



品川区精神保健福祉家族会
発行：会長 庄田洋

かもめ会だより



8 月 29 日（土）旗の台の Kitara（きたら）を見学します

旗の台駅南口徒歩1分にある品川区障害者就労体験施設「Kitara（きたら）」を施設見学します。社会福祉法人げんきの運営する施設で、いろんな障害や難病、ひきこもりなどで長時間働くことが難しい方を対象にした、とても訪ねやすいお店？です。店内では区内の各就労施設で作られた手作りのお菓子、雑貨などの販売や、セルフサービスカフェのような休憩スペースが提供されており、地域の障害がある方もない方も気軽に立ち寄れるコミュニティ拠点となっています。ソファにごろごろしていてもいいスペース!のんびりできます。フレンドリーな話相手のロボットもスタンバイしてるんです。



【日時】8月29日（土）11:00～11:45

【会場】Kitara（旗の台 5-13-9、リサイクルショップ「リボン」旗の台店跡地）

東急大井町線、池上線、旗の台駅南口から徒歩約1分

03-6433-2579（Kitara電話番号）

【申込】090-6190-6186 / shoda3@east.cts.ne.jp 庄田まで



施設見学会のあと旗の台文化センターでおしゃべり会をします

波多野先生もご参加予定です

Kitara 見学のあと、今年度一回目となるおしゃべり会を開催します。かもめ会顧問医の波多野美佳先生（精神科医）をお招きして、お弁当をいただきながら会員の皆さんと交流します。治療のこと、お薬のこと、日常の困りごとなど、気軽にお話してください。和やかな雰囲気の中で、皆さんでゆっくりおしゃべりしましょう。会員・賛助会員は参加費無料ですが、弁当予約の都合で事前参加申込みが必要です。参加される方は、なるべく5日前までにお申込みください。【辻本すみ子】

【日時】8月29日（土）12:00～15:00頃まで

【会場】旗の台文化センター 第2会議室（旗の台 5-19-5）

東急大井町線、池上線、旗の台駅南口から徒歩3分、Kitara から徒歩2分

【申込】090-6190-6186 / shoda3@east.cts.ne.jp 庄田まで



7月8日（水）精神保健家族勉強会参加報告〈荏原保健センター主催〉

今回は「地域生活を支える社会資源について」というテーマで、都立中部総合精神保健福祉センター高倉先生より事例を通して相談から社会参加までの支援の流れや本人の状況に応じた障害福祉サービスの活用等について分かりやすく講義していただきました。（荏原保健センターの渡邊様、尾台様、飯塚様、新堂様よりの原稿）



9月9日（水）精神保健家族勉強会のご案内〈荏原保健センター主催〉

次回家族勉強会は、9月9日（水）でテーマは「家族対応のヒントーオープンダイアローグー」です。講師は下平美智代先生です。時間は13:30～15:30です。

参加希望の方は、荏原保健センター（荏原2-9-6）☎3788-7016 までお電話でお申込みください。区内在住の方が参加優先ですが、定員に空きがあれば区外の方もお申込みできます。（荏原保健センターの渡邊様、尾台様、飯塚様、新堂様よりの原稿）



8月25日（火）区役所障害福祉ヒアリングのお知らせ

【日時】8月25日（火）15:00～15:45 【会場】品川介護福祉専門学校5階 特別講義室

【内容】3年に一度の障害福祉計画等策定のため、障害者団体の生活実感に基づく課題、および障害児者施策全般に関するかもめ会の意見を区役所の障害福祉関連の課長さんたちが直接聞いてくれるそうです。会員の皆様からの提案、不満、疑問、苦情など、何でも以下までお知らせください。

【連絡先】090-6190-6186 / shoda3@east.cts.ne.jp 庄田まで



みんな集まれ! ふくしまつり 2026 の開催について

今年のふくしまつりは、9月26日（土）に開催されます。かもめ会は例年通り①精神保健福祉士等によるよろず相談コーナーと②フォトグラファーによる家族写真撮影特設ミニスタジオを開設予定です。詳細は次号以降の会報でお知らせいたします。



「かもめピアの会」例会報告

7月18日（土）13時30分から16時30分、旗の台の心身障害者福社会館に於いて例会を行いました。この日は新会員の参加があり、自己紹介とフリートークをしました。新会員は、これまで自分の悩みや苦しみを十分話せる場がなかったと語りました。当事者は体調が流動的な事もあり、参加者が少ない回もありますが、話せる場作りとして今後も当事者会を続けて行くこととなりました。例会は毎月、第三土曜日13時30分～16時30分、心身障害者福社会館3階の共同事務室で行います。次回は8月15日（土）です。なお、9月は19日ですが、会場に変更がある可能性が有ります。改めて「かもめ会だより」をご参照下さい。当事者の方のご参加をお待ちしています。【副会長 横田信子】



「みんなで泳ごうかもめ会」9月開催日のお知らせ

会員のうち主に児童の保護者を対象にした「かもめキッズ」グループでは、障害児の健やかな成長と体力づくり、また障害児者と家族の運動不足解消を目的に、区立温水プールの全面貸切を実施しています。キッズ以外のかもめ会会員やご家族も参加可能です。参加は無料ですが、更衣室のコイン式ロッカー使用には10円が必要です(10円は返ってきません)。プールには監視員がいませんので、安全のためなるべくペアでお越しください。またプール使用には水泳帽が必須ですのでお忘れなく。急な予定変更の可能性もありますので、参加される方はなるべく事前にお知らせください。

【日時】9月25日(金) 17:20~18:50 ※8月の開催はありません

【会場】品川区立豊葉の杜学園温水プール(品川区二葉1-1-2)

【申込】090-6190-6186 / shoda3@east.cts.ne.jp 庄田まで



7月12日(日)かもめ会講演会開催報告

かもめ会講演会「家族の思いとこれからの精神医療への希望」講師 植松和光先生

東京つくし会副会長の植松先生は、息子さんが16歳で発症した当時の困難な状況等ご自身の体験を通じて、家族任せである日本の精神医療の問題点を示して下さいました。そして少子高齢化等により日本の精神医療にも変革の時が近づいている現状と、当事者に寄り添った変革を目指すには、家族会員が知恵を出し合い積極的に関わっていく必要があると熱く語って下さいました。また、家族会活動には、「親自身の中にある差別意識を変える必要があり、そのための学習活動が重要だ。」と家族会活動の原点を示し、親なき後の対策は親がにいるうちに当事者が地域の支援者と繋がるよう準備する必要があると教えて下さいました。最後に植松先生が、多くの支援者に支えられて一人暮らしをしている息子さんへの感謝の思いを語っていたことが深く心に残りました。

※今回、かもめ会として初めて、撮影NGの方への配慮をした上で、ケーブルテレビ品川の取材を受けました。【辻本すみ子】

* * *

当日のアンケートでは「お子さんのお話から、親なき後の対策まで詳しくお話をして下さい、とても参考になりました。私も息子から多くのことを学び、今後は地域で当事者が安心安全に暮らすために何ができるかを考え、行動していきたいと思いました」「精神障害に対しての差別が相変わらずというのがくやしいです」「旧滝山病院のお話の続きが聞きたいです」「入院から地域に戻すことのイメージが難しいです。となり近所とのつきあいもなく、本人が受け入れないとなつながら気がします」「競争社会ではなく協力社会にしたいです」「住み慣れた地域で安心して過ごせるようにするにはどうしていくか、課題を洗い出し、取り組んでいく必要性を強く感じました」などのご意見・ご感想を頂きました。



また、今後の講演会で取り上げてほしい内容としては「品川区に足りないものは何ですか？それが知りたいです」「親なき後の金銭管理について」「当事者との会話のコツ、声掛けの実践方法」などのご意見がありました。

ご参加の皆さま、誠にありがとうございました。次ページに掲載したかもめ会45周年記念講演会にもぜひお越しください。



10月25日（日）かもめ会45周年記念講演会のお知らせ（再掲）

今年度はかもめ会の設立45周年に当たります。45周年を記念して、なでしこメンタルクリニック院長、東洋大学名誉教授、精神科医、白石弘巳先生を講師に招いた記念講演会を予定しています。タイトルは「家族会の現状とこれから」です。詳細は追ってお知らせいたします。

【日時】10月25日（日）14:00～16:00 【会場】大井町きゅりあん6階 大会議室（定員96名）



9月12日（土）なんでも相談会「つどいば」開催のご案内

なんでも相談会「つどいば」の次の開催日は9月12日（土）10:00～12:00で、会場はこれまで同様スターバックスコーヒー西五反田店（西五反田1-18-1）です。堅苦しくない雰囲気の中、医療職や施設職員、また家族会会員や当日の飛び入りなど、毎回多くの方が参加されています。かもめ会からは毎回役員を中心に複数名が参加しています。申込み不要で出入り自由、参加費もかかりませんが、各自ワンドリンクの注文をお願いいたします。詳しくは同封のチラシをご覧ください。



第10回「公認心理師のつぶやき」



公認心理師
松坂寛之氏

こんにちは、公認心理師の松坂です。皆様お元気でしょうか？

さて、今回は人付き合いのストレスに関してです。皆さんはいろいろな人と普段接していて、自分では絶対しないのに、何でこんなことをしてくるんだろう？とか、この人の行動が全く理解できない。何を考えているんだろう？と思う事は無いでしょうか？

それもそのはず、他人は自分と違う世界に生きているので、割と仲の良い人同士は、同じだね、という期待で相手を信じ、少しくらい違っていても考えないように無視しているという心理が働くのです。一方、嫌いな人や合わないと思っている人、敵のように感じている人から何か思いもよらないことを言われた場合、そもそも他人は自分とは違うので、やっぱりそうかと違いに過敏に反応することになります。だから夫婦であっても親子であってもある時から急に関係が急変することがありますよね？《松坂寛之》



かもめ会役員会のお知らせ

区役所による障害児者施策に関するヒアリング（2ページに記載）の前の時間帯にかもめ会役員会を行います。役員の方はお集まりください。

【日時】8月25日（火）13:00～14:40 【会場】しながわ中央公園ミーティングルーム

【議題】当日15:00からの障害児者施策に関するヒアリングの打合せ、ふくしまつりの準備や役割分担の確認等、検討（10月のかもめ会設立45周年記念講演会等）

