

平成19年度

# 障害者保健福祉推進事業

「精神障害者当事者による普及啓発のあり方に関する研究」  
～精神障害者は素晴らしいといわれる社会を目指して～

## 報 告 書

特定非営利活動法人 くるめ出逢いの会

# 目 次

I	はじめに	P 3
	本事業の目的・方法	
1、	精神障害者への聞き取り調査	P 5
	(別紙Ⅲ添付資料聞き取り調査テープ起こし参照)	
	(別紙Ⅳ添付資料；聞き取り調査まとめ参照)	
2、	精神障害者と小学生と保護者、高校生の交流プログラムの開発・試行	P16
	(添付資料・④⑤⑥参照)	
3、	学習等普及教材の作成	P21
	(別紙Ⅴ添付資料；学習等普及教材「絵本」参照)	
	事業の成果と課題	P22
	事業の成果と課題	
	おわりに	
II	添付資料	
①	精神障害者当事者による普及啓発のあり方に関する研究」事業推進委員会名簿	P 25
②	NPO法人くるめ出逢いの会<保健福祉推進事業組織図>	P 27
③	事業推進委員会議事録	P 28
④	小学生の感想	P 32
⑤	小学校・保護者感想	P 42
⑥	高校交流会・事後アンケート	P 43
III	添付資料；聞き取り調査テープ起こし (別紙)	
IV	添付資料；聞き取り調査まとめ (別紙)	
V	添付資料；学習等普及教材「絵本」 (別紙)	

# 精神障害者当事者による普及啓発のあり方に関する研究

～精神障害者は素晴らしいといわれる社会を目指して～

特定非営利活動法人 くるめ出逢いの会

## はじめに

我が国では明治以降、精神保健法 1984 年（昭和 62）の施行まで精神障害者の隔離収容政策がとられてきた。1993 年（平成 5）の精神保健法の改正を経て 1993 年（平成 5 年）の障害者基本法で身体障害者、知的障害者と同じように福祉の対象となり社会復帰施設が整備されはじめた。2006 年（平成 18 年）には障害者自立支援法が施行され障害者福祉は三障害共通の一元化サービスを目指している。

この 30 年で精神障害者の状況は隔離収容から社会参加へという大きく転換してきた。しかし精神障害者の社会参加、回復の過程で精神障害当事者自らが声を上げ、主張し、自己決定する機会は少ない。そこには福祉、医療の専門職主導の支援が現在も主流を占めており当事者の主体的な力を引き出す支援、サービスは構築されていないと考える。現在、精神障害者の支援は当事者のエンパワーメントを目指して行われようとしている。しかし、当事者が医療、福祉の支援に参画する機会はまだまだ限られており本当の意味での当事者のエンパワーメント、リカバリーが何なのか支援者が理解しているか疑問である。

本事業を展開した久留米市では 1995 年（平成 7）より精神障害当事者を含めた市民団体であるくるめ出逢いの会が活動を始めた。2005 年（平成 17 年）には WRAP（元気回復行動プラン）の全国普及を目指し当事者が WRAP 研究会を立ち上げた。これらの久留米市で活動している当事者活動グループは自らのリカバリーを語り、精力的に活動している。

本事業ではこのような活動を実践している当事者が集まり精神障害者が何を求め、何の要因でリカバリーするのかを調査した。そこには当事者が語る本当のエンパワーメントがあり、自ら中心で事業を進めることで自らのエンパワーメントも目的とした。

本事業の成果が久留米市及び近郊の医療、福祉の支援者だけではなく、全国の精神障害当事者のリカバリーのための希望を持ち、行動する一躍を担いたいという気持ちを込めて、本事業の報告を行う。

## 【本事業の目的・方法】

近年、精神障害者当事者が自らの言葉で体験を語る場や機会は多くなってきている。本事業はこのような当事者の主体性をもった活動の中で、当事者による普及啓発の方法、について検討するものである。

また本事業は精神障害者がリカバリーできるという考えに基づいて実施した。ここでいうリカバリーは単純に回復を意味するものではなく自らの幸せのために自分の自己実現を追求していくという意味も込めて使う。またリカバリーのために当事者がどのようにエンパワーメントしていくのか、その過程を明らかにしていく。具体的には

### ① 精神障害者への聞き取り調査

精神障害者当事者による当事者グループの聞き取り調査を行う。ここではエンパワーメント、逆にパワレスになった言葉や出来事を聞き、その内容・場面・関係性を調査する。そこから精神障害者のリカバリーにどのような人がどのような関わりで影響しているのか、その状況を整理する。

### ② 精神障害者と小学生と保護者、高校生の交流プログラムの開発・試行

小学生、高校生と交流授業を行い児童、生徒に精神障害の理解と当事者のリカバリーを理解してもらおう。また授業を構成していく過程で教師や関係者との話し合いを重ねることで児童、生徒を理解する。この交流授業では精神障害者当事者が普及を進めている WRAP（元気回復行動プラン）を活用し、その有効性を検討する。

### ③ 学習等普及教材の作成

聞き取り調査で整理された精神障害者のリカバリーに影響を与える場面、言葉の中から、日常生活において重要でかつ頻度の高い場面を抽出・再構成して教材としての絵本を作成する。作成にあたっては一般の読み手の視点からも検討するため事業推進委員会のメンバー他、教師も含めたチームを組織し作業を進める。

これらの作業を並行して行う。その作業を中心となって進めるのは精神障害当事者で行い、当事者の共感する力を用いて、当事者ならではの普及啓発のあり方を模索する。また本事業に関わる当事者のエンパワーメントも重要な目的のひとつである。

## 1、精神障害者への聞き取り調査

### 〈事業目的〉

精神科医療機関や精神障害者社会復帰施設等に、通院・通所している精神障害者を対象にエンパワーメントされた言葉及びパワレスになった言葉についての内容・場面・関係性、日常生活で感じているプレッシャーやそれを跳ね除ける力について聞き取り調査を行い、精神障害者のリカバリーに影響を与える周囲の人の関わり方について調査する。

聞き取り調査で整理された精神障害者のリカバリーに影響を与える場面・言葉の中から、日常生活において重要でかつ頻度の高い場面を抽出・再構築して、絵本作成のための資料とする。

### 〈事業概要〉

久留米市内の精神科医療機関、精神障害者社会復帰施設、当事者グループに聞き取り調査の目的を説明し、同意を得た12の施設やグループで調査を行った。

3名～6名のグループに分け、聞き取り調査担当者2名で、ピアグループミーティング方式（当事者以外の者は参加しない）と希望のあったところだけ個別面接方式で、計64名の当事者を対象に調査。

面接は、エンパワーメントしたこと、パワレスになったこと、プレッシャーになったこと、プレッシャーをはねのける力について語ってもらい、1グループ60分～90分に及んだ。

分析は、あくまでも対象者が自らの体験として語った内容に限定して行った。

倫理的配慮……対象者には、研究の目的・内容・拒否する権利等を明記した文書を用いて説明し、同意書を得た。また、プライバシーの確保に、報告書は匿名性の確保に配慮した。

### [聞き取り調査実施状況]

日時	対象	人数（男／女）	場所	担当者
12月 20日	A当事者グループ	3名（2名／1名）	えーるピア 久留米	坂本、津野
12月 25日	Bクリニックデイケア	4名（3名／1名）	ポレポレ	阿部、磯田

12月 26日	C当事者グループ	4名（3名／1名）	ポレポレ	執行、坂本
12月 26日	D当事者グループ	4名（2名／2名）	ポレポレ	阿部、磯田
1月 5日	E当事者グループ	4名（2名／2名）	高牟礼会館	阿部、竹下
1月 6日	F病院デイケア（1）	5名（4名／1名）	久留米市役所	阿部、津野
1月 6日	F病院デイケア（2）	4名（3名／1名）	久留米市役所	磯田、大石
1月 13日	G当事者グループ	4名（2名／2名）	G作業所	阿部、執行
1月 16日	H病院デイケア	6名（4名／2名）	H病院	阿部、大石
1月 16日	I活動支援センター	4名（4名／0名）	ポレポレ	阿部、磯田
1月 18日	J活動支援センター	3名（1名／2名）	J活動支援 センター	坂本、大石
1月 21日	K病院デイケア	4名（3名／1名）	K病院	阿部、坂本
1月 24日	L病院デイケア（1）	6名（5名／1名）	L病院	磯田、大石
1月 24日	L病院デイケア（2）	6名（3名／3名）	L病院	磯田、大石
1月 25日	M保健所	3名（3名／0名）	M保健所	坂本、磯田

### 〈事業総括〉

聞き取り調査の中から、エンパワーメントとパワレスに関するエピソードを抽出し、いくつかの項目に分け、分類した。

#### ●エンパワーメントに関するエピソード

##### 1、仲間や支援者との出会い

- ・当事者活動を始めてから、いろいろなところから機会を得て付き合いが広がっている。

- ・援護寮に入ったことで、だいぶ自分自身変わったような気がします。人間関係や生活のリズムができた。
- ・デイケアに来るようになってから、いっぱい同じような人がいるから、第一に友達がいるんだと感じました。
- ・デイケアでの人とのめぐりあい。
- ・活動支援センターで知り合った友人を通して、福岡のピアサポートとかに出かけたりして、いろいろな人とめぐりあった。

## 2、自分を表現できる、それを受け入れてくれる

- ・絵を描いたり、詩を書いたりして、その中で評価してもらって、この前、活動支援センターの文化祭で「詩がいいね」と評価されたときは、嬉しかったです。
- ・詩やエッセイを投稿する。それが会誌に載るときが嬉しいです。
- ・自分の思いを人に伝えるとね。それが伝わったと思えるときはすごく自分にとって力になる。

## 3、学んだ体験

- ・ピアカウンセリング。傾聴・受容・共感を反復しているうちに相手の気持ちが分かったんですよ。
- ・本の内容の深さに、これだけのことを書く人はいろいろな経験をしているのだろうと思ってですね、そこから、自分の欠点や心理のいけないところを修正しまして、本がすべてでした。
- ・パソコンの資格をとった。

## 4、家族や仲間の支えがある、見守ってくれる人がいる

- ・思いを共有できたとき、これは当事者同士でしかできませんからね。
- ・仲間とのふれあいから元気もらっています。
- ・家族の面会がですね、一番、入院したとき嬉しかったです。
- ・子供達・兄弟達とも付き合いが回復しまして、子供愛・兄弟愛に助けられて今があります。
- ・家族の理解が一番大切です。
- ・仕事で辛いことがあっても、なぜ行けたかという、周りの人の支えがあったからです。家族とか友達とか彼女とか…。
- ・母が弁当を作って、ジャーみたいなのに冷めないように、面会のときに持ってきてくれた。それが楽しみだった。親の支えがあったから私もここまで来れたのかなって今思っています。すごく感謝しています。
- ・母の励ましが自分の支えになったし、がんばろうという気持ちがわいてきて、それと、見守ってくれる人がいるんだと思うと、自然といい方向に向かっていくような感じがする。
- ・いいとき、悪いときをずっと繰り返しながら、去年やっとパートですけど仕事

に就けるようになりました。友達の支えや家族の支えがなければできないことなんですよ。

#### 5、職場の人の精神障害者への理解・配慮がある

- ・評価をもらったことと、普通に扱ってもらったこと。
- ・相談を上司が聞いてくれた。
- ・理解者が多くて働けた。

#### 6、スポーツをする場がある

- ・ソフトボールやバレーボールとかで元気になれます。
- ・デイケアのスポーツ。
- ・テニスサークル。
- ・スポーツが一番いいかな。体を動かすことによって気分的にも良くなるし体調的にもいい。
- ・運動もしているし、健康な体になってきている。

#### 7、医療・福祉従事者の声かけや理解

- ・主治医と看護師が逃げなかったことが快方に向かった大きな理由でした。
- ・訪問看護でソーシャルワーカーが元気づけてくれる。
- ・入院中、スタッフ・看護師・先生とか、友達のようにしてもらえて癒された。
- ・人に「一生懸命がんばってますね」と認めてもらおうと、一番元気が出る感じがします。
- ・デイケアのスタッフが励ましてくれる。自分が励まされると、安心だし、がんばろうという気持ちが自然とわいてきます。
- ・「自分自身では何事にも自信がないです」とか話すと、「自分では気付いていないかもしれないけど、自信を持っていいですよ」と言われたことが度々あり、それが印象に残っています。
- ・力をくれたのは指導員。「がんばりなさい」とか「ゆっくりしなさい」とか言ってくれました。
- ・医者に「もう良くなってきたね」「元気になってきたね」と言われたことが、力になった。
- ・眠れなくなったときデイケアのサポーターに話しかけたら、親身に相談に乗ってくれて助かりました。

#### 8、家族の声掛けや理解

- ・母親と父親が「一緒に外に出てみようか」というふうに言葉をかけてくれて、その言葉がきっかけで外に出れるようになりました。
- ・「お母さん、がんばらんね」「お母さんがおらんと僕は困るよ」と息子がいつも言ってくれます。

#### 9、仲間の声掛けや理解



- ・病院で知り合った人に、自分がなぜこうなったかを話したりして、「わぁ大変やね」とか「きつかったね」っていうふうに言われて、それだけでも助けになりましたね。
- ・「今から会おうか？お茶でもしようか」って。「でもこんな落ち込んでる顔を見られると恥ずかしい」って言ったら、「でも友達だからこそ、こういうときに励ましあったり、勇気を与えたりするのが友達じゃない？」って言われて、すごい嬉しかった。
- ・同じ障害を持つ友達をたくさん作って、相談したり忠告してもらうことで、今のは幻聴だったんだ、幻覚だったんだと思えるようになって、だいぶ気が楽になりました。

#### 10、社会の中で自分の存在価値・役割がある

- ・活動支援センターやデイケアなど行くところがあるから安定しています。
- ・父が病気だったもので。介護することで、自分のなすべきことっていうか、ストレスには感じなかったですね。
- ・社会の中で自分の存在価値っていうのを感じられると力づけられますよね。
- ・自治員や衛生員の役割が回ってくるので、こなさないといけないじゃないですか。それをこなせたということで、ひとつの自信につながりました。

#### 11、就労している

- ・アルバイトをしています。頭下げながら、「いらっしやいませ」とか「ありがとうございます」と言いながら、汗を流すことによって発散している。

#### 12、夢、希望、目標

- ・仕事をして、どこかアパートか何か借りて、一人暮らしをしたいし。早く社会復帰して一般の人達と今まで通りに、友達とかも含めてですね、昔と同じように平等に話せるようになればなぁというのが夢なんです。
- ・就職といっても限られていると思うけど、限られとる中でも、やっぱ社会復帰するのが目標ですね。早く社会復帰して60ぐらいまでは働きたいですね。何か時間がもったいないような気がして。
- ・障害者は基本的に作業所や授産施設に入ることが一般と思いますが、そうではなくて、一般社会で障害者と分かっても受け入れてくれる制度が欲しいです。

### ●パワレスに関するエピソード

#### 1、身体的な健康への不安がある

- ・足の病気と目の病気にかかっています。いつどうなるか分からないような病気ですから、そういった意味で肉体の健康的な不安があります。
- ・過労したら、慢性肝炎がようするに急性肝炎でポーンって値があがって、その

可能性があるっていうのがひとつと、体が弱ったらまた結核になる可能性がある。そっちの方の心配があります。

## 2、精神障害への理解のなさ、偏見

- ・卓球を教えている人に病気がばれるのが怖いです。
- ・やっぱ外見から見て調子のいいときは病気のように見えないからですね。怠けてるように見られるところがきつときがありますね。別に怠けていないんですけど、そういう病気ちゅうことをなかなか理解してくれない。
- ・認めてくれない人、やはり親ですね。結果が出ないから「働け」とか、「遊ぶな」とか。
- ・意外と、社会の偏見よりも一番理解すべき家族の偏見が強くて、退院されないとか、保証人のなり手がなくて退院できないとか…。
- ・特に家族なんかは理解がない。精神的な心の病気というのがどういったものなのかって全く経験してない人達なんで、ですよ。
- ・母との関係で悩んでいるんですけど、やはり仕事をしないと怠けているように見られて、「できるんだから仕事しなさい」という言葉が苦しかった。

## 3、経済的な不安（収入がない）、将来への不安

- ・母が家賃を納めているからいいですけど、母は今入院しています。母が亡くなったら自分で払わないといけない。
- ・プレッシャーは収入がないことです。もちろん年金はもらっていますが、自分で働いた収入がないということです。
- ・やはり働けないことです。収入がないとか、今は少し収入はありますけど、ちゃんとしたところで働けないので、親にとっては心配ですよ。将来どうなるんだろうとか。
- ・生活保護とかを考えてしまいます。
- ・この年になって、将来どうしよう、来年はどうしよう、60になったらどうしよう、65になったらどうしよう、考えたら落ち込む原因になる。
- ・母が死んだら一人でやっていけるのか考えます。
- ・両親が死んだらどうなるんだろうかと、すごく不安です。

## 4、仕事でのストレス、働けない

- ・最近思うんですけど、15年近くデイケアにいて、やっと、デイケアというものはこういうものだろうというところまで行き着いていて、でも、いざ仕事を探そうと思ったら、そのときには年齢的にオーバーになっていて、デイケアに来ている最中に、どうして仕事を探さなかったのかなと思うけど、そのときはデイケアに馴染むのに必死だったんですよ。
- ・手帳ができたので、オープンで働きたいのだけど、なかなかオープンで働ける場所がないということです。手帳を活かせないのが辛いです。

- ・2級のホームヘルパーを有する関係で介護職に就いたんですけど、研修と実際ではかなりのギャップがありまして、2ヶ月で辞めたんです。やっぱ当時いじめにもあいました。やることなすこと文句ばっか言われてですね。クローズで行ってたもんで。
- ・今の状態で仕事ということは考えられない。何か責任が重いような感じがして。始めたら元に戻るような悪いイメージが先にたって。
- ・長時間働くことができるかがプレッシャーです。

#### 5、人間関係を上手く築くことができない

- ・人と付き合うのは苦手というか、人の中に入って行ききらん。普通の人としゃべりきらんです。何もしきらんけんかな。自分のことで精一杯というか。
- ・人ごみが結構苦手なんです。全体のことを把握しきれないところがあって、そういうところが苦手です。相手の立場とか。
- ・人付き合いが、あまりうまくないんです。

#### 6、無理解な言葉、傷つけられた言葉

- ・職場で「薬飲まんでいいやんね」と言われました。結局、半年で辞めました。
- ・生活保護をもらえるようになったとき、その窓口の人に「みんなが働いているお金をあなたは貰っているのよ」と、大きな声で言われました。
- ・「このたらこ唇が！」とか「あっち行っとけ」と言われて、こういう経験が少なかったから、そのときはショックで、落ち込んで、それが1～2年、毎日続いてこたえた。
- ・「精神異常者」って面と向かって言われるとこたえますね。
- ・「死ね」とかひどい暴言を言われたこと。
- ・一般就労のクローズで行ってた頃なんですけど、そのときに「スピードが遅い」っていうふうは何回も言われまして。傷つきました。
- ・医者に「君の考え方が間違っている」と言われたことがあります。腹は立ちましたが、反論はしませんでした。病院を変えました。
- ・嫌なのが、「そんなの気にするな」と言われると、駄目ですね。
- ・「気の持ちよう」とか言われますもんね。
- ・「気のせい」とか。
- ・エンパワーメントみたいな感じで、「がんばれ」とか「無理すんなよ」「休めよ」とか言われるんですけど、逆にそれが、それを言われても苦しかった。本当に辛かった日は、何を言われても一言一言が、言われた言葉で、もうグサグサ傷ついたり…。
- ・「なまけとる」「あまえとる」って言葉が、逆にやっとうなってきたのをぼんと引き落とすんですよね。
- ・「あまえとる」とか。生きてる存在そのものがやっとうなってきた感じがして

ているのに、その言葉は元気を奪ってしまうんですね。

- ・苦しんでときに「お前はラクしたいっちゃろう」とか「こう見よってどうもなかけんが、逃げよるっちゃろ」ってというのが。
- ・チックの症状があるんですね。声を出したり、何か無意味なことをしてしまいます。症状的なことは恥ずかしくて言えないんですけど、それで、同僚から笑われたりとかしてました。

## 7、情報が限られている

- ・この間入院して思ったのが、僕らとしては当たり前の情報を、入院している人は知らない人が多いということです。
- ・精神医療は教えないですね。
- ・病院の特色みたいなのをまとめた、A病院はスポーツのプログラムが多い、B病院は何が多い、といった情報があればいいと思います。

### 〈考察〉

明らかに差別・偏見的な発言や相手を見下したような言葉で悪意のある言葉は、人を傷つけ力を大きく奪う。しかし、逆に親としての思いや考え、相手をいたわり思いやる言葉は、生きる力となる。

聞き取り調査の中で、親からのパワレスになった言葉でも、そのときはパワレスだが、長い年月をかけて逆にエンパワーメントするきっかけになっていたり、「無理しないように」とか「がんばれ」など一見エンパワーメントするような言葉でも、パワレスになったこととして発言があった。相手との関係性やそのときの聞き手の状態によって、同じような声かけでもエンパワーメントにもなるしパワレスにもなるということが分かる。

また、親の介護や子供の存在などプレッシャーになることがあったとしても、それが逆に自分の役割であったり、その存在で、自分の存在意義が見出されていたり、地域での役割（自治員）を果たすことで自信につながったという発言もあり、社会的役割がエンパワーメントすることに重要と考えられる。

エンパワーメントしたことで多く共通したのは、理解者の存在だった。家族、同じ病気の仲間、医療・福祉関係者などの支えで助けられたという発言は多かった。精神障害者は、安心できる環境（理解ある家族・理解ある仲間や支援者がいる場所）があると、パワレスやプレッシャーになることがあっても、そこがストレス発散の場にもなり、上手に受け止めることができ、力に変えていくこともできる。

将来に対する金銭的な不安、仕事をしていないこと、自分で働いた収入がないことが、パワレスやプレッシャーになっている。働いているとき、同じ職場の人から薬を飲むのを辞めるように促されて続けられなくなったり、理解者がいなくなり続けられなくなったという発言があった。働く環境においても、周囲の人の病気・薬に対する理解度が高

いと、精神障害者は長く働くことが出来ると考えられる。

### 〈感想〉

聞き取り調査をする前は、医療機関などに対する不満などが出ることかなと思っていたが、そういう話は少なかった。いろいろな機関に呼びかけて希望者のみに行ったこと、比較的症状が落ち着いている精神障害者が対象が多かったからだろうか。しかし、一昔前に比べて、今の精神医療は良くなったのかなとも思う。だが、年代によっては、医療機関に対する不満や不信感は根強いようだ。これは、かつての医療制度の違いのためと思う。

以下は、聞き取り調査を担当した者の感想を抜粋したものである。

- ・エンパワーメントという言葉は、専門家のなかでもいろんな解釈があることが分かった。
- ・精神障害者本人だけに話を聞いても、本人の言っていることを理解するのは難しいと思った。ソーシャルワーカーや精神科の先生も交えて聞き取り調査をしたら、もっと理解が深かったのかなと思った。
- ・精神障害者が求めているのは、心のつながりなんだと思った。
- ・自分を含めて精神疾患を患っている人は、人との付き合い方、自分との付き合い方が下手だなと思った。自分のことや症状をうまく受け入れて前向きな人と、受け入れることができず（自分のなかで整理ができず）に苦しんでいる人がいたと思う。
- ・意外とみんな話してくれて、話がはずんだ。
- ・エンパワーメントの仕方や望む支援は、人それぞれだと思った。
- ・当事者活動をしているグループや仕事をしているグループは、外に対するメッセージを持っていて、デイケアグループは仲間の大切さについての話が多かった。
- ・グループによっては、閉塞感を感じた。
- ・いろんなことにチャレンジしたいという人が多かった。
- ・病院のデイケアが居心地がいいので、このままでいいって人もいて、複雑な気持ちになった。
- ・聞き取り調査をしてみて、エンパワーメントしたことやパワレスになったことが自分と重なることが多かった。
- ・自分の考えだけで切り開いてきた人がいて、印象的だった。
- ・今現在、入院している人にも、聞き取り調査をしてみたかった。
- ・ソーシャルワーカーや精神科の医師にも、聞き取り調査をしてみたかった。
- ・家族の理解が、人によってすごい差がある。
- ・まず家族に理解してもらって、そのあとに仲間に理解してもらおうと、リカバリーが早く進む感じがする。

- この聞き取り調査を通して、いかに環境が重要か、また、人との関わりの重要性が分かった。
- 一箇所の支援ではなくて、何箇所かに支援者がいたほうが良いと思った。
- まず今の状況を受け入れることができたなら、次に行けるのかなと思った。
- 人との関わりのなかでリカバリーもするし、エンパワーメントもするんだなって思った。
- またこのような機会があれば、今度は、社会的入院患者や長期入院患者に聞き取り調査をしてみたいと思った。そうすれば、うつ病大国といわれている日本の社会的構造の問題点や、精神障害者に必要な社会資源を作る、もっと大きなヒントになるのではないかと思った。また、県外の精神当事者がやっている、いろいろな自助グループにも聞き取り調査をしてみたかった。今回の聞き取り調査では、残念ながら、事業自体の時間が短かったり、担当できる精神当事者がある程度限られていて、話がパターン化していたと思う。
- 今回の聞き取り調査を通して、なにをもってリカバリーというのか考えさせられた。単に、病気の症状が無くなったりするのではなく、精神障害者一人一人が主体的に幸せな生活を追求していこうと思ったときにリカバリーしたのだと個人的に思った。それには精神障害者本人の自覚と、まわりの柔軟な理解と粘り強い協力が不可欠だと思った。精神障害者独特の文化や生き方が認められる懐の深い社会になっていけばいいなと思った。そのためには、もっと精神障害者自身がかんばって声を上げていかないといけないなと思った。精神当事者であっても、いろいろなことにかんばっていかないと前には進むことはできないと思った。

## 2、精神障害者と小学生と保護者、高校生の交流プログラムの開発・試行

### 〈事業目的〉

小学校総合学習等の一環として、元気回復行動プラン（Wellness Recovery Action Plan: WRAP）を含めた交流プログラムを開発・試行し、WRAP を用いた交流の有効を検討する。併せて、聞き取り調査の結果に基づいて作成する学習等普及教材の読み手を理解する機会とする。

交流プログラムは、1回につき児童・生徒約20名に精神障害者2名、ファシリテーター2名（WRAP 研究会メンバー）で実施する。

### 〈事業概要〉

久留米市立安武小学校5年生26名と久留米市立南筑高等学校ボランティア部1～2年生6名を対象に、WRAP を用いての交流と精神障害者による体験発表を行った。小学生には、子供版 WRAP（キッズ WRAP ※資料参照）を使用した。

#### ①久留米市立安武小学校5年生との交流について

[当日までの流れ]

- ・ 1月11日 研修

時 間：午後6時～8時

場 所：ポレポレ

講 師：4名

参加者：12名

内 容：CAP（資料参照）による研修

「小学生とワークショップをするときのコツ」という内容で研修を受けた。実際の CAP の研修（小学生高学年用）を部分的であるが経験し、それをもとに小学生との会話の工夫や意思の伝達の技法などを学んだ。

- ・ 1月16日 WRAP 研究会(資料参照)にキッズラップ実施の依頼

- ・ 1月22日 安武小学校5年2組担任、江頭先生と打ち合わせ

当日のスケジュール、WRAP の説明、当事者が交流会で伝えたいことなどを伝え、調整を行った。

- ・ 1月23日 研修

時 間：6時限～放課後

場 所：久留米市立大善寺小学校

講 師：4名

参加者：5年生3クラス（約90名）、PTA約50名

内 容：久留米市立大善寺小学校人権学習授業に参加し当事者2名が体験談を話した。その後保護者と当事者4名でディスカッションを行った。

- ・ 1月29日 安武小学校校長先生と打ち合わせ  
本事業内容の説明をし、交流会の理解と協力を得た。
- ・ 1月30日 安武小学校5年2組担任、江頭先生と打ち合わせ  
2月1日の保護者との交流会の調整と当日の最終調整を行った。
- ・ 2月1日 安武小学校5年2組、PTAとの交流会  
時 間：午後6時30分～9時30分  
場 所：ポレポレ  
参加者：PTA13名、当事者4名、江頭先生、コーディネーター、見学者4名(当事者3名)  
内 容：当事者2名の体験談とディスカッション、  
**WRAP** プランの一部実施  
小学生交流にあたり、事前に保護者と交流をすることで、子供達のサポートを促した。
- ・ 2月5日 **WRAP** 研究会、及び当日体験談発表者と最終の打ち合わせ

[小学生との交流会]

日 時：平成20年2月6日 4時限目～5時限目

対 象：久留米市立安武小学校5年生26名

参加者：当事者7名（WRAP研究会6名）

参観者7名

交流会の流れ：

4時限目	キッズWRAP	3つのグループに分け、各グループに当事者（WRAPファシリテーター）が2名ずつ入り、キッズWRAPを行った。
昼休み	給食 ドッチボール 掃除	事前に学校給食を注文して生徒達と席を並べ一緒に食事をした。 食事の後は、一緒に校庭に出てドッチボールを楽しみ、教室や廊下の掃除も一緒に行って交流を深めた。
5時限目	体験談 グループ学習	クラス全体に対し、当事者の1人が10分程度体験談を話し、その後グループに分かれ、キッズWRAPや



		体験談についてグループディスカッションを行った。 最後に、生徒だけで感想文を書いてもらった。
--	--	---

## ②久留米市立南筑高等学校ボランティア部との交流について

〔当日までの流れ〕

- ・ 1月8日 久留米市教育委員会と打ち合わせ  
交流会に協力してくれる高校に打診、調整をしてもらった。
- ・ 1月21日 南筑高校教頭先生と打ち合わせ  
交流会の理解と協力をお願いした。  
ボランティア部への打診をお願いした。
- ・ 1月29日 南筑高校ボランティア部顧問寺田先生と打ち合わせ
- ・ 1月30日 WRAP 研究会に依頼
- ・ 2月27日 南筑高校寺田先生と打ち合わせ  
最終打ち合わせと事前アンケートの・・・？

〔高校生との交流会〕

日 時：平成20年3月6日 午後4時30分～6時30分

対 象：久留米市立南筑高等学校ボランティア部1～2年生6名

参加者：当事者5名（WRAP 研究会2名）

交流会の流れ：

16:30～	体験談	当事者2名が10分程度ずつ体験談を語り、その後、感想や質問をもらった。
17:15～	WRAP	ファシリテーターが自分の体験を話し、次に、リカバリーに大切なことの説明を行い、WRAPのプランの中から「希望」と「日常生活管理プラン」を抜粋して行った。
18:00～	ディスカッション	全体の感想をもらった。

### 〈考察〉

#### ●小学生との交流会

- ・ キッズ WRAP を3グループに分けて行ったが、1つの教室の中では、グループの距離が近すぎ、他のグループの声が気になり集中しづらかった。WRAP グループを1つの教室で複数行うことは困難である。
- ・ 唐突にキッズ WRAP をはじめたり、5時限目から「精神障害者です」と伝えたり、児童に戸惑いを与えたように感じられ、進め方に課題を残した。

- ・会話や伝え方を学ぶため CAP の研修を受けたり、担任や教育関係者と話し合いを行ったが、当日あまり活かせなかった。準備不足であった。
- ・一度だけの交流では相互理解が難しい。回数を重ねると、もっと理解が深まり伝えたいことが伝わるようになると思われる。
- ・PTA との交流で、保護者の中に精神的に困難な時期を経験された方がいた。当事者の体験談の後に打ち明けてくれたのが良かったと思うし、共感を持ってもらったと感じられた。
- ・少数ではあるが「自分がつらくなった時に WRAP を使ってみよう」とか、「辛い経験があってもまた元気になれるんだ」という感想があり、リカバリーできるという事が伝わったのが良かった。

#### ●高校生との交流会

- ・良い交流ができたと思う。ボランティア部という事で、福祉のほうにも興味や関心が深く、希望参加だったため真剣に話をきいてくれた。
- ・「精神障害者をどう思っている？」という事前アンケートの問いに対し、ほとんどの高校生が犯罪者との関係性があると答えていた。誤解や偏見が根強くあると感じた。
- ・交流会の後、生徒達の意識の変化が見えた。
- ・小学生との交流の経験を生かし、体験談⇒WRAP⇒グループディスカッションの順に進めていったことは良かった。

#### ●全体を通して

- ・CAP や PTA など、まったく知らない人と交流できた。
- ・小学生も高校生も、病的症状に対する怖いイメージや戸惑いはあったと思われるが、我々自身に対して恐怖心はなかったように感じた。これからの人生の中で精神障害者と関わることもあるとき、犯罪や怖いというイメージだけを持つことは無いのではなかろうか。その意識の変化は、本事業の成果の一つと考えられる。

### 〈感想〉

#### ●小学生との交流会

- ・大人でも病気の理解は完全でも難しいので、子供には、少し心に留めておくぐらいでいいと思った。
- ・同じ人間というのが分かってもらえればいい。
- ・「その辺にいる人と同じ」というのが、伝わればいい。
- ・出会いがテーマだったが、参加者それぞれのテーマは、ずれていたかも。
- ・感想文を読んで、自分たちが伝えなかったことが、あまり伝わらなかった。
- ・精神病は怖いという印象や戸惑いを持たせたかも。
- ・「困難なときや辛いときがあっても、またこうして元気になれる」ということが、少数でも分かってもらえただけで良かった。

● 高校生との交流会

- ・ WRAP も含め、真剣に話を聞いてくれたと思う。
- ・ 精神障害へのイメージが変わったのが印象的でした。
- ・ 小学生より伝わった感じがしたのが良かったし充実感につながった。
- ・ WRAP の説明をしているとき理解してくれているように感じた。小学生の交流より手応えがあった。
- ・ 少数だったので雰囲気共有できて良かった。
- ・ 最初に、私の病歴についてかいつまんで話したが、発病して 20 年間心の葛藤や病の受容までの過程を話すのには短かった。
- ・ 私のことを本当に理解してくれたかどうかわからないが、なまの精神障害者の声と WRAP 方式の精神衛生の健康保持方法は、10 代の若者にはきっと役立つと思う。
- ・ 彼らの様子からして、まだピンとくるものはないように見受けられたが、これから先、彼らが人生を歩む過程で、人生の重みや、不思議さを知ることになり、きっと役立つと思う。
- ・ 精神障害者ってこんな人たちだったの、また、気分が落ち込んだとき、こんな方法もあると彼らとその周りの人たちに知ってもらっただけでも、価値があることだと思う。
- ・ 私個人としても自分の体験談を話したことが、役に立つなら大変嬉しいことです。

### 3、学習等普及教材の作成

#### 〈事業目的〉

聞き取り調査の中の対象者のエンパワーメントされた言葉、パワレスになった言葉、プレッシャーになった言葉、それを跳ね除ける言葉、またそれらに関するエピソードを抽出し絵本作成の原案とした。

目的として、

- ① 精神障害の理解を促し、病気によって困っていることや生活のしづらさを分かっ  
てもらおう。また病気になったことで差別されたことや自らの偏見によって苦しん  
だことや絶望したことなど当事者の気持ちがどのようなものであったかを読み手  
に感じてもらう。
- ② 精神障害という困難があっても当事者がリカバリーしてきたことを伝える。どの  
ような時に元気になり、どのような人との関わりのなかで自信を取り戻せるのか  
理解してもらおう。精神障害者のリカバリーと一般の人が元気になることには共通  
点があり、そのことから共感できるストーリーを作る。

学習教材が完成したところで小学4年生の1学級を対象にして、この教材を使った模擬  
授業を行い、修正を行い学習指導案の作成を目標とした。その後、この絵本を印刷製本  
し久留米市内の教育関係機関に配布することでこの事業の終了の予定であった。

#### 〈事業概要〉

小学校で学習教材としてのこの絵本が使用されることを目標に話し合いを重ねてき  
た。話し合いには事業を推進する事務局、当事者に加えて現在、学校現場で教鞭をとっ  
ている教師、また退職した教師、もと教師であった市議会議員、久留米市教育委員会の  
職員、今回絵本の絵を描くボランティアの主婦が参加した。

#### 〈事業総括〉

話し合いの初期から終盤まで当事者が子供たちに何を伝えたいのか、また子供たちが  
どのようなメッセージであれば受け止めることができるのかが議論の中心となった。教  
師からの意見で精神病になった原因をリアルに絵や文章で表現することは、現実の子供  
たちの体験と重なることもあり子供たちに精神病になるのではないか、という恐怖感を  
与える危険性があることが指摘された。精神病になるメカニズムは今も解明されておら  
ず間違った情報を伝えることにもなるため、この部分は削除された。

またこの絵本で伝えるものが一般のメンタルヘルスの領域のことであるのか、それとも精神疾患、精神障害についての理解なのか意見が分かれた。メンタルヘルスのということでは話し合いに参加した教師も比較的的理解ができることであったが、精神病、精神障害については理解、共感することに時間がかかった。

聞き取り調査からエピソードを抽出し物語を作ることは困難であったため、絵本グループに関わる当事者のリカバリーストーリーから絵本の物語を作成した。

絵本作成の話し合いは難航し、絵を描く作者は何度も書き直しの作業を行った。この絵本の作成過程、絵の変遷は別に添付する。

本事業の絵本グループの最終的な成果として上記のリカバリーストーリーの物語が完成した。完成したこの絵本の問題点として事業推進委員会（報告会）で指摘されたことは

- ① 文章が不十分のため説明不足なところがある。
- ② 小学4年生には少し理解が難しい。
- ③ 児童書としては文字数が多すぎる。
- ④ 結果的には大人向けの絵本が完成した。

模擬授業は時期が学年末と重なり実現できなかった。模擬授業を含めた学校教育現場への絵本を使った啓発普及は今後課題を残すことになった。また当事者が伝えたいリカバリーと教師らが伝えたい啓発には相違点があった。

まとめとして教育の現場への精神障害の理解を促すことには数多くのハードルがあるように感じられた。まず教師自身がこの問題を理解することに時間がかかること。また差別、偏見の大きいこの問題を子供たちにどのような言葉で、どのような手段で伝えるべきか慎重にならざるえないことがある。まず関係者と当事者が話し合う場を用意し、もっと議論を深めることを継続していかなければ目標に到達することはできないと感じた。

## 【事業の成果と課題】

今回の事業は精神障害当事者が主体的に行ったものである、当事者であることを最大限に生かして行った。専門家が行う手法とは異なる、当事者の持つ主観をあえて全面に出し、また事業を行った当事者が一致した考えや主観を持つわけではなかったため、何度も何度も話し合いを行いひとつにしながら進めてきた。本事業で精神障害者自助グループや精神科デイケア、活動支援センター、小学生と保護者、高校生、学校の先生など幅広く交流することが出来た。また、久留米市教育委員会、福祉課、久留米保健所のご協力をいただいた。

本事業を進めるためにも置けた事業推進委員会には様々な立場の方々に参加いただき、その立場から貴重な意見を頂き事業を進める上で大きな力となった。

本事業は「精神障害者当事者による普及啓発のあり方に関する研究」である。普及啓発の面から精神障害当事者への聞き取り調査を行った。当事者 2 名がチームを組み基本として 3～6 人のグループを 13 グループ延べ 64 人に調査を行った。また普及教材として絵本を作るためその対称と成る子供たちを知るために交流を行った。小学生 26 人、その保護者 13 人、高校生 6 人、これらを当事者が主体となり行っている事自体が啓発になっていると考える。絵本作成グループには学校の教師や元教師にも加わってもらった。

本事業に参加、協力して下さった人は延べ 291 人、人口 30 万人の久留米市民の一握りにも満たない数だが一人一人が精神障害者への理解を広げてくれる一粒の種、地域とゆう土壌で芽を出し地域に根を張り大きく成長して実りをもたらしてくれる事を祈ってやまない。以下、全体的な成果と課題をあげる。

- 1、今回の事業で行った精神障害当事者への聞き取り調査から得られたデータは精神障害者の地域生活支援を行うのに貴重な物になると考える。単に絵本を作るためだけにとどまらない、このデータは大きな成果物だと考える。しかしこのデータをどのように生かしていくかは今後の課題である。
- 2、小学生と保護者、高校生と精神障害者との交流は、保護者と高校生にはこちらの思いをうまく伝える事が出来たと思う。小学生にはもうひとつこちらの思いが伝わらなかったその点課題を残した、しかし精神障害者の存在を伝えただけでも大きな成果だと考える、この交流が子供たちの成長の過程でいかされる事を願っている。
- 3、絵本においては何度もたたき台を作成し事業推進委員会や絵本作成チームの話し合いで何度も書き直しを重ねた、教材としての絵本を作成するという事で、伝えたい事を伝える絵本を作るのか教材として使いやすい絵本を作るのかを議論して自分たちの伝

4、実際に絵本を使って小学 4 年生に授業を行ってみることになっていたが年度末で卒業式などの準備で生徒たちが忙しく時期できに無理であつた、私たちがあまりにも教師や教師の事を知らない、教師がどんなに普段忙しく働いておられるか、相手のことを良く知らずに行ったために思わぬことになってしまった。

## おわりに

精神障害当事者が主体で事業を行ってきたが当事者だけで全てを行ってきたわけではない、くるめ出逢いの会、社会福祉法人 拓くメンバーを始め多くの人に意見をもらったり注意してもらったりしながら進めてきた、本事業の一番の成果は事業を行ってきた当事者自身が啓発され成長し元気になったことだと思う。

交流や絵本によって教育現場に一歩足を踏み入れることが出来たことは大きな成果だと思う、踏み入れた一歩を引き抜くのではなくさらに前に進みたいと思っているが、これは大きな課題である。





# 添付資料

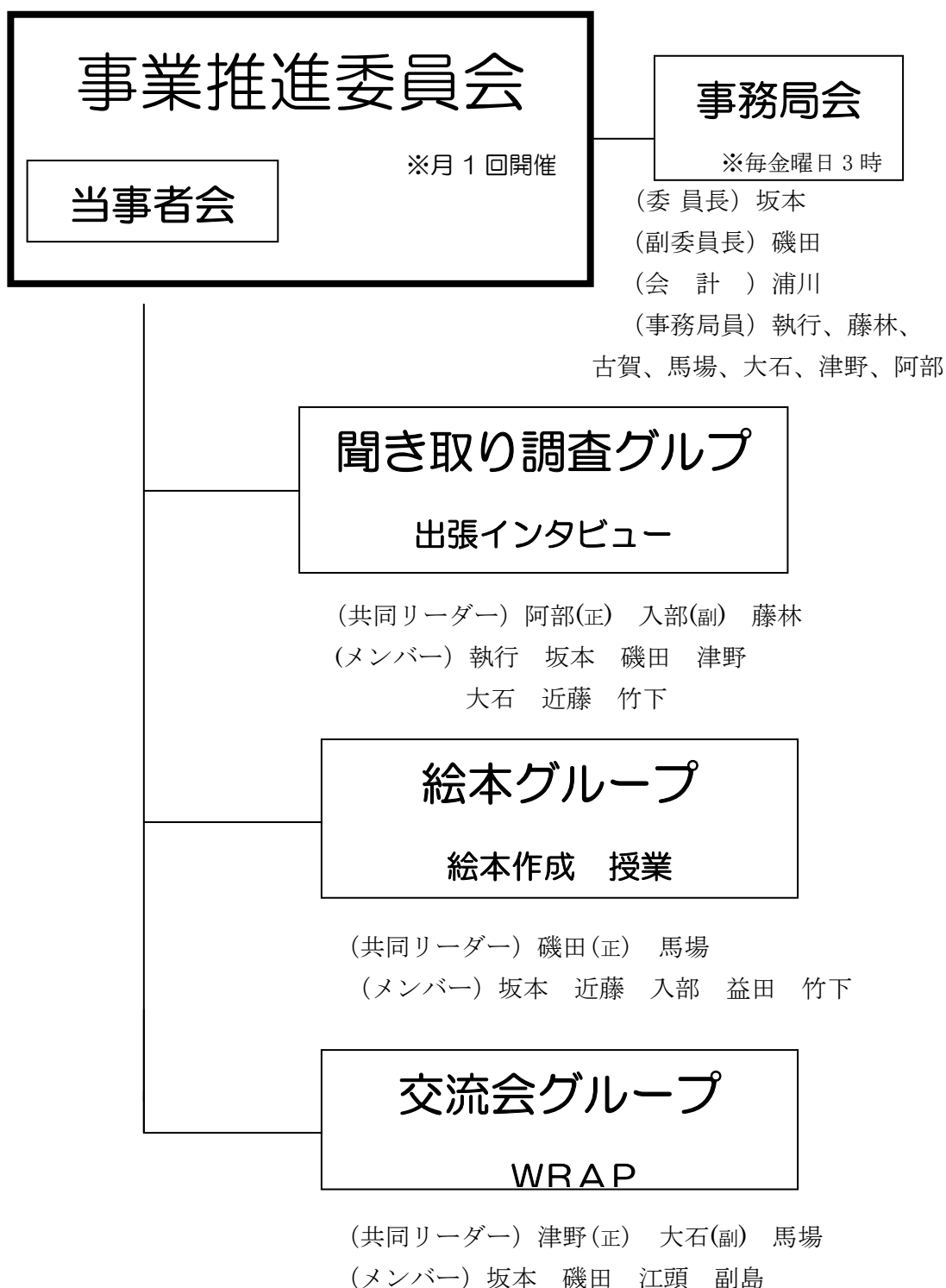
① 「精神障害者当事者による普及啓発のあり方に関する研究」事業推進委員会名簿

順不同

	氏 名	所 属
委 員 長	坂本 喜教	くるめ出逢いの会
副委員長	磯田 重行	WRAP 研究会(代表)
事務局員	執行 正常	久留米出逢いの会(代表理事)
事務局員	阿部 桂三	くるめ出逢いの会
事務局員	藤林 詠子	くるめ出逢いの会
事務局員	古賀 勝子	くるめ出逢いの会
事務局員	津野 稔一	WRAP 研究会
事務局員	大石 泰治	WRAP 研究会
事務局員	馬場 篤子	社会福祉法人「拓く」
事務局員(会計)	浦川 直人	社会福祉法人「拓く」
推進員	入部 陽子	WRAP 研究会
推進員	竹下 眞由美	くるめ出逢いの会
推進員	石井 秀子	くるめ出逢いの会
推進員	近藤 万起子	WRAP 研究会
推進員	坂本 明子	WRAP 研究会
推進員	古川 克介	地域活動支援センター「フロンティア」代表
推進員	益田 敬子	
推進員	松居 直一	久留米市立屏水中学校教頭
推進員	江頭 敦子	久留米市立安武小学校教諭
推進員	丸林 敏幸	NPO法人久障支援運営委員会
推進員	重永 侑紀	にじいろ CAP 代表
推進員	向江 英子	
推進員	林 由香理	
推進員	掘田 富子	久留米市市議会議員
推進員	岩澤 和子	久留米市保健福祉部

推進員	堀田 英雄	久留米市障害者福祉課
推進員	谷崎 和一郎	久留米市教育委員会
推進員	江崎 節子	久留米保健福祉環境事務所「障害者福祉課」

② NPO法人くるめ出逢いの会<保健福祉推進事業組織図>



### ③ 事業推進委員会議事録

#### 精神障害者当事者による普及啓発のあり方に関する研究 第1回推進委員会

1. 日時 平成20年1月7日(月) 18:00~20:15
2. 場所 出会いの場ポレポレ(食堂)
3. 出席者 【委員長】 坂本喜教  
【副委員長】 磯田重行  
【事務局員】 執行正常、阿部桂三、藤林詠子、津野稔一、大石泰治(司会)、古賀勝子、馬場篤子、浦川直人  
【推進員】 中野浩二、竹下眞由美、石井秀子、近藤万紀子、坂本明子、古川克介、益田敬子、江頭敦子、丸林敏幸、重永侑紀、林由香里、堀田富子
4. 議事
  - (1) 代表挨拶  
出逢いの会代表の執行さんから挨拶があった。
  - (2) 組織体制について  
配布資料①P3の組織図に沿って古賀さんから説明があった。
  - (3) スケジュールについて  
配布資料①P4のスケジュール表に沿って坂本喜さんから説明があった。
  - (4) 聞き取り調査グループの報告  
配布資料①P5に沿って阿部さんから実績報告と今後の予定の報告があった。
    - ・ 責任体制がないため聞き取り調査対象に入院患者は含まれていない。次回の課題である。
    - ・ 絵本の題材探しだけではもったいない、当事者の社会的状況の課題も抽出できれば次に繋がるのではないかと意見があり、今後の聞き取り調査に反映させることも検討する。
    - ・ 次回推進委員会では今までの聞き取り調査をまとめた報告書を提出する。
  - (5) 絵本グループの報告  
配布資料②(絵本の草案)を参照しながら磯田さんから説明があった。
    - ・ 聞き取り調査の結果を受けて絵本の題材を決める。絵本で何を伝えたいかを明確にする。伝えたいことがまとまらないのであれば、複数バージョン作ることも検討する。
    - ・ 次回推進委員会では最新の絵本草案を提出する。
  - (6) 交流会グループの報告  
配布資料①P6に沿って津野さんから説明があった。
    - ・ 交流会の内容は教育委員会と調整しながら決める。
    - ・ 交流会は、PTAは夜の懇談会(1~2時間)、小学生は昼からの授業を利用して行う予定。
    - ・ 交流会で伝えたいメッセージを明確にすべき。この事業では伝えたいメッセージが絵本を利用した授業で伝えられるかどうかを検証する。

- ・ 交流会は人権総合学習として組み入れる。保健の授業は指導要領の縛りがあるため難しい。
- (7) 学識経験者、当事者による本事業の評価・総括について
- ・ 本事業の募集要項として第三者による事業の評価・総括が明記されており、評価・総括者として以下の2名を予定。
    - 学識経験者：日本女子大学 人間社会学部 社会福祉学科 教授 木村真理子
    - 当事者：こらーる・たいとう代表 加藤真規子
  - ・ 推進委員のメンバーで評価・総括できるのではと馬場から意見が出た。厚生労働省に評価・総括者の条件詳細を確認する（担当：藤林）。
- (8) 報告会について
- ・ 最終報告会の開催時期については次回推進委員会までに検討しておく。
5. 次回推進委員会  
平成20年1月31日（木）18:00～20:00

以上

## 第2回推進委員会

6. 日時 平成20年1月31日（木） 18:20～20:20
7. 場所 ポレポレ（食堂）
8. 出席者 【委員長】 坂本喜教  
 【副委員長】 磯田重行（司会）  
 【事務局員】 執行正常、阿部桂三、藤林詠子、津野稔一、古賀勝子、馬場篤子、浦川直人  
 【推進員】 竹下真由美、近藤万紀子、坂本明子、古川克介、益田敬子、丸林敏幸
9. 議事
- (1) 代表挨拶  
出逢いの会代表の執行さんから挨拶があった。
- (2) 聞き取り調査グループの報告  
配布資料に沿って阿部さんから実績報告があった。
  - ・ 早急に調査結果をまとめ、絵本グループに渡す。
  - ・ 調査のまとめ方について伺った。グルーピング、何らかの定量化ができればいいのではという意見がでた。ただ、入院中の当事者と退院した当事者との違いを出すのは、調査に協力してくれた人に失礼であるという意見もあり、まとめ方に注意を払う。
  - ・ 考察には主観が入っても良いが、前提としては客観的なデータがあるべき。
- (3) 交流会グループの報告  
配布資料に沿って津野さんから実績報告および今後の予定の説明があった。
- (4) 絵本グループの報告

絵本は「① 小学生の周りで起きていること、当事者が抱えること」、「② 病気の体験を通して当事者がどのように元気になるか」、「③ 当事者からのメッセージ」の三部構成とする。

- ・ 谷崎先生に絵本グループに入ってもらい、絵本を利用する側の視点で助言をもらうべきではないか、登場人物が福祉サービスを利用して生活する生の場面があってもいいのではないか、メンタルヘルスと精神病との区別はすべき、という意見が出された。検討し絵本作りに反映させる。

#### 5. 次回報告会

平成 20 年 2 月 28 日（木）

以上

平成 20 年 3 月 6 日

### 第 3 回推進委員会

1 0. 日時 平成 20 年 2 月 28 日 18:00～20:00

1 1. 場所 ポレポレ（食堂）

1 2. 出席者 【委員長】 坂本喜教

【副委員長】 磯田重行

【事務局員】 執行正常、大石泰治（司会）、阿部桂三、藤林詠子、津野稔一、古賀勝子、馬場篤子、浦川直人

【推進員】 古川克介、益田敬子、丸林敏幸、石井秀子、谷崎和一郎、堀田課長（障害福祉課）、向江英子、林由香里

1 3. 議事

#### (5) 代表挨拶

- ・ 出逢いの会代表の執行さんから挨拶があった。

#### (6) 聞き取り調査グループの報告

- ・ 配布資料に沿って阿部さんから実績報告および今後の予定についての説明があった。

#### (7) 交流会グループの報告

- ・ 配布資料に沿って津野さんから実績報告および今後の予定についての説明があった。また、安武小学校との交流会風景を写したビデオ（約 5 分）を鑑賞した。
- ・ 交流会後のフォロー授業については検討中。

(8) 絵本グループの報告

- ・ 磯田さんから本日（2/28）の南薫小学校での模擬授業についての打合せ内容の報告があった。
  - ① 絵本の内容が4年生に対して妥当かどうか。ストーリーの中で就労絡むため4年生ではイメージできず、難しいのではないか。
  - ② 年度末に授業するリスク（直近でクラス替えがあり継続的なフォローができない、言葉の一人歩きが起こる、生徒の親類におよぶ配慮が必要）
- ・ 絵本は大人向けとしてはよくできているので、対象年齢を中学生以上に上げてもいいのではないか。本年度は絵本を使って授業をする教師のための指導案を作り、来年度に授業をすることも検討してはいいのではないか。という意見が出された。

5. 次回報告会

最終報告会 3月24日(月) 18:00～

以上

平成20年3月24日

精神障害の啓発普及事業  
第4回 事業推進委員会

1. 日付 平成20年3月24日（月） 18:00～20:00
2. 場所 ポレポレ（食堂）
3. 参加者 事務局：藤林、磯田、大石、執行、津野、平野、入部、坂本、阿部、古賀、馬場、浦川  
総括者：富田（精神科クリニック院長）、古川（フロンティア）、掘田（久留米市議員）、教育関係者3名
4. 内容
  - (1) くるめ出逢いの会代表挨拶  
執行さんより推進委員会開会の挨拶があった。
  - (2) 事業総括の報告



#### ① 聞き取り調査グループ

聞き取り調査グループの阿部さんが配布資料である事業実施報告書をもとに事業の最終報告を行った。総括者からは、聞き取り調査グループの「エンパワメント・パワレス・リカバリーに影響を与える場面・言葉の整理する取り組み」は絵本作成のための資料として十分な内容となっていると評価された。また、この調査結果を地域の医療機関にも配布してはどうかとの意見が出された。

#### ② 交流会グループ

交流会グループの津野さんが配布資料をもとに配布資料である事業実施報告書をもとに事業の最終報告を行った。総括者からは、交流会グループの「交流会を通じて絵本の読者を理解し、読者への伝え方の工夫を絵本作りにフィードバックした取り組み」は絵本作りに大いに役立つ内容となっていると評価された。

#### ③ 絵本グループ

交流会グループの磯田さんが製作した絵本をもとに説明した。総括者からは、当事者のメッセージが見えない、タイトルは対象年齢にあったものを付けたがよい、ストーリーは子供の目線に立ち、一人称で書いたほうがよい、などの意見が出された。文章校正の専門家にストーリーの組み立てを依頼し、報告書の提出までに絵本を完成させる。

### (3) 今後のスケジュール

- ・ 4月10日までに報告書を完成させ厚生労働省に提出する。

以上

#### ④ 小学生の感想

A君・男子

ぼくは四時間目は、津野さんたちがしんたいしょうがいしゃだってことは、まったくわかりませんでした。

でも、5時間目津野さんの話をきいて、しんたいしょうがいしゃだってことがはじめてわかりました。

ぼくは、津野さんの話をきいて、ストレスというものは、少し我慢するぐらいならべつにどうもないけど、あんまりがまんしすぎると、津野さんのようにうつびょうになったり、ほかのたくさんのびょうきになったりするので、ストレスというのは、目にみえなくても、

ほんとにこわいものなんだなあと思いました。

それと、ぼくは、これからは、あまりむりしないようにしたいと思いました。

#### Aさん・女子

今日の昼休みにみんなでドッチボールをしました。

平野さんと入部さんと話をしました。「なんさいですか」と平野さんにきいたら、「27さい」と答えてくれたり「たいじゅうは、」ときいたら「84kg」といいました。とかみか子ちゃんといっしょに、「ザ、たっちのまねをして」といったら、平野さんが「ちょっとちょっと」といってくれました。わたしが「ザ・たっちのかずやじゃない」と言ったら平野さんは、「どっちかといったらかずやのほうじゃない」といってくれました。

あと平野さんが大石さんのことを「久留米のキムタクってよばれよつとよ」といいました。そしてわたしが「じゃあ あっちが木村たくやでこっちがザ、タッチのたくやね」といいました。

平野さんが「おれの体のねんれいしってる？」てきいたから「さあー」といったら「53さい」といったからちょっとびっくりしました。あとねんれいをきいたあとに なんさいときかれたらから「40さい」ぐらいじゃないと言いました。わたしは、平野さんと入部さんとたくさん話をしました。

#### Bさん・女子

私は今日、ポレポレの方たちと学習して、4時間目は自分のことラップを勉強してあまり自分の意見をいえなかったのでいけなかったと思いました。でも、毎日なにしてるかなどふりかえれてよかったです。5時間目は私たちのことじゃなくポレポレの方たちの話をきいてはじめに津野さんの話をきいてなにもかもがいやになったといったのをきいて私もうやになったことあるなと思いました。そして津野さんはなみだ目になりながらも私たちに正かくに話してくれてポレポレの方たちのことちょっとしれてほんとはよかったですと思います。私は5年間ポレポレの方たちに1年ごとにあたり合流したりしたけどここまでくわしくしたのははじめてでポレポレとはこうゆうびょうきなどもった人がいるんだなと思いました。そして、いそ田さんや入部さんのこと（話）をきいてストレスやうつびょうなどが分かりました。そして、いそ田さんたちのびょうきになったときは、体をずっとやすませたり一人でなやまず家ぞくやみじかな人にそうだん（話）をすることだと分かりよかったです。

#### Cさん・女子

今日、ポレポレの方々にきていただいて、とても勉強になったなと思います。たったの2時間だったけど、いろいろなことが分かりました。例えば あんまり考え事をするとか病気になるとか分かりました。私も考え事をしすぎたら病気になるとかかなと思いました。けど私は、考え事をしている時はねむれて、明日はいいことがある（うれしい）とねむれな

くなります。友達とケンカしたり、人が私の悪口をいってきたり、その悪口がほんのじょうだんでも、私の心にきずがついてしまいます。だから、なるべく私は友達とケンカしたり悪口をいったりするのは、なるべくおさえています。

私のストレスがかいしょうするのは、友達とあそぶことと、ダンスをすることと、ペットとあそぶことかな？ただ私のストレスがいちばんにかいしょうするのはベットでねることです。私がショックをうけたりむかつくと思ったりするのは、友達にただあたってただけなのににらまれたり、私がゴメン！！といったのにゆるしてくれないとかそういうことがいちばんいやです。話に自分も入りたいのに、入れないとかそういうこともショックします。自分がショックやむかつくと思っても、人には、ショックをうけさせたくないと思っています。これからもどりよくしていきたいです。

#### D さん・女子

4, 5 じかん目ラップ研究会の人たちと話しをして、さいしょのほうは、せいしん病と見ただけでは、分かりませんでした。でも、5 じかん目に話しをきいて始めてせいしん病と言うことが分かりました。ラップ研究会の人たちにきいても分からないかなあと思ってきかなかったけど、私は、ストレスがあつたらなぜ体がそう動くのかなあと思いました。私は、せいしん病ときいて、思ったことは、「うつうだけどなあ」と思いました。わたしは、今日始めてうつ病と言うものが分かりました。わたしは、せいしん病やうつ病にはぜったいになりたくないです。なりたくないと思ったのは、今日ラップ研究会の方の話しをきいてわかりました。

#### E さん・女子

ポレポレから、大石さん、平野さん、津野さん、入部さん、いそ田さんがきて、いっしょに勉強や昼休みをすごしたりして、わたしは、見た目は、ふつうの方たちだったけれど、心にしょうがいをもっているときいて、おどろきました。

それで、その病気は、何もしたくなくなったりして、部屋にずっといたり、心配で、何回もくりかえし確かめたりするのがあるということを知りました。

わたしも、何回も確かめたりすることがありました。部屋に、何年もとじこったときいて、おどろきましたが、何もしたくなくなってしまったときなどは、そういうこともあるんだなど、話をきいて、思いました。

心の病気は、見た目ではわかりにくく、薬や病院にいたり、たいへんだということがわかりました。

#### F さん・女子 6 人の方々の話をきいて

今日、来てもらった 6 人のみなさんは、心の病気を持っていました。津野さんや、入部さん、いそ田さんは、何もかもがいやになりとじこもりになる心の病気でした。大石さん、

平野さんはだれも言っていないのに、声が聞こえたり、自分や、友達の声が変なふうに聞こえるようになったりげんかくが見えたりする心の病気でした。そして、大石さんたちの病気は10年でなおり、100人に1人はなるそうです。そして、年がわかればわかいほど、なおりやすい病気だそうです。それまでは、人のかおが数字に見えたり、牛が友達に見えて、ずっと話しかけたりしていたけど、いままでは、いすにすわれたり、人とはなしたり、であったりできてよかったと言っていました。津野さんたちの病気は、うつ病とって、7人に1人はなるそうです。そのときは、きついとしかかんがえられなかったけど、今では自分にだけ見えるげんかくは、おもしろかったと言っていました。ねれないときも多かったから、ストレスとかになって病気になるから、こわいと思いました。でも、ちょっとでもストレスがたまったと思うなら、今日、みんなでだしたスッキリすることなどをして、がんばりたいと思いました。

#### B君・男子

今日学習して心のしょうがいがあることをしりました。そのしょうがいをきいたとき心がどっと重くなりました。心のしょうがいをきいたら、ぼくがなるのかなと思って不安でした。でも大石さんや平野さんの話を聞いていると不安な気持ちがなくなりました。大石さんや平野さんは笑って話したり大石さんはみえるのがおもしろかったとかいってたけどきつとおもしろくなく 笑って話せるような事じゃないと僕は思いました。大石さんや平野さん達はきつと笑って話せる話しじゃなくそんならくじゃなくつらくきつかった感じました。そしてストレス発さんをしててもストレスがその上をいったと言っていました。でもその病気は回りの人がいなかったら今もその病気がまだひどかったからかもしれないと思いました。回りの人が、病院に 行きなさいと進めてよかったと思いました。ぼくはそんな心のしょうがいにならないようにストレスをためずはっさんしたいです。

#### C君・男子

ぼくたちは大石さんと平野さんに病気のこと、ラップのことなどたくさんのおしえてもらいました。ぼくは、大石さんと平野さんだけでなくみんなのアイデアをもらうことができました。元気に役立つこと すっきりしたときのこと毎日することなどは、3つづつしがいうことができませんでしたが、みんながいろいろなことをいっていたので、思いつかなかったことも、考えることができました。そして病気のこと、たくさんことをしつもんしました。10年で完ちし病気のしょうじょうは、うしがともだちにみえたり、人のかおがすうじにみえたり、いないところにもだちがいたりというげんかくがあつたそうです。そしてその病気は、100人に1人がかかるというかなりたかいかくりつでなるのでこわかったです。この100人に1人というのは、この学校の6年と5年をあわせたなかのうちの1人だということもわかりました。このびょうきはくすりでしょうじょうがおさまることもわかりました。つのさんたちは、みんなのまえで、はなしていたけど、しょうじ

ようにでていませんでしたが、とてもこわくて、つらかったとおもいました。

#### D 君・男子

ポレポレの人達と学習してぼくは入部さんといそ田さんと津野さんの話を聞いてぼくはみんなもう仕事もできなくなりストレスもたまりどうしようもなかったと思います。でも入部さんといそ田さんが言っていました。みんなが支えてくれたからよかったと言いました。ぼくもこういう心の病気にかかったときはきょうならったラップのあれをさんこうにしていきたいです。本当に今日の勉強はよかったです。

#### G さん・女子

大石さんと津野さんと平野さんの話

感想

うつ病は百人に一人は必ずなるそうです。心の病気は、いろんな病気があることが分かりました。私は大石さんや、津野さん、平野さんの話をきいて、げんかくはふつう見えない物が、見えたりすること。げんちょうは、ふつう、聞こえないものが、聞こえたりすることを、

げんちょうや、げんかくの心の病気ということが分かりました。

平野さんも、その病気でした。

津野さんは、うつ病で、ふとんからでたくなかったり、外へでたたくないとおもったり人にあいたくないと思ったりすることが、うつ病だということが分かりました。

大石さん、津野さん、平野さん、入部さん、いそ田さん、それからポレポレのばばさんが来てくれてうつ病や、心の病気のことが分かってとっても、勉強になりました。

#### E 君・男子

大石さんと平野さんにこころのびょうきのことをおしえてもらって 大石さんと平野さんは同じびょうきでげんかくしょうじょうがでたり ねむれなかつたりして心の中ではただきついというかんじしかしなかったそうです。このびょうきは 100 人に 1 人の人がかかるぜんぜんめずらしくないびょうきだそうです。今日はみんなでラップのことを話したから元気に元気になるために役立つ道具やすっきりすることなどをためしてストレスなどをはっさんしていこうと思いました。

#### H さん・女子

わたしは、今日の 4, 5 時間目の学習で、気持ちのことなどをおそわりました。4 時間目は、「スッキリ」や「元気」「毎日すること」を学びました。

「毎日すること」は、人それぞれで、ちがったり、そうだったりでした。考え方も全くちがいました。

5 時間目は、「心の病気」を、学びました。はじめに、津野さんの話をききました。津野さんは、見ためは、病気にかかった人に見えなかったけど、「うつ病」にかかったそうです。「うつ病」は、ぼーっとする病気です。いそ田さんは、同じ病気の人がいると教えてくれました。大石さんと平野さんも、同じ病気です。入部さんは、注意しても、見にいってしまふ、病気だそうです。わたしは、たくさんせいしんてきな病気の人が、たくさんいることを、知りました。

#### I さん・女子

わたしは大石さんと平野さんの話を聞いて心の病気はいろいろあつてかんたんにはなおらなくていつまでもその病気が心の中にいてかわいそうだなあと思いました。

わたしもこんな病気になりたくないです。

100 人に 1 人はなるときいてびっくりしました。

でも、大石さん、平野さん、津野さん、入部さん、いそ田さんはその心の病気にかかっているげんかくがみえたり外にでられなくなったりそうゆういろいろな病気にかかっているけれどもその人たちはまけないために心の中でたたかっているすごいなあと思いました。わたしも心の病気にかかったらまけないようにがんばりたいです。

#### F 君・男子

最初 大石さん 平野さん 津野さん 入部さん いそ田さんたちはみんなふつうの人と思っていたけど給食を食べたりした人はみんな病気をもっていることが分かりました。今日きてくれた方々のおかげですこしきになることがあったら友達にいたりしたほうがいいことが分かりました。ふあんになったときは元気になるように元気に役立つ道具を見てやってみたいです。

いちばん大切なことはねることということが分かりました。むりをしないで ちょっとずつやっていきたいです。入部さんの病気はだれかの声がいってないのにきこえたりドアしめたとかなんかいもチェックしなければいけない病気とわかりました。

#### G 君・男子

ぼくは、最初は、何もしらなかったけど津野さんの話を聞いてびっくりしました。そして、うつ病は、こわいより、さみしい・なにもいやだなどの方が多いいことが分かりました。でも、うつ病のおかげで、いろいろな人としゃべれたりすることができるんだよ。と津野さんがいってました。だから、きていた人も心の病気をもっていて苦しんで、そして津野さんみたいに、みんなでしゃべったりしているんだなあーと思いました。よかったです。

#### H 君・男子

もしも、心にきずがついていやな気持ちになったら気分がよくなる事をすればいいと思

ます。いそ田さんの病気は大石さんと平野さんと同じだそうです。入部さんの病気は、一人しかいないそうです。だからぼくは、  
入部さんでしかその病気をもっているから一人だけだからめずらしいと思いました。いそ田さんからこんな病気を持っている人を聞きました。みんなといっしょにごはんを食べれない人がいるそうです。一人で食べるのはいいけど、みんなと食べるといやな病気です。ぼくがそんな病気だったらいやだなあと思いました。でも、がんばれば食べれるそうです。

#### I 君・男子

うつ病は 7 人に 1 人になると言われました。日本の中でうつになっている人はどれくらいいるのかびっくりです。

ぼくは最初うつのお話を聞いて、どう言えばいいか、またうつになった人にどう会話したらいいのかと思いました。

うつはストレスからなると言われました。それが 7 人の内 1 人なるのなら今、はものすごく住みにくい世の中になっているのだなと思いました。

ストレスをためないのはむずかしいけどストレスはっさんなら出来ると思います。

#### J さん・女子

わたしは、四時間目、いろんな人達がきたけど、うつ病だと分かりませんでした。津野さんが、みんなうつ病だと言ったとき、とてもびっくりしました。聞いたことはあったけど、どういう病気なのかは知りませんでした。なおすのに、1 年くらいかかるのでびっくりしました。わたしのお父さんも津野さんぐらいの年でお兄ちゃんが中学二年なのでびっくりしました。お母さんも、お父さんが帰ってきて大へんだから少し心配になりました。津野さんは、たぶん、みんなにいろんなことを知ってもらいたい。という気持ちだから、きつこういう活動をしていると思います。バレーが少しきつくていやになるときもあるけど、うまくなりたい。四年生に負けたくないからつづけられていると思います。それに、夜は、ぐっすりねむれるので少し安心しました。

でも、これから大人になっていくから、大へんな時でも、時間をとってゆっくりしていきたいです。お母さんにもゆっくりできる時間をやりたいです。

#### J 君・男子

##### 感想

四時間目にすっきりできる道具、すっきりした気持ちをどんな物かした時は、ふだんは、考えないけどこういう時は、意外にパッとでました。ドッチボールの時は大石さんがすごいボールを投げていました。相手外野から大石さんが投げたのがカーブして、ぼくのところまできて、ビックリしました。楽しかったです。五時間目は六人の人が心の病気ということが分かりました。四時間目やドッチボールをしている時は、ぜんぜん分かりました。

うつ病というのは、つらくなって、どうでもよくなると分かりました。うつ病を治すのは、大へんということも分かりました。やる気もなくなることも分かった。

#### Kさん・女子

今日4時間目と5時間目に、ポレポレの人と、いっしょにべんきょうしました。大石さんと平野さんです。平野さんは、いっしょにきゅうしよくをたべドッチボールもしました。とっても、おもしろかったです。5時間目は、5人の人たちのびょうきについて、かたりあいました。みーな、ストレスになって、ねれないてそうとうきついんだなとおもいました。でも、5人の人たちはそれをのりこえていったんだとおもいました。とっても、きついびょうきをしているんだなと思いました。でも、びょうきってこわいなとおもいました。わたしは、ストレスのびょうきじゃないけどとってもこわいです。いつ、けいれんがおこるかかわからないからです。もしそれがとまわらないなら、死ぬといわれましたとってもこわいとおもいましたでも、くすりをどんどんへらしけんきをうけていいよとゆわれたら、もうけいれんにはならないといわれました。とってもきつかったです。はやくよくなりたいなとおもいました。わたしも、びょうきをのりこえていきたいです。

#### Lさん・女子

今日うつびょうとか3つのびょうきのことがわかりました。まえはげんかくは、もうなくなっていたそうです。わたしは、心のびょうきがあるということがわかりました。なっていちばんひどかったときは、あたまのなかがすうじしかはいつてなくてねむれなかったそうです。そして人とあったとき人かおがすうじにみえたそうでした。うつびょうになったらどんなせいかつをしていたか？きいたらそとにいかないとか人にあいたくないとおもっていてそとにはでなかった。大石さんは、19さいのときびょうきにかかっていた。そうです。そのときだいがくですずっとべんきょうもできなかつたのでほけんしつにずっといたそうです。そしてほけんしつのでんせいにびょういんをおしえてくれていってびょうきがわかってとってもなにもいえなかつたそうです。うつびょうは、7人から1人なるそうです。それは、大石さんがかかっていたびょうきは、100から1人がそのびょうきになるそうです。わたしたちでゆうと5年生と6年生をあわせて1人できたらみんなできるようになるそうです。わたしはそれをきいてびっくりしました。大石さんたちのとしごろだったらなおりやすいけど、おばあちゃんたちのとしごろは、なおりにくいそうです。そしていまうれしいことは、まえはいすにすわることすらできなかつたしひととあうのもいやだったしひととしゃべるのもいやだったそうです。でもいまわしゃべれるしいすにもすわれるしひととあうことができるのでとっても大石さんと平のさんはよろこんでいました。わたしは、そんな心ろのびょうきがあるわ、わかりませんでした。わたしは、ポレポレのかたがたがなぜわたしたちにおしえにきてくれたのかは、わたしたちは心ろのびょうきをもっているけどとってもいやなことは、なくうれしいにともあるとおしえてく



れたと思いました。そしてストレスがもしかかったらこうゆうことをしたらいいよとおしえてくれたと思いました。

Mさん・女子

かんそう

わたしは、つのさんでした。

つのさんは、びょうきとは、いえないほど、元気でした。わたしは、心の中で『えーっほんとう』

とおもいました。うつびょうは、つのさんからきいたら、ほんとうに、いやになってくるほど、のはなしでした。うつびょうは、5年前に、なって、なったということがわかりました。つのさんでなく、いっぱい今日、来た人（大石さん、平野さん、津野さん、入部さん、いそ田さん、あべさん）が、こんなにびょうきになって、なおっていることが、びっくりして、おどろきました。つのさんは、とても、おもしろい方でした。だって、大石さんのことを、きむち、たくやとかいっていたからです。おもしろかったです。

ききたかったことは・・・・・・・・

つのさんは、39才からなって、40才に、にゆういんして、自分で、うつびょうとわかっていたのかなあ〜とおもいました。

つのさんは、こうしてはなしているのも、とっても、楽しそうでした。ほっとして、よかったです。

Nさん・女子

感想

わたしは、今日のじかんで、ポレポレではたらいっている人たちは、なにもないんじゃないのかなとおもったら、そうでもなく、心のびょうきをもった人たちがいるんだなと思いました。そして表にはでてないけど（笑っているけど）話を聞いたら、とてもつらかっただろうなと思いました。わたしも、そういう時があります。かげでコソコソしている人がいて、その中で自分のなまえが出ると とてもなんだかふあんになります。わる口をいわれているんじゃないかなどたくさんふあんになったり、しんぱいしたりします。平野さんは、急に外に出るのがこわくなったり、大石さんと同じで、声がきこえたりして、なんで急に外にでられなくなったなどもっとききたかったです。

K君・男子

ぼくは、ほかの心の病気の名前をいっぱいしってどのような事であるのかもして

勉強まではいかないけど

しりたくなりました。

夢はちがうけどこまっている人

をたすけてあげたいです

入部さんやいそ田さん

はちがう病気ですでも

せいしんてきにきずつけられたときに仲間になってくれた人が大石さんと平野さんと津野さんたちだと思います。

ぼくがその病気になったら負けずにその病気と戦ってその病気を直したいです。

O さん・女子

今日、ラップ研究会の人たちと話して、

つのさんやほかの人たちは、みんな明るい人だなと思っていたけど、つのさんたちも、じっさい自分たちはせいしん病になった人だということがわかりました。

ぜんぜんみえなかったのでびっくりしました。

うつ病というのは、たのしいことをしても、たのしくないし、目の前がまっくらになって、なにもかもがいやになるそうです。でも、わたしは、なったことがないので、わかりません。でも、話を聞いて、せいしん病は、ふつうの病気よりとてもこわいことがわかりました。なぜなら、病気だったらなおるけど、せいしんびょうは、ひどくなるとしんでしまうようなきかしたからです。だから、もしかぞくがうつ病や心の病気になったら、やさしいことばをかけてあげます。だって、そうすれば、なおるとつのさんがいっていたからです。わたしは、おばちゃんがせいしんびょうになったことがあるそうです。

おばあちゃんは、ふつうのときは、

たのしいことがたのしくなくなるそうです。

私は、はんの人のことをちゃんとみていませんでした。だから、こんどからは、外けんだけでなく、心の中まで、みたいです。

わたしは、あんまり発表しなかったので、

わざわざきていただいたのに、

わるか。たなと思いました。

P さん・女子

きょうは、しょくいしょにさせていただいてありがとうございます。

L 君・男子

今日ラップをして最初はその人たちは病きにかかっていたとぜんぜんわかりませんでした。5時間目のときつ野さんが話してびょうきのことがわかりました。つのさんはびょうきになってもふつうに人と話せるということやいろんなことを話してもらいました。今日ポレポレの人が話しにきたことは病きになっても人はもともどれることや病きになってしあわせになったこともあるそうです。そのしあわせは5年1くみの人と話せることやいろんな

人とはなせること、と言っていました。びょうきはいまでものこっているのか質問をした  
いです。今考えて思いつきました。びょうきになってもわるいことだけでなくいいことも  
あると今日ポレポレの人は一番つたえたかったと思います。ラップは生きていくためや六  
年生になるための大切なべんきょうと思います。

## ⑤ 小学校・保護者感想

娘の母

- ・ みなさんのお話を聞いて、びっくりしました。「病気に見えない」という事もですが、  
あんなふうに分の事を知らない人に話せるという事もです。  
じつは、私も母が手術して以来眠れない日々を送っていました。  
食事ものどを通らず 一人でいるのがこわい。まさに昨日の話そのものです。  
貧血を起こして倒れたので頭のけん査もしました。その時、頭じゃなくて、心の問題だ  
と言われました。病院を紹介すると言われたけど自分はそんなことはずかしくて断りま  
した。  
あんな風に、自分の病気を認めた上、人に話す事ができるなんて、大人だなあとと思いま  
した。ちなみに 今は、私は大丈夫です

息子の母

- ・ 懇談会に参加して、つくづく感じました。息子が病気になったのは、親に対する信号だ  
ったのかもしれないなあと。もちろん、息子自信に頑張りすぎというサインだったと思  
いますが、もっと僕を見てということだったのかも・・・  
息子はとてもやさしくて、繊細な子です。これからも色々な信号だすかもしれません。  
それを見のがさないように、しっかりと見ていきたいと思います。  
6日に子供達は何を感じるか楽しみです。

娘の母

- ・ 先日はおつかれ様でした。お父さんも具合が悪く、色々とお忙しいのに、大事な時間を  
懇談会に費やして頂きありがとうございました。短い時間でしたが、私の人生の中で、  
本当に意味のある時間でした。「一期一会」 すべての出逢いには意味があるんだなと  
感じました。江頭先生、馬場先生と出逢わなければ、学年委員になっていなければ、あ  
の場所のあの方達と出逢わなければ。。と思います。出逢いに感謝しています。これか  
ら子ども達が生きていく中でたくさんのお事があると思います。自分が体けんしたことお  
話をきかせて頂いた事のおかげで、受け入れがたい事でも受け入れることができるよう  
な気がします。

今まで、つらいこともたくさんありましたが、私なりに悩み、考え、人間関係のむずかしさも知り、支えてくれる人の大切さも知りました。今、思うことは、「生きているだけでそれだけで、もうけもの」です。生きていて、色々な事を感じて、それだけで、幸せだと思います。あんなに弱かった私が、こんなに強くなれたように。あべさんにも、笑顔で、過去が語れるように、、、きっとそんな日が来ると思います。話をして頂いたみなさんのおかげで私もまた強くなれたと思います。ほんとうにありがとうございました。と伝え下さい。それと、私事を長々と話してすみませんでした。(懇談会で)

## ⑥ 高校交流会・事後アンケート

2年生・男子

質問1：精神障害者について、どんなことを思っていますか？

質問2：あなたの友人が心の病になったとしたらどう付き合いますか？

質問3：交流会の感想は？

質問1

- ・お話を伺う前と後では全然違い、精神障害を持っていらっしゃる方、一人ひとりが症状も違うと聞いていたので、大変驚き、奥が深いと思った。

質問2

- ・まず、自分に出来ることを考え、話を聞いたり、一緒に考えて乗り越えていきたいと思う。

質問3

- ・何もかもが初めての事だったので、とても興味深かった。  
将来、教員志望なので、生徒一人一人の心の中を見てあげられるような教師になりたいと思った。WRAPも、かなり面白かったので、いろんな人に伝えようと思った。
- ・わざわざお話に来て下さった皆さん、ありがとうございました。世間の差別的な考えもある中、自分が精神障害を持っていることを、人に伝えていこうとする姿は、とても感動的でした。本当にありがとうございました。また機会があったら、よろしくお願ひします。

2年生・女子

質問1

- ・今までは変な人・人に危害を加えそうなどと、へんけんをもっていただけけど、話を聞いて

て、病気の苦しみとたたかっているととても強い人たちなんだと思いました。

#### 質問 2

- ・ 普段とかわらないように付き合い、助けを求めているら できるだけことはしてあげたいです。

#### 質問 3

- ・ 今までの精神障害者への対応や態度を思いだすと、自分が恥ずかしくなり、これからは理解をもって接したいです。  
また、話を聞いて もし、自分が病気にかかったら誰かに相談し、自殺だけはぜったいにしてはいけないと思いました。

### 1 年生・女子

#### 質問 1

- ・ 今まで偏見の目しか持っていなかったのが、事件と関連したりするんじゃないとか、特別扱いをしていた気がする。

#### 質問 2

- ・ 出来る限りのことはしてあげたい。  
話を黙って聞くだけでも楽になると思う。  
心の病というので偏見を持ったりしない

#### 質問 3

- ・ 初めて精神障害を持った方と接してみて、本当に普通の人と変わらないと思いました。いろいろな方の話を聞いて、辛い思いをたくさんしたけれど、トンネルには出口があるように、暗い中でも前向きに頑張ったんだと思いました。もし、周りに心の病になった人がいたら、支えになってあげたいです。本当に有意義な時間を過ごさせていただきました。

### 1 年生・女子

#### 質問 1

- ・ 交流会をする前は犯罪などを起こしたり、少し近づきにくい人というイメージだったけど、交流会を通して、それは偏見だとわかったし、精神障害を持った方は、明るく優しい方もたくさんいると分かって「こわい」というイメージがなくなりました。

#### 質問 2

- ・ 今まで通りに態度を変えないで、話をたくさん聞いたり、自分がしてあげられることはしてあげたいです。そして、その病気についてしっかり調べて誤った知識ではなく、正しい知識をしっかりと身につけて接していきたいし、正しい知識をほかのいろいろな人

に伝えていきたいです。

### 質問 3

- ・今までは精神障害という言葉は聞いた事があったけど、詳しくは知らなくて、精神障害といってもいろいろな病気があると分かりました。そして、精神障害という病気は、もしかして自分もなってしまうかもしれない病気だと知りました。交流会では、昔の精神障害者の方への対応がひどかったりしたということや、すごく身近な事からも病気につながってしまうということも知りました。交流会をしたなかで、「病気になってしまったけど、病気になってよかったと思っている」という言葉がとても心に残りました。病気になった方は、光と闇の両方を体験していて、生きることの大切さを実感できていると思いました。つらいことがあっても生きていけば必ずいい事が訪れると教えて下さったので、これからつらさにまげず一生けん命生きてきたいです。

## 1年生・女子

### 質問 1

- ・誰でもなる可能性があるということや、治せる病気だということ。今、治って楽しく生活している人もいるし、精神障害者だからといって犯罪をおかしてしまうわけではないということです。

### 質問 2

- ・話をたくさん聞いてあげたいし、交流会で聞いたことを教えてあげたいです。

### 質問 3

- ・今まで精神障害を持った方と話したり、話を聞くことがなかったので良い体験になったと思います。私は精神障害というと犯罪をおかしてしまうことがあるという偏見をしていました。私の周りの人もそういう偏見をしている人がいると思います。でも、今回話を聞いて間違っていると気づくことができたし、私たちの偏見が精神障害を持った方の苦しみにつながっていたのではないかと思いました。それに、自分にもなる可能性があるから、もっとたくさんの方が精神障害について知るべきだと思いました。だから、このことを伝える機会があれば伝えていきたいと思いました。また、自分のためにもっと楽しみを大切にしていきたいと思ったし、少しずつでも自分に自信をつけていきたいと思いました。

## 1年生・女子

### 質問 1

- ・初めは、精神障害の方と聞くと、どう接すればいいんだろう・・・と思っていたけど、

話や、実際の生活を聞いて 私たちと同じなんだなと思いました。

質問 2

- ・私は、できるだけ友人などが悩んでいること、これからはどうしたいのかなど 心からはなしをききたいと思います。

質問 3

- ・これから、自分がどう悩みと出会うか まだわからないけど 一人で悩まず、そして自分らしく 明るく 頑張れたらいいなと思います。