



つくしだより

令和3年11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.ttsukush.sakura.ne.jp/>

発行者 眞壁 博美

2021.11.15 第376号

成功裡に終わった東京大会

都連会長 眞壁 博美

10月7日～8日に開催された「2021みんなねつと東京大会」は、大きなトラブルもなく無事終了することができました。

当初、早稲田大学で開催するための企画・準備を進めていましたが、コロナの収束の見通しの立たない中、「オンライン併用方式」で開催することになり、わずか7ヶ月の間に計画変更をし、準備してきました。「オンライン大会」など、経験したことのない私達でしたが、「シユロの会」(国立市家族会)の方々から多大なご協力を得て、何とか形にすることができました。

大会参加申込者は、700名を超え、そのうちオンライン視聴は400名ほどでした。コロナ前に比べれば少ない数字ですが、1週間前まで緊急事態宣言下であったことを考えれば、これだけの方が申し込んでくださったことに感謝しております。
★多くの皆様のご協力のお陰です
インターネットを使うことで、日本中だけでなく、世界の人たちともつながれることが、ニューजीラン

ド在住の川嶋のり子さん(元東海テレビアナウンサー)が総会司会をされたことでおわかりいただけたと思います。

コロナ禍で、ご来賓をお呼びしませんでした。東京都知事からビデオメッセージで励ましの言葉をいただきました。都議会議員からも多くのメッセージが寄せられました。

大会の内容としては、全体会・分科会とも大変充実していたとの感想をたくさんいただいております。

また、大会記念歌として、東京つくし会で作った「つくしんぼ」の歌を、オープニングで「草むら音楽隊」の皆様が歌っていただけました。画期的なことだと思います。

大会の2日間、理事以外に家族会から19名の家族ボランティアが派遣され、活躍してくださいました。また、駅からの会場案内には、日本福祉教育専門学校(学生さん達の協力をいただきました)。

本大会に対して後援をいただいた団体は、72団体にものびりました。また、この大会を財政的に支えていただくために寄付や広告の御願いをしたところ、15団体から広告を、36団体からご寄付をいただきました。

深く御礼申し上げます。

今回のオンライン併用大会で、パソコンが苦手な方達のために、オンライン視聴会場を設けてくださったところが14カ所(13県)でした。

これらの県連のご尽力に心から御礼申し上げます。コロナの収束が見通せない中、オンライン方式でやることが何年か続くとしたら、視聴会場をもっと増やす努力をしなければいけないと思いました。

今回の大会は、参加申込受付から参加券や大会誌の事前発送まで、事務局と理事の作業で行いました。コロナ対策のため、受付で混雑することがないように資料を事前配布したため、当日受付がスムーズでした。

大会にご協力頂いたすべての皆様、本当にありがとうございます。

★大会報告DVDについて

今回は、初めてのオンライン併用方式で、地方の方々は、分科会に参加しにくい状況があったため、大会記録DVDを作り、参加費3千円コース(当事者は千円)の方には、事後に配付することになっています。見通しとしては、11月末頃に出上がり、12月に順次配送しますので、どうぞ楽しみにお待ちください。

2021みんなねつと東京大会全体会報告

都連理事 松沢 勝

初日の10月7日(木)全体会が、調布市文化会館たづくり(くすのきホール)でオンライン開催され、会場参加はコロナ対策のため、東京つくし会加盟家族会会員など東京都在住の方のみの参加となった。

午前10時、開場は、会場司会者本田副会長の合図でオンライン接続が始まり、全国道府県連及び総合司会者川嶋のり子さん(ニュージーランド在・元東海テレビアナウンサー)とつながった。

全体会プログラムの流れは次の通り。

・11時 オープニング・アトラクション
みんなねつと東京大会記念歌発表(多摩草むらの会)

・11時40分

開会式 開会挨拶Ⅱ眞壁会長、祝辞Ⅱ小池

都知事(ビデオメッセージ)他

・12時55分

基調講演「当事者・家族が生きいきと地域で暮らしていくために」医療・福祉の連携
講師 白石弘巳氏(なでしこメンタルクリニック院長、東洋大学名誉教授、日本精神保健福祉学会副会長)

・14時25分 みんなねつと活動報告Ⅱみんなねつと理事長 岡田久実子
・15時05分

特別講演「首都東京の精神医療を考える」
都立松沢病院の取組」

講師 都立松沢病院名誉院長 齋藤正彦氏

・16時35分 閉会式&次回開催紹介(広島県連)

白石弘巳氏の基調講演の骨子は次の通り。

我が国の精神科医療の現状・平成29年の精神科医療機関を受診する人は419.3万人(内入院患者数30.2万人、外来患者数389.1万人)。15年前の平成14年比で1.7倍に達している。その内、統合失調症は微減の5万人→20.3万人↓15.4万人、気分障害は大幅増。入院患者の減少はやや小さいが認知症の患者を含むため。また、高齢者の割合Ⅱ55歳以上で8割を占めている。

課題として①精神科病床が多い②私立病院が多い③少ない人員配置(いわゆる精神科特例)④専門化の遅れ⑤地域ケア体制の遅れ⑥家族に負担を強いる体制他を指摘。国の、精神保健医療福祉の改革については、平成16年(2004年)9月に、「精神保健医療福祉の改革ビジョン」(以下「改革ビジョン」という。)がとりまとめられた。改革ビジョンにおいて掲げられた「入院医療中心から地域生活中心へ」という基本理念に基づき、これまで、障害者自立支援法の制定や、2013年の保護者制度廃止医療保護入院の改正

という重大な変更のあと、2017年「精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築」(いわゆる「にも包括」)が打ち出された。

「にも包括」施策の要点は、退院支援は市町村が窓口となることと、実行管理上「第六期障害者福祉計画の策定」とSDGsの目標に入れることが重要となる。

次に、みんなねつとの全国調査による「精神科医療の七つの提言」を挙げられて統合失調症の理解するポイントを述べられた。



白石先生



草むら音楽隊のアトラクション

齋藤正彦氏の特別講演の骨子は次の通り。

一、客観的症状と主観的体験 …患者は客観的な症状把握が困難であり、治療者及び家族は患者の主観的体験の洞察ができない。判らないのはお互い様である。

二、病識とは…家族にとって都合の良い病識ではダメ。

三、EBMは患者の利益になるかどうかは教えてくれない。イギリスのVBMは患者の意思を尊重する。また、精神医学は限りなく灰色のグラデーションの世界で、白黒を簡単に決められない。また、役所が言う「自己決定権」はあり得ない。

四、患者に強いる「非自発的治療」は、基本的人権を犠牲にする。

五、厚労省の数字で、精神障害患者の入院者が過去15年で4万人減ったのは、地域医療が上手く行っていると言うのはマチガイ。

六、松沢病院が掲げたスローガン4つⅡ松沢病院は資源的に恵まれている。①民間医療機関からの依頼を断らない②患者に選ばれられる病院になるⅡ権利擁護は任せてもらう③働きやすい職場Ⅱ患者は1.5倍になったので、業務改善が必須。④地域を支え・支えられる病院

七、行動制限最小化プロジェクトⅡ隔離最小（24時間拘束は最小限）、拘束最小、病棟内行動制限、持ち物最小制限（刃物、ロープ、タバコ他以外）、病棟ローカルルール（スト

ッキングを穿かせない他）

八、患者さんの声を聞くⅡ診察室、ナースステーションから出て話す。拘束したら拘束した人の罵声を聞く。アンケート自由記載欄を良く読む。



齋藤先生

九、拘束率は18.9%（2012年）から2.4%（2019年）に激減。緊急入院患者は、66%から2%へ。しかも、翌日自ら経口服薬を申し出る患者が8%から34%へ。

十、在院日数の減…120・5日（2008年）から67.4日（2018年）。3年以上の入院患者は2000人レベルから80人台へ。一方、一ヶ月以内の再入院者は増えていた（いわゆる回転ドア入院）一方、任意入院の方々は2倍以上増えている

十一、まとめⅡ患者に選ばれる病院をつくることよって、松沢病院及び民間病院の意識が変わる。最も大事なことは、入院治療がト

ラウマにならない（次はもっと早く松沢病院に行こう）これよって、東京都の精神医療の水準が上がるし、統合失調症の障害予後が改善する。

十二、東京都の業務改善、地域連携施策は進んでいない。採算性重視の独立法人化は間違いということが、コロナ対応で明白になった。十三、コロナ対応…患者・職員をコロナから守る。感染した精神障害者は受け入れる。難しいのは、感染の可能性のある患者を受け入れること。救急入院、合併症のある患者。

その結果は、2020年度入院患者238人 ↓2021年10月395人。職員の感染…10余人、院内感染なし。精神科病院のクラスター発生で、良い病院とそうでない病院の患者及び家族の違いがはっきりした。医療水準の低い病院は、発見が遅く、家族支援がない。

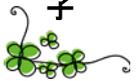
一四、医療保護入院に関する法改正はうまくいってない。家族支援が受けられない患者が取り残されている。即ち、家族がいない患者、ケアする気のない家族の同意で非自発的入院・治療を強いられる患者が出てくる。

一五、客行動調査Ⅱ松沢病院のイメージを変えようプロジェクトⅡ（現状）松沢は日本で最も認知された精神科病院だが官僚的である ↓松沢病院に紹介しよう。行ってみよう。サービスの向上で、患者が集まり、人材が集まるようになった。 ↓更なるサービスの向上が期待できる。



第1分科会「地域づくり〜地域移行・地域生活支援体制を考える〜」報告

都連副会長 本田 道子



全国大会2日目は北区赤羽会館での4階大ホールで42名の参加者を迎えて行われました。

前夜の東京中をびっくりさせた震度5強の地震はこの大会にも影響を与えました。

朝の交通機関がもろに影響を受けていました。こちらの分科会でも問題提起をお願いしていたお一人が途中の駅で身動きが取れない、タクシーもなかなか来ない、という状況に。

そんな中でも15分遅れでスタートができ、東京の郊外三鷹市にある井の頭病院で行われている退院支援の取り組みが原瑞穂氏により紹介されました。

「流れる雲の会」での入院中の施設見学・病院職員への地域移行への研修など積極的な退院支援の様子がリアルです。

もっとリアルだったのは千葉信子氏によるその井の頭病院を30年間勤めたあと退職し、現実の中での支援の実際のレポートでした。その中で浮かび上がってきたさまざまな困難さの紹介、制度の問題提起や改善点、ケア付き住宅の必要性、などと皆さんも真剣に受け止めている様子が伝わってきました。

同じ地域で長年関わっている伊澤雄一氏からはこれからやって来る「超超高齢者社会」の中でますます困難さを増すであろう障がい者、

とりわけ精神障がい者の支援をするマンパワー不足のこと。地域の支援体制の充実の必要性、など、どの問題も私達が声を社会に対してあげてゆくこと、あげ続けてゆくことの大切さをスライドを使いながら説明。予定時刻を繰り下げて質問にも丁寧に答えてもらい心を残しながらの散会となりました。



第2分科会「精神疾患からの回復を

どう支援するか」就労支援を通して〜

都連理事 大山 竹彦



前夜の関東地方での地震で当日はJR等の電車がストップするなど、参加される皆様のことを心配しましたが、15分遅れの10時15分から開会しました。最初に問題提起者の国立市にある多摩棕櫚亭協会の小林由美子氏から精神障がい者の就労移行支援事業所ピアスについて報告がありました。

「精神障がい者の就労は、ただ働く事だけを意味しません。そこには自信や自己評価のアップ、さらに言えば失われた尊厳の回復があります。」と述べ、これまでに255名の方が就労し、その定着は年間90%、数年後の確認でも49%と、その後のフォローも行き届き就労支援への35年の活動を話されました。二人

の問題提起者の横顔等の紹介がありました。2番目の問題提起者はタクトホーム(株)内藤篤子氏からは「今の会社で働くまでの経緯」で、「調子を崩してしばらく休んだり、トレーニングの時間をなかなか増やせなかったりがありました。同じ志を持つ仲間と交流を深め、支えられたからこそと、ピアスの支援者さんが明るかったからこそです。」内藤さんは心の中で『ピアスの魔法』と呼び、後輩は『ピアスマジック』と定着しているそうです。様々の思いを乗り越えて、自分の居場所を手に入れたとことを話してくれました。

3番目の問題提起者桜井博さんからは、「回復」振り返ってみると次の3つのことが浮かびます。1番目が薬、2番目が安心できる人間関係の構築、3番目が方法WRAP(元気回復行動プラン)IMR(リカバリプログラム)などで病を科学的に捉えたこと。「人は何故精神を病むのか？」その答えは見つからないですが、就労を通じての人間関係のなかで、気づかされることが多いと報告されました。

助言者の池淵恵美氏からは、二人のお話は参考になりますね、「サポートを受け入れている」ことは共通している、周りの人を信頼出来、支援策をうまく活用している。とのことでした。80名もの皆様のご参加ありがとうございました。

第3分科会 「なぜ子どもは暴力をふるうのか？暴力はどうしたら止むのか？」報告

都連理事 前山 栄江

「精神障がい当事者と家族の相互理解学習プログラム」（そうかいプログラム）を題材に、蔭山正子先生と、当事者と家族お二人ずつにお話していただきました。

当事者の方からは、暴力につながる理由として、

- ・ 幻覚妄想に左右された時の暴発、
 - ・ 不安など、何だかわからないモヤモヤ、
 - ・ ストレスに対して甘えて当たりたくなる、
 - ・ 幼い頃からの干渉、親の支配への爆発
- があり、暴力に対する家族への思いとして、
- ・ 暴発後は世間体より子どものことを心配してほしい、
 - ・ 一時間位そつとしてほしい、その後「さつきはどうしたの。大丈夫。」と声をかけて欲しい、

というお話がありました。ご家族にとっては、病氣、暴力に対してご自身も辛い中で、こうした当事者の思いを理解されるのは難しいのですが、当事者の思いを理解された家族の方からは、

- ・ 見えないプレッシャーを与えていた、
- ・ 回復を焦るあまり追い詰めていた、
- ・ 指示、説得で本人の力を奪っていた、
- ・ 子どもの意見に耳を傾けていなかった、

というお話がありました。どの家庭でもありうる、こうした親子の認識のずれへの解決策としては、

- ・ 適度な距離を保つお互いの環境づくり
- ・ お互いのため込まない親子関係作り
- ・ 当事者の居場所が必要、ピアサポートの活用は大切、というお話がありました。

親も子も話を聞いてくれる人が居ることが安心感につながるので、支援の仕組みが重要だと思います。

最後に、お母様から「親も被害者でもあったが、加害者でもあった。」と心痛むに残ったお話がありました。

一度立ち止まって振り返り、気づきの大切さを思った講演でした。



第4分科会 「誰もが人生の主人公く子離れのススメ・親亡き後の準備」報告

都連副会長 樽田 英夫

赤羽会館講堂を会場に行われました。

最初に多摩草むらの会の、B型事業所「パソコンサロン夢像」の指導者である上村茂さんが、それぞれの人が生きがいを見つけ、ステップアップしていくことができるよう指導している。また気軽に役所に出かけ相談し、行政とのつながりを持つことが大切だとい



うことを話しました。

続いて、当事者の佐野文宣さんが、多摩草むらの会のB型作業所に働いた後、現在ではパート職員として雇用されているという現状を話し、親亡き後の諸問題に対応するのに、草むらの会のネットワークを頼りにしているという報告をしました。

次に、同じく当事者の根間あさ子さんが、長い間引きこもっていたが、安心して引きこもれたので、逆に引きこもりから脱出できた。現在では結婚もし、「夢像」のスタッフとして働いている。悩める人の相談に乗るために、精神保健福祉士の資格も取った。自分らしい暮らし方を見つけて元気でやっている人がたくさんいる話をしました。

以上の話を受けて、助言者であるやどかりの里理事長の増田一世さんが、安心していられる場所を作り、一人一人が主人公の社会を目指す。お金よりも人とのつながりを残すのが親の役目であるとコメントしました。

続いて、「親なきあと相談室」を主宰している渡部伸さんが、「親なきあと」の課題は、
①お金の準備 ②生活の場の確保 ③困ったときの支援の3つである。「親なきあと相談室」があれば、このような課題に対し解決の道筋を示すことができると話しました。

最後に根間さんが、今私がこうあるのは、分け隔てなく育ててくれた親によるものだという発言に拍手を浴びて終わりました。

親亡き後の精神障がい者の自立生活実現に向けた、親の準備と関連要因の解明に関する調査へのご協力について

都連副会長 植松和光

2021みんなねっと東京大会においても分科会で「親亡き後・・・」について多くの関心が集まりました。

さて、今回の調査は、精神障がい者の子を持つ親が、親亡き後の当事者の地域での生活を見据えて具体的にどのような準備をしているかを目的に行われます。

調査を行う方は、吉岡京子氏（国立保健医療科学院上席研究官） 蔭山正子氏（大阪大学高等共創研究員教授） 他二人の研究者です。東京つくし会としては、今回調査の目的に賛同し、全面的に協力をすることを理事会で決定しました。

調査内容

1 精神障がいがある当事者本人のことに

○年齢○主病名○発病時の年齢○精神障害者福祉手帳の有無○治療薬の服薬状況○同居家族○当事者の住まい等の内容です。

2 親・兄弟自身のこと

○年齢○当事者とあなたの関係○現在の住まい○当事者との同居年数○現在の就労状況○世帯収入○現在の治療中の病気の有無○当事者との生計○家族会への参加についてどのように感じているか。等の内容です。

調査方法

11月5日に行われた単会会長会議において、調査の主催者吉岡氏から調査の説明趣旨あり、出席された家族会には、調査用紙枚数の希望票が配布されました。

欠席された家族会には、つくしだより月号に希望枚数調査票を同封しますので、添付の返信用封筒にてご返送下さい。

今回の調査は、今後の精神障がい者とその家族（兄弟）の国や都道府県、区市町村への提言や要望をしていくための基礎的な資料となります。

アンケートにご協力くださいますようお願いいたします。

☆ 賛助会員（敬称略） ☆

田沢 幸子 2000円

伊藤 千尋 2000円

☆ 講演会のお知らせ ☆

○12月11日（土）

「統合失調症の陰性症状とうつ症状の生活と回復」

講師 精神科医・大泉病院社会医療部長

山澤 涼子氏

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

編集後記

毎日コロナの感染防止、感染者数が叫ばれ続けていましたが、やっと私達の生活も、もとにもどる兆しが見えてきました。思う様に活動も出来なかった家族会もあったと思います。またストレスや不安等吐き出す誰かとながっている安心感の大切さを感じております。

文京区家族会では今迄と変わりに活動してりましたが、自分では遠方で薬を飲みながら頑張っている息子にも会いたい！孫達と一緒に墓まいりに、友人と旅行おしゃべりしたいと色々と頭によぎります。

皆さんは、いかがでしょうか？でも、第六波の心配もぬぐいきれませぬ。

人混みは避けて引き続き気をつけて行かなくては安心出来ません。一日も早く収束を願うこの頃です。

都連理事 前山 栄江



つくしだよりは赤い羽根共同基金の配分を受けて発行しています。