



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、3月開催予定していた「家族のつどい」の中止、「講演会」は延期することになり、また「家族相談会」「女子会」「しゃべり場」等も中止をせざるを得なくなりましたこと、ご理解、ご了承をお願いします。なお、会員の皆さまとの接点である「会報」は、できるだけ継続し発行していく方向で世話人会では考えております。

さて3月号ですが、会員の皆さまに嬉しいご報告があります。会報1月号のデイケア見学取材の記事に、当日参加されていた当事者の方からお礼の手紙を頂きました（お礼の言葉は会報2月号「デイケア写真館」に掲載しています）。「ありがとう」と言われとても嬉しかったという、あたたかな手紙の内容に胸がいっぱいになった世話人Iです。デイケアのNさん、こちらこそお手紙をありがとうございます。

そんな嬉しい交流から「デイケア発 当事者語り」という新しいコラムができました。発達障害当事者の方が思いや考えを綴るコラムです。

世話人Mの講演会報告「オランダの精神医療の実践」は、広い観点で見ることの大切さがわかる記事です。今月の二つの記事、是非ご覧ください。



■ オランダの精神医療の実践 ■



～ケン・タナカ医師の講演から～

世界の精神科医療は、病院中心の医療ではなく、地域で通常の日常生活を送るための治療システムに変化しています。その中で、ケン・タナカ医師によりオランダの精神医療の実践についての講演会が催されましたのでそのサマリーをお伝えします。

タナカ医師の職場は、コミュニティー「治療共同体」と呼ばれ病院・クリニックという言葉は使っていません。タナカ医師の名刺の肩書はコミュニティーメンバーです。当事者やそこに従事する人々もすべてコミュニティーメンバーと捉えます。

このコミュニティーは市街地にあり、治療と運営の手段は養蜂、木工、農作業などです。その中の住居や収穫された有機野菜を使ったレストランは誰でも出入り自由に地域に解放され地元の人々に利用されています。

このコミュニティーの活動は FACT (Flexible Assertive Community Treatment: 多種職からなるアウトリーチ) に基づき、医者、看護師、多職種からなるメンバーで当事者を訪問します。タナカ医師は患者のカルテは読まず、人間そのものを見ることを主体にしているそうです。当事者を含めた、このグループは平等な立場で対話をします。このアウトリーチは、当事者の住まい、生活、本来の姿を観ることでその人の力の発見に役立ちます。診察室では見えないプラスの情報も得やすいのです。

その一例として、ある引きこもりの当事者を訪問した時のことです。部屋の隅に

ミシンがあるのを発見しそれについて尋ねると、タナカ医師は、当事者の表情が和らいだのを見過ごしてしまいました。その方は、ミシンがけが好きで得意なことを話し始めたのです。チームは彼にその技術をコミュニティーのために役立ててもらえるかを提案したのです。そして、彼は、コミュニティーメンバーとしてコミュニティー中のクッションを作り、そのことが前に進む原動力となっていくのです。コミュニティーメンバーの病状の回復は、それに関わったメンバー達が自身の才能を使えると感じ、おもしろさや充実感になっていくのです。

日本でよく問題になる薬の多剤多量については、原則的にないそうです。受け身に薬を飲み続けることはありません。コミュニティーに必要な仕事に取り組むことが治療となり、安全で温かく、理解に満ちた人と人との関わりが大事にされます。そのなかで作業療法、アートセラピーなどを行いながら自分の居場所を見つけ、そこから健康な面が引き出され、将来に希望を持って生きる手がかりを掴んでいくのです。

また、急性期の患者に対しては、一人で部屋に閉じ込めることは行われず、看護師がラップトップなどを持ち込みその部屋で仕事をしながら患者に寄り添う体制だそうです。また、コミュニティー内のことはコミュニティー全体で責任を持つスタンスです。

日本で取り沙汰されている8050問題*は、成人したら親と離れるというのが一般的なオランダでは大きな事象ではないそうです。日本の医療体制は、家族に依存するのが当たり前、または、せざるを得ない状況ですが、これが改革の妨げになっている一因であるような気がします。

オランダの精神医療や援助に関しての考え方は日本とは根本的に違っているのを痛感します。障害や弱点から出発するのではなく、才能や強みなど健康面を引き出すことに焦点が当てられています。私たち家族も、自分の中の思い込みや概念を取り払い、今の状況を異なる視点で俯瞰してみることも大切かなと感じました。(R.M)

※「8050問題」…高齢の親が中年の子どもを抱え込んでいる問題



【ケン・タナカ医師のプロファイル】

ドイツ生まれ。オランダで育ち、アムステルダム自由大学医学部 卒。オランダでの急性期の危機介入、オランダ司法医療施設で依存症の精神治療、FACT (Flexible Assertive Community Treatment:多種職からなるアウトリーチ)の活動にも携わっている。リーフェグッド・クリニックの精神科ディレクター

参考資料：NPO 法人地域精神保健福祉機構 www.combo.net



■ 会費振込のお願い ■



この会報誌は「烏山東風の会」に入会している方にお配りしています。4月より新しい年度になりますので、新年度の会費につきまして1年分6000円、または半年分3000円を、以下のいずれかの銀行口座にお振り込みいただくようお願い申し上げます。

① 三菱東京UFJ銀行 永福町支店 (普) 0106550

「烏山東風の会 会計 黒田邦夫」

② ゆうちょ銀行 記号・番号：10000-29576521 「烏山東風の会」

お問い合わせ：黒田邦夫 090-4173-7604

デイケア発

当事者語り

デイケア 大山さん

私は、烏山病院のデイケアや専門プログラムへの参加を経て、昨年秋より烏山病院の職員として働いております。

まずは少々、話をさかのぼらせていただきます。

私はうつ病で都内のクリニックに10年ほど通院を続けておりましたが、効果も乏しく悪化の一途を辿っておりました。

そんな折、テレビや書籍などのメディアを通じて「発達障害」の存在を知り、「昭和大学附属烏山病院」の専門外来を受診いたしました。

そして2年前にASDの診断を受け、これこそが自身の不調の要因の一つであることに気付かされたのです。

当時、発達障害に関して右も左もわからない私にとって、そこからデイケアや各種プログラムに参加できたことは本当に幸運でした。

症状の似ている方々と意見を交わすことや体験談を聞くことが、自己理解の良い機会となったからです。

当事者が抱えるストレスの一つとして、己のことが良く解らない、という問題があり、私自身もその例にもれません。あの時、それをわずかでも解決できたことこそが、自分が前向きになれたきっかけになったのだと、今では強く実感しております。

また、私はデイケア活動において、主にパソコンの作業をやらせていただきました。

昔IT関連の会社に勤めていたこともあり「やはりこの手の作業が向いているのかもしれない」と、ここで就労に関する事柄を再認識できたことは大きな成果でした。

現在の仕事においても、これらのスキルを活かせるようご配慮いただき、意欲的に作業をさせていただいております。

このまま職場に定着し、規則正しい生活を続けることが、現在の私のささやかな目標です。

最後になりますが、この度は私に執筆する機会を与えていただき、まことに有難うございました。同時に、発達障害の診断から各支援そして就業に至るまで、継続的に支援して下さいました方々に、この場を借りて改めて感謝申し上げます。



■「烏山東風の会」今後のスケジュール ■

～何でもお話下さい。心の壁紙の色と模様を替えてみませんか～

4月のスケジュール

■世話人会 4月11日(土) 午後1時30分～午後5時

4月25日(土) 午後1時30分～午後5時

烏山病院 リハビリテーションセンター

■~~家族相談会 4月21日(木) 午後1時30分～午後4時30分 中止~~

烏山病院 発達障害医療研究所セミナー室

お問合せ：烏山東風の会携帯 080-3009-1200

kochinokai@au.com

烏山病院 リハビリテーションセンター

■~~しゃべり場 4月11日(土) 午後1時30分～午後4時30分 中止~~

烏山病院 リハビリテーションセンター

5月のスケジュール (詳細・場所は4月号参照)

■世話人会 5月9日(土) 午後1時30分～午後5時

5月23日(土) 午後1時30分～午後5時

■家族相談会 5月20日(水) 午後1時30分～午後4時30分

■烏山東風の会女子会 5月23日(土) 午後1時30分～午後4時30分

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、実施スケジュールが変更になる場合があります。最新情報は烏山東風の会ホームページをご覧ください。

●東風の会ホームページアドレス：<https://www.kochinokai.com/>



デイケア写真館

この頃、妙な感染症が流行しています。皆様の体調はいかがでしょう。私達デイケアのメンバーも院内感染を起こさない為、病院やデイケアに協力をしています。使用できる活動室が限られているため、デイケアでの一部のプログラムが中止になってしまいました。また、手洗いの徹底、検温も行われています。(37.5度以上だとデイケアに参加来ません)

私達発達障害をもつ人は環境の変化に敏感で、この事態を不安に思っている方も多いと思います。私も少し不安で、その事で主治医に色々相談しています。私達は一人ではなく、相談できる支援者、仲間、家族がいます。この事態は理不尽に思えるかもしれませんが、一緒にいる仲間がいます。

なるべく、変わらない生活を送り、時には楽しめることを楽しみ、一緒皆でこの事態を乗り越えられればと私は願っています。

いろいろイベントが中止になっていますが、またの機会を楽しみにしています。

写真は創作グループ(木曜日・午前中)の作品です。

今週は、手づくりマスクを作りました。

