

こころの健康を大切にできる社会であるように

こころの健康は、からだの健康と同じように大切です。しかし、現代社会においては、さまざまなストレスからこころの健康を損なう人が少なくありません。私たちは、精神疾患に対する社会的理解を促すための活動や、自殺を防止するための活動を支援することを通じて、当事者やその家族を支えています。

自殺防止プロジェクト

日本では1998年以降、毎年3万人以上の方が自殺で亡くなっています。理由はさまざまですが、社会的な弱者が「死」へと追い詰められていく実情があるといわれています。また、遺された人々は、長期にわたって深刻な心理的影響を受けると考えられています。既に社会問題となっている自殺の問題により適切で効果的な解決方法を推進するための対策に取り組む人々のネットワークづくりと、遺族のこころのケア活動を支援しています。



支援団体：特定非営利活動法人自殺対策支援センター
ライフリンク
<http://www.lifelink.or.jp/>

✔ 自死遺族支援

既遂、未遂に関わらず、自殺を図った人と強い絆のあった最低5人は深刻な心理的影響を受けると考えられています。特に、自死遺族は最愛の家族を亡くした辛い気持ちがあるにもかかわらず、社会の自殺に対する偏見や誤解によってさらに苦しい立場に追い詰められています。

心に深い傷を負う自死遺族のこころのケアを目的に、地域で自死遺族「分かち合いの場」を立ち上げるための支援をしました。

✔ 世界自殺予防デーフォーラム

自殺対策に取り組む人々の立場を越えたネットワークづくりによって、自殺対策をより有機的に機能させ、実践的な取り組みに発展させるための活動を支援。日本各地で自殺対策に取り組む民間団体や、医療関係者、弁護士、司法書士、報道関係者など約30人が集い、自殺対策における地域のネットワークのあり方を検討しました。



具体的な先進事例をもとにした活発な意見交換が行われました。



立場を越えたネットワークづくりが、より有機的かつ実践的な取り組みになると期待しています。

軽度発達障がいの子どもと親を支援

日本では約5%の子どもがADHD(注意欠陥/多動性障害)といわれています。しかし、新しく認められた障がいであるために日常生活での適切な対応方法は確立されておらず、多くの親や子どもが困難を抱えています。早期のプログラム開発が社会的に必要とされています。

✓ ADHDの小学生を対象とした行動学習プログラム

ADHDは、注意力・衝動性・多動性を自分でコントロールできない障がいのため、忘れっぽい、考えずに行動する、落ち着きがないといったことから周りから理解されず、社会生活に困難をきたすことがあります。子どもたち自身が望ましい行動を選ぶことを習得・実践できるようになることを目的とし医療の専門家や臨床心理士の有志が主催する、夏休みを利用した集中治療プログラムの開催をサポートしています。

支援団体：久留米市サマー・トリートメント・プログラム研究会



活動の合間のポイントチェックの時間にその時の活動が適切だったか不適切だったか評価されます。



ゲームのルールを守れなかったり運動が苦手な子どもが多いためスポーツスキルを学んでいきます。

✓ ADHDの子どもをもつ親支援 ～ペアレントトレーニング～

ADHDへの認知がまだ十分とはいえない状況のために、子どもがある程度成長するまで発見されないというケースが少なくありません。しかし、幼児期に発見し適切な対応をすることができるかどうかはその後の生活の質に大きく影響します。また、一般的な子育てと異なる困難を抱える親に適切な子育てを伝えることで、親の育児ストレスも低減できます。全国で啓発用のリーフレットを配布したり、アメリカで確立された親支援プログラムの普及をはかる活動を支援しています。



支援団体：NPO法人えじそんくらぶ
<http://www.e-club.jp/>

精神障がいをもつ人々の家族支援

精神障がいに対する社会の誤解や偏見は根強く、障がい者本人だけでなく家族も病気についての知識がなく、適切な援助方法もわからず、肩身が狭く辛い思いをしています。統合失調症の患者家族を対象に、家族同士が学び合う「家族学習会」普及活動を支援することで、同じ困難を共有する当事者同士のセルフヘルプ活動を後押しします。



支援団体：地域精神保健福祉機構
<http://www.miraclegate.com/comhbo/>