

『ハートでつなごう地域の輪』

大阪府吹田圏域 市民のための精神障がい者理解促進イベント
「ハートふれあい祭り～みんなどこかにつながっている～」



大阪府こころの健康総合センター

目次

第1章	吹田市の概要	…1
第2章	理解促進イベント「ハートふれあい祭り」概要と経過	…1
	(1) NPO法人 吹田の精神保健福祉を考える市民の会「こころの交差点」とは？	
	(2) 精神障がい者理解促進イベント「ハートふれあい祭り」とは？	
第3章	実行委員会参加機関それぞれの参加経緯と意義	…16
	(1) 実行委員会メンバー	
	(2) 当日ボランティア、参加者の感想	
第4章	今後の展望と課題	…27
	(1) 「ハートふれあい祭り」がもたらしたもの	
	(2) 今後の課題と展望	

第1章 吹田市の概要

吹田市は大阪府の北部に位置し、千里ニュータウンの建設や土地区画整理事業等により住宅都市として発展した。市内には複数の幹線道路や鉄道路線があることから、大阪都心部や隣接都市への移動が容易で、利便性の高い地域である。

吹田市域北部には、計画的なまちづくりが行われた千里ニュータウン、南部には、工業や商業などの産業機能の集積がみられる一方、かつて水上交通の要衝や旧街道筋のまちとして栄えた地域などでは、歴史的なまちなみの面影を今に残しており、全市的に市街化が進む中で、地域ごとに異なる特色をあわせ持っている。

平成26年3月31日現在の人口は、360,007人である。

また、精神障害者保健福祉手帳所持者数は2,107人、自立支援医療（精神通院）利用者数は4,474人である。

吹田市の精神科医療機関は、有床の病院が2ヶ所ある。単科の精神科病院である榎坂病院と、総合病院である大阪大学医学部附属病院である。

診療所は、JR吹田駅近辺と阪急千里線沿線に点在し、平成26年12月末現在で14ヶ所である。

第2章 理解促進イベント「ハートふれあい祭り」概要と経過

大阪府では、平成9年に起きた大和川病院事件をきっかけに、全国に先駆けて「社会的入院解消研究事業（府・モデル事業）」を平成12年から展開してきた。この事業への取り組みが、精神障がい者が利用できる社会資源や福祉サービスの創設につながってきた。

吹田市においては、それより前から精神障がいについて市民レベルで考える集まりがすでに存在しており、平成7年から市民団体「吹田の精神保健を考える市民の会 会心の交差点」として活動を開始、平成16年に「NPO法人 吹田の精神保健福祉を考える市民の会 会心の交差点（以降、会心の交差点）」として法人化された。この「会心の交差点」が中心となって、さまざまな団体や機関と連携しながら、一般市民に向けた理解促進や啓発活動がおこなわれてきており、それがさまざまな変遷を経て、多数の機関が協力して開催する現在の「ハートふれあい祭り」へとつながってきた。

この章では、「会心の交差点」の活動を軸に「ハートふれあい祭り」のなりたちと概要を見ていくこととしたい。

(1)「NPO法人 吹田の精神保健福祉を考える市民の会こころの交差点」とは？

<発足まで>

大阪府吹田保健所で行われていた精神障がい者のグループワークにおいて、1982年(昭和57年)ごろにプログラムのためにボランティアに参加してもらうことを始めた。地域でボランティア活動をしていた小さなグループがグループワークに参加し、そのグループ同士が統合して精神保健ボランティアグループをつくった。

またグループワーク利用者の家族が中心となって家族会を作り、日中活動の場を広げる活動を始めた。保健所のグループワークの活動を軸にしながら、家族会とボランティアが協働するかたちで、地域に作業所が作られていった。

当時はまだ当事者であることはもちろん、家族であることすら明かしたくない気持ちの方も多い中、普通の市民と当事者、家族が同じ目的で活動すること自体珍しいことであった。また先んじて共同作業所を作っていた他障がいの支援機関や、グループワークに内職を下してくれていた斡旋所の方なども、市民として作業所作りを応援してくれた。

これらの地道な活動からできたつながりを絶やしてしまわず、転化して広げていこうという思いから、市民活動へ発展させていく流れができた。そこで1999年(平成11年)に「とりあえず会」が発足し、精神障がいについての理解促進や啓発、住みやすい地域づくりを目的とした市民活動のあり方を模索する動きが始まった。

<発足>

1995年(平成7年)5月24日「吹田の精神保健を考える市民の会こころの交差点(以降こころの交差点)」発会記念講演会を吹田市文化会館メイシアターで行って以来20年間、当事者、家族、専門家、支援者、の枠を超え、対等な一市民として参加し、精神保健福祉に関する地域啓発を行うことを目的に活動を続けている。

発会当初は小学校区単位で設置されている地区公民館や地区集会所で精神保健講座、市民講座などと銘打った当事者の体験発表や精神保健福祉ボランティアの活動などを紹介する地域講座と、「こころのリフレッシュ市民講座」や、当事者の活動を発表する目的の「のぞみコンサート」、精神障がいが題材となっている映画の上映会などを主催し、広い範囲での市民向け啓発を行ってきた。それにあたってはもちろん大阪府吹田保健所や大阪府こころの健康総合センター、また地域の作業所を運営している団体との協働の関係があった。

<活動のひろがり>

1998年(平成10年)には、毎日放送の「現代を生きる」という番組に精神保健福祉における市民活動が取り上げられ、「こころの交差点」やボランティアグループが、市内の精神障がい者通所施設とどのように連携しているかや、施設利用者の思いが紹介された。

2000年（平成12年）からは市民講座に大阪府教育委員会の人権学習プログラムを一部取り入れ、精神障がい者理解と併せて、コミュニケーションスキルの向上を図り、人の話を聴くことの意味や、相手の気持ちを反映させることで相手の話を十分聴ける方法、メンタルヘルスの知識も取り入れた4～5回の連続講座を行うようになった。

当初は今まで市民講座で協力頂いていた公民館から始め、毎年館長会議にうかがってその年の開催館を決めてもらっていた。参加者も多く、公民館の大きさによっては参加希望者をお断りしなければならないほどだった。

<行政と連携した人権啓発活動からNPO法人化へ>

2002年（平成14年）には精神障がい者も福祉の対象とされ、都道府県から市町村にその業務が移管となり、吹田市では精神保健福祉担当者をおくようになった。その連携の中で吹田市としても市民啓発を行うことを目的に、人権学習プログラムに参画してくれるようになっていった。しかしながら、協力的な地域の公民館が積極的に手を挙げてくれる一方、うちの地区ではまだこの講座を開催するほど意識が高まっていないと二の足を踏む公民館もあり、年々開催地区を決定するのに時間がかかるようになっていった。そこで、連続講座の形は残しながら範囲を広げ、吹田市内南北2ヶ所ぐらいでの講座に切り替えていった。

また、大阪府や吹田市と協働、連携するにあたって任意団体のままでは難しくなってきたこともあり、2004年（平成16年）にNPO法人「こころの交差点」を設立するに至った。

その後も年によって回数や開催場所は違うものの、連続講座を続けていたが、2009年（平成21年）には年々参加者が減ってきていることなどを考慮し、いったん人権学習プログラムを終了することになった。

<ハートふれあい祭りの誕生>

そこで2010年（平成22年）から、広く市民にメンタルヘルスや精神保健福祉の理解を図るため、参加しやすい楽しい企画をとの声があがり、そのイベントにつなげるために2010年（平成22年）3月14日、財団法人精神障害者社会復帰促進協会（以下復帰協）が行う「地域移行促進強化事業」に共催で『こころとこころ～みんなどこかでつながっている～』と題した講演会を行った。テレビや雑誌などで幅広く活躍されている名越康文氏を迎え、「こころの交差点」が名越氏のインタビュアーをつとめ、また講演後には「こころの交差点」の活動を紹介した。大阪府吹田保健所、吹田市、シード、すいた以和貴も共催団体となった。聴講した方のアンケートで今後もこういう主旨の講演会についての情報がほしい、または交差点ニュースの発送を希望するという方が多数あった。講演会終了後もそのままイベントの実行委員会準備会として残り、2011年（平成23年）3月の精神障がい者理解促進イベント『ハートふれあい祭り～みんなどこかでつながっている～』へと

結びつくことになった。

※詳しくは「こころの交差点の歩み」をご参照頂きたい。

※下線部分の講演会については地域移行促進強化事業～こころの健康シリーズ～報告集として復帰協から2010年（平成22年）3月31日に冊子が発行されている。

（2）精神障がい者理解促進イベントハートふれあい祭りとは？

『ハートふれあい祭り～みんなどこかでつながっている～』
2011年（平成23年）3月12日（土）11:00～15:30

前段で述べた人権学習プログラムの反省会の中で、幅広い啓発イベントに切り替えることが確認され、子どもから大人まで幅広い年齢層の市民を対象に広く啓発・交流できるようなものという話し合いの中から、以前社会福祉法人のぞみ福祉会が行っていたのぞみふれあい文化祭のような形ではどうだろうかという意見がまとまった。『ハートふれあい祭り～みんなどこかでつながっている～』と題して、このイベントを通じ、吹田市民に精神障がい者の理解を深めてもらい、社会的入院を余儀なくされている方たちが安心して退院できる地域づくり、誰もが住みよいまちづくりをするために、何ができるのかを考えて頂く機会とすることを目的にした。

反省会に参加していた機関（吹田市、大阪府吹田保健所、こころの交差点）に、大阪府こころの健康総合センター、復帰協、吹田市社会福祉協議会、地域活動支援センター「シード」、のぞみ福祉会、家族会、ボランティアグループなどが入り実行委員会を立ち上げた。実施を3月の第2土曜日とし、場所を吹田歴史文化まちづくりセンター浜屋敷（かつての庄屋屋敷をそのままの佇まいで残しながら、地域住民の活動拠点として特定非営利活動法人吹田歴史文化まちづくり協会が管理、運営している。以下浜屋敷という。）を借り行うこととした。

イベントの内容は、コーナーごとに分け、啓発パネルの展示、当事者だけではなく地域の中学校から大学のクラブ活動や地域で活動しているバンドなどに出演してもらい、日ごろの練習の成果を見せてもらうステージ、リラクゼーションコーナー（ストレスチェック、ミニ講座、リラックス体操、睡眠不足度チェック、レインボーゲームなどメンタルヘルスを学ぶコーナー）、簡単な小物をその場で作って持ち帰ってもらえる体験コーナー（ここでは当事者も先生になってくれている。）、こどもコーナーでは地域で活動されている方たちにおいしい、竹細工のおもちゃ作りや、紙芝居、お手玉、塗り絵、折り紙などと駄菓子、

飲み物の販売、ゲームなどを用意し、飲食フリーマーケットコーナーでは地域の作業所が出店、子ども連れの方にも気軽に来てもらえるイベントとなった。

さらに祭りのイベントと同時開催で、復帰協が大阪府から委託されていた地域移行促進支援事業による「精神障がい者社会復帰施設や関連機関の紹介」のパネル展示、説明、プレイバックシアター（即興劇）という手法を用い「精神疾患や精神障がい者の地域移行について理解を深める」ための研修を行うことになった。また、社会的入院患者への支援についての、紙芝居やDVDの上映を行った。中でも紙芝居は普段作業所に通っている方たちが朗読した。

それらを通して、なかなか自分のこととして考えることのできない精神障がいについてや、地域の状況が整わずに退院できなくなっている長期在院者の存在を知らせ、視覚的に地域移行促進支援について啓発することで地域住民の理解を促進したいと考えた。

東日本大震災があった翌日だったが（自粛することも考えたがあえて開催）、来場者 500 名を超えるイベントとなった。

以下は 2 回目から 4 回目までの内容とテーマである。

『ハートふれあい祭り 2～みんなどこかでつながっている～』
2012 年（平成 24 年）3 月 10 日（土）10：30～15：30



<テーマ>

1.メンバーの体験談 舞台での発表形式、DVD 出演など

今していること、地域でどんなふうに暮らしているか、地域にわかってもらいたいことなどを中心に話してもらおう。病気になったことより、その後地域での生活について市民に知ってもらうことが大切。語り部としての活動場所を提供するということ、ピア活動の担い手を育成できるという側面と、病気を持ちながらも地域で生活できるということを知ってもらうことで退院促進、地域定着についての啓発の両面が期待できる。大阪府精神障害者退院促進支援事業（大阪府が地域移行促進支援事業にかわり年限付きで各市町村の退院促進を促す目的で相談支援事業所に委託した事業）の一環としてピアサポーター等養成講座とのリンク（活動場所の提供として）が期待できる。

2.つながりのあるまちづくり

体験コーナーの講師として作業所等で活動しているメンバーの参加。展示コーナーでの活動内容の掲示などを通して地域の一員としての当事者を理解してもらおう。

ボランティアと準備段階からの関わりをもつことで連携を深めていくことができる。

3.浜屋敷との連携により地域に密着した活動を知ってもらおう。

さまざまな地域の方との連携、協働の取り組みにつながる。「ハートふれあい祭り」で音

楽等のプログラムを取り入れるため、近隣の方に事前に説明などにかがっているが、そのことが協力の要請のみにとどまらず精神障がい者に対する理解を深めることにつながっている。

基本的な組み立ては1回目と同じだが、復帰協が大阪府から委託されていた地域移行促進支援事業（退院促進支援事業）が、国の制度の中で個別給付化されたため、この回から復帰協を抜いた構成で実行委員会が行われた。さらに、実行委員会には吹田市断酒会が新たに参加、アルコールパッチテストなどを行ってくれた。会場となる浜屋敷が含まれる吹三地区福祉委員会が協力という形で参加してくれることとなった。地域に作業所などがあることは知っているが、どんな方が利用しているのか全く分からない、情報を得ることで自分たちの活動にも役に立つという福祉委員会の声を受けて、色々な作業所に協力してもらいDVDを作成し、当日会場で流すことにした。

加えて継続して開催するためには資金が必要なため、なるべくお金を使わずに開催する工夫をすると同時に寄付を募る活動も行うことになった。連合自治会を通してチラシを回覧してもらったり、各自治会の掲示板にポスターを貼ってもらうこともできた。地域で生活している方々が実行委員会に参加してくれたことで、今までよりさらに地域に働きかける大きな力を発揮してくれた。JR吹田駅周辺商店街ルネサンス事業という取り組みがあることを知り、各商店会の掲示板にもポスターを貼ってもらうよう依頼したところ、全部の商店街が快く引き受けて下さった。

『ハートふれあい祭り 3～みんなどこかにつながっている～』
2013年（平成25年）3月9日（土）10：30～15：30



<テーマ>

1. 「私たちのことを知ってください」

地域で生活する精神障がいのある方や、入院が長引き地域から忘れ去られているのではないかと感じておられる方がいることを知ってもらう。

2. 「お互いに違いを認め合い、誰もが生きやすいまちづくりをする」

当事者の発表や体験を語ってもらう活動と、精神障がいとは何かをわかりやすく伝えることが両方できるようにしたい。一般的なメンタルヘルスについて興味を持つ方が増えることが、精神障がいの理解につながるような仕掛けを。

3. 「障がいをお持ちの方がたくさんこのまちで生活していることを知ってもらう」

特に精神障がいのある方は、見た目ではわからない。しかし、報道やその他で見聞きする精神障がい者は何をするかわからない人、怖い人というイメージ。実際にふれ合ってもらっていくらかでも偏見を払しょくできればよい。

3年目となるこの回ではステージでの体験発表の時間をとった。また、実行委員会には新たに内本町コミュニティー協議会ボランティア・障がい者支援部会が入った。吹田市ではコミュニティーセンターに地域保健福祉センターや地域包括支援センター、デイサービスセンターなども併設しているため、さまざまな形で地域の方たちが集うところとなっている。コミュニティーセンター部分の運営を担っている協議会の中からの参画ということで、また違う側面から地域の方たちがこの祭りに関わってくれることとなった。2回目に協力という形で参加してくれていた吹三地区福祉委員会もこの年から正式に実行委員会に参加してくれた。

ハートふれあい祭りⅣ^{よん}～みんなどこかでつながっている～
2014年（平成26年）3月8日（土）10：30～15：30



<テーマ>

当事者の生活を中心に、一般市民のメンタルヘルスも併せて考えてもらう。

- 1.社会的入院を余儀なくされている人たちがいることを知ってもらう
- 2.精神に障がいがあっても吹田で混ざり合って暮らしていることを知ってもらう
- 3.実行委員会の構成団体の人たちにも、より理解を深めてもらうための取り組みをする

テーマについて大きな変更はないが、この回ではステージを見ている人にも参加してもらえる「みんなでつながろう心のトーキングリレー」を試みた。このイベントに参加した動機や、メンタルヘルスについての軽い質問などを行い、次々と発言して心でつながっていくという企画だ。気軽に参加した人が「たまたま通りかかって…。でも面白い取り組みですね。」と答えてくれたり、一般市民も、当事者も隔たりないリレーになった。また、これまで当日資料を冊子にして配っていたが、それでは読まずに捨ててしまう人も多く、啓発につながりにくいということで、受付ではイベント主旨、寄付者一覧、会場案内、CSWの紹介のみをクリアファイルに入れて渡し、各コーナーに置いてある啓発チラシ、パンフレットなどを全部集めると先着100名に授産製品をプレゼントすることにした。ひとつひとつは簡単に読めるものだが、様々な情報が詰まった資料にすることに力点を置いて作成した。

来場者は800名を数え、毎年来られる方も増えてきた。地域行事の一つとして定着した感がある。



以下『ハートふれあい祭りⅣ』当日資料



ハートふれあい祭りⅣ スケジュール



※受付は西の庭と東の庭にあります。受付でA5クリアホルダー(①②チラシ入り)をもらってください。

ステージ(西の庭)③	こどもコーナー (蔵)④	ストレスチェック (主屋)⑩	体験コーナー (主屋)⑥⑦
11:00～ 大阪人間科学大学YOSAKOIソナーラン部烈舞	10:30～15:30	10:30～15:30	10:30～15:30
11:20～ 司会よりお祭り紹介	バレーンアート ぬりえ、おりがみ (随時) 11:30～紙芝居	唾液のアミラーゼの量を測ってストレス度のチェックをします。キットが無くなり次第終了です。	小物づくり体験 指編みマフラー、シュシュづくり、新聞で作るエコバッグ、コーヒー染めの布で作るブローチ、ステンシルはがきなど小物づくりを体験、作品はお持ち帰りください。 もちもち無料です。
11:30～ 佐井寺中学校ダンス部 創作ダンス		模擬店・フリマ (東の庭)⑧ 材料がなくなり終了する店もあります。ご了承ください。	
11:45～ 山田東中学校 創作ダンス	駄菓子販売(中庭) 綿菓子・ポップコーン ホットココア	DVD上映 吹田市内の福祉事業所に通う皆さんからのメッセージです。 カレー＆ナン、焼き鳥、焼きそば、100名に、ホットドッグ、えびせん、ぜんざい、喫茶、 他 リサイクル商品販売等	竹細工(千里竹の会) 竹で作るとんぼやたけぼつくりなど昔の遊びを教えてくれます。男の子も女の子も全員集合！
12:00～ Ashita Band			
12:20～ ブルーリボン音楽の会 弦楽器アンサンブル	パネル展示(中庭)⑤ メンタルヘルスや福祉、相談機関などを紹介するパネルです。 本部はここです。	各コーナーに①～⑩のチラシがあります。 全部集めた方先着100名に本部にて粗品プレゼント。	
12:50～ 朗読工房のぞみ 紙芝居「Kanjiさんの青空」			
13:10～ みんなでつなごう心のトキングリレー			
13:40～ 吹三地区福祉委員会 アコーデオニオン演奏			
14:00～ Crescendo アコースティックバンド			
14:30～ 利用者の語り			
14:40～ のぞみ工作所リコーダーサークル リコーダー			
15:10～ みんなで歌おう			
市長挨拶 13時30分頃予定			

第4回では、一般の来場者にもこのイベントの主旨をしっかりと伝え、理解促進を図ることを目的としてA5サイズの色紙に、各コーナーの啓発内容を印刷したチラシを集めてもらい、すべて集めた先着100名に景品を渡すという方式をとった。

以下は当日配布したチラシの例である。



DVD上映 「ともに生きる！私たちのくらし」

吹田市には精神の障がいをお持ちの方が利用できる福祉作業所がたくさんあります。それでもまだ「昼間行くところがあればいいけど近くにありませんか？」と悩む方もいます。「近所の人に通っていることを知られたくない」、などの理由で病院と家の往復にとどまっている方もたくさんいます。一方地域では理解ある方が増えているとはいえ、「良く知らないから怖い」、「何するかわからない」という気持ちを持っておられる方も残念ながらまだまだたくさんいます。

精神の病気が決って珍しい病気ではなく治療を受けていれば普通に生活できる病気です。ただ回復には時間がかかるため、すぐに働ける状態になるわけではありません。そこで社会参加とリハビリテーションの意味で作業所は重要な場所なのです。

だからこそ地域の皆さんに知っていただこうと、作業所での生き生きとした活動の様子を撮影させていただきました。画面に出てくるスーパーインポーズは撮影させていただいた作業所の皆さんからご意見をいただいたものです。地域で生活することの大切さ、当たり前さを一緒に考えてみませんか？

(ご協力いただいた各作業所利用者、職員の皆さんに感謝申し上げます。)

協力：あかね共同作業所、きらめき、シード、すいた以和貴、コミュニティ
一キャンパス、ほほえみ、のぞみ工作所、サフラン、ブルーリボン、吹田授
産場
(順不同)

しょうがい、りゆうを理由とする差別の解消の推進に関する法律

しょうがいしゃやさべつかいしよほうを制定しました。

しょうがい、りゆうを理由とする差別の解消を推進することにより、すべての国民が障害の有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重しながら共生する社会の実現を目指し、障害者差別解消法」が平成25年6月26日に公布されました。

(平成28年4月1日施行)

障害者差別解消法とは？

この法律は、障害を理由とする差別の解消の推進に関する基本的事項や、国の行政機関、地方公共団体等及び民間事業者における障害を理由とする差別を解消するための措置などについて定めることにより、すべての国民が障害の有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重しながら共生する社会の実現につなげることを目的としています。

障害を理由とする差別とは？

障害を理由として、正当な理由なく、サービスの提供を拒否したり、制限したり、条件を付けたりするような行為をいいます。また、障害のある方から何らかの配慮を求める意思の表明があった場合には、社会的障害を取り除くために必要で合理的な配慮を行うことが求められます。こうした配慮を行わないことで、障害のある方の権利利益が侵害される場合も、差別に当たります。

社会的障害とは？

障害のある方にとって、日常生活や社会生活を送る上で障害となるようなものを指します。



内閣府政策統括官（共生社会政策担当）付 障害者施策担当

〒100-8970 東京都千代田区霞ヶ関3-1-1 中央合同庁舎4号館

代表：03-5253-2111 Fax：03-3581-0902

ホームページ <http://www.8.cao.jp/shougai/index.html> 参照

人生の半分以上を入院している人がいることを知ってください。



このころの病気は世界中どこの国でも同じような率で発症しますが、どの国も同じような期間入院しているわけではありません。先進諸国の精神科平均在院日数は数日から数か月です。でも日本だけは平均で313日、十年以上入院している人の数は世界で群を抜いています。日本人だけが特別重症なのか、医療が遅れているのか、というところではありません。国の政策として入院治療を中心に押し進めてきた結果、なかなか退院できない状況になってしまったのです。

今では入院治療は必要最低限でとわかれていますが、すでに入院が長くなってしまった方が急に「退院して良い」と言われても不安で退院できません。

長く入院していれば親は年老いたり亡くなったりしています。地域とのつなぎ役になってくれるはずの親がいなければ近所の人の顔もわかりません。町の風景すら全然違います。近所もその人がいたことすら知りません。社会経験は音のままです。入院前の友達とは縁が切れてしまっています。すぐに仕事に行けるわけでもありません。安心して退院できようになるには、その方を受け入れ支えてくれる仕組みと、ひとの温かいまちづくりがとても大切です。誰もが住み慣れたこの吹田で普通ににくらせるようにするには、偏見のないまちであることが必要です。あなたもこの問題について少しでも見て、知って、考えてみてください。

あなたの健康度チェック！ (こどもコーナー)

病気を予防し、健康な生活を送るために自分の健康度チェックをしてみましょう。
あてはまるものに○を付けていきましょう。

1	三食しっかり食べ、いろいろな種類の食べ物を食べている。
2	おやつをとりすぎない。
3	早寝早起きをしている。
4	ぐっすり眠ることができる。
5	すっきり排便ができる。
6	外から帰ったら手洗い、うがいをしている。
7	食事の前に手洗いをしている。
8	食事の後に歯みがきやうがいをしている。
9	お風呂に入って体を清潔にしている。
10	一日 30 分以上は、外で遊ぶか、運動をしている。
11	テレビやゲームは、時間を決めている。
12	自分が好き。
13	友達と仲良くできる。

健康度チェック結果は、裏面を見てください。

健康度チェック結果

○の数が 10 以上の人	○の数が 9~6 の人	○の数が 5 以下の人
これからも健康によい生活を続けましょう。	よりよい健康な生活のため頑張りましょう。	がんばろう！ 毎日の生活をふりかえって、できることから始めましょう。

自分のよいところを見つけよう！

みなさんは、自分のよいところ（長所）やよくないところ（短所）について考えたことがありますか？ 自分によいところがたくさんあることに気づくと、それが自信になって心が元気になっていきます。

みなさんも自分のよいところを見つけてみましょう。自分の好きなことや得意なこと、家族や先生など身近な人からほめられたときのことを思い出して、書いてみましょう。

【わたしのよいところ】

アルコールパッチテスト

お酒を飲めるタイプと飲めないタイプは遺伝によって分かれ、それは各人の持つアルコールを分解する酵素の型によって決まっています。お酒を受け付けないタイプの人が飲みすぎるのは危険です。自分の身を守るために自分のタイプを知っておきましょう。

以下の実験により自分のタイプを簡単に判定することができます。

- ① エタノール（市販の消毒用アルコール 濃度 70%）2～3滴をガーゼや脱脂綿等に含ませ、すぐに上腕内側に貼ります。
- ② 7分間、そのまま貼っておいてからはがし、さらに10分後に、貼っておいた場所の皮膚の色を見ます。

＜ 判 定 ＞

- 赤くならない人（日本人の約60%がこのタイプです。）
両親からALDH-E 2型酵素遺伝子を受け継いでいます。
アセトアルデヒド※の分解能力が高く、飲酒後にアセトアルデヒドの蓄積を起こさないので、赤面や悪酔いが生じにくいので、飲めるタイプになります。
- 少し赤くなる人（日本人の約30%がこのタイプです。）
片親からのみALDH-E 2型酵素遺伝子を受け継いでいます。
アセトアルデヒドの分解能力は、赤くならない人より低いので、少しは飲めるが飲酒量が多くなると、赤面や悪酔いが起こります。
- 真っ赤になる人（日本人の約10%がこのタイプです。）
両親からALDH-E 2型酵素遺伝子を受け継いでいない欠損タイプです。
アセトアルデヒドの分解は、活性の低いALDH-E 1型酵素のみで行われるので非常に遅く、わずかな飲酒でも真っ赤になって悪酔いを起こしてしまうので全く飲めないタイプです。

※アセトアルデヒド：アルコールの分解過程で発生する毒性の強い中間代謝物質。これを分解する酵素の有無で酒に強い・弱いが決まる。

アルコールの影響とは？

我が国では、古くから神事や慶事等の行事の際に酒を摂取する習慣があり、また、酒は嗜好品だからとその影響を重要視しない傾向があります。しかしながら、アルコールは摂取量が少なくても、認知や運動能力の低下、理性や自制心を欠いた問題行動など、飲酒後に事件・事故発生の危険度が増すという影響があります。さらに飲酒量が多くなると、脳の機能が強く抑制されて昏睡状態に陥り、呼吸・循環器系機能を司る脳幹部まで抑制が進み、「急性アルコール中毒死」に至ることがあります。

長期間にわたって飲酒を続けているとアルコールに対する耐性ができ、一度に摂取する飲酒の量が次第に増えてきて、飲酒を止めると不眠・不安・手の震えから始まり、全身の震え、痙攣、幻覚、錯覚が現れ、最終的には死亡するという危険があります。また、長期間の大量飲酒は循環器系・消化器系・神経系・脳など全身に異常が現れます。

多量飲酒という不適切な飲酒の結果、精神・身体ともに日常的にアルコールを渴望するという摂取のコントロールが出来なくなるのがアルコール依存の状態です。その診断を受けた場合は、完全に酒を断つことで、普通に日常生活が送れるまでに回復をすることが出来ます。

『アルコール健康障害対策基本法』と断酒会

昨年暮れの臨時国会において両議院の全会一致で『アルコール健康障害対策基本法』が成立しました。この法律は、多量の飲酒、未成年者の飲酒、妊婦の飲酒といった不適切な飲酒が個人的な心身の健康障害を発生させるだけでなく、飲酒運転、暴力、虐待、自殺等に密接に関連し、重大な社会問題を生じさせる危険性が高いことから、国、地方公共団体等及び国民の健康を保護するとともに、安心して暮らすことのできる社会の実現に寄与していくというものです。

吹田市断酒会もこの法律の施行を見据えて、これまで以上に行政、医療・福祉等関係機関と連携しながら、会員自身の酒害からの回復という体験を活かして、酒害者の支援、啓発活動を展開していきます。



お酒のごでお悩みの方は断酒会にご相談下さい。

吹田市断酒会 URL : <http://suitashi-danshukai.com>

ストレスについて考えてみましょう

A. 最近 1 ヶ月のあなたの体調はいかがですか？

- 胃がよく痛む
- 下痢や便秘が続く
- 目が疲れやすい
- よく頭痛がする
- 肩や腰がこる
- よく風邪をひく
- イライラする
- 寝つきにくい、眠りが浅い
- 落ち込んだ気分になる
- いつも仕事に追われているように感じる

A チェック合計 _____ 点

B. この 1 年間に次のような出来事がありましたか？

- 労働条件が変わった（昇進、転勤など）
- 就職した
- 引っ越しをした
- 食事の習慣が変化した
- 仕事でミスをした
- 家族の看病をした
- パートナーと離別した
- 子どもが独立した
- 近親者が亡くなった
- 親友が亡くなった
- 多忙により、心身の疲労が重なった
- 病気やけがをした
- 多額のローンを借りた

B チェック合計 _____ 点

A 点+B 点= _____ 点

ストレス自己診断

- 0 点 過小ストレス状態
- 1～2 点 適度なストレス状態
- 3～4 点 やや深刻なストレス状態
- 5 点以上 過剰なストレス状態

自分でできるストレスケア

豊かな人間関係をつくろう

誰かに相談することで気持ち軽くなることも多いものです。専門の相談機関を利用することも良い方法です。

ライフスタイルを整えよう

なんととっても身体が資本。体調が悪くなると気分も減入ります。

自分の性格を知って、楽なとらえ方をしよう

ストレスに弱い性格の人もいます。性格は変わらないとよく言われますが、自分のことをよく知るとそれなりに変わっていきます。つらいときには自分を責めがちです。ほどほどのところで自分をほめてあげましょう。

リラックスしよう

よく眠り、ぼんやりしましょう。1 日に 1 回は腹式呼吸でリラックスを。その際、野山や山などのきれいな景色をイメージしましょう。脳からリラックスできます。

おしゃべりをしよう

良いことも、悪いことも胸にためると苦しくなります。おしゃべりで胸の外にだしていきることが大切です。

いい趣味を見つけよう

趣味に没頭しているとストレスを忘れることができます。しかし急には趣味はみつかりません。若いときからよい趣味をみつけるようころがけましょう。

スポーツでリフレッシュ

からだを動かすことは気分転換になります。毎日よく歩くことが大切ですが、時にはのんびりできるスポーツも。

忘れてしまおう

ストレスで心身が疲れてしまうと被害的になって物事を見誤る結果になりかねません。旅行などで日常生活から離れることも一つの方法です。

ステージの紹介

時間	出演者	内容
10時30分～	ハートふれあい祭りスタート	
11時00分～	大阪人間科学大学YOSAKOIソーラン部「烈輝」	よさこい
11時20分～	司会よりお祭り紹介	
11時30分～	佐井寺中学校ダンス部	創作ダンス
11時45分～	山田東中学校ダンス部	創作ダンス
12時00分～	Ashita Band	楽器演奏
12時20分～	ブルーリボン音楽の会	楽器演奏
12時50分～	朗読工房のぞみ	kanjiさんの青空紙芝居
13時10分～	みんなでつなごう心のトーキングリレー	
13時40分～	吹三地区福祉委員会 藤本衛さん	アコーディオン演奏に合 わせてみんなで歌おう
14時00分～	Crescendo	アコースティックバンド
14時30分～	のぞみ工作所利用者	利用者の語り
14時40分～	のぞみ工作所	リコーダー演奏
15時10分～	みんなで歌おう	

☆みんなでつなごう心のトーキングリレーとは

『ハートふれあい祭り』にお越しいただいた来場者のみなさん、ステージに上がって
いる出演者のみなさん、『ハートふれあい祭り』に出店をしているみなさん、それぞ
れの思いをリレートークで繋げていき、そしてみんなで心でつながっていいこうと
いう企画です。

いろんな人のいろんな思いをみんなで聞いて、そして話して、そしてつなげてい
きましょう！！

13時10分よりステージ上で開始いたします。

出演者より～

☆ブルーリボン音楽の会

ブルーリボンとは、精神障がいのある方が通われる生活介護という日中活動の事業所です。ブルーリボンに通う利用者同士で音楽を楽しもうという掛け声から6年前に音楽の会がスタート。ゆったりと楽器のアンサンブルを楽しんでいます。

☆のぞみ工作所

のぞみ工作所は、精神障がいのある方が通われる生活訓練という日中活動の事業所です。生活訓練プログラムとしてリコーダーを始めから5年。みんな初心者で、最初は指の押さえ方から勉強して、うまくなってからは施設を卒業してメンバーが入れ替わる、の繰り返しですが、「上手でも下手でも全員参加」のモットーを受け継いで今年も挑戦します。

☆朗読工房のぞみ

朗読工房のぞみは毎月第3金曜日にブルーリボンに集まり練習に励んでいます。毎年メイシアターで行われる障がい者週間の集いにも出演しています。今日は精神科病院に入院し、すでに回復していても地域での受け入れ態勢が整っていないため入院を余儀なくされている社会的入院の物語り「Kanjiさんの青空を紙芝居でお届けします。

○紙芝居「Kanjiさんの青空」とは…

精神科に入院されている患者さんの中には、もう治っているのに退院後の受け入れ態勢が整っていないために入院生活を余儀なくされている方がたくさんあります。主人公 Kanji さんもその一人でしたが、25年ぶりに退院する道のりを描いています。本当に退院できるかなという不安な気持ちから、みんなの支援を受けて、頑張ってみようという気持ちの変化と、新しい生活に挑戦していく様子を見てみましょう。

第3章 実行委員会参加機関それぞれの参加経緯と意義

『ハートふれあい祭り』には、さまざまな立場の機関やメンバーが実行委員会として参加し、それぞれが参加する意義を持ちながら、ひとつのイベントを作り上げるという目的の元に協働している。

この章では、参加機関それぞれが感じている意義や目的を見ていきたい。

また、当日ボランティアとして『ハートふれあい祭り』に関わってくださった学生ボランティアの方等からも感想を頂いたので掲載する。

(1) 実行委員会メンバー

以下からは実行委員会に参加しているそれぞれの機関から、参加している意義や目的、効果などについて書いてもらいました。(順不同)

実行委員会構成メンバー

- ・NPO 法人吹田の精神保健福祉を考える市民の会「こころの交差点」
- ・吹三地区福祉委員会
- ・吹田市社会福祉協議会
- ・吹田精神保健福祉ボランティアグループアムール
- ・内本町コミュニティー協議会ボランティア、障がい者支援部会
- ・吹田市断酒会
- ・のぞみ家族会
- ・社会福祉法人 のぞみ福祉会
- ・特定非営利活動法人「以和貴」
- ・地域活動支援センター「シード」
- ・吹田市障がい福祉室
- ・大阪府吹田保健所

○吹三地区福祉委員会

<ハートふれあい祭りへの参加の経緯>

平成 19 年度までは身体障がい者の方を対象にして、バス旅行を実施してきた。対象者は同一メンバーであり、毎年参加者はほぼ同じ方なので、この行事を継続する必要があるのかとの疑問が生じてきた。平成 20 年度からは我々福祉委員会幹事がもっと障がい者のことを理解する必要があるのではとの結論から、身体障がい者だけではなく、中途障がい者事業所や精神障がい者事業所を訪問しての研修や、当事者の方と作業を一緒にすることで、幹事会として障がい者への理解を深めることができた。

今後どう進めていくかと考えたときには方向性を見出すことができなかった。次のステップについて協議を重ねていた時、市民のための精神障がい者理解促進イベントハートふれあい祭りを紹介され、実行委員会へオブザーバーとして参加させて頂いた。その内容を幹事会で報告すると取り組みの方向性が見えてきて、次回の実行委員会から協力として参加することの了承を得て、実行委員会でもメンバーとして参加することの理解が得られ、第 2 回から 3 年連続で喫茶コーナーの出店とこどもコーナーでの紙芝居の上演で参加してきた。

<参加しての成果>

- ・地区内各自治会への住民のイベントへの参加要請
- 開催場所が吹三地区内の浜屋敷であるので、連合自治会会長会議で委員長よりこの事業の意義を説明し、各 16 自治会でポスター掲示とチラシの回覧を依頼し、地域住民への周知について協力を依頼した。
- ・地域住民への理解の浸透

当初は地域住民の参加はあまり多くはなかったが、この事業に続けて参加することで年々地域からの参加者が徐々にではあるが増加し、住民への理解が浸透してきていることに実行委員会や参加している事業所等から評価されてきた。

1. 所 属	吹三地区福祉委員会
2. 参加 年度	H23 H24 H25
3. 担当 場所	東庭・中庭・西庭
4. 役 割	○ハートふれあい祭り実行委員会の運営への協力 主に自治会へのポスター掲示、チラシの回覧依頼担当。 ○喫茶コーナーへの出店 コーヒー・紅茶販売（各 100 円） ○こどもコーナーでの紙芝居の担当 ○ステージでの歌声でのアコーディオンの伴奏担当
5. 工 夫 点	看板や掲示物の作成に積極的に取り組んでいる
6. 感 想	実行委員会へ参加する中で、精神障がい者の理解を深めるとともに、今後の福祉委員会の方向性を見出すことができてきた。

（吹三地区福祉委員会 藤本 衛）

○吹田市社会福祉協議会

（団体紹介）

吹田市社協は「地域福祉を推進する団体」として社会福祉法 109 条に規定された民間団体で、吹田市内の 179 の地域団体、福祉施設、ボランティアグループ、専門機関などで組織されている。「誰もが安心して暮らせる住みよいまちづくり」を目指して、地域の福祉委員会やボランティア、福祉関係機関などと連携・協働して地域福祉活動に取り組んでいる。

（実行委員会参画目的）

吹田市社協は「誰もが安心して暮らせる住みよいまちづくり」を目指して地域福祉活動を推進している。ハートふれあい祭りは、「精神障がいを抱えている住民も暮らしやすいまち」を広げていくには何が必要なのか、を地域住民・精神障がい者・施設・専門機関・吹田市社協が共に考え実行する場と捉え、実行委員会設立当初から参画している。

（活動の成果）

現在は祭り会場の地区福祉委員会が実行委員会に参画し、吹田市社協と共に地域の障がい者交流の一環として取り組んでいる。この実行委員会を通して様々な関係機関・団体とのつながりを得た。そのことが普段の地域福祉活動での交流や情報交換につながるなど、その関係はハートふれあい祭りだけに留まらず幅広い地域福祉活動につながっている。

（吹田市社会福祉協議会）

○吹田精神保健福祉ボランティアグループアムール

第1回より参加しています。何かをしてあげるのではなく「する」「される」の関係ではなく、お互いに時間や空間を共有し、共感しながら。病気や障がいを見るのではなく、「ともに生きる仲間」として助け合って生きていけたらいいなと思っています。

普段が個人活動なので、みんなで集まって啓発活動できる楽しさと、ボランティア同志の心と心のふれあいになり、グループとしての団結にもなるので、有意義なハートふれあい祭りです。

ともに生きる ころの病をお持ちの方の理解と支援、地域への社会参加を願って活動しています。

自主活動 「アムール」便り発行、のぞみ便りボランティア欄編集。朗読工房・テニス指導

地域リサイクル活動、地域催事に参加

学習会と交流会 勉強会・施設見学、情報交換・小物づくり

各施設の活動参加 昼食会・レクリエーション、ポレポレサポート、餅つき大会・そうめん流し、紙漉きの製品、メンバーさんとの交流・傾聴

各機関の行事参加 吹田市社会福祉協議会吹田ボランティア連絡会

みんなの健康展、障がい者週間の集い、研修会・交流会・親睦会、精神保健福祉ボランティア養成講座、ボランティアフェスティバル、吹田市グループワーク

(吹田精神保健福祉ボランティアグループアムール 高島 純子)

○内本町コミュニティー協議会

内本町コミュニティー協議会・ボランティア障がい者支援部会の部会（障がい者支援）活動の一環としてお手伝いさせて頂ければと部会員とともに参加しました。

受付を担当時通行者にもイベントに気づいてもらえるよう、目立つように気配りした。一人でも多く入場頂くように。

年々入場者数が増えているようだが、実感があまりない。座敷に上がるのが嫌という方も結構いらっしやること分かった。

(内本町コミュニティー協議会ボランティア・障がい者支援部会 北嶋 玉枝)

○吹田市断酒会

断酒会は設立の当初から、会員自らの回復、再発防止の活動に留まらず、様々な機会をとらえて、会の内外を問わず一般市民のアルコール健康障がいからの回復、予防、再発防止につながる啓発活動を行ってきた。

具体的には、上部団体である全日本断酒連盟及び大阪府断酒会を通じて公表している電話窓口あるいはホームページで案内しているメールにより一般市民からの相談に直接応じるとともに、吹田市障がい福祉室、大阪府吹田保健所、アルコール専門病院等から紹介を受けた相談にも対応している。

また、定期的で開催している定例会については希望者は誰でも参加できるようになっている。当事者とその家族からなる自助グループとして、例会における体験談の交流により依存症からの回復の姿を見

せ、あるいは回復の過程を語ることで新しく参加した人が自分も病気であることを認識し、回復へ向け
て歩み始める決意を促し、断酒を継続していく効果を与えている。

吹田市断酒会が「ハートふれあい祭り」に参加・協力することになったきっかけは、2011年（平成
23年）「吹田市精神保健福祉パネル展」に初めて出展するなかで、当事者や支援者で構成される「ハ
ートふれあい祭り」実行委員会の存在を知り、第2回目となる2012年（平成24年）から参画するこ
とになったものである。

公表されている数字（厚生労働省2013年調査結果）では全国で約109万人といわれているアルコ
ール依存症の患者数から人口比で推計し、吹田市内にはおよそ3,000人程度の患者がいると思われ
るが、断酒会が電話、メール及び行政等からの紹介で酒害相談に対応している件数は年間平均10
数件に留まっていることから更なる啓発活動の機会増大策を模索していたところである。

そこへ精神保健福祉パネル展への出展と併せて「ハートふれあい祭り」への参画の話を受け、啓
発活動のひとつと捉えて取り組むこととした。「アルコールパッチテスト」を実施するなかで、アル
コールの身体への影響を説明しながら、受検者のアルコール問題への関心を探り、お酒の悩みの
有無を確認しながら断酒会活動をアピールするということであるが、一方で会員の啓発活動体
験の機会であるとも捉えている。

新しい人が参加する断酒例会において会員が自らの体験談を披露することはそれ自体が啓
発活動であり、またそれぞれの職場や地域において知人に断酒会活動をアピールすることは行
っているが、最初の出会ってから例会に参加して貰うまでの部分については、殆どが代表・事
務局で対応しており、それ以外の会員がその部分を体験することが少ないのが実情である。
「アルコールパッチテスト」への参加により、会員に対し初対面の人との出会いから啓
発までを体験する機会ともさせて貰っている。初めて参加した会員が受検者の一人から
「自分の飲めない体質が分かったから、この検査結果票を印籠にして強要されるお酒を
断ることにします。有難うございます。」と感謝されたことを嬉しそうに語っていた。

最近のアルコール依存症患者の傾向のひとつとして、アルコールと躁鬱症、拒食・過食症
等の他の障がいとの「重複障がい」の患者が増えていることがあげられる。そういう会
員を受入れる立場としてアルコール以外の精神障がいについても学習していくことが必要
とされているが、実行委員会のメンバーとして参加するなかで、その一端に触れる機
会となったことは意義のあることだと受け止めている。

アルコール健康障害対策基本法が施行され、アルコール関連の問題が整理され、国民各
層が対策に取り組んでいくこととなったが、自らの問題として先行してきた断酒会とし
ては、啓発活動を通して存分の貢献をしていきたいと考えている。

（吹田市断酒会 真名子 直司）

○のぞみ家族会

2005年（平成17年）に喫茶ブルーリボンにコーヒーの出がらしを再利用したコー
ヒー染めを提案し、製品作りを始めた。手仕事の好きな利用者さんと一緒に染めや仕立
てをする中で、物創りの楽しさを味わってもらおうとコーヒー染めの紹介やコー
ヒー染め小物作り・利用者さんの趣味の編み物など、子どもから大人まで実際に作
って持ち帰られる体験コーナーを担当させてもらった。

日頃のコーヒー染めの作業の中で、利用者さんが練習しやすいように、アイテム別
に材料や作り方な

どを工夫して何度も練習を重ね、当日来場されたお客様に講師として、力を発揮できるようにした。

その結果、ハートふれあい祭り当日は、自然な形で取り組むことができ、熱心に創り方を説明する利用者さんの姿があった。

目的意識を持つ事で、利用者さんの持っている感性や、アイデアが自然に表現できるようになってイメージが膨らみ物創りの原動力になって行った。また、何より楽しんで参加されているのを感じた。

毎年、体験コーナーは大盛況で、回を重ねるごとに、一体感が生まれ体験内容もバージョンUPして行った。

このように、利用者さん達が活躍できる場所があるのは嬉しいし、一生懸命な姿を見るのは楽しくて応援したくなります。

コーヒー染めを始めて10周年を迎える第5回ハートふれあい祭りでは、日頃利用者さん達が絵を描き、コーヒーで染めた布を使ったファッションショーを準備中思い思いのスタイルで登場されます。

個人的には、立場を超越して、皆が心を合わせて取り組むハートふれあい祭りは、心に響くイベントだと思い、その一員として参加できる事を大変光栄に思っています

(のぞみ家族会 安田 茂子)

○特定非営利活動法人 以和貴

私たちは「全ての人が生き生きと暮らせる社会を」と考え、「どんな人でもその人らしく」をモットーに障がいのある方々の日常を支援しております。設立当初から三障がい合同であり、いくつかの障がいを重複されている方や、家族とは疎遠の方、経済的問題を抱えた方等、いろいろな問題を抱えた方たちが集まり、一緒に活動を行っております。

その中で、違いのある人間同士が、時にはぶつかり合ったりしながらも折り合いをつけ、お互いが凹みを埋め合いながら、ひとつの大きな家族・小さな社会をつくってきました。私たちは障がいを持っていても、自分のできるところで周りの誰かの役に立つ。それが、その方の「存在感」になり、「生きる喜び」につながっていくのではないかと考えています。

この2014年からは事業所を移転し、新たに「いきいきと」「わきあいあいと」「きがねなく」をコンセプトに加えて活動に取り組んでおります。

ここに病のある方やまたその家族の方たちは様々な理由で日常生活に制限や生きづらさを抱えています。それは法律や制度が整っていないだけの問題ではなく、地域の方たちの理解がまだまだ足りない部分にもよります。ハートふれあい祭りはそんな方たちが主役であり、また地域の方たちへの理解促進のイベントとして一緒に携わせて頂いております。毎年、行政・民間・自治会と一緒に取り組み、開催までに多くの方が関わっています。またお祭り当日には地域の方たちもたくさん参加してくださっています。多くの事業所が出店し、ここに病のある方たちが販売。それを地域の方たちが買っていく姿は他で行われている祭りの姿と特別かわりはありません。

昨今のニュースではここに病がある方が起こした事件には病があることを強調するようなフレーズが多く、精神保健福祉の取り組みや制度改正をとりたただすニュースは少ないように感じます。けれど、この祭りの中では普段はここに病のある方と触れ合う場のない地域の方たちがなんの意識もせず触れ合っております。祭りに来られていた方の中には、あとから店の方が当事者だと知り、驚く人もいま

す。この祭りは参加してくれる地域の方たちの先入観をとり、興味や触れ合いのきっかけづくりとして、またこころの病は誰にでもなりうるポピュラーな病気であることへの理解、当事者を決して特別視・警戒視する必要等はなく、当事者の方も地域住民のひとりであることを伝える場になっていると思います。

そして、当事者の方たちも地域の方たちと積極的に触れ合える場として、自身のことをアピールできる場としても活躍して頂いております。また、事業所も垣根を超えて、他機関である行政、自治会、他の福祉事業所の方たちと一緒に共通目的を持って動くことは、普段の関わりの連携強化や新たなつながりを広げることにもはたらいております。

このハートふれあい祭りに関わる人が今後も増えていき、地域の方たちにこころの病をもつ方への理解と障がいのある人もない人も関係なく、誰もが住みやすい地域づくりのきっかけとなっていければと思います。

(特定非営利活動法人 以和貴 信田 涼)

○社会福祉法人 のぞみ福祉会

のぞみ福祉会では、地域とのつながりを大切にしながら、吹田市内の精神障がい者の地域生活の支援を行っています。かねてから、地域と精神障がい者を結び付けていく取り組みとして、利用者への直接的な支援だけではなく、地域の皆さんに精神障がい者福祉の増進を目指し、当事者の皆さんの活動発表の機会としてコンサート活動などを行ったり、そのもっとも大きな取り組みとして、のぞみふれあい文化祭というイベントを開催していました。そこではのぞみ福祉会の利用者の皆さんが、ステージで音楽や歌を発表し、飲食コーナーではのぞみ福祉会の各事業所が飲食の提供を行うなど、まさに地域と精神障がい者を結びつけるイベントとして重要な役割を果たしていました。

しかしのぞみ福祉会も当時の障害者自立支援法の事業に移行するにあたり、それぞれの事業運営に膨大な業務量を強いられることになり、のぞみふれあい文化祭の開催が事実上不可能となってしまったという経緯がありました。そんなこともあり、楽しみを共有しながら地域と精神障がい者を結び付けていくことができないだろうか、のぞみふれあい文化祭のようなものができないだろうか、ということを探索しておりました。そして、さまざまな関係機関との話し合いを経て、「こころの交差点」主催でハートふれあい祭りの開催が決定され、のぞみ福祉会としてもその企画に関わることになりました。

のぞみふれあい文化祭は、まさにのぞみ福祉会のみで取り組んでいた活動であり、そしてのぞみ福祉会だけのマンパワーでは開催を継続することができませんでした。しかしハートふれあい祭りは、のぞみ福祉会だけではなく吹田市内の精神障がい者支援に関わる様々な事業所や団体、そして地域の力が一堂に会して行われる活動であり、精神障がい者支援に関わるオール吹田の組織として実行委員会を結成できたことに大きな意味がありました。のぞみ福祉会単体では難しくても、オール吹田の活動に展開できたことで実現できたイベントであります。

もちろん第1回目は、過去ののぞみふれあい文化祭のノウハウを生かしながらの運営となりましたが、当然のぞみ福祉会以外の実行委員会から様々な発想が生まれ、地域に向けて精神障がい者福祉を発信する非常に重要なイベントに発展し、2014年度の開催でついに5回目を迎えるまでになりました。

ハートふれあい祭りでは、特にのぞみ福祉会の利用者の生き様や、彼らが持つ力をどのような形で市民に伝えていくかということと、どのように市民の皆さんと利用者との接点を見出していくのか、そし

てどうすれば利用者の皆さんが活躍できるのかということにポイントを置きながら、一方で地域の皆さんにはお子さん連れでも楽しんで頂けるような企画を行うことで、より多くの市民の皆さんにお越し頂くことに重点を置いてきました。その中で、まずイベントの中の企画を利用者に担ってもらうことで、利用者が役割を持つことができ活き活きする場面をたくさん作ることができたこと、このイベントは専門家だけではなく地域の力を活用して開催するという意味で、地域や学生のボランティアにたくさんご協力頂き、まさに行政や専門機関だけではなく地域と共に同じ課題を共有しながら取り組むことができたこと、そしてそのことを地域向けに発信できたことに大きな成果があると感じています。

もちろん、市民の皆さんに伝えていくという意味ではまだまだ課題もあり、改善していくべきポイントもたくさんあります。しかし継続していくことで、この時期になるとこのイベントがここで行われる、というイメージが地域の中に浸透していくでしょう。利用者が活き活きと躍動し、その姿をイベントを通して市民の皆さんの発信できる、そしてそのイベントの企画や運営を専門家だけではなく市民の力も巻き込んで行っていく、とても重要なイベントを我々も担っていると実感しています。

今後も長く継続できるイベントとなればと思っているのと、ずっと今後も関わりを継続していきたいと思っています。

(社会福祉法人 のぞみ福祉会)

○地域活動支援センター シード

地域活動支援センターとして精神障がい者が地域で生きていくことを応援している。利用者が生活の中で楽しみを見つけられるよう、人と関わることで色々な経験をしてもらうことを目標に、様々なプログラム活動をしています。そして、人とのつながりを大切にしながら暮らし、地域の人と一緒に活動することを楽しんできました。従来は施設で行う行事に地域から参加してもらう程度でありましたが、ハートふれあい祭りに参加することで、地域の中に出向いて精神障がい者の支援について伝え、知ってもらい、理解してもらうことができると考え、第1回から参加させてもらっています。

シードでは簡単な販売とこどもコーナーを毎年担当させてもらっています。販売コーナーでは、ポップコーンや綿菓子など、子どもに楽しんでもらえるように工夫し、店員さんはほぼ利用者にやってもらっています。日ごろ大人の中だけで過ごす利用者にとっても、小さなお子さんなどと接するのは楽しいようで、和気あいあいとやっています。また、たくさんのボランティアさんに手伝ってもらっているこどもコーナーでは、小さな子どもさんを連れた家族の方に少しでもお祭りを楽しんでもらえるように、また精神疾患のことを理解してもらえるようにと短時間ならば子どもさんをお預かりして回ってもらえるようにしています。

子どもたちに楽しんでもらうことは難しいです。昔遊びを取り入れたり、紙芝居を行ったり、風船コーナーがあったり、色々なことをして楽しんでもらうように心がけています。毎年行っていることで、子どもたちの間でまた行こうと思ってもらうことになり、子どもたちから精神疾患や精神障がいについて触れることで、大人へ啓発する何倍もの効果があるのではないかと勝手に考えています。このことが証明されるには10年、20年とかかると思いますが、そのころまでこのお祭りが続けばいいと思っています。

啓発のこと、利用者が楽しむ機会、いろいろな人との関わりを持つこと、どの側面からもとてもよ

いイベントであると認識しています。吹田市や大阪府吹田保健所とともに地域の事業所、何より地域住民が一度に集まる機会は、今のところハートふれあい祭り以外にはないかなと思います。このお祭りを通して啓発できることは限られているかもしれませんが、しかし、継続する中で色々な発展があり、今後の活動にもつながると信じております。

(地域活動支援センター シード)

○吹田市障がい福祉室

入院医療中心の施策から社会復帰や福祉施策に幅が広がり、市民にとって身近な市町村の役割が年々大きくなっています。吹田市では平成 9 年度から障がい者の暮らしを支えるまちづくりの一環として、地域精神保健福祉対策事業を実施しており、ハートふれあい祭りも地域精神保健福祉対策事業に位置付けています。

精神障害者保健福祉手帳及び自立支援医療（精神通院）に関する手続き事務を市が行うようになったことや、グループワーク事業が府から市に移管されたことに伴い、通常業務の中で市職員として精神障がい者や家族の方々と接する機会が格段に増えました。様々な話を聞く中で、精神障がいを他人ごとではなく、自分やその家族にも起こり得る身近なこととして捉え、一人でも多くの理解者を地域に増やすことが重要と気付かされるのが数多くあります。

平成 21 年度にハートふれあい祭りが始まり、実行委員として参画することにより、多くのメリットがありました。

第一に、これまで講義を企画・実施するだけでは集めることができなかった人を呼び込み、多くの人に祭りを楽しんで頂きながら“ほんの少し”精神障がいについて知ってもらう機会を作れたことです。

講義形式のみでは延べ 200 名程度の参加者にとどまっていたましたが、ハートふれあい祭りを始めてからの参加者数は格段に増加しています。一般市民の参加者が増えただけでなく、土曜日開催のイベント形式としたことで、市長や府・市議会議員、市職員の参加者数も増加しました。講義形式では参加することがなかった市長が毎年舞台上で挨拶しています。障がい福祉担当以外の市職員は、仕事ではなく家族連れで気軽に遊びに訪れます。吹田のイメージキャラクター「すいたん」を活用したことで、イメージキャラクター貸出担当課職員の参加もありました。精神保健福祉担当者が会議等で話すだけでは伝えることができない精神障がい者の生の声や活動を届ける場になっていると実感しています。

第二に、市が主催する地域精神保健福祉対策事業に幅や深みが生まれたことです。ハートふれあい祭りで楽しんでもらいながら“ほんの少し”精神障がいについて知ってもらうために、精神疾患や相談機関、福祉サービス、社会的入院等について等様々な掲示パネルを作成しました。これらのパネルが「ハートふれあい祭りに使うだけではもったいない」と、市役所ロビーでの精神保健福祉パネル展に発展し、祭りでは出会うことができなかった“たまたま市役所を訪れた人”への理解促進へと広がっています。

講義形式で行っている地域精神障がい者理解促進講座にも変化がありました。これまでは精神保健福祉担当がテーマ等を決めてきましたが、ハートふれあい祭りのプレイベントとして地域精神障がい者理解促進講座を実施することにより、ハートふれあい祭りのテーマや意義と連動させ、実行委員の質問や意見を講義内容に取り入れることで、今何を地域住民に伝えなければならないのか明確になりました。講座の内容そのものに深みが生まれたように思います。

第三に、精神保健福祉ネットワーク会議では出会うことができない断酒会や福祉委員会等、地域で活動されている方々と顔を合わせ、様々な意見を聞くことができます。市職員には数年に一度異動があります。新たに精神保健福祉担当として配属される職員にとって、ハートふれあい祭り実行委員会はとても心強いものです。

今後もハートふれあい祭りを通して精神障がい者の理解促進を図り、障がい者の暮らしを支えるまちづくりを進めていきたいと思えます。
(吹田市障がい福祉室)

○大阪府吹田保健所

<参加の経緯>

精神障がい者理解促進講座やのぞみふれあい文化祭のころより、団体後援の一環で関わっていたが、これらの事業は、保健所が主体となって行っていたものではなく、NPO 法人「こころの交差点」等が、精神障がい者についての地域に向けた理解促進を目的として行ってきたものである。ハートふれあい祭りになってからは実行委員として参加し、当日のストレスコーナー担当のほかに、毎月 1 回行われる実行委員会にも参加している。また、プレイベントとして行われている理解促進講座についても共催している。

<ハートふれあい祭りへの参加意義>

保健所はハートふれあい祭りではストレスチェックのコーナーを毎年担当しており、来場者に唾液のアミラーゼ量ををはかることでストレスをチェックするという催しをしている。ストレスが積み重なることが精神疾患を誘発したり、生きづらさを抱える中でストレスの解消ができずいたり、あるいは病を得たことによりストレスにさらされやすくなったりする方々が多くおられる。ストレスやメンタルヘルスについて考え、自分を大事に生きていくことについての啓発を、一般市民の方に直接させて頂ける機会となっている。

また、社会的入院解消の取り組みは、大阪府の保健所が継続的に行ってきたものであるが、退院阻害要因といわれるものの中には家族の反対や地域の受け入れ態勢の不備等がよくあげられる。地域の受け入れ態勢というのは、作業所等の社会資源の創設だけでなく、近隣住民をはじめとする地域の精神障がいに対する理解促進というものも大きな課題であることが分かってきた。

長期入院者が退院して地域で暮らし始めるとき、また、地域の中で精神疾患に罹患するとき、地域が社会の一員としてあたたかく見守ってくれることや病気のことを正しく理解してくれていることが、当事者や家族にとっては大きな支えとなる。また、病気の人にも障がいのある人も、さまざまなタイプの方がともに暮らせる社会は、今病気がない方が将来思いがけず病気になったときにも安心して住み続けられる地域にもなる。

このような地域の体制をつくっていくためには、機関ごとがそれぞれに努力するだけでなく、顔の見える関係によるネットワークで支えることが重要である。ハートふれあい祭りでは、当事者、家族、援助者さまざまな立場の人が一堂に会し、一つのお祭りをつくっていく。このような協力しあう場があることが、地域の顔の見える関係づくりに一役買っていることも実感している。

<コーナー内容>

年度	担当コーナー	内容
平成 22 年度	ストレスチェック	・唾液アミラーゼ等を利用したストレスチェック ・コインゲーム ・リラクゼーション方法の提案
平成 23 年度	//	・唾液アミラーゼ等を利用したストレスチェック ・リラククス体験 ・ミニ講座
平成 24 年度	//	・唾液アミラーゼ等を利用したストレスチェック ・リラククス体験 ・ハーブ手浴
平成 25 年度	//	・唾液アミラーゼ等を利用したストレスチェック ・配布チラシを利用したストレス講座

(大阪府吹田保健所 西口 心)

(2) 当日ボランティア、参加者の感想

○ハートふれあい祭りには、第 1 回から参加させてもらってます。このお祭りは回を重ねることにお客さんも参加している人も多様になっていて、どんどんパワーアップしていくのを間近で見られるのが、ボランティアの面白いところだと思います。

ある年、心強いボランティアとして参加していた団体が手伝えないとのこと、誰か力になってくれそうな人はいないかと考えたところ、同じ大学に福祉系のクラブが 2 つもあることを思い出し、協力をお願いした所、快く引き受けてくれました。福祉系のクラブが同じ場で共に何かをするのも初めてで、学生としてもいい機会になったし、実行委員会からは感謝の言葉をもらえるので、とても嬉しかったことを覚えています。このように、たくさんの人と「楽しいね」と思える時間を共有できることが、わたしはボランティアとして活動できた理由だと思っています。

(のぞみ福祉会 生活介護事業所ブルーリボン 吉武愛美 大阪人間科学大学生時にボランティアとして参加)

○ハートふれあい祭には、大学三回生の時に所属していた福祉系の部活に声をかけて頂いたことがきっかけで、参加させて頂くことになりました。

それまで、精神障がいを抱える方と直接お会いする機会がほとんどなく、どんな風に当日のお手伝いをしたり、接すればいいのか不安や緊張が多くありました。しかし、ボランティア当日になり、一緒に店番やお話をさせて頂くなかで、みなさんととても優しく暖かく学生の私達を迎えてくれました。地域のみなさんとも笑顔を交えながら楽しく同じ時間を過ごす事ができました。このボランティアの体験を通じて、精神障がいを抱えている方が、地域の方々と一緒に楽しい時間を共有できる機会の大切さを学びました。これからも、精神障がいを抱える方が地域で生活されている姿を伝えていく、とても大切な場所であると思います。(阪南病院勤務 鳥井美奈子 大阪人間科学大学生時にボランティアで参加)

○“精神障がい の普及啓発のお祭りのボランティア”として大学の部活の先輩から誘われて参加したのが、私が2回生のときでした。始めはどんなお祭りなのか、全く想像できませんでした。普及啓発だから、講演会？でもお祭り？

百聞は一見に如かず。実際に参加してみて分かったのは、精神障がいは普段見えていない（見ていない）だけで、とても身近にある、ということでした。メンバーさんと一緒に模擬店をしたり、ステージで色々な体験談を聴いたりしていく中で、「精神障がいで特別でもなんでもないやん」と、自分の人生や生活の中に溶け込んでいくような感じがしました。一見、精神障がいの普及啓発が目的とは思えないような、楽しい（美味しい）お祭りですが、だからこそ、敷居が低く、身近に感じることができるのだと思いました。たくさんの人に参加してもらいたいイベントです。

（和泉謙吾 大阪人間科学大学4回生時にボランティアで参加）

○アムールでバザーとぜんざいを販売して、忙しかったけど楽しかったです。来年も楽しみにしています。

（アムール メンバー）

○いろいろ出店があるので毎年楽しみです。でも売り切れてしまって食べられない時はがっかり！来年を楽しみにしています。

（アムール メンバー）

○毎年工作所の売り子をしています。学生ボランティアとともに、楽しくやっています。何度も値段交渉にやってくる人とのバトルも…。

（ボランティア・障がい者支援部）

○楽しい一日でした。次回も参加したいです。

（ボランティア・障がい者支援部）

○バルーンアートのお手伝いをしましたが、楽しくできました。こどもも大人も結構喜んで遊びました。

（ボランティア・障がい者支援部）

○バルーンアートには多くの方が来てくださって、お天気も良かったので楽しい一日でした。

（ボランティア・障がい者支援部）

○ステージの踊り、ダンスがよかったです。またよろしくお願いします。

（ボランティア・障がい者支援部）

○アルコールパッチテストがよかった。楽しかった。

（ボランティア・障がい者支援部）

第4章 今後の展望と課題

(1) 『ハートふれあい祭り』がもたらしたもの

ハートふれあい祭りに付随して、吹田市が主催、「こころの交差点」が共催している事業も生まれている。毎年国の精神保健福祉普及週間に合わせたパネル展（市役所ロビー）では、ハートふれあい祭りのために作成したパネルを活用し、市役所を訪れる市民に情報提供している。また、そこでも吹田市断酒会が酒害相談を行ったり、授産製品を展示し、当事者がパネルの説明をしたり、質問に答える時間も設けている。

また、毎年吹田市社会福祉協議会が秋に行う精神保健福祉ボランティア養成講座でのハートふれあい祭りの広報をし、当日ボランティアもそこから生まれている。

ハートふれあい祭りの前段に精神保健福祉に関する講演会を、吹田市が主催、大阪府吹田保健所と「こころの交差点」が共催し行っている。今年は実行委員会に参加している機関のメンバーにもより深く精神保健福祉について学んでもらおうと企画しているところである。

ハートふれあい祭り実行委員会に多機関が関わることで、実行委員がその所属組織に持ち帰り、理解を深めていく。当日ボランティアに来てくれる学生にはその前に手伝う場所を担当するスタッフのいる事業所を訪問してもらうようにしている。ステージに出演してくれる学生にも資料を持ち帰ってもらい、その家庭でまたそれが浸透していくこともあるだろう。少しずつではあるが、毎年参加者も増えている。また会場になってくれている浜屋敷のスタッフや、近隣の住民に開催のお知らせとお願いに行くことで、精神障がい者理解という言葉に興味をもってもらえる。商店会の掲示板にポスターが貼られるだけで、通りすがりの人の目につくだろう。すぐに数値化できるものではないが、着実に理解を進めているのではないかと考えている。

(2) 今後の課題と展望

これからの課題も多い。

一つは「こころの交差点」で実際に活動する会員が限られてきていること、新しい会員の獲得が難しくなっていること、である。数年は見通せても10年先20年先にこの『ハートふれあい祭り』がどうなっているかはわからない。

もう一つは、対象が広すぎて深まらないことである。イベントがあるから参加しているだけで、何の目的のお祭りか知らない参加者も少なからずいるだろう。しかしながら、毎年昨年の反省点を踏まえながら、こうしてみよう、ああしてみようと、相談している実行委員会のつながりは、年々太く強くなっていると感じている。

このイベントは、長い年月の中で、精神障がいについての理解促進や啓発、住みやすい地域づくりを大きな目標に、何かの取り組みや関わりでできた関係をつなげてきた中で、取り組みの形態はさまざまな変遷をたどって現在の形になっている。この30年あまりの間に、福祉の仕組みや制度、医療の状況は激変し、そのときに関わる面々も変わってきた。しかし「せっかくできたつながりを元に、これからは何かできないか」という思いを大事にして、その時その時にあるものや使えるもの、関われる人で

きることを模索しながらやってきたことで、つながりとそこから始まる広がりが積み重なってきた。これこそが大きな財産になっている。

ハートふれあい祭りが最終形態であるとは限らず、状況が変われば別の取り組みに変わっていく可能性も十分あるが、「こころの交差点」として 20 年かけて作ってきた連携があったからこそ、この先の 20 年に希望を託したい。

参考資料

「こころの交差点」の歩み

西暦	経過年	動き	月日	備考
1994	準備期間	仮称（とりあえず会）	9月～12月	計4回
1995		「こころの交差点」実行委員会（例会）	1月～12月	計11回
	設立 1年目	吹田の精神保健を考える市民の会「こころの交差点」発会記念講演会（吹田市文化会館メイシアター）	5月24日	
		精神保健講座（千三地区公民館、西山田地区公民館）	2～7月 計4回	主催
		勉強会（吹田市立総合福祉会館）	6～11月 計3回	主催
1996	2年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回
		精神保健講座（西山田地区公民館）	1～2月 計3回	主催
		こころのリフレッシュ市民講座（内本町コミュニティーセンター）	11～12月 計4回	主催
		のぞみコンサート（吹田市文化会館メイシアター小ホール）	1月29日	共催
		「こころの交差点」ランチ総会（内本町コミュニティーセンター）	5月18日	
		関係団体や地区の行事へ要請をうけて参加	7～10月 計3回	
1997	3年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回
		精神保健講座（内本町コミュニティーセンター）	3～4月 計3回	主催
		シネマ実行委員会	7～10月 計7回	主催
		映画「おかえり」上映（吹田市文化会館メイシアター中ホール）	11月7日	主催
		「こころの交差点」市民講座（千一地区集会所）	9～10月 計3回	主催
		のぞみコンサート（吹田市文化会館メイシアター小ホール）	2月26日	主催
		「こころの交差点」ランチ総会（内本町コミュニティーセンター）	5月17日	
1998	4年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回
		市民講座（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計4回
		のぞみコンサート（吹田市文化会館メイシアター小ホール）	2月17日	主催
		「こころの交差点」ランチ総会（内本町コミュニティーセンター）	5月23日	
		チャット会（のぞみ工作所）	8月8日	主催
		毎日放送『現代を生きる』取材協力	12月19日	放映
1999	5年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回

西暦	経過年	動き	月日	備考
		市民講座（内本町コミュニティセンター）体験談	10月1日	主催
		新年交流会（内本町コミュニティセンター）	1月15日	主催
		のぞみコンサート（吹田市文化会館メイシアター小ホール）	2月25日	主催
		「こころの交差点」ランチ総会（内本町コミュニティセンター）	5月22日	
		チャット会（のぞみ工作所）	8月7日	主催
2000	6年目	「こころの交差点」例会	1月～12月	計11回
		新年交流会（内本町コミュニティセンター）	1月8日	主催
		のぞみコンサート（吹田市文化会館メイシアター小ホール）	2月24日	主催
		「こころの交差点」ランチ総会（内本町コミュニティセンター）	5月27日	
		大阪府人権学習プログラム（西山田地区公民館）	3月 計6回	共催
		チャット会（のぞみ工作所）	8月12日	主催
		大阪府教育委員会『まなびふれあいまちづくりプロジェクト』応募	8月、9月	最終選考まで
		勉強会（内本町コミュニティセンター）	9月9日	主催
		人権学習打ち合わせ（大阪府吹田保健所）	10月～12月	
2001	7年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティセンター）	1月～12月	計11回
		平成13年度総会（内本町コミュニティセンター）	5月12日	
		新年交流会（内本町コミュニティセンター）	1月20日	主催
		大阪府人権学習プログラム（北千里地区公民館）	2月～3月	共催
		大阪府人権学習プログラム（片山地区公民館）	2月～3月	各5回
		のぞみコンサート（吹田市文化会館メイシアター小ホール）	2月22日	主催
		チャット会（のぞみ工作所）	8月11日	主催
		市民講座（講演会、大阪府吹田保健所）	3月13日	主催
		吹田摂津精神医療学習会	10月16日	協力
		NPO入門講座受講	10月6日、13日	
2002	8年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティセンター）	1月～12月	計11回
		新年交流会（内本町コミュニティセンター）	1月20日	主催
		のぞみふれあいコンサート（吹田市文化会館メイシアター小ホール）	2月21日	主催
		チャット会（のぞみ工作所）	8月10日	主催
		人権学習打ち合わせ（大阪府吹田保健所）	4月13日	
		平成14年度総会（内本町コミュニティセンター）	5月11日	
		大阪府人権学習プログラム（南千里地区公民館）	5～6月・5回	共催
		人権学習プログラム（オプションツアー）	6月26日	主催
		人権学習反省会	7月31日	
		NPO法人化作業会議	7月～12月	計8回
		産経新聞取材（受賞に向けて）	11月16日	
		第28回【産経市民の社会福祉賞受賞】	11月21日	新阪急ホテル

西暦	経過年	動き	月日	備考
2003	9年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回
		新年交流会（内本町コミュニティーセンター）	1月11日	主催
		のぞみふれあいコンサート	2月20日	主催
		平成15年度総会（内本町コミュニティーセンター）	5月24日	
		チャット会（のぞみ工作所）	8月9日	主催
		NPO法人化作業会議	1月～9月	計5回
		人権学習打ち合わせ（各地区公民館）	3月、6月、10月	計4回
		大阪府人権学習プログラム（千里新田地区公民館）	6～7月・4回	共催
		人権学習プログラム（オプションツアー）	6月26日	主催
		人権学習反省会（千里新田地区公民館）	8月29日	
		人権福祉研修（吹田市教育委員会）	3月25日	講師
		四条畷「心の病を持つ人を支える市民の会」設立総会	9月26日	講演
2004	10年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回
		新年交流会（内本町コミュニティーセンター）	1月11日	主催
		人権学習コミュニケーション技術勉強会	1月14日	大阪府吹田保健所
		大阪府人権学習プログラム（山五地区公民館）	1～3月・5回	共催
		人権学習プログラム（オプションツアー）	2月27日	主催
		平成16年度総会（内本町コミュニティーセンター）	5月29日	
		チャット会（のぞみ工作所）	8月14日	主催
2004	10年目	特定非営利活動法人 吹田の精神保健福祉を考える市民の会「こころの交差点」 設立	8月20日	
		精神障害者理解促進事業指導者養成研修	9月15日	講師
		のぞみふれあい文化祭	9月23日	共催
		関西福祉科学大学（ゼミ）	1月7日	講師
		北摂ブロック精神保健ボランティア交流会	3月9日	講師
		精神保健福祉ボランティア講座	12月7日	講師
		人権学習打ち合わせ	12月13日	
		大阪府社会福祉協議会精神保健福祉研修会	12月15日	パネラー
2005	11年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回
		新年交流会	1月29日	主催
		大阪府人権学習プログラム（地区福祉委員対象）	3月・4回	共催
		人権学習プログラム（オプションツアー）	3月23日	主催
		平成17年度総会（内本町コミュニティーセンター）	5月14日	
		チャット会（のぞみ工作所）	8月20日	主催
		大阪府社会福祉協議会 取材	9月14日	

西暦	経過年	動き	月日	備考
		東大阪市ボランティア講座	10月6日	講師
		人権学習打ち合わせ	12月6日	
		精神保健福祉ボランティア講座	12月7日	講師
		10周年記念行事作業会議	10月～12月	計3回
2006	12年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター） 4月はお花見例会	1月～12月	計11回
		10周年記念行事作業会議	1月～	計3回
		10周年記念行事（講演会・交流会）	1月21日	主催
		大阪府人権学習プログラム(岸一地区公民館)	1～2月・4回	共催
		人権学習プログラム（オブショナルツアー）	2月15日	主催
		大阪府・衛生教育・感謝状（中央会館）	2月15日	
		尼崎さくらんぼの会「ボランティア講座」	3月4日	講師
		人権学習反省会（岸一地区公民館）	3月6日	
		のぞみふれあい文化祭	4月1日	共催
		平成18年度総会（内本町コミュニティーセンター）	5月20日	
		人権学習打ち合わせ（吹二地区公民館）	6月8月9月	計4回
		チャット会（のぞみ工作所）	8月12日	主催
		大阪府人権学習プログラム(吹二地区公民館)	9～10月・4回	共催
		人権学習プログラム（オブショナルツアー）	10月11日	主催
		人権学習反省会（吹二地区公民館）	11月22日	
2007	13年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回
		新年交流会	1月20日	主催
		茨木市ボランティア講座	3月17日	講師
		のぞみふれあい文化祭	4月14日	共催
		平成19年度総会（内本町コミュニティーセンター）	5月19日	
		チャット会（のぞみ工作所）	8月11日	主催
		人権学習打ち合わせ（大阪府吹田保健所）	6月～1月	計7回
		東大阪市ボランティア講座	9月13日	講師
2008	14年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回
		新年交流会	1月19日	主催
		大阪府人権学習プログラム(保健センター)	2月4回	共催
		人権学習プログラム（オブショナルツアー）	2月26日	主催
		人権学習反省会（吹田市立保健センター）	3月10日	
		のぞみ家族会総会	4月18日	参加
		平成20年度総会（内本町コミュニティーセンター）	5月10日	
		人権学習打ち合わせ（大阪府吹田保健所）	5月～9月	計4回
		チャット会（内本町コミュニティーセンター）	8月16日	主催

西暦	経過年	動き	月日	備考
		大阪府人権学習プログラム(大阪府吹田保健所講堂)	9～10月4回	共催
		東大阪市ボランティア講座	10月9日	講師
		人権学習プログラム(オプションツアー)	11月5日	主催
		人権学習反省会(大阪府吹田保健所)	11月27日	
2009	15年目	「こころの交差点」例会(内本町コミュニティーセンター)	1月～12月	計11回
		新年交流会	1月17日	主催
		人権学習打ち合わせ(大阪府吹田保健所)	5月～10月	計4回
		平成21年度総会(吹田市立総合福祉会館)	7月11日	
		チャット会(内本町コミュニティーセンター)	8月8日	主催
		大阪府人権学習プログラム(吹田市立保健センター・大阪府吹田保健所)	10月2回	共催
		大阪府人権学習プログラム(亥の子谷コミュニティーセンター)	11月2回	共催
		人権学習プログラム(オプションツアー)	11月18日	主催
		島本町ボランティア講座	11月10日	講師
		障がい者の理解を深めるためのシンポジウム	12月2日	講師
		人権学習反省会(大阪府吹田保健所)	12月11日	
2010	16年目	「こころの交差点」例会(内本町コミュニティーセンター) 11月は会員交流外出レクリエーション(箕面)	1月～12月	計11回
		新年交流会	1月16日	主催
		理解促進講座実行委員会	1月～4月	計6回
		地域移行促進強化事業～こころの健康シリーズ～	3月14日	共催
		のぞみ家族会総会	4月23日	参加
		平成22年度総会(内本町コミュニティーセンター)	5月8日	
		ハートふれあい祭り実行委員会(大阪府吹田保健所)	6月～3月	計15回
		ハートふれあい祭り打合せ(浜屋敷)	8月5日	
		東大阪市ボランティア講座	10月21日	講師
		「平成22年度精神保健福祉功労者」知事表彰	12月16日	
2011	17年目	「こころの交差点」例会(内本町コミュニティーセンター) 11月は会員交流外出レクリエーション(東福寺)	1月～12月	計11回
		新年交流会	1月15日	主催
		FM千里	2月14日	出演
		ハートふれあい祭り(浜屋敷)	3月12日	主催
		のぞみ家族会	5月12日	講師
		平成23年度総会(内本町コミュニティーセンター)	5月14日	
		ハートふれあい祭り2実行委員会(大阪府吹田保健所)	7月～3月	計15回
		ハートふれあい祭り打合せ(浜屋敷)	9月28日	

西暦	経過年	動き	月日	備考
2012	18年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回
		新年交流会	1月14日	主催
		ハートふれあい祭り打合せ(浜屋敷)	2月28日	
		ハートふれあい祭り2(浜屋敷)	3月10日	主催
		のぞみ家族会総会	4月20日	参加
		平成24年度総会（内本町コミュニティーセンター）	5月12日	
		ハートふれあい祭り3実行委員会(大阪府吹田保健所)	7月～3月	計10回
		吹田市ボランティア講座打合せ(総合福祉会館)	10月9日	
		精神保健福祉パネル展・吹田市役所	10月	共催
		東大阪市ボランティア講座打合せ(そうさん倶楽部パソコン教室)	11月15日	
		ハートふれあい祭り打合せ(浜屋敷)	11月14日	
		東大阪市ボランティア講座	11月15日	講師
		吹田市ボランティア講座	12月8日	講師
2013	19年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回
		新年交流会	1月12日	主催
		ハートふれあい祭り3(浜屋敷)	3月9日	主催
		のぞみ家族会総会	4月19日	参加
		平成25年度総会（内本町コミュニティーセンター）	5月11日	
		ハートふれあい祭りⅣ実行委員会(大阪府吹田保健所)	7月～3月	計10回
		精神保健福祉パネル展・吹田市役所	10月	共催
		吹田市ボランティア講座	12月7日	講師
2014	20年目	「こころの交差点」例会（内本町コミュニティーセンター）	1月～12月	計11回
		新年交流会	1月11日	主催
		ハートふれあい祭りⅣリレートーク打合せ(そうさん倶楽部パソコン教室)	2月4日	主催
		ハートふれあい祭りⅣ(浜屋敷)	3月8日	主催
		のぞみ家族会総会	4月18日	参加
		平成26年度総会（内本町コミュニティーセンター）	5月17日	
		ハートふれあい祭りⅤ実行委員会(大阪府吹田保健所)	7月～3月	
		精神保健福祉パネル展・吹田市役所	10月	共催

* 「こころの交差点」ニュース毎月発行

* 吹田の市民活動を活発にする会参加



大阪府こころの健康総合センター 平成 27 年 3 月

〒558-0056 大阪市住吉区万代東 3 丁目 1-46 TEL06 (6691) 2811 FAX06 (6691) 2814

ホームページアドレス <http://kokoro-osaka.jp/>

この印刷物は 1 2 0 0 部作成し、一部あたりの単価は 72.0 円です。