

QSK にぬふあぶし

No.335

ね
子の方向の星(北極星)



新年のごあいさつ

沖福連会長 山田 圭吾

明けましておめでとうございます。

2024年は元日早々に発生した能登半島地震により多くの方が被災され、また命が奪われました。沖福連の上部団体である全国精神保健福祉会連合会(みんなねっと)でも、年間を通して支援に取り組み義援金を届けることができました。ご協力いただいた皆様に御礼申し上げます。復興にはまだまだ人手も経費も必要とされています。引き続きご協力をお願いいたします。

さて、12月は毎年クリスマスがありますが、皆様どのように迎えておられるでしょうか。以前、あるキリスト教会の牧師さんから聞いた話です。高齢女性が教会を訪れ、礼拝堂にあるクリスマスツリーを見て、「教会でもクリスマスをするんですか?!」と驚いていたそうです。

その牧師さんは、「日本では、ケーキだプレゼントだと浮かれて大騒ぎをしているが、本来のキリスト教で言うクリスマスとはかなりかけ離れた捉え方をされている」と嘆いておられました。しかしまた「クリスマスの意味を伝える努力が足りないのではないかと思わされた」ともお話しされました。

ところで、沖縄のキリスト教会各派が集まり毎年「県民クリスマス」を開催しておられ、そこで集まった献金を県内各地で様々な活動をしている団体に寄付をしています。今回はうるま市にある「地域活動支援センターゆい」のためにと声がかかり、運営母体の「精神療養者家族会・うるま市心の健康を守る結の会」の兼城英夫会長と共に参加しました。それぞれの地域でもなかなか家族会や事業所について知られていない現状からすると、良い機会が与えられたことと喜んでおります。これからも伝える努力をしていきたいものと思います。

当事者、家族の皆さん、そして支援者の皆さんがつながりあってお互いに元気の出る家族会活動が続けられますよう、本年もご指導ご支援をお願いいたします。



みんなねっと北海道大会 べてるの家訪問～北大講演・分科会



^{しまぶく}島袋さんに続き、宮古島からも報告させていただきます♪

10月11・12日、まだ夏の宮古島からビューンと飛んで北海道での全国家族大会に参加してきました。初北海道です!

1日目、全国から集まった家族会の皆様とバスで浦河町^{うらかわちよう}にある『べてるの家』を目指します。3時間半の移動中、目の前に広がるのどかな馬の放牧風景とは裏腹に、家族会お一人お一人の想いや向谷^{むかいやち}地理事長との質疑応答が活発に飛び交い、いち生活支援員として参加した私は皆様の熱量と期待感に圧倒されていました。

浦河町に到着後は就労B型で運営しているカフェ『ぶらぶら』で昼食休憩。地域の活性化に貢献する作業としての昆布やイチゴの加工品、書籍がずらり。

午後のライブ形式の当事者研究では、べてるメンバーさん自身で名付けた『自己病名』を用いて自己紹介をしてくださり、そのありのままのお喋りに引き込まれました。

べてるさんの理念にある『三度の飯よりミーティング』や『当事者研究』において、ふだんから自身に起きる現象や出来事(『症状』とは呼ばない)を自身の言葉で表現し、内包するものとして認めることで、他者とも共有・共感でき、自己とも他者とも向き合いながら生きていく姿に繋がっているように感じました。『病気が私をおしゃべりにしてくれたからよかった』と語る女性のリラックスした笑顔が印象に残っています。



2日目は北海道大学での講演。お昼には沖福連の山田会長、初めてお会いする家族会のお二方とお話することができ、やっと私の緊張もほぐれ、午後は分科会『家族の語りを聞くオープンダイアログ(開かれた対話)』に参加しました。 (次ページへ)

(前ページから) ヘルシンキでオープンダイアログを学ばれた東京の大井精神科医、北海道の阿部精神科医が登壇され、チームでのミーティングを継続することは「本人がいないところで何かを決められてしまうことがなく、自分事として本人が考え続けていく」ことに繋がり、再入院率や服薬期間の減少、社会活動参加への制限も少なくなったとの研究報告がありました。支援者間で生じる対立も対話で解決し、「透明でフラットな対話が信頼を生み安心が育つ」こと、とにかく『対話』の必要性が語られました。

そしていよいよ、当事者の母と担当の訪問看護師も登壇され、ライブ形式でのミーティングが始まりました。(われわれ参加者はあくまでもその場では無の存在です)

途中、沈黙や涙もありながら静かに4人の対話が進行していくのですが…突然ワークショップは中断となりました。

見ていた参加者から「私たちは何を見せられてるの??」「そんな悩みは我々に聞いたらいんじゃないか!」との声が飛び、会場は分科会に参加されたご家族の期待や願い、我が子の回復を切望される思いでいっぱいになっていました。

予定調和ではない、リアルな体験でした。

《対話》をテーマにしたこの大会の日程中、ご家族とふれあい、ワークショップで体験しながら常に感じていた私の疑問、「日々の会話やプログラムの中で、着地点や落としどころありきの業務になっているのではないか?」。私は真に利用者として《対話》できているのか? 私がまさに予定調和を求めているのではないか。

そんな思いを持ち帰り、先日SSTを進行していたところ、ある利用者さんが初めて、自身の幻聴と大声が出る理由、そのとき心身に生じる現象を具体的に語って下さいました。それまで頑なに語らなかった彼と初めて《対話》できたような気がしました。

こうして私はまたこの報告にも着地点を探しています。まとまることはなさそうです。それでいいんだとも思います。ずっと自分とも対話し、時には人に話せばいいのかな。誰か聞いてくれるかな? 支援者もまた、対話を求めています。

家族会の皆様とも話したくなりました。

プラザで出来ることはたくさんあるんだと気付かされました。

貴重な体験の機会をいただき、本当にありがとうございました。



地域活動支援センター ふれあいプラザ宮古
荻野由香里

てるしのワークセンター&地活2024後半の振り返り 商工会特産フェア「あいんくいん市」へ初参加!



10月25日~27日、てるしのブースも大賑わいの3日間でした!

唐辛子農家さんとのコラボ新商品もデビュー

「比嘉さん(こーれーぐーすー)」と、「大城さん(唐辛子黒酢)」



唐辛子黒酢はもちろんアルコール成分ゼロなので、安心しておそばにも使えます! 餃子や魚てんぷら、ピザ、焼き魚、湯豆腐などなどに。タイ風にナンプラーと合わせる使い方も◎。

南部地域活動支援センター合同バザー&パネル展示



11月22日(金) イオン南城・大里



将棋対局コーナーでは、昨年の地活対抗将棋大会・優勝者の島田直樹さんが、来場者の挑戦を受けて立ちました！ 結果、今回も7戦全勝の島田さんに、コメントをいただいています。『今日対局したみなさんのおかげで、いろいろな発想や考え方があるんだなと感じました。気を抜いたら負けるなと思った方が多かったので、障がいがあっても楽しめる、今日のような場がもっとあればいいなと思いました。みなさんに感謝です』

この他、ドアレスアートオキナワ主催の「アートマルシェ」(11月4日)、浦添看護学校「浦看祭」(11月23日)、南風原町障害者週間の「はえばるイイものフェア」(12月2日～12月6日)、前号にも掲載した「精神保健福祉普及大会」(11月6日) などなど、おかげさまでイベント出店目白押しの1年間でした。

さらに新年1月18日(土)は、琉球ガラス村にて「2025紙と緋のマルシェ」出展予定！
新しい年も挑戦の続くてるしのを、どうぞよろしく願いいたします！

【寄付金/賛助会員加入のお願い】

沖福連の活動は、みなさまからの賛助会費やご寄付によって支えられております。
今後とも、あたたかいご支援・ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

賛助会年会費 個人1口：2千円 / 団体・法人1口：1万円

琉球銀行：南風原支店 普通口座 229887

ゆうちょ：02020-0-37037 (加入者名：公益社団法人沖縄県精神保健福祉会連合会)

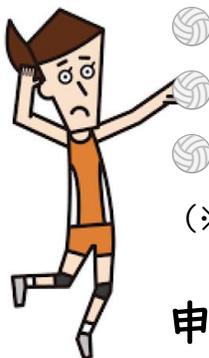
第8回こころんピック (沖縄県精神障害者ソフトバレーボール大会) 参加チーム大募集!!

日時: 2025年2月26日(水)~28日(金)

試合時間: 11:00~15:00

会場: 沖縄市体育館(コザ運動公園)

〒904-0032 沖縄市諸見里2丁目1-1



参加費 無料!!

男女混合6人制バレー(1チーム12名以内)

優勝チームは九州大会(※)へ派遣されます!!

(※『全国障害者スポーツ大会バレーボール競技九州地区予選会』)

申し込み期限: 2025年1月17日(金)

(申込書は『沖縄県身体障害者福祉協会』ホームページからダウンロード)

主催: 沖縄県、社会福祉法人 沖縄県身体障害者福祉協会

お問い合わせ: 沖縄県身体障害者福祉協会(伊敷)

TEL:098-851-3455 FAX:098-851-3855



◎編集後記◎

“面倒見がよく優秀な姉に統合失調症が現れた 父と母は玄関に南京錠をかけ、彼女を閉じ込めた”

映画『どうすればよかったか』は、そんな家族の状況を、弟の視点から20年間追ったドキュメンタリーです。沖縄では1月11日より那覇・桜坂劇場で上映予定。1月18日には監督とプロデューサーの舞台挨拶も。以前、沖福連に勤めていた長縄洋司さんも「すごい出来!」と太鼓判の1作。ぜひ劇場へ!

(今月のにぬふあぶしは載せたいことがいっぱい、私のいつもの生産性のないつぶやきを書くスペースが余りませんでした。世の中が動いている証拠だと思います)(増山)

編集: 公益社団法人 沖縄県精神保健福祉会連合会

会長 山田 圭吾

〒901-1104

沖縄県島尻郡南風原町字宮平206-1

電話098-889-4011 FAX098-888-5655

E-mail terushino@castle.ocn.ne.jp

発行: 九州障害者定期刊行物協会

〒812-0068

福岡市東区社領1丁目12番4号

電話092-753-9722 FAX092-753-9723

定価: 10円(会費に含まれる)