

福祉団体

# 練馬家族会

Fellowship of Nerima for the family of mentally handicapped persons

前号の2004年9月号で、家族会会報も号を重ねて二桁となりました。10号全てを読んでいる読者諸氏は、数少ないと思います。そこで、10号の歩みを振り返ってみることにしました。

## B5判4ページから始まった

発行日：2003年11月28日と記された練馬家族会会報創刊号は、会員のみ配布する目的で、50部足らずの発行部数だったと記憶しています。ビジュアルは一切無く、文章のみの会報でしたが、基本的な編集姿勢はこの時と変わっていません。

## 第2号は6ページで刊行

巻頭記事は「2003年12月1日練馬に初の生活支援センター」。トップページには、写真と地図が入り、会報らしい顔になってきました。2号より「精神障害福祉についての新聞記事」の連載が始まりました。発行部数は一気に150部ほどになりましたが、プリントに泣かされました。

## 第3号から8ページで刊行

2004年新春号の巻頭記事は「練馬家族会 今年の目標」として、4つの目標を掲げています。また、NPO法人化のための基礎知識を3・4号に渡って掲載しました。この号より、「福祉用語の解説」の連載が始まりました。そして、2名の会員が会報編集委員として加わった、記念すべき号でもあります。

## 第4号から印刷へ出すことに

会報の内容も充実し、また、予算も確保できるということで、B5判

8ページ500部の発行部数となりました。各保健相談所やきららにも、たくさんの枚数が置けるようになったのもこの号からでした。巻頭記事は「区内作業所主催の文化交流会」。

## 第5号からA4判8ページに

理由は、このA4判での印刷がB5判よりも値段が安かったからです。文章量も一気に増え、読みごたえたっぷりの会報へと変貌しました。巻頭記事は「家族会ホームページ公開」。2004年度の目標の一つが達成されました。

## 第6号は変更なし

5号以降は大きな変更もなく、また、文字数も決まったため、原稿依頼が楽になりました。巻頭記事は「白石先生講演会 盛況の内に開催される」この記事通り、きららから人が溢れそうでした。

## 第7号からビジュアル重視

文字ばかりの誌面では、内容があっても、読む気にならないのではないかという考えの下、7号から、写真を適所に配置することになりました。内容も切れの良い文章を目指しています。また、外部からの特別寄稿も初めて掲載されました。巻頭記事は「平成16年度総会終了」と「文化交流会」。広告と家族会NOWが掲載されました。

## 第8号からますます充実

内容も充実し、広告の件数も増えました。しいの実会との交流会記事では、前号に続いて寄稿文を掲載しました。新しい試みとして、縦組みで書評記事を入れました。巻頭記事は「役員会 新体制始動」。今後も、生まれ変わった家族会の姿を、会報誌上で順次報告して行きます。

## 第9号は和める会報

読者のこの感想は、巻頭記事で使った写真の影響です。記事は「ノーマライゼーション」に関する文章で、そこで動物の写真を初めて使いました。編集者として、多少抵抗はありましたが、思いきって使って良かった1枚です。また、春の研修バス旅行の感想、清々しい文章でした。

## 第10号で一区切り

巻頭記事は「成年後見制度」。民法に真剣に取り組めたのも、この号のおかげです。また、新役員体制になって、最初の講演会報告記事を掲載しました。福祉デーに参加された会員の方の感想文に和みました。

発行当初、記事の内容が尽きるのでは？と懸念していましたが、今ではそんな心配は払拭され、書けること、書きたいことは山積みです。また、「ペンが剣よりも強し」という諺は嘘ではありません。今後も、その思いを心に熱く持ちながら、会報が制作されます。



会報通巻10号突破記念記事  
会報刊行の足跡

# 練馬家族会 上期勉強会 報告

2004年8月27日(金) サンライフ練馬 会議室  
講師：生活支援センターきらら所長 林 優子氏

佐藤副会長の司会の下、家族会の諸連絡の後、橋本会長からの挨拶があり、その後、本日の勉強会講師、林優子氏の勉強会に入る。

## 自己紹介

区内各保健相談所の保健師として、保健相談所や作業所等の開設に関わる。生活支援センター立ち上げを機会に、障害者課に移動し開設に関わる。60歳で退職し、2003年12月に練馬区に最初の生活支援センター(愛称：きらら)が開設され、その初代所長として就任する。2004年7月から来年6月まで、きららの耐震補強工事に伴い仮住まい中(区情報公開室2階)であると話される。

きらら所長となり、当事者と同じ時間を過ごせる毎日に充実感を持って仕事ができる、とにこやかに話される姿が印象に残った。

## 仮住まいであっても

生活支援センターの重要性をわかってもらうために、その逆境をうまく利用し「出張きらら」という名目で、区内ボランティアセンター等を利用しながら、当事者はもとより、家族や地域の人々も巻き込んで、2つ目の生活支援センター開設を目指している、という発言があった。

地味な動きではあるが、着実に足場を固めていく姿勢に、現場を知っている人の心意気を感じる。

## 生活支援センターが必要な理由

- 病気を隠さないで安心していられる場所
  - いつでも相談できる場所
  - 家族や地域に、病気を理解してもらうために啓発していく場所
- 法律では人口15万人に対して1箇所の生活支援センターと規定されていることから、人口60万人の練馬区には4箇所必要である。新たな生活支援センターを作ろうという動きが活発化しているということである。

家族会も、この動きに関わってほしいという提案があった。積極的に関わる環境を作るためにも、当家族会のNPO法人化は必須の課題である。

## きららで行っていること

- ワーキングトライ  
当事者の就労の動機や、何をしたいか等、仕事のための具体的な支援をしている。
- SSTの実践  
対人関係の克服を目指して、8月より始まる。3回で1クルー。互いの良いところ探し、ほめ方等を声に出して言えることで、自信が取り戻せるようになる。
- 病気の悩みを話し合う  
例えば薬のこと。飲んでいないと病気が治らない、飲まないで治ったと

思うのではなく、予防薬として考えてもらう。

## • 病気を認識すること

病気のことを話せなかった当事者が、声に出して具体的に話せるようになる。理解し治そうとする当事者の姿に、自分だけではなく、多くの当事者が同じ道を歩んでいるのだと考えられるようになっていく。

## • 当事者会の発足

5月に発足し、名称は「せきららの会」。自分たちのことを語り合いながら、今後は支援者へと回りたい動きがある。

上記以外のプログラムや日程等は、きらら発行の「たけのこ」に記載されている。毎月目を通してほしい。

## 生活支援センターと家族

### • 電話相談

午前9時から午後8時まで受け付けている。緊急の対応はできないが、話をすることで楽になることもあるので、気軽に相談をしてほしい。

### • 面接等での相談

面談での相談もあり。要予約。

### • 家族の役割

自分の子供も大切だが、社会に働きかけていく動きは必要。そのためにも第2支援センターの開設に家族がもっと関わってほしい。

### • 家族もボランティアスタッフに

プログラム実施のスタッフとして、できることから参加してほしい。

お願いするだけではなく、支援センターの運営に積極的に関わることには、第2の支援センターに何が必要としているか見えてくると思える。家族会もできることからやってみよう、家族一人一人の力を引き出さなければならないようだ。

## 当事者と家族

- 家族は当事者ばかりに向き合わないで、自分の好きなことをする時



間を持つ。

- 病気をあきらめずに、寛解へ向けての機会を作る。
- 病気だからできないではなく、何がしたいか引き出す気持ちを忘れずに。

「こころの病：家族のための入門書」的書物にも同様のことが記載されているが、これは永遠に解決できない問題なのだろうか。家族が目覚め、地域を啓発し、そして精神障害者に対する偏見を、社会から無くすためにも、生活支援センターと家族会の役割は大きいようだ。

**講義終了後の質問等**

以上、林優子氏の講義の後、質問へと入る。

**Q 地域の保健師の役割とは**

**A** 当事者の悩みや何をしたいかを聞きながら、本人に合ったプログラムを作り、きららへつなげることもある。コーディネータの役割をする地域保健師をもっと活用してほしい。

**Q 暴力をふるい、医療を拒否する息子を病院へ連れていく方法は？**

**A** 地区の保健師に相談し、保健師が訪問し、当事者とつながることが第一関門。最初は拒否しても、何度も訪問するうちに話ができるようになる。

**Q 家族の SST への参加は？**

**A** 家族向けの SST は別に考えているが、ぜひ、見学に来てほしい。

**Q きららに初めて行った人が、話し方の輪に入りにくい雰囲気があるのだが？**

**A** そういったことは承知しているが、当事者がそういった場面にエネルギーを使うことも必要なので、サポートしながら対応している。毎日、雰囲気は変わっているので、1回だけで行くのを止めるのではなく、何度も足を運んで、自分の居場所を確保してほしい。それも社会的な訓練の一つとなる。

**Q 出張きららの反応は？**

**A** まだ、始めて日も浅いが、4箇所のボランティアセンターで各30人前後の人が集まっている。こういった動きを見ていると、ハード（入れ物）ではなくソフト（何をするか）を充実させることを実感した。今後は、自発的な発想も



含めて取り組み、家族会もボランティアの立場で関わってほしい。

ケアも大切だが、社会的な動きをすることは重要である、と実感する勉強会が持てた。そして、今後の家族会の運営方針に反映させることが、より広義なケアになると感じた。



# 福祉用語の基礎知識

耳慣れない専門用語の意味を理解することも、福祉活動の第一歩とも言えます。

**● 欠格条項**

障害を理由に、免許や資格を取得できない、または禁止されている法律や条文のこと。条項には「絶

対的欠格」(資格を与えない)と「相対的欠格」(資格を与えないことができる)の2種類がある。

**● 精神障害者社会適応訓練事業**

精神障害回復途上の方が、協力事業所に一定期間通い、仕事や人間関係の円滑化を取り戻し、自立と社会復帰の促進を図ることを目的とする事業。

**● ピア・カウンセリング**

英語では Peer Counseling と記

述する。Peer の意味は「仲間、対等」。同じ障害を持った人でなければ分からない悩みや問題を共に考え、問題解決を図っていく。発祥は1970年代のアメリカで、アルコール依存症患者が互いに支えあい励ましあいながら、病気を克服していく方法として生まれた。

**● 就剤**

就寝前に飲む薬。睡眠導入剤(ミンザイ)は寝るための薬だが、これは治療の一環として飲む薬。

# 東京つくし会 リーダー研修会 出席報告

2004年8月8日(日) 13:00～16:30 於：世田谷区烏山区民センター

テーマ：「家族会活動を活性化させるために」

表題の会議に、当会から橋本会長、私の2名が出席。つくし会傘下57単会から92名の参加申し込みのところ、最終参加者は70名程度。

A～Gの7グループに分れ着席後(1グループ10名前後)以下のスケジュールで進められた。

13:00～13:05 池末会長挨拶

13:05～13:55 高山顧問講演

(家族会活動と私)

14:00～14:15 休憩

14:15～14:30 KJ法の説明(会長)

14:30～15:10 グループ活動(問題点)

15:10～15:30 グループ発表(同上)

15:30～16:00 グループ活動(解決方法)

16:00～16:15 グループ発表(同上)



先ず、池末会長から平成16年度都連「リーダー研修会」開催に伴う



挨拶。

次に、高山顧問から「家族会活動と私」と題して講演があった。(レジュメ参照)休憩後、リーダー研修会に入る。

池末会長から「家族会活動を活性化させるために」のテーマに基づく問題点、それらの解決方法を整理するために、KJ法(川喜田二郎氏が開発した創造的問題解決技法)の簡単な説明があり、この技法に沿ってA～Gの7グループ内で問題点をカードに記入して出し合い、それをまとめてグループ毎に発表後、更に、グループ内で解決方法をカードに記入して出し合い、グループ毎に討議してまとめ、最後に各グループから発表した。

これら各グループの問題点、解決方法については9月号の「つくし便り」に掲載されるとのこと。ぜひ、会員の皆様には目を通していただき、家族会活動活性化のための問題点、その解決方法について認識を改めていただけたらと思います。

共通して提起されたことは、会員の高齢化、出席率が低い、役員の成り手が少ない、運営予算が足りない、事務局がない、等々。

なお、当日配布された資料(高山顧問講演「レジュメ」、「家族会活動について」「家族-ぬくもりと支えあいの絆」「KJ法の効果」)は事務局で保管しております。閲覧希望者はお申し出ください。

(副会長 佐藤)

## 練馬家族会主催 第6回講演会 アンケートのまとめ

2004年7月23日、練馬区石神井庁舎5階第1会議室にて、テーマを「精神病概論～差別・偏見を乗り越える～」とし、鷺山拓男医師を講師に迎えての家族会主催後援会を開催しました。会報前号に報告を掲載しましたが、以下は、その時のアンケートの回答のまとめです。

### Q. 講演会はどこで知りましたか

家族会会報 …………… 11名  
 家族会定例会 …………… 6名  
 保健相談所 …………… 7名  
 練馬区報 …………… 4名  
 回答なし …………… 1名

### Q. 一番印象に残った話は何ですか

- 精神障害に関する医療の歴史
- 差別の現状(ハンセン病と同じ扱いであった)
- TVニュース(池田小事件)の報道について
- 家族の役割
- 心の折り合いをつけ、病気を受容するプロセスと家族の在り方
- 家族自身がゆとりを持って、元気で対応する
- 仲間を作り話し合う
- 質問に対する回答が分かりやすく感動した

### Q. 今後の講演会で聞きたいことは

- 作業所について
- 当事者の緊急悪化時の対応
- 当事者が社会復帰した具体的な話
- 結婚し、就労している当事者の話
- 治療を受けながら働いている当事者の体験談
- 公的援助を受けるための知識(年金制度など)
- 新薬について
- 自然治癒力と統合失調症の関係
- 今後の家族の在り方と治療方法
- 鷺山先生シリーズで聞きたい

**Q. 練馬家族会の活動について**

- ・良くやっている …………… 19名
- ・普通(まだよく分からない) …1名

**Q. その他**

- ・今まで聞いたことのない話で良かった

- ・練馬家族会の家族的な雰囲気になされた
- ・丁寧な話でよく分かった
- ・家族の役割を再認識させられた

**家族会会員寄稿  
「千円のお礼」**

梅雨も明け、久しぶりに嬉しいことがありました。

息子、38歳の誕生日をお祝いした翌日のことです。作業所で初めてのお給料10,850円をいただきました。親子で何度も明細書を見ながら「良かったね」「思ったより多かったね」と誉めてやったら、「おふくろに御礼」といって千円をくれたのです。

「えっ?ありがとう!」と絶句。何にも増して嬉しくありがたい千円ですし、とても使えない宝物になりました。たかが千円されど千円。金額よりも、感謝の気持ちが残っていたことがとても嬉しくて、働く喜びを忘れないでいて欲しい、と思いました。

いつもの朝の挨拶は、「おはよう。気分は?」「うん」。何の変哲もない

会話でも、しっかり食事をとり、眠い目をショボつかせながら作業所へ出掛けます。

週2回、月曜と水曜に作業所に通い出して1ヶ月余り。9時20分の気分調べに間に合うようにと、目覚まして7時に起きて、8時半には家を出て行きます。玄関先で「100パーセント頑張らなくてもいいのよ」「無理しないでね」と言って送り出し、何となくホッとする瞬間でもありました。

思えば、4月中旬に「何か仕事をした方がいいのかなあ」と保健所の担当の人に相談し、作業所を紹介していただき、見学もして、自分で決めたのが5月末でした。大丈夫かな、と内心は不安でしたが、順調に過ぎて少し自信もついてきたように思われます。途中で薬を変えたり、減らしたりしながら、「チョットだけ我慢して、とにかく1日様子をみよう」「どうしても辛かったら主治医に相



談して、また考えれば良い」と、そんな毎日を積み重ねてきました。

限られた時間を自分なりに働くことができた満足感と、理解してもらいながら、不安なく作業をさせていただき喜びも知り、初めていただいたお給料はとても嬉しかったようです。少しずつ、ゆっくり体調を整え、就労に向けて一歩を踏み出しました。自己管理をしながら、あせらず続けていけば、希望も持てるのではないかと思うこの頃です。(会員 N.S.)

**区議会第6委員会  
傍聴報告**

2004年8月19日(木)

**「心身障害者福祉施策の改善について」**

昨年度、当会より区議会へ、「身体・知的の2障害にある福祉手当やその他の福祉サービスが、精神障害者には未だ施されていないので、早期に実施して欲しい」という内容の陳情を行いました。昨年度中に結論が出ず、今年度、新しい委員会で継続審議されています。

委員会前日に当案件が審議されるという連絡があり、当会より2名が急遽、傍聴席に加わりました。

委員会は、10人の委員中、出席は8名で、2名の欠席がありました。先ず、障害が最も重い人を例に挙

げながら、現状についての説明があり、次の3点が報告されました。

- ・福祉手当  
身体・知的は¥15,500支給。精神はゼロ。
- ・福祉タクシー  
身体・知的は¥3,500支給。精神はゼロ。
- ・JR、民営バス  
身体・知的は事業者が半額負担。精神は無し。

「格差があることをどう認識しているか?」との質問には、差別があつてはいけない、という明確な答弁は無く、格差是正には不十分だという答えに留まりました。

また、他にも次のような報告がありました。

- ・施策は23区は同じである
- ・都に対して改善の要求はしていない
- ・トータルの財源の中で考えているので、精神は地域で生活することを重視して、地域支援センターをききを作った

「JR・民営バスなどは、事業者と直接話しを進められるのではないか?」という質問には、「検討する」との回答がありました。

平成5年に3障害を平等に扱うように法律が定められましたが、現状ではなんら進展が見られません。また、区は現金支給を見直すことを考えている、との発言もありました。

格差を是正するよう、引き続き区に働きかけていくことが大切です。(編集部 木下)

# 家族会NOW!!

## ● 広告掲載

共生舎なずな薬局様、大泉病院様より広告掲載のご依頼をいただきました。ありがとうございます。

## ● 陽和病院報

「陽だまり」第3号を送付していただきました。ありがとうございます。

## ● 大泉病院デイケア科ニュースレター

「あんてな」No.5を送付していただきました。ありがとうございます。

## ● 武蔵野病院家族会会報

「しいの実会だより」第81号を送付していただきました。ありがとうございます。

## ● 東京都こころの健康だよりNO.77

上記ニュースレターを、中部総合精神保健福祉センター様より送付していただきました。ありがとうございます。

## OPINION from Desk

つくし会リーダー研修会の報告を読むと、多くの単会で問題になるテーマの一つに「高齢化」があるようだ。当会では、その問題を、特に今年度に入ってから考える必要は無くなったと断言したい。

さて、家族会は原則として、精神障害者を身内にもつ家族が入会

## ● 地域福祉座談会

上記の催しが8月26日(木) 区役所アトリウム棟で行われました。当会からは、橋本会長が運営委員として出席しました。

## ● NPO設立準備委員会

8月28日(土)に第3回目の会議が、区職員研修所で行われました。

## ● 区議会傍聴

8月19日(木)に、保健福祉委員会が持たれ、練馬家族会が昨年陳情し、継続審議となっていた案件が審議されました。当会から2名傍聴しました。

## ● 区障害者フェスティバル実行委員会

上記の第2回目の会議が、9月8日(水) 区役所東庁舎603会議室で行われました。当会からは、渉外担当の小島が出席しました。

## ● 区健康推進協議会

上記の第2回目の会議が、9月7日(火)に行なわれ、渡邊副会長が

しているが、その多くは父母である。高齢化する会員ということは、新入会員がいない、すなわち、魅力が無いから若い世代の父母が入会をためらってしまうと考えたい。

当家族会は、今年度に入ってから新入会員が月3人はある。入会のきっかけは「会報」「入会案内」「ホームページ」を見てがほとんどである。事業内容は昨年度を踏襲

出席しました。

## ● 障害者フェスティバル

今年12月4日(土)、光が丘で行なわれる障害者フェスティバルに、当会はバザー出店で参加することになりました。会員の皆さんに、バザー用商品の無償提供をお願いします。バザー用商品の集荷は、秋に行なう予定ですが、お中元などで残ったものや、不用品でも再利用価値が高いものなどを、今の内からご用意いただくと助かります。賞味期限のある物や、売れ残って処分に困る物は避けて、良く売れる石鹸・洗剤やタオルなど消耗品が好ましいようです。

## ● 至急、事務局物件求む!

練馬家族会のNPO法人格取得には、所在地の登記が必要です。また、高田宅に置いた現在の仮事務局も倉庫の様相を呈してきており、正式な事務局設置を急がなくてはなりません。物件をお持ちの方、お知り合いにコネの有る方、その他、情報をお持ちの方、至急連絡をください。お待ちしております。

しているにも関わらず、会員は増え続け、高齢化のかけらも無い。

つくし会のIT化を、練馬家族会から提案し、総会で決議されたが、理事のほとんどがコンピュータを使えないという理由で、結局は反故にされた。高齢化云々と愚痴をこぼす前に、時代の要求を知る研修会こそ、つくし会には必要なのではないだろうか。(高田悦子)

## 広告募集

練馬家族会は、会員の皆様からの年会費と練馬区からの補助金等で、現在まで活動を続けていますが、現状の予算では活動に制約が出てきました。そこで、当会報や家族会ホームページで、広告主様を募集しています。練馬家族会のスポンサーとして、私達の活動を応援してください。よろしく願いいたします。

## HL パソコン教室

基本操作からホームページまで、パソコン書籍著者がマンツーマンで直接教えます。年配の方、初めての方でも大丈夫です。

週1回1時間のレッスン

入会金8,000円・月謝12,000円

無料体験講座随時実施中!!

場所：中村橋駅から徒歩5分

問合：03-3926-2451 (オフィス構屋内)

この会報をご覧になった方に限り

襖 貼替 特価 1枚 2,500円

障子貼替 特価 1枚 2,300円

その他、内装工事すべて

通常より1割5分引き

親切・丁寧にお引き受け致します。

電話：03-3992-6550

内装工事一式 襖・クロス

橋本表具店

# 練馬家族会 下期勉強会のお知らせ

日時：10月22日（金）13:30～16:00

場所：サンライフ練馬 会議室  
（貫井 1-36-18 / ☎ 03-3990-0185）

テーマ：精神保健福祉における社会資源の利用と活用について

講師：全家連相談室 相談員 佐藤 智子

講師略歴：都内の民間精神病院にソーシャルワーカーとして勤務後、1996年より全家連相談室に非常勤相談員として勤務。また、保健センターデイケアのグループワーカー、地域生活支援センターのソーシャルワーカーでもある。

10月の定例会は、勉強会を開催します。保健・医療・福祉などの分野では、様々なサービスが提供されています。公共のものの民間のもの、それら全てを含めて、社会資源と呼びます。利用できる社会資源を把握し、それを活用することで、障害者も家族も主体的な生き方を目指していきましょう。

残念ながら、会員以外の方はご参加いただけません。ご興味を持たれましたら、この機会に入会してみませんか？

## 精神障害福祉についての新聞記事

フィットネスやスイミングは、身体にも良く、気分転換にもなります。が、こういった施設にも、精神障害者に対する差別や偏見が根強く残っています。

### フィットネス協会会員116社に入会制限の削除を要請

（毎日新聞 6月17日記事）

（株）NCL 発行・月刊社会福祉より

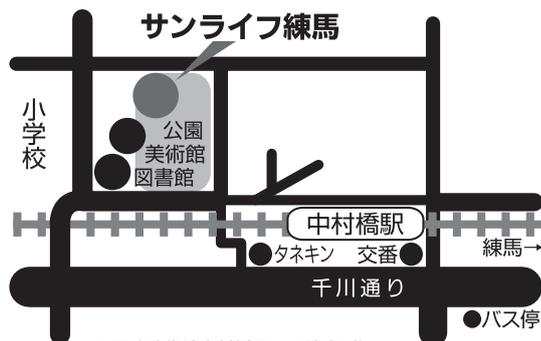
フィットネスクラブやスイミングスクールが、精神障害者の入会を制限していた。そういった状況を知った精神障害者家族から改善を要望された業界団体では、「障害者を排除

する規定に合理性はなく、改善を図るべきだ」との見解をまとめた。会則などから「精神疾患または精神障害者」との文言を削除するよう会員116社に要請した。差別解消へ向けての積極的な姿勢として評価される。

業界団体が作っているモデル会則には、精神障害者の入会を制限する規定はない。しかし、横浜市が今春実施した調査で、市内施設の約一割が入会や施設利用を禁じていたという。業界団体は会員各社の理解を深めるため、顧問弁護士と専門医のコメントを見解に添えて会員に伝えた。その文章の中で「クラブ側には精神障害者は危険との懸念があると推測

される」としたうえで「犯罪行為に及ぶ障害者は全体の0.1%で、健常者に比べて少ない」とのデータを紹介し「入会制限には合理性がない」と顧問弁護士は結んでいる。また、専門医の見解として、「精神疾患は誰でも掛かる可能性があり、生活習慣病の一環ととらえてもよい。ノーマライゼーションの考えが普及している今、クラブに障害者を受け入れる考えが浸透してほしい」と述べた。

どのような差別も、声に出して無くしていくことが大切ではないか、という思いを強く印象付けられました。（編集部 木下）



- 西武池袋線中村橋駅から徒歩3分
- 練馬区美術館・貫井図書館に隣接
- 中村橋ケアセンターの道路を挟んで向かい側

**お薬について**  
いつでも御相談ください  
**共生舎 なずな薬局**  
東京都練馬区大泉町2-22-1  
TEL 03(3978)2266  
FAX 03(3978)2215  
陽和病院・練馬ゆめの木 前  
当薬局  
あさひ銀行  
大泉2丁目バス停  
至・大泉 土支田通り交差点  
至・笹目通り  
【営業時間】  
9:00～17:00  
休業日 土曜・日曜・祝祭日

～心の扉を開く医療がここにはあります～  
都市型病院を 目指す **大泉病院** 医療法人財団厚生協会  
《診療科目》 精神科・神経科・心療内科・歯科  
〒178-0061 東京都練馬区大泉学園町6-9-1  
Tel・03-3924-2111（代表）Fax・03-3924-3389

## ◆◇練馬家族会 入会のご案内◇◆

一人で悩んでいることも、誰かに話せば解決の糸口があるかもしれません。また、個人ではできない社会への働きかけも、皆で行なうことで、理想の実現が近づ

きます。この会報を読んでご興味を持たれましたら、是非当会に入会してください。私達と一緒に明るい福祉社会を築いて行きましょう。このページの右下に記載しています発行所まで、ご連絡ください。あなたのご入会をお待ちしております。（練馬家族会一同）

## 練馬家族会10月スケジュール

10月22日(金) 13:30～16:00 詳細を7ページに掲載しましたので、ご覧になってください。  
下期勉強会

## 区内各保健相談所「家族の集い」10月予定

※初めての方は、事前に、各保健相談所の家族教室担当保健師か、地域の担当保健師にご連絡ください。

10月1日(金) 14:00～16:00 光が丘保健相談所 光が丘2-9-6 ☎03-5997-7722	10月12日(火) 10:00～12:00 大泉保健相談所 大泉学園町5-8-8 ☎03-3921-0217
10月1日(金) 13:00～15:00 関保健相談所 関町北1-21-15 ☎03-3929-5381	10月18日(月) 14:00～16:30 桜台保健相談所 豊玉上2-22-15 ☎03-3992-1188
10月4日(月) 14:00～16:00 北保健相談所 北町8-2-11 ☎03-3931-1347	10月25日(月) 14:00～16:00 石神井保健相談所 石神井町7-3-28 ☎03-3996-0634

## 生活支援センター「きらら」10月スケジュール

[情]: 区情報公開室 2階  
[職]: 区職員研修所 2階  
[区]: 区役所 19階 1902室

オープンスペース [職]  
毎週 土・日曜 12:00～20:00  
毎週 月曜 17:00～20:00

オープンスペース [情]  
1・8・22日(金) 5日(火) 14・28日(木) 17:00～20:00  
12・19日(火) 21日(木) 13:00～20:00

オープンスペース [区]  
7日(木) 26日(火) 15・29日(金) 13:00～20:00

オープンスペース [光が丘ボランティアセンター]  
1日(金) 13:00～16:00

オープンスペース [関町ボランティアセンター]  
8日(金) 13:00～16:00

オープンスペース [大泉ボランティアセンター]  
22日(金) 13:00～16:00

オープンスペース [石神井庁舎]  
28日(木) 13:00～16:00

面接相談 (要予約) [情]  
毎週 火・金曜日 午前中

音楽の時間 [職]  
2・16日(土) 10・24日(日) 15:00～  
パソコン教室 (要予約) [区]  
7日(木) 15・29日(金) 26日(火) 14:00～16:00  
パソコン開放 [職]  
9日(土) 15:00～18:00  
23日(土) 14:00～17:00

10月5日(土) 13:30～  
スポーツ [臨床福祉専門学校]

10月9日(土) 13:30～ [職]  
当事者の会 (せきららの会)

10月12日(火) 15:00～  
ワーキングトライ [VC会議室]

10月16日(土) 14:00～15:00 [職]  
茶道の日

10月21日(金) 16:00～ [公民館]  
夕食作り・夕食会

10月30日(土) 14:00～17:00 [職]  
茶話会 (利用者懇談会)

※その他、お問い合わせ・ご予約は、  
☎03-3557-9222 (きらら) まで直接お願いします。

## \*\*\* 編集後記 \*\*\*

練馬家族会会報も、今号で11回目の発行になりました。読者並びに編集員各位に、この場をお借りしてお礼申し上げます。そして、ボランティアのような値段で印刷をしてくださる「弘文堂印刷所」様のおかげで、素晴らしい印刷物をお届けできることもお伝えしておきます。

さて、編集の手順ですが、会報編集者メーリングリストで、次回会報の内容を決め、原稿執筆の依頼をします。できあがった原稿はメールに添付し事務局に送ってもらい、会報に流し込みます。校正原稿はPDFデータにしたものをダウンロードしてもらい、校正を入れ、その箇所をメールで指摘します。ですから、編集委員はコンピュータを使いこなしている強者ということになります。

インターネットの普及は社会に多様な変化をもたらしました。正直なところ、当会員でメールアドレスを所持している人は全体の4分の1くらいですが、それのおかげで、会とのつながりがあるという安心感を持っている人も多いようです。

練馬家族会は、テクノロジーを活用することで、常に成長し続けています。（高田悦子）

## 練馬家族会 会報 2004年10月号

2003年11月創刊 通巻第11号  
発行日: 2004年9月25日  
発行所: 福祉団体 練馬家族会  
東京都練馬区中村北2-25-5  
高田方  
Tel・Fax 03-3825-5242  
発行人: 橋本邦子(練馬家族会会長)  
編集: 練馬家族会 会報編集部  
制作: office BOYA  
東京都練馬区中村北2-25-5  
Tel・Fax 03-3926-2451  
印刷所: 有限会社 弘文堂印刷所