

平成16年2月13日

心の健康問題の正しい理解のための主体別の普及・啓発方策の具体例

社団法人日本精神科看護技術協会  
常務理事 仲野 栄

【 わのわ会（高知県高岡郡日高村）の活動 】

高知県高岡郡日高村；高知県の中西部に位置する。人口6296人（平成14年度末）  
高齢化率 25.8%  
平成12年度介護保険料全国第2位

平成9年度 デイケア開始のための実態調査：日高村在住の精神障害者79名  
→ 対象者の個別訪問（生活状況とニーズ把握・デイケア案内）  
→ 精神科病院を訪問（通院患者へのデイケアの紹介依頼）

@日精看からのアドバイス；対象者だけでなく、精神科病院にも  
広報活動をする。

平成10年度 「ヤングハートフル茂平」（3障害対象のデイケア）開始  
（開始当時の通所者は身体・知的含めて8名）

@通所者が少なくても、そこに行けばデイケアが「いつも、必ずあ  
る」ことが対象者にわかるように続けることが必要  
「無理せず、期待せず、抱え込まずに続けること」

数ヵ月後には自主的に集まるようになり、自分達のしたいことを探す。

平成 11 年度 「ヤングハートフル茂平」は、新しい経験を重ねる

- \* カラオケボックスに行く企画に対して、当該課長よりクレームあり  
「カラオケセットを購入するので、外には行かないように」

「村民のための心の健康講座」を企画（3ヶ年計画）

- 1年目：心の健康講座（精神科医と看護師による講演）
- 2年目：心の相談日（精神科医による相談）
- 3年目：精神保健ネットワーク（看護師によるカンファレンス）

@精神疾患に対する村民の理解を深めることと村に精神科領域の専門家を育成する目的の企画を提案し、人材の紹介と派遣を行う。

平成 12 年度 「ヤングハートフル茂平」で病気への関心が高まる

服薬学習会「薬（やく）にたつ会」開始（精神科医と地元調剤薬局薬剤師を講師に月1回）

@グループ運営に作業療法士・音楽療法士の導入を勧めて、人材の紹介を行う。服薬指導の経験のある薬剤師を紹介し、服薬教室の展開について助言する。

「第1回茂平ピック」開催（自分達の学びを発表したい）

- \* 社会復帰施設関係者・当事者等の参加が多く、村民の参加は10名
- \* 地元新聞が記事掲載

@企画・広報に関する助言を行う。

平成 13 年度 第1回茂平ピックの記事を見て？

- 障害者スポーツ大会出場のメンバーを応援してくれる
- ヘルパー養成講座の講師依頼あり、メンバーと講演する
- 大野見村人権フェスタ「精神保健講座」の講師依頼あり

「第2回茂平ピック」開催（自分達の新しい体験を発表したい）

- \* ゲストに浦河べてるの家メンバー
- \* 村民を司会者に起用（住民活動「ああ言えば交遊会」メンバー）

@ゲストの紹介

平成 14 年度 「ヤングハートフル茂平」保健センターでグループ活動をしていた老人・  
母親のグループと合流

心の相談日を活用してくれた地元小学校教員とのつながりができ、総合  
学習で「精神障害者の理解」の授業とデイケア見学実施

「第3回茂平ピック」開催（翌年作業所開所予定で就労をテーマにする）

- \* 当該課長「サロン（デイケア）が活発になっているのに、働く場がないのは不合理だ！」
- \* 昨年司会者の村民が、メンバーをモデルに演劇を作成上演
- \* 100人シンポジウムで就労をテーマに村民が活発に発言する

@シンポジストの紹介

平成 15 年度 小規模作業所「ライフファクトリー茂平」開所

- \* ライフファクトリー茂平を支える日高村村民の会（当事者・家族・村  
議会議員・ああ言えば交遊会・商工会・教育委員会）

地元小学校総合学習継続

- \* 作業所に児童が定期的に遊びに来る
- \* 参観日にメンバーと授業参観に行く

住民活動の拠点として「わのわ会」発足（メンバーは、村民誰でも）

「第4回茂平ピック」開催予定（わのわ会応援による拡大版）

【 日高村の活動が広がった要因 】

- ①「いつも、そこにある」活動（社会資源）を継続させる
  - \* 人が集まらなくても「その場」を確保して続けることの意味をスタッフが認識しておく
  - \* 困った時に思い出してもらえる（役に立つ社会資源だと認識してもらえる）ことを目標にする
  
- ②当事者をエンパワメントする
  - \* 新しい体験ができる機会を提供する
  - \* 言語化する機会をつくる
  
- ③担当者を支えるシステムをつくる
  - \* 専門職能団体を活用する
  
- ④心の問題を当たり前のことにする
  - \* 身近な健康講座として企画する
  - \* 学校で精神障害をテーマに総合学習を実施する
    - ・授業だけでなく、見学や体験も行う
    - ・体験を補強するような教材をつくり、活用する
  
- ④住民活動とジョイントする
  - \* 同じ場・体験を共有する機会をつくる
  - \* それぞれができることを、その人の役割として期待し、願う
  - \* 発信できる人を見つける（その人に次の人を見つけてもらう）
  
- ⑤有効な方法で「見せる」
  - \* 当事者が自己表現できるイベントを企画する
  - \* マスメディアを活用する

【 社団法人日本精神科看護技術協会 】

精神科看護の質の向上を目的とした専門職能団体。精神科病院に勤務する看護師を中心に 41,281 名の会員で組織されている。各都道府県に支部をもち、全国的に活動を展開している。学会・研修会の開催等教育活動を重視し、充実した看護が提供できるように努めている。

- \* 主な活動 ;
- ・日本精神科看護学会の開催 (年5ヶ所)
  - ・研修会の開催 (年間約30コース)
  - ・認定看護師の養成
  - ・研究活動
  - ・日精看ニュース (e-nurse) の発行
  - ・専門書の編集発行
  - ・精神保健福祉フォーラムの開催
  - ・こころの日の取り組み

< こころの日 >

精神保健福祉法の施行日 (昭和63年7月1日) にちなんで、平成10年より7月1日を「こころの日」と位置づけ、精神疾患や精神障害者に対して正しい理解を図り、心の健康の大切さを再認識していただくために取り組んできました。

精神科看護の専門職能団体として地域精神保健活動を推進する役割を担い、一般市民のみなさまに精神障害者への理解を深めていただき、精神保健福祉の向上を目的としたイベントを全国で開催しています。

# つながれ・ひろがれ・みんなの活動（日高村）

	地域保健・福祉係	国保係	子育て支援センター
平成 9 年	実態把握・個別訪問	実態把握・個別訪問	実態把握・個別訪問
平成 10 年	「ヤング・ハートフル茂平」 (3障害対象のデイケア) ↓ 自分のやりたいことを発見	国保運営委員会 ●見て聴いて学ぶ体験ギャラリー ●ひだかっ子わいわい祭り ↓	「すくすくひろば」 (子育てグループ活動) ↓ やってもらうことが当たり前
平成 11 年	自分のやりたいことに挑戦 ↓	●村民のための心の健康講 ↓	出てきて楽しい、楽だ ↓
平成 12 年	自分の知りたいことを学ぶ ↓	●心の相談日 ●薬(やく)に立つ会 ●茂平ピック ↓	子供のために何かできないかな ★自主活動始まる ↓
平成 13 年	学んだことを生活に活かそう ↓	●鯨海酔候(アルコール教室) ●精神保健心のネットワーク ↓	やってもらうばかりでは物足りない お互い助け合えたらいいね ↓
平成 14 年	人の役に立ちたい ↓	高齢者実態調査の実施 パワーリハビリテーションの実施 レセプトと健診データのリンク (地区診断) ●サポーター養成 ●住民参加の自立支援会議 ●住民主体の交流広場サロン ↓	自分達でできることはないだろうか ●子育てサークル「ぶちとまと」 ●4. 5. 6歳健診 ↓
平成 15 年	●ライフ・ファクトリー茂平 (精神障害者小規模作業所)	●3級ヘルパーの養成	●セルフヘルプグループ「ライフ・ママ」

機構・組織  
●村民と共に作った社会資源

村民と目指す姿→『年をとっても、障害を持っててもその人らしく日高村で暮らす』

●平成 15 年 住民主体の活動拠点として『わのわ会』誕生  
※メンバーは「村民」誰でも→赤ちゃん、子供、保育園、日下小、日高小、日高養護学校、無職の若者、子育て中の父母、サポーター(新しいボランティア)、当事者(難病、身体、知的、精神障害者)、高齢者 etc...

※従来の活動との違い → 集める活動、場の提供  
誘われ、招かれる参加  
主役は関係者、ボランティア  
参加者は同種

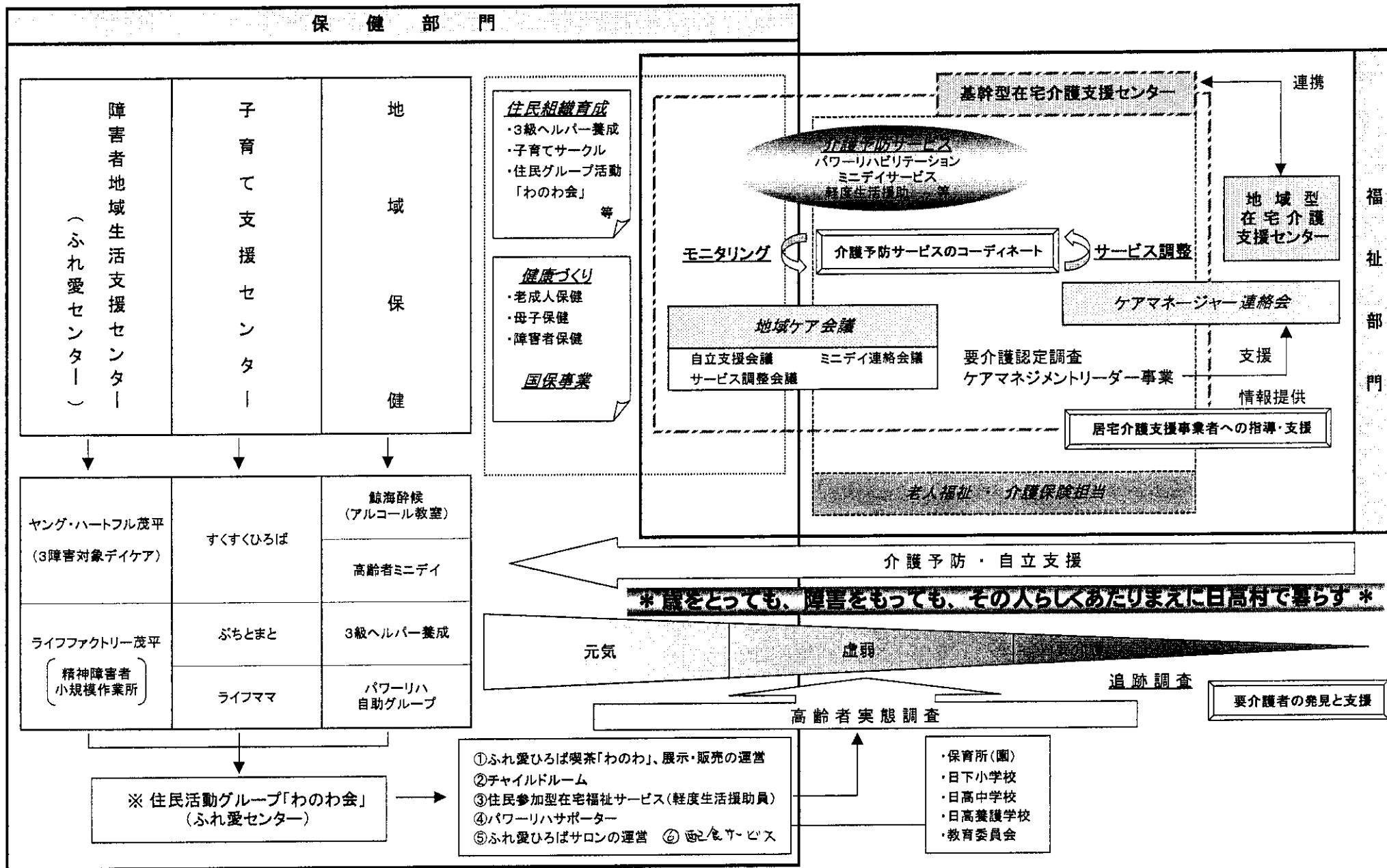
集まる活動、役割獲得の場  
自分のために参加、純粹に自発的  
主役は自分達、参加者  
異種、誰でも

→ ★日常的活動で小規模多機能

※活動内容 → ①ふれ愛ひろば 喫茶「わのわ」、展示・販売の運営 ②チャイルドルーム ③住民参加型在宅福祉サービス(軽度生活援助員) ④パワーリハビリテーションサポーター ⑤ふれ愛ひろばサロンの運営 ⑥配食サービス

平成 15 年  
障害者地域生活支援センター  
(ふれ愛センター)  
①障害者地域生活支援センター  
②ふれ愛ひろば 喫茶「わのわ」  
③展示・販売

# 日高村 連携組織図



## 「精神保健心の健康ネットワークづくり」

年 度	取 り 組 み 内 容 及 び 経 過
H11～14年  平成11年度	<p>実施回数 28回 延べ参加人員 1700人</p> <p>テーマ 「人間大図鑑 1・知らなかった!？」 — 私たちの知らなかったことを聴いてみよう! —</p> <p>実施内容</p> <p>重点 心の問題が特別でないということを知る</p> <p>①知識と看護の抱き合わせの講演を実施</p> <p>②グループワークを実施</p> <p>③対象は村民</p>
	実 施 内 容
1回	<p>「こころの健康について考えよう」</p> <p>内容：オリエンテーション</p> <p>講師：山崎正雄（精神保健福祉センター所長）</p>
2回	<p>「ストレスで心がしぼむがや」</p> <p>内容：ストレスとうつ病に関する知識と付き合い方</p> <p>講師：宮崎洋一（近森病院第二分院精神科科长） 仲野栄（援護寮まち施設長）</p>
3回	<p>「これも病気なが？」</p> <p>内容：嗜癖（アルコール・薬物）に関する知識と付き合い方</p> <p>講師：戎正司（芸西病院医師） 森本雅彦（芸西病院婦長）</p>
4回	<p>「こんな病気やったがやね」</p> <p>内容：精神分裂病の知識と付き合い方</p> <p>講師：元木洋介（精華園医師） 公文一二（精華園看護部長）</p>
5回	<p>「私らあ これからどうなるが？」</p> <p>内容：生活モデルの視点、障害者が置かれた現状について</p> <p>講師：竹村利通（精神障害者福祉センターsw） 野村みちよ（野いちこの場所施設長）</p>



平成12年度 実施内容	<p>テーマ 「人間大図鑑 2・知らなかった」 — ストレスとどうつきあう?! いっしょに考えよう —</p> <p>重点 ①平成11年度グループワークを実施した結果 「若い働き盛りの息子・娘・嫁に聞かせてやりたかった」という声が多かった。 20～50才代の働き盛りの村民対象にアンケート実施。</p> <p>②アンケート結果をもとに企画する ストレス・若者の心理・痴呆等をテーマに取り上げる。</p>
	実 施 内 容
	<p>1回 「よくわからない17歳」</p> <p>内容：思春期の青少年の抱えるストレス</p> <p>講師：山崎正雄（精神保健福祉センター所長）</p>
	<p>2回 「育児書を捨てて出産・育児を楽しもう」</p> <p>内容：子育て中の父母の抱えるストレス</p> <p>講師：元木洋介（精華園医師）</p>
	<p>3回 「イマドキのオヤジ」</p> <p>内容：働き盛りの男性の抱えるストレス</p> <p>講師：池田友彦（細木ユニティ病院神経科部長）</p>
	<p>4回 「夫と妻…向き合う秋思期」</p> <p>内容：第二の人生あなたはどうか付き合う？ 付き合い方とは？</p> <p>講師：佐藤博俊（高知赤十字病院心療内科医師）</p>
	<p>5回 「ストレスを抱えるみなさんへ」</p> <p>内容：みんなで生き方がそう</p> <p>講師：澤田丞司（高知大学保健管理センター所長）</p>
平成13年度 実施内容	<p>テーマ「精神保健 心の健康ネットワークづくり-1-」</p> <p>重点 ①日高村における専門家の養成 障害者等の地域生活支援のための基本的理念が必要である。 ベースとなる基本的な知識の共有化を図る。</p> <p>②学習会とケースカンファレンスを実施する 本年度のケースカンファレンスは、ケースを通して「病気を理解する」ことを目的とする。 取り上げるケースは治療ベースにのっているケースとする。</p> <p>③守秘義務の重要性について学ぶ場とする</p> <p>④対象 民生委員、ヘルパー、地域薬剤師、在宅介護支援センター、 基幹型在宅介護支援センター、ボランティア、社会福祉協議会、 病院、作業所</p>

学 習 会	カンファレンス
1回 「引きこもり・閉じこもり」 講師：岡田和史 (朝倉病院医師)	2回 「思春期のケース」 講師：岡田和史 (朝倉病院医師)  岡林安代 (高知医大精神科婦長)
3回 「痴呆について」 講師：上村直人 (高知医大精神科医師)	4回 「痴呆を伴う精神のケース」 講師：上村直人 (高知医大精神科医師)  永田久美子 (高齢者痴呆介護研 究研修センター)
5回 「精神分裂病について」 講師：下寺信次 (高知医大精神科医師)	6回 「精神分裂病のケース」 講師：藤田博一 (高知医大精神科医師)  梶本市子 (高知女子大学)
7回 「アルコール」 講師：伊藤高 (伊藤クリニック院長)	8回 「アルコールのケース」 講師：伊藤高 (伊藤クリニック院長)  小林哲夫 (断酒会会長)
9回 「うつ病」 講師：山崎正雄 (精神保健福祉センター所長)	10回 「うつ病のケース」 講師：山崎正雄 (精神保健福祉センター所長)  武田直子 (近森病院第二分院婦長)
11回	「高齢者も子どもも障害を持った人も共に暮らそう」  講師： 向谷地 生良ソーシャルワーカー 早坂 潔 (浦河ベテる 当事者) 荻野 仁 (浦河ベテる 当事者)

<p>H14年度 目標</p>	<p>平成11年度よりスタートし4年目の取り組みとなる。</p> <p>本年度は、「あたりまえに暮らす＝自分らしく暮らす」というテーマを村民と共有する場を提供する。そして世代間の交流を通し、互いの役割分担を学習しコミュニティーの再建につなげていく。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 新しい世代での人材を発掘しサポーターを養成する。</li> <li>2. 各地域で展開されている住民主体の活動             <ol style="list-style-type: none"> <li>①各地域でのボランティア活動</li> <li>②子育てサークル「ぶちとまと」、ヤング・ハートフル茂平等の活動をサロンづくりにつなげていく。</li> </ol> </li> </ol>	
<p>実 施 内 容</p>		
<p>第1回</p>	<p>実施予定日</p> <p>参 加 者</p> <p>目 的</p> <p>内 容</p> <p>講 師</p>	<p>6月7日(金) 13:30～15:30</p> <p>子育てサークル「ぶちとまと」 ヤング・ハートフル茂平 ボランティア、村民</p> <p>ケアマネジメントとは何か？心得を村民と学ぶ。</p> <p>「ケアマネジメント大会」 － 心得を学ぼう －</p> <p>鳥取県立精神保健センター 所 長 原田 豊先生</p>
<p>第2回</p>	<p>実施予定日</p> <p>参 加 者</p> <p>目 的</p> <p>内 容</p> <p>講 師</p>	<p>7月4日(木) 13:30～15:30</p> <p>子育てサークル「ぶちとまと」 ヤング・ハートフル茂平 ボランティア、村民</p> <p>なぜ、今、村づくり？なのか 地域をつくるのは誰？ 暮らしている日高村を知ろう</p> <p>「誰もが自分らしく暮らせるために」 － ひとづくり・村づくり －</p> <p>高知市保健所 吉永 智子保健師</p>
<p>第3回</p>	<p>実施予定日</p> <p>参 加 者</p> <p>目 的</p> <p>内 容</p>	<p>10月16日(水) 10:00～14:00</p> <p>子育てサークル「ぶちとまと」 ヤング・ハートフル茂平 ボランティア、村民</p> <p>サロンづくりに向けての視察研修</p> <p>「めだかの学校」(安芸HC) 「やまももの会」「ココナッツママ」(田野町) との交流会</p>

		実 施 内 容
第4回	実施予定日 参 加 者 目 的 内 容 講 師	11月14日(木) 13:00～15:30 子育てサークル「ぶちとまと」 ヤング・ハートフル茂平 ボランティア、村民 1. 浦島太郎体験によって、高齢者の身体諸機能の低下に伴う老化や生活のしづらさを疑似体験し高齢者についての理解を深める。 ー「浦島太郎体験」ー 1. 老いるとは？ 人ごとではない明日は我が身！ 浦島太郎体験 2. 生活のしづらさを体験しよう 3. グループワーク 浦島太郎体験の感想を話し合う。 中央西保健所 佐野 PT
第5回	実施予定日 参 加 者 目 的 内 容 講 師	11月18日(月) 14:00～16:00 子育てサークル「ぶちとまと」 ヤング・ハートフル茂平 ボランティア、村民 みんなが集えるサロンづくりに向けて研修会の実施。 「あたりまえに、自分らしく日高村で暮らすとは？」 富山県特定非営利活動法人「このゆびと一まれ」 理事長 惣万 佳代子さん
第6回	実施予定日 参 加 者 目 的 内 容	11月29日(金) 9:30～12:00 子育てサークル「ぶちとまと」 ヤング・ハートフル茂平 ボランティア、村民 住民主体のサロンづくりに向けて、何のためにサロンづくりをするのか？互いに目指す姿の共有化を図る。ヘルスプロモーションを村民と学ぶ。 1. 誰のために、何のためにやるのか？ 目指す姿の共有を図る。 2. 村民と日高村でどんな役割分担ができるか。 日高村ができること、村民ができること具体的に どんなことなのか？いっしょに考える。 3. グループワークの実施

		実 施 内 容
	講 師	「あたりまえに、自分らしく暮らすために・・・」 — 自分たちのできることは何か？みんなで考えよう— 高知女子大学 森下 安子先生
第7回	実施予定日	12月6日（金）9:00～12:00
	参 加 者	子育てサークル「ぷちとまと」 ヤング・ハートフル茂平 ボランティア、村民
	講 師	「いくつになっても生き生きと暮らすためには」 霞ヶ関南病院 岡持 利巨理学療法士