

月刊 みんなねっと

12
2023



水たまり チアキ

特集 精神障害者の自立と家族のあり方



～あなたの声をお寄せください～

家族・当事者のみなさまへ



- * あなたにとって「差別」とはどのようなことですか
 - * あなたにとって「虐待」とはどのようなことですか
- (実体験もお待ちしております)

みんなねっとでは国等の会議の場で、医療・福祉制度や施策をよくしていくためにさまざまな発言しています。みなさまから寄せられた大切なお声を、施策提言への参考とさせていただきたいと思います。

送付方法

メール desk@seishinhoken.jp

- お名前（匿名OKです）、診断名、年齢、お住まいの都道府県を入れてお送りください。

オンラインタイプの会員「WEB賛助会員」 （年度会費3,600円）募集のお知らせ

～従来の郵送版ではなくWEB上から「月刊みんなねっと」を閲覧でき、
スマホやPC、タブレット等からいつでもアクセスOKです～

★申し込み方法★

1. 新規でお申し込み

みんなねっとのホームページにアクセス→右上の人のマークから個人IDを取得→賛助会員の申込み（オンラインタイプ）→会費納入確認後に閲覧開始となります。

2. すでに個別賛助会員の方でオンラインタイプへの切り替えをご希望の方

みんなねっとのホームページにアクセス→右上の人のマークから個人IDを取得→マイアカウントにログイン→マイアカウント内紫色の賛助会員ご入会済の方はこちらより詳細情報を入れて登録→マイアカウント内オンラインタイプへ変更をクリックから進む→完了→会費納入確認後に閲覧開始となります。

3. 家族会・複数賛助会員の方は事務局へご相談ください。

もくじ

2023年 12月号 通巻第201号



2 みんなのわ——読者のページ

6

特集

精神障害者の自立と家族のあり方

柳尚夫

-
- 14 **フー！フー！これからの家族会 第8回** 谷野呉山病院家族会「ごさん会」(富山県)
- 16 みんなねっと相談室から(第56回)
死にたい気持ちを受け止める
- 18 子ども・きょうだい・配偶者 家族いろいろ(その44)
息子との25年間
- 20 リレー連載「リカバリーをめぐる、対話のように」⑨
やってみなはれ～当事者の思いに伴走する～ (対話)川村有紀・藤山航
- 24 **知りたい！聴きたい！こんなとりくみ**(第33回)
みんなねっとの表紙を52回飾った「ぷるすあるは」の取組
- 28 **精神科薬剤師に聞く！ クスリの疑問 第6回**
- 33 **カンタンてめき術(料理編)その34** いわしの炊き込みごはん
- 34 マンガ **自分を知りたい！～病との付き合い方～** 第三回 著:くう
作画:カワラハジメ
- 36 **お知らせします みんなねっとの活動**

特集 精神障害者の自立と家族のあり方

「親なきあと」ではなく「親ある間」に 家族も本人も幸せになる社会にかえよう

兵庫県豊岡保健所長 柳尚夫

お伝えしたいこと(執筆の動機)

私は精神保健指定医で、保健所長の22年を含む35年間、保健所で地域精神保健に携わってきました。みんなねつとの岡山大会(2017年)では、豊岡保健所管内ではあたり前の「ピアサポーターと地域移行・定着」の講演をしましたが、全国では

地域定着は少しずつ増えていますが、地域移行の利用者数は減少しています。今年の8月に愛知県の家族会で「当事者の相談を家族が引き受けるのではなく、社会が引き受けるための具体的な方法」をお話したところ、参加家族から「こんな話を早く聞きたかった」「月刊みんなねつとでも紹介して」と依頼を受け

たので筆を執りました。

(*ピアサポーター 当事者の支援を仕事にする当事者、以下ピアと略す)

家族はもう保護義務者ではない

家族会の働きかけで、2014年の精神保健福祉法の改正で「保護義務者」がなくなり、精神障害者を家族ではなく社会が支援することになりました。し



柳尚夫さん

《第 56 回》

死にたい気持ちを
受け止める



◆ 孤独のつらさの訴え

ある中年の、ひきこもりの当事者の方からのご相談です。

お母様と二人暮らしだったのですが、お母様は高齢者施設に入所なさり、ひとり暮らしになりました。きょうだいはいません。ひとりで暮らしていると、孤独をひしひしと感じて寂しくなり、死にたいと思うようになりました。以前に通つたいくつかの支援施設では嫌な経験ばかりして、人と交わることに絶望してきました。

それに、地域では皆に嫌われている気がして、生きていくのなら遠いところに引っ越さないと耐えられないという気持ちも

強まりました。

お電話を受けると、そのような気持ちを一時間も話されます。同じような内容の相談が数回ありました。

相談員は、せめて死にたい気持ちが少ないままでは、と傾聴を重ねて支えることを試みました。




◆ 親なきあとの不安

相談を重ねるうちに、内容は徐々にお母様がなくなつた後の不安に移りました。家はお母様の名義です。相談者には障害年金しか収入がありませんので、貯金が尽きたあと、暮らしていけないと感じています。

第8回 精神障がい者と家族のための市民公開講座

みんなでうつ病を学ぶ

～医者と患者とのコミュニケーション～

<p>オンライン開催 について</p> 	<ul style="list-style-type: none">● パソコン、スマートフォン、タブレットからご参加いただけます。● お申込みいただいた方には、12月9日(土)にURLとパスワードをお送りいたします。● お送りしたURLをクリックし、パスワードを入力してログインしてください。● 開始30分前から接続可能です。
<p>Q&Aセッション (質疑応答) について</p>	<ul style="list-style-type: none">● 後半のQ&Aセッション(質疑応答)は、みなさんからいただいた質問をもとに、進めて参ります。● Q&Aセッション(質疑応答)でのご質問は、お申込みの際に事前に受け付けております。当日は質問をお受けいたしません。● 治療内容などの個人的な質問はお控えください。また、時間の都合上すべての質問にはお答えできない場合がございますので、あらかじめご了承ください。
<p>録画配信</p> 	<ul style="list-style-type: none">● 2024年1月5日(金)12:00～1月19日(金)12:00まで● 下記URLからご視聴ください。 (事前のお申し込みは不要です) <p>https://www.smilenavigator.jp/information/forum/</p>  <p><small>市民公開講座 登録QRコード 登録番号: 20240105</small></p>
<p>個人情報の 取り扱いに ついて</p>	<p>※ お預かりした個人情報は、市民公開講座のWeb開催のお知らせのために活用させていただき、業務委託先を除く第三者に提供することはありません。個人情報は「精神障がい者と家族のための市民公開講座」事務局が安全かつ適切に管理致します。</p>

管理者：「精神障がい者と家族のための市民公開講座」事務局

お問い合わせ先：E-mail workstyle-seminar@newsbase.co.jp

第8回 精神障がい者と家族のための市民公開講座

みんなでうつ病を学ぶ

～医者と患者とのコミュニケーション～

うつ病は国内では生涯に約17人に1人*が経験する身近なものと言われていますが、正しく理解している人は多くありません。うつ病は早期発見、早期治療、医師と患者とのコミュニケーション、再発予防が重要です。

本市民公開講座では、うつ病を知ってもらうため、6月に『うつ病の症状・治療』について実施しました**。今回は『うつ病における医者と患者とのコミュニケーション』をテーマに実施します。受診時のコツ・困っていることの相談方法・共同意思決定 (Shared Decision Making) ***などについて、それぞれ経験豊富なご専門の先生から、また当事者・ご家族の立場からご自身の体験についてもお話いただけます。

また、Q&Aセッションでは、皆さまから事前にいただいたうつ病に関するご質問について演者の先生方からご回答いただきます。

*: 川上憲人. 精神疾患の有病率等に関する大規模疫学調査研究: 世界精神保健日本調査セカンド総合研究報告書. 2016.

** : 6月3日市民公開講座動画 : <https://www.smilenavigator.jp/information/event/shiminkokaikoza/koza7.html>

*** : 共同意思決定 (Shared Decision Making: SDM) : 当事者と主治医がともに責任を分かち合いながら今後の方針を決めていくこと

参加費 **無料**

定員: **500名**

事前のお申し込みが
必要です

オンライン開催
(ZOOMウェビナー)



プログラム(予定)

2023 **12/10(日)** 13:00~15:30

司会

岩田 仲生 氏

[藤田医科大学医学部 精神神経科学講座 教授]

講演 1

うつ病治療の共同意思決定 (Shared Decision Making) について (仮)

渡邊 衡一郎 氏

[杏林大学医学部 精神神経科学教室 教授]

講演 2

共同意思決定のためのサポートについて (仮)

講演 3

当事者、ご家族の体験談

Q&Aセッション (質疑応答)



◆お申し込み方法◆

下記URLからお申し込みください。右のQRコードからもお申し込みいただけます。

<https://entry.smtkg.jp/public/application/add/5172>

※2023年12月9日(土)に視聴用URLとパスワードをお送りいたします。



申込締切日

2023年
12月8日(金)
13時