

# 元気になる「家族セミナー」

当院の利用者にとって、ご家族は大きな支えであり、治療とその後の回復にも多大な影響を与える存在です。支えとなるご家族が疾病についての理解を深める場として、また同じ疾病を持つご家族同士の交流の場としての「家族セミナー」——。今回は、4年目の充実期を迎える、変遷と成長をお伝えします。

## 1 当院家族セミナー の始まり

精神疾患（あるいはその疑い）と告知され入院した方々のご家族が、困惑し孤立して悩む様子をスタッフはいつも目の当たりにしています。何とかご家族に疾病や治療に関する正しい情報を伝え、みなさんが抱いている疑問にお答えする場をつくりたいと当時のスタッフは思案していました。そして、平成12年度に精神科ソーシャルワーカーが中心となり、家族セミナーがスタートしたのです。統合失調症で入院中の方のご家族を対象に、1年間のプログラムを組み、該当する方に案内状を郵送して参加を集いました。どれだけの方が参加され、続けて来てくれる

のか、スタッフは不安でいっぱいでしたが、初回は13名が参加されました。初年度は講義形式

を主体としたため、はじめの数回は参加者から、内容が難しいという感想もありました。そこで年度末にはアンケートを行い、またセミナー時の参加者のご意見も参考に、内容を検討していました。

## 2 家族セミナーの構成

現在は月に一度、1ヶ月8回程度、参加者は10人前後で行っています。昨年度の内容は表にあるように、前半は院内スタッフが中心に行う講義と質疑応答、後半はご家族同士の交流でした。前半の教育的アプローチ

は、病気に対するご家族の対応・精神科リハビリテーション・社会資源についてなど様々な分野

から、治療や療養上ご家族に必要なことをお伝えしました。ご家族が病気の原因ではないこと、ご家族の重要性、社会復帰の情報などを伝え、ご家族だからこそできることや、将来の生活などがイメージできる内容を強調しています。一方、後半については、回を重ねるごとに交流が密になり、お互いの日ごろの悩みや不安、そして希望などが積極的に対話されるようになりました。教育的要素と共にご家族同士の交流に時間を多くとるようになってきています。

## 3 地域と協力して

平成14年度は、院内スタッフの講義に加えて、小規模共同作業所を利用しているメンバーから講演を、平成15年は地域生活動支援センター利用者からの講演、あるいは作業所が運営する喫茶店へ参加者と赴き、一緒にランチをとりながらの交流など、新たに柔軟なプログラムを取り入れました。地域生活支援センターでは、メンバーと家族会の方の体験談が聞け、参加者からは質問がたくさんあがりました。「本人にも聞かせたい」という声が多く、あつという間に感じる時間でした。また作業所へ行ったことは、ご家族の方々にも印象深いものになったよう

### ■ 平成15年度家族セミナープログラム

実施月	内 容	講 義 担 当
1 6月	統合失調症について	医 師
2 7月	ご家族の対応について	医 師
3 8月	Q&A	院 長
4 9月	リハビリテーションについて	作業療法士
5 10月	ご利用できる社会資源について	精神保健福祉士
6 11月	小規模共同作業所への見学	—
7 12月	当事者からのメッセージ	地域生活支援センターメンバー
8 1月	茶話会	精神保健福祉士

副院長の講義風景



小規模作業所の喫茶店での交流

## 4 元気ができるセミナーに

毎回1クール終了時に、参加したご家族からたくさんのご意見ご感想をいただいています。

同じ立場同士で話すことで気持ちが楽になる  
将来への不安はあるが同じ悩みを持つ家族がいることが心強い  
家族が余裕を持ち長い目で本人を見ながら過ごす大切さを知った  
本人とほどよい距離が保てる  
社会資源についていろいろな情報を得て希望が持てる  
家族の悩みをじっくり聞く時間を持つ  
退院後の生活事例をもつと詳しく聞きたい、など。

\*次号は新館特集を掲載します。  
広報編集委員 医療相談室 秋川志乃

### 「新館オープンにともない新ロゴマークになりました」

~去りゆく冬と訪れる春の喜びが禅語の「梅花和雪香（ばいかゆきにわしてかんばし）」には込められています。梅の異名である「香雪」—長い冬を越えた香雪に春雪が舞い降り馥郁と匂うその香は、ひたむきな強さと共に響くやさしさを秘めた自然の冥利一真摯に医療と向き合う我々の魂に通じます。