

ニーズレター

発行日 2023年1月17日

特定非営利活動法人 グループホームネット香川

新年号



善通寺 南大門

もくじ

- 巻頭言 2
- 落語から学んだこと 4
- 利用者からの声 5
 - ・これまでのきっかけ
 - ・今年で約二年目のウーバーイーツと家庭菜園6
- 新人ホームワーカーの紹介 7
- 事務局だより 8
- 編集後記 8

巻頭言

歪んだ鏡

理事長 細谷 要一

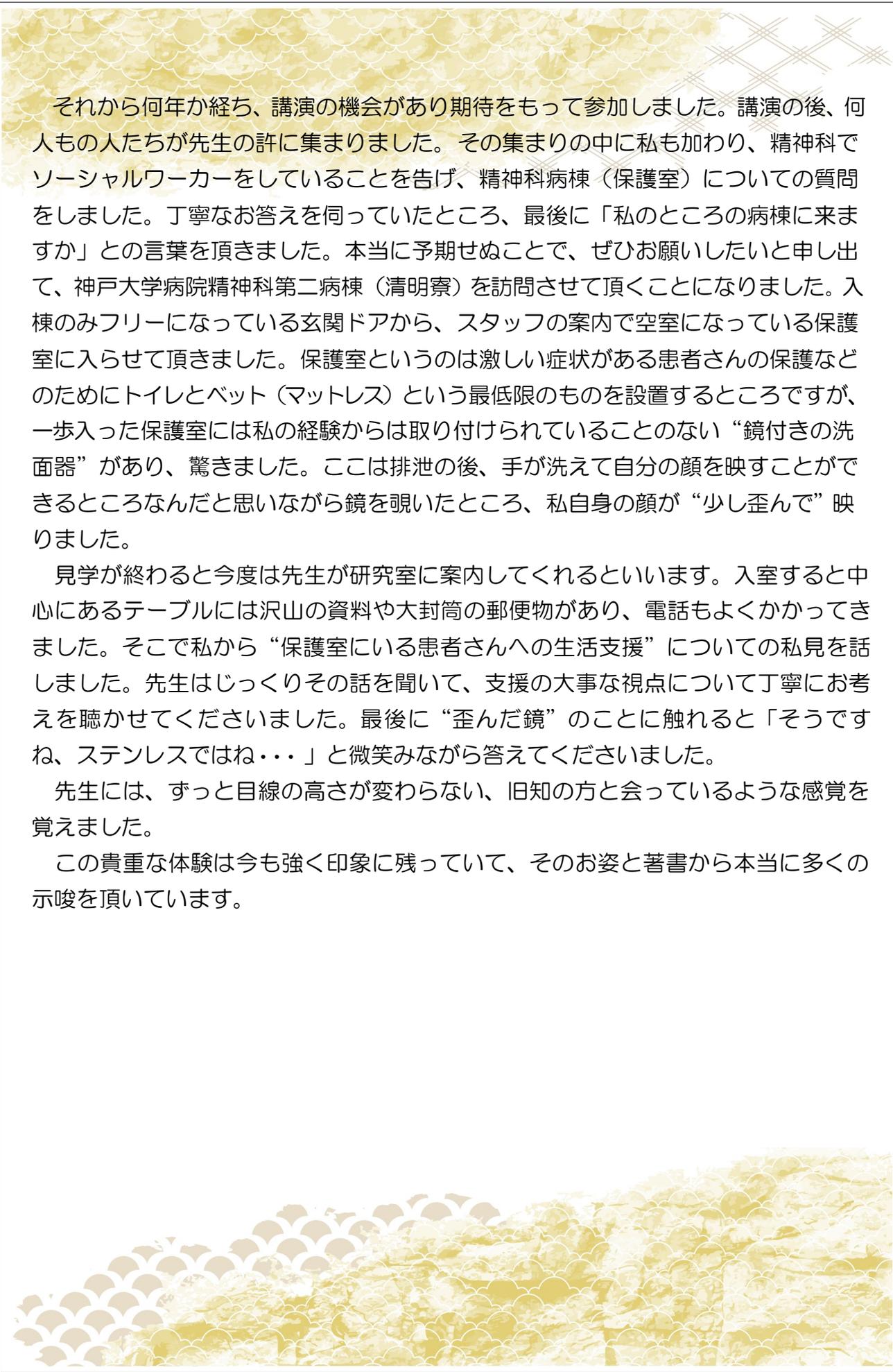
新春のお慶びを申し上げます 本年もよろしくお願いいたします

昨夏、日本の統合失調症研究の第一人者である中井久夫医師が逝去されました。

30年ほど前になりますが、私が先生と“半日”ご一緒させて頂いたことがあり、そのことをお話させて頂きたいと思います。

その直接お会いした話の前に、著書によってひそかに尊敬の念を強くしていたことからお話しします。当時、精神科病院の相談室に勤めていた私ですが、新任の精神科医に誘われ二人で読書会をする機会を持ちました。その時の書籍が「中井久夫著作集第一巻」でした。1984年発行の統合失調症についての論文で、専門用語も多々あるとても難解なものでしたが、精神科医と問答しながら解説を頂くことで読み続けることができました。その論文はそれまで目にした精神医学関係のそれとは違い、これまで読んだことのない内容で細やかな観察に裏付けられた理論が書かれ、その文章から患者さんへの気遣いや配慮が伝わってくるものでした。

私は入院されている方々との15年ほどの関わりの中から、いろいろなことを教わっていました。ある時、病棟内で相談を何度か受けていた統合失調症のある方から「お礼したいんです・・・これ」と、“折りたたまれ10枚ほど重ねた”ティッシュを手渡されました。その方は精神症状と思われる話を交えながらも、時に相談員である私自身の仕事への労いを口にされる方でしたが、私に慢性鼻炎があることも知っていたようでした。病棟内では言葉による意思疎通がとても困難な方もおられました。付き合いが多くなるほどに“人を思いやる優しさと細やかな心遣い”を感じるようになっていました。日頃はそれを感じながらも深く考えることができていなかったところに、この著書の中の「心の生ぶ毛」の記述に触れ、一瞬にして腑に落ちるのを感じました。また、他の書からも、先生の深い洞察力や患者さんへ優しいまなざしが感じ取られ、先生への敬慕の念が生まれました。



それから何年か経ち、講演の機会があり期待をもって参加しました。講演の後、何人もの人たちが先生の許に集まりました。その集まりの中に私も加わり、精神科でソーシャルワーカーをしていることを告げ、精神科病棟（保護室）についての質問をしました。丁寧なお答えを伺っていたところ、最後に「私のところの病棟に来ますか」との言葉を頂きました。本当に予期せぬことで、ぜひお願いしたいと申し出て、神戸大学病院精神科第二病棟（清明寮）を訪問させて頂くことになりました。入棟のみフリーになっている玄関ドアから、スタッフの案内で空室になっている保護室に入らせて頂きました。保護室というのは激しい症状がある患者さんの保護などのためにトイレとベット（マットレス）という最低限のものを設置するところですが、一步入った保護室には私の経験からは取り付けられていることのない“鏡付きの洗面器”があり、驚きました。ここは排泄の後、手が洗えて自分の顔を映すことができるところなんだと思いながら鏡を覗いたところ、私自身の顔が“少し歪んで”映りました。

見学が終わると今度は先生が研究室に案内してくれるといいます。入室すると中心にあるテーブルには沢山の資料や大封筒の郵便物があり、電話もよくかかってきました。そこで私から“保護室にいる患者さんへの生活支援”についての私見を話しました。先生はじっくりその話を聞いて、支援の大事な視点について丁寧にお考えを聴かせてくださいました。最後に“歪んだ鏡”のことに触れると「そうですね、ステンレスではね・・・」と微笑みながら答えてくださいました。

先生には、ずっと目線の高さが変わらない、旧知の方と会っているような感覚を覚えました。

この貴重な体験は今も強く印象に残っていて、そのお姿と著書から本当に多くの示唆を頂いています。

落語から学んだこと

理事 河野 幸子

数年前から落語に興味を持ち、車通勤の帰り道はいつもCDを聴いています。仕事で「自分は駄目だなあ」などと落ち込んでいても変わり身の早い私。家に着く頃には江戸時代の、のんびりとした気分になっています。

先日ある記事が目にとまりました。「オリンピック選手の小平奈緒さんの振舞が落語の“おあとがよろしいようで”という言葉に関係している」というもの。私にとってはとても関心のある内容でした。

小平奈緒さんは、自分がオリンピックレコードを出して会場が拍手喝采で沸いた時、自分の唇に人差し指を当て「しーっ」というジェスチャーをしました。それは次に走る選手のレースのために『皆さんお静かに』という合図を意味していることだそうです。「落語の常套句（決まり文句）とジェスチャーがどういった関係があるのだろう」と、ふと不思議に思いました。

落語家が噺（はなし）の最後に“おあとがよろしいようで”と常套句を言います。それは『オチが上手くいったという意味ではなく、次の高座に上がる人の準備が整ったため私はここで終わりにします。自分などより次の方の噺の方が素晴らしいので、どうぞお楽しみに』という意味が込められているそうです。つまり小平奈緒さんが見せたジェスチャーはスポーツマンシップを意味します。自分を一段下げ次の人に花を持たせる。なんて日本人らしい慎ましくて奥ゆかしい心のあり方だろうと心に響きました。落語が始まったと言われる頃から300年余りの間、脈々とその慎ましい精神は受け継がれてきたことになります。よく考えれば『自分のオチが上手くいったようで』とご満悦で噺をまとめるようなことは、落語を愛する日本人には合わないような気がします。

『お先に』『おあとがよろしいようで』『皆さんお静かに』どの言葉も私は忘れていたように思います。それどころか、扉を次の人のために開けておくことさえ、したりしなかったり。

粹な気遣いは、一朝一夕では身につかないと感じます。しかし、心に留めておくか否かで、人としての佇まいは変わるような気がしています。

それでは皆様 “おあとがよろしいようで”



利用者からの声

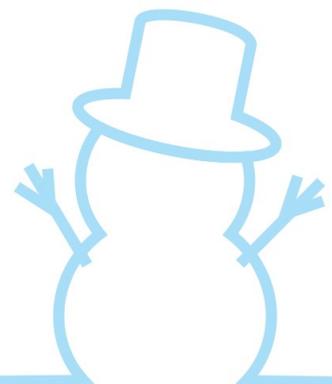
これまでのきっかけ

ペンネーム 七つ星

僕が病気になったのは20歳の頃でした。19歳から仕事の失敗でひきこもりになり5年間、真っ暗な部屋で過ごしていました。ある時、急に周りの全ての音が人の声に聞こえて幻聴が始まり病院を受診しました。しかし、あり得ないことなので最初は無視していました。そしてB型作業所に通うようになり暫くして幻聴は落ち着いていましたが、32歳の時に一度酷くなって入院する事になり、3か月間入院していました。もう直ぐ退院という時になりあまり気持ちが進みませんでした。家族や周りの勧めで半年間アパートでひとり暮らしをする事になりました。ひとり暮らしをしていて家事や書類の手続きなど生活に関わる要領が分からず、不安な日々を過ごしていました。

そんなある日、相談事業所の方から「こんな暮らしもあるよ」とグループホームを紹介して頂き凄く興味を持ちました。このグループホームに入居して4年が経ちました。入居したばかりの頃は周りになじむ事が大変でしたが、周りの入居者や職員の方たちが挨拶や声掛けしてくれレクリエーション（近所に散歩など）を計画して頂きだんだん打ち解ける事ができました。

今では入居者の方々と一緒に近所のスーパーに買い物へ行く方、食事を作ったりする方やよく部屋に遊びに行き、お邪魔する方や共同部屋で会話やゲームをする方など良く知った方たちで安心して過ごしています。特に不満もなく毎日が充実しています。なので、入居して色々な友達とのいい人間関係が築けて周りのサポートがあり凄く幸せだなと思います。ビアーズに来て本当に良かったなと感じます。



今年で約二年目のウーバーイーツと家庭菜園

ペンネーム EXZ

皆さん、お久しぶりです。二年ほど前「ウーバーイーツをやってみた」という記事を書かせていただきましたEXZです。

さて、タイトルの通りウーバーイーツを始めてから2年目になり、様々な出来事がありました。

その中で一番印象に残った出来事があります。それは、私と別のグループホームに入居されている方が「ウーバーイーツに興味があり、良ければお話を聞かせてほしいと言われています」とホームワーカーから伝えられたときです。このときは、緊張と嬉しさがありました。一つは、ちゃんと説明できるかなという不安ともう一つは、自分がしている仕事に興味を持ってくれたことです。

いざ当日になり、ウーバーイーツについて色々聞かれましたが問題なく答えられ、この時は、やはり経験というものは、役に立つんだなと改めて思いました。

私は今現在600件以上の配達をさせていただいてますが、今年から配達範囲が広がり、新たなレストランや配達先が増えましたので、初心の心をもって頑張っていこうと思います。目標は“目指せ、配達件数1000件！”です。

話は変わりますが、私は趣味として家庭菜園をしております。子供の頃から野菜作りなど、興味があり現在はプランター菜園をしています。今年の夏はスイカを育てていましたが、病気になり枯れてしまいとても残念でした。

しかし、来年もスイカにチャレンジしようと思います。失敗を糧に今度こそおいしいスイカを作り美味しく食べれたらなと思っています。

そして今は、新しくイチゴを育て始めました。10月頃は植え時だったこともあり苗を購入して、ベランダで日光がたっぷり当たる場所において、毎日様子を見ては成長を楽しんでいます。上手くいけば来年の春に収穫でき、まさに収穫したてのイチゴを食べるのを楽しみに愛情を込めて育てていきたいと思っています。



■ 新人ホームワーカーの紹介

グループホームネット香川に入職して

ホームワーカー 森 香織

ホームワーカー（HW）として10月に入職しました。今は3ヶ月間の研修真っ最中で、各グループホーム（GH）にお邪魔し、入居者さんとお話しをさせていただいたり、理事の方々の講義を受け、このグループホームネット香川の今までの法人の歩みや障害の説明、HWとしてどうあるべきか勉強しています。

これまでの仕事で、精神障害・知的障害がある方と関わったことはありますがここまで1人の方と長くお話ししたことはありませんでした。

研修が始まった時は、失礼があったらどうしようかと不安でしたが、実際失礼な場面が無いはずもなく、声が大きすぎて入居者さんを驚かせたり、入居者さんとの会話が楽しくなり、気が付けば一人で盛り上がりすぎ、仕事から逸脱したことがありました。

至らぬ事があり、入居者さんや職場の皆さんには申し訳なく思っておりますが、皆さん温かく迎え入れて下さって感謝しています。ありがとうございます。

さて、現在5カ所あるGHの名前は全て『ビアーズ』+『地名』になっています。ビアーズ・・・ご存知の方もおありかと思いますが、恥ずかしながら私はこの意味を知りませんでした。

どういう単語なのだろうと思い調べてみたところ、まさかの人名。アメリカ人で精神病院を何ヶ所か転院、各病院で受けた酷い扱い・現実を社会に訴えようと手記を本にし、出版された方のお名前だということを知り驚きました。

その本のタイトルは『わが魂に会うまで』。わが魂・・・。私は自分の魂に会えているのか。そもそも魂とは何だろう。ドキッとしました。

そんな偉大な方の名前が掲げられているGHにふさわしいHWが務まるのかと思う気持ちもあります。

研修も後半に突入しましたが、皆さんのお人柄や障害の理解に乏しく、たくさんのご迷惑をお掛けするかと思います。入居者さんや先輩HWの皆さんのご協力をいただきながら、入居者さんの、そして自分自身の『わが魂』を見つけ大事にしていける、そんなHWになれたらと思っています。

HWのスタートラインに立てるかどうかも分からない身ではありますが、これからもどうぞよろしく申し上げます。

事務局だより

事務局 増田 周作

あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願い申し上げます

昨年ビアーズ伏石がスタートしてあっという間に1年が過ぎました。

個人的なことを言いますと、2003年に入職し2023年4月で20年目の節目の年を迎えます。年々、時が過ぎるのを早く感じておりますが、就職してから気づけば20年が過ぎ去っていたという感じです。

この間、いろいろな出会いと別れがありました。退去された入居者の方から連絡をいただくこともあるのですが、元気なお声を聴かせてもらうとこちらも元気がでます。今年はコロナも収束してそろそろ気軽に顔を合わせて、マスクなしでお話できる年になればいいのにと期待しております。



編集後記

健やかに新年をお迎えになられたことと思います。私は去年ふとしたことで圧迫骨折を体験し、入院生活を送ることになりました。ちょうど、入院中はサッカーのワールドカップの実況の真っ最中でした。サッカーについてはルールも何も全く分からず、逆になんであれだけみんなが騒ぐのかなという気持ちの方が大きかったです。しかし、興味のなかった私もついつい雰囲気にもまれてずっと観ていました。

その中で一人の選手がいった言葉が記憶にあります。「敵は相手の選手や国ではなく、敵は僕自身です」と言われました。なるほど相手に勝つだけ意識するのではなく、まずは自分に勝つということなんだと教えられました。大勢のサポーターの声援を受ければ受けるほど、プレッシャーは相当なものだったと思います。私も今年はまず、自分に勝つということ意識して、生活をしていこうと思いました。

(天満)

(発行) 特定非営利活動法人 グループホームネット香川

連絡先： 香川県高松市成合町559番地15

TEL：087-885-5270 FAX：087-887-5955