

つくしだより



平成28年2月号

都民精神保健啓発講演会

「こころの病はひとことではない」
に四一六名もの都民が参加！

都連副会長 植松和光

講演会は東京都・東京つくし会・練馬精神障害者家族会の主催で1月24日(日)午後2時から練馬ココネリホールで開かれました。

最初に主催者である都福祉保健局 施策推進部精神保健・医療課内川課長代理及び東京つくし会眞壁会長が挨拶いたしました。

講師は香山リカ氏で、豊富な臨床例を元にユーモアを交えながら話をしてくださいました。

①心の病を捉える社会の目は30年前と比較するとだいぶ良くなってきたのではないかと思います。それは例えば、企業の健康診断でのストレスチェックの導入。体の健康と同時に心の健康も大事だと思っ人が増えてきている等です。

②精神疾患になったら、もう自分は健康ではないのかと思う人がいるかも知れませんが、そんなことはありません。私は、開業医として長年仕事をしていますが、心の病気であつても元気でいる患者さんが沢山います。

③あなたは、まだ、こんな考えを持っていませんか！

・心の病になる人って・弱い人、甘えん坊の人・心の病って特殊なもの・それは、とんでもない偏見と誤解です。

精神疾患は日本人の5大疾患であり、誰でも罹るありふれた病気です。

④こころの病ってどんな病気・・・

体にはつきりとした原因ができた場合で、例えば・・・
・前にできたことが、できない。
・生活や人間関係がうまくいかない。
・仕事や勉強が続けられない。
・落ち込み、不安、取り越し苦労、自信がなくなった。

・なんとなく体がだるい。
・ストレスがなくてもこのような不調が続く。

・自分は平気と思っていても、回りに指摘される。このような症状がでてきたら、早めに治療を受けることが大切です。ただ、ストレスそのものは病気ではありません。仕事や失恋などによるものが多く、一時的なものなのです。統合失調症やうつ病、認知症、発達障害が精神疾患であり脳の病気です。

⑤精神疾患はどの位の割合で発症するの・・・
・うつ病は欧米では1年間に8%、生涯有症率16%が発症、日本では1年間に1〜2%、生涯有症率3%〜7%の人がなるといわれています。
⑥どんな人が精神疾患になる可能性がある・・・
・誰でもなる可能性はありますが、特に真面目な人、頑張り屋さんと言われる人が比較的多いようです。しかし、病気になったからといって慌てることはありません。一か月以上症状が続くようだったら、医療機関相談することが大事です。
・一度なったら治らないのかというと、そんなことはありません。などなど、参加者の皆さんが日頃から持っている疑問や不安に答えるような形でお話をされました。

都民の皆様が心の病を人ごとではなく、誰でもかかる可能性のある病気であることをご理解いただき早期発見へとつながればと感じました。
香山先生ありがとうございました。



楽しかったふれあいフェスティバル

都連会長 眞壁 博美

昨年12月9日(水)午後、練馬区立練馬文化センター小ホールで、「第35回ふれあいフェスティバル」が開催され、参加してきました。このイベントは、東京都と公益財団法人日本チャリティ協会との共催で、毎年行われています。

第1部は、記念式典が行われ、自立生活者(当事者)1名・自立支援功労者5名の表彰が行われた後、障がい当事者による、「明日への主張」がありました。今年は、都立葛飾ろう学校教師の寺師義和氏の作文が入選しました。寺師氏は、聴覚障がいをもちながらも、36歳で教員になりたいと思いついて、39歳で教員免許状を取得し、40歳で養護学校の教員になったという大変な努力家です。「聴覚障がい者が働きやすい社会へ」というテーマで話されました。

第2部は、ふれあいステージでした。練馬区内「フラ&タヒチアンスクール」の生徒さんたちのフラダンス、「だいこん連」(阿波踊りを通して、聴覚障がい者や手話に対する理解を広める目的で、練馬区聴覚障害者協会と手話サークル練馬こぶし会合同で1986年結成)の阿波踊り、そして最後は、K

ONISHIKI(ハワイ出身の小錦関。1997

年に引退後は、タレント・アーティストとして講演活動やTV・CM出演、ハワイアンライブなどを精力的に行っている)のハワイアンライブを楽しみました。

「だいこん連」の阿波踊りは感動ものでした。音が聞こえなくても、太鼓の響を身体で感じ、得意のアイコンタクトで技を決め、大きな家族となって心を一つにして踊っていました。たとえ聞こえないという障がいがあっても、工夫次第で皆と同じように音楽や踊りを楽しめるんだということが分かりました。

ハワイアンライブには、KONISHIKIの奥様も一緒に舞台に出て、彼の歌にあわせてフラダンスを踊ったりしました。最後には会場の参加者も簡単なフラダンスを教えてもらい、参加者もフラダンスを踊ることができ、心が熱くなる大変感動的なステージでした。

それにしても、精神障がい者関係の方達に会わなかったことが、残念なことでした。宣伝が足りなかったかも知れませんが、12月9日は決まっているので、来年は、ぜひくし会関係の方達に参加して欲しいと思いました。

みんなねっと関東ブロック大会 in 東京

開催結果の報告

都連副会長 植松和光

関東ブロック大会は昨年10月16日に有楽町朝日ホールで行われました。参加者のアンケートの結果を報告します。

①アンケート結果

*参加者の性別 女性68・5% 男31・5%

*年齢構成 70代41・1% 60代32・5% 50代9・8% 80代6・8%と50代から80代で90%を占めました。

*所属 家族82・9% 支援者8・4% 当事者5%と家族が圧倒的に多く、関心の高さを示しました。

*開催テーマ 一人だって生きられる
地域力のアップ

満足79・7% やや満足13・9%と参加者の皆さんの日頃の思いがマッチングしたのだと思います。

*会場 満足73% やや満足16・5%と90%の方が会場へのアクセス等について満足のようにでした。

②参加者数 東京都383名 他県250名
一般34名 大会関係者27名でした。

(今回の大会は、東京都共同募金会のNHK歳末たすけあい配分金で実施いたしましたことを報告いたします。)



精神科七者懇談会は昨年11月に次のような申し入れ書を厚生労働省の年金局に提出

精神障害に係る障害年金認定についての

申し入れ書概要

「精神・知的障害に係る障害年金の認定の地域差に関する専門家検討会」が開催され、その検討内容に注目しておりました。この中で「等級判定のガイドライン」案が定められ、「障害等級の目安」と「総合評価の際に考慮すべき要素」が出されています。私たちはこの「等級判定のガイドライン」案に大きな危惧を抱かざるを得ません。

障害等級の判定は、「等級判定の目安」と障害年金診断書等をあわせて認定医が総合評価することになります。障害年金の等級判定の地域差を解消すべく制定された「等級判定の目安」であり、等級判定に大きく影響することは言うまでもありません。（中略）障害等級が「等級判定の目安」に忠実に判定された場合、現在、障害基礎年金2級を受けている者が前回の2級判定時とほぼ同様の（「日常生活能力の程度」と「日常生活能力の判定」が同じ）障害年金診断書を提出した時、およそ2万3千人の障害基礎年金受給者が3級あるいは非該当と判定され、障害基礎年金を受給できなくなります。さらに、およそ1万2千人の障害基礎年金2級受給者が3級と判定され障害基礎年金を受給できなくなる可能性が生じます。同様に、障害基礎年金1

級受給者も2級への降級、あるいは障害基礎年金を受給できなくなる可能性も出てきます。前回障害年金申請時とほとんど状態が変わらないにもかかわらず、障害年金を受給している何万人もの精神・知的障害者が障害年金を受給できなくなるということは大きな社会問題であると言わざるをえません。これは、単に経済的支援を失うことにとどまらず、精神障害者を大きく動揺させ、状態を悪化させ、意欲を削ぐことに繋がるであろうことは容易に想像できます。また、こうした障害年金の打ち切りは、状態も決して安定していない中、障害年金と就労による収入で生活している精神障害者の生活を破壊し、就労意欲を削ぎ、生活保護に追いやってしまふ可能性も持っています。（中略）

障害年金を真に必要とする全ての精神障害者が障害年金を受給できるようにすべきであるという観点から、以下のように申し入れます。

記

- 1 障害年金等級判定に関わる認定医が、本ガイドラインの「障害等級の目安」と「総合評価の際に考慮すべき要素の例」に強く縛られず、柔軟な判定がなされ、障害年金を必要とする全ての精神障害者が障害年金を受給できる環境を繰り返し整備すること。
- 2 特に障害年金の更新時、これまで障害年金を受給していた精神障害者が、障害年金診断書においてほぼ同じ状態・評価（前回の

診断書と「日常生活能力の程度」と「日常生活能力の判定」の平均が同じ）、あるいは状態が悪化したにもかかわらず、障害年金を受給できなくなったり、降級されることのないようにすること。

- 3 「総合評価の際に考慮すべき要素の例」にある「就労が1年を超えてさらに一定期間継続している場合は、それを考慮する」を削除し、「精神障害者の就労は何年にもわたり不安定であるので、長期的な視点で経過を見る必要がある」旨の内容に変更すること。
- 4 障害年金診断書の「日常生活能力の程度」と「日常生活能力の判定」の平均が、その更新時、前回の障害年金診断書と変わっていない、あるいは重くなっているにもかかわらず、降級となったり、障害年金を受給できなくなった者がいれば、その件数とその理由を年度ごとに公表すること。以上

精神科7社懇談会とは、国立精神医療施設長会議・精神医学講座担当者会議・全国自治体病院協議会・日本精神科病院協会・日本精神神経科診療所協会・日本精神神経学会・日本総合病院精神医学学会の7団体が精神科に関する情報を集め、問題を討議し、必要に応じて提言書、要望書を作成し、行政に働きかけている。

（文責 川崎）



西ブロック会議が1月にありました
都連副会長 本田 道子



私がブロック会議に出るようになってから午前中の開催は初めて、だったのかも知れません。11月28日(土)世田谷さくらぼーとで開催です。20名の出席者をつくしの理事4名で総勢24名。いつもながら時間いっぱいまで活発な意見交換をしました。

前半はつくし会からの報告・連絡です。当面のつくし会の動き・都連の名称変更の件・交通運賃割引の街頭署名の件・50周年記念行事の件・都民精神保健啓発講演会の案内とりーフレットの件など最近の取り組みについて意見交換しながらでした。

休憩をはさんで各家族会から最近の状況報告がありました。来年4月からの「障害者差別に関する法」の施行にからめて「福祉手当」や「マル障」に関して各区や区議会に対して積極的に動いていて頼もしい限りです。「福祉手当」に関しては二十数年前からやっていたという声が上がリ、その間なんの進展もないという事実、行政へ怒りの声が…。今回のブロックの声を聞いて改めて「都連の役割」の認識を強くしました。期待に応えたいと思います。皆さん、一緒に行動しましょう。

講演会のお知らせ

- ☆2/26(金) ふらここ映画祭「39窃盗団」「最強のふたり」
料金：前売り2作品共通1000円、障害者手帳提示500円、当日2作品共通1200円
主催：NPO法人けやき 問合せ：けやき第一作業所 ☎042-395-9566
- ☆2/27(土) 統合失調症からの回復のヒント
講師：乾 達氏(内科医) 主催：世田谷さくら会 ☎03-3308-1679
- ☆3/19(土) 大人の発達障害の理解と支援
講師：東京都発達障害者支援センターセンター長 山崎 順子氏
主催：西東京市地域活動支援センターハーモニー ☎042-452-2773
- ☆3/12(土) 家族の役割・家族会の役割(仮題) 主催：新宿フレンズ ☎03-3987-9788
講師：元全国精神保健福祉会(みんなねっと)理事長 川崎 洋子氏
- ☆3/19(土) 統合失調症の母と暮した日々 ～欲しかった支援～
講師：作業療法士 瀬戸 紗智子氏 主催：杉並家族会 ☎03-3392-7946

※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)
高円寺クリニク 5000円
天下堂医院 5000円
田鹿医院 5000円
平川病院 5000円
ありがとうございます。

10000円
5000円
5000円
5000円

編集後記

日本では年の区分は大きく分けて三度ある。最初は1月1日の年始であり、次は2月3日の節分。次は4月1日の年度開始である。何を区分として重視するかは仕事や関わり方で異なるが私は縁起を重視しているわけではないが節分も一目置いている。「昨年は事が上手く進まなかったな」なんて自分の努力が足りないことを棚に上げ「節が変わり今年は上手くいきますように」と節分を尊重している。

東京つくし会の運営は年度単位で動いているので3月31日締め、4月1日で新たな運営が始まる。新年度の運営方針は単会や会員、その人達から選出された理事がブロック会を通して新年度の運営方針や予算決定にみんなの意見を取り入れ、一年間の行動やお金の使い方を決め、それを根拠に会員の皆さんと一同に活動する。その運動は皆さんの意見を根拠に活動するので民主的な運動になるのです。理事会で勝手に考え動くのではなく常にみんなに情報を提供し、みんなの意見を聞き、それを根拠に会の運営をしていくことが前提です。来年度に向かい新しい年度の方針を決める為皆さんの声を大きく張り上げて下さい。

都連理事 鈴木孝男

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。