

新年あけましておめでとうございます。

旧年中は、ヨハクの活動に対し、多くのご理解とご支援を賜り、心より御礼申し上げます。

社会全体に不安定さや生きづらさが広がる中で、私たちは皆さま一人ひとり、そして地域のさまざまな立場の方々との関係に支えられながら、日々の実践を積み重ねてきました。本年も引き続き、目の前の暮らしと真摯に向き合いながら、地域に根ざした支援を続けていきたいと考えています。

昨年も私たちは、精神科病院からの退院支援を活動の中心に据えて取り組んできました。退院支援とは、支援の「方法」や「技術」を整えることではなく、これまで病院という場所に集中的に委ねられてきた暮らしや日常の選択を、再び地域にひらいていく営みだと、考えています。

退院そのものは大切な一歩です。その経験が不安や揺れを伴うこともあります、それでも私たちは、まず退院すること自体が重要であると考えています。準備がすべて整ってから地域に戻るのではなく、住まいを起点に生活を立ち上げていくという、ハウジングファーストの思想に基づく支援だからです。

退院後に生じる困難は、退院そのものが誤りであることを意味するのではなく、地域での暮らしを支える環境が、まだ十分に整えられていないことを示しています。

こうした問題意識を背景に、医学書院『精神看護』では、退院支援をテーマとした連載を行いました。制度の概要や理想像をなぞるのではなく、退院支援をソーシャルワークとしてどう捉え直すのか、医療中心の発想にどのような違和感をもってきたのか、そして生活・住まい・お金・人間関係といった現実の中で、退院をどう成立させてきたのかを、できる限り具体的な言葉で記していました。



(精神看護 Vol. 28 No. 5 2025年09月号: <https://amzn.asia/d/76aA5kP>)

また、第68回日本病院地域精神医学会（帯広大会）では、精神科病院からの退院支援の実践を報告するとともに、強制入院や矯正的な治療のあり方、情報開示をめぐる問題について、現場で抱いてきた問題意識を発信しました。退院支援は、支援技法の問題にとどまらず、本人の権利や尊厳がどのように扱われてきたのかという問いと切り離せないものであることを、実践を通して提示しました。

さらに、全国精神医療労働組合協議会および精神医療フォーラム2025では講演の機会をいただき、精神科医療の現場で起きている構造的な課題や、退院支援が抱える現実についてお話ししました。ヤングケアラー協会からの取材では、本人だけでなく、家族や周囲の関係性を含めた視点から、精神科医療と地域生活の問題を言葉にする機会を得ました。

これらの発信は、正解を示すためのものではなく、「現場で起きていることを隠さず共有し、問い合わせを開く」ことを大切にしてきた取り組みです。

こうした実践を続ける中で、昨年は居住支援法人を新たに設立しました。

退院支援において、「住まいがない」「住まいが不安定である」という理由で地域生活に踏み出せない現実は、あまりにも繰り返し目にしてきた課題でした。居住支援法人の設立は、住まいを起点に生活を立ち上げていくというハウジングファーストの考え方を、制度と実践の両面で形にするための取り組みです。退院支援を理念ではなく現実の選択肢として成立させるための基盤として、今後も取り組みを深めていきたいと考えています。

現在、当法人は、看護師 12 名、作業療法士 3 名、相談支援スタッフ 5 名を中心に活動しています。また、社会福祉を学ぶ大学生や弁護士とも、仲間として協働してきました。専門性を役割分担として固定するのではなく、医療・福祉・生活・権利といった視点を行き来しながら、一人ひとりの暮らしに向き合うことを大切にしています。

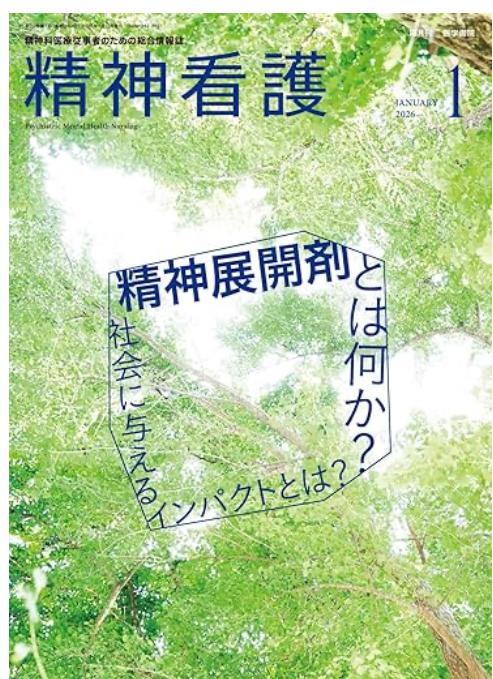
日々の実践や問題意識については、YouTube でも発信しています。

本年も、誰かの「退院」や「地域で暮らすこと」を、結果や理想だけで語るのではなく、その過程に伴う不安や揺れ、立ち止まりも含めて、共に考え続ける一年にしたいと考えています。

今後とも、温かいご支援とご指導を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。本年が、皆さんにとって少しでも安心できる一年となりますことを、お祈り申し上げます。

掲載・発信情報まとめ

■ 雑誌連載



医学書院『精神看護』
連載「本当の退院支援ってこういうこと」

第1回 「ソーシャルワーカーって何? 退院するってどういうこと?」

2025年9月号

第2回 「地域で暮らすにあたって必要なお金をどうする?」

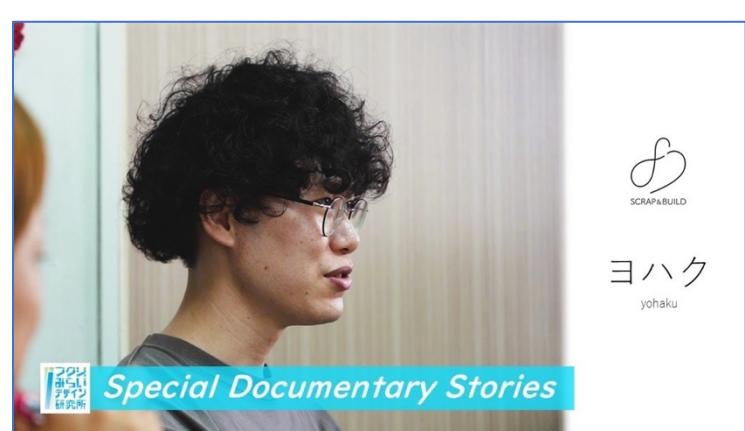
2026年1月号

第3回 「住居問題をどうする? 生活を支えるってこういうこと」

2026年3月号 (予定)

Amazon ページ: <https://amzn.asia/d/gGUdb2k>

■ 動画発信



【ドキュメンタリー・退院支援】仲間とともに/精神医療福祉の未来をデザインする/一般社団法人 SCRAP & BUILD

YouTube チャンネル:

<https://youtu.be/VujTSkD47pw?si=bH4dds7Yi0cMoCTV>

(2025年、何度も足を運んだ 南京亭 川越店 のエビ炒飯。
今年も、気持ちが落ち込んだときや元気が出ないときに、
エネルギーチャージをしに行きたいと思います。)

