

# HSK こころから

63号

2018.4

郡青に  
そまゝりし君の  
横顔が  
かすかにゆらぎ  
ひとり酒の心  
（友の珠か）  
美

昭和48年1月13日第三種郵便物承認

HSK通巻番号553号

発行 2018年4月10日（毎月10日発行）

編集 住所：札幌市西区八軒8条東5丁目4-18

団体名：特定非営利活動法人（NPO）

精神障害者を支援する会

TEL：（011）736-1697

発行人 北海道障害者団体定期刊行物協会（HSK）

定価 50円（会費に含む）

## 2018年度の初頭にあたって

支援する会 専務理事 細川久美子

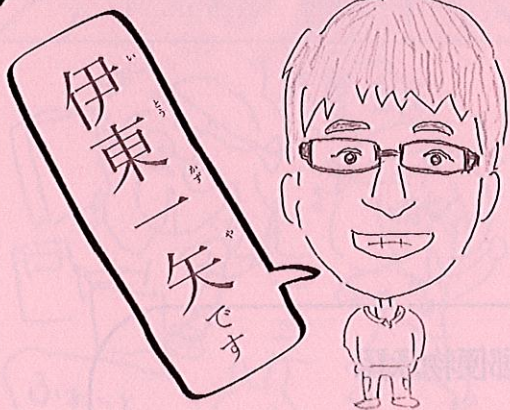
新しい年度を迎えるにあたって、今後の支援する会のあり方を考えたときに、結成以来、私たちの会と共に歩いて来た利用者の方たちが高齢化してきており、今までのグループホームで暮らすことができない状況が起きてきており、これからの人生をどうするのかを問われ始めています。

一軒家の民家を改造して始まった支援からみんなの力で事務所や作業所はできたものの、肝心の「終の棲家」としてのグループホームを作ってこなかったこともあり、「一階で暮らせるグループホームを作ってください」との要求が出されても「わかったよ」と返答することもできないのが現状です。

高齢になったのだから「高齢者のグループホームへ移動してください」というにはあまりにも酷なことです。何故なら現状で親も兄弟もいない人たちが「終の棲家として暮らしたい」と望んでいるのですからそれに応えられないようでは本当の意味で障害を持った人たちの支援をしてきていると言えないからです。

その要求にどう挑戦していくかがこれからの課題として心していく年になりそうです。

### スタッフを紹介します！



昨年の12月より、  
共同作業所HAPPYの  
スタッフとして働いてい  
ます。まだまだ未熟者では  
ありますが、心と体を大切  
にしながら皆さんと一緒に  
成長していけたらと思  
っていますので、何卒よろ  
しくお願い致します。

「百人一首」



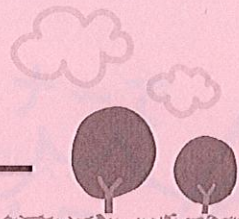
挑戦して、  
楽しかったね。

「ひな祭り」



なおこBANDさん、  
素敵な演奏ありがとう！

# ダリアの郷支援センター



3/20  
(火)  
サンヨーボウル  
にて

## 『ボウリング大会』 理事長杯



しっかり準備体操をしてから  
練習ボール5分



初めての  
参加もあり

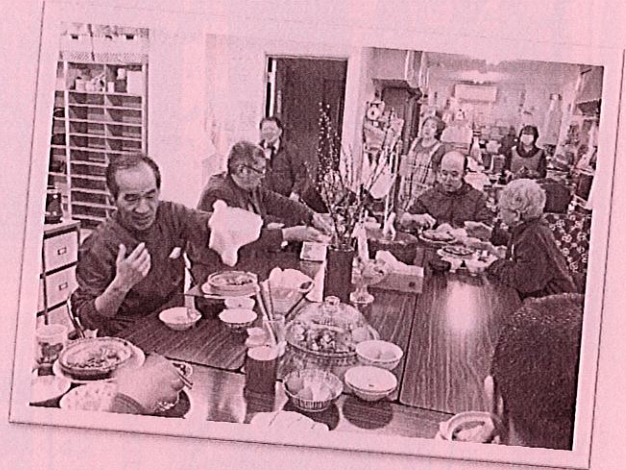
優勝すれば  
尚、嬉し♡



予測不能な勝者達の副賞は・・・？商品券でした。

## 『ある日の夕食の風景』

夕食は450円で提供しています。



### <好きなメニューランキング！>

- 第1位 『生寿司』
- 第2位 『唐揚げ定食』
- 第3位 『ハンバーグ定食』『餃子定食』『天ぷら定食』

### <皆の感想とリクエスト>

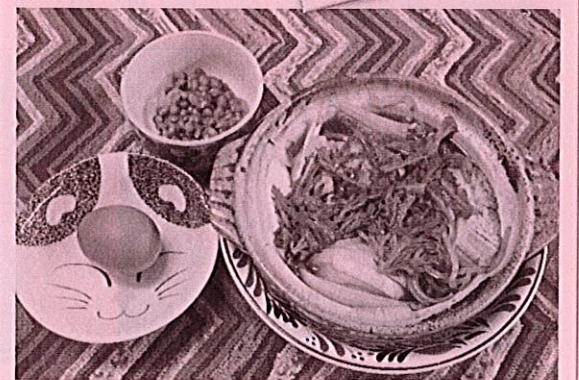
- あんかけ焼きそば、とりももステーキが食べたい。
- キムチが食べたいです。あと、もずくも
- 天丼のごはんをもう少し多くして欲しいです。
- 安価で十分満足している。ハンバーグカレーなんて無理かな。カレー大好き！

- お店の味よりおいしいです。

そばが好きなので、  
そば定食はムリで  
しょうか・・・



### 『豚すき鍋定食』



# 共同作業所・HAPPY

新品!

## 「レジンストラップ」

一つ一つ手作りしています! ストラップを編む人、レジンを作る人、みんなの個性がキラリ! ステキなレジンストラップができました!!

UVレジンとは・・・  
紫外線(UV)で固まる合成樹脂の事です。



## HAPPY ショップ

いきいき働いています。

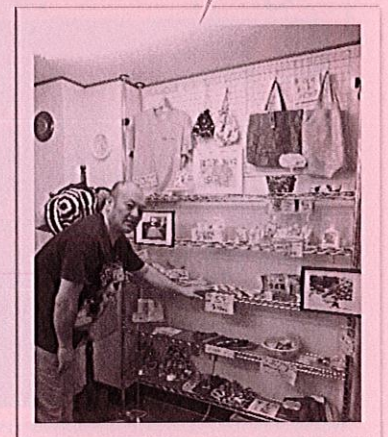
ショップの仕事はたくさんあります。

掃除、季節ごとのディスプレイ、お米の配達、

アイロンがけなどなど。

お客さまがいらしたら、お茶をお出ししています。

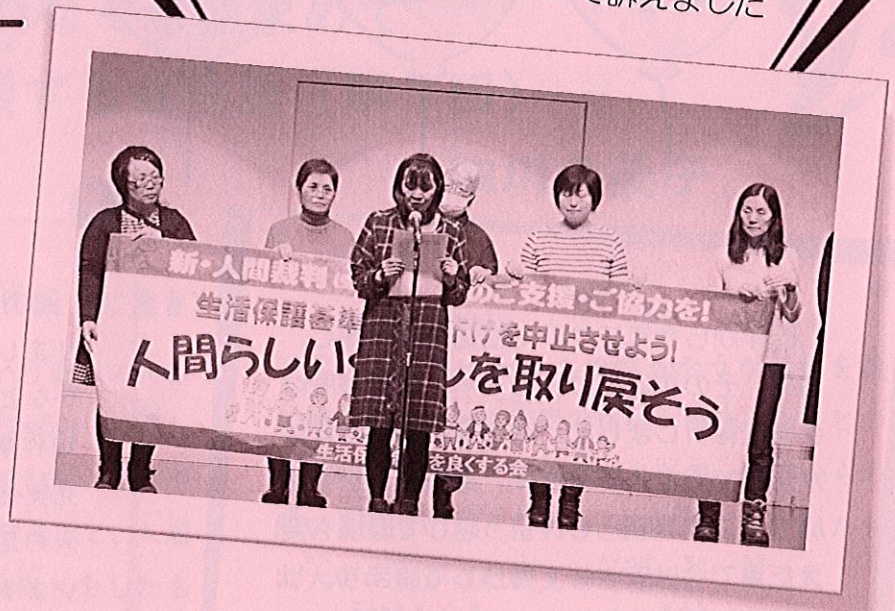
お客さまとの交流もメンバーの楽しみのひとつです。



# 2018年 全道集会 国際女性デー

## 活動交流のコーナーで

林妙子さんが舞台に立って訴えました



私は今から30年前に、抗うつ神経症、うつ病と診断され、約3年間、入院を繰り返しました。子供の幼稚園で、ママ友の人間関係で体調を崩し、今までの生活が全くできなくなってしまったのです。包丁を持ったまま倒れたり、煮えたぎったお湯や油を前に倒れたり、パニックや過呼吸になり、人と話すのも恐ろしく、仕事仲間と付き合いなくなり、家族にも友達にもつらい思いをさせ、はじめな思いの生活でした。

42才の時に離婚しました。精神的な病気は家族も疲れ、また理解してもらうのは難しく、当時、すでに長男は独立しており、また、同居していた次男は「お母さんと一緒に勉強ができない」と、夫と暮らす事を希望した為、子供たちと別れたあの時の悔しく悲しい気持ちは忘れる事ができません。

私には生活するお金がなかった為に、すぐに生活保護を受けました。平成15年11月のことでした。住宅費は別途支給されますが、生活保護費は月額8万円で生活は一変し、初めは「節約しても大変」という印象でした。

働きたいと思っても、仕事に就く事はできず、辛抱しながら暮らしました。保護を受けるようになってからは「ただで病院に行けるなんて」と

いう後ろめたさがあり、少々体調が悪くても我慢し、病院は精神科以外に行かないようにしました。2013年から3年間にわたる生活保護費、冬季加算の引き下げで、年間で5万円も減額になりました。好きで病気になったり、失業したりする人はいないと思います。できることなら生活保護を受ける人なんかいないと思います。生きるために、皆申し訳ない気持ちで受け、質素に生活しているのです。

今は、月末になると保護費も僅かになってしまうので、半額になった食材を買って節約しています。特に冬は外に出るのが大変になり、光熱水費が多かり、保護費の殆ど消費してしまいます。衣類や化粧品などほとんど買えません。靴も夏・冬一足ずつ買い、履きつぶす暮らしです。

そのため「新・人間裁判」の原告となり、闘う決意をしました。私のささやかな夢は、子供が結婚する時と、孫が生まれた時に、ほんの少しのお祝いをしたいのです。もうこれ以上、下げないで欲しいと切に思います。だからこそ、多くの仲間とともに裁判に訴えて闘っています。

「参加の皆さん、私たち「新・人間裁判」をぜひ応援していただきたく思います。よろしくお願います。」

# みんなの声

昨年から今年にかけて転倒を繰り返し、右肩、その次にあばら骨4本、また今度は手首を骨折しました。治らない右手の骨はボルトで固定しています。毎日リハビリ通いです。薬を減らし、引っ越して環境を変えた事で今は安心して暮らしています。リハビリを頑張ります。(野邊地淳子さん)

3月に誕生日を迎え、50歳の大台にのりました。40代では朝の除雪を頑張ったかなと思います。50代になってからは畑作業やポプリ、ショップ内作業の充実化、食事作りや食器当番ではペアの人の足を引っ張らないようにしたいと思います。(岸山周司さん)

前年の血液検査で、血中中性脂肪値が高くて、前回の内科受診の後日から、お酢を水で薄めてのんでいます。

始めは普通のお酢で辛かったですが、今はリンゴ酢で頑張っています。次回は数値が下がっていると良いです。

(単田浩二さん)

『ダリアの郷支援センター』に春・夏・秋・冬、一年に8回、足を運ぶことを目標にしています。最近、己の心の内にある“大いなるエゴ”を発見しました。また、古代ギリシャの原始哲学者エピクロス「隠れて生きよ」を教訓にしています。

(門田俊宏さん)

母を15年前に亡くし、昨年、父を亡くした。父とはよく喧嘩した。5月末に『ひなた』に入居して初めての花見を楽しみにしている。ボウリングは全部出たいし、海も楽しみ。肩を治して、仕事も少しずつ出来たら良いと思っている。

(渡辺哲也さん)

## 『掃除』

前からの目標で、掃除を少しずつですが出来るようになりました。

また、服のたたみ方がうまく出来ませんが、少しずつ頑張って色々な事が出来るようになりたいと思います。(丹羽裕子さん)



## ① 明日へつなぐ希望求めて

### — 支援する会物語 (第7回) —

細川久美子

(前号からのつづき)

#### 〈北海道新聞に掲載・マスコミの威力に驚き〉

「共同住居を作ってほしい」という要求の声は非常に大きかったわけですが、なぜか「入居したい」という人はすぐにはやってこないとは思ってもありませんでした。若根荘の宣伝と、入居する人の紹介をお願いする病院周りをしたものの、そう簡単に入居者の申し込みはなかったのです。

その頃、細川は生活相談員として、多くの相談を受けていたため、生活に困った問題、夫の暴力により離婚したい問題、病気になったけど医療費がなくて病院にかかれなくなって困っている問題を抱えて行き場のない人たちを一時的に入居させていたわけです。「共同住居若根荘」は立ち上がったけれども翌年の4月にならなければ札幌市の事業に結び付かなかつたため、一時の居住地として住むことが出来、大いに助かった人たちだったのですが、本来の目的である精神障害者でひとり暮らしが出来ない人などにはなかなか遭遇せず、二人の入居者から増えない苛立ちと今後の方向を見いだせず、働きかけてきた病院からも連絡はなく、不安になる日々でありました。

いずれにしても来年度に向けて入居者を募らなければならないために、当事者グループのすみれ会で知り合った北海道新聞の記者をお願いして記事として取り上げてもらうことになったのでした。

六分の一の紙面を割いて二人の利用者とボラ

ンティアの美っちゃんの嬉しそうな写真を載せて「札幌に女性専用の住居が出来たよ」との報道は、驚くほどに効果があって、地方からの問い合わせが次々とあり、新聞の威力に私たちは大いに驚かされたものでした。

この頃からマスコミの方たちのお付き合いの始まり、今でも親しくお付き合いをさせていただいている記者の方たちも少なくありません。その新聞記事のおかげで旭川や浦河、病院などからのつぎつぎと入居の申し込みがあり、若根荘は瞬く間にぎやかになりました。

院長に付き添われて見学に来たやえちゃん、院長の「やえちゃん、なかなかいいところだねえ」との一言で入居することが決まりました。3年間入院していた重ちゃんはお母さんに付き添われて見学し、病院から「グループホームで暮らすのなら退院が出来る」と言われ、ぜひとも入居したいと目を丸くしての言葉にお母さんも安心されたようでした。しかし、どちらかと言えば、みんな暗い過去を持っており、その傷をいつ癒すことが出来るのかと不安な気持ちでみんなを見守ってきたことが思い出されるこの頃です。

やえちゃんは今も若根荘から元気に作業所に通所する毎日ですが、重ちゃんは退院が出来ず、今も病院に入院したままの生活になってます。

(次号に続く)

# 4コマまんがが



《寄付金・寄贈品》  
 当会の活動に対し、ご支援いただき  
 厚くお礼を申し上げます。

(順不同・敬称略)

2018. 2. 21~2018. 3. 20

ニチドク事務機株式会社、NPO 法人みんなの  
 広場、土沼芳枝、菅原、伊藤勇人、池田道子、  
 アmano、高木義子、林



~ご協力をお願い~

『書き損じハガキ、ありませんか?』

いつもご協力いただきありがとうございます。  
 ございます。

支援する会では“書き損じハガキ”を集  
 めています。頂いたハガキは、支援する  
 会の財政活動に使わせて頂きます。

ご協力宜しくお願い致します。

## 告知板

7月5日(木)に、夏の福祉  
 バザー『ダリア祭』の開催を予  
 定しています。

皆さんのお越しをお待ちし  
 ております。



HSK ころから  
 昭和48年1月13日第三種郵便物承認  
 発行 2018年4月10日(毎月10日発行)  
 HSK通巻番号553号

### <編集後記>

🌸 4月になりました!!新しい仲間も加わり、新しい年度が始まりました♪3月にはメンバーと共に年度末ミ  
 ーティングを実施、皆からの意見・要望を取り入れた今年度の予定が決まりつつある今日この頃です。「新た  
 な事に挑戦する by細川専務理事」この言葉を受け、メンバーと共に色々な事に取り組む一年にしていきた  
 いと思います。(米村)

🌸 雪に覆われていたのが嘘だったみたい…。山の上にはまだ雪が残っていますが、日は長くなり、自転車に  
 も乗れるようになりました。春です🌸何か新しい事に挑戦するには気持ちを固めやすい時季!『みんなの  
 声』のコーナーにも挑戦が満載でした。舞台に立って自分の考えを訴えるのも挑戦!私の挑戦はホームペ  
 ージの改良です。皆さんは何に挑戦してみますか?(藤原)