

2017年度1月～2018年度8月 活動、参加バザー一覧

1月	たんぼぼ会議、あなたの病は何ですか大会、新年会、コンサルタント会議
2月	地域生活支援関係職員研修会(NPO法人SAJA主催)、ええもん市出店
3月	城坤春祭り、あみフォローアップ研修会 in 香川、べてるの集い in 玉島
4月	コンサルタント会議、四国アイランドリーグガイナース戦にて駄菓子等の販売 たんぼぼ会議
5月	四国アイランドリーグガイナース戦にて駄菓子等の販売、理事会総会
6月	第1回当事者研修ミーティング、四国アイランドリーグガイナース戦にて駄菓子等の販売 人権保育連合会バザー
7月	コンサルタント会議、金山隣保館夏祭り、二軒茶屋隣保館夏祭り、クラブハウス宿泊研修会
8月	天満神社夏祭り、四国アイランドリーグガイナース戦にて駄菓子等の販売 人権保育夏季研修会バザー、第2回当事者研究ミーティング 四国学院大学より実習生1名受け入れ

～2018年度賛助会員のお願い～

特定非営利活動法人 SAJA(NPO 法人サヤ)の目的にご賛同いただける方は、是非賛助会にご入会ください。当法人の目的は、在宅の障がい者に対して、地域生活支援に関する事業を行い、併せて障がいの自立と社会経済活動への参加を図ることを通して、精神保健福祉の増進に寄与することです。

主な事業は①就労継続支援 B 型事業所の運営

②精神保健福祉に関する知識の普及啓発活動

③障害者福祉関係団体との交流及び地域福祉組織化活動

④研修事業等

賛助会年会費は 2,000 円です。ご入会いただいた方にはたんぼぼの機関紙「LIFE」(年 2 回)をお届け致します。何卒ご支援、ご協力をよろしくお願い致します。

会費のお支払方法…①郵便振込(申し訳ありませんが、振込手数料のご負担をお願いします。)

口座番号：01680-5-57087

加入者名：特定非営利活動法人サヤ

②当事業所窓口にて支払い

前回より、これまでの LIFE を見直し、誰が見てもたんぼぼのことが分かる、興味を持つことができる機関誌を目指して作っていくことを目標としています。今回は作業活動から離れてイベント等に注目してみました。改めて活動を見ていく中で、みんなで考え楽しむことや病気も苦労も皆で分かち合い楽しむことのできる企画ばかりであることに気づかされました。1つ1つ違ったイベントなのに終わるころにはみんなが笑ったりすっきりした表情をされ、みんなで作り上げる「場の力」は本当に考えさせられることばかりです。これからもこのような企画を通して、たんぼぼ一人ひとり、そしてたんぼぼとしての力を高めていければと考えています。今年度もいくつかのイベントを開催予定とされています。またご報告できればと思います！ (奥原)

駄菓子屋たんぼぼ営業時間

月曜日から土曜日(バザー等にて土曜日休業日あり)

10:00～17:00

\*駄菓子の袋詰め等承っております。お値段、ラッピング等いつでもご相談下さい。

月刊マルータ8月号にて駄菓子屋たんぼぼ掲載中!!ぜひご覧ください。



NPO法人SAJA-サヤ たんぼぼ

で検索してください。

facebook



ホームページは

[tanpopo-saja.com](http://tanpopo-saja.com)

で検索してください。

LIFE

第64号 2018年8月20日発行

特定非営利活動法人SAJA(サヤ)

就労継続支援B型事業所 たんぼぼ

相談支援事業所 POPO

〒763-0066 丸亀市天満町1-2-31

TEL:0877-22-2840

HP tanpopo-saja.com

～64号ラインナップ～

巻頭言

・経験や直感、思いつきによる支援の危うさ  
～チャレンジと改革、解放とエンパワメントを進めよう～・・・1～2ページ

たんぼぼの活動～番外編～

・クラブハウス宿泊研修 in ロゴス・・・3～4ページ

・「たんぼぼ当事者研修会」開始!・・・6ページ

・相談支援事業所POPO開所・・・7ページ

・第1回あなたの病は何ですか大会・・・5ページ

・べてるの集い in 玉島・・・7ページ

・2017年1月～2018年8月活動、参加バザー一覧・・・8ページ

・賛助会のお願い・・・8ページ

・編集後記・・・8ページ



経験や直感、思いつきによる支援の危うさ  
～チャレンジと改革、解放とエンパワメントを進めよう～

NPO 法人サヤ  
理事長 西谷 清美

近年の気候の急激な変化により、今夏は私たちがこれまでに体験したことのない悪天候により、各地で多くの方々が被災されています。まずは、心よりお見舞いを申し上げます。

関係者の皆様にはいかがお過ごしでしょうか。NPO 法人サヤは、予定どおり本年 4 月に特定相談支援事業所「POPO」を開所し事業を開始しました。この件につきましては、本誌でも紹介していますので、ぜひご覧いただきたいと思います。

さて、本文のタイトルをそれとなく意地悪に表現してみたのにはそれなりの理由があります。というのも、経験や直感は個人的なものであり、同時に他と比較してその優劣やそれが有用である、または発展的、科学的であるという仮説が成り立ちにくい極めて主観的なものと考えているからです。考えてみてください。もしも支援者の多くが、自身の経験や直感、思いつき等によって支援を進めているとしたらどうでしょうか。それらは科学的でも実証的でもないわけですから、真の意味で精神保健福祉の脱中心化や脱施設化をこれまで以上に進展させることはできないでしょう。そこで、私たちは自らの経験や直感に頼るという手法を捨てて、国内外の先駆的な取り組みやそれを支える哲学、検証結果等にヒントを得て、より実証的で客観的、かつ人間的な支援を展開していく必要があると考えます。

ところで、福祉実践とは単に経験年数が長い、または直感に長けている支援者による福祉活動を指すものではありません。実践とは、自らの経験を謙虚に振り返り、考察し、そしてそれを積み上げていくことで、支援の体系化や普遍化、理論化を試みることに他なりません。さらに言えば、それらが被支援者からどのように観えているのかを常に意識し、そこに自らの支援者としての姿を映し出すというプロセスを含みます。(2004, 古川) このように考えていくと、残念ながらその分野のベテランと呼ばれる人、同職種の先輩・上司、勤務年数の長い人の支援活動が必ずしも実践であるとは限りません。逆に経験年数が短くても実践できる支援者がいるというのも事実です。

体系や理論を畏れ、経験や直感のみに依拠する支援者に共通する部分として、他者への傲慢な態度、高い支配欲求、他者非難、強い権威性と自己顕示性等があるとされています。(1993,小野寺) 皆さんの周りにそのような支援者はいませんか。意地悪な表現のもうひとつの理由は、わが国の精神障害者の福祉が100年前と大きくは変わっていないと考えているからです。わが国は明治以降、西洋社会を模倣した社会制度の整備にあたり、医制や看護婦規則の制定、保健衛生調査会等を設置し、諸外国に見劣りしない医療体制(主に防疫)を敷くことあらゆる分野の近代化を進めましたが、精神障害者の処遇に関しては戦後(1950年の精神衛生法の制定まで)に至るまで私宅監置を放置してきました。その後、欧米では薬物療法をはじめとする医学的、心理社会的ケアが試みられ、1960年代には病院施設ケアと地域ケアの比較検証がなされました。その結果、地域ケアが人間的であるだけでなく、経済効果や支援の有用・有効度、精神障害当事者の心理的外傷性の低さと地域生活の維持等の側面において有効であることが分かりました。これらのことから一部の欧米諸国では、病棟の開放化や施設内治療やケアの社会化、そして精神病院の廃止に向けた取組みをスタートさせました。比較検証の結果によるとは言え、これらの取組みは当時「チャレンジ」または「改革」「解放」と呼ばれていました。

一方、わが国はどうでしょうか。既に薬物療法(1953 抗精神病薬の登場)によって症状の軽快、あるいは精神病からの回復が見込めたにもかかわらず、精神科特例等の措置により「精神病院ブーム」が巻き起こりました。その結果精神病床数は一気に増加し、病院内でのリハビリテーションが逆に入院を助長、長期化させることにつながってしまいました。(1979,計見)

支援者にとって精神科病院の中で人を「見る」、人に「かかわる」ことと、地域社会の中でのそれとは全く異なる経験をするようになります。ある研究によると病院や施設における支援者の自己実現性は地域社会で働く支援者の自己実現性に比べて低いということが分かっています。(1993,J.シェパード) つまり、病院や施設の支援者は、「精神病は回復しない」「支援をしても無駄だ」「彼らは何もできない人たち」等と感じているということです。これらは、支援者個人の心性の問題ではなく、二者関係しか存在しない閉鎖的な空間、つまり施設構造の問題としてスティグマの観点からも研究されています。(1987,E.ゴフマン)

話を戻しましょう。わが国は未だに入院中心の精神医療から脱却できないでいます。入院中心であることは、入院中の精神障害者の転帰や将来等に対して病院で働く支援者の自己実現性が低いわけですから、これから先も精神医療を含む精神障害者支援に大きな変化は見込めないということになります。そして、支援者の支援のみならず、法制度、各種のサービスが入院中心政策の経験と直感、思いつきによって構築されていたとしたら、精神保健福祉を進展させるのは難しいと言わざるを得ません。

そこで重要となるのが「チャレンジ」や「改革」「解放」の経験です。地域をベースに働く支援者は、その自己実現性の高さを十分に日々の支援に反映させなければなりません。具体的には「精神障害当事者には力がある」「彼らのリカヴァリーを邪魔しない」「精神障害者や市民と協働して地域支援を展開する」「彼らこそ精神障害者支援のスペシャリストである」等のコンセプト(理念を含む)を有する支援活動を、国内外の実践の検証結果を踏まえながら展開すること、つまり実践することが大いに望まれます。

長々と述べて参りましたが、以上のことを NPO 法人サヤのスタッフにも強く求めたいと思います。日々の支援を単なる経験や直感の連続に終始させない、そして地域支援が体系化され有効性が評価されるためにも、チャレンジと改革、解放とエンパワメントを進めていきたいと考えます。

関係者の皆様のご協力、お力添えを何卒よろしくお願い申し上げます。  
(※ 本文中の支援者とは、精神保健・医療・福祉の専門職を指しています。)

## べてるの集い in 玉島に参加!

人って喋らないと分からないんだなあ～by 早坂さん

2017年3月18日(土)岡山県玉島で開催された、べてるの集いにメンバー3名、スタッフ5名で参加しました。基調講演「べてるの取り組み」では向谷地さん、べてる、岡山マインドのメンバーの方々よりお話がありました。午後からは、向谷地さんを中心に当事者研究ワークショップを行い、私達は当事者研究が繰り広げられている様子を見学しました。べてるのメンバーの方が話されていた、“弱さは生きるための強さ” “弱さを絆に” “自分の言葉で語り合う” という言葉がとても印象的でした。午後からの当事者研究でも参加者全員がありのまま自分の言葉で語り合い、研究テーマを提供されたメンバーを含めて、参加者全員がなぜか心ゾーンと温くなる研究結果となりました。私達専門家との面接では作ることのできない、不思議な「場の力」を垣間見ることができたように思います。

精神保健福祉士 奥原



## NPO法人サヤ 相談支援事業所POPO開設!!

今年度から NPO 法人サヤでは、就労継続支援 B 型事業所たんぼぼに加え、相談支援事業所 POPO を新たに開設しました。

相談支援事業所 POPO は、特定相談支援事業と障害児相談支援事業の2つの事業の指定を受けています。主な役割として、障害福祉サービス等の利用申請をした障害者(児)に対して、サービス等利用計画の作成及び支給決定後のサービス等利用計画の見直し(モニタリング)を行います。今回サヤが相談支援事業所を開設するに至った理由の一つに、サヤが属する丸亀市を含む中讃圏域では相談支援事業所が不足しているという課題が挙げられます。相談支援事業を始めるにあたり関係機関に声をかけていただく中で多くの方々から期待されていることを感じることができました。重圧も感じつつではありますが、少しでも周囲の期待に応えられる相談支援専門員として活動していきたいと考えています。

私が相談支援専門員として利用者とかかわるようになり、利用者の意思決定を支援することの大切さと、その人の生活に対して責任を持つことの重大さを日々感じています。相談支援専門員が初めてかかわるときの利用者の状況は、何かしらの漠然とした不安を感じて困っているといった様子が多々見受けられます。相談支援専門員として利用者と話をしていく中で、利用者の希望や困っていることの整理を行い、利用するサービスの選択を決定する支援を行います。その際に、時には支援者の考えや思いを伝えることも大切かと思いますが、最終的には利用者が自分で判断して決定したという思いを持ってもらうことが大切だと思っています。利用者ともよく話をするのですが、自分で判断して自分で決定するというのは本当にこれで良いのだろうかという不安を感じたりするなど、なかなか難しいことであるように思われます。不安感を感じている利用者に少しでも安心してもらうためには真摯に向き合うことと、十分な知識を持って選択肢を提供することだと考えます。そして、利用者が決定した選択と一緒に付き合っていくことが大切であり、相談支援専門員としての責任だと考えています。

まだ相談支援専門員として活動を始めたばかりであるため、利用者や関係者の方々に迷惑をかけることもあります。この人となら何とかやっていけるかもしれないと思ってもらえるようなかわりをしていきます。今後ともよろしく願いいたします。

相談支援専門員 山崎



- 【開所日時】  
月曜日～金曜日(祝祭日は休業)
- 【対象者】  
丸亀市および周辺地域にお住まいの障害のある方、  
またはその家族や介護者、その他関係機関
- 【費用】  
無料

# ～当事者研究ミーティング～

6月2日土曜日に理事長主催の第1回当事者研究ミーティングが開かれました。メンバー5名、スタッフ1名の参加、進行役は理事長でした。あるメンバーが今現在困っている（苦勞している）内容を話し、参加者でそれをやりとりして仮説を立て、その苦勞を乗り越えていけるよう研究という形で話し合いました。その方の苦勞していることについて、その場にいた全員が全体像の描き出されたホワイトボードを真剣に見つめ、本人との質問を繰り返しました。それぞれが解決策を考え、決して否定することなく時には笑いを交えての時間となりました。ミーティングで話し合われた内容については外部に持ち出さないことを約束しNPO法人サヤの利用者、職員、関係者は誰でも参加できるようになっています。今後継続的に毎月理事長主催で開催されます。

NPO法人サヤ当事者研究ミーティングとは、ミーティングに参加した人たちによる苦勞（症状や辛い体験、他）の分かち合いを通して自らの課題解決のための仮説（疑問や解決策）を立証（研究）する取り組みです。参加したい人が参加し、発言したい人が発言することを基本にしています。「苦勞のレベルをアップ！！他者と分かち合い、仲間となって知恵やアイデアを持ち寄り、解決の道のりを研究しよう！！病んでいるのに元気いっぱい！！苦勞が幸せの道しるべ！！」等々がキーワードです。

今回、当事者研究ミーティングに参加し、その人の苦勞の解決策について何とか懸命に知恵を絞り考えていくなかで、その場にいた参加者全員が目の前に置いた困りごとについて、どうしたらよいかと模索する時間を共に体験しました。苦勞をしているのは自分だけではないことに安心したり、その「場」のもつ雰囲気がお互いを励ます力に大きく変わることを体感しました。

当事者研究では15の理念があり最後にそのうちの印象的ないくつかを紹介します。

- 1) 「自分自身で、ともに」当事者研究はかかえる苦勞を大切なものと考え、人に心配され、管理される暮らしではなく、自分の『苦勞の主人公』になろうとするとところからはじまりました。
- 2) 「治す」よりも「活かす」症状の中には、私たちが回復に向かわせようとする大切なメッセージがあり、その大切なメッセージを読み取り、自分に優しい生き方、暮らし方に活かす作業をしていきます。
- 3) 『笑い』のカーユーモアの大切さ『ユーモアとは、にもかわらず笑うこと』と言われるように、ユーモアは、苦しい現実から距離をとり、苦勞に打ちひしがれないために人間に供えられた力であり、究極の“生きる勇氣”だとも言えます。
- 4) 「前向きな無力さ」目の前の苦勞に対しては『誰もが無力』であり、専門家や当事者自身も先入観や常識にとらわれず、互いに知恵や情報を出し合いながら、『新しい自分の助け方や理解』を生み出すことを大切にしています。
- 5) 『人』と『こと（問題）』をわけると『人を評価』せず、『こと（問題）』に着目するのは、成功しても、失敗しても、人間の存在価値は変わらないからです。  
(向谷地生良氏)



所長 村井

## たんぼぼの活動～番外編～

# クラブハウス宿泊研修会 in ロゴス

今回の宿泊研修会は、クッキー配達中に「今年は何かいつもと違うことがしてみたいな…」「何か面白いことがしたいな」「何する?」「みんなで泊まって話したり、楽しいことができたらいいのに」という話から始まりました。実現させてみたいという気持ちや構想は膨らむのですが、どうすれば実現できるのか等問題が山積みでした。そこで、タイミングよく開催されたたんぼぼ会議にて、メンバーが発案し、開催されることとなりました。そして、宿泊研修会はたんぼぼクラブハウス規約、クラブハウスメンバーにて運営されるものでなくてはならないというモットーにより、宿泊研修会開催に向け実行委員会を立ち上げ企画される運びとなりました。たんぼぼのクラブハウスでは、月々の活動企画、小旅行等の企画としてはメンバーにて企画し活動してきましたが、今回のように宿泊研修会としての企画は初めてでした。そのため、実行委員とはどういった役割なのか、研修会までの動き等何回かに分けて話し合い確認してきました。たんぼぼを休みがちになっているメンバーや全員ではありませんが、たんぼぼOBのメンバーにチラシを送り参加を呼びかけたり、研修会の司会進行の練習も行っています。そのような過程を通して開催された、第一回クラブハウス宿泊研修会、たんぼぼらしく真面目に笑って笑って笑った研修会となりました。以降の記事においては、臨場感を感じていただけるよう当日たんぼぼFaceBookにアップした記事を記載しています。 精神保健福祉士 奥原



## 研修会テーマ 『自分にとってより良い生活・人生とは?』



### 研修会趣旨

クラブハウスメンバー同士、及びメンバースタッフとの交流をはかり団結を高める。そして、たんぼぼの活動範囲を超え、企画すること、実現する過程を踏むという経験を共有することにより、相互理解を深めることを目的とする。

**日時** 2018年7月21日(土)～7月22日(日)

**場所** 四国学院大学内 ロゴス館

**参加費** 3,000円

### タイムスケジュール

14:30	買い物班買い出し
18:30～19:00	食事準備
16:00～17:00	ロゴス館集合、食事研修会準備
17:00～18:30	研修会
19:00～	乾杯





今日はクラブハウス宿泊研修会を、四国学院大学ロゴス館にて行っています!! 14時半より買い物出し班と買い物を行います、16時より食事の準備や『自分にとってのよりよい生活・人生とは?』というテーマでディスカッションを行なっています。色々話し合ったのですが、幻聴と現実の区別の仕方やその対応…不眠について等話し合われました。みなさん、今ここだからこそ安心して話せたり、安心できる仲間・メンバーだから自分の悩みや苦しさを話し共感することや対処の仕方等の伝え合いができるのだと思います。誰も話す人の否定をすることもなく、みんなが個々を認め合った時間でした。その後は焼肉や簡単な料理を作り、お腹を抱えて笑いながらの食事となりました!! たまたま普通寺祭りの花火の日であったため、夜の散歩をしながら少し花火も見ることができました☆

今回の宿泊研修のテーマは、自分たちで企画し実行することです。実行委員で企画し、参加者全員で作る。また実行委員のみなさんは、それぞれ研修会を円滑に進めるためのノウハウ等をみんなで話し合ったり各自で考えてきたりと今までのクラブハウスにない役割を担いました。研修、食事、酔っ払って日頃言えない話をしたり、熱く語り合ったり…たんぼぼでは過ごすことのできない時間を『たまにはこんなのもいいな〜』と話した次第です。こんなことを言っている事態おかしいのかもしれませんが、メンバーだからスタッフだからではなくその枠を越えたクラブハウスとなりました。

精神保健福祉士 奥原



第1回クラブハウス宿泊研修会が終わりました!! 昨日、第1部が終了した後は寝れない人が集まり、恋愛観や人生観等深く、正解のない話をゆっくりと話す時間となりました(笑) 時間も気づけば2時…3時…みんなテンションがおかしくなり、もやしを炒め残ったお肉を食べる始末。またそれが、胃に重くのしかかる…なのに「うまい!!」とおかしなことになっていました。

ですが、いつもなら絶対寝てる!! \*という方が夜中起きてきて、話始めたりおもむろにお皿を洗い出したり…夜だから話せることもあったり…夜中一緒に過ごしたあるメンバーは朝起きてきて、「この病気になって面と向かって否定されるということがあまりなかったが、昨日は久しぶりに純粋に否定されたわ(笑)」と…「でも全然嫌な気がしない。楽しかった。」と話してくれました。私たち…否定したつもりはないですよと焦りつつ、腹を割ってお互いが思うことを話せていたんだなと嬉しく感じました。そう言ってくれたメンバーに感謝です。何か大切なものをいただいたような気分です☆とても楽しかった研修会でした。「また来年もするな!!」その言葉が自然と出ただけで、今回宿泊研修会をみんなで作り上げ成功したのでは…と思い、みなさんそれぞれの場所に帰っていかれました。みなさん、企画等お疲れ様でした。

奥原



## 第1回 「あなたの病(苦勞)は何ですか大会」開催!



2018年1月27日(土)第1回あなたの病は何ですか大会が開催されました。第1回目ということもあって大会数日前に、理事長より説明を受けました。「内疾患等の病気でなく、日々の生活における苦勞を病と題して発表する」会とのことでした。そう考えると、多くの苦勞を抱えながら生活していることが分かります。ある意味病だらけです。事前にエントリーしたメンバー5名とスタッフ5名、飛び入り参加の方1名、審査員3名の構成で、理事長司会の下、大会が開催されました。メンバー、スタッフ共に数々の病が発表されました。もっともっと病、もったいない病、片付けが止まらない病、買い物しすぎて生活が苦しくなる症候群等、病気のオンパレードです。その病気に対して、どのように対処しているのか、いつ頃から発症したかを発表しながら進行しています。会場では「わかる! わかる!」との声や、「そうなんや〜」等、他者との価値観の違いが見えてきています。大会名「あなたの病は何ですか」と少しネガティブな感じではありましたが、開場は暗い雰囲気は一切なく、笑ったり、共感したり、と和やかな雰囲気で行われました。発表したメンバーも現実、凄く苦勞しているにもかかわらず、おもしろおかしく発表しています。そして、最後に審査員の厳選な審査の結果グランプリの発表! 賞の名前もユニークです。「治ることはないで賞」「無駄な抵抗はやめま賞」と2名が受賞されました。自分の苦勞は、隣にいる人にとっては全く苦勞ではなかったことに驚き、話すことで、客観的に見ることができて、新たな捉え方や考え方が見つかったこと、自分だけでは到底解決できなかったことも皆と一緒に模索しながら考えていく。そして、新しい発見がある。現実の苦勞は解決できないけれど、捉え方の違いで楽になれる。自分の意見が誰かの役に立った。等この場の力を最大に活用した会だったと思います。この大会を通して多くのことを学びました。病を外在化させて眺めてみることで、人と病を分けて考えること。弱さを抱えながらも自分たちに力があることを知る。地域の生活者として自分にできることは何か、障害があるなしに関係なく生活に視点を置いた大会だったのではないかと思います。私たちは、ひとりの生活者として周りを取り巻く環境によって様々な価値観が芽生えています。価値観の違いによって良いことも悪いこともあります。近年社会ではルール(枠)が多く、枠に入れなければ排除するような傾向です。それによって排除される人が増え続ける負のスパイラルに陥っているように思います。それほどルール(枠)は必要でしょうか? 弱者がいるから強者と言われるものが存在する。そもそもの基準は何? 比喩的すぎる風習? この様に弱者を作り上げている社会になっているのではないのでしょうか。福祉に市場化を導入した自立支援法からの総合支援法は、働くことに特化した法律になっており、たくさん問題をかかえ、決して誰にとっても良い法律ではないと考えています。制度の変革を望んでいます。NPO法人SAJAも総合支援法の下での事業所ではありますが、枠から出た活動も大切にしながら、地域のひとりとしての視点を大切にしながら今後も活動を続けていきたいと思っています。

主任 小西

