

# 県連ニュース

発行者：(一社)茨城県精神保健福祉会連合会 会長 兼 清 紀 郎  
〒310-0852 水戸市笠原町993-2 茨城県精神保健福祉センター内  
TEL/FAX 029-243-6172  
e-mail : ibaseifukuren@biscuit.ocn.ne.jp

## 令和3年度 定時社員総会報告

県連副会長 弓野 孝子

令和3年度県連社員総会が6月9日水戸市福祉ボランティア会館で開催されました。今年の総会はコロナ禍という事で出席者の人数制限をして縮小した形となりましたが、みなさまのご協力のもとすべての議案について承認を得、無事終了することができました。

役員改選では新たに竹之内啓吾さんが理事に就任してくださいましたので、これから一緒に県連を盛り上げていきたいと思っております。そして昨年度で退任されました長瀬紀一郎さん、大木広さんにおかれましては、長い間県連の運営にご尽力いただきました事に心より感謝申し上げます。本当にお疲れ様でした。

総会に引き続き開催された「家族会会長会議」では千葉県連が制作したDVDを鑑賞。千葉県内各地で取り組んでいる「地域包括ケアシステム」について実際にかかわっている方たちの話を聞くことができ、とても勉強になりました。しかし実際自分たちの地域で形にするには多くの方の理解と協力が不可欠で気が遠くなりそうですが、まずはできる事からはじめることが大事だと感じました。このDVDは各団体に配布してありますのでご覧になってください。

さて、長引くコロナ禍で精神疾患の人が増えています。精神障害について広く理解してもらうためにも私たち家族はもっと声を上げること！行動に移すこと！が必要なのではないでしょうか。そのための仲間がいます。みんなで頑張りますよ！！

## 新役員からのご挨拶



理事 竹之内 啓吾

この度ご推薦をいただき、総会で理事に就任いたしました。龍ヶ崎市に1993年に移住

後、2002年頃保健所デイケアで妻が家族会の紹介を受け、茨城県南で活動していた龍ヶ崎地方精神障害者後援会(通称たつのこ会)から各市の家族会として発展的に生まれた一つの龍ヶ崎地方家族会(2007年開始、通称ピア・かたつむり)に参加させていただいたのが縁で、子供/親の悩みに寄り添い幸せを祈る同じ思いの方々に巡り合い、心が開かれました。

県連は、単会を合わせ、医療、制度そして社会が変化した現在を生きる同じ思いの方々に届く活動を行い発信することが大切と思ひ、微力ですがお手伝いをさせていただきます。

## 令和3年度 役員名簿

役職	役員氏名
会長	兼 清 紀 郎
副会長	武 藤 清 子
副会長	弓 野 孝 子
理事	森 實 和 子
理事	清 水 紀 弘
理事	塚 本 武 志
理事	野 中 秀 子
理事	根 本 比 呂 子
理事	竹之内 啓 吾
監事	井 川 コヅエ

(順不同・敬称略)

# 令和3年度 みんなねっと総会報告を兼ねて

県連会長 兼清 紀郎

令和3年度のみんなねっと総会は6月16日(水)コロナ感染症の影響でZOOMによるオンライン開催となりました。はじめに岡田理事長の挨拶に始まり、令和2年度の事業・活動報告及び収支・決算報告と監査報告があり全員一致で了承され、続いて令和3年度事業計画案と収支予算案が審議され全員一致で承認されました。

令和3年度事業計画の趣旨として、①精神障害者と家族の願い実現のため、法人の持続可能な運営に向けた対策としての賛助会員の拡大の取組み強化と募金の呼びかけ。②精神障害者の支援を家族任せにせず、差別・偏見、人権侵害を無くしていくための精神保健医療福祉改革を「4つの提言」としてまとめ、広く訴えていく。③多様な立場の家族との連帯と活動の連携・充実の3点を取り上げております。

重点課題として、①WEBの積極的な活用、②法人の持続運営のため改善計画の策定および実施(賛助会員の拡大推進)、③精神保健医療福祉諸政策の改革を見据えた「4つの提言」の発表、④多様な立場の家族との連携活動の充実(ネットコミュニティ等の連携・強化)、⑤各ブ

ロック活動とみんなねっとの取組みの共有・連携強化(理事会活性化)、⑥医療費助成の実績の共有から要求推進へ、⑦交通運賃割引制度実現への働きかけの7項目が計上されました。

茨城県連でもこの重点課題に対応した活動計画を作成しておりますが、これまではコロナ禍で十分な活動が出来ておりません。非常事態宣言が解除された10月以降で活動の見直しとスピードアップを図りたく企画しておりますので皆さんのご協力をお願い致します。

また、茨城県連でもZOOMを使用できる環境を早期に整えて、活動のための会議・打ち合わせ等はZOOMに置き換え時間の有効活用と費用削減を図り、県連活動が末永く続けられる環境を整えて行きたいと思っております。また、みんなねっとでも、各ブロック活動でも如何にWEBを活用して迅速にコミュニケーションを取って行けるかであろうと思っております。活動拠点を意識せずに課題解決活動に打ち込める環境は高齢者の多い理事にとっても有難い事であります。

加えてWEBを活用して県連及び県内家族会・施設等の情報を一般の皆さんにも閲覧できる形で提供をする準備も始めておりますのでご期待ください。

## 県連からのお知らせ

### 【県連の活動状況】

- ・ 4月16日 第1回理事会
- ・ 6月9日 令和3年度定時社員総会
- ・ 第2回理事会
- ・ 第1回家族会会長会議
- ・ 6月16日 みんなねっと2021年度定期総会(オンライン開催) 兼清会長が参加
- ・ 8月2日 政務調査会「保健福祉部医療部会」県政要望懇談会にて要望書提出。兼清会長と弓野副会長が出席
- ・ 8月23日 第3回理事会 中止
- ・ 10月26日 第25回精神保健福祉フォーラム in 水戸 中止

### 「お詫びとお知らせ」

10月26日に予定しておりました、「第25回精神保健福祉フォーラム in 水戸」について、開催に向けての準備を進めていきましたが、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い8月に緊急事態宣言が発令され、県とも協議を重ねた結果、中止という判断に至りました。

昨年に引き続き、県連としましても非常に残念であり、皆様のご期待に添えず大変申し訳ございませんが、ご理解の程よろしくお願致します。

# 常磐大学での

## 講義を終えて

ハートねつと日立市民の会 佐野 栄子



### 【大学講義の実績】

- 茨城キリスト教大学 看護学科
- 2014年から8回実施
- 常磐大学 看護学科
- 2020年から2回実施

ハートねつと日立市民の会は、今年7月、啓発活動の一環として常磐大学看護学科の授業に参加し、学生の皆さんの前で講義をさせていただきました。常磐大学看護学科の3年生が80名と県の教育庁から2名、来年度より高校教育・保健体育の教科書の精神疾患の記述が40年ぶりに復活するにあたり、現状を知りたいという意向で参加されました。また、県連からは昨年より事務局を担当されている、2人の息子さんの子育て奮闘中という方が、「精神疾患」について勉強をしたいと参加されました。そして、私たちハートねつと日立市民の会から5名がいつもの元気なピンクのユニフォーム姿で出席しました。

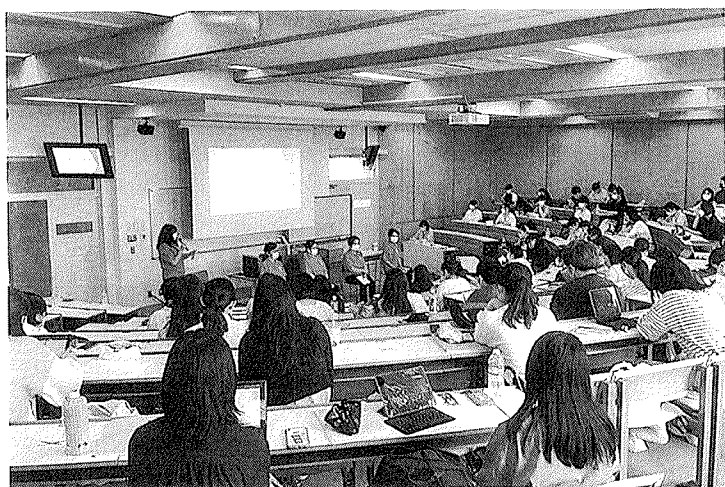
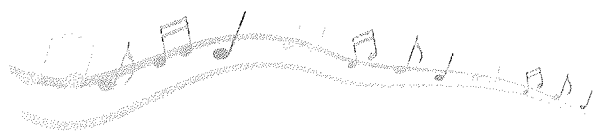
講義の内容は、まず弓野会長よりハートねつと日立市民の会の歴史と活動について冗談を交えながら楽しく説明をし、学生さんたちのハートをつかんだところで、会員

4名による実体験の発表へと移りました。学生さんたちは熱心に私たちの発表に耳を傾け、ノートに懸命にメモをとる姿がとても印象的でした。早期発見・早期治療が大切！と言われていますが、私たち家族の多くは子どもが精神疾患を発症した当時、まったく知識がなく何が何だか、何が起きているのかも分からない状況だったことから、精神疾患の教育というものが如何に重要であるかを学生さん始め、教育庁の方々にも解っていたただけたのではないかと思えます。

その後の質疑応答では、精神疾患をもつ当事者のことだけではなく、むしろ学生さんの視点から私たち家族に対して「どういったサポートができるのか」「一番に何を求めているか」という内容がとても印象的でした。たくさんの方が手を挙げて質問をしてくだり、その光景は学生の皆さんが精

神疾患について関心を持ち、精神疾患を持つ家族を理解したいという気持ちの表れなのだと感じました。そしてこの活動の意義と教育の持つ可能性を再認識することが出来ました。

最後に、学生さんたちに望むことは、偏見なく一人の人間として根気よく声掛けをして、信頼できる人間関係を築いてほしいです。また、当事者の後ろには私たちのような家族がいる事を思い出してもらえると大変嬉しいです。



## 新型コロナウイルス

### 「未曾有の危機の中で」

NPO法人れいめい 理事長 森實 和子

コロナ感染が拡大して行き、世界中が翻弄され続け、どうなってしまうのかと恐怖で一杯になりました。その上「東京コロナ感染・制御不能」とか「医療崩壊・医師も感じる恐怖」又は「基礎疾患無しでも重症化」等々の報道に、災害級の非常事態なのだ認識せざるを得ません。

私は戦後生まれなので、危機感等全く無く、穏やかで平和な時代を過ごしてきましたから、今の現状を受け止めかねており怒りさえ覚えるのです。

二年前、五輪二〇二〇開催に向けて日本中が沸き返った時期に、誰が今日の事態を想像することができたでしょうか。私自身も「集団免疫獲得」でコロナ禍は収束するのでは、と安易に考えていましたが、不可能なことでした。此の様な時でも私達には生活が有り、毎日の暮らしが有ります。

NPO法人れいめいでは、数年前から内職作業は一切行わず、屋外での清掃作業を受けて遣っていました。昨年九月から潮来市建設課の委託を受け、市内三箇所公園の整備や草抜き作業等を、午前中三時間、毎日行っております。コロナ禍で自粛が叫ばれている中、自然を相手に膨大な大地と格闘しておりますが、自然を相手に色んな鳥の鳴き声を聞

いたり、汗を流しながらふっと上を見てモコモコの雲を綺麗だと思ったり、作業を終えてすっきり綺麗になった公園の芝生に腰を掛けて飲むお茶がとても美味しかったりする日常を、ただ忙しいだけでは無く仕事の達成感と、ほんの少しの幸福感を味わいながら日々過ごしております。

コロナ禍の収束は未だ先が見えず、最悪のウイルス「デルタ株」が猛威を振るっており予断を許さない事態ではありますが、個々において感染防止に徹底して、タイムリーにポジティブに明日が今日より明るい日でありますようにと祈りながら、コロナ禍が収束したら「何をしよう」「何処へ行こう」などと、思いを馳せるのも楽しいです。

## 「コロナ禍による

### ピンチをチャンスに」

石崎病院家族会 会長 寺田 博海

中国湖北省武漢市から始まった新型コロナウイルス感染症が世界的規模に拡大して以来、すっかり変わってしまったことが沢山あります。生活様式では、マスクの常時着用、三密の回避、社会的距離を保つこと等々感染を防ぐための決め事が増えました。度重なる緊急事態宣言による自粛生活の中で浮かび上がった家族会活動の課題について述べたいと思います。

私達の家族会は名称通り石崎病院に入院及

び通院している当事者の家族で構成する家族会です。家族会活動の推進母体である理事会の事務局には、病院職員二名が加わっております。そして、会議室の使用、送迎バスの利用、勉強会講師の派遣等々の絶大な便宜供与を病院から受けて家族会活動が実施されていきます。地域家族会の活動で「苦勞されている方々から見れば随分と恵まれた環境にあり、何の課題も問題もないと思われるかも知れません。しかし、コロナ感染症拡大で状況は一変してしまいました。不要不急の会合禁止、病院への立ち入りが厳しく制限され、家族会活動の全てが停止状態になってしまいました。年次総会は二年続けて書面議決方式で会員の皆様から承認をいただきました。昨年度実施できた活動として、機関紙「ひまわり」と広報誌「いしざき」の発行がかるうじて出来ました。今年度にはコロナウイルス変異型デルタ株による第五波の感染急拡大で再び活動停止に陥ってしまいました。私達家族会として、活動したくても病院が定めた感染拡大防止策は一義的に守らなければなりません。コロナ禍によって病院家族会の根源的課題が奇しくも顕在化した形です。これを早急に解決しなければ活動が一步も前に進められない状況に至ってしまいました。コロナ感染症拡大の終息を何時までも待っている訳には行きません。会員の皆様とのコミュニケーションが取れない時期が長引くと、当事者を支える家族が孤立してしまう心配があります。活動の再開を急がなければなりません。そのため

の方策として、一堂に会した対面会議でなければ何も決められない方式を変える必要があります。新しい合意形成方式を作ることが急務です。例えばインターネットを利用したりモート会議やメールシステムを活用し、さらに従来の電話やファックス、郵便などあらゆる手段を駆使して幅広い年齢層が含まれる家族会の合意を形成して行くことが必要不可欠です。

そのためのハード・ソフト面のインフラは、私達の周りに既に整っています。今後のコロナ感染の状況によっては、リモート会議の活用が緊急時のみならず常態化することもあり得ます。この様な機会を捉えて改善を図るチャンスにしたら良いと思います。既に先行実施されている家族会が県内にはあると思いますので、県連主導で勉強会を実施してご教示いただければ幸甚です。

**災害に備えましょう**

**「水害を体験して」**

下妻地方家族会 会長 海老原 弘志

地域活動支援センター菜の花が水害に合った時、私は駆け付けることができませんでした。自宅が水害にあつて家族が親類の家に避難したので、単身赴任先から親類の家に行きました。翌日自宅を見に行き床下浸水を確認しました。幸い1階は車庫だったのでその日の内に家に帰りました。翌々日は浸水した納

屋の片づけをしました。作業所の片づけは指導員と動ける会員の方にやっていただきました。後日地元の避難所になっている小学校に行つた時、防災設備を見たのですが、防災用具倉庫の内部は水浸しで発電機も使い物にならない様でした。教員に聞くと防災用具倉庫のカギをもっていないため、必要な時に役所の人がカギを開けるのを待っているようです。水害多発地域なのに防災倉庫を地べたに置いておいても意味が無いと思いました。後日作業所を見た時、浸水した時の水の跡が下から一米ぐらいあつたのでおどろきました。本当に水害は怖いと思いました。



地域活動支援センター菜の花 (平成27年 関東・東北豪雨)

**「近隣県外との交流」**

古河地方家族会 会長 秋山 可奈子

こんにちは、古河地方家族会です。私たちは年に1度NPO法人ふれあいと合同で視察研修を行っています。他の作業所を見学して

いつも羨ましく、古河にもあつたらいいな、と思ひながら帰ってきました。おとし視察した栃木県のクローパーハーツでは、3人しかいない家族会にもかかわらず、いまままで使つていた農地を返さなくてはいけなくなり、新しく畑を一から作り始めたそうです。私達が見学するころに合わせて、がんばってトマト畑を完成させました。会長さん自ら、事務所兼販売したり休憩したりできる小屋を作っていました。すごくみなさんパワフルでした。お昼には他の家族会(やしお会)のみなさんも一緒にすいとんを作ってください、新鮮なお漬物と採れたてトマト、そして栃木県やしお会のみなさんのおもてなしの心と支え合う力を感じました。

今年も視察研修を計画していますが去年同様コロナ禍でどうなるかわかりません。今年もは埼玉県の作業所に行く予定です。みなさんも私たち古河地方会と交流してみませんか？  
いつでもNPO法人ふれあいと一緒に、お待ちしています。



(採れたて野菜とすいとん)

# みんなの声

## ★オープンダイアログを体験して

笠間 新井 つたえ

その言葉を知ったのは、NHKのTV番組でした。娘が発病してから私は、あらゆる情報を求めて摸索してました。番組の中で斎藤環先生が、フィンランドの実際の様子を交えながら、オープンダイアログの話をされてました。それを観ていて私は衝撃を受けました。今までの精神科の治療の概念とは、全く異なっていたからです。

それまでは、医師の指導に従う一方的な治療のイメージでした。私たち家族や当事者は、疑問や不安を解消することもできず、只々医師の言う事を受け入れるだけでした。信頼するものが他に無いし、他の方法があるなんて思いもしませんでした。

それがオープンダイアログでは、当事者は勿論、家族や友人までも参加して、どんなことでも口に出し、何度でも質問し、それによって安心したり、自信を持ったり出来るのです。

斎藤先生が、筑波大学付属病院で診察しておられると知り、私は長い手紙を書いて、今までの経緯や家族の思いを綴りました。幸運にも診察して下さることになり、それ以来ずっと通っています。斎藤先生の他に、二人の若い医師も参加し、娘や家族に話しかけ、私たちも口を開いて発言します。そこには安心感がありました。——こんな事言ったら恥ずかしいとか、理解してくれないのではないかとか、思ったりする必要がありませんでした。何よりも、時間をたっぷり取ってくださるので焦ることもありません。

娘に大きな変化は見られませんが、少なくとも家族にとって、平安や希望に繋がる場があるというのは、ありがたい事です。このオープンダイアログが、もっと一般的に知られるようになり、当事者や家族だけでなく、世間の人々にも、理解を深めていけたらと願っております。番組の中で、印象深かったのは、フィンランドの家族の方々が、「精神を病んだ病人としてではなく、ひとりの人間として尊重し扱ってくれたのが嬉しかった」と言っていた事です。

## ★ブレイクタイム

根本 比呂子

県連行事として開催できなかったイベントや講演が多々ありますが、筑波大学教授の斎藤環先生による「新しい医療のあり方」のお話も立ち消えになり残念に思っていました。

そんな中、今年「やってみたくなるオープンダイアログ」というまんが解説書を見つけました。(解説/斎藤環、まんが/水谷緑)ここ数年、精神疾患の当事者や医療従事者の方々が、その体験をまんが(「ミックエッセイ」として出版しています。

ブレイクタイムに検索してみたいかがでしょうか。若者を中心に、まんがを通して理解や共感が広がるように感じています。



★マスク生活

あーちゃん

この前、店員さんに、いつもは我慢しちゃう事を質問できた。理解できなかったのもう一度聞いて納得。満足し、店員さんに心からお礼をいった。顔見知り以外の人との会話が、お互いにマスクをしていると、より楽しくできるように感じます。自意識過剰をマスクが包んでくれていからかもしれません。

★幸福とは統合失調症をもつことである。

鈴木 貞

水戸地区精神保健福祉会(ともじび)の「いどばたかいぎ」にでた時は、幸福と思った。この「いどばたかいぎ」に参加する人と私の間に、度を越さない適当なほどあいどばたかいぎがあるからだと思う。

他の会では腹がたつことがある。度を越さない適当なほどあいどばたかいぎがないからである。と言つと統合失調症者をもたない人より反発をくらうのでこの人には言わない。

「いどばたかいぎ」にいらつじやる人は苦労なさっている、この人達のお話は人の生きかたにも通じるものがあり、私は楽しく、幸福に感じるのであります。

★娘と病気にありがとう

水戸 岡見

「お父さん、こんな病気になってすみません。」娘は言いました。「いや、とんでもない。お前の病気のお陰で娘の可愛さが再確認されたんだよ。お父さんは、お前と病気に改めて、ありがとうと言いたい。」と答えました。私の人生の中で、娘が統合失調症になった事は、昔とても悲しかった。でも今は、病気が私の至らなさを教えてくれて、本当にありがたいと思っています。

★元気な声でいただきます!!

福田 紀二男

私の絵手紙との出合いは、高校生の頃、故郷の図書館に展示されていたハガキ!絵と心に残る短い文章に魅せられたことに始まる。

あの人、元気かなあと懐かしむとき、あの感動をこの手で始めようと思いたち、へたでもいいと投函すると、声だけは元気だよと明るい返事「いい人生だったと自分で思わなければ自分の一生には何も残らないことになる」この文章は久保田光夫先生の色紙に残された言葉です。相手を気遣つ心が伝えられたとき、良かったなあ...と思つのです。

NPO法人の活動紹介

NPO法人 あうんの会

理事長 小林 正明

私共NPO法人あうんの会は、常総市にて常総市地域活動支援センター「さほてん」と下妻地方地域活動支援センター「菜の花」を運営しています。

「さほてん」は常総市保健センターの隣、「菜の花」は石下文化センターの隣にあり、駅やスーパー等にも近くとても便利です。

平均利用者は約10名、軽作業や各月ごとの行事を行っています。仲間との交流を通して、健康な心身の回復・維持、社会性を身につけ自立に向け努めています。コロナ禍で外出やイベントは自粛中ですが、皆で励まし合いながら日々を過ごしています。

コロナの終息を願いつつ、自分達のできることを自分達のペースでやっていこうと思っています。水害の大変さを経験した私達は一段と強くなったので、今回も乗り越えられるでしょう。今後ともよろしく願いいたします。



(作業所の様子)

NPO法人 いぶき

理事長 瀧田 英子

NPO法人「いぶき」は平成19年に設立し、石岡市、小美玉市、かすみがうら市から委託を受け運営している地域活動支援センターです。

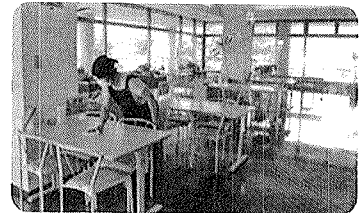
社会復帰と居場所的な役割を柱に活動しており、毎日10名の通所者が内職作業、里山カフェ「ゆいてらす」のフロア担当、ふれあいの里売店の販売員をしています。

「ゆいてらす」は市のホームページに掲載され徐々にではありますが利用者が増えてます。特に、地元の食材を使ったメニューには定評があります。

カフェや売店で接客することが通所者の自信にも繋がっています。

他に料理教室や旅行、BBQやクリスマス会等の行事も行っています。

通所者の体調や病気の状態に合わせた作業を選択し、無理なく生き生きと働き過ぎる場所として頑張っていきたいと思えます。



(ゆいてらす)

ご協力  
ありがとうございました。  
ございました。

賛助会員としてご協力頂いた方々のお名前を感謝を込めて掲載させていただきます。

☆令和2年度 賛助会員

- (医) 酒門診療所・大原神経科病院・栗田病院・猿島厚生病院・汐ヶ崎病院・つくば病院・誠之会・宮本病院・城西病院・池田病院・水海道厚生病院・みやざきホスピタル・袋田病院・筑波東病院・早川医院・武藤医院・(一社)茨城県精神科病院協会・(社福)ひだまり会・(社福)創志会・(社福)光風会・(社福)はまぎくの会・工房わかくさ・(有)日電舎・茨城県信用組合千波支店・ボイス社・鈴木今朝美・石井一成・開田俊夫・草薙進郎・大貫操・熊谷豊・野村真実・笹沼進三・岡村寛・渡邊佐智子・鈴木宣直・立原さな江・杉江彰・深谷貞榮・ひたちなか地域家族会役員一同・笹沼節子・羽染友子・楠明美・古池源造・兼清紀郎・森實和子・塚本武志・弓野孝子・根本比呂子・大木広・井川コヅエ

(敬称略・順不同)

☆家族会会員・賛助会会員の募集について☆

茨城県連は、皆様の会費のみで運営しております。現在家族会員数・賛助会員数共に減少しており、非常に厳しい財政状況に置かれています。事務所の開所日数を減らすなど皆様にご不便をおかけしながら、運営しております。当連合会活動の更なる充実のため、多くの皆様のご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

(賛助会費)  
 個人 2,000円～ 団体 10,000円～  
 (振込先) 郵便局【ゆうちょ銀行】  
 □座番号 00130-4-350775  
 名 義 社団法人茨城県精神保健福祉会連合会

編集後記

県連事務局の近くに、幼稚園があります。窓を開けていると子供たちの元気な声が聞こえてきます。今日は運動会の練習をしているのかな。「コロナに負けるな！」子供たちからパワーをもらい。県連は皆様と共に歩み続けます。

☆ご意見等ございましたら県連までお願いいたします。



今年も茨城県共同募金会の助成金により機関紙の発行が出来ました。募金に協力していただきました皆様に感謝致します。

