

つくしだより



令和2年5月号

新型コロナウイルス対策と家族会活動

都連会長 眞壁 博美

新型コロナウイルス感染拡大に歯止めがかからず、終息への見通しが立ちません。東京つくし会でも3月の理事会は中止、4月以降は持ち回り理事会（集まらずに、メール、ファックスで意見交換する）に変えています。6月22日に予定していた評議員会も、書面による議決に切り替えました。

なお、都連理事による水曜相談は、事務所からなるべく近くに住む理事にお願いして続けています。

◆免疫力を高めるために

先日「ガッテン」という番組で知ったのですが、新型コロナウイルスが怖いのは、単に肺炎を起こすだけでなく、高齢者の社会的孤立により、免疫力低下や、認知症が進行してしまふということだそうです。

免疫力を高め、認知症の症状を改善するために大変効果があるのは、幸せホルモン（オキシトシン）の分泌を促すことだそうです。そのため一番良いのは、ハグしたり（ぎゅっと抱きしめる）、身体に手で触れた

りすることだそうです。しかし、コロナ禍で、人と会うこともままならない状況です。

でも、ありがたいことに、オキシトシンは、触れあわなくても出せるのです。それは、「自分が信じられる人の声を聞くこと」です。ですから、離れて暮らす大切な人に電話をかけることをお勧めします。その際、電話の声を聞きながら、抱き枕やぬいぐるみを抱くことで、より効果がアップするとのことでした。

◆この時期の家族会活動を考える

コロナウイルス禍で、定例会も中止せざるを得ない状況の中、家族会活動をどうしたらよいか皆さんお悩みのことと思います。私の所属する「立川麦の会」の活動が参考になればと思います。近況を報告します。

「立川麦の会」でも、定例会は3月から中止が続いており、4月の総会も、総会議案書を5月号会報と一緒に発送することにしています。特に議決はとらず、意見は、会長・副会長に連絡してもらおうようにしています。役員会も4月からは中止し、基本的には会長・副会長が連絡を取り合っただけの方針を決め、他の役員には、

メール、又は電話等で方針を伝えていきます。

毎月一回の会報は、定例会がない今の時期、とても大切なものと考え、わが家に2、3人の役員に集まってもらい換気に気を配りながら発送作業を行いました。4月の会報が届くとすぐに、90代の会員から私の所に、「こんな時期に会報が届いてとてもうれしい」と感謝の電話が来ました。家族会の役割は、「精神障害者とその家族を孤立させないこと」です。「定例会を中止しているので、報告することもない」と固く考えず、会報を「会員同士の交流の場」と考え、

会員から近況報告を書いてもらったり、最近読んだ本の紹介やテレビや新聞を見て思ったことなど短い文章を寄せてもらい掲載することで、会員の皆さんは、とても励まされ、安心感を得るのではないのでしょうか。仮に、会報が発行できない状況になったとしても、役員で分担して、会員のところに電話してお互いの近況報告をしたり、様々な相談に応じることはできると思います。

「つくしだより」にも、各家族会での様々な取組みを原稿としてつくし会事務所にお寄せください。

都教育委員会の障害者活躍推進計画作成に
あたってのヒアリング

都連副会長 植松 和光

去る3月24日に東京都教育庁からの申し入れにより、障がい者の雇用を率先して行うための活躍推進計画についてのヒアリングを行いました。つくし会からは、眞壁会長と植松が対応しました。

何故、この計画を作成するのかの説明がありました。

◎平成30年に多くの国及び地方公共団体において障害者雇用率の不適切な計上が明らかとなった。

◎このことを踏まえた障害者雇用促進法の改正（令和2年4月1日施行）により、国及び地方公共団体は、民間の事業主に對して率先垂範して障害者雇用を進めるために、障害者活躍推進計画を作成し、公表を義務付けられた。
以上のような背景に基づき、障害者の法定雇用率の速やかな達成のみならず、障害者が活躍しやすい職場づくりや人事管理を進める等、雇用の質を確保するための取組を着実に推進することが趣旨だそうです。

★東京都教育委員会の計画の概要

■都の雇用状況（令和元年度）

東京都教育委員会 1.9%

事務局職員 16.4%
学校事務職員 11.21%
教員 1.7%
全国教員委員会平均 1.87%
東京都知事部局 2.81%
法定雇用率は2.4%

■方針

○障害者の雇用の促進等に関する法律の改正に伴い、厚生労働省の定める作成指針や手引き等に基づき、任命権者毎に計画を作成する。

○本計画のもと、障害のある職員が、その障害特性や個性に応じて、能力を有効に発揮できる、様々な取り組みを推進。

■計画期間

令和2年度から令和6年度まで（5年間）

■数値目標

○実雇用率 2.6%（令和元年6月1.9%）

○定着率 過去5年平均値（89.7%）を上回る

■主な取り組み

○計画推進体制の明確化

○職場環境の整備

・障害特性に配慮した施設整備や就労支援機器の導入

・相談体制の整備（障害者職業生活相談員の選任等）

・職場理解の促進（研修の受講、合理的配慮

事例集の周知等）

○障害のある職員の採用・育成

・教員採用選考で障害に配慮した選考の実施
・教育庁における障害者非常勤職員・支援員の採用

・教育庁サポートオフィス（第二オフィス）の開設

・障害者非常勤職員の雇用拡大に向けた採用広報の充実化

・特別支援学校等からの実習生の受け入れ
東京つくし会からの雇用にあたっての配慮すべき点を申し入れました。

- ① 職場に慣れる期間を十分とる
- ② 社会人としての常識教育
- ③ 定期的な通院、服薬時間への配慮
- ④ 一緒に働く職員全員が障害の特性を理解
- ⑤ 同一労働同一賃金の確保
- ⑥ 精神障害者就労事業所での職員の研修
- ⑦ 職員のSSTなど実践研修の実施
- ⑧ 当事者・家族の話を聞く機会の確保などをお願いしました。

なお、次号で東京都教育委員会での具体的に取り組んでいる障害者雇用の現状と内容についてお知らせします。



会長を終えて

荒川めぐみ会 会長 重野 美子

このたび、会長を下ろさせていただきました重野でございます。以前、前会長が体調を崩され、めぐみ会はしばらくの間欠席させていただいている期間がございました。

代表をさせて頂くことになった私は、都の家族会のあり方などを学びたくて、早速つくし会のお仲間に入れていただきました。そして、大きな組織の中の会合に、一時私なりの重圧を抱え乍らではありましたが、大切なめぐみ会のために勉強させていただきました。23区に共通している問題もあり、毎月のミーティングの際には、必ずつくし会で伺った話題を取り上げ、会を運営してきました。

一昨年、30周年を迎えましためぐみ会は、30周年記念パーティーや、「地域の家族会を築いた男」と題して出版された故村田新平前会長の出版記念パーティーも開催され、素晴らしい年が続きました。

若い会員さんが増えて来たこのめぐみ会と、つくし会の益々の発展を祈念して会長を退きます。どうもありがとうございました。新会長は会計として会のために長年尽くされてきた樋田君代さんです。私同様、ご指導・ご鞭撻のほどお願い申し上げます。

「いこいの部屋」及び「シェルター事業」の新しい試み

都連理事 小澤 輝江

(いこいの部屋)

「いこいの部屋」は長きにわたり当事者のための集い、くつろぎ、安らぎの場として提供していましたが、皆さんが本場に元気になる、地域に出て色々活動していることとても喜ばしいことです。

そこで、スタッフ一同で話し合いの結果、元気になられた方は「卒業」していただき、昨今問題となっております「8050問題」のひきこもりの方と、その家族を中心に参加していただくことに決定いたしました。もちろん、具合の悪い方は今迄のように参加可能です。

スタッフは、現在も進行形で以前からひきこもりの方、その家族に参加していただき、ひきこもりからの脱却を成功させています。その家族の方々は「いこいの部屋」の存在を知っていたから出来たことで、まだまだ「いこいの部屋」の存在を知らない家族が沢山居られるのではないかと危惧しています。どうぞ我々スタッフが一丸となって取り組みますのでご連絡ください。お待ちしております。(シェルター事業)

4年前より再発足しました「シェルター事業」。当初は忘れたところに電話がかかってく

るという程度でしたが、皆さんに段々と知れ渡ったせいか、あるいは、当事者と家族の高齢化の影響か、深刻になっている暴言、暴力、嫌がらせに耐えられなくて、シェルターの利用を決心する家族が増えたのではないかと推測されます。

さて、迎え入れる担当者が苦慮する点は、この場所が単なる休息場所ではなく、次へのステップになるためにはどうするかです。この場所ですべて一人になり、体と心を癒すこと、その上で自身の自立と当事者の自立を考え、そして実行する。そこまで深く考察しなければ単なる止まり木になってしまいます。

いわゆる暴言、暴力を受けた人が一晩だけの利用では前進することができません。また、利用する時は全ての通信機器はOFFにすることも重要です。

先日、利用された方から次のようなお手紙をいただきましたので引用します。

「この度は大変お世話になりました。先のことを考えての行動ではありませんでした。『離れる』という消極的な意味ではなく、『関係を変える』という積極的な意味があることを教えていただきました。滞在した一週間は自由で楽しく、自分のための買い出し、自分の好みの食事等で楽しめました。その上、力強く励まされ、想像とは違う生活でした。」

「2020東京つくし会」

6月の評議員会は中止いたします！

都連副会長 本田 道子

目に見えない、見ることができない新型のウイルスが世界中を感染の嵐に。

わが家の息子などは周りの方々のおかげでやっと「この作業所に行く！」と決めた翌日から作業所閉鎖。なんとということ!!

あまりの不運に泣くになけない、くやしさを。でも、命さえあればまたチャンスはやってくる。そうです。なによりも命、です。たった1つしかないのですから。

というわけで毎年6月の評議員会を今年は書面をお願いすることになりました。評議員の皆様にはお手数をおかけしますがどうぞよろしくお願いいたします。「東京つくし会は命が最優先」です。

皆様の家族会もたくさんさんの心配事や困難が増えていることと思います。こんな時こそみんなで智慧を出し合ってください。

「家族会はコロナに負けない!!」を合言葉に今は皆様もつくし会の役員もそれぞれが力を蓄えて次の活動に備える時です。2020つくし会はしっかりと「つくしの根っこ」を張りめぐらし強化します。



2021年度都予算編成に向けての

東京つくし会の要望活動について

毎年、この時期になると来年度予算に向けて要望事項の検討や日程調整が始まります。

しかし、今年は新型コロナウイルスの感染拡大の關係で理事会も開催できない状態です。要望活動への取組も遅れています。しかし、切実な要望や長年の懸案事項もあります。

例年に比べ、取組みが遅れてはいますが、7月中には要望内容をまとめ、各単会の皆様に提案できればと思っております。

新型コロナウイルス対策で東京都も大変だとは思いますが、新型コロナウイルス対策で精神関連施策をおろそかにすることはできません。

今年は、東京都知事選が6月18日告示7月5日投票で行われます。都知事にも精神障がい者家族の要望をなるべく早く届けたいと思います。各単会におかれましても、区市町村に対しての要望活動をお願いいたします。

東京つくし会電話相談室



東京つくし会の理事(家族)が交代でさまざまな相談に応じています。

☎03-3304-1334
毎週水曜日(祝日は休み)
11:00~16:00
※当相談室は、面談による相談はお受けしておりません。
また、相談の内容によって、別途お時間をいただくこともあります。

編集後記

外出自粛・自宅待機で自宅に巣ごもりの毎日です。さて、たつぷりと時間がありますので、どの様に過ごそうかと考え、日頃出来なかつた家にある本を読み直したり、片づけをしています。

この三月・四月は本当に困りました。公共の施設が全て臨時休館になり、家族会の活動がままならず、年度の活動も非常態となりました。私の会もメール会議・書面総会・印刷物はコンビニで行いのいでいます。

とある新聞に「コロナウイルスとの向き合い方」で、ウイルスとどう共生するかでした。「ウイルスは敵」と思いがちですが、ウイルスの情報を自分の遺伝子の一部としてため込んでいるのが人間という存在で、人間はウイルスとずっと共生してきており、撲滅よりもいかに共生を図るかとの事ですが、やはりコロナは怖いのです。一日も速く良いお薬を、一般化して欲しいです。

暦の上では五月です。が、今年は元氣な子供たちの声が聞こえて来ません。不安な毎日が続きますこの頃、いつの日かこの非常の事態が収まる事を願っています。

都連理事 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。