公益財団法人こころのバリアフリー研究会

Newsletter No.13

2021.8.5

会員のみなさまへ

(財)こころのバリアフリー研究会　理事長

秋山　剛

私がこの挨拶を書いている令和 3 年 8 月には、COVID-19 の新規感染者が急増していて、軽症者、中等症者は、自宅待機という政府の方針が示されています。自宅待機の期間に重症化して手遅れにならなければよいがと懸念されますし、COVID-19 に関するスティグマ・偏見が起きなければよいなとも思います。

こんな状況の中でも、こころのバリアフリー研究会のニュースレターは元気いっぱいです。今回は、第 7 回総会のプログラム委員長をお願いした西浦武彦さん、「リカバリーカレッジにおけるコ・プロダクション」を企画してくださった植田太郎さん、「オンラインカフェ～今、考える、アンチスティグマって何～」を担当してくれた増川ねてるさん、「支援者としての家族から見たこころのバリアフリー」を一緒に運営してくださった遠藤謙二さんと峰松弘子さん、「メディアで取り組むアンチスティグマ 2」に取り組んでくださった横澤直文さん、そして、「メディアで取り組むアンチスティグマ 2」・「オンラインカフェ」に関わってくださった上に、基調講演で、とつとつとご自分の体験からみたアンチスティグマとリカバリーについて話してくださった宇田川健さんが、それぞれの思いを書いてくださっています。こころのバリアフリー研究会は、これまでじっくり蓄えてきた実力を発揮して、少しずつ具体的な活動を行える段階に入っていると感じます。みなさんがされている活動についても、このニュースレターで情報交換していただき、こころのバリアフリー研究会のパワーをさらにアップしていただければと思います。次回以降のニュースレターへのご寄稿をお待ちいたします。

目次

1 頁　理事長からの挨拶
3 頁～7 頁　総会シンポジウム座長・演者の皆さまからの報告

【基調講演】【市民公開講座】
座長　西浦 竹彦（医療法人遊心会にじクリニック）

【リカバリーカレッジにおけるコ・プロダクション】
座長　植田 太郎（社会福祉法人　巣立ち会）

【オンラインカフェ～今、考える、アンチスティグマって何？～】
座長　増川 ねてる（アドバンスレベル WRAP®ファシリテーター
認定 NPO 法人 COMHBO）

【支援者としての家族から見たこころのバリアフリー】
座長　遠藤 謙二（医療法人 友愛会 千曲荘病院）
峰松 弘子（長崎キャリア支援センター）

【メディアで取り組むアンチスティグマ 2】
座長　横澤 直文（藤沢病院/明治学院大学心理学部付属研究所）

【基調講演/メディアで取り組むアンチスティグマ 2
/オンラインカフェ】
宇田川　健（認定 NPO 法人 COMHBO）

第７回こころのバリアフリー研究会総会を終えて

西浦 竹彦（医療法人遊心会にじクリニック）

2020 年 5 月に予定されながらコロナ禍の影響を受け延期となっていた第７回総会が、2021 年６月５日~6 日にわたってオンラインにて開催されました。初のオンライン開催に向け、私たちプログラム委員は準備段階から「シンポジウムや講演はどうなる」「質疑応答は」「ワールドカフェは？」といくつもの課題に直面しました。しかし話し合いを重ねるうちに「昨年予定していた内容をなるべくそのまま、やってみよう」と決心が固まり、事務局からフォローされながら当日を迎えることができました。結果としては多くの参加者にご視聴いただき、成功といっていい内容だったと思います。

オンラインゆえの不自由さもありましたが、同時に「全国どこからでも参加できた」「意外と楽しんで参加できた」などの感想も聞かれ、長所も多く認められる結果になりました。コロナ禍という巨大なバリアに阻まれた昨年でしたが、今年はそれを超える「新たなバリアフリー」の挑戦ができたのではないかと自負しています。これもご尽力頂いたプログラム委員の皆さん、参加して下さった多くの皆様、そして実務を担って下さった事務局の方々のおかげと感謝しております。本当に有り難うございました。

リカバリーカレッジにおけるコ・プロダクション

植田 太郎（社会福祉法人　巣立ち会）

初の試みであったオンライン開催での総会が終わった。私はシンポジウム「リカバリーカレッジにおけるコ・プロダクション」で座長を担当した。打ち合わせから本番まで、画面越しでしか話したことがない方となにかを作り上げるという経験はとても新鮮で楽しいものだった。リカバリーカレッジという取り組みはまだまだ試行錯誤のさなかであり、実践に携わる人たちは「支援する側、される側の『対等性』とはなにか、それはそもそも可能なのか」といった根本的な問いに日々直面し、悩んでいる。そうした現場からの新鮮な課題を率直に交換することができ、とても実り豊かな時間だった。今回は総会全体を通して、当事者や家族、あるいはマスコミの方など、いわゆる「専門職」以外の意見を多く聞くことができ、オンラインながら非常に風通しのよい雰囲気を感じた。この研究会の持ち味として次回以降も受け継いでいきたい。

「オンラインカフェ～今、考える、アンチスティグマって何？～」

増川 ねてる（アドバンスレベル WRAP®ファシリテーター
認定 NPO 法人 COMHBO）

世界規模で迎えた「コロナ禍」。それでもこうやって集まった私たちは、こころのバリアフリーのために、「アンチスティグマ」をどう考え、どう実践をしていくことが出来るのだろうか？
カフェの雰囲気で行う「対話の機会」をご用意しました。
ご参加お待ちしております。

ということで、

① カフェの説明・・・２０分
② カフェ・タイム・・・６０分
③ クロージング・・・１０分

で、開催しました。今年の総会は「完全オンライン」でしたので、参加された方たちの「交流の場」となったらよいな…とも考えました。

「こころのバリアフリーのためのアンチスティグマ」
そのために・・・
① 私は何をするのか？
② 私は、何を止めるのか？

聴いて ⇒ 話して ⇒ 分かち合う

夕方の時間を持ちました。みんなが自分の場所で参加できた（オンラインの良さですね！）のが、よかったかと思います。いろんな立場の「率直な意見」が交わされる時間になったと思います。

では、また来年！！

支援者としての家族から見たこころのバリアフリー

遠藤 謙二（医療法人 友愛会 千曲荘病院）

こころの病に罹患して回復に時間を要し、障害が残った場合のご家族の心労は大変なものです。ご家族は当事者・地域住民・主治医等支援者との関係で悩み、苦しむことが多いと思われます。本人のリカバリーを目指す上で、ご家族のリカバリーの果たす意味は重要です。今回のシンポジウムでは、まずご家族の立場から高橋さん、赤津さんに、次に家族支援者としての立場で福井さんに話してもらいました。最後にみんなねっと理事長の岡田さんから、社会的偏見、内なる偏見の関係、家族支援の重要性が語られました。4人の発表のまとめとして、社会的偏見と内なる偏見が相乗的に悪循環を形成していることが浮き彫りとなり、地域住民・家族・当事者の触れ合う場、および障害に関する学習の必要性、各種団体の連携の重要性が今後の方向性として明示されました。当会でも家族支援を重要な柱の一つとして位置付けられると良いと思います。

第7回こころのバリアフリー研究会総会に参加して

峰松 弘子（長崎キャリア支援センター）

私が「こころのバリアフリー研究会」とのご縁をいただいたのは第 2 回の時。当時長崎のまちなかでやっていたジョブマッチングの話をしてほしいとシンポジストとしてお誘いを受け参加した。

精神手帳を持つ人、その家族、外国にルーツを持つ人、特別支援学校実習生、シニア、そして複数の福祉事業所アウトソーシングなど様々な仕事のつくりだしと人に合わせたマッチング。わいわいガヤガヤの仕事の交流。

難しい話ではなく、制約を持ちながらも多様な困難を価値のあるものに変えて自分の出来ることで貢献していく。その人たちが力を合わせて仕事をしているところを見ていただくことがバリアをフリーにしていくことではないかと考えた。

第3回は「こころのバリアフリーは仕事のバリアフリーから」と題し発表。その後、プログラム委員として運営に携わりながらバリアをフリーにすることはどういうことなのか考え続けた。

第 6 回と今回の第 7 回座長として参加経験した。そこで思ったのは、この当たり前を当たり前に出来なかった現状や課題を勇気を出して発信し、関係者以外の人の考えをキャッチすることだと気がついた。

今回のオンライン開催は、多様な経験を持つ人が参加し精神医療における化学反応が生まれた会だったと思う。次回はさらに精神医療の商品・サービスを利用するユーザーの声を集めたハイブリット開催になることを願っている。

【メディアで取り組むアンチスティグマ２】　シンポジウム

横澤直文(藤沢病院/明治学院大学心理学部付属研究所)

前回のシンポジウムに引き続き、本シンポジウムではメディアという視点からアンチスティグマにどのように取り組めば良いかについて様々な立場の方からお話しいただき、ディスカッションを行いました。NPO 法人コンボの宇田川さんには、精神科報道ガイドラインを作ろうと思った経緯について、熱い思いと一緒にお話しいただきました。三重県立こころの医療センターの濱本さんからは、スティグマがあることによって「安心して調子が悪くなれない」環境があるという医療現場の実態をお話しいただきました。杉並家族会の島本さんからは家族の視点から、歴史的な背景や具体的なアンチスティグマのための提言をお話しいただきました。前回座長をしていただいた滋賀医科大学の増田さんにも率直な意見をいただけました。

今回は、新しい試みとしてメディア側の方にもご意見をいただきたいということで共同通信の市川亨さん、毎日新聞の磯崎由美さんにご登壇いただきました。メディアは捜査権があるわけではないので、情報がどうしても断片的になってしまうことや、精神疾患に対する情報を変に規制することで、新たな偏見を産んでしまう可能性があることなど情報を受け取る側からでは分からないお話を色々と聞くことができました。

フロアからも非常にたくさんのお声を頂きました。中には一緒に取り組んでいきたいというお話もいただき、このテーマの重要性を実感いたしました。次年度も引き続き取り組んでいければと思います。

基調講演/メディアで取り組むアンチスティグマ 2/オンラインカフェ

宇田川 健（認定 NPO 法人 COMHBO）

例年はがんがんに言い合ったとしても、水平な立場の保証された場で最後はニコっとすれば OK ですが、今年はなんだか気を使いました。

基調講演、メディアで取り組むアンチスティグマ 2、オンラインカフェを担当しました。私はプログラム委員も担当しています。今年、宇田川さんの話も聞いてみたいなあ、という意見が出ました。私も、こころのバリアフリーを考える時、当事者が基調講演をするだけにでも意義があるのではないかと思い、自らしゃしゃり出ました。

基調講演では、アンチスティグマも、リカバリーもピアサポートが鍵という内容になりました。オンラインカフェでは、リモートで、「聴く」ことにものすごく集中力が必要で疲れ切りました。例年は、楽しい対話のあとのグループ発表で、ねてるさんに言われるがまま、参加者の皆さんと、対決のようになっていました。今年は、穏やかにコメントする程度になってしまいました。それだけが心残りです。