



# KPニュースレター

2024 vol.05

こんにぴあ。さむーい毎日が続いています。と思いながら、まちを歩いていると春の気配に気が付くことができます。冬もよかったけれど春も待ち遠しいですね。

< 2025年のKPは またまた活動をしんか（進化、深化、新化）させていただきます・・・ >

KPの活動は、「声をきく」「扉をひらく」「仲間（ピア）がささえる」「社会をかえる」の4つの理念とともに、多様な立場の方々が権利擁護への思いを一つに、にぎやかに集うことで展開しています。本年も、皆様と活動をご一緒できることが楽しみです。引き続き、KPをよろしくお願ひします。

堀合悠一郎



このたびKPの担当になりました和田泰治と申します。

精神障害者の人権擁護を進めるには社会の意識・固定観念を変えていく必要があります。その為にはKPの活動を一人でも多くの方に共感を持って理解を頂くことが大切であり、それがこれからの共生社会に向けて求められることだと思います。

その実現に向け日夜努力されているKPの皆さんと仕事ができることを誇らしくも身の引き締まる思いです。

福祉と無縁のサラリーマンを卒業、縁あってさざなみ会のお手伝いをさせていただき10年になります。まだまだ学ぶことも多いですが、微力ながら少しでもお役に立てればとおもっておりますのでどうぞよろしくお願ひいたします。 和田泰治

1月の定例会で、2つの検討事項について話し合いました。

◇必要経費のスリム化をはかるために、活動拠点を移転する

- ・ 4月からさざなみ会の事業所（地域活動支援センター工房タッチ）の一部屋を活動拠点とし電話相談活動を続けていく
- ・ 固定電話は廃止して、事務所用携帯電話を活用する

◇みなさんの声を沢山受けとれるように、定例会の日時を検討する

- ・ みんなが参加しやすい日程を探っていく（まずは2月3月の予定は・・・）
- ・ 2月4日（火）18：30～20：00
- ・ 3月21日（金）18：00～19：30

定例会開催にあたり、たくさんの情報や話題をよせていただきました。会場16名、オンライン10名での活発な意見交換となり、新年のあたたかな時間でした。

（事務局より：三瓶）

みなさんありがとうございました。

## 【12/26(木) 県立保健福祉大学で講演・交流してきました。】

神奈川県立保健福祉大学の行實先生の精神保健福祉士を取るコースの来年実習を控えた3年生の授業に、KPメンバー（池畑、小林、関、風書、三輪、山田）と事務局の三瓶で訪問した。KPの歴史や理念、相談活動、面会活動について、訪問したKPメンバー6人のさまざまなリカバリーストーリーなどについて、話す機会をいただきました。

昼過ぎから開始ということで、昼ごはんは大学の学食で頂きました。学生さんが普段食べているごはんでは元気をもらって臨みました。ストーリーテリングでは、KPに関わったいきさつ、電話相談、私たちの事、そして詩の朗読をやりました。交流会では学生さんは控えめでしたが、やはり興味があるのか質問して頂きました。お互い緊張していたようですが、次第にうちとけてきました。（風書）



KPの大切にしている健常者とピアとの共生や、オンリーワンで各人がそれぞれ大切にしているポリシーやピアアボドケイトや、相談活動の意義や、生きがいや社会貢献について述べた人もいます。

グループワークになり、学生の入学動機や将来の方向性の希望などを聞いて、学生たちが、目をキラキラ輝かせながら将来の夢を述べていて、こちらも元気や生きる力をもらえた。

再来年の国試に向け、実習、就職活動など、忙しい日々でも仲間で乗り切っていくと来年に向け、決意を新たにしている、聞いている側としても、とても嬉しい気持ちになった。（池畑）

わたしたちKPが大切にしていることの4つの中の「社会をかえる」に当たる取り組みとして講演活動に初めて参加しました。それぞれの自分史等をボランティア相談員が学生さんに語ったことで、結果、相談員同士がそれぞれの人となりを知り合い、距離が縮まる機会に恵まれたことは、良かったです。受け手の安心や安全な環境も大切になる相談業務に当たる私たちにとって、普及啓発のための活動に参加したことで得られた、とても有難い恩恵であるように感じました。（小林）

授業のあとで学生さんが書いたリアクションペーパーを読ませていただきました。何人かの学生さんが、当事者ではない専門職のアイデンティティがどこにあるのだろうかという問いを立てているのが印象に残りました。ピアと専門職がいることでお互いのアイデンティティが際立ってくるのかもしれない。（三輪）

授業に参加する前は期待でワクワク、また学生さん達に私の発表することが理解してもらえるか心配でドキドキしました。グループワークになると質問攻めにあい、皆さん熱心にメモを取っていて熱意を感じました。あっという間のステキな時間を過ごし、また皆さんと共有出来ました。私も若いパワーをもらって元気になったし、学生さん達にもよい交流だったと感じてくれたら嬉しいです。（関）



## 【1/14(火) 横浜創英大学に訪問してきました。】

横浜創英大学の看護学部（小川雅代先生、横山恵子先生）の「精神科医療における人権擁護活動の実践を学ぶ」という2年生85名の授業にゲストスピーカーとしてお招きいただき、KPから藤井、山本、中森、三瓶でお話ししてきました。

横浜創英大学の看護学科の2年生の授業に行ってきました。

初めて大勢の前でゲストスピーカーとして話をしました。自分の体験や、KPの活動について紹介しました。とてもいい経験になりました。

患者さんを一番見ているのは、看護師さんなので、患者さんに寄り添う看護をしてほしい、と話をしてきました。（山本）



□1/25 (火) やどかりの里やどかり研究所 (埼玉県)  
主催の第23回 (2024年度) 報告交流集会に参加してきました。諸外国での精神保健の仕組みが紹介され、堀合さんはベルギーの精神医療改革視察の経験をふまえ、当事者中心の精神医療への改革や、市民への普及啓発などについて、「倫理的なことは、専門知識がなくてもわかりやすいこと。人の心に、倫理観に訴えることの大切さや、その効果もあると思う」と話しました。



□1/30 (木) 横浜市健康福祉総合センターにて、横浜市社会福祉協議会の職員研修 (人権研修) にてお話をしてきました。風書さんは「声をきく」ということは、相談してくる方の心に寄り添い、痛みを分かち合うことが大事」と話しました。藤井さんは「誰もが当事者になりうる。みなさん協力してメンタルヘルスのことに取り組みましょう。」と話しました。



## 『定例会ってこんな様子です・・・』

### 〈12月 定例会〉

- 11月の相談について報告
- KPの運営についての情報共有と意見交換

### 〈1月 定例会〉

- 12月の相談について報告
- 神奈川県立保健福祉大学  
ゲストスピーカーの報告など

## 【サポーターになってください!!】

わたしたち KPの活動 (病院の訪問や相談活動、普及啓発事業など) は、サポーターの皆さまからのご支援で成り立っています。

活動を継続していくために、サポーターとしてお力を貸していただければ幸いです。  
(2024年12月~2025年1月にご寄付いただいた方) 福所さん、鈴木さん、池畑さん、山田さん、青木さん、斉田さん、小林さん、匿名希望のみなさま (順不同) ありがとうございます。これからもどうぞよろしく願いいたします。



こちらから銀行振込  
または  
クレジットカードが  
えらべます。

## 【ボランティアのつぶやき】

電話相談ボランティアのお仲間に入れていただいて、1年半ほどたちました。お当番の日はJR新杉田駅から歩いて行くのですが、どんどん緊張が高まります。でもKPのドアを開けて中に入ると、一気にほっとします。その日にいらっしやらない方々も含めてみんながかもしだしている空気を感じて、「よし、今日もやってみよう」と落ち着くことができるのです。

あるミニミーティングでのこと。KPの共通の相談の枠組みがあるかというような話題になり、最終的に確認されたのは「みんなそれぞれでよい」ということ。私はそれまで、相談員のメインは当事者さんで、ソーシャルワーカーの自分は当事者さんに追いつけないな...というような感覚を勝手に持っていたので、「それぞれでよい」ということにびっくり! そして次の瞬間に納得! 私は私ができる対応を、心をこめてやっていけばいいんですね。

お当番は月1回ほど、まだまだひよっこです。どうぞみなさまよろしく願いいたします。(大倉よしの)

電話相談などで活動してくださっているボランティアさんに日々感じたことをつぶやいていただきます。



# 【相談活動のご報告】12月～1月

## <相談活動の集計と内訳>

	総数	電話	メール	手紙	訪問面会	所内面接	オンライン面談
12月	99件	76件	10件	8件	1件	3件	1件
1月	96件	84件	5件	2件	1件	4件	0件

## <新規相談の内訳>

	件数	本人	家族・関係者	県内	県外	不明	医療	生活・福祉・その他
12月	10件	6件	4件	6件	3件	1件	9件	1件
1月	12件	8件	4件	9件	3件	0件	10件	2件

## <ボランティアさん紹介!!>

岩崎です・・・新しくボランティアの一員になりました岩崎です。みなさんの背中を追いかけながら、電話相談のこと、KPのこと、勉強中です。お会いできたらぜひお話ししたいです！

精神保健福祉士資格  
チャレンジ中の山田です。  
対話（電話）を通して、「弱さ・苦勞」を分かち合い、気づきやつながりの機会を増やしましょう！！

栗田です・・・どんなご相談があるのか、自分で聴くことができるのか、なにかお役にたてれば・・・そう思いながら電話相談をさせていただいています。

## KP日誌

### 《ミニミーティング》

ボランティア相談員を中心に相談の経過報告や対応の検討をしたり、情報共有をしたりして、相談員相互のサポートの話し合いを行っています。

12月27日（金）13名（現地9名、オンライン4名）  
1月31日（金）6名（現地5名、オンライン1名）

### 《定例会》

現地とオンラインのハイブリットで開催しています。ぜひ、みなさんご参加ください。

12月3日（火）来場14名 オンライン11名  
1月7日（火）来場16名 オンライン11名

## 「くすりについての意見交換会」

2/21（金）14：00～16：00に「くすりについての意見交換会」を行います。

MDAA東京（メディカル・ドラッグ・アディクション・アノニマス）の佐川さんが、KPに見学いらっしやることになりました。遠方からいらっしやるので、精神科の薬について、意見交換をする場をつくろうというお話になりました。

この「くすりについての意見交換会」は、薬を飲むこと・やめることを推奨するものではありません。

自分の薬との付き合い方、困っていること、工夫していること、感じていることなどを共有する場としてご参加いただければ幸いです。

ご参加希望の方は 事務局メールまでご連絡ください。

## 【編集後記】

KPの事務所を引っ越すことが決まりました。

**3月14日から 新事務所**になります。それに伴い固定電話が、携帯電話（080-7372-7432）に変更になります。KPは、変えてもいいものは変えながら、変えられないものはきちんと守って、これからも活動を続けていきたいと思っています。

今の事務所の片付け、新事務所の準備など・・・またまたボランティアさんに協力をお願いしたいと思います。お手伝いできます！とご連絡いただけると嬉しいです。

発行：認定NPO法人さざなみ会

**KP神奈川精神医療人権センター**

けいびーかながわせいしんいりょうじんけんせんたー

発行日：2025年2月10日

住所：〒235-0023 神奈川県横浜市磯子区森3-14-3

（新住所：横浜市磯子区森6-1-10）

電話：045-353-5711（3/13まで）

**事務局電話：080-7372-7432**

相談電話：080-7295-8236

MAIL :kp.kanagawapeer@gmail.com

ホームページ：https://kanagawa-peer.com/

