

# 名家連ニュース

令和4年12月2日(金)  
発行：特定非営利活動法人  
名古屋市精神障害者家族会連合会  
会長 堀田 明  
TEL/FAX(052)846-5576 NO.899号

## ◆◇ 令和4年度11月家族SST講座 報告 ◇◇

11月の家族SST講座は、第4土曜日26日に、名古屋市北区総合社会福祉会館7階の中会議室でコロナ渦において感染症予防を対策しながらで開催されました。初めて参加された方2名で吉田先生含めて合計18名の学習会でした。

吉田先生からSSTは日本では「社会的スキル訓練」(ソーシャル・スキル・トレーニング)、あるいは頭文字を取って「エスエスティ」と呼ばれている。日常生活、技能訓練、「人付き合いのコツを身につける」、挨拶・話しかける・断る、という説明がありました。

最初に、参加者全員で二者択一世論調査と題し、以下の問に答えて欲しいといわれました。「猫と犬」、「粒あんとしあん」、「うどんとそば」どちらが好きですか？



好きな理由を発表して和やかな雰囲気勉強会が始まりました。

次に、「氏名と最近の私・我が家」について参加者は順番に発言されました。その中から話し合った例を紹介します。

①お母さんAは、「娘が発症してから面倒を見るのが大変なので、仕事もボランティアも辞めました、食事を作るだけの生活です。」と話されました。吉田先生は家族の方に意見をもとめられました。参加者Aさんは、娘さんの主治医に相談したり、基幹支援センターに相談したりして支援を頂き、一番大事なことはストレスを解消の為に楽しみを作る・友達と美味しい食事をする・歓談する。趣味をすることで、お母さんも元気になり、娘さんとの距離感を取る事が大事。娘さんもきっと元気になりますと言われました。

②お母さんBが、「娘がA型事業に自分で行けないので、私が送り迎えにと30分のドライブを半年続いたが最近の疲れ気味で3回も物損事故をおこした。」その発言に、参加者から、「まずは、娘さんに出来ている事柄をよく頑張っていると認めてあげる。そしてお母さんもくたびれた時はできない事もいろいろ有ると、きっちり伝えても良いのでは、言うべき。」

③お母さんCは、「私は過干渉でした、息子が失敗しないように先回りして失敗しないように頑張りましたが、最近本で男の子は失敗しながら成長すると書いてありましたが？」吉田先生は大丈夫です、お母さんは良く頑張りましたと、労いの言葉かけられました。

余談ですが、愛知県政150周年記念で、犬山・長久手・岡崎・新城・豊橋各市の上空を航空自衛隊のブルーインパルスが通過し、すぐ近くの名古屋城周辺では、桜やハートなど描かれました。会場はその時間は飛行機の轟音だけでした。市役所近辺が混んで参加が遅くなったと話された方がみえました。12月のSST講座はお休みです。

(SST講座 担当 富永専市)