

滋賀県精神保健 福祉協会だより

第60号
SHIGA
精神保健福祉協会

2017.4.10

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一気付
TEL/FAX 077(567) 5250
http://www.mental-shiga.com
E-mail smental@ex.biwa.ne.jp

こころの健康フェスタ2016 講演会

「自殺・こころの病を予防するために
「寄り添うあなたができること」

平成二十八年十月二日 ピアザ淡海 大会議室(大津市)にて開催



講師
NPO法人Light Ring. (ライトリング)
代表理事 石井綾華氏

私は二〇一〇年から、悩んでいる人の身近にいる人のためのソーシャルサポート(社会的支援)を拡げる活動を行ってきました。自分自身が身近な人に救われた経験があり、また、身近な人がわかってくれない悔しさや悲しさ、つらさも実感してきた立場として、身近にいる人の存在がとても大きな影響を及ぼすと実感しております。身近な人だからこそ出来ることについてお話させていただきます。

はじめに自己紹介をさせていただきます。私は幼い頃から評価に値する人間にならないといけないという気持ちを持っていました。よい点数を取らなければいけない、いい子を演じないと社会に生きていてはいけないような気持ちが奥底にあるような幼少期を過ごしてきました。そして、小学五年生の時に拒食症を患いました。よい点数を取ろうと思えば勉強や運動を頑張る、次にどうやったら褒められるかなと思ったり、ファッション雑誌が目に残るようになりました。痩せたら褒めてもらえると思えばダイエットを始めました。体重が減っていくことが達成感につながるように「今日は生きていてもいい」「今日は大丈夫だ」ということを体重の減った数値で確認する毎日を送るようになり、夏なのにコートを着羽織っていても寒いくらい体温調整が難しい状態になりました。そして、学校

の先生に病院に行くように言われ、そのまま連れて行かれました。病院に行った時に私は大変驚きました。褒めてもらいたくてダイエットを頑張ったにもかかわらず、周りの同級生やお母さん、近所のおばあさんまでも、それまでは挨拶や世間話をしてくれたのですが、何か変なものを見てしまったような顔をされて去っていくといったことを何度も体験しました。上手く生きていこうと思っても何かかわらず変な方向に進んでしまっているのだらうとずっと思っていました。病院に入った時に医師の先生が「頑張らなくていいよ」と言ってくれました。私は頑張ろうとしていた、よく生きようと思っただけなのに、それが逆方向になっていきました。先生が言ってくれた通り、今の状態を俯瞰し客観的に見る事が出来るようになりました。母親は私がダイエットをすることに對して大変困っていました。「あなただけの体ではない」「周りの人に変に思われてしまう」と言いました。私は褒めてもらいたいのだから逆にならなくていいのだらう

うと思っていました。治療生活が始まると、私が今何を考えているか、感じているかということに耳を傾けてくれるようになりました。母親がだんだんと分かり合える人になっていき、少しずつ関係性が良くなりました。そこから周りの人がわかってくれることはとても嬉しいことだと実感しました。それが大きな寛解というか、社会に戻り学校に行けるようになりました。周りの人が悩んでいる時、言いたくても言えない本音や感情がどこにあるのだろうとわかろうとする身近な人になっていきたいと思いました。一人では活動を続けることはできないと思い、同じような思いを共感できる仲間、身近な人の心を支えたい、寄り添いたいという方と仲間になりたいと思い、NPO法人を立ち上げました。

高校三年生の時に父親がアルコール依存で亡くなりました。最後に父親が話した言葉がまだに私の脳裏に焼き付いています。冬で雪が降り積もっていたある日、病床で父親が涙を流して「僕には居場所が無いんだ」と言って亡くな

っていきました。大黒柱だった父親が居場所が無いとまっていること、本音を話せないで孤立していることをこんなにも痛みに感じて亡くなっていく様子を目の前にした時、これは治療だけで解決するものではないことをすごく実感しました。カウンセラーを目指していた自分が何も出来なかったことを後悔というか、何か出来たはずだと未だに思っています。誰にも本音を話せなくて亡くなっていく人が一人でも減っていけるよう、カウンセラーという形ではなく、身近な人で話を聴くことが出来る人を増やしていくことが社会問題の解決として意味があるのではないかと考え活動を始めました。

を打ち明けられない、誰も自分をわかってくれないという方が最終的に自死を選んでいるような状態がよく存在していると思います。ライトリングの仲間内でどうして若者は自死を選んでしまうのかを話したことがあります。大きな理由の一つとして逃げる場が無いことが話に上がりました。正社員になることや結婚すること、これらは今までは当たり前とされていて、どうして出来ないんだと責められることがよくあります。それを若者はプレッシャーに思っていることを接していて感じます。結果が評価されて、それまでの努力や何もしないこと、一旦休むことをなかなか理解してもらいにくい、それが若者を追い込んでいく一つの理由になっていると思います。自分の力ではどうしようもない社会背景が存在しているのですが、なかなかそれを若者自身がわかってもらえるように話をすることが難しい状況があるのかなと感じています。

も有効になり得るのではないかと考えています。それが身近な人のわかつてくれる存在ということもあり得ると思います、予防にソーシャルサポートというものを展開していきたいと思えました。一次予防のために身近な人のソーシャルサポートを築く力を拡げていきたいと考えています。身近な人を大切にしたい若者に出会い、その方が身がまずセルフケアをすること、その先に身近な人の異変に気づいて手を差し伸べられるような居場所作り、つながり作りをしていきたいと考え活動をしています。

どうして本人ではなく身近な人なんですかと言われることがありますが。もともとは悩んでいる人のために、悩みを相談してくださいとツイッターでつぶやいていました。週に一回、カフェに座って待っていました。相談に来られた方は一年間で五人だけでした。その五人の方に話を聴くと、自分自身は悩んでいないと言っんですね。自分ではなく身近にいる恋人や友達が悩んでいて、その相談をしたと言ってくれました。若者にと

っては自分の悩みを相談することは難しいけれど、身近な人が悩んでいて自分はどうしたらいいのかわからないという相談は出来ると思った時に大きなヒントを得ました。身近な人の支えに悩んでいることを聴いていくと、自分の悩みも打ち明けてくれるようになっていきました。信頼してもらえて始めて実は自分も同じように悩んでいると言ってくれたり、支えに悩んでいると初めは言っていたけれども本当は自分の事で悩んでいるということもありました。身近な人を支える、若者を支えるといった時に、とても大事な観点がそこで発見できたと思えました。支えに悩んでいる若者を仲間を含めて一緒に活動していきながら、支えたい人本人が自分の問題も解決していき、身近な人にも手を差し伸べられるようなセルフケアとピアサポートの両輪が重要だと思ひ、悩んでいる人ではなく身近にいる人に対象を絞って活動をしています。

自死を選ぶ人達がなぜ自死を選んでしまうのかという時、逃げる場が無いことをお話ししました。逃

げる場を用意してあげられることは、専門機関もきつとそうだと思いますが、身近にいる人の声かけというものも大きいと思っっています。そこで、身近にいる人が声をかけに行く、それが出来る人を増やしていくことが予防につながっていくと思ひ、身近にいる人が手を差し伸べられるような活動を行うようになりました。具体的には、ソーシャルサポートというものを提供して一緒に学んでいます。簡単に言うと、周囲の人々から与えられる情緒、道具、情報、評価等の支援の総称と言われています。抑うつ度、希死念慮、死にたいという気持ちが高まれば高まるほど、どうせわかってくれない、自分の苦しみを吐き出すことで相手の気持ちも落としてしまったら申し訳ないと、自分の中にため込んでしまつ状況があります。悩んでいる人に直接介入して悩みを吐き出してと言ってもなかなか難しいです。四歳から十七歳の若者全体に調査をしたところ、若者全体の一四％はなんらかの精神的な問題を抱えており、その若者のうち四人に一

人しか専門家の治療を受けていなかったというデータがあります。多くの若者は悩んだ時に専門家にハードルを高く感じているという現状もあることが見受けられると思ひます。だからこそ早めの援助が重要です。やはり病院というものは非常に重要で、治療しない期間が長いと症状が改善しにくく、日常生活での機能回復も悪く、寛解しにくい状態が生まれていきます。精神的な不調を抱えながらも助けを求めない子どもは自殺リスクも高まっています。これは若者に限らず全世代の方々同じだと思います。死にたいと思えば思うほど周りに助けを求めることができなくなっています。だからこそ、そういう人を見つけていく、気づいていくことが非常に重要だと考えています。

そこで、身近な人を支えるために役立つと思う四つの要素をライティングでは次のように定義しました。まずは、支えたいと思っっているあなたが周りの人を助けるために自分自身の助け方を身につける「セルフヘルプ」です。自分が

どんな時に悲しいか、疲れるか、ストレスがたまるかご存知でしょうか。そして何が一番助けしてくれるのかご存知でしょうか。ライトリングではこの「セルフヘルプ」の講座の中で、支えようとする方自身が、まず、どんな時に最もイライラを感じるのか、ストレスを感じやすいタイミングや場面を書き出し、そして、そんな時に自分を助けてくれるものは何かも書き出して自分のメンタルをケアする力を共に学び高めていくことを行っています。支えている人が、自分一人で相手の悩みを抱えてしまい、助けようとした方も相手と一緒に疲れ切ってしまう例をよく拝見します。まずは支える人が自分を救ってあげ、満たしてあげて休んでもいいということを初めに伝えていきます。

二つ目に「距離感」です。これは多くの人達が近すぎて悩んでいる状態があると思っています。特に若者の場合は、ラインなどで瞬時かつ頻繁にコミュニケーションが発生しているのでとても圧迫されている状態があります。近すぎ

る関係性の中で少し依存的になっている場合は適切に離すこと、支える側は離れることを過度に心配してしまう状況があるので、離れることで相手が自分で立てるようになっていく、それをわかるようになっていく距離の離し方、また近づけない場合にどのように近づいてサポートの手を差し伸べていくか、その距離感の測り方というものを研修で行っています。

そして相談してよかったと思ってももらえるような「聴く力」です。聴くということは普段からされていると思いますが、相手にとって役立つものになるには、観点やスキルが必要になります。ライトリングでは、それを研修で体験してもらい、身近な人に相談してよかったと思ってもらえるような実践的な経験を積んでいただいております。

最後に非常に重要な点「つなげる」だと思っています。支えることは一人ではできないと私は思います。一人だけであるものではなく、専門機関や悩んでいる人の仲の良い友達や親、その人のいろん

な関係性をつなげながら大事な人を支えていくことをすると思います。ただ私も自分たちの仲間もそうですし、身近な人が悩んでいる時、自分だけでなんとかしてはと大変になっていくことが多く見受けられます。深刻すぎた悩みを受けた時に、周りの人とつながつて身近な人を支えていくという観点を持ちつつ、どのように連携や協力をしていくのか、それを共に考えていきます。また、精神科病院やクリニック、心療内科がそれぞれ何をしてくれるのかわからないという人も多いですから、専門機関が何をしてくれるところなのか、それを学ぶきっかけにもしています。

ライトリングでは次の四つの事業を展開しています。一つ目は支えることに悩む人達が支え方を相談する「聴くトモカフェ」、二つ目は「ライトリングタイム」です。恋人が自殺未遂を繰り返している、娘がひきこもりでいじめられているかもしれない等、悩んでいる方々に会うことがあります。支え手さん同士で関わり方について話し合

ったり、保護者の方に対してはお子さんと同世代の方と出会ってもらい、お子さんは本当はこう思っていますということや代弁させてもらったりしています。こうした家庭内のコミュニケーションがもっとよくなるだろうかということや若者の観点から一緒に考えていくことを「ライトリングタイム」という支え手に出会う場で行っております。三つ目は「ソーシャルサポート力養成講座」として先程の四つの視点を一日の講座で学んでもらうスキルアップの講座を展開しております。最後は「聴くトモ養成講座」です。身近な人を支えた人が「聴くトモ」ボランティアとあって、それぞれの講座を運営するスタッフになってもらうための講座を展開しています。自殺願望のあった人や友達を自死で亡くし自分はどうしたらよかったのかと悔いている人等が少しずつよくなった後にスタッフになり、今は聴くトモカフェで同じように悩んでいる人の話を聞いています。「僕も一緒にいなくなつた方がいいのではないか」といった話を聴

きながら、私もそついう時があったと共感のできる時間を持たせてもらい、一緒に葛藤しながら生きていこうみたいな感覚で活動しているところが私たちの特徴的なところかと思っています。

これまでいろいろなところで少しづつ「ライトリングタイム」や「ソーシャルサポート力養成講座」を展開させてもらいました。どこに行っても「実は死にたいです」「死にたいという人に出会うのですがどうしたらいいですか」という話を聞きます。それに対してなかなか効果のある支援を見つけれないのですが、なんとかしないともっと拡がっていくのではという危機感をすごく感じています。一方で、そこに気づける仲間

達も同様にいるということも心強く思っていて、身近な人の異変に気づく力がほしい、気づいた時にどう関わられるか勉強したい、関わっていききたいという人たちが集ってくれています。簡単に「紹介します。夜中に知人から「助けて」と度々電話がかかるようになり、対応していると翌日会社に行けな

くなって、その後胃潰瘍になり少しづつ関係性が悪化していったという方がいました。相手が出てくることを奪わない、尊重してあげる等、距離感を学ぶことによって自分が全てをすることがいいわけではない、できないことはやらなくてもいいことがある、相手ができることは尊重することが重要で、できることとできないことを区別することが相手の社会復帰、良くなっていくために重要だということとを学んだ機会がありました。

傾聴の背景にある効果や心構えというものを簡単にお伝えさせていただきました。傾聴というものを受け入れた時、次のような三つの効果が相手の方に届けられます。一つ目は、抱えているものを手放せることです。自分が何に悩んでいるのか、何にモヤモヤしているのかわからずじっとイライラしているという状態があるとあります。その抱えているものを手放せるきっかけになっていきます。二つ目は、一人では頭の中の整理が難しいのですが、話すことで自動的に自分の中で整理

ができるようになり、だんだん何に悩んでいるのか、次に何をしたらいいのか、ということが見えてくるようになっていきます。そして最後に、自分一人で抱え込まなくていい、今抱えているものを一緒に考えてくれる人がいるという感覚は、深い安心感につながる心がわかってきました。そして心構えですね、スキルよりも心構えの方がずっと重要だと私は思っています。一つ目は丸ごとわかろうとする気持ちでいることです。わかるということ、わかりきること、うことは難しいと思いますが、わかろうとしてくれる存在というものは非常に大きなものになっていきます。いろいろと聴く中で違ってくるか、わからないところが出てくるかもしれないのですが、まずは最後まで否定せずに話を受け入れてもらいたいと思います。それだけでも聞いてもらった相手は話せてよかった、一人じゃないんだという気持ちになっていきます。そして二つ目に、問題や悩みを解決するのは聴く人ではなく、あくまで話してくれる、悩みを持ってい

る人だということです。代わりに解決してあげようとする、必ず失敗するんですね。問題を解決する、悩みを乗り越えていくのは悩みを打ち明けてくれる本人で、話を聴く側はそれを応援する存在だということからぶれてはいけなと思います。あなたはきつと悩みを解決することができると伝えてあげられる存在として最後まで話を聴くことが相手にとって本当に役に立つ傾聴につながっていきま

す。そして事実だけではなく、気持ちや考えにフォーカスを置いていくということですね。死にたいと言われた時、どう反応していいのかわかりませんとよく言われます。私は死にたいというその背景に何か言えない感情がめぐっていると思っています。その背景に何が眠っているのか、言いたい本音は何なのか、つらいとか逃げたいのか、誰かと関係が難しいとか、将来が不安なのか、何かわからないけれどもその背景に何か気持ちがあるということを念頭に置きながら話を聴くことによって、相手は自分がこれに悩んでいたとい

ことに気づけるようになっていきます。

自殺対策という観点でお話をさせていただくことが度々ありますが、多くの今の自殺対策というものは、死ぬことを防ぐことに集中している側面があります。私ほもっと深いところから自殺予防というものを考えていきたいと思っています。日本財団の調査によると、若者の四人に一人が本気で自殺を考えたことがあるというデータが出てきました。それだけ多くの若者が死にたいと思ひ葛藤しながら生きている現状があります。それを救っていけるのは、やはり専門家と共に身近な友人、家族、恋人周りにいる人が生きていてもいいんだと伝えていくことが重要だと思ひています。生きていてもいいと思ひえる理由を共に見出ししていいこと、見出ししていい仲間作りをこれからも長く続けていきたいと思ひます。今日をきっかけに滋賀県の中にも、身近な人を支えたいという方、若者たちの仲間づくりを拡げていきたいと思ひています。いろいろな世代の方々とは若者の

自殺を予防していく、そんなつながり、出会いを拡げていきたいと思ひています。支援者の方や今悩んでいる方もいらっしやるかもしれません。身近な人を支えることが自分の心も満たされていくことにつながると思ひます。身近な人との関係性がよくなつていくことで、自分自身も居心地がいいような空間、居場所というものが今の生活環境の中に生まれていきます。是非皆さんも隣にいる人に耳を傾けたり、目を向けていただいて、異変にキヤッチしていただき、声を掛けるということをやチャレンジしてもらえたらと思ひます。そして支えるということにもし悩む時があったらライトリングに声を掛けていただき、サポートさせてもらえたら大変嬉しく思ひます。ご清聴ありがとうございます。



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ひますので、よろしくお願ひいたします。

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

「認知症」のこと、「歳のせい」にいませんか？

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、患者さんと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 ●成長障害 ●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 神戸市中央区磯上通 7-1-5
www.lilly.co.jp

伝言板

平成29年度 ピアカウンセラー養成講座

通年講座日程（原則第3水曜に開催）

第1回	5月17日(水)	第4回	9月20日(水)
第2回	6月21日(水)	第5回	10月18日(水)
第3回	7月19日(水)	第6回	11月15日(水)

時間…13:30～16:30

定員…10名

場所…地域生活支援センターまな 2階

参加費…当事者・ご家族 1,000円、関係機関スタッフ 2,000円

共催…認定NPO法人サタデーピア
地域生活支援センターまな

問合せ…地域生活支援センターまな

(TEL 0749-21-2192 FAX 0749-21-2193)

申込用紙はサタデーピアのホームページからダウンロード
できます。 <http://www.satade-pia.net/>



こころの会 例会

日時…平成29年6月11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(滋賀県精神障害者患者会)

蒲生郡日野町木津192(事務局代表 吉澤康雄)

TEL/FAX 0748-52-2918



滋賀県精神保健福祉協会 平成29年度 第21回 総会

日時…平成29年6月15日(木) 16:00～

場所…県立精神医療センター 1階研修室

内容

平成28年度事業・決算報告

平成29年度事業計画・予算・活動方針(案)について

総会終了後 17:30～

県障害福祉課による講演「アルコール健康障害対策基本法について」
を予定しております。

会員以外の方も参加できます。

問合せ…滋賀県精神保健福祉協会 事務局

TEL 077-567-5250

編集後記

◆2017年大相撲春場所は横綱稀勢の里の連続優勝で幕を閉じました。新横綱の優勝は貴乃花以来22年ぶりだそうです。千秋楽の2日前に左肩付近を大怪我して優勝は無理と思われていたのに、本割、決定戦を制して劇的な逆転優勝となりました。2番続けて敗れた大関照ノ富士はヒール役になってしまいかわいそうでしたが、膝の具合が相当良くなかったのでしょうか。認知症で入院しているお年寄りが、普段はもの忘れで困っておられるのに、「稀勢が勝ってよかった」と喜んでおられたので、よほど感激されたのだと思います。

◆この冬の大雪には大変困りました。1月23日から25日にかけて、彦根では積雪が54cmに及びました。精神科に入院される方は、比較的律儀な方が多く、台風の暴風雨の中でも、殆どの方が予約を守って受診されるのですが、今回ばかりはキャンセルが相次ぎました。「診療所近くまで来ているのに道路が渋滞してたり着けない」など、悲鳴に近い電話が相次ぎました。2～3日の薬の予備がある人は良かったのですが、ない人は大慌てでした。東日本大震災では、大規模な精神科医療へのアクセス遮断がございましたが、今回の大雪は規模ははるかに小さいものの、一種の天災ともいえる事態でした。

◆2017年通常国会の冒頭、総理大臣が初診表明の中で、精神保健福祉法の改正に言及したので驚きました。それほど、相模原事件の衝撃が大きかったということだと思います。2016年1月から開催されていた国の検討会では当初、医療保護入院の手続きのあり方等が中心テーマでしたが、7月に相模原市の障害者支援施設で発生した殺傷事件を機に、措置入院後の支援体制のあり方が急遽取り上げられることになりました。医療保護入院も措置入院も公的権力の行使による非自発的入院なので、その後の支援体制にも公的な責任が発生するのは当然です。事件の有無にかかわらず整備しておくべきものでした。

◆この事件の犯人についてはまだ全貌が不明な段階で、「二度と同様の事件が発生しないように」と精神保健福祉法改正を位置付けることには疑問があります。むしろ、精神科医療に犯罪防止効果を期待するような誤った認識を助長する恐れがあります。改正法では、措置入院患者に対して、保健所が中心になって退院後支援計画を作成し、支援地域協議会を開催していくこととされています。そこに居住地の市町や通院先の医療機関、その他の関係機関が加わり、地域での生活を支援していくこととなります。これが精神障害者の生活を地域で支えていく仕組みの一つとして機能していくよう期待したいと思います。

◆生活保護受給者数は、2016年9月時点で約215万人となっています。生活保護に至る前段階で自立支援を図るため、2015年4月1日から、生活困窮者自立支援法が施行されています。これまでの生活保護行政では、とすれば強引な就労支援や生保打ち切り指導が目立っていましたが、この法案では自立に向けたアセスメントやプラン作りのもと継続的な支援を行うこととされています。滋賀県では野洲市で先進的な取り組みが行われています。包括的な自立相談支援に加えて、居住確保支援、就労支援、家計再建支援、こどもの学習支援など状況に応じたメニューが準備されています。生活困窮者の中には精神障害者も多く含まれていると想定されるため、医療機関との連携も重要となってきます。生活困窮者の自立と尊厳の確保、生活困窮者支援を通じた地域づくりが求められています。

(滋賀県精神科診療所協会 上ノ山)

会員数

平成29年3月31日現在

一般会員	個人会員	123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