

つくしだより



令和7年9月号

みんなねつと事務局長との懇談

都連会長 眞壁 博美

8月18日(月)の午後、みんなねつと事務局長の小幡氏を東京つくし会事務所にお招きし、2時間ほど三役の理事とざつくばらんな意見交換ができたことを報告します

◆精神障害者家族会支援に向けて

今回の訪問の前に、みんなねつとから次のような文書が届きました。

【コロナ禍以降、全国で、休会・閉会を余儀なくされている家族会や、県連自体の運営も困難である声が寄せられていました。そこで、みんなねつとでは、2023年度から2025年度の3年計画で、全国の県連を訪問し、①現在の家族会の実態を明らかにし、②家族会活動を停滞させている理由を考察し、③家族会活動が活性化している要素を見出したと考えています。なお、この事業は、科研究費研究「精神障害者家族会支援に向けて」(科研究費番号:20K13773、研究代表者:伊藤千尋)の協力を得て、実施しています。今回の訪問は、その一環です。2026年3月までに調査結果を取りまとめ、本調査にご協力いただいた皆様を対象にした報告会及び意見交換

会(3月実施、オンライン対応)を予定しています」

事前に、東京都連に対する実態把握のアンケートを記入した内容を理事会に諮り、「みんなねつとへの要望」項目については、理事から様々な意見を出してもらったものをまとめました。

訪問当日は、主に、「みんなねつとに対する都連からの要望」をまとめたものを中心に話し合いをすすめていきました。

◆都連からみんなねつとへの要望

みんなねつとでは、2019年から3年をかけて全国の会員から多くの意見を募り「精神保健医療福祉への提言」を作り上げました。(2023年6月臨時増刊号参照)

その提言を踏まえて、

(1) 提言の具体化に当たって、当面の活動

(2) 機関連携と発信力の向上

(3) 組織力の強化

(4) 他障害者団体との連携

という4つの項目で話を進めました。紙面の関係で、すべてを報告できませんが、(1)では①みんなねつとを中心テーマとして「家族支援」活動を実施する。

②ケアラー(介護を負う家族等)支援法の制定を目指すこと。

③利用者中心の医療の実現

・精神科医療においては精神科合併症への対応強化のため、総合病院に精神科を設置するよう政府に働きかける。

・投薬だけでなく、心理社会療法・カウンセリングやアウトリーチを励行する医療(含む精神科診療報酬の改革等)を実現する。

(2)では、県連にホームページの設置、SNSの活用などを上げました。今、若い人の入会が増えていく家族会は、ホームページで定例会やイベントの情報を発信し、寄せられた悩みに丁寧に答えている家族会です。

(3)では、政令指定都市の家族会と各都道府県連との関係を調整し、政令指定都市の家族会によるみんなねつとの活動への積極的な参加を促す。

(4)では、交通運賃割引問題について、身体・知的障害者団体と連携すること。また、国際機関(障害者権利委員会等)への働きかけとして、パラレルレポートをみんなねつと独自に出すことも考える。

ケアラー（家族等）支援法の制定を目指して

都連理事 寺澤 元一

精神障害に苦しむ当事者を支える家族は、日々の世話やケアによる心身の不調、急性期の対応の困難さ、自身の高齢化や離職による生活困窮、当事者への向き合い方の難しさ、「親亡き後」など、様々な課題を抱えています。特に、母親や妻の立場にある女性は、24時間365日の無償のケアを一身に担うことが多く、自身の生活や人生のよるこびを犠牲にしがちです。

■ 家族等への支援の必要性

わが国の高齢や障害の福祉制度は、当事者本人に対する支援を目的に整備されてきたため、当事者を無償でケアする家族を支える視点を欠いてきたといわれます。その背景には、家族による介護（家族依存型ケア）を当然視する社会意識、行政側にも介護を家族に委ねれば、予算を要しないという安易な姿勢があることが指摘されています。

しかし、少子高齢化の進展、核家族化等により、家族依存型ケアはもはや持続可能ではありません。家族が倒れれば、当事者も倒れます。現に、当事者と家族がともに地域の中で孤立し、高齢の親と本人のひきこもり、親のケアを子どもが担うヤングケアラーの問題などが浮上しています。

■ みんなねっと精神保健医療福祉への提言

そこで今、当事者のケアを家族が担うことを当然視する現状から転換し、当事者を無償でケアする家族や家族でなくても家族同様に当事者を支えている人々（以下、ケアラーという）を国・社会全体が責任をもって支える体制を築こうという運動が始まっています。

全国精神保健福祉会連合会（みんなねっと）は、全国の会員の意見を募ってまとめた「みんなねっと精神保健医療福祉への提言」（2023年6月）の中で、長期的展望に立ち実現を目指すこととして、「家族をはじめとするケアラー支援法の制定」を提唱しています。これは、高齢・病氣・障がい等の当事者をケアする家族等のすべてのケアラーが、人として尊重され、健康で文化的な生活を営むことができるよう、支援するための法律の制定を求めるものです。

■ 海外における家族への支援

2010年に発足した「一般社団法人日本ケアラー連盟」という団体がすでにケアラー支援法の制定に向けて乗り出しています。同団体では、諸外国の状況に関する資料を作成しましたが、それによると、英国、カナダ、ドイツ、米国、豪州、北欧等の国々では、高齢や障害等の分野を問わず、当事者の

ケアを余儀なくされている家族をはじめとするケアラーの介護負担の軽減やケアラー自身の健康や権利擁護をはかるため、公的に支援することをめざし、ケアラー支援法を制定したいといっています。法律はなくとも支援策を充実させている国として、NZ、印、アイルランド、スウェーデン等もあります。

その下で、社会は、家族が無償でケアすることを当然視することなく、その負担を正當に認知・評価して、適正かつ応分の手当、税の減免や年金補填などの経済的な支援を行うとともに、介護技術支援なども含め、ケアラー自身の生活の質の向上に資する支援（エンパワーメント）も行っています。

ケアラーは支援を求める権利が認められ、行政はそれに応える義務があるのです。もちろん国毎に法令や施策は異なりますが、「国際ケアラーズ支援組織連盟」（IACO）という国際組織が各国のケアラー支援の水準を高めようと運動を展開しており、日本ケアラー連盟もこれに加盟して、国内でケアラー支援法や条例を制定する運動を推進しているといっています。

■ 今後の取り組み

我が国は先進国に比べ家族に対する公的支援が遅れています。今、われわれもケアラー支援法の制定を目指して具体的に行動を起こすべき時であると、私は考えます。

豊島家族会を訪問して

都連副会長 植松 和光

7月18日(金)の午後、豊島区家族会の交流会に参加させていただきました。

会場は、豊島区障害者福祉センター会議室で行われました。このセンターは目白の閑静な住宅街にあり、主に身体と知的障害の方が利用している施設です。

交流会には、ご家族、福祉事業所・保健所職員、研修中の学生など15名の方が参加していました。当日は、スライドを使用して説明をする予定でしたが、残念ながら使用できず、印刷した資料に基づき、1時間ほどお話をさせていただきました。内容は、自己紹介で、約30年前から家族会活動が始めてきたこと、そして当事者との関係や現在に至る過程について、特に発症前の事で大変な思いや、その後、何とか行政や福祉職の皆さんのお力を借りて、現在は元気に暮らしていることなどを話しました。そして、家族にとって、一番大変なことは何といても当事者の病状が悪くなった時への対応のこと、その時のどうしたら良いのか、今の精神科救急の現状と今後のこと、また、精神疾患を抱えた人が身体合併症への医療のこと、受け入れ先病院の現状についてお話をさせていただきました。

次に、私たち家族の高齢化に伴う家族会の運営についてのことです。

家族会は、地域の精神医療のとても大切な社会資源です。精神疾患で悩んでいらっしゃる方は沢山います。その方たちの相談先であり、励ましあったりする交流の場です。その場がなくなってしまうたら精神障がい者とその家族は大変困ります。これからも存続させ、活発な家族会にするために、行政や、福祉事業所等の支援や協力を得て区民に広報活動を行い、家族会の存在を理解していただくことが大切だとお話をさせていただきました。最後に皆さんからのご意見でしたが、殆どの方が親と同居です、親なき後をととても心配していました。

豊島家族会の皆様貴重な時間を有難うございました。

訪問しました家族会「立川麦の会」

都連副会長 本田 道子

眞壁会長の率いる「立川麦の会」

一度訪問したいと願っておりまして。やっと念願叶ったのは7月19日、この日も暑い土曜日の午後です。今回は暑さに負けていつもは私が勝手に「猫バス」と呼んでいる多摩モノレールなのですが、今回は会場の「幸学習館」までバスですぐ前まで運んでもらいました。今日は交流会に参加です。

始まりは歌を、というのは前から聞いていました。いつも声を出している皆様はさすが、です。とても美しい歌声が流れてびっくりします。この日は来年の発表会の歌も3曲決まりました。この歌声、声を出す、というのは身体のためにはもちろん、精神的にもなんだかすっきりして、いいな、と思いました。

もう一つ、本日の予定がプリントされて机上に。本日の配布物、「ジャガイモ」と「桑の実ジャム」とあります。家族会の手作りのものです。皆さんが残らないように気配りしながら購入中。これも長い歴史を感じます。以前は「手作り味噌」があり我が家は大変お世話になったものでした。

飛岡さんの司会で自己紹介を兼ねながら近況報告。

今は安定するという方もいる中で初参加の方が3人も。先輩たちが真剣に話に耳を傾けます。この日は参加者も20名と多かったので主訴を聞くのが精いっぱい状況で、もの足りない思いをなされたことだろうと思います。アフターフォローは「麦の会」の皆様におまかせ、です。

安定した地道な活動をしっかりとなさっている皆様に、たくさん学ばせていただきました。皆さま、ありがとうございました。

★ 賛助会費 ★ (敬称略)

NPO法人クララ	5000円
天下堂医院	5000円
柳沢クリニク	5000円
大倉診療所	5000円
徳井記念五反田メンタルクリニック	5000円
北千住旭クリニク	5000円
多摩病院	10000円
錦糸町クボタクリニク	5000円
石井メンタルクリニック	5000円
西村 徹	5000円
梶 達彦	2000円
吉田 晴哉	2000円
松原 のり子	4000円
打浪 誉	2000円
勝又 祐紀	2000円
土屋 米子	2000円
石川 義博	2000円
匿名希望	2000円

ありがとうございます。

★ 講演会のお知らせ ★

○考えたことありますか？ 精神障害者の生きやすさと政策の関係

日時 9月26日(金)午後1時半～4時

講師 大熊由紀子氏(国際医療福祉大学大学院教授)

会場 高円寺障害者交流館 開場1時
参加費 300円 会員無料(予約不要)

問合せ 杉並家族会 090-4535-9663

080-1004-1197

○心の病について知っておいてほしいこと
周り(家族など)の人に気づいてほしいこと

日時 10月11日(土)午後1時半～4時

講師 夏莉郁子氏(精神科医)

会場 小平市福祉会館小ホール 開場1時

参加費 無料(申込不要)

主催 小平市けやきの会 後援 小平市

問合せ 小嶋 (042-343-4559)

○親が変われば子も変わる

日時 10月19日(日)午後1時半～4時半

講師 高森信子先生

会場 多摩図書館2階セミナールーム2

主催 国分寺あゆみ会

080-1123-2502 (Eネダ)

定員 70名 申込不要 無料

○統合失調症とはどういうことか 心はどこまで脳ののだろうか

日時 11月1日(土)午後1時半～4時

講師 糸川昌成先生(精神科医)

会場 高円寺障害者交流館 開場1時

参加費 300円 会員無料(予約不要)

問合せ 杉並家族会 090-4535-9663

080-1004-1197

金曜日は 080-7716-8828

編集後記

八月の青い空と青い海

大空へ向かって語る愛と夢

そして希望と祈り

目のまえの利尻岳とオホーツクの北の海
広がるとんでもない大きな夕焼け

誰もが祈りの刻を知る そんなたそがれ

ハマナスの赤い花が夕風にひそかにゆれ

るその刻 とき 失望と共に小さなため息

福祉という枠の中に精神障害という4文字が抜け落ちていた と知ったあの時

時が流れる

先の見えない現実を

それでも人は生きてゆく

ひそかに 確実に世界は進展する

絶望だけではない 八月の青い空と海

オホーツクの海は変わらず

黄昏時のひそやかなため息が

それでもハマナスの赤い花は実をつけて

来年へ もっとその先へ 命を燃やす

利尻岳は

それがどうした といわんばかり

どつしりと美しい

負けてたまるか

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。