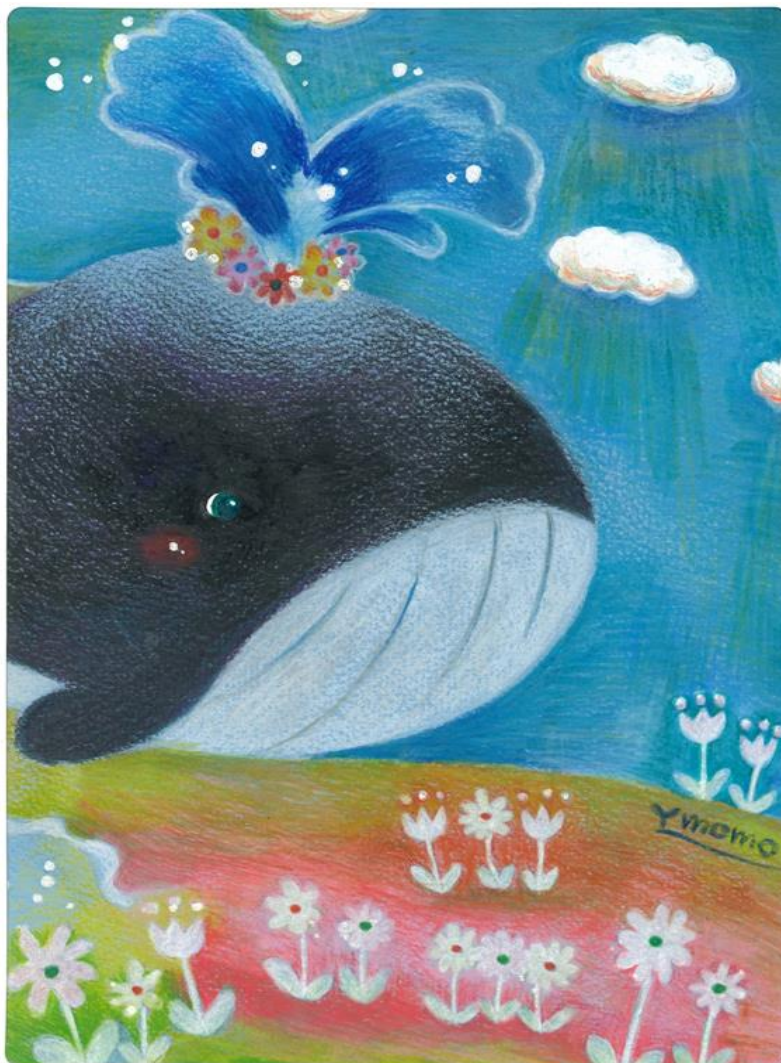


精神保健福祉 ジャーナル

2024.
No.96



当事者の作品『心の舞』 びんごの家 EOEおと

「この絵は絵本のような世界観を表現したくて描きました。もう一枚この絵と繋がった絵があるので、また、機会があれば見てほしいです」

(第二十五回「希望展」より)

— もくじ —

P2	所長あいさつ
P3~5	「あたり前の生活」と「地域に精神障害者の居場所を作りたい」～地域移行支援とは～
P6~7	心の居場所 ハートフレンズ におじゃましました
P8	新規事業「ひきこもりを考える講演会」開催

愛知県精神保健福祉センター

住所 名古屋市中区三の丸三丁目2番1号

電話 (052)962-5377 / FAX (052)962-5375

<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/seishin-c/>



ごあいさつ

所長 藤城 聡

この度の能登半島地震により、お亡くなりになった方々に哀悼の意を表しますとともに、被害に遭われた皆様に心からお見舞い申し上げます。

被災地では、多くの健康問題も生じており、全国各地の保健医療福祉関係のチームが現地で活動しています。各都道府県より派遣された災害派遣精神医療チーム DPAT も、避難所等での過酷な避難生活の中で生じてくるメンタルヘルス上の問題への対応や、自らも被災しながらも住民の支援にあたっている支援者のケアなどにあたっています。愛知県からも6隊の DPAT 隊が、石川県に赴きました（令和6年1月31日現在）。今後、被災地では長期にわたるメンタルヘルスへの影響が懸念され、息の長いこころのケアが必要となると考えられます。当センターとしても、被災された方々のこころの健康の回復に、できる限りお役に立ちたいと考えています。

さて、精神障害にも対応した地域包括ケアシステム（にも包括）の構築に向けた取り組みが各地で始まっています。一昨年改正された精神保健福祉法の中にも明記され（今年4月より施行）、精神障がいを持つ人ばかりでなく、メンタルヘルス上の課題を抱える人もその対象となりました。「にも包括」では、精神障がいの有無や程度にかかわらず、誰もが安心して自分らしく暮らすことができるような支援の仕組みづくりを目指しています。そして、この仕組みづくりは、制度・分野の枠や、「支える側」と「支えられる側」という従来の関係を超えて、人と人、人と社会のつながり、一人ひとりが生きがいや役割を持ち、助け合いながら暮らしていくことのできる「地域共生社会」の実現につながっていくものです。

こうした社会づくりには、地域の力が欠かせません。「地域に精神障害者の居場所を作りたい」という理念のもとに実践されている、地域移行支援について、社会福祉法人アザレア福祉会理事長小木曾様にご寄稿いただきました。また、江南市の、こころの居場所「ハートフレンズ」にもおじゃまし、取材をさせていただきました。こうした活動は、地域で精神障がいを持つ人を支える仕組みづくりに対して、大きな示唆を与えてくれるものだと思います。

また、近年、8050問題がメディアでしばしば取り上げられるようになり、ひきこもり問題への関心はこれまで以上に高まっています。精神保健福祉センターでは、支援にあたる方を対象とした研修会を開催してきていますが、今年度は県民の皆様向けの講演会も開催しました。講師の原田豊先生（鳥取県立精神保健福祉センター）の具体的でわかりやすいお話（とその温かい人柄）は参加された方々からも大変好評でした。多くの方の参考になったと思います。

最後になりますが、被災地の一日も早い復興をお祈りして、挨拶に代えさせていただきます。

「あたり前の生活」と「地域に精神障害者の居場所を作りたい」 ～地域移行支援とは～

社会福祉法人アザリア福祉会
理事長 小木曾 眞知子

社会福祉法人アザリア福祉会は「地域に精神障害者の居場所を作りたい」という思いから、前理事長北澤が発起人となり、医療・福祉・行政・家族といった関係者と共に平成7年3月小牧・春日井地域精神保健福祉支援ネットワーク「駒来の家」として活動を開始しました。10月、小牧地域精神障害者家族会「アザリア会」が結成、平成8年「アザリア作業所」開設。平成14年3月「社会福祉法人アザリア福祉会」となり、現在は地域活動支援センター本庄プラザと多機能型事業所アザリアフォルテの2カ所に拠点を置き、地域活動支援センター、就労継続支援B型、自立訓練（生活訓練）、相談支援（委託・特定・障害児・地域移行支援・地域定着支援）を運営しています。

平成25年、障害者総合支援法が施行され、相談支援においても各市町村に基幹相談支援センターの設置や、福祉サービスを希望する障害者・児に対し相談支援専門員がサービス等利用計画を作成する事が求められました。施行と共に「地域社会の充実」のためグループホームや就労継続支援A・B型、生活介護や地域活動支援センター、障害者雇用の充実を図るため就労移行支援や就労定着支援、療育の



①家族会結成時

拠点である児童発達支援センターや放課後等デイサービスといった障害者・児の障害福祉サービスが整備されました。当法人も事業拡大を進めてきましたが、その度に「地域に精神障害者の居場所を作りたい」という意味について考えるようになりました。

前理事長が「地域に精神障害者の居場所を作りたい」の思いを胸に、私財を投じて地域の拠点作りを行った背景にあるのは、自身の兄が精神科病院に長期間入院生活を送った末、亡くなった経験があるからです。兄のように地域に出ることもなく、精神科病院で最期を迎える人を一人でも少なくしたい、そんな思いが「地域に精神障害者の居場所を作りたい」という原動力だったと思います。「精神障害者の居場所」は「箱」や「人」があってできるものです。もちろん、施設だけでなく仲間や家族、行政、医療、ヘルパー、訪問看護といった人との関わりがあってこそ「生活」を支えることができます。障害者総合支援法により、確かに様々な機能を備えた施設は増えてきました。しかし未だ「社会的入院」を続けている人は、地域に社会資源があっても、退院しなければ地域で「暮らす」ことができないのです。

相談支援事業の一つに一般相談支援（地域移行支援・地域定着支援）があります。地域移行支援とは、1年以上入院を続け支援がないと退院が難しい人を対象に、相談支援専門員が病院に定期的に訪問し、住む場所や使える福祉サービスを紹介したり、退院に必要な外出に同行したりすることで退院後の生活を一緒に考える福祉サービスを言います。地域定着支

援とは、退院後の地域生活を支援するために、必要に応じ緊急訪問や電話対応など行うことで、安心して生活が送れるよう支援する福祉サービスで、地域移行支援は6カ月、地域定着支援は1年が標準期間となっています。精神科病院に長期入院している人は多く「令和元年精神保健福祉資料」によると約27万人の入院患者がおり、1年以上が約17万人（全入院患者の6割強）、5年以上入院患者が約8万人（全入院患者の3割強）で、1年以上の長期入院患者が全体の半数以上を占める現状です。前理事長の思いである「精神障害者が地域で安心して暮らせるよう」退院することが難しい精神障害者に対し「医療と地域の懸け橋」となるべく、地域移行支援に取り組みました。その中でも思い出に残る、Aさんの事例を紹介します。

当時50代のAさんは、九州で4人兄弟の三男として生まれた後小牧市に転居、地元の保育園、小学、中学に通い、中学では野球部に所属し活弁に過ごしていました。卒業後上京し、水道工事の仕事に就いたもののお盆を機に退職、地元の喫茶店で働き、18歳で調理師免許を取得しました。その後父に連れられ九州の旅館で働くもののハードワークで逃げ出した後、シンナー仲間と悪さをして北陸の少年院に入所、退所後の20歳の時B病院に半年間入院しました。退院後定職に就くことなく35歳で母が死去後、無為状態となり平成10年B病院に再入院しました。

平成29年、B病院の精神保健福祉士の依頼を受けB病院を訪問しました。Aさんは元々退院したい意思はあったものの、アパート探しが難航しグループホームも断られるたびに「どうせ自分は退院できない。一生病院で暮らすしかない」と無為状態を繰り返していました。初めて会ったAさんはブルブルと震え、地域移行支援の申請書類を書くのに長い時間を



②退院初日スーパーで買い物するAさん

要する程、緊張と緩慢な動きをしていました。相談支援専門員がいることで再びグループホームにチャレンジするものの、過去の犯罪リスクを指摘され諦める事となり、地域で一人暮らしをしている当事者の話に感化され「アパートで独り暮らしをしたい」という希望を持ち、生活保護ワーカーの協力もあり、旧雇用促進住宅のアパートに入居が決まりました。

と訪問看護の訪問の元、夜は晩酌をたしなみ、週末は大好きな寿司や喫茶店モーニングを楽しむ生活を送りました。「インコを飼うのが

夢」と2羽のインコに「知恵」と「力」と名付け世話をしたり、保健所主催の地域移行支援研修のパネリストやピアサポーターとして体験を語ったりしました。しかし退院1年後自転車で転倒し背中を骨折、リハビリを拒否したためB病院に入院することになりました。病状も不安定になり入院を繰り返し令和元年9月、本人や関係者と話し合いCホームに入所することになりました。

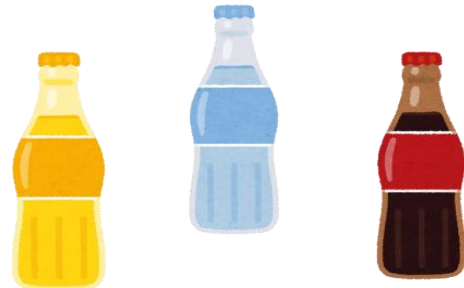




③Aさんがアパートで飼っていたインコ

Cホームでは送迎の元、ホーム系列の就労継続支援B型で作業する生活を送っていましたが、令和2年3月、激しい腹痛のため倒れ救急搬送され検査の結果S字結腸癌と診断されました。転移もありましたが延命治療を選択され、新しい入所先となった住居型Dホームと医療機関を、身元保障サービスの支援を受けながら往復する日々を送りました。令和4年6月末、Aさんは治療の終了を決め、最期の1カ月、Aさんに関わった様々な機関の関係者が、コロナ禍にも関わらず住居型Dホームにお見舞いに来てくれ

ました。私もAさんが大好きだった、くら寿司とコーラを持参しました。



亡くなる10日前に訪問した際、Aさんが「今まで僕は自暴自棄な生活をしてきた。長期間入院もしたが、今思えばアパート暮らしの日々が一番楽しく、輝いていた。僕のように退院したくてもできない人は病院にたくさんいる。僕の人生はこ

こまでだけど、これからも退院したい人が一人でも多く外で暮らせるよう、支援を続けて欲しい」と言われました。退院後も紆余曲折あり、Aさんにとって地域生活とは何だったのか、私自身支援者として自問自答をした日もありましたが、Aさんの言葉を聞き、最期を地域で迎える「意味」が分かりました。Aさんは良い支援者や環境に恵まれ、短い間でしたがアパート暮らしを満喫し、Aさんなりに輝く日々を過ごし、旅立たれました。

地域移行支援や地域定着支援の報酬単価は、人員配置と支援の困難さに全く見合わないため、実績のない地域もたくさんあります。しかし、Aさんの最期の言葉にあるように、長期入院をしている人にとって地域で暮らすことは「その人らしい、あたり前の生活」であるべきなのです。

前理事長の理念である「地域に精神障害者の居場所を作りたい」思いは地域移行支援や地



④ありし日のAさんと筆者

域定着支援の原動力になっています。当法人も決して相談支援体制が充足しているとは言えませんが「退院して地域で暮らしたい」人に対し、ハードとソフトの両面から「地域精神障害者の居場所」の拠点として、これからも運営を続けたいと思います。

※写真は生前、Aさんの許可を得ています。

『A様のご冥福をお祈りいたします。』（編集者より）

心の居場所 ハートフレンズ におじゃましました

★令和5年7月21日、江南市老人福祉センターで月2回開催されている、こころの居場所「ハートフレンズ」におじゃまさせていただきました。ここは、精神保健福祉ボランティアグループ「あい・愛」さんをはじめ、地域の関係機関が協働して運営している居場所、フリースペースです。

★畳敷きの和室が会場となっています。開催の午



後1時30分になると、部屋の外で待っていた人が入ってきました。ボランティアさんから「久しぶり。元気？」など声をかけられ、話しながら受付をすませ、会費100円を納め、名札をつけ、思い思いの座卓を囲んだ座布団に座っていきます。受付名簿には「第655回」とあり驚きます。もう15年続いているそうです。

この日のスタッフはボランティア4人、当事者スタッフ1人、江南保健所1人。当事者は12人でいつもよりも少なめだったそうです。30～70歳代ぐらいの男性、女性と実に様々です。「〇〇に行っただけ美味しかったよ」、スマホを見せながら「これどうやってやるの?」、いろいろな会話が飛び交っています。スタッフも交えて談笑している人達もいます。

隅のほうに座っている男性にボランティアさんが「将棋する?」と声をかけると、待ってましたとばかりに、将棋盤をひろげ「歩」を横一列に

並べだします。「はさみ将棋」です。おそらくお持ちの障害のためだと思いますが、ほとんど声、会話はなく、コミュニケーションはこの将棋などに限られている感じでした。将棋は接戦のすえ、男性が勝ちました。後にスタッフの間で、接待将棋だけどせっかく来てくれたのだから楽しんで帰って欲しい。言葉がなくてもコミュニケーションがとれるのがいいよねという話になりました。★途中から参加した若い女性は、誰に話しかけるでなく、ぼつんと座っています。私やボランティアさんが話しかけてみますが、あまり話したいようではありませんでした。ここでは、話したい人は話すし、一人でいたければそれもよしで、ありのままの自分であることが許されるような感じでした。またハートフレンズは特別な行事でなく、日常生活の一部になっているような、何かあってもまたここに来ればいいよねという、よりどころになっている感じです。



★途中で「今日は暑くて疲れたから」と帰られる人もいましたが、ほとんどの人が終わりまでいらっしゃいました。スタッフ、当事者の方、順番に感想などを自由に…「今日は〇〇さんと話せてよかった」等話して終了となります。「また今度ねー」など言葉を交わしながら、みなさん三々五々に帰って行かれました。

★残ったスタッフと座卓と座布団を片付け、少しお話を伺いました。少ないスタッフで開催し続けるのは確かに大変だけど、参加してくれる人が喜んでくれるのがうれしくて続けていらっしゃること。新しいボランティアさんがなかなか定着してくれないのが悩み。地域の人たちには、同じ地域に住んでいる当事者の方たちとふれあってもっと知って欲しいと思っているとのことでした。



★ハートフレンズは、精神保健福祉ボランティアグループ「あい・愛」さんをはじめ、江南保健所、江南市福祉課、江南市社会福祉協議会、精神障害者家族会、就労継続支援B型しらゆり・ワークの皆さんが協働して運営しています。またこのメンバーにより、市民向けの「精神障がい者支援入門講座」も開催されています。

★このように、ハートフレンズは当事者と地域の方たち、また関係機関をつなぐ架け橋になっているように思いました。今後も地域の大切な場所としてあり続けることを祈念してやみません。

なお「あい・愛」さんは、このような功績が認められ、平成30年度精神保健福祉事業功労者知事表彰を受賞されました。



表紙の作品はいかがだったでしょうか？

ジャーナルの表紙を飾っている作品は希望展に出された作品の1つです。今年の希望展は第25回で、11月28日から愛知芸術文化センターで開催されましたので、お邪魔してきました。絵画や陶芸など百数点の作品が展示されていました。スタッフの方にお話をお聞きしたところ、絵画の先生から作品の並べ方についてアドバイスを受けているとのこと。一つ一つの作品が生き生きと見えました。



「希望展って？」という方もいらっしゃるかと思います。希望展は精神障がいを持つ方々の作品展で、主催は「希望会」という団体です。「希望会」には精神医療・福祉サービス利用者と、それに携わる人達が文化交流やスポーツを通じて、当事者が社会参加を目指すこと等を目的と



し、愛知県内の精神科医療機関や福祉団体等が加入されています。

希望展は無料で見学できます。毎年、秋頃開催されますので、機会があればぜひ一度足を運んでみてはいかがでしょうか。わたしは来年の希望展も楽しみにしています。



「ひきこもりを考える講演会」 開催

県民の皆様「ひきこもり」について正しく理解していただくために、10月21日(土)の午後、ウィルあいちにて「令和5年度ひきこもりを考える講演会」を開催しました。

今年度は、4回コースで開催する「ひきこもり家族教室」の第1回と本講演会を兼ねる形で企画しました。プログラムは、県が昨年度実施した「ひきこもりに関するアンケート調査」結果の報告(こころの健康推進室)と、鳥取県立精神保健福祉センター 原田豊先生からの「ひきこもりの理解と支援」の講演でした。

当日は、講演会のみ参加83名、家族教室としての参加41名で、合計124名の家族や一般の方々の参加があり、大盛況でした。会場が名古屋市内にもかかわらず、尾張、海部、知多半島、西三河、東三河の県内全地域からの参加がありました。



講師の原田先生は精神科医で、ひきこもり状態にある方や家族の支援に、長年携わっておられます。複数の事例から、本人への言葉かけや接し方を具体的に話され、身近な家族として日頃からできることを教示されました。

参加者からは、「経過と対応が理解できた」「本人を見守る側の葛藤もあるが、根気よく気長に考えることが大切」「じっくりと話を聴く大切さを認識」「あせりはダメ、ゆっくりかまえていかなくては」等ひきこもり状態を理解し、本人に寄り添った支援についての気づきが感想として寄せられ、大きな成果がありました。

原田先生の講演の一部をご紹介します。

◆ひきこもりは、エネルギーの低下

ひきこもり状態にある方々(本人)は、外に出られるのに出ないのではなく、出られないから、出ないのです。出られない背景にあるものは、エネルギーの低下です。

◆エネルギーの回復には環境が重要

～安心・安全な環境と理解してくれる人の存在を～

- ・本人が安心・安全と感じられる環境が重要です。
- ・本人の心のうちは、「自分でもこのままで良いとは思っていない。でも、どうしようもない自分もいる。そのことを知って欲しい。」
- ・身近な家族が理解してくれる人になることで、回復につながり易くなります。

◆ひきこもりの回復の指標とゴール

対人不安、対人緊張、対人疲労の程度が指標になります。回復の段階ごとの支援が必要です。(図参照)

ゴールは就労ではなく、本人が望むところから考えましょう。

強い対人恐怖や集団恐怖が残り、長期化することもあります。

ひきこもりの回復段階

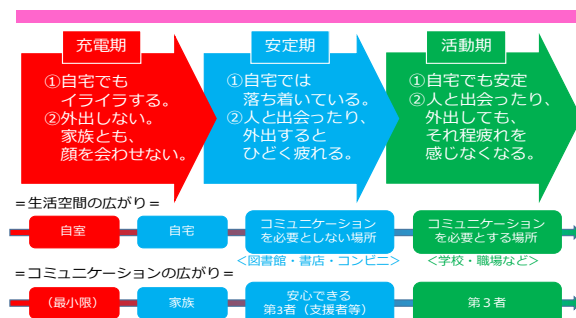


図 原田豊先生の講演資料より