

## こころ部会

### 【 テーマ 】

精神障がい者の方が 生き生きと暮らすための 地域づくりをめざす

部会長	訪問看護ステーション デューン千曲
副部会長	稲荷山太陽の園
	千曲市福祉課
	坂城町地域包括支援センター
事務局	千曲・坂城基幹相談支援センター

### 1. 年間目標

精神障がいにも対応した地域包括ケアシステム構築検討委員会  
（以下「Nimo包括」とする）と連動して活動する

### 2. 活動状況

日時	会場	人数	主な内容
5月13日	ふれあい福祉センター	19	自立支援協議会、精神障がいにも対応した地域包括ケアシステム（以下「Nimo包括」とする）について説明。今年度のこころ部会の活動計画について説明、研修会に向けて意見交換を行う。昨年度の振り返りで「お互いの活動について知りたい」という意見が出されたことから、医療、保健、福祉、地域…様々な領域の取組について情報交換を行う。
9月12日	ふれあい福祉センター	19	「障がいの理解」「当事者の声」を広める活動に繋がる各団体の取組情報の活用状況について意見交換を行う。 「安心して過ごせる地域」をテーマにグループワークを実施。週末の過ごし方やNimo包括と連動して「移動の問題」などグループ毎に意見交換を行い、全体で共有する。
12月12日	ふれあい福祉センター	15	うつリカバリーエンジン代表の長谷川氏をお招きし、自身のピアサポーター活動についての講演会を実施。精神疾患患者を取り巻く環境課題やうつ病からどのようにして立ち上がったのか等ご自身の経験を踏まえてご講演頂いた。講演会を通じ、特に若年層における支援の必要性について検討することができた。
2月6日	ふれあい福祉センター	16	Nimo包括の今年度の取組と今後の予定について情報共有を実施。事前アンケートの結果を共有したうえで、今年度の振り返りと来年度の活動内容について意見交換を行う。 「各団体取組アンケート」の収集方法について確認（内容、頻度など）

### 3. 総括

【精神障がいの方が安心して過ごせる地域について検討する。】

第2回部会ではグループワークを行い、精神障がいの方を取り巻く環境や、地域資源の課題、その活用方法について情報を共有することができた。その中で、医療にも福祉にもつながっておらず、家族で支えているご家庭の話が出された。何処にも繋がれていない方の背景、なぜそうなっているのか、繋がっていない当事者やその家族に誰がどのようにアプローチをしていくのか、こころ部会として取り組んでいくべき課題なのではないかとの意見が出された。

【「障害の理解」、「当事者の声」を広める活動に繋がる各団体が実施している取組について、情報を集約するとともに、情報の活用方法を検討する。】

Nimo包括と連動して、今年度より各団体が実施している取組情報をこころ部会で集約・共有を実施。今までは団体の存在は知っていても、どのような活動を行っているかについては理解が不十分な部分があったが、今回の取り組みを通じ、各団体がお互いの活動について理解を深めることができた。次年度も引き続き各団体の取組を集約・共有していくが、其々の所属で共有した先の情報活用や必要な方達に情報が伝わる仕組みに関する協議を深めていくことが重要との意見が出された。

【ピアサポーターの活動の可能性を検討する。】

精神疾患当事者として県内の高校で特別授業などの活動をされている「うつリカバリーエンジン」代表の長谷川氏を講師に招き自身のピアサポーター活動についてお話いただいた。参加者から「うつ病を経験し向き合いながら活動されている様子がわかった」「実際の声聞いて良かった」「自身の体験を基に仲間の回復のために活動されていることが励みになった」などの感想が寄せられた。また、千曲・坂城地域の精神障がい当事者会「ひこばえの会」の方にも内容に応じて部会に参加していただけるよう案内を行い、グループワークや研修会などに参加していただいた。

### 4. 次年度に向けて

次年度も引き続きNimo包括と連動して活動を行っていく。

また、ひこばえの会との連携を意識し、活動の様子を部会の中で紹介したり、負担にならない範囲で部会に参加していただける体制を整えていく。

- ・精神障がいの方が安心して過ごす地域について検討する。
- ・どこにも繋がっていない方への支援・アプローチの検討を行う。
- ・「障がいの理解」「当事者の声」を広める活動に繋がる各団体が実施している取組について、情報を集約するとともに、情報の活用方法を検討する。