

全国の家族と家族会をつなぐ機関誌

月刊

# みんな ねっと



2008年 1 月号

新春座談会

家族会のあり方と「みんな  
ねっと」のこれからを語る

特定非営利活動法人  
全国精神保健福祉会連合会

新年のごあいさつ 1

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

●新春座談会

家族会のあり方と「みんなねっと」のこれからを語る 5

出席者●川崎洋子、今野勝夫、武沢スミ、眞壁博美、池末美穂子  
良田かおり、鈴木紀善、高村裕子、佐藤智子

お元気ですか 家族会  
藤枝心愛会（静岡県） 18

街の診療所からのお便り【連載◎】（増本茂樹）  
…新しい年の夢を語りましょう… 22

わかりやすい制度のはなし  
その9（谷村慎介弁護士）  
「法テラスって何のこと？」 26

みんなのわ——読者のページ 30

お知らせ&ご案内コーナー 34

◆「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。

# 新年のごあいさつ



理事長 川崎洋子

あけましておめでとうございます。

あたらしい年を迎えるということは、毎年のこととは言え、新鮮な期待に胸が躍ります。家族会の全国組織「みんなねっと」は、昨年の五月に発会式を開催し、ハヶ月が経ちました。この間、全国のみなさまから温かいご支援をいただき、活動を展開してまいりました。家族を支援する活動として電話相談を行ってきました。ご家族が当事者を支える苦悩が切々と伝わってきております。わが国には家族を支援する施策はありません。家族が元気になれば、当事者も元気になります。「みんなねっと」は、家族・当事者の状況を変え、障がい者が普通に暮らせる社会をつくるために運動を続けてまいります。また、全国大会、ブロック研修会に参加し、多くの方々と交流できました。地域の活動の様子やそれぞれの地域の問題など多くの情報を得ることができました。十二月には東京でフォーラムを開催し、「障害者自立支援法」を家族・当事者の立場で論ずることができました。なによりも「月刊みんなねっと」を毎月発行できておりますことは、全国のみなさまの励ましの賜物であると思っております。本年度は活動をさらに充実させるためにもっと多くの賛助会員の方がたを募らせていただき、家族・当事者のみなさまの期待にこたえるように、努力を積んでまいりますので、昨年同様ご支援いただけますようお願いいたします。

平成二〇年 初春



## 知っておきたい 精神保健福祉の動き

### ◆障害者雇用に関する調査

民間企業（五六人以上の規模）について、毎年、厚生労働省が雇用状況を調査しています。この度、二〇〇七年六月一日現在の障害者雇用状況の調査結果が公表されました。調査によると、民間企業の障害者雇用率は一・五五％（法定雇用率は一・八％）。雇用されている精神障がい者は約四〇〇〇人です。

精神障がい者は、義務雇用の対象とはなっておらず、身体障害者雇用数（約二五万人）、知的障害者雇用数（約五万人）と

比べると、まだ少ないのが現状です。精神障がい者の雇用義務化が課題です。

### ◆自民、公明両党から障害者自立支援法見直し案が出される

新聞報道によると、自民党、公明党でつくる与党プロジェクトから、障害者自立支援法の見直し案が出されました。主な項目は以下のとおりです。

- ・二〇〇六年度から三年間限定で実施している負担軽減策を、二〇〇九年度以降も継続する。

- ・負担軽減の対象を年収六〇〇万円以下から八九〇万円以下に、広げる。

- ・福祉サービスや自立支援医療の利用者負担の合計額に上限を

設ける（現状では、個々に上限額が設定されています）。

- ・精神障がい者の特性にあつていないという批判が多い「障害認定」の基準について実態調査に着手。

- ・事業者に対して報酬の改定をし、経営の安定化をはかる。

この見直し案は、二〇〇九年度実施とされるものが多く、また、負担軽減や事業者報酬の見直しであり、サービスに対する一割負担という枠組みを変えるものにはなっていないと見られます。今後の国会審議が注目されます。

### ◆「検討会」でまとめの報告書が出される

先月号でお伝えしました「生

活扶助に関する検討会」の第五回目が一月三〇日に行われ、まとめの報告書が出されました。報告書の内容は、一般の低所得者世帯の支出額と生活保護世帯の保護費をくらべ、生活保護費の方が単身者を中心に高くなっているとするものです。この報告書を受けて、厚生労働省が基準額の検討にはいるという流れになります。

一〇月一九日に第一回目を開催し、この第五回でまとめをするという短時間での議論であり、二〇〇八年度の予算編成にむけた性急な動きに、生活保護受給者や障がい者団体から異議がでています。生活保護費の引き下げは、障がい者、特に生活保護受給者の多いひとり暮らしの

精神障がい者の生活に影響が出ると考えられ、大きな問題です。

お知らせします  
みんなねつこの活動

#### ◆第2回施策検討委員会開かれる

一月一七日（土）午後一時より、当会事務所において、第二回施策検討委員会が開かれました。理事長の招集のもと、施策検討委員会委員の先生、有識者理事、事務局員で、五時過ぎまで活発な議論がなされました。今回の委員会の目的は、当会が精神障がい者の家族会として、国の施策に要望する内容について、問題の所在を明確にし

ながら、どのような要望が必要であるか議論することでした。「障害者自立支援法」に関しては、利用料負担について、原則応益負担から応能負担にすべきである。しかし「自立支援医療」の通院医療費については、所得をみるときが前々年度の所得が基準となることから、今現在所得の無い人には即応できない問題がある。受診治療を早め、継続することが最重要課題であることから、通院医療費に関しては一律五%負担が望ましいというのが全体で一致した意見でした。その他入院医療費、障害程度区分の改善の課題、施設・事業体系に憩いの場の必要性、職員を増やし、訪問型福祉サービス充実が必要であること

など、精神障がいの特性に応じた改革の必要性が議論されました。また、精神障がい者の多くが、家庭から出ることが困難で家族の援助を得て生活している実態から、在宅の精神障がい者とその家族を支援する、福祉相談援助、二四時間医療など包括的な内容の在宅訪問サービスの必要性は、目前の施策への要望とともに、今後粘り強く要望したいこととして全員一致しました。要望書は今後役員会などで検討され、提出します。内容については、後日、本誌やホームページで紹介いたします。

◆二〇〇八年度全国精神障がい者家族大会について

二〇〇八年度の全国大会は東

京で行うことが決定（七月二四日の臨時総会）されていますが、その準備会が二〇〇七年一〇月と一二月に、当会役員・事務局員、東京都精神障害者家族会連合会の役員・事務局員の参加のもと、行われました。

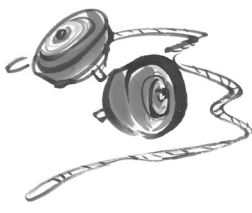
そこで決められたことは（一）日時は二〇〇八年一〇月二九日（水）～三〇日（木）の二日間。（二）場所は東京厚生年金会館（新宿）。（三）実施体制は当会と東京都精神障害者家族会連合会の共催とし、東京都内の関係機関・団体から数名、関東六県の家族会連合会から各一人、計一〇数名の実行委員会を作り、一月に一回目の実行委員会を持つ等です。

二月以降、大会テーマ、分

科会など順次お知らせしますの  
で、奮ってご参加ください。

◆低料第三种郵便の利用について

先月号でもお知らせしましたとおり、「月刊みんなねっと」が低料第三种郵便物として承認されました。家族会から会員に郵送する場合、一冊二〇円の料金で送ることができま  
す。利用にあたって郵便局に手続きが必要となりますので、希望される家族会は事務局までご連絡ください  
(FAX) 〇三  
―三九八七―  
五四六六)。必要書類をお送りいたします。



# 新春座談会

## 座談会出席者

川崎洋子（理事長）  
今野勝夫（副理事長）  
武沢スミ（副理事長）  
眞壁博美（理事）  
池末美穂子（理事）  
良田かおり（事務局長）  
鈴木紀善（事務局員）  
高村裕子（事務局員）  
佐藤智子（編集委員）  
司会 谷 安正（編集協力）

家族会のあり方と  
「みんなねっと」の  
これからを語る

「みんなねっと」も、会員のみならずのおかげで、新しい年を迎えることができました。新年にあたり、理事長、副理事長、理事、事務局員、編集委員のみなさんに集まっていただき、家族会と「みんなねっと」について、今年の抱負も含めて語っていただきました。

「お元気ですか 家族会」  
の取材を通して

司会 あけましておめでとうございませう。「月刊みんなねっと」の新年号は新春座談会というところで「みんなねっと」のこれからについてお話ししていただきます。まず、本誌で好評の「お元気ですか 家族会」の感想などから話してください。

## ■高齢化した家族会の支援を痛感

川崎 連載を通して、家族会の活動に大きな変化が生じていると感じました。四〇年前の全国組織結成時、家族会は家族の支え合いの場、癒しの場でしたが、退院後の受け皿がないというところで、家族会は自力で作業所の立ち上げに力を注ぎ、がんばってきました。その結果、家族会の活動は作業所運営などにほと



んどが費やされたのですが、一面家族はそのことで元気になっていた面もあったと思います。

でも、自立支援法などによって作業所は法人化され、運営の中心は職員が担うようになり、家族の役割がなくなってきています。作業所は活性化していますが、その一方で元気のなくなった家族会、また高齢化した家族会をなんとか支援しなくてはと、痛感しています。

## ■活弁な家族会もあり、驚いた

眞壁 私は、一方で、がんばっている家族会があるなあと感じました。創刊号（五月号）の取材に行った「多摩草むらの会」では、家族が当事者のために「こんなのであったらいいな」という



場を次々つくっていて、それを、家族だけが運営しているのではなく、地域の人たちや様々なたがりを生かしながら活動を拡げているなと思いました。

「ファーム栗の木家族会」（八月号）の定例会にも参加しましたが、二時間にわたる交流会は、にぎやかで皆さん話がどんどん出てくるんです。話している内容は本当に辛く苦しい事なんですけど、それがなぜか笑いになる



のね。聞いていても楽しいんです。この力はすごいなと思います。家族だけで当事者を見るのではなく、親亡き後の当事者を支えてもらうために、社会福祉法人をたちあげてグループホームや生活支援センターをつくるってきた家族会でした。

強烈な刺激を受けたのは、愛知県の「みなみ家族会」でした（二一月号）。家族会で自主製品を作って、お祭りや地域のバザーなど行事のたびに販売して年間六〇万円ぐらいの利益をあげているの。その自主製品は、家族会のことや、親亡き後の将来のことを<sup>しおり</sup>葉にして訴えながら販売しているんです。また、大学への講師派遣、学生さんを定例

会に呼ぶなど、地域との交流を盛んにやっています。驚いたのは、会員は五〇名ぐらいだけど、賛助会員が三〇〇人以上もいることで、物心両面の支援は頼もしいですね。

**司会** 今野さんも同行されたんですね。

**今野** 私も驚きました。平成一七年「こころの健康フェスティバルあいち」で、家族会の団体表彰の推薦をする際、みなみ



家族会から資料をいただきました。賛助会員が想像以上に多いですよ。活発な会長さんがいて皆をリードしています。

#### ■家族同士のつながりが大切

**良田** 家族会訪問は、私も楽しく取材できました。作業所がNPO法人になって、家族会が元気をなくしてしまったところだと、うまくいっているところがあります。六月号で訪問した「もくせい会」は家族会としても元気にやっています。家族会なんだから家族同士が支援し合い、家族のつながりを大事にしなければ意味がないという基本理念がしっかりしているのです。施設職員は私たち家族を支援してくれている、私たちの役割は賛

助会員を募ったりする施設の応援団なのだという役割分担があり参考になりました。取材は勉強になります。

鈴木 直接出かけて行って、皆さんが明るく話している、そこにおいて一緒に共感できるというのがよいですね。訪ねることで交流ができる。また、愛知は今野さん、新潟は事務局の栃倉さんが同行してくれて、つながりができますし、「家族会の紹介をしたい」気持ちを伝えられるところがよいと思います。

### ■単会は女性パワーがあり元氣

高村 私は、新潟（はまなす会・九月号）と、静岡の藤枝心愛会（今月号）に行きました。今まで単会の家族会の方と知り



合う機会があまりなくて、会長さんは全体的に男性が多いと思っていました。逆には女性が非常に多いと思います。

藤枝心愛会で印象に残っているのは、会長の村田さんは、テンプよく皆さんにいろいろと指示をされるのと、皆さんに役割を持ってもらうということ。 「○○さんやって」というよりも、一緒にやろうという感じが

しました。行事のときも「一緒に行こうよ」という声かけをされて、表現の仕方が、すごくいいなあと思いました。

あと、バザーでこれだけ売り上げがありました、という報告にも「ご苦労さま」というねぎらいの言葉があつて、会長さんになる方は、バシバシやる部分と、会員さんのことを考えてサラッと感謝の言葉が言えるのが、家族会がうまくいく秘訣の一つかなとも思います。

良田 私も女性が家族会の主役だなあと思いました。元氣な女性たちの中に男性が溶け込んでいる、それがとっても優しくてよかつたなと思いました。

## 自立支援法の影響 行政の対応など

### ■作業所の法人化で苦慮している

今野 自立支援法でね、小規模作業所が新体系に移行するの  
に、法人化が必要になります。  
家族会と運営主体が分かれる場  
合があり、これまでのような家  
族会との関わりが薄くなる。私  
のところにも単会の会長さんか  
ら「これから、どうやって家族  
会を運営していけばよいか？」  
という相談の電話が入るけれど  
も、的確なアドバイスがなかな  
かできないものです。

池末 今回、家族会で法人（N  
PO法人など）をとったところ、  
とれないところの現状はどうな  
のでしょうか。

今野 きちんとした調査はこ  
れからですが、もう一つ起こっ  
ている問題があるんです。家族  
会が法人化すると県の方から、  
『NPO何々家族会』だとオー  
プンではないので「〇〇福祉会」  
などに変えるように」と指導を  
受けているようです。

司会 新潟ではどうですか？

武沢 自立支援法の影響はかな  
りあります。県連としては、作  
業所の事業存続ができることを  
第一に考え法人化できるように  
研修会をやってきました。それ  
が功を奏したかは別にして、各  
施設とも、法人格の取得を目標  
にがんばって、現段階で新体系  
移行済み作業所が二八か所（予  
定も含む）、未定三か所、閉鎖

三か所でした。まだ、問題も残  
っているけど、とにかくここま  
で来たことに感謝しています。

### ■家族会活動とは……

良田 家族会は、本来は、学習  
したり、話し合いをしたり、社  
会に対して運動をする場だった  
のですけれど、当事者たちの行  
き場づくりを国がしなかった、  
もう待てないという形で自分た  
ちが背負ってきた歴史があるわ  
けです。





私も相談で当事者から聴かれたことがあります。「僕の町には作業所がないから作りたい」と保健師さんに言ったら、「お父さんに頼んで家族会を作ってもらいなさい」といわれたそうです。それで、お父さんに「家族会を作って」と言ったら、「もう年だからいやだ」といわれて、「どうしたらいいですか？」って。作業所を作るために家族会を作るといふ歴史が長いことあ

りましたね。

かつては家族が作業所の運営と職員もやっていたので、それをしていると当然家族会の活動ができなくなり、新しく入会した家族は、「ここは家族会ではなくて作業所だわ」と思ってしまった。そんな状態で新しい家族が入ってこないまま日が増えて高齢化してしまった。そこにNPO法人化の問題が出てきて、本来の家族会活動をしているというときにエネルギーがないという現実があります。

#### ■法人化できなかった所が心配

池末 反面、法人をとるということは公共性をもつ運動に変わるといふことでもあるようですね。法人もスタートし、家族会

とも相互に助け合っているところもあるようです。法人化をとれない家族会や作業所が、今後どうなるのが問題ですね。

良田 家族会訪問したところの会でも例会に施設の職員が参加しているところがありました。法人の理事の方も参加していたりして。家族会もお金集めやバザーのときばかり当てにされるのではなくて、講演会や家族教室を開いたり、家族による個別相談をしてもらうことで自分たちも助けられていると言われました。

川崎 私や真壁さんの家族会のように、作業所は運営せず月一回の例会だけを開いているところもまだかなりあり、高齢化が

課題です。また、新しい動きとして、作業所が自立支援法の利用料の説明会を開いたところ、家族は支援法も知らず、これからは時々家族同士が会う機会がほしいとの要望があり、家族会を作りたいという話を聞きました。家族会が多様化して、今過渡期にあるかと感じています。事務局が会長宅で、会長が事務のほとんどをせざるを得ない状態の家族会を、どのように支援するかは、「みんなねっと」の役割だと思います。

#### ■家族会の仕事を分担し合う

眞壁 前橋の「あざみ会」(一〇月号)はね、会報の発送とか、定例会の準備等を、全部の会員さんを五つのグループに分けて交

代でやってるの。五か月に一回、家族会の仕事が終わってくるんです。みんなが会の運営に関わるのはいいなあと思っています。「ファーム栗の木家族会」でも、定例会の司会を会員さんが輪番でやっていました。「みなみ家族会」では、会計を四人つくるなど、仕事を細かく分けて、一人一役で、お互いに支え合って、少しでも荷物を分け合うようにしていかないと、役員の引き受け手がいなくなるわよね。

#### 自治体の精神保健福祉施策はどうなっているか?

武沢 新潟は自殺率が高いため、いま県をあげて自殺予防対策に力を入れています。

今野 愛知県は、こころの健康推進室を新設、二つに分かれ、ひきこもりとか自殺防止の仕事を担当することで職員が増えました。

眞壁 (東京の) 多摩地域の場合は、保健所の統廃合が二回やられたのね。今まで、「立川麦の会」の総会に、保健所長と保健師さんが必ず来てくれたのに、来られなくなつたの。保健所に相談に行くときは、電話で予約しておかないと、突然保健所に行っても、保健師が出張して、いないことも多いです。池末 保健所が当事者(会)、家族(会)を支援することは、現在も、地域保健法や保健所から市町村への業務移管との関連

で出された『保健所および市町村における精神保健福祉業務運営要領』でもきちんと位置づけられているんですがね。

川崎 保健所家族会では、保健師のかかわりが多く、最近まで保健師が司会をして、日程、行事、講師依頼など保健所主導になっていました。まだ、こんなところが多いと思います。

#### ■保健所の協力と家族会の自立

武沢 家族会は、精神障害の分野では保健所が今まで主体となってやってくれたのです。独立できた家族会はそれなりに事務局を持っていますが、まだ保健所依存の家族会もたくさんあるのです。会員は歳をとってしまつて役員になる人はいないし、

今になって、「自立してあなた方自分でやりなさい」と言われても、すぐに対応できないです。保健所ももうちょっと協力を続けながら、その間に何とか自立の道を模索していくのではダメかなと話しています。

眞壁 でも実態としては、保健所職員は減らされて、カバーしなければいけない管轄の地域が広がっているんですよね。

「立川麦の会」をはじめ出来た時は、保健所の保健師さんが、会報づくりなど全部やってくれていたんです。例会の司会は家族がやっていましたけど、でも、だんだん保健所が手を引いていききました。それと、保健所も、毎年毎年保健師さんが入れ替わ

った時期があつて、前のことが引き継がれないんです。

川崎 それが家族会が自立できない一つの原因になっているかもしれないですね。

■生活支援センターも家族支援を池末 障害者プランで実施された精神障害者地域生活支援センターでは、当事者（会）、家族（会）支援が位置づけられていました。しかし、自立支援法の地域生活支援（活動）センター



の場合、どうなっているのでしょうか？

川崎 地域生活支援センターには人間的にも、それだけの機能はありませんね。私のところの生活支援センターは大田区から相談事業を委託されていますが、家族の相談までできていないと思います。

#### ■市町村にも支援の要請をする

良田 行政や家族会が再認識するきっかけとして、本誌の取材は良いかもしれません。全国に伝わりますから、意識してやろうという気持ちになるようです。今は市町村ということになっていますから、保健所だけでなく、市町村に家族の相談や家族会支援を要請して行ってもいい

のではないのでしょうか。

池末 今後は、市町村も家族会支援をするということです。

川崎 自立支援法になって、私の区では要望書は他団体と一緒にしますが、特に精神の特性を訴える時は区長に直接家族会が訴えるようにしています。そんな時に地域の精神保健福祉関係のネットワークがあり、それぞれの問題点を出し合って、精神障がい者がより良く生活できる環境をつくり出すように協力していくことがとても重要だと考えます。

#### ■他障害の団体とも協力し合って

眞壁 そうそう、立川市（人口一七万人）の場合だったら、私も理事をやっている「NPO法

人立川市障害者後援会」という

民間団体があります。この団体は大変ユニークで、理事長が立川市商工会議所の副会長であるとか、市内で様々な団体で活躍されている方が理事になっています。また、顧問には、市議会議員などが入っていて、一般市民には、賛助会員という形で年会費（一口二〇〇〇円）をいただいています。会報も年五回発行しています。障害者団体や作業所などの活動を支援するために助成金を出していて、「立川麦の会」も五万円いただいています。

それから、各障害者団体から出された要望をまとめて市に提出し、市から文書で回答しても

らいます。その回答を読んでから一週間ぐらい後に、「立川市長との意見交換会」を開くんです。そんなにお金のかからない要望だったら、その場で実現する場面もあるんです。

身体・知的などの他障害者団体を含めて、横のつながりを密にしていくことも大事な気がします。

## これからの「みんなねっと」

### ■全国一斉に要望活動を

武沢 今回「みんなねっと」から各県連に、市町村で活用できる要望活動の項目別の参考文書が送られてきたじゃないですか。

以前にも、各単会ごとで一斉に要望書を出すように言われて

いましたが、今回も、各単会の会合に出席したときにお願ひしてきました。全国一斉に要望活動をもいいのではないのでしょうか。

### ■家族支援法を求心力に

川崎 家族会四〇年の運動は、「精神障害者福祉法」をつくらなくてはならないと全国の家族が心をひとつにして闘ってきた歴史があります。いま、「みんなねっと」も全国の求心力ともなるものをつくり、活動しなくてはと思います。現在制度がない「家族支援法」をなんとか打ち出していきたいですね。

今野 愛知県の場合は、やはり家族会が代表で県に要望を出しています。私は各県が要望した

ものにどんな成果があったかという横の情報がほしいですね。他県も実施していますので愛知県も実施してくださいと言えます。

### ■家族会の原点を大切にしながら

武沢 家族会活動の原点は、支えあい・癒しあい・運動でしょう。それが必要でなくなったらわけじゃないですよ。家族会に入ってもメリットはないと感じる方も増えていきます。それは、どこでも勉強できるので何も会費を払ってまで家族会に入らなくても、という考え方があります。でも原点の部分が家族会活動から少しずつなくなってきているように感じます。辛さというのは当事者の人しか分から



ないところもあるのですが、やはり  
原点は大切だと思えます。

### ■地域のネットワークづくりも

池末 家族会の原点（話し合い  
元氣を得て助けあう）は四〇年  
間変わっていませんが、保健所  
や市町村は変化し、今回は自立



支援法などで家族会は多大な影  
響を受けていると思えます。け  
れど、法人化を進めることで、  
地域の理解や支援を広げ、それ  
が作業所活動などの公共性を高  
めるといふ面ではプラスといえ  
そうです。

市町村へ要望していく際の地  
域のネットワーク（他障害、他  
団体との連携など）と、保健  
所や市町村の公的な責任におい  
て、地域全体で家族や家族会の  
支援を広げていくというもう一  
つのネットワークが必要と思  
います。

### ■家族間で相談ができる体制を

良田 今は時代が変わって、家  
族に分かりやすい本も出てお  
り、インターネットでも情報を

得ることができます。でもそれ  
は一方的な情報で、個々にどう  
したらよいかという助言や支援  
はありません。それは家族間の  
支援でもあり、専門職の支援の  
必要性でもあります。「活力のあ  
る家族会」「家族相談ができる体  
制」「専門職の相談の充実」、そ  
の三つが大切だと思います。特  
に家族相談については、上手に  
相談が受けられて出会ってよか  
ったなと思える相談を受ける人  
が増えてほしいと思います。

### 機関誌「みんなねっと」は こんな雑誌にしたい

司会 最後に、機関誌「みんな  
ねっと」について、話題を移し  
たいと思います。



### ■投稿員は語り合いにつながる

佐藤 私は投稿コーナー「みんなのわ」の編集を担当させていただいています。毎週一〇通前後の葉書が届きますが、内容はやはり日常生活に関するものが多いですね。病気を抱えながらの生活の大変さや、様々な工夫、疑問に思っていること…、その方の「聞いてもらいたい」「伝えたい！」という思いが短い文

面に詰まっているのを強く感じます。

まだ家族会に入っていないご家族からのお葉書も多いですね。近くに家族同士で集える場があつて、思いを打ち明けられれば楽になるだろうけれども、まだそういう気持ちにはなれない…。でも一言「伝えたい！」とペンを取ってくださいているのだと思います。実は今のところ、投稿の七割は本人からもので、家族からののは三割位なんです。「みんなねつと」の読者は家族のほうが多いはずなんですが…。家族には葉書を書くこと自体、なかなか行きつかない、大変な現実があるからだと思います。

この「伝えたい！」気持ちこそ、家族会の原点である「語り合い」につながるものだと思います。これからもこうした読者からの生の声を、投稿コーナーだけでなく機関誌全体で取り上げていきたいですね。

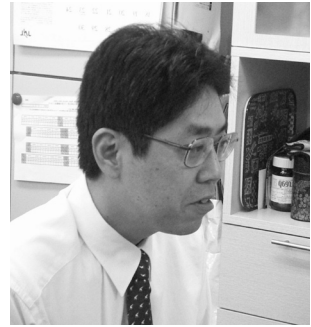
### ■家族や本人の体験を知りたい

今野 当事者や家族からのたよりが一番響きます。病気の症状が落ち着いて作業所に通所できるように回復したとか、就職したとか。それから長期入院ですね。一五年から二〇年、長い人は五三年という人もいたり、住所が病院という方もいますよね。どういった経緯で長期入院から退院できたか、その経過や状況を知りたいですね。それか

ら、結婚されている方の状況を  
知りたい。また、親亡き後どう  
いう生活をしているか、とか。  
先ほど申した要望活動では、各  
県の成果が知りたいです。

■みんなねつとの動きも知りたい  
武沢 私のところは「みんなね  
つと」が立ち上がったばかりな  
ので、「みんなねつと」として  
何をやっているのか知りたいで  
すね。例えば、厚生労働省に要  
望を出した結果とか、保健福祉  
の動きなどもわかりやすく紹介  
していただきたいですね。

■ページを増やしていきたい  
鈴木 取材に行つて家族会の方  
から話を聞いたり、家族の手記  
など、家族が共感できるものに  
したいです。また、病気のつ



きあい方とか、どうやって暮ら  
していくかとか、色々なテーマ  
があるから、もつとページも増  
やせればとよいなあと思います  
が、読みやすいというのが一番  
大切だと思えます。

■もつと身近な工夫やとりくみを  
高村 自分が読むとしたら、自  
分と同じような体験をしている  
ことが参考になるなあとと思い  
ます。例えば、薬のこととか、福  
祉制度のことだけではなくて、

「太りやすい」というテーマな  
ど、生活の身近なことでもいいと  
思います。こういう工夫をした  
ら痩せられた、とか、ささいな  
体験でも読んでいる人にとつて  
は参考になることがたくさんあ  
るんじゃないかと思えます。

創刊号の座談会でも話しまし  
たが、本誌は会員の方への会報  
(機関誌)ですよね。この会報  
を会員みなさんがこれだけ熱  
心に読んでくださっていること  
は大変ありがたいと思えます。  
本誌を通して、家族の方や本人  
が全国とつながっているんだと  
いうことが伝わる会報にしたい  
と思えます。  
司会 今日、どうもありがとう  
ございました。



役員会は、藤枝市文化センターでおこなわれました

# お元気ですか 家族会

## 「藤枝心愛会」 (静岡県)

本日は、静岡県藤枝市にあるNPO法人「藤枝心愛会」を訪問し、毎月一回おこなわれている役員会（出席者二一名）におじゃましました。

### 「藤枝心愛会」とは

「藤枝心愛会」は、もともと四つの地域（藤枝、焼津、大井川、岡部）が「心愛会」という一つの家族会をつくっていましたが、精神保健福祉業務の市町村移管（平成一四年）の見通しのついた平成一一年に、それぞれの地域ごとに家族会が分かれ、その一つが「藤枝心愛会」となりました。家族会員は総勢一二四名。四地域のうち、一番規模の大きい家族会です。家族



右から2人目が理事長の村田さん

だけでなく、地域の精神保健福祉に関する理解者が一部入るなど、多くのかたに賛助会員になつてもらい、「藤枝心愛会」を支えています。ただ、一二四名が全員顔を合わせることは難しく、総会の出席者も約半数です。そこで、藤枝市を二一の地区に

分け、地区ごとにリーダーを決めて地区懇談会を開催しています。地区懇談会の様子は役員会で報告したり、「藤枝心愛ニュース」に掲載しています。

## 歌から始まる役員会

法人の理事長である村田みつさんのリーダーシップのもと、役員の方々が資料を配布し、お茶菓子を用意していました。家族会で集まるときのお茶菓子は、全国共通のようです。本日のオススメは、役員の岩堀さん手づくりのいちじく煮。心のこもった「母の味」をいただきながら進行します。

まず最初は、ドリフの「いい湯だな」の替え歌「いい日だな」

を振りつきで歌います。「いい日だな、ハハハン♪」と、歌い始めは少し気恥ずかしさもありましたが、みんなで歌うことがまともとりリラックス感を持たせてくれると思えました。

役員会の議題は、昨年一〇月に開催された岡山大会や地域の

バザーに参加した時の報告、旅行や研修に関する提案などが話されました。特に印象が深かったのは、市町村合併に伴い家族会も合併するか否かの話題でした。先に述べたように、四つに分かれた家族会は、現在連絡会を作り、協力体制をとりながら

### 藤枝心愛ニュース

NPO法人精神保健福祉 藤枝心愛会 藤枝市 田前 4-19-5 村田みつ宅 (第1事務所) tel 054-635-1364  
平成19年10月 第2号 田前 2-22-12 藤枝第二心愛内 (第2事務所) tel 054-634-2340

**福詠会一様 100歳お祝い**  
(祝) 志太二町心愛会二代目会長 (祝) 藤枝支店支店長

ともすれば 打ちひしがる病ひとの  
今日も心の ささえでありたし

福詠会一氏が会長時代に語った、心のうちから出たことばです。後援の私連会員(役員)が心に残る言葉、伝えたい心として心愛会の歴史に残してある心意気です。

福詠氏は本年100歳で藤枝市や静岡県から長寿を祝されました。志太二町二町の心愛連合会からも9月27日に代表者が数名でお祝いしました。

氏は昭和67年度から69年度末まで志太二町二町心愛会の会長を務め、同時に平成2年度末まで藤枝支部長も兼務されました。84歳まで奮闘された方です。久しぶりにお目にかかった福詠氏は、今年の厳



しい暮さを乗り越えられ 明るく穏やかにご子息、姉介さんの介助を受けていらっしやいました。いつお目にかかっても柔らかな中に気品が漂う高砂の曲のような表情でいらっしやいます。まさに「達人のお顔」です。

10年前、心愛会30周年記念誌に「91歳の信念」という題で寄稿されました。その中で氏は、患者を救う道は只ひとつ、共同作業所と宿泊所を造り、共同生活をさせて生きる喜びを味わってもらう事です。とおっしゃっていました。福詠氏は善行一致の方です。誠意を込めて障害者の生活の基盤作り尽力されたのです。精神障害者施設への補助金制度の無い時代の事ですから、それでも視点を当事者に置き、作業所の設置運動に努力をされました。

- ★ 昭和62年～63年 自宅の空き工場を改造しユタカ産業として、視障はさみや電気器具の組立を9人の障害者と共に行ったが、作業に不向きな患者と種別上の理由から1年で閉鎖。
- ★ 昭和64年～65年 6人の患者とともに無業業野原の敷地をとり、食事療法を取り入れた。しかし、大型台風被害に会い、家屋損壊、道路寸断等で閉店に到った。
- ★ 昭和69年 市内町ヶ谷にて、借地借家での作業所を開発、冷蔵庫、洗濯機の解体作業を行ったが、家主に断られ閉所に到る。その後、役員として市内心愛作業所創設へ尽力。
- ★ 平成2年、市内心愛作業所が借地借家であり、家賃が年々上昇し経営を圧迫していた為、支部長の福詠氏が中心となり市に陳情。土地建物の市有化上げ、家賃無償貸付の運動を進める。結果、施設は家賃無し、公設民営の施設として現在に到る。第二心愛も同様。
- ★ 平成5年 福詠氏と同様の趣旨で、志太二町二町心愛会の4代目会長岩合氏は、強い意志とリーダーシップを発揮して、焼津心愛作業所の設立を成し遂げる。

100歳を迎えられた福詠氏が、今なお私連に励ましの笑顔に向けて下さる幸せをかみしめて、藤枝心愛会の会員役員の皆様、元氣を出して今日より又、前進しましょう。100歳おめでとうございます。  
理事長 村田みつ

地区懇談会の様子はこの「藤枝心愛ニュース」に掲載される



役員会は、みんなで「いい日だな♪」を振り付けを付けて歌ってから、会議を始めます

各行政に福祉施策向上の交渉等をしていきます。行政側も家族会に向き合ってくれていたようです。しかし、業務移管後、市や町の施策に多少の差違が出てしまい、また、家族会も会員数や事業運営の独自性を持ち、雰囲気

気にも変化が現れました。二〇

年度中に大井川町と焼津市、岡部町と藤枝市は市町村合併が行われます。行政からは各家族会の合併が望ましいとの示唆があり、施設の集約統合も話題にあるようです。しかし、それぞれに施設運営では解決すべき問題が多く、役員は「ゆとり空間があり、利用者が安心して通所できる範囲の施設が必要だ」と発言されていました。

家族会が広範囲の地域になるほど、会員同士の支え合いの密度も低くなりがちです。現時点では、藤枝心愛会も今まで通り運営する予定だそうです。「言うべきことをはっきり発言していきましよう」と村田さんはお

っしゃいました。

### 家族会のパワーの源は女性？

役員の男女比を見てみると、約三分の二は女性でした。資料配布やお茶出しと、テキパキと動かれている女性陣の傍らで、男性陣はどちらかというと、腰を下ろしてお茶をすすりながら配られた資料に目を通すという具合。女性が細かいところを配慮し、男性はどつしり構えて必要な時に意見を言うという構図が、家族会の運営をよくするコツでもあり、「藤枝心愛会」の特徴になっています。

また、昨年一〇月、二回目のバザーに出品した商品は、煮物やさつまいも、銀杏などがあり、

元気で明るい売り子のお母さん（家族会員）と手料理が非常に評判だったそうです。その他にも家族会では、ボランティアや草取り、スポーツ交流会などさまざまな地域行事に参加しています。都合のつく人が参加しますが、皆で協力・分担して参加しているようです。

### 心遣いが信頼関係を結ぶ

家族会の理事長として、村田さんは「拒まず、囲わず、しめ出さず」をモットーにしているそうです。お伺いする前、静岡県連の会長や全家連の理事を経験された村田さんは、厳しい意見も堂々とおっしゃる方なので、ピンと張り詰めた緊張感の

ある役員会を想像してしまいました。しかし村田さんは、さまざまな行事の参加報告をする家族会員へ「ご苦労さま」と必ずねぎらいの言葉を掛けていました。また、研修会や旅行に「わたしも行くから、ちよつと遊びに行こうよ」と、相手に押し付けることなく声を掛けられます。理事長だから人任せにするのではなく、自らすすんで地域に出て行き、会員を引っ張っていくことと、協力してくれた会員への心遣いが、会員との信頼関係をより深めるのだと感じました。

### みんなねっと」期待のねっと

最後に「月刊みんなねっと」

へのご意見やご感想をお聞きました。

- ・ 「月刊みんなねっと」は文字が大きくて読みやすい
- ・ 家族や本人の手記をもっと掲載してほしい
- ・ 作業所めぐりなど、各地の話題を知りたい
- ・ 読むだけで、いつ、どこでどんなことがあったのか、全国の動きを知りたい
- ・ など、貴重なご意見をいただきました。編集委員としてプレッシャーもありますが、少しでも皆さんのご要望にお応えできるように努めていきたいと思えます。

（取材／高村・鈴木）

## 街の 診療所から のお便り

…新しい年の夢を語りましょう…



連載  
⑨

ましもと しげき  
**増本 茂樹**  
増本クリニック院長

### 〈お正月〉

明けましておめでとうございます。

今年が良い事があるような気がしませんか？ 去年、頑張ってきた人も、やけっぱちになっ  
て来た人も、『新年』となると  
何か新しいことが起こるような  
気がするものです。明るい気持ち  
で「新年おめでとう」と言っ  
てみよう。

### 〈ゆいっくす過(じゅん)く〉

クリニックではまとまった休  
みは年末年始と五月と八月だけ  
ですから、私もこの六日間の休  
みはとても楽しみです。

患者さんの中には「病院が開  
いてないと不安だ」と心配する  
人がいますが、こういう長い休  
みは、「いつもいつも病院に頼  
っていなくてもやっていける」  
ことを確かめるチャンスです。

休み中は、服薬をした後は病気の  
ことを忘れて、今までの人生  
で楽しかったことを思い起こし  
たり、お昼寝をしながら今年や  
つてみたいことを夢見てみませ  
んか？

### 〈イタリア旅行〉

私の思い出の中で、お正月に  
皆さんにお話したいのはトリエ  
ステ旅行のことです。イタリア  
は地域での精神医療を目指して





いて、精神病院への入院を禁止していますが、トリエステ市はそれを始めたバザリア先生が働いていた所です。ここは青い空とオレンジ色の屋根の家並みが続く港町で、私は十五年前にこの精神保健センターを訪ねました。ローマでの学会に参加し、

ここにも行って見たのです。あにくセンターは夏休みで、患者さんたちはみんなでフランスのルルド（有名な巡礼地）にバカンスに出かけていて、少人数の職員と患者さんが居るだけでした。

「精神病院へ入院しないのなら、調子が悪くなった時はどうするの？」と思う人もいます。ようが、市内の各精神保健センターに数人分ずつの宿泊設備があるのです。医者診断で、一週間以内でそこに泊まることになる。私が訪ねた時も宿泊者が三人ありましたが、病院らしさは全く無く、センター内の食堂の隣に寝室がある、という感じでした。一週間の入所期限は何

回か延長することがある、ということでした。

### 「ぼくには仕事がある」

通所患者のマリオ君とは気さくに話しができました。彼は五年前に発病してから服薬している、ということでした。精神病院は閉鎖されているので、もちろん入院体験はありません。今は、このセンターの観光客相手の貸し自転車屋で働いているんです。トリエステは観光地でもあって、私も海辺のお城を見物しました。公園でたくさんの方が何となく木陰で寝ころんでいて、ヨーロッパ人のバカンスはこうやってのんびりするんだ、こんなのも良いなあ、と思った



ものでした。この人たちに自転車を貸すのです。

彼は朝十時から夕方四時まで自転車の貸し出しをしています。お昼はセンターで食べますが、帰って行くのは市営アパート内のグループホームで、そこでは朝と夕の食事が出る。家と食事と仕事が世話されているんですね。彼に「年金はいくらあ

るの？」と聞きましたら、月約四千円だと言うんです。少ないですね。それで、何度も聞いたのですが、やっぱり月四千円です。でも、彼はそれで不満ではなさそうです。そして、「ぼくは仕事を持っているんだ！」と胸を張るのです。「年金ではなく、給料をもらっている。」と言っている。

障害の程度によっては年金の多い人もあるんですが、彼を見て、いたずらにお金だけを支給されるよりも、食と住を確保して次には仕事を持てるようにすることが大事だ、と思いました。マリオ君の病気は押さえ込まれていて、動作はきびきびとし、表情には精気がありました。

## 〈センターで働く〉

私もセンターの昼食をいただきましたが、ローストチキンがとてもおいしかった。この食堂で調理をしているローザさんも元入院患者です。夫も患者で、センターで知り合って結婚した。彼女の方は回復してセンターに勤めている。この日は、配達されて来た食材をオーブンで焼き、パスタを作ってくれた。ローザさんも明るい人で、元患者には見えなかった。庭で一緒にコーヒーをいただきましたが、看護師さんに、アパートに閉じこもっている夫のことを相談していました。「もう少し待ちましよう」などと助言されています

た。治療環境が良くても、すんなりいかない人は多いのです。

### 〈日本の地域の精神保健は？〉

最近、隣町の役場の保健師さんがよく相談に来るのは、四二才のQさんのことです。一八歳から何回も入院して来ました。障害年金は一級。この一年は精神病の母とアルコール症の兄とで暮らしていましたが、私の所へは母と一緒に薬を取りに来るだけで、ほとんどしゃべらない人だった。私も、ちよつと、もう『変わらない人』だ、と思いついてしまいました。家族の中でも、『年金をもらう人』という役目があるだけでした。

ところが、急に状況が変わり

ました。まず母親が外科に入院し、その後兄が行方不明になって、彼はゴミだらけの家に一人で取り残されました。ここでようやく、役場の人たちが、この人たちを助けることが保健福祉の仕事だった、と気付き、方策が話し合われるようになりました。今は、週三回の家事援助が入っています。

とつところが、スタツフが汚れた食器などを片付けに入ると、「何もできない」と見られていた彼が自分でも掃除や洗濯をするようになったんです。一人暮らしになって手助けが入ったことが、自分でやってみるきっかけになりました。元気が出た彼は、「就職する」と職安に

出かけたとも聞きます。すばらしい変化ですが、今のところ彼を雇う会社はないでしょう。逆に、一方的な思いが過ぎると地域社会との軋轢あつれきが生じる可能性もあります。でも今は、何かあるとすぐに彼を入院させていた家族は解体しています。

### 〈夢を現実にしたい〉

市や町も最近では、「自分たちが障害者の支援をすべきなんだ」と気付き始めていますから、今こそ、多くの患者は入院しない方が元気でおれる、ということとを分かってもらわなくてはなりません。今年こそ、そういう風に役所の力を引き出したいものです。

今月の  
執筆者

谷村 慎介

弁護士(いろは法律事務所)日弁連高齢者  
障害者の権利に関する委員会事務局次長

わかりやすい  
制度のはなし

その9

## 法テラスって何のこと？

—身近になった弁護士さん—

### I. 法テラスとは

離婚や遺産分割などの相談に  
弁護士や司法書士に無料で乗っ  
てもらえ、弁護士費用なども立  
て替えてもらえる、退院請求を  
無料で弁護士してもらえ、そ  
んな制度があるのをご存知で  
すか？それが法テラスです。

法テラス(正式名称「日本司  
法支援センター」)は、従来の  
法律扶助協会に代わって、平成  
一八年一〇月から、全国五〇か  
所の法テラス地方事務所がサー  
ビスを提供しています。

法テラスの事業の中で、精神  
障がい者や家族のみなさんに大

いに関係があるものは、①情報  
提供、②民事法律扶助、③日弁  
連委託援助事業の3つです。

### II. 身近になった情報提 供や一般的な法律相談

ここでは、法テラスの業務の  
うち、①情報提供と②民事法律  
扶助(一般的な法律相談)につ  
いて説明します。

#### ① 情報提供

これは、貸したお金が戻って  
こない、訪問販売で商品を買っ  
たけど返したい、離婚したいけ  
ど弁護士を頼むお金がない、遺  
産のことで採めている、リフォ  
ームのトラブルに関する相談窓  
口を知りたいなど、という法的

なトラブルの解決に役立つ情報や、法律サービスを提供する行政機関、各種相談機関、弁護士・司法書士などの相談窓口の

情報の無料提供事業です。コールセンター（電話0570-078374）で法制度や相談窓口についての情報を提供しています。どこに相談したらよいか分からない場合には、無料です。まず、コールセンターに連絡してください。

## ② 民事法律扶助

資力の乏しい方<sup>（注）</sup>が貸金、訪問販売、離婚、遺産分割、リフォームといった法的トラブルにあつたときに、無料で法律相談が受けられます。無料法律相談は、全国の法テラス地方事務

所で実施しています。入院中の場合など相談場所に行けないときは、入院先などへの出張相談も受けられます。

こうして無料相談の結果、弁護士などの援助が必要な場合には、その弁護士費用などの立替を法テラスに依頼することができます。立替えてもらった費用は法テラスに後で月々返済して行けばよいのです。返済金額は、月2千円以上です。

「資力が乏しい方」にあてはまるかどうかは、最寄りの法テラスに連絡をとり、電話で確認することもできます。

（注）具体的には、単身者であれば月額手取り一八万二千円以下（ただし、大都市では二〇万二千円以下）です。

### Ⅲ・精神保健福祉の関係者のみなさんにも知ってほしいこと

精神障がい者や家族だけでなく、関係者・支援者のみなさんにも知ってほしい③日弁連委託援助事業について説明します。

## ③ 日弁連委託援助事業

これは、②民事法律扶助の対象とならないものについて、日弁連が法テラスに委託して行っている事業です（日弁連の事業）。つまり、相談を受けた弁護士が法テラスへ利用したい旨、申し込むこととなります。ですから、まずは弁護士に相談する必要があります。知り合いの弁護士がいない場合には、最

寄りの弁護士会（弁護士会の電話番号もコールセンターで教えてもらえます）で紹介を受けられます。どんな弁護士に当たるのか不安に思われるかもしれませんが、各弁護士会には、名称は様々ですが、高齢者・障害者を支援するセンターがあります。弁護士の紹介してもらおうとよいでしょう。この事業の対象となる方も、民事法律扶助と同様に資力の乏しい方ですが、民

事法律扶助との違いは、弁護士費用などの返済は原則的に必要ない、無料という点です。日弁連委託援助事業の中で、特に精神障がい者だけを対象と

する事業は、左の【ア】と【イ】の二つです。また、生活保護に  
関係する相談の場合は【ウ】で

#### 【ア】精神障害者に対する法律援助

- ・精神保健福祉法上の退院請求、処遇改善請求
- ・申立書あるいは意見書などの作成
- ・本人の疾病の状態、治療歴などに関する証拠及び協力医の意見の提出
- ・退院後の環境、地域生活の可能性に関する資料の収集及び提出
- ・入院中の治療の状況、今後の治療の必要性についての主治医の意見聴取、カルテなどの検討、現地意見聴取への立会い
- ・審査会への出席、意見陳述など

#### 【イ】心神喪失者等医療観察法法律援助

- ・心神喪失者等医療観察法上の退院許可申立
- ・入院継続確認申立または処遇改善請求
- ・通院期間延長申立または入院審判申立手続き

#### 【ウ】高齢者・障害者・ホームレスなどに対する法律援助

- ・生活保護申請、生活保護法に基づく審査請求、これらに関わる相談が援助対象

#### IV. 法テラス利用の例

精神科病院に入院している方が退院請求を弁護士に援助してもらいたい場合、最寄の弁護士会に連絡して、高齢者・障害者を支援するセンターの弁護士を派遣してもらうことになりま

す。その弁護士に相談・援助してもらいながら退院請求をすることができま

## 無料相談



私、弁護士です

害者に対する法律援助事業)。

退院後、福祉事務所に生活保護の申請に行ったのに相談だけで断られたような場合には、同様に弁護士会に連絡して、弁護士と一緒に福祉事務所に行くとよいでしょう【ウ】高齢者・障害者・ホームレスなどに対する法律援助事業)。

入院中でも、一般の法律相談(離婚、遺産分割など)については、外出可能であれば法テラスの事務所でも無料相談を受けられます。外出が困難な場合は、病院まで出張してもらっての無料相談を受けることができます【IIの②民事法律扶助】。

在宅のかたがこれらを利用してき

でも法テラスの事務所に行くことができない場合には出張相談も受けられます。

その結果、法律的な援助が解決に必要な場合には、相談に乗った弁護士や法テラスから紹介された弁護士の支援を受けることができます。

心神喪失者等医療観察法の対象となってしまう、どうしたらよいか分からないのに、国選の弁護士がつかない場合には、【イ】心神喪失者等医療観察法法律援助を利用できます。

なお、資力のある方は、弁護士会の有料相談や弁護士紹介制度の利用ができますので、最寄りの弁護士会にご相談ください。(たにむらしんすけ)



月刊『みんなねっと』創刊（2007年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

★長崎県 家族（60代）

お世話様になりました。ありがとうございます。次男が本障がいである、と判明して八年になります（32歳）。家族会は様々なことで疲れて平成一八年四月に中退しました。平成一九年一月に本人は発達障がいもある、

と知り納得できました。今五回目の入院中です。この障がいについても記事でとり上げて頂きたく希望いたします。貴誌の感想は、形・ねだん・内容すべてがよいと思います。貴誌のご発展と皆様のご多幸を心よりお祈り申し上げます。

★神奈川県 M・M 家族（60代）

10月号の「みんなねっと」は吸い込まれる様に読みました。家の息子（病歴10年34歳）とはほぼ同じ状態ですので、親の対応のしかた等が参考になり、又、同じ子供を持つ親御さんがたくさんいらつしやるのを改めて実感しました。

又、27ページの神奈川県Aさんの記事も参考になるので、読む様メモをつけテーブルに置きました。こここのところ息子の

調子が悪く、一切の情報をおしに入れるなどの事で、期待はずれとなりました。医者にも親のみ相談しましたが、あせらず待つ事しかできないこの頃です。平常心を保つていく心がけます。

★高知県 栄宣<sup>しげのぶ</sup> 本人（50代）

自立支援法の見直しをしてもraitたいです。自分は自分の家から車（自家用、バス）四〇分位通勤して作業所に通所して七年目になります。

統合失調症です。通所にあたり一割負担の利用料を支払っています。「みんなねっと」を読んで見て、見直しが本当にできる事を障害者が望んでいます。いつも読んで目を通す事をたのしみしています。良い情報を見たのしみしております。有難



う御座居ました。

★埼玉県 ペンネームみんななわつと  
11月号ありがとうございます。どのページからも、家族の味方ですとメッセージが伝わってくるようで、カラーのはつきりした、あたたかい雑誌だなあと思いました。

特に家族会訪問と投稿のページは手づくり（読者・家族会の参加があつてできる）感があつり、いいなあと思います。辻太平さんの投稿「希望も与えにゃいかん！ 薬も飲み続けないかん！」は慢性の病をもつて生きる人たち全員の課題とと思います。このテーマで、お医者さん、作業所やデイケアスタッフ、本人、家族の座談会なんかあったらいいなと思いました。

増本先生の「それを言っちゃ

あお終めえよ」つい笑ってしまいました。疲れきったご家族をいたわる、いい話しかたと感じしました。皆さま、おつかれさまです。

★岐阜県 母<sup>かあ</sup>べい 家族(70代)  
「ぜんかれん」誌がなくなり、引き続き「みんなねつと」を

愛読致して居ります。そこで感想を一言!! 11月号「初めての家族会参加」の文末に（いけすえみほこ）の名前を見て、とても懐かしくドキッと感動致しました。去る事何年前、いや何十年前かし



イラストは安齊維子<sup>ようこ</sup>さんの作品

ら。娘が発病(昭和五五年)以来、家族会に入り色々な講演会に出かけ、前期の池末先生のお話を三度聞きました。三回お目にかかった事ですよね。語り口がやさしくて、あの小柄なお体から私達が色々悩んでる事柄を力強く話して下さった事、ほんとうにありがとうございます。お

礼迄。

## 日常生活のこと

★埼玉県 ライラック 本人  
(50代)

統合失調症になって三〇数年。つらい、苦しい時を乗り越えやっと少しはおかずの一品はつくれるようになりました。カフェに行ったり図書館に行ったり、又天気の良い日には畔道をサイクリングしています。皆さんは日常何をして過ごしていますか？

★鳥根県 吉岡幸二 本人(40代)  
我々当事者は、病気や問題があるのままで受け入れ、現実と直面して強く生きていかなければならないと思います。ありのままの自分を受け入れるという事です。言葉にするとたやすい

のですが、これがなかなか出来ないのが現実だと思います。僕などこれが出来るまで三〇年以上かかりました。病気のことをかくそうとしたり、人のせい何かのせいにばかりして、もがきあがいていました。もがきあがく姿も病気の一部だと思いません。しかしありのままの自分を受け入れたら楽になりました。次に自立支援法の関係も大きいと思いますが、社会復帰、社会参加といった言葉をよく目にしますが、人によってはその言葉が重くのしかかる人もいると思うので、その主体性、自己決定を重視してもらいたいです。

我々当事者にはますます風あたりがキツイ時代がやって来るかも知れませんが、希望を持って乗り切っていきたいものです。

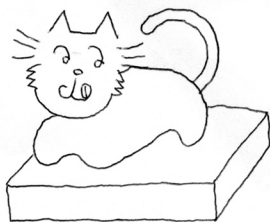
★福島県 みかえる 本人(40代)  
10月号に載った神奈川のT.Sさん、私も統合失調症で、カトリックです(パートナーはまだですが)。二重の意味で仲間だと思えます。近況を書けば、自立支援法のおおりをくらってから前の作業所をクビになってからは、毎日病院のデイケアに通っていました。今は週三回、新しい作業所に通っています。もう就労はあきらめました、趣味の詩作で多少認められたのでそれはこれからも続けていきたいと思っています。

★香川県 森茂子 本人(60代)  
地域活動支援センターⅢ型に通っているものです。私の様に週一日通い三〇〇円、四〜五日通っても三〇〇円は矛盾してい

ると思います。

自立支援受給者証は、二、三年に一回の更新にしてほしい。手続きのたびに診断書二、三〇〇〇円いり、交通費手間代、町へタクシーではお金がかかって困ります。今は一年に一回、手帳は二年に一回。せめて手帳並みにしてほしい。皆様どう思いますか。

私は当事者で68歳、今年でア



パート生活一五年で独居生活を送っています。デイケアで友人もたくさん出来、楽しい毎日送り皆に感謝しています。皆様も長生きして下さい。

★栃木県 名村 忠 家族(60代)

来年の三月で退職する。今日、職場(学校)で福祉講演会があり、幼稚園に勤務(助教諭)する全盲の先生のお話を伺った。感動した。

彼女は自分を障害者として考えてはいない。「全盲でもこんなに元気に生活していることを伝えるのが人生の意義だ」とおっしゃいました。また「この世に生きるどの人も何らかの意味を持って生きているのだ」とおっしゃいました。精神障害者とその家族の意義は何でしょうか。考えるきっかけとなった。

## 詩

★埼玉県 本人(50代)

あたりまえ

目が見える声が聞こえる。話すことができる  
痛みもなく、自分の行きたい所へ行ける  
夜になると眠れる。又、朝がくる  
友人と仲良くなる。楽しくおいしく食事もできる  
なんてすてきなことでしょう  
「それはあたりまえ」と人はわらう  
あたりまえの大切さをしっているのは  
それを失った人達です  
とつても大切な事。  
あたりまえ

## お知らせ & ご案内 コーナー

### ◆精神科病院のこれからを考える！「メンタルヘルスの集い」

日本精神衛生会は、平成二〇年三月一日に、シンポジウムを開催、本会の川口理事長がパネリストとして参加します。日本の精神科保健医療福祉はますます大きく変わろうとしています。平成一六年に「精神保健医療福祉のビジョン」が発表され、「病院医療中心から地域生活中心

へ」の方向性がだされました。また、平成一八年には「障害者自立支援法」が施行され、その中で、今後精神科病院が地域でどのような役割を担っていくか、大きな課題です。「緊急入院をさせたいがベッドがなくてきなかった」「精神科に入院していると、多科の受診が困難」等、家族からの相談が多くあります。今回は精神保健医療福祉の従事者、家族や当事者、行政、さらに市民の方々と論じ合います。

### 【プログラム】

特別講演 「日本の精神科医療の軌跡を振り返る」 仙波恒雄  
★パネルディスカッション  
家族の視点から：川口洋子

「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。

看護師の視点から：宮本真巳  
臨床心理技術者の視点から：

奥村茉莉子

精神科病院と社会復帰施設を融合させる試み：佐久間啓

医療経済学の視点から：

川渕孝一

【日時】二〇〇八年三月一日(土)

一〇時三〇分～一六時 (無料)

【場所】有楽町朝日ホール

(東京都千代田区有楽町二一五

― 一 有楽町マリオン11階)

【問い合わせ】日本精神衛生会

(電話・FAX〇三―三二六九

―六九三三)

◆ **皆さまからの投稿・原稿を募集します!**

「月刊みんなねっと」に原稿

やイラストなどを掲載してみませんか？

●メタボリックを解消する食事の献立(レシピ)は？

●あなたのストレス解消法は？

●自作のイラストや詩など

生活の知恵や工夫は、周囲を明るく元気にする力です。ご自分の体験や実践を、ぜひ全国の会員の方にお伝えください。

【送り先】〒一七〇―〇一三

東京都豊島区東池袋一―四六

― 一三ホリグチビル三〇六

NPO法人全国精神保健福祉会

連合会『月刊みんなねっと』編集係まで(巻末のはがきをご利用下さい)。

◆ **「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**

「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。「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。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。



## 編集 後記

新年あけましておめでとうございます。昨年は新しい家族会の全国組織である、この全国精神保健福祉会連合会（みんなねっと）の誕生の年でした。月刊誌の作成はもちろん、国への要望活動や相談活動、そして都道府県連合会や関係団体との連携など、理事長をはじめ3名の事務局員でよくやってきた!!と、多少自らを褒めてもいいかなと思います。今年はさらに、みんなねっとも家族会も、互いにつながりを深めて飛躍できる年にしていきたいものですね。本年もどうぞよろしく願いいたします。（高村）

明けましておめでとうございます。昨年は実にあれこれやった誕生の一年でした。今年もすることは山積みですが、皆さんのお力をお借りしながら、真面目に、着実に進めていこうと思います。昨年は東京に雪が降りませんでした。今年はどうでしょう。私が小さかったころは東京でも結構雪が積もりました。地球の温暖化を止めようという動きが大きくなっています。みんなが地球を守り、環境を良くしようと努力することが大事なんですね。私たち「みんなねっと」も大きな目標をもって、大きな声に、大きな力になるようにしたいです。みなさん、今年もよろしく願いします。（良田）

## 編集 後記

### 次号の予告

次号は「家族による体験談」を掲載します。  
お元気ですか 家族会 ●茨城県「筑西地方家族会」／ほか

月刊 **みんなねっと** 通巻第9号（2008年1月号） 定価 300円

発行日 2008年1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 川崎 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 ホリグチビル 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](http://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
- 12月号 「くすりと肥満」息子の太りすぎが心配です/歯や体重への影響を知り、うまくつき合っていくまいしょう

## ■【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～

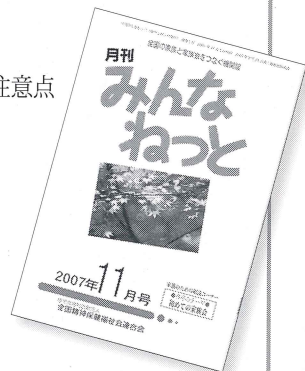
- 5月号 多摩草むらの会(東京)/6月号 もくせい会(埼玉)/7月号 うしお会(神奈川)/8月号 ファーム栗の木家族会(千葉)/9月号 はまなす会(新潟)/10月号 あざみ会(群馬)/11月号 みなみ家族会(愛知)/12月号 みのり会(京都)

## ■【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急性の状態と慢性の症状 12月号/⑧入院した方がよくなるの？

## ■【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)を見直してみましよう—
- 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)を見直してみましよう—
- 12月号 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—



◎「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。

全国の家族と  
家族会を  
つなぐ機関誌

# みんな ねっと

月刊

『みんなねっと』は、  
ハンドバックに入るA  
5判 32頁のコンパクト  
サイズです。

●創刊号は2007年5月号からです。

発行 特定非営利活動法人(NPO)  
全国精神保健福祉会連合会

〒170-0013 東京都豊島区東池袋  
1-46-13 ホリグチビル 306  
TEL03-6907-9211 FAX03-3987-5466

月刊「みんなねっと」は、精神障がいのある人の  
家族が中心に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。

毎月、こんな内容で  
お届けいたします。

●投稿募集●月刊『みんなねっと』は  
皆さんの投稿をお待ちしています(文  
字数は400～600字程度です)。巻末の  
はがきをご利用ください。『読者のペ  
ージ みんなのわ』で紹介していきます。

- 知っておきたい動き**●精神保健福祉のうごき、当会の活動情報をお知らせ  
します。
- 家族のためのQ&A**●家族がかかえる悩みや相談などを、QさんAさんの  
問答形式でお答えします。(例)①親なき後の住まい②病気の原因は子育  
て??③ひきこもりから一歩をふみだす④入院中の本人が「退院したい」  
と言う場合の家族の対応⑤親の高齢化と在宅サービスの利用⑥退院促進事  
業とは?⑦生活のしづらさを理解する⑧就労への支援について、ほか。
- お元気ですか?家族会訪問**●全国各地の家族会を訪問して、元気の出る話  
や楽しい話題を紹介いたします。家族会運営のヒントが盛りだくさん。
- まちの診療所から**●地域で活躍する診療所の先生(増本茂樹先生)から患者  
さんたちの暮らしと治療のお便りをお伝えします。
- わかりやすい制度の話**●障害年金をはじめとする医療・福祉の制度のしく  
みや利用の仕方をやさしく解説します。

★2008年1月号から4ページ増えました(全36ページ)★

申し込み

『月刊みんなねっと』は賛助会費が振り込まれますと毎月お手元に届きま  
す。個人の場合は年間3500円、団体(2名以上)の場合は、年間3000円  
×人数です。本誌に貼付してある郵便振替用紙をご利用ください。