

## こころへの取り組み

知ってもらいたい。精神障がいがあっても  
いきいきと暮らしていけることを。

現代社会ではストレスなどが原因で  
こころの健康を損なう人が少なくありません。  
こころの病を持つ方々がより良い暮らしを送ることができるよう  
J&Jもサポートを続けています。

左から熊野健司、桶谷肇さん、  
大塚一郎、岡部菜穂子



家族学習会の様子



月刊誌『こころの元気+ (プラス)』。  
患者と家族の心のケアを目的とし  
て発行しています。

## 精神障がいを持つ人々と家族への支援

近年うつ病が社会問題になっているように、こころの病とメンタルヘルスへの取り組みはかなり認知されてきました。しかしまだまだ一般的なものではありません。精神障がいに対する誤解や偏見は社会に根強く存在しています。一般の方々だけでなく、病気の当事者や家族も知識を得る機会がないために苦しんでいることが少なくありません。

NPO法人コンボは統合失調症の当事者を家族に持つ方々を対象にした「家族による家族学習会」を開催しています。同じような悩みを持つ方々が集まり、話し、学び合うことで前に進んでいけることを目的とする活動です。家族が病気に対する正しい知識を持てば、当事者への接し方も変わります。病気に対する理解が進めば、当事者を取り巻く家族や地域社会との関係はどんどん好転していくはずで、J&Jはこの活動が全国に普及していくよう支援しています。

私たち「こころサブコミッティー」の最終的な目標は、社会に残る偏見をなくすることです。こころの病は特別なものではなく、一つの病気だということ、そしてこころの病気を持っていても、明るくいきいきと暮らしていけることを社会に知ってもらう必要があ

ります。『こころの元気+(プラス)』はコンボが毎月発行しているメンタルヘルスマガジンです。この雑誌では医療の知識を提供することに加え、病気を持つ当事者の生の声を届けることに重点を置いています。当事者同士が語り合うことで、自信を持ち、強く生きていけるようになることを目指しています。

この雑誌を初めて読んだとき、私たちはとても驚かされました。表紙で明るい笑顔を見せているのは病気の当事者たちなのです。こころの病を持った方も私たちと同じように毎日を過ごし、目標を持っていきいきと暮らしていることをとても強く感じました。

大切なのは病気のことを知ること。当事者、その家族、社会のすべての人がです。そのために私たちは最善を尽くしていきます。

### こころサブコミッティー

ヤンセンファーマ(株)

熊野 健司

オーソ・クリニカル・  
ダイアグノスティックス(株)

大塚 一郎

ジョンソン・エンド・ジョンソン  
社会貢献委員会

岡部 菜穂子

### 患者と家族により良い人生を 過ごしていただきたい



NPO法人地域精神保健福祉機構 コンボ  
事務局長

桶谷 肇さん

コンボは精神障がいを持つ方々が主体的に生きていける社会を目指して「家族学習会」の開催や『こころの元気+(プラス)』の発行を始めとするさまざまな活動を行っています。J&Jからは今後の活動展開について多くのアドバイスをいただいています。患者とご家族が困難を乗り越え、より充実した人生を歩んでいけるための活動を実践していきたいと思っています。