QSK(はなみずきvol 407) 1997年9月18日第三種郵便物承認 通巻8344号 2024年7月11日 発行(毎月1.2.3.4.5.6.7がつく日)

QSK

発行:九州障害者定期刊行物協会 住所:福岡市東区社領1丁目12番4号

はなみずき

編集:熊本きぼう福祉センター・熊本きぼう生活支援センター 編集人:森田 哲史 Eメール:kibouf c@aeluxe.ocn.ne.p

Vol 407(令和6年3・4月)

一般社団法人熊本県精神保健福祉会連合会

代表:飯塚 幸二

〒861-4106 熊本市南区南高江7-8-77

Tel096-358-4054 fax096-358-3337

定価 100円(会費に含む)

ご報告

令和6年度県連予算総会開催

3月23日(土)、県連家族会館において標記会議をハイブリット形式で行いました。

議事は、通常通り令和6年度の事業計画から検討を行いました。今回、令和5年度においてリモートによる事業実施を踏まえ、熊本県精神障がい者家族大会、熊本県精神障がい者地域スポレク大会(ふれあいピック)については、感染症拡大時も実施できる体制で行う事としました。また、リモートを利用した、複数の家族会による合同研修会も開催することとし、新しいご家族の方への参加の呼びかけを行っていくこととなりました。その後、事業計画に伴った令和6年度の予算審議を行いました。決定した年間行事を下記に掲載しますので、ご参照下さい。未定の部分は随時皆様にはなみずきや文書を通してお知らせいたします。今後とも、皆様のご協力をお願いいたします。

令和6年度 熊本県連年間行事(予定)

	主催事業	協力事業
5月14日(火)	県連理事会/於 県連家族会館	
5月18日(土)	決算総会・代表者会・作業所連絡会/於 県連家族会館	
7月12日(金)	家族支援教室(菊池地域)	
8月24日(土)	県連代表者会議/於家族会館	
9月13日(金)	第52回熊本県連家族大会/於熊本県立劇場大会議室	
10月予定	家族支援教室(宇城地域)	
10月12日(土)		全国家族大会/於札幌市
10月19日(土)	きぼう秋まつり/於家族会館	
11月 8日(金)		第60回熊本県精神保健福祉大会/於くまもと森都心プラザ
11月21日(木)~22日(金)		九州ブロック研修会in福岡/於博多
11月後半	第31回ふれあいピック/開催方法未定	
12月6日(金)~7日(土)	県連一泊研修会/於阿蘇	
令和2月予定	家族による家族学習会/(場所未定)	
3月 1日(土)	きぼう春まつり/於県連家族会館	
3月18日(火)	県連理事会/於 県連家族会館	
3月22日(土)	令和6年度予算総会・代表者会・作業所連絡会/於 県連家族会館	

※諸事情により、変更があるかもしれませんのでご了承ください。予め開催の有無をご確認いただけますと幸いです。

QSK（はなみずき vol 407） 1997年9月18日第三種郵便物承認 通巻8344号 2024年7月11日 発行（毎月1.2.3.4.5.6.7がつく日）

特集

九州ブロック研修会in鹿児島報告

大会テーマ「語り合い 学びあい 支えあい そして働きかけます」

令和６年２月８日（木）～９日（金）、アートホテル鹿児島において、標記研修会が開催されました。３年ぶりの、リモートでなく現地での参加に、熊本県連一行、１８人で向かいました。晴天のなか、道中は、久しぶりという事もあり、お弁当や各地域家族会よりの差し入れに舌鼓を打ちながら、会話に花が咲いていました。オープニングセレモニーでは、鹿児島県連家族会の皆さんが、それぞれお手製のサザエさんのお面をつけて、ユーモラスなダンスを披露され、その後、地元病院のデイケアの皆さんがリズミカルにマツケンサンバを踊られるなど、笑顔で明るく研修会が始まりました。

（基調講演）「スポーツがもたらす　心の病をはね返す力」　岡村武彦氏（大阪府新阿武山病院　院長）

基調公演は、「スポーツがもたらす心の病をはね返す力」というテーマで、大阪府新阿武隈病院　院長の岡村武彦先生が話されました。岡村武彦先生は数年前、益城病院さんの主催のフットサル大会で、熊本にもお越しになられ、熊本県連家族会運営の熊本きぼう福祉センターの皆さんともプレイさせていただいた思い出があり、近しく感じながらお話を聞くことが出来ました。講演は、冒頭でスポーツの語源について話され、様々な変遷を経て「気晴らしや遊び、楽しむこと」という意味となり、先ほどのオープニングセレモニーこそがスポーツであると話されました。そして、スポーツがもたらす心の病絵の影響として様々な効果を示されました。その中でも、特に珍しい視点として、本人への精神的なリカバリーだけでなく、周囲へのアンチスティグマの効果が大きいという事でした。精神的なハンディを持っている方々が、楽しく体を動かしている姿を見ること。そして、一緒にプレイすることで、接触機会を持ち、イメージを変える機会が増えていく事をあげられていました。

特別報告では、森越まや先生より「病の体験を言葉にして生きる力しよう」をテーマにお話がありました。森越まや先生はもともとは大きな精神科病院で勤務されていたのですが、その後、白衣を脱いで地域に飛び出し、精神障がい者と共に働く出版社や、地域に根付いた診療所づくりに尽力されています。その後、その活動によりイタリアの精神保健福祉などを学ぶに至ったそうです。お話では、ご自身の活動やイタリアの先進的な活動の紹介をされました。話の中で、印象的だったのは、「クライシス」の捉え方でした。一般的にクライシスと言うと「危機」と捉えられています。しかし、語源を紐解くと「再生・蘇生」という意味にたどり着くそうです。この二つの意味を含め、「クライシス」の意味づけを「病の前は、病の種を含んだ不安定な状態で、表面化した病を治療することで、それ以前よりもより良い状態にもっていくこと」と理解しているとのことでした。また、生態系の棲み分けを例に出され、いろいろな生活スタイルがあっても良いと示され、先ほどの「クライシス」の捉え方も含め、その人らしい生活、その人らしい人生が、一番大切であると話されました。

（活動報告）「みんなねっと活動報告」　岡田久実子氏（みんなねっと理事長）

全国の家族会である全国精神保健福祉会連合会（みんなねっと）の活動報告が行われました。岡田久美子理事長は、２０２２年の活動の７つの柱のうち、最もおおきかったものとして、「精神保健医療福祉諸政策の改革を見据えた（みんなねっと提言）の発表」を挙げられました。これは、約３年をかけ、関係団体の意見も聞きながら、今後のみんなねっと、ひいては家族会活動の方向性、ベクトルを示すものであり、とても大きな事業だったといえます。理事長も、奇しくも提言発表後、国連より日本が勧告を受け、その中の、生命、虐待、自由、自己決定、健康などに関する内容が先ほどの提言と相違ない部分が多いと感じているとのことでした。この事により「みんなねっと提言」が、重要であり、家族会活動の指針として大切なものである事を感じました。

（研修講演）「心の健康教育として学校で精神疾患を学ぶ―これまでと今、そしてこれから―」

橋口　知氏（鹿児島大学・大学院教育学研究学科　教授）

研修二日目の講師である橋口先生は、精神科医でありながら、兄弟姉妹の会を立ち上げるなど、家族会活動に力を尽くして活動を続けておられる。

教科書に令和４年から掲載されるようになったが、元々精神疾患について学ぶ機会はあり、それは普通教育ではなく「特別支援教育における学びの場」にあった。身体虚弱に精神疾患が入る。その特別支援教育の中に、病気の自己理解や自己管理力をつける指導、心理的安定に関わる活動を子どもたちに昔から学ぶ機会を与えていた。特別支援教育として、自分を知るという項目で学ぶ教科書に気分障害、統合失調症、強迫性障害の疾患名が掲載されている。自分を知ることで周囲との切れ目ない支援を受けられるようになった。

令和４年に４０年ぶりに新しく高校生が精神疾患を学ぶことになった。４０年前の教科書では精神疾患について人権を無視した記述が多く、それを偏見なく対応すべき疾患との表記を８０年代に入る直前に良い方向に変わったのに、学習指導要領を大きく変更したため（ゆとり教育のように学習時間を減らしたので、必須のもの以外が省かれ）精神疾患についての学び自体が消えてしまった。

学習移動要領の平成３０年公示により「生きる力」をつける学習を目標になった。そこで「保健体育」に精神疾患の予防と回復が入った。体育と関連づける必要があり、大脳の機能、神経系および内分泌機能について必要に応じて関連付けて扱う、また体ほぐしの運動と関連を図るように、自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもてるようにすることとある。知識として「不調により精神活動が不全になった状態であることを理解できるようにすること。うつ病、統合失調症、不安症、摂食障害があげられ、誰もがなりうること、改善できること、なりやすい年齢」等が書いてある。また対処について専門家に早期に援助を求めることが有効であることもかいてある。とても大きな進展に感じる。しかし、日本の令和型教育は「自分で学ぶ」ものであり、積極的に自分で勉強ができる仕組みがあるという。教科書にＱＲコードがあり厚労省「こころの耳」というホームページにいき、発展的に学べる。教科書だけでは伝えきれないものをそこで補填しているとのこと。

また、とてもうれしいことに、教科書には医療保健福祉一覧があり、職種とその受験資格まで載っている。「早期発見とセルフケア、自分で悩まず助けを求める大切さ」３社の教科書会社がそれぞれだが、要領にそっている。

しかし、保健体育の教諭免許をとる際の教科書は一単位分でさらっと終わる。高校教科書がよくなっても教える先生の教科書がよくない、と話された。養護教諭の免許では、精神保健は独立してより詳しく勉強ができる（理解を深めたい人のみ）。

（次ページに続く）

QSK(はなみずきvol 407) 1997年9月18日第三種郵便物承認 通巻8344号 2024年7月11日 発行(毎月1.2.3.4.5.6.7がつく日)

(前ページの続き)

心の健康教育の学びがどのように発展していくか。小学校は「不安や悩みへの対処」として大人・友達に相談、遊ぶ、運動して気分転換を掲載。中学校は「ストレスへの対処」欲求やストレスに対処について、高校では「精神疾患の予防と回復」早急に専門家に相談するように、と、生きるための大事なことが書いてあるようだ。おかげで、今後の子どもたちは精神疾患に対して必要以上に心配し過ぎないで済み、だれでもがなりうることと病院にもかかりやすい世の中ができそうである。

アンチスティグマ活動として「メディアを通した体験談の発表」「スポーツを通した活動」の紹介、精神疾患を正しく知るために親しみやすい啓発資料を漫画・映画・絵本などで身近なこととして接しやすい。「出会ったことがない」と思っていると「きづくこと」「思いをはせること」も難しいもので、家族会から出向いて出会いに行くことが必要、そしてその声を届けること。学校外から講師を招き話してもらうなど。家族当事者は学びの場に参画していくことができるという。これから先がとても楽しみである。

県連本部事務局及び熊本きぼう福祉センター報告

(2月1日～3月31日)

2月　1日(木)	スポレク事務局会議／於ZOOM
5日(月)	～6日(火) ピアサポーター研修／於県庁
8日(木)	～9日(金) 九州ブロック研修in鹿児島
13日(火)	県自立支援協議会／於熊本テルサ
16日(金)	文化交流会／オンライン(荒尾きぼうの家・玉名きぼうの家・天草きぼうの家・熊本きぼう福祉センター参加)
29日(木)	県成年後見制度利用促進協議会／於県防災センター
3月　1日(金)	スポーツ交流会／オンライン開催
2日(土)	春まつり／於熊本県連家族会館
7日(木)	九州ブロック代表者会議／オンライン開催
8日(金)	ボランティア研修会／於八代地域
11日(金)	福祉サービス第三者評価委員会
12日(火)	ハートウィーク実行委員会／於県防災センター
13日(水)	熊本県精神保健福祉協会理事会／オンライン開催
15日(金)	八代地域家族会視察研修会／於上益城地域
19日(火)	県連理事会／於熊本県連家族会館
22日(金)	スポ文理事会
23日(土)	県連総会／於熊本県連家族会館
27日(水)	熊本県社会福祉協議会評議員会

＜4月の日程＞

5日(金) きぼう花見／於梶免公園(近所)

15日(月) 避難訓練／於熊本県連家族会館

25日(木) 九州ブロック代表者会議／オンライン開催