



KPニュースレター

2025 vol.04

こんにびあ。すっかり秋らしい空気になってきましたね。皆さんはどんな秋を楽しんでいますか？食欲の秋・読書の秋・スポーツの秋…それぞれの“マイ秋”を見つけて過ごせたらいいですね。



【8/8 けやきの会に講演に行ってきました!!】

8月8日（金）、相模原市のNPO法人けやきの会（@就労継続支援B型事業所ブレンド）にて、藤井さんによる「日本の精神保健福祉の歴史と現状について」の講演が行われました。

藤井さんは10代の頃から精神科病院で過ごした体験を、当時の情景を思い出しながら語ってくれました。ガチャンと大きな音を立てて閉まる閉鎖病棟の扉、全裸での身体検査、古米の食事、竹刀でたたき起こされる朝…。副作用による急性ジストニアで体が思うように動かなくなったこともあったそうです。

一方で、院内外での作業療法にやりがいを見出し、リハビリを通じて回復へと歩んだ経験もお話しされました。ナイトホスピタルでの生活では、日中はパルプ工場で働き、夕方に病棟へ戻って冷めた夕食を食べ、自分で洗濯をして眠る——そんな日々を振り返られました。さらに、当時の職親制度を活用して就職を果たし、退院後は働き続けることができたそうです。

日本の精神科医療の歴史を“実際に生きて体験してきた”藤井さんの言葉はとても重みがあり、貴重なお話を伺うことができました。

【8/9 JCOMHS『ベルギー精神科医療保健システム改革 視察からの学び』に参加しました。】

ジェイコムズ・ミーティング『ベルギー精神科医療保健システム改革 視察からの学び』と第1回関東ブロック交流会（@こころのホームクリニック世田谷）に、ベルギー視察メンバーで参加してきました。2024年のベルギー視察を振り返り、全国の医療福祉従事者の方たちと交流をしました。人が中心で、家や職場や地域がケアのベースであることを大事にしたい、と、仲間たちと語り合えた夜でした。（三瓶）



堀合さん、野々上さん、三瓶さん、星野さん、増子さん

※JCOMHS (The Japan Community Mental Health Service providers network) とは、地域精神保健サービス提供者日本ネットワーク (<https://jcomhs.com/>) として、こころの支援者の学びと支え合いのプラットフォームとして設立されたネットワークです。

【9/23】千葉精神医療人権センターの1周年記念イベントに参加してきました!!

2024年9月に発足された千葉精神医療人権センター。1周年記念イベントが開催されました。第一部は、古屋龍太さんの講演会で、精神科入院医療の現場におけるジレンマと現在の精神科病院の入院の問題について。第二部は、精神科ユーザー、従事者によるパネルディスカッションでした。

千葉は、私共KPとはまた一味違う特徴を有しているかと思えます。KPは、ピア当事者が積極的に参加行動しているかと思えます。千葉は、精神保健福祉士や地元弁護士会などの福祉や法律専門の方々が立ち上げた経緯の中の1周年という感を覚えます。よって、当番弁護士制度など、KPとはまた一線を画した中での活動の末の1周年に至ったかと感じ、よくぞ達成したと業績に拍手を送りたいです。

現在、全国に10箇所近い人権センターが立ち上がりました。それぞれの地域に合致した色を出しながらの活動を今後の各方面に期待したいと感じ願わずにはいられません。今、地域医療のサービスの格差が頻繁に取り沙汰されています。今後の地域における精神科医療精神保健福祉のあり方をお互いの連携の中、模索しながら進めて行くこと、イベント参加して感じ思う機会となりました。

（藤井）



<KPの電話相談ボランティアでも活躍している池畑さんは、第二部で登壇されました。ひとこと感想をいただきました。>

設立集会から、1年経って、109名の方が参加されて、私自身も精神科ユーザーとして、入院経験を発表して、辛い経験を思い出しながら、人生の一つの区切りになり、よい経験になり、振り返れた。（池畑）



『定例会ってこんな様子です』

〈9月 定例会〉

■ 8月の活動報告など

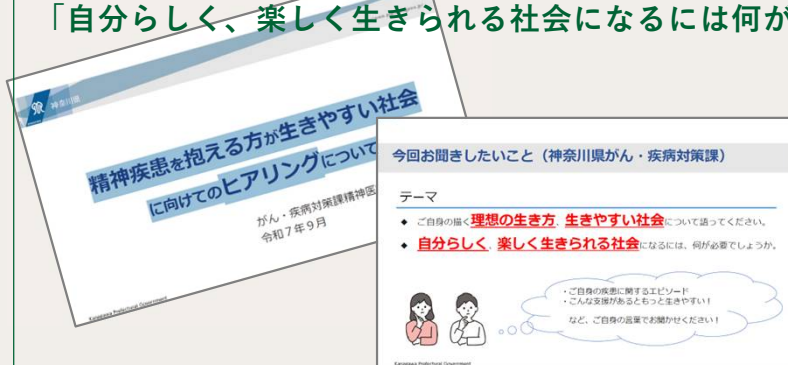
■ <精神疾患を抱える方が生きやすい社会に向けてのヒアリング>

(神奈川県のがん・疾病対策課精神医療グループ)

神奈川県 がん・疾病対策課精神医療グループさんから、「当事者目線の精神科医療推進」のための取り組みとして、当事者の皆さんに「ダイレクト」に「生の声」を聞きたいと依頼を受けました。そこで、9月の定例会にお越しいただき、県の方と一緒に

「理想の生き方、生きやすい社会とは」

「自分らしく、楽しく生きられる社会になるには何が必要か」について、語り合いました。



一人ひとりが付箋に思いを綴り、発表していく中で、「生きがい」「自由」「仲間」「居場所」「安心」「やさしさ」など、たくさんの言葉が寄せられました。

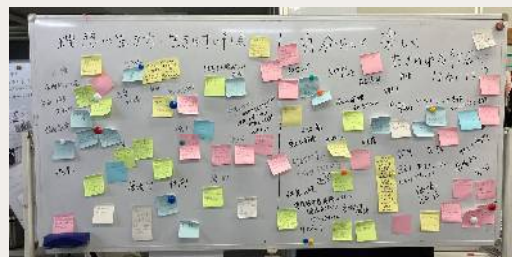
自分にとって大切なものを自由に語り合う時間は、参加した人の心をほぐし、「こんな社会になったらいいな」という希望を分かち合えるひとときになりました。

県では、KP以外にもピアサポーターや依存症の当事者の声を集め、その結果を年明けには知事とのオンライン対話で共有する予定だそうです。

私たちKPも、皆さんの声とともに、「自分らしく、楽しく」生きられる社会の実現に向けて、歩みを進めていきたいと思います。



オンラインと現地とのハイブリット開催でした



ホワイトボードに貼ってまとめました

〈8月 定例会〉

■ 7月の相談活動の報告

■ 【病院訪問活動：曽我病院への訪問】

- ・ 曽我病院の訪問について報告と意見交換を行いました

■ <5周年イベントについて、

5周年の軌跡や活動をみんなで発表をしよう！！

をテーマにどういう形がいいのか話し合いをしました。>

- ・ KPが主役になりたい
- ・ 交流する時間ももちたい
- ・ ワイワイした感じがいい
- ・ ボランティア同士の交流もできたらいい
- ・ ほかの地域の精神医療人権センターのことも知りたいし交流もできたらと思う
- ・ 実行委員会をおこなって進めていきたい



KPの定例会は、皆さんと一緒に作っていかれたらと思っています。
こんなことを話したい、こんなこと聞いてみたい！！とか要望をおよせください。

【どうして〇〇な活動しているんですか？】

KPメンバーさんはいろいろな活動をしている人がいます。

今回は、電話相談ボランティアの風書さんに「どうして絵を描いたり小説を書いたり創作活動をされているんですか？」ってきいてみました。



誰でもこうあったらいいなという世界観があると思います。自分だけの理想像はなかなか現実のものにはなりませんが、絵や文章などに視覚化は出来ると思います。

そして視覚化出来ると、自分はこう考えているけど貴方はどう思いますかと、問う事が出来ます。そういう事をしていると少しだけ理想が現実に近いような気がします。それが創作の魅力だと思います。

風書なおき

※次回は、KP会長の藤井さんにきいてみます・・・

【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。

（2025年8月～2025年9月にご寄付いただいた方）内山さん、大熊さん、中野さん、匿名さん、ひびのさん、反町さん、神鳥さん、稲川さん、今村さん、山田さん、栗原さん、大川さん（順不同）

ありがとうございました。これからもどうぞよろしくお願いいたします。

また、定例会でのお菓子の差し入れなどの寄付もたくさんいただいています。ありがとうございます。



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】

昨年10月からKP電話相談ボランティアの一員として活動させていただいています。活動を始めてみると、精神障がい当事者や家族の方、医師や作業療法士、精神保健福祉士や社会福祉士、介護福祉士といった、医療や福祉の専門職に限らず、例えば製造業の会社員の方、別の分野の仕事を定年退職した方、大学生の方など、様々な立場の方々が、それぞれのペースで毎月のシフトに入っておられることが分かりました。

こうした“市民ボランティア”の集う相談窓口が、平日5日間、必ず開いており、2人以上で相談電話に出るために待機していることに、とても価値があると思います。

そのようなボランティアの一員として、私を快く受け入れてくださったKP事務局やボランティアの皆様には、感謝しかありません。

神奈川県内に留まらず、他県からも相談が寄せられるこの相談窓口に、今後も「どうすればよかったか」、こたえがみつからない相談も、いや、そうした相談の方が多いように思います。「一人で悩むことはやめて一緒に考えてくれる場所がある」と、KPのことを1人でも多くの方に思い浮かべていただければ、これまで同様、皆さんと力を合わせて活動を続けていけることを願っています。（小林香代子）

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】8月～9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
8月	110件	93件	14件	0件	1件	2件	0件
9月	121件	98件	17件	1件	1件	3件	1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・ そのほか
8月	7件	5件	2件	5件	1件	1件	6件	1件
9月	8件	7件	1件	5件	3件	0件	8件	0件

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。

8月29日（金）8名（現地3名、オンライン5名）
9月26日（金）4名（現地2名、オンライン2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。

8月 5日（火）来場22名 オンライン7名
9月19日（金）来場29名 オンライン13名



事務局のうごき

■5周年記念イベント

日程が決まりました。皆さん、予定をあけておいてください。内容については、企画会で決めています。



企画会の様子

<5周年記念イベント>

日時：2026年1月24日（土曜）13：30～17：00

第一部：（仮）KPの活動紹介（設立からのhistory）

第二部：（仮）フロアディスカッション（カタリバ）

場所：ウィリング横浜

■630データ冊子

2024年度のデータをまとめたデータ本を発行することになりました。630データについて関心のある方に、ぜひコラムを執筆いただきたいと思います。関心のある方は、事務局までお問い合わせください。

■病院訪問活動について

今年度の病院訪問活動も進んでいます。12月には座談会を開催予定です。ぜひみなさんご参加ください。

【編集後記】

先日のYPS主催「神奈川ピアまつり」で、久しぶりに広瀬さんにお会いすることができました。お仕事が忙しくなり、定期的な相談活動への参加が難しくなっていた広瀬さん。実は、相談ボランティアのみなさんの中でも、さまざまな理由から活動をお休みされている方は少なくありません。

でも、KPはいつでもみなさんをお待ちしています。ふと思いついたときに、ぜひ顔を見せていただけたら嬉しいですよ。

来年の5周年記念イベントが、そうした「また集まれる場」になればいいなあ、と願っています。

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10月10日

住所：〒235-0023 神奈川県横浜市磯子区森6-1-10

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/

