

あしなみ会だより

足立区精神障害者家族会
事務局：足立区千住４－３－９
TEL　０３－５２８４－８１０６
ashinamikai@gmail.com

2026年
2月号
NO.613

Nothing about us without us

今年も早１か月が過ぎ節分を迎え、梅のつぼみも膨らみ始め春の足音が聞こえてきそうです。

１月の厳しい寒さを乗り越え、少しほっとする時期ですが、日本海側では災害級に記録的な大雪が降り続き、現地の方々は大変な生活をされています。もし東京で雪が降ったら雪かきなどどうしようと不安になります。

乾燥続きでのどもからからです。どうか体調管理に気を付けて明るい春を迎えましょう。

＜１月　あしなみ会例会　報告＞

１月１７日（土）１月の例会は、毎年恒例の新年会。会員、当事者さん、法人あしなみの職員さん合わせて２６名の皆さんが参加してくださいました。

毎年のように、副会長（会員）からの開会の言葉をきっかけに「新年会」が始まりました。法人の横内理事長さんからご挨拶をいただいた後、参加されたメンバーさんからの代表（受付でお配りしたビンゴカードの裏にお願いメッセージがあった方）が乾杯の音頭を取ってくださいました。お食事はスーパータナカのおかずたっぷりのお弁当です。お食事・歓談が進んだところで、三上理事さんからもお言葉をいただきました。続いて、メンバーさんの一人がギターの弾き語りライブを披露してくださいました。２曲歌ってくださいましたが、最初の歌はオリジナル曲で、優しいメロディと大事な存在になりたいと寄り添う歌詞に皆さん大拍手でした。法人の職員さんたちが用意してきてくださった「頭文字とお尻文字」のクイズでは皆さんそれぞれに発表した回答に職員さんたちが「そうですね。」「いいセン



スですね。」「なるほど」と感心してくださるので、心から楽しむことができました。ビンゴゲームも大盛り上がり。今年は、パソコンのビンゴアプリで数字を読み上げる方式にしました。皆さんの感想の中から、「ビンゴはやっぱりガラガラと回した方が良い」というご意見をいただきましたが、ガラガラから出る球の数字は小さくて（見えない！）。来年は視覚的にも音的にもドキドキ感のある方式を考えますね。



ビンゴで景品をゲットした後は、おなじみ「各所自慢」で盛り上がりました。名残惜しいけれど、時間となり、石川会長から「今年も家族会と法人が連携し、メンバーさんたちとともに活動しましょう」と呼び掛けてお開きとなりました。

２６名中１８名の方が感想を書いてくださいました

楽しく過ごせた。楽しみにしている。	８名
演奏が良かった。歌詞が心に残った	６名
文字のクイズ面白かった。ビンゴの景品よかった	９名
たくさんの人と話せてうれしかった。各所自慢！	６名
お弁当おいしかった。	３名

演奏してくださったＫさん、ありがとうございました。
準備から後片付けまで、楽しいクイズも提供してくださった法人の職員の皆様、楽しい時間をありがとうございます。

（報告…桑原）



宝地さんからあしなみ家族会に
ご寄付をいただきました。

＜そのほかの活動の報告＞

●みんなねっと　京都大会　９月６日（土）　京都テルサ
　全国家族会結成 60 年記念リレートーク

先月号で報告した「精神障害者家族会前史」に引き続き、京都精神保健福祉推進家族会連合会のこれまでとこれからについて静津由子会長からお話がありました。精神に障害のある親を持つ子供の集い、きょうだいの集い、配偶者の集いと 2012 年から次々と、集いを開始されています。社会的ひきこもりの集いは専門職がサポートし、各月で開催されているとのことです。また、当事者の合唱コンクールは、1994 年から始まり、30 年に及ぶ歴史が続いているとのことでした。



そしてリレートークのアンカー、全国精神保健福祉会連合会の岡田久美子理事長が、「精神障害者家族会 60 年の歩みそしてこれから」をテーマにお話しくださいました。

今から 60 年前の 1965 年（昭和 40 年）に世界で一番早く、精神障害者家族会の全国組織として「全国精神障害者家族連合会」が誕生しました。この前の年の 3 月には、ライシャワー事件がおこり、新聞報道をはじめとして精神障害者に対する社会的なバッシングがありました。そのような中で精神障害者家族は、精神疾患に対する無知、誤解、偏見などにより、多くの方々が日常生活や社会生活に支障を有することを憂い、障がいをもつ当事者やその家族が安心して暮らせるための制度政策づくり、地域社会づくりを目指して家族会全国組織を立ち上げました。

当時の全国大会参加者は 2000 人、各ブロック研修会にも 300～600 人が集まったという記録が残っているそうです。当時の精神障害者に対する不十分な社会的支援体制や屈辱的な差別・偏見の克服への強い思いが家族・家族会を動かしていたのではないでしょうかと、岡田理事長は先輩方の意識の高さについて思いを述べておられました。このような歴史の中で「みんなねっと」を設立し、活動を続けてはいるものの、現在の全国の家族会の課題が会員の高齢化やコロナによる生活様式の変化等により、活動の活性化や会そのものの存続となっていると分析されています。

そして、岡田理事長は、家族会は、もう、役割を終え、なくなる方向に進んでいってよいのでしょうか。そうではないと、強く語りかけられました。精神保健医療福祉分野にはまだまだ多くの課題が山積みです。社会・地域をよりよくするために活動してきた役割は変わらずに続いています。精神障害者家族会は重要で必要な社会資源として確かに存在していますし、これからも存在し続ける必要があるということは確かなことです。

岡田理事長の強い宣言に会場からは賛同の大きな拍手が沸き起こりました。

2024 年度の事業報告の後、満場一致で採択された大会宣言の結びの言葉を以下に記載致します。



大会宣言の結びの言葉

「私たちは、決して諦めません。本大会に集まってくださったご本人、ご家族、そして支援者と未来を描くことができる、かけがえのない仲間がいます。このつながりこそが、私たちの最大の力であり、希望です。病や障がいの有無に関わらず、すべての人が尊厳をもって生きられる社会。そして何より、家族が家族として、当たり前に笑い合い、こころから「ほっこり」できる毎日を取り戻すために。私たちは、医療、福祉、就労、住まい、そして地域社会が一体となり、家族を優しく包み込むような「家族まるごと支援」のネットワークを、この国の隅々まで広げていくことを、ここに誓います。

以上宣言します。　　（報告…桑原、冨永）

＜2025 年度の定例会のテーマ＞　　（網掛けは終了しています）

今年度のテーマ（バックナンバーをご希望の方はお知らせください）			
4 月	一年の計画	10 月	デイケア見学
5 月	総会	11 月	犯罪に巻き込まれた時、虐待かなと思ったときの対処
6 月	医師が望む家族の姿	12 月	家族懇談会
7 月	家族としての体験	1 月	新年会
8 月	お休み	2 月	当事者の体験談
9 月	お薬について他	3 月	生活保護のお話

今冬も「皿うどん・ちゃんぽん」など
販売にご協力いただきありがとうございました



今冬も「社会福祉法人あしなみ」のスタッフが行った皿うどん・ちゃんぽんなどの販売活動にご協力いただきありがとうございました。

皆様のご協力のもと３６，６８０円の利益がありました。

この貴重なお金は社会福祉法人あしなみの就労移行支援事業所Ｗｉ Ｚと就労継続支援Ｂ型事業所Ｚｉ Ｐのメンバーの通所交通費として、社会福祉法人あしなみに寄付させていただきました。

社会福祉法人あしなみにご寄附をいただき、有難うございました
あしなみ会　様　　よでん圭子　様　　あしなみ有志一同　様





＜移転プロジェクトの進捗状況　報告㉜＞

年末に条件に合う良い物件が出ました。年始早々からプロジェクトチーム７名で内見しました。日当たりも良く、利用者が仕事をしている清掃事業の委託先とも近い場所でした。

「これは！！すぐに手を打たないと…」と、ボリューム計画を作成しながら、緊急理事会を開催いたしました。理事からご承認と勇気付けをいただき、申込みをいたしました。

結果は、残念ながら僅差で他社様へ流れてしまいました。

皆様のご協力をいただき１０日間という短期間での申込みの流れは作れましたが、良い物件は、すぐに買い手がついてしまうことを改めて認識いたしました。次の物件に向けてしっかり準備をしていきます。

俳句

・雪空昼　地より顔出す　赤信号
・立春や　喚声の湧く　駅ピアノ
・卒論の　〆切の鐘　祖父鳴らす
・鬼のボス　ボスの周りで　鬼滂沱（おにぼうだ）
・アンコウの　釣り上げられし　呪い尽き

馬蕉



◆◆◆ トピックス ◆◆◆

＜ZiP/WiZ＞

１月１５日(木)鏡開きの日が近いこともあり、お昼の時間におしるこ＋塩昆布をメンバーのみなさんへふるまいました。寒い日でしたので、温かい汁物があるだけでほっとします。２６名のメンバー、１３名の職員みんなでいただきました。美味しかったとの声を沢山いただき、こちらも嬉しくなりました。



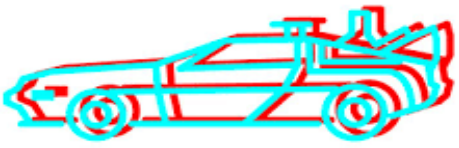
○思ったより白玉が大きく、数もたくさん入っていて美味しかった。
○午前の作業で疲れたので、甘くて温かい食べ物が嬉しかった

＜協立作業所＞

１月２０日メンバー９名で映画を観ました。何を観るかを皆で決め、「バック・トゥー・ザ・フューチャー」になりました。４０年前の映画で観たことがある方が多かったのですが、全く色褪せず、皆さん引き込まれていました。フルーツティーとお菓子をお供にあっという間の２時間でした。作業がなければ職員も一緒に観たかったですね！

○過去にも観たことがあるけれど初めて観る感覚だったのと、改めて良い映画だなと思いました。
○自分も過去に行ってみたい。
○久しぶりに映画を観て楽しかったです。
○気分転換になって良かったです。
○機会があれば違う映画も観たいです。
○観ている間、紅茶をつぎに来ていただいたり、お菓子を配布して頂いたり、食べたり飲んだりしながら鑑賞するのは良いなと思いました。





＜萌作業所＞

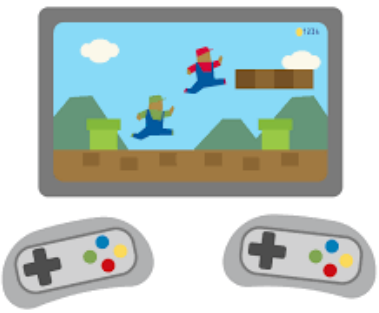
１２月９日から１月９日まで、事業所での販売会「MOE ショップ」を開催しました。メンバーのみなさんが丁寧に作った刺繍製品や、季節を感じられる手作り品を並べ、１２月はクリスマス、１月はお正月と、月ごとの雰囲気を楽しんでいただけるよう工夫いたしました。期間中は、地域のみなさまから「ここで買い物をするのを楽しみにしているんです」と温かいお声をかけていただき、胸がじんわりと温かくなる思いでした。応援してくださる気持ちが伝わり、ものづくりへの意欲もますます高まっています。これからも、地域の方々とつながりながら、ほっとできる場づくりを続けていけたらと思っています。



＜アトリエほっと・しかはま＞

１２月２６日（金）、所内にて火災訓練+忘年会を開催しました。卓球・トランプ・ＴＶゲーム等が行われ、途中、訓練タイムを設け、ネットを視聴し通報・消火・避難について学び、全員に水消火器を体験していただきました。参加者は利用者２７名・ボランティア２名・職員６名、大賑わいの一日となりました。

○ケーキ・唐揚げ・お寿司、美味しかったです。
○大勢の人数の会食は楽しいですね。
○卓球やネットなど、色々楽しめて良かったです。
○防災訓練を年末に経験でき良かったす。



＜綾瀬スマイル工房＞

１月１６日（金）に横浜方面へ日帰りバス旅行に行ってきました。今回は、メンバー１９名、職員５名の他に、理事長と理事も、ご同行いただきました。当日は季節外れの好天で、マリンタワーから中華街までの道程も暑いくらいでした。事前に予習した成果を活かし、中華バイキングを存分に楽しみました。氷川丸の見学は、駆け足になりましたが、満足度の高い日帰りバス旅行でした。今回の日帰りバス旅行には東京都共同募金会様の地域配分Ｂ配分を充当させていただきました。誠に有難うございました。

○タワーの透明のガラスの所が怖かった。お土産喜んでもらえた。（K）

○久しぶりのスマイルのバスレクは、天気に恵まれ横浜マリンタワーから、富士山も見えたし、港の風景最高でした。もちろん昼の中華バイキング、お腹十二分で夕食を減らしました。次のレクも楽しみです。ありがとう！！！（I）



＜令和８年２月あしなみ定例会＞

「地域生活支援センターふれんどりぃ」に
登録して活動されている３名のピアサポーターさんから、皆さんの体験をお話いただきます。

記

日時：令和８年２月２１日（土）
１３：３０～１６：００

場所：ボンサンス・千寿
足立区千住４－３－９

＜あしなみ会だよりをお読みいただいているみなさまへ＞



『家族会って何をしているの』と感じていらっしゃるご家族の皆様、懇談会、講演会等に参加しませんか。

病気のことは、インターネットでも調べることはできます。でも、家族が担っている苦労は誰が受け止めてくれるのでしょう。家族会では家族も支援を差し伸べられる対象だと考えています。みんなでいろんなことを語り合い、わかちあいませんか。
いつでも大歓迎です。関心のある方はどうぞご連絡ください。

連絡先→ あしなみ会事務局　桑原芳枝