

【解説】July's story／Ju lyの物語 (きょうされん：提供)

2019年11月6日に参議院会館で開催された「共同創造の精神医療改革」の中で流した動画の日本語訳です。この動画は、ベルナルド・ジェイコブ氏（精神医療改革プロジェクトマネージャー・全国コーディネーター）が、ベルギーの精神医療改革をWHOで報告した際に、地域で精神医療を担うモバイル・チームのサクセストーリーとして紹介したものです。

また、2021年11月30日にオンラインで開催された「共同創造の精神医療改革 ベルギーのプロセスから学ぶ～自分の人生を取り戻すために～」フォーラム1で、サラ・モーシング氏（精神保健改革/一次心理学的精神保健専門家）の「ベルギーの精神保健改革」の報告の中でも再び紹介されました。

I am July and 39 years old.

私はJuly、39歳です。

It is such a big word "psychological vulnerability".

「心理的な脆弱性」、難しい言葉です。

I am just a person feeling sick.

私は、調子がよくないだけです。

Belgium has transformed its mental health care system from a hospital-based to community-based one with mobile units bringing care closer to people's home.

ベルギーでは、病院中心からコミュニティに根差したメンタルヘルスケアへの改革を行なってきました。それは、人々の家により近いところでケアをするモバイルユニットと共にありました。

This is July's story.

これは、Julyの物語です。

People don't see that I suffer from illness and that causes problems.

人々には私が病気で苦しんでいることがわかりません。そしてそれが問題を引き起こすのです。

I sometimes cry and don't know why. Life is difficult for me.

私は時々涙を流しますが、理由はわかりません。生きることは、私にとって難しいものです。

I tried several times to commit suicide but I never succeed.

私は何度も自殺を試みましたが、一度も成功しませんでした。

Which in the end was a good thing.

最終的には、それがよかったです。

2017 was the last time I tried to commit suicide.

2017年が、私が最後に自殺を試みた時でした。

Since I have a husband and a daughter, since I feel stronger, I will not do it again.

私は夫と娘をもつことで、以前より強くなったと感じています。だから、もう自殺を試みることはありません。

I have been hospitalized often at different intervals since 2007.

2007年から、私はたびたび入院しました。

The longest admission was for 6 months in a row.

最も長い入院は、連続6ヶ月間でした。

At that time my daughter Helena was very little and my mother took care of her.

当時、娘のHelenaはとても小さかったので、母が彼女の面倒をみてくれました。

The fact I could not go home felt like a living hell.

家に帰れないという事実は、地獄でした。

It was a very harsh period in our lives and a very dark time for my family.

それは、私たちの人生でとても厳しく、家族にとって暗い時間でした。

Six years ago, the mobile team started to supporting me.

6年前、モバイル・チームが私の支援を始めました。

With the mobile team there is shared with decision making.

モバイル・チームでは、私と意思決定を共有してくれます。

In the hospital, doctors and nurses made decisions without involving me.

病院では、医師や看護師が私抜きで決定をしていました。

I am very open with the mobile team and they take my preferences into account.

私は、モバイル・チームに対してとてもオープンになり、彼らは私の意向を考慮してくれます。

In case I am hospitalized they also take care of my daughter and husband.

私が入院する時、娘や夫の面倒もみてくれます。

(以下★は、モバイル・チームのリーダーのコメント)

★Mobile teams often advantage over hospital care.

★モバイル・チームは、しばしば入院治療よりも有効です。

★We care for our clients in their own environment and in their own homes.

★私たちは、患者を彼ら自身の環境、自宅でケアします。

★We get a much better understanding on how our clients live, what they need and their preferences.

★私たちは、患者がどのように生活したいのか、彼らが必要とすることや彼らの意向を、よりよく理解することができます。

★This is not possible when a client is admitted to the hospital.

★これは、入院している時にはできません。

Emotional support is very much needed to stay strong and to be able to live at home.

感情のサポートは、強く生きていくために、自宅で生活するためにとても大切です。

If there is something I need, I can always contact with the mobile team and they visit me regularly.

私が必要な時、いつでもモバイル・チームとコンタクトをとることができ、彼らは定期的に私を訪問してくれます。

We discuss my care plan and when I should contact them in case I don't feel OK anymore.

私のケアプランについて、そして調子が悪くなった時にいつ連絡すべきかについて、私たちは話し合います。

It is very important for me we do this together.

私たちがこれを一緒にすることは、私にとってとても重要です。

