

# つくしだより



平成27年11月号

## みんなねっと福岡大会に

参加して

会長 眞壁 博美

全国大会が、9月28日～29日に福岡国際会議場にて2000名の参加者で盛大に開催されました。今大会のテーマは「精神障がい者が共に暮らせる地域づくり」当事者の力、家族の力、地域の力が未来を拓く」でした。

オープニングは「JOY倶楽部」

(知的ハンディキャップのメンバー

で構成)の演奏で楽しく始まりまし

た。開会式後、基調講演は、「戦後70

年と障害者権利条約」というテーマ

で、講師は日本障害フौरラム幹事

会議長・藤井克徳氏でした。藤井氏

は、ドイツと日本で戦前・戦時下・

戦後起こったことを話されました。

ドイツでは、国にとって役に立たな

い人間は、「生きる価値が無い」と

され、約30万人の精神障がい者・知

的障がい者がガス室で殺されたので

す。その後、ユダヤ人虐殺が起きま

した。日本では戦争中の資料はほ

とんど燃やされて残っていませんが、

戦時下の精神病院死亡者が急増し、

多くは餓死だったそうです。

そのような時代から70年後 日本

では昨年1月に障害者権利条約が批准されました。「障害者権利条約は世界ルールです。楽譜も世界共通です。でも、楽団ごとに奏で方はまちまち。ですから、わが市・わが区で素晴らしく奏でましょう。」という言葉が大変印象に残りました。お土産として家族のみなさんへ、力行の5つのメッセージをことづかってみました。

かくさない(顔を上げる)

きめつけない(一生治らない?)

くやまない(あの時くしてたら)

けんこう第一

こりつをさける

記念講演は、「精神病となっても

希望をもって生きられる」というテ

ーマで、講師は、十勝精神障がい者

支援センター理事長・門屋充郎氏で

す。十勝では、この10年間に病床を

4割も減らしてきました。そのため

の様々な取り組みが紹介され、今後

の退院支援・地域生活支援の方向性

が語られました。精神病を体験し今

でも治療を受けながら地域生活を送

っている当事者が、自分のリカバリ

ー体験を基本として、精神病の人が

精神病の人の生活支援を行うと、本

人(ピアサポーター)たちも支援さ

れた人も自信を持ち充実した地域生活ができるようです。

二日目は、第一分科会(家族と家

族会の力と役割)に参加しました。

「家族による家族学習会」の実践、

家族相談員活動の報告、市内の8カ

所の図書館に、会報を置かせてもら

ったり、「月刊みんなねっと」誌を

図書館で購入してもらったりなどの

活動が報告され、おおいに刺激を受

けてきました。

閉会式では、各分科会の報告の後、

「他障害同等の交通運賃割引の実

現・今後の具体的な行動提起」と「大

会決議」が採択されました。100

万人署名の運動の最中であつたため

か、例年よりも多くの方が最後まで

残りました。全国の家族の皆さんに

大変励まされた大会でした。来年は

三重県で10/27～10/28に開催

されます。



## 「2015 みんなねっと関東ブロック大会

in 東京」報告

都連理事 鈴木孝男

東京大会は10月16日(金)有楽町朝日ホールで開催され、一都六県から630名余の参加があり大成功を収めた。昨年の大会から「有楽町で会いましょう」を合い言葉に都連一同総勢でテーマの検討、パンフレット作成、大会構成等を当時の協力を得て今日に至った。大会のテーマは「一人だって生きられる!!」地域力のアップ」とした。

開会は主催者側からみんなねっと理事長、東京つくし会会長が来場の皆様に参加のお礼を述べた。来賓は東京都知事代理、安

藤副知事から開催の祝辞と東京都は精神保健福祉の向上に努力をするとの挨拶があった。都議会厚生委員会斉藤委員長は公用のため、前厚生委員会遠藤委員長が代理として挨拶をし、都議会として今後も精神障害者福祉向上の為全力を尽くすと約束してくれた。その後特別区長会長西川区長、都精神保健福祉センター野津所長の挨拶があった。

第一部はNPO法人クッキングハウス会理事長の松浦幸子氏の講演で、就労支援センター、クッキングハウスは心のよりどころを作る場であり、その源は美味しい食事を食べるこ

とから始まり、「おいしいね」は元気づくりの源と述べた。一緒に食事を作り、みんなで食事をしながら自分なりの生活の仕方を学び、自分を表現し、生きづらさを改善できる方法を学ぶ場でもあると話された。当事者支援の体験を通して述べられたことはとても実践的であった。講演の最後に当事者を含めたクッキングハウスの皆さんの合唱は明るく楽しく暖かさを感じた歌であった。



第二部はシンポジウム形式で松浦氏の進行で行った。最初のパネルはNPO法人草むらの会代表理事風間美代子氏が行った。風間氏は家族でもあり、支援者側でもある。事業所

運営者の立場から草むらの会実践活動の報告があった。事業の活動を障害者とスタッフが共に目指すことは「障害があっても、なくても夢を追い、実現を目指すことは人生の喜びでもあり、働くことは夢でもある」と述べた。各々の障害者の個性に合わせた仕事を経験する事により、夢を現実結びつけられる大事さを語られた。

当事者の増川氏は就労や社会参加をした状況を振り返りながら「病気になるなかつたら今の自分はなかつたし、こんな考え方も出来なかつた。今は幸せです」と述べる。「でも、僕は病気になるなかつた方が良かった。やっぱり、苦しいし、悔しいから」しかし「生きていた事で、良いこと悪いことがあると知ったことはとても良かった」「自立したことによって、自分の人生を、自分で生きている実感がある」と今の心持ちの話をしてくれた。当事者の内藤氏は家族との生活の中で自分の意見が言えない、自分の意志を表現できない等、縮こまった生活をしていた。クッキングハウスと知り合い、食事をする事を通じて仲間や支援者とのふれあいで自分の能力を掘り起こすことが出来た。日常生活で肉親を含めた他の人に自分の気持ちを言い返さなかつたり、表現できなかつたことが出来るようになってきたと話した。

千葉県の訪問診療所のひだクリニックの看護師木村氏はクリニックの訪問診療を通じた実践活動を根拠に話された。一番重要なことは休日、昼夜を問わない24時間体制で行う支援体制の確立だと述べた。生活者が困った時、すぐにサポートできることが当事者にとっては安心感を得られる。ピアサポーターを組みすることは自分の経験を通じた実践的支援が出来ると述べた。

パネラーの発言は「生き様を根拠にした」意義あるもので、地域で暮らすための支援は何が求められ、何が必要なのかを実践的に感じさせられた内容であった。

最後に次回関東ブロック開催県である群馬県会長より「来年は前橋に来て下さい」と力強く宣言された。



## 西ブロック相談員養成講座

### 平成27年度第1回講座の報告

都連理事 鈴木 孝男

9月13日(日)午後、世田谷さくら会多目的交流室で西地域ブロック相談員養成講座が7単会から16名、都連理事4名、計20

名の参加で行われた。

西地域ブロックの養成講座は提供事例を基にロールプレイ方式を活用し、相談のやりとりや対応の仕方と事例の問題点を検討している。

#### 事例1 兄弟間の問題

◆精神障害者の母親(70歳代後半)からの相談である。

家族は母と40才代の3兄弟。別居の統合失調症の長男が実家に来て母に金のせびり、弟達へ説教で兄弟喧嘩になる。兄弟喧嘩をやめさせたいと相談。問題回避の方法を提供するが手立てを理解しない相談者に対し、ス団員は相談者が気づくまで関わり続け(窓口開放)、家族会で行う相談の存在意義について話された。また、参加者から病気を持った子がいる兄弟間で親が調整する事のむずかしさや、困難な心情について話をした。

#### 事例2

◆統合失調症の娘(41歳)の母からの相談。「無年金の娘が数年前、クレジットカードで借金をした。数年間請求されず、急に借金元でない法律事務所からの返還請求があった。解決の手立てを教えてほしい」と相談される。

相談員は消費生活センターを紹介。そこで専門家の対応を受けた結果、負債の開示請求、軽減返済、ブラックリスト掲載し返金不可で

問題が一段落した。少額借金の多額化や家族が知らない負債の苦しい心情が話された。参加者から「ブラックリストに載せたら悪徳金融から借金の勧誘の手紙や電話がある」と報告された。家族の知らない借金を防ぐ手立てとして郵便物の差出人などで生活把握をすることも大事との報告があった。

みんなの意見では

- ・ロールプレイ方式の相談員養成講座はとも良い。
- ・自分の経験が活用できる。
- ・不安であった自分の相談がみんなの感覚と悩みが同じであったと感じた。
- ・かっこつけず、肩を張らず本音で話し合えた。
- ・みんなの意見を聞くことで同じ問題でも違う経験があることを教えられた。
- ・問題解決方法に原則はあるが状況により処理の仕方が違って面白いと学んだ。

家族相談は専門相談と違うので窓口を広げ、必要なとき「専門相談の紹介」が大事な役割であると知った。愚痴話であっても余裕を持って生活者の感覚で話しを聞き、切実な時のサインを見落とさないことが大事だと気づかされた。



寄稿 「近頃、気になりだしたこと」

都連副会長 川崎洋子

やたらと気にかかる言葉があります。「下流老人」、なんともイヤな言葉だと思いますが、他人ごとではないことに気が付きました。いまの生活がこれから保障されるとは限らないのです。障害の子を残し、連れ合い(夫)がなくなつたことを考えてみました。

まず、遺族年金です。私の場合、仕事をしていたので、自分の老齢厚生年金はもらえると思っていました。それに夫の遺族年金で何とかやっていたのかなと考えていました。ところが、平成19年の法改正でそうはいかないことが分かりました。年金はかなり減額されてしまいます。もしかしたら、生活保護の受給者になるかも知れないのです。

知り合いの方がつい最近、将来のことを考え、生活保護の受給が可能な家賃のアパートに引っ越しされました。区の担当者にも相談し、いざという時のための心構えをさせていただきます。障害の子のことばかり考えて、生きてきましたが、これからは自分なりの将来設計を立てて、暮らすことが求められていますね。孤立しないで、仲間とともに毎日を楽しく生きる工夫をしたいと思っています。

## 講演会のお知らせ

☆11/21(土) 子供の心の健康を守るために

～「心の病」の早期発見・早期治療～

講師：駒木野病院児童精神科診療部長 笠原 麻里氏

主催：東京都 東京つくし会 ☎03-3304-1108

☆12/11(金) このままでいいの？ “精神障害者のくらしと権利”

講師：弁護士 池原 毅和氏 主催：杉並家族会 ☎03-3392-7946

☆12/12(土) 「入院か、通院か」(仮題)

講師：桜ヶ丘記念病院院長 岩下 覚氏

主催：新宿フレンズ ☎03-3987-9788

※参加申込み・お問合せは、主催者までお願いします。

☆賛助会員(敬称略)  
ひとみクリニック  
内藤クリニック  
かざまクリニック  
ちひろメンタルクリニック  
心療内科アーツクリニック大崎  
田沢 幸子  
勝どき二丁目クリニック  
塩入神経科医院  
こまごめ緑陰診療所  
ありがとうございます。

5 5 5 2 5 5 5 5 5  
0 0 0 0 0 0 0 0 0  
0 0 0 0 0 0 0 0 0  
円 円 円 円 円 円 円 円 円



## 編集後記

「準備を始めてから1年、あつという間に関東ブロック大会の当日を迎えてしまいました。当日は、天気予報とは違い朝から雨、不安がよぎりました、みんな来てくれるだろうか、電車の中で思わず独り言。有楽町駅で降りて真つ直ぐ有楽町朝日ホールへと急ぎました、時間はまだ8時過ぎ、少し待っていると役員や事務局職員が集合時間より早く来ました。今日はがんばるぞ、という気持ちがあみなぎっていました。

9時からの慌しい準備、スタッフはあらかじめ決められた配置につき10時の開場を待ちました。私が、12階のエスカレーターから恐るおそる、11階のロビーを覗き込むと沢山の皆さんが既に待っていました。ホールの係りの方がエスカレーター動かしても良いですか聞いたのでOKをしました。見る見るうちに受け付けも一杯、会場も開会式にはほぼ満席になり、電車の中での不安は見事にはずれ、胸をなでおろしました。今日は、会場の皆さんと一緒にがんばろうと勇気が湧いて来ました。皆さん本当にお疲れ様でした。

都連副会長

植松和光



つくしだよりは赤い羽根共同募金の配分を受けて発行しています。