

こころの相談・ほっとサロンの活動に参加して

サポーターズクラブ
作業療法士 鈴木 真紀

1. はじめに

平成 24 年 5 月に、自分に出来るお手伝いがあるかもしれないと思い、みやぎ心のケアセンター（以下『心のケアセンター』という。）のサポーターズクラブへ登録した。平成 25 年 5 月に依頼があり、山元町で行われていた『こころの相談・ほっとサロン』（以下『サロン』という。）へ心のケアセンターのスタッフとともに参加協力することになった。このサロンは心のケアセンターが宮城県立精神医療センター（以下『精神医療センター』という。）に事業委託をしているもので、筆者は平成 25 年 6 月から平成 26 年 2 月まで計 9 回参加した。

2. 活動の様子

サロンの活動場所は、プレハブ仮設住宅や災害公営住宅の集会所、自立再建している地域の区民会館などであった。サロン開始前に、周辺の参加可能な地域にある仮設住宅に戸別に参加の呼び掛けを行った。サロン開催のチラシは前日までに全戸に配布されているが、開始までの間に再度声を掛けて参加を募った。開催日時が平日の午後ということもあり、高齢の方が多く、若い方にお会いすることは少なかったように思う。「案内を見て楽しみにしていたのよ」「去年もあったわよね」と喜ばれる方もいた一方で、お会いできても「大丈夫です」「ウチは違うと思います」と断られることもあった。

先生の講話を楽しみに参加される方、ものづくりに興味を持って参加される方など、それぞれに参加目的は異なっているようであった。また、参加者の中でも、再建の目処が立っている方とそうでない方がおり、先生の講話がグループワークのように展開することもあった。自身の被災体験を切実に語る方、そのような話に困惑し口をつぐんでしまう方もいた。しかし、同じ経験をした者同士の、気持ちを吐露できる時間と場所は大事であると感じた。

先生の講話が終わると、個別相談とほっとサロン活動をした。参加者はストレッチでからだほぐし、お茶を楽しみながらものづくりをするなど、リラックスしたひとときを過ごせているようだった。

個別相談では雑談の中で想いを語り始める方、元気いっぱい前向きな想いを語る方、「まだまだ元気にはなれないけれど、こうして出てきました」という方、様々な方と出会った。自分の役割は「何か相談はありますか」と直接問いかけるのではなく、その場の雰囲気や会話から生じる違和感を精神医療センターのスタッフと共有し行政へ

つなぐことだった。

3. 筆者の感じたこの1年

平成25年度の活動を通して筆者が感じたことは、自立へ向かいつつある元気な方々と、見通しが立たず元気になれない方々のギャップがあるということだった。前者はサロン以外の活動にも積極的に参加しているようだが、後者はまだ外の活動にまで気持ちが向かないようであった。また、中には身体機能の低下からサロンへの参加を断念しているという方もいた。

一方、災害公営住宅入居者を対象としたサロンでは、「私たちをまだ支援が必要と思われているのか」と疑問を投げ掛けられる場面もあった。今後、災害公営住宅への移行が進むことから、震災後の被災者支援から平時のコミュニティ支援へつなげていくことが求められるだろう。

さらに、サロンは平日の午後に開催していたこともあり、若年者や就労者の参加が少なかった。そのため、そういった方々の状況把握が十分に出来なかったという印象もある。住民からは「平日の日中ではなく、夕方や休みの日に来てもらうといい」という意見も上がり、今後多様化していくニーズにどう応えていくか、この点についても検討が必要だろうと思う。