

## “受援力”を考える・・・

東区積志にある NPO 法人の会報を読んでいると、“受援力”という言葉が目飛び込んできました。防災をテーマに活動しているこの法人は、“受援力”をこう説明しています。「・・・支援を円滑に効率的にそして効果的に受け入れる力が“受援力”です」。つまり「必要な時に助けを求める力」が“受援力”なのです。これは障害者を抱える家族や当事者、障害者福祉にも取り入れることが出来る意味のある概念だと思いました。

もう少し同会報の説明を見てみましょう。“受援力”に必要なことは2点。①人と人とのつながりを強くし絆を深めること。②人づくりを行うことにより支援を受け入れやすい環境を整えていくこと、とあります。いかがでしょうか。人とのつながり、絆、人づくり、支援を受けやすい環境・・・精神保健福祉をテーマとする明生会の活動の考え方と同じ視点であることに気が付きます。

考えてみれば、精神福祉や医療の研究や実践の中で“受援力”についてはあまりふれられていないように思います。事実、家族・当事者は、“受援力”はあまり上手ではありません。家族も悩んだり困った時に、相談したり助けを求めることをついつい諦めて、事態をますます悪化させることもしばしばです。「精神障害を知られたくない」「他人の目が気になる」「家族のことは家族で解決しなければ・・・」等々の理由で自分の中にしまい込んでしまいます。当事者も同様に「自分は病気ではない」「他人は信用できない」等々で助けを求めること自体を拒否してしまう。しかし、助けを求めたり、援助を受け入れることは決して恥ずかしいことではありません。むしろ人と人との繋がりやキッカケとなることです。“受援力を高める＝受援行動”は家族会としても今後の活動の柱として注力していく必要があると考えております。

一方、行政、医療や福祉の支援機関などの取り組みはどうなのでしょう。残念ながら家族・当事者の“受援力を高める”という視点からの福祉政策や支援は十分とはいえません。大切なことは、少しでも適切な“受援行動”を家族・当事者が出来るようになることだと思います。そのためには家族・当事者、支援者を含め“受援力”を高める教育、研修等の拡大が切に望まれるところです。何故なら、“受援力”を高めることはコミュニケーション力の向上そのものであると思うからです。

(赤池千明)

## 理事会の報告 —令和3年9月から11月—

この時期の明生会活動は年度の半分を経過した時期にあたります。幸いにも新型コロナウイルス新規感染者数は少なくなり社会全体が落ち着いてきたことは何よりです。

家族会関係では11月20日現在で会員数は91名。会費未納の方が2名です。4月以降の会員の入会及び退会状況は入会者7名、退会者8名。退会者8名のうち「高齢のため」が5名、ご逝去2名、居所不明1名でした。長らく貢献していただいた方々の世代交代を想わざるを得ません。新規の方は浜松市家族教室や相談活動からの入会の方が多く、家族ピア学習会、広報活動、家族による家族相談センター等を着実に継続していくことに注力する大切さを再認識致しました。

B型事業所「つばめ創社」は、新型コロナウイルス感染の影響を心配しておりましたが、利用者数は1日平均で約22名を超えるなど経営・運営は安定して推移してきており、生産活動としての下請作業や自主製品造りも切れることなく継続できています。同時に、利用者の平均年齢が約46歳という実態から、つばめ創社には生産活動への参加と同時に楽しい居場所という側面も求められています。理事会としてもこの実態への問題意識を含め今後の利用者サービスの在り方を検討していく予定であります。

理事会では、家族会とつばめ創社の経営状況及び事業報告及び事業運営の課題等についての検討、意見交換を行っております。年が明ければ、2022年事業の検討を始めていくこととなります

(赤池千明)



### 9月～11月下旬までの活動報告

9月10日(金)広報誌「つながり37号」発行。

9月12日(日)第6回理事会。武道館会議室にて。参加者、理事9名。

9月19日(日)メリデン版家庭訪問支援浜松研修会。家族として参加、1名。

9月21日(火)明生会当番の会議。武道館会議室にて。参加者、13名。

9月26日(日)第5回家族ピア学習会。あいホールにて。参加者、13名。

9月28日(火)浜松市統合失調症家族教室(浜松会場第2、3回合併)参加者、担当者2名。

10月7日(木)10月8日(金)みんなねっと全国大会。(東京)会場とオンラインのハイブリッド開催。

10月10日(日)第7回理事会。つばめ創社食堂にて。参加者、理事10名。

10月24日(日)第6回家族ピア学習会。明生会事務所にて。参加者、13名。

10月26日(火)統合失調症家族教室(浜松会場、第4回)家族同士の交流会。

浜松市精神保健福祉センターにて。参加者、担当者4名。

11月14日(火)第8回理事会。つばめ創社食堂にて。参加者、理事9名。

11月16日(火)統合失調症家族教室(浜北会場、第1回)浜北文化センターにて。参加者、担当者3名。

11月19日(火)相談員研修。武道館会議室にて。参加者、相談員8名。

11月28日(日)第7回家族ピア学習会。明生会事務所にて。参加者、18名。

## メリデン版訪問家族支援浜松基礎研修に参加して

「本人と家族をまるごと支援する」ことを日本の精神保健医療福祉の標準にするために、という目的で組織されたジャパンファミリーワークプロジェクトという財団があります。イギリスメリデン地方発祥の訪問家族支援を日本でも普及させていくために、その技術を実施していく機関・人材を育成する基礎研修が毎年日本国内の各地でも行われています。

対象は医療者、精神保健福祉士等、実際に精神医療、保健に携わっている方々です。

私はこの研修で家族の立場としての経験や専門職の方々への要望などを聞いていただく機会を持つことができました。コロナ禍で一年延期されましたが、今年9月に無事、オンラインという形で研修が行われ、私はビデオ録画で参加しました。

受講された皆さんからの感想の中で、当事者を家族が支える、面倒を見るのが当たり前になっていること、家族が支援の対象にすらなっていないことを実感したとか、本人や家族にとってより良い方法ややり方を一緒に考え実践出来れば良い、などと前向きなご意見を伺うことができました。まだまだ新しい取り組みであり、普及させていくには長い道のりが必要ですが、私たち家族も声を上げて本人と家族まるごとの支援を当たり前にしていく世の中になってくれたらと願います。今回の浜松基礎研修の主催のびあクリニックの上久保さんには大変お世話になりました。内容については機会がありましたら、家族会の中でも発表させていただけたらと思います。

(明生会 村松妙子)



## 公認心理師の晴耕雨読

9月に「ピアサポーター」をテーマにしたWRAP（ラップ）（元気回復行動プラン）のファシリテーターである「増川ねてる」さんとのオンラインライブに参加する機会がありました。

WRAPというものは、当事者の方が「自分の生活の工夫」を考えて、それを実際に使えるようにプランを立てるというものであり、「自分の取扱説明書」とも言われるとのこと。そこは専門家がWRAPについて教える場ではなく、WRAPの学びは誰もが自分についての専門家であり、どのように生きるかを決めるのは自分自身である、という見方に基づいているとのこと。

人がリカバリーをしている時に大事な5つの点として、「希望の感覚」「主体的に選ぶ力」「学ぶこと」「自分を権利擁護すること」「サポートし合える関係」をあげており、その上で、「元気に役立つ工具箱」を使い、元気を維持したり、調子が悪くなってきた時に元気回復を図るためのプランを作るとのことです。そのあと、「日常生活管理プラン」「引き金」「注意サイン」「調子が悪くなってきている時のサイン」「クライシスプラン」「クライシスプラン後のプラン」などがあり、WRAPを使っている人達からは、備えがある事で元気でいることが多くなり、全般的な生活の質の向上に役立っているとのこと。

(高柳弘行)

## 今後の活動予定

12月12日(日)第9回理事会。つばめ創社食堂にて。13:00~15:30。

12月19日(日)第8回家族ピア学習会。武道館会議室にて。13:00~15:00。参加費300円。

12月21日(火)統合失調症家族教室(浜北会場、第2回)浜北文化センターにて。13:30~15:30。

参加者、担当者。

令和4年

1月 9日(日)第10回理事会。つばめ創社食堂にて。13:00~15:30。

1月23日(日)第9回家族ピア学習会。武道館会議室にて。13:00~15:00。参加費300円。

1月25日(火)統合失調症家族教室(浜北会場、第3回)浜北文化センターにて。13:30~15:30。

参加者、担当者。

2月13日(日)第11回理事会。つばめ創社食堂にて。13:00~15:30。

2月14日(火)統合失調症家族教室(浜北会場、第4回)精神保健福祉センターにて。家族同士の交流会。

13:30~15:30。参加者、担当者

2月27日(日)第10回家族ピア学習会。 ※ にて。13:00~15:00。参加費300円。

3月13日(日)第12回理事会。つばめ創社食堂にて。13:00~15:30。

3月20日(日)第11回家族ピア学習会。 ※ にて。13:00~15:00。参加費300円。

**尚、新型コロナウイルス感染拡大の折りには予定が変更又は中止となる場合があります。ご了承下さい。**

**※会場は武道館会議室又は明生会事務所にて。詳しくはお電話ください。**



## お知らせとお願い・・・つばめ創社施設長交代と明生会創立50周年記念誌

◆明生会の主要事業である就労継続支援 B 型事業所「つばめ創社」の施設長が交代いたします。令和4年1月1日付けで現施設長高橋浩万に代わり新たに平田敏彦が就任いたします。宜しくお願い申し上げます。尚、同封の「つばめ便り」に新たに就任する平田施設長の紹介記事を掲載しております。ご覧いただきたいと思います。

◆令和4年(2022年)4月17日、明生会は創立50周年を迎えます。記録によれば設立時の会員は約30名でした。以来、半世紀に及ぶ年輪を経て現在に至っております。理事会では、この家族会と作業所の歩みを後世に残したいという想いから「50周年記念誌」の作成を計画しているところです。つきましては会員や関係者の皆様の中で、往時を偲ぶ資料や写真をお持ちの方は是非ご連絡下さい。また、寄稿文をお願いすることもございますので、宜しくお願い申し上げます。最後に、記念誌の発行には少なからず費用が必要になりますので、会の内外にご寄付等をお願いすることもあろうかと思っております。以上宜しくお願い申し上げます。

理事会一同

**編集後記** 今年もコロナウィルス感染の対応に大変な一年でしたが皆様のご協力に感謝します。来年は講演会や友の会などの活動が少しでもできればうれしいです。(鈴木智子)