



## 統合失調症の当事者やご家族との交流の場を 京都でグリーンカフェを開催！

私ども社会福祉法人京都光彩の会では、精神障害のある人たちの就労、会参加、地域での暮らしの支援を総合支援法に基づく就労移行支援事業や就労継続支援事業B型、グループホームを運営し、地域生活支援センターの運営も行っています。

最近感じることは、うつ病の方、発達障害の方、高次脳機能障害の方など対象が拡大していることと、統合失調症の方の利用が少なくなつたということです。

昨年「統合失調症情報ステーション グリーンカフェ」を始めたのも、統合失調症はまだ社会での正しい理解が広がっておらず、当事者、ご家族も疾患に対する知識を得られにくく、福祉サービスの利用につながっていないのではないか、そのような方に何かできないかという思いがあつたからです。

京都市こころの健康増進センター波床将材所長や岡本クリニックメンタルケア室の岡本慶子医師から認知症の方を対象とする「オレンジカフェ」をモデルに気楽に情報を得て交流でき、相談もできるカフェをできないかというお話を伺いし、力を得て取り組むことにしました。お二人の先生には、企画や助言をしていただき、アクトK、企

会員看護ステーション、家族会など関係機関が快くご協力をしてくださいました。社会福祉協議会が助成をしてくださいり、京都新聞、京都新聞社会福祉事業団にも広報や助成をしていただきました。私どもだけでは成し得ない取り組みです。関係機関のご協力に感謝申上げます。

今年「統合失調症情報ステーション グリーンカフェ」を始めたのも、統合失調症はまだ社会での正しい理解が広がっておらず、当事者、ご家族も疾患に対する知識を得られにくく、福祉サービスの利用につながっていないのではないか、そのような方に何かできないかという思いがあつたからです。

京都府こころの健康増進センター波床将材所長や岡本クリニックメンタルケア室の岡本慶子医師から認知症の方を対象とする「オレンジカフェ」をモデルに気楽に情報を得て交流でき、相談もできるカフェをできないかというお話を伺いし、力を得て取り組むことにしました。お二人の先生には、企画や助言をしていただき、アクトK、企

京都光彩の会 統括施設長 上村 啓子

## 孤立しがちな方やご家族に もつと情報を届けできるように 巻頭言

もつと情報を届けできるように

訪問看護ステーション、家族会など関係機関が快くご協力をしてくださいました。社会福祉協議会が助成をしてくださいり、京都新聞、京都新聞社会福祉事業団にも広報や助成をしていただきました。私どもだけでは成し得ない取り組みです。関係機関のご協力に感謝申上げます。

グリーンカフェでは、ピアノミニコンサートで音楽を楽しみ、当事者の就労や自立した生活を送っている様子を見聞きでき、社会資源の知識が得られ相談ができます。

六月八日のグリーンカフェでは、長期入院者の地域移行支援事業に携わっているピアサポートさんが、相談に加わってくださり、支援の輪が広がり、ますます充実してきています。相談後の両者の笑顔が印象的です。緊急に対応しなければならない相談もあり、課題も出てきます。

この統合失調症の当事者やご家族との交流の場であるグリーンカフェを今後も続けて参りたいと思います。今後ともご支援を賜りますようお願い申し上げます。

年に2回程度、京都市内の喫茶店で実施されており、内容は当事者のお話、それに2つがいる中で（もちろんそれ

### 〈内容は〉

統合失調症と付き合いながらの暮らしにとつて大きな力になるのが情報と仲間です。それらが希望を運んでくるのです。「統合失調症情報ステーション グリーンカフェ」は情報と仲間に出会う場です。誰もが参加でき、飲み物や音楽でくつろいで過ごせます。個別相談もできます。

### 〈なぜ統合失調症にカフェが必要か〉

支援情報の届きにくさから、暮らします。各種通所事業所等を利用している場合でも、いろいろな疾患や障がいをもつ方がいる中で（もちろんそれ

**岡本クリニック メンタルケア室**

**岡本 慶子**

## あなたは一人ではありません。 統合失調症は誰にとつても身近なこと



岡本慶子 先生

精神科医として京都市こころの健康増進センター（精神保健福祉センター）デイ・ケア課にて統合失調症等のリハビリテーションと心理社会的治療・グループ療法に従事のち、平成23年に岡本クリニックメンタルケア室を開設、主に統合失調症のグループ療法を専門に行ってきました。

### 〈京都光彩の会主催で開催〉

そのように考えていたところ、関係者のお力添えで社会福祉法人京都光彩の会につないでいただき、2018年1月、同法人主催での開催が実現しました。その後も同法人のご尽力により4回を重ねています。参加者は毎回定員を超えて、他府県からも来られます。個別相談希望も多く、協力機関全員が力を合わせ必要な支援につないでいま

### 〈今後に向けて〉

ピアサポートの皆さんのが第4回から企画会議や相談対応に入つてくださったのは、大きな前進でした。今後はさらに当事者中心の運営になることでしょう。カフェをきっかけに当事者・支援者の枠を超えるネットワークが育まれ、統合失調症にかかるても安心して暮らせる社会づくりにならなければと願っています。

は良い面も多いのですが）、統合失調症特有の経験や悩みを分かち合う機会にはなりにくいのです。だから、情報を得て相談できる場、似た経験をした仲間と出会って思いを共有できる場が必要です。

### ◆カフェは出会いと交流の場

2019年6月8日午後1時半より、喫茶ほっとはあと西大路御池店於、今年度最初の統合失調症情報ステーション グリーンカフェを開催致しました。2017年12月、大阪府寝屋川市で長期間プレハブ小屋で監禁状態におされた精神的な辛さを抱える女性が衰弱死する事件が明らかになった後も、2018年4月、兵庫県三田市で重度の知的障害を抱える男性が長期間一日の大半を木製の檻に閉じ込められていたことが判明するなど、精神的な辛さを抱える方々を取り巻く社会的状況の厳しさを痛感する事件が次々と明らかになるなか、社会福祉法人として、

がら地域でその人らしく生きるための一歩を踏み出すお手伝いができるばという思いから、2018年1月に第1回のカフェを開催し、京都新聞社会福祉事業団によるご助成とご後援（同事業団および京都新聞社）を賜り、多数の関係機関の皆さんにご支援頂きながら、継続して参りました。会を重ねることに、ご支援くださる機関が増えるとともに、ピアサポートの皆さんのが、ご自身の経験を踏まえて参加者の前で語り、相

カフェタイムでは、前回に引き続き参加してくださった音楽療法士・ピアノ講師の石丸紀子さんが、「ルパン三世」「Summer」、ショパンの「雨だれ」を静かに弾かれたあと、「マンボNo.5」を60名の参加者とともにカラダを動かしながら演奏してくださいました。さらに、声を合わせるよう促しながら「翼をください」を歌つて締めくくつてくださいました。

談タイムでは相談を受けるなど、その役割を広げてくださいました。



京都市朱雀工房 高橋恒明

休憩と交流タイムを挟んで、一般社団法人ライフラボ相談支援事業所しほふあーれの金井浩一さんが、「つながるということ」「相談支援事業所のことを中心に」という題で、社会的一步を支える様々な制度を具体的に提示しつつ、「相談にあたって、『for』ではなく、『with』を大切にしています」と話してくださいました。

今回のグリーンカフェへの参加で私は3回目になります。参加して毎回思うのは『自分は一人ではないんだな』ということです。普段の生活の中で私は自分と同じように幻聴で苦しんでいる人に会うことがほとんどありません。なので、このカフェが仲間との憩の場や情報交換の場になっていることが私にとってはとても心強く感じます。

また、私は当事者としての自分のしんどさの話が、同じような思いをして苦しんでいる他の人の心の支えに成り得るとは思いもしなかつたので、逆に自分が救われた気持ちになっています。誰かに、特に精神疾患を持つピア（仲間）に話す場があるだけでも、相談者の心の負担を和らげる力になつていくのではないかなと思いました。

ピアサポーター なっちゃん

### 『カフェに参加しての感想』



## 第5回 統合失調症情報ステーション『グリーンカフェ』は 令和2年1月頃に開催予定！

お申し込みは、詳細が確定しましたらチラシ等でご案内します。

## 利用者 大募集 !!

### 就労 移行支援 就労 繼続支援B型

京都市朱雀工房、西山高原工作所、かれん工房では上記の利用者様を募集しています。お気軽にご相談ください。



#### 広報委員会 委員

中林 壮介（西山高原工作所）  
中條 了（支援センター「なごやか」）  
梅沢 信吾（ワクステーションかれん工房）  
高橋 恒明（京都市朱雀工房）  
中村 美恵（支援センター「なごやか」）  
田上 嘉之（グループホーム賀陽・山ノ内・光）



京都光彩の会

統括施設長  
上村 啓子

最近引きこもりが背景にあると思われる事件の報道が続いている。八〇五〇問題も少し前から取り上げられるようになってきています。「八〇」代の親が「五〇」代の子どもの生活を支えるという問題で、ひきこもりという言葉が社会に出始めることになった一九八〇年代。九〇年代は若者の問題とされました。約三十年が経ち、当時の若者が四〇代から五〇代、その親が七〇代から八〇代となり、こうした親子が社会的に孤立し、生活が立ち行かなくなる深刻なケースが目立ちはじめています。引きこもりには、精神疾患や障害が要因となっている場合もあります。

ここ数年当法人の運営する就労移行支援事業や就労継続支援事業B型、十年以上の長期にわたってひきこもりがちな生活をされていた方がご利用になる例が増えています。地域生活支援センターの相談でもひきこもりに関する相談に応じています。仲間と一緒に作業や活動やレクリエーションに参加することで体力やコミュニケーション力がついていきます。かれ、元気になっていかれる姿を目にして、うれしく思います。

## 編集後記

「光彩だより」をお読みいただきありがとうございました。リニューアルした光彩だよりはいかがでしたでしょうか？

今年度から新たに立ち上がった「広報委員会」を中心に案を練り、光彩だよりのレイアウトを一新、ついに完成に至りました。

最近は専らSNSから情報を得る時代。紙媒体が縮小傾向にある中、広報誌の役割って何だろう？私も以前、デジタル新聞にした時期がありました。通勤中や空き時間に手軽に読めると思っていたのですが、液晶画面で読む新聞に馴染めず、結局一年ほどで紙の新聞に戻りました。確かに必要な情報だけを得ようと思えばパソコンやスマートフォンは便利ですが、紙媒体には読み手の予想を超えた新たな発見や出会いがあります。そんな利点を活かしつつ、法人の魅力が伝わるような「光彩だより」を作つていいたいと思います。

また、ホームページに新たなコンテンツが登場！「事業所NEWS」のタグをクリックすると、事業所ごとの活動内容や様子などがご覧いただけます。定期的に更新するので、タイムリーに事業所の雰囲気を感じただける内容となっています。ぜひご覧ください。

皆様にもっと京都光彩の会を知つていただきたい！という思いをモットーに発信していきたいと思います。よろしくお願いいたします。  
(中條)

利用者と向き合い、寄り添い、共に考え、共に歩む そして誰もが人生の主役に



社会福祉法人 京都光彩の会

Social welfare corp KYOTO kosainokai, Inc.

〒604-8854 京都市中京区壬生仙念町30番地 京都市地域リハビリテーション推進センター1F

TEL : 075-813-0501 FAX : 075-813-0520  
URL : <http://kyoto-kosainokai.jp>



社会福祉法人京都光彩の会 光彩だより  
発行:京都光彩の会 広報委員会  
印刷:西山高原工作所

