

シュロの会 平成 28 年度 活動方針

家族会活動の基本

家族会活動は、精神疾患を家族に持つ人たちが集まり、同じ悩みを語り合い、互いに支えあうのが家族会だと思います。

そして、家族会活動の基本は、一つには、「相互支援」(助け合い)。

- ① 語り合う：「自分だけが悩んでいるのではなかった」「思いを受け止めてもらえた」仲間がいること。
- ② 相互交流：リクリエーションや行事を開催し、親睦を深め、お互いを知り合う。
- ③ 情報交換と手助け：大切な病院の情報や薬のことなど、個人ではわかってもらえないことも加増交流会の中などで情報交換することができます。また、本当に困っているときの実際の手助けを得られる場ともなります。

二つ目は「学習」(学びあい、知見を広げる)。

家族が学ぶべきことは、病気や治療に関することにとどまらず、リハビリ、福祉制度、障害者に関する法律、利用できる支援センター等の社会資源など多方面にわたります。家族会は、講演会、学習会、交流会等を通じ学習し、お互いを高めあいます。

三つめは「社会活動」(外に向かって働きかけ)。

医療やいろいろな制度の改善要求、たとえばグループホームなどの社会資源の充実などです。また、市民への啓発活動、行政機関が行う各種会議へ積極的参加を行うなど、家族会の対外的地位を高めることも必要です。

① 家族交流会・広報活動について

□ 交流会 年6回実施します。年間計画(催事予定)は別紙のとおりです。

- ・ 交流会 交流会ではテーマを設けた内容で交流と学習をしていきます。
- ・ ミニ交流会 個々の悩みやつらいことなどをゆっくり時間をかけて皆で共有していきます。その場で、具体的な支援策も含め話し合っていきます。

□ 広報紙 隔月6回発行します。

- ・ 広報紙では、会員の意見、講演会のお知らせ等、会員に役立つ内容を掲載することを心がけ

ていきます。

② 会員賛助会員の増加について

引き続き会員が増えるよう、会の PR をもっと積極的に行っていきます。地域活動支援センター等の協力も得ながら、会の普及・拡大を図っていきます。

③ 相談活動について

□ 家族相談日 2か月1回、くにたち福祉会館においてミニ交流会のときに行います。

□ 電話相談 各役員が日常的に行います。

④ ホームページの充実

ホームページの充実を図ります。たとえば、各種催しの案内などの掲載を充実します。

⑤ 役員・事務局体制

□ 役員体制

- ・ 役員は8名の体制で事業の執行を図ります。役員は、積極的に学習会や研修会に参加するなどして更に役員の力量アップを図っていきます。

□ 事務局体制

- ・ 会活動の中心を果たすのが、事務局です。事務局は、つくし会（東京都精神障害者家族会連合会）はもちろんのこと、他機関との連絡調整等大事な役割もありますので、今後、体制の強化を図る必要があります。

⑥ 他機関との協力について

□ 社会福祉法人多摩棕櫚亭協会やNPO法人円、一般社団法人たまぷらねっと等と協力隊栄をとり、当事者や家族の支援について連携を図っていきます。

□ 必要に応じて地域に住む精神障害者やその家族の支援を行うための事業の共催等を行っていきます。

⑦ パンフレットの配布

加増や関係機関の皆様に配布し、会への理解と入会を呼びかけます。