

令和5年3月号

メンバー、ボランティア、学生  
みんな仲間!

# けやきと仲間 めーる



こころの病と闘っている人々と千葉大学生や周囲地域との協働の会 地域活動支援センター「けやきと仲間」

令和5年3月1日(第215号)

**第21回**  
**スプリングフェスティバル**

令和5年3月19日(日)11:30~14:55  
ハーモニープラザ多目的ホール

精神障害をもつ人、家族、作業所  
等が舞台発表を通じて親睦を深める場です。

最後に景品が当たる  
お楽しみ抽選会があります  
最後までお楽しみに!

ご来場の際はマスクの着用をお願い致します。  
食事は指定の場所でのみ可となります。

最優秀賞に選ばれた黒川和朗さんの作品です。

**黒川和朗さんのコメント** 受賞させていただき、ありがとうございました。春をイメージすると花や食べ物になりましたが、公園の桜を見上げた時の記憶が強かったので、今回の絵になりました。個人的に色々な事があって描きだすのにエネルギーがいましたが、その先はスラスラと描けました。けやきと仲間の皆さんの協力あっての受賞だと思っています。本当にありがとうございました。

☞ スプリングフェスティバルでけやきと仲間は、ウクレレと歌（エプロンシアターも）、大江さんの歌で参加します。また、販売品はお馴染みのチーズケーキです。

## 園芸活動 2月20日（月）



収穫は、大根、カブ、ブロッコリー等でした。大根は昼食作りで大活躍しました。これからじゃが芋（種芋）、小松菜の種蒔きと続きます。そして、今年こそ、畑を眺めながらのランチが復活しますように。

## けやきと仲間 家庭訪問の同行を通して（看護学部実習生清水大嵩さん）

今回、一件の家庭訪問に同行させていただいた。訪問予定の方からの「何時になりますか」との電話が来てからの移動だった。ご本人の体調が良い時・悪い時で電話の有無がわかるのかもしれないとのこと。精神疾患は症状の出現の様子や、その強度について個人差がとても大きい。また活用している社会資源の種類や量にも違いがある。その人のその日の体調、スケジュールなどを確認した上で家庭訪問を実施していることがわかった。

家庭訪問はスタッフさんと利用者さんの2人で行くことが多いと聞いた。訪問する人、される人が、それぞれその時の相手の体調や状況を察する習慣がついてきていて、お互いに刺激し合う関係ができていることを知った。

家庭訪問では話をしたり、一緒に将棋をしたりした。その人の特徴やストレンクスがよくわかる関わりができたと考えている。ピアサポートで家庭訪問を実施しているが、利用者さん同士の交流の場所を「けやきと仲間」の本部からご自宅に移動させたような雰囲気でも、お互いに安心した関わりがなされていると感じた。外出が難しい状態の人でも、いろいろな人と関わることのできる機会があることはご本人にもいい影響があると思われる。今回の家庭訪問では学生も参加させていただいたことで、ご本人にとってまた新たな影響・刺激を得る存在にもなっていたように感じた。このような刺激は精神疾患に対

するリハビリとしてもあることを、実習を通して学んだため、病棟で精神疾患を抱えている人がいる場合は、このような情報を発信していきたいと考えている。

本日は家庭訪問に参加させていただきありがとうございました。疾患を抱えながら地域に暮らす人が、どのような生活をしていて、何を必要としているかをより詳細に感じることができました。

2023年2月8日

## 最近思うこと

白井康治

2年ほど前でしょうか、けやきめーるに掲載された永井さんの文章をコピーしています。それを時々取り出しては読み返しています。「世の中は刺激の洪水だ。それを全部信じることはない。無理にプラス思考をしなくても良い。必要な情報を識別すれば良い」。この文章に救われています。テレビの音が苦手でしたが、最近はテレビの音を消して見えています。ドラマは「ここが重要な場面だな」などとストーリーを想像しながら見る楽しさもあることがわかってきました。「あの子、ヘアスタイル 変えたな」みたいなことも。ニュースは字幕で大体把握しています。新聞も読むようにしています。そうすると、けやきで皆さんとの会話が弾みます。永井さんがいう、必要な情報を識別できているかなと思っています。そして、人の欠点もよく見えますが、それ以上にその人の長所も取り入れるようにしています。欠点の多い自分ですが、長所を言われると嬉しいものです。今の目標は、ポスティング活動を優先させることです。ポスティングは、月末の1週間ぐらいにあります。家事支援を週3回、訪問看護は週1回利用していますが、月末ポスティングを優先している間、福祉サービスを受けない自分がどうなるか知りたいです。できれば自信につながれば良いがと思っています。