

はなぞの

## ファミサポ・レター



全国的にコロナ感染が急拡大しており、制限された生活が続いています。当院の感染対策も緩和しづらく、患者さんにご家族の皆さまにはご不便をおかけしております。コロナに加えて熱中症も心配な時期ですので、皆さま、体調に気を付けてお過ごしください。

さて、今号は家族懇談会のアンケートでご希望が多かった「病気の症状への対応」についての書籍の紹介をさせていただきます。

### 書籍紹介 第②弾

#### 『あなたの力が家族を変える』

著書：高森 信子

発行：認定特定非営利活動法人 地域精神保健福祉機構（コンボ）

B6判 224頁 価格：1,467円税込

統合失調症のご家族の人が、どうしたらご本人の回復力を高める接し方ができるようになるのかがよく分かる本です。著書の高森信子さんは、家族の接し方に特化した研修会を1年間に300回も行っており、本の中で家族ができる重要なポイントとして、以下の3つを挙げています。

- ①「あなたは私にとって、とても大切な人、宝物だよ」と伝えること
- ②生きているだけでりっぱです、と認めること
- ③相手の気持ちを分かってあげること

ファミリーサポートチームは子育て中のスタッフが多く、子育てに通じる内容としても参考になりました。親は子供に対して、自身の思い通りになってほしいと、つい感情的になってしまいます。病気や症状を抱えているとなおのこと、言動が理解できなかったり、どう対応したらよいか困ることが多いと思います。シンプルな方法ほど難しかったり照れくさかったりもしますが…著者が相談を受けた例がたくさん書かれており、大変分かりやすい内容になっていますので、ぜひお役立てください。



なお、デイケアに実際の書籍がありますので、内容をご覧になりたい方は平日10～16時の間にデイケアにお立ち寄りください。

(※貸し出しはできません)

【購入方法】・「地域精神保健福祉機構（コンボ）」へ電話で注文する

電話番号：047-320-3870

・インターネット通販サイト Amazon（書籍名で検索）



～患者さんからご家族へのメッセージをいただきました～

#### <母に伝えたいこと>

いつまでも友だちと仲良くして、周囲の目を気にせずがんばってください。いつまでも笑顔を絶やさず話をしてくれるので、そのことに感謝したい。（一部抜粋）

