

「見えない障がいを、まなぼう」 ～精神障がい～



NPO法人 宮崎もやいの会代表理事
地域活動支援センター かふえらて管理者
小林 順一（写真家）

見えない障害による弊害

見えない障害であるが故に隠して生きるという選択もできるが、社会生活や就労において疾患や障害について理解されていないことからトラブルが生じ、体調を壊して入退院を繰り返すことで、生きる意欲を失ってしまうことになる。

社会的偏見（怖い・危険）があるが故に、公にカミングアウトできず生きるという選択の中で、当事者・家族の方達は、誰にも知られず地域社会で生きることを強いられている日本の現実である。

親としての決意

息子が精神疾患に罹患したことで、見えないが故に理解されない、社会的偏見（怖い・危険）があるが故に差別される、という現実を実感することで、何とかしなければ、という意志を持つことになる。

NPO法人の設立経緯

- 息子の自立するための回復は家族だけでは無理ということを実感する
- あらゆる地域福祉の支援に関して調べる
- 最終的には自分でNPO法人立ち上げを決意
- 2005年に法人設立の準備会
- 2006年4月：NPO法人宮崎もやいの会設立
- 2017年4月：地域活動支援センター Ⅲ型「かふえらて」を開設

宮崎もやいの会の活動

当事者のエンパワーメントや
ストレングスを高める活動

- 地域に対しての理解促進の研修会
- 写真ワークショップ活動
- 居場所を開設（地域活動支援センターかふえらて）

宮崎もやいの会講演・研修会活動

2007年8月

浦河への家・ビデオ上映会開催

「とても普通の人たち」
ベリー・オーディブリー・ビープル 主演 宮崎もやいの会

主催 NPO法人精神障がい者自立支援ネットワーク
「宮崎もやいの会」

日時 2007年8月1日(土曜日)13時開演
会場 市民プラザ4階大会場(宮崎市役所隣)
TEL:0985-24-1003

資料代 300円

問い合わせ NPO法人宮崎もやいの会
宮崎市豊島2丁目9-6 NPOハウス201号
TEL:0985-71-0036

2007年9月

松浦幸子さん講演会&シンポジウム

「スローで繁盛しています」
～精神障がい者たちとレストランを営む～

シンポジウムテーマ
「精神障がい者が地域で生きていくには？」

コーディネーター
宮野佳子(独立行政法人NPOセンター)理事

シンポジスト
松浦幸子(宮崎もやいの会)代表理事
松浦幸子(宮崎もやいの会)代表理事
松浦幸子(宮崎もやいの会)代表理事

日時 2007年9月24日(日曜日)13時開演
会場 市民プラザ・オムニプラザホール(宮崎市役所隣)
入場料 500円

お問い合わせ 0985-47-4225
NPOセンター宮崎支所 TEL:0985-71-0036 FAX:0985-25724

2008年2月

写真を持って自己発見してみませんか!

宮崎もやいの会が主催する「写真を持って自己発見してみませんか!」というイベントを開催します。写真を通して、自分自身や周囲の人々を再発見し、新たな視点から世界を見つめる機会を提供します。

日時 2008年2月14日(土曜日)13時開演
会場 市民プラザ・オムニプラザホール(宮崎市役所隣)
入場料 500円

お問い合わせ 0985-47-4225
NPOセンター宮崎支所 TEL:0985-71-0036 FAX:0985-25724

2009年1月

こころの病を個性として認め合う
～浦河町での実践から～

講師 川村 敏明氏
(前河内大学長補佐兼専任)

日時 2009年1月31日(土曜日)13時開演
会場 市民プラザ・オムニプラザホール(宮崎市役所隣)
入場料 500円

お問い合わせ 0985-47-4225
NPOセンター宮崎支所 TEL:0985-71-0036 FAX:0985-25724

2013年

にじへん けんけんげけんけん

日時 2009年12月7日(日曜日)13時開演
会場 市民プラザ・オムニプラザホール(宮崎市役所隣)
入場料 500円

日時 2010年12月14日(日曜日)13時開演
会場 市民プラザ・オムニプラザホール(宮崎市役所隣)
入場料 500円

日時 2010年12月21日(日曜日)13時開演
会場 市民プラザ・オムニプラザホール(宮崎市役所隣)
入場料 500円

2014年

精神疾患及び障がい者に関する市民講座

人と人 “つながりかた” を考える。

in 宮崎市

1日 精神疾患の理解と地域生活を支えるAとZ
3月11日(火)13時～16時(受付12時30分) 定員100名

2日 若い当事者が語る/「宮崎・夢・希望・未来」
3月26日(木)13時～16時(受付12時30分) 定員100名

会場 市民プラザ4階大会場

お問い合わせ 0985-47-4225
NPOセンター宮崎支所 TEL:0985-71-0036 FAX:0985-25724

2015年

宮崎県「協働による未来みやざき創造公営型事業」

「精神障がい者のソーシャルワーク・トライ」報告会

当事者のチャレンジ
「やってみたら見えてきた!!」

☆プログラム☆
第一部 アンケートによる実態調査報告
※ゲスト解説 辻 伸博氏(独立行政法人NPOセンター)
第二部 ビデオ取材のダイジェスト版
第三部 シンポジウム「やってみたら、見えてきた」
※当事者スタッフのトークショー

日時: 2015年3月19日(木)
13:30～16:30
会場: 宮崎県総合保健センター5階 大研修室
宮崎市豊島1丁目1-2

参加費: 無料
定員: 200名(満員に申込用紙が記載されています)
入場券: 不要
問合せ先: NPO法人宮崎もやいの会 0985-71-0036
有限会社サン・グロー 0986-84-9600

お問い合わせ 0985-47-4225
NPOセンター宮崎支所 TEL:0985-71-0036 FAX:0985-25724

2020年

映画「ケアニン」上映会 & 加藤忠相氏講演会

～あなたと出会ってよかった～

宮崎市民文化ホール イベントホール
日時 2020年1月25日(土曜日)13時開演
会場 市民プラザ・オムニプラザホール(宮崎市役所隣)
入場料 1,000円

お問い合わせ 0985-47-4225
NPOセンター宮崎支所 TEL:0985-71-0036 FAX:0985-25724

2015年～2016年

平成27年度宮崎県委託（人権啓発活動協働推進事業）

ふれあい交流会

みんなで
ふれあって
つなぐ
明日の
みやざき

主催：特定非営利活動法人 宮崎もやいの会

本郷地区「ふれあい交流会」案内

日時：平成27年9月17日（木曜日） 13時30分～15時
 会場：赤江地域南事務所大会議室（本郷公民館敷地内）
 宮崎市大字本郷南方2793 電話：0985-69-6428
 後援：宮崎市・宮崎市社会福祉協議会・ピアサポート宮崎
 入場料：無料（申込は裏面の申込用紙に記載して電話かFAXをお願いします）
 申込先：本郷地区社会福祉協議会 電話&ファックス：0985-69-6428
 協力機関：江南よしみ地域生活支援センター
 問合せ先：NPO法人 宮崎もやいの会 電話&ファックス：0985-71-0036

ふれあい交流会

みんなで
ふれあって
つなぐ
明日の
みやざき

精神疾患は特別な病気ではありません。県内に4万1千人（30人に1人）の精神疾患の患者がいると言われています。しかし「精神障がい」という言葉には「怖い・危険」といった偏見がつきまといまいます。精神障がいについて理解を深めることで偏見を解消し、お互いを認め合うことは早期発見（予防）につながります。偏見や差別のない共生社会を「明日のみやざき」として思い強くきっかけになることを期待します。

①部 当事者の語り
私の人生、山あり谷あり！
病気になる前の生活、病気の発症時、そして精神障がい者として社会参加することで受けた偏見などを段階的に話してもらい、当事者の語る実体験は精神疾患の理解と予防につながる。

②部 グループワーク
地域で共生していくには！
小グループに分かれてテーマについて話し合う中に当事者も加わり意見を述べる。精神障がい者への「怖い・危険」などといったイメージを払拭し地域で共生するための方法を参加者全員で考える。一人の人間としてお互いを認め合うグループワーク。

③部 各グループの発表
②部でそれぞれのグループがテーマについて話し合った内容を発表する。人権に関する具体的な提案は地域でのこれからの取り組みの参考になる。

申込用紙

締め切りは、各開催日の1週間前です。

下記の申込用紙に、必要事項を記入の上、電話・ファックスでお申し込みください。参加人数の把握のご協力をお願いします。※記載していただいた情報は、宮崎もやいの会からの本イベントに関するご案内以外には使用いたしません。

お名前		人数		名
所属団体				
ご住所	〒			
TEL	()	FAX	()	
※記載して欲しい事項がありましたらお書きください（例：車いす使用など）				

お問い合わせ・お申し込みは、おもて面に記載の申し込み先までお願いします。

人権啓発活動協働推進事業の趣旨

高校生の調査で、「精神障害」という言葉を聞いたことがある学生は9割以上で、何で知ったかはマスメディアが最も高く、どのようなイメージかは、「怖い・危険」という調査資料。

このように高校生の時期にそのようなイメージを持って親になれば必然的に自分の子供に対して精神障害＝「怖い・危険」ということで語られることになり、負の連鎖がいつまでも続くのが現実。

それを断ち切るには、精神障害について理解を深める第一歩として、精神障害に対する適正な知識を持ち、接すること、その接触体験が重要であると考え企画。

・当事者の語り：「私の人生、山あり谷あり！」

これまでの啓発活動や理解促進に関して、当事者抜きの活動には限界があり、資源を持った精神障害当事者の体験を生かした啓発・理解促進活動を推進することで、理解されない現状を変え、差別を解消する機会になると思える。

・グループワーク「地域で共生していくには！」

小グループにわかれた中に必ず精神障害当事者がいるという企画の目的で、接触体験によって親しく和気あいあいと交流できることで精神障害者を特別な人間としてではなく、ただ障害や病気があるということで普通に接することで、より理解が進むことを実感することになる。

開催日程：2015年9月17日～2016年1月15日
開催場所：県内18ヵ所(8市1町・宮崎市は9ヶ所)

- 本郷地区：9月17日(木) 13時30分～15時
会場：赤江地域南事務所大会議室(本郷公民館敷地内)
- ネットワーク宮崎例会：9月23日(水) 17時～19時
会場：市民プラザ4階中会議室
- 赤江東地区：9月29日(火) 10時～11時30分
会場：宮崎市共同利用施設赤江センター2階会議室
- 宮崎公立大学：10月7日(水) 15時～17時
会場：宮崎公立大学研究講義棟2階 多目的教室
- 中央東地区：11月21日(土) 14時～16時
会場：宮崎東地区交流センター学習室
- 東大宮地区：11月24日(火) 13時30分～15時
会場：東大宮地区コミュニティセンター会議室
- 高岡地区：11月28日(土) 13時30分～15時
会場：高岡福祉保健センター「穆園館」研修室
- 高鍋町：12月1日(火) 13時30分～15時
会場：高鍋町中央公民館 作業室
- 清武地区：12月2日(水) 19時～20時30分
会場：清武文化会館 小ホール

- 日南市：12月5日(土) 13時30分～15時
会場：日南市保健福祉総合センター5階
- 宮崎大学：12月8日(火) 13時～14時30分
会場：教室
- 小林市：12月10日(木) 15時～16時30分
会場：小林市社会福祉協議会 会議室
- えびの市：12月11日(金) 13時30分～15時
会場：えびの市総合福祉センター2階大研修室
- 串間市：12月16日(水) 13時30分～15時
会場：串間総合保健福祉センター2階研修室
- 都城市：12月19日(土) 14時～15時30分
会場：南九州大学都城キャンパス 2101教室
- 延岡市：12月20日(日) 13時30分～15時
会場：延岡市岡富コミュニティセンター
- 日向市：1月14日(木) 13時30分～15時
会場：日向市総合福祉センター 集会室
- 西都市：1月15日(金) 9時30分～11時
会場：西都市コミュニティセンター

寄稿文 ～宮崎大学特別支援教育コース学生を対象とした実践から～
宮崎大学教育文化学部特別支援教育講座 担当教官：准教授 木村 素子氏

・学生の感想レポートから見る交流会の効果

当事者の方が「早めの受診が重要」と強調したことが印象に残ったという学生が多かった。他方で、身近な人が精神疾患になった場合、具体的にどのように声をかけたり支えたりしたらよいのか、どんな相談窓口があるのか、知れてよかったという意見も多かった。

当事者の体験談で、一度は仕事を辞めたがいまは社会復帰をしていることや当事者の語り方がポジティブであったことが、イメージの転換が生じたようである。また、直接交流では、近い距離で話を聞いたことにより「親近感」が生まれたようである。もちろん少人数グループで自由に聞きたいことを聞いたことも誤解や偏見の解消につながったようである。

・おわりにー精神障害当事者による語りと直接交流の可能性ー

このように当事者の生の声を聞いたり、直接交流があったからこそ、精神疾患について正しく認識したり偏見を少なくすることができたように思われる。つまり、教員になる人々には研修が必要であるが、専門家講師による講義形式だけではなく、当事者講師による講演や、少人数での直接交流によってこそ、より具体的な精神疾患像を結ぶことができるといえる。

法人としてのミッション

- 地域や社会における精神障害者の生き辛さや困りごとを解消する。
- 精神障害に対する理解を広める為の啓発活動や教育的プログラムを展開する。
- 当事者が自分たちのことは自分たちで決めていく、というスタンスを支援する。
- 地域の他の関係機関の専門職との連携による全人的な支援を目指す。

2017年～現在

人と人をつなぐ居場所づくりで、自立生活を推進します！

「かふえらて」は、精神障がい当事者が、地域で自分の持っている特性を活かすこと、お互いサポートしたり、支え合うことを、日々実践する居場所として設立されました。



活動プログラム紹介

創作活動、生産活動、コミュニケーションスキル講座、施設外活動、利用者全体会議、食育活動など、各活動において毎月プログラム内容を変更し、常に新しいプログラムを取り入れた活動を行っています。



自分を守る法律講座
(講師：金丸祥子弁護士)

◀自分の権利を守るためにも、法律をしっかり理解したいものです。トラブルに巻き込まれない最大の予防策です。



COLORING 講座
(自分だけの色を塗る)

◀さまざまな色を使って好みの世界を作り上げます。色はその日の心理状態をお互いに理解するツールにもなります。



施設外活動
(豊島神社の初詣)

◀生活機能を少しでも回復させ、生活を楽しくすることを積極的に試みるきっかけになれば、どの思いで実施しています。



障害者虐待防止研修
(あなたを守ります)



ハンドメイド講座
(レジシ製作)

ほか多様なプログラムを実施しております。プログラム内容や、毎月のカレンダーは、毎月発行のかふえらて広報誌「ミルクとコーヒー」に掲載しています！ぜひ手に取ってみてください。

「かふえらて」プログラムもご覧ください！



食育活動

みんなで楽しく作る料理！ みんなで和気あいあいと食べる食事！楽しい夜を過ごして、明日の活力を蓄えましょう！



「かふえらて」では、参加型の食育活動に取り組んでいます！料理の下準備から利用者に積極的参加してもらい、役割を分担してご飯を作ります。みんながお互いに感謝しながら楽しく食えることができます。



人と人をつなぐ居場所づくりで、自立生活を推進します

かふえらて

coffee latte

ちょっと
いっしょに
いかがですか

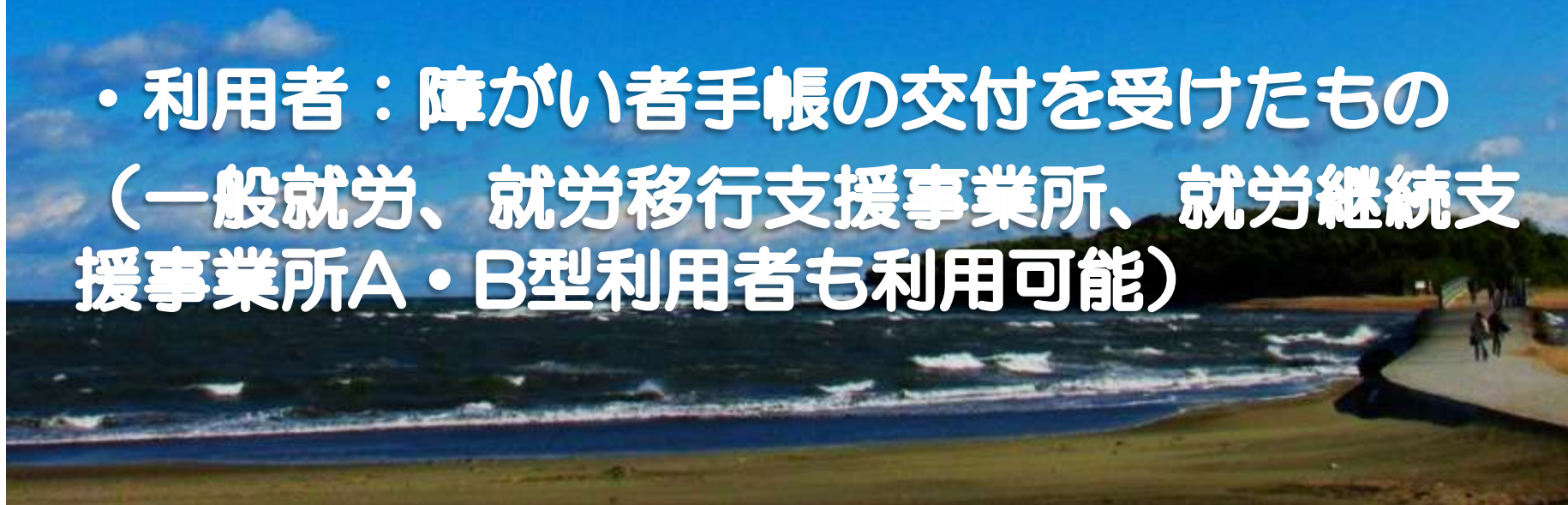


地域活動支援センターⅢ型

地域活動支援センターⅢ型とは！

地域活動支援センターⅢ型

- ・ 日中の居場所作りという側面があり、創作的活動、生産活動の機会の提供を行うところ。
- ・ 利用者：障がい者手帳の交付を受けたもの（一般就労、就労移行支援事業所、就労継続支援事業所A・B型利用者も利用可能）



地域活動支援センターかふえらて のコンセプト！

- 安心して過ごせる居場所の確保
誰もが疾患や障害のことを隠さず話すことができる。
- 生活の質（QOL）を高めるために利用する
物理的な面や精神的な面を含めた生活全体の
豊かさを実現する。
- 精神障がい当事者が、自信と誇りを持って
地域で自立生活をする。

地域活動支援センターかふえらて 講座の特色！

- 依存的な面を改善する。
- 主体性を発揮する。
- 本来持っている力を引き出す。
- 長所や特技を発揮する。
- 生き辛さを発信する。
- 伝えることのスキルアップ。
- 話し合うことを重視する。
- 話合いの相手を否定や批判しない。

生き辛さやストレングスを発揮することで自信と誇りを持って自立した生活をサポートする。

～講座の紹介～

<外部講師の講座>

ハンドメイド（リサイクル素材で小物作り）

リサイクル布を利用してオリジナルの小物を作ったり、バックやポーチを作るのを教えてもらったりしながらハンドメイドのプログラムを実施しています。



みんな de エクササイズ（運動を楽しく）

エクササイズをすることで、生活習慣病を避け、楽しく体を動かして身体の新陳代謝を促進し、気分転換を図ることによって、穏やかな心になるのを目的に実施しています。



メンタルヘルスマネージメント（心の健康）

メンタルヘルスは、日常生活や仕事するうえで心の健康を安定した状態で維持する為に、如何にストレスや悩みといったメンタルをマネージメントできるか、実施しています。



音楽ライブ講座（歌って叩いて楽しむ）

生のギターの弾き語りによって、生の音楽に触れることと参加者の思い出の曲などをリクエストしてもらって一緒に歌ったりして、楽しく音楽の時間を過ごすという音楽ライブ講座です。



パソコン講座（世界とつながる）

パソコンを通じて世界とつながるという時代に精神障害者であろうが、その恩恵を受けて自分の可能性を開花させていくことをサポートするためのパソコン講座です。



コミュニケーションスキル講座（上手く伝える）

コミュニケーションスキルを高めることで、自分の体調や意見を的確に伝えられるようになり、相手の理解につながることで、日常生活において良好な人間関係が作れます。



<施設外活動>：猫カフェ、カラオケ交流、

<その他の講座>



スクラッチアート、お菓子作り体験、ペーパークラフト、脳トレ講座、ピアサポートガイド、音楽鑑賞、COLORING 講座、生活機能訓練、地域散策、動画鑑賞、クロスロードゲーム、書き方スキル、

『僕は「できない理由」ではなく「どうすればできるか」を考えたいんだ。君はどうだい？』

▼ホーム ▼トピックス ▼実績活動 ▼写真ワークショップ ▼講師の散策フォト ▼メディア掲載 ▼資料室 ▼講演情報

▼宮崎もやいの会とは

▼宮崎もやいの会定款

▼もやいの会活動案内

▼活躍する当事者達

▼精神障がい者の現状

▼救済に関する情報

▼精神疾患！
誰に相談すべきか？

▼先駆的精神福祉医療の
宮崎講演録を掲載

▼運営者の日々見聞会

▼リンク（案内・案内関係
機関、その他）

▼新報会員募集

▼お問い合わせ

▼支援センター「か
ふえらて」ブログ

▼写真集編集ブログ

▼精神障害者自立支援
ネットワーク宮崎

▼WAVE photo Gallery

▼Since: 2008/09/23
Lastup: 2024/02/01



写真ワークショップを
体験したレポートを掲
載 (PDF)



NEW

かふえらて広報誌/
2月号掲載 (PDF)

かふえらてを利用し
ての利用者コメント掲載

支援センターかふえら
てブログを開設



地域活動支援センター
甲斐「かふえらて」を
2017年4月オープン



広報誌「すてっぷ」
春号テキスト版掲載

広報誌「すてっぷ」
秋号テキスト版掲載

広報誌「すてっぷ」
夏号テキスト版掲載

広報誌「すてっぷ」事
業所紹介取材記



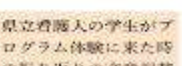
当事者の公立人生アン
ケートレポートの返信

ひきこもり当事者内田
昌弘氏アンケート考察

県看護人福祉発達施設
アンケートレポート

多職種連携「話ルシ
トの会」での事例報告
例みを生かした支援と
多職種の連携の必要性

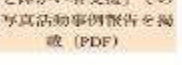
県立看護人の学生がプ
ログラム体験に来た時
の振り返りの文章掲載



学生ボランティアの感
想レポートを掲載
(PDF)



12名（多職種）の方
のふりかえり感想レポ
ートを掲載 (PDF)



映画と講演の報告書&
アンケートを掲載

当日会場での配布資料
を掲載

九保大での講話の学生
感想レポート掲載

九保大での講話に関
する所見とグループワ
ークでの意見を掲載

九保大のPSWを日招す
学生の写真WS体験報
告と学生の感想掲載

宮崎看護専門学校での
講話の報告を掲載

宮崎保健福祉専門学
校の学生と当事者の写
真WSの実習体験報告



妻地区でのふれあい交
流会当事者感想掲載

西郷市妻地区でのふれ
あい交流会の報告掲載

大塚地区でのふれあい
交流会の報告を掲載

NEW

多職種連携「話ルシ
トの会」定例会報告
1月の報告掲載

見えない障がいをも
まばら〜精神障がい〜
研修会の案内を掲載

みなみの風支援学校
人権教育研修&かふえ
らて紹介資料掲載

講話を聴いて！アン
ケートのコメント掲載

精神障がい者自立支援
ネットワーク宮崎
定例会の案内&趣旨及
び賛同者掲載

ネットワーキング第1
回定例会取材記事掲載

障害者差別解消法の研
修会報告掲載

障害者差別解消法で出
た意見を掲載

障害者差別解消法の参
加者の感想掲載

H27年9月相模原事件
に関する研修会の感想
&コメント掲載

NEW

見えない障がいをも
まばら〜精神障がい〜
研修会の案内を掲載

みなみの風支援学校
人権教育研修&かふえ
らて紹介資料掲載

講話を聴いて！アン
ケートのコメント掲載

精神障がい者自立支援
ネットワーク宮崎
定例会の案内&趣旨及
び賛同者掲載

ネットワーキング第1
回定例会取材記事掲載

障害者差別解消法の研
修会報告掲載

障害者差別解消法で出
た意見を掲載

障害者差別解消法の参
加者の感想掲載

H27年9月相模原事件
に関する研修会の感想
&コメント掲載