

2002.12.20

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- 草津市笠山八丁目4番25号  
0072 滋賀県立精神保健総合センター一気付

TEL/FAX 077(567) 5250

# 滋賀県精神保健福祉協会だより

## 「第4回・精神保健ボランティア全国大会inしが」を終えて

滋賀メンタル友の会会長

摂津育子



去る十一月二十六・二十七日大津市において実施されたこの大会は予想をはるかに上回る延べ七四六人も参加を得て無事終了することができました。

滋賀県で「精神保健ボランティア」ということばが使われ出したのは平成四年です。わずか十年の歴史ですが、滋賀県には糸賀一雄、田村一二の思想に育まれた福祉の土壌があり、滋賀メンタル友の会の各種活動にも大きな支えとなつています。この度はたつた一七七名の会員の滋賀メンタル友の会がこの大会を主催させてもらつたのですが、当事者、家族、専門職をも含めたボランティア：それぞれが自分を活かせる場所で大会実施に向けて活動してきました。フルートの得意なTさんは懇親会の席をディナーショーに変身させてしまい、自分の日頃の思いを全国の人に聞いて欲しいYさんやIさんは分科会の席で一生懸命発言しました。歌が得意なAさんは閉会式担当でした。何もしないけれどずつと聞き役に徹したKさんがいることで誰もがほっとしました。その誰もがこの大会運営の何かの役に立っている、そのことを一人一人が実感できる大会運営を目指した一年間でした。また特筆すべきはこの大会を大きく支えていただいた滋賀県精神保健福祉協会をはじめ多くの機関、組織からの支援があったということです。この紙面をお借りして厚く感謝申し上げます。

内容の報告は今回の会報誌をじっくりご覧いただくこととし、この大会が一人でも多くの人達が精神保健福祉の問題に関心を寄せ、ボランティア活動の土壌が滋賀県の各地で育つささやかなきっかけになればと思います。



第4回精神保健ボランティア全国大会inしが  
気がつけばボランティア  
主催：滋賀メンタル友の会 共催：滋賀県精神保健福祉協会

### 第一分科会

#### 「活動の方向性を探る」

浅沼先生と伊東先生を中心に一〇〇名をこえる人が集まりました。先生の「精神保健の分野にホームヘルプサービスなどの在宅支援がはじめられ、これからはあらたな転換期」とのコメントの後、会場との意見交換では、ボランティア活動には地域格差があることやボランティアは女性が多く若者が少ないことが話題となりました。また、将来は「あの人たちがついているから大丈夫といわれたい」「スポーツや芸術面にも関わっていききたい」との思いが話されました。

活発な討論は時間があつという間にすぎましたが、こういうボランティアの活動が精神障害者に対する社会的バリアを取り除き地域での一人の市民として当たり前の生活ができる社会をつくることにつながるのではないかと思います。

(湖南地域振興局 草津保健所 岡本育子)

### 第二分科会

#### 「精神ボランティア—先ずは気持ちを話すこと、はじめませんか」

当日は、六十五名という多勢の参加をいただき「あつ、できるかしら？」と不安がいっぱいになりました。みなさんの希望で一つの円になって、それぞれの思いを話そうという事になりました。最初は遠慮されてなかなか意見が出ませんでした。グループホームの設立に向けての話や、ボランティア同志の考え方の違いで悩んでいる事、

又当事者の方の家族への思いなど、それぞれ自分達の活動を熱心に話され最後には、もうちょっと時間が欲しいと思うほどでした。限られた時間なのでみなさんのお話が全部聞けなかったのが残念です。

(メンタル友の会 鴨久美子)

### 第三分科会

#### 「当事者こそ

#### 精神保健ボランティアの主役！」

当事者こそ「精神保健ボランティア」の主役！出席者五十名を迎えて座長の吉澤さんの話。夫の発病、自分の発病夫婦での入院。ピアカウンセラーになりたい！という夢の実現。夫が発病した時、偏見があり、仕事仲間にも言えなかった。と言われた事が心にズシッときました。「ピアカウンセラーをして嬉しい事は、聞いてもらってありがとうございます！です。でも落ち込んだ時は出来ません。」次々と質問や生の声が飛び出しました。心の病気は誰がいつなるかわからない病気だ。障害の区別なしのボランティアは必要だ。働きたいが短時間の仕事がない。ピアカウンセラーになるには？報酬は？投薬の疑問？等々。精神ボランティアって少し前に立って共に歩く。当事者が何か聞いてきたら話す。主体は、あくまでも当事者です。―長年ボランティアされてこられたお二人の言葉にさすが、と感じました。

(グループホームワーカー 小林フジ子)



### 第四分科会

#### 「私達も精神保健ボランティア

#### 家族の思い」

この分科会は、家族の思いを語り合うと共に、自分達もボランティアという事で、五十名余の全国各地の家族、ボランティア他の方々に参加されました。親御さんからの切実な現状の訴えと、自分自身も支えを必要としている由の意見に始まり、子供が病を得てから親として経験した苦悩や悲しみ、将来に對する不安、それらを乗り越える力を支えてくれる人達との出会い等の体験が話されました。そして病氣に對する偏見を無くし地域の理解を得る為には親自身が腹を決め誇りを持って、社会に働き掛ける声を上げる必要があるとの意見が出されました。又、友人が当事者である事を知った若者が仲間と呼び掛けて、家族を支える活動を始め、この機会に学び今後の活動の糧にしたと言いう嬉しい発言が出て、一同大感激の内に散会となりました。

(メンタル友の会 安倍和子)

### 第五分科会

#### 「精神保健の現場で働く

#### スタッフの方と話しませんか」

一言で言えば「あつという間に終わった！」です。もう少し話せば、「改めて皆さんのパワーに触れ、少し元気になった。」です。日頃の忙しさからついついくたびれてしまっているのですが、みんなの力を借りればそんなことにならずにできるんじゃないのかな？と改めて感じました。本人さん、本人さんを取り巻く家族、ボランティアさんに含めた地域、福祉、保健、そして時に医療がその時々本人さんのニーズに合わせた応援を誰もが抱え込むことなくできるようなればいいのだなと、そんなことを感じました。しかし、それぞれが出会わなければ強い応援団を作ることができません。その為私からお願いなのですが、皆さんのすばらしい取り組みをもっとと医療も含めた社会にアピールしていただく。そして、私たち皆が暮らしやすい世の中に少しずつ一緒に変えていきたいと思います！この大会の出会いが次の出会いに繋がっていくことを願っています。

(琵琶湖病院 精神保健福祉士 西川健二)

### 第六分科会

#### 「私たちのサロンを

#### 覗いてみませんか」

第六分科会では、前半は普段のサロンを覗いていただき後半は、用意した資料を基に草津サロン誕生のいきさつ

や今の様子を説明しながら進めていくということになりました。当日は、各県のボランティアの方もすぐに当事者の方と交わり、トランプをしたりお喋りの輪が広がったりすっかり打ち解けてサロンを楽しんで下さっていました。I君のギターやT君のフルートの美しい音が流れる中、和気あいあいの雰囲気でした。

後半は各テーブルに置いたメモに質問や意見を書きそれに基づいて話し合いました。当事者の方から意見や要望等、活発な発言が有り、又他県のボランティアからも各々の県内の様子を発表していただいたりとても盛り上がったサロンになりました。

最後に明神先生にまとめていただきました。その中で「サロン活動は当事者と係わっているボランティアがお互い対等に力をつけて成長していこうとするところが良い。」というお話がとても印象に残りました。

(メンタル友の会 宮崎加末子)



サロン風景

# 講演「心をみまもる人のために」



● 講師 ●  
湖南病院 院長  
木田孝太郎 先生

「精神保健ボランティア全国大会inしが」二日目は、六分科会の報告に続いて木田孝太郎先生の講演があり、先生のユーモアと人情味溢れる話しぶりに、会場は笑いあり涙ありの和やかな雰囲気になりました。

木田孝太郎先生は二十二年前、滋賀に鉄格子のない病院を、という熱い思いを実現させ湖南病院を作られました。どんな小さなドア一つにも格子をつけないことにこだわった、という先生の思いを支えていたのは何だったのでしょうか？

「私の精神科医としての第一歩は、精神の病を持つ人とその家族のためのボランティアから始まったのです。」  
「えーっ、先生もボランティア？」「……あー、実は……白状しますが、医師国家試験に落ちて……だから一

年目はボランティアで……」（会場から拍手と笑い）「そんな私が夜勤をしていると患者さんが、どうしても眠れないから注射をしてください、と言ってきたら困っていました。そこへ別の患者さんが来られて私の代わりになだめてくれるんですよ、」

「この先生はね、注射のできない先生なんだよ」（場内爆笑）「ある時、私が付き添っていた女性の患者さんがパニックを起して泣き叫び、止まらなくなりました。看護婦さんは恐い顔で、先生の責任でしょ、とばかりに私を睨んでいる。もうどうしていいか分からなくなりました。私は、患者さんと一緒に泣き出してしまい、泣き出したら止まらなくなってしまう。一緒にわめいていたら、周りに患者さんたちがどんどん集まってきて、『木田先生が大変やあー』とか言って中には踊り出す人まで……大騒ぎになりました。と、当の本人の患者さんはスツと平静に戻って、『先生、大丈夫ですか？落ち着いてくださいよ』（場内大爆笑）「そんな騒ぎの後、疲れて帰る私を、病院の格子の向こうから何人もの患者さんが見送ってくれました。」

「木田先生、氣をつけて帰りやー」……私には帰る家がある。でも

患者さんは帰れない。格子の跡が頬に残るくらい顔をくつつけて、一生懸命手を振ってくれる患者さんたち。今も決して忘れられない光景です。（会場も私も涙）医師と患者という立場ではなく、人としての深いふれあいがあったから……「鉄格子のない病院を」の熱い気持ちが伝わってきて、心から感動した私でした。

また先生は、各分科会報告の感想も話してくださいました。「スポーツの語源は重荷を下ろす、ということ。そういう意味では、ゴロ寝だってスポーツですね。」相手のことが全部分かつてしまうというのはしんどいことです。分からない、という前提から少しずつ分かりあえるようにしていきますよ。」「昔に帰った気持ちになって、私も元気をもらいました。」と言ってくださった先生の優しい人柄に触れ、ほんとうに心温まる一時間でした。（メンタル友の会）

滋賀県精神保健福祉協会  
事務局 塚田結子



## 参加者の声



- ・サロンは本当に何もしないんですか？  
何もしなくても心が通じ合えるつながりってすごい！（兵庫/女）
- ・何も知らないで参加した。わからないことは、わからないから安心。（滋賀/女）
- ・市民や行政、病院等、多様な立場の人の熱意を感じた。（秋田/男）
- ・ゆるやかに、力をつけていけたらいいですね。（神奈川/女）
- ・「アメニティを考える」の本が一番良かった。なぜなら、病院から変えていかなければならないからです。（石川/女）
- ・何もかも楽しく、充実した二日間だった。  
地域に帰ったら、できるところから始めようと思いました。（福岡/女）
- ・楽しかった。これを機会にこれからも参加したい。（静岡/女）
- ・初めて全国大会に参加し、多くの仲間との出会いから、大変学ぶものがありました。  
今後、ボランティア活動を無理することなく進めていきたいと思えます。（石川/男）



## 「日本笑い学会・笑ってメンタルヘルス滋賀」設立

設立総会と設立を記念する集いを、平成14年10月6日(日)ピバシティホール(滋賀県彦根市)で開催しましたところ、約100名の参加を得て盛況でした。

メンタルヘルスに関わる人々による様々な楽しいパフォーマンスが披露されました。ナースエッグ(看護学生)のコント、ジョニー久保田(精神科医)のマジック、サタデーズ(NPO法人)の漫才、新宅啓太(歌手)歌とパフォーマンス。そして「笑い・ユーモアとメンタルヘルス」と題して、森下伸也金城学院大学教授に記念講演をしていただきました。「人生最後に頼りとなるのは、配偶者でもなく、愛でもない。笑いです。」との言葉が胸にズシンと響きました。

メンタルヘルスに関わる領域には深刻な事柄が多いですが、笑いとユーモアに関する理解を深め、技能を磨き合って、楽しく愉快的なメンタルヘルス活動を展開していこうと確認しました。

(笑ってメンヘル滋賀 事務局 岩下友香)



## 伝言板

### 元X JAPAN Toshi Acoustic Concert ~愛の詩をうたいたい~

- ◎日時 平成15年1月10日(金) 開場 18:30 開演 19:00
- ◎会場 わたむきホール虹 大ホール(日野町町民会館) 蒲生郡日野町松尾1661 TEL 0748-53-3233
- ◎チケット ●一般 3,000円 ●小・中学生 2,000円 ●障害のある方 1,500円 (当日券もあります)
- ◎問い合わせ先 わたむきの里作業所 TEL 0748-53-1061

※このコンサートの収益は障害のある方たちのグループホームの建設資金とさせていただきます。

### 「こころの会」例会のご案内

- ◎日時 平成15年1月12日(日) 午後1時30分~3時30分 ◎場所 県立男女共同参画センター 研修室B
- ◎内容 現在、悩んでいること、薬のこと、病気のこと等
- ◎問い合わせ先 「こころの会」 蒲生郡日野町木津192 TEL・FAX 0748-52-2918 (この会は、患者会です。)

### 「笑ってメンヘル滋賀」第一回研究会のお知らせ

- ◎日時 平成15年1月25日(土) 午後3時~5時 ◎場所 南彦根クリニック デイケア室
- ◎テーマ 「初笑い/落語家さんと遊ぶ」 新春の土曜日の午後、笑福亭生喬さんの落語ライブの後、小咄・なぞかけ・南京玉すだれなどで遊びましょう。
- 日本笑い学会・笑ってメンタルヘルス滋賀支部
- 連絡先 医療法人 南彦根クリニック 〒522-0054 彦根市西今町138番地 TEL 0749-24-7808 FAX 0749-24-7807

### 心の健康づくりを考える県民のつどい

- ◎日時 平成15年3月16日(日) 午後1時~4時 ◎場所 滋賀県男女共同参画センター(近江八幡市)
- ◎テーマ 子育てをめぐる不安 ①講演:日米の子育ての違い ●講師:精神分析セミナー 高橋哲郎先生  
②シンポジウム:子育ての精神分析 ●コーディネーター:高橋哲郎先生 ●座長:上ノ山一寛(理事)  
●シンポジスト:高橋啓子先生(教育委員会)・甲津貴史先生(弁護士会)・淵元純子先生(助産師会)
- ◎問い合わせ先 滋賀県精神保健福祉協会 TEL・FAX 077-567-5250

### 「こころの健康フェア'03」

- ◎日時 平成15年3月22日(土) 午前10時30分~午後3時
- ◎場所 野洲町立コミュニティセンターきたの(野洲町市三宅)
- ◎内容 「紙ひこうき」他のステージ・模擬店・フリーマーケット・講演会・ビデオ「ビューティフル・マインド」上映、等
- ◎問い合わせ先 滋賀県精神保健福祉協会 TEL・FAX 077-567-5250

### 編集後記

◆本年8月の日本精神神経学会で、「精神分裂病」という病名を「統合失調症」に変更することが決められました。厚労省からも公的文書での新しい病名の使用を認める通達が出されました。人格そのものの分裂を連想させ、偏見や誤解を助長してきた病名が過去のものになるのは喜ばしいことです。ノーマライゼーションがより一層すすむものと期待されます。

◆11/30. 慶応大学保健管理センター大野裕教授の「うつ病の認知療法」と題する滋精協講演会がありました。「認知療法においても、非特異的な治療関係が重要」「認知の変化のオプションを提供し、患者に治療への積極的な参加を求める」などを強調されました。消費者志向性を持つ精神療法の大きな流れの中に、認知療法も位置づけられるという印象を持ちました。

◆12/8. 子どもの虐待防止ネットワーク・しが講演会でエンパワメントセンター・森田ゆり先生の講演を聴きました。エンパワメントという言葉は、平成15年度以降の新障害者プランの中心理念となると思われます。この言葉は単に力をつけることと言う意味ではなく、本来持っている力を取り戻すことであり、社会的な関係性において理解されるべきとのことでした。

◆今回はボランティア全国大会inしが特集号となりました。中心を担われたメンタル友の会の皆様、大変ご苦労さまでした。メンタルヘルスの領域でボランティア活動がますます根をおろし、拡大していくことを期待したいと思います。

(滋賀県精神神経科診療所協会 上ノ山)

### 会員数 平成14年12月1日現在

一般会員	個人会員	347名
	団体会員	47団体
賛助会員	個人会員	20名
	団体会員	11団体



この会報誌は、財団法人 滋賀県民間福祉振興財団の助成のもと発行できました。