

いるから通信

発行所 旭川市大町 2 条 15 丁目 92 番地の 16
相川記念病院患者家族会事務所 0166-51-3421

初雪がすでに降雪となり寒さが身にしみる季節となりましたが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。今年も残すところわずかとなり新年に向けて何かと忙しい日々を送られていることと思います。周囲ではちらほらと風邪症状を訴えている方をお見かけしますが季節柄、身体の不調が出やすい時期でもありますのでくれぐれも体調管理にはお気を付けください。

行事案内

12月の家族会は「忘年会」です。今回もみなさまと食事をしながら今年1年の家族会を振り返りつつ楽しいひと時を過ごしたいと考えております。なお、食事を用意する都合上、お手数ですが期日までに家族会事務局までお電話等でお申込みくださいます様よろしくお願いいたします。みなさまのご参加をお待ちしています。

日時	平成 24 年 12 月 21 日 (金) 12 : 00 ~ 13 : 00
集合場所	相川記念病院 会議室
申込締切	12 月 17 日 (月) まで
申込先	家族会事務局【0166-51-3421】

クリスマス演芸会・バザー開催

例年行われているクリスマス行事が今年も病院体育館にて行われます。今年はハンドベル、合唱以外にも、ダンスやバンド演奏などあたらしい演目を企画し、デイケアメンバーの方々は発表にむけて日々練習に励んでいる様子です。また、デイケ

ア、病棟でメンバー・患者様らの作品販売や、就労継続支援 B 型しらかば作業所が今年も出展する予定です。たくさんの方々の見学をお待ちしています。今年も大いに盛り上がりましょう！

日時	平成24年12月21日(金) 10:15~15:00
演芸会会場	相川記念病院体育館
バザー会場	デイケア1階デイルーム

行事案内

1月の家族会は「新年会」です。忘年会に引き続き食事を企画しています。お食事しながら家族会メンバーや職員らとの交流を楽しみたいと思います。またこの機会に次年度の家族会で「こんなことやってほしい」「 に見学に行きたい！」など取り扱ってほしい行事や企画などの要望などお伺いしたいと思います。ぜひ皆様のご意見をお聞かせください。なお食事を用意する都合上、お手数ですが期日までに家族会事務局までお電話等でお申込みくださいます様よろしく願いいたします。

日時	平成25年1月11日(金) 12:30~13:30
場所	相川記念病院会議室
申込締切	平成25年1月7日(月)まで
申込先	家族会事務局【0166-51-3421】

行事報告

Check!

10月、11月の家族会は当院の社会資源のグループホーム「志恩寮」とデイケア「宇多俣」の見学を行いました。志恩寮は、男女別に各定員10名とした施設であり、今回は管理人さんの案内のもと、両方の見学をすることができました。

寮では、生活技術を身につけることを目的とし、寮生には料理や浴室の掃除等の当番があります。入寮当初は慣れない方も世話人さんや他の寮生の協力を得ながら徐々にこなせるようになるそうです。寮生からも「当番を通して料理の基礎を覚え、今ではオリジナルの料理をつくれるようになり、仲間に振る舞ったりしている、喜んでもらえるので嬉しい。」といったお話を聞くことができ、技術を

身につけたことが自信につながっているようでした。また、共同生活を通してお互いを気遣い、助け合うといった**協調性**が身に付くとのこと。また、寮内では寮生の意見を聞くために毎週ミーティングの場が設けられています。共同生活の場でありながらそれぞれにとってよりよい居場所であり続けるために一人一人の意見を大事にしたいと管理人さんからお話がありました。

デイケアではメンバーが編み物、読書、パソコン、バトミントンに打ち込む様子など活動風景を見学することができました。また、新しいプログラムとして加わった「写真同好会」の活動としてメンバーが壁新聞を作っている姿もありました。写真を撮ることを目的に外出が楽しくなったというメンバーも多いそうです。デイケアには生活リズムの習得や作行を通



して集中力等の能力の向上を図ること、集団の中で仲間を見つけたり、対人関係を学ぶ等の役割があるとスタッフからお話がありました。見学後の茶話会ではメンバーから「プライベートでも交流できる友人ができた。」「色々な活動をするので趣味の幅が広がった。」「デイケアでの出来事を話すといった習慣を通して、家族とのコミュニケーションが増え、絆が深まった。」との話を聞くことができました。今回はメンバーから家族への質問もあり、いつもと少し違った内容の家族会がまた新鮮でした。

この度の家族会に、参加されたご家族のみなさまおつかれさまでした。またの参加をおまちしております。ありがとうございました。

体験者の声が動画で観られるウェブサイト

JPOP - VOICE 「統合失調症と向き合う」

「財団法人パブリックヘルスリサーチセンターJPOP 委員会」の監修・運営により、この度、統合失調症（を含む精神病性障害）の方々がどのようにご自分の病気と向き合っているのか、そして家族や周りの方々はどのように統合失調症の方を支えているのかということ、実際に病気を体験されたご本人やご家族に治療や生活のことをインタビューし、生の声で動画で公開しています。また、医療者や日常生

活面で支援している方々からのメッセージ等も公開しています。ご興味のある方はぜひアクセスされてみてはいかがでしょうか。

JPOP-VOICE 「統合失調症と向き合う」

<http://jpop-voice.jp/schizophrenia>

しめ飾り販売について



今年もしめ飾りの販売を行います。価格は定価の2割引きにて販売いたします。販売手数料は家族会運営資金となりますのでご協力をお願いいたします。ご注文をご希望される方は、いるから通信の裏面をご覧ください12月5日(水)午後1時まで事務局長までご連絡をお願いいたします。

病院の年末年始の休診・外泊について

年末年始外来休診 【12月30(日)～1月3日(木)】

お正月の外泊は3泊4日までとなっております。日程等は、事前に主治医の許可が必要になりますので、お早目にお電話等でご確認ください。

編集後記

年内最後の家族会通信となりました。今年度も多くの皆様のご支援・ご協力いただきまして誠にありがとうございます。来年度もよりよい家族会及び家族会通信になるよう事務局一同努力して参りますので、みなさまのあたたかいご支援・ご協力をお願い申し上げます。なお、平成25年2・3月の家族会は学習会を予定しております。お誘い合わせの上、みなさまの参加をお待ちしております。

次回のいるから発送は1月19日頃を予定しております。

【家族会事務局担当 横山・高島・五所】