



【 家族会 総会 定例会 】

2022年4月23日(土)、市民活動センターにおいて定期総会を3年ぶりに開催、一般会員数48に対して、出席24、委任状提出20の合計44の参加をいただき、全ての議案につきまして承認を得たことを報告します。来賓のご招待は、コロナ蔓延防止に取り組む保健所はじめ各機関に鑑み、いたしませんでした。

第2部は、大久保副会長から家族会の相談活動の最終報告をいただきました。今後は、さまざまな悩み相談はこれまで同様に家族会でも受け付けるものの、昨年スタートした福祉サービスにつながる2つの事業所(イマココ龍ヶ崎相談支援事業所とイマココ龍ヶ崎自立訓練(生活訓練)事業所)が、家族会のみならず龍ヶ崎近隣の皆様の精神保健の窓口としてしっかりと機能し充実していくように頑張りたいとの力強いお話をいただきました。

今年度は昨年度までの計画が延び延びになっていたものを含め、定例会でも、別の日に開く家族学習会でも学習会の予定を多く立てています。6月4日の定例会にはオブザーバを含め32名の参加のもと、ファイナンシャルプランナーの山口京子様から「親亡き後の生活設計」および「成年後見制度のメリットとデメリット」をテーマに、豊富な資料と優しい解説でご講演いただき、夫婦ひとりが先立ちひとり親になったときに結構ファイナンシャルプランが変わることなど、数多くの示唆が得られました。

今後、定例会では社会資源(住居)、障害者と支援者の防災マニュアルをそれぞれ学習し、別の日にはコミュニケーション障害研究会に加え、統合失調症についての学習会シリーズを行いますので、関心がある方は気軽にご参加ください。(副会長 竹之内啓吾)

【 家族会と出会って 】

双子の息子が統合失調症と診断されて約10年になります。相談するのは病院の先生のみで、子供たちは治療しながら仕事に就くことは出来るのですが、ちょっとした仕事先での人間関係や仕事上のトラブルなどで長続きすることが出来ず、私は常に不安と子供達に落胆する気持ちの日々を過ごしていました。

たまたまご近所の方でご主人がうつ病を発症して大変だったけれどなんとか克服する事が出来た方との会話の中で、私も子供たちのことを素直に話すと、市の広報誌に家族会の案内があることを教えていただき、すぐに連絡先をPCで調べて、会長に連絡をさせていただきました。

コロナ禍の中でしたので休会中とのことでしたが、その後再開を聞き早速参加させていただきました。皆さんとても温かく迎えていただいたことを本当に感謝しております。

病気のことがよくわからなかった自分でしたが、家族会に入って色々な情報を教えてくれたり、皆さんのお話を聞いてとても勉強になっております。

又、イマココ龍ヶ崎の方々との出会いで、本当に真摯に子供たちに向き合ってください、一人は仕事をなんとか続けている事で自立を考えてあんしん荘(福祉アパート)を紹介していただいて昨年12月に晴れて一人暮らしをする事ができました。本人もとても気に入っているようです。もう一人はまだ仕事は出来ませんが就労移行支援施設を紹介していただきました。当初は本当に行ける

のかとか、すぐに辞めてしまうのではないかと不安でしたが、なんとか1カ月続けることが出来て、PCの勉強とかスタッフの方々ともうまくやっているようで、いずれまた仕事ができるようになることを夢見ております。

本当に感謝しておりますし今後もお世話になります。(Y・F)

これまでの主な活動(4-6月)

月日	項目	場所
4月6日	コミュニケーション障害研究会	市民活動センター
4月16日	婦人茶話会	総合福祉センター
4月23日	家族会定期総会	市民活動センター
5月7日	定例会	市民活動センター
5月13日	県南かれん	総合福祉センター
5月12日	県連理事会	ウェブ会議(Zoom)
5月20日	県連総会、家族会長会議	水戸市福祉ボランティア会館
5月21日	婦人茶話会	総合福祉センター
5月29日	ゆっくら評議員会	ゆうあいワークイン
6月1日	コミュニケーション障害研究会	市民活動センター
6月4日	定例会	市民活動センター
6月11日	ゆっくら評議員会	ゆうあいワークイン
6月18日	婦人茶話会	総合福祉センター



【 人と話ができることの有難さ・・・ 】

すっかり春めいて来ました。今年の冬は寒い日が多くて、花の好きな私は、やっと重い腰を上げて狭い庭に出ては、あれの芽が出た、この花の蕾がついたと喜んでいきます。何しろこのコロナ禍で、人と語り合うことも出来ませんでしたし、「茶話会」や「定例会」も出席出来ないことも多々ありました。

去年は、持病の癌で大変な思いもしました。発病から25年、その間10年位は治ったものと元気にしておりましたが、15年前に再発が分かり毎月「がんセンター」通いで明け暮れし、放射線、ホルモン剤、抗がん剤、それに付随する副作用で苦しみの日々でした。ついに、今まで処方されていた薬は全て効かなくなり、点滴による「抗がん剤」か「治験薬」のどちらかになると言われ、家族とも相談した結果、体調不順、吐き気、脱毛等の副作用のひどい「抗がん剤」は生活のレベルを下げるのでお断りして、「治験」を受けることにしました。「治験」に対応する「がん細胞」であるかどうかの検査が大変でした。二泊三日の入院を4回して、やっと「治験」にたどり着きました。

今は、治験薬を服用しながら今日に至っております。あれだけ、ひどかった副作用も今はありません。担当医の先生と、治験コーディネーターさん、家族、それとアストラゼネカ社に感謝です。

コロナも何となく収まってきたようなので、以前のように家族会行事に参加出来る日を今から楽しみにしております。人と交わりながら、健康で楽しく過ごとの有難さをかみしめている今日この頃です。(R・K)

【 夏が来れば思い出す 】

今年もいよいよ暑い夏がやって来る。昨年の夏はコロナの猛威で、直前まで東京オリンピックの開催が危ぶまれる大変な夏であった。幸い今年も新規感染者数が減少し収束傾向にある。この夏はもうマスク無し我的生活に戻りたいものだ。

夏の到来と共に、花壇も植え替え時期である。春先から庭を飾っていたパンジーは、もうお役御免だ。「ゆっこら」の花農場で赤・白・ピンク3色のペコニアを買い、プランターに植え付けると庭が再び華やかになった。昼日中の庭いじりはストレス発散になって私は好きだ。精神科医の和田秀樹先生も「80歳の壁」の著作の中で、太陽の光に当たると神経伝達物質のセロトニン、所謂「幸せホルモン」が増えて幸福感が高まると述べている。

その反面、この季節は雑草が急速に伸びるので草取りが大変だ。夏の間は2-3回は覚悟せねばならない。膝が痛くて手伝えない妻は、私が汗だくで草取りをしている姿を見て「もういい歳なのだから、草取りせずに済む方法を考えたら」と盛んに人工芝を薦める。冗談じゃない、言うは易く行なうは難しだと、無視を続けてきたが、確かに最近腰を伸ばすのも一苦労だ。業者に見積もりを取ると、案の定、完璧な除草には手の込んだ作業が必要で、しかも高額だ。仕方なく自己流で人工芝を試すことにした。庭の一角の雑草を取り除き、整地して防草シートを被せ、その上に人工芝を貼り付けた。意外と綺麗に仕上がったので、妻は「それ見たか」と得意げであるが、効果の程は来年にならないと分からない。特にドクダミは四方八方、地下にも深く根を伸ばし、至る所に芽を出すので難敵である。

そんな不安の交錯する頭に、フト別の思いが浮かんできた。家族会では当事者に対する「親亡き後」の生活が常に課題になるが、我が家の草取りも、私がやれなくなったら一体誰がやるだろうか。手抜きされて、草茫茫になった庭をよく見かける。「親亡き後」の課題がこんな所にもあるとは考えたことが無かった。かくなる上は冗談でなく、私が健在なうちに対策を講じておくことが必要のようだ。私の「終活」の課題がまた一つ増えた。

「夏が来れば思い出す・・・」。新たな雑草との闘いは、あの東京オリンピックと同様に、私の忘れられない夏の思い出になるだろう。(K・M)

【編集後記】

関東甲信の梅雨入りは6月6日ころ、昨年より8日早まりました。梅雨前線は次第に日本海まで北上する予想です。この先曇りや雨でも気温は高く、真夏のような蒸し暑さが続くでしょう。梅雨明けは平年なら7月中旬以降、健康にはくれぐれもご用心ください。会員の皆様からの写真やイラスト、記事の投稿をお待ちしています。(K・T)

これからの予定(7月)

月 日	項 目	場 所
7月2日	定例会	市民活動センター
7月6日	コミュニケーション障害研究会	市民活動センター
7月8日	県南かれん	総合福祉センター
7月16日	婦人茶話会	総合福祉センター
7月23日	役員会	市民活動センター
7月27日	家族学習会	市民活動センター

