

全国の家族と家族会をつなぐ機関誌

月刊

みんな ねっと



2007年 **12**月号

家族のための相談コーナー

●今月のテーマ●
くすりと肥満

特定非営利活動法人
全国精神保健福祉会連合会

中央法規の精神保健福祉関連書籍

三訂 コメディカルスタッフのための 精神障害Q&A 生活支援ハンドブック

藤本豊、高橋一、林一好＝編集代表

定価2,625円(本体2,500円+税5%) A5判・238頁・2007年9月発行

医療、人権、教育、経済、就労、住居、地域生活支援、当事者と家族、チーム医療をキーワードにして、素朴な疑問から応用例まで、精神障害に関する知識、ノウハウを101のQ&Aで解説する。コメディカルスタッフのだれもが一度は抱く疑問や悩みに明快に答える。

精神保健福祉白書 2008年版 多様化するメンタルヘルスと2年目を迎える障害者自立支援法

精神保健福祉白書編集委員会＝編集

定価2,520円(本体2,400円+税5%) B5判・230頁・2007年12月発行

精神保健福祉領域の動向を記録する年度版白書。障害者自立支援法の完全施行後、地域はどう変わり、現場はどう変化したのか。さらにこれからどんな変化が予測されるのか。日本の精神保健医療福祉の現在と今後の課題・行く末を見極めるために手もとに置いておきたい一冊。

こころの病を生きる 統合失調症患者と精神科医師の往復書簡

佐野卓志、三好典彦＝著

定価1,680円(本体1,600円+税5%) 四六判・230頁・2005年8月発行

「患者と医師は対等である」とはよく聞かすが、実際に目にすることは多くない。本書は、素晴らしい信頼関係を築いた統合失調症患者と精神科医師が、ともに悩みながらも「こころの病氣」について率直に語り合い、協同して治療をしていく過程の記録。

三訂 精神保健福祉法詳解

精神保健福祉研究会＝監修

定価6,300円(本体6,000円+税5%) A5判・1,070頁・2007年7月発行

平成17年改正を盛り込んだ精神保健福祉法の解説書の最新版。各条文について関係法令や通知を交えて詳しく解説するとともに、制度の歩みや歴史的資料も収録し、精神保健福祉法のすべてを網羅した。自治体職員、指定医、PSW等、精神保健福祉に携わる方必携の一冊。

逐条解説 障害者自立支援法

障害者福祉研究会＝編集

定価4,830円(本体4,600円+税5%) B5判・486頁・2007年11月発行

わが国の障害者福祉施策に大きな変革をもたらした「障害者自立支援法」。本書では、法律のすべての条文について、政省令・告示などの内容を踏まえて詳しく解説する。障害者福祉に携わるすべての方に読んでいただきたい、解説書の決定版。

中央法規出版

<http://www.chuohoki.co.jp/>

tel.03-3379-3861 fax.03-5358-3719

〒151-0053 東京都渋谷区代々木2-27-4

知っておきたい 精神保健福祉の動き 2

お知らせします みんなねっとの活動 3

本の紹介

『精神科のくすりを語ろう』 5

『統合失調症』 5

家族のための相談コーナー

今月のテーマ「くすりと肥満」

息子の太りすぎが心配です（良田かおり） 6

歯や体重への薬の影響を知り、うまくつき合っていきましょう（室生昌子） 10

お元気ですか 家族会

みのり会（京都大学附属病院家族会） 14

街の診療所からのお便り【連載⑧】（増本茂樹）

・・・入院した方が良くなるの？・・・ 18

わかりやすい制度のはなし

障害年金のポイント●その8（菊池江美子・池末美穂子）

「精神障がいと『初診日問題』」 22

みんなのわ——読者のページ 26

お知らせ&ご案内コーナー 30

◆「お元気ですか 家族会」コーナーで紹介する家族会を募集します
月刊「みんなねっと」編集委員会では、「お元気ですか 家族会」コーナーでご紹介する家族会を募集しています。自薦・他薦を問いません。「こんな活動しています！」「など、例会の様子を取材させていただきます。家族会に編集委員がお伺いします。」

知っておきたい 精神保健福祉の動き

■生活保護基準の見直し始まる

厚生労働省は一〇月一九日、「生活扶助基準に関する検討会」を発足させました。来年度の予算編成に間に合うよう審議されるという性急なものです。

これまで、生活保護基準のあり方について専門家の委員会での議論がありました。今回は、生活保護費の中の「生活扶助基準額」^(注)に焦点をあてた検討会です。

政府は、生活保護を受けている方の七割が単身世帯であることから、「単身世帯」を中心に

した見直しを考えているようですが、多くの方が高齢者・障がい者であり、生活に大きな影響があります。

二〇〇六年度に老齢加算制度が廃止され、二〇〇八年度末には母子加算が廃止されようとしています。生活保護は、生活の最低基準を満たすものでなければなりません。生活扶助基準の引き下げは、生活保護費の引き下げにつながり、また、社会保障全体にも影響を与えます。

この動きに対して、生活保護研究者や弁護士会などは、生活保護費の引き下げをやめるよう政府に申し入れをしています。

これ以上障がい者の生活を苦しめることにならないよう、障がい者の生活実態にあわせた、

生活保護費と所得保障制度の充実が望まれます。

(注) 生活保護費の中心が、食費・衣服・光熱費などと障がい者加算などの各種加算を含む「生活扶助費」です。その他に、医療扶助・住宅扶助など、八つの扶助費でなっています。

■日本語での仮訳が出ました

〈障害者権利条約〉

日本政府が九月二八日に国連の障害者権利条約に署名したことはすでに(11月号参照)お知らせしたとおりです。政府は同時に、外務省がまとめた日本語での仮訳を公表しました。今は仮訳ですが、国会の承認を得て批准(条約の実現に国が責任をもつ)をする時には、正式なもの(公定訳)が出されることに

なりません。

条約の前文には条約の理念や考え方が盛りこまれています。第1条～第50条は、すべての障がい者の人権、自由、平等をまもり、障がいによる差別をなくし、地域生活においても、働くことなどにおいても平等であること、その実現に向けて社会の環境を整えることなどを軸に、構成されています。

しかし、今回の仮訳の内容に対して、障害者団体から部分的に修正を求める声が出ています。条文の解釈や日本語の訳し方について、障がい者の側から見て疑問な点があるからです。例えば、社会保障を受ける権利に関する第28条の「相当な生活水準及び社会的な保障」の「相

当な」と外務省が訳した単語は日本語では一般的に、「十分な」と訳されているなどです。

批准までの間に、条文に照らして、国内の法制度の見直しや法改正がどの程度進められるのか、障がい者の実情や声がどのように生かされるのか、そして、納得できる公定訳になるのか、今後の課題です。

お知らせします
みんなねつとの活動

■「中央障害者施策推進協議会」に川崎理事長が委員として初参加する

去る一〇月二九日（月）、東

京都千代田区の総理大臣官邸二階大ホールにおいて、「中央障害者施策推進協議会」が開催されました。当日の協議会には国会審議中でしたが、福田内閣総理大臣、町村官房長官等の閣僚も出席、福田総理は挨拶の中で、「障害者自立支援法を抜本的に見直す」との発言がありました。

また総理出席中、当会理事長川×洋子が自己紹介と、「社会資源につながらず孤立している精神障がい者とその家族の現状」について意見を述べました。委員会の議題は新たな「重点施策実施五カ年計画」策定に向けた取組状況等についてと、「障害者の権利に関する条約」の署名についてで、各委員から次々と意見が出されました。

■低料第三種郵便物として承認

当会の機関誌「月刊みんなねつと」が、低料第三種郵便物として承認を得られましたのでお知らせします。低料第三種郵便物は、第三種郵便物（通常の新聞や雑誌）の中で、特に障がい者の定期刊行物に対して認められている制度です。郵政公社が郵便事業(株)に変わる中、承認条件が厳しくなっている様子が見えましたが、中央の審査部局に川口理事長自ら交渉に出向き、孤立しがちな精神障がい者と家族に「月刊みんなねつと」を届ける意義を訴え理解をもとめ、承認を得ることができました。

低料第三種を利用すると、「月刊みんなねつと」一冊を二〇〇円

の郵便料金で送ることができま
す。個々の家族会で、「月刊
みんなねつと」を低料第三種と
して会員に郵送する場合、郵便局
に手続きが必要となります。手
続きを希望する家族会は、必要
書類をお送りいたしますので事
務局にご連絡ください（FAX
〇三―三九八七―五四六六）

■「2007全国精神障がい者 家族大会岡山大会」の開催

一〇月二五日（木）～二六
日（金）に、「2007全国精
神障がい者家族大会岡山大会」
が開催されました。全国から約
一三〇〇名が集まりました。二
日間熱心に参加されていまし
た。

一日目はジェームス三木氏

が「ドラマと人間」と題した記
念講演と伊勢田堯先生（東京
都多摩総合精神保健福祉セン
ター）による「これからの家族会
活動」という基調講演がありま
した。二日目は生活・就労・親な
きあと・医療・当事者の五つの
テーマに分かれた分科会と自立
支援法や家族会活動に関するシ
ンポジウムがあり、フロアから
もさまざまな意見が出されまし
た。

来年度は、東京にて全国大
会を開催することが決定してい
ます（一〇月二九日（水）～三
〇日（木）於…東京厚生年金会
館）。ぜひ来年の全国大会も楽
しみに、ご参加ください。

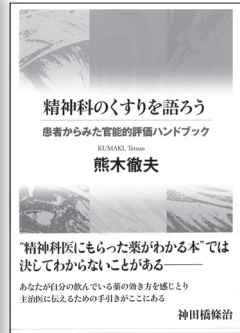
本の紹介

精神科医である著者は、ウェブサイトを「精神科医 熊木徹夫の臨床感覚の広場」を立ち上げ、その掲示板に書きこまれた記事を加筆・訂正・編集したものが本書であるとしている。書き込み者のほとんどは精神科病院やクリニックを受診している人たちであるが、あくまでも本書は臨床情報の提供のみを目的としていること、またこの情報にかかわる最終判断は読者の責任におねがいしたいことが冒頭の但し書きに記されている。官能的評価とは投薬、服薬体験の感覚的な部分を言語化、概念化したものと解釈できる。薬効に関しては、たしかに「やってみなくてはわからない」ことで、投薬により症状がどのように変化し（良くも悪くも）、また副作用としてどのように変わったか、かなりの事例が紹介されており、興味深く一気に読めてしまう書である。

『精神科のくすりを語ろう』

—患者からみた官能的評価ハンドブック

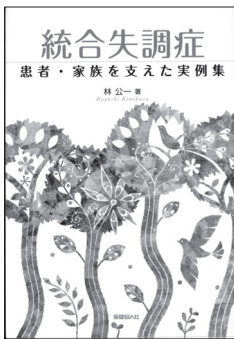
熊木徹夫著



『精神科のくすりを語ろう』

熊木徹夫著
日本評論社
A 5判 206頁
定価 1890円

連絡先 TEL03-3987-8621



『統合失調症』

林 公一 著
保健同人社
A5判 168頁
定価 1500円
TEL03-3234-6111

「統合失調症はどういうふうな発症するのか」「どんな症状がでるのか」「家族は友人は、どういうことに気をつけなければならないのか」「治療法は。そして、どういうふうに治っていくのか」「治療しなかったらどうなるか」「研究はどこまで進んでいるか」ということを順を追って、すべて実例に基づいて説明しています。一般の方にもわかりやすく、一冊読み終わると、統合失調症についての基本的なことがわかるようになっていきます。

(林公一：精神科医・医学博士。月のアクセス数がゆうに一〇〇万を超える「Dr林のこころと脳の相談室」<http://www.so-net.ne.jp/vivre/kokoro/>を運営中。

『統合失調症』

—患者・家族を支えた実例集

林 公一 著

本の紹介

家族のための
相談コーナー



今月の相談は、
「くすりと肥満」
がテーマです

「みんなねっと」への相談は

TEL03-6907-9212

受付時間：月水金 10時～15時

息子の太りすぎが心配です

『みんなねっと』編集委員

良田かおり

体重が九〇キロに
なってしまいました

Q さん
お忙しいとこすみ
ませんね。ちよっと

相談してよろしいですか？

A さん
どうぞご遠慮なく。
どのようなことで

しょうか？

Q さん
息子のことなんで
すけどね、発病して

もう十年近くになりますか、お
陰様で病気は落ち着きまして、
とってもいいんですけど、太っ
てしまつて九〇キロ越えています

でしようかねえ。身長は一七〇
ちよっとぐらいいです。今度は体
の方が心配でどんなものかとか
相談にうかがいました。

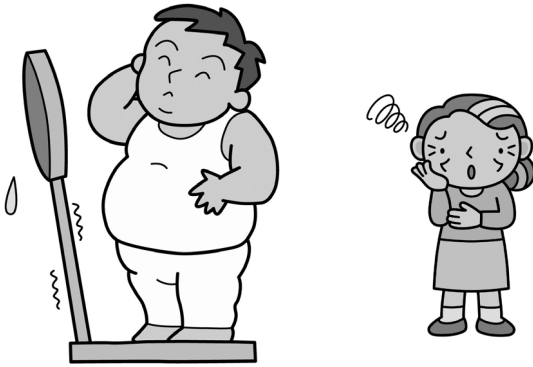
A さん
まあ九〇キロは大
変ですね。お母さ
んもご心配ですね。息子さんも
辛いのではないですか？ 体の

方の検査はされていますか？

Q さん
検査はいまのどこ
ろ異常ないそうで

す。でも今三五歳です。年々歳
をとりますからね、やっぱりこ
のままじゃ心配で。本人も太っ
てしまったことを気にしていま
す。主治医の先生は段々薬を減
らすとおっしゃってます。やっぱ
り多いと太るんですか。一度減
らして再発したので慎重にした

いそつです。薬は何でも最初に
出た新薬だそつで、ずっとそれ
で一日二回飲んでいます。



A
さん

そうですね。確かに
みなさん太ることで
悩んでいらつしやいますね。薬
に元々太りやすい性質がある
ことや、運動不足も関係してい
ると聞いていますけれど、息子さ
んは日常どうされているのです
か。

動くのがおつくつ？

Q
さん

以前は作業所に週
何日か行つてまし
た。太つてからは自分では作業
所に行くとお菓子を食べちゃう
からなんて言つて、もう二年ぐ
らい行つてません。何しろ食欲
があるんです。息子も我慢して
いるようですが、可哀想な気
がします。今は家でパソコン見

A
さん

そうですね、動か
ないともすます体
重が増えてしまいますね。運動
もしたいところですね。でも
ただ動けといつても、それこそ
おつくうですから、何か御本人
の興味のあるようなことはない
ですか？

Q
さん

息子はカラオケが
好きで、前は作業所
で歌つたり、友達と行つたりし
ていました。私はカラオケが苦

手なんです。それに私は子供の頃から股関節の病気を持ってましてね、外出が辛いんです。ほんとは息子に買い物頼みたいくらいですけど、作業所に行かなくなつてから独りで出るのをいやがります。

楽しいことを仲間と一緒に

Aさん カラオケが好きと
いうのは良いこと
ですね。大きな声で歌うことは
ダイエットになるそうです。作
業所でカラオケをする日は参加
させてもらうことは出来ませ
んか？お菓子なしということに
してもらつて。お友達との関係も
戻つてくると外出しやすくなり
ますでしょう。



のですから、よく相談してみてください。太りすぎは見た目ばかりでなく、糖尿病や心臓病といった体の病気になりやすいので真剣に話し合います。

ウォーキングも最近流行ですが、お仲間がいなかつたらいいですよ。家族会や作業所の人で同じ悩みを持っている人がいませんか。作業所の職員さんや家族会の人に相談してみてください。太りすぎの悩みを持っている方は多いですから、お仲間が募れるかもしれません。もちろん息子さんの問題な

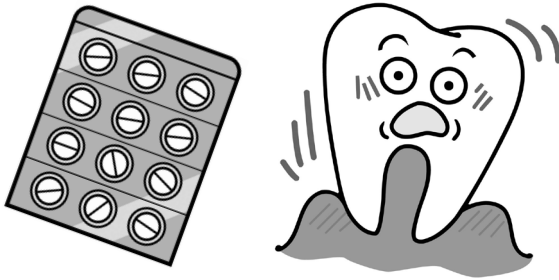
それから、外出時の付き添いをしてくれる「ガイドヘルパー」という制度もあります。お住まいの地域では利用できるか役所に問い合わせしてみてください。誰か一緒だとも話も出来て外出しやすくなりますね。

それに九〇キロにもなると、運動だけでなく食事療法も必要でしょうね。お母さんも工夫されていますか？

薬で歯が悪くなる??

Q
さん

そうですね、解りました。作業所の方や家族会で話してみます。「ガイ



ドヘルパー」についても聞いてみます。何しろ親が言っても聞きませんから、結構缶コーヒーなんかも飲んでるみたいです。私も食事の内容には気遣っているんですけど…。それとも一つ心配なのは、この頃息子の歯が何か小さくなってきているように見えるんです。これも薬の影響があるのでしょうか。息子もなかなか歯磨きをしないんですけどね、まだ若いのに、早いうちに入れ歯になっちゃうなんて、親の方が心配しています。

A
さん

なるほど、確かに歯の悪い方は多いですね。洗顔や歯磨きといったことが行き届かなくなることも原因にあるかもしれません。

薬の影響もあるのかどうかですね。太ることと歯への影響については対処の仕方も含めて専門家にうかがってみましょう（次のコーナーを読んでくださいね）。

**対処の工夫を出し合
いましょう**

A
さん

多くの方が悩んでいる太りすぎの問題、それぞれこんな工夫で改善したという体験もありかと思えます。そんな工夫をお便りで教えてくださると助かります。またダイエット成功のレシピなどの情報も出し合えるといいですね。

（よしだ かおり）

歯や体重への薬の影響を知り、 うまくつき合っていきましょう

東京都立中部精神保健福祉総合センター・薬剤師

室生 昌子

1 歯への影響

くすりの影響として考えられるのは、副作用の用語で「歯肉肥厚」（歯肉が腫れたように見える）が「歯が小さく見える」という状態を引き起こしているのかもしれない。この「歯肉肥厚」という副作用は、血圧を下げるお薬によく見られますが、向精神薬では、抗てんかん

薬のフェニトインと感情調整薬のバルプロ酸で同じ報告があります。ただし、この「歯肉肥厚」は薬を服用していなくても歯磨き不足から起きます。たとえ薬の副作用で起きてても歯磨きをしっかりすれば予防できるといわれています。

このことから、歯肉が腫れたようになるのは、限られた一部の薬の影響もありますが、口中を清潔にしないことが一

番の原因と思われます。口中の清潔を保つためには、毎食後歯磨きをするのが望ましいですが、歯磨きが面倒でなかなかできないという方は、口うがいをして少しでも清潔に心がけてください。

2 体重増加への影響 と原因

体重増加は抗精神病薬で起こりうる副作用の一つです。この

体重増加の中で注意の必要なことは、処方変更の後に短期間で急激に増加（例えば、六週間で九キロ以上増加）する場合があります。この場合にはその後も体重増加が続く可能性が高いので、処方された薬が合っているか検討しなおす必要があります。

では、一般的な体重増加の原因はどのようなっているのでしょうか？体重が増えるのは、食べる



量が消費する量を上回るからです。薬をのむと食欲が旺盛になる。そのため、たくさん食べてしまえます。食べても運動選手のように取り込んだカロリーを消費できれば体重は増えません。病気とつきあっている当事者は、日中のねむけやだるさなどから十分活動できません。そのため、食べた分に相当する活動量がないため体重が増加します。では、なぜ食欲が増進するのでしょうか？抗精神病薬は脳内の様々な神経に作用しますが、このうち脳内のヒスタミンやセロトニンを遮断する作用が食欲増進作用と関係します。それならばそういう作用が少ない薬が開発されればよいと考える

でしょう。最近では食欲増進と関係する抗ヒスタミン作用の少ない薬が発売され、製薬会社は体重増加が少ない点をセールスポイントにしています。ただし、ヒスタミンやセロトニンを遮断する作用は、精神を安定させる作用と密接に結びついているので、病気の症状を抑えるために体重増加の傾向のあるお薬が必要になることもあります。

3 薬と糖尿病との関係について

いわゆる新薬といわれている薬は、糖尿病の人や以前に糖尿病だった人には使えないものがあります。オランザピン・クエチアピン・リスペリドンです。



では、薬が糖尿病を悪化させる原因についてみてみましょう。

統合失調症の患者さんは、病気でない人に比べて糖尿病になりやすいことがわかっていきます。これは、抗精神病薬が使われる以前に調査されたデータ

のため、薬とは関係なく糖尿病になりやすい因子（何らかの原因）を持っていると言われています。統合失調症の患者さんは、ストレスに弱いことが知られています。一方、糖尿病の患者さんは、ストレスがかかると血糖値が上がるのが知られています。このストレスに弱いことと糖尿病にかかりやすい事が関係するかもしれません。

抗精神病薬を飲んでる人中には、著しい体重増加が見ら

れないのに血糖値が上がってしまふ場合もあり、糖尿病発生と体重増加は単純な関係ではないと言われています。

抗精神病薬を服用して、糖尿病になつてしまった人を分析した結果、「体重増加」は注意すべきであることは、明らかです。あわせて、内臓脂肪をためないことは、糖尿病の予防に関係しますから、体重の問題に取り組みしましょう。

(むろろ まさこ)

体重の問題は、薬の直接の影響以上に生活の仕方や食べ物・運動について合わせて考えていく事が大切です。薬で食欲がまじってしまったも、

体重の問題は、薬の直接の影響以上に生活の仕方や食べ物・運動について合わせて考えていく事が大切です。薬で食欲がまじってしまったも、

体重増加はあたらしい薬を飲み始めて6か月をすぎるとそれ以上増えなくなるといわれています。こんな情報を参考に、ダイエットに取り

組みましょう。

「本人も気にしているようだが、何から始めたらよいかわからない」というのであれば、チャンスです。まず「気にする」を「痩せたい」という気持ちに引き上げましょう。女性の場合、「あの洋服が着たい」

などファッションや容姿がダイエツトへのきっかけになります。男性の場合は、身体的な問題がきっかけになることが多いですが、身体的な問題は「〇〇病になってしまふ」など後ろ向きなきっかけですから、Q&Aにとりあげられていたように「カラオケ」など興味をもつ活動を増やしていくような、前向きなきっかけがみつかるかと長続きします。

「毎日、体重を量る」ことからはじめましょう。少なくとも、「体重を一定に保つ」目的でよいので、一キロでも増えたら「お菓子は一日だけ我慢する」「近所を散歩する」などできることから規則を自分で作って取り組みましょう。

最近、「食べた物を記録する」ダイエット方法が話題になっていきます。食べ物として身体に取り込んだカロリーは、活動で消費するためにはかなりの活動量や運動が必要にな

ります。その事になかなか気づかないので、こうした方法が注目されているのかもしれませんが。一番簡単な事は「食べる量を減らす」ことです。ただし、食べるのを我慢するのは苦痛なので、「カロリーの少ないものを食べる」ことをお勧めします。

職場で当事者の方に聞いてみると、一番有効で多いのが「飲み物は、糖分の無いものにする」でした。飲んでいる薬の副作用で口が渴いて水分をとる場合、お茶や水など糖分のないものにするとうい事です。飲み物をジュースからお茶に変えたら、四キロ体重が減ったとうい方もいました。また、コーラが好きなので、カロリーのない「ダイエットコーラ」を飲んでいるとうい方もいました。次に間食です。「間食をやめて少しづつ痩せてきた」という方は、立派ですが、なかなか止められない方は、「アト」ロニン」「こんにゃくゼリー」

「カンテン製品」などカロリーの少ないものを食べるようにしていただきました。おやつのお菓子は大袋を買わないで、小分け包装されたものを購入し、一日小袋一袋と決めている方もいました。

栄養士さんによると、「よく噛んで食べる」ことが重要だそうです。同じ量を食べる場合でも、よく噛んで食べると満腹感が得られるそうです。一人暮らしを始めて急に太ったとうい方がいました。食生活を回ると主食は「パン」や「麺類」が多いとのことです。「ご飯」は、「パン」より、噛まないで食べられません。「よく噛んで食べる」ことをイメージして、「ご飯」も取り入れる事を提案しました。

できる事から、少しでも始めてみましょう。少し頑張ればできそうな事を決めて取り組みましょう。毎日の積み重ねで、成果がでるものです。



お元気ですか 家族会

「みのり会」
(京都大学附属病院家族会)

見学先は、京都市こころの健康増進センター^(注1)の中にある施設です

(注1) 都道府県・政令指定都市に設置されている精神保健福祉センターのこと

今回は本誌初めての病院家族会のご紹介です。
澄み切った青空に恵まれた一日の午後、京都大学附属病院家族会「みのり会」のみなさんの施設見学に同行させていただきました。

デイケア通所者の家族会として一九九六年に「みのり会」は誕生しました。一九九八年に現社団法人京都精神保健福祉推進家族連合会(京家連)に入会したことで、活動の幅は大きく広がりました。今はデイケアだけでなく、京大病院を利用する人の家族へ広く呼びかけています。今回の見学などには、他のクリニ

デイケア家族会として発足

ツクの家族会にも声をかけているそうです。

会員は現在三一名。毎月の例会は、講師を呼んでの勉強会、施設見学、納涼会などの場合でも必ず話し合う時間を確保しています。「会えてよかった」「またね」と、手を振って別れられる雰囲気大切にしてみました。連絡先名簿(会員名・電話



施設職員から説明を聴く見学者のみなさん。中央は会長の静さん

など)がお互いをつなぎ支えています。会長など九人の役員は例会の一月前に集まり、準備をし、活動のお知らせなどは、手紙、FAX、メールの方法で、こまめに発信してきました。

熱心に施設を見学

見学先は「京都市こころの健康増進センター」の建物の中です。玄関前で、「静岡出身の静です」と笑顔で迎えてくださったのが静岡由子会長でした。早速、二〇人以上の家族や当事者の方々と見学が始まりました。三階にある社会福祉法人・京都光彩の会が運営する「朱雀工房」(通所授産施設)と「なごやかサロン」(地域生活支援センター)



見学に参加した家族のみなさんから熱心な質問が続きます

し)。最後が二階の「京都市こころの健康増進センター」の「ケア」です。

利用者のさまざまな活動の場に触れ、見学する方々の関心は膨らんだようです。熱心な質問

が続きました。

自分のことは自分で言おう

働く練習の場である「朱雀工房」の活動は、社会福祉協議会から委託された老人配食サービス事業を軸に、箱折、お茶の袋詰めなどです。休憩時間(一時間半)を確保しながら、実作業時間は五時間。「疲れたり、しんどい時は、職員が声かけをするのでですか?」と心配の声。中島康典さん(副施設長)は、休憩は自己申告で、体調も含めて、自分のことは自分で言えるように支援して、そして、「自分で言えるのを待っています」と話してくれました。家族にとって気になるのは「利用期間や終了

後の援助」です。目安は二年間。終了後はハローワークなどの就労準備の制度を使う人、仕事に挑戦する人、さまざまです。けれど、その人の状態を確かめ合いながら、段々と手を離していくというお話しに、家族の方々も少し、安心した様子です。

地域生活を支える拠点

「家から一歩出たい」「誰かと話したい」など、さまざまなおもいをもった人たち(登録制)、が、自由に過ごすのが、「なごやかサロン」です。相談以外の来所でのプログラムは、「朱雀工房」のメンバーと入れ替わる夕方四時半からです。食事の提供(夕食四〇〇円、土日は昼食三〇〇

円)を続けているのは、食事が他のプログラムにつながるきつかけになるからだそうです。

「毎日通える人は羨ましい。自分の意志でとなると難しい場合、どうしたらいいのか」「本人が登録していなくても家族は相談できるのか」「二四時間、電話相談を受けてもらえるのか」などの質問が相次ぎました。藤井弘さん(施設長)のお話しは、相談時間(八時半から夜の八時半)の制約はあるが、登録していなくても家族はあきらめないで相談し続けてほしい。訪問する機能(訪問看護やホームヘルパーなど)も地域に整い始めており、その人を一番良く知っている人につなぎながら、身

近に相談体制を作っていくようにしているということでした。「それぞれの状態に応じて過ごせるのがデイケアや作業所だと思っていた。自立支援法になってそれが難しくなったのでは」という質問に、「ここも昨年の一〇月に自立支援法の事業になりましたが、グループのなかで個々に応じた支援を大切にすることには変わりありません」と藤井さん。

「なごやかサロン」のように地域生活支援センターとは、身近な相談機関であると同時に、個々の生活を継続的に手助けするところです。見学しながら、その役割(生活支援の拠点)の大きさと大変さが伝わってきました

(注2) 障害者自立支援法の訓練等給付事業。就労継続支援にはA型(雇用型)とB型(非雇用型)があり、A型(雇用型)は、事業所と雇用契約を結ぶなど一般の就労に近い環境で訓練を行う

した。

ゆるやかな活動の場を …自立支援法への不安

「京都市こころの健康増進センター」のデイケアは二年前から就労に向けたプログラムへと変わりました。見学を終えた時、ある人は「今日、見学した家族のなかで、ここを利用できるような人はいないと思う。もっとゆるやかで裾野のひろい活動の場がほしい」と。また、ある人は「これも自立支援法の影響かしら」とつぶやきました。実は、「朱雀工房」も京都市の方針で、就労継続支援A型(注2)の「かれん工房」を新たに作り、利用者の約半数がすでに移りました。



朱雀工房などでつくられている製品が並ぶ

た。「朱雀工房」もいずれば自立支援法の事業へ移行する予定だそうです。家族の不安は利用料負担に加えて、あちこちの活動が就労支援に向かう中でゆるやかな活動の機会がますます狭められるのではないかという点にあります。

京都(府・市)との交渉へ

見学には、京家連の野地会長も参加されました。

京都(府・市)への要望活動の紹介と、一月七日の府との交渉へのお誘いもありました。「朱雀工房」も家族会が長年要望を重ねてできた施設であることや「家族は歳をとり、個々は弱い、家族会としての声をあげないと」というお話しをされ、その日予定されている市との交渉の場へと向かいました。

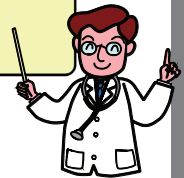
「みのり会」のみなさんは今日の見学からたくさん課題を持ち帰られたと思います。濃厚な半日を共にさせていただきました、ありがとうございました。

(取材/池末、良田)

街の 診療所から のお便り

…入院した方が良くなるの？…

連載⑧



ましもと しげき
増本 茂樹
増本クリニック院長

〈調子を崩した？〉

どうしたんでしょうか？
待合室を見ると、いつもは一人
で来られるOさんがご主人と一
緒に座っておられます。前回の
受診ではアメリカの親戚の所へ
遊びに行くということだったけ
ど？ 夫が付いて来る、とい
うのは悪い印です。
初診はもう一〇年以上前にな

ります。私が初めて、リスパダ
ールって薬はいいな、と感じた
人なんです。ご主人は転勤族で、
去年またこちらに引っ越して来
て、月に一回通院されています。
た。

〈「死ね」という声〉

旅行中は「毎日楽しく、何
となく薬を忘れていた」とかで
服薬が途切れてしまった。幻聴
が聞こえるようになり、あわ

てて再開したのですが、今はま
だ幻聴に引きずられていられるら
しい。受診の前日、散歩中に「死
ね、飛び降りろ」という声がし
て、石垣の上から田んぼに飛び
降りた。腰を打って痛がつてい
るのを隣人が見つけて、病院へ
連れて行ってくれました。外科
病院の医者から腰部の骨折を疑
われ、「入院して様子を見よう」
と言われた。ところが幻聴が
あつて飛び降りた、と聞くと今



度は「入院しなくていい」と言っ
て病院は嫌がるのです。病棟は
高い階にありますからね。それ
でも、面倒見が良いのか、近く
の精神病院に連絡して予約し、
次の日に夫が連れて行って入院
させるように指示されました。

〈死にたいくらい辛い〉

腰痛が心配で受診して、病院
でも「入院して腰の具合を見よ

う」と言われていたのに、あと
で「腰痛はたいしたことはない。

精神病院へ入院せよ」と言われ
て、夫は怒り気味。患者は「入
院しなくちゃいけないの？」と
しょんぼりしている。

それを見ていて、精神科医の
主治医は「バカしたねえ。大騒
ぎだねえ」とニコニコしていま
す。

「死にたくなるような事情は
ないでしょう？」

「また声が聞こえて来てつら
かった？」

「ちよっと、跳んでみたい気
がしたのかな？」

彼女はちよっと笑って、
「まあ、そんなに死にたいっ
てこともないです」

と、ぼかんとしていて頼りな
い。そこで、私は決めつけました。

「私には、あなたが死にたく
はないのが分かりました。薬を
追加して、『幻聴があまり聞こ
えないように』助けてもらいま
しょう。あなたは、幻聴が続い
て『死にたいくらいつらい』か
も知れないけれど、『死にたい』
のではありません。勘違いしな
いように。しばらくは誰かと一
緒に過ごし、あわてて、本心と
は違う行動をしないように引つ
張ってしてもらいましょう」

〈妻の病気を隠したい?〉

ところが昨日の外科の病院
に、「精神病院には入院しない」
と連絡すると、外科医は心配し

て、「予定通り精神病院に入院させるように」と夫に強く説得したようです。

私にもこのお医者さんから心配の電話が掛かって来て、「大丈夫ですか?」と言われる。“それはね、一〇〇%大丈夫なはずはありません。でも、何とかかなるだろう”と私は考えています。

このお医者さんはどうも“夫が妻の病気をちゃんと治療しないで世間から隠そうとしている”と思っておられた。「自殺企図しているのに入院させないのは無責任だ」と夫を責めてもいました。

〈周りが考えた通りになる〉

彼女の場合、幻聴が消えるま

で三週間かかりました。その間、自殺行為の可能性はゼロではなかったでしょう。でも可能性が高い場合と低い場合とではかなり意味が違います。もしも三〇%だったらその時期には誰かが付いていないといけない。でも三%なら、親しい人や医者が、「死ぬはずがない」と決めてあげることの方が大事です。

“そんなこと、思ってもみなかった”という雰囲気を作りたい。「みんなが大丈夫だと思っている」と患者さんが感じること、患者さんの心の中に「私は大丈夫なんだ」という考えが育ってくるのです。

逆に、周囲が心配していると、患者さんの方も「私は心配な人

だ」という感じが大きくなって来ます。これは、周りの人の考えと同じに感じやすくなっているという病気の性質のせいでもあります。

〈一週間の入院?〉

精神病院への入院では、一番支えて欲しい時期に家族から離されてしまう、という矛盾があります。毎日でも家族と会えて、医者とも面接し、薬も細かに工夫したら、一週間で退院できる気がします。うちのような病床のないクリニックでも、家族に人手がある場合は毎日でも受診してもらって、急性期を乗り切ることができるのです。

〈夜中にSOS〉

「一日だけ入院したい」と、かねがね言っていたP君（三〇歳）は、資格も持っていて採用はされるんだけど、なかなか仕事が長続きしませんでした。作業中のありふれた手順でも、「これではいけないのではないのか？」と気になり、周囲の人に繰り返し確かめる。だんだん立場が悪くなるのです。

二か月前に勤め始めた今度の職場は高給だけど仕事はきつく、二週目からは週一回の一人夜勤を命ぜられました。

今の彼には無理な職場なので、私の気持では、そのうち「仕事がつらい、もう止める」と言っ

て来てもらいたかった。

ところが、ある夜勤の晩、急に恐怖感が高まって、「助けてくれ！」と自ら救急車を呼んだのです。精神科を受診中と話したからか、精神病院に運ばれて、彼のかねての希望通り入院することになりました。しかし、実際に起こったことは、セレネースを注射されて、保護室で一人ぼっちの眠れない夜をすごしたに過ぎません。

次の日、父親が病院を訪れ、本人は大いに叱られて家に連れて帰ってもらえました。



〈甘えは許してもらえない〉

“あなたの病気はずいぶん良くなっているんですよ。二か月勤め、ちゃんと給料をもらった。そのことに自信を持ってください。ただ、精神病だと世間に言っていて、それだけで助けてもらえないんじゃないかと思うのは間違えているよ。今回も「やるだけはやった」と自分で自分をほめて、退職すべきだったね”

OさんもP君も、病院や誰かに、夢のように病気を治してももらいたいっていう考えは止めましょう。これまでも家族が協力してくれて、自分でできる努力を積み重ねて来たから、病気が少しずつ枯れて来ているんですよ。

今月の
執筆者

菊池江美子・池末美穂子

東京無年金障害者をなくす
会幹事・精神保健福祉士

わかりやすい
制度のはなし

障害年金のポイント●その8

精神障がいと「初診日問題」

—学生無年金障害者裁判で見直されていること—

今回は、無年金の原因になりやすい「初診日問題」をとりあげます。「初診日問題」とは、統合失調症のように、発病に気づきにくい病気のため、初診日が大幅に遅れることから生じる問題のことです。

I. 障害年金を受給でき ないAさんと「初診日問題」

Aさんは大学入学後、都会での学生生活に馴染めず悩んでいました。一年生の秋（一九歳）には不眠も続き、「友だちが恐くて大学に行けない」と下宿に閉じこもり、両親が泊り込むなどして支えました。なんとか大学を卒業し就職しましたが、「同

僚が自分に冷たい」「上司が自分の仕事を故意に邪魔をする」などと訴え、五か月目に退職しました。その後、アルバイトを転々として一年が過ぎました。心配した両親がアパートを訪ねると、Aさん（二五歳）は散らかった部屋の布団の中で憔悴しきって震えていました。両親に付き添われ精神科を受診し、統合失調症と診断を受け入院となりました。その後もAさんは入院を繰り返しましたが徐々に病状が安定し、地域の作業所に通えるようになりました。作業所で障害年金のを知り、職員に助けられながら申請の準備をしました。しかし、大学生時代（二〇歳以降）にも、会社退

20 歳

Aさんは、一九歳で
発病していたのに、
医者にかかったのは
二五歳でした。



発病は二〇歳前でも
診察したのは二〇歳
過ぎという人は多い



職後も国民年金の保険料は納めていなかったため、納付期間が足りず、資格のないことがわかりました。両親も年をとり、年

金生活になり、Aさん（三五歳）は、無理を押して清掃のアルバイトを始めましたが、病状を悪化させ、再び、入院となってしまいました。

● Aさんは一九歳のころにすでに発病していたと考えられます。その時に精神科を受診していれば、二〇歳前の初診日ということで、保険料の納付を問われない無拠出制の障害基礎年金が申請できます。しかし、発病は一九歳でも初診日は二五歳であるため、無拠出制の障害基礎年金の資格を失いました。統合失調症のように、発病から初診日が大幅に遅れるという「初診日問題」は、無拠出制での年金

の資格を失う最も大きな原因になっています。

● Aさんは大学卒業後、病状が進み生活も混乱しました。家族の助けでようやく受診に辿り着く（二五歳）までの期間、国民年金の保険料を払う余裕などありませんでした。従って、拠出制（二〇歳後の初診日の場合、一定の保険料納付が必要）での障害基礎年金の資格も失いました。

このように、発病から初診日が大幅に遅れてしまう統合失調症のような場合、不利な条件が重なって、障害年金の資格を失うという現実が続いています。

Ⅱ. 学生無年金障害者 裁判(注)で見直され た「初診日問題」

学生無年金障害者裁判の中で、精神の原告のうちの三名を
通して、I. で述べた深刻な「初
診日問題」が表面化しました。
三名の方は、二〇歳を過ぎた学

(注) 学生無年金障害者裁判

「無年金の原因になった任意
加入制度（学生などは国民年金
保険料の納付は任意でよい）や
その改正を怠ったことは憲法違
反」とする元学生30人（内精
神障がい8人）によって7年
前から始まった裁判

生時代の初診日であり、国民年
金には任意加入していなかった
ので無年金とされています。し
かし、もう一つの共通点は二〇
歳前に発病していた点にありま
した。こうして「初診日問題」
というもう一つの問題がうき
彫りになりました。裁判では主
治医や家族や担当のソーシャル
ワーカーなどが「発病と受診(初
診日)が大きく離れてしまうの
は、統合失調症の特性である。
原告は二〇歳前に発病している
ことは明らかなので障害基礎年
金(無拠出制)を支給してほし
い」と訴えました。その訴えが
正しいことを弁護士が国民年金
法の主旨にてらして論理的に裏
づけました。その結果、地方裁

判所(以下、地裁)では、三名
のうち二名は東京地裁で、一名
は盛岡地裁で、原告側の主張を
全面的に認めました。原告三名
それぞれに、障害基礎年金(無
拠出制)の支給を命じるという
勝訴判決が出されました。

その後、被告である国は、こ
れらの判決を不服として控訴し
たので、以降は高等裁判所(以
下、高裁)で同様の裁判が続き
ました。高裁での結果は、三名
のうち一名(東京高裁)は残念
ながら敗訴しましたが、二名(東
京高裁と仙台高裁)については、
地裁の判決を尊重し、障害基礎
年金(無拠出制)の支給を命じ
る勝訴判決が出されました。判
決文には、「現在の主治医など

が、二〇歳前に発病していたと判断できる場合は、二〇歳前に「初診日」があったとみなしてよい。このように「初診日」を拡大して認めることは国民年金法の目的（高齢や病気・障害などによる生活困窮を防ぐこと）に沿うものである」ことが書かれています。この判決は、あくまでも「初診日」は医師の診察を初めて受けた日であると主張し、統合失調症の実態を考慮しようとする国の姿勢を批判する画期的なものでした。

Ⅲ. 期待される最高裁での「初診日問題」の解決

勝訴判決を出した地裁、高裁

での裁判は、私たち職員や関係者だけでは超えられなかった統合失調症の「初診日問題」の解決への可能性を示しました。その根底には、障害者には障害年金（所得保障）が必要であることへの理解と、法律を柔軟に解釈して原告を救済しようとする姿勢が感じられます。現在、「初診日問題」を問う裁判は、最高裁判所（以下、最高裁）の場に移っています。最高裁が、勝訴判決を出した地裁や高裁の判断を尊重し、無年金に苦しむ当事者とじかに対面する口頭弁論の機会をつくり、公平な判決を出すよう期待したいと思います。その結果、「初診日問題」の解決につながれば、精神障がい、

同じ理由で無年金とされている多くの方々が救済されることになりそうです。

今後も裁判の動向から目を離さず、疲労しながらも辛抱づくく裁判を続けている精神の原告の方々とそのご家族を、支援していきたいと思えます

◆ 会報をお送りください
皆さんの家族会で作成している会報を送っていただけませんか。月刊「みんなねっと」編集委員会では、会報を通じて家族会の活動に少しでも触れ、月刊「みんなねっと」の作成に役立てていきたいと思っております。手作りの会報など、家族会らしさの出ている会報をぜひお寄せください。



月刊『みんなねっと』創刊（5月号）以来、皆さんから、投稿をいただいています。ありがとうございます。このコーナーで紹介していきます。

「みんなねっと」の感想

★奈良県 小澤吉郎 家族（70代）
親じき後のことについて、シリーズで詳しく解説して頂きたい（精神障害者を持つ親の共通の最大の関心事と思われまます）。特に権利擁護事業（社会福祉協議会）の利用の仕方をくわしく。成年後見制度は後見人と監督

人との報酬が月五〇万円程度か
かりそうだし（専門家に依頼した
場合）、不正行為の発生もある
様で、誰でも利用できる制度
とは考えられない。

また、病院への入院時やアパートの賃借時に保証人が要求されるが、身近に適当な親族が不在の場合の対応の仕方を、現実的・具体的に解説してほしいと思います。

★島根県 大代 愛 本人（50代）
さて、私は、この月刊「みんなねっと」を購読するに至るまで、ずい分と悩みました。

ひとつに、よく分からない考え方になってしまわぬか、ということ。自分に自信が持てぬ今の状況下に置いて、その事の為にこうした答えが出てきました。けれど、悩んでいても仕

方がないと思いい、思い切つて購
読してみる事にしました。

結果は、購読して良かったと思
う。それは、こうして悩んでいた
事が、いかにばからしいこと
とであつたか、という事に決着
がついたからです。以上！

日常生活のこと

★愛知県 名古屋の盲者 本人（40代）

今から一二年前に統合失調症
を発症し、その前後に左目を失
明しました。平成一七年、愛知
県立名古屋盲学校に入学するも
三か月で退学し、今の作業所に
通所しています。

今の作業所に通所し始めて、
三回入院しました。それでも「生
きています」事のありがたさを
感じています。小学生時代より
続けている仏教の教え通り

だ、と思っっています。 以上

★愛媛県 坂木 芽利子 本人
(50代)

初めて投稿する者です。三三歳で統合失調症を発病し、月一回松山記念病院へ通院している、現在五五歳の女性です。

生活は障害者年金2級で日々の生計をたてていますが、生涯もらえるという保障はなく、不安な毎日です。

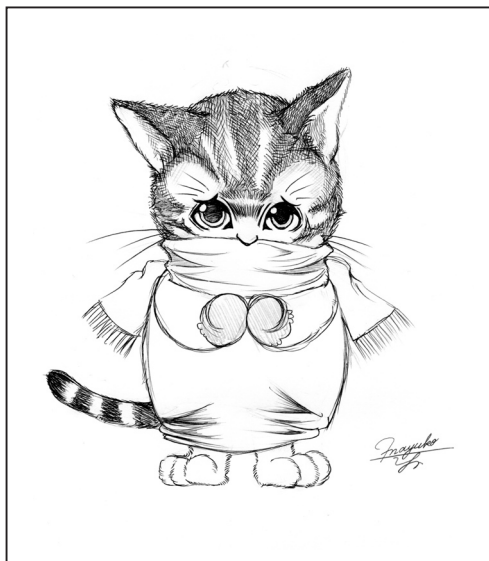
作業所は、徒歩か自転車で通える人しか利用できないと思います。多額の交通費がかかるので、整形・歯科・皮膚科など、行けるのは病気関係ばかりです。せめて交通費半額、国に援助してもらえないでしょうか。多くの仲間と話したいのですが、友達もできるわけがありません。生きるとは、食べること、

人間らしく生きるとはどういうことでしょうか？

★茨城県 ひなちゃん 家族
(50代)

精神障害者手帳を作った時に、どのように使うと便利なのか良くわからず、(市役所)窓口の人も「あまり日常的には使わないですネ」との事。

今月から我が町独自にタクシー券が発行されると言うので、窓口へ行くと、「写真を貼ってからできないと手続きができない」と言われました。どうしてこんなに面倒で理解しがたい手続きなの



ペンネーム・ライトさんの作品

でしょうか？誰の為に…なのでしよう。写真を作ることさえままならないのに。

★鹿児島県 すかたん 本人
(40代)

先日新車で転んだ。痛かった。新車と言っても50ccのバイク。いわゆる原付。作業所に通うた

め一台目三年もった。二台目の現在のバイクまでで事故を二回した。こけたのが三回。

事故はろつ骨にヒビが入った程度で、もう一回は左足のくるぶしに二針ぬったぐあいなのだけど、その時はろつ骨もくるぶしも痛くて耐えられなかったことが今でも思い出せます。

みなさん、くれぐれも交通事故に気をつけて下さい。安全確認を怠らず、周囲への注意は忘れないように。事故を起こした私が言っても、せつとく力がなけれど、事故を起こして痛い目にあつたからこそ…です。

★神奈川県 一度だけの人生
本人(30代)

先日ニンテンドーDSを買いました(少し高価でしたが…)。空いている時間に楽しんでいきます。

特にはまっているのが“脳を鍛える大人のDSトレーニング”です。脳の若返りを実感できません。みなさんも一度試してみてください。

詩

★埼玉県 金木健太郎 本人
(20代)

く時のシルエットく

過去のシルエット

見たくない

忘れたい記憶が身を包む

未来のシルエット

見てみたいはずさ

このままじゃない!

★福島県 いさむ 本人(30代)

作業所に通う悩めるわれたちを

「みんないい子」と母は笑えり

誰よりも誠実、真面目、正常に

近かったから心を病んだ

「自分への怒り」が先にあるの

だと

やっとなりついた「死にたい気持ち」

とちりあえずこの世はできたはず

だけど

みんな“理想”を口に出さない

「優しさ」は聴くこと待つこと

任すこと

自分のしたいようにせぬこと

以上 短歌五首

★千葉県 流地 美月 本人
(30代)

「新しい歌を歌おう」

窓をめいっぱい開いてしまつて
新鮮な空気を入れよう
澱んだ空気とはもうオサラバ
新しい風を入れよう
生まれる音が聞こえてくる
新たな生命の息吹
種が芽を出すように自然と
新しい歌を歌おう
深呼吸して
開いた窓から思いきつて
声を出して歌ってごらんよ
内に込めないで 外へ向かつて
こころの根っこから産まれてく
るもの
水のように自然に湧き出すものを

恐れることはない
それは君だけの大切なもの
誰にも奪うことなんてできやし
ない

未知なるものに触れてみたい
それはひとりひとりのこころの
中にある
それが無性に見たくてたまらな
い

新しい声を聞きたい
新しい物が見
たい

さあ思いきつ
て窓を開けて
ごらんよ
空はあんなに
青いのだから
陽の光りを
草木の緑の光
りを浴びると



ペンネーム・ニカさんの作品

いい
鳥の声を聴いてごらん
歌っているだろう
美しい歌を
鳥が誘ってくる
「一緒に歌おう 新しい歌を歌
おう」



◆家族会ブロック研修会 開催日
程のお知らせ

各都道府県連合会において、ブロックごとに家族会精神保健福祉促進研修会が開催されています。今後行なわれる研修会について、お知らせします。

○九州・沖縄ブロック（福岡県）
「テーマ」「一人じゃないよ！」
共に暮らそう地域の中で」

「日程」平成二〇年一月三二日

(木) ～二月一日(金)

「場所」北九州八幡ロイヤルホテル

「問い合わせ」〇九二―四〇六―〇六四六（県連事務局）

○四国ブロック（香川県）
「テーマ」「みなおそう家族会活動」(仮)

「日程」平成二〇年二月一四日

(木) ～一五日(金)

「場所」ことひら温泉 琴参閣

「問い合わせ」〇八七九―二五―一三八五（県連事務局）

○関東ブロック（茨城県）
「テーマ」「自立支援法施行一年―地域でふつうに安心して暮らしていくためには」

「日程」平成二〇年三月一四日

(金)

「みんなねっと」のホームページができました。
<http://www.seishinhoken.jp/>



検索の欄に、「みんなねっと」と書き込んで検索すれば、左記のような画面を見ることができます。

【場所】 水戸市県民文化センター
【問い合わせ】 ○二九―二四三
―六一七二一(県連事務局)

◆イベントのお知らせ

第5回心の健康フェスティバル

【日時】 平成二〇年一月一二日

(土) 無料

【会場】 府中グリーンプラザ

【講演】 (一三時〜) 「どう付き

合う?!心の病〜統合失調症か

らの回復〜」 蟻塚亮二先生(精

神科医)

※コンサート・展示あり。

主催/府中市・府中精神保健福

祉協議会、後援/東京都多摩府

中保健所ほか、連絡先/地域生

活支援センター・プラザ 電話

○四二―三五八―二二八八

◆「お元気ですか 家族会」で紹介する家族会を募集しています

月刊『みんなねっと』編集委

員会では、「お元気ですか 家

族会」コーナーで紹介する家族

会を募集しています。自薦・他

薦を問いませんので、編集部に

ご連絡下さい。「こんな活動し

ています!」など、例会の様子

を取材させていただける家族会

に編集委員がお伺いします。

【連絡先】 〒170-0013

東京都豊島区東池袋1・46・13

ホリグチビル306 『月刊みんなね

っと』編集係まで(巻末のはが

きでも結構です)。

【義援金名称】 みんなねっと新潟県中越沖地震義援金

【振込先】 郵便振替 口座番号 00120-3-581837

加入者名：新潟県中越沖地震義援金

【義援金名称】 みんなねっと義援金

【振込先】 郵便振替 口座番号 00190-4-336145

加入者名：能登輪島地震義援金

(郵便局に備え付けの振込用紙をご使用ください)

※皆様のご協力に感謝いたします。12月15日をもって、義援金受付を終了させていただきます。

編集 後記

今、我が家は、住みながらの改築工事中で、毎日騒音の中で暮らしています。アパートを借りて、とりあえず使わないものはそちらに移動。こうして生活してみると、人間が暮らしていくのに必要な物って、案外少ないものです。シンプルライフの心地良さを改めて実感しました。なくても平気だけど「あれば便利かな」というものがいかに多いことか。それから、娘が初めて鉛筆を持って描いた絵やら、はじめてしゃべった声を録音したテープやら、思い出のある品々…。みなさん、どのように整理していますか？ いい知恵がありましたら教えてください。(眞壁)

精神障がいのある方々が、地域にとどまり、または、高齢の親から独立するとき、経済的に支えてきたのが生活保護です。経済成長期でもあった昭和40年代後半に、単身者や少人数世帯の生活保護基準（特に食費、衣料費、光熱費や障害者加算の部分）が大幅にアップしました。そのとき以降、例え、失業しても、「入院しないで生活保護でなんとかやってみます」と言う方々が増えました。国は今、生活保護の歴史上初めてと言われる「基準の引下げ」を性急に進めようとしています。とても心配です。(池末)

編集 後記

次号の予告

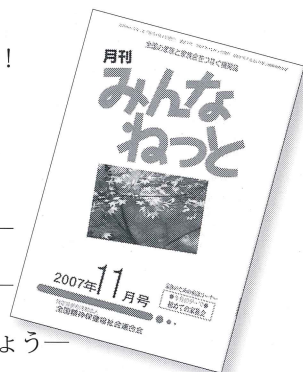
新春座談会 ● 「家族会のあり方と今年のみんなねっとを語る」
わかりやすい制度のはなし ● 身近になった弁護士さん——法テラスって何ですか？／ほか

月刊 **みんなねっと** 通巻第8号 (2007年12月号) 定価 300円

発行日 2007年12月1日 賛助会員
発行者 NPO法人 全国精神保健福祉会連合会 個人・年間3500円
理事長 川口 洋子 団体・年間3000円×人数(2人以上)
〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-46-13 ホリゲチビル 306
TEL 03-6907-9211 FAX 03-3987-5466
郵便振替 00130-8-579093 ホームページ www.seishinhoken.jp
印刷・製本/株式会社シナノ 表紙デザイン/レフ・デザイン工房

月刊みんなねっと これまでの内容紹介

- 【家族のための相談コーナー】～ご家族の悩みをQ & A形式で考えるコーナーです～
- 5月号 「自立と住まい」 生きる力を信じる／住まいから考える……自立に向けて
 - 6月号 「育て方と病気」 親の愛に自信をもって／本人から親の育て方が悪かったと責められる、発病は親の育て方が原因ですか？
 - 7月号 「初めての入院」 初めての入院・つらさを乗り越える／はじめての入院で、本人が退院したいという場合の家族の対応
 - 8月号 「親の高齢化」 親の高齢化と本人のネットワークづくり／在宅サービスを利用しませんか！
 - 9月号 「退院支援」 長期入院の弟に退院の話が…／退院促進事業とはどのような事業ですか？
 - 10月号 「ひきこもり」 目先を変え、家族が外とつながることがきっかけに／ひきこもりの本人への対応について
 - 11月号 「初めての家族会」 初めての家族会参加／初めての家族会参加者があるとき
- 【お元気ですか 家族会】～毎月各地の家族会を訪ね、活動を紹介します～
- 5月号 多摩草むらの会（東京）／6月号 もくせい会（埼玉）／7月号 うしお会（神奈川）／8月号 ファーム栗の木家族会（千葉）／9月号 はまなす会（新潟）／10月号 あざみ会（群馬）／11月号 みなみ家族会（愛知）
- 【連載】「町の診療所からのお便り」(増本茂樹先生)～クリニックの先生からのメッセージ～
- 5月号 ①クリニックの医師として家族や当事者に伝えたいこと／6月号 ②大丈夫という能力を鍛える／7月号 ③「繰り返し」の癖を何とかしたい／8月号 ④統合失調症ってどんな病気？ 良くなるの？／9月号 ⑤先入観で決めつけしないで柔軟に 10月号／⑥病院を変える？ 今の先生が良い？／11月号 ⑦急性の症状と慢性の症状
- 【わかりやすい制度のはなし】 障害年金のポイント
- 5月号 その①障害年金の「現況届」がいなくなった！
 - 6月号 その②障害状態確認届」の診断書を書いてもらうときの注意点
 - 7月号 その③「障害年金」診断書の書き方①
—主治医と話すための医師のアドバイス—
 - 8月号 その④「障害年金」診断書の書き方②
—生活上の困難をどのように主治医に伝えるか—
 - 9月号 その⑤「障害年金」診断書の書き方③
—生活上の困難をどのように主治医に伝えるか—
 - 10月号 その⑥ほんとうに無年金なの？
—もう一度申請資格（要件）を見直してみましょう—
 - 11月号 その⑦ほんとうに無年金なの？
—もう一度申請資格（初診日）を見直してみましょう—



- ◎「月刊みんなねっと」は、精神障がいのある人の家族が中心となってつくっている機関誌です。家族同士のつながりを強め、悩みを分かち合います。また、同じ思いを持つ家族同士が交流しあいながら、お互いに成長し、力をつけ元気になっていく機関誌です。
- ◎「月刊みんなねっと」は賛助会員に毎月配布しています。賛助会員になって会の運営をささえてください。お申込みは、本誌にはさみこまれている郵便振込用紙をお使いください。

みんなねっとフォーラムinとうきょう

「障害者自立支援法」を 当事者・家族の生活から 見直そう

■内 容

◎午前 10 時～ 12 時

講演 日本社会事業大学 平野方紹先生

「障害者自立支援法の動向と精神障害者福祉の課題」

◎午後 1 時～ 4 時

シンポジウム

「障害者自立支援法への意見・それぞれの立場から」

司会者 荻原喜茂氏（国際医療福祉大学）

シンポジスト

〈行政の立場から〉横山秀昭氏（横浜市泉区福祉保健センター）

〈福祉施設の立場から〉妹尾和美氏（マインドはちおうじグループホーム）

〈家族の立場から〉鵜飼富子氏（新座市家族会）

〈当事者の立場から〉全国精神障害者団体連合会

助言者 平野方紹氏（日本社会事業大学）

■日 時

平成 19 年 12 月 15 日（土）

■場 所

「発明会館」東京都港区虎ノ門 2-9-14

（地下鉄銀座線虎ノ門駅下車 3 番出口徒歩 5 分）

■参加費

1500 円（当日申し受けます）

■定 員

260 名（定員になり次第締め切ります）

ファックスにて事前申し込みを受け付けます。参加者名・所属・連絡先住所、電話番号・ファックス番号・メールアドレス（あれば）を記入の上、下記番号にお送り下さい。昼食は各自でご用意下さい。

受付 F A X 番号 03-3987-5466