

平成30年度 明石市地域自立支援協議会

くらし部会 レポート Vol.31 平成31年3月28日

発行元：明石市地域自立支援協議会 くらし部会事務局（明石市基幹相談支援センター）

住所：明石市貴崎 1 丁目 5 番 13 号（明石市立総合福祉センター 1 階）

電話番号 078-924-9155 ファクシミリ 078-924-9134

【意見投稿用アドレス】 akashi_jiritsushien@yahoo.co.jp

会員専用のメールアドレスをご用意していますので、皆様からの情報提供やご意見をお待ちしています。

早いもので今年度も残りわずかとなりました。

今号では、2月20日（水）に開催致しました、平成30年度 障害福祉サービス等従事者向け精神保健福祉研修について、松井さん（あかし保健所 健康推進課）にご報告頂きます。

講義1 「当事者理解～わたしたちの元気な生き方」

今回は、精神障害の当事者でピアサポーターの小宮真由子さんと田中秀紀氏さんに登壇していただき、リカバリーストーリーを語っていただきました。「自己表現が苦手だけどチャレンジします」と、ご自身に起きた困難な経験と回復した今を自身の言葉で語られる姿に、受講者も研修スタッフもすっかり聞き入りました。



プログラムの後半では「WRAP (元気回復行動プラン)」について紹介していただきました。WRAPとは、Wellness Recovery Action Planの頭文字をとった名称で、アメリカの精神障害の当事者が開発したプログラムです。お2人にご自身のWRAPの内容を語っていただいた後、支援者へのメッセージも伝えていただきました。最後には質疑応答の時間を設け、受講者からお2人への質問に答えていただき、終始とても和やかな雰囲気の中、当事者の方への理解が深まる時間になったと思います。

受講者の感想（抜粋）

- ・ピアサポーターさんのお話を聞いて、ある日突然自分の身におきたことを聞き、誰にでもおこりうる疾患なのだと思った。周りの人のちょっとした声掛けや心づかいが精神疾患を持つ方の助けになると知った。
- ・お二人の当事者のリカバリーストーリーでは辛い実体験をお話いただき、またWRAPをつかって自分自身と向き合う姿にとっても感動しました。
- ・WRAPの『自分でつくる自分のトリセツ』が、わかりやすかったです。
- ・当事者の方が色々な方法でしんどさを乗り越えておられる話を聞き、現在勤めている施設の利用者の方にも色々な提案をさせて頂けると思った。

講義2 「精神疾患の基礎理解」

今回は、明石土山病院の前田憲作先生にご登壇いただき、主に統合失調症とうつ病、双極性障害についてお話いただきました。病気の鑑別診断の視点や病因、症状、治療や病気の経過、予後に至るまで非

常に詳しいお話でした。投薬治療の際に最も注意を要する副作用（悪性症候群）については、対象者の身近にいる支援者として気をつけて観察し、主治医への報告や支援者間で共有する必要があると感じました。

受講者の感想（抜粋）

- ・疾患についてとても分かりやすく説明して下さったと思います。
- ・うつ病の人と接する事があるが、症状を理解した上で接する事で、注意点が違うと思った。
- ・普段、利用者の方と接する中で、これで良いのだろうかと思っていたことも、改めて症状の説明等を聞き、利用者の方の理解にとっても役に立てることが出来るお話でした。
- ・自分が普段使っている言葉でも間違っている事があると解った。

講義3 「精神保健福祉相談の基本」

平成 26 年から始めている当研修で初の試みとなる、支援者によるパネルディスカッションを実施しました。対象者やその家族から怒られたり拒否されたり、あるいは頻回な電話がある、主治医や他の関係機関との連携の難しさ等、支援者の多くが経験すると思われることをテーマにしました。経験豊富な精神保健福祉士がパネリストとして登壇し、さまざまな形で不安を表出する対象者をどのように捉えて支援しているか、心構えと具体的な対応についてお話をしました。プログラムの後半は、パネリストの意見を受け、席が近い受講者同士でグループになり、意見交換をしました。最後にコーディネーターより、障害の有無に関わらず、対象者へ尊敬をもって接すること、マイナス探しをしない態度が大切である等の話がありよりよい支援のために必要な姿勢や視点について、改めて学ぶことができました。



受講者の感想（抜粋）

- ・支援者側の目線でたくさんの例を出していただき、とても分かりやすかったです。今後の支援に役立てたいと思います。
- ・「価値観のおしつけにならないように」という当たり前に思える事でも、本当は自分の価値観で物事を片づけようとしていたのかなと考えさせられました。色々なお話が聞けてとてもよかったです。
- ・出された事例が普段考えたり、対応する時に感じたりすることがたくさんあり、とても参考になりました。
- ・支援している中、悩んでいた事がいくつかありましたが、心のモヤモヤが少しスッキリした気がしました。

本研修は、精神障害者支援体制加算における「精神障害者の障害特性及びこれに応じた支援技法等に関する研修」として、兵庫県に認可を受けて実施し、31名の受講者に修了証明書を発行致しました。今後も精神障害のある人へのより良い支援のために、皆様と学ぶ機会をつくって行きたいと思います。