

つくしだより



令和7年2月号

東京つくし会の

これからの活動について

精神医療の変革を求めて！

都連副会長 植松 和光

東京つくし会は3年後には設立から60年になります。この半世紀以上の歴史の中で日本の精神医療はどのように変化してきたのでしょうか。

① 家族会活動はますます重要

設立当初は10家族会でしたが

現在は47家族会ではほぼ都内すべての地区に家族会があります。年間約1600件の家族相談や地域や病院家族会主催の講演会等は毎月どこかで行われています。また、家族会が精神障がい者団体の主体であることも認知され、地域社会ではなくてはならない存在となっています。今、家族会に求められているのは、日本の精神医療を国民本位の医療にするための活動の一翼を担うことだと思います。

② 精神医療の現状はどうなっているのでしょうか

ア 病床の減少

第一に精神科病院の病床使用率が全国平均で81.3%（2024年6月）と大幅に減少したことです。60%台に減少した県が2県もあります。2020年は全

国平均で93.1%でしたので実に12%の減少。病床稼働率が90%を切ると経営が厳しくなると言われています。

では、何故減少しているのでしょうか。一つには、新入院患者のほとんどが3カ月以内に退院。もう一つには長期入院患者の高齢化による減少です。死亡、合併症による転院や施設の入所及び認知症患者の半減（2000年8万7千人から2023年4万5千人）などが主な理由です。さらには日本の深刻な人口減少があります。

イ 減少し続ける精神科病院入院医療費収入

精神科受診者は、614万人（国民の20人に1人）と増え続けています。まさに国民病で、五大疾患の1位の病です。受診者の内訳をみると入院患者は28万人、外来患者586万人と95%が外来患者です。

入院医療費は2004年から16年間で1600億円もの減少で病院の危機的状況です。外来は135億円の微減です。まさに、日本の精神医療は入院治療から外来治療へと大きく変化しているのです。

③ 精神医療の転換

日本精神科病院協会山崎会長が新年の挨拶で次のように述べています。

抜粋 「民間病院では2/3の病院が赤字経営となっています。こうした中で、2040年に向けた地域医療構想に精神科医療も参画して、精神科病床の稼働率の低下、医療従事者の減少、社会保障費の削減等に対応するために、地域特性を予想した精神科病床の削減改革に着手する必要性に迫られています。病床削減に向けては100年間にわたって公立精神科病院の代用精神科病院として地域精神科医療に貢献してきた歴史を考慮させる必要性があると考えていますし……」

精神科病院のトップですら立場は違いますが危機感を持った発言をしています。やはり私たちの手で精神医療を変えなければいけません。

④ 国民主体の精神医療の実現を

・ 地域ケア中心の精神医療へ政策転換すること

・ 精神医療への差別扱いの解消と医療法に基づく精神医療の実施

・ どこに住んでも・どこの医療機関を利用しても、最善の精神医療を提供すること

・ 当事者の人権を保障し、国民に安全・安心の精神医療を提供する
・ 障害者権利条約に基づく精神医療を実現する

“入院者訪問支援事業”都連理事 寺澤 元一

第三者である訪問支援員が、医療機関外から入院中の患者を訪問し支援

※入院者の求めに応じて、都道府県等が派遣を調整



精神科病院に入院している方々は、病院の外の人たちと会って話す機会が極端に少なくなり、孤独感や自尊心が低下しがちです。

日常的な困りごとや支援についても誰に相談すればよいのか悩みます。家族もおらず、市町村長の同意で医療保護入院になった方々はなおさらです。このような方々には、病院以外の第三者による支援が必要となる場合があります。そこで、「ご本人の希望に応じ、訪問してお話しを誠実に傾聴し、生活に関する相談や情報提供等を担う訪問支援員を派遣する「入院者訪問支援事業」が昨年からは東京都でも始まりました。

訪問支援員に関する国や都の広報資料を引用すると次のとおりです。
①要件：特段の資格は不要。ただし、都の研修を修了する必要あり（オンライン動画受講数時間と対面演習1日）。②登録：研修修了者から都知事が選任、訪問支援員として登録。③訪問までの流れ：入院者から訪問の希望↓都が訪問支援員を指定↓訪問日程を調整。④訪問要領：訪問支援員は2人一組で

往訪。面会時間は患者さんの容態や希望によるが、30分程度。訪問後、記録を事業事務局に提出。⑤義務：守秘を厳守。⑥謝金：1回あたり1万数千円（都内交通費込み）。

私も研修を受けましたが、留意点は、訪問支援員は直接支援はやらないこと（相談内容の解決、医療・介護・福祉の利用調整、サービスの提供は想定されていない）、また、患者さんの相談内容（例えば、虐待の訴え等）で対応に迷えば、事業事務局に報告し相談することです。詳細は、事業名でIT検索できます。令和7年度研修予定は調整中です。照会先：東京都入院者訪問支援事業事務局
メール：cannet-tokyo@ncp.go.jp
電話：042-341-2712（内線6284）
精神障害者保健福祉手帳への
旅客運賃割引区分の記載について
都連会長 眞壁 博美

東京都福祉局より、交通運賃割引についての案内が来ましたので、お知らせします。
◆割引を受けるには
精神障害者保健福祉手帳の旅客鉄道株式会社運賃減額欄に、「第一種精神障害者」又は、「第二種精神障害者」区分の記載が必要となります。
◆対象者
都内在住の精神障害者保健福祉手帳の所

持者

・障害等級1級Ⅱ第一種精神障害者

・障害等級2級・3級Ⅱ第二種精神障害者

◆割引開始日

令和7年4月1日

◆対象事業者（JR東日本・東武・西武・小田急・相模など）具体的な割引内容は、サービスを提供する会社に直接お尋ねください。

◆記載方法

①交付日が令和6年11月30日までの手帳

お手持ちの精神障害者保健福祉手帳に、「旅客運賃割引区分が記載されたシールを添付します。」ご希望の方は、お住まいの区市町村窓口にて精神障害者保健福祉手帳をお持ちください。なお、家族、医療機関職員など本人以外でも手続きを代行できます。

・お住まいの区市町村窓口での対応は令和7年6月末まで。それ以降は、東京都福祉局障害者施策推進部精神保健医療課又は中部総合精神保健福祉センターで対応。

②交付日が令和6年12月1日から令和7年

3月31日までの手帳

あらかじめ旅客運賃割引区分が記載されたシールを添付した手帳を交付します。

③交付日が令和7年4月1日以降の手帳

あらかじめ旅客運賃割引区分を印字した手帳を交付します。

訪問しました

「武蔵野病院家族会 しいの実会」

都連副会長 本田 道子

地下鉄「小竹向原」の駅から病院までの、道のりは楽しいものでした。駅の階段を登った先は病院まで遊歩道になっていて、道路との間にはたくさん植木。1月18日土曜日のこの時期は山茶花や椿などの花が迎えてくれました。わずか10分足らずの道のり、通院の行き帰りにこれらの緑に癒される方もいることだろうな、と思いながら。会場は病院内の研修室で当日の参加者は18名程。

歴史のあるこの会なので以前はかなりの数の参加がおられたそうで「今は少なくなっってしまった」と先輩達。

交流会に参加ということでしたので、ご挨拶代わりにつくし会の最近の活動について話を少し。

NHKのアンケート調査と関連して滝山病院でのつくし会の立場や取り組み、交通費の取り組み、都庁、都議会への働きかけの話など。

交流会では、病院家族会だから、ということではなく悩みは同じです。親子で参加の方もおおいでした。

例会のあと「しいのみ会」のお部屋へおじゃ

ましました。単独で家族会の部屋があることは私などの単会から見ると羨ましいかぎり。これも家族ケアの重要性に早くから取り組まれた意欲的な医師と今まで支えてくれた先輩家族たちの賜物。そして今も病院との関係に心をくだしているスタッフの皆様の努力を思いました。早速にアンケートの発送にとりかかるスタッフの皆様の頼もしいこと。由来になったはずの敷地内の大木の椎の木にこれからもよろしく、とお願いしてしまいました。

「狛江さつき会」訪問報告

都連理事 寺澤 元一

1月28日、狛江精神保健福祉会「狛江さつき会」(会場：狛江市立あいとびあセンター)を訪ねました。建物3階に上がると、安藤万寿代会長がおられ、フロアーの大窓から一望できる多摩川や街並みをご紹介いただきました。会議室に入ると十数名の方々がお集まりでした。私の席には「希望を紡いでー創立30周年記念誌」(2017年刊)が置かれていました。1988年5月の創立月にちなんで「さつきのように大地に根をおろし、枝を伸ばし、成長していく」との思いを込め、「狛江さつき会」と銘打ったそうです。記念誌には、多くの方々から、会の

行事で辛さを語り合い、支えられ、学ぶことができたとの謝辞が寄せられています。また、精神障害者のための法制度の整備に向け、狛江さつき会が取り組んだ要請活動等も紹介されています。

この日のテーマは、「ひきこもり当事者の環境を『北風』から『太陽』へー当事者の自己治癒力を育む環境づくり」です。私は、家族として自身の体験談や私なりに学んだ次の4つの教訓など披露し、皆さんと自由な対話を楽しませて頂きました。

① 親が変われば、子も変わる…親が先ず、子への接し方、対話の仕方を変えて、安心できる家庭環境をつくる。

② 鳴かぬなら、鳴くまで待とうホトトギス…ひきこもり本人は「繭」(まゆ)の中で新しい誕生に向けて準備している。急かさず、待とう。

③ 子のなかに光(良さや強さ)を見出そう…それは、子の自信回復につながり、親の心にも希望の光がとれる。

④ 親は自分の人生を大事にして楽しむ…親もリカバリーの道を歩む。親の笑顔が本人にまた一つの薬となる。

私の話しの後、皆様との自由な意見交換で多くのことを学ばせて頂きました。狛江さつき会の皆様に心から感謝申し上げます。

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し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) または FAX (042-453-7534) でお寄せください。

【情報提供】カウンセリングルーム「メルディアウェルネス」のご紹介
障害のある方とご家族のためのカウンセリング

場所 新宿区大久保 2 丁目 5-22

費用 親または当事者と親の場合 障害者手帳提示で 60 分無料
当事者のみは 60 分 6000 円

交通 東新宿駅 3 分 新大久保駅 8 分

問合せ・申込先 電話 03-6302-1871 E-MAIL Well@mlda.jp

HP の申し込みフォームか電話で事前予約をしてください

★ 講演会のお知らせ ★

○東京都精神保健福祉相談事業講演会
「超短時間雇用が広げる

障害者雇用の可能性」

日時 2月22日(土)午後2時～4時

(開場 1時半)

講師 近藤武夫氏

(東京大学先端技術研究センター教授)

会場 東京都庁都議会議事堂 1F

都民ホール

定員・参加費 当日先着 250 名

事前申込不要。無料。

来場時、受付にて入庁手続き要。

問合せ先 就労支援センター

北わくわく館 03-3598-3337

○自立を目指して

通過型グループホームでの生活

～当事者の方のお話し～

日時 3月1日(土)午後1時半～4時半

話し手 「社会福祉法人本郷の森

ホームいちよう」

現役メンバーと卒業メンバー

職員

会場 文京シビックセンター 3階

障害者会館会議室 C

申込 文京区障害者基幹相談支援センター

03-5940-2903

編集後記

雨の日は雨の音を
風の日は風の音を

心を澄ませて静かに聴いている
流れる雲の行方を追いかけてながら

なあんてことを。

むかし自身の老後の生活をイメージしていた時、そんな隠居生活をしていきたいものだなあ、と考えていたものです。
今でもあながたれておりません、隠居生活。

節分が過ぎ太陽の光が力強さを増してきて

街角の木々の冬芽が動き出すこの頃。

街の中はまだまだ冬の真つ最中。

そんな中でも、そんな中だからこそ。

たそがれどきの茜の色が微妙に変化してゆくのを、この時期はいつもうれしくながめています。そうです。春のささやき。

季節はうごいていくのです。

もうじき春、やわらかなみどりの春がちかづいていくのを身体中が感じています。

いつときの幸せな時間。心が静かにあかねの色に。私は小さな幸せをみつける達人。

たそがれどきのひととき、あなたも西の空をどうぞ。

都連副会長 本田 道子