

編集発行：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 滋賀県立精神医療センター気付
 TEL/FAX 077(567)5250
 http://www.mental-shiga.com
 E-mail smental@ex.biwa.ne.jp

滋賀県精神保健福祉協会だより



開会挨拶 山田尚登 会長

さる十二月二日の日曜日に、南彦根のひこね燦パレスで「こころの健康フェスタ2007」が開催されました。最初に主催者を代表して、本年より、新たに滋賀県精神保健福祉協会会長就任された滋賀医科大学精神医学講座の山田教授からご挨拶がありました。

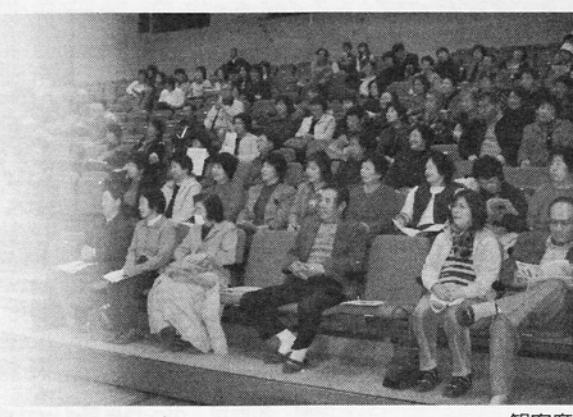
会長は、フェスタ2007の企画当所から「こころの健康」の大切さを県民に呼びかける元気で楽しい大会にしたいと提案され、実行委員会が「元気で楽しい大会」に向けて、準備を進めてきたこともあり、二〇〇人を超す参加者をもって開催することができました。



講演する 辻元宏氏



座長 山田尚登氏



観客席

Viva! 「こころの健康フェスタ2007」
 滋賀県保健所長会 副会長 大井 健

当日は彦根城四〇〇年祭のとりまめ行事でお忙しい中を、獅山彦根市長が祝辞を述べられ、心身の健康と明けの健康がますます重要な時代であると話されました。

はじめに、メンズサタデーズ（NPO法人サタデーピアのお笑いコンビ）による漫才が披露されて、会場は一気に和やかで暖かい雰囲気につつまれました。



メンズサタデーズ
(漫才)

笑いの余韻が残る中、「このところカルシウム」をテーマに、滋賀県立精神保健福祉センター辻所長による講演が行われました。仏教では、人間の病気を四百四病といい、恋の病だけが例外であるという話からはじめられ、このころの病気も身体の病気も、心身両面にわたって多くの病気にカルシウムが強く関与し、骨そしょう症、こむらがりなどの筋の痙攣、アルコール依存症のせん妄、認知症に至るまで数多くの病気にカルシウムの異常が関連し、神経情報伝達に関する最先端の研究でもカルシウムが重要な役割を果たしていることを紹介されました。

また、「カルシウムパラドックス」のお話では、動脈硬化病巣におけるカルシウムの沈着あるいは内臓諸器官に現れるカルシウム結石は、血中カルシウム濃度の低い人ほど現れやすく、それは血中の低カルシウムを補うために骨のカルシウムが動員される場合、異常な蓄積が行われることによると話されました。

アルコール依存症患者では、長期にわたる栄養不良の状況でカルシウムを含む電解質バランスが異常となり、やがて精神のせん妄と全身の痙攣を起こして悲惨な結末に至ることを経験しますが、カルシウムの重要性は共感できるものと思えました。この「カルシウムパラドックス」は、カルシウム代謝の不思議を示しています。



シンポジストの先生方

引き続き行われたシンポジウムは、「カルシウムが足りない！」をテーマに、滋賀県臨床心理士会理事の上ノ山さんが話されました。カルシウムが心身の健康に重要な栄養素であるという講演の主旨を比喻して、心にカルシウム（栄養）を与えましようと呼びかけました。心にカルシウム（栄養）を最も効率よくためることの一つにより人間関係をもつことがあると話されました。彦根保健所管理栄養士の山元さんからは、貴重なカルシウムを体のためにためるためには日頃の食事をどのように工夫すればよいかということ栄養士の立場から話していただきました。

このところというテーマをカルシウムという斬新な切り口で話されたこと、また、誰でも知っている様で実はよく知らないカルシウムを取り上げたこともあって、会場から多くの質問と意見が出されました。木綿豆腐と絹ごし豆腐どちらがカルシウムリッチであるか？という質問に山元さんはすかさず木綿豆腐の方がベターですと答えたり、また、心身の健康に大切なカルシウムの重要性をもっと多くの人に知ってもらえればよいという意見がでたり、予定の時間を超えてやりとりが行われて、楽しいひとときを共有でき、盛会のうちに二〇〇七年のシンポジウムは閉会しました。最後に湖東地域振興局の堀正基局長より「このころの健康フェスタ2007」の閉会の挨拶がありました。

終わりにりましたが、後援をいただきました彦根市・彦根市健康推進協議会・彦根市社会福祉協議会・滋賀県健康推進員団体連絡協議会の皆様、当日協力をいただきました精神作業所等の関係機関の皆様、誠にありがとうございます。実行委員の皆様ご苦勞様でした、来年も楽しい企画をお願いいたします。



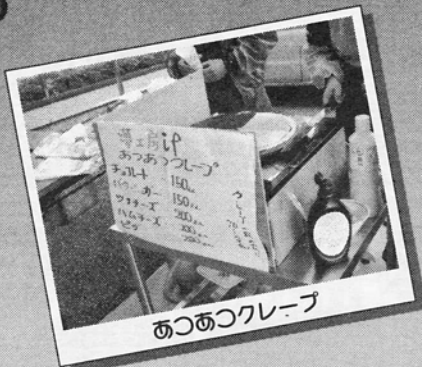
閉会挨拶
堀 正基 湖東振興局長



第3回 楽々展

作品に見入る
来場者





あつあつクレープ



たごやきもどき



専工房 if さんの出店風景



会場風景



会場風景



蓬菜の家さんのスタッフ (実演販売)

こころの健康フェスタ 2007 アンケート集計

アンケート回収 74 回収率 32% (参加者 230 人で計算)

内訳 男性 17人 女性 57人

53人 (回答者のうち 72%) がフェスタの内容に興味を引かれた、
17人 (同 23%) がやや興味を引かれたと答えました。(無回答 4人)

講演・シンポジウムの感想から(抜粋)

- ・楽しい雰囲気だった。
- ・カルシウムのお話は、とても面白く分かりやすかった。
- ・自分がカルシウム不足と気づいた。
- ・認知症予防にカルシウムが必要とは知りませんでした。
- ・こころの健康をカルシウムという観点から見るのが興味深かった。
- ・今夜からでも少しずつ摂りたいと思った。
- ・聞いたことを忘れないように気をつけたい。
- ・人類の始まりに遡った話が分かりやすく楽しかった。
- ・こころや体にこれほどカルシウムが重要な役割を果たしているとは知らなかった。
- ・今後の生活に生かしていきたい。
- ・こころと体はお互いに深い関係にあることをしみじみ思いました。
- ・カルシウムを摂って、気持ちに変化が出るかどうか少し疑問に思う。
- ・薬だけが重要と思っていたが、意識が変わった。
- ・堅苦しくない雰囲気がよかった。
- ・こころのカルシウム(栄養)は楽しい会話、やりがいのある仕事。
- ・更年期障害にもカルシウムが有効という点が興味深かった。
- ・犯罪は栄養のバランスが原因ではないかと常々考えています。
- ・ディスカッションがたいへんよかった。
- ・カルシウムとこむらがえり、心との関係が勉強になりました。
- ・漫才や休憩が入ったので、切り替えができてよかった。
- ・質問される方が多くてびっくりしました。
- ・他の地域の人にも伝えてほしい。

フェスタ全体の感想、要望など(抜粋)

- ・メنزサタデーズさんはとても楽しかった。もっとどんどん出てください。
- ・フェスタをもっとPRするべきだ。
- ・作品展はとても質が高く、楽しめました。
- ・楽々展に出す作品づくりに仲間と共に取り組み、励みになっています。これからも続けていきたい。
- ・うつの講演会を近くで開いてほしい(遠いとしんどくて行けません)
- ・たご焼がおいしかった。
- ・満席になるようにもっと一般の人に宣伝してください。
- ・カルシウムとアルコール、高血圧との係わりの講演会を開いてほしい。
- ・もう少し交通の便のよいところで開催してほしい(大津市在住)
- ・当事者や家族ももっと参加するとよいと思う。
- ・もっと宣伝するために新聞に折り込みチラシを入れてはどうか。
- ・ストレスの予防、解消法をテーマに開催してほしい。
- ・こういう催しがあれば、また参加したい。
- ・勉強になりました。
- ・また彦根市で開催してほしい。



(アンケート結果まとめ 事務局 塚田結子)

伝 言 板

滋賀県精神保健福祉協会「調査研究部会」・ 甲賀地域精神障害者家族会「のぞみ会」共催 平成19年度「精神保健福祉勉強会」

日 時…平成20年2月14日(木) 13:30~15:30(受付13:00~)

場 所…サンライフ甲西(湖南市中央1丁目-1) 2階会議室

内 容…第1部 13:30~14:10

講話 「わかりやすい心の病気の話」

講師/世一 市郎(世一クリニック院長)

第2部 14:15~14:30

情報提供

湖南市健康福祉部社会福祉課の若林友美保健師による精神保健福祉サービスの現状と利用に関する情報提供

第3部 14:30~15:30

質疑応答

参加費…無料(申込み不要)

後 援…(社)甲賀・湖南 人権センター、甲賀保健所

問合せ…滋賀県精神保健福祉協会 事務局
(TEL/FAX 077-567-5250)

滋賀県・滋賀県精神障害者患者家族会連合会 主催 「報道と精神障害について考えるシンポジウム」 ～アンチステイニングマ(反障害者差別)とは～

日 時…平成20年3月5日(水) 午後1時30分~4時30分(午後1時より受付)

場 所…フェリエ南草津5階 大会議室(JR南草津駅より徒歩5分)

内 容…基調講演「精神障害をめぐる報道と人権」

～社会復帰の利益に対する法的アプローチの試み～

講師 刈野貴生 氏(立命館大学大学院法務研究科 準教授)

シンポジウム「報道と精神障害について考える」

シンポジスト 井手雅春 氏(朝日新聞大阪本社編集局)

刈野貴生 氏(立命館大学大学院法務研究科 準教授)

又村康夫 氏(滋賀県精神障害者患者家族会連合会理事)

コーディネーター

辻 元宏 氏(滋賀県立精神保健福祉センター所長兼
滋賀県立精神医療センター病院長)

質疑応答

参加費…無料(定員100名)

問合せ…滋賀県立精神保健福祉センター TEL077-567-5010

こころの会主催「ピア・カウンセラー講座」

日 時…平成20年3月9日(日) 10:30~15:00

場 所…滋賀県立男女共同参画センター 研修室B

講 師…森 実恵さん(ライター)

会 費…1,000円

申込み問合せ…こころの会 代表 吉澤康雄(電話0748-52-4255)まで

滋賀県・滋賀県精神保健福祉協会 主催 「こころの健康フェスタin高島」

日 時…平成20年3月16日(日) 13:00~16:30

場 所…藤樹の里文化芸術会館(高島市安曇川町上小川106)

内 容…ステージ発表 メンズサタデーズによる漫才
地元当事者によるパフォーマンス(予定)

講演「こころとカルシウム」

講師 辻 元宏 氏(滋賀県立精神医療センター病院長)

シンポジウム「カルシウムが足りない!」

座長 山田尚登 氏(滋賀医科大学精神医学講座教授)

シンポジスト

瀬戸昌子 氏(高島保健所長)

中川佳子 氏(高島保健所管理栄養士)

ロビー

精神障害者作業所等販売コーナー、レシピ配布コーナー

駐車場(ホール玄関前)

カルシウム豊富な食品の実演販売

参加費…無料(申込み不要)

問合せ…滋賀県精神保健福祉協会 事務局
(TEL/FAX 077-567-5250)

ピアサポート・ピアカウンセリングを 考える市民フォーラム

～ひろげよう!優しい気持ちと思いやり～

日 時…平成20年3月15日(土) 午後2時(受付1時半)~午後4時半

場 所…草津市立まちづくりセンター 3階 (草津駅西口より徒歩3分)

内 容…(1) お話 前田ケイ先生(ルーテル学院大学 名誉教授)

(2) 当事者・ご家族のピア活動の体験談など

資料代…200円(優しい気持ちのおみやげ付き!)

定 員…120名

主 催…NPO法人サタデーピア、ピアサポートフォーラム2008実行委員

共 催…滋賀県

後 援…草津市、滋賀県精神保健福祉協会

問合せ…NPO法人サタデーピア (TEL:0749-23-6679)

編集後記

◆ 彦根城築城400年祭はひこにゃん人気もあって、期間中76万人の人出で賑わいました。ひこにゃんのキャラクター作者から祭り終了後の使用制限を求める訴えがあり心配しましたが、2008年6月からの「井伊直弼と開国150年祭」などにも登場することになったようです。

◆ 今年の漢字は「偽」ということでしたが、多くの方の予想が当たったのではないのでしょうか。懐かしい名前の商品や名門ブランドが次々と食品偽装の仲間入りしました。耐震偽装、偽装請負など多種多様な偽装列島です。それでも、販売を再開した「白い恋人」は連日売り切れだそうです。ピンチをチャンスにしているか、楽しみでもあります。

◆ 「KY」という言葉が今年の流行語大賞にノミネートされました。「空気が読めない」ということを表しているようです。そういえば空気が読めずに、政権を投げ出した首相がいました。人とコミュニケーションしていく上で空気を読むことは重要です。しかし、場や空気が私たちの行動に対して強い強制力を持つことには注意が必要です。

◆ たとえば、笑うことの許される場とそうでない場を区別することを学びながら、私たち日本人は社会性を獲得していきます。日本では公式の場でジョークを飛ばすことはあまり好まれませんが、酒宴の場であれば、無礼講も許されます。その区別をわきまえないと空気を読めない人間として厳しく指弾されてしまいます。

◆ 場や空気を読むことが、それぞれの集団において一定のまとまりや均質性を保つ役割を果たしているのですが、その圧力が強すぎる場合、そこから外れる人たを排除する力として働きがちです。今日発達障害と呼ばれる子どもたちが増加しているといわれています。彼らは空気を読むことが苦手です。均質化を求める社会が彼らを追い詰めていないか心配です。「子どもの心を支える地域ネットワークの集い」を年明けに開催し、そのようなことを考える機会を持ちたいと考えています。

(滋賀県精神神経科診療所協会 上ノ山)

会員数

平成19年12月28日現在

一般会員	個人会員	195名
	団体会員	38団体
賛助会員	個人会員	9名
	団体会員	10団体