

# 滋賀県精神保健 福祉協会だより

第59号  
**SHIGA**  
精神保健福祉協会  
2016.12.31

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



講演する 石井綾華 氏



## こころの健康フェスタ

### 2016 報告

二〇一六年十月二日、晴天の日曜日「こころの健康フェスタ2016」は大津市におの浜の「ピアサ淡海」で開催されました。

会場前のロビーでは、滋賀県精神障害者家族会連合会（鳩の会）主催の当事者による作品展「第二回楽々展」が開催されました。また、日本精神科看護協会滋賀県支部による、「こころの健康チェックのコーナー、幻聴の疑似体験コーナー」もあり、多くの参加者が「こころの健康フェスタ2016」のパンフレットを手に展示物を見たり、体験されたりして賑やかに始まりました。

はじめに、主催者を代表して、滋賀県知事三日月大造（代読、滋賀県副知事池永肇恵）と、滋賀県精神保健福祉協会山田尚登会長（滋賀医科大学副学長・理事 精神医

学講座教授）の開会の挨拶がありました。

講演に先立ち、滋賀県精神保健福祉事業功労者知事表彰ならびに滋賀県精神保健福祉協会表彰式を行いました。両表彰は、滋賀県において精神保健福祉に功労のあった団体、個人を表彰し、滋賀県における精神障害者の保健福祉の一層の向上を図る表彰です。

滋賀県精神保健福祉事業功労者知事表彰を、水口病院管理栄養士の石部重美様、滋賀八幡病院看護師の伴承子様、地域生活支援センター「ふらっと」精神保健福祉士の勝見尚子様、滋賀里病院看護師の久堅公恵様、辻メンタルクリニック院長の辻元宏様が受賞されました。続いて滋賀県精神保健福祉協会表彰を、セフィロト病院精神保健福祉士の雑賀正明様、水口病院看護師の中米加陽子様、琵琶湖病院看護師の高間穰様、水口病院看護師の石田武弘様、瀬田川病院看護師の片山純子様、セフィロト病院看護師の松岡奈々江様が受賞されました。

## 開 会 式



山田尚登会長



池永肇恵副知事

講演準備終了後、NPO法人ライトリングの代表理事、石井綾華様による講演「自殺・こころの病を予防するために く寄り添うあなたができること〜」が始まりました。石井様ご自身も身近な人に救われた経験があり、また、身近な人に悩みを理解してもらえないことの悔しさ、悲しさ、辛さを実感されてきた立場から、支え手として身近な人だからこそ出来ることについてお話いただきました。

(講演内容は次号にて掲載する予定です)

## 表 彰 式



休憩後、詩の朗読「みんなの詩」がピアニストの野村祐子様によるキーボード演奏と共に、ナレーターの松尾明子様により行われました。朗読された詩や作文は、こころの病を持つ方々、支えておられるご家族や医療関係の方々から応募いただいたものです。精神障害のことや社会に伝えたいこと、また日頃感じておられること等、さまざまな深い思いが作品に込められていて、朗読を聴いて涙している方もおられました。

最後に滋賀県精神保健福祉協会の辻本哲士副会長（滋賀県立精神保健福祉センター所長）より「こころの健康フェスタ2016」の閉会の挨拶があり盛会の内に閉会しました。

終わりにりましたが、ご後援をいただきました大津市・大津市医師会・大津市教育委員会・大津市健康推進連絡協議会・大津市社会福祉協議会・滋賀県医師会・滋賀県教育委員会・滋賀県健康推進員団体連絡協議会・滋賀県社会福祉協議会・国立大学法人滋賀医科大学精神医学講座・滋賀県精神神経科医会・日本精神科病院協会滋賀県支部・滋賀県精神科診療所協会・エフエム滋賀・びわ湖放送・NHK大津放送局の皆様、また、ご協力をいただきました滋賀県精神障害者地域支援事業所協議会等の関係機関の皆様、誠にありがとうございました。

(滋賀県精神保健福祉協会)

事務局 福島智子



楽々展



詩の朗読「みんなの詩」

## 「こころの健康フェスタ2016」 アンケート集計

●アンケート回収数…39

●回収率…28% (来場者140人)

### 感想、意見、要望等 (抜粋)

#### ◇講演について

- ・身近な人に対して支援する重要性に気づくことが出来ました。自分自身の今後の社会活動や家庭生活に少しずつでも活かしていきたいと思います。
- ・生きづらい時代の若者の苦しさが生々しく伝わりました。今日学んだスキルを役立て、おばあちゃんから発信して心の傷口に温かい手を当ててあげたい。
- ・まず聴く耳を持つ、答え、結果を出そうとしない。何かあればいつでも相談できる、話せる、身近な人であるよう居たい。
- ・若者が若者を身近で支える事業があることを知り、心強さを感じました。
- ・20代の自殺リスクが高い現状の中、立ち上がったライトリングについてとても興味がわいた。精神科の看護師として患者さんと関わっていると、本人も大事だけれど、家族や周りの人が大きな影響を持っているということがある。双方に寄り添い、関わることを大切にしていきたいと思った。
- ・会場からの質問に丁寧に誠実に話されている姿勢、言葉が印象的な石井さんでした。
- ・わかりやすく共感できる内容でした。こんな若者がいらっしやるということが大変力強く感じました。

#### ◇詩の朗読について

- ・作品全部が心の中に残る詩だったし、選曲もよかったです。
- ・朗読を聞いて、悲しみや苦しみを深く感じる人が出来るのだなあと感じました。
- ・患者さんの心の声が聴けてよかった。感動しました。伝わるものがあった。
- ・とても癒される時間だったと思う。いろんな深い思いを持つ人の詩が多く心に響きました。
- ・どんなものかなと思っていましたが、素直によかったです。詩という形で当事者やご家族の方の想いを知ることができ、心の奥に深く伝わりました。
- ・朗読のとき、会場のライトを下げ、詩を文字で前面に映してもらえたらもっと良いと思いました。
- ・また詩の朗読に作品を応募したいです。

#### ◇その他

- ・毎年ほっと心が豊かになる内容で、これからもずっと続けてほしいです。
- ・精神に病気を持っている人と持っていない人が、同じ位置に立って一緒にいられる差別のない社会になっていけばいいなと思っています。
- ・作品展示が半日でもったいないと思いました。
- ・榮々展は賞に入れてもらい、とても嬉しかったです。



第2弾 平成28年度  
滋賀県精神保健福祉協会調査研究部会  
「就労と結婚を語ろう!!」  
に参加して



年度から県内の各圏域で行われており、今年度で九回目を迎えました。

「就労」について

最初は男性からの「就労」をテーマとした発表でした。ご自身の病気の発症の経緯からお話しされ、長い入院期間を経て、当事者同士のネットワーク作り、友人と情報交換しながら、地域生活支援センターや作業所等、様々な資源を活用し、現在はスーパーの販売員として勤務できるようになったとのことでした。過去には介護の仕事や清掃業もされましたが、職場の理解もなく、すぐに辞めてしまったこともあったそうです。

そんな中でピアサポートの研修を経て、自分が納得できる心の有り様が大切だと気付き、人間としての豊かさや、どんなことを大切にすべきかに着眼できたことで、今は仕事もとても楽しくできていますと参加者に力強く伝えられていました。

「結婚」について

続いて、「結婚」をテーマに女性からの発表がありました。平成二十二年

六月に結婚し、当時は自分が双極性障害であると診断があったことをご主人に伝えるに苦労したが、ご主人も福祉関係の仕事をしていることでとても理解があつて、家事等を分担しながら、仕事も両立できるようになった経緯をお話しされました。

引越しの機に、ご近所との距離感に悩み、うつ病が再発し、自傷行為に及んだこともありましたが、ここでも夫婦二人三脚で乗り越えられました。夫婦円満の秘訣として、規則正しい生活をし、必ずご主人に何かしてもらったら、「ありがとう」と伝えること、しんどい時は溜め込まずに伝えること、生活の中でも適度に手を抜くことを挙げられていました。

グループに分かれて  
意見交換

発表後は、コーヒータイムをはさんでグループトークが行われました。

参加者は、就労先の勤務条件や、婚活パーティーに参加することの是非などについて活発な意見を交わし、同じ悩みや疑問を具体的に共有する場となりました。

シヨブコーチにどんな相談したか、職場の人たちに精神障がいについての



体験発表

啓発DVDを見てもらい、理解を深めてもらった等、かなり具体的なアドバイスもあり、参加者も真剣に耳を傾けていました。

デリケートな事だけど、とても大切なこのテーマについて、当事者から直に色々な意見を聴くことができ、自分自身も大きな気づきを得られる機会となりました。このような機会をいただき、本当に感謝しております。

滋賀県社会福祉協議会 安田 毅

平成二十八年十一月十一日(金)に、大津市の地域生活支援センター オアシスの郷にて「就労と結婚を語ろう!! 第2弾」が開催されました。当日は天候にも恵まれ、三十四名の方が参加されました。

この催しは、滋賀県精神保健福祉協会の調査研究部会事業として平成二十

# 平成28年度「就労と結婚を語ろう!!第2弾」アンケート集計



座長  
榎林理一郎  
先生

■回答数 10(参加者34人) 回答率 29%

## ■感想(抜粋)

- ・仕事に対する熱意がすごかったです。
  - ・仕事と結婚を両立してすごいなあと思いました。
  - ・いろいろためになりました。働くことは大変だなと思った。
  - ・皆さんの熱気あふれる討議に、来てよかったと思いました。
  - ・貴重な話を聞かせてもらったので良かったです。
  - ・またこのような催しがあれば是非行きたいと思います。
- ・もっといろんなことが聞きたかったなとは思ったものの、勉強になる意見も多々あって、とてもよかったです。
- ・病を受け止めることを教えていただいて良かったです。
- ・いろんなテーマで、こういう討議できる規模で実施してほしい。
- ・人それぞれ悩みながら頑張っていることを知りました。

(集計:協会事務局)

## 滋賀県精神保健福祉協会

# 入会のご案内

県民、民間団体、医療、行政などが一体となり、精神保健福祉に関する知識を広く県民に普及啓発し、障害のある人もない人も共に暮らしよい社会づくり、「こころの豊かな社会」の実現を目指し活動しております。1人でも多くの方々とともに活動をつづけて参りたいと思いますので、よろしく願いいたします。

皆さまのご入会をこころよりお待ちしております。くわしい内容については、下記へお尋ねください。

### 会費(年額)

○一般会員 この会の趣旨に賛同して入会した個人または団体  
個人会員 1,000円 団体会員 10,000円

○賛助会員 この会の事業を賛助するため入会した個人または団体  
個人会員 1,000円 団体会員 20,000円



.....  
■事務局 〒525-0072  
滋賀県草津市笠山8丁目4-25 滋賀県立精神医療センター内  
TEL/FAX 077-567-5250

## 「第9回アディクション・フォーラムin滋賀」報告

平成28年8月7日（日）、明日都大津ふれあいプラザホールにおいて、「第9回アディクション・フォーラム in 滋賀」が開催されました。前年度と比べると少し減ったのですが、一般住民の方や自助グループメンバー、医療、福祉、行政関係者など155名の参加をいただくことができました。

このフォーラムは、「滋賀県には依存症の自助グループはたくさんあるけれど、自助グループ同士の横のつながりが無い。」という、あるアディクション当事者の一言をきっかけとし、平成20年に始まりました。フォーラムも今では、アルコール、薬物、ギャンブルの自助グループだけでなく、AC（アダルトチルドレン）、EA（エモーション・アノニマス）など多岐に及ぶようになりました。アディクションの問題を通して、当事者、家族、支援者、社会に「誰も一人では生きられない」ことを伝え、一人ではないことを伝える「場」を提供する手伝いができているのではないかと考えています。

今回は『仲間を見つけた、希望を見つけた～依存症について考える～』というテーマのもと、アディクションの中でもギャンブル依存に焦点をあてつつ、依存症ってなんなのか、ということに改めて考えてみようという思いで開催しました。

映画「微熱」は、国際映画祭でも作品賞を受賞された小澤雅人監督が、ギャンブル依存症や子どもの虐待などを題材に、家族や子どもの幸せとは何かを問う内容となっており、テーマも非常に重いこともあったため、検討段階では気分が悪くなる人が多数でてるのではとの懸念もありましたが、そこも含めて依存症とは？と考えてもらいたいと「微熱」を取り上げることにしました。

映画鑑賞後、自助グループの代表の方と近畿大学准教授の前田益尚氏にご登壇頂き映画を観てどう感じたのか率直で自由な意見を交換していただき、また、体験発表では、滋賀県断酒同友会、AA、AC、GA、KA（クレプトマニア）等、多数の自助グループのメンバーの参加や発表をしていただきました。

毎年恒例となりつつある、びわこダルクの「淡海響組」による和太鼓演奏も行われ、そのパワフルな演奏は、「この演奏を見たくて来た」という方もいるほど、人気も高く、参加者の方々もすっかり魅了されている様子でした。演奏の素晴らしさもさることながら、薬物依存症から回復していく姿を、また違った形のメッセージを参加者に送っていました。

私は今回初めて実行委員会メンバーとして参加させて頂きました。アディクションとは何か、当事者の方やご家族の体験、回復へ向かっていく姿、仲間の大切さ、様々なことをこのフォーラムで勉強することができました。来年度の10回目に向け頑張っていければと思います。

県立精神保健福祉センター 野上 昌代



## 「認知症」のこと、「歳のせい」にしていますか？

認知症は早期に治療することで症状を遅らせたり、改善したりすることができます。  
近江温泉病院は、認知症の早期発見、鑑別診断を行う「認知症疾患医療センター」と  
認知症に伴う様々な症状に対して、専門的な入院治療を行う「認知症病棟」を有しております。  
認知症の診断と治療を通じて、患者さんをご家族の地域での暮らしを支えます。  
ご家族の変化に気づいたら、お早めにご相談下さい。

### 医療法人 恒仁会 近江温泉病院 認知症疾患医療センター

滋賀県東近江市北坂町966  
(病院代表)  
TEL 0749-46-1125 FAX0749-46-0265  
(疾患センター直通)  
TEL&FAX 0749-46-0010  
ホームページ <http://www.oumi-hp.or.jp>



革新的製品に  
思いやりを込めて。

Lilly

日本イーライリリー株式会社は、イーライリリー・アンド・カンパニーの子会社で、人々がより長く、より健康で、充実した生活を実現できるように革新的な医薬品の開発・製造・輸入・販売を通じて日本の医療に貢献しています。

#### 提供中の治療薬

●統合失調症 ●うつ ●双極性障害 ●注意欠如・多動症(AD/HD)  
●疼痛 ●がん(非小細胞肺癌、膵がん、胆道がん、悪性胸膜中皮腫、尿路上皮がん、乳がん、卵巣がん、悪性リンパ腫、胃がん)  
●糖尿病 ●皮膚障害 ●骨粗鬆症 など

#### 開発中の治療薬・診断薬

●アルツハイマー型認知症 ●関節リウマチ ●乾癬 など

Lilly unites caring  
with **discovery** to  
make life better for people  
around the world

革新的製品に思いやりを込めて。

日本イーライリリー株式会社

〒651-0086 神戸市中央区殿上通 7-1-5  
[www.lilly.co.jp](http://www.lilly.co.jp)

# 伝言板

## ひきこもり家族学習会

◎ひきこもっている子どもさんを支えるご家族と正しい知識や情報について学びあうことを目的とした学習会です。

対象…15歳以上のひきこもりの子どもさんを支えるご家族

参加…どの会からでも参加できます。無料。

\*初めて参加されるときは事前に問合せ先までご相談ください。

場所…滋賀県立精神保健福祉センター 研修室

日程と内容

- 第8回 1月23日(月) 13:30~15:30  
コミュニケーションについて考える ③  
～頼みごと、誘い方について考えよう～
- 第9回 2月27日(月) 13:30~15:30  
暴力がある時の対応を考える
- 第10回 3月21日(火) 13:30~15:30  
家族の話を聞いてみよう  
全国若者支援連絡会 古庄 健氏

問合せ・申込み…滋賀県ひきこもり支援センター  
(滋賀県立精神保健福祉センター)  
TEL 077-567-5058



## 笑ってメンヘル滋賀 初笑い落語家さんと遊ぼう Part 15

日時…平成29年1月28日(土) 15:00~17:00

場所…地域生活支援センターまな (JR南彦根駅西口より徒歩7分)

内容…落語 笑福亭生喬さん、笑福亭生寿さん  
その他 漫才、パフォーマンスなど

参加費…500円

連絡先…笑ってメンヘル事務局 TEL 0749-21-2192

## アディクションセミナー

◎アディクションとは「依存症」や「嗜癖」と説明されます。  
このセミナーでは、当事者、家族、支援者が  
アルコール・薬物・ギャンブル依存症に関する知識を学びます。

講師…藤井 望夢 先生 (藤井クリニック・精神保健福祉士)

対象…アディクション当事者およびご家族、支援者

参加…どの会からでも参加できます。無料。

\*初めて参加されるときは事前に問合せ先までご相談ください。

場所…草津市立まちづくりセンター 309号室

日程と内容

- 第5回 1月31日(火) 14:00~16:30  
アディクション当事者と家族のコミュニケーション
- 第6回 3月7日(火) 14:00~16:30  
アディクション問題をめぐる質問と回答

問合せ・申込み…滋賀県立精神保健福祉センター  
(担当:野上、宇野) TEL 077-567-5010



## こころの会 例会

日時…平成29年2月5日(日) 13:00~15:00

場所…滋賀県立男女共同参画センター研修室C (JR近江八幡駅南口 徒歩10分)

内容…現在悩んでいること、薬のこと、病気のこと、等

申込み…「こころの会」蒲生郡日野町木津192(事務局代表 吉澤康雄)  
TEL/FAX 0748-52-2918 (この会は患者会です)

## 第8回 ピアサポートフォーラム滋賀 2016 ~ピアサポートの今とこれから~

日時…平成29年3月5日(日) 13:30~16:30

場所…草津市立まちづくりセンター2階 (JR草津駅西口より徒歩5分)

内容…講演「ピアサポート活動の経過と現状」(仮題) NPO法人みえ  
その他、県内で活動するピアサポートグループによる意見交換  
及びグループ交流

参加費…無料

主催…ピアサポートネットワーク滋賀(仮)準備会

問い合わせ・申込み…相談・生活支援センターやすらぎ  
TEL 077-526-7802 FAX 077-526-7803



## 編集後記

◆2016年の流行語大賞は「神ってる」でした。昨年の「トリプルSリー」に続いて、プロ野球に興味ない人にはピンと来ないかも知れませんが、広島カープが25年ぶりにセリーグ優勝し、新しいヒーローが生まれた時に監督から死なされた言葉です。大リーグの高額年俵を捨てて戻ってきた「男気」の黒田選手、「どの面を上げて戻ってきた」新井選手の活躍など話題性が多かったです。プロ野球では日本ハムの大谷選手の「二刀流」という言葉も良く耳にしました。黒田選手が現役最後に投げた一球の相手が、大谷選手だったというのも、よくできた物語でした。

◆世界に目を向けると、2016年は思いがけないことが続けておりました。イギリスがEUを離脱することを決め、アメリカでは大方の予想を覆してトランプ氏が大統領に選ばれました。2016年は世界的に見ても大きな変化の年だったと、後に回顧されることになるかも知れません。世界大戦の反省から生まれたヨーロッパ統合という理念や、国を超えて世界の一体化を進めるグローバリズムという思想が大きく揺れ、自国中心主義の揺り戻しが起きています。トランプ氏の主張には女性蔑視や民族差別が見られ、これが大統領になる人の言葉かと疑問に思いましたが、それが人々の感情に訴えかけたようです。まるで町内のご隠居さんの世間話が、突然国際政治に飛び出して影響力を持った印象です。そのような時代になっていることを、多くのマスコミも認めています。トランプ氏の勝利にはSNS(ソーシャル・ネットワーキング・システム)が大きな役割を果たしたと思われる。

◆「君の名は」という映画が大ヒットしているそうです。恥ずかしながら若者の心に触れようと思って映画館に足を運んでみました。切なく甘いラブストーリーに、民俗学や大災害後の救済や父子などのテーマが散りばめられたSFファンタジーでした。その上に素晴らしい映像と音楽のコラボがあり、見ごたえのあるエンターテインメントでした。時空を超えた人のつながりや考えさせられましたが、ある程度頭と心を柔らかくしないといけないかも知れません。最終終わった若者たちが涙しているのを見て、少し取り残された感覚になりました。エンディングロールに作品に関わったたくさんの方々の名前が流れて、大変な作業だったのだと改めて感じました。この映画のヒットも、SNSによる話題の拡散が大きく影響しているようです。

◆高齢ドライバーに係わる死亡事故などが続いたことから、道路交差点がH29年3月から改正されます。75才以上の運転者が、3年ごとの免許更新時あるいは、一定の違反行為をした時は、認知機能検査を受けることとなります。そこで認知症のおそれがあるとされた人は、医師による臨時適正検査または診断書の提出を求められ、認知症と診断された場合は免許取り消しの対象となります。しかし認知症と危険な運転の因果関係は明らかではないのです。病名で運転能力を判断することは適切ではありません。高齢に伴い認知機能は必然的に低下していきますが、それでも安全に運転しておられる方は沢山います。特に山岳では車を取り上げられると生活が成り立たなくなる人も多いでしょう。認知症を槍玉に挙げる前に、高齢運転者を支援する車の性能を高め、道路交差点システムの安全性を高めることを優先する必要があります。

(滋賀県精神科診療所協会 上ノ山)

## 会員数

平成28年12月31日現在

|        |      |      |
|--------|------|------|
| 一般会員   | 個人会員 | 124人 |
|        | 団体会員 | 36団体 |
| 賛助会員   | 個人会員 | 7人   |
|        | 団体会員 | 4団体  |
| サポート会員 |      | 7団体  |