

# NPO法人 共に歩む市民の会 会 報

共に歩む市民の会広報委員会

## 通巻 第37号

〒241-0022

横浜市旭区鶴ヶ峰 2-1-16

☎045-953-6727

2013年 3月 31日 発行



### これからの「共に歩む市民の会」に望むこと

市民の会理事 松元紀子

雛祭りを迎え、ようやく春めいてまいりました。会員の皆様いかがお過ごしですか？  
「共に歩む市民の会」の理事をつとめさせて頂いている松元と申します。設立 16 年目を迎える同会の理事長は歴代当事者がつとめて居ります。私は、会報づくりのお手伝いも 4 ~ 5 年係わらせて頂きました。さて 16 年前の秋に「たまり場」が生まれました。「誰にも気がねしないでよい。安心できる温かい居場所がどうしても欲しい」と切実な当事者たちの熱意が起爆剤でした。

代表者も当事者で、ある時当時の横浜市長高秀氏が見学に来所されました。それがきっかけでたまり場の要望書を提出したのを思い出します。

ところで今年の 4 月より障害者総合支援法が実施され計画相談という福祉サービスも導入される事を皆さんご存知でしょうか。

一人ひとりに合わせた継続的にじっくりした相談支援が目標ですから、訪問活動の必要にもせまられる事でしょう。昨年 6 月の緊急会合で拠点長から計画相談等の説明を受けた時には、私は面食らいました。財源は充分提供されるのか。現在の職員数で間に合うのか。計画相談のスペースをどう確保するのか。主役である当事者の意向を聞いた上での福祉サービスシステムなのか等々次々に疑問と不安を抱いたのです。

現場の職員による検討の積み重ね。ピアスタッフとの合同ミーティングで説明と意見交換。その後 10 月理事会で「計画相談」の指定事業所になる申請が方向づけられました。

「ほっとぽっと NEWS2 月号」及び「共に歩む市民の会会報第 36 号」の中で拠点長川田剛氏はこう呼びかけています。

『ほっとぽっとが狭い意味での相談支援事業所になってしまわないために、自治空間としてのフリースペース（NEW たまり場）を創出し、新たな支援センター・ほっとぽっとの土台にドッカリと根を下ろす事を強く願う。初心に帰り「こうありたい未来」に向けて知恵と力を集めチャレンジしたい』と。

さて、私は節目を迎えた「ほっとぽっと」とその母体である「共に歩む市民の会」に一会员として要望があります。

☆4 月から実施される障害者総合支援法の学習について：自立支援法とどこが違うのか、メリットや改善点を知りたい

☆計画相談の指定事業所となる「ほっとぽっと」の運営システムの図を館内に示して頂きたい：（単純で誰にでも判り易いものを）

☆「共に歩む市民の会」の拡大について

- ・身体に汗して活動する人
- ・頭に汗をかきアイディアを出す人
- ・出資（寄付？）して会につながる人
- ・その他のボランティア

ほっとぽっと賛同・登録会員制度（仮称）で呼びかけ広く募集してみてはどうでしょうか。

今から 8 年前の平成 17 年 2 月に色々な立場の大勢の力がみのり、障害者の地域生活支援拠点ほっとぽっとが誕生。支援センター B 型第 1 号が設立されたのです。地域の方達の理解と支援のお陰もありました。地域をはじめさまざまな方たちの力添えが、これからは一層必要と思われます。とりあえずこの一年を会員の皆々 様明るく努めてまいりましょう!!

# 映画『むかしMattoの町があった』を見て

平成25年1月6日(日)横浜市健康福祉センター4階ホールで「むかし Matto の町があった」の上映会が開催されました。この映画は、イタリアの精神保健改革を描いた4時間近い大作です。映画は1961年に精神科医バザーリアがゴリッティア県立精神病院に赴任することから始まり、1978年の精神病院廃院法（別名バザーリア法）の成立までが描かれています。ピアである司さんに感想を寄せていただきました。

## <<映画感想>>

司 謙二

人間の醜さと本当の自由（開放）を描いた作品だと思う。

バザーリア先生の理想を掲げた戦いに、患者たちの想いが重なり、恋愛の自由や家庭を持つ事の意義など精神病になつても世界に広がることはたくさんある。

人間らしく扱われなかつた患者が、だんだんと人権を取り戻すことで、自分の存在の価値を見出していくところが、リアルに再現されていた。

「人間って何だろう」食べること、寝ること、恋する事全部必要なものなのだ。いくら病んでいても、家族を恋しくなることは当然のことなんだ。自分の愛する者への執着が、全編を占めている。マルガリータの恋愛、ボリスの絵の才能、人にはできないことをみなやっている。心の葛藤が大勢の患者に伝わり、みな声をあげた。リーダー格の人が音頭取りをしてバザーリア先生の力強い行動の元、自由という名のもと活動を続けてきたバザーリア法が出来上がっていくのを見た。仲間の医者に見放され、後に味方になってくれる団体など、多くの人間が関わり合つて、精神病になつてゐる人こそ自由が必要だと感じた。病からだんだん普通の人たちと同じような生活を取り戻していく姿が感動をあたえた。途中涙する場面もあつた。自分は理論派ではなく、感覚派なので、人の感情の重たさについて引き込まれてしまう方である。

日本人と違うところは、妥協しない力が患者に残つてゐる事だと思う。病院がなくなり自由であることの方が自然なのだ。閉鎖病棟なんか必要でないのかもしれない。人権を尊重するなら、思い通りにしてやるべきなのだ。恋するときの場面では、やはり女性が上手だった。

バザーリア先生が死を迎えることで、若者たちが立ち上がりてきて、後継ぎが出来たことで安心したのだと思う。

一つの仕事を成し遂げた人間の家庭環境はまともではなかつた。

普通にしていれば、ごく当たり前の人々なのだ。でも自分がやらなければ誰がやる。  
残された人々は20年をかけて法律通りになつたのだ。バザーリア先生バンザイ。  
見ごたえのある映画でした。

MATTOでなく、保養所がほしいです。



# 「イタリア精神保健福祉事情～私の視点から」

感じた事を書くなら私にできる会員活動なので、会報寄稿を引受けましたが、テーマ「精神保健事情」にビックリ。後悔先に立たず。霧深いイタリア同様、頭は靄の中。



別の国々が統一され、イタリアとなったのが150年前。その為、今も州毎の独自性が強いのが特徴です。'78年に通称ヴァザーリア法成立。単科公立精神科病院の入院と新設禁止等、精神疾患の入院は、総合病院利用が決まりました。しかし、州の独自性の強さから精神科病院廃止時期は異なり、全廃に約20年かかりました。

廃止後の支援も、地域差があります。以前滞在したトリエステは、24時間開いている精神保健センターがありました。今いるヴェローナは、ありません。総合病院での診断・入院、訪問支援等は共通でも、具体的な内容は違います。

いずれにしろ、症状が軽いからではなく、症状に悩みつつ、支援を受けて地域生活をしています。

最後に、印象に残ったご家族の言葉を記します。

「(子供が)病気になったのは受け入れた。でも、今も苦しみはある」イタリアは、当事者も、家族も、社会も、精神障害者が地域で暮らす選択をしました。でも其々に苦しみはあります。だから、沢山の事をしています。

日本も、地域に受入れる選択をし、沢山の事ができたらいいと思いました。

(元スタッフ イタリア在住 佐久間 陽子)



## 春の風と共に

小原至貴職員より



3月11日12:19、我が家に身長51cm体重3066gの小さな小さな命(女児)が誕生したことをご報告いたします。  
拠点長に報告したところ、「春風とともに、ですね」とのお返事が。

我が子の名「風」という字が入る名前をつけようと思っていただけに、一瞬ドキッとしてしまいました。  
名前はお楽しみということで(笑)

さて、このような状況のため、平成25年度終了まで、産前産後休暇および育児休暇に入ります。  
皆様には、ご迷惑をおかけしますが、仕事に復帰するための準備と思って、この育児期間を過ごして行きたいと思って  
います。



### 『二俣川ハウス』活動報告会のお知らせ

二俣川ハウスは、(NPO)木々の会が中心となり、あけぼの会(旭区家族会)と共に歩む市民の会と連携して活動しています。「ふれあい宿泊(ショートステイ)」と「お茶の間(月・土曜)」の他にバザー等のイベント、広報紙「かわらばん」の発行などを行っていますが、まだ内容をご存じない方も多いと思います。このたびハウスの活動をまとめたかたちでお知らせする会があります。この機会にどうぞ話を聞きにお出かけ下さい。

日時: 5月11日(土) 午後2時～ 参加無料／報告書進呈

場所: 地域活動ホームあさひ(予定)(旭図書館隣りの建物)

△問合せ: 二俣川ハウス (391)5416 月・土(2~7PM)



# 研修報告『ピアが売りってどんなこと?』



宮地 博美

～良い話がかけたとか、勉強になった、とかそんな言葉では表すことが出来ない、会場の心をわしづかみにしたお二人のお話。穏やかなしやべり方の中に見え隠れする、地に足がついた揺るぎない思い。参加した皆さんの中に響く言葉がたくさんありました～

平成25年2月2日土曜日の午後、ぱれっと旭で、「ピアが売りってどんなこと?」と題し、法人主催の研修会が開かれました。30名を超える方、当事者、家族、ボランティア、関係者など様々な方が参加し、中には区外・市外から足を運ばれた方もありました。

講師は、今年度総会第2部「ピアってなんやねん?」の報告の中で話題となった、大阪市東成区にある生活支援センター「すいすい」のピアスタッフ塚本正治氏と尾上智子氏。

前半はお二人の講演。後半は、お二人と、ほつとぼつとピアスタッフ澤田高綱氏、和田公一氏との「ピアぴあ対談」という2部構成で行われました。

第1部は、先ず塚本さんから。氏は、当事者で常勤職員として入職14年。「すいすい」開所後の住民の反対運動や、当事者団体「せせらぎくらぶ」の活動、自分の家族のこと、現在の「すいすい」での活動等について、時折、ギター片手に、心に沁みる自作の歌を交えながら語られました。「当事者職員として自ら“実験してみよう”という気持ちで始めた。」「ぱちぱちペースで続けること。」「差別も偏見もある。簡単には無くならない。自分が生きているうちに五分五分にしたい。」「活動の中で矛盾やズレを感じる、これが大きすぎると離れていくってしまう、相手に向かい話し合っていくのが大事。」「目の前に道はないが歩いたところに道がある。」エトセトラ。数々の言葉に、氏の歩みひとつひとつの重みを感じました。

続いて、ピアヘルパー歴10年尾上さん。ピアヘルパー養成講座を経て現在に至るまでの実際の体験を、具体的に丁寧に話していただきました。その中で、「一人で抱え込まず無理をしない。」「当事者としての経験が自分の仕事に活かされている。」と自分と仕事への誇りを、堂々且つきっぱりとした話しぶりでも感じられます。そしてヘルパーの先の…さらなる夢も語ってくれました。また、「もし大金を手に入れたら?」の質問に「部屋の掃除にヘルパーに来てほしい」(笑)と大阪らしい?お答えも。

第2部は、対談と質疑応答。その中のいくつかをご紹介します。

- \* センター開設で反対運動があった中、あきらめずに続けられたのかという質問で、「途中でやめたら地域の偏見を掘り起こしただけ。覚悟を決めた」
- \* ピア活動を行う中で、スタッフに評価されないといけないという気持ちがあることについての質問に対し、「スタッフには評価されるのではなく、一緒に喜んだり悲しんだりしたい。病をひきずって生きている、それだけで、もう充分評価されること」
- \* ボランティアについてどう思うかについて、「偏見のある社会の中で、普通の市民がどれだけ味方になってくれるか。その時に、ボランティアさんが普通の市民にどう関わってくれるのかが大きい。」

質問は、ほかにもたくさん。珠玉の言葉もたくさん。対談や質問中、会場からは「自分の軸をもっておられる」と複数の声が挙がりました。皆、お二人に、自分とそして社会と向き合い丁寧に生きておられる印象を感じ取ったのではないでしょうか。

今回の研修で、我々は「共に歩む市民」としてどう関わっていくのか、生きていくのか、と改めて考えさせられました。当事者、家族、地域住民、関係職員が、皆「市民」として「共に歩む」。我々会員自身が、会員である重みと誇りを持って毎日を臨む会でありたい、と願わざにはいられない実り多い研修となりました。



## “新しい場検討会”の報告

1月22日（水）に「新しい場の検討会」を開催。  
参加者14名で今後の「あり方」について話し合いをしました。

### ■《振り返り》



H23年から「新しい場検討会」で検討されてきたことを、振り返ると  
月曜の居場所として「ほっとちょっと」（セルフヘルプの居場所）の検討から二俣川ハウスのフリースペースへと繋がった。しかし、当事者だけで（運営する）できる居場所作りは継続していきたい。ほっとちょっと」としての居場所は、当事者だけの場か、手伝えるスタッフが必要かは今後の検討課題。

訪問活動として訪問チームが活動。対象者は現在3名。同行、話し相手、etc 展開中。家族の想いを聞くことや本人の話相手となって同じ体験をしているという、家族との共感や、当事者と一緒に語りたいという期待を感じている。

### ■《今後の進め方について》

ほっとぽつとしての支援が届いていない人に向けて。じっくりと話を聞き、問題を掘り下げていく支援がまだ弱いと感じている。出向いていく。訪問など、相談に乗る前段階の方への働きかけもある。あるいは、計画相談等の相談を求めていない人への援助の仕方と、そうでない人への支援など。今後の支援に向けてスタッフの体制をどう作っていくか、限られた人員でどう考えていくかが大きな課題。

同時に場づくりとして、フリースペースを自治空間として活用していっては、などの課題もある。たまり場時代のスタッフが、いなかった良さを取り戻せることもできるかな。

### ■～共に歩む市民の会会員として、ほっとぽつの運営にどのように手伝えるか？～

現在でも自動的に活動している部分もある。しかし皆でほっとぽつの運営を考えることがなくなっている印象。ピアとしては、ピアでなければ出来ない事は何かを考えている。ピアの実力を上げる、マンパワーを充実させたい。ピア活動を周知、募集したが反響は良くなかった。継続して広報していきたい。先日、スタッフ以外の人に相談したら解決した。ほっとぽつの良さは、色々な立場の人人がいること。たまり場時代との違いでいえば、たまり場の時は、みんなで運営して行くという「意識の違い」がある。現在は、どうしても運営については職員に期待してしまう。

### ■これまでの話を聞いて

人員も増えない。事業も手放せない…危機感を感じている。何を目指しているか…スタッフでなければ出来ない事、それ以外の関係者が手伝える事…共に歩む市民の会会員がバックアップしなければ。様々な立場の人が関わってきた土壌があり、人材は豊富。どう役割分担し、ひとつにまとめて行くのかが重要。

キャラバン隊かめが来ると、病院スタッフ皆の一体感、「風を入れる」が実現している。何かできないかと思っている患者さんや地域の方にとって、かめの積み重ねられている発信はできている。手伝ってくれる人、協力してくれる人を、色々なところでピアが話すことで広がっていくと思う。思いのある人にどう働きかけて積み重ねて行くかが大切。

### ■「共に歩む市民の会」あり方検討会について

地域生活支援拠点として今後、どのようなあり方が求められるか…非常に大きなテーマと変革を伴うと思います。その方向性は、拠点の運営母体である「共に歩む市民の会」の歩む方向が道しるべになるのではないかでしょうか？じっくりと長期的な支援を展開していく上でも職員の交代で支援が途切れたり、あるいは受けられるサービスが変わることのないように、核となるメンバーを決めて話し合う機会を持つ事になりました。会議体に参加できない方もおられると思います。是非、皆さまのご意見・ご要望は隨時お聞かせ下さい。

報告 浜田

# 第14回 旭区精神保健福祉セミナー

「とりあえず起死回生！」～どこにたどりつくのか、生きてみようよ～

＜平成25年2月16日 於 旭公会堂＞



今年で14回目を迎えた旭区精神保健福祉セミナーが2月に開催されました。横浜市全体で力を入れている「自殺対策」をテーマに昨年7月より実行委員会を設け企画を練り、当事者による体験発表や湘南精神保健福祉事務所所長の長見英知先生をお招きし、講演をしていただきました。

本セミナーの特徴である体験発表では3名の方がそれぞれの個性を發揮し、これまでの体験を通して感じたことをストレートにぶつけてくれました。会場内にもこの強いメッセージがずしりと響いたのではないかでしょうか？また、講演では「自殺対策」という少しヘビーなテーマにも関わらず、長見先生の独特的なユーモアを交えた講演の中で、「いま、我々ができること」を学べることができたように感じます。

こうした濃厚な3時間を作り上げるため、実行委員では度重なる会議を重ねてきました。この会議の中心となり、引っ張って行ってくれた実行委員長の神奈川病院デイケアWEST・稻岡さんより感想をいただきました。

## ～実行委員の感想～

稻岡 舞由香さん



今回のセミナー実行委員長を務めた稻岡です。沢山のご来場下さり感謝致します。私は昨年、セミナーを初めて知り、実行委員になり、委員長にまで推薦して頂きました。全てが初めての事でしたが、今回の大仕事は確実に、多くの精神疾患当事者の1人として誰かの為に自分でも、自分なら出来る事があると実感させてくれました。病気になって自殺未遂をし、その経験があったからこそ、伝えたい事、防ぎたい事がありました。思い切って行動に移して、多くの方に自分の想いが届いた感動はこれからも一当事者、自殺未遂者として「自殺」や「孤立」を減らす活動をしていきたいと思う私にとって、大きな一步となりました。

特に嬉しかった事は実行委員長挨拶文に「感動した」と言って下さった方が何名もいらっしゃった事です。同時に私も各体験発表で語って下さった実体験と思い、言葉の一つ一つに心を揺さぶられました。皆様の声からもその様な反響を頂き、素晴らしい方々の発信地点を実行委員の皆様と作れた事を喜びと自慢に思います。また、「今回からセミナーを新しく変えたい」との意向もあり難しい話題に挑戦しましたが、多くの新規の参加者様や長見先生の斬新な講演に実現し、大成功に繋げて下さった皆様に感謝致します。



## 【理事会開催報告】

＜第39回＞ 平成25年2月21日(木) 理事7人オブザバー1人出席

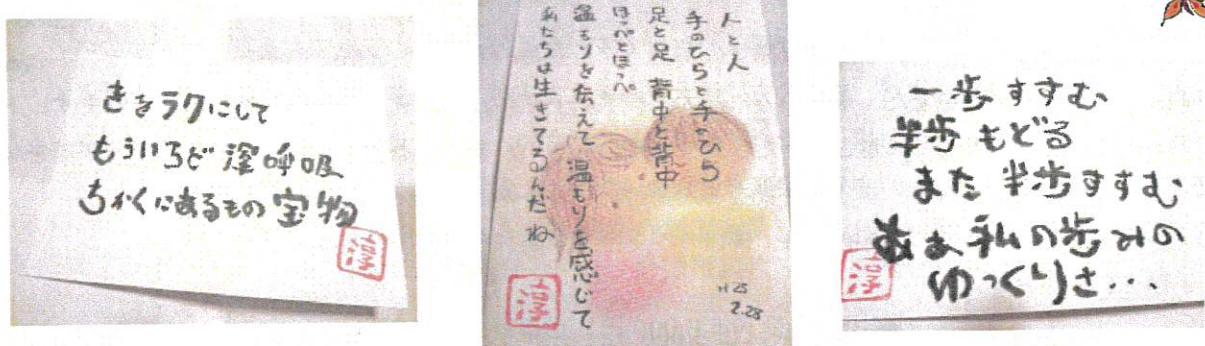
- 議題
- ・平成24年度 ほっとぽつとの決算について
  - ・平成25年度 ほっとぽつと事業計画・予算について
  - ・会費納入について 他 について話し合いました。

## ～体験発表から「やいたい事」が見えて来た!～

向山 淳子

日に日に温かくなり、春のおとずれを感じるようになってきましたね。セミナーで体験発表をさせていただいた向山です。私にとって大きな挑戦でもあったセミナーが終わり、約一ヶ月がすぎようとしています。何の変わりもない毎日を過ごしていますが、セミナーがおわってから気持ちがラクになったような気がしています。今までかくしていきた自分をさらけだし、沢山の方に声をかけてもらい、何もできないと思っていた自分にも「できることがあるんだ」と気づかせてもらえた気がします。ほっとぽっとと神奈川のセンターを行ききしながらふとあることに気づきました。今までにない気づきです。私は自分の体験を通してみんなに想いを伝えたいと思うようになりました。

精神障害にはまだまだ沢山の偏見と誤解があります。語ることで何が変わるかはわかりません。当事者から当事者へ。一般の人達へ伝えたい想いがいっぱいあります。今は浜田さんと色々と話をしています。過去があるから今がある。どん底からはいあがってきた今だからわかる想いを伝えたい。そんなことを強く思っています。発信したいのですが場所や機会を探すことには限界があります。私一人ではどうにもできません。私と一緒に活動してくれる方を探しています。どんな形でもかまわないので情報を下さい。連絡はほっとぽっとまでお願ひします。



## 応援してくれませんか!?

向山さんが「体験発表を挑戦したい」と言った時、正直心配でした。なぜなら、彼女は過去の苦い経験から大勢の人の中にいると辛くなって色々な症状が出てしまします。セミナー発表は、舞台上にたった一人で自らの人生を語る場。時折、フラッシュバックに苛まれる彼女なので発表までも辿りつけるのか…。でも、本当にやり抜いた!!そして、辛い経験をも受け入れながら、今更なる歩みを始めようとしています。

上記に『どん底からはいあがてきた今だからわかる想いを伝えたい。』という文があります。多才な方で絵、詩、川柳、俳句に短歌、手芸などなど、とにかく素晴らしい多くの作品を今までに創作しています。そんな彼女が、体験発表をきっかけに「自分の生きがい=発信をしていきたい!!」と語って下さいました。「発信」のひとつに私達の間で「個展」を考えています。彼女の人生から生まれた「ことば」の作品を多くの人に伝えて何かを感じてもらえたらしいな~と思っています。「個展」のポイントやギャラリー情報、あるいは応援資金など何らかの形で彼女の「夢」を応援してくれる人達を探しています。また、個展のみならず彼女の発信は、「語り部」というのもありますので、何かあればお声かけしてほしいそうです。

共に歩み、共に夢を見る仲間でありたいな~と日々思うこの頃です。

【浜田】

助けて下さい!!

# ボランティア募集!!



会員の皆さん、ほっとぼつとは今大きな変化の中にいます。「地域生活支援」「相談支援」っていったいどうあるべきなのでしょうか。「地域でみんなが安心して暮らしていく」その為に何を大切にするべきなのか。「ほっとぼつ」と相談も来所も出来ない人々が地域には沢山います。限りあるマンパワーの中で一人一人の暮らしを大切にしていく上で訪問や同行をしたり、関係機関やその方の取り巻く環境と調整を図ったりすればするほどに「拠点」は手薄。

一方で「拠点」に居場所を求め、話を聞いて欲しい方、活動をしたい方もとっても大切な存在です。でも少ない職員の中ではまかないきれない…葛藤で苦しい状況です。様々な立場の方々が会員であるからこそ何かしらの「アイディア」や「要望」が聞けると思っています。

もし、何らかの形でも一緒に動いてくれる方がいらしたらと思います。例えば、フリースペースの傾聴ボランティアや電話対応、ケアプラサロンへの関わりなどなど、この「共に歩む市民の会」について一緒に考えてくれるだけでも良いのです。助けてもらえないですか？

## 会費納入のお願い



こぶしの花もようやく咲き始め、不安定な陽気の毎日です。会員の皆様はお元気でお過ごしですか。

年度末を迎え、今年度の会費をまだ、未納の方には大変お手数ですが、年会費の納入をお願い申し上げます。下記口座へお振込みもしくは事務局にお越しいただき直接お払ください。また、退会希望の方、所属・住所変更をなさる方は必ずご連絡ください。なお、すでに会費をご入金いただいた場合にはなにとぞお許し下さい。

市民の会独自の活動を進めていくためには、皆様のご支援を今後も必要としております。  
よろしくお願ひいたします。

個人正会員（年 6,000 円・当事者 3,000 円）

賛助会員（年 3,000 円・当事者 1,500 円）

団体会員（年 30,000 円）

### <お振込先>

#### ◆郵便振込みの場合

口座記号番号 00280-6-132476

加入者名 特定非営利活動法人 共に歩む市民の会

#### ◆銀行振込みの場合

口座番号：横浜銀行鶴ヶ峰支店 普通預金 1705269

口座名義：特定非営利活動法人 共に歩む市民の会 代表 深井浩治



今年度 新入会員数 正会員 4人 賛助会員 5人 でした。

## 編 集 後 記

- ✿ 今年度から会報がとても字数が多くなり内容が一杯になったと思いませんか？スタッフの浜田さんが頑張ってるからで～す。神奈川病院の高木さんにもいつも感謝で～す。（高野）
- ✿ 会員の皆様へ発信していきたい。それ以上に皆さんのが声を聞きたい思いで会報を作っています。皆さんのが望む地域生活支援拠点ってどういうものなのか率直なご意見、ご要望を聽かせてください。（浜田）
- ✿ 春の訪れを花粉で知るようになりました（涙）…（高木）