

福祉
団体

練馬家族会

Fellowship of Nerima for the family of mentally handicapped persons

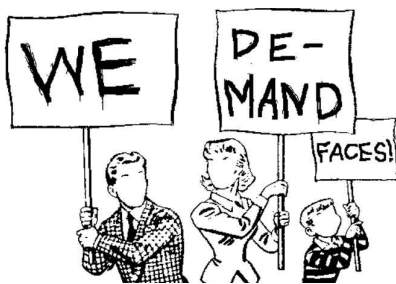
今、知ってもらいたいこと 精神障害者を持つ家族からの提言

2005年最初の練馬家族会定例会が、1月28日（金）にサンライフ練馬で持たれました。その席上、広報より「今、精神障害者の家族が地域や社会に一番訴えたいこと」を会報に掲載したいということで、アンケートをお願いしました。ここにその概要を報告します。

● アンケートを実施した背景

精神に障害がある当事者を抱える「家族」にとって、彼等・彼女達のことを考えない日は無い、と言っても過言ではありません。病気にさせてしまったことへの後悔の気持ちもさることながら、彼等の未来に、確固たる保障も夢もない現在の精神保健福祉の状況では、暗い気持ちに押しつぶされ、悲観的になっている家族がたくさんいます。

練馬家族会会員の多くは、この会に入ったことで、多少とも救われていると考えられますが、精神障害者の家族が持つ悩みの根源は、未入会の家族と同じです。



ですが、家族会にすることで、発言できる、行動できる、という利点を大いに利用してください。そして、社会を変革できる可能性も含んでいることを忘れないで下さい。

● アンケート内容について

アンケートで求めた、問題提起の選択肢は、次の5点です。

- ① 救急体制の充実
- ② 自立のための訓練施設の充実
- ③ スティグマ（偏見）の解消
- ④ 就労または自立資金の確保
- ⑤ その他

現在、家族が困っていること、例えば、家に閉じこもっている・薬を飲まない等の個人的な悩みではなく、精神障害者自身やその家族が、安心して地域や社会で生きていくための4点を挙げ、その中から1点のみの選択という、難しい判断をお願いしました。また、その4点に含まれない問題提起がある場合は、その他に記載してもらいました。

● 総括として

今回提起した4点以外に、貴重な2点の意見がありました。2点とも当事者を抱える家族だからこそできた問題提起です。特に作業所職員の質を言及されたことは、これまでの家族会会員には考えられなかった盲点を示され、大変参考になりました。

今回の定例会に、残念ながら出席できなかった会員の方も、この報告以外に、「これだけは」というご意見をお持ちでしたら、ぜひ、提案をして下さい。今後も、会員一人一人の意見を取り上げ、この会報誌上に可能な限り公表していく予定です。

また、今春、NPO法人化を成したあかつきには、この結果を踏まえながら、今以上に、地域や行政に対して、私たちのことを訴えていきましょう。

尚、アンケートの結果は2ページに掲載してありますので、ご参照ください。

1月27日（木） 大泉学園駅前 勤労福祉会館に於いて「ねりま発・地域いきいき・4」が盛会のうちに終了

第6回文化交流会が、大泉学園駅南口から徒歩3分ほどのところにある、大泉勤労福祉会館集会室で開催されました。練馬家族会は昨年度に続き、共催という立場で2回目の参加となりました。前回に引き続き、実行委員を1名選出し、区精神障害者共同作業所連絡会実行委員メンバーとともに、半年あまりの間で

したが、年齢の差を超えて、共に一つの目標を達成するすためがんばってきました。

当日は、新年にふさわしい出し物に会場は大いに賑わい、また、会場壁面には、区内精神保健福祉関連施設の紹介ポスターとともに、家族会のパネルも展示されました。

関連記事を4ページに掲載しています。



平成17年1月度定例会 報告

2005年1月28日(金) 13:30～17:00 サンライフ練馬 研修室

当日は、光が丘保健相談所で「統合失調症家族教室」の講座があったためか、参集した会員も少なかったのですが、保健師さんの参加もあり、内容は充実したものになったと感じています。



当日のアンケートについて

先ず、本誌表紙でもお伝えしている、アンケート内容の詳細と結果は、右の表のようになりました。アンケート母数は19名です。

5番の「その他」については、次の2点が寄せられました。

- 100人に1人の率で発症する統合失調症ですが、当事者を含め皆が無知で関心が薄いため、フォローやケアシステムが米国と比べ整備されていない。継続医療が続けられる体制作りをしてほしい。
- 作業所の職員の質を向上させる指導機関がほしい。

「その他」を含め、私たち精神障害者の家族にとって、どの項目も外すことはできないという意見がたくさんあったことも、ここでお伝えしておきます。

新会員さん

さて、3名の新会員を迎えての定例会は、新会員から現在の状況を話してもらい、古参会員や保健師さんから意見を発言してもらうという形式で、話が展開していきました。

Q 入院中の息子の退院後、アパートで一人暮らしができるか不安。

■ アンケート結果

1	夜間や休日に当事者の精神状態が急変した際、相談または対応してもらえる体制を整備してほしい。	3名
2	将来、自立して生活していくための訓練施設が足りない。受け入れ施設をもっと作ってほしい。	6名
3	親類や近所の人達に、当事者がいることを言えずにいる。なぜなら、差別や偏見が怖いからだ。社会的な意識の向上を国民全てに行きわたるような施策をしてほしい。	5名
4	障害が軽く障害年金を受けることができない状態だが、そのような当事者を受け入れてくれるような仕事が少ない。就労の場の確保、または自立して生活できるような、なんらかの手段をこうじてほしい。	3名
5	その他	2名

A 先ず、生活訓練施設やグループホームの利用を考える。

A 孤立しない生活にするため、病院からの訪問看護や保健師さんの訪問を受ける。

次の新会員さんのお話では、20代半ばの娘の状態は安定しており、デイケアや作業所には行っていないが、お母様と当事者のやり取りの紹介が素晴らしく、逆に既会員がアドバイスを受けました。

A 親ができること、できないことを話し、仕事を分担している。

A 友達をたくさん作ることを進める。

A 無視をしながらも、実は注意深く当事者を見守っていく。

Q 30代前半の息子。退院後、引きこもり気味で、薬を飲み忘れたりもする。また、風呂が嫌い、なかなか入ろうとしない。なんとか風呂に入れさせる方法を知りたい。

A 親が主治医に会って、当事者の状態を話すことも必要だ。

A 当事者の話を聞いてあげる。

A 急性症状後の引きこもりは、時間が経てば解決する。

A 風呂に入らないのは、社会との接触が必要ないからであり、社会との接点を作っていくことが必要だ。

A 妙齢の女性が親戚にいたら、注意してもらおう。

また、話の途中で、いくつか参考になる意見も出されましたので、記載しておきます。

アパートを借りる際の保証人や損壊の場合の修理費や相談等について

- NPO法人が保証人になることもできる。
- アパートを借りる際に、保険加入を義務付けているところもある。

ホームヘルプの利用について

- 親と同居していても利用できる。
- 精神障害者と高齢者ではホームヘルプ利用の意味が違い、精神障害者に対しては、次の点を重視する。
 - 当事者の力を引き出していく。
 - 共に作業をやっていく。



ホームヘルプについて、当事者と家族の間に他人が入ることで、良い方向に向くこともある、という意見が保健師さんよりありました。

福祉事務所の担当ワーカーの勤務形態、そして、どういった人が従事しているのか

- 生活保護を受給している場合は、月一度の訪問をする。
- 区役所に勤務している一般の事務職が配置され、保健福祉関連の研究を受けるが、資格は問われない。

その後も、会員各々や保健師さんから貴重な意見や提案などが出され、終了間近の17時10分前に、お開きとなりました。(編集部 高田)



練馬区賀詞交換会出席報告

2005年1月7日 12:00～ 於：豊島園ホール

毎年恒例の練馬区新年賀詞交換会に、練馬家族会を代表して、橋本会長、私、工藤氏の3名が出席しました。練馬区を主体とし、区に係わる諸団体等も参集する盛大な催しでした。

寒い中でしたが、快晴に誘われて、大勢の方々も参集され、会場に入ると大きな体育館を思わせる広さの中で、雛壇が霞んでいるようでした。各テーブルの上に練馬区出張所の名前が出ており、係の方の誘導で桜台出張所のテーブルに着き、開会挨拶、国歌斉唱、来賓紹介、志村区長と小林区議会議長の年頭の挨拶、練馬区の歌斉唱、岩崎区議会副議長の乾杯と式次第が進み、その後、賀詞交換懇談に入りました。

桜台出張

この時とばかり、会報(新年号)、家族会入会案内、片山先生の講演会チラシを1セットにして、60セット用意



した資料は、区長、各議員、医師会、その他来賓の方々に重点的にお渡ししながら、面談し家族会のPRに努めました。

家族会の活動に関し、各人各様に反応があったことは、有り難いと感じました。今年はNPO法人練馬家族会になることもPRし、各氏から励ましの声をいただきつつ、会場を後にしました。(副会長 佐藤)



**障害者地域生活支援システム確立全国緊急集会
～介護保険制度の利用での実現を求める～**

2005年1月12日(水) 13:00～15:00 於：日比谷公会堂

この日は風も強く、厳しい寒さにも係らず、会場発表2004名の参加者で、熱気に包まれていました。

国の平成17年度予算案改正で、介護保険制度、郵政民営化法案、障害者自立支援給付法案が、1月21日召集の通常国会に提出されています。これは障害者の地域生活を左右する重要な問題です。その中の介護保険改正案に含まれていた「対象範囲の拡大」は、介護保険の無駄や障害者福祉制度の見直しが先決、という意見が強かったために見送られ、「附則」として扱われる余地が残されました。しかしながら、この「対象範囲の拡大」は、今後の障害者福

祉の向上につながるため、3団体(日本身体障害者団体連合会・全日本手をつなぐ育成会・全国精神障害者家族連合会)が主催し、その他多くの障害者団体や関係者団体の協賛を得て、「障害者があたりまえに地域生活を送れるように！」のスローガンの下、声を大にして訴えるため、ここに参集しました。

また、尾辻厚生労働大臣をはじめとする国会議員の来賓の挨拶の中で、「給付介護は究極の福祉であり、就労年金所得保障の確保、住居制度など、現状を切り開くために皆様の意に対して係っていきたい。地域の中で、安心して生活できるよう財源の

裏付けをする。障害の種類を問わない介護保険サービスへ見直しをした。」等の発言がありました。

最後に、次の6項目の緊急アピールをしました。

- ①就労と年金による所得保障の充実
- ②利用者負担は個人単位で
- ③地域の中での居住支援
- ④外出や移動の手段の保障
- ⑤障害者への介護保険制度の活用
- ⑥郵便料金の減免制度の存続

この集会では、障害者の置かれている現状や窮状を訴える、各障害者団体の熱のこもった発言に、会場参加者は真剣に聞き入っていました。

(会長 橋本)

ねりま飛・地域いきいき・4 ～笑うことから始めよう～

実行委員会に参画して

初めて文化交流会実行委員会に参加しました。実行委員は若い人がほとんどで、60歳代は私一人でした。これまでも実行委員として参加されてきた人が多く、また地域に詳しい方が多いようで、囁きさんをどのように探し出すのかも、何処何処で落語会が持たれているとか、私にとって目新しいことが話され、感心してしまいます。

ゲームにしても、私のような年になりますと離れてしまっています。福笑い、カルタ取り、独楽回し等、随分昔のことです。実際に作ってきてくれて、試しにやってみたりして、



楽しんで参加していました。

会場を考え、参加者を考えながら、必要な段取りにも、次々に意見が出されていきます。細かいところにも配慮されて、感心してしまいます。仕事が終わった遅い時間からの集りにも係わらず、皆さん熱心に参加されていました。

私の息子は未だ作業所には行っていませんが、このような暖かい職員の方々の居る作業所は、安心できると思えました。無事に文化交流会が終わってホッとしています。ご協力ありがとうございました。

(編集部 木下)

初めて参加して

練馬家族会は家族の自助に由来する活動が本来ですが、地域の福祉団体と横のつながりを築くという意味で、共同作業所の文化交流会の開催に、共催という立場で、昨年より参画しています。

私自身は、この催しを当事者の「お



楽しみ会」程度にしか考えておらず、一座に加わる気持ちは無かったのですが、今回はプロの落語家の高座が聞けるということで、当日をとっても楽しみにしておりました。

最近の科学的な研究では、笑うことが、身体の様々な不調を退ける一助になるとの報告があります。また、縁起をかつげば、「笑う門には福来たる」という言葉もありますように、日頃何かとストレスの多い現代社会も含め、とりわけ、我々を取り巻く精神保健福祉の世界に於いては、この「笑い」は、求められていることのひとつではないでしょうか。

二ツ目ながら、将来の活躍が予

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。

● スティグマ

英語では [stigma] と記述する。起源はギリシャで、奴隷や犯罪者であることを示す肉体上の焼き印、つまり肉体上の「しるし」のことであった。転じて、肉体的特徴、性格的特徴、宗教的特徴、人種的特徴、民族的特徴等が、マイナスのイメージを与える可能性がある場合に使用する。

精神保健福祉で用いる場合は、

「偏見」と置き換えるとよい。

● マルセイ

報道機関や警察機関で、精神障害者のことを指す言葉で、いわゆる隠語である。差別的だということで、使用を止めようという動きもあるが、残念ながら、現場ではまだまだ使われているようだ。

● 刑法39条

条文は「心神喪失者の行為は、罰しない。心神耗弱者の行為は、その刑を減輕する」と規定されている。その決定は最終的に裁判所が決めるのだが、精神障害者が犯罪を犯した際、正当な裁判を受ける権利を持たないということでもある。また、マスコミでは精神障害者の犯した犯罪は匿名報道とし

ているが、これも、差別を生み出す原因ではないかという意見もある。すなわち、犯罪を犯した者は精神障害者であっても等しく裁かれ、その罪を償うべきだという考えである。

● 瘋癲院

[ふうてんいん]と読む。別名として瘋狂院や脳病院または保養院とも呼ばれていたこともある。これは、精神病患者の治療・保護の目的で作られた病院のことで、意図的に病院名に精神という単語を入れる所は稀であった。

現在でも、△●病院の精神科、□×クリニック、○▼サナトリウム等という用い方が多く、精神を病院名に使っているところはかなり少ないようだ。

想に難くない、実力ある立川談修さんの高座の演題は、お正月しか聞けない縁起物の「かつぎ屋」と、知ったかぶりを揶揄する、お馴染み「転失気」の二題でした。私は、最前列で、生の落語を大変堪能させていただきましたので、これだけで今年の福をいただきましたが、残念ながら、当事者の方々は居眠りする人が非常に多かったです。これに懲りず、いつの日か落語を楽しめるようになってくれることを期待します。

踊りまでご披露いただいた高座が終わり、私は所用で中座しましたが、その後のゲーム大会も盛会だったという報告を聞いております。企画や準備にたずさわったスタッフの皆さんのご苦勞を感じつつ、開催の成果を次回につなげられることを願っております。(編集部 長谷川)

家族会事務所で、今年初めてのNPO準備会議を開いた日に、このイベントがありました。会議終了後、有志でさっそく見物に出かけました。

家族会事務所がある地元商店街、江古田ゆうゆうロードのナイトバ



ザールは、商店街振興組合が2ヶ月に一度開催している催しで、その日は商店街が縁日のように賑わいます。

今回は、一月の寒い夜にも係らず、大変な人出でびっくりしましたが、出店していたえごのみのスタッフにお聞きしたところ、暖かい時期は、もっと凄いとすることで、さらに驚きました。次回は3月の予定です。練馬家族会も出店する権利があるとのこと、いずれ何かの形で参加したいですね。(編集部 長谷川)



平成16年度第5回精神研都民講座・参加報告 「分子生物学から見た統合失調症」

2004年12月21日14:00~15:30 会場：千駄ヶ谷 津田ホール 講師：糸川昌成氏

(前号からの続きです)

2. 抗精神病薬の未来

① 器質変化の予防の可能性

統合失調症にかかると脳がしぼんでくるのではないかという、脳の器質の変化が問題になっている。服薬をしている人の脳と再発を繰り返す人の脳を比べたところ、前者は健常者の脳と同じで、後者は脳質の拡大(脳の萎縮)が認められた。薬を飲めば脳の萎縮進行を止められるのではないかとされている。

② オーダーメイド医療の可能性

現在、同じ病名・処方でも、個人によって薬の効果が異なる。それは、病気を起こす原因となる遺伝子が異なるからであり、薬剤の作用、代謝部位に個人差があるためである。

これらの個人差は、症状の原因となるセロトニンやドーパミンといった脳内物質の抑制に強弱が出て、薬の効き方に差異をもたらす。つまり、薬効は原因となる遺伝子の差か、受容体の個人差に基づく可能性があるということである。従って、遺伝子レベルの研究が進み、原因となるそ

れぞれの遺伝子が解明されれば、将来はオーダーメイド医療になるであろう。

講演後の質問に、オッズ比1.98(発症確率)では「有意に頻度が高い」とはいえないのではないか?との指摘があった。先生はそれをある程度認めた上で、より多くの家族サンプルを集め、より精度の高い分析をするための、家族に対しての研究協力の要請があった。

以上が講演の概略である。

III. 私の感想

今回の講演によって、対処療法からの治療への可能性に希望を持てるのではないかと思った。10年以上

前から始められた統合失調症の遺伝子研究は、現在12個の染色体座位が付きとめられているという。これからもより多くのことが明らかにされそうだ。

弱い効果の遺伝子による複合遺伝子疾患であるとされる、統合失調症の原因となる遺伝子が突き止められたら、薬も現在のような対処療法ではなく、個人に合わせた効果の素早い処方が可能となる。「匙加減」でしか薬の効用が計れない医療から開放されたら、不適切な薬による副作用も軽減される。また、この解明の遅れた病に完全治療への道も開かれることだろう。統合失調症では環境要因の関与も大きく、原因となる複数の遺伝子との相互作用の解明に時間はかかるかもしれないが、いつかは病気の予防さえも可能となるかもしれない。(会員 依田)

「分子生物学から見た統合失調症」の前号記事で、「目標となる遺伝子(候補遺伝子)を選ぶが、統合失調症においてはドーパミン受容体、セロトニン受容体などのグルタミン酸受容体がこれにあたる。」と掲載しましたが、これは、「目標となる遺伝子(候補遺伝子)を選ぶが、統合失調症においてはドーパミン、セロトニンと共に注目されている興奮性アミノ酸である、グルタミン酸の受容体がこれにあたる。」の間違いです。編集段階での誤記掲載にあたり、著者の依田さんと読者の皆様にご迷惑をおかけいたしましたことを、謹んでお詫び申し上げます。(文責:編集部 長谷川)

平成16年度第6回精神研都民講座・参加報告 「統合失調症の家族支援」

2005年1月18日14:00～15:30 会場：千駄ヶ谷 津田ホール 講師：白石弘巳氏

最初に、講師より、今年度の精神研都民6講座の総括と感想が述べられ、精神科医療は日本だけではなく世界でも遅れているということが紹介された。

統合失調症という病気の概略

統合失調症の概略を、7項目に分類して話された。筆者が印象に残った項目のみを、以下に挙げるので、参考にさせていただきたい。

●どのような病気か

「個」の存在が危ういため、自己の世界に閉じこもってしまう。家族や治療者が、人生の歩み方を上手に指導することで、安定と依存の関係が保たれる。

●経過の特徴

治療しないと進行し、治るまでに時間がかかり、経過は人によって違っている。

●回復と課題

生活支援として、できないことを人に助けてもらう、お願いをするスキルを身につけるようにする。

●生活史からみた場合

5年間再発させないことを目標にする。

●回復に向かうイメージ

自分の人生を主体的に、楽しく生きていこうとする人が回復する。

●回復の契機

人を信じ自分も信じる。それは、

人の中で生きていくことが必要だと気づくことでもある。

その病を持つ家族支援の概略

このテーマでは、23項目に分類しての展開だったが、筆者の独断でカテゴリーを選択し、重要だと考えられる内容を挙げる。

●家族に対する関係者の見方の変遷
現在は支援を必要としている存在である。

●家族の困惑

病気を病気として受け入れられない。

●家族支援とは

患者の回復促進とともに家族自身の疲弊を防止するためにも、専門家の手助けは必要である。

●当事者回復：家族ができること

希望を持ち続けることが大切である。

●治療への導入

家族は治療者を信頼する。

●感情表出の研究

巻き込まれない、批判や敵意を持たない。

●本人との接し方

家族の期待は良くすることを知れたがるが、専門家は悪くしない方法を伝えたい。

●基本となる考え方

今以上に、すぐには良くならない。悪くしなければ必ず良くなる。

●回復の心理的過程

「今のままで大丈夫」から「一歩踏み出す」。そして、「これも自分の人生」だと認める。

●疲弊や悲観を乗り越える

自分だけが特別ではないと考える。

●疲弊を予防するための方法

夫婦間での理解と協力を高める。孤独の解消と息抜が大切である。家族にできないことは人に頼むこと。

●健康な家族とは

夫婦関係が円満で、皆が何でも言い合うことができ、意味ある時間を共有し、家族構成員が個人として尊重され、相互扶助の雰囲気があり、家族が外部に開かれている。

●家族支援の総括

奇跡を期待せず、当たり前のことができれば良いと考えること。この当たり前のことができるのは、実は大変なことであると認識する。そして、勉強と意見交換を続けることで、そのための力をつけることができる。

また、講師がたずさわっている、ひきこもり支援組織の紹介の中で、家族も一緒に手伝いをする、すなわち、人のために成ることで元気になれる、という紹介があった。個人的には、これはNPO法人化後の事業を考える際の参考となった。

来年度の精神研都民講座の特集は「躁鬱病」ということである。時間が許される限り参加したい。

(編集部 高田)

投稿募集

本誌は、練馬家族会の連絡記事のみならず、精神保健福祉の啓発・啓蒙に関連する記事を、会員有志の執筆で、現在まで発行を続けていますが、ご意見ご要望や、記事の投稿を、会員だけではなく、一般の読者の方にも募っております。ぜひ、皆さんの文章・記事を編集部の方にお寄せください。

～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



医療法人財団厚生協会

大泉病院

《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

家族会NOW!!

● 栄町本通り商店街振興組合新年会

表題の催しが、1月6日(木)に栄町会館で開催されました。当会より、山田・長谷川が出席し、地域商店街や議員さん達と交流しました。

● 第5回文化交流会実行委員会

表題の催しが、1月13日(木)にほっとすぺーす練馬で行われまし

た。当会より、広報担当の木下が出席しました。

● きらら運営委員会

表題の催しが、1月18日(火)に情報公開室2階で開催されました。当会より、橋本会長・渡邊副会長が出席しました。

● NPO準備委員会

第8回目になる表題の催しが、1月22日(土)に練馬家族会事務所

で行われ、家族会会員13名が出席しました。

● 2004年「単会実態調査」

上記の冊子を、東京つくし会より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

「あんでな」No.7を送付していただきました。ありがとうございます。

武蔵大学MMS研究会・NPOサポートセンター・練馬区主催 シンポジウム参加報告
NPOで拓く地域社会～NPO・大学・行政による地域連帯～
 日時：2005年1月29日 13:00～16:30 場所：武蔵大学50周年記念ホール

表題の催しに、単身参加してきました。家族会のNPO法人化に向け、今後、正会員になれる方にとって、大いに参考になる報告をします。

NPOサポートセンター理事長である山岸秀男氏の講演では、最前線ならではの意見が聞けました。

先ず、NPOとは何かということから、次の言及をされました。

- ◎自分の団体の活動を、一行で、できるだけ短く言えるようにする。
- ◎NPOは社会的事業を担う、コミュニティビジネス集団であり、そこでは、事業をやるということをおぼえてはならない。

次に、事業をするために必要な資金の確保、特に寄付や助成金をもらえるための条件を提示されました。

- ◎寄付をしてもらえようなミッションを考える。すなわち、なぜそれに取り組むのか、なぜそれが

必要かという目的を明確にする。昨今流行りの「協働」ですが、NPO活動としては、これだけは譲れないという提言もありました。

- ◎行政の下請けにならない。
- ◎行政との協働では、自分たちの立場を明確にする。すなわち、市民と行政は対等であるという意識を忘れるな。

氏は、NPO発祥の地であるアメリカで研修をされ、日本でNPOを普及させた人物でもあるため、彼の地での歴史や現状も紹介しました。

- ◎米国では、NPOで有償で働く人は、全雇用率の7.9%あり、GPD(国民総所得)の7%を占め、9割の人が、NPOの下でボランティア社会を形成している。
- ◎米国では、社会システムを変革するという意識で、エリート達も積極的にNPOで働いている。

◎アドボカシー(advocacy=市民が政策を提言していく活動)に関わることで、行政は市民の中にあるという意識がある。

休憩の後、区内NPO法人3団体の報告と討論会となりました。次のように悩みは同じだという印象です。

- ◎資金難で身銭を切り、人材不足で時間が足りない。
- ◎経理のことや、毎年末の都への報告が大変である。

総括として、再び、山岸氏の言葉をいただきました。

- ◎パッション(情熱)とパワー(力)で、ミッション(目的)に取り組めば、お金と人材はついてくる。躊躇せず、前に進むことが大切だ。

長時間のシンポジウムでしたが、時間の無駄を感じることなく帰路につきました。(編集部 高田)

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

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に製作協力をお願いしております。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。

◆◇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 3月度定例会 開催のお知らせ

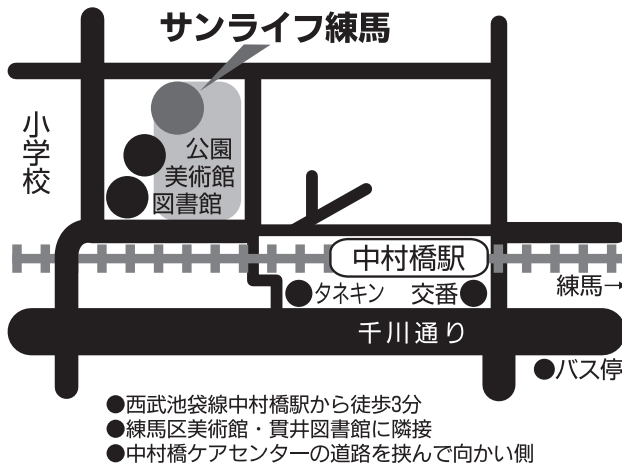
日時：3月25日（金）13:30～16:30

場所：サンライフ練馬 2階会議室

（貫井 1-36-18 / ☎ 03-3990-0185）

平成17年、いよいよ練馬家族会はNPO法人設立まで、秒読みに入りました。しかしながら、任意団体であってもNPO法人であっても、家族会活動の基本は、同じ悩みを持った家族どうしが語り合う、定例会への参加です。今年度最後の定例会を、いつものサンライフ練馬で開催しますので、これまで来れなかった人も、ぜひお越しください。

今回は、和室ではなく、2階の会議室になっていますので、ご注意ください。



区内各保健相談所「家族の集い」3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。

3月4日（金）14:00～16:00

光が丘保健相談所

光が丘 2-9-6 ☎ 03-5997-7722

3月4日（金）13:00～15:00

関保健相談所

関町北 1-21-15 ☎ 03-3929-5381

3月7日（月）14:00～16:00

北保健相談所

北町 8-2-11 ☎ 03-3931-1347

3月8日（火）10:00～12:00

大泉保健相談所

大泉学園町 5-8-8 ☎ 03-3921-0217

3月14日（月）14:00～16:30

桜台保健相談所

豊玉上 2-22-15 ☎ 03-3992-1188

3月14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」3月スケジュール

今月は、本誌編集スケジュールの都合で、この欄を掲載できませんでした。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。または、きらら発

行の「たけのこ」誌やホームページ（<http://www.neri-shakyo.com/kirara/takenoko.html>）でスケジュールをご覧になれます。

水曜日・祝日はお休みです。

＊ ＊ ＊ 編集後記 ＊ ＊ ＊

何年か前に、「僕と私の生きる道」というタイトル名のドラマが放映されていました。時間が無く鑑賞できなかったのですが、「弟と姉の生きる道」として仕立ててみました。

弟は20代で統合失調症を発症し、すでに病歴15年以上になりますが、やっと自立への道を歩み始めました。現在、援護寮で自立訓練をし、近い将来、地域や医療従事者そして家族に見守られながら、人の中で慎ましく生活することが、夢です。「なんてちっぽけな夢なんだ」とは、どうか思わないでください。心に障害がある人にとって、当たり前のことをするには、一般人が富士山を目指すよりも大変なことなのです。

姉の生きる道は、精神障害者を持つ家族として、社会にアンチスティグマを訴えることと、不治の病である「統合失調症」解明のため、精神疾患遺伝子解析研究プロジェクトの被験者になることです。

母は、息子の病を「胡蝶の夢」の話しだしたら…、と言います。しかし、この現実を受け入れること、それは、自分の運命に責任を持つということですから、「弟と姉の生きる道」は、有終の美を飾るその時まで、幕引きにはなりません。（高田悦子）

練馬家族会 会報 2005年3月号

2003年11月創刊 通巻第16号

発行日：2005年2月25日

発行所：福祉団体 練馬家族会

東京都練馬区栄町 18-12

Tel・Fax 03-3994-3250

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