

# つくしだより



令和4年7月号

## 2022年度

### 東京つくし会評議員会報告

都連理事 中住 孝典

6月23日(木)下北沢の北沢タウンホールで評議員会が行われました。3年ぶりに来賓もお招きしました。都議会厚生委員長・おじま紘平氏、都議会自民党政務調査会長・小松大祐氏、都民ファーストの会幹事長・増子ひろき氏、都議会公明党筆頭副幹事長・伊藤こういち氏、日本共産党都議会議員団政策調査会長代理・里吉ゆみ氏、都議会立憲民主党幹事長・西沢けいた氏、都議会生活者ネットワーク・岩永やす代氏、自由を守る会・上田令子氏、グリーンな東京・漢人あきこ氏、東京都福祉保健局精神保健医療課長・佐藤淳哉氏、東京都手をつなぐ育成会理事・立原麻里子氏、東京都自閉症協会・副理事長・井上實氏がご出席くださりご挨拶をいただきました。

評議員会は定足数59名中41名の出席と18名の委任状(欠席なし)の参加をもって成立いたしました。

2021年度事業活動報告が眞壁会長よりありました。①コロナ禍の中で「みんなねっと全国大会イン東京」を(2年連続して全国大会を中止するわけにはいかないという強い思いもあり)全国大会として初めての試みだったオンラインを併用し2ヶ所の会場を使って開催し、大変ではあったが苦労が報われ成果の大きかった東京

大会だったこと。この時「東京大会記念歌」として作った「つくしんぼ」の歌も披露することができました。②6月に2年ぶりに評議員会を開催。上半期講演会(訪問看護の現場実践)も同時に実施。2022年2月には下半期講演会(引きこもり支援の現場から)をオンラインで行い、そのため参加者の幅が広がったこと。③東京都福祉保健局・教育庁への要望活動や都議会各政党・会派への働きかけはコロナ禍による人数制限で理事だけで実施したこと。④家族会活性化事業としてコロナ禍で家族会活動の継続に苦勞している会長の交流会(会長会議)を開催。東・西ブロックが統合され「23区ブロック」となり家族相談員養成事業も23区と多摩の2つのブロックで開催したこと。④財政問題としてコロナ禍で家族会活動も十分できないことから会費徴収を控える会もあり会費徴収が大きく落ち込んだこと、また根本的な財政問題には着手できなかったことなどが報告されました。2021年度決算報告を安藤会計担当理事が、会計監査報告が苛原監事から報告され全てが承認されました。

2022年度の事業活動計画案が植松副会長から報告され①家族会活動の維持継続と活性化への取り組みの推進②精神障害者の人権を守る運動(身体合併症対応、隔離・身体拘束・精神科特例の廃止)③アウトリーチ体

制の充実に向けた取り組みなどが提案され、厳しい財政状況の中で予算案も示され、いずれも承認されました。

そのあとの質疑応答でも活発な質問や意見が出されました。「年間家賃90万円は大きな負担。公共の施設に入れないか、篤志家から格安家賃で借りられる方法はないか」「10人の理事でこれだけの事業を行うのは大変なこと、公益社団化して収益事業など行わないと財政問題は解決しないのでは」「行政は相談に行ったら家族によく家族会を紹介してくるが公的な支援を受けていない。家族会は社会資源の一つ、財政的な支援をしてほしい」これらの声を少しでも現実につなげていく事が喫緊の課題と感じています。

最後に2022年度役員が提案され承認されました。なお、理事の川崎洋子氏、松沢勝氏が退任されました。長い間本当にありがとうございました。お疲れ様でした。

### 2022年度役員体制(敬称略)

会長	眞壁博美
副会長	植松和光 本田道子 轡田英夫
理事	安藤万寿代 大山竹彦 前山栄江 江頭由香 古怒田幸子 中住孝典 嶋倉ちづる 西谷英理 池田正 小澤輝江 池田正 小澤輝江 苛原真也 鳥山克宏 羽藤邦利 野村忠良
相談役	野村忠良

## 講演会報告

「こんなときどうしたらいいの」

～思春期のこころの病かな～

都連理事 江頭 由香

日時 令和4年6月23日14時～16時

場所 北沢タウンホール

講師 東京さつきホスピタル 副院長

遠藤季哉先生

最初に先生より本講演会の理由として、  
①若い親の入会につなげるため思春期の子のこころの病への理解が必要、②長期の疾患に苦しむ大人の当事者は思春期の気持ちを持って参考にしてほしい、という説明がありました。

本報告では、講演会内容・Ⅰ学校生活とメンタルヘルス・Ⅱ統合失調症・Ⅲ発達障害の中で、Ⅰを中心に報告します。

学校生活は、子どもの立場からみると、  
①同世代との交流、選択できない大人の指導者、②生活の半分学校、毎日日課の強制、③興味の有無にかかわらず未知の対象に取り組む学業、という大変さがあります。

また、思春期の心性としては、優越欲求と劣等感、万能感と被害者意識などアンビバレント(両価性)による葛藤があること、加害者になりやすく被害者になると助けを求めにくい心性もあり、多大なストレスに

つながります。学童期以前は発達の遅れなど親からの訴えだったものが、小中高と学年が上がると、対人関係の問題など外的要因の比重が上がり、当事者からの訴えに変わります。

ストレスにうまく対処できず精神症状が現れると適応障害となりますが、学校は、様々なストレスがかかる場所であり、対応できずに適応障害を発生することは珍しくありません。また、適応障害を経て統合失調症になるケースや、背景に発達障害があるケースもあります。適応障害の治療としては、外来での薬物療法と環境調整を行い、短ければ数週間、長くても半年以内に症状は回復します。但し、学校復帰にあたっては、発症前と同様の環境であれば再発可能性が高いため、負荷や人間関係等の調整が必要です。

思春期の課題としてある「不登校」については、半年から数年の事例については医療、福祉の援助が入ることになります。不登校の理由で一番多いのは「行きたくない」という無気力型です。きっかけは人間関係でも、その後リトライする意欲がなくなることも多いため、登校するメリット、楽しさを理解してもらう、目の前の実利を理解してもらうことが必要です。

また、「教育」と「医療」の違いとして、「教育」は相手の能力を引き出そうとすること、望ましい状態にするために心と体の両面に意図的に働きかけること、一方「医療」は、病気という名で呼ばれる状態を、回復させるか悪化を阻止しようとしてとられる行為、であるという説明がありました。

「Ⅱ統合失調症」ではARMS(発病危険状態)に早く気づき家庭・学校・医療が連携し、治療意欲を持った受診につながることを、「Ⅲ発達障害」ではADHD、ASDについて具体例説明があり、「お魚くわえたら猫 追っかけて」のサザエさん主題歌が、ADHDの中核症状である、衝動性、多動性、不注意を備えているという楽しい説明もありました。

東京さつきホスピタルの発達・思春期精神科の思春期病棟の特徴としては、行動障害の目立たないお子さんに対しても積極的に介入する点、医療に特化せず日常生活の再現を重視する点があるそうです。また、対象が小5～高3までの思春期部門だけでなく、18才～30代前半までの発達障害、又は疑われる人の成人部門もあるという特徴があります。成人部門は、一般の精神科では診ていただけない方が相談し、社会適応治療につなげているそうです。

## 退任理事の挨拶

NPO法人練馬すすしろ会 理事長 松沢 勝

この度、理事を退任することになりました。二〇一〇年に理事就任以来一二年間、皆様には各所でお世話になりました。この間のご厚誼に厚く御礼申し上げます。

在宅で過ごす事が多くなり、最近はやりのユーチューブで観ていたら、世界幸福度ランキングが発表されました。

三月二〇日は国際幸福デーとされています。調査対象は、世界の150ヶ国以上となっていて、二〇一二年以来実施されています。

調査項目は六項目①国民一人あたりGDP ②社会保障制度③健康寿命④人生の自由度 ⑤他者への寛容さ⑥国への信頼度。

二〇一一年の世界幸福度ランキングは、一位フィンランド、二位デンマーク、三位スイス、日本は、第五六位です。

その理由は、前記の人生の自由度と他者への寛容さの二項目が影響しています。人生の自由度は労働環境が反映され、日本人は働きすぎで休暇も取りにくいという評価をされています。

他者への寛容さは、積極的に寄付をおこなったりボランティア活動に参加したりする風習が根付いていないという評価によるものです。

## 「理事を辞するにあたって」

大田区精神障害者家族連絡会（つばさ会）

会長 川崎 洋子

都連とのおつきあいは、今から30数年前今は亡き鈴木香代子さんが理事をされていた時で、1990年台になります。その頃は茶話会形式の交流会がおこなわれ、20名から30名のかたがたと語り合った思い出があります。その後「全家連」解散に伴い新しい全国組織「みんなねっと」立ち上げのための実行委員会に眞壁さんと参加しました。そして2008年に「第一回みんなねっと全国大会」を東京新宿厚生年金会館で開催でき、あの時会場に集まった全国の家族の熱い思いは今も変わらず流れています。みんなねっとの理事長を8年務め、都連に戻りました。

都連に戻ってからの思い出は、なんといっても「都連50周年記念誌」の発行と「記念式典」です。50年を振り返り、まだ根深かった偏見の社会に堂々と前向きに進んでこられた先輩諸氏の活動力に心から敬意を表します。親も当事者も高齢化する時代となりました。益々家族会の必要性が説かれています。この家族会の光が街のすみじみまで困っている人に届くことを祈っています。

## 「新理事として」

大田区精神障害者家族連絡会（つばさ会）

副会長 古怒田 幸子

今期理事を務めさせていただくことになりました。どうぞよろしく願いいたします。らくらくホンのインターネットで「ギネス最高齢者は？」と聞いてみると先日亡くなった日本の田中力子さん（福岡）119歳とか。そうか。長寿になったとはいえ、たかだか120年余か。次女（48）は発症して21年余。それでも「当たり前」「もつと長い」との声がでる。

10数年前までは8割が統合失調症と診断され、その後「心の病」も多くの分野があり、今、対応に模索中の段階。娘もこの間2度セカンドオピニオンを受診したが、「統合失調症ではなかったと思う」といった医師もいる。圧倒的に隔離拘束と薬に頼ってきた日本の精神医療。薬も知る権利のほろんどわからず「口を出すな」という医師もいる。早期発見・早期治療が叫ばれ、早期発見の努力は前進もあるが、早期治療Ⅱ自立・社会参加は遅延として進まない。80×50が実態と言える。「親亡き後」から「親あるうちに」当事者と親の言い分をよく聞いて双方理解できる解決を期待する。雨の季節、紫陽花と名もない雑草がいきいきと輝いている。

このコーナーは、家族会間やつくし会との情報交流の場です。より良い家族会活動のために役立つ場にしたいと思っています。載せたい情報を毎月 20 日までに、つくし会事務所に FAX(03-3304-1108)またはメール(tsukushikai@chorus.ocn.ne.jp)でお寄せください。

【第 27 回 NHK ハート展 詩の募集】 応募締切 2022 年 9 月 6 日(火)

NHK ハート展は、全国の障がいのある人から寄せられた詩を紹介する展覧会で、今年で 27 回目を迎えます。

日常で感じる気持ち、心にわいてきた言葉、誰かに伝えたい思いを詩に込めて応募してみませんか。

障がいがある人が書いた 100 字程度(短くても可)の詩 お一人 5 編まで

〈問合せ先〉NHK 厚生文化事業団「NHK ハート展」係 電話 03-3476-5955(午前 10 時～午後 5 時)

E メール info@npwo.or.jp HP <https://www.nhk.or.jp/heart-net/event/art/>

講演会のおしらせ掲載について

つくしだよりに講演会などを掲載ご希望の方は、掲載希望月の前月月末までに東京つくし会宛てメールか F A X でチラシまたは内容を記入したものをお送りください。

(例 掲載希望: 9 月号 締切: 8 月末)

紙面の都合上掲載できないこともありますのでご了承ください。メールに添付してデータをお送りいただくと東京つくし会のホームページにも掲載できます。

東京つくし会事務局 (10 時～15 時水土日祝休み)

電話・F A X : 0 3 - 3 3 0 4 - 1 1 0 8

メールアドレス : tsukushikai@chorus.ocn.ne.jp



★ 賛助会費 ★  
大田つばさ会  
ありがとうございます。

5000 円

編集後記

お気に入りのことば  
「雲中一雁」

この言葉は安野光雅さんがお気に入りの言葉としてお話されていたものです。

まだ絵が売れていない頃にこの言葉と出会い、まるで自分のようだ、この雁は自分自身、今は雲の中でこの先も周りも何も見えやしない、不安はいっぱい。

ただ飛ばなくてはなぜなら、雁は俺だ。たった一人この雲の中を飛んでやる。

そうして先生は飛び続け、やがて青空と出会い私達にたくさんのすばらしい絵やご本を残してくださいました。

私も自分を信じて。飛び続けていれば、いつかきっと。青空と出会う。

世の中の空気が変わっていく、ことを信じていたい。

7 月は青い空と青い海

旅立つ君は 蒼に染まりて

都連副会長 本田 道子

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。