



# みんつど

第十三号

編集 天地 成行

## もうすぐ春ですよー

みなさん、こんにちは。タカさんの昨年のナイスショットです。島根県浜田市三隅町の太平桜です。上の手前は黄色のラッパ水仙です。

さて、今号は二面、三面で保健師さんの当事者に対する質問コーナー特集です。ご協力いただいた方には感謝いたします。少しは、役に立つみんつどでありたいとの思いから企画してみました。ミスマッチが起きないようになんとかするといひですね。

そのほかにも、好評の原井育子さんのコラムや、久しぶりの小説掲載となります。忘れていた方が多いとは思いますが許して下さいね。来号以降も当事者や支援者にとって、さらに興味深い企画をたててみたいと考えます。ではスタートです。



村岡鍼灸治療院

山口市湯田温泉5丁目6の12

## 保健師さんから当事者への質問

## 問い1

毎日、薬が欠かせない方々にとって、何が服薬継続の糧になっているのか？周囲のどのような関わりがあればよいと思われるのか？

## 1の回答

○私の場合、服薬することがきちんと習慣化されているのだと思います。物理の慣性の法則みたいなもので別の力が加わらなかつた場合、自分そのまま維持されていくと思います。一方で困っていることがあります。精神科外のことですが、歯科衛生士から糸ようじの使用を勧められているのですが、なかなか習慣化しません。統合失調症のせいか性格が加齢とともにいい加減化しているような気がして、習慣化させるのが難しいです。一方

で悪い習慣は気をつけな  
いとすぐ付け加わります。  
もしかしたら、本人も習慣  
化させたほうがいいの  
は十分頭では理解できて  
いるけれど、いい加減な  
性格が災いしているとい  
うこともあるかもしれま  
せん。本人がそう望めば  
厳しく、望んでなかつた  
ら柔らかめにあきらめな  
いで言うのがいいと思  
います。

○発症当時の状態に戻  
りたくないと思って薬を  
飲んでいきます。薬を飲む  
ところがわかる場所であ  
ら、ただ見守る関わりで  
いいと思います。

○精神病が再発しない  
よう習慣的に薬を服用し  
ているだけです。周囲に  
は放っておいてほしいで  
す。

○薬がラムネみたいな  
味なら、飲み忘れがなく  
なると思うのですが…。

○辛い時があり、薬を  
変えたら治りました。薬  
を飲むのをやめて入院し  
た人を何人も知っていま  
す。今は注射型もありま

すね。糧というより習慣  
だと思います。

周囲の関わりは、わた  
しはB型作業所と自助グ  
ループ、デイケアに通っ  
ています。

## 問い2

調子がわるくなってい  
るときに、当事者にとっ  
ては、周囲からどうして  
ほしいのか？

## 2の回答

○そつと話に耳を傾け  
てほしい。何かを強いる  
のではなく、ただただ傾  
聴して欲しい

○安心しててください。  
訳知り顔に「テレパシー  
が聞こえるのではないで

すか？」とかは違和感が  
後々まで残るので控えた  
ほうがいいのではないか  
と個人的には思います。

患者の訴えをそつけない  
切り方で切り上げるのも  
その時の医療者の顔まで  
○年経ても覚えていたので  
そういうものかもしれない  
いと知っていていただけ  
るとありがたいです。

○私の場合は、ただ見  
守ってくればよいと思  
います。

○周囲には関係してほし  
くありません。調子が悪  
い時は、自分の世界に閉  
じこもるしかありません。

○今独りぐらしの綱渡  
り生活なので、もし入院  
することになったら、飼  
い猫を預かってほしいで  
す。

※一部編集しています

電気も自給 持続可能な田舎暮らしを求めて

## 阿東つばめ農園

〒759-1512 山口市阿東徳佐中1694-2

## 俳句をする人はボケない

俳句雑誌『山彦』（主宰 河村正浩）  
〒744-0024 山口県下松市花岡大黒町526-3  
☎ (0833) 43-7531

レストハウス

岩国市川西4の5の156

たんぽぽ

TEL (0827) 439000



# 保健師さんの質問まだまだ続きます

## 問い3

保健福祉従事者は、調子が悪くなった人に対して、とかく「薬を飲みましたか」「受診しましょう」等の声をかけることが多いのですが、そのような従事者は当事者の目にはどのように映っているのでしょうか？

## 3の回答

○今だったら、マニュアル式と見えるかもしれませんが。

○本人にとっては差別的ないやなことを言われていると思うかもしれません。

○私は自分なりに病気が悪化しないように努力しているの、あまり干渉しないでほしいです。

○選挙運動や募金活動

みたいだともうかもしれない。

○冷たく感じます。突然知らない人に言われても、何が分かるのという感じです。

○心配されているのだと思います。調子が悪くなったのが分かるときは、この言葉がけでいいと思いますよ。

## 問い4

保健所の保健師は、市町村の福祉担当者との役割分担で、症状が悪くなった時のみに関わることが多くなっています。

日頃からの交流や信頼関係ができていないまま、調子の悪くなった時のみ

に出会い、いきなり知らない保健所の職員から受診を勧められる当事者(症状が悪くなり不安定な状況で)の目に、私たちはどのように映っているのか、

## 4の回答

私たちは当事者の望む関わりができていないのだからかと思うこの頃ですか？

○情報発信できる機会があれば、その機会を利用して、そういうものと伝えていたら、患者の世界でも共有常識として定着するかもしれません。受給者証の切り替えなどで行政の窓口に行くとき

はいつも態度の温かさに感じ入ることが多いのですが、そういうないときに、信頼感は広がっていくのではないのでしょうか。

○個人的な経験ですが、調子が悪いときでも、状況が楽なほうへ向かうと分ければ、おとなしく受診のほうへむかうと思います。

○私は病気になりたくなかったわけではないのです、あまり余計な関わり方はしないでほしいです。私は永遠に精神病であるとは決して思っていない。

○そう思われるなら、何か改善する方向へ行動してみたらよいと思います。

○保健師さんに何を望むかでしょう。自分は2週間に1回訪問看護を頼んでいます。保健所の保健師さんは案内人だと思えばいいでしょう。

周南地域のケーブルテレビで放映中の福祉番組

# こころてれび

MC 大橋広宣  
恵 雅子

周南の地域で支える「心の悩み」

# ひだまりの会

代表(松田茂) 0834(26)0533

コロナウイルスと闘う  
医療関係者の皆様へ  
心より感謝申し上げます

株式会 くらとん

ウエブ制作版

〒742-0417  
岩国市周東町下久原221-1  
Tel0827 (81) 1551  
<https://crouton.co.jp>

# 小説「ベリーベリーナイス」

◇

二十一世紀に入った。

## 原井育子さんコーナー④

詩「魔法使い」

この世の中には魔法使いが沢山いるって知ってた？

あなたも私も、彼も彼女も魔法使いなのよ！どんな魔法を使うかって???

それは、

「ことば」と言う魔法！

「ありがとう」と言うことばで嬉しくなる

「お疲れ様」と言うことばでホッとする

「頑張ったね」と言うことばで自信になる

「愛してるよ」と言うことばで幸せを感じる

「大丈夫よ」と言うことばで安心する

「すてきだね」と言うことばで心をくすぐる

られる

「いつてらっしゃい」

と言うことばで頑張ろうと思う

「おはよう」と言う言葉ですがすがしい心になる

でも、反対に

「ことば」で傷ついたり、悩んだり、苦しんだり、悲しんだり。追い込まれたりすることも沢山ある。

私達が持っているこの「魔法」にはすごい力がある。

そして、この「魔法」はつきることがない。

良い魔法使いになって明るくいきたいね！

◇

原井さんへの質問は、

docomo.komo.2019

@gmail.com。 「みん

つど原井さん」まで

ノストラダムスの大予言はなんだったんだろう。日常はあまりにも変わらない日々が続く。

大阪。

西中島南方の屋台。午後9時。

「あゆむくん、焼酎おかわり」

「あいよ」

「悪いねえ。それにしても若いのによく頑張るねえ」

「なにいうてんの、稼いでなんぼや。がっはは」

あゆむは、高校卒業後に一浪して、西の名門ナニワ大学へ進学し、「ロボコップ」をつくると工学部の機械工学科に入学するも、大阪の魅力にと

りつかれて遊びほうけ、中退。いまはこうして、屋台「山ちゃん」にて毎日絶賛営業中だ。料理もめきめき覚え、大将からは一目置かれている。

「あゆむはこれからどうすんねん？ずつとうちにおるつもりなんかい？」

「あまり考えないで25になつてもうたな。大将にはもう5年はお世話になつてゐるなあ。どないしよ。まあええやん。閉店したし飲もうよ」

「まったく。しゃあないやつちゃ。ほないこか」

閉店後に大将と安い飲み屋に出かける二人。

もともとは身体の弱いあゆむに異変が起きるのも時間の問題であった。

もう一人の人物、とおるはというと、西日本医科大学を卒業後に地元へ

帰っていた。実家の外科とは違う精神科の道へ進むことを決意し、一時は両親との距離感は微妙ではあったが弟が継ぐこととなり、現在は、実家近くのクリニックへ通っている。

東京のたかし、大阪のあゆむは日々壊れそうなる毎日を大都市で暮らし、地元のとおるは、それをいつしか同級生情報で知ることとなり、「大丈夫かなあ」と案じるようになった。(随時掲載)

## 編集後記

### 伝える難しさ

具体的な事例はともかく、最近よく、人に自分の考えを伝える難しさについて、あうことがある。それは特に、メールやラインの

やりとりで、その辺がなく、「ずどん」と直球でくる感が否めない。だから、自分でも相手に伝わりにくかったりしてしまうのかもしれない。

もしかして、注意を払って作成しているみんつどもそういうところが浮き彫りになっていたら？と考えると、うつになりそう。さらに気をつけよう。

それにしても、本当にいろんな方にみんつどは支えてもらっていて、感謝の言葉がみつからない。せめてもの恩返しになるのは発行を続けること、と毎号いろいろ考えたいと思います。



「けんけんな家族」原井育子著

問い合わせ(090)13599578