＃２　資料②―２

目瞑り３分呼吸

**マッピングの説明**

資料②―１　手書き：ジェノグラム（ファミリーツリー）とエコマップ

**個別ワーク　二つ**

1. お題（坂本）をマッピング（実践６分）

私は坂本桃子４６歳。旦那さん５０歳と二人暮し。近所の実家に母７８歳と弟４５歳が住んでいる。父は私が13歳の時に亡くなった。

私はNPO法人地域福祉研究舎を経営していて、自宅の近所の従兄の家を使わせてもらって営業している。母とその従兄に手伝ってもらって事業を運営している。従兄は母の兄の息子。年は私の２つ上。旦那さんはペンキ屋で個人事業主。南連協という同志の５０事業所くらいで運営している会もある。

私には29歳で発病したEGPAという難病と2年前に発症した悪性腫瘍の膵神経内分泌腫瘍という病気がある。毎月２～３週間入院治療して７～１０日間帰宅するという生活が7年程続いている。旦那さんと母と従兄がADLや移動などの様々な介護をしてくれる。

主治医はEGPAの臨床研究をしている専門医で釣木澤先生。この釣木澤先生の転勤にくっついて転院している。横浜医療センターは４院目。どこの病院の看護師さん達も、良い人もいればそうでない人もいるので、その日の担当看護師が誰になるかに一喜一憂する事もある。

公的サービスは難病医療証と受給者証。受給者証は申請はしているが、利用サービスはない。

前院で出会った鍼灸師も持っている看護師さんに帰宅時に自宅訪問施術（自費）してもらい、各種身体の痛みを軽減してもらっている。

各病状が進み色々できない事が増えてきた。

健康保険は旦那さんの建設組合に私も加盟している。限度額認定はその建設組合が出してくれているし、難病医療証の上限額があるので、毎月の入院費・薬代は最大２万円で済んでいる。しかし私の病状は個室でなければならないので、毎月３０万円くらいの実費が発生している。旦那さんが働き者で優しい人で良かったと思う。

最近は体調が優れない日が増えてきた。家族と過ごしたいと思うが、体調が良い時間はまだやれる事があるならばやりたいという思いが沸く。ここまで来たら好きじゃない人と会いたくないけれど、目的があればそんな事は言えないと思ったり、ジレンマがある。

～質問はありますか？～

1. 自分マッピング（実践５分）＊これは発表しないです。

**グループワーク**

**グループワークの鉄則　みんなで一緒に声に出して読みましょう！**

発言しましょう。

思ったことを自分の言葉で語るのが目的です。

それぞれの意見を、否定したりジャッジ（審判）したりする事は禁じます。

テーマは真剣そのものですが、和気あいあいと語りあいましょう。

**個別ワークで作成した「お題（坂本）をマッピング」を見せ合って発表しあいましょう。（実践２０分）**

1. 自己紹介1分ずつ：名前・所属・好きな映画＆なぜ好きか・苦手な映画＆なぜ苦手か。4分。
2. それぞれのエコマップを観察する。３分。
3. 書きにくかった事とか他の人のを見て気が付いた事とかを発表しあう。１０分。

参考資料

坂本のソーシャルマップ←次回(４/11)配布します(´▽｀\*)！！

エコマップの進化系です。関係者のすべてがご本人の社会資源になる可能性があるので、それをマッピングします。それをソーシャルマップと言います。

DVDか本の貸出

自己覚知の一助になればと。自己の好みを知る、自己の嫌悪を知る。登場人物の誰が好きで誰が嫌いかや、この考え方は共感できるけどココは良く分からないなど。