



よつば会だより

2025年5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月を迎えました。昨年までは5月には「特定非営利活動法人尾道こころネットよつば会」としての総会を行ってきました。ただし、昨年5月に行った総会は、法人の残務処理のために行ったものです。今年からは任意団体のよつば会として総会は行わないことにします。しかし、会費をいただいていることもあり、経費の状況だけは報告しておこうと活動計算書を作成し、よつば会だよりに同封しました。一方的な報告ですが、ご了承ください。

念のためですが、5月の家族教室は4日です。連休の最中ですが第一日曜日にこだわりました。参加される方が固定されてきましたが、より多くの方の参加を期待しています。



～先々、我が子がどう生きてくれるか～ 親の不安が小さくなるのは (その3)



よつば会だより4月号に掲載した、みんなねっと役員5名の方の「親なきあとを中心に～家族のあり方」というテーマでの座談会の続編です。精神科医でみんなねっとの理事でもある夏苺郁子さんの文章です。

高齢者はケアマネージャーが全てを考えてくれるので、充実した支援によって生きていけますが、精神は一人の相談支援員が担当する人数が多すぎ十分な支援体制になっていないため、制度上で欠けている部分は家族が全部やるしかないのが大変すぎます。みんなねっとで提言に加えるとかできないのでしょうか。

この文章を読んで、私は民生委員を務めていた時のことを思い出しました。民生委員は高齢者の方の安全を見守ることが役割の大きな部分でした。主に独り暮らしの高齢者宅を訪問し、困ったことがあれば話を聞き、内容によっては高齢者を伴い「地域包括支援センター」へ相談に行きました。地域包括支援センターでは、例えば、介護認定が必要であれば、直ちに認定に必要な手続きをやってくれました。他にも、高齢者の方が知らなかった介護保険による支援なども提案され、民生委員としての支援は全く必要がないと思いながら、地域包括支援センターを後にしました。まさに充実した支援を地域包括支援センターはやってきていました。それに比べて**精神は、制度上で欠けている部分は家族が全部やるしかない**と夏苺さんは書いています。このことで私が思い浮かべたのは、例えば、親が引きこもりの子のことで行政の相談窓口や医師に相談に行っても、当人が希望していないことはできないと言われたりします。親は仕方なく子の面倒を毎日見続けることになります。このようなケースが制度上で欠けていることに該当するかどうかはわからないのですが、結局は親の負担のもとに当事者の生活を支えていくことになります。

続いてはみんなねっと副理事長の赤池千明さんの文章です。

子は本来、家族から巣立っていくものです。巣立てないのは病気もあるでしょうが、社会的な障壁がはばんでいることもあると思っています。親なきあと問題というけれど、人間関係や地域社会、住まい方、所得などの面で、障害があっても巣立っていくように社会側の状況を整えなければなりません。

この文章に対する私の思いです。「子は本来、家族から巣立っていく」ということには、私も同感です。また、「巣立てないのは社会的な障壁がはばんでいることもある」のも事実でしょう。しかし、私たち家族は高齢化が進み、いつ自分自身が倒れるかわからない状況です。赤池さんは「社会の側の状況を整えなければならない」と書いていますが、そのことが実現するのは当分先のことでしょう。「みんなねっと」が私たち高齢の親が安心できるようなキャンペーンを大々的に張るなどを行ってほしいと思っています。座談会の記事を読んでも、切実感のようなものが伝わってきませんでした。私たちが頼りにしているみんなねっとです。もっと家族を元気づける身近な存在になってもらいたいものです。(N.T)

4月の活動報告

06日 よつば会家族教室 (市民センター)

13日 当事者との交流会 (サロンよつば)

5月の活動予定



04日(日) よつば会家族教室 (市民センターむかいしま)

11日(日) 当事者との交流会 (サロンよつば)



～精神医療の世界に革命がもたらされることを期待～ オープンダイアローグの実践 (そのIV)



斎藤環さんの著書「やってみたくなるオープンダイアローグ」から取った対話実践の進め方の紹介を、よつば会だより2・3・4月号と続けてきました。そして、今月号でまとめに入る予定でいました。そこに飛び込んできたのが、「みんなねっと」誌4月号の特集記事で、斎藤さんの「オープンダイアローグによる対話支援」と題する投稿記事でした。8ページにわたっての記事で、「みんなねっと」もオープンダイアローグ(以下ODと表現する)を大きく評価することになったように思わせるものでした。記事の最後に参考文献として5つの資料が挙げられていましたが、その一つに斎藤さんの著書「やってみたくなるOD」が入っていました。また記事に添えられた斎藤さんの肩書が、「つくばダイアローグハウス院長・筑波大学名誉教授」となっていました。4年前に発刊された著書では、肩書は「精神科医・筑波大学教授」でした。このことに関して斎藤さんはこの度の投稿記事で次のように書いています。

精神医学の学会では多くの教育講演を引き受け、一般向けの講演でも啓発活動につとめました。合計200時間以上の研修を受け、自らの臨床現場で対話実践を試み、多くの成果を上げました。そして2024年、11年間勤務した筑波大学を早期退職して、つくば市に自身のクリニック「つくばダイアローグハウス」を開業しました。現在は、ほぼ連日のように対話実践にいそしむ日々を送っています。

この文章からも、斎藤さんがODの有用性の認知に向けて全力投入で動き始めていることが伝わってきます。投稿記事はODそのものの説明が多くなっていて、これまでのよつば会だよりに書いてきたものと重なっているところも多く、ここでは省略します。「みんなねっと」誌はサロンよつばに置いてあります。関心を待たれる方がおられましたらサロンまでおいでください。

次に示すのは、斎藤さんの投稿記事の最後に書かれていた文章です。

以上、ちょっと駆け足で、ODのあらましを述べてきました。日本におけるODのエビデンス(裏付けとなる実績)はまだ十分とは言えないかもしれません。その効果を確信するがゆえに私は対話実践のためのクリニックを開業しましたが、まだどうなるかわかりません。しかし、対話実践をめぐる変化は、着実に広がりつつあります。実は法務省の英断で、2023年10月から、全国の刑務所で「OD(開かれた対話)」の手法を用いた対話実践が開始されました。この規模の実践は海外にも前例がなく、いまや日本の司法界は、OD実践の世界最先端に躍り出ました。これを「静かなる革命」と呼んだとしても、決して過大評価ではないでしょう。医療よりも司法が先になってしまいましたが、この「革命」が医療現場にも浸透していくのは時間の問題でしょう。

このように斎藤さんは、ODが医療現場にも浸透していくのは時間の問題だと言い切っておられます。そうなることを私も願っています。しかし、現在の精神科医療は医師の体験と投薬で進められています。そうした状況にどっぷりつかっている精神科医が、すんなりとODを受け入れて自分の治療の一環に取り入れていくことには、ならないでしょう。様々な抵抗が試みられることになると思います。それでも、ODの浸透が進んでいき、精神科医療の世界に革命がもたらされることを期待します。しかしながら、その革命を私が元気なうちに見ることができるとは多分ならないでしょうね。

斎藤環さんの投稿記事がこの4月に飛び込んできて、その記事の内容を少しでもいいからお伝えしたい気分になり、予定していた対話実践のまとめが先送りになってしまいました (N.T)