

精神疾患を持つ家族が元気になるために、対応のコツを学ぶセルフヘルプグループ

阪本病院家族 SST 交流会

阪本病院様のご協力で、会議室の無償提供・会報や講演会チラシを置かせて頂いております

橘やよい(090-2090-5200) [sst.kazokukai@gmail.com](mailto:ssst.kazokukai@gmail.com)

東大阪市精神障がい者家族会 <https://sst-kazokukai-higashiosaka.jimdofree.com>

奇跡的な出会い

もともと優秀だった息子さんが高校の時から不登校になり、お母様は家族にも相談できず長い間、息子さんのストレスを身体的・精神的に受け続けていましたが、ある日、どうにもならなくなり深夜、110番通報して2名の警察官が来てくれました。その中の一人が以前、別件で関わった時に親切に対応してくれたことを思い出した。その方々は現状を見て暖かく、優しく励ましてくれ、途中から出会わした息子さんにも的確に対応してくれたおかげで徐々に家族や当事者が前を向いて生活できるようになってきた。その後も周辺を見守ってくれパトロールカード(7年間)を投函してくれていた。息子さんの体調は、その時々で変わるためにお母様以外の家族でも関わらないと落ち着いていると勘違いしてしまい、相談しても信じてもらえないような雰囲気になってしまっていて、いつからかお母様一人で全てを抱えてきたことにも驚きましたが、家族会に参加されているときの穏やかでニコニコされている笑顔を思い出すとそんな状況だとは全く気づきませんでした。誰にも、わかってもらえない思いは、どれほどだったと想像しかできませんが、勇気を出して110番してから心強い味方に出会えて本当に良かったと心から思いました。

それにしても前職 児童指導員をしていて福祉を理解してくれる警察官だからこそ、お母様や息子さんへの接し方が良かったのだと私は思いました。

*後ろの画像は警察官がポストに入れてくれたパトロールカードの一部です。

橘 やよい

「東大阪家族の集いのご案内」

日 時: 5月21日(木)13:00~15:00

場 所: 阪本病院 1階ミーティングルーム 近鉄大阪線 長瀬駅 徒歩8分

テ - マ: 「**病気の経過・状態 その対処**」 テキストブック使います

参加申込: 橘 090-2090-5200 草宮 080-6434-1544

締 切: 5月7日(木)(電話またはメール等で必ず申込をお願いします)

3月家族会の集い

参加者 11 名

自己紹介をかねて、「好きなスポーツ観戦はなんですか？」

野球(阪神ファン、スワローズファン)、バレーボール、フィギュアスケートなど

テーマ DVD ドラマで学ぶ「回復力を高める会話」

一言感想

- *辛抱強く、心静かに、心安らか、私にできるかナア？当事者とのお付き合いは、大変。色々教えてもらっても、すぐ忘れるので、勉強を続けていけないなと思った。
- *「ありがちな対応」を多々していると思う。心の余裕がないときに「のぞましい対応」ができるのか考えさせられた。
- *DVD を視聴し、息子は毎日、気分の浮き沈みがあるので、息子の現在位置を焦らず根気よく向き合いたいと思った。また、支える側である自分自身の気持ちを大切に、心に余裕を持ちながら、寄り添っていこうと思う。
- *良い例、よくない例のドラマ化でよくわかった。
- *一つ一つ項目別に話していただき、よく理解できた。日々、息子との間で出てくる会話です。このように会話していけばと、とても参考になった。
- *話をする時、現在位置を知る事と、相手の気持ちを理解する普段からもっている事の大切さを考えさせられた。
- *DVD の中で、何度も復唱する場面が出てきて、大切な事だと思った。息子が不登校になった時、責めるばかりで息子の気持ちを考えることが出来なかったことに、あらためて申し訳なかったと思う(病気のことは知らなかったのですが)、「生きているだけで立派」という言葉に、グッときました。

みなさん、それぞれに気づきがたくさんありました。配線不備で、お待たせして申し訳なかったのですが、久しぶりに参加された方の近況やおまわりさんとの触れ合いの良いお話も聞かせてもらえて、良かったです。

[1 ページで紹介しています](#)

4 月から HP アドレスが変わります。約 10 年間 HP に関わってくださった制作者ナカギリさんと前代表の川辺さんに感謝致します。

<https://sst-kazokukai-higashiosaka.jimdofree.com>

NEWS