

午後まで残っている人がこれまでになく多かった 第7回パネルの会でした。

去る9月4日(日)南相馬市(旧原町市)サンライフ南相馬において開かれたパネルの会*は、講師のべてるの家の創始者向谷地生良さんの集客力もあって、太平洋に面する福島県の東北端にあるにもかかわらず昨年度の会津若松市での開催同様多くの人々、今回は293名の人々の記帳がありました。特に今回は南相馬市との共催、公益信託うつくしま基金からの助成金、そして今回もまた実行委員と当日動いてくださったボランティアの方々の協力のお蔭様でした。

今回はまたブレインバンクにとって記念すべき年でした。ブレインバンクがパネルの会をずっと支援してきたことを公に会場で宣伝できるようになりました。初回は主に当事者の方々が死後脳をとられるのではないかと、勝手に利用されるのではないかととても警戒なさっておられましたが、7回目にしてブレインバンク活動が、地域での暮らしの向上のために皆さまと共に学びあうことで少しでも貢献できないだろうかと願ってきたことが実行委員会で認められたのでした。

次ページの写真は、ソフトクリームをつくる装置を店に設置した作業所。会場は飲食禁止だったので、調理室にはシンクに蓋をしたりと施設全体を貸し切りにして、食事のスペースを確保しました。駐車場には出店の荷物を運んできた地元の作業所や早起きしてやってきた援護施設のマイクロバスが停まっておりました。また、今回のテーマに沿うよう製薬会社ヤンセンファーマさんがバーチャル・ハルシネーションの装置を設置してくれ、希望者は幻聴の疑似体験ができました。

パネルの会に参加なさった方々は、もちろん私もその一人ですが、向谷地先生のお話を聞くことができ、とても幸せだったと思います。私の精神障がい者家族歴40年の中でこれほど嬉しい言葉の連続にあったことがありません。先生の障害者とともに歩んできた経験が、表には決して表れないがしかし確かにあつたろう喜び、怒り、忍耐、挑戦、感激、悔しさなど汗と涙と寝不足を混ぜ合わせ、底光りとして、ダイヤモンドやルビーやサファイヤなどの宝石のような言葉になって会場の私たちに降り注いできたのですから、私は声をなくして、ただただ感激でした。当日の先生の「スライド資料」をご希望のときは「スライド資料」明記の上、事務局までご連絡くだされば送付いたします。

(文責 高野美智子)

*パネルの会とは、福島県内各地で心の病気を治そうとしている人、そんな家族の一員を支えている家族、精神保健福祉・医療にたずさわっている専門家、また何らかの形で精神疾患や精神障がい者とかかわりがあったり、関心のある一般市民の方々によって、対等な立場で話し合いの場を提供して、最新の精神医学・精神科医療を共に知ることにあります。

平成 18 年「困っていない？幻聴や妄想、どのようにつきあえばいいの？」

日時 9月3日(日)

於 南相馬市 サンライフ南相馬

講演 「べてるの家の当事者研究」向谷地生良 北海道医療大学看護福祉学部
臨床福祉学科臨床福祉学講座 教授

パネルディスカッション「困っていない？幻聴や妄想、どのようにつきあえば
いいの？」

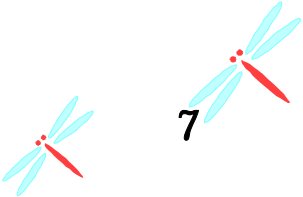
パネリスト 木内友一（郡山市）

山口道子（喜多方市）

本間真（心理士 精神保健福祉士）

丹羽真一（精神医学教授）

スーパーバイザー 向谷地生良



平成 18 年度 第 7 回パネルの会 会場アンケート (回答数 25 名)

「困っていない？幻聴や妄想、どのようにつきあえばいいの？」



回答者の内訳：

本人 8 人 / 家族 8 人 / 医療機関 2 人 / 福祉施設 3 人 / 一般市民 2 人
未記入 2 人 合計 25 人

< 午前の部 講演「べてるの家の当事者研究」 > 向谷地 生良 先生

1 この講演のなにがよかったですか？ ご自由にお書きください。

先生のお話がユーモアも交えて具体的だったので、とてもわかりやすかったのがよかったです。べてるの家の当事者研究のことが良くわかりました。(本人 県北-女性 30代)

「当事者研究」について知ってとても良かった。(本人 県中 男性 20代)

向谷地さんがおっしゃった当事者と対峙しないで、当事者の世界に自分が入っていて、そこから外に出て行くときは手をつないで出て行くというお話がよかったです。家族や友人や仕事での人間関係の中でこのような人からのアプローチを受けたことも、自分が人にやれたこともあまりないです。人とつながるといことは、同じ場所に立って、同じ方向を見ることなんだと思いました。(家族 仙台市 女性 40代)

幻聴や妄想への対処がユニークでおもしろかったです。人のつながりに勝る薬はないという言葉が心に残りました。(家族 いわき 女性 50代)

当事者の力を引き出すかかわりをしていくこと。

訴える幻聴に対してあいまいにするのでなくて、いっしょに考える。そのためにどうするか。その訳の対処をいっしょに考える - ということが、いつも訴えられ、それは???病気のせいだ幻聴があるのだ - と言いたいが、言えない。(言わずにあいまいにする)ということで。(医療機関に勤務 相双 女性 50代)

ビデオや書籍等で拝見しており、なかなかお話をお聞きする機会がないと思っていたのでうれしく思います。ソーシャルワーカーとしてのあり方、病気、当事者との付き合い方を改めて考えさせられた様に思います。(医療機関に勤務 双 女性 30代)

笑いがあり楽しかったです。私は今年4月より作業所で仕事を始めました。今では何も勉強せず、今でもまだ私自身精神障がい者の人達のことをよくわかっていません。今、勉強中です。今日、話を聞くことができとても良かったと思います。(福祉施設に勤務 相双(大熊町) 女性 30代)

様々な事例を出し、それを対処するためにユニークなアイデアが聞けてよかったです。病気を悩み苦しむのではなく、どうしたらその病気になるのかというようなこと。発想の転換から新しい解決法が見えたように感じました。私は、今、精神保健福祉士を目指し、勉強しているものなのですが、教科書や参考書とは離れたアプローチ法にとっても魅力を感じました。(一般市民 相双 女性 20代)

当事者が相互につながりあって、話し合わなければ今の苦しみから抜け出せないことがはっきり分かった。(家族 会津若松 女性 60代)

当事者が自ら積極的に努力し、仲間で支えあっていることがすばらしいと思いました。将来、原町でもこのような活動が拡大実行できればと思います。(無

記入 いわき 女性 40代)

事例をあげて解かり易くお話しして頂き、とても楽しく伺わせて頂きました。(福祉施設に勤務 県中(郡山市) 女性 50代)

なかなか変わった病気との向き合い方を知りました。一人で解決しようとするのは無理なんだと知りました。(本人 県中 女性 20代)

話し合いして聞きました。精神障がい者のことで学びました。(本人 県中 男性 20代)

先生のお話、本当にすばらしかったです。スタッフ(医療スタッフ)がこんなに積極的に当事者に向かい合っただけなんて感謝、感激です。地域にすむ人がうらやましいです。福島の地でも医療側の人々が勉強してほしいです。(家族 県北(福島市) 女性 - 60代)

特別に厳しいルールを設けず、ありのままで生活を満喫している雰囲気がよく伝わった。(福祉施設に勤務 県南 男性 30代)

事例が何例か話されたのが良かったと思います。(本人 会津若松 男性 30代)

当事者研究の大切さを知りました。ありがとうございました。

当事者研究というものがよく分からなかった。(本人 会津若松 男性 20代)

精神障害に対する治療は様々なものがありますが、何より人と人とのつながりが大切なのだということに改めて気づかされました。また、当事者が自分の病気について理解し、受け入れることにより、可能性が広がっていくのだということを知ってよかったです。(一般市民 相双 女性 20代)

話がとてもわかりやすく吸い込まれてしまいました。当人と話した場合、その子の為にそうでないんだ、こうでないと、駄目だと、これでは駄目ですネ。やはり当人に合わせ、話を合わせることなんですネ。本人の世界に入る、大変だよネ。よくやってきたネ。これから一緒にやっっていこうと、つらいことを共有すると・・・。(家族 会津若松 女性 60代)

(21) 貴重な講演を聴かれたことに感謝致します。「べてるの家の当事者研究」に関心あり、対応の仕方など教えていただき参考になりました。(家族 相双 女性 60代)

2 この講演に対してのご感想あるいはご意見をご自由にお書きください。

向谷地先生の当事者とのかかわり方がとてもあたたかく、自宅に直接行って、かかわっていくというやり方がすばらしいなぁと思いました。福島でも向谷地先生がやってらっしゃるような活動が広がっていくことを望みます。(本人

県北ー女性 30代)

「当事者研究」がすごく良く分かったし、すごく良く理解できました。この研究をもっと勉強実践したいと思います。(本人 県中 男性 20代)

会場に来られている当事者の方々の(お客として)質問が、とてもしっかりしていることがすばらしい。正直に体験をお話できることに感激! ステージ上の向谷地さん、丹羽さんが誠実にお答えになっていることが、すばらしい。会場とステージが一体になっているところが普通の講演会とは違って、初めての体験です。(家族 仙台市 女性 40代)S

浜通りでの開催なので初めて参加しました。皆さんも幻聴や妄想で苦しめられているのが手に取るようにわかりました。(家族 いわき 女性 50代)

病識のない方、障害受容のできていない方に対して、幻聴や妄想とどうつきあうようにアドバイスやアプローチしていたのかをもう少しお話いただければありがたかったです。(医療機関に勤務 双 女性 30代)

今回このような機会をいただき、とても学べました。(一般市民 相双 女性 20代)

家族ですが、当事者研究その他2,3冊本を読ませていただき、当人に「幻聴さん、今日はもう遅いから明日来てください」と言ったら、「本人の苦しみを知らないで本の受け売りをするな!」と怒られました。DRからは「家族が医療者の的なことをしてはいけない。」と言われました。でも今日朝の5時に起きて、南相馬入りしました。(家族 無記入 無記入 70代)

原町でこのような機会を作っていただき本当にありがとうございました。(無記入 いわき 女性 40代)

当事者の方が何事にも自主性を持って関わっている事がとても素晴らしく、見習うことがたくさんありました。(福祉施設に勤務 県中(郡山市) 女性 50代)

楽しかったと思います。(本人 県中 男性 20代)

資料と映像を一致して説明していただきたかった。

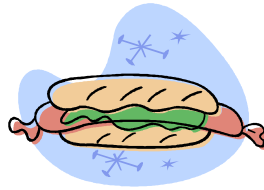
幻聴妄想大会のことをくわしくお話しして頂きたい。(福祉施設に勤務 県南 男性 30代)

私の住んでるところでもこの当事者研究があればよいと思います。(本人 会津若松 男性 30代)

SSTをやってみます。(本人 県南 男性 30代)

べてるの家の実際の活動をうかがえて大変参考になりました。(一般市民 相双 女性 20代)

初めての出席ですが、とても良い時間、勉強させて頂きました。これからもパネルの会の参加を望んでいます。(家族 相双 女性 60代)



<午後の部 パネルディスカッション>

パネリスト 木内友一さん、山口道子さん、本間真先生
司 会 丹羽眞一先生
スーパーバイザー 向谷地生良先生

3 パネルディスカッションのなにがよかったですか？ ご自由にお書きください。

4 人の方々それぞれのお立場から今回のテーマに沿った具体的なお話を聞かせていただけたのがよかったです。(本人 県北ー女性 30代)

病気の息子さんと助け合って10年間歩んできた山口さんの苦労と喜びが自分の事のように思えて、あらためてこの病気の大変さを知った。(家族 会津若松 女性 - 50代)

当事者、家族、心理士、精神科医の話をしてもらったのが良かった。(本人 県中 男性 20代)

当事者と医者と当事者の家族、それぞれ立場のちがう方々が話をするのがおもしろい。

丹羽さんは精神科のお医者さんとしてとてもくわしくお話されていました。勉強になりました。精神科のお医者さんで腰が低く、当事者の方の話に耳を傾けている様子がすばらしく、あたたかい交流を感じた。(家族 仙台市 女性 40代)

息子も長年幻聴に悩まされています。デイケアに通っているのですが幻聴は話題になることがないのでもっともっと気軽に話せるように自分ひとりじゃないんだという事を感じて欲しい。(家族 いわき 女性 50代)

当事者が堂々と話をし、家族の思いが伝わり、当事者研究の必要性を強く感じたが、どう勉強するのか、その方法がまだわからない。(医療機関に勤務 相双 女性 50代)

当事者の方、ご家族の方のお話は興味深く聞かせていただきました。(医療機関に勤務 双 女性 30代)

薬を指示通りに飲む。そして土台を作る。改めて大切なのだと思いました。幻聴さんが心配するから早くたいほしよう。??裏には態度がある。その練習しかない赤坂病院・渡辺先生はときどき継続は力なりと?られ?る。(無記入)

一人、一人違ったパネリストの講話を聞き、医師、心理士、当事者、当事者の家族がどう考えているのか伝わりました。(一般市民 相双 女性 20代)

当事者、家族、福祉、医師という各々の立場からの統合失調症についての考え方がスタンス、思いなどが、統合失調症という病気がもたらすバイオサイコ ソーシャルな影響について多面的な考え方が良く理解できました。(本人 (双極性障害 型 手帳 3 級申請中) 元医療機関に勤務、元福祉施設に勤務、現在一般市民 県北(保原町) 男性 30代)

今日は朝の早いことから、私たちのためにイッショケンメイ、パネルをもっていていただき、本当にありがとうございました。私も家族として、自信をもって少しずつ良く考えて子どもと一緒にがんばります。よろしくおねがいします。(家族 無記入 無記入 70代)

丹羽先生の脳内の血流の様子を教えてもらい、薬と症状の関わりが良く分かった。(家族 会津若松 女性 60代)

当事者家族の話は胸に迫りました。本間さんも病院で取り入れている取り組みがわかりました。丹羽先生には今後も研究を進めていただき、治療や?の生活が改善できるよう期待しております。(無記入 いわき 女性 40代)

当人だけではなく、親の話も聞いてよかった。(本人 県中 女性 20代)

山口さんの話、親として当時のことを思い出し涙がとまりませんでした。一人ひとり一步一步よくなり、社会人として価値ある生き方をしてほしいです。(家族 県北(福島市) 女性 - 60代)

丹羽先生が内容を要約されて解説して頂きながら、説明して下さったところがよかった。(福祉施設に勤務 県南 男性 30代)

幻聴がおきるメカニズムについて知ることができてよかったです。(本人 会津若松 男性 30代)

丹羽先生の話で、脳の中で何が起きているか知ることができて良かったです。(本人 県南 男性 30代)

当事者の木内さんと山口さんの話が特に良かった。針生ヶ丘病院の本間先生の話が良かった。(本人 会津若松 男性 20代)

当事者、家族、援助者、それぞれの立場からお話をうかがえたことが良かったです。当事者自身もつらいが、それを支える家族の辛さや大変さと聞き、胸にせまるものがありました。(一般市民 相双 女性 20代)

(21) 幻聴が聞こえてきたら、はいはいご苦労様とか、「人生の終わりだ」と聞いたら、反対言葉で「だりわおのいせんじ」と答えるように答えた、そうすると逃げていくと……。 (家族 会津若松 女性 60代)

(22) パネリストの山口道子さんの息子さんの体験発表に共感いたしました。私自身も娘との付き合いで 10 年目です。これまでの辛苦を思い出しました。家族

が一生懸命につきあった事を知り、これからの私の生き方も楽になれそうです。
(家族 相双 女性 60代)

4 パネルディスカッションに対してのご感想あるいはご意見をご自由にお書きください。

今回、テンポがよかったと思います。(本人 県北-女性 30代)

本間さんの病院での「当事者研究」をうちのクリニックのデイケアや作業所でも取り入れられたらいいなと思いました。(本人 県中 男性 20代)

当事者の方が自分のことをはっきりお話になるのがとても良いです。当事者の方に質問が集中していた。病気の体験をした人は、同じ病気で苦しんでいる人にとっては、もっと話が聞きたい人になっている。べてるが必要とされる所以がここにあると思います。精神医学がやっと開かれて、明るい場に出てきたなと思います。(家族 仙台市 女性 40代)

もう少しソーシャルな部分での生活者としての患者生活のしにくさ、などについての説明(及び社会資源)、その改善策などについての話が聞ければなお良かったと思います。(すいません。午前中に向谷地先生が説明していたかもしれませんが。自分も SW なので、つい書いてしまいました。)(本人(双極性障害型 手帳 3 級申請中)元医療機関に勤務、元福祉施設に勤務、現在一般市民 県北(保原町) 男性 30代)

当事者の方、家族の方、胸に迫るものがあり、とても感動を覚えました。病気とのつき合い方、そしてそれを見守る家族の方、今日、発表された方々はとても恵まれた方だと思いました。活発な討議があり、とても参考になりました。(福祉施設に勤務 県中(郡山市) 女性 50代)

丹羽先生のお話は分かりやすいのですが、先生のお話、少し当事者にも分かりやすいようかみくだいてお話ししてほしいです。本人 県中 女性 20代
楽しかったです。(本人 県中 男性 20代)

今までの会でも今回はとても身近でよかった。医療スタッフの熱い思い(向谷地先生)があったことが今回すばらしい会になったと思います。今後も熱い思いで活躍している方のお話を聞きたいです。未来が明るくなります。(家族 県北(福島市) 女性 - 60代)

向谷地先生のコメントをもっと聴きたかった。(福祉施設に勤務 県南 男性 30代)

勉強になりました。ありがとうございました。(本人 県南 男性 30代)

山口道子さん、本当に自分の子どもへの思いを、10年間を思い、書き留めるって本当に何と(言って)いいかわかりません。私も娘と20年位は過ぎ去る

うとしていますが、今まで何をしてきたかと自分を責める毎日です。やっと少しずつ少しずつ分かってきている自分です。やはり一緒になってけんかをした
りつらい思いでした。でもほめて育てる事、健常者でも障害者でも同じなんだ
と思っています。(家族 会津若松 女性 60代)

パネリストの体験談や丹羽先生のアドバイスに参考になる部分がたくさん
あり、今後の私達が生きてゆく家族の生き方に工夫や知恵など取り入れてゆき
たいと思います。(家族 相双 女性 60代)

5 次回パネルの会にはどのようなテーマを取り上げてほしいですか？

・自立支援法でどう変わったか、これからどうしたいか。

再発を防ぐには(本人 県北-女性 30代)

次回では「自閉病(自閉症?)と精神障害について、を取り上げてほしいと
思います。よろしくお願いします。(本人 県中 男性 20代)

障害受容のあり方、就労(働くこと)について等。(医療機関に勤務 双
女性 30代)

精神障がい者の現場、職場で働く人達(一般市民 相双 女性 20代)

「気分障害について」とセルフ・ヘルプ・グループの役割について。(必要性)
ぜひ取り上げてほしいです。本人(双極性障害 型 手帳3級申請中)(元医療
機関に勤務、元福祉施設に勤務、現在一般市民 県北(保原町) 男性 30代
当事者にとっての社会復帰等。

家族も自分も精神障がい者の対処法(本人 県中 女性 20代)

地域での生活 病院での実態(入院期間、治療内容等々)(福祉施設に勤務
県南 男性 30代)

統合失調症と社会復帰について

躁うつ病について(本人 会津若松 男性 30代)

気分障害について(本人 県南 男性 30代)

うつ病について(一般市民 相双 女性 20代)

摂食障害(拒食、過食)などについての当事者の体験談や、当事者と家族の
関わり方など、うまく対応できる話が聞きたいと思います。(家族 相双 女性
60代)