

# プシケおおたニュース

平成30年 1月号 NO.32

社会福祉法人 プシケおおた事務局  
〒144-0051 東京都大田区西蒲田 4-4-1  
TEL : 03-5700-6352  
FAX : 03-5700-6753  
E-mail [psyche-ota@mbj.nifty.com](mailto:psyche-ota@mbj.nifty.com)  
HP <http://www.koujiya-center.com/>

- ◆法人の理念◆ 「一人ひとりの”ちから”を信じ、当事者の思いを実現する。」  
～私たち（プシケおおた）は、関わる人・機関が持っている力とその可能性を信じ、当事者の「こうしたい、こうありたい」という思いの実現に向かって行動します。～

- ◆運営方針◆  
職員行動指針；  
① 当事者中心 ② 自己決定 ③ 権利擁護 ④ 啓発  
⑤ 協働 ⑥ 創造 ⑦ 研鑽 ⑧ Win-Win



## 巻頭言

プシケおおた理事長 石井 一平

平成になり 30 年、来年には元号が変わることになります。皆様のご健勝をお祈りするとともに、日本も世界も平和に暮らせる年になることを祈りたいです。去年は海外でも国内でも、明るくない話題が多く、世の中も暗い感じがしていました。あと 2 年で東京オリンピック・パラリンピックとなり、少し明るい兆しも見えてきています。今年 4 月は医療費と介護費などの報酬改定となります。

精神障がいをもった方々への対応は、薬だけでは足りません。周囲の安心できる対応や環境が必要です。

このためには、家族からの支援が第一でしょう。然しご家族の支援にも限りがあります。このため色々な制度や施設が準備され、ご家族を援助してゆきます。今年の診療報酬改定で、どれだけ支援がしやすくなるかは、今の段階では良く分かりません。

プシケおおたの活動は、昭和 58 年に結成した前身の「あけぼの会」から 30 年以上経ち、大田区や東京都などの援助を受けています。また支援の内容によっては障害福祉サービスの報酬として料金を頂きます。すなわち、プシケおおたの活動にも報酬改定は影響があります。

私達の活動が皆様にお役に立てるように、それぞれの職員が誠意をもって頑張っているところです。昨年 11 月 29 日の事業報告会で最近の活動を報告しています。生活支援センターでは相談活動、オープンスペースの提供、地域交流活動、各種プログラム、地域生活安定化支援事業、その他のサービスなどを行っています。ホームプシケでは 6 箇所 34 名の方に住まいを提供し、落ち着いた生活の支援をしています。クッキングワーク街の駅では、地域の方々にお弁当の配食サービスなどを行っています。コミュニティスペースにしかまでは、大田区精神障害者家族会、西蒲田商店街交友会、西蒲田 1 丁目町会・4 丁目町会、大田社会福祉協議会、NPO 法人おおた市民活動推進機構などで構成される運営委員会で活動を計画されています。地域生活安定化支援事業では、入院されている方の状態が良くなり、地域で安心して暮らしが続けられるように、スムーズに退院や地域生活に結びつけるよう、支援をしています。

以前プシケおおたの活動が不安定な時期があり、諸先輩・関係の皆様にご心配をおかけしてしまいました。このことで平成 22 年から賛助会を作って頂き、多くのご助言や経済的なご支援を頂いて居ります。賛助会では講演会や懇親会を開かれ、歌や音楽の催しも行われています。

このようにプシケおおたの活動は、多くの職員や賛助会の方々、ボランティアの方々、東京都や大田区の行政支援を受けております。社会福祉法人の組織ですので、ご尽力頂いて居る方々に十分なお礼が出来ないことが心苦しいです。法人の本来の役割として地域の障がい者の支援を行うことです。職員などは誠心誠意活動しておりますので、ご理解頂けますようお願い致します。



# もちつき交流会のご報告

## こうじや生活支援センター

こうじや生活支援センターでは1月13日(土)に東糞谷1・2丁目町会様から臼と杵をお借りして、もちつき交流会を開催しました。町会の皆様を始め、地域の皆様39名、利用者の皆様30名に寒い中ご参加いただき、楽しいひと時を過ごすことができました。また、今年からお餅つきの後にレジンアクセサリー体験も開催し、素敵な作品もできました。皆様のご協力を得て盛況のうちに終了することができました。誠にありがとうございました。参加した皆様から感想をいただきましたのでご紹介します。



すごくおいしかったです。 N・T

程よく手伝い、程よくノンビリしながらイベントを楽しめました。お汁粉も最高でした。 M

おもちおいしくいただきました。

もち食って、もたれた。 S

ごまのおもちがおいしかった K・A

おいしいおもちありがとうございました。

今年も餅つき参加したが思った以上に参加者がいて3回目、最後につこうと思いきや、もち米…少ない…。幻滅と心の中でモチベーション↓(笑)また参加したいと思います。おしるこまかった(w w) 皆さんの笑顔最高でした。また来年も。 H・K

晴天に恵まれ、おもちがとてもやわらかく、おもちがにがてな私でもとてもおいしく食べられました。うすが古すぎて来年からは新しいすにしてもらいたい。 MAR I

## レジンアクセサリー作り体験

娘と素敵なネックレスと一緒に作る事が出来て、大満足です！  
どうもありがとうございました。



かほこ

きょうは楽しかったです。  
おいしいお汁粉

たのしかったです。  
のものは

素材選び、組み合わせを考えるのが楽しかったです。キレイに重ねられるようにもって練習せねばと思いました。 M

皆さん、ステキで個性的な作品ができました。

また素晴らしい物と作りたいたいです。



レジンアクセサリー今回2回目でした。こまかい作業でしたけど楽しくできました。 石井

楽しかったです。また作りたいたいです。 T





# かまたセンター一年末年始



## クリスマス会

12月22日金曜日、クリスマス会を開催しました。今年はいっしょに話し合い、手作りチキンとホットケーキを焼いて楽しむことになりました。

チキンは骨付き鶏もも肉をメンバーさんと買いに行き、厨房のガスオーブンで焼き上げました。



メンバーさんからシナモン香るレーズン入りの手作りリンゴジャムの差し入れがあり、ホットケーキの上に生クリームと一緒にトッピングしました。とても美味しかったです♪

手作り感あふれる温かなクリスマス会となりました。



## 大掃除・年越しそば

12月26日火曜日、年越しそばを皆さんで作って食べました。

大きなかき揚げと卵、ネギの他、ふれあいファームで作った豆苗も少しだけですが入れることができて具沢山のそばになりました。

たっぷりのおそばはとても美味しかったです。



12月28日木曜日には午後からメンバーさんと職員でセンターの大掃除をしました。

一年の汚れをキレイに落とした後は皆さんでお疲れ様会をしました。



## 初詣・お雑煮会



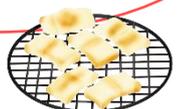
新年が明けて1月4日木曜日には、皆で池上本門寺まで初詣に行きました。天気も良くて気持ち良かったです。

1月6日土曜日は鶏肉、大根、小松菜と野菜いっぱいのお雑煮を作りました。今年もかまた生活支援センターをよろしくお願い致します。

出汁がきいていて美味しかったです



お餅が香ばしかった。焦げているのがちょうど良い感じでした。



# クッキングワーク街の駅

就労継続支援B型事業所になってから5年がたとうとしています。今まで月曜日は料理教室やレクリエーション活動を主に行ってききましたが、調理メンバーも増え、皆さん作業にも慣れてきたところで、平成30年1月から月曜の配食サービスを始めることに致しました。始めたばかりなのでまだまだ注文数は少ないですが、衛生面に気をつけ、愛情をこめて皆で作っていきたいと思います。今後ともよろしく願いいたします。



## イベント報告



浅草散策に行きました。



クッキングワーク街の駅のメンバーさんが描いたイラストです。



## CSにしかまた

「CSにしかまた」年の初めにお雑煮会とおしるこ会を開きました！

1月4日は『新春お雑煮会』を開催しました。開始時刻の2時間前から大鍋には昆布、大根、人参、鶏肉と食材達が次々と投げ込まれ、厨房内は空腹を悶えさせる至福の香りが充満し、餅達はオーブントースターの網の上に行儀よく並び、1杯100円のお雑煮にいったいどれくらいの人達がやってくるのだろうか、期待と不安でいつになく凜としたスタッフ達5名も準備万端。開店を待ちます。11時ごろから客足は順調に伸び、焼餅が間に合わないくらい注文が続き、ご近所のデイケア施設からたくさんの高齢利用者さんたちとスタッフの方達御一行様が来店。小さくカットしたお餅をモグモグ、美味しそうに召し上がってくださり「おいしかった」って。束の間の交友でしたがこんな関係がもっと増えたらいいね♪



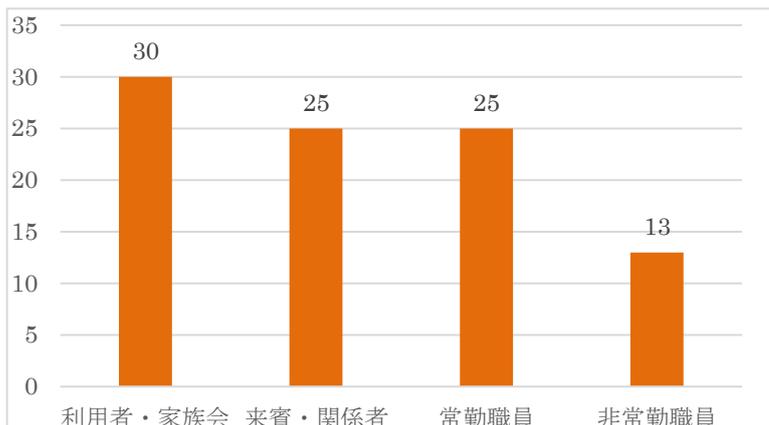
続いて、1月10日は鏡開きに因み『おしるこ会』を開きました。スタッフが小豆から時間をかけてつくった味は格別で、お雑煮会に参加くださったデイケア施設のみなさまにも好評でした。今度はランチに参加していただだけそうです。常連さんやプシケ職員の参加もあり盛況でした。地域に根ざした居場所として少しずつ理解されていることを実感した年のはじめでした。(スタッフ一同)

# 事業報告会を終えて

平成 29 年 11 月 29 日に大田区消費者生活センター大集会室にて、法人内全事業所の事業報告会を行いました。準備不足の面も多々ある中ではありましたが、多くの方のご協力とご出席を賜り、盛況と言える中、終えることができました。誠にありがとうございました。

## <参加人数集計結果>

利用者、家族会	30名
来賓関係者	25名
常勤職員	25名
非常勤職員	13名
<b>総数</b>	<b>93名</b>



記入頂いたアンケートからいくつか抜粋させていただきます。

本音が楽しかったです。

私の知らない場所やサービスを知る良い機会だったと思いました。

当事者が参加出来る形は良かった。

職員と当事者の方との関係性がすこしだけわかって良かったです。

色々な事業所の報告の仕方がそれぞれ違ったのは良かった。

様々な人のこれまでの体験を聞き、胸が苦しくなったり、少し辛かったです。

話す内容を考えて欲しい。(自殺未遂)の話なんていない。治療中の人(私)だっているから。

医療や家族の関わり・問題なども構成の中に設定する工夫を。

平日より、土日に行った方が参加しやすいのでは。(複数回答)

もう少し短めの時間設定か、休憩時間が欲しかった。(複数回答)

座談会



かまたセンター報告



今回の事業報告会の参加者数において、職員の比率が一番高いという結果にならなかったことに一先ずは胸をなでおろしました。しかし、事業報告会の意義としては広範囲の方々にとって頂くものである為、次回の報告会では頂いたアンケートのご意見を反映させつつ、職員の2倍、3倍の方をお呼び出来ればと思います。今後とも社会福祉法人プシケおたへのご指導ご鞭撻を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

# <研修のお知らせ>

## オープンダイアログって何だろう？—体験して知ろう—

「オープンダイアログって最近耳にすることがあるけれど、会話するだけで本当に精神の病が治るのでしょうか？」というふうにお考えの方も多いのではないのでしょうか。

まずは、すでに日本で実践している森川氏と一緒に体験してみませんか？

【講師】森川すいめい氏（みどりの杜クリニック院長）

1973年、池袋生まれ。精神科医。鍼灸師。みどりの杜クリニック院長。老年期の内科・精神科の往診や外来診療を行う。オープンダイアログネットワークジャパン運営委員。

☆お申し込みはFAXか郵送にてお受けいたします。

日時：2018年2月11日（日・祝）13:30~18:30

参加費：2,000円（飲み物、軽食代が含まれます）

場所：障害者総合サポートセンター さぼーとびあ

対象：病院スタッフ、福祉施設従事者など支援に携わる方々。

また、ご家族や当事者の方のご参加もお待ちしています。

募集人数：60名（参加希望者が多数の場合は先着順）

申込締切：平成30年1月31日（水）

主催：オープンダイアログを体験する実行委員会

お問い合わせ先：社会福祉法人プシケおおた気付け

オープンダイアログ実行委事務局（小関・京極・高橋）

TEL：03-5700-6352 FAX：03-5700-6753



## オープンダイアログと傾聴

オープンダイアログの本質的な要素の一つに「傾聴」があります。そのことについてトム・エーリク・アーンキルさんは京都でのシンポジウムで次のように語っています。傾聴についてのその言葉は私たちが利用者さんたちとの対話で大事にすることを示してくれています。

トム 医師やソーシャルワーカーがある種の決まりきったゴールを想定しつつ、クライアントや家族の話を聴くのならば、それがいくら傾聴という体裁を整えていたとしても、彼らは先回りしてしまっているのです。先回りしながら聴く態度は、傾聴とは呼べません。傾聴するには、あなた方は常に今一現時点にいないといけないのです。では、どうすれば現時点にいたることができるのでしょうか。

私たちが用いている一つの方法は、繰り返し（リピート）という方法です。つまりクライアントが話したことを、私たち自身が繰り返して言葉にすることです。「あなたの言ってることはこういうことなのですか？」「あなたの感じてることはこういうことなのですか？」と反復して尋ねてみるのです。

その際、「Did you」という過去形の尋ね方をしてはいけません。「それはこういう意味だったの？」と過去を軸として尋ねるとタイムラグが生じ、「解釈」が入ってしまいます。ダイアログを行うときには、現在形で話すことに努め、そしてクライアントの話したことを専門職の側が繰り返して確認するということを行っています。そうすることで、先回りを防ぐことができます。聞いていても聞いていない、聞いてるつもりで違うことを考えてしまう、ということを防ぐ手段として「繰り返し」は有効です。（日本評論社「オープンダイアログを実践する」より抜粋）

# ホームフシケ～メゾンしろの近況報告～

昨年4月に矢口渡から池上に引越しをしました。矢口渡の時には一戸建ての家が2軒、それぞれ3名ずつで合計6名のグループホームでしたが、池上では1軒の大きな家に定員も1名増えて7名と一緒に暮らしています。11月半ばに7人目の入居者が正式に入居して満室となり、やっと全員揃って、池上で初めてのお正月を迎えることができました。

矢口渡はグループホームが駅から近く、商店街があって買い物にも便利でしたが、池上では駅から徒歩10分あまりかかる上に、近くにお店も少なく、多少不便はあります。しかし、本門寺の門前町で緑が多く静かな地域であり、1軒の家にみんなで賑やかに住むことで、入居者の皆さんの団結が強まり、相談し合ったり助け合う雰囲気が自然に生まれています。場の力、集団の力の素晴らしさを実感しています。



メゾンしろ世話人 谷岸佳子

## 投稿コーナー 夕日さん 短歌作品集

暖かい ピンクの帽子 似合ってる  
お久し振りね 言葉は笑う

不自由な手 不自由な足を 動かして  
ハンディキャップに 光を当てる

冷え込むと 夜は深まり 鮮やかな  
一人暮らしの 明かりを眺める

## 賛助会だより



事業報告会でお配りした賛助会の歩みを掲載します。

### 【賛助会の歩み】

- 平成 22 年 10 月～ 準備会を 2 回 発足を確認、発起人会の立ち上げ  
平成 23 年 2 月～11 月 発起人会を 7 回開催  
会則、役員構成と役割分担、加入案内、ポスターの作成
- 平成 23 年 11 月 15 日 (火) 設立総会 (第 1 回総会) 平成 23 年度活動方針  
加入状況 個人 106、団体 5 **代表 道家忠男**
- 平成 24 年 6 月 17 日 (日) 第 2 回総会及び講演会  
平成 23 年度活動・決算報告、24 年度活動方針・予算案  
講演 発達障害を考える 講師 石井一平氏 (精神科医、プシケおおた理事長)
- 平成 25 年 6 月 9 日 (日) 第 3 回総会及び懇親会  
平成 24 年度活動・決算報告、25 年度活動方針・予算案  
お話 南晴病院看護婦長 宮本壽子さん
- 平成 26 年 6 月 8 日 (日) 第 4 回総会及び講演会、懇親会  
平成 25 年度活動・決算報告、26 年度活動方針・予算案  
講演 認知機能の障害について  
講師 石井一平氏 (精神科医、プシケおおた理事長)  
懇親 渡辺潤さんの歌とトーク
- 平成 27 年 6 月 14 日 (日) 第 5 回総会及び講演会、懇親会  
平成 26 年度活動・決算報告、27 年度活動方針・予算案  
講演 これからの地域精神科福祉を考える、あえて総論で  
講師 越智 祥太氏 (南晴病院院長(当時))  
懇親 イタリア歌曲とピアノ演奏 川合紀子さん
- 平成 28 年 6 月 19 日 (日) 第 6 回総会及び講演会、懇親会  
平成 27 年度活動・決算報告、28 年度活動方針・予算案  
講演 今家族が求めていること 7つの提言について  
講師 川崎 洋子 (家族会代表)  
懇親 うまかしゅう・ジャスティス ジョイントコンサート
- 平成 29 年 6 月 11 日 (日) 第 7 回総会及び講演会 **代表交代 高橋明紀代**  
平成 28 年度活動・決算報告、29 年度活動方針・予算案  
講演 今、地域で社会福祉法人に期待すること  
スマイルプロジェクトの活動事例も紹介  
講師 福本昌恵さん (大田区社会福祉協議会)

### 【他団体と共同事業】

- 平成 25 年 12 月 1 日 「むかし Matto の町があった」上映と講演 大熊一夫氏 190 人  
平成 27 年 3 月 15 日 「松本ハウスがやってくる」越智祥太氏、松本ハウス 202 人  
平成 28 年 10 月 9 日 「あい 精神障害と向き合って」上映会 170 人

入会を募ります。

平成 29 年度、11 月から 12 月までに会費を納入して頂いた方 (敬称略)

個人会員: 5 名

心より御礼申し上げます。今後ともよろしくお願い致します。

賛助会代表 高橋明紀代