

全国に精神疾患者は、 419,3万人(内30,2万人が入院患者数) (H29年度厚労省「患者関査」) 国民の30人に1人が罹患している。

宮崎県は、120万人なので、 統計上は、30人に1人=4万人

宮崎市は、40万人なので1万3千人ほど

三台県は、4万1千人(H25年度宮崎県医療計画) と公表されている。

400万人の精神疾患者に親を 加えれば、1200万人(国民の1 割:10人に1人)の方が、社会で 偏見·差別を受けて生き辛い生 活を強いられている。

今だに社会での個見や差別が解消されていないという現状。

精神障害者の社会生活での代表的なバリアは、「社会的な偏見」

1. マスコミの凶悪な事件などの共活による

A CONTRACTOR OF THE PARTY OF TH

精神障害者は、「何をするかわからない、危険・怖い」という根拠のない信見が即り込まれてしまっている。

2. 精神疾患・障害への無理解

The constitute of the second s

「医療計画に5疾病(がん、脳卒中 急性心筋梗塞、糖尿病、精神疾患)としてH25年から加えられる」

3、それらによって、地域・就職・居住で社会的な差別を受け閉鎖的な生活を強いられ生き辛くなっている。

- ●地域の生涯教育の一つとして、社交ダンス教室に於いて、あの人は精神障害者だから注意するように、教室の人達に電話や口答で知らせ差別された。結果、行けなくなる。
- O「内の行事に出かけたとき、住民の人から 「こんなところに来るな」と言われた。
- の精神障害者というだけで、武職の面接を断 られる、あるいは動めてから辞めさせられる。
- ●アパート探すのに不動産に行っても中々紹介してもらえない、あるいは受付で断られる。

高校生の精神障害者に対するイメージ調査

(岡山県新見市:新見公立短期大学地域看護学専攻科)

- ・「精神障害」という言葉を聞いたこと のある学生は、9割以上で、テレビ等に よるマスメディアの割合が最も高かった。
- ・特神性言者に対するイメージは、「情い」「危険」

といった否定的なものが多い。

精神疾患は、思春期に発症する!

最初に異変に気づいたときの本人の年齢

10歳未満 1.0%

10~14歳 8.8%

15~19歳 38.3%

20~24歳 27.8%

25~29歳 13.6%

30~34歳 5.4% Comment 2人に1人は、10代から何らか

(東京都の家族会が1485人の会員へのアンケート調査から)

のため学校における精神保健の教育、取り組みが重要です。

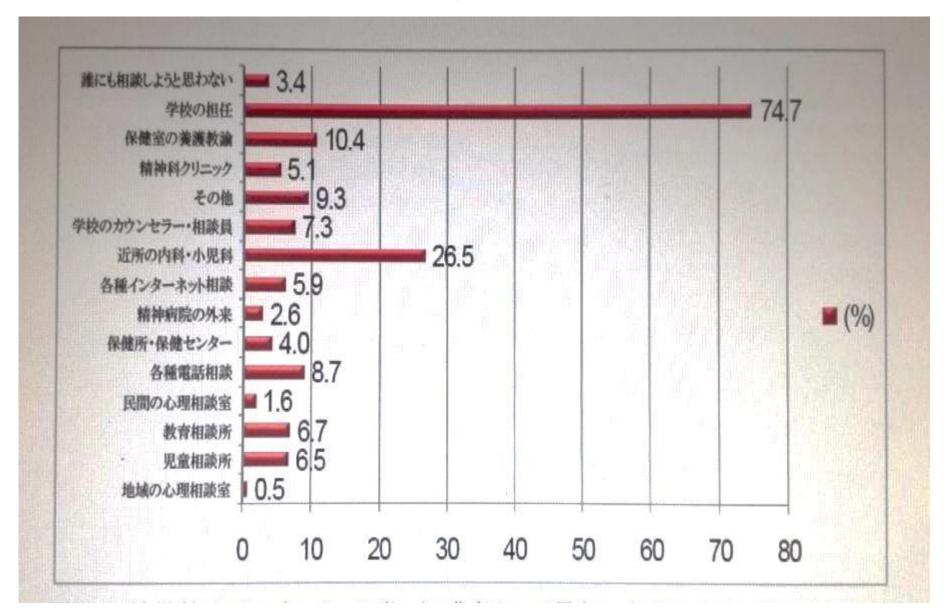
5.1%

の異変を体験しています。この時

期、若者の多くは学生であり、そ

35歲以上

子どもの精神的不調に気づいた際、保護者として最初に相談しようと思う相談先



2008年:三重県津市公立中学校13校

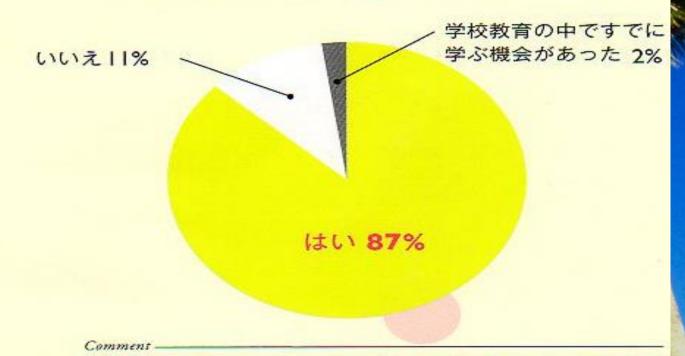


- ・全国の平均値は 17,3 ヶ月
- ○宮崎県の平均値は34,0ヶ月
- (H23年:県精神保健福祉センター開ベ)

早期発見、早期治療、早期回復

2

家族や本人が学校教育の中で精神疾患について学ぶ機会があったら、病気になったときの初期の対応が違っていたと思いますか?



約9割の家族が、本人もしくは家族が学校教育の中で精神疾患 について学ぶ機会があったら発症初期の対応が違っていたと思 うと回答しています。

2022年度から使われる高校の保健体育の教科書に、精神疾患の記述が40年ぶりに復活する。

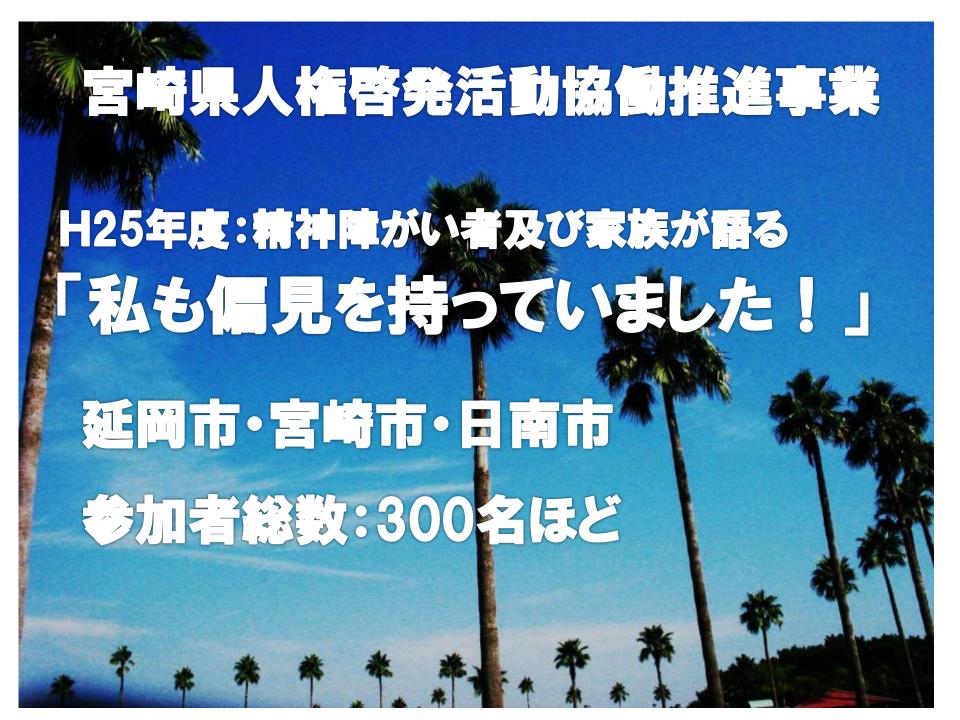
精神障害者に抱くイメージが否定的な要因には、

- 1.知識不足(特別な病気ではない)
- 2,精神障害者との接触体験の有無、
- 3.マスメディアの報道の仕方。
- 4.親世代の精神障害者に対する否

定的なイメージの影響等が考えられ

る。

- 「危険・怖い」という否定的なイメージを解消するには、
- 1,精神障害に対する適正な知識
- 2,理解をした上で接すること
- 3.その接触体験を継続的に続けていくことが重要である。



になったことなど

申込用紙 酵め切りは、各地域関係日から1週間能です。

下記の市込用新に、必要事項を記入の上、電話、ファックス、ミメール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。 ※影響していただいた情報は、密輸もやいの会からのご整内以外には使用いたしません。

9 6 M		*	A R			4
* *	ご希望の会場を○で囲んでください	延岡	日南		宮崎	
刑異恐件						
d #	т					
TEL	()	FAX		()	
Eメール 機器メール						
対配線して飲	しい事業がありましたもお者おください(何:率いす)	(3.9 阿教				

お問い合わせ・お申し込み先

延興市地域: 地域活動支援センターみなと TEL 0982-31-3710 FAX 0982-21-0203 障がい相談室とびら TEL 0982-20-0501 FAX 0982-33-5459

日南市地域: 地域活動支援センター和み TEL&FAX 0987-31-0567

地域活動支援センター Wing TEL 0987-71-1578 FAX 0987-71-1579

宮崎市地域: NPO法人 宮崎もやいの会 TELAFAX 0985-71-0036 🖾 m-moyal@kag.bbig.jp

であること

を考え

定員 180名

宮崎市船県 3-210-1 m0985-29-2911

平成25年度宮崎県委託(人権啓発活動協義推進事業)

定員200名

延貨市開密町 2-1-5 00982-32-3351

主體:特定非常利活動法人 宮崎もやいの会 英體:宮崎県立図書館・精神障がい者自立支援ネットワーク宮崎

養量:延岡市・宮崎市・日南市・車関市・延岡保健所・日南保健所

協力機関: 地域活動支援センターみなと(延興市)・江南よしみ地域生活支援センター(宮崎市)・

地域活動支援センター和み(日南市)・地域活動支援センター Wing(市関市)

定員 150名

日南市中央通1丁目1-1 m0987-31-0294

宮崎県人権啓発活動協働推進事業

H27年度: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」

延岡・日向・西都・都城・えびの・小林・

日南·串同·高納·宮崎市(本鄉·中央東·

汀武:"古岡。宋大喜。赤江宋)

公立大。喜蜡大学

参加者数:668名ほど

ふれあい交流会

みれなどのがいま

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)の精神疾患者がいると言われていています。 ですが「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す。精神障がいについて理解を深める ことで偏見を解判し、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」として描くはじまり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 的に話してもらう。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ブ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ご案内以外には使用いたしません。

お名前		様	人数			名
所属団体						
ご住所	〒					
TEL	()	FAX		()	

※配慮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。



平成27年度宮崎県委託(人権啓発活動協働推進事業)

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でお願いします)

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

地域活動支援センター川型「かふえらて」の紹介



地域活動支援センター川型とは!

・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)

かふえらてのポリシー!

1.利用者が楽しく居心地のよい居場所として利用するには、お互いが配慮する。

2,お互い支え合う関係を作り上げるには、お互い自己開示をして理解し合う。

3、利用にあたり、生活の質(QOL)を高めるために、何を求めるのか明確にする。

開所時間:13時~21時 午後のプログラム(13時30分~16時30分) 食育のプログラム(17時~20時)

定休日:毎週火曜日 (正月は、12月31日、1月1·2·3日休み)

来所したら、 氏名·来所時間・退所時間・今日の調子を記載

開座開始 構座を始める前に、気分調べと近況を話して から構座を始める

地域活動支援センターかふぇらて活動 その1

午後のプログラム(13時30分~16時30分)

プログラムとして、ペーパクラフト、カラーリング、スクラッチアート、脳トレ、ハンドメイド、ピアサポート、SST、クロスロードゲーム、音楽鑑賞、動画鑑賞、エクササイズ、地域散策、音楽ライブ、法律講座、栄養講座、パソコン講座、施設外活動として、猫カフェ、カラオケ交流などを実施いています。

ペーパクラフト講座

ペーパークラフトは、手先を使って紙を切ったり、貼ったりして 自分の好きな世界を作り上げるために集中することを身につ けるプログラムです。

カラーリング講座

COLORING講座は、色を使って自分の好きな世界を作るプログラムです。

その日の心理的な面から使う色に注視することで、その人の 状態をお互い理解することになるし、好みの色を塗ることに 集中することで気分転換になったりするので、色を使った交流 をしています。

スクラッチアート講座

スクラッチアートは、誰でもなぞって削るだけでカラフルな美しい絵を描くことができ、無心で削って描くかわいい模様や動物の絵に心がやすらぎ癒されるスクラッチアートです。

脳トレ講座

精神疾患及び障害を持つことで、入院や薬や引きこもったりすることで、会話がなくなり、脳の機能が衰えてくるので、その不全を防ぐために脳を刺激するクロスワードなどのパズルによって、刺激を与え、心身の活性化につながればとプログラムに取り入れました。

ハンドメイド講座

リサイクル布を利用して布用のクレヨンで絵を描き、描いたとこを刺繍用の糸で縫っ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。

ハンドメイドは、女性の方が楽しみに参加していただくので、 手を動かしながら口も動かされるので、女子会になって、い い意味でストレス解消になっている面もあります。

ピアサポート講座

かふぇらてのコンセプトである、ピア(仲間)としてお互い に支え合うことができる関係を築いてもらうことが地域生 活するうえで重要な課題だと考えています。

お互いを支えるにはどうしたらよいか、自分の体験を生かして支えることができるにはどうすればよいか、などを 話し合ってピアサポートを学んでいます。

SST(生活機能訓練)

生活するうえでの困りごとを、お互いの体験を踏まえて話すことで、改善のヒントになったり、参考になるような話し合いを実施しています。

参加者に日々の生活で困っていることを出してもうことにしています。

クロスロードゲーム

身近な問題をクイズ形式にして、答えをイエスかノーか、 という2択にして、それぞれが選んだ意見を言って、違い を知るというゲームです。

自分の考えを伝えるということが大事だし、他の参加者の意見を聞くことができることが、参加者には好評なプログラムになっています。

音楽鑑賞

好きな音楽を紹介して、それぞれが選んだ曲に対して、 選んだきっかけや思い出などを話してもらうことで、その 人の人柄や好みなどが理解できて、お互いを理解するこ とのできる音楽交流になっています。

動画鑑賞

自分の好きな動画(映画・スポーツ・音楽)を紹介して参加者と 交流をするプログラムです。

映画「しあわせのパン」「かぞくいろ」などを鑑賞しまた

エクササイズ

みんなdeエクササイズ(運動を楽しく)は、あまり体を動かさない 生活によって生活習慣病になる可能性があるのと、体を動かす ことで身体の新陳代謝を促進して、気分転換を図り、穏やかな 心になるのを目的に実施しています。

地域散策

かふぇらてのある地域には、大淀川、橘橋、橘公園、ホテルなどがありますが、地域のよさを実感することはないので、散策を通して風景から受けるよさを実感してもらうことができればと企画しました。

音楽ライブ講座

講師の県看護大助教の葛島慎吾氏に生のギターの弾き語りを実演してもらって、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。

法律講座

社会生活での色々な問題も法律を知らないことで泣き寝入りすることになったり、被害者なのに加害者的の立場になったりということを避けるためにも法律をしっかり理解することが自分の権利を守ることにつながるし、トラブルに巻き込まれないための最大の予防的な効果があると考えてプログラムに取り入れました。

栄養講座

県立看護大の川村准教授のライフワークである食事の栄養素が脳に働きかける効能を講座として実施することになりました。 精神疾患の原因は、脳の働きが通常とは違う働きをしていることが疾患の原因であるのであれば、脳の働きを正常に回復させるのに服薬以外の方法として栄養学での試みも可能なのではないか、ということで講座を実施してもらうことになりました。

パソコン講座

利用者の方でパソコンを学びたいという方がおられたので、新 規講座としてパソコン講座を始めることになりました。

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るうが、その恩恵を受けて自分の可能性を開花させていていくことをサポートできればと、講師として田中久淳氏(ITソリューションサポート)が、快く引き受けてもらいました。

施設外活動:猫カフェ

施設外活動の目的は、地域生活するうえで生活機能を少しでも回復することと、生活を楽しむことを積極的に試みるきっかけになればよいと実施しています。

猫カフェに行って、店員さんに注文したり、お金を支払ったりすることを通じて日常生活での人との関係を訓練したり、アパートでは飼うことができない方に直接、猫に触れることで癒されたりするのを目的に実施しています。

施設外活動:カラオケ交流

カラオケ活動によって、好きな歌を歌って気分転換したり、利用者同士の交流で嗜好や理解を深める機会になり、人間関係の良好なあり方として、お互いが配慮したり、対応できる関係を作って、施設外活動でのふれあい交流を活かしています。

地域活動支援センターかふえらて活動 その2

食育活動のプログラム(17時~20時)

一人で生活している方の食事は、簡単に コンビニ弁当などですませて、栄養のバラ ンスが偏り、生活習慣病を併発して、心 筋梗塞で亡くなる方もいる。

また、一人での食事では、家庭的な楽しい食事ではなく、わびしい食事になっているのも現実である。

そのような現状を踏まえ、利用者同士で楽しくバランスのよい食事するために、食材の下準備などそれぞれが役割を担うことでお互い感謝しながら食育活動に参加する。

また、食事を通じて色々な話をするなかで悩みや不安を解消することで、自宅に帰っても不安を感じないで、ゆっくり寝ることが出来る生活リズムになるよう食育活動を実施している。





















