

当事者が語る体験から知る 高校でこころの健康出前授業



▲高校生に向けてお話しする講師の皆さん

中川俊彦

加した高校生から
授業の内容が寄せら
数の感想が寄せら
受け止められたこ
実感しました。今
連携していけたら
など思います。

まだお酒を飲める年ではないけど飲むときは気をつけたいと思つたし、ストレスを溜め込んでしまつていた時期があり、その時に私は軽い精神病を患っていたのではないかと思つた。

当事者交流会 ゆとりの会

病気、人間関係、将来のことなど、当事者同士で交流しています。事前の申込等は必要ありません。お気軽にご参加ください。

日時：12月13日(水) 15時～16時半
場所：林友の会事務所
参加費：100円（お茶菓子代）

© 2010 Pearson Education, Inc., publishing as Pearson Addison Wesley.

家族交流会 あじさいの会

心の病気をもつ方のご家族の集まりです。病気や生活、将来のことなど話をしています。どなたでもお気軽にご参加ください。

日時：12月14日(木) 14時半～16時半
場所：林友の会事務所
参加費：100円（お茶菓子代）

集団的自衛権の行使に反対する中区の会

第97回行動 スタンディング

スタンディングでのアピール行動です。
どなたでもお気軽にご参加ください。

は現憲法による戦後日本を全否定することになります。▼日本には年間16日の祝・祭日がありますがその4割が皇族の宮中祭祀にかかるもので、春分・秋分の日、天皇誕生日に関わるもの、「建国記念の日」等およそ意味の分からぬ祝日もあります。▼「新しい戦前」の足音が聞こえます。国民が納得できる祝日はどうあるべきかこの機会に考えたいと思います。8月15日終戦（敗戦）記念日などどうでしょう。（A・H）

心のひろば

第一四七号
二〇一二年十二月一日
〒703-8520 岡山市中区浜四七二
発行
電話(0)八六一二七三一八二二(代)
電話(0)八六一二七三一九五七
発行責任者 石田正也
紙代一部50円(郵送料15円)

患について、「生涯で4人に1人がかかる可能性があること」がしかし障害のある方と関わった経験が世界に比べて極端に低いことなどを話し、その後、話題へ。当事者の方が自分の体験談を話して、事前に高校生から頃いていた質問に答える。

本日の授業のテーマ 聞いてこころの不調時の対処法を知ろう

本日の授業のテーマ

投票の目的

- ① 自分自身や誰かのこころの不調のサインに気づけるようになる。
 - ② 当事者から体験を直接聞くことで、「こころの不調」は身近に起きたことを感じ、偏見を和らげる。
 - ③ 懸念を打ち明けられた時の声かけ、聞き方のコツを知る。
相談生を知る。

未未

予定が変更になる場合
もあります。事前にお問
い合わせください。

集団的自衛権の行使に反対する中区の会

第97回行動 スタンディング

日時：12月21日(木) 12時半～
場所：東京靴の流通センター倉田店前

こだま

こんなご協力ください

1. 林友の会の活動への参加を通じて入会をお説きください。

月間中の企画「ヘルスチャレンジ」や「映画『夜明け前』上映会」、林友の会にお知り合いの方をお説きください。

2. 協同基金のご協力で林財団事業所を経営面で支えてください。

林財団事業所の医療活動を支える協同基金(無利子借入)にご協力ください。林友の会事務所や事業所窓口にお持ちいただき、同封の郵便払込用紙をご利用ください。

3. 社会の仕組みや制度をよくする運動にご協力ください。

精神障害者の医療費公費助成を求める要請署名など、これまでにお送りした署名用紙がお手元に残っていましたら林友の会事務所までお届けください。



▲玉本なるみ京都市会議員

林友の会の皆様、はじめまして。私は日本共産党の京都市会議員をしておりま

す。今夏、岡山市内で開催された全国自治体学校の分科会で「精神障害者の医療費助成を目指して」と岡山

での取組み等のお話をされたり、荒木潤子さんとお会いし、京都市の出で、記事を書かせていただいている。

みが、精神障害者の

共に力を合わせて 全国で制度実現を

心身障害者医療費公費負担制度

今年5月、政府は新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけを季節性インフルエンザと同等の5類に変更しました。その後も続く感染拡大では、公的施策の縮小などもあり、全国各地で医療がひつ迫しています。今こ

状況などは、地域の要求を実現する運動、③精神障害への偏見をなくす啓発活動や制度改善の運動、などに取り組んできました。10月から12月を共同組織拡大強化月間に位置づけ、会員の拡大をめざしています。林友の会の活動を大きく広げるために、みんなの力をお貸しください。

10~12月 共同組織拡大強化月間

林友の会を 大きく広げよう

そ、「誰もが安心してかかる医療」「安心して住み続けられるまちづくり」を進めるため、民医連事業所との共同組織を発展させることが求められています。

林友の会は1977年の創立以来、精神障害者の権利向上と国民のこころの健康づくりのために、①林財

團事業所の医療活動を利用者の立場から支え改善する運動、②事業所の医療だけでは応えきれない当事者や家族、地域の要求を実現する運動、③精神障害への偏見をなくす啓発活動や制度改善の運動、などに取り組んできました。10月から12月を共同組織拡大強化月間に位置づけ、会員の拡大をめざしています。林友の会の活動を大きく広げるために、みんなの力をお貸しください。

こころの ほっと ステーション



ちょっとだけ

みなさんには日々、どうやつてしまふ中、何とか乗り越えてますか？どうやつて頑張ることが出来ています。ただ、そんな中であつ

ますか？
私たちのはんどの時にネガティブな所に目が向きます。ネガティブな渦の中では自分の状態を捉えることが難しくなりやすいです。ただ、そんな中であつ

（3分の軽い運動、作業中ならトイレ休憩をとつてみたり、メールを見ない日を作つたり、ゴロゴロしたり、自分を大切にする時間を日

常の中に作つてみて下さい。
（公認心理師 小田千寛）

たとしても何とか出来たからこそ、今があると思うのです。

あなたの中にはどんな乗り越える力が眠っているのでしょうか？少し元気な時に探してみて下さい。自分



つばさ薬局

笑顔を大切にする薬局です

どこの病院の処方箋も受付致します

【営業時間】

月水木金 9:00~17:30
火曜 9:00~17:00
土曜 9:00~13:00
日・祝日 休み

【電話】

086-272-2710

【処方箋受付FAX】

086-272-2713

〒703-8256 岡山市中区浜621-1

つばさ薬局

検索

ソワニ工看護専門学校の入学試験のご案内

ソワニ工看護専門学校の入学試験を下記の日程で行います。看護師志望のご家族やお知り合いの方にぜひご紹介ください。資料請求や願書請求は、ホームページまたは電話でご連絡ください。



【お問い合わせ先】ソワニ工看護専門学校

住所：岡山市中区倉田394-3 Tel: 086-274-6455

2024年度 入学試験

試験区分	願書受付期間	試験日	合格発表
指定校・一般推薦（専願）二次入試	2023年10月17日(火)～11月14日(火)【必着】	11月18日(土)	11月21日(火)
社会人等（専願）二次入試	2023年10月17日(火)～11月14日(火)【必着】	11月18日(土)	11月21日(火)
一般一次入試	2023年11月15日(水)～12月5日(火)【必着】	12月9日(土)	12月12日(火)
一般二次入試	2023年12月12日(火)～2024年1月9日(火)【必着】	1月13日(土)	1月16日(火)

歩前進とは言え、1級のみでは不十分だと指摘しているところです。政令市では、相模原市と名古屋市が県の制度に上乗対象としています。地域によつて対象が違うのは問題

あります。つまり、本来、国の制度と対象をつけて、1、2級の方を対象としているが現象者の拡充に向けて取り組みましょう！

玉本なるみ
（京都市会議員）



▲戴帽生よりお礼のことば

地域の医療機関として まちづくりに関わる

岡山ひだまりの里病院

11月11日 厳肅な雰囲気のなか戴帽式を挙行いたしました。4年ぶりに来賓をお招きし、多数のご家族様が参列されました。多くの人々に見守られながら29期生24名が看護師になると、いう決意を新たにしました。

動すればいつか本物になれるから先、困難が立ちはだかっても自分の弱さを認め、失敗してもまた立ち直ることができるように吉合っていきましょう。教員や指導者の導きを受けた患者様のこころに寄り添う、あたたかい手とここで育てていくことを願います。

看護の礎を築いたナイチンゲールの像から灯を受け取り、いつまでも謙虚に学ぶ姿勢を忘れず、仲間とともに成長し続けることを期待しています。さまざまな経験ができるということに感謝、なりたいと思つて行動すればいつか本物になる。これから先、困難が立ちはだかっても自分の弱さを認め、失敗してもまた立ち上がりができるよう支え合つていきましょう。教員や指導者の導きを受けつつ、患者様のこころに寄り添える、あたたかい手とこころを育てていくことを願います。

多くの人々への感謝や、看護師になるという憧れを実現するため常に精進することなど、看護する者としての自覚と強い意志が表現されています。

ソワニ工看護専門学校



▲キャッピング

日頃の実践を発表 財団活動交流集会

林財國



▲講師の吉田繪理子医師

LGBTQの方は見えにくいけれど3～9%おられることが、不登校経験率が高かつたり就職に不利益があつたりと困難を抱えやすく、うつや自死のリスクも高いなど健康格差があることを

（財）日本本部 職員育成課 池橋陽子

た」「すべての演題にスタッフの熱意に患者さんへの思いを感じた」「対面で開催でき多くの職員で学びあう会場の雰囲気は刺激になつた」との感想が寄せられました。

財團本部
職員育成課
池橋陽子)

財団活動交流集会 演題一覧

- ・心理教育「ふたばの会」への薬剤師の参加 林病院薬剤科
 - ・地域移行支援の取り組みと精神科病院の役割 林病院相談室
 - ・コンコーダンスに基づいた看護 林病院看護部
 - ・クラスター対応した職員の個別面談を実施して EAPカウンセリングルーム
 - ・活動の質評価法を利用して介入した事例の報告 ひだまり作業療法科
 - ・それいけ栄養科！～食事満足度UPのための取り組み～ ひだまり栄養科
 - ・短期集中治療チームの立ち上げに向けた取り組み ひだまり4階病棟

岡山ひだまりの里病院で
は1月8日、9日、13日、

要」の紹介、次いで精神保
建福祉士による「認知症と

町内の皆さん自らからご紹介頂きました。参加者から

(岡山ひだまりの里病院
事務長 黒頬建弘)

A photograph showing the back of a seated audience in a lecture hall. In the foreground, a person wearing a white mask is standing at a podium, facing the audience. A large projection screen is visible on the left wall.

▲精神保健福祉士の講義

30日と4日間
にわたって、
岡山市民生委
認知症の進行度合いに応じ
と共に生きていくために：」
と題した講義を行いました

は「初めてこの病院を知りました。地域の協力を得ていろいろな事を立ち上げら

自死のリスクも
高いなど健康格
差があることを
(財)日本
職員育成課
池橋陽子)

財団活動交流集会 演題一覧

- ・心理教育「ふたばの会」への薬剤師の参加 林病院薬剤科
 - ・地域移行支援の取り組みと精神科病院の役割 林病院相談室
 - ・コンコーダンスに基づいた看護 林病院看護部
 - ・クラスター対応した職員の個別面談を実施して EAPカウンセリングルーム
 - ・活動の質評価法を利用して介入した事例の報告 ひだまり作業療法科
 - ・それいけ栄養科！～食事満足度UPのための取り組み～ ひだまり栄養科
 - ・短期集中治療チームの立ち上げに向けた取り組み ひだまり4階病棟



● 短い秋が終わり、疲れの取れないまま冬が来ました。来年は程よいマイペースで過ごしたいです。(井原誠司)

● 病気をもつていてもこんな風に工夫して生活を楽しんでいます」とか:情報をお伝えください。

● そのようなコーナーを掲載して頂きたいです。(N・N)

● 短い秋が終わり、疲れの取れないまま冬が来ました。来年は程よいマイペースで過ごしたいです。(井原誠司)

● 病気をもつていてもこんな風に工夫して生活を楽しんでいます」とか:情報をお伝えください。

● そのようなコーナーを掲載して頂きたいです。(N・N)

● それぞれの患者さんの精神疾患の対処・治療法や、どのように克服しているか、みんなさんの声が聞きたいです。また「病気をもつていてもこんな風に工夫して生活を楽しんでいます」とか:情報をお伝えください。

● 今年の暑さはもうたいやでした。野菜や果物にも大きな影響がありました。このままでは、来年の夏はどうなることか今から心配しています。(山崎晶弘)

● ガザでの惨状に心を悼める毎日です。これはジエノサイドであり、市民を恐怖に陥れる行為は絶対に許されません。政府は即時停戦を呼び掛けるべきです。憲法前文には先の大戦の苦い体験から、日本国民だけではなく全世界の國民が平和のうちに生存する権利を有する。今こそ憲法の精神を活かす時です。(原田恵子)

● 11月に入り、なぜか暑いですね。クマも食べるものがなく氣の毒です。人間が自然にしてきたことのしかえしかかもしれません。世界では争いがたえず、これら先、よき時代が来ることを切に願っています。(村田光)

● 昨年からはじめた町内のゴミ拾い、朝の日課としてルーティンになりました。健康だからできると実感しながら歩いています。(赤嶺勝)

● 9月初め、享年98歳で母が亡くなりました。長生きをしてくれ、「天寿全う」の旅立ちでした。パズルの母が80歳の時、一緒に行つたことを思い出しました。(住寄善志)

● 「バストア」も企画・開催されています。楽しい催事は大好きですが、コロナ対策や医療や介護への援助をきちんと政府にはしてもらいたいです。(森田陽子)

● 11月に入り、なぜか暑いですね。クマも食べるものがなく氣の毒です。人間が自然にしてきたことのしかえしかかもしれません。世界では争いがたえず、これら先、よき時代が来ることを切に願っています。(村田光)

● 朝夕は少し肌寒くなりましたが、日中はまだ夏のなまら歩いています。(赤嶺勝)

● 医療費の無料化や助成で考えなければならぬのは、それを税金や保険料で負担する点です。高齢者や現役世代の税金や負担が増えるという事です。相互扶助の考え方で、1人はみんなの為に、みんなは1人の為にであつたら良いと思います。

● 林友の会ヘルスチャレンジでウォーキングコースにチャレンジしています。今のところ、天候にも恵まれ毎日頑張っています。無理せず楽しんでしようと思っています。(S a T o)

● 医療費の無料化や助成で考えなければならぬのは、それを税金や保険料で負担する点です。高齢者や現役世代の税金や負担が増えるという事です。相互扶助の考え方で、1人はみんなの為に、みんなは1人の為にであつたら良いと思います。

● 9月初め、享年98歳で母が亡くなりました。長生きをしてくれ、「天寿全う」の旅立ちでした。パズルの母が80歳の時、一緒に行つたことを思い出しました。(住寄善志)

クロスワードを解き、二重枠に入った文字を並べてできる言葉をハガキかメールでお送りください。住所、氏名、紙面や友の会活動に対するご意見・ご感想をお書きください。お名前の掲載ができない方はペンネームか匿名希望とご記入ください。抽選で5名の方に図書カードを差し上げます。

応募締切: 12月15日

宛先: 〒703-8520 岡山市中区浜472
林友の会「心のひろば」編集部
hamawww@po.harenet.ne.jp

第476号
の答 バスツアード

パズル当選おめでとう

▼藤原 尚 ▼N・N
▼村田 光 ▼S a T o
▼井本 明 (敬称略)

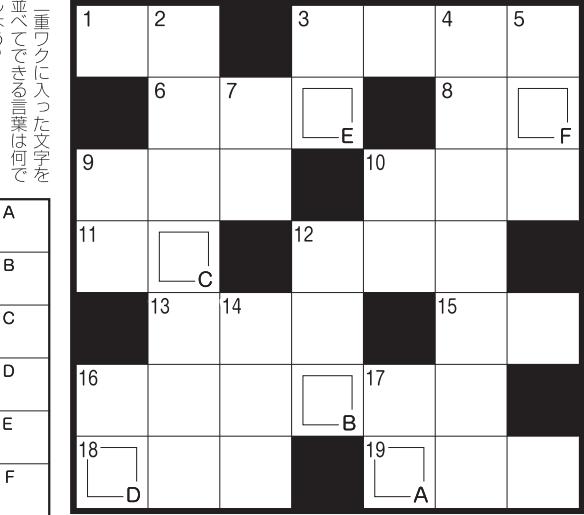
○タテのカギ

- ②車の保安基準適合の証明書
- ③逆立ちすると馬鹿になっちゃう動物?
- ④最高潮の見せ場
- ⑤粉、クリーム、ブルーなどがある食品
- ⑦私の。「〇〇ホーム」
- ⑨玉子〇〇、タコ〇〇、〇〇肉
- ⑩小浜市と京都を結ぶ「〇〇街道」
- ⑫赤ちゃんがオムツをするのは?
- ⑯人形にも、食用にもなる花
- ⑰琵琶湖から流れる「〇〇川」

○ヨコのカギ

- ①江戸前や回転が人気
- ③ ⇄甘口
- ⑥タテ④を日本語で?
- ⑧からい調味料「〇〇油」
- ⑨夜、眺める景色
- ⑩S、M、Lがあります
- ⑪雄弁は銀、沈黙は?
- ⑫小さいところでいばっている人を「〇〇〇の大将」といいます
- ⑬〇〇〇貫徹
- ⑮転ばぬ先の?
- ⑯一緒に力を合わせて
- ⑱タイヤの中身
- ⑲アルコールの強さを表す

クロスワードパズル



●入院のご相談は

代表(086)272-8811

へお電話ください。

入院担当看護師へ
おつなぎします。

夜間・休日も
対応しております。

もの忘れ外来

(月)午前

9:00~12:30

重度認知症デイケア

(月)~(土)

9:30~15:30

デイケア

(月)~(土)

9:00~15:00

ナイトケア

(月)~(土)

16:00~20:00

認知症専門病院

岡山ひだまりの里病院

外来診療表

月	本 田
火	本 田
水	藤 田
木	藤 田
金	藤 田

9:00~12:30
電話で予約して ご来院下さい
TEL(086)267-2011
認知症デイケア
(月)~(土) 9:30~15:30

電話相談

電話: 086-272-2957 (林友の会)

平日 8:30~17:00

生活相談・法律相談・家族相談

各相談は、林友の会事務局員が
事前にお話を伺い、
相談員へお取次ぎします。

相談員

氏平みほ子 (県議)
森脇ひさき (県議)
林潤 (市議)
石田正也 (弁護士)
則武透 (弁護士)
家族会役員

月	火	水	木	金	土
北山	吉井	吉井	原	吉井	岡崎 中前 前田 清北 光山 林
吉井	前田	田中	松下	清光	
尾原	三村	前田	林	林	
		藤本	アルコール依存症外来	アルコール依存症外来	
岡崎		吉井	北山	吉井	休診
藤本		尾原	中村	岡崎	
原		廣中		北山	
廣中					

※1土曜日の医師体制は、隔週毎になります。※2月曜日の廣中医師は、第1・第3・第5週になります。
午前診療時間 9:00~12:30 (受付時間 8:30~12:00)
午後診療時間 14:00~17:00 (受付時間 14:00~16:30)
初診の方は、あらかじめ電話でご予約ください。
TEL086-272-8570 (けやき外来直通) TEL086-272-8811 (林病院代表)
林財団ホームページ <http://www.hayashi-dorin.or.jp/>