二〇〇〇年十二月十二日 第三種郵便物承認 毎月（1・2・3・4・5・6・7・8の日）発行 発行人 関西障害者定期刊行物協会 大阪市天王寺区真田山町二の二 東興ビル4F

KSKS ゆいゆい通信

No.142 26.4.28

編集人 社会福祉法人 寧楽ゆいの会
〒631-0823 奈良市西大寺国見町3-5-5
TEL/FAX 0742-41-6039
URL http://narayuinokai.or.jp

定価 1部50円
年間 300円

◆法人からの報告
2026年度 法人活動計画
理事 大田 雅子 …1
◆Reports
◇第35回こころの講演会 …2
◇伏見圏域多職種連携研修会
◇天理市ゲートキーパー
ステップアップ研修 …3
◆Reports
ぽすと／きらく …4
職員配置 …5
ぐっど・たいむ …6
◆Thanks
後援会費納入者 …6

2026年度スタート

これからの法人活動計画

新たな年度を迎えました。2025年11月から始まった就労継続支援B型事業所「さわやぎ」の大規模改修が進んでいます。これに伴い、2000年の開所時から西大寺北町にて事業を行なってきた「きらく舎」がさわやぎの1F部分に移転し、6月から営業を再開する予定です。（詳細4面掲載）

今年度の法人の事業計画は以下のとおりです。

①本部機能の検討

ゆいの会の本部業務は専任者2人、兼任者5人によって担われています。細々とした煩雑な業務について、整理や課題の確認、今後の体制についてなど検討が必要です。本部機能を法人全体に周知すること、同時に本部職員が事業活動を知る機会を増やし、本部と各事業の相互理解を強化します。

②人事考課制度の検討

現在人事考課制度は一部のみの運用にとどまっています。事業規模も変化している現状で、職員が元気に働き続けられるためにも、まずは等級表の項目改定を行ないます。

③利用者実態調査の実施

例年継続している基本調査に加え、「親亡き後」

をテーマに実態調査を行ないます。

④社会福祉充実計画の遂行

充実計画2年目となる2026年度は、前年度から実施している法人本部・さわやぎ大規模改修に加え、きらく舎の移転を行ないます。（大田雅子）

【法人の動き】

3月5日 第5回理事会
事業経過報告、2025年度見込み決算及び補正予算、2026年度活動計画案・予算案、定款変更、施設長人事について承認を得ました。

3月16日 各事業所に2026年度の人員配置を通知しました。

3月28日 第2回評議員会
第5回理事会と同内容について承認を得ました。

Reports

第35回こころの講演会

依存症の理解にむけて

第35回こころの講演会が、2月7日（土）に天理市民会館でありました。今回は『アルコール依存症を正しく知る～誰にでも起こりうる“病気”として～』をテーマに、入来晃久（いりき　あきひさ）さん（大阪精神医療センター依存症治療・研究センター副センター長）にお話いただきました。

▶質問を交え、参加者とコミュニケーションを取りながら

＊依存症治療の考え方

これまで依存症治療は通院治療、自助グループ、抗酒剤の3本柱で取り組まれてきましたが、依存症からの回復には、相談や支援につながることが何より重要だと入来さんは考えているそうです。

依存症を抱える人は、「依存対象」に頼っている状況です。それらを必要とせずに生きられるよう、依存対象が変わっていくことが回復への道であり、自分が変わりたくなった時に頼ってもらえるような関係を築いていくことが周囲の人にできることです。そのためには、なぜ依存対象が必要なのか、本当に困っていることはなにか、背景にある真のニーズに着目して関わることが大切です。

＊身近な例えからイメージする

依存症の人の生活は、例えるなら、慢性的な頭痛（ふだんのつらい状態）を、鎮痛剤を飲む（依存対象の物質・行為を取り入れる）ことで、日常生活を送れる状態に持っていこうとするイメージです。鎮痛剤が切れるとつらい状態に戻るため、常に欲するようになります。依存することで生き延びているのです。

＊依存症を抱える方をとりまく状況

依存症は周囲からの理解を得られにくい病気です。依存行動という表面的な部分をみて、止められなかった理由や責任を本人に求め、「意志が弱い」と責めたり「やめる気がない」と突き放されます。小さな攻撃が本人を孤立させ、さらに依存行動が強まるという悪循環を生みます。

＊「意志」は関係ない

ラットの実験で、冷たくて狭いカゴの中で1匹だけで生活するパターンと、柔らかいマットの敷かれた広いカゴの中で複数匹で生活するパターンとを設定し、両方に麻薬入りの水を与えたところ、1匹で生活するラットのほうが麻薬入りの水を欲するようになり、摂取量が増える結果になりました。ラットには理性がないことから、依存症と「意志の弱さ」は関係がないことが言えます。

＊依存しなくていい環境が大切

実験には続きがあり、1匹で生活していたラットを複数のカゴに入れたところ、麻薬入りの水を飲む量が減っていきました。このことから、孤独や過酷な環境下では依存しやすいことがわかります。そして、環境が変わったことで依存対象が必要でなくなったという見方もできます。

◀天理市内外から約45人が参加

質疑応答では、支援者から依存症を抱える人や家族との関わりについて質問がありました。

本人との関わりにおいて入来さんは、間違いを指摘しないことや抵抗しないことを意識しています。「迷惑かけてないじゃないか！」と言われたら「迷惑かけないように気を付けているんだ」と受け止め、いいところを捉えて関わると言います。

またご家族からの相談に対してどう考えたらいいか、という質問には、「本人や周りはどういう生活を送りたいのかを聞いていく。本人にとっても家族にとってもいいかたちで過ごせるところを話し合う」との回答でした。

そのほか、「感覚的な理解にとどまっていた部分を今日の講義を聞いて整理できた」「当事者の方との関わりに悩んでいたが、違う角度から関わるヒントを得られた」といった感想がありました。

依存症理解に加え、当事者の方と関わる際の大切な視点と姿勢を学びました。　（山田江梨）

Reports

『多職種連携』で支援の幅を広げよう

◀イラストは伏見地域包括支援センター中村喬久さん作

「顔の見える多職種連携研修会（伏見圏域）」が2月12日（木）に伏見圏域多職種連携コアメンバーと伏見地域包括支援センター主催で開かれました。さわやぎと同圏域での開催ということで、研修を通して横のつながりを広げたい、という思いで参加しました。

会場の奈良市役所正庁の間には約100人の医療、介護、障がい福祉分野の専門職をはじめ、民生委員、主任児童委員など多職種が集まり、紙芝居を用いた架空事例を通して「つながり方」をテーマにグループワークを行ないました。「食べ物がなくて困っているAさん」「なにかありそう、でも関わりを好まないBさん」など、7人の架空事例について参加者それぞれが「Aさんなら自分はこういう方法で関われそう」「私は○○という理由でBさんには関わりにくい」と思ったことを出し合いました。私の参加したグループには民生委員、調剤薬局の薬剤師、ケアマネージャー、医療ソーシャルワーカー、介護施設職員がいました。属性によって視点が違い、それぞれのカバーできる範囲や強み、弱み、また経験から得たつながり方のコツまで多彩な話を聞くことができました。利用者との「つながり方」や「つながりにくさ」に焦点を当てることで、他職種ともこういう連携がとれそう、と横のつながりや広がりを感じられました。一方で「教育」とのつながりの薄さが課題としてあがったのも印象的でした。

ネットワークを広げ、円滑な連携体制を築くことで提供できる支援の幅も広がり、質も上がります。また、人ひとりを支援するという支援者側の実働的、精神的な負荷も分け合えます。そのためにも日ごろから手を広げてつながっていく姿勢を忘れずに、日々の支援に努めながら、つながりの場には積極的に参加したいと思います。　（土田恵利佳）

天理市 ゲートキーパー ステップアップ研修

天理市保健センターで「ゲートキーパーステップアップ研修会」が3月7日（日）にありました。これまで実施した「ゲートキーパー養成研修」の修了者が対象です。同養成研修は2017年度から開かれ、当初3年間の受講対象者は市職員のみでした。2020年度から民生委員、精神保健関係者などに対象が広がり、現在までに257人が受講しました。2025年度からは（一社）天理文化の会が運営している「ひらく心理相談室」との共催になり、同年度から「ステップアップ研修」が始まりました。

◆ゲートキーパーとは

直訳すると「門番」ですが、「命の門番」と位置付けられ、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応をする（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて必要な支援につなげ、見守る）ことができる人のことです。「孤立・孤独」を防ぎ、地域全体で命を守る活動の核になるとされます。自殺対策基本法（2006年制定）に基づき、「ゲートキーパー」の養成が国の重要施策として推進されています。

◆ゲートキーパーの役割

【気づく】「何か悩みがありそうだな」「体調が悪そうだな」「眠れてなさそう」
【声かけ】体調のことを切り口に、一言声をかける。「どこか、体の調子で気になることがありますか？」
【聴く】自殺をほのめかす言葉が聞かれたときには耳を傾け、つらい心境を聴く
【つなぐ】必要に応じて相談機関へつなぐ
【見守り】相談機関につないだ後も温かく寄り添い、サポートする／気にかけているメッセージを伝える／1人ではなくチームを組んで見守る

講座では「奈良県ゲートキーパー手帳」をテキストに、グループワークで対応の良い例、悪い例等を学びます。ステップアップ研修は受講者の交流、情報交換の場としての役割も果たしています。

受講者からは「ロールプレイで気づきと学びが深まる」「実際の相談につながった」「個々の活動だが、つながりの必要性を感じた」との声も寄せられたそうです。

令和8年度も養成研修、ステップアップ研修ともに開催予定。市広報紙やホームページで周知されます。　（馬出元司）