

法人10年目職員研修

当事者の自分史に 一人の「生活者」実感



▲3名の当事者の方のお話から学ぶ10年目職員。右奥はコーディネーター役の星さん。

公益財団法人林精神医学研究所は、各事業所でのとりくみと同時に法人としても教育委員会を設置し、各経験年数に合わせて目標を定め、職員の制度教育を行っています。今年度も多くの研修が行われましたが、ここでは2月14日と21日の

2回に分けて行われた10年目研修の報告をします。10年目研修の獲得目標は、「日常生活の中に民間連綱領がどのように位置づいているかを理解するとともに、患者の人権について考え、職場のリーダーとして具体化していく力を養う」です。

患者の人権を考えるプログラム「当事者の想いに寄り添って」では、3名の当事者の方をシンポジストにお迎えしました。はじめにそれぞれの自分史を語って

「う」です。患者の人権を考えるプログラム「当事者の想いに寄り添って」では、3名の当事者の方をシンポジストにお迎えしました。はじめにそれぞれの自分史を語って

によって自ら創造して一人の自分と同じ「生活者(人)」だということ、強く実感することができるとなりました。今後の当事者の方たちとの関わり方の大きなヒントをもらった一日になったのではないかと思います。(法人教育委員 星 昌子)



第396号 二〇一七年三月一日
発行 〒150-8501 岡山市中区浜四七二
林友の会
電話 (086) 271-1811(代)
電話 (086) 271-1957(代)
発行責任者 石田正也
紙代 50円(郵送料15円)

当事者研究

当事者研究は、患者さんが自分の病気や生きづらさについて参加者と一緒に考えるプログラムです。患者さん、ご家族、支援者、どなたでも参加できます。

日時：4月8日(土) 13時～16時
場所：林病院ひまわりホール
コーディネーター：長崎 和則 先生
参加費：100円

あなたも一緒にいかがですか?
園芸ボランティア

今回は作業はお休まして来年度の活動計画を考えます。


日時：3月9日(木) 9時半～10時半
場所：友の会事務局



当事者交流会
ゆとりの会

病気、人間関係、将来のこと 当事者同士で交流しています。お気軽にどうぞ。


日時：3月5日(日) 10時～11時半
場所：友の会事務局
参加費：100円 (お茶菓子代)
*時間や場所が変わっています。



花見交流会

恒例の花見交流会を今年も行います。どなたでも参加できます。ぜひご予約ください。詳細は4月号でお知らせします。

日時：4月15日(土) 昼
場所：旭川河川敷



自立に向けた交流会
親あるうちの自立をめざして

みんなねっとフォーラムに参加された方の報告を聞き参加者で交流します。当事者、ご家族、支援者どなたでもどうぞ。

日時：3月11日(土) 10時～12時
場所：林病院ひまわりホール
参加費：100円(お茶菓子代)

障害者の人権を考える学習講座
障害者差別解消法を 私たちのものにするために


障害者が人間として尊重され障害のない人と同等に生きていくことを求めて、障害者差別解消法の内容をわかりやすくお話しいただき考えます。

日時：3月5日(日) 13時半～16時半
場所：林病院ひまわりホール
講演：「障害者差別解消法の概要」
講師：川島 聡 先生
(岡山理科大学総合情報学部情報学科准教授)
参加費：500円 (障害者無料)
主催：岡山肢体障害者の会
連絡先：吉田裕美 090-8246-4140
後援：林友の会

2017年度林友の会定期総会

来年度の定期総会を以下の日程で行います。詳細は決まり次第お知らせします。

日時：6月10日(土) 午後
場所：林病院ひまわりホール



家族交流会
あじさいの会

心の病気をもつ方のご家族なら利用している医療機関を問わずどなたでも参加していただけます。初めての方もお気軽にどうぞ。

日時：3月13日(月) 14時～16時
場所：林病院喫茶ローザ
参加費：100円 (お茶菓子代)

こだま

- 536万人。ギャンブル依存症患者の推定数だ。成人人口の4.8%、20人に1人弱にあたる。カジノで有名なマカオ1.8%、シンガポール2.1%と比べても日本の有病率は突出している。
- ギャンブル依存症は、意志の弱さや性格の未熟さなどが原因で罹患するわけではない。ギャンブルをする脳内でドーパミンが増加し興奮する。繰り返すと脳自体が変化してしまい、簡単に元に戻らない。治療は自助グループに参加すること。一生つき合わなければならぬ病気がだ。
- 競馬は農林水産省、競輪は経済産業省、競艇は国土交通省、宝くじは総務省、スポーツ振興くじは文部科学省、パチンコは警察庁と公安委員会の管轄。パチンコやスロットなど世界の電子ゲーム機数の6割にあたる459万台が日本にある。官民挙げてギャンブルを推進するギャンブル依存症国家だ。カジノなど特定の地域でなく、どの街にもパチンコ店がある国は日本だけ。アクセスの良さが依存症を生み出す。
- しかし政府は対策をとるどころか、刑法が禁じるカジノを解禁するIR(統合型リゾート)法を昨春秋の臨時国会で強行採決・成立させた。精神科医療に携わる者として新たな患者を生み出す政策を社会問題化していきたい。(Y・I)

岡山市 国保料10年連続すえ置きへ

2万筆超える署名が力に

2017年度の岡山市の国民健康保険料すえ置きが決まりました。2月10日に開かれた国保運営協議会に岡山市から国保料をすえ置く案が示され、協議会はこれを承認しました。

林財団も参加する岡山市社会保障推進協議会(市社保協)は、すえ置きを求め署名2万1千筆を提出し市民の声を届けていました。岡山市の国保料すえ置きは10年連続です。

一方、2018年度から国保の単位が市から県に変わることに伴って、国保運営協議会では新たな保険料を2018年1月頃に示すとするスケジュールが出されました。県単位化されると国保料値上げの危険があり、ひきつづき運動していくことが重要です。

(日本共産党岡山市議団 速報ニュースより)

地域生活 サポーター 訪問 うさぎカフェ

お子さんの発達に不安を感じておられる保護者の居場所

住宅地の一面にあるごく普通の民家。一歩足を踏み入れると、子どもを遊ばせながらおしゃべりするお母さんなど数組のお客さんにぎやかです。スーツ姿の行政職、支援者も見学に訪れます。トーストを中心にした軽食・カフェメニューも充実しています。



▲民家を活用した子ども連れでもくつろげるカフェです。

運営するのは「NPO法人ペアレント・サポーターズつぷ」。理事長の安藤希代子さんは長年「倉敷市障害児学級親の会」で活動してこられました。親の会は規模が大きく活動は行政交渉などが主でした。親同士

「うさぎカフェ」では、発達に不安を抱えた子どもとお母さんが一緒にくつろぎ、親同士が子育ての悩みを交流できます。スタッフも先輩保護者。自分の体験から子育て真っ最中の親の相談に乗っています。

「すてつぷ」が発行した「倉敷子育てハンドブックひとりじゃないよ」も好評です。福祉サービスの利用方法、就学先の選び方、お

すすめの病院やお店など、保護者の視点で保護者に役立つ情報を掲載しています。またスタッフが学校や園に出向く「出前茶話会」(出張相談会)も行っています。

うさぎカフェ
倉敷市粒浦217-2
TEL 080-1924-3496 安藤
http://parent-support-step.jindo.com/
OPEN:
毎週(火)(木)10時~15時
*HPでご確認ください
個別相談は13時~要予約
利用料・無料(飲食は有料)
対象者:障害児の保護者
および関係者

2月4~5日、全日本民医連共同組織委員長会議が東京で行われました。貧困と格差が拡大する中、無差別・平等の地域包括ケアを共同組織とともに進めることを目的に、記念講演、パネルディスカッション、分散会が行われました。

記念講演は竹内章郎先生(岐阜大学地域科学部教授)による「現代における優生思想の克服と共生」。

①「善さの希求が悪さの排除と一体」
病氣・「障害」の治療・軽減や能力形成を徹底していけば(善さの希求)、「障害」の排除志向のうちに介

の悩みを交流する場が必要と感じ、5年程前に保護者による保護者支援の会「すてつぷ」を立ち上げました。そして、保護者の居場所をつくろうと「うさぎカフェ」を始めました。

現在、岡山県民医連主催の平和ゼミナールに4期生として参加させてもらっています。ゼミは7月から毎

後、植民地時代の歴史が今の沖縄をつくっていることを肌で感じてきました。ゼミとは別に日本平和委員会の3・1ピキニデーにも参加します。去年のピキニデーで日本平和委員会に加入し今年で1年。平和委員会には、今私が学習会や宣伝活動などに参加する主な場になっています。

多くの方と出合い活動に誘ってくださる仲間がいること、理解し支援して下さる財団に所属させていただいていることが、現在の私の平和活動の支えとなっています。と思っています。

(岡山ひだまりの里病院 介護福祉士 溝手小巻)

生きる能力(=根源的な能力)も他者からの働きかけによって発揮される。たまたま能力を補う社会的生産物(ex.めがねなど)やケアの在り方などが無いに障害となる。

②についてはこれまでも考えてきたことでしたが改めて認識となりました。①の、つきつめるとそもそも矛盾を抱えているという指摘にはハッとさせられ非常に考えが整理されたような気がしました。③は新たな視点でした。難しい内容でしたが、民医連のいう「無差別・平等」とはどういうことかを掘り下げて考える機会になったと思います。

会議全体を通して、林友の会の活動がまだまだ患者家族中心で地域に目が向いていないことを痛感させら

無差別・平等の地域包括ケアを
全日本民医連共同組織委員長会議

幹事会報告
★第5回幹事会(1月30日) 学習 林友の会40年の歴史 1. 共同組織拡大強化月間 振り返り けやき通りメンタルクリニックでの呼びかけについて財団と協議するべきではないかと意見が出された。 2. 新春交流会振り返り 過去最高の参加者で成功した。さらに参加の層を広げるため、位置づけや開催目的を再確認する必要がある。

3. 当事者研究 来年度も継続するため体制強化をめざす。2月に福山市で行われる「べてる講演会」への参加者を募る。 4. 自立に向けた交流会 3月の交流会でみんなねつとフォーラムの報告をする。フォーラムへの参加者を募る。 5. 総会に向けたスケジュール 総会や議案討議の日程を討議した。 6. その他 4月に行う当事者研究と花見交流会の日程を確認した。3月の障害者の人権を考える学習講座の後援を確認した。賛助団体依頼について討議し規準を確立するため継続議題とした。

憲法9条、
いまこそ守るとき

国民の声を無視した安保関連法の強行採決。廃止めざしてひきつづき想いを共有しましょう。

NPTをきっかけに
平和活動に参加
2015年NPT再検討会議の岡山代表の一員として林財団から送り出された。ただ、核廃絶運動を始めたのがきっかけで平和活動に参加するようになりました。

現在、岡山県民医連主催の平和ゼミナールに4期生として参加させてもらっています。ゼミは7月から毎

月1回、憲法や人権、沖縄戦や米軍基地問題などをテーマに学習してきました。1月のフィールドワークでは沖縄に行き、戦跡や米軍基地など見学しました。今まで抱いていた「観光地」という視点からではなく全別の視点から見ると「戦場の沖繩」は2泊3日ではとても見切れない、どこへ行っても戦争の爪痕が残っている地でした。戦中から戦

後、植民地時代の歴史が今の沖縄をつくっていることを肌で感じてきました。ゼミとは別に日本平和委員会の3・1ピキニデーにも参加します。去年のピキニデーで日本平和委員会に加入し今年で1年。平和委員会には、今私が学習会や宣伝活動などに参加する主な場になっています。

多くの方と出合い活動に誘ってくださる仲間がいること、理解し支援して下さる財団に所属させていただいていることが、現在の私の平和活動の支えとなっています。と思っています。

(岡山ひだまりの里病院 介護福祉士 溝手小巻)

家族教室

アルコール依存症患者のご家族の心と身体の回復のために

林病院北2病棟



当院の北2病棟では、アルコール依存症患者ご本人だけでなく、家族の方のケアも重要だと考えており、治療の一環としてご家族向けプログラム(家族教室)を行っています。

アルコール依存症のご家族は、悩み、傷つき、疲れ、いらぬ、その体験を客観視することが困難です。家族教室では、病気に関する正しい知識と回復過程や対処の方法について講義やDVD学習を行います。また、同じ立場にあるご家族同士、今まで抱え込んできたつらい思いや苦しみを語り合うことを通して、孤立感を癒し本来の自分を取り戻していただくことを目的としています。安全な場で自分のことを自分の言葉で安心して語ることを通して、心の



重荷を整理し降ろせるようになり。回復者のご家族も参加されており、同じような苦労をしてきた仲間と出会うことで、共感の中から希望や自信が得られます。

当院の受診につながっていない方でも参加いただけます。毎月開催していますので、一人で悩まず気軽に参加してみてください。

(北2病棟 家族教室)
第1金曜 18時半~19時半
第3水曜 12時~14時
北病棟3階
お問い合わせ
林病院北2病棟
真柄弘美
(北2病棟棟師長)

お知り合いの医学生を紹介してください!

林病院では医学生対象の奨学金制度があります。お知り合いに医学生、医学部志望の高校生がいらっしゃいましたらご紹介下さい。

連絡先：林病院医局事務課 本田まで(086-272-8811)

奨学生募集!



けやき通りメンタルクリニックでは、名定員のデイケアを行っています。

今日のけやきデイケアのプログラムは風揚げです。百間川の土手まで皆で歩いて行きました。いい風が吹いたら風を思いきって放ち風糸を引いたりのぼしたりして上空を目指します。風はネットで調べて作ったメ

やりたい気持ちを後押し

けやきデイケアの一日を紹介します!

けやきデイケア



▲青空に舞い上がる風に気持ちもスッキリ。

ンバーオリジナルの作品ですが、出来栄もよく勢いよく風に乗っていきます。そして風向きにあわせ走り、童心に戻ったような笑顔でお互いの風を励まし競いながら何度も挑戦していました。曇りのち晴れの青空の下、寒さも吹き飛ばすいい運動になり、気持ちもすっきりです。

さて、この日の午前中には「かたつむりの散歩道」というグループが「自分を助けてくれるネットワーク」についてグループワークを行いました。「一人じゃない」「みんなの力をかりてもいいんだ」と参加したメンバーは感想を話していました。

けやき通りメンタルクリニック
看護師 山口 美幸

おくすり は つばさ薬局に ご相談ください

どちらの処方箋もお受けいたします

営業時間
月水~金 9:00~17:30
火 9:00~17:00
土 9:00~13:00

EPARK処方、はじめました!
いつでもどこでもスマホで簡単受付!
(スマホのみ対応)

受付はここから

〒703-8256岡山市中区浜621-1
TEL 086-272-2710
FAX 086-272-2713
E-mail tsubasadrug@giga.ocn.ne.jp

第6回「家族介護教室」
「フィーリングエクササイズ」

日時：3月16日(木) 10:00~12:00
場所：林病院 ひまわりホール
講師：作業療法士 森本 純史郎 氏 他1名
お問い合わせ先：みさお山在宅介護支援センター
086-272-8811(岡野)

美味しいお酒、飲めてますか?
今の飲み方で不安の方、お気軽にご相談ください。

アルコール依存症の特徴・症状チェック

- お酒を飲む機会が多い(週4回以上)
- 医師からお酒を控えるように言われたことがある
- お酒を止めようと思うのになかなか止められない
- お酒を飲まないと言付けないことが多い
- 最近、気分が落ち込んだり、イライラすることが増えた
- 約束を忘れたり、仕事でうっかりミスをした
- 最近、二日酔いになることが多くなった

SNAPPY-CAT <https://www.udo.jp/snappy-test/>
飲酒チェックツールで、お酒のことを知りましょう!
スマートフォンで簡単に、飲酒量チェックが出来ます!!

アルコール依存症 相談窓口

ご家族だけでも相談に乗っています

林道徳精神科神経科病院【地域連携室】
Tel.086-272-8811
※受付時間【月曜日~金曜日】8:30~17:00
【土曜日】8:30~12:00

困っている状況をお聞かせ下さい。
一層に解決に向けて、相談日や受診日の予約をお取りします。

お休処

カワハギ20匹!

毎年牡蠣の出始める前、家族で釣りに出かけることを楽しみにしています。目当てはカワハギです。日生に行き牡蠣棚の上で釣りを始めます。エサは青虫。小学生の3人の子どもたちは棚から落ちそうになりながらエサを付けるのに四苦八苦、ようやく付けて垂らして

何度も悔しい思いをしながらも、その日の釣果は20匹!夕食はカワハギのフルコースを頂きました。カワハギはキッチンばさみで簡単に調理ができます。まずは口をハサミで切ってその名のとおり皮を剥ぎ、肝をつぶさないよ

うに取り出し刺身にします。肝は醤油やポン酢につけるととても美味で、つついとお酒も進んでしまいます。カワハギは釣って楽しい、食べやすいお魚です。

瀬戸内海は穏やかで1年中釣りを楽しむことができます。今は鯛が脂がのってきておいしい時期です。四季に合わせて旬の魚を釣っておいしく頂くことが私の幸せのひとつです。

(岡山ひだまりの里病院 2階病棟主任 藤井 ちひろ)



●林財団の活動交流集会で質問されている原先生の写真をお元気で活躍されている姿にたいへん嬉しく思いました。(ゲジさん)

●87名の参加で財団活動交流集会の様子、若々しく活気に満ちていますね。(大島 元)

●写真もたくさんあり、毎号楽しく読んでいます。(黒田 恵美)

●林病院のデイケアは元旦も開所されていて心強いです。ビックリしました。デイケアや病院は長期連休時や日・祝は休みのイメージが強く、また私が休みの日や夜間に症状が出ることも少なくないので、なおさらそういう日に対応していただけることはとてもありがたいです。(Y.O)

●娘は就労が難しく長期療養しています。障害認定は現在3級です。年金額とも関係します。病状は少しずつ進んでいきます。認定審査の基準などがわかるとうれしそうです。または手続きや必要な準備について記事に書いてくださいますか。よろしく願います。(吉倉 外喜子)

●これだけ多彩な取り組みをしている友の会はないと

思います。「チャンネル」の多さはとても素晴らしいことだと思つてます。(鷺尾 裕)

●私は統合失調症を抱えており、現在入院をしています。私にとって林病院はとても環境が良く、スタッフの方々とても親身になってくれて大変良い所だと思います。日常から離れ自分自身を見直す機会が与えられたことに感謝しています。(A.N)

●楽しみに読ませて頂きました。新春交流会の記事を読んで来年はぜひ参加したいと思いました。(藤本 千里)

●松本さん、榎本さん、表彰おめでとうございました。(田畑 賢司)

●断酒をして早4年になります。体調も良好で、これからもガンバって一日断酒で行こうと心に決めていきます!(ピピ太郎)

●各項目に分かれた内容がよくわかるように書かれていて良いと思った。(原野 潤)

●心のひろばを通じて、いろいろな障がいや困難をかかえている人たちがそして家族の方々に寄り添って、様々な活動を行っていることがよくわかります。(榎屋 祐司)

お知らせ

3・11への折り

追悼と脱原発のつどい 日時:3月12日(日)

@石山公園

10時~トーク&ライブ

11時~ウォーク(岡山駅へ)

@岡山パブテレスト教会

13時~講演会 古賀茂明さん

14時半~追悼会

15時~トーク&ライブ

16時半 終了

主催:3・11への折り

おかやま実行委員会

TEL:090-9469-9266 中原

岡山けんせいれん

第4回学習交流会

生きていること、学ぶこと WRAP

「リカバリーに大切なこと」

日時:3月18日(土)

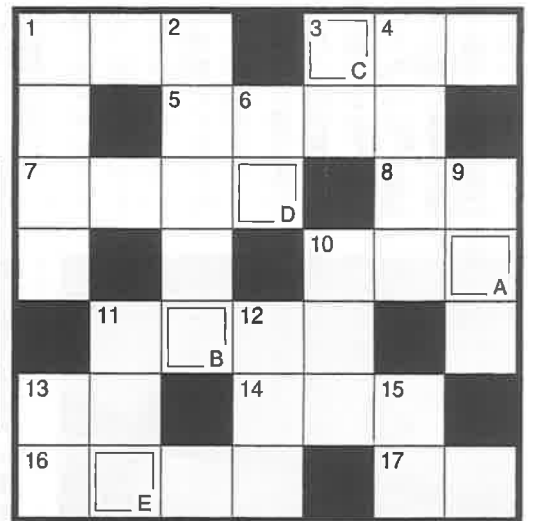
10時~11時半

場所:きらめきプラザ7階

参加費:1000円

*二重ワックに入った文字を並べてできる言葉は何でしょうか。

クロスワードパズル



タテのカギ

- ①手や汗や涙をふく、正方形の布
②レストランやホテルを格付け
③エリ、ソデ口につけるフワフワの毛
④ペンキや絵の具、油性や水性
⑤〇〇働、〇〇災、〇〇金
⑥ツイストができるヘビ?
⑦「料理人」を英語で
⑧パレットに出して使います
⑨耳や鼻に穴をあける装飾品
⑩兄弟姉妹の息子
⑪入国許可証

ヨコのカギ

- ①カニやエビの手はこれ
③ピンを英語で
⑤木を食べる昆虫、といえば?
⑦カツオやマグロは〇〇〇魚
⑧タタテ
⑩車の運転席のうしろは「〇〇〇座席」
⑪Hの数が多いほど薄く、Bの数が多いほど濃い筆記具
⑬あなたが落としたのは金の〇〇? 銀の〇〇?
⑭眠くなったり、飽きたりすると出る
⑯アルゼンチンとブラジルをまたぐ巨大瀑布「〇〇〇〇の滝」
⑰ソバを盛る竹製の容器

クロスワードを解き、二重ワックに入った文字を並べてできる言葉を八ガキカメールでお送りください。住所、氏名、紙面や友の会活動に対するご意見・ご感想をお書きください。お名前掲載ができない方はペンネームか匿名希望とご記入ください。抽選で5名の方に図書カードを差し上げます。応募締切:3月15日

宛先:〒703-8520 岡山市中区浜472 林友の会「心のひろば」編集部 hamawww@po.harenet.ne.jp

第395号の答

タ タ タ タ メ ン

パズル当選おめでとう

- ◆藤井美枝子 ◆子育てなんでも
◆山口 由嘉 相談ネットワーク
◆黒田 恵美 水曜相談員
◆鷺尾 裕 (敬称略)

けやき通りメンタルクリニック外来診療表 (2017.3.1~)
午前診療時間 9:00~12:30(受付時間 8:30~12:00) 午後診療時間 14:00~17:00(受付時間14:00~16:30)
TEL 086-272-8570
http://www.hayashi-dorin.or.jp/

林病院 外来診療表
●入院のご相談は 代表(086)272-8811
●重度認知症患者デイケア (月)~(土) 9:30~15:30
●歯科(予約制)(月)~(金) AM9:00~12:00 PM13:00~17:00

認知症専門病院 岡山ひだまりの里病院 外来診療表
月 本田
火 本田
水 藤田
木 藤田
金 藤田
電話で予約してご来院下さい ☎(086)267-2011
重度認知症患者デイケア (月)~(土) 9:30~15:30

電話相談
電話:086-272-2957(林友の会)
平日8:30~17:00
生活相談・法律相談・家族相談
各相談は、林友の会事務局員が事前にお話を伺い、相談者へお取次ぎします。
相談者 森脇ひさき(県議) 石田 正也(弁護士) 氏平みほ子(県議) 則武 透(弁護士) 林 潤(市議) 家族会役員