



よつば会だより

2024年6月号

発行：毎月1回

尾道こころネットよつば会事務局

尾道市 栗原町 5083-1

TEL 0848-23-8755

5月も終わりに近いある日のことです。よつば会だよりの原稿もあらかた書き終え、後は時候の挨拶だけとなりました。その材料を何にしようかと考えるために、気分転換をかねて庭の野菜の間に座り込みました。すぐにやってきたのがやぶ蚊です。しばらくやぶ蚊と戦って、5分くらいで20匹はやっつけました。今年はまだ雨の日が多く、そこに最高気温も高めに推移していて、やぶ蚊の生息に好都合だったのでしょうか、例年にない多いやぶ蚊です。これから梅雨入りを迎えて、やぶ蚊は増える一方です。今年は今後も戦いが続いて行きます。



～NPO 法人から任意団体に衣替えも全会一致で承認～ よつば会総会を開催しました



5月19日によつば会の総会を行いました。出席者は正会員12名中、本人出席9名、委任状による出席が3名で、会は成立しました。この日は二つの総会を行いました。最初の総会は、従来の特定非営利活動法人の総会でした。すでに会員の皆さまには文書でお伝えしていたことですが、これまでグループホームの運営に必要なとされた「非営利活動法人」の資格を返却することになり、特定非営利活動法人としてのよつば会は解散することになりましたが、手続き上、総会の承認を求められました。解散が認められて、ひとまず「よつば会」はなくなりました。しかし、尾道市の精神の病を抱えた人の家族会としてのよつば会の活動はなくさず、継続していく必要があります。そのために解散承認に引継いで、任意団体としての「尾道こころネットよつば会」の設立や、これまで会員であった人に引き続き会員になっていただくことの承認を求め、出席された方全員の承認をいただきました。当日出席されなかった会員の方や賛助会員の方には、今後会費をいただくことで会員継続されたことにいたします。よろしくお願いたします。

総会終了後はいつもの家族教室に移りました。時間があまりなく、参加者の近況報告だけで終わることになりましたが、嬉しいことが二つありました。一つはよつば会創立当時から家族教室に出席されていた男性が、コロナ騒動が始まったころからになると思えるのですが、参加されなくなりました。その方が久しぶりに今回参加されました。家族教室に参加されている方は、苦勞を共にする家族のような存在です。参加いただけることが会員全体の喜びです。もう一つは、3月に初めて家族教室に参加されたお母さんです。色々話していただき、4月も参加されるかなと期待していましたが姿はなく、残念思っていたのですが、今回おいでいただいて話を聞けることになり、よかったという思いになりました。家族教室も続けていきます。



当事者との交流会(昼食会)



5月12日(日)に当事者との交流会(昼食会)を行いました。参加者は当事者4名、家族6名の10名でした。この昼食会はコロナ禍で当分中止を余儀なくされていたのですが、昨年の11月12日に再開しました。今年の3月には、これも3月の恒例であった「尾道ふれあいの里」に行き、入浴と食事を楽しみました。昼食会も昨年の再開後6回を数えましたが、中止期間が長かったせいか、参加者のほとんどが「サロンよつば」を開いているときに顔を出しておしゃべりしているメンバーのみという、代り映えのしない状況でしたが、今回は再開後初めて親子で参加された方と、オープンダイアログを広めようとしているご夫婦の方という新しい顔の参加があり、雰囲気が変わりました。家族教室は学びの場ということが前提となっていますが、昼食会は制約のない自由なおしゃべりの時間です。今回は新しい顔ぶれの参加で、会話が弾みました。

5月の活動報告

- 12日 当事者との交流会 (サロンよつば)
- 19日 家族教室 (市民センターむかいしま)

6月の活動予定

- 09日(日) 当事者との交流会 (サロンよつば)
- 16日(日) よつば会家族教室 (市民センターむかいしま)





～利用できるものは、迷わず、遠慮せず、何でも利用しましょう～ 「おうちで受けられるサービス」



メンタルヘルスマガジン「こころの元気+」誌の4月号の特集タイトルは、「おうちで受けられるサービス」でした。ここで言う「サービス」とは、障害福祉サービスのことで、「おうちで受けられる」は、支援者が当事者の自宅まで訪問して支援をしてくれることで、いわゆるアウトリーチサービスです。特集記事は22ページにわたっていました。その多くが皆さんの参考になると思えて、記事にしたかったのですが、とりあえず特集の最初にあった、東洋大学大学院ライフデザイン学研究科教授・吉田光爾さんの「うちまで来てくれるメンタルヘルス系のサービス」という記事が総論的な内容になっているので、その記事を紹介します。

吉田さんは最初に、次のように書いています。

「自宅に支援者がきてくれると助かるな」と感じている当事者や家族は多いと思います。しかし、アウトリーチ（訪問）型の支援サービスにはいろいろと種類があり、分かりにくいので、ここでは代表的なサービスをいくつかご紹介したいと思います」

その代表的なサービスを以下に示します。

1. 障害者総合支援法のサービス

① 家事を手伝ってほしい…ホームヘルプサービス

ホームヘルパーさんが掃除や洗濯、食事の準備等の手伝いをします。ヘルパーさんの役割は、あくまで家事のお手伝いの範囲となっています。ご自分と事業所の間で「何を頼めるか」について整理しておくといいいでしょう。

② 望む生活に向けて動き出そう…訪問による生活訓練

たとえば「もっと外出するためにバスに乗りたい」という希望がご本人にあれば、支援員が同行してバス乗車に挑戦してみます。生活訓練は主に通所・宿泊による支援ですが、一部の事業者で訪問を行っているようです。相談支援事業所（尾道では、はなはな）に尋ねてみてください。

③ 一人暮らしにチャレンジしたい…自立生活援助

一人暮らしなどを始めた場合「生活全体をどう進めたらいいかわからず心細い」というときもあるでしょう。そのようなときに定期的に自宅を訪問して、助言や相談に乗ってくれるのが「自立生活援助」です。精神科の病院を退院後の生活支援などにも使われます。

2. 医療的な側面から支える…訪問看護

病状や体の健康など医療から支えるのが「訪問看護」です。主に看護師（場合によっては作業療法士や精神保健福祉士）が、家庭や地域社会で安心して日常生活を送れるよう定期的に訪問し、相談や必要な支援などを行います。

3. 多職種チームによるアウトリーチ支援…ACT(アクト)

医師・看護師・作業療法士・精神保健福祉士などによる多職種アウトリーチチームが、24時間365日体制で訪問支援を行うサービスです。ただ ACT は、わが国では全国合わせても20か所を超える程度で、尾道にはありません。

以上、吉田さんの記事の要点だけを書いてきましたが、紙面が尽きてきました。記事は此の後、**4.引きこもっている方への支援**、**5. 行政関連の相談支援・窓口**、と続きますが、7月号に回します。また、私たちが知りたいこととして、これらの福祉サービスを尾道市が実際に行っているかどうかということがあります。そのあたりのことも含めて、来月号の記事にしたいと考えています。 (N.T)