「家族の安心が、本人の回復につながる」
～山根俊恵氏の伴走型支援の現場から～

精神障がい者やひきこもりの方々に対する支援が叫ばれる中で、当事者だけでなく「家族」を支援の軸に据える実践を続けているのが、山口大学名誉教授、山根俊恵氏です。専門は精神看護学。2005 年には NPO 法人「ふらっとコミュニティ」を立ち上げ、理事長として地域支援の現場に身を置き続けています。

山根氏の活動の中核には、「家族が安心できると、本人の生活も良い方向に進む」という揺るがぬ信念があります。精神障がい者やひきこもりの問題は、本人の課題だけでなく、家族の不安や孤立、無理解などが複雑に絡み合っています。山根氏はそうした現実を深く見つめ、支援のスタート地点を「家族」と定めました。

ふらっとコミュニティでは、居場所づくり、個別相談、訪問支援、就労・社会参加支援など、支援の形は多岐にわたります。特に注目すべきは、「家族心理教育プログラム」の構築です。これは、基礎編と実践編に分かれ、家族が精神疾患やひきこもりに対する理解を深めると同時に、具体的な関わり方を学ぶ内容になっています。

山根氏は、家族からの相談を受けて他機関に紹介して終わりにするのではなく、相談の初期段階から本人の社会参加までを一体的に支援する「伴走型支援」の体制を整えています。支援は第 1 段階（出会い・信頼形成）から始まり、第 2 段階（状況の整理）、第 3 段階（小さな変化や行動の支え）、第 4 段階（社会との再接続）へと進みます。そのプロセスの中で、家族との信頼関係が支援の土台となり、結果として本人の回復や生活の安定に繋がっていくのです。

「地域で支えるとはどういうことか」「制度のはざまで困っている家族に何ができるのか」。こうした問いに対して、山根氏の実践は一つの明確な答えを示しています。それは、制度や枠組みだけに頼るのではなく、人と人との信頼関係を紡ぎながら、地域に根ざした支援を丁寧に積み重ねていくこと。そして、家族が「自分たちは一人ではない」と感じられる場を提供し続けることです。

山根俊恵氏の活動は、誰もが安心して暮らせる地域づくりにおいて、大きな示唆を与えてくれます。今、私たちにできること――それは、困難を抱える家族や本人の「となり」に立つことから始まるのかもしれません。

山根俊恵氏プロフィール
1982 ～ 1997 年まで総合病院の精神科病棟、思春期専門の精神科病院（家族療法）等で看護師として勤務。
2006 年より地域で精神障害者支援をはじめ、居場所「ひだまり」を開設。その後も山口県内 4 市から「ひきこもり支援事業」を受託し居場所づくりを続ける。
現在は、山口大学名誉教授、NPO 法人ふらっとコミュニティの代表理事を務め、３箇所の居場所を運営するなど、様々な活動を続けている。著書等多数。