

つくしだより



東京都精神保健福祉家族会連合会

(東京つくし会)

〒156-0056 世田谷区八幡山

3-33-1 林マンション301

TEL/FAX:03-3304-1108

http://www.tsukushi.sakura.ne.jp/

発行者 眞壁 博美

2019.12.15 第353号

令和元年 12月号

勇気もらったみんなねっと愛知大会

都連会長 眞壁 博美

11月7日(木)～8日(金)の2日間、愛知県刈谷市にて、第12回全国精神保健福祉家族大会が開催され、のべ1800名の参加で盛会裡に終わりました。紙面の関係で、基調講演、記念講演、分科会の内容について簡単に報告します。

◆基調講演

テーマ「社会で暮らす当事者のために精神医学はなにができるか」
妊娠出産から自動車運転まで」
演者・尾崎紀夫氏(名古屋大学大学院医学系研究科教授)

「精神科医療の目的は、症状を良くすると同時に、社会で暮らすことができるよう援助することにあります。2013年に実施した調査結果によると、精神疾患治療のために服薬したことで、あきらめたことをみると、車の運転、就職、異性との付き合い、結婚、妊娠等々でした。当事者が希望する生活を追求できるような具体的支援のあり方や、研究の基本方針について熱く語ってくださいました。

特に精神疾患を持っている当事者

の妊娠出産を精神科と産婦人科医療と家族との連携で、無事出産にこぎつけた事例には感動しました。

日本中の精神科医が、尾崎先生のように考えてくれたらと思います。

◆記念講演

テーマ「ベルギーにおける地域移行について」
演者・バナード・イエイコブ氏(ベルギー保健省・精神保健改革コーディネーター)

OECD諸国で日本に次ぐ2番目に多い精神病床数を抱えていたベルギーでしたが、2010年の病院法をきっかけにおよそ10年かけて急速な脱施設化に成功しました。

ベルギーの改革の中心となる考え方は、「当事者抜きで当事者のことを決めない」という理念でした。ケアプランは、病院や施設がつくって示すものではありません。当事者が主体的に考えること、そしてケア提供者は、伴奏者であり、リカバリープロセスを強制しませんとのことです。バナード氏の紹介をしてくださいました伊勢田堯先生によると、「目先のことを考えるととまらないが、理想を掲げるととまる」そうです。日本でも高い理想を掲げて運動して

いくことの大切さを感じました。

◆第1分科会

「当事者の地域移行・地域定着」
の分科会に参加しました。司会・コ―ディネーターは、日本福祉大学教授の青木聖久氏です。ACTチームメンバー、就職塾支援者、あいち障害者雇用総合サポートデスク職員、大学教授、ピアサポーターなどのシンポジストによるシンポジウムが会場の参加者も巻き込んで活発な意見交換がなされました。

この分科会で衝撃的だったのは、「就職塾」代表の片山幸次氏の話でした。「ビジネスの常識と福祉の常識はかけ離れています。障害者が使用するパソコンは中古品でよいと考えるのは福祉関係者。就職塾では、3年でパソコンをすべて新品に変えています。ビジネスの現場では、効率を優先しますから常に最新の機器を使いこなせることが大切からです。また、就職塾の場所も、名古屋市のビジネス街の一等地にあるビルの3・4階フロアーを借りています。当事者が、就労への意欲をもち、努力するためにも大事な環境づくりと考えるからです」

西ブロック相談員養成講座に参加して

都連理事 鬼頭 博子

10月27日(日) 13時から16時半、大田区障がい者サポートセンターにおいて西ブロック相談員養成講座が開かれました。ゲストは代々木の森診療所理事長(前院長)の羽藤邦利先生です。参加者は20名。家族会員の他に一般家族(区報を見て)、そして会場設定や様々なお手伝いをしてくださったサポートセンターの若い職員2名も一緒に、事例ごとに分かれてグループワークを致しました。

事例の詳細は掲載できませんが少しだけ。①本来の病気に関しては熱心に把握できていても、患者の高年齢化によりつつい他の病気を見過ごしてしまうという不安や②家族への激しい暴力を事前に防げなかった「何故？」や③入院先から退院もしくは転院を勧められた場合の患者の行き場所・居場所が見つからないこと、病院や地域支援の専門職たちの患者と家族への関わり方への不信感などを、それぞれのグループの中で熱心に語り合いました。テーマは相当厳しいものでしたが、時おりども笑顔と笑い声が響きわたったりきつと泣きたいほど辛かったり怒り心頭の方もいらしたはずですが、知らない誰かに話をすること、聴いてもらうこと、一緒に怒り笑い合うことで、大しけの海が凪いでくるように、私達の心にも穏やかな気持ち広がっ

ていきました。

各グループの端っこにそと座っては皆さんの話に頷きメモを取り、最後は家族達の個人的な質問にも真摯に耳を傾けていらした羽藤先生は、参加者達に「私はすべての質問に対してきちんと答えましたよ、話の中から自分なりの答えを見つけて「らんない」と話されているようで、私自身「人は誰も、病気であろうとなかろうと、決めるのは自分でありたい」を再確認し肝に銘じました。そして先生は何度も、家族会活動への期待を語り、社会資源としての家族会の重要性を説かれました。



寄稿 ゆめ見る頃は過ぎてても

都連副会長 本田 道子

旅に出ることが好きです。

東京駅や新宿の駅を電車が走り出し東京の街からどンドン離れてゆく。この時の感覚が何物にも代えがたい至福の時。私を取り巻くあらゆるもの、全てのものをこの東京という街に置き去りにしてゆく。私は私自身になってゆく。

旅で見つけるものはちっぽけな自分。

人のやさしさ。風の匂い。道端に咲く野の花の可憐さ。どこまでも青い空の大きさ。これら全てのもの達から力をもらい励まされて今の自分になっていることに気づくのです。

息子が初めて障がい者である自分自身を見つめはじめていること。まだ受け入れられない、とのメール。いいのだ、息子。ゆっくりと。自分自身を抱きしめる術を見つけてほしい。

障害の受容、これだけの5文字がいかにか大変な作業であることか、母は良く知っている。本人だけとは限らない。親も兄弟も家族の「しょうがいの受容」は難しいのだ。

全ての家族が「精神障がいの受容」ができれば。つくし会のしごとは半分になる。

そんなことを大空を眺めながら思ってみたりする。ゆっくりでいい。ゆっくりで。

「今を生きているだけで十分にすてきなことだと。

旅の終わりに東京の空を眺めてつぶやいてみるこの頃。

今年もいい旅ができますように。



「第二金曜会」訪問

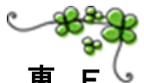
都連副会長 中住 孝典



11月8日(金)武蔵野市の家族会である第二金曜会の例会に理事の川崎氏と参加させていただきました。会長の高辻氏を始め皆様方に快く迎え入れていただき感謝しております。「第二金曜会」はここ三年ほど精神障害者の社会資源の見学会などのバスツアーを行っており、この時に武蔵野市議会議員の方々にも声をかけ参加されたことを機会に、今回の例会にも声をかけこの日は市議会議員(厚生委員)の方が10名参加されました。そしてご家族の方、支援機関の方、20名という事で約30名の例会となりました。議員の方10名の参加にはやや驚きましたが、日頃の活動の中で行政や議員の方々とながりを作っておられる様子がうかがえ、私自身も地元の家族会活動に向けての良い刺激とさせていただきます。

また「明日への手引き」という家族会が独自で作成した福祉マニュアルの紹介もありました。それぞれの家族から現状や困っている事などが語られ、それら一つ一つに議員さん達もうなづき、真剣に耳を傾けていました。精神障害という周囲に理解されづらい病者を抱えながら家族として支えていく事の苦労、親の高齢化や親なき後への心配、作業所やグループホーム、しっかりと受け止めてくれ

る人とのつながりや居場所の必要性、当事者や家族の立場に立った精神科医療に対する要望など。地域は違ってもどれもこれも切実で共通する課題です。それぞれの地域で家族会が頑張っている姿を「第二金曜会」からも感じさせてもらい、「共に」という思いと元気をもらおう事ができた訪問でした。ありがとうございました。



FHMの会11月9日(土) 定例会・

東京つくし会理事を囲んで・3回目!

FHMの会 増田 公子



家族にとって精神科の薬とその服用についてはとても関心の高いテーマです。今回の例会では中住孝典氏(東京つくし会理事・青梅ほっとスマイル)に調整をお願いし、地元精神科病院の薬剤師さんにご参加をいただき「向精神薬を親が学習せざるを得ない実情・薬について」というテーマでお話を伺うことができました。総数27名の参加でした。

①「薬とは何か」②精神科・心療内科の薬③統合失調症の薬④「薬を使う時の12の約束」という項目で薬や服薬についての初歩的な事柄から始まり、精神科の病気(特に統合失調症・気分障害・認知症など)とそれぞれの症状や状態に合わせて使う薬の効用・副作用について薬剤名も含め細かく丁寧に説明をしてもらいました。薬で苦勞をしている多

くの家族会員からたくさん質問が出されました。

どういった症状や状態の時に医師はどういう処方をするのか、薬は効果が出るまでにタイムラグ(

時間差)があるので適量が難しく、そのため量や薬剤が変わりそれが当事者や家族の心配につながる場合があるという事、薬を使う上で注意すること、服用する時に注意する必要がある薬、副作用に対する対処、薬は飲み続けるもの?・薬を飲んでいないとどうなるかなど日頃私達が疑問に思っているものもなかなか医師には直接、十分に聞けない事柄に対して一つ一つ丁寧に答えていただきました。そして、薬についての悩みや疑問は勇気をもってできるだけ主治医と向き合い話をすることや身近な薬剤師、訪問看護などと相談をすることが大切といわれました。医療従事者と身近な関係作りも大切に家族の思いを届けていきたいと思えます。

今回3回に渡り私たち家族会への支援をありがとうございました。新しい入会者も4人ありました。東京つくし会理事の方たちの地域家族会への暖かな目配りを感じました。また、現在の活動についても知る事が出来、東京つくし会の活動を身近に感じました。本当に薬剤師の方、東京つくし会理事の方々ありがとうございました。



「桜を見る会」に行きました。

都連理事 川崎 洋子

話題になっている首相主催の「桜を見る会」に参加しました。みんなねつとの理事長をしている時に、当時の麻生首相から招待状が届きました。はてさて如何するべきか考えましたが、折角のご招待なので、重い腰の主人を社会勉強のためと促し参加しました。

入り口の受付に招待状を渡すと、簡単に入れました。ボディチェックもなく、警備もほとんど見当たらない状態でした。

中に入ると桜もきれいに咲き揃い、屋台も出て自由に食することができました。散策していると、内閣府の政策委員会で一緒に先生にもお目にかかれ、奥様ご同伴でした。また、障害者団体の方たちにもお会いしました。

屋台はどこも満員で、何も食べられませんでしたが、首相が来られたとのアナウンスがあり、近くまで行きましたが、人ばかりで例のソフト帽が見えた程度でした。しかし、桜はきれいに手入れされており、見事でした。「まあ、こんなものだなあ」と思っただけでしたが、今回の安倍首相の一件は、驚きです。障害者のために尽力してきた関係者も多く参加しており、このような裏があるなんて考えも及ばず、後味の悪い思いをしています。

★ 賛助会費 ★

ちひろメンタルクリニック 5000円
ありがとうございます。

★ 講演会等のお知らせ ★

○1月11日(土)

「精神障害者の事件と法律」

講師

長濱・水野・井上法律事務所

弁護士 石橋 有悟氏

会場 新宿区立障害者福祉センター

主催 新宿フレンズ ☎03-3987-9788

○2月1日(土)9時15分～15時30分

第18回東京障害者技能競技大会

(東京アビリンピック)

会場 東京障害者職業能力開発校(小平市)

職業能力開発総合大学校(小平市)

問合 独立行政法人 高齢・障害・求職者

雇用支援機構東京支部 ☎03-5638-2794

※参加申込み・お問合せは、主催者まで
お願いします。



東京つくし会のホームページをぜひ周知・ご活用ください！活動や学習会の案内や家族会紹介など、さまざまな情報を掲載しています。

またご覧になったご意見、ご感想をお待ちしています。

<http://ttsukushi.sakura.ne.jp/>

編集後記

「本当に差別をなくせる人権条例を・・・」の件で、先日、狛江の人権条例を考える会の学習交流会に、障がい者の立場・家族の立場から、偏見から生まれる差別の実態をお話する機会を頂きました。一般の方が多く参加されますので、精神障がいとは何か、その障がいの主な特徴・困難なこと・サポートの仕方等をお話ししました。精神障がいは知的障がい・身体障がいの方と違い、外見から分かりにくいこともあり、誤解や孤立することもあります。体験談として私の息子の話しをお話ししました。昨年の10月から障がい者枠で一般就労につきましたが、職場の皆様から「低能力者だ」「中学生レベルだ」「安藤くんと組むのはいやだ」等言われましたので、息子は本社へ訴えました。その後、話し合いがもたれたようです。

当事者にとどの様な支援が必要か知らないという気がつかないうちに、暴言を言ったり、無意識に偏見を用いて排除や差別してしまっています。

「障がいのある人もない人もお互いに、人格と個性を尊重しあいながら、共に生きる地域社会・差別のない社会」の実現を望みます。それぞれの人権を尊重し、それぞれの障がいに適した合理的配慮は必要です。

早くも12月。木枯らしが身に染みますこの頃、元気で年の瀬を迎えましょう。

都理事 安藤万寿代

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。