

## 公益財団法人こころのバリアフリー研究会

# Newsletter

No.6

2019.3.18

### 会員みなさまへ

(財)こころのバリアフリー研究会 理事長  
秋山 剛

季節が春めいてきました。こころのバリアフリー研究会の総会の時期も近づいてきています。今回のニュースレターでは、ご覧のように、何名かの新しい会員の紹介をさせていただきます。こころのバリアフリー研究会では、新しい方、若い方に、どんどん活躍していただきたいと思っています。ニュースレターでは、新しい会員の方にはもちろん自己紹介していただきますが、以前からおられる会員の方も、「会員からのお知らせ」という形で、お互いの情報共有、ネットワーク作りに役立てていただければと思います。みなさんと、総会でおめにかかれることを楽しみにしております。



#### 目次 1頁 理事長からの挨拶

#### 2頁 新会員の紹介

- 青木 裕史 (NPO 法人くるめ出逢いの会 オープンスペースゆるか  
株式会社リカバリーセンターくるめ)
- 瀧野 真広 (愛知県精神医療センター 社会復帰部医長)
- 小口 芳世 (聖マリアンナ医科大学神経精神科)
- 高林 陽展 (立教大学文学部史学科 准教授)
- 笠井 清登 (東京大学医学部附属病院精神神経科)
- 夏苺 郁子 (やきつべの径診療所 児童精神科医)

#### 5頁 会員からのお知らせ

賀川 良 (合同会社 賀川企画)

#### 6頁 総会プログラム委員のご紹介

峰松 弘子 (一般社団法人長崎キャリア支援センター 代表理事  
ジョブマッチネットワーク長崎 代表)

青木 裕史

(NPO 法人くるめ出逢いの会オープンスペースゆるか  
株式会社リカバリーセンターくるめ)



こころのバリアフリー研究会に入会させていただきまして、ありがとうございます。

現在は福岡県久留米市のオープンスペースゆるか、及び株式会社リカバリーセンターくるめでピアスタッフとして従事しており、リカバリーの思想に基づいた活動（リカバリーカレッジ、WRAP、セルフヘルプグループ、他）も数年にわたり行なっております。

私は精神的な困難を持ち、またスティグマに関する経験も有しており、時にはそれと戦うことがありました。ただ、その結果大切だと感じたことは、そこで生まれたスティグマを受容し、その思いを転じて障がい者が生み出す社会貢献に繋げることによって、社会から少しずつでも認められていくこと、それこそがスティグマの解決につながるということでした。

そのために、私は上記のような活動を生涯継続していくでしょう。

だからこそ今からの可能性をしっかりと見据え、自身の多岐にわたるやりたい事を、社会の中で仲間と共に実現・継続していくことが私の生きがいであり、最もな楽しみでもあります。

淵野 真広

(愛知県精神医療センター 社会復帰部医長)



この度、“きらりの集い 2017in 名古屋 実行委員会”がこころのバリアフリー賞をいただいたご縁で入会しました。どうぞ宜しくお願いいたします。

現在、私は公立精神科病院に勤務し、一般の精神科診療に携りながら、病院所属の ACT プログラムに関わっています。勤務外では、“あいちリカバリー&地域支援ネットワーク”という団体や冒頭の“きらりの集い”の活動などを通して、「人」と「人」が繋がっていく取り組みをしています。

ACT と共に“リカバリー”概念に出会ったことが、私にとって大きな転機となりました。「(重い精神障害があったとしても) その人が望む生活/人生を目指す」という当たり前の

ことが、「何も諦めなくて良い」と自分自身を励ましてくれているようで、とても嬉しかったのです。

アンチスティグマとは“社会のリカバリー”のこと、そして個人のリカバリーとは“その人自身のアンチスティグマ”のこと、内に深めながら外へ広がって行く、全て同じことだと考えています。

小口 芳世

(聖マリアンナ医科大学神経精神科)

初めまして、聖マリアンナ医科大学神経精神科の小口芳世と申します。この度、光栄にも秋山先生からお誘いいただき、入会させていただきました。精神疾患は今やがん、脳卒中、糖尿病、心筋梗塞とならぶ5大疾病のうちの一つですが、未だ偏見は根強く残り、誤解が多いのが実情のようです。本会を通じ、アンチスティグマの活動に寄与し、精神疾患を有する患者さんが暮らしやすい社会をつくるお手伝いができたら幸いです。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。



高林 陽展

(立教大学文学部史学科 准教授)

立教大学で西洋史を学び、その後ロンドン大学ウェルカム医学史研究所にて博士号（医学史）を取得。主として、19世紀から20世紀のイギリスにおける精神医療の歴史に関する研究を行ってきた。近年は、痛みや感覚の文化史や現代の脳神経科学と人文社会科学の關係に研究関心を広げている。主たる業績に、『精神医療、脱施設化の起源—英国の精神科医と専門職としての発展 1890-1930』（みすず書房、2017年）、「第一次世界大戦期イングランドにおける戦争神経症：近代社会における社会的排除/包摂のポリティクス」（『西洋史学』、2011年）、「精神衛生思想の構築—二〇世紀初頭イングランドにおける早期治療言説と専門家利害—」（『史学雑誌』、2011年）などがある。2017年より、ウェブサイト「医学史と社会の対話」（<https://igakushitosyakai.jp/>）やヒストリー・カフェ「精神医療の歴史」の運営を通じて、精神医療の歴史を医療従事者の方々や当事者の方々へ発信・共有することを目指している。

笠井 清登

(東京大学医学部附属病院精神神経科)

わたくしは、精神科医を続けておりますうちに、精神障がいを持つ持たないにかかわらず、人が人を支えるとはどういうことか、人が人を助け合う社会をどのように実現していくか、に関心が高まってきました。

高校生や大学生の頃から障がいを持つ方へのボランティア活動に熱心だったのですが、病院医師としての修練を経る中で、いつしか当事者の方々の生活や人生へのまなざしを忘れかけていました。ところが東日本大震災の災害こころのケア活動を通じて、自分の個人として職業人としての人生に対する構えが変わってきたように思います。

それからは、べてるの家さん、巢立ち会さん、ライトリングさん、22 ハートクラブさんなどから多くの気づきをいただいております。最近、当院精神神経科にピアサポートワーカーの方々に勤務いただくようになり、コプロダクションについて深めていきたいと思っております。一般市民としても、シングルマザーの方々など女性のライフステージにおける心理支援活動などを始めようとしています。

こころのバリアフリー研究会のみなさまからいろいろと教えていただくことを楽しみにしております。どうぞ宜しくお願い申し上げます。



夏苺 郁子 (やきつべの径診療所 児童精神科医)

こころのバリアフリー研究会 会員の皆様

静岡県焼津市で精神科の有床診療所「やきつべの径診療所」を運営しております、児童精神科医の夏苺郁子と申します。

この度は、こころのバリアフリー研究会のメンバーに加えて下さり本当にありがとうございます。

年ばかり取ってはおりますが、まだまだ勉強不足でございます。皆様に教えていただきながら、私にできることを精一杯させて頂けたらと思っています。

今後とも、ご指導ご鞭撻よろしくお願い申し上げます。



簡単な自己紹介です。

1981年3月、浜松医科大学医学部卒業、同大学精神科入局しました。研修医を経て民間の精神科病院に長く勤務、夫の留学に伴い渡米、5年間、アメリカで過ごし、帰国後、2000年に夫と共に19床の有床診療所を開設いたしました。

2011年、母や私自身の当事者体験を精神神経誌に症例報告として公表しました。2012年には、一般の方向けに本を出版、その後は各地の家族会や医療従事者の団体にお招きいただき、お話をさせてもらっています。2015年に、「精神科医の診察態度・コミュニケーション能力」を当事者・ご家族に評価していただく全国調査を実施、精神神経誌第120巻第10号に調査結果が論文として掲載されました。

現在、この論文を分かりやすく図解した冊子を作成し、全国に配布中です。

ご興味のある方は、やきつべの径診療所まで返信用封筒を同封の上、お申込みください。

なお、調査用のホームページにも結果を公表しております。<http://natsukari.jp/result/>

#### 【会員からのご紹介】

賀川 良（合同会社 賀川企画）

こころのバリアフリー研究会の皆様

私は、リカバリーしてから、私がこの病気から脱出できた意味を考えながら生きてきました。

そして今、リカバリーしたことをカミングアウトして、いろいろな活動を始めました。

それは、孟子の言葉に出会ったことから来ました。

「天将にその人に大任をくださんとするや、必ずまずその人の心志を苦しめ、筋骨を勞す」この言葉から、私には使命があるということに気がつき今の活動に至りました。

活動の内容を、伝えます。

本来の、会の趣旨とは外れると思いますが、リカバリーした人間がこのような活動をしているということが、今でも病気で苦しんでいる同胞の励みになればと思い、連絡をしました。

#### 1. インドラジャスタン地方の未就学児童支援活動





### 【総会プログラム委員のご紹介】

峰松 弘子

(一般社団法人長崎キャリア支援センター 代表理事  
ジョブマッチネットワーク長崎 代表)

私が「こころのバリアフリー研究会総会」に参加したのは、第2回シンポジストとして当時万成病院 ひまわり寮 施設長をされていた田淵泰子さんからの依頼でした。

当時長崎で活動してきた実践をまとめて「まちなか・おしごと・創出事業」という題名で発表させていただきました。それからご縁につながって現在に至っています。

会の魅力は何といっても登壇者と参加者がフラットな関係で今後の精神医療について語り合えることです。

今私は就労支援担当のプログラム委員メンバーとして会の運営にかかわらせていただいておりますが、日本だけでなく世界の動きが瞬時にキャッチでき、オンラインで繋がっている日本中の立場や肩書、年齢や性別を越えた様々な方の様々な考え方や発想にいつもワクワク ドキドキしています。

そして、この勢いなら日本は世界一の精神医療サービスが出来る国になる事が出来るのではないか、と夢を膨らませています。

私は長崎で障害者手帳を持つ社員を含めた企業の人材育成、健康経営やワーク・ライフバランスに取り組む事業主や労務管理担当者様の相談に携わっています。また、社会貢献活動としてメンタル疾患を経験した方の働き方紹介を地域の方へ伝えるセミナーを開催したり、情報発信をしたりしています。

小さな取り組みではありますが、これからもこころのバリアフリー研究会の会員としての活動を基に日本の未来予想図を描く希望のメッセンジャーであり続けたいと願っています。

