

つくしだより



令和5年4月号

東京都精神保健福祉相談事業講演会

「統合失調症の養生の仕方」

～脳と心の違いについて～

都連理事 安藤 万寿代

2月18日(土) 14時～16時、東京

都精神保健福祉民間団体協議会(都

精民協)主催・Zoomによるオンライン

配信で開催されました。講師は糸

川昌成先生(東京都医学総合研究所

副所長)で、当日と後日のオンデマン

ド配信の合計で175名の参加があ

りました。

精神科が担当する病気には、①ゲ

ーム障害・社交不安症(上がり症)②

統合失調症・躁うつ病があります。

統合失調症の提案者エミール・クレ

ベリンは「直線的な経過と波状の経

過があります。」と説明しています。

統合失調症の原因には、双子研究・

ドーパミン仮説があり、強すぎると

なるそうです。薬物療法は神経伝達

物質の働きを弱めるとフランス外科

医アンリ・ラボリが発見(1952

年)しました。

心は脳より大きく、心のモノ部分

(脳)は頭蓋骨の内側(神経回路網・タ

ンパク質)と、心のコト部分(脳以外)

は頭蓋骨の外側(自分と相手の関係

性・履歴・家族)とあり、丹精込め

る、心を込める・心を寄せる・気持ち

を汲む事が求められます。

○精神療法のエッセンスについて

・患者を了解する事。

・聞き手である私は全く同じ体験を

したわけではないのに、話し手であ

る相手の心、その心の動きが「よく

わかる」という。そして相手は、私

にそれが伝わることを知ると「少し

気持ちが楽になった」という。

・二つの心の共鳴する事、人と相対

し言葉を交わす時、映画や小説の主

人公に心を寄せる時にも同じように

働く、心だけの持つ特質、心を脳に

置き換える時に視野にはいらなくな

る側面がある。

・精神科治療的に作用しているのは、

医師の追体験しようとする態度が大

切です。(耳を傾ける)

精神科と内科の違いは「モノとコ

ト」・「症候群と疾患」で心は脳より

も大きいです。脳にも恒常性があり、

調子がいい時と悪い時があります。

後悔と反省があるが、いい時にヒン

トがあり、生活に取り入れると良い

です。(自然治癒力)

○脳にいい事と悪い事について

・する前とした後の感じを比較する。

振り返える事が良いです。脳に良い

事を増やして行くのは回復に繋が

ります。その人らしさを生かす事が、

回復への一つのヒントになります。

※講演会の感想から

・病気を持つ当事者への接し方が良

く分かりました。「尊厳・自尊心・気

持ちいいことをする・物語を生きる」

薬を減らし、幸せに生きてもらえる

ように頑張ります。

・自然治癒力のお話は、とても参考

になりました。薬の服用以外に、人

間として大切な尊厳、自尊心の部分

に気づいて行く努力が必要だと改め

て感じました。

・「その人の生きる物語」や「尊厳」

という新しい観点を学びました。こ

れまでは本人が通院しているか、き

ちんと薬を飲んでいるかばかり気

を取られていましたが、本人の行動

の意味を考えてみようと思います。

・息子の価値観を変えるのではなく、

私の価値観をもっと耕していきたい

です。

・精神疾患は「症候群」という説明

に納得しました。

今回の講演会は、満足度が高い講

演で好評でした。

令和4年度第2回みんなねっと

関東ブロック都・県連会長会報告

都連副会長 榎田 英夫

日時…令和5年3月6日午後1時～4時半
場所…東京都障害者福祉会館

関東ブロックとは、東京都、埼玉県、神奈川県、栃木県、茨城県、千葉県、群馬県の一都六県のことです。

最初に、みんなねっとの事務局長の小幡恭弘氏が国連障害者権利委員会の対日審査に参加したので、その報告がありました。

以下小幡事務局長の報告要旨です。

そもそも障害者権利条約とは？

「私たちのことを私たち抜きに決めないで」を合言葉に、世界中の障がい当事者が参加して作成され、障がいのある人もない人と同じように暮らせる社会を目指す国際条約です。国に対して、障がい者の地域社会での生活、教育、雇用など様々な権利を実現するために立法や行政の手続きをとること。障がい者に対する差別となる既存の法律、規則、慣習及び慣行の修正又は廃止を義務づけています。日本はこの障害者権利条約を2014年に批准しました。

昨年の8月22日・23日に日本政府報告書に対する審査(建設的対話)が行われました。そして、9月9日に日本政府に対する総括

所見(勧告)が発表されました。

それによれば、精神科への強制入院を可能にしている法律の廃止を求めることや分離教育の中止など、日本の課題(精神科病院を含む脱施設化とインクルーシブ教育)が的確に指摘されました。とりわけ「非自発的入院および治療の廃止」は極めて大事なことですと指摘されています。

総括所見は第1条～33条まで懸念と勧告がまとめられています。医学モデルから脱し、人権モデル・社会モデルでとらえていく視点が重要であることが示されています。みんなねっとでは、条約の勧告と「みんなねっと提言」を指針にし、障害種別を乗り越えて統一、連帯して実現のため取組をさらに進めていくことが大事だと感じています。

【第10条】「生命に対する権利」

委員会は障害者が死亡した事例に関する報告について懸念しているとして以下の3つの点を挙げています。

(1) 障害者の意思及び希望が考慮されていないこと、障害者の生きる権利の保障の欠如。(2) 障害を理由とする強制入院の状態での身体拘束。(3) 精神科病院での死亡の原因や状況についての統計や独立した調査が行われていないこと。

【第15条】「拷問、残虐な、非人道的で品位を傷つける取扱い又は刑罰からの自由」

医療観察法の廃止。侵襲的な医療行為や、子どもや障害者に対する本人の同意を得ない強制的な治療を禁止し、強制的な治療を受けた人の権利侵害を調査・救済するための独立した監視システムを構築すること。

【第16条】「搾取、暴力、虐待からの自由」
障害者虐待防止法の適用範囲と有効性が欠如しており、教育、医療、刑事司法の場における障がいのある子どもや女性を含む障がい者に対する暴力の防止、報告、調査が妨げられていること。

【第19条】「自立した生活と地域社会への参加」
精神科病院に入院している障がい者の無期限の入院をやめ、精神科病院から地域で自立した生活に効果的に移行することを都道府県に義務付けること。

【第25条】「健康」
精神保健医療を一般医療と分けている精神保健福祉法の廃止を含む精神医療を一般医療へ編入すること。

次に各県連からの報告がおこなわれました。埼玉県連から、令和5年度の全国大会が、10月14日(土)～15日(日)「レイボックホール(市民会館おのみや)【大宮駅下車徒歩5分】で開催します」という報告がありました。

ひきこもり 当事者は146万人

誰にでもどの家庭にも起こりうる

都連理事 前山 栄江

2月5日(日) TOKYO FMホールで、厚生労働省による、ひきこもりの知識と理解の普及啓発、情報発信として、タレントの高橋みなみ氏、支援者、経験者等を迎えて、「ひきこもりボイスセッション」が三部構成で開催されました。

第一部 ひきこもり当事者の思いをトークと歌と俳句で知る

第二部 みんなで生きやすい地域について全国のひきこもり経験者、支援者とともに考える

第三部 ひきこもり相談会

「親の甘やかしでは?」「怠けでしょ。」「仕事をしなくてうらやましい!」「こういって誤解、偏見がひきこもりにはあります。親との関係性のこじれ、学校でのいじめがきっかけの不登校、就職先でのパワハラや過酷な仕事、8050の問題に直面した中高年家族の転職、介護や育児などの多様なきっかけでのひきこもり。また医療の助けが必要なこともあります。このようなことは、どこの家庭でも起こりうることです。

ひきこもりへの誤った認識で、当事者、家族は周囲からの理解が得られず孤立しが

ちです。知識、理解を深め、生きやすい社会・地域を作ることによって安心して暮らせる社会を作り上げたいものです。

「ひきこもりホットライン」の電話相談では、まだ支援につながっていない当事者、ご家族とオンライン電話相談を個別に受け、困りごとや悩み思いを吐き出して気持ちを軽くしてもらいました。支援を希望される方には繋ぎ先の情報を提供しました。今回の電話相談で現状を少しでも変えられるきっかけになればうれしく思います。

2022年度第二回多摩ブロック会議報告

都連理事補佐 池田 正

2023年3月4日(土)、第二回多摩地域ブロック会議が、府中市立片町文化センターで開催され18単会29名が参加した。

◆都連からの報告

① 昨年、都知事ヒアリングにて、グループホーム職員の資質向上の研修予算が、3割増額の四千万円となった。

② 2月20日、3年ぶりに「病院家族交流会」を開催し、8家族12名と役員9名とが交流した。

③ 単会訪問活動は、15回実施できた。

④ 2月報道の滝山病院での暴行事件を受け、都連として、「滝山病院事件に関する

声明文」と東京都に対し、「入院患者の退院支援」、「身体合併症の治療ができる公的病院増」、「他の精神科病院の早期実態調査」を緊急要望書として提出する。

⑤ 2023年度評議員会・上半期講演会は、6月23日(金)北沢タウンホールで午前は評議員会、午後は日本社会事業大学古屋教授の講演を予定している。

⑥ 東京つくし会の会員数及び納入会費は、この13年間で大きく減少、毎年必要経費を、特別積立金を取り崩して、補填している。幸い事務所家賃に関して、会員から所有物件を廉価で賃借でき、1月25日に移転し、赤字解消の大きな一歩となった。

◆単会からの報告・提案

・会議の度に貯金箱を置き、みんなねつとや都連に寄付している。

・東京つくし会の財政悪化に関して、我々単会は、危機意識を持って対応すべきだ。

・ホームページは、大きな戦力である。

・基幹相談支援センター事業が未だ不透明

◆協議事項

① 来年度の東京都予算要望の際、福祉手当、再検討が必要か議論した。

② 次回ブロック会議の日程候補を決めた。

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皆様に役立つ場になりたいと思っています。載せたい情報を毎月25日までに、つくし会事務所に、メール (tsukushikai@chorus.ocn.ne.jp) か FAX (042-453-7534) でお寄せください。

【知っ得情報】 東京都美術館 「障害がある方のための特別鑑賞会」

東京都美術館では、普段は月曜日が休館日ですが、その月曜日に障がい者のための特別鑑賞会を開催しています。障がい者本人と介助者1名が無料です。

【マティス展】

開催日時 2023年6月12日(月) 10:00~16:00 (入室は時間指定制)

申込期間 2023年4月17日(月)~2023年5月8日(月)

申込方法 東京都美術館 障害者 で検索し「障害のある方のための特別鑑賞会」HPから申し込むか、電話での申し込みです。電話 03-3823-6921 特別鑑賞会担当

*人数が少ないのでゆったりと落ち着いて観ることができます

☆ 賛助会費 ☆

おかげさまで2022年度の賛助会費は、
個人 (一口2千円) 25000円
団体 (一口5千円) 50000円
病院 (一口1万円) 100000円
診療所 (一口5千円) 1070000円
計147,000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 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く、何口でも結構でございますのでどうぞよろしくお願い申し上げます。

☆ 講演会のお知らせ ☆

○「障害年金の申請と更新の実際」

講師 あげぼの社労士事務所 鈴木 典彦氏

日時 5月13日(土)

会場 新宿区立障害者福祉センター

主催 新宿フレンズ ☎080-8082-0308

○「生き辛さを抱える人々が生きる力を身につけるための家族・周りの関わり方」

講師 S S Tリーダー 高森 信子氏

日時 5月19日(金) 午後1時半~4時

会場 高円寺障害者交流館1階 予約不要

主催 杉並家族会 ☎080-1004-1197

編集後記

桜のたよりも年々早くに聞くようになってきました。今年の桜は日本中が大熱狂したWBCの決勝に合わせたように満開!!

選手たちの大活躍で世界一! 素晴らしい成績を残してくれました。

野球のことは全く知識も興味もなかった私までも夢中にさせてくれました。

さあ!!元の生活に戻らなくてはと.....

最近、年を重ねてきたら先のことを色々と考えることが多くなってきました。

認知症になったらどうしよう。歩けなくなってしまうたら、お金、医療、介護のこと、

相続、親なき後の子どもの事 心配ばかり。こればかりはどうなるか分からず、不安を取り除くことはできないと思いますが、自分で出来る予防対策、終活準備しなくては忙しいです。でも、そればかりではなく楽しみも見つけて、うまくストレスと付き合いたいです。

皆さんはどんなストレス対応を考えていますか?

都連理事 前山 栄江