TEL/FAX 077-583-4741

## 滋賀メンタル友の会・総会

- 日時 平成10年4月22日(木) 13:00~16:00
- 場所 県立精神保健総合センター  
1部 総会 2部 親睦会
- 内容 「精神保健ボランティア」-このなじみのなかったことばもようやくみなさまの仲間入りを少しずつさせてもらえるようになってきました。友の会4年目にむけての総会のあとはフリートークの場、親睦会を設けていますので「精神保健ボランティア」に関心のある方は会員外の方でもどうぞご参加下さい。お待ちしております。
- 問い合わせ先 滋賀メンタル友の会事務局  
精神保健総合センター内  
TEL 077-567-5010

## 「こころの会」例会

- 日時 平成10年5月10日(日) 13:30~15:30
- 場所 滋賀県立女性センター 研修室B  
近江八幡市鷹飼町80-4 電話 0748-37-3751
- 内容 精神障害者の患者会で、心の病気を持つ人達が集まり、悩み、苦しみ、喜びなどを話し合ったりしながら仲間同志が支え合う会です。
- 問い合わせ先 「こころの会事務局」  
〒529-1607 蒲生郡日野町木津192 吉澤方  
TEL/FAX 0748-52-2918

「ピア・カウンセリング」も毎週月曜日14:00~16:00にしていますがこの時間帯に関係なく相談にのっています。

## 精神医療ユーザ 広田和子氏 講演会

- 日時 平成10年4月25日(土) 13:30~16:00(予定)
- 場所 長浜赤十字病院 5号館ホール
- 内容 自らの精神病院入院体験を基に、我国の精神医療に対して、積極的な問題提起を続けておられる広田氏による講演と病院点検
- 問い合わせ先 長浜赤十字病院 精神科医局 <sup>はせみ</sup>速水まで  
TEL 0749-63-2111~8

## 第5回 長浜日赤精神科シンポジウム

- 日時 平成10年7月11日(土) 13:00~17:00(予定)
- 場所 米原文化産業交流会館 (予定)
- 内容 日常の臨床に即した研究報告および意見の交流。ケース報告を含みますので、対象は守秘義務をもつ方。(医療従事者、保健所、作業所職員等)
- 問い合わせ先 長浜赤十字病院 精神科医局 井上まで  
TEL 0749-63-2111~8

## 会員募集のお知らせ

当協会では、広く会員を募集しています。

### 〈年会費〉

- 一般会員 この会の趣旨に賛同する個人または団体  
(1)個人 1,000円 (2)団体 10,000円
- 賛助会員 この会の事業を賛助する個人または団体  
(1)個人 1,000円 (2)団体 20,000円

納入方法は、郵便振込用紙をお送りします。  
なお、お問い合わせは事務局までお願いします。

〒525-0056 滋賀県草津市南笠町深谷66  
滋賀県立精神保健総合センター 414  
滋賀県精神保健福祉協会事務局  
TEL 077-567-5250 FAX 077-567-5033  
〈皆様のご加入をお待ちしています〉

## ①滋賀県知的障害者教育福祉振興大会 ②滋賀県スペシャルスポーツカーニバル

- 日時 ①平成10年6月21日  
②平成10年7月12日
- 場所 ①立命館大学  
②長浜ドーム
- 内容 未定



- 問い合わせ先 社団法人 滋賀県手をつなぐ育成会  
滋賀県大津市京町四丁目3番28号(厚生会館2F)  
会長 大崎 昭

# この一年をふりかえって

滋賀県精神保健福祉協会会長 加藤 進 昌

早いもので、もう少しすると滋賀県精神保健福祉協会も満一歳の誕生日を迎えます。人間でしたらそろそろ、一人歩きができようかという頃合いになるわけですが、わたしたちの「協会」坊やの成長ぶりはどうでしょうか。会員の皆様の印象はいかがでしょう。「周りに甘えて一人で歩こうとしない」とか「何もかも揃えてお膳立てしてやらないと動かない」とかの辛口のご意見もひょっとしていただくかもしれません。このあたりは近く開かれるはずの総会での議論を待ちたいと思います。とにかく総会で決定した活動方針のもとで、「障害者の集い」「地域生活協力員交流会」「心の健康づくりを考える県民のつどい」「精神保健福祉知識普及啓発事業」の県委託事業を主催し、調査研究部会でも何度かの集まりで地道な学習を始めたいです。この会報もこれで三号を数えます。最初の総会が準備にてまどって六月末になったことを考えると、実質九ヶ月で一年分を働いたことになります。私の印象としては、よちよち歩きくらいは結構上手にできたように思うのですが、これは親

ばかでしょうか。入会者についても、現在のところ団体会員四二、個人会員三二五くらいになっています。もちろんではないのですが、それでも当初の予想よりは上回っています。特に個人会員は、いわゆるひもつきの半強制的な会員ではないので、この数は活性化をあらわす良い指標になるはずですが。しかし、問題がないわけではありません。会員数も実に最初の設立総会後に今のレベルに近いところに来ていまして、それ以後の増加は残念ながら多くありません。広報活動をもっとがんばる必要があるのかも知れません。しかし、それを支えるインフラにも問題があります。これは発足時にも議論のあったところですが、協会の予算でカバーしている事務局員はおひとりだけです。県立精神保健総合センター内に間借りしている事務局を訪れた方はご存知と思いますが、加藤千種さんというきれいな方だけなのです。それも毎日働いていただくだけの予算が手当てできない状況です。事務量の多さに見合うだけのお給料とはとてもいえません。行政から独立した手作りの協会

をめざしているはずなのに、実情は場所も人も県の資源におんぶしている状態です。これは「甘え」といわざるを得ません。

二年目には何とか甘えずに一人歩きが出来るようになりたいものです。これは会員の皆様の協力なくしては不可能なことです。どうぞよろしく願います。

蒞菜買う 一人て余る 一把かな  
白梅

## ▼募集しています▲

ひき続いて会報誌の名前を募集しています。

また、会報誌へのご意見、ご希望等をお寄せ頂ければ幸いです。

会員数 平成10年3月1日現在

一般会員	個人会員	303名
	団体会員	41団体
賛助会員	個人会員	22名
	団体会員	1団体

滋賀県精神保健福祉協会  
《事務局》

〒525-0056 滋賀県草津市南笠町深谷66  
滋賀県立精神保健総合センター一階付  
TEL 077 (567) 5250  
FAX 077 (567) 5033

## 編集後記

◆職場のメンタルヘルスの重要性が徐々に認識されてきているようです。川崎製鉄課長の過労自殺をめぐって、岡山地裁で2月23日判決がありました。過労によるうつ病、自殺に企業の賠償責任が認められました。このようなケースは全国で2例目だそうです。労災認定はまだのようです。3月8日の心の健康づくりを考える県民のつどいでは、職場のストレスに関する講演があり、講師の夏目先生は雇う側の管理責任を指摘すると同時に、雇われる側もストレスに気付き、自己コントロールしていく必要があると訴えておられました。

◆学校現場では連日の様に、殺伐とした事件が報道されています。教育関係者のストレスも大変なものだと思います。高校進学率は96.8%に達しているそうですが、2月26日、96年度中の高校中退者数が発表されました。これまでの最高の2.5%に達したそうです。滋賀県は2.0%。これから全国を追いかけていくのでしょうか。

◆第3号は白梅さんに俳句を頂きました。白梅さんと私は約20年の付き合いですが、長い間母親との葛藤に苦しんでおられました。その母親を最近亡くされ、独り暮らしの孤独の中で詠んでくれました。皆様方の投稿をお待ちしています。  
(滋賀精神神経科診療所協会 上ノ山)

## 地域生活協力員

### 交流会に参加して

山崎 静子

基調講演から

「精神保険福祉ボランティアの活動って何？」活動していても時として誰もが心に問かけてみたくなる、そんなテーマを掲げて地域生活協力員の交流会が開催されることを知り是非とも参加させていたただきたいと思っていました。

私たちの活動はといえば、その跡が見えにくいだけにともすると突っ走ってみたくなったり考え込んでしまったりのくり返りで、ふと重く感じてしまいう事ってありますよね。

JHC板橋支部の寺谷講師は、その活動の方向性、指針を「心のハーモニーを街に奏でる」ことであり、障害を抱えながら生きている人々が自分の周り、家庭や地域の中に「自分の居場所」をもてる社会へと変えていく事にあると示されました。

つまり「DROPO-IN-CENT ER」地域社会そのものの図式に近づけていく事に活動の目標を置かねばならないのだと思いました。この観点にたって考えてみると、県下で初めて

サロン活動を手がけ、力をそそぎ続けながらメンタル友の会結成へとつないでこられた方々の活動等は大変重要な役割を担ってこられたのだと理解できました。

又精神医療や福祉を受ける側の権利については、安全でいる権利、サービスの中味を知る権利、知ったサービスを利用する権利等を擁護し、利用者の意見が反映されたORDERMADEのサービズづくりを心がけ、それを必要としている人に届けることが大切であって、CLIENTSに何が必要なのか、支援「SUPPORT」、信頼「CONFIDENTIALITY」、傾聴「LISTENING」、情報「INFORMATION」、関心「INTEREST」、連携「NETWORK」、訓練「TRAINING」等を通し、常に対等な横並びの関係の中から可能性をみつけ引き出して生かす場を作っていくことがボランティアの使命でもあると結ばれました。

ビデオの中で、一人の男性が生き生きとコンピュータを操作しオフィスで働いている姿をみせていただき、参加者の中にも新たな意欲をもたれた方々が居られたのではないのでしょうか。総体的に変高度な内容のお話でしたので、わたしの理解範囲内での思い、考えのみを書かせていただきました。寺谷先生の意図されるものと異なっている点につきましてはどうぞお許しください様お願い致します。私達ボランティアは医療や福祉の専門家ではありませんが、新しい情報や知識を学びとる姿勢をわすれないで活動を続けていけたらと願って居ります。

## 「精神保健ボランティア活動を考える」

### シンポジウムに参加して

大木 昭子

寺谷先生の基調講演からも、シンポジウムにおけるそれぞれの発言からも、今精神保健の分野に求められているものは、実にたくさんあることがうかがえます。遅れている日本の法律・制度のあり方を問い、作業所やグループホームの設立、運営等の大企業から、家族をふくめ病める人個人への言葉かけに至るまで。

その中で私は憩いの場を作る「サロン活動」の仲間に入れていただいて、ささやかな活動をしています。シンポジストとして目の前でニコニコしながら発言していらっしゃる摂津さん handed 伝いを頼まれたのがキッカケです。当時は県下ではまだ例も少なく、活動を定着させたいと真剣な想いをこめてボランティア探しをしておられた摂津さんから、はじめて「サロン」へ行った日、その感想を聞かれました。「どうやったか」「やさしい時間を共有していた……そんな感じ。」「続けて来てくれるか。」「私が主婦として家族にしているようなことでもいいのなら出来そうない気がする。」「それでいいんや、それで。」

あれから仲間も増え「メンタル友の

会」が結成され、昨年は「精神保健福祉協会」も組織されました。この関心の高まりと活動の広がりを大変力強く感じます。今日のシンポジウムの発言を聞き、手探りで来たこの五年間を振りかえりながら思いました。「自分が当事者になった時、周囲はどうあつてほしいのか、人間誰にも共通するそんな想いを原点に持って参加すれば、何をすれば良いのか、何が大切かは相手の人やまわりの人達から教えてもらえる。」

今日もたくさん教えていただきました。学ぶ度に自分の足りなさを一層に思い知るのですが、私に出来る形で活動に参加し続けていければ幸いです。

亡き母の 愚痴もなつかし 春炬燵

白梅



寺谷隆子先生

# 協会、調査研究部会の学習会



岡田富美夫先生

障害者の財産管理・権利擁護の制度について学ぼう。ということ、二月十八日草津保健所で、県人権擁護検討委員会の委員だった、弁護士岡田富美夫先生を講師に迎えて、講演・学習会がありました。

内容は、「滋賀県における障害者、痴呆性老人等の権利擁護制度について」で、まず現在の法律による、禁治産・準禁治産の内容説明がされ現在、国においては成年後見制度の整備について検討審議されている。

検討内容は、「本人の保護」の理念と「自己決定の尊重」の理念との調和のもとに、欧米諸国の各国の実情に即した成年後見制度に関する法改正であり、現在の禁治産・準禁治産制度との比較対比を例題として解説していただきました。引き続き、滋賀県の今後の人権擁護問題について、「痴呆性老人等検討委員会」から県知事に提言された内容と、

東京都権利擁護センター「すてっぷ」。大阪後見支援センター「あいあいねっ」と等の取り組みの紹介があって、滋賀県においても、権利擁護センターが発足される運びになっている。

それは、その判断能力の不十分と思われる方との契約によって、財産保全サービスとしての預貯金通帳・有価証券・証書等の貸金庫利用によるサービス。利用者との依頼契約による財産管理として日常生活における経済生活サポートでは、公共料金や医療費等の臨時的経費等の支払い代行等について説明がありました。これらの問題については、県域全体として関係機関や関係者、又専門知識を持つ方達等との綿密な調整が必要であり又、個々のケースについては関係する人達による「生活支援調整チームも必要となる。」と説明していただきました。

そのあと、活発な質疑応答がありました。先生の講演と共に、「人権擁護」「権利擁護。」と日常生活で使われている言葉に、あらためて、これらの言葉の持つ意味の奥深さが、しみじみと感じられる学習会でした。

取材 俣

## 事務局からのお知らせ

## 滋賀県精神保健福祉協会 会費の納入について

本協会は、会員の皆様のご支援により各事業を展開しながらほぼ一年を経過して参りました。これからも、ますますの充実を目指していきたくと考えております。つきましては、平成10年度会費を下記の要領にて、平成11年4月末までに、納入していただきますようお願いいたします。

記

1. 同封の郵便振替用紙をご利用ください。  
事務局の近くにお住まいの方や、事務局にお立寄りの機会のある方は、振入料節約のため直接ご持参いただきますようお願いいたします。
2. 住所、氏名、職場などの変更のある場合は、そのことも併せてお書きください。
3. 会費納入金額は  
一般会員 個人 1,000円 団体 10,000円  
賛助会員 個人 1,000円 団体 20,000円

## 第二回 総会について

◎平成10年5月30日(土)に近江八幡勤労者総合福祉センター(アクティ近江八幡)にて第二回 総会を開催の予定です。尚、時間・内容等詳細につきましては、後日通知させていただきます。