ニーズレター

発行日　２０２４年１０月２５日
特定非営利活動法人　グループホームネット香川

秋号

小豆島　農村歌舞伎

もくじ

○ 巻頭言　2
○ 利用者からの声
　問題に逃げずに向き合うこと　3
　入居して今年で４年目　4
○ 統合失調症家族教室の報告　5-6
○ 編集委員からのお知らせ　7
○ 事務局だより　8
○ 編集後記　8

巻　頭　言

移り変わり

理事　増田　周作

私は、２００３年からグループホームネット香川に勤め、今年で２１年目になりました。人生の半分近くをこの法人で過ごしています。

たくさんの入居者の方々との出会いと別れがありました。この間に、グループホームを利用したいと希望する人の年齢層や希望理由はずいぶんと変化してきました。

もともと、社会的入院の解消をということで、精神科病院に入院している方が大半で、退院を目的として希望されることが多かったです。最近は、親元を離れて暮らしてみたい、一人暮らしをしてみたいということで、地域から入居を希望される方が多くなっています。また、年齢も４０代から５０代の方が多かったのですが、最近は２０代から３０代の問合せが多い傾向となっています。

私は、働き始めた当初、グループホームの利用を希望する人は、どんな人でも受け入れなければいけないと思っていました。しかし、グループホームで受け入れられる限界もあり、全ての方を受け入れいていくことは正直、難しいことです。わかりやすい例をあげると、当法人のグループホームは、バリアフリーではありません。車いすや麻痺のある方の利用は難しいと言わざるを得ません。高齢化や病状の変化などで、継続することが難しくなるということもありました。

入居するにしても、継続して利用するにしても、誰のどんな希望で利用をするのかということは大切なことになります。ごく当たり前のことですが、ご本人の希望が何かをお聞きするのですが、ご家族や支援者の希望や思いに影響を受けていることがみられます。まれに、ご家族や支援者の希望や思いが強く、ご本人の思いが埋もれていることがみられます。埋もれた希望や思いを掘り起こしてお聞きすることが必要となり、別々に面接することもありました。

過去は、退院することが目的だったり、地域で生活することで精一杯というところが多かったように思いますが、最近は、働いたり、自分のしたいことに没頭したり、グループホームをステップに一人暮らしに向けて準備をしたりと、いろいろな希望を持って入居者は生活をしています。

２１年間、グループホームとかかわって振り返ると、社会情勢を含めていろいろと変わってきたなと改めて感じます。今後、どんな風に変わっていくのか、またそれも楽しみに仕事を続けたいと思います。

利用者からの声

問題に逃げずに向き合うこと

ペンネーム　半熟卵

僕と母との問題で、僕が扉を数センチ残して完全に閉めない問題というものがありました。

母に「どうして閉めてくれないの？！」とか「閉めろ！」とよく怒られていました。閉めた方がいいとは思うけど、閉められません。理由を考えてみると、僕は多動で待つのが嫌、感覚が過敏で扉がガチャンと手に伝わる感じが嫌、ガチャンの音が嫌。だからかなと思いましたが、本当のところは分かりません。台所は家族の出入りが多く、すぐに誰かが来るので僕が閉めても無駄という気持ち、ルールに縛られたくないという気持ち、母だってできていないことがあるじゃないかという気持ち・・・。やっぱり分かりません。

できない理由を紙に書いて母に渡したこともありますが、分かり合えませんでした。怒鳴り合うので感情の糸がこんがらがって、何が何なのか分からなくなっていましたが、最後はなんだかすっきりしていた気がします。

できないということを親子で本気で話し合うと、すごい労力で、最終的に禍（わざわい）しか残りません。「閉めろ！」と言われると腹が立ち、僕がバーン！と閉めるので物凄い音がして、今度はその閉め方を怒られる。関わりを少なくしたほうがお互いのためなので、扉を数センチ残して完全に閉めないことは、母とは戦争をしたくないという僕の意思表示なのです。

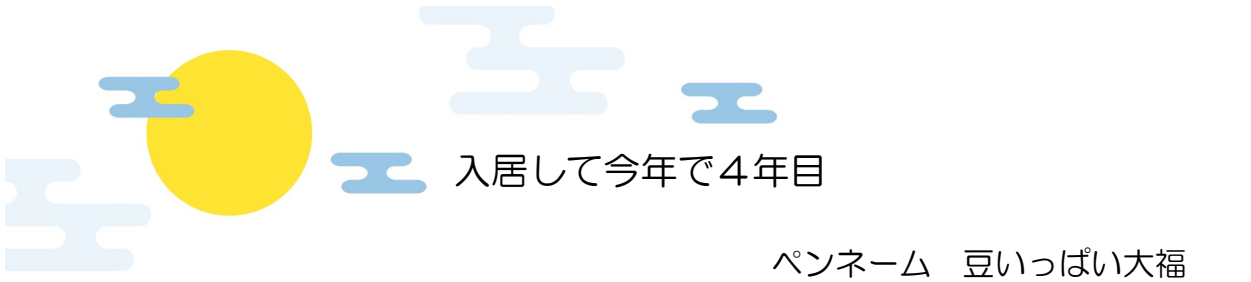
中学一年生の時、勉強をして喉が渇いたので台所にジュースを飲みにいこうと思いました。ジュースは禁止されておらず、いくら飲んでも怒られないのですが、それには台所の扉をきちんと閉めないと母に怒られます。喉はカラカラだけど飲みにいくのを我慢しました。扉をきちんと閉めれば気持ちよく飲めるのに。それくらい嫌でした。

母に嫌がらせをしたい訳ではなかったけど、母があまりに怒るので、嫌がらせになっていった部分もあったと思います。そして最終的に怒る母に僕の閉めたくないという要求を通すゲームになっていったと思います。

（４ページへ続く）

僕はひきこもりになって、学校や仕事に行っていないときがありましたが、母はそのことには文句を言わず、お小遣いをくれていました。母が言うのは「閉めろ！！」だけだったので、今までどおり聞き流せばよく、それは楽でした。扉問題が解決すると、母の怒りは次の対象に移るので、僕はもっと大きい問題に向き合い、母も次の問題を指摘しなければなりません。扉問題を解決するための話し合いや、向き合うことを回避して、お互い現実逃避をしていたのだと思います。

今はグループホームや職場のルールを守らなくてはいけませんが、ルールを守ることで生活にメリハリができることに気づき、良いこともあるのだなと最近思っています。



入居して今年で４年目

ペンネーム　豆いっぱい大福

みなさんこんにちは

私はグループホームに入居して早いもので４年目になります。私はここのグループホームが大好きです。世話人さんも優しくて、困ったときは親身に話も聞いてくれてほんとうにありがたいです。

入居者さんとも、つかず離れずというか、私が人見知りなのと緊張するタイプなので、会うと挨拶程度でちょっとした話をして終わるくらいです。あまり仲良くするのも苦手で、私にはそのくらいが心地良いのです。それに私は統合失調症なので幻聴が時々あります。なので関わった人が、なにも言っていないのに、私の幻聴で悪口を言われたと勘違いしてしまってしんどくなるからです。

グループホームに入居する前はほんとうに、この病気でしんどくなることがたくさんありました。アルバイト先での人間関係は、ほんと今考えてもゾッとします。

グループホームに入居できて、おんなじ気持ちの人がいるんだと思うだけで心が救われます。

統合失調症家族教室の報告

統合失調症家族教室に参加して

ホームワーカー　南　孝則

２０２４年９月９日に高松市保健センターで開催された「統合失調症家族教室」に参加し、コーポビアーズの概要や特色、また入居者たちが日々どのような生活されているかを参加されたみなさんにお伝えする機会をいただきました。

当日はビアーズからホームワーカー(HW)の私と、入居者1名が参加。ご家族の方や当事者の方は13名ほど来られていました。

はじめに「社会資源の利用について」というテーマで一般的なグループホームの概要、種類、特徴などについて私からお話しました。

その中で、私たちコーポビアーズの特色、日常の入居者の様子やHWのかかわりや仕事についてお話をしました。日常的に食事の用意や掃除・洗濯など、ビアーズの入居者は自分でしなければならないことはたくさんありますが、その分、自分で生活リズムを考えたり、好きな食事を取れたり、門限がないなど自由がたくさんあることをお話することができました。もちろん、共同生活であるので生活者として守らなければならないことは当然なこととしてあります。だからこそ自分らしく生活できる場面がたくさん作れるのだと思います。そしてHWは入居者の伴走者としてかかわっていく、そんなビアーズの特色をお伝えしました。

そして入居者からは、ご自身がビアーズを利用するようになったいきさつや、住んでみて感じた他のグループホームとの違いや困りごと、安心できることなどをお話されました。沢山の人の前で大きな声で話すなど、本人にとっては負担の大きいことだったようですが、家族会のみなさんに伝わるようにしっかりとお話しされていました。おかげでビアーズからのメッセージが家族会のみなさまにより深く、リアルなものとして届けられたと思います。

その後、休憩をはさみグループワークの場になり、家族会や当事者の方の生の声を聴くことができました。

（６ページへ続く）

グループホームの利用を考えている方の中には、障害の程度によっては利用するグループホームが制限されることもあります。どんなグループホームがあるのか、当事者のニーズに合うのはどんなグループホームなのかを考えることは大切です。そんな日常の苦労やしんどさ、また隠れた偏見や差別など、同じ痛みを感じておられる方々が家族教室で集まり、しんどさを共有し、それぞれの思いを吐き出されておられました。それができる場所があることは当事者や家族にとってほんとうに必要な場であると感じました。

家族会のみなさんは長年の間、障害がある家族の介護や支援を続けられている方です。やっと落ち着いてきたと話される人、今まさに奮闘中の人、自分の家族だけでなく同じ思いを持つ人の助けになるように努力されている人など、いろいろな状況の方がおられました。どの人も障害がある家族への向合い方は真剣であり、家族のことをとてもよく見ておられると思いました。

私はHWとして日々入居者のお顔を拝見していますが、みなさんの毎日の変化や思いを感じることができているのだろうかと、改めて考えさせられました。今回のこの経験を活かしHWとして、今まで以上に入居者への日々の向合い方を大切に考えていきたいと思います。

参加された入居者さんの声

９月９日の保健センターの家族教室に参加して

ペンネーム　U

読みあげる原稿は作っていたのですが、家族会のお母さん方の前で読みあげるのはちょっと緊張しました。

読んでいると声がつまってきたりして、読みあげるのも難しいなと思いました。

終わったら保健センターの方に「わかりやすく言ってくださって、ありがとうございます」と言われてちょっとほっとしました。

お母さん方もああいうところで定期的に集まって情報交換しているのだなぁと思いました。

編集委員からのお知らせ

これまでニーズレターの内容は、みなさまのご協力によって成り立ってきました。

これからも形自体は変わらないのですが、みなさまから寄せられた原稿等について、些細なものですがお礼を形にさせていただくことにしました。

なお、募集等の要綱は下記のとおりです。よろしくお願いいたします。

記

1．原稿料（掲載されたもののみ）

・文章・写真・イラスト等は、1件につき1,000円程度の文房具用品・ギフトカードから選択できます。

2．原　稿

・法人から依頼した方

・持参された方（掲載は、編集委員会で決定します）

3．写真・イラスト（データで送信）

・自作、未発表のもので、香川県内の行事、観光名所、動物、植物等に限る。

・個人が特定されいないものに限る。

・著作権等については当法人に譲渡

・送信先：photo-post@ghnk.jp

4．対象者（原稿・写真・イラスト等）

・グループホームネット香川の正会員・賛助会員

・グループホームビアーズの入居者

・法人から原稿依頼した方

以上

事務局だより

事務局　増田　周作

まだまだ暑い日が続きますが、みなさまはいかがお過ごしでしょうか？

太鼓や鐘の祭り囃子が聞こえてくる時期になりました。

獅子舞や太鼓台、ちょうさやお神輿を見るとこの年齢になってもまだわくわくしてしまいます。

天候不順や水害等で、野菜やお米の不作で値段も高く、家計に響く昨今ですが、五穀豊穣を祈り、また穏やかな日々が続くことを願っております。

今年度は、職員も増え体制の見直しも行なっております。安定した運営が続けられるようこれからもご支援よろしくお願いします。

編集後記

日の入りが早くなり、秋の収穫も終えて、私の好きな焼き芋の季節になりました。最近はねっとりとした焼き芋が好きになりました。しかし、好きな焼き芋も一人でぽつんと食べるのは嫌いです。誰かと一緒に「美味しいね」といって食べるのが好きです。その味は格別だと思っています。

そこで、好きといえば焼き芋以外にもあります。

それは、仲間と一緒に卓球、ボウリング、麻雀を楽しむことと、もう一つはビアーズのグループホームにお邪魔することです。共同部屋に誰か彼かは訪ねてきて、いろいろとお話をしてくれます。そして、わからないところは教えてくれて、困ったときは助けてくれます。日頃お話をする機会が少ない方と話し合うのは好きで、楽しくて感謝・感謝です。

私は、これからも自分が好きなことをどんどん増やし、楽しい居場所づくりを皆さんと一緒に作れたらいいなあと思っています。そして、自分らしい生活とは何なのかを探していければと思っています。　（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