

ありのままの自分でいい ～発達障害の世界を知る～

心のひろば

第409号 二〇一八年四月一日
発行 行于 岡山市中区浜四七二
林友の会
電話 〇八五二七二八八一(代)
〇八五二七二九五七(代)
発行責任者 石田正也
紙代 一部50円(郵送料15円)



▲画像と共に日常生活を具体的に話していただきました

3月17日、「発達障害を知ろう」をテーマに市民公開講座を開催しました。当日は、林財団職員を含めて90人の参加があり、発達障害への関心の高さを感じました。

講師の笹森理絵先生は、発達障害の当事者として、また発達障害を持つ子供さんの保護者として、さらに支援者として3つの立場から話をしてくださいました。発達障害の診断名や分類にこだわらず、日常生活で困難を感じる場面と対処方法について具体的に知ることができました。当事者の困り感や気持ちを理解するためには、どのよう感じたのかをきちんとご本人に確認をして尊重すること、そのやり取りの中で、「ありのままの自分でいいのだ」という成功体験を積み重ねていくことが大切だと学びました。また、発達障害という診断を受けることのメリットとデメリットについての話がと



▲熱心に聞き入る参加者

ても印象的でした。診断を受けることで、「何もできない」「これ以上成長しない」と決めつけて諦めてしま

うと自尊心が低下してしまう。「どんな工夫をしたらできるのか」と考えることで自分の今後の生き方を肯定的に考えていくことができることを強調されていました。

講演の中で先生は何度も、「自尊心の低下が一番の問題」と話され、成功体験をどれだけ本人が実感できるかが大切だと話されていました。また私たち支援者には、「説得ではなく、当事者が納得して安心できる声掛けをしてほしい」とメッセージを送ってくださいました。先生の前向きな講演に勇気づけられた2時間でした。

花見交流会

日時：4月14日(土) 11時～13時
場所：旭川河川敷
蓬萊橋下・焼肉ダルマ前現地集合
参加費：会員 当事者 500円
当事者以外 1,000円
非会員 2,000円
参加申し込み締め切り 4月12日(木)

・雨天中止です
・参加費は当日集金します
・アルコール類は用意しません
・当日9時半から林病院での準備を手伝ってくださる方も募集しています

2018年度定期総会

日時：5月19日(土) 13時半～16時半
場所：林病院ひまわりホール
第1部：定期総会13時半～
第2部：記念講演15時～
永松孝志先生
(平和会 きたまちクリニック所長)

当事者交流会 ゆとりの会

病気、人間関係、将来のことなど当事者同士で交流しています。お気軽にどうぞ。
日時：4月20日(金)15時～16時半
場所：林友の会事務所
参加費：100円 (お茶菓子代)

家族交流会 あじさいの会

心の病気をもつ方のご家族であれば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：4月19日(木)14時半～16時半
場所：林友の会事務所
参加費：100円 (お茶菓子代)

▼核兵器のない世界を。世界はいま大きく動いています。「核兵器禁止条約を批准する政府を」の声を憲法9条守れの声とともに大きくし、非核3原則を守る政治を実現させましょう。

▼このことを契機に全国で「非核自治体宣言」運動が取り組まれ、2010年9月現在全1787自治体の84%、1504自治体が宣言し、宣言に沿った反核・平和行政が行われています。

▼核兵器はいらない「核兵器をなくせ」「原発でなく自然エネルギー」は今や国民的共通認識です。この国民の声と真逆の政治を進めてきたのが自民党政権です。

こだま

浅田訴訟で勝訴判決

支援者と共に喜びの声

65歳を境に、障害者自立支援法に基づく無償の訪問介護が打ち切られ、介護保険の利用で自己負担が生じたのは不当だとして、重度障害者の浅田達雄さんが岡山市に決定取り消しなどを求めた訴訟で、3月14日、



▲裁判開始前に100人余りで入廷デモ

たのは不当だとして、重度障害者の浅田達雄さんが岡山市に決定取り消しなどを求めた訴訟で、3月14日、

岡山地裁は浅田さんの主張をほぼ認め、市に決定取り消しと慰謝料などの支払いを命じる判決を言い渡しました。2013年に岡山市を訴えてから4年半。「生きる権利が保障された」と浅田さんは語り喜びをかみしめました。原告弁護団の呉裕麻団長は、「裁判所が浅田さんの声に耳を傾けてくれた。全国的にも意義のある判決だ」と評価しました。今回の判決は、介護保険優先の原則に苦しめられていた全国の多くの障害者を励ますものです。しかし、岡山市はこの判決を不服として、高等裁判所に控訴しました。引き続き、大きな支援が求められます。(事務局 真田昌子)



Q: 子どもが夫(父親)になつきません。どうしたらいいでしょうか。

A: 1人っ子で小学校低学年の女の子を持つお母さんからの御尋ねです。お父さんは、きつと仕事で、お子さんの時間がなかなか取れない状況なのでしょうね。お母さんは、お

子さんとの間で、なんとかその溝を少しでも埋めてやりたいという想いで、相談くださったのだと思います。お父さんとお母さんが、仲良しだという裏返しのお尋ねのように思えます。結論的に言えば、このままで見守ってあげたい気がします。以前は、小学校高学年か中学校に入ったころから、父親を毛嫌いする傾向が見られましたが、いまは、情報過多、栄養過多もあり、もっと早熟していることが考えられます。とにかく、お父さんとお母さんが、本心に仲良くしていること(ケンカをすることでも大事です)が、お子さんにとって一番安心できる状態です。ひよつとして、お

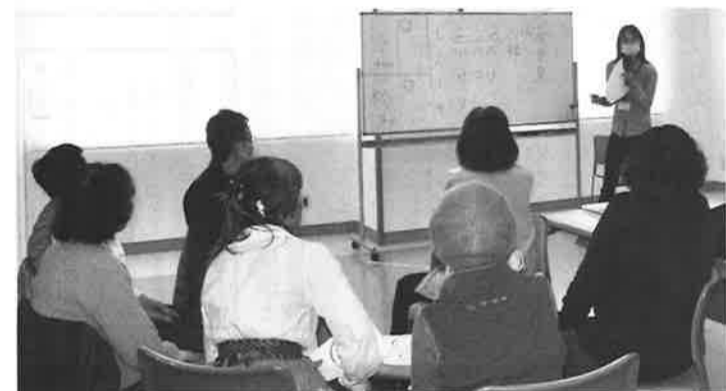
父さんとお母さんの気持ちのすれ違いを感じ取って、お尋ねのような行動をとっていることも、考えられなくはありません。もし、そのような心当たりがあれば、気を付けてねという子どもからのメッセージと受け取ってほしいのです。父親と娘の間を、仲良しの関係にするには、お互いが、聞いてほしいことや聞きたいことをたくさん持っていることが、一番の解決策になります。以下、参考にすることがあります。①父親と母親が仲良く話している間に、娘を入れて、楽しいひと時を作る。②母親が手を離せないとき、父親に、娘を見てもらう

時間を作ってもらおう。③父親が、娘の話をもっと聞きたいと思うように、ここから先は、本人に聞いて、母親が仕向ける。④娘が、父親の話を書きたくなくなるように、ここから先は、お父さんに聞いてみて、母親が仕向ける。⑤お父さん自身が、娘の友達関係や、先生との関係を、しっかり聞いて、どんな環境の中で喜怒哀楽を感じているのかを知りたがり屋になる。(相談員 石井信行) ※ご相談をおよせください 学習支援・電話相談の子育て教育・なんでも相談 ネットワーク 月々金10時〜16時 Tel 086-2260110

心も身体もリラックス 認知症カフェ

今年度最後となる、第6回家族介護教室を3月15日に林病院ひまわりホールで開催しました。従来は講師を招き、講義形式で開催をしていましたが、最後となる今回は交流形式を取り入れた「認知症カフェ」を開催。認知症に興味のある方を中心に、12

名の参加がありました。今回は殆どの方が初参加で、開始直後は皆さん硬い表情でしたが、最初にユニークな自己紹介方法(自分のニックネーム、出身地、出身地の有名な物を記入した名札を作成)で皆さんが笑顔となったところで、飲み物とお菓子を手元に置き、カフェの開始です。その後、2チームに分かれ田中OTによる流行に沿った3拓クイズを開始すると、皆さん次第に真剣な表情へと変わります。クイズ後は、全員で簡単なストレッチを行い、心身共にリラックスの表情。後半は認知症に限らず、様々な話題を語り合いましたが、やはり中心となる話



▲クイズでリラックス

題は、自分が認知症になるのか不安。認知症予防の方法は、等、皆さんが日常感でている悩みが多く聞かれ、終了時間が過ぎても語り合い、意見交換する場面が続きました。帰り際は、次回はいつ参加しますか。次も参加したい」とスタッフに声を掛け、満足気な表情で会場を後にする方も。色々な表情を垣間見る2時間でした。なお、来年度も家族介護教室を開催(全6回)します。詳細につきましては、決まり次第お知らせします。来年度も皆さまのご参加をお待ちしています。(介護福祉士 力石勝輝)

「共に」から皆と生き抜くへ みんなねっとフォーラム

3月2日、東京の帝京平成大学沖永記念ホールで、「みんなねっとフォーラム」が開催されました。午前は精神科医の長野敏宏先生(公益財団法人正光会御荘診療所所長)の「地域の中で共に暮らす愛南町の取り組み」と題しての講演がありました。地域づくりでは、地域に住み、地域を知り、地域に足りない資源を創る。精神障害者を支える活動から、皆と生き抜くための実践へと転換し、平成17年、愛媛県愛南町に特定非営利活動

法人ハートinハートなんぐん市場を仲間と共に立ち上げ、温泉経営、農業、水産業などに取り組み、地域振興、就労支援活動を通じて地域に貢献し、地域活性化につながる産業を興してきました。平成8年、病床149床と外来から出発し、まずは「訪問看護」として地域へ出ていきました。平成28年、病床閉鎖、訪問往診を含めた24時間365日体制へ、目指すは地域一体型病院です。とても精力的で、地域の中に溶け込み、10年、20年かけて体制を整

えてきたことに感銘を受けました。午後は、支援者、当事者、家族が参加してのシンポジウムがありました。当事者の方が、ディケアや心理教育、当事者研究に出会い自立していく姿に感動しました。(事務局 真田昌子)



▲長野先生の講演



精神保健医療福祉の改善を求める国会請願署名

心のひろば3月号と同封させていただいた「精神保健医療福祉の改善を求める国会請願署名」へのご協力ありがとうございます。3月末時点で200通以上の返信をいただいています。この署名は、引き続き5月末まで集めていますので、まだお手元に署名用紙が残っていましたら、返信用封筒で林友の会事務局までお送りください。よろしくおねがいします。また、4月にこの署名の街頭宣伝行動をおこないます。どなたでもご参加ください。

日時：4月21日(土) 14時～15時
場所：岡山表町商店街天満屋付近
現在の署名集約数 966筆

●精神保健医療福祉の改善が前に進むことを祈ります。フアイト！(渡辺浩美)

●私は現在精神障害年金の手続きをしているが資格を保持しているからといって道理に合った仕事をしてくれないとは限らないと痛感しました。そして林友の会の信託制度の講座に出席しましたが後見人を誰にするか人選する事はむずかしいと思いました。(S・Y)

●いつも楽しく読ませて戴いております。3月号は「9条改憲NO!」の記事が掲載されており、特にこたまは好感をもって読みました。私は、地域に「9条を守る会」を結成以来、事務局長を12年続けてきましたが、ようやく若手に引き継ぐことができました。平和でなければ、老人も病人も守ることは出来ません。(斉藤)

●東京で行われた「メンタルヘルスの集い」に参加しました。呉秀三先生の百周年を記念して「精神医療のこれまでとこれから」というテーマで熱い討論が交わされ、私も久しぶりにハイレベルな内容を聞き心の元気を貰いました。コーディネートターの藤井先生が「今日が変われば明日が変わる」と結ばれました。蛇足ですが、富士山がきれいに見えました。(中山芳樹)

●朝のNHKの連ドラ「わろてんか」を楽しみにしています。今の時代背景は戦争に入り、軍の命令で上海にいる兵隊さんを笑わせに行きます。明日の命はわからない兵隊さんが大声で笑い、泣きます。家族を思いながら亡くなっていかけた方のことを思い胸が痛みます。(赤嶺千春)

●世の中、新酒祭・きき酒祭！調子に乗りすぎると何年後は「院内断酒会」気をつけにやえんぞな。物覚えが悪くなった。そのかわり物忘れが良くなった。バランスとれとんかなあ？(S・M)

●やっと寒さも和らぎ春らしくなってきました。昨年からの挑戦しているシャインマスカットも元気に冬を越すことができました。今年も美味しいぶどうづくりの挑戦です。(山崎晶弘)

●普段、車で通過する道もサンポで通るとまったく違った景色となります。また、朝と夕そして昼間など時間も違えば、その見え方も違って来ます。おもしろいものです。(榎屋祐司)

告知せ
集団的自衛権の行使に
反対する中区行動
第35回ミニ集会&デモ行進
日時 4月19日(木)
18時～ミニ集会
18時5分～デモ行進
場所 林病院駐車場集合

クロスワードを解き、二重枠に入った文字を並べてできる言葉をハガキか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。お名前の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：4月21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408号の答 サンポミチ

パズル当選おめでとう

- ◆三宅 克己 ◆S・M
- ◆K・N
- ◆山崎 晶弘 (敬称略)
- ◆渡辺 浩美

タテのカギ

- ①二輪車。「マウンテン○○○」
- ②新一年生の背中に
- ③○○を食らわば血まで
- ④指先のうず巻き
- ⑤人の性質や品格。「彼は○○○○がいいね」
- ⑥投手のステージ
- ⑦フランス語の「イエス」
- ⑧種も仕掛けありません
- ⑨地図上で寺院を表す記号
- ⑩パニーもラビットも
- ⑪縁もゆかりもない。「○○の他人」
- ⑫ココナツの木

ヨコのカギ

- ①愛をテーマにしたゆっくりした曲
- ④「公費」の反対
- ⑥バッターのふところ○○コースをつく
- ⑦ふなっしーは船橋、くまもんは？
- ⑨4WDは四輪○○○
- ⑩アムステルダムや小樽が有名な水路
- ⑫ビックリ。「○○○○の霹靂」
- ⑭正解につける
- ⑮中学生は生徒、小学生なら？
- ⑯恥ずかしいと入りたくなる
- ⑰もとの○○におさまる
- ⑱怒った妻が帰る場所
- ⑳人をだますプロ

*二重枠に入った文字を並べてできる言葉は何でしょうか？

A
B
C
D
E

クロスワードパズル

1	2		3		4	5
6			7	8		
9		10		11		
	12		13			
14			15		16	
		17			18	19
20					21	

林病院 けやき外来診療表 (2018.4.1~)

	月	火	水	木	金	土*
午前	1診	北山	吉井	吉井	原	吉井
	2診	高坂	川崎	田中 11日より		高坂
	3診	尾原	前田	前田	林	林
	4診		町野			清光
午後	1診	岡崎	休診	尾原	原	岡崎
	2診	廣中*			北山	北山

*土曜日の医師体制は、隔週毎になります。 *廣中医師は、第1・第3・第5月曜のみになります。
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)

※初診の方は、あらかじめ電話でご予約ください。

TEL086-272-8570(けやき外来直通) TEL086-272-8811(林病院代表) <http://www.hayashi-dorin.or.jp/>

入院のご相談は

代表(086)272-8811
へお電話ください。
入院担当看護師へおつなぎ
します。

夜間・休日も対応しております

デイケア(月)~(土)
9:00~15:00

ナイトケア(月)~(土)
16:00~20:00

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

9:00~12:30
電話で予約して
ご来院下さい
☎(086)267-2011
認知症デイケア
(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