

令和6年度 第2回文京区地域精神保健福祉連絡協議会 要点記録

日時 令和7年3月14日（金）午前10時00分から午前11時49分まで

場所 障害者会館 会議室A・B（シビックセンター3階）

<会議次第>

1 開会

2 議事

(1) 精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築の取り組み【資料第1号】

(2) 各会議の実施報告【資料第2号】

(3) ピアサポーター交流会の報告【資料第3号】

(4) 講演「ピアサポートを知ろう」講師：石田貴紀氏【資料第4号】

(5) 意見交換

3 事務連絡

<外部委員>

出席者

守谷 直樹会長、石黒 雅浩委員、根上 由紀委員、澤田 欣吾委員、大高 靖史委員、
成塚 康之委員、平野 吉晃委員、山岸 恒子委員、石樵 さゆり委員、
皆巳 純恵委員、平井 芙美委員、奥野 博章委員、松尾 裕子委員、菊池 景子委員、
礪部 好雄委員、老 孝明委員

欠席者

藤原 直之委員、浅水 美代子委員

<区側委員>

出席者

矢内保健衛生部長、熱田教育総務課長

欠席者

鈴木福祉部長

<幹事>

出席者

金谷保健対策担当課長、永尾福祉部障害福祉課長、
渋谷福祉部生活福祉課管理係長、山岸教育推進部教育指導課長

欠席者

小島予防対策課長、大塚保健サービスセンター所長

<事務局>

出席者

佐藤精神保健担当主査、松本精神保健担当主査、堀内、田中、石宇
柳瀬保健指導係長

<傍聴者>

0名

保健対策担当課長：皆様、おはようございます。本日はお忙しい中、ご出席いただきましてありがとうございます。

定刻となりましたので、これから令和6年度第2回文京区地域精神保健福祉連絡協議会を開催したいと思います。

私は保健対策担当課長の金谷と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

まず事務局より、本日の出席状況及び配布資料についてご説明いたします。

予防対策係長：皆さん、おはようございます。

事務局予防対策課精神保健担当の佐藤と申します。よろしくお願いいたします。

まず委員の出席状況からご報告させていただきます。本日ご欠席のご連絡をいただいておりますのが、文京区医師会の藤原委員、文京区家族会の浅水委員の2名でございます。澤田委員と大高委員のほうは遅れて参加をいただくという形になるかと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

配布資料につきましては、次第及び資料第1号から第6号までとなっております。次第にもご案内させていただいておりますが、第1号から第4号までが議事の資料、参考資料といたしまして、第5号協議会要綱及び第6号委員名簿を配付しております。不足資料がござい

ましたらお持ちいたしますので、挙手をいただければと思います。

それから、発言に際しましては、マイクをこちらのほうでお持ちいたしますので、ご使用いただければと思います。

ご協力のほうお願いいたします。以上です。

保健対策担当課長：それでは、会議に先立ちまして、保健衛生部長、矢内よりご挨拶申し上げます。

保健衛生部長：皆さん、おはようございます。保健衛生部長の矢内でございます。

日頃より文京区精神保健対策にご理解とご協力を賜り、厚く御礼を申し上げます。

また、本日は年度末のお忙しい中、会議にご出席くださいます。誠にありがとうございます。

さて、この文京区地域精神保健福祉連絡協議会でございますが、令和元年度より、保健医療を起点とした基盤整備と福祉を起点とした基盤整備の検討、それぞれを統合して、地域づくりの検討の場として開催をしております。精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築に向けて、様々ご意見をいただき、協議を行っているところでございます。このにも包括ケアシステムの構築に向けては、まずは文京区の様々な課題を皆様と共有し、共通の理解を持ちながら検討を進めていきたいと考えております。そのような場でございますので、何とぞ活発なご議論をいただけますように改めてお願いを申し上げます。

今年度第1回の会議では、ピアサポート活動をはじめとしたにも包括の構築に向けた取組についてご検討をいただきました。このことを踏まえまして、プロジェクトチームにおいて、当事者のご希望やニーズを知るためのイベントを開催いたしましたので、本日はその状況についてご報告をさせていただきます。皆様方から本日いただいたご意見に基づき、できるところから着実に進めていきたいと考えております。

また、ほかにも地域基盤の整備、支援体制の整備、個別支援の検討の三つの軸に沿った検討の場として位置づけました三つの会議のご報告をさせていただきます。この包括ケアシステムでございますが、地域で精神障害者の方を支えるそれぞれの立場の方たちの顔の見える関係を築いていくということが、非常に重要な目的の一つでございます。この協議会を通じて、相互の連携を一層深められるように、私どもも仕事を進めていきたいと考えておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

本日はどうぞよろしくお願いいたします。

保健対策担当課長：それでは、早速ではございますが、議題に入ってまいります。

以降の進行は守谷会長にお願いしたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

守谷会長：小石川医師会の守谷です。江戸川橋で精神科クリニックを開業しています。今日の資料を見ると、いつもより増してかなり内容が濃いようなので、早速議事に入らせていただきます。スムーズな進行には皆様の協力が必要なので、よろしくお願いします。

最初の議事は、精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築の取組です。事務局の方、よろしくお願いします。

保健対策担当課長：

それでは、本日の会議を実施するに当たり、まずこちら資料第1号でございます。地域包括ケアシステムの構築のイメージ図から説明させていただきます。前回の第1回でも説明しているところでもございます。簡単に省略して説明させていただきたいと思います。こちらは平成29年に「これからの精神保健医療福祉のあり方に関する検討会」の報告書において、精神障害の有無や程度にかかわらず、誰もが地域の一員として安心して自分らしい暮らしをすることができるよう、医療・障害福祉・介護・住まい・社会参加・地域の助け合い・教育が包括的に確保された「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」の構築を目指すことを新たな理念として明確にされたものでございます。

2 ページの表でございます。精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に向けて、国として推進すべき事業を位置づけられております。文京区としても、こちらは徐々に取組を増やしているところでございます。

3 ページの表でございます。こちらは本協議会の取組方について示しております。「文の京総合戦略」、「文の京ハートフルプラン障害者・児計画」、「文の京ハートフルプラン保健医療計画」を踏まえつつ、本協議会進めていく必要がございます。

4 ページの表でございます。こちらは令和3年度に整備を行ったところでございまして、協議の場の機能と協議内容の構造を示したものでございます。会議体としての協議の場については、「保健・医療から地域を考える視点」と「障害福祉から地域を考える視点」の両視点を持った上で、地域基盤の整備、支援体制の整備、個別支援の検討の三つの軸に沿って、様々な機能を発揮することが求められており、それぞれの軸に沿って検討することができるよう、地域移行支援検討会議、精神障害者支援機関、実務者連絡会、地域生活安定化会議の目的や役割を整理しました。

協議の場の構築における基本的な視点として、個別ケースの検討が土台となりますことから、各会議体において個別ケースの検討等を通じて意見の集約を行い、地域ビジョン、地域

のあるべき姿の検討と、具体的な取組内容及び数値目標の設定に向けて協議を行うとともに、優先度を決めて実施可能なものから協議・実施を進め、それらの取組状況を報告し、包括的協議を行う場として地域精神保健福祉連絡協議会が整理されました。

平成 30 年度以降、国や文京区の精神保健関連政策と精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築の取組を進めており、次の表が令和 6 年度の取組の進捗状況となります。

まず①として、地域移行支援検討会議でございます。続きまして②としては実務者連絡会、③として地域生活安定化会議、こちらにつきましては、議事 2 にて実施報告をさせていただきます。

また、「にも包括」の推進を目的として、文京区の強みを生かした地域作りを行うために、「障害のあるなしに関わらず、住民の誰もが分け隔てなく暮らしていくことのできる文京区」を目指し、ピアサポーター活動の推進のため「ピアサポーター交流会」を実施しました。こちらは議事 3 にて報告させていただきます。

簡単ではございますが、以上が文京区の精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築の主な取組になります。

守谷会長：ありがとうございました。

次に、議事 2 に移ります。各会議の実施報告です。

事務局の方、よろしくお願いします。

事務局：それでは、事務局事業担当より、議事 2 各会議の実施報告について説明させていただきます。

資料第 2 号をご覧ください。「にも包括」の協議の場の構築に向けて、令和 3 年度に区の既存の会議体の位置づけを整理いたしました。具体的には最初の図のとおり、地域移行支援検討会議を「地域基盤の整備の軸」、実務者連絡会を「支援体制の整備の軸」、地域生活安定化会議を「個別支援検討の軸」と位置づけ、それぞれの会議体において、保健、医療、福祉を起点として、テーマに沿った検討を行っているところです。

地域ビジョンの検討と具体的な取組内容に向けて協議するための各会議体における課題整理を報告します。

まず、「文京区地域移行支援検討会議」です。第一に、「地域基盤の整備の軸」として位置づけました「地域移行支援検討会議」の報告をいたします。この会議では、長期入院者の地域生活への移行を促進するため、文京区の基盤整備のための取組の検討を年 4 回行っています。主な内容といたしましては、地域移行支援を利用している対象者の報告や、基盤整備

量の検討に向け、長期入院後に退院した人の状況を検討・意見交換、長期入院施設を対象とした調査の検討・協議をしております。

第3回と4回の会議の中に出てきた内容としては、「サポートがなく経済的に困るような状況であったとするなら、世帯分離をして生活保護受給をするとケースワーカーがつくなどの支援が増えた可能性もあると感じた」という意見や、「地域移行給付につながった方で、入院が長期化し、退院意欲が低下した方の意欲喚起のためにどう関わったのか」、「入院後に病院から連絡がなく、病院からの一報で入院を把握したことで動き出しが遅くなってしまった」というような意見が出てきました。

それらに対する意見として、「経済的支援は家族からの支援があったため、生活保護の受給は難しい」という意見や、「事業所より移行給付を提案し介入する中で、頻回訪問して本人の不安を丁寧に確認し、その中で関係構築することができた」ほかに、「病院と早期から連携を取るような働きかけが必要」などの意見が出ました。

続いて、事例検討の意見です。超長期入院の方の事例では、「入院に至る当時の対象者と出会っていたら」という視点で、再入院及び長期入院を防ぐための支援について協議を行いました。

グループワークの結果としては、「20年前というと2004年、地域移行という考えになかなか行き着かない時代だったかと思う。例えば保健師や訪問看護の介入、精神の見守り支援、区の安定化事業と、今だったら社会資源の整備によりいろいろなサービスが利用できる。」ほかに、「病院と地域の連携が図れたらいい。入退院を繰り返していたので、入院の時点で地域に連絡を取ったら早急につながれて、何かしらのアプローチができるのではないかな。長期入院を防ぐために定期的な関わりが必要。」ほかに、「家族への情報提供や支援も必要。日頃から区事業を区民へ広く周知しておくことで、困ったときにSOSを出すことができる。」「本人は自宅退院の希望があるため、かなえられるように家族との妥協案を見つけられるとよい。」ほかには、「ピアサポーターの話を聞く機会があったら家族の意識が変わり、理解を促せるかもしれない。」

「長期入院者状況確認票」の見直しについても協議いたしました。今後意見を整理し反映した改正版を、次年度の質的調査の際に使用する方向です。

医療機関連携について、引き続き強化していく必要があるとの意見を受け、連携を進めるに当たり、今年度は他区の病院の地域の会議体に参加しました。

他区の会議体に参加し、病院での地域移行の取組と、地域との連携の実際を知る機会とな

りました。会議や連絡会にて、病院と地域事業、事業者が一堂に会して近況報告や課題共有などを行うことで、顔の見える関係性がつくられ、共通認識を持った支援が可能であり、医療機関と地域との相互理解及び連携強化の推進につながると考えます。

以上より、次年度はこちら地域移行の会議に病院をお招きする方向です。今後も引き続き医療機関との連携を図り、課題解決案を整理し、地域基盤の整備につなげていきたいと考えています。

では次に、「文京区精神障害者支援機関実務者連絡会」について報告いたします。この会は、にも包括の構築の中では、「支援体制の整備の軸」に当たります。この会の目的として、支援者同士が顔の見える関係をつくり、保健・医療・福祉の連携による支援体制をつくること、また実務者の意見を集約することにより、現場の課題や当事者の意見を積極的に取り上げることです。

今年度は3回実施いたしました。

第1回は、「知られざる薬剤師さんの仕事」と題して、文京区薬剤師会医師であり、本会議の委員でもある成塚さんにご講演いただきました。

第2回は、「文京区の拠点を知ろう」と題して、文京区内、圏域ごとに設置された4か所の地域生活支援拠点から、各拠点の取組や特色を講演いただきました。拠点を切り口として、参加者同士、活発に意見交換が行われました。

第3回は、障害分野と高齢分野の連携を目的とし、昨年開催した「切れ目のない支援～介護保険へのサービス移行を考える～」の第2弾として、「連携って面白い！～事例から学ぶ連携のヒント～」と題して開催しました。講師は、高齢者あんしん相談センター本富士のセンター長である中谷さんと、本富士生活あんしん拠点の樋口さんに依頼し、お二人が協働した二つの事例を通して、障害と高齢分野の連携について考えました。参加者には明日からできるアクションプランを作成いただき、グループの中で発表した後、会場全体で共有しました。顔の見える関係を築くことが円滑な連携への第一歩であることを、講師と参加者相互に確認し合う実務者連絡会の目的を再確認するような会となりました。

次年度も、地域の精神医療・保健・福祉の関係機関の実務者の声を聞きながら、円滑な連携体制構築の一助となるような連絡会を企画していきたいと考えています。

次に、「文京区地域生活安定化会議」について報告いたします。にも包括構築に当たっては、「個別支援検討の軸」に当たります。

地域生活安定化事業は、精神科の未治療者や治療中断の可能性が高い方、通常の障害福祉

サービスの利用につながらない方を対象として、通院同行や自宅への訪問等を行う、治療中断による病状悪化や望まない入院を防ぐことを目的として行っています。

今年度は年 4 回の会議全てに精神科医がスーパーバイザーとして参加し、医療的側面から助言を受けられる体制を整えました。特に困難な事例を取り扱う本事業において、事業を担う地域活動支援センターをはじめとした、支援者の支援を目的としています。医師の見立てを通して対象者への理解を深めることが、ときに感情を強く揺さぶられ、疲弊することもある支援者の支援には必要であると考えています。

事例検討では様々な意見が出ました。「介護保険への移行が本事業の区切りではあるものの、新しい支援者との関係構築には丁寧なサポートが必要である。」「対象者から負の感情の吐き出しを受け止める支援者が疲弊しないような配慮が必要である。」「本人に判断を委ねつつ、状態悪化時の介入ができる体制、最低限の見守り支援や、そのための関係構築が必要である。」「家族からの医療拒否がある対象者は、対象者とその家族それぞれに対する継続した支援が必要である。」「フォーマルな支援に当てはまらない内容も含め、対象者の生活全般に関わらざるを得ない」等の意見が出ております。

課題としまして、「対象者と対象者の生活を支える家族の高齢化への対応」「当事者、家族、支援者、それぞれが横のつながりを持てる場への情報集約」「病気を持ちながら生活することの具体的なイメージの持てるような機会の創出」が出てきました。

年々障害福祉サービスが充実する中で、インフォーマルな支援としての安定化事業をどのように地域の体制の中で運用していくかを、引き続き考えていきたいと思っています。

以上で会議の報告は終了いたします。

守谷会長：ありがとうございました。

何かご質問ありましたら挙手をお願いします。ないようですが、後で意見交換の場がありますので、その際に何かありましたらお願いします。

次に、議事 3 に移ります。「ピアサポーター交流会の報告」について、事務局の方、よろしくをお願いします。

事務局：では、資料第 3 号をご覧ください。

ピアサポーター交流会について報告いたします。ピアサポーター交流会は、ピア活動と地域づくりの連動を目指し、本会議体の中で発足したピアプロジェクトチームで企画しました。

「～精神障害にもやさしいまちを目指して～ピアサポートを知ってつながろう」と題して、11 月 30 日土曜日にスカイホールで開催しました。地域を超えてつながることを目指し、地

域の属性にこだわらず、ピアサポート活動に興味がある方を対象としました。

交流会ではピアサポートの3層それぞれに当たる方へ登壇を依頼しました。第1層として、地域生活支援拠点のサロン活動、第2層として、精神科病院と地域活動支援センターの音楽交流会、第3層として、東大のピアサポートワーカーの活動の発表をお願いしました。

4 ページをご覧ください。交流会の会場の様子です。あえて舞台は設置せず、発表者と参加者がフラットに感じられるようなセッティングにしました。交流会は13時半から15時半のタイムスケジュールでしたが、シンポジウム形式の登壇者への質問が相次いだため、一旦閉会した上で、登壇者や参加者同士が自由に交流できる時間を設けました。

登壇者の発表内容は資料のとおりです。本富士拠点の発表では、本会議体の委員である老さんに、エナジーハウスの音楽交流会の発表では、本会議の委員である松尾さんにもご登壇いただきました。

この後の議事4では、交流会での発表「ピアサポートを知ろう」について、東大の石田さんから改めてご講演いただきます。皆様とピアサポートについての理解を一層深められたらと考えています。

6 ページをご覧ください。61名の申込者の年代と属性の内訳です。40代、50代の申込者が半数を占めていました。属性としては、事業者や病院などの職員が5割、当事者が3割、支援職の方が多く参加されていました。

(7 ページ) 交流会には60名の方が参加され、40名からアンケートの回答を得ました。会に参加された方は、それぞれの発表に興味を持ち、交流会の内容を肯定的に捉えていたことがアンケート結果から分かりました。

(8 ページ) 文京区であつたらいいなと思うピアサポート活動に関わる質問では、いずれの項目も高い割合として選択されていました。このことから、ピアサポート活動への皆さんのニーズが高いことが伺えます。

(9 ページ) アンケートの自由記述では、ピアのいろいろな活動があることを知った、発表を聞いてモチベーションが上がった、文化祭のような交流イベントも面白そうと、様々な感想や意見をたくさんいただきました。

(10 ページ) 交流会の後、発表者と振り返りを行い、皆さんから意見をいただきました。発表できてよかった、当事者の熱量を感じた、刺激をもらったと、事務局の次の企画への活力になるような意見をいただきました。

ピアサポート交流会の報告は以上になります。

守谷会長：ありがとうございました。

また何か質問ありましたら、挙手をお願いします。

ないようですので、次に議事4に移ります。講演「ピアサポートを知ろう」です。

事務局の方、講演の準備をお願いします。

事務局：では、講演前に資料についてお伝えいたします。お手元の資料第4号、「ピアサポートを知ろう」をご覧ください。こちらの資料は皆様に配布できるように、これからスクリーンに投影される内容から抜粋して作成しています。スクリーン投影内容と異なることをご了承ください。

ピアサポーター交流会を委員の皆様とも共有したいと考え、交流会でご登壇いただいた東大大学院医学研究科、医学のダイバーシティ教育研究センターの石田さんに本日ご講演いただきます。石田さんの講演を聴いて、委員の皆様のご自身の立場から感じたこと、考えたこと、ご意見などを議事5の意見交換の際にお話しいただければと思います。

では、石田さんをお願いします。

石田講師：皆様おはようございます。

ただいまご紹介にあずかりました石田貴紀と申します。所属は東京大学の医学のダイバーシティ研究センターという医学の多様性の教育研究をしている部門と、基本的には東京大学の医学部附属病院のほうで、精神神経科でピアスタッフ、東大病院ではピアサポートワーカーと呼ばれていますけども、それをしております。あと、立川の福祉事業所でも働いています。よろしくお願いします。

では、本日は「ピアサポートを知ろう」ということで、ピアサポートの交流会でやった内容をもう一度皆さんにお話しできればと思います。

ピアサポート交流会では、「精神障害者にも暮らしやすいまちづくり」というようなことでしたけれども、あえてここは「誰にとっても暮らしやすいまちを目指して」というふうなこと、精神障害者にも暮らしやすいまちを目指す、それはやっぱり誰にとっても暮らしやすいまちなんじゃないかという、そういう思いも含めまして、誰にとってもという名前をつけました。

本日お話しすることとしては、自己紹介をして、ピアサポートとは何かということを皆さんで振り返って、ピアスタッフの活動紹介とピアサポートを文化にというところで行きたいと思います。本日は、この文化というところがとても重要なところです。ここは交流会ではお話ししてないんですけれども、構造の話を僕が何か提案するわけじゃないんですね。さっ

きいろんな会議体の報告があつて、それはミクロからマクロの、ミクロ、メゾ、マクロレベルでいろんな構造の話があつたと思いますけれども、そうではなくて、人と人とはどういうふうに関わっていったらいいのか、そういうふうな文化レベルの話を基本的にはしていきたいなと思います。

自己紹介です。名前は石田貴紀と申します。呼ばれたい名前は「いしやん」と呼ばれていて、病棟でも「いしやん」とか呼ばれています。

「いい感じのわたし」ですね。もちろん調子が悪いときもあるんですけども、いい感じのときは、明るかったり面白かったり優しかったり誠実だったり、だんだんに何かハードルが上がっていくんですけども、誠実なんですみたいな感じで。

「いい感じに向かうための道具」というのは、自分はずっと野球をやってきたので野球をやったりとか、あとギターとかピアノだったり、実は今患者さんと一緒にギターなんかもやったりしています。将棋をやったりとか、雑談したりとか。

好きな言葉は、「情熱」と「愛」という、熱い、熱い男なんです。これは東大病院のデイホスピタルで、石田さんを表す言葉は何かということで、お手紙をもらったんですね。デイケアのメンバーさんから。それで「情熱」と「愛」だというふうなことを言われて、好きになりました。

大切にしている言葉としては、「大きな愛で小さなことを」です。これはマザーテレサの言葉なんですけども、それをちょっと短くしました。大きなことはできないかもしれないけど、こういうふうな小さなことをと、大分この会議体での発表はかなり僕の中で大きなことなんですけども、もっと大きな愛で小さなことを何かやりたいななんて思っています。

もう一つのスライドとしては、自分自身は「こころの病」と共に生きる当事者です。不安が強かったりとか、気分の波があつたりとか、いろんな神経発達のところでは少し人とはちょっと違うところがあつたりとか、いろいろ心の病とか、精神障害と共に生きる当事者であります。

職種としては、ピアスタッフです。東大病院ではピアサポーターワーカーと呼ばれています。

資格は、もともと介護の仕事をしていたので、介護福祉士や精神保健福祉士を持っています。

実はこの2枚のスライドの中に、ピアサポートの僕なりの思いが含まれていて、それはなにかというと、この順番でスライドを出したということに意味があるわけですね。石田貴紀なんですと、その後に心の病と共に生きる当事者なんですということにしたのは、これを言

いたかったんですね。「ピープルファースト」ということだったわけですね。これはまずピアサポートのお話をする前に、ピアサポートの営みから生まれるものという話をしたいんですけれども、ピアサポートって後でお話しますけれども、仲間同士の支え合いという、単純化すればそういうふうな意味です。その中で、これは 1973 年の、いわゆる知的障害と共に生きる方々が、自分たちは社会からどういうふうに使われないかということをお話したんですね。そのときに、私たちは障害者である前に、知的障害者である前に、人間なんだということをお話したということから端を発しています。

それは「ピープルファースト」、これはまさに障害を抱えながら生きる仲間同士の営みから生まれた言葉なわけで、それって結構普遍的なものなのかなって実は思っていて、あなたは人間である前に、あなたは何とかさんである前に精神科医でしょ、あなたは何とかさんである前に看護師でしょ、ソーシャルワーカーでしょ、あなたは何々さんである前に母親でしょ、何とかさんである前に黒人でしょとか、そういうことではないということなんですよ。そういうふうなアイデンティティの前に、あなたは人間なんです、一人の唯一無二の人間なんだというふうなことを一つ示唆しているのかなという、それはピアサポートから生まれてきたというふうなことですね。

では、ピアサポートとは何かということをお話ししたいと思います。ピア (peer) というのは、「仲間」とか「同輩」というふうな意味ですね。ラテン語のパー (par) というところから来ています。「等しい」とか「似た」というのを語源としているそうです。サポートは「支える」とかありますけれども、そうすると、ピアサポートって単純には仲間の支えとか、仲間を支えるというふうな意味になるかと思うんですけれども、それだけだとちょっと、ピアサポートの歴史ってとっても古いわけなんですけれども、その歴史をたどれば本当にどこになるのかなというふうな、よくよく検討し始めるとちょっと難しい問題なんですけれども、仲間を支えるというのにはこれらの表現はちょっと不十分な説明なのかなと思います。対等な関係性における仲間同士の支え合いというのが、ピアサポートという言葉を使っている人たちの共有の認識なのかなと思います。

メンタルヘルスにおけるピアサポートの研究者がいます。相川章子さんという聖学院大学の先生ですけれども、この方は、いろんな表現をされているんですけども、「同様の経験をしている対等な仲間同士の支え合いの営みすべて」というふうに定義されています。そう考えると、ポイントは、対等とか仲間とか支え合いというふうな、その「合い」というような点ですね。なので、ピアサポートにおける重要な視点というのは、ピアサポート、仲間を支

える以外に、「対等・双方向」というふうな視点があるんじゃないかなと思います。対等の仲間同士、双方向の支え合いというのが、ピアサポートにおける重要な視点なんじゃないかなというふうに思います。

これはですね、ピアサポートの精神性というか、JHC 板橋会というすごく精力的にピアサポート活動をやっている福祉の団体があるんですけども、僕がこれはピアサポートワーカーを目指そうと思った詩の一節なんですよね。JHC 板橋会がアルベール・カミュから取っていると思うんですけど、「私の前を歩かないでください。私はあなたの後ろをついていくことはできません。私の後ろを歩かないでください。私はあなたをリードできません。肩を並べて歩いていきましょう。友達のように」、これがピアサポートの精神性なのかななんて、自分自身は思って常に活動しています。

これを出したら絶対ピアサポート業界の中で怒られると思うんですけど、これはピアサポートを単純化した関係性のイメージですね。もう少し伴走的な視点とか、どうやったら図にできるのかなって思うんですけど、なるべく簡略化したいなということで、ここは、A と B は固有な、赤と青みたいな、一応僕の中では、左が赤、右が青みたいな感じですね。いろんな政治的な思想とかもありつつも、みんなピアサポートは営めるみたいな、そういうふうな意味も込めているんですけども、この固有な唯一無二の A も、唯一無二の B も、違うんだけども、何かの共通項に包まれていて、お互いが対等なんですよね。A と B が段差がないところがポイントなわけです。それで双方向につながり合っているというイメージですね。対等の仲間である意識ということと、双方向に支え合っている実感というふうなことが重要かなと、僕の中ではこういうイメージです。

さっき第1層、第2層、第3層って、ひらイルミナルの資料がありましたけれども、このスライドは相川章子さんがつくった図ですね。ピアサポートには、まずインフォーマルなピアサポートがあるんだと。地域だったり学校だったりサークルとか、仲間同士の中で自然発生的に営まれるピアサポートがあるんだというようなことです。

そしたらですね、次に、当事者会、家族会のように看板を掲げて、ここで当事者同士語り合おうということですね。そういうふうなことで患者会とか家族会とか、そういうふうなもの、少し公式に、意図的にやっているというふうな、少しフォーマルなんです。

自分はこの3番目の領域で働いていまして、これは仕事としてやっているということですね。組織に雇用されて、自身の多様な経験を生かして、同様の経験のある方との間に営まれるものという。別に僕が当事者代表とかそういうわけではないんですけども、雇用形態と

して、この仕事の中で専門職とかと一緒に共同してやっていくというふうな、ここがピアスタッフ、ピアサポートワーカーというふうに呼ばれるものになります。

ここまでで「ピアサポートとは何か」というところまでお話ししたということですね。ピアサポートは対等・双方向の関係であるとか、そういうふうなことを確認したりとか、いろんな形があるんだよというふうなところですよ。それで今、ピアサポートの中から、その営みから生まれてきたものがあるんだということですね。それはピープルファーストだったりとか、あといろいろなものがあるわけですね。

ほかにも、これは完全アドリブですけど、例えば自立というふうな概念とかも、ピアサポートから生まれてきたわけですね。例えば自立という概念とかも、もともとは1人で自分で全てのことをできること、2時間かけてでも自分で着替えをしたりすることというようなことが、まさに自立というふうに言われていたわけですけども。自立の概念というのは、身体障害と共に生きる方たちが、みんなで考えて、少し概念を変遷させて、いやいや、人の手の力を借りて、デートに行くこと、例えば、15分かけて人の手の力を借りてデートに行くことと、2時間かけて1人で着替えることはどっちが自立なんですかみたいな、そういうふうな問いを立てたりして、自立の概念を変えていきました。今は自立と孤立が同じだと考えている人はちょっと少ないと思うんですよ。この業界の中では。やっぱり自立というのは、人の手の力も借りながら、自立と自力は違うというふうなことだと思います。あとは、障害というのは個人の中に存在するんじゃないくて、社会とのその相互作用の中に存在するんだみたいなものも、そういうのもまさに当事者、ピアサポートの中から生まれてきたような概念だったわけですね。

それで、じゃあ僕は何しているのかというと、とっても小さなことをやっております。主に今までずっとデイケア、東大病院のデイホスピタルというところでピアサポート活動をしていました。プログラムの参加ですね、軽作業とか、スポーツとか。これ、東大デイホスピタルの歴史がめちゃくちゃ長いんです。1973年からプログラムも変わってないとかいううわさが云々かんぬんありますけども、最近変わったのかな。あと、イベントの参加とか、サークル活動したりとか、「石田の部屋」というのは、これは後で説明します。あとは共同創造プログラム、元気回復行動プラン、こういうふうな、基本的にはデイケアというのは、集団での活動というのと個別でのものがあるので、集団でのピアサポートグループというのがありますよね。そういうふうなものもあるし、個別でのピアカウンセリング的な活動もあるということですね。

まず、元気回復行動プランというのがあります。元気、ウェルネスですね。ヘルスよりもウェルネス、健康よりも少し大きな概念を目指していく。いい感じの自分ってどういう自分ですかというようなことをさっき説明しましたが、それに向かっていくために、どんな心持ちで、どんなことを、どんなときにしたらいいんだろうということを、1人で考えるんじゃないくて、みんなで話し合っているわけです。安心・安全な学びの場をみんなでこうやって共有して、じゃあこの場では離席してもいいよね、この場では飲物を飲んでもいいよねとか、そういうふうにやったりして、みんなで、最終的にどうなるって、その中でみんながお互いに自分たちのことを研究したりとか、発見したりしていくわけですね。ああ、すごいね、そんな体験があったんだ、そんな経験してきたんだね、大変だったねというような、仲間の経験に対する尊敬とか、あと、こういうことをやるとよく眠れるよとか、ああ、そうなんだ、そうなんだという知恵の共有をして、最終的にみんなが自分の取説をつくるというふうなことになります。こんなこともやっていました。

あとは、共同創造というふうなまず概念があるんですけども、共同創造プログラムというのがあります。ちょっと聞き慣れないかもしれないですけども、共同創造というのがあります。文京区を例に出すと、例えば文京区の区役所のほうが、とにかく文京区民に対してこれをやりなさいと、もう強制する、あなたの意見は聞きませんからこれをやってくださいというふうな、そういうような強制というようなレベルからスタートしていくと。それで、だんだん、だんだんにそれをお知らせするようになると。で、いやいや、文京区の区民の意見も聞こうと、意見聴取というふうな、だんだんに関与していくと。最終的には、実行は一緒にやるけれども、計画には参画してもらわないという、一緒にやりましょう、一緒にプログラムをやりましょう、でも計画の段階は文京区がやりますというのではなくて、一番最後というのは、計画の段階から最後まで一緒にやりましょうというふうなことです。これが共同創造というふうな概念なんですけれども、これをデイケアのほうでやってみようというふうなことにしました。基本的にデイケアの主体性はやっぱりメンバーにあります。東大デイホスピタルではメンバー主体の委員会方式というのを取っているんで、それによって日々のプログラムがあると。あとはスタッフが主体の心理教育ってのがあってですね。SSTとか、いろんな認知行動療法みたいなものがあるんですけども、そういうふうな、どっちかが主体となるんじゃないくて、どっちもが主体となったメンバー、スタッフが役割の垣根を越えて、みんながみんなのために企画運営しよう、この共同創造を目指していこうというふうな、フラット〇〇というんですね。フラットなんだと、フラットであり、ふらっと来られる場なん

だというふうな、ふらっと参加できる場というので、フラット〇〇というふうな名前にして、いろいろ茶話会とか、いろんなテーマトークとか、最終的にはそういうことが多かったんですけども、そういうふうな試みもありました。

あとは、僕は個別でも共同意思決定の支援をやったりしていて、今まで精神科医療だけじゃないですけど、医療の世界というのは、少し難しい言葉で言えば、パターナリズム、父権性温情主義というような、父親がよかれと思って子供のことを決めるというような、そういうふうなパターナリズムというのがありました。ただ、全然患者さんのことを別に悪くしようなんて思っていないんだけど、よかれと思って決めると、そういうふうなパターナリズムがあったりとか、今の時代ではインフォームドコンセントですよね、しっかり説明をして同意を取るということですね。でも、少しインフォームドコンセントにも、説明して同意したから、僕の場合は患者ですけども、石田さんに医師はもう説明したんだから、あなたの自己責任ですよと、そういうふうなインフォームドコンセントの少し危うさみたいなものがあったりする。それに対して、最近 SDM、Shared Decision Making、共同意思決定というのが出てきているんですけども、医師としては生物学的な説明をする、そして患者さんとしては、自分の物語の中でこういう意思を持っているんだというような、そこには徹底的な対話主義的な発想があるんですけども、こういうふうなシートを使って、何かツールがないとそういうことって難しいので、こういうふうなツールを使ってやってみようというふうなことでやっていました。自分も個別にこういうことで相談に乗ったりしていました。

最終的に3年間ずっとこれをやっていたんですけど、「石田の部屋」というのをやっていました。これは完全に「徹子の部屋」のパクリなんですけれども、午前30分、午後30分で、デイケアルームの端のほうにパソコンを持って行って、そこで出張して、みんなワチャワチャ集まってくると。誰でも参加してオーケーで、メンバー、スタッフ、大学病院なので研修医がちょこっと来たりとか、事務スタッフも来たりとか、それでBGMをかけながら、ずっと雑談しているんですね、基本的には。これは完全にうんちくですけど、「木戸に立てかけし衣食住」というのがあるんです。季節、道楽、ニュース、旅、天気、家族、健康、仕事、衣食住、基本的には食の話が圧倒的に多いです。昼ご飯と夕飯の話が圧倒的に多いですね。などをずっとしていました。基本的にはもう「ただ、いるだけ」の参加もオーケーということですね。座って参加したいとか、ずっと後ろのほうで立って参加したりしている人もいるし、通りすがりにちょっと聞いて参加するみたいな、すごい自由に別れることができるという。居場所というのは、強制しないということがやっぱりすごく大事だと思うんですよね。やっ

ぱり居場所を強制してしまうというのはすごくつらいことなので、それは居場所づくりにとって、とても大事な視点だと思います。自由に集い、自由に別れることができるというのは、大事な視点かなと思います。これがビーイングウィズピアという視点で、仲間と一緒にいようというふうな感じですかね。僕のイメージでは、どんなときでも一緒にいようねというふうな感じで、元気なときも元気じゃないときでも一緒にいようねみたいなイメージでやっています。僕、やっぱり元気じゃないとデイケアも来ちゃいけないし、元気じゃないとこの社会にはいてはいけないみたいなそういうことではなくて、元気なときも元気じゃないときも、あなたは価値ある存在だしというような、もちろん誰に言われるわけでもなく、当然あなたの生は尊重されるということを伝えたかったんですね。

あとは、病棟で今ちょっとやっていますが、小さなことをひたすらやっていて、ラジオ体操をやったり、デイルームというのが病棟にはあって、雑談したりとか、作業療法室というところがあるんですけど、そこではジグソーパズルはひたすらうまくっていくというね、すごいめっちゃ上手になってきました。あとギターやったりとか、それと、ショートケアという、東大病院ではリカバリーセンターというところがあるんですけども、スポーツやったり、農作業やったり、散策やったり。あとは、後半のほうは精神療法ですね。集団認知行動療法とかマインドフルネスとか、ここにピアサポーターが入って、とってもいいなと思うのは、精神療法の専門家が教える、そういうふうなだけではなくて、もちろんとっても謙虚な気持ちでやってくれているんですよ、認知行動療法だって、マインドフルネスだって。でも、そこにピアサポーターが少し橋渡しの役をしていくというふうな、いやいや、僕も教えてというふうな、やっぱりそれはピアサポーターによって、専門職スタッフも謙虚な気持ちになるかななんて思っています。

では、ここら辺が最後ですね。今までは第3番目のピアサポートとしてピアサポーターというのや、ピアスタッフというのはどういうことをやってきたのかというお話をしてきたんですけども、最後、これが一番言いたいところですね。ピアサポートとは「対等な関係性における仲間同士の支え合い」というふうなことを、一番初めにお話ししました。それは確かに特殊性と普遍性があると思います。いわゆる特別な経験を共通項とする場合があるということですね。当事者同士の、見えづらい生きづらさ、精神保健サービスの利用とか、差別や偏見とか、僕とかも結構つらかったですよ、生活保護受けているときとかかなりつらかったりしました。バスの運転手に嫌なことされたりとか、結構いろいろつらかったんですけども、これって結構つながり強いんですよ、やっぱり、当然。ああ、そうなんだと、君

もそんなつらい思いしてきたんだねって、そうか、そうかというのは強いです。それはやっぱり特殊な関係だと思えます。でも、普遍的なものもあると思うんですよね。対等な仲間、双方向の支え合いというのは誰でもできるんじゃないかなって僕は思うんですよね。共通項さえあれば、「誰もが当事者の仲間」って書いてありますけど、誰もが当事者となり得ると、当事者の概念が広がるというイメージですね。なので、見えづらい生きづらさを持った人たち同士だけがピアサポートできるというふうに思われているけれども、そうじゃないんじゃないかというふうなことです。もっとかみ砕いて言えば、精神障害を持った人たち同士だけがピアサポートできる、身体障害を持った人たちだけがピアサポートできるとか、そうじゃないんじゃないかということが言いたいということですね。例えば、医師、患者間でもピアサポートという関係性を築けることができるんじゃないのかというのが一応言いたいことですね。狭い意味でのピアサポートというのはこういうことです。特殊なピアサポートですね。でも、広い意味でのピアサポート、いわゆる人と人とのピアサポートというのがあるんじゃないかと、それは私とあなたは人間ですよと、人間ですよ。僕は精神科医に対してとってもリスペクトを持っているんですけども、すごくある種、構造化された権威勾配というのがあるので、とても難しいなと思うんですけども、だから例に出すんですけども、例えば精神科医、患者さんの関係の中で、同じ人間ではないかと。同じ人間であり、そして私はあなたのことを支えたいと思っている。一方で、私はあなたからたくさんいろんなことを学んでいる。あなたの人生から、あなたの苦勞と、その苦勞を生きてきた生きざまから、たくさんいろんなことを学んでいる。そういうふうなことというのは、まさにピアサポートだと思うんですよね。だから、それは医師でもピアサポートができる、ソーシャルワーカーでもピアサポートができる、みんながピアサポートできるというふうなことを、自分は言いたいということですね。これが広い意味での普遍的なピアサポートというふうなことです。

これが最後のスライドで、私たちはそれぞれに歴史を抱えた唯一無二の存在、つまり、パーソン、個人です。「みんなちがって、みんないい」、私の好きな金子みすゞさんの詩の一節です。その一方で、「みんなおんなじで、みんないい」、これもまた一つの人の見方ではないでしょうか。私たちは同じ人間、つまりヒューマンですね、人類とか、として生まれてきました。外見や価値観、家族構成、職業、障害など、異なることは数え切れないほどあるけれど、きっと私たちは同じ人間として支え合うことができるはず。私はピアサポートという考え方や営みが、そのヒントとなることを信じています。明日が今日よりも少しだけ温かい社会になることを願って。ここにいる仲間へ心からの敬意を込めて。

ご清聴ありがとうございました。

守谷会長：すばらしい講演ありがとうございました。

これを聞いて、今までちょっとピアサポートって何なのかなという、わだかまりもあったんですけど、なかなかうまい説明をしていただいて感謝しています。

次の議事 5 意見交換に入ります。意見がございましたら、発言していただければと思います。菊池委員から、よろしくお願いします。

菊池委員：文京区障害者基幹相談支援センターの菊池と申します。

いろいろ報告をどうもありがとうございました。特に石田さん、すごく緊張される場面だったと思うんですけども、お疲れさまでした。ありがとうございます。

各会議の実施報告を伺いまして、実務者連絡会以外の地域移行支援会議や安定化支援会議は、個別支援から拾い上げられる地域課題が、文京区全体で考えていく議題に発展して支援が進んでいるということが毎回確認されています。前回の夏の協議会のときにも申し上げたんですけども、決められた委員の方々だけのクローズの会議ではなくて、どこかで全体に取組を知っていただけるような機会があるとすごく良いというふうに、今回も思っていておりました。

実務者連絡会は多くの方々に参加いただき、そこでネットワークがさらにできたり、実務に当たっている方々が事例を通して今後の自分たちの支援に生かせるような取組の内容を学び合ったり、すごく貴重な機会になっていると思っています。

私も今年は最後の機会に参加させていただきましたが、グループワークでアクションプランを話し合いながら、明日からの支援に生かせるように自分に引きつけて考えるという、すごく学びの深い機会だったと思いました。

ピアサポート交流会は、5 月発足のプロジェクトチームに私も事務局として一緒に入らせていただきながら話を少しずつ進めていきましたが、半年先の 11 月には文京区で初めての大きなイベントを開くことができました。チームの皆さんと話し合いながら、また、ご登壇いただいた方々にもものすごく短い時間の中で協力をいただいて、初めての機会とは思えないぐらいすごく大盛況でした。さまざまなレベル感でいろんな場所でのピアサポート活動があるという取組を皆さんでシェアすることができたとてもいい機会だったなと思いました。

アンケートの結果に文化祭みたいなものにしていくなど有意義なご意見もありましたので、これを第 1 回目として、今後も、そういったことを取り入れながらまた続けていきたいと思っています。また文京区の中でどんな活動場所があるかという情報を集約していけるような取組

もできると良いのかなと思っています。

先ほど石田さんのお話の中であって、すごく重要だなと思ったことは、共同創造というところで、メンバー主体で動いていくということです。今回のピアサポートのイベントについては、初め事務局を中心に、専門職の皆さんとチームを組んで計画をしていったところにご参加いただき、後から少しご意見をいただきながら、最後の詰めのところでもそこを取り入れつつ作り上げていきました。次は初めから当事者の方々にも入っていただいて、どんな機会にしていくのが良いか一緒に考えていく形で進めていけたらより良いと思っています。またこれが続いていく形で、文京区にピアサポートがどんどん根づいていく取組にしていけたら良いなというふうに思いました。

以上です。

松尾委員：特定非営利活動法人エナジー本舗の松尾と申します。

ふだんうちの法人は、地域活動支援センターエナジーハウスと、あと駒込地区の駒込生活あんしん拠点を運営しております。

今回本当に盛りだくさんの内容だったなと思うんですけども、石田さんの発表もありがありがとうございました。「ピアサポートを知ろう」でも聞かせていただいたんですけども、改めて伺って、本当にピアサポートについて分かりやすく講演していただいていて、いろんな方に聞いていただきたい内容だなというふうに改めて思いました。

今年度をちょっと振り返ってみますと、エナジーハウスでは昨年度から成増厚生病院との音楽交流会をずっと続けてきまして、今回ピアイベントにも参加したりとか、日本精神障害者リハビリテーション学会でこの取組を発表したりとか、1年、2年かけて、すごくピアサポート活動というのを中心に本当にやってきたなというのを改めて感じております。そんな中で、メンバーもこの活動を通して、すごく積極的にというか、自主的に取り組んでいらして、メンバーの変化というか、それもすごく大きくて、素晴らしい活動だなというふうに感じております。

そして、先ほどメンバー主体という言葉も出てきましたけれども、交流会も最初はスタッフがいろいろ考えながら進めてきたところもあるんですけど、だんだんとやっぱり病院側だったら主役は患者さん、患者さんとかメンバーがやりたいことを交流会でやっていくというスタイルに、どんどん回を重ねていくうちに変化していったなというふうに感じております。全部で今7回ぐらいもう交流会をやっているんですけども、実際に交流会にずっと参加していた方が、最近無事退院されたなんて声も聞いたりして、交流会を通して、直接交流

会が影響したわけではないとは思いますが、退院したという声も聞いて、メンバーも自分たちも役に立てたのかなということで、すごい喜んでいる声なんかも聞けて、やってきてよかったなということを改めて感じています。

今回ピアイベントを文京区で1回目開催できたということで、何年も何年もずっと皆さんと一緒に話し合ってきたなと思うんですけど、こうやって形になってすごくうれしいですし、ピアの方が、当事者の方がとてもたくさん参加されていたイベントなので、来年度以降、ピアの方、当事者の方にたくさん企画の段階から参加していただいて、次の会が楽しみだなというふうに感じております。

まとまらないんですけど、以上です。

奥野委員：東京カリタスの家の奥野と申します。

私どもでは精神障害の方のための施設とか、児童発達支援とか放課後デイをやっておるんですけども、今日、特に石田さんのお話を伺いまして、ピア活動というのはこういうことなんだということを、ちょっと認識を新たにしました。今までは精神障害の方同士が集まって、そのサポートをする方でコミュニケーションを深めていって、自分たちの気づきを深めるということなのかなと思っていましたが、もっと原点、こういう我々の活動の原点かなというふうな思いをしたところです。私どもの施設でも、作業を中心にやっておるんですけども、やっぱり時々、こうした石田さんがおっしゃったような原点のところですね、肩を並べて歩くとかですね、それから施設側のスタッフも、それから障害のある方も、対等のところで、お互いがそれぞれのことを知って気づき合うという、そういう様相も深めていくということを、絶えず意識しながらやっていかないといけないんだなということで、隅にちょっとコーナーを作って、そこを雑談するとか、そうしたこともちょっとやっていかないと、どうしても型にはまったプログラムをするだけになりがちのところがありますので、その辺についてはいいヒントを得たかなというふうに思いますので、私どもの活動に今後役立てていきたいなというふうに思った次第です。

以上です。

平井委員：お世話になっております。復生あせび会、アビームの平井です。

プロジェクトチームのほうには参加をさせていただいていたんですが、当日ちょっとコロナに罹患してしまいまして、参加できなくて本当に申し訳ございませんでした。ほかのスタッフから様子を伺って、盛況に終わったんだなお伺いしていたところです。

あと、石田さんの報告もありがとうございました。今までのこちらの会議の中で、ピアサ

ポートというと、どうしても第1層、第2層、第3層というようなところの話が多かったの
で、ついつい私たちも、まだまだ私たちアビームはB型事業所なんですけど、そこの中では
仲間同士のやり取りだから、まだ1層だねとか、2層だねという、この1、2、3にちょっと
こだわってしまった嫌いがあるんですけども、今日石田さんのお話を聞いていて、全ての
ところに通ずるところで、対等な関係の支え合いというところはやっぱり大事なところなん
だなというふうに感じたところです。

やっぱり今回のピアイベントは個人的に参加できなかったのもありまして、次回はぜひも
う一回、継続してやっていただければなというのと、前職の職場のときに、昔文化祭という
のを利用者さんと一緒にやっていたこともあったので、利用者さんが最初のうちに気負わな
い形で実行委員というような形で入って活動していただけるといいのかななんて思っていま
す。

ちょっと個人的にアビームの単独の話になっちゃうんですけど、利用者さんの具合の悪さ
だったり、グループ自体が力を持っているメンバーがちょっと少なくなってしまうと、
その場を離れると、まだ第1層だったりのところのグループは、またガタガタと崩れ始め
てしまうところもあるので、そういったところの部分はいろいろ職員のサポートが必要にな
るのかななんて考えています。

すみません。まとまりないですが、以上です。

皆巳委員：社会福祉法人本郷の森、銀杏企画の皆巳と申します。いつもお世話になっており
ます。

ピアサポーター交流会でも石田さんのお話をお伺いしましたが、今日は資料をいただい
ているので、法人のスタッフにもきちんと報告したいと思います。ありがとうございます。

もともと本郷の森はDHから派生した事業所になりますので、その共同構造というか、メ
ンバー主体の活動というのを開設当時から行っていて、ピア活動というところと言うならば、
本当に今現在も日々実践中というところになるかなと思って、すごく大事な部分として活動
させていただいております。

法人の中でのピア活動というか、ピアのお手伝いをして、やった活動といたしましては、
MCAのほうで先日グループホームの入居者が報告したりですとか、共生フォーラムのほうで
就労した利用者が登壇したり、社協と協力して行っていた権利擁護入門講座にも擁護者が登
壇したり、あとは先日法人の中で家族教室というのは年に数回行っているんですけど、ホー
ム訪看の平野さんにご登壇いただいたり、訪看さんを使っている利用者が、訪問看護は何だ、

どういふものなのかというのを実際登壇して話していて、すごく好評をいただいたりということで、去年度も結構そういう意味では、法人としてのたくさん活動できたかなと思うので、次年度も引き続き、そういう姿を見て、やっぱり自分がああいうふうに発言してみたいという方も増えてきているところもあったりするので、続けていきたいなと思っているところがあります。

あとは、法人といたしましては、結構主任クラスの退職だったりして、来年度異動も多かったりして、ちょっと大変な時期を迎えておりまして、利用者の皆さんへの支援の質というのを維持しなければいけないなと思っているところであるとか、利用者さん自身の高齢化と、そのご家族の高齢化もあったりして、結構私どもの支援の内容も、基礎疾患というか疾病に対する支援であるとか、高齢のご家族を抱えている介護の悩みを聞いたりですとか、あとは、亡くなられた後一人暮らしに突然なったときの支援だったりと、すごく支援の質も変わってきているなであるとか、銀杏企画に関しては、就労継続支援 B 型なので、日々内職作業をしているところなんですけれども、やはり今までできたことがなかなか難しくなったりとかというところでの、事業所としての変革期ともすごく捉えていて。あとは利用者さんの、なかなか集客みたいなものも、やっぱり高齢化に伴って、週 5 日間来られていた方が、週 3 日になるとかというふうなこともあったり、新しい方がなかなか入ってこず、定員割れしているということも起こってきているところなので、銀杏企画、本郷の森としては、地域のニーズにどうやって寄り添っていくかであるとか、利用者さんの皆さんが楽しく活動できる場面はどういうふうにしていくかというところも、すごく考えながら活動していかなければいけないなと思ったりしています。

なので、法人としては利用者さん大募集中でありますので、ぜひご自宅でお一人で悩みを抱えていらっしゃる方を見たら、ご紹介いただければなと思っております。

引き続きよろしくお願いいたします。

老委員：本郷の森、銀杏企画三丁目利用者の老孝明と申します。

11 月 30 日のピアサポートを知ってつながろうの会で、銀杏企画三丁目として、本富士生活あんしん拠点の主催のなでしこサロンに登壇したので、ここにご報告いたします。

1 番目から 3 番目の報告なんですけども、まず 1 番目として、なでしこサロンに参加してみたの感想です。これが私の心情として、優しい、親切、賢いという項目が、お金持ち、偉いということより、私は優先します。私の心情にぴったりです。ほっとできる瞬間があつて、仲間意識が芽生えたり、お友達になったりできて、うれしいことがいっぱいあります。お悩

み相談でも、この場限りの話題として自ら発言して共感を持たれたり、他の人の発言に興味を持てたり、得する情報があったりして、グッドです。自分の生活が豊かになるような気がします。また、わくわくするような発言もあって、新鮮で興味深い発信があったりする、安心できる場ですということを答えました。

2 番目に、印象に残っているプログラムや出来事についてです。お悩み相談、カーレット、絵手紙でリフレッシュです。カーレットでは、ベストショットがあったりして、楽しんでおります。絵手紙は、自分や他の作品に対して前向きに評価があったり、褒めてくれる仲間がいて、グッドです。また、毎回得する新鮮な情報がいっぱいあって、グッドです。人の夢を潰さないとか、うそをつかない態度で臨めて、また、人に言い触らす人もいなくていいです。これが2番目の答えです。

3 番目に、続けて参加してみたいと思える理由についてです。少しずつですが、他の別のメンバーが来たり、新たなケアができたりしてうれしいです。また、コアメンバーは変わりませんが、皆優しくて親切、賢い発言で面白いです。話題がその場限り、その都度新鮮で、新たに得する情報をくれる仲間がいて、グッドです。誰がすごいとかではなく、皆平等です。そういった瞬間がいっぱいあって、グッドです。気持ちいいです。以上のことを登壇で述べました。

以上ですが、このなでしこサロンにいろいろな人の協力、支援者や行政のいろいろな部署が協力してできている場なので、大切な時間です。前向きな態度、また人の輪を壊さない態度で臨んでおります。ピアのことをもっと実践して、よりよい生活を実現していく所存です。ピア活動や地域共生社会の実現に向けて、このような会が発展していくことが望まれます。また、協力していく所存です。この原稿は11月30日の会合のときに、石橋さんと対談形式で登壇するために作った原稿です。

また、ピア活動には、ナビゲーターとかプロジェクトリーダーのような進行役、取りまとめ役が必要です。我々当事者はこの人たちに左右されますが、よりよい生活を営んでいくためには、こういった人たちの尽力と、皆の協力でつくっていくことは望ましいですねというふうに書きました。

以上です。

磯部委員：ケアワーク弥生の磯部です。

私どもは訪問介護をやっている事業所として、ご利用者様の生活を支えるに当たって、本日講演していただいた石田さんのピアサポート、ピアについての説明が本当にはっとするこ

とがありまして、私たちの業態としては、限られた時間の中でサービスを提供するということ、どうしても作業的になってしまうところがあるんですけど、やはりヘルパー一人一人に、このピアというものを深く理解していただくことが大切だと思い、事業所に戻ってからや現場で、このピアという、利用者さん自身にもこちらを深めて、知っていただいて、理解していただくということが結構大切だなと思いました。

以上です。

山岸委員：文京区民生委員・児童委員の山岸と申します。

私は民生委員になる前、最初施設で働いていまして、障害者の施設でしたので、今石田さんが話してくださったピアの、本当に人間対人間ということ、もっと早く教わっておけばよかったなと思いますけれど、やっぱり施設の中でいろいろ仕事をしていく中で、思い出して今、あ、そうだ、障害者の方、利用者の方が私を守ってくれたりとかいろいろしてくれて、あ、そうだ、人間対人間という、そういう感情が彼らだなんて思っていて、私を何とかしてあげようとか、どうして守るとか、いろいろ考えてくれていたんだなということを思い出しながら聞いておりました。

今やっている民生委員の仕事も、本当に人間対人間なんですね。本当にそこをしっかりと押さえてやっていきたいと、ほかの人たちにもその話をしていきたいと思っております。

ありがとうございました。

石樵委員：社協の石樵でございます。本日はありがとうございました。

非常に地域で精神障害がある方が安心して暮らしていくための様々な取組をしてくださっているということで、とても感謝しております。

私ども社協は、権利擁護センターを持っておりまして、地域で暮らしている障害のある方や、認知症のある方の権利が守られていく、そんな文京区の地域づくりに取り組んでおります。

今年度、権利擁護入門講座、体験型の講座を開催して、大変好評をいただいたところです。家族や支援者、私どももそうですけれども、ときに熱意と愛情と、またその最善な利益という名の下で、本当にたまに、ときに本人の意思の頭越しにいろんな支援方針を決めていくような、そういうことが起こり得ることだと思っておりますけれども、権利擁護の柱として、意思決定支援、今日もお話ありましたけど、これを中心にして様々な取組をしております。

今回の講座でも、意思決定支援について地域の方に理解をしていただいて、地域で暮らす方が権利擁護の視点を持っている、そんな文京区の地域づくりを少しずつ進めているところ

です。

今日石田さんのお話を聞いて、とても感じましたのは、地域に権利擁護の視点を持った人たち、住民の方が広がるということは、まさしくこれは広いピアサポート、こういう体制につながるんだと実感しました。

今後私たちの取組でも、対等な関係ということと、双方向の支え合い、この視点を一層盛り込んで取り組んでみたいと感じたところです。

本当にありがとうございました。

平野委員：ホーム訪問看護ステーションの看護師の平野です。

ふだんは小学生からご高齢の方まで、精神科の訪問看護のほうをさせていただいております。

今回いろいろお話しさせていただいて、確かに課題だなと、ちょっとこちらのほうも感じたところが2点ほどありまして、一つは、対象者と対象者の生活を支える家族の高齢化への対応というところで、確かに今すごく支えておられる家族の方が高齢になってこられていて、ただ、今精神障害を持っておられる方は、20代、30代、40代の方とかは、やはり先ほどお話あったように、この20年ほどで地域のサポートというのがすごくできてきて、ここ最近では、症状が重たい方とかでも早めにサポートして、一人暮らしに向けてとか、練習をする機会というのができているんですけども、50代、60代の方の場合って、若い頃にそういうサポートを受けてこられてなくて、家族の方が基本支えておられたことが多い。今両親の方がもう80代、90代の方の場合で、その例えば息子さん、娘さんが障害を持っておられているってなったときに、こちらで訪問入っているんですけども、やはりもうここから練習というか、サポートも難しかったり、症状が重い方の場合、もうそこから例えばグループホームっていっても、やっぱり症状が重いと、そこに被害妄想が出たりとかで、もう次に行く場所がない。なので、ちょっとこれからやっぱり高齢化、50代、60代、若い頃にサポートを受けてこられなかった場合の方は、今後両親が亡くなられて、さらにもう面倒は見られないんですってなったときに、ちょっと難しい。今現在計画相談の方ともお話とかさせてもらったりするんですけども、その後はもう入院しかないのかなとかそういう話になって、一つ一つ課題で壁に当たっているところが一つあります。

もう一つが、石田さんのお話を聞かせていただいて、ピープルファースト、私たちは障害者である前に人間だということで、今就労で仕事されている方とかがおられるんですけども、仕事の面ではすごく順調になってこられて、収入というか安定もしてこられているんですけ

ども、二、三人かな、今度はやっぱり異性との交流がしたい、仕事だけではなくて、一人の人間として、女性だったり男性と、もうちょっと交流の場を持ちたいというふうなお話を聞いたりもします。なので、やっぱりいろんな方と交流の場を持ちたいというふうにアンケートの方でもあったと思うんですけども、今後またそういった同じ年代の方とかとも交流が持てる場があればいいのかなと思ったりしているところでございます。

本日はありがとうございました。

成塚委員：文京区薬剤師会のどうかん薬局の成塚と申します。

石田さん、ありがとうございました。お話を聞きまして、薬屋というのは比較的地域で活動されている方も多くおられる場所なんですけど、やはり一方的に支えるというようなイメージがちょっと強く残っているような感じもあります。やはり今回の話は、AとBは赤と青じゃなくて、最後青と青になっていましたけれども、双方向で支えて、対等な仲間として支え合っていく、広い意味でのピアサポートについて考えていく、これについては、薬屋とかですと、かなりやっていってもいいことなのかなと思って、感銘を受けました。どうもありがとうございました。

以上です。

大高委員：日本医科大学附属病院の精神科の相談員をしているものです。大高と申します。

私のほうからは、何点か、ピアプロジェクトチームのほうに私入れていただいていますけれども、先ほど菊池委員、松尾委員からもお話ありましたけれども、ピアサポートスタッフの方にぜひチームに入っていて、石田さんの講義をしていただいたような共同計画、あるいは共同創造というのは、段階でやっていけるんじゃないかなというふうに思いましたのが一つ。

それから、ちょっと小さな質問ですけど、実際の交流会のところで、たしか感想であったんじゃないかなと思うんですが、こういう発表の場があつてよかったって、これは恐らく当事者の方の感想なのかなというふうに思いました。こういうような発表する場というものが、様々な地域の中で設けられていく、それがそれこそ行政機関、文京区からのご依頼というように形で依頼がなされていくというと、とてもやっぱりその重みというか、やりがいというか、みたいなものも付加価値がついてきたり、そんなところもあるんじゃないかなというふうに思いましたので、ぜひこういった発表の場というものをつくっていくということもすごく大事だなとは感じました。

それから、石田さんのお話で、私も非常に勉強なったんですが、グループに入ってご支援

されておられるというところがすごく詳しく聞けて、すごくイメージができました。私も近いところで、グループの支援というものを長くしておりました。文京区の中でも、精神障害をお持ちの方の回復支援のグループというのも運営されていたりもすると思うんですけども、そういったところでも、こういったピアサポートの「石田の部屋」、非常に感銘を受けました。そういったものを開けたり、そういうところも非常に具体的な活動ですけども、そういったところを模索されるといいのかなというふうに感じました。

それから、あとは、これは石田さんにできたら質問したいなと思ったんですが、会議が終わった後でも結構なんですけども、ピアサポートの相互性というところがすごく私勉強になったんですけども、石田さんご自身も、恐らくサポートする側だけですけども、サポートされているという、そういう側面がおりと理解しました。実際その現場で雇用されて、3 層のレベルで活動されておられる方が、実際にどんなような実感をお持ちなのかなというところは、できれば聞いてみたいなというふうに思いましたのが一つ。

それからもう一つ、欲張りなんですけども、病院、病棟での活動というのも、その他のところでご紹介がありました。そういった中で、病院の入院病棟なんかで活動される中での、石田さんがいることでのよさとかですね、あるいは逆に難しさみたいな部分もおりなのかなというふうにも思いました。そして実際そこで専門家として働いている看護師、医師、その他の職種という専門家側も、ピアサポートの方が病院病棟に入っていただく、そういった中で、いろんな影響、よい影響だったり、あるいは逆に難しさみたいなものもあったりするのかなというふうに感じました。その辺りを少し教えていただけたらありがたいなというふうに思いました。

私からは以上です。

東京大学大学院（石田）：じゃあ、その質問に対して。

まずは、その双方向性というのをどういうふうに、例えば自分はある意味、形としては支援者、仕事として支援職として入っている中で、どうやって双方向性を実現していくかというところだと思うんですけど、これは何か意図的に、例えば僕に対して支えをしてもらおうみたいなことを何か意図しているわけではなくて、結構謙虚な姿勢というか、学ばせてもらおうというふうな、この人たちのその苦勞と、その苦勞を生き抜いてきた生きざまから。そういう気持ちというか、支え合うとかそういう感じなんですよね。自然と毎日、本当ありがたいございましたというふうに言って仕事を終えるという、ありがとうと、今日も本当にいろんなことを学ばせてくれてありがとうというように感じで仕事を終えるみたいな感じなん

ですね、イメージでは。だから、何か意図して僕を支えてくれみたいなことはそんなしてないみたいな感じです。

というのと、あとは病棟についてですけども、まず病棟の中では、例えば僕自身も広い意味でのピアサポートをしてほしいみたいなのはあるんですけど、やっぱり大変なんですよ。精神科病棟では、精神科病棟で結構いろいろなあれだったりして、なので、その中で狭い意味でのピアサポートというか、医療職同士のピアサポートというのをとても大切にしています。なので、今日も夜勤お疲れさま、おはようございます、今日も1日よろしく願います、お先に失礼しますというのをすごい大事に、看護師など、できれば名前を呼んで、医療者間のピアサポートというのをとっても大事にしています。

難しさというのは二つあると思っていて、それは新規性と少数性だと思います。僕は新しい看護師として入職しているわけじゃないんですよ。なので、少数派であるというふうなものと、ピアサポートワーカーという新しい立場であるというものが、やっぱり難しいなと思います。ただ、やっぱり僕が入っていることによって、少し多分緊張感とかもあるでしょうし、そこは漫然と続く行動制限は駄目なんじゃないですかとか、そういうふうなこととかは結構発信したりとかはしています。

以上です。

大高委員：どうもありがとうございます。

非常にうなずきながら聞かせいただきました。本当にありがとうございます。

根上委員：都立精神保健福祉センターの保健師の根上と申します。

短いほうがいいですね。私はふだんは下谷エリア 13 区の各区に回らせていただいて、にも包括推進のいろいろと事業と絡めてお手伝いなどをさせていただいております。

この1年、いろいろ会議のご報告を伺いまして、私自身もその活動とちょっと一致するところがありますので、こんなこともあったな、あんなこともあったなということを思い返ししながら、今日は聞かせていただいております。

特に私は地域移行のほうを事業としてやっておりますので、そちらのほうの会議も前回参加させていただいております、やはり文京区さんとしては、まとまりがあって、きちんと区として地域移行に取り組まれて、結構遠方の病院にもご訪問されたりですとか、その後の進捗もみんなで共有できているというところがとてもすばらしいなというふうに感じております。

あともう一つ、やはりピアのイベントについてはとても印象に残っておりまして、私も今

日石田さんのお話聞くのは2回目になりますけど、さらに深まったといいますか、とてもやっぱり当事者の経験がある方からお話を聞けるというのは、すごく説得力があるなということは、同じ話をほかの支援者がしても、ここまで深く入ってこないんじゃないかなというふうに思って聞かせていただいております。とても内容もよかったので、ぜひ何かどこか別のところでも講師をお願いしたいな、なんて思ったぐらいであります。

あと、文京区のいろいろなよさといいますか、ピアイベントに参加して思ったのが、すごく人材がそろっているなという、また1層、2層、3層それぞれの、今回拠点のサロン活動、それからエナジーハウスさん、それから石田さんということで、きちっと系統立てて、そこの人材がそろって、それを区としてまとめられて、こういう公のところに出していっちゃるというところが、すごく進んでいるなというふうに感じがします。

13区回っていますと、やはり今年結構ピアサポーターについての話題が、どの区でも結構ちょろちょろ出ていて、ちょっとしたトレンドなのかなというふうに思っているんですけど、その中でも、文京区の今年の取組ということはとても大きかったなというふうに思っています、ぜひ他区にも先行事例みたいな形でご紹介したいなというふうに、内心では思っているところです。

ぜひピアイベント、来年はさらに発展した形で何か続けられればいいなと思っておりますし、事業としてもご協力できるところはご協力したいなと思っておりますので、よろしくお願いします。

ありがとうございました。

澤田委員：ありがとうございました。

東京大学相談支援研究開発センターの精神科医師をやっています澤田です。

地域包括ケアシステムについて、文京区~~のほう~~では三つの軸を基に、各会議が特に連携を重視してやられていて、かなり充実してきているというふうな印象を受けました。ただ、こういったこの取組とか概念とか、そういう下支えをするようなケアシステムというのは、社会全体がこういうケアシステム~~が~~もあるということを理解して、いろいろな相互的な支援ができていくことがとても大事なので、ケアシステムの中だけで閉~~じ~~ないことが必要であるとも感じました。~~で~~ず、社会全体が幸せにならないと個人の幸せはあり得ないということもありますので、例えば精神科~~以外の医療関係者の中には~~のほかにこういう取組を知らない人ともいると思うので、精神科医療~~の中での周知は~~もちろん、精神科以外あるいはほかの身体科医療の先生方とか、あと~~は~~もちろん一般市民とか、地域で~~の~~いろいろな方がいると思います

ので、こういったことを知っていくことがとても大事なかなと思います。

~~なので、~~今後の課題としては、こういった取り組みについてことに、区でいろんな講演会とか、啓蒙活動とか広報活動があるといいかなと思いました。

それで、今日の石田さんの講義を聞いてはっとしたのが、やっぱり文化にしていけるということがとても大事なかなと思いました。「にも包括」も文化にしていければいいのかなと思います。文化にしていけるの中で、普遍性と特殊性のバランスをとることがというところですね、これはすごく大事なことかなと思います。ある集団やシステムについて、特殊性があるからこそ、そこの中ではすごく結びつきが強かったりするんですけど、それがをエリート意識に行ったりするとや、差別につながってしまうと良くないのはもちろん、とかそういったものが生まれてきたりする。特殊性のある集団やシステムの中ではで固まってしまうと、安心感があるのは良いけれども、それでたりするんですけど、それだと凝り固まってしまうたりするのもいい方向ではないように思います。特殊性のある集団やシステムるんですけど、そこの中に普遍性を見つけて、相互の理解、相互交流をすることによって、よりその特殊性がリスペクトを持ってお互いに見えていけるというふうにしていくのが文化なのかなというふうに、勝手に解釈しました。「にも包括」のほうも、こういった考え方を文化にしていけると、システムそのものもよくなるんじゃないかなと思いました。

ありがとうございました。

石黒委員：精神保健福祉センター所長の石黒でございます。

今日この会議で聞いたお話で、まず前半のほうですね。各会議の実績報告をお聞きして、改めてちょっと気づいたというか感想を言わせていただきますと、地域移行、今いろいろ取り組まれているんですけど、やっぱり長期入院の方の地域移行というのが、すごく動機づけの問題であるとか、いろいろ課題があるというのは改めて気づかされたというのがあって、そこに取り組んでいこうとしているというのがすごくよかったと思いました。

それから、これは私もかねがね思っているんですけども、もう一つの視点として、地域移行に関しては、長期入院の方の体制とか地域移行の支援も大事なんですけど、今まで長期入院になってしまったとか、社会的入院に至ってしまったような部分というのを、なるべくそういうことにならないような新たな取組といいますか、体制整備というのを、もう一つの視点として、すごく大事であると思っているので、そういったことがこの会議でもいろいろ取り上げられているということが、とてもよかったなというふうに個人的に思いました。

それから、いろんな実績報告の中でちらっと出てくる中でもう一つ大事なかなと思ったのが、

ご家族ですね。ご家族の支援とか、ご家族の視点というのももう一つすごく大事なので、そこをいろいろ取り組むことを考えていらっしゃるというのも、すごくよかったと思います。

それから、後半で石田さんのピアサポートのお話ですね。これは私もちょっとはつとした部分もございます。特に対等性とか双方向性ということ考えた支え合いというのは、意外と忘れられている部分が一方であって、その部分、理念といいますか、基本的な概念というのを、石田さんが分かりやすく、説得力のある形でお話いただいたのがすごくよかったと思います。

この文化という言葉もすごく大事ななと思ったのは、これは本当にいろいろ対等とか双方向性とか支え合いということを考えていくと、これは何も障害のあるなしではなくて、こういったことがいろいろ考えていくということによって、そういう文化を広げていくということが、結果的には全ての人が生きやすかったりとか、全ての人に優しい社会につながっていくんじゃないかなというふうに思ったので、今日そういったお話を視点を広げる意味で聞くことができ、すごく私自身も勉強になったんですけど、できればこれをいろんな人にこういったお話を聞いていただくということで、そういう文化を創っていくとか、広げていくということがもしできるともっとすばらしいなと思ったので、何かそういったことを考えていただくといいかなと思いました。

ちょっとまとまらない感想ですみません。以上でございます。

守谷会長：いろいろな意見が出て、まだたくさんあると思うんですけど、ちょっと時間が押しているので、ここでこの予定だと意見交換のまとめというのも金谷課長からもらうようになっていますので、よろしくお願いします。

保健対策担当課長：皆様、様々ご意見いただきましてありがとうございます。

また、石田さんも、大変ありがたい、私としても改めてその声で気づかされたというところもありましたので、本当にありがとうございました。

今回いただいたご意見、また講演の内容を受けまして、ちょっと感じたところというか、やはり誰もが暮らしやすいまちづくりをするために、ピアサポート活動であったりですとか、あとは当事者の方の発言の場というのを設けていって、そういった活動を知ってもらうということが、そういった暮らしやすいまちづくりにも貢献するし、精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築につながるんじゃないかなというふうに感じたところでもございますので、来年度以降、こういったご意見を参考にさせていただいて、にも包括の構築に向けた取組について検討し、また改めてお示しをさせていただき、皆様のご意見もいただき

たいというふうに考えておりますので、本日は大変お忙しいところ、ご参加いただきまして、誠にありがとうございました。

守谷会長：最後になります。

これで議事は全て終わりましたので、地域精神保健福祉連絡協議会はこれで終わりにさせていただきます。