

VOL.57

2021 年 3 月発行

事務局

〒351-8510

埼玉県朝霞市岡48-1

東洋大学ライフデザイン学部生活支援
学科

研究室: 大学院・研究棟 5 階 5515 室
(吉田研究室)

日本精神障害者リハビリテーション学会

News Letter

INDEX

01 はじめに

02 特集：コロナ禍に
おける生活や活動の
報告

03 コロナ禍における
生活や活動の報告①

04 コロナ禍における
生活や活動の報告②

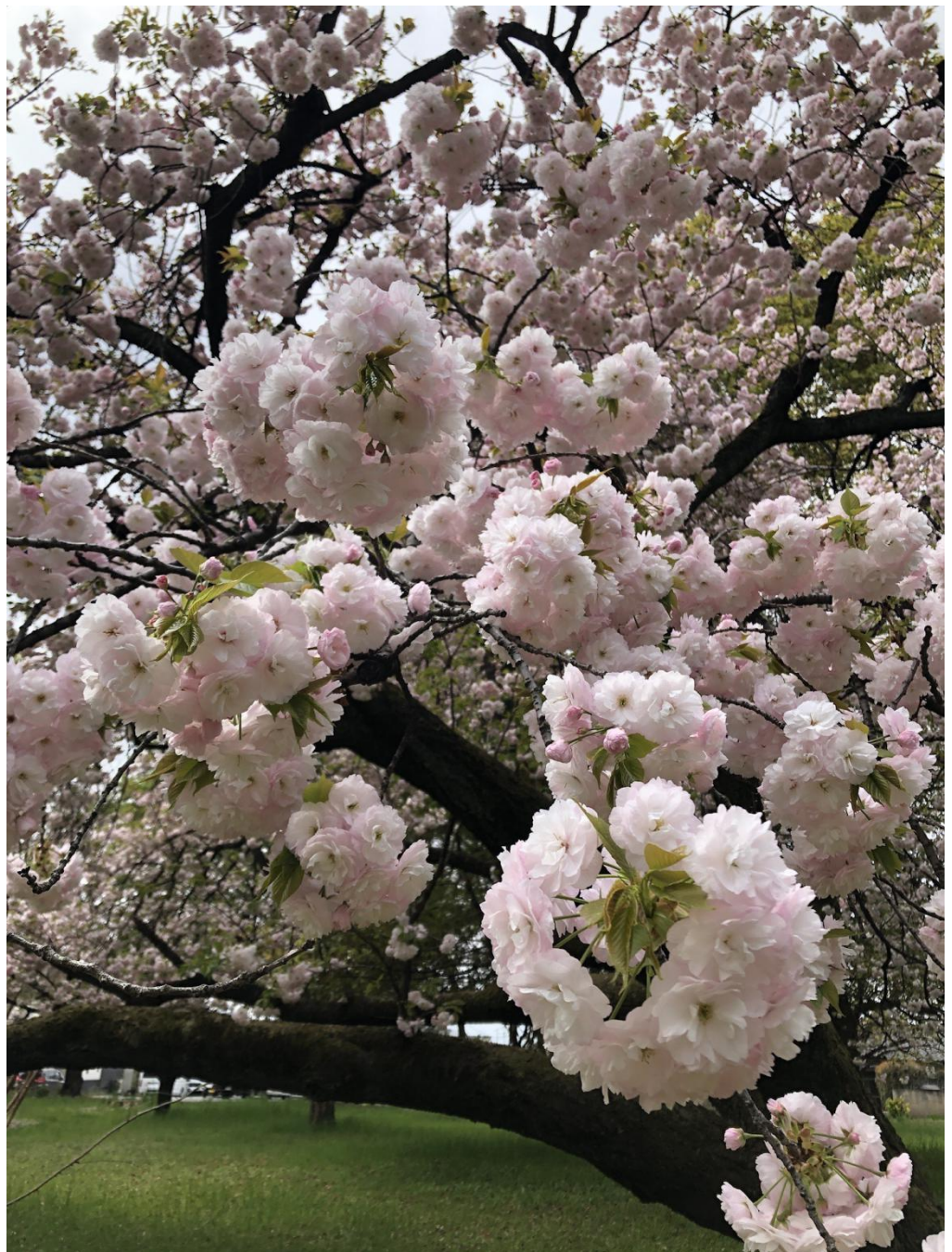
05 コロナ禍における
生活や活動の報告③

06 コロナ禍における
生活や活動の報告④

07 コロナ禍における
生活や活動の報告⑤

08 事務局からのお知
らせ

09 理事選挙結果



はじめに

日頃より、精神障害者リハビリテーション学会の活動へのご理解及びご支援、どうも有難うございます。

コロナ感染症蔓延に加えて、地震などの災害も起こり、会員の皆様も大変な日常や胸をなでおろすことができない毎日を送っていらっしゃると思います。

多くの皆様の一番の願いは、この危機的状況や自粛生活がかつての日常に回復することだと考えます。出口のないトンネルはないと言うように、皆様が下記の猫ちゃんたちのごとくに、安心してリラックスできる時が少しでも早く来ることを願わずにはられません。

現在のような感染症や災害などに見舞われた際には、緊急避難的に社会的強制が増したり、反対に個人の尊厳が一層尊重される場面に出くわすこともあるでしょう。ポストコロナとも言うべきコロナ感染症の激減や終息を向かえた際、かつてよりも精神障がい者や社会的弱者を含めた万人に優しい世界、一人一人の尊厳をお互いや社会が尊重して協力や協働していく世界に移行していることをつとに願う今日この頃です。

ニューズレターの発行が大変遅くなりましたことをお詫びしますとともに、今後とも精神障害者リハビリテーション学会への益々のご尽力やご助力を何卒お願い申し上げます。



<http://www.japr.jp>
Mail japr.jimukyoku@gmail.com

特集：コロナ禍における生活や活動の報告

2020 年度はコロナ感染症蔓延の影響で、東京オリンピック・パラリンピックだけでなく、精神障害者リハビリテーション学会を含めて、多くの学会が中止や延期となりました。

そのため、ニューズレター57号では、「コロナ禍における生活や活動の報告」というテーマで特集を企画してみました。

コロナ感染が続く中で大変だったことや困ったことというコロナ禍におけるネガティブな側面だけでなく、コロナ感染が続く中で工夫したことや得られた貴重な体験などポジティブな側面にも目を向けた企画になればよいと考えて、五人の方から原稿をいただきました。

①②③は精神障害者リハビリテーションの支援者、④及び⑤はピア実践者による寄稿です。留意していただきたいのは、精神障がいという観点から考えますと、①②③は支援者、④及び⑤は当事者ということができるかもしれませんが、今回のコロナ感染症蔓延による精神的影響という観点から考えますと、五人の方や私たちを含めて、誰もが当事者であり、支援者であるということです。

どの五人の方のご報告も会員の皆様の共感を得られる内容です。皆様が今後のコロナ禍を生き抜く上での活力が、少しでも鼓舞されれば幸いです。

コロナ禍における生活や活動の報告①

京都大学大学院 山田純栄

コロナ感染が続く中で大変だったことや困ったこと：

- ・対人交流機能のトレーニングやプログラムが実施できない
- ・日常生活の全般的な不安を訴えるメンバーさんが一時期増加した
- ・小さな声で話される対象者に何度も聞き返すことになる
- ・プログラムができない、デイケアを開けないときの説明が官僚的になり、メンバーさんに伝わりにくい
- ・感染症対応の行動厳守をメンバーさんに守ってもらうまで何度も言及しなくて貼らなくなった

<http://www.japr.jp>
Mail japr.jimukyoku@gmail.com

- ・実習生を受け入れられない
- ・研究や調査の実施が制限される

コロナ感染が続く中で工夫したことや得られた貴重な体験など：

- ・（メンバーさんからの意見）電話での診察に移行したメンバーさんは、外出の不安と診察時の待ち時間が軽減できたと喜んでいました
- ・（メンバーさんからの意見）人に会わなくてもよい機会が制度化したことで、対人的負担が軽減できたと
- ・（メンバーさんからの意見）Zoom なアプリを使用して、メンバーさんとスタッフ（10 名ぐらい）で話し合う機会を作り、近況報告をした。直接話すよりも遠隔対面のほうが話しやすかった。リラックスして話す練習ができた。
- ・体調不良にてやや無理をして仕事をしたスタッフは休みやすくなった
- ・非対面アプリで会議時の負担が軽減した（会議やミーティングの数は増えた）

貴重な体験

あるデイケアメンバーさんは、春から非対面診察に移行し、主治医とは電話で話すようになった。診察の待ち時間が短く、混雑したバスに乗らなくてもよいと喜んでいました。

夏に、メンバーさんは調子が悪くなり、スタッフと体調管理について話し合うようになった。そして、家族との対人交流の増加に比して彼らの言動が気になり、同時に胃腸障害や頭痛が現れてしまうことに気づいた。

診察を経ても、具体的な対処が得られないまま経過した。確認すると、メンバーさんは診察時に胃腸障害などの不調、家族の言動で困惑したエピソードには触れず、主治医には「変わらない」と述べていた。理由をたずねると「先生と話すとお痛くなる、（不調は）言う必要はないと思って」とのことだった。

診察記録から、いままでの対面診察では、主治医はメンバーさんが訴えなくても不調を察して、薬剤調整などの対処をしてくれていたと推測した。スタッフは、健康管理に関するエピソードは主治医に言葉で伝えること、こころもとない思いをした経験や気持ちは主治医にも手伝ってもらって整理しようと働きかけた。次の診察を終えたメンバーさんは、「言えた。先生は私の話を聞いてくれた。私は変わったかもしれない」と述べた。

メンバーさんは、電話の診察に伴い一時的に不調にはなったけども、“先生と話せば問題が解決する”から“健康管理として主治医（医療）を便利なツールとして活用する方法”という視点を得たと思う。

<http://www.japr.jp>

Mail japr.jimukyoku@gmail.com

コロナ禍における生活や活動の報告②

ひあしんす城北 旗野哲也

現在、都内で就労継続支援 B 型事業所にてソーシャルワーカーとして勤務しています。新型コロナウイルス感染症の影響で、私たちの活動も大きな影響を受けました。6 月以降は通所を半日ずつに分け、空間をパーティションで区切り、時間的にも物理的にも他者との交流が制限されてしまいました。また、生産活動の収入減少に加え、活動時間自体の減少も相まって、平均工賃は昨年度の 7 割ほどに下がってしまいました。一泊旅行やクリスマス会などのレクリエーションも自粛せざるを得ず、ただでさえ窮屈な生活の中、気分転換もままならない状況でした。新しい方の受け入れも難しく、しばらくこの状況が続くと思うと頭が痛いのです。ただ、一方で困難な状況の中で、利用者、職員でアイデアを出し合い、新しいことにもチャレンジできた一年でした。自助グループやバルーンアート等の活動は早急にリモートを取り入れ、家から参加できる体制にしました。またその経験を活かして、大学の授業にリモートやビデオ上映にて参加させていただきました。「3 密を避けたレクリエーションであれば！」との切なる要望を受け、他団体と企画し、山奥の森林を楽しむレクを新しく始めることができました。年明けに再び緊急事態宣言が発令され、活動時間を短くすることを余儀なくされました。今年度は間違いなく赤字でしょう…。それでも当事業所は幸運にも誰も感染していません（高齢の方や持病を持たれている方も多く心配だらけですが…）。今年もたくさん大変なことや起きるのかもしれませんが、でもきっと間違いなく昨年同様に、皆でアイデアを出しながら柔軟な姿勢で乗り切れるのだと信じています。

コロナ禍における生活や活動の報告③

群馬県立精神医療センター 柳澤学

コロナで 4 月 7 日緊急事態宣言、その後 4 月 16 日に緊急事態宣言が全国に拡大されたのを受け、外来診療・外来リハビリテーションの一環ではあるが、おおよそ 2 ヶ月間デイケアを休止しました。

今回デイケア再開後、第 2 波・第 3 波とコロナの感染は続いています。

<http://www.japr.jp>
 Mail japr.jimukyoku@gmail.com

そんな中で、感染拡大予防のため、自分ができる事を1人1人が行っているデイケア利用者の姿を目の当たりにしています。

スタッフとしては、感染予防をしながら、利用者が自己実現できるよう支援する事と、安心できる場としてデイケアを今後休止しないで行える努力をしたいと強く感じています。

デイケア利用者にコロナ禍で大変だったこと、感染が続く中で工夫したことや得られた体験をアンケートしました。

コロナ感染が続く中で大変だったことや困ったこと

- ・ デイケアがしまって、精神的に悪くなってしまった。
- ・ いろいろな場所に行けなかったり、生活リズムが完全に崩れた。
- ・ デイケアが休止になったこと。
- ・ 旅行や外食に行けないこと。
- ・ 不安をあおられる。
- ・ コロナに感染するのではないかという心配。
- ・ 眠ること。

コロナ感染が続く中で工夫したことや得られた貴重な体験

- ・ 手の消毒をよくしていた。
- ・ 普通に生活できる大切さがわかった。
- ・ 手洗いを必ずするようになった。
- ・ マスクをする。
- ・ 健康や消毒に気を使うようになった。
- ・ 3密を避ける。
- ・ 人との繋がり大切さを知れた。
- ・ 手洗い・うがいの大切さ。
- ・ 世の中の流れ・動き。

コロナ禍における生活や活動の報告④

私の立ち寄った場所

群馬県 F.K

私は先日、80歳の誕生日を迎えました。赤いちゃんちゃんこを着て、グループホームのみなさんでお祝いをしました。

私はグループホームで生活をし、週3日就労継続支援事業B型の畑の仕事に出ています。

お日様を浴びて、畑を耕し、野菜が育っていくのはとても楽しいです。

38年間の精神科病院入院を経て、グループホームに来てもうじき10年になります。

1年以上、コロナウイルス感染症が流行し、なかなか外に出かけることができませんが、

私が働いていた頃、トラックに乗って日本中を巡りました。

わたしが立ち寄った場所書き残したいと思います。

M運送に昭和47年頃入社したと思います。行った会社は、足利市Sシャッターの本社です。青森県大湊市ヘフェリー、函館・札幌市の会社でした。東北は、仙台から横手市・大曲市、秋田県秋田市のSシャッターへ行きました。北はここまでです。

南は、広島のスシャッターの会社です。北九州を通り、福岡県大野城市へ行きました。福岡県にはSN運輸の思い出があります。帰りは、佐賀農園でみかん、福岡県柳川市は刀が有名です。海苔を運んだ思い出があります。熊本県八代市からタケノコを東京方面へ運んでいました。

宮崎県の延岡市旭N電化成があり、高千穂・阿蘇山も有ります。熊本県に水善寺にお参りした思い出があります。暑い日は、スイカが山の畑に実っています。

長崎県はキリスト教を開拓したことで有名な、天草四郎の銅像が建っています。

<http://www.japr.jp>
Mail japr.jimukyoku@gmail.com

岡山県は、桃（桃太郎）がとても有名です。桃太郎の物語にでてくる、雉・犬・猿の食べたきび団子は、お土産で売られています。玉野市から倉敷市に、高速道路が繋がりインターがあります。

四国フェリー・日通フェリーで高松市。丸亀市から山を越すと、金毘羅山様です。階段は1002段あり、奥に神社があります。岡山ベニア100枚東京へ運びました。

小樽市のパチンコ屋に還元気を運び、苫小牧の紙・1本1トンのロールを10本、静岡の紙問屋に運びました。

広島県三原市から西条市、尾道インターが出来ています。船に乗って、瀬戸内海の島から島へみかんを運んだ思い出がありました。瀬戸内海には小島が100くらいあります。

山梨県韮崎市の農協から鹿児島県の市場へリンゴやブドウを運びました。

兵庫県明石市からフェリーに乗って淡路島へ、徳島市で太平洋を眺めていると、坂本龍馬の銅像が見えました。

兵庫県には赤穂市・相生市・加古川・姫路城があります。姫路城の次は六甲山・宝塚・尼崎があります。六甲山がくもりだと、大阪府は雨になります。

大阪府は、豊中市のお風呂に思い出があります。N運送は、御堂筋、八尾市、梅田市、堺市、浪花市、東大阪に車用のターミナルがあります。御堂筋の通りには銀杏の木に実がなっていました。松原市にはNN運輸があります。梅田駅は1年で1センチメートルの地盤沈下がおきています。大阪府八尾市は、コクヨ便箋、堺市からザブ石鹼運びました。昔、国道1号は日本橋から大阪まで、2号は大阪から下関まで。弁天島では、オートレースがあります。大阪府は松原区にNN運輸のターミナルがあります。東大阪に運転手の仲間のターミナルがあります。

静岡県は、浜松市、ネオンは静岡が美しいです。浜名湖では競艇があります。静岡駅は東海道と繋がっています。清水市、沼津市には、食事ができるドライブインがありました。奈良県、大和郡山市、伊賀市、三重県四日市市、岐阜県大垣市に行きました。中山道は大垣市、関ヶ原には、食事をするドライブインがあります。

京都から長野方面、郡上市があります。郡上の次に、川崎重工が左右にあります。犬山城もあります。犬山城を越えると川があり、越えるとラインがあります。木曽路ラインだったと思います。

<http://www.japr.jp>
Mail japr.jimukyoku@gmail.com

滋賀県の彦根城。何万石かまでは覚えていません。近江八幡市、栗東、大津市、京都、東名高速道路を走りました。三重県津市の近江から糸を、足利市の会社まで運んだ思い出があります。平和球場が名古屋ドームに変わりました。桑名市は、蒲郡市になりました。

前橋市古市から M 自動車会社のシャフトを広島の倉庫へ運びました。大泉町からは、広島市の〇〇KK 倉庫、和歌山県〇まる KK に、冷蔵庫を運び、帰りには和歌山からみかんを積んで帰った思い出があります。昔、有田みかんを運びました。徳川寺など岡山県には古い寺があります。桐生市の市場には、有田みかんを 12 トン、松下幸之助の〇〇KK には、昭和 48 年電化製品（こたつ、扇風機、電気ストーブ）を運び景気が良かったです。

岡山県から兵庫県に向かうと、赤穂浪士に関わる門があり、相生市には姫路城があります。国道に沿って立っています。九州に行く人は、小倉市で博多人形をお土産に買う人が多いです。

京都府丹波郡の先に、鳥取県がありそこには、〇〇KK がありました。鳥取から島根に向かう国道 9 号線には、高速インターのような、まわり込む道がありました。

長野県の上田市、戸倉市、篠ノ井市、須坂、豊野市はリンゴが有名です。飯山線を通して新潟県に入ります。小千谷市、長岡市、三条市を通して新潟市に行きます。ガラスやウィンドケースを直す会社が古町にありました。境町からキャベツやスイカ、ほうれん草を運んだ思い出がありました。帰りは小千谷市を回って六日町、湯沢、三国峠を通して、群馬の猿ヶ京から 17 号を通して帰ってきました。当時は道がなくて川の水が無い時に通りました。40 年近く昔の話なので、今は良い道路が出来ていることでしょう。

高知県の百貨店には冷蔵庫を運びました。明石からフェリーに乗り淡路島へ行き、瀬戸内海フェリーからは、波もなく穏やかな海がみられました。徳島市から太平洋側を見ると、高知県南国市には、坂本龍馬の銅像が建っていて、その近くには枇杷が売っていてお土産にかった思い出があります。

今もよく覚えている景色です。

終わり

コロナ禍における生活や活動の報告⑤

I'm alive!! It's my job.

『わたしの仕事』

社会福祉法人明清会 折茂宏明

(R3 年 4 月～常勤職員となりました。原稿は少し前のものです)

群馬県に住む折茂宏明です。年齢は 33 歳です。今まで、さまざまな苦労を重ねてきましたが、今は元気に楽しく暮らしております。

病気について

私は、統合失調症と自閉スペクトラム (ASD) を持っています。統合失調症を発症したのは大学生時代です。発症時、教室で講義を受けていたのですが、突然「〇〇さん」と呼ぶ声が聞こえだし、それが周りに聞こえているのではないかと恐怖に怯え、机にうずくまったのを覚えています。後になってそれが「幻聴」だとわかりました。実は中学生の時も、人から傷つけられるという妄想があり、相談室登校になった過去があるので、もうその時には統合失調症だったのかもしれない (その時、通院していた精神科では何も言われませんでした)。また、ASD と診断されたのは 32 歳の時です。子どもの頃から、人が楽しくしている時に、自分だけ意味が分からず仲間には入れなかった記憶があります。人付き合いは、(今もですが) 苦手です。ダブルパンチで、何度お苦しい思いをしてきました。しかし、今は現在の職場で落ちついています。

今の職場で働いて

現在私は、『社会福祉法人明清会』の就労継続支援事業所『マザーリーフ (藤岡市)』で働いております。マザーリーフでは A 型と B 型と運用しており、私は A 型に所属しています。主な仕事は農作業で、農業生産法人から委託を受け、作物の選別や収穫、除草などを行っています。昨年はエダマメ、ブロッコリー、キャベツ、ネギ、白菜などの栽培・収穫に参加しました。A 型は最低賃金が保障されていますが、その分求められる仕事もハードです。

例えば、10 月下旬からキャベツの収穫が始まりましたが、キャベツは大きい物だと 1 玉 1.5kg 以上あり、それを 1 ケースに 5～6 個入れます。収穫だけでも重労働ですが、さらに 10kg 以上のケースを 1t トラックに百ケース近く運びます。また、ネギは大きさを揃えて箱に入れますが、A 品は見た目を良くするためにきれいに詰めなくてはならないため、神経を使います (汚ければクレームのもとになります)。さらにキャベツもネギもいかに短い時間で大量に収穫・選別出来るかが求められるため、スピーディーにやる必要があります。「農業はゆったり」というイメージを持たれている方も多いかもしれませんが、その反対でいか

<http://www.japr.jp>

Mail japr.jimukyoku@gmail.com

に生産性を高められるかが重要です。能力に応じて給料も上がっていくという成果主義なので、そういう意味でもハードですね。

ただ、そんな仕事さえも楽しさを感じています。たしかに疲れますが、「今日は昨日よりうまく収穫できた」とうれしくなったり、「もっときれいに詰めないと」と気を引き締めたり、飽きることがありません。一種のゲームみたいなもので、とても充実しています。さらに、自分をもっと頑張ることで、他の社員の給料も払えるようになるという責任感もあり、「さらに努力しよう」と思えます。また、将来は実家の農業を継ぐ予定なので、今働いていることが将来につながるのが楽しみです。

読者のみなさんに伝えたいこと

この記事を読んでいる皆さんの中には、おそらく「働きたい」という思いが強い方もいるかと思います。そこで私が1番伝えたいことは、「自分の人生を人任せにしない」ということです。私は今まで、事務、介護、福祉、そして農業と仕事を転々としてきました。すべてが順調にいったわけではなく、苦労の連続でした。ですが、自分が誇れるのは、「すべて自分で決めた」ことです。私はこれまで、主治医、カウンセラー、福祉支援者、家族といろいろな人たちに支えられて生きてきました。それでも自分が何をするかは自分で決めてきたつもりです。そのため皆さんには、何をやるにしても自分の意思で決めるように心がけてほしいのです。そして、させる方々には、ぜひ本人の意見を尊重してほしいと思います。今まで自分の人生を生きてきたことが、自分の自身に繋がっています。その分、責任も伴いますが、どうか恐れずに、どんどんチャレンジしてほしいです。そして周囲の方々は、本人のチャレンジを妨げないでほしいと思います。



<http://www.japr.jp>
Mail japr.jimukyoku@gmail.com

事務局からのお知らせ

会員の皆様におかれましては、大変お世話になっております。ホームページでもお知らせさせていただきましたが、常任理事の選挙が昨年 2020 年 12 月に行われ、2021 年度からは新理事体制になります。コロナ禍の中での新体制への変更となりますが、これまでの理事の先生方が積み上げられたものを活かしつつ、新たな取り組みをしていきたいと新理事一同考えておりますので、今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

また年度末に不躰ながら会費の督促をさせて頂きました。年度末のお忙しい中、会費の納入をして頂きました会員の皆様方に、改めて感謝申し上げます。

最後になりましたが、本学会の事務局は、学会が置かれている大学のキャンパスの移転に伴い、下記の住所に変更になります。どうぞよろしくお願いおきいただければ幸いです

吉田光爾

〒115-8650 東京都北区赤羽台一丁目 7 番 11 号 東洋大学ライフデザイン学部
生活支援学科 WELLB HUB-2 20901 吉田研究室 FAX：03-5924-2335

日本精神障害者リハビリテーション学会

2021年度～2023年度期

理事選挙 結果

(定数 20 名)

2020年12月におこなわれた理事改選の選挙（配布数：983 人 投票数：351通、1732票
投票率：35.7%）の結果は以下になりましたので、ご報告いたします。ご投票ありがとうございました。

当選

氏 名	職 種	得票数
池淵 恵美	精神科医	170
山口 創生	精神保健福祉士	146
岩崎 香	精神保健福祉士／社会福祉士／その他（相談支援専門員）	134
安西 信雄	精神科医	124
大川 浩子	作業療法士	115
佐藤 さやか	公認心理師	113
吉田 光爾	精神保健福祉士／その他（専門社会調査士）	111
後藤 雅博	精神科医	106
内野 俊郎	精神科医	100
半澤 節子	看護師／保健師／精神保健福祉士	89
池田 望	作業療法士	80
千葉 理恵	看護師／保健師	70
安保 寛明	看護師／保健師／精神保健福祉士	69
松田 康裕	精神科医	52
市来 真彦	精神科医	45
浅見 隆康	精神科医	41
樽谷 精一郎	精神科医	39
木挽 秀夫	看護師	39
大石 甲	精神保健福祉士／その他（キャリアコンサルタント）	37
佐拔 洋平	精神保健福祉士	37

<http://www.japr.jp>
[Mail japr.jimukyoku@gmail.com](mailto:japr.jimukyoku@gmail.com)