

つくしだより



令和2年4月号

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

2020.4.15 第356号

東京つくし会の相談事業

都連副会長 本田 道子

生きてゆくこと、ただそれだけのことなのですが。

人生を重ねてゆく中でしんどい時、つらい場面も一度や二度は訪れてくるもの、です。

そんな時に話を聞いてくれる相手がいれば、しかも親身になって、真剣に。

「そうよねえ、大変だよね。」

聴いてもらっているうちに心が落ち着き自分自身の中が整理されてゆく。そうしてただ話をしていただけなのにこれからどうしたらよいのかが見えてくる。そうしたらしめたもの。あとは多少の情報があれば自身で動いて解決の道筋に。

と、まあこんなふうに順調にいけないのですが。

多くは誰しもが「精神科」の病気になるってしまったことを受け止められずに右往左往し悲しみの中でやっとなんとかしなければ、と思いき直して。

本をたくさん読んで知識は仕入れたけれど。これから先は、と不安がい

っぱいの方、とさまざまです。そこで相談を受ける側の力量も問われてくることになるのです。

でも私達は経験者。「びあ」の力はあなどるなかれ、です。体験した家族の言葉には「重み」がある、と私はひそかに思っています。

○つくし会の事務所毎週水曜日の11時から16時まで

○それぞれの家族会でも独自に相談事業を実施しています。

家族による「びあ相談」とでも呼ばいいのでしょうか。都内が多いとは思いますが名乗らない方や住所も話したくない方が多いので実際にはわかりません。北海道からや四国からの時もありました。

年間1500件の数にのぼる相談を時には共に涙しながら受けています。

話を受け止めるのはなかなかや

っかしい作業でもあります。ことに精神障がいと初めて向き合うことになる家族や当事者の方との話にはこちらもエネルギーと知識や情報も必要です。

○そのために「相談員養成講座」として年に1回以上は東・西・多摩の

各ブロックごとに研修を行っています。

「事例検討」を中心にスーパーバイザーからアドバイスをいただきなごらの研鑽の場です。

ただ医療に関しては素人なのであくまでも私達の立ち位置は「びあ」であることは「きもに銘じて」います。

○その他には「年金相談」も実施中です。これは専門家の社会保険労務士さんが担当ですが、家族会の方に限らせていただいています。一人の社労士さんの対応ですので。

今まであきらめていた方が年金開始につながり感謝されています。

○また月に1日ですが、毎月29日に「東京都障害者福祉会館」でもつくし会の理事が担当して相談を受けております。こちらは面接、電話どちらでも。

相談の窓口が増えてゆくことは我々家族にとってありがたいこと、です。

「話してよかった」と思われるような家族による家族の相談を大切にしたいと願っています。

東京都
障害者団体連絡協議会報告

都連副会長 轡田 英夫

日時 令和2年2月21日午前10時～12時

場所 都庁第2本庁舎会議室

出席者

〔都障害者団体側〕 身体障害者団体連合会
手をつなぐ親の会 都精神保健福祉家族会連
合会外17団体計20団体

〔都側〕 福祉保健局 障害者施策推進部長
障害者医療担当部長 計画課長外9課長係
長以下一般職員約20名 計約30名

この会議で、福祉保健局の令和2年度予算
の説明がありました。東京都全体では前年比
マイナス1.4%ですが、福祉保健局としては
1.5%の増です。

障害者施策推進部の予算で、私たちに直接
関係する障害者施策推進費としては、前年比
3.9%の伸びで、金額としては1979億9千
5百万円です。頑張って予算獲得したのでは
ないかと思えます。

私ども精神障害に関係する事業で主なる
業は以下の通りです。

〔一〕障害者・障害児の地域生活支援の充実

①精神障害者地域移行体制整備支援事業

精神障害者が安定した地域生活を送るため
や、望む地域生活の実現を図るための事業

②精神障害者早期退院支援事業

医療機関と地域援助事業者等との連携体
制を整備し、早期退院を支援する

③精神保健福祉士配置促進事業

④精神障害計画相談支援従事者等養成事業

〔二〕サービスを担う人材の育成（省略）

〔三〕障害者の就労支援の充実

①福祉・トリアルシヨップの展開

就労支援B型の販路拡大及び工賃向上

②精神障害者就労定着連携促進事業

医療機関・就労移行支援事業所等が連携し

就労支援のモデル事業を行う

（他項目省略）

〔四〕地域精神医療体制の整備

①地域精神科身体合併症救急連携事業

精神身体合併症患者が、地域で受け入れら

れるよう地域病院等との連携構築

②精神科医療地域連携事業

精神障害者が、地域で必要な時に適切な治

療が受けられる仕組みの構築

③アウトリーチ支援事業

地域定着が難しい精神障害者に対して、精

神保健福祉センターに設置する「アウトリ

ーチ支援チーム」が支援を行う

④難治性精神疾患地域支援体制整備事業

難治性の精神疾患患者が、専門的治療を受け

ながら地域で生活できるよう整備する

⑤措置入院者退院後支援体制整備事業

措置入院者の、退院後の医療の継続的支援

を行うための体制整備

⑥災害時こころのケア体制整備事業

「東京都災害派遣医療チーム（東京DPAT）」

を整備し、災害支援体制の強化を図る

⑦災害時精神科医療体制整備事業

「災害拠点精神科病院」及び「災害拠点精

神科連携病院」を指定し、災害時の精神科

医療供給体制の強化を図る

⑧通院患者医療費助成

通院で医療を受ける場合、医療に必要な費

用の一部を助成

〔五〕発達障害者及び高次脳機能障害者への

支援の充実

①区市町村発達障害者支援体制整備事業

早期発見・早期支援及び成人への支援

②発達障害者支援センター運営事業

障害者本人や家族に対する相談・指導

③ペアレントメンター養成・派遣事業

発達障害者の子育て経験を生かして相

談・助言を行う人を養成する

④発達障害専門医療機関ネットワーク構築

（高次脳機能障害への支援の充実は省略）

〔六〕重症心身障害児への支援の充実（省略）

〔七〕共生社会の実現

①共生社会実現に向けた理解促進事業

相互に人格と個性を尊重し会う共生社会

の実現

②差別解消支援地域協議会活動促進事業

（他項目省略）

西多摩発 ー東京つくし会に期待する事

FHMの会（福生・羽村・瑞穂）

会長 浅見 加代子

FHMの会に入会して10年が過ぎようとしています。我が家は息子が2人います。次男が19歳の時、統合失調症の病名を告げられました。お先真つ暗になりこの先どうしていったら良いのか・・・と不安でいっぱいになりました。そんな時、家族会があることを保健センターの方から教えていただきピアカウンセリングを受けに福祉センターを訪ねました。親切に息子のお話を聞いていただき障害年金の事も教えていただき入会に至りました。息子は家に引きこもっていました。何とか仕事に就いてもらおうと就労支援センターに連れて行きましたがダメでした。しばらく放っておいたら自分からアルバイトを見つけて短時間ですが働くようになり、少しホッとしていたら仕事量が多くなり調子を崩し半年ほど辞め、また引きこもり状態が続きました。今はまた自分で探してきたアルバイトを週に4日、1日5時間の肉体労働を3年間続けています。つくし会には精神障害があっても当事者に合った就労の場の創出や啓発にも力を入れていただきたいと願っています。仕事を通して「社会的な役割を担う」という事は大切なことです。短時間でもその人が職場の

中で必要とされ自分を発揮していく場、ソーシャルファームという新たな就労のあり方が日本でも検討されています。個々の能力に沿った職場環境を整えることに尽力いただければと思います。

西多摩虹の会（あきる野、日の出、検原）

会長 藤本 京子

西多摩虹の会は東京の外れ、自然豊かな地域にあります。私たち家族会は皆高齢化し月一度の定例会への参加も大変な状況です。会を支えてくださる役員の方々は当事者を抱えながらそれぞれの役割を頑張っておりますが現在の状況でいつまで続けていけるのか心配なところではあります。コロナウィルスの為、会員の皆様と意見交換もできていない状況ですが、近隣の家族会交流、横のつながり、他の家族会ではどのような定例会を行っておられるのか、参考にさせて頂ければと思います。また市町村の障害者支援、福祉担当者の方々にも参加をお願いし家族の現状を理解していただけたらと思います。新しい家族の方がなかなか参加していただけないのは、今やインターネットの時代、わざわざ会場までいかなくても大丈夫という事もあるのでしょうか。皆さんと集まり話し合いながら共有することがなくなっているのかなとも感じます。家族会の在り方も少しずつ変わっていくのでしょうか。西多摩虹の会は当事者と

青梅ほっと・スマイル

代表 遠藤 美代子

どのように向き合い、家族が関り合うか、少数でも皆さんが気楽に思いを話し、楽しんで参加していただける会を続けていきたいと思っています。つくし会への会議、講演会への参加、必要で大切と思いますが、なかなか行かれないのが現状です。理事の方々が私たちの会へ来てくださる事、とても感謝しております。このような機会を与えて頂きありがとうございます。私も青梅精神保健福祉家族会ほっと・スマイルは発足して7年目になります。現在会員数は32名、毎月第4土曜日の定例会には約20名の参加があり、当事者の方々や新しい家族の方々の参加も増えてまいりました。しかしまだ家族会と繋がれずにいる方がいると思うと心苦しい気持ちでいます。最近ではネット上での情報があふれていて、様々な知識が得られるのかもしれませんが、やはり必要なのは誰かに話して聞いてもらえる、そして共感してもらえる、それが一番の安心だと思います。また私事ではありますが、娘の病気は思春期に発症しました。病気のために大事な青春時代を他の子供たちと同じように過ごせなかったこと、楽しい思い出が残っていないことは、娘にとっても親にとっても悲しく辛いことです。当時の私は病気の知識がない、すぎる人もいない、どこに頼って

いいのかわからない・・・そんな状況でした。学校教育の現場において精神に対する知識や理解がさらに深まっていくことを切に願っております。私ども家族会でも、地域において協力し合い出来る限りのことをさせて頂く思いでおりますので、どうぞ宜しくお願いいたします。



2020年度
東京つくし会評議員会開催案内

新型コロナウイルスの感染拡大の収束が見えない中ですが、評議員会を左記のとおり開催します。評議員に選任された皆様におかれましては出席くださいますようお願いいたします。なお、新型コロナウイルスの感染状況に憂慮すべき事態が生じた場合には開催の有無について連絡をします。

記

日時：6月22日（月）午前10時～12時
場所：世田谷区立烏山区民会館3階集會室
議事：

- 第1号議案2019年度事業・活動報告
- 第2号議案2019年度決算・監査報告
- 第3号議案2020年度事業・活動計画案
- 第4号議案2020年度予算案
- 第5号議案2020年度役員案

☆賛助会費☆

おかげさまで2019年度の賛助会費は、
個人（一口2千円） 38000円
団体（一口5千円） 100000円
病院（一口1万円） 300000円
診療所（一口5千円） 128000円
計206,000円となりました。
誠にありがとうございます。

東京つくし会正会員・賛助会員加入のお願い
心の病に悩む人たちの医療と福祉の改善を求める活動に取り組んでいる本会は、都内の家族会それぞれの会費収入の中から納められる年会費と賛助会員の皆様の年会費によって賄われており、この賛助会の収入は貴重な財源になっております。

つきましては、ぜひ本会の賛助会員になって頂きたい、何口でも結構でございますのでよろしくお願ひ申し上げます。

賛助会費

個人	2千円
精神科病院	1万円
心療内科・クリニック	5千円
精神障害者支援機関等団体	5千円

どうぞ皆様のご協力をお願い申し上げます。
寄付金も募っております。
郵便振替番号 00160-2-397862

都連ニュース4月号は、3月理事会を中止しましたので、お休みいたします。

編集後記

驚くべき感染力で、猛威を振るっている新型コロナウイルスによる肺炎は、かつてない不安を国内だけでなく、全世界に与えています。

特に最初のころ言われた高齢者が罹りやすく、重症なるということで、家に引きこもることにしました。週2回ほどの買い物は、車を使い、買い物メモを手に必要なものを手早く買うという、今までの日常とはすっかり変わった生活を始めて、もう一か月。感染は終息するどころか、ますます強力になり、感染者も高齢者ばかりでなく、子どもから若者に広がってきました。今何をすべきかと報道されていることは、不要不急以外は外出を控えてほしいということです。狭いマンション生活で、子どもをどうやって家に留めておくことができるでしょうか。心配されることは、精神的ストレスで、体調を崩すことです。特に精神障害者の不安は大きいと思ひ心穏やかではありませぬ。終息までには一年くらいかかるといわれています。この間、家族も工夫して生活することが求められています。

一日も早い終息を願ひ、皆様が健康で毎日をおすごされますよう、祈っています。

都連理事 川崎洋子



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。