

品川区精神保健福祉家族会

かもめ会だより

□2月の障害のある子の「親なきあと」講演会のお知らせ♪

- 題名 障害のある子の「親なきあと」～「親あるあいだ」の準備
- 日時 2020年2月1日（土）13時30分～15時に講演、15時～15時30分質疑応答
- 会場 品川区障害児者総合支援施設 B1 多目的ホール（品川区南品川3-7-7）
昨年10月に開設した施設で京浜急行線鮫洲駅より海側に徒歩6分
- 講師 渡部 伸先生

「親なきあと」相談室主宰、渡部行政書士・社労士事務所代表。

1961年、福島県会津若松市生まれ。2014年知的障害や精神障害の子どもをもつ親の悩みに寄り添い、ともに考えるため「親なきあと」相談室を開設。

現在は日本全国での講演や執筆など幅広く活動している。

●講演内容

いつか訪れる「親なきあと」我が子がお金に困らないか、日常生活のサポートはどうするか、保護者の心配は尽きません。「それでも『なんとかなるさ』と伝えたい」と、ご自身も障害のある子の父親である渡部先生はおっしゃいます。

親なきあと、子供が地域で安心して暮らせるよう、今親ができる具体的な対策について、障害年金の支給等、新たな情報も交えてお話を伺います。

- 主催 品川区障害者七団体協議会 後援 品川区 品川区社会福祉協議会
- 申込 [090-6190-6186](tel:090-6190-6186) に電話又は shoda23@icloud.com にお名前とお住まいの町名をお知らせください。

□3月の精神保健家族勉強会のお知らせ♪

- 題名 今年のまとめと「懇談会」です
- 日時 3月11日(水)13時30分より15時30分頃まで
- 会場 荏原保健センター 2階 多目的室 品川区荏原2-9-6
- 講師 荏原保健センター 臨床心理士 飯塚伸一さん
- 内容 近況を話し合ったり、来年度の計画を立てたりします。
皆様のご参加をお待ちしています。
- 申込 参加希望の方は、荏原保健センター ☎3788-7016 までお電話ください。

かもめ会だより 186号は配送の関係で一部の記事が再掲となっております。

かもめ会バスハイクを開催しました♪ (精神保健福祉施設バス見学会)

2019年11月5日に開催された精神保健福祉施設バス見学会のご報告です。

18名の参加者とバスに乗り、施設に着いて最初に見学したのはかもめ第三工房（精神就労継続支援B型事業所 西五反田2-24-2 Tel5435-1808）でした。

紹介パンフレットをいただいて、洋菓子作りをしているところを見学し、公園清掃のノウハウ等を聞き、保育園の寝具を洗うという巨大な洗濯乾燥機を見学し、まるで工場のように驚きました。

次に、同じビルの中にあるたいむ（精神障害者地域生活支援センター Tel5719-3381）に移動して、いろいろな機能を持った施設の概要を説明してもらいました。たいむに来ると住まいのこと、お金のこと、仕事のこと、人間関係、医療のことなどが相談でき、たいむの悩み事は解決できると思えました。かもめ会の会員の方にももっとたいむを利用してもらいたいと思えました。

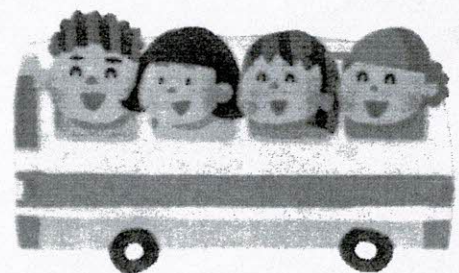
3つ目の見学場所は昨年10月にオープンした品川区障害児・者総合支援施設（南品川3-7-7）です。多目的室で行われていたアールブリュット作家と現代アーティストによる「響きあうKODOMO GOKORO」展を愛成会のコミュニティ・アートディレクターのアサダワタルさんに案内していただきました。枯葉で作った小さな動物がいっぱいいて皆さん感動していました。施設4階と5階のショートステイや生活介護のフロアでは、スヌーズレンの美しい光が見学者の感覚を刺激して皆さん感激されておりました。

昼食は施設の一階にあるカフェレストラン（就労継続支援B型事業所）で、障害当事者の方たちがサービスしてくれたお茶を飲みながらお弁当を美味しくいただきました。

午後は新施設の地下に開設された、につせいかん青物横丁クリニック（Tel6433-2410）と、につせいかんナースステーション（訪問看護）（Tel5843-4422）を見学しました。児童精神科の診察室と精神科デイケア室は、開設して1か月ということもありピカピカでした。今年4月からは診療日も増えて本格的に動き始めるとのことで、今後の期待が高まりました。

施設見学のあとは再びバスで浜離宮に行き、静かな日本式庭園を楽しみ、隅田川ラインに乗船し浅草から品川に帰着しました。

様々な施設を見学し、お話を伺い、今後に期待が膨らむ大変貴重な機会となりました。



□第4回精神保健家族勉強会に参加しました♪

2019年11月13日の今年度4回目の荏原保健センター主催家族勉強会のご報告です。今回のテーマは「医療について」で、参加者は15名でした。

講師は、しながわ在宅クリニック功刀賢院長でした。

前半は功刀院長にお持ちいただいた資料もとに「医療について」という題で、主に「治療継続の必要性」「新しい薬」「似ている病気」を説明していただきました。

以下は、講義内容の抜粋になりますので、ご参考になさってください。

「治療継続の必要性」

薬は飲んでいて期間しか効かず、症状が治まった等を理由として中断してしまうと再発のリスクが高くなります。再発は繰り返すと、回復の程度が下がったり自傷他害のリスクが増えたり、家族や周囲の負担が増えたりなど影響が出てきます。「いつもと違うこと」が再発のサインとなります。

「新しい薬」

新薬として、「レキササルティ」や「ロナセンテープ」などの紹介がありました。新薬は一般的に副作用が少ないですが、個人差があるため、主治医と相談の上で変更が必要です。また服薬支援ロボットという、服薬時間になると1回分の薬を出してくれる機械もあります。

「似ている病気」

似ている病気では、初診で統合失調症だとしても実際は発達障害だった事例などが挙げられました。症状として共通点があったり、疾患の基準が昔と今で異なったりしているため起きるそうです。定期的に欠かさず通院して、本人だけでなく家族も一緒に同行受診して医師に説明するなどが大切です。

後半は質疑応答のまま参加者間での情報交換を行いました。

薬についての質問が多く寄せられ、終了後、参加者に記入していただいたアンケートでは、「減薬の難しさが聞けてよかった」、「薬の個性や副作用の事を勉強できてよかった」などの意見があがりました。

(荏原保健センター心理担当 黒川真奈未様より寄稿)

□かもめ会おしゃべり会をレストランで開催しました♪

2019年11月30日に昼からかもめ会おしゃべり会を中小企業センターのレストラン蔵で開催しました。

今回は初めて昼食をいただきながらおしゃべりを楽しみ、18人の会員が参加して盛大にしゃべりまくりました。食事のあと会員がそれぞれの家族のことなどを自己紹介しました。かもめ会の顧問委の波多野美佳先生もおいでくださり病気のことばかりではなく、薬を減らすことの注意点や、人間関係の悩みなどの質問にも答えていただきました。

会員同士の話や情報交換も盛んで親亡き後のこと、就労支援事業所のこと、後見制度の話、家族信託のこと、グループホームの現状などおしゃべりは各方面に広がりました。

美味しいコーヒーとケーキもいただきながらおしゃべりは3時まで続き、大変盛り上がったおしゃべり会となりました。

□みんなで歌おうかもめ会が合唱をしました♪

2019年12月8日(日)午後の障害者週間記念行事に参加し、大井町きゅりあんのステージで「みんなで歌おうかもめ会」が合唱しました。

年輪の会の方々にも多数加わっていただき13人でONE TEAMとなり舞台に立ちました。司会と指揮は役員の高橋和子さん、ピアノ伴奏はかもめ第3工房の勝俣伸吾さんでした。

「故郷(ふるさと)」、「四季の歌」、「幸せなら手をたたこう」の3曲を、500枚用意した歌詞カードを参考にいただきながら会場の皆さんと歌い、かもめ会の歌声が大ホールに響きました！

「ふるさとを聴いてじい〜んとなった」と感想を頂き、たいそうな評判でした！！



□第5回精神保健家族勉強会に参加しました♪

2020年1月8日の今年度5回目の荏原保健センター主催家族勉強会のご報告です。

今回のテーマは「社会資源について2」で、参加者は16名でした。

講師は、就労継続支援B型シャロームの家 サービス管理責任者 堀合悠一郎さんで、当事者です。

前半は堀合さんに「社会資源について」という題で、堀合さんが利用してきた社会資源を中心に自分の病気の経過や現在のピアスタッフの活動をお話ししていただきました。

堀合さんは中学生の時に統合失調症を発症し、高校3年生から受診し始め、カウンセリングやデイケア、作業所とリハビリを経て、34歳の時から就労継続支援B型の家でピアスタッフとして働きはじめたそうです。そして昨年には精神保健福祉士になられ、サービス管理責任者として働いておられます。

質疑応答では、社会資源のつながり方、親としての対応の仕方が聞かれました。福祉制度に関わらず興味があるところと繋がること、そしてそのタイミングが大切なこと、親としては本人の辛さを理解して関わることの大切さをお話ししていただきました。

後半は参加者間での情報交換を行いました。終了後、参加者に記入していただいたアンケートでは、「当事者のリカバリー経過が聞けて参考になった」、「福祉関係に限定せず自分の関心のある所へ出かけて行って心地よい場所を作ることが大事」などの意見があがりました。

(荏原保健センター心理担当 黒川真奈未様より寄稿)