

障がい福祉瓦版

しもつけ福祉塾「当事者の声を聴く～精神障がい～」レポート

■相談・問い合わせ先 市障がい児者相談支援センター ☎(37)9970

広報9月号でお知らせした、しもつけ福祉塾「当事者の声を聴く～精神障がい～」が、10月24日に開催されました。今回は、イベントの様子をレポートします。

しもつけ福祉塾

「当事者の声を聴く～精神障がい～」

- 日時 10月24日
午後1時30分～3時30分
- 場所 石橋公民館
- 参加者数 18名

①ミニ講義

市障がい児者相談支援センターに所属している、精神保健福祉士の資格を持つ職員による講義。

精神疾患は誰でもかかる可能性がある脳の病気であり、国民の約5%、約20人に1人は、何らかの精神疾患で通院や入院をしていることなどが説明されました。



②当事者座談会

地域活動支援センターゆうがおに所属している、精神障がい者ピアサポーター3名が登壇。病気を発症した頃の感覚や、回復の助けになったこと、現在の生活状況などについて、お話をいただきました。内容を一部ご紹介します(ゆうがおやピアサポーターの詳細は、広報9月号をご覧ください)。



クイーンさん

統合失調症を発症したのは20代でした。眠れなくて疲れているはずなのに、気分がハイになって、休むことができませんでした。1人カラオケをしていたら倒れてしまい、救急車で運ばれました。

ずっと抱えてきたモヤモヤした感覚が、病気だと分かった時は、なんだか安心したことを覚えています。回復の助けになったことは色々あるけれど、結局は、人との出会いやつながりだったかなあ。感謝しています。



トンガリさん



キングさん

入院生活は辛いことも多かったけれど、絶対に退院したいと思って頑張りました。今はゆうがおや、B型(就労訓練をする福祉サービス事業所)に通っています。将棋が大好きで、休日に仲間と対局するのが楽しみです。

③グループトーク

参加者6名に対し、ピアサポーター1名、スタッフ2名を配置し、グループごとに話をしました。

②の座談会の内容について質問をしたり、障がいのあるご家族の対応について意見交換をしたりなど、話題が尽きず、盛り上がりました。参加者の方々からいただいたアンケートより抜粋してご紹介します。

言いにくいこともあったと思いますが、答えてもらい大変勉強になりました。

当事者の声を聞く機会はあまりないので、とても良い内容でした。年3回くらいやってほしい。

精神障がいをお持ちの方との付き合い方の参考になりました。

悩んでいるのは自分だけではないと分かり、安心しました。



ピアサポーターの方が、自分の病気を受け入れていることや、周りの人とのつながりに力を得てきたことに感心しました。

ピアサポーターの方々が、自分たちと同じように感じました。



会話や人とのふれあいは、病気に関わらず大切なことだと再確認しました。



精神障がいについて、理解を深めることができました。特に、当事者の方々に体験を直接語っていただいたことと、同じテーブルを囲みながら、近い距離でお話できたことは、とても効果的だったと思います。改めて、ご参加いただいた皆さまにお礼申し上げます。本当にありがとうございました。