

## 52. 精神病患者を家族に持つ悩みをお互いに話し合い、病気を理解する

グループ名 京大みのり会

代表者 中島三郎

### ① 活動の目的

毎月1回、精神病患者を家族に持つ親が集まり、情報交換や会員の悩みを話し合い、病気の克服と家族の日常生活の向上を図る。

毎月1回の会議を欠席された家族に、孤立しないように会議の資料などを郵送する。

### ② 活動概要

平成30年度活動報告

月/日	活動名	内 容
4/4(水)	花見&懇親会 キザクラカップカントリー 29名参加	キザクラカップカントリーの中庭は、少し散り始めていましたが黄桜の木があり、お食事をしながら楽しいお花見ができました。闘病生活されていて1年半ぶりの方、6年ぶりの方が娘さんとご一緒に参加されて、嬉しいことが、続きました。みのり会も50人以上の会員さんがおられますが、長い間参加されていない方もたまには、参加をお待ちしています。
5/23(水)	総 会 30年度(第22回) 定期総会 30名参加+委任状 14名	総会議案書について話し合い、議案いずれも可決。会長から来年は役員改正があり、高齢の為交替をして貰いたい方もおられるので、引き受けてもらえる方は、申し出てください。時間のある方は印刷のお手伝いもお願いします。 例会で少人数の時 グループ分けをしないで、円になって皆の話が聞けて良かったとの意見があり、皆さんが生声を聴くことが重要であることを再認識しました。
6/26(火)	例会&意見交流 テーマ:今困っている事を出し合っ ての話し合い 25名参加;見学3 名	家族の病気で困っていることを話せる場は、そんなに多くはないと思います。皆さんに共通して感じたことは、当事者が生きがいを見つけて幸せな人生を送ってほしいという親心でした。

7/25(水)	例会&勉強会 [成年後見制度] 勉強会 講師 市民後見センターきょうと 内藤健三郎様 28名参加	財産の金額に関係なく誰でも（生活保護を受けている人も）この制度が利用できる事、利用する費用は家庭裁判所が決定する。今後当事者や家族の高齢化が進み身近な制度になってきます。
8/22(水)	納涼会&懇親会 京都新阪急ホテル 中国料理「白楽天」 29名参加	部屋は貸切でゆっくりでき、久しぶりに参加された方もいましたが、同じ悩みを持った者同士で、すぐに打ち解け和気あいあいの楽しい食事会でした。
9/26(水)	例会 テーマ：主治医・当事者・家族の関係はどうあってほしいか 25名参加；見学1名	今も大変な思いで生活している方や、その過程を経て落ち着いてきた方など、たくさんの方の話が聞けて、有意義な会でした。このような話はこの場でしか、話せません。（この内容は絶対に外には出さないでください。当事者にも話さないで下さい。）支える家族が、ストレスを抱えていては、共倒れになります。少しでもストレス発散して帰りたいです。
10/24(水)	例会&交流会 テーマ：いま私が当事者との関係で悩んでいることについての話し合い 28名参加；見学1名	家族の病気で悩んでいることを話せる場合は、そんなに多くはないと思います。落ち着いている人、渦中の人、いろいろではありますが悪いことがずっと続くわけではなく、笑って話せる日が来ることを信じて毎日を過ごそうと思います。
11/28(水)	例会&勉強会 テーマ：当事者と同居や別居での問題と対策の出し合い。24名参加	家族は高齢になり当事者も年齢的に落ち着いてきている年代の方が多くなりました。 当事者も別居したい方と今のまま家族と同居し続けたい方がいますが、別居、同居でそれぞれ悩みを聞いて参考になりました。
12/19(水)	忘年会&懇親会 京都新阪急ホテル 中国料理「白楽天」 26名参加	食事は中華のコース料理でデザートまでおいしくいただきました。プレゼント交換会は1つの輪になり、持参したプレゼントを歌に合わせて隣に手渡す方法で行いました。例年通り、最も盛り上がる行事で、皆さんの楽しそうな表情が印象的でした。
1/24(木)	例会 テーマ：今年わが家は私はこのように過ごしたい 18名参加	日頃の悩みを出し合う場となり、テーマとは異なりました。会員の方が亡くなり、当事者が一人暮らしとなりました。今回の事態は誰にも起こることで、家族が孤立しては駄目です。困った時はどこかへ相談をして下さい。希望は捨てないで！共に歩んで行きましょう。

2/24(日)	京家連主催行事への参加 平成30年度京都府精神障害者福祉推進事業 「講演・楽しい集い&家族相談会」 23名参加；見学1名	体操・演奏・合唱などの催しに続き、講演「かんたん統合失調症教室の経験から集団認知行動療法の実践」 岡本クリニックの岡本慶子先生 がありました。 従来は個人参加だったので、みのり会としての参加は初めて。 「当事者同士で対処法を伝え合うことで、いろいろな対処法があることを知り、対処法を試して自分に合う方法を見つける。他者と話すからこそ、幻聴を幻聴として受け止め、気にせず生活できるようになる。他者との関わりができる、関わろうとすることが大切」と先生がおっしゃっていたのが印象的でした。
3/27(水)	例会 例会&みのり会の運営・行事などについての意見交換 22名参加	今日のテーマとは関係なく、それぞれの困っていることの話し合いでしたが、みのり会を立ち上げて下さった先輩たちのお陰で、ここでしか話せない場が在る事に感謝です。

### ③ 決算報告書

助成金は、例会資料印刷代、欠席者への資料送付代、資料印刷代、講演会費用に使用。

収入	大同生命厚生事業団助成金	60,000 (円)
支出		(円)
	例会欠席者への資料送付	
	・4/26 郵送料 ¥82×27 通	2,214
	・4/27 郵送料 (レターバックプラス) ¥510×2 通	1,020
	・6/27 郵送料 (スマートレター) ¥180×5 通	900
	・6/27 郵送料 (スマートレター) ¥180×27 通+切手 82	4,042
	・7/19 郵送料 ¥140×30 通	4,200
	・8/23 郵送料 ¥140×29 通	4,060
	・9/27 郵送料 ¥92×30 通	2,760
	・10/25 郵送料 ¥82×33 通	2,706
	・11/26 郵送料 ¥92×29 通	2,668
	・12/20 郵送料 (スマートレター) ¥180×30 通	5,400
	・1/25 郵送料 ¥82×35 通	2,870
	・3/22 郵送料 ¥82×45 通+¥92×1	3,782
	・3/22 郵送料 ¥92×37 通+¥140×1	3,544
	・3/29 郵送料 ¥82×37 通	3,034

(1) 郵送料合計	43,200
(2) 7/26 講演会講師・資料代・プロジェクター使用代 印刷代、コピー用紙代	6,230
・4/26	1,430
・5/24	2,888
・6/27	1,544
・7/19	685
・7/26	654
・8/23	763
・9/27	904
・10/25	1,222
・11/26	490
・12/20	656
・1/25	1,013
・3/22	785
・3/28	786
(3) 印刷合計	13,820
プリンターインク代	
・4/26	2,214
・6/27	1,814
・7/19	1,814
・8/23	1,026
・3/22	1,814
(4) プリンターインク代合計	8,682
総合計 ( (1) + (2) + (3) + (4) )	71,932

総合計金額のうち6万円が助成金。

報告書への活動写真挿入は、精神障がい者への社会環境を配慮して掲載しませんでした。