

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 **4** 月号

家族のための相談コーナー

● 今月のテーマ ●
お金の管理

特定非営利活動法人
全国精神保健福祉会連合会



日本財団
The Nippon Foundation

知っておきたい 精神保健福祉の動き 1
お知らせします みんなねっとの活動 3

本の紹介

『どんぐりの家——それから』 5
『働きたいあなたへのQ&A』 5

家族のための相談コーナー

今月のテーマ「お金の管理」

家族だけではできない金銭問題への対応は？（高村裕子） 6

地域福祉権利事業と成年後見制度の違いとその特徴（岩崎香） 10

お元気ですか 家族会

大分すみれ会（大分県） 14

街の診療所からのお便り【連載⑫】（増本茂樹）

・・・父親と受診 母親と受診・・・ 18

基礎から学ぶ統合失調症

「再発予防をめざして——脆弱性ストレスモデル」 22

みんなねっとフォーラム in とうきょうでの講演から

●（平野方紹）

「障害者自立支援法の動向と
精神障害者福祉の課題①」 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

■「障害者自立支援法」の福祉サービス利用者が軽減される世帯の範囲が個人単位に変更

◎負担上減額の軽減について（平成二〇年七月一日実施）

福祉サービス利用の負担上減額が軽減されます。平成一九年四月から「特別対策」によって軽減されましたが、今回、さらに軽減されます（数字は月額）。
◆低所得1の方（住民税非課税、本人収入80万円以下）

3750円↓1500円

◆低所得2の方（住民税非課税世帯）

6150円↓3000円

◎所得区分が「世帯単位」から「個人単位」へ（平成二〇年七月一日実施）

福祉サービスの負担上限額を決める際の所得について、「個人単位」を基本とするように変わります。これまで、住民票上の世帯全体の所得で判定されていたものが、障がい者本人とその配偶者（夫または妻）の所得の合計のみでの判定となります。本人と配偶者の所得が、住民税非課税の所得額に該当すれば、「低所得1」「低所得2」の負担上限額が適用されることとなります。

「負担額の軽減」や「個人単位を基本にした所得区分」は、大きな見直しですが、福祉サー

ビスについての見直しであり、自立支援医療については変わっていないことに留意する必要があります。自立支援医療の見直しを引き続き要望していく必要を強く感じます。

◎事業者の経営基盤強化策（平成二〇年四月一日実施）

事業運営の安定のために、通所サービス単価の引き上げや、小規模作業所の法定事業への移行に係る基準の見直しなどが実施されます。事業の安定が、利用者へのサービスの維持・向上につながる必要があります。

■退院促進事業に、新たに「精神障害者地域移行支援特別対策事業」として、平成二〇年度に一七億円の予算が組まれる

受け入れ条件が整えば退院可能な精神障がい者の退院支援や地域生活の支援を行なう「自立支援員」が配置されます。自立支援員は、入院中の精神障がい者への退院への啓発、退院計画の作成、地域生活の支援などを行ないます。

それと同時に、地域生活への移行に必要な体制の総合調整を行なう「地域体制整備コーディネーター」が配置されます。

これまでの「精神障害者退院促進支援事業」は、都道府県ごとの実施状況にばらつきがありました。平成二〇年度からは、全都道府県で取り組むことになり、精神障がい者が退院して地域で生活できる体制が充実することが期待されます。

■週一〇時間から段階的に就労時間を延長―平成二〇年度に二億九千万円の新規予算

「精神障害者ステップアップ雇用奨励金」制度が新規に創設されます。これは、週一〇時間からはじめ、支援を受けながら、一年かけて段階的に就労時間を延ばし、週二〇時間以上の雇用を目指す制度です。精神障がい者の障がい特性に配慮した制度として注目されます。

■短時間雇用も雇用率の算定に障害者雇用促進法の改正案が国会に提出されています。週二〇時間以上三〇時間未満の短時間労働者も、雇用率の計算に入ることになります。重度の身体的障がい者と精神障害者は、す

で雇用率算定の対象になっていきますので、この改正で、重度以外の身体・知的障害者が加わることとなります（平成二二年七月一日から実施）。

精神障害者雇用に関しては、現在、雇用率の計算に入っていませんが、法律上の雇用義務とはなっておらず、実現していくべき今後の課題です。

■「家族の思い、願い」

川崎理事長が訴える

三月一日、東京の朝日ホールで「メンタルヘルスの集い」が開催されました（主催「財」日本精神衛生会、参加者約三〇〇人）。「精神科病院のこれからを考える―病院治療中心から地域生活中心の流れの中で」という、

家族にとって、関心のあるテーマでした。

パネリストとして参加した川
☒理事長は、「家族の視点から
—家族の思い、家族の願い」と
題し、家族の立場で発言しまし
た。クリニックに通院している
人が多くなっており、救急時の
入院ベッド探しは、家族に負わ
されることもあり、非常に困難
です。したがって、身近なこ
ろに入院ベッドが確保されるこ
との必要性を訴えました。ま
た、激しい腹痛で救急入院を要
請したのに精神科病院に搬送さ
れた事例をあげ、合併症の場合
の入院確保を、また、身体介護
が必要となる高齢精神障がい者
の受け皿作りの必要性を訴えま
した。退院促進事業に関しては、

退院後の受け皿を家族に頼るこ
となく、地域支援の連携体制の
構築と、そこに家族支援の体制
が組み込まれることが家族の願
いであることを強調しました。
地域支援体制については他のパ
ネリストからも同様な発言があ
り、精神障がい者が安心して地
域生活を送るためには人的資源
の豊富な病院が地域に出て福祉
支援とのネットワークが必要で
あることが確認されました。

お知らせします
みんなねっこの活動

■理事会を開催

二月二十九日に、平成一九年

度第三回の理事会を開催しまし
た。国等への具体的な要望内容
の検討や平成二〇年度の活動方
針案・予算案、全国大会（東京
大会）のタイトルについて、ま
た、ブロック研修会のあり方
について等、多くの項目について
検討を行いました。

要望内容については、昨年、
当会から与党へ提出した要望書
をベースとし、加えて障害者
手帳を三障がい共通にすること
や自立支援医療についての改善
要求を行なうことが検討されま
した。精神障がい特性への理解
の促進に向け、他の障がい者団
体や関係団体と協力連携する一
方、独自の要望活動を展開する
必要があります。

また、全国大会については、

当会が発会して第一回目の大会とするか、「家族大会」の通算四一回とするかについての議論がなされました。いくつか大会のタイトル案を定期総会に提案し、決定していくことが承認されました。

平成二〇年度定期総会（五月中に開催予定）では、中央行政の情報を得る機会として、厚生労働省の方に出席していただくことを予定しています。また、会長・事務局会議を設け、全国各地の情報交換と交流を深めたいと考えています。

■四国ブロック研修会を開催

二月一四〜一五日、香川県の琴参閣において、四国ブロック精神保健福祉促進研修会が開催

されました（テーマ「精神障害者の誰もがあたりまえの暮らしを！ 一年後の障害者自立支援法の見直しを踏まえて」、参加者約二三〇人）。

一日目の主催者挨拶の中で、川☒理事長から、「家族会運動四〇年の灯を消してはならない」という当会結成への思いと、家族支援の施策を充実させていこうという呼びかけがありました。続いて、厚生労働省障害課長の蒲原基道氏の講演では、自立支援法の見直しや雇用促進法改正など、最新の国の動きについて説明がありました。

二日目は、花岡正憲氏（ゆりのき診療室・NPOマインドファースト、精神科医）に、精神障がい者に対する偏見や差別

と闘っていくために何ができるか、語っていただきました。

続いて、各県のシンポジストから「障害者自立支援法から一年六か月 精神障害者支援の現状」と題して発表があり、自立支援法に関しての各県の要望事項も紹介されました。

「自立支援医療」「応益負担」「利用者負担」「障害程度区分」「日割計算」などを見直してほしいと切実な要望がありました。県連・家族会ごとに要望活動をすると同時に、当会が全国の要望をとりまとめ、国に要望していく必要性が確認されました。

本の紹介

「どんぐりの家」(コミック誌) 7巻を一九九七年に書き終えた著者は、その後も障害者運動(主に聴覚障害)に携わり、聴覚障害者の老人ホーム建設運動に関わり、それは本書のテーマとなりました。社会の無理解がいかにか障害者を傷つけているかを切々と訴えています。自分の気持や思いをなかなか表現できない精神障害者や知的障害者にとっては、社会の壁はまだまだ高く厚いと感じます。著者は後半部分に「障害者自立支援法」に触れ、苦しんでいる多くの障害者の事例をあげ、この法を手厳しく批判しています。

『どんぐりの家—それから』

山本おさむ 著



『どんぐりの家—それから』

山本おさむ 著
小学館
A 5判 234 頁
定価 1000 円
連絡先 03-5281-3556



『働きたいあなたへのQ&A』

小池磨美編
やどかり出版
A5判 102頁
定価 945円
TEL048-680-1891

「仕事に就きたい。でも、仕事ができるのか、向いている仕事があるのかわかりません」「面接選考の準備と面接を受ける時に注意することを教えてください」「履歴書を書く時に気をつけなければいけないことは何ですか」。目次を開くと具体的な質問が目に入ります。

「疲れやすさ、対人関係での緊張、体調の波、指示されたことを覚えるのが苦手といった傾向を自分自身が気づいている必要があります」など、働く際に困りそうなことを補うためのアドバイスや、実際にさまざまな働きかたをしている人の体験も載っています。

「働こうかな…」と思っているときに参考になることがきつと見つかる本です。

『働きたいあなたへのQ&A』

小池磨美 編著

本の紹介

家族のための
相談コーナー



今月の相談は、
「お金の管理」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

家族だけではできない金銭問題への対応は？

『みんなねっと』編集委員

高村裕子

浪費を何とかしたい

Q さん

三十六歳の長女のこと
で相談がある

のですが。

A さん

はい、どうぞ。どの
ようなことですか。

Q さん

統合失調症で通院
して十年ほど経ち

ますが、あまり状態が良くなっ
ていないように思います。

A さん

そうですね。それ
は娘さんもご家族
もご苦労されているようです

Q さん

ね。具体的には、どのようなこ
とからそう思われるのですか。

一番困っているのは、
お金の使い方が荒い

ことです。特に病状が悪いとき
がひどくて、街でセールの人
に声を掛けられただけで高額な
エステの契約をしたり、い
くつも高い化粧品を買ってしま
うんです。部屋には封を開けて
いないものもあつたりします。
しかも、本人が勝手にカード
で支払ったり、分割でローンを
組んだりしているので、結局家
族は請求書が自宅に届いて初め
て、娘がいろんなものを買って
いることに気づく始末で…。

A さん

それは困りました
ね。化粧品などを

買うお金は、娘さん自身の貯金などから出しているのですか。

Qさん

障害年金を受給しているのですが、それで支払いきれぬ金額ではないので、結局は主人が支払っています。世間体をどうしても考えてしまうようです。主人自身も娘の病気を理解していなくて、わがままくらいにしか思ってい



ないんです。でも私としては主人にも娘の病気を理解してほしいと思っているのですが…。

Aさん

娘さんのご病気への理解については、ご主人と少し温度差があるようですね。それに、ご主人の行動は、少しずつでも浪費について自覚していったらいい娘さんのためにもなっていないようですね。

Qさん

私としては、本人自身が自覚してやめてくれるのが一番いいのですが、病状が不安定になると浪費がひどくなるようで、行きつ戻りつといったところです。

Aさん

そうでしたか。どうしても統合失調症は病状に波があるので、回復

に向かわれていても、日々の生活ではいろいろな問題が出てきますよね。ですが、将来のことを考えても、お金の使い方については何とかしたいところです

ね。例えば通信販売などでは、クーリングオフ制度で返品することも可能だと思います。ただ、日常生活全般として考えてみると、娘さん自身で思うように金銭管理ができないようであれば、ある程度管理することができる信頼の持てる人がいると安心かもしれませんね。

Qさん

私もそう思っています。結局主人が支払ってしまうので、本人は無駄遣いしていることに気が付かないんです。それに、働いていて

収入があるわけではありませんから、先行きを考えると、このままでは私達家族も生活ができなくなってしまうです。

Aさん

娘さんも今はご両親と生活しているので

経済的なことを心配していないかもしれないですが、将来自立して生活するようになったときのことを考えておくことは重要なことです。



Qさん

そうなんです。何かいい方法はないでしょうか。

■本人に代わって管理してくれる福祉制度**■**

Aさん

そうですね。例えば、社会福祉協議

会というところで、「地域福祉権利擁護事業」という制度をおこなっています。この制度は、本人が金銭の管理をすることが難しい場合に、本人に代わって管理してくれます。専門の職員が対応してくれますから、一度相談してみるのもいいかもしれませんね（詳しくは次のコーナーをご覧ください）。

Qさん

そういう制度があるんですね。早速相

談してみたいと思います。

■病気の娘にも遺産を残したい**■**

Qさん

それと、うちには病気の長女と次女の

二人子どもがいるのですが、将来、わずかでも子どもたちに遺産を残してあげたいと思っておりまして…。

Aさん

なるほど。お母さんとしては、現任の金

としては、私も長女が遺産を相続した場合には、自分で管理することとは難しいと思っています。なるほど。お母さんとしては、現任の金銭管理と、将来遺産を相続した場合の財産管理の両方を、娘さ

んに代わってやってくれる人がいないだろうか、と考えているんですね。

Qさん

はい。親としては病気になっただけでも娘は苦労していると思いますし、やはり子どもには平等に残してやりたいと思うんです。

でも、相続というと、税金がかかったりしますし、長女ではそういった手続きなどは難しいのではないかと思います。かといって、次女に長女の分もお願いして手続きなどをやってもらうというのも、次女の負担になってしまいますし…。こういった相続に関することでも、先ほどおっしゃっていた「地域福祉権利擁護事業」を利用することはできるのでしょうか。

法律的なことは「成年後見制度」

Aさん

いえ、「地域福祉権利擁護事業」は、あ

くまで日常生活レベルでの金銭管理などに対するサービスであって、相続などの法律的な手続きについてはおこなっていません。このような法律的なことに ついては、「成年後見制度」という制度を利用することができます。この「成年後見制度」というのは、ご相談のような相続のことはもちろん、不動産などの財産管理を本人に代わって成年後見人がしてくれる制度です（詳しくは次のコーナーをご覧ください）。財産管理に限らず、施設に入居する際の契約など、法律的な行為を中心におこなっ

てくれる制度になっています。

そうですね。お話しを聞いて、

Qさん

少し安心することができました。

まずは情報収集から

Aさん

利用には、さまざまに必要になってきます。まずは、行政機関の窓口や無料の法律相談（法テラスなど）を利用して情報を集めておくことから始めてはいかがでしょう。か。お母さんを通して家族以外の人と娘さんがつながることができて、娘さんの将来にも安心が持てるようになると思います。

（たかむら ゆうこ）

地域福祉権利擁護事業と 成年後見制度の違いとその特徴

「お金の使いすぎや相続など、
金銭が絡んだときどうしたら？」

順天堂大学スポーツ健康科学部

岩崎 香

金銭にかかわる問題は生活に

直接結びついているので、浪費

がある場合や、これまで自己管

理の経験がない場合などは、将

来ひとり暮らしになることを考

えると、不安を覚える方も多い

でしょう。そこで、金銭や財産

にかかわるサービスについてお

考えになるわけですが、どの制

度を利用するのかは、ご本人の

判断能力や契約能力、管理する

財産の内容によっても異なって

きます。

地域福祉権利擁護事業って？

地域福祉権利擁護事業は福祉

サービスの利用や、日常の金銭

や貴重品の管理に不安がある人

のための制度です。利用料（生

活保護の人は無料）はかかりま

すが、通帳などを管理してくれ、

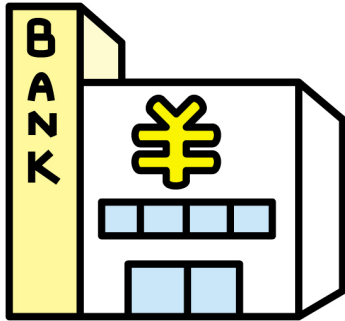
銀行への同行なども行つてくれ

ます。しかし、事業の利用に関

しては、ご本人との「契約」が
前提となりますから、納得した
上でないとサービス利用ができ
ないわけです。

■活用事例■

Aさんは同居していた母親を
亡くし、一人暮らしとなりました。
た。保健師がヘルパーの利用を
勧め、生活そのものはどうにか
できるのですが、お金を自分で
管理した経験がありません。兄
弟もいないため、相続手続きで



は親戚が随分力を貸してくれました。しかし、日常的にかかわることは難しい状況です。そんなAさんの不安を知った病院のワーカーが、地域福祉権利擁護事業の利用を勧め、現在、貴重品の保管、週一回の銀行での現金の払い戻しを支援してもらっています。いずれはAさん自身が管理できることを目標として利用しています。

一方、地域福祉権利擁護事業では、貴重品の預かりはできません、財産に関わる事務などを代行することができません。ですので、財産のある方で、ある程度判断する能力がある場合などでは、弁護士や司法書士と個人的な委任契約をされている方も

います。

今はいいけど、将来が不安な場合は……任意後見制度

また、今は大丈夫だけでも、将来判断能力が低下した場合に備えて、あらかじめ後見してもらう人（任意後見受任者）を決めておく「任意後見制度」というものもあります。これは、公証人役場に向いて、選択した法律行為に関して、自分が選んだ人に代理権を与える「公正証書」を作成することになります。四親等内の親族や任意後見受任者、あるいは、ご本人等が後見の開始を家庭裁判所に申立て、任意後見監督人が選任された時点から効力が発揮されることに

なります。この制度は、ご家族が認知症などになった場合に備えて、ご自分の財産管理を託すということで、活用される場合もあります。

成年後見制度って？

現状でご本人の判断能力に不安があつて、制度の活用を望まれる場合には、成年後見制度を利用することになります。成年後見制度には補助、保佐、後見という三つの種類があり、四親等内の親族などの申立てによって、家庭裁判所が類型を決定することになります。

判断能力が不十分ではあるものの比較的軽度の方は「補助」ということで、「補助人」が選

任され、申立てにより選択した法律行為について、審判によって代理権、同意権、取消権などが与えられることとなります。しかし、本人の申立てまたは同意が条件となります。

「保佐」は、判断能力が著しく不十分な人を対象とするもので、単なる浪費は該当しません。

「保佐人」が選任され、民法に定められた財産にかかわる重要な法律行為に取消権を付与した上で、申立てにより選択した「特定の法律行為」について代理権を与えることができます。しかし、代理権については、本人の申立てまたは同意が必要です。「後見」は判断能力を欠いている人を対象とするもので、「後

見人」が選任され、日常の買い物などを除いたすべての法律行為に代理権・取消権が与えられます。本人の同意は条件とされず、審判がおりれば選挙権もなくなります。

身内のいない人の申立てや成年後見人は？

成年後見制度の利用に関する申立ては、通常四親等内の親族などが行うことになっており、身内のいない人に関しては、市町村長の申立てという場合もあります。また、成年後見人として選任される人も親族が圧倒的に多数を占めています。近年では、弁護士、司法書士、社会福祉士などの第三者後見人とい

われる専門職が選任される場合も増加しています（社団法人日本精神保健福祉士協会も今年度から成年後見人等を養成するモデル研修を開始しています）。

成年後見人にはどこまで何をしてもらえますか？

ご家族からよくご相談を受けるのは、どこまで面倒を見てもらえるのかということですが、成年後見人等の職務は、財産管理と身上監護です。財産にかかわる事柄には関与しますし、暮らしたに支障がないように配慮する義務はありますが、ご家族のように同居しているわけではありませんし、日常の生活にかかわる買い物などには本人の自己

決定が認められていますので、「痒いところに手が届く」というわけにはいかないのが現状です。ヘルパー派遣や施設入所などの契約は行いますが、直接日常生活に関するサービスを提供することは職務の範囲には含まれていません。成年後見制度は決して万能ではないのです。

財産のない人はどうなりますか？

一方、現在の日本社会では、身内もおらず、財産もない高齢者や障害者の福祉サービスの契約などが問題になっています。そこで、先ほども書きましたが、市町村長の申立てという形で専門職などの成年後見人等が選任

されることとなります。しかし、問題になるのは、申立て費用（20万円前後）やその後継続して必要となる後見人等への報酬です。報酬は家庭裁判所が決定し、本人の資産から支払うことになっていますが、資産のない人が制度を活用する上で、公的な保障が十分になされていません。サービスが「契約」によって行われるようになり、判断能力がなくなつた状況では、法律的に代理契約をしてくれる人がどうしても必要になります。お金のある人もない人も安心して福祉サービスを受けられるよう、制度の充実を訴えていくことも今後の重要な課題なのです。

（いわさきかおり）

お元気ですか 家族会

「大分すみれ会」
(大分県)

全国的に春一番が吹き荒れた二月二三日(土)、大分すみれ会の「薬の学習会」におじゃましました。大分空港から大分市への乗り物は、ホーバークラフト(水陸両用船)でした。波が高かったためホーバーはかなり揺れましたが、飛ぶような速さで(最大速度90km)三五分乗り、

大分のりばに着きました。そこにすみれ会会長の、福島さんが車で迎えにきてくれました。「地域生活支援センターきぼう21」(以下「きぼう21」)の二階のホールには、四〇名ほどの会員さんが集まっていました。

大分すみれ会の歴史

大分すみれ会は、一九八〇年(昭和五五年)同じ悩みを持つ精神障害者家族有志一〇数名が、大分保健所の指導もあつて設立しました。一九八五年(昭和六〇年)市内高砂町の社会福祉会館の一室を借用して、家族会で「大分すみれ会共同作業所(県下で初めて誕生した共同作業所)」を設立・運営にあたつ



福島会長(左)と川口副会長

てきました。また、社会福祉法人大分すみれ会を立ち上げ、二〇〇二年(平成一四年)四月、「きぼう21」を設立しました。二〇〇七年(平成一九年)八月、「きぼう21」の敷地内に「大分すみれ会共同作業所」を移転新築しました。家族会活動の拠点を保健所から「きぼう21」に移し、



地域生活支援センターきぼう 21

現在の会員は九〇名ほどいるそうです。家族会会長の福島益夫さんは、社会福祉法人大分すみれ会理事長、そして、地域生活支援センターきぼう21の施設長と、一人何役もこなすみんなに頼りにされているお父さんで

す。元銀行マンで、息子のために自分ができることをやろうと思いい、早めに退職して施設立ち上げのために力を尽くしてきました。

学習会の様子

一三時から、副会長の川口二美さんの進行で始まりました。九ページもある資料も用意されていました。会長挨拶後、三名の新人会員と取材に行った鈴木・真壁の自己紹介をしました。「薬の作用と上手な付き合いかた」(全家連ビデオ)を観た後、三人の会員の意見発表がありました。三人に共通していることは、ご本人の薬を新薬に切り替えたことでした。「一七年

間にA病院に五回入院していたが、六回目の入院を断られた五年前、B病院に変わるとき、新薬をためしてくるようにお願ひした。幻聴・空笑がなくなり、息子は穏やかに過ごせるようになった」娘は、陰性症状が強い。二年前に入院できない診療所に医者を変えた。エビリファイを処方されるようになり、薬がどんどん減ってきている」などの報告がされました。

パネル以外の参加者からも、「病院の先生は勉強しているのだから、わざわざ患者から新薬のことを言う必要があるのか?」「一〇〇%信頼している」と言っているので、『新薬を!』と言うのは、信頼してないよう

な気がする」「主治医とけんか
ごして話すわけではない。家族
もきちんと勉強して、主治医と
対等に話し合える関係をつくる
ことが大切ではないか」「お医
者さんに全くおまかせではなく
て、せめて自分の子どもがどう
いう薬を飲んでいるかを知りま
しょう」など活発な質問や意見
交換がされました。

学習会後のお茶飲み交流

学習会終了後、会員さんた
ちは一階のランチルームに集ま
り、お茶を飲みながらおしゃべ
りに花を咲かせていました。時
間の許す限りそれぞれおもしろ
い交流していました。ラ
ンチルームは、ガラス窓が大きい

く、広々とした周りの畑が見え
るところで、とても落ち着ける
スペースでした。お茶をいただ
きながら、大分すみれ会の活動
について福島会長・川口副会長
からお話してもらいました。

とビデオ学習
(右) ランチルーム
での交流 (左)



家族会活動の特長

■ 八つの地域班

大分市は人口四七万人。地域
的にも広いところです。九〇名
という大所帯の家族会がうまく
機能しているのは、地域ごとに
八つの班を組織し、年一〜二回
は班会をもっているとのこと。
班長さんは、役員がなっている
とのこと。班によっては、
副班長さんもいるようです。
班ごとに様々な行事を担当した
り、親睦を深めているそうです。
組織的な家族会活動は、多くの
人に役割をもってもらい、負担
になりそうな場合はきちんとサ
ポートもしていくことが大事で
あるとのことが印象的でした。

今日のような学習会では、発言する時間も限られてしまうため、もっと話し合いたいという会員の要望から、今年一月より、定例会とは別に毎月第二土曜日に茶話会を開くようになります。一四〜一五名の参加があるそうです。

■九番目の班活動

八つの地域別班会の他に「九班」というのがあるそうです。「九班」の会は、毎月一回、大分市内のレストランで食事しながらおしゃべりをする会だそうで、けっこう大勢集まっています。家族自身も自分の生活を楽しみ、ストレスを上手に発散させるように努めること

が当事者にも良い影響を与えることをわかっている方が多いようです。おしゃべりに私（眞壁）も参加してみたいと思いました。

■様々な行事

大分県が主催する「心の健康フェスティバル」「三障害秋の交歓会」などの祭りへ参加し、団子汁、余剰品バザー、手作り手芸品などの準備・販売をするなどして、お互いに親睦をはかっているようです。また、当事者の会「どげえ会」のソフトボール大会への応援、地域の方と当事者・家族の交流バーベキュー&カラオケ大会、新年会、親睦一泊旅行（家族と当事者）

など、楽しそうな行事をたくさんされていきます。これだけの活動ができるのも、班体制をつくり、上手に運営されているからだと思います。また、「きぼう21」の集会所やランチルームなど、家族が集まれる場所がある（拠点がある）ことのよさを感じました。

福島会長は、「グループホームもつくりたい」と言っていました。学習会の中で、福島会長が「家族会の方向はみな同じ、それは精神保健福祉の向上とノーマライゼーション」と話されていたことを思い出します。施設運営と家族会運営の両方が、今後も発展していつてほしいと思います。（取材／眞壁・鈴木）

街の 診療所から の便利

…父親と受診、 母親と受診…

連載
⑫



ましもと しげき
増本 茂樹
増本クリニック院長

〈24条通報?〉

学者や小説家の中には「夜の方が仕事がかどる」なんて言って夜中に仕事をする人もありますが、普通の人、特に精神病の人は夜はしっかりと眠らないといけません。頭を休めて、幻聴、妄想にも眠ってもらいましょう。

でも、精神科医には時々夜間でも保健所から電話が掛かって

来ます。警察に捕まった人で先に精神科の治療が必要かどうかを決めた方がいい人があると呼び出されるのです。精神保健福祉法第24条に決められています。精神病がひきおこした行為が結果的に犯罪になった場合は病気を良くする方が先ですからね。

〈警察にて…秘権〉

こんな時は精神科のいつもの診察とは違い、「何でも言っ

てください。相談して決めましょう」と言う訳には行きません。相手の味方ばかりはできないのです。「裁判を受けるか、精神病の治療をするかを決めるために保健所から来ました。自分に不利なことは言わないでおく権利があります」と最初に伝える必要があります。警察の取調室で職員や家族に囲まれて診察するので、私も緊張します。

半年前に警察署で診察した

Uさんは、「ええ」とか「うん
にゃ」とかしこ喋らなかつた。
後はそっぽを向いてしまって、
他人事のように。四〇代の男性で、
仕事に行かなくなつてから二〇
年。ずっと両親と暮らしていま
した。父親は仕事面ではやり手
で、会社ではバリバリ。副業も



かなりしていたらしい。一方、
母親は「息子は精神病ではない」
と言いつつ、父親の定年退職後
は転地療養をするために田舎に
借家を見付け、一家で住んでい
ました。しかし、最近息子は「警
察が音を出して意地悪する」と
言いだし、今回とうとう警察署
に突撃して警官に殴りかかり、
捕まってしまうました。

〈精神病院に入院する〉

面接の時にも両親の意見がな
かなか一致しません。昔入院し
た時期や通院した時期、言われ
た病名、それから、彼の日頃の
妄想も違った感じで捉えておら
れる。母親は「病気は軽い。ひ
どく言つてはかわいそう」と言

う。父親は、「精神病なんだから、
母親がしっかり面倒見よ」と言
い、最後は「勝手にせい」で終
わる。それを本人はポカンとし
て聞いている。

それでも診察の後、「精神病
の治療が必要です。同じことが
まだ起こるでしょうから、入院
しないとイケません」と伝える
と、両親とも今回の入院に同意
されました。

〈早い退院を提案される〉

それから一か月半たった頃、
入院先の県立病院から「落ち着
いたから退院させる。患者は入
院時に面接した医者への通院を
希望している」と、電話があり
ました。

通常、精神病院は面倒見が良い(?)ですから、彼くらい重症なら半年は入院しますね。そして、大体その病院の外来に通う。服薬二か月という時期は、患者さんが病気を受け入れ、頑張っていく気持ちが決まるのには、ちょっと怪しい時期です。いろいろな試行錯誤が必要で、安心な生活をつくり上げるのはこれからです。もし、再悪化した時に耐えられるか?

〈父親の変身?〉

二か月目、父親と共に私の病院に現れた彼はやはり寡黙でしたが、ちゃんと挨拶してくれました。警察への被害妄想も今はないようでした。薬は夜一回で

手渡しでしたが、これを朝夕二回に分けて、本人が効果を確かめながら飲むように提案しました。

受診時には父親も発言されません。「今まで自分は逃げていた。もっと、息子に力を入れるべきだった。これからは畑仕事を一緒にやろうと思います」

そうですね、お母さんは病気を見ないようにしておられましたが、お父さんもやっぱり逃げていたんです。親が子どもの病気を認めなかったら、親の意見に反対するのが苦手な子は自分の病気を受け入れることができません。今度の事件はこれまでのやり方の無理が出てきたんですよ。これをきっかけにして、

親子で病気に対処する体勢をつくりましょう。

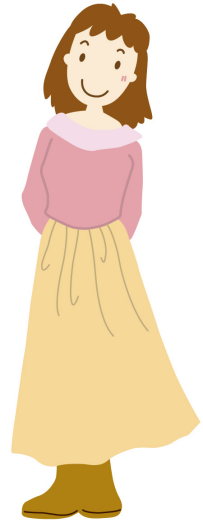
〈お母さんが先に相談〉

女子大学生のVさんの場合は、まずお母さんが二〜三回相談に來られ、春休みになって本人も受診されました。でも、じつと下を向いたままでもほとんど声が出ません。お母さんには、「教室の皆の視線が気になる」「町の人が私のことを観察している」と訴えたようです。こんな時、精神科医は抗精神病薬を効かせることを考えるものです。でも、もう少しよく聞いてみたかった。本人とだけで話しましたら、彼女は劣等感がとても強く、感じ方も暗い方に傾いてい

るんですね。でも、その説明の仕方を見ると、統合失調症ではないようです。

〈お母さんと楽しむ〉

「一番悩んでいることは何ですか？」と聞きましたところ、スーパールのレジで見られていると感じること、一人ではスーパーに行けなくなっていることが分かりました。そんな彼女にまず必要なのは妄想幻覚を止める薬ではなく、やってみて自信を付けることだと思いました。それで、再度お母さんとも話し合って、「まずお母さんと一緒に買い物を楽しみましょう」と決めました。そして、何回かは一緒にレジを通り、その後で



はレジの外でお母さんに待っていてもらう。その次はちよつと離れたドアの所で見てもらう。そうやって、だんだん自信を付けて行く事を勧めました。このやり方を「脱感作^{だつかんさ}」と言います。

〈親が力を一杯に出す〉

Vさんは中学、高校と不登校で苦労しましたが、精神病ではないようです。でも、親と一緒にやって行って自信を付ける方法は、すごく自信がなくなつて

いる統合失調症の若者たちの場合にこそぜひ必要なやり方です。彼らが力と自信を忘れていく時には、例えば親が、回復する方法をやって見せなければなりません。

この二人の場合は、親が医者と話したことで治療の良い方向が見つかっています。実際、現実には日本はやっぱり家族が面倒を見る国です。自信とパワーを持って家の柱になっている人が子の病気に対しても主になつて立ち向かわなければ、彼らが統合失調症を乗り越えることは困難なのです。

基礎から学ぶ 統合失調症

講座 1

再発予防をめざして —脆弱性^{ぜいじやく}ストレスモデル—

東邦大学医学部
精神神経医学講座

水野雅文

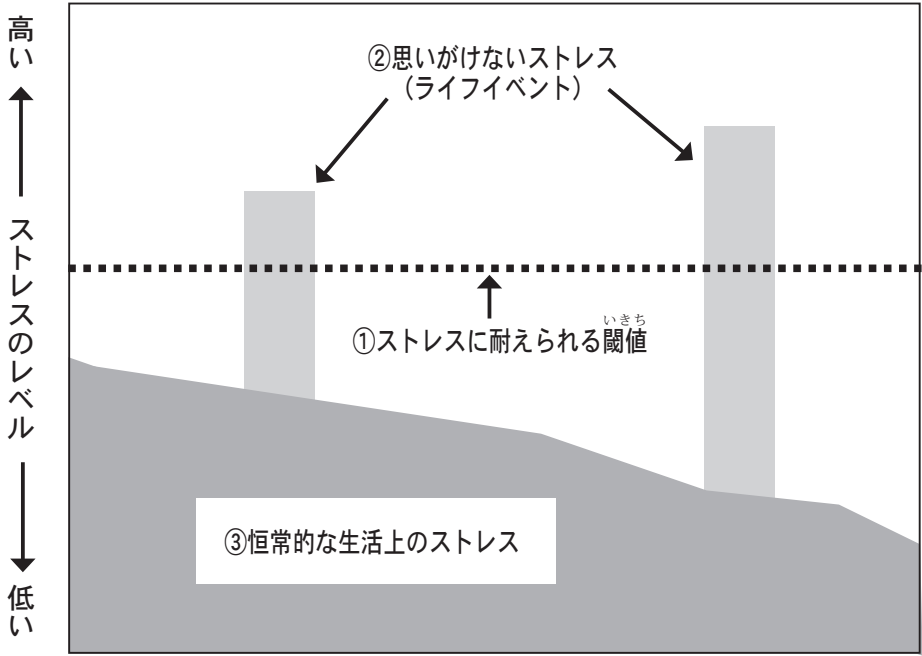
読者のみなさまはじめまして。東邦大学医学部精神神経医学講座の水野雅文です。今号から統合失調症の原因や治療に関する医学・医療的理解を深めるための連載を一二回にわたって担当させて頂きます。執筆は当講座の精神科医と臨床心理士が担当します。なるべく理解しやすい平易な表現を心がけますので、よろしく願います。

第1回のテーマは「再発予防をめざして—脆弱性^{ぜいじやく}ストレスモデル—」です。脆弱性^{ぜいじやく}ストレスモデルはズビンが提案した再発予防のためのモデルです。図をご覧下さい。

人の身体には誰しも比較的丈夫な部分と、ストレスなどの負荷^{あやう}がかかると脆い^{あやう}部分があります。その脆さのことを脆弱性と呼びます。ストレスがかかったときに、胃腸に症状が出る人、動悸など心臓に症状が出る人などさまざまですが、一般に精神障がい者は精神症状を呈しやすい人ということもできるでしょう。脆弱性が高いということは、この図1の①（ストレスに耐えられる閾値^{いきち}*）が相対的に低いというふうに考えられます。そこへ思いがけないストレス②（これを「ライフイベント」とも呼びます）が加わると、やややすと①を超えてしまい再発や再燃が起こります。脆弱性の低い人（①が高いところにある

* 閾値^{いきち}＝限界値とも言う。ストレスによってある反応が起る時、ストレスがその値以上に強くなければ、その反応は起らない。その限界値のこと。

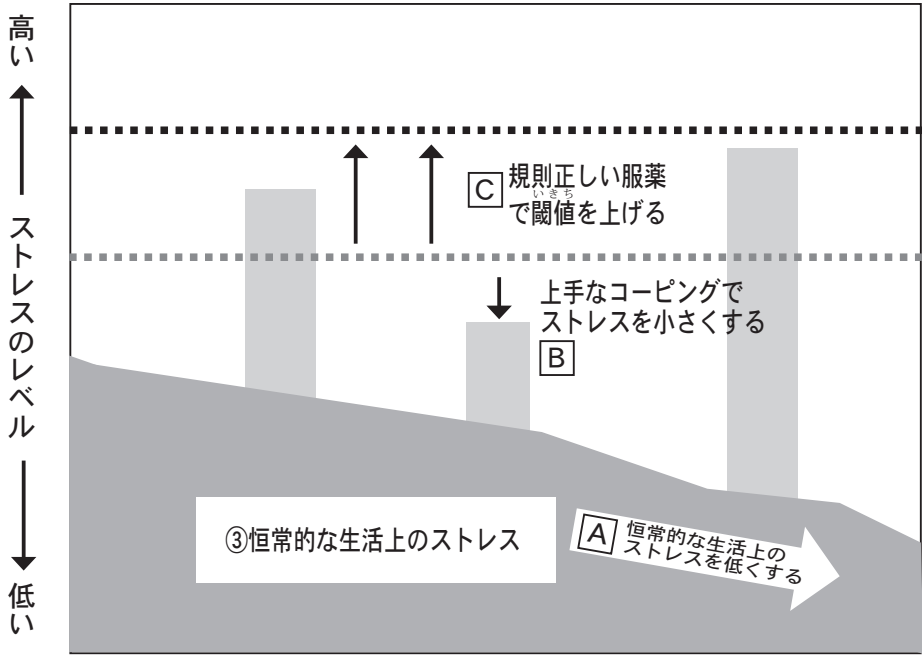
図1 脆弱性ストレスモデル



人)が羨ましいなどとは思いますが、持つて生まれた体質はなかなか変えることができません。そこで、このモデルを参考に脆弱性をできるだけ補えるようなストレスへの対処方法を考えてみましょう。図2をご覧ください。

私たちが日々生活をする中には、通勤や通学、あるいは日々の生活の心配、職場や家庭の人間関係など恒常的に存在するストレス(③)があります。こうした日常的なストレスに対しては、Aのように平素からより低いほうへ向かうような取り組みが大切です。人間関係の工夫をはじめとするストレスマネジメント*も有効でしょうし、経

図2 脆弱性ストレスモデルの対処法



濟的な問題には福祉サービスなどの社会資源の活用も有効です。
 思いがけないストレスとしては親しい人の死や失業、学業や試験の失敗、失恋や離縁も入りますが、結婚や出産などおめでたく嬉しい話でも脳の立場から見るとストレスになります。普段慣れている環境や日常の変化は、内容が良いことであっても悪いことであっても、生体にとってはストレスです。風邪や発熱、事故や怪我也思いがけないストレスです。こうした事態に遭遇したときにも、落ち着いて対処し、脳やところがその事態をより小さく感じられるように対処すること、これをコーピン



グ（対処方法）Bと呼びます。上手なコーピングをすることで、大きな不意打ちに対しても小さく感じることができ、結果的にストレスの合計が①を超さずに済ませることができま

す。このような対処技能の向上やストレスマネジメント、さらに社会資源の活用などを心理社会的治療と呼びます。

これに對してもう一方で重要なのが、薬物療法です。お薬を飲むことは、いつまでも病気でいるようで嫌だとか、副作用が出るかも知れないから気が進まない、という理由から服薬が不規則になることがあります。しかしお薬は、Cに示すように、ストレスに耐えられる閾値を高く支える強力な味方です。お薬がなぜ効くかについては別の機会に詳しく説明しますが、まずは脆弱性を低下させる（①を高く保つための）大事な手段であ

*ストレスマネジメント＝平たく言えば、ストレスを何とかやりくりするという意味で、ストレスを未然に防いだり、ストレスを解消したりすること。

ることをご理解下さい。

このように、恒常的な生活の上のストレスを低下させ、思いがけないストレスを小さく感じる事ができ、ストレスに耐えられる閾値を高く維持することにより、再発しにくい状態を整えることができます。ストレスマネジメントやコーピングの技法についてはたくさんの書籍が出ていますのでご参照ください。

参考

水野雅文ほか著『精神科リハビリテーション・ワークブック』中央法規 22000円

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（国際医療福祉大学）
■シンポジスト
行政：横山秀昭（横浜市泉区福祉保健センター）
施設職員：妹尾和美（マインドはちおうじグループホーム）
家族：坂本佳代子（新座市家族会）
当事者：藤澤康（全国精神障害者団体連合会）
■助言者
平野方紹（社会事業大学）

荻原 司会を務めさせていただきます、荻原と言います。まずは、行政の立場からということ

で、横山さんからお願いたいと思います。

■応益負担の見直しと申請手続きの簡素化を！

横山 旧保健所に属するソーシャルワーカーで生活全般に携わっています。障害者自立支援法（以下、自立支援法）の一番の問題点は、一割の応益負担です。横浜市は福祉サービス利用の面では非課税世帯には1割負担を免除していますので、窓口

に福祉サービスの相談に見えた方にはこの話をします。その場合、住民票上の非課税世帯にしてもらってから手続きをして、自己負担なしでサービスを利用してもらいます。ただ、これは横浜市独自の制度で、隣の藤沢市に行くときできないんです。横浜に住んでいるから、藤沢に住んでいるからと差が出てしまうという、非常に大きな問題があると思います。

医療についても同じことが言えますが、国民健康保険の方は世帯分離ができますので、デイケアを利用する方は、前述した理由と同様に負担なしで利用できるよう、世帯分離しています。ただ、社会保険の扶養者はできませんので、ここでも差が出てしまいます。自治体独自の軽減制度は、全国的に適用できるものではありませんので、抜本的

な改善が必要だと思えます。

次に、手続きの複雑化の問題があります。横浜市の場合も1ヶ所で障害程度区分の審査会をやっているの、申請から支給決定まで一ヶ月以上かかってしまいます。そのため、すぐにホームヘルパーなどを利用することができません。このように、障害程度区分認定そのものはサービス利用にとつては本来的には必要ないと思つています。自立支援医療についても、手続きを簡素化するためには、住民税とは関係なく一律5%負担にすることや、更新を二年に一回に戻す、診断書料金を統一するなど必要だと思えます。

■自立が苦しい自立支援法
妹尾 三か所のグループホーム

(以下、GH)のサービス管理(責任者)をしています。私が働いているGHは、東京都の加算があり、全国的なGHとちよつと違います。東京都の場合、通過型といつて期限は具体的にはありませんが、長く住むというより、単身生活に移る目的を持つ「通過型のGH」と、そのままGHで暮らす「滞在型GH」の2種類あります。私がいるGHは現在通過型で、一五名の方がGHで暮らしています。

住まいの視点からお話させていただくと、GHの場合、自立支援医療や福祉サービスの申請をするとき、預貯金状況や、課税状況を出さなくては行けないですね。その際残高がいくらか具体的に数字を言わなければならぬです。ある方

は「困っているからGHに入居し、サービスを利用したいので申し込むのに、貯金の残高まで市の人に言わなきゃいけないのは、障がいを持つてることが辛いなあ」と言っていました。実際、GH入居者の生活費はどれくらいかというと、八王子市の生活保護基準を目安にするのと、だいたい七万八千円です。一日の食費を一五〇〇円くらいにし、ひと月の光熱費を一万円〜一万五千円くらいにする、他に通院などの交通費がかかります。八王子市は広域なので、多く人で交通費が片道八〇〇円くらいかかります。月二回通院すると二日分の食費に影響してしまふような生活状況で一割負担しなければならぬのが現状です。

最後に、事業所全体の人員配置や報酬全体を上げてほしいと思います。利用者のニーズに応えようと一生懸命やるほど赤字になる事業なんです。結果的に利用者の支援が低下してしまうということになりますので、その点は大に見直していただきたいと思います。

■三障がい同一の手帳サービスの実現を

坂本 埼玉県には県独自の制度で「生活サポート事業」があります。これは、国の制度でまかなえないことは何にでも使える制度です。一年間ある程度のお金は払いますし、一五〇時間までと限定されていますが、使い勝手のよいものです。具体的には、息子が外に出られないので、

床屋に行けないときに送迎付きで休みの日にやってくれるなどで利用しています。

また、三障がい一緒になったことで、手帳サービスを他の二障がいと同様にしてほしいと思います。特にJRや公共のバスなど、交通運賃の割引きを実現し、経済的・精神的に救ってほしいです。息子は通院に週に一度行きます。それ以外はまったく家から出ません。ですが、本人は外に出たくなることがあるんです。そうすると夜になつてから「お母さん、ドライブ行こう」って言うんです。あるいは夜中遅く、わめきちらすこともあります。そうすると、私ほどそんなに辛くても誘ってしまいません。ガソリン代もかかりますし、高速代は並ではありません。特

に高速料金の軽減をやってほしいですね。

次に、医療費についてですが、高額な診断書料に参ってしまいます。周りに聞くと、三千円〜一万円の範囲で払っています。更新する場合、新座市では①自立支援医療だけ単独で更新する場合②手帳も同時申請（手帳の更新で診断書を添付）する場合③手帳も同時申請（手帳の更新で年金証書を添付）する場合と、それぞれ提出する書類が違うため、「この場合はこういう書類が必要です」という、場合分けの案内があります。ですが、本人に自分で理解して主体的に動くことができますか？ 家族はできるかと聞かれても、精神の家族会は七〇代〜八〇代の方が支えています。そういう親にサ

ポートしろというのは、腹立たしくなるだけです。それが実感です。

■問題を共有することが大切

藤沢 さいたま市に住む藤澤康と申します。私は躁うつ病です。当事者活動を2年間やってきました。当事者としてぜひ実現したいのが、手帳サービスを拡大です。私たち当事者会のメンバーは、ほとんど写真を添付して、「全国一律の公共交通費減免の実現」に近づけようと努力しています。これをやっていかないと、例えば通院で埼玉から東京の病院にかかる場合に、ものすごい交通費がかかります。そのためにも減免してもらいたいと思います。

また、それぞれの住んでいる

都道府県、市町村は違いがあつてしかるべきだと思いますが、ただこのように、一つの問題を皆などで共有し、つながりを大切にする、ここで得た情報に皆さん持ち帰って、そこで止めにネットワークにしていくということが必要かなと思います。

司会 必要なのはそれぞれの現場の状況を冷静に取り集めて、「こんな状況があるんだぞ」ということをデータとして出していくことですね。

■新しい運動スタイルの構築を

平野 確かに自立支援法は問題がありますが、精神障がい舞台にあることができたというのは事実なんですね。それに

よって、計画づくりなどやれるようになった。これはやつぱり生かすべきだと思うんです。また、特に精神障がいが一番偏見が強いですね。むずかしいところの一つです。本人たちもなかなかカミングアウトできないし、周りの偏見も強い。しかし、実は身体・知的・精神障がいを比べると、厚労省のデータでも一番数が多いのは精神障害なんです。つまり、一番メジャーなんですね。この部分をそろそろ生かすほうへ変えていくことを、この連合会の新しい運動として、スタイルを作っていくことが必要ではないでしょうか。そういう上に新しい団体の価値があるのではないかと思えます。



「みんなのわ」は、読者のみなさんからの便りを中心に紹介するコーナーです。

月刊『みんなねっと』は、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

★神奈川県 みく 本人(20代)
二〇〇七年12月号P12の「できることからダイエットに取り組みましょう」について私の体験です。

私は18歳で統合失調症になり、現在24歳の女性です。本紙に「薬で食欲が増えてしまっ

も、体重増加はあたらしい薬を飲み始めて六か月をすぎるとそれ以上増えないといわれています」を見て自分とは違うなと思いました。

私の場合、新しく「ジプレキサ」という薬を飲み始め最初の二週間で14kg増え、薬を飲み始めて一年半か二年の間に53kg増え、42kgだった体重は95kgになりました。自分でも太ったことに気づかず、この薬でないと具合が悪くなるため薬を変えられませんでした。今は必死で34kgやせました。あと14kgはやせたいです。

★熊本県 はなえ 本人(30代)
ダイエットについて

牛乳は太らない、と新聞に載っていたので、私は間食代わりによく飲んでいきます。飲みすぎ

はよくないですが、一日カップに三杯くらいならいいと思います。ダイエットシユガーを買って、牛乳とお湯を好みでカップに入れて、インスタントコーヒーとシユガーを入れてクルクルかきまぜてレンジでチン！すれば、甘いカフェオレが作れてホツとしますよ。ミルクティーもいいですね。

私も去年の今頃は身長が一六六cmで体重80kgで泣いていましたが、主治医に「やせても一か月1kgです。そうじゃないとリバウンドします。」と言われ、その通りにしたら、11か月で10kg落ちました。ちなみに33才です。ちまたのダイエット情報には踊らされない方がよいです。全身が映る鏡、二〇〇〇(三〇〇〇円)で売ってます(ホームセンターなどで)。自転車

を中古でゆずってもらったりとか、活動的になること。もちろん新車でいいですが…ご健闘を祈ります。

★福井県 小寺清隆 家族(60代)

1月号、12月の下旬に到着したのはとても良かったです。「新春座談会」は、いろいろな家族会のことかわかつて有益でした。特に励まし合いとか、家族会の原点について考えさせられました。

私達の家族会は、50代に入つてこられる人が多いのですが、昨年は60代、70代の方もすんで入られました。長い間一人で悩んでいたが、もう一人では限界なので、家族会に入つて、いろいろ話し合つて教えてもらつて、元気になるというのが動機です。生きているうちは年

齢は関係ありませんと、歓迎しています。

★埼玉県 成田宏毅 家族(70代)

月刊「みんなねっと」二〇〇八年1月号の新春座談会では「全家連」のことが全く触れられておらず奇異に感じた。日本の家族会のことを論ずる場合に、どんな理由があるにしろ「全家連」の歴史を避けて通ることは決してできないと思う。何故これほどかたくなに「臭いものに蓋」的なのか背景を勘ぐりたくなってしまう。川☒理事長は就任の挨拶で「全家連とは一線を画す」と述べられている(福祉新聞)が、その時点では「全家連」の負債を避ける意味でも止むをえない発言だったと思う。しかし、「全家連」が壊滅してしまつた今、一線を画しよ

うもない訳だから「全家連」の全てを否定して抹殺するようなことではなく、評価は正負とも正しく行う必要があると思う。そうでなければ懸命に努力した先人達は浮かばれないし、「みんなねっと」の健全な発展も望み得ないと思う。

日常生活のこと

★佐賀県 副島康二 本人(40代)

自分は統合失調症です。現在44才。そして好きなことだけをやってきた自分。そのつけがまわってきた空白の二十年、まるで「うらしまたろう」だ。

つぎにいうこと、なにか大事ななこと「どうとく」。豊かさとはひきかえに失つたのではないか。

最後に、出会って大事だな。ともに生きよう、元気をだそう。

がんばれ日本。個人的に、北京オリンピックガンバ。

★佐賀県 小島康隆 本人(20代)

抑うつ気味になることがあります。抑うつが、話をしたりして乗りこえています。私は今、草の根作業所に通っています。仲間がいるのでピア・カウンセリングになり、良いことだと思えます。一日も早く病気を治し働きます。趣味を持ちたいです。作業所では絵手紙教室を講師の方がみえられて、楽しくしています。無理をせず、いろんな事をしたいです。

★大分県 上福賢一 本人(50代)

私は37才から作業所に通い始めて今年56才まで19年間作業所に通っています。そして作業所に籍を置いて、その間ずっと仕

事についています。作業所に通い始める前はずっと保健所のデイケアに通っていました。私は障害者ですが、警備の仕事が出るので、作業所に籍を置いたまま19年間ずっと警備の仕事をしています。警備の仕事がない日は、毎日作業所に通っています。19年間ずっと作業所に通い、警備の仕事にも行っています。作業所も楽しいのですが、自分の好きな警備の仕事も楽しいです。

最近になって、警備の仕事を19年間してきたので、二台目の車の新車を買いました。七年前にトヨタビッツの新車を買ったのですが、二回目の今回はパジエロミニの新車を買いました。作業所も楽しいのですが、警備の仕事も楽しいです。私の通っている作業所は、大分県中津市

のフロンティア中津という通所授産施設です。私は障害者ですが、警備の仕事ができるので、今は毎月一二万五千円という給料をもらっています。これからもがんばりますので、どうかよろしくお願い致します。

★福岡県 伸ちゃん 本人(50代)

父に言わせると私は、高校の入試に落ちた時から頭がおかしくなつたそうです。常識が無くすぐ頭に来て、普通の人なら我慢出来る事も我慢できず暴言をはく。親を親とも思わない言動を取る。親も80才台で永くはなから、一日も早く常識のある人間に成らねばと思っています。

★熊本県 田島敬一 家族(50代)

私は我流ハガキ道を実践して

います。これは、心と心を共感
でつないで、同時にコピーを手
元に残すことによって日記にも
なり、自分の心をほかのひと
の関係で見つめることができま
す。

私はブログを始めて二年九か
月になります。[http://orangea
p.teacup.com/tajima/](http://orangea
p.teacup.com/tajima/)です。ハ
ガキを一枚一枚書いているうち
に、自分自身の考えが次第に明
確になってきて、それをブログ
に書くという、立体的なやり方
です。家族会の人々もお互いに
心が通じあう連帯あってこそ明
るくなれると思います。

詩・イラスト

★熊本県 カピバラ 本人(50代)

夕陽 (太陽)

真つ赤に燃えている太陽
海のかなたに ドボンと落ちる
少しは冷えるだろうか
いつも暖かく輝き
田畑をうるおしてくれる
太陽よ
あなたの存在は偉大すぎる

★神奈川県 照井義子 家族(60代)

短歌

親心子に伝わらぬ悲しみよ
親子の絆なんと儂き

子のためと為せるすべてが
無駄となる
この悲しみを誰に伝えん

子の為に祈ることしかできぬ母
涙流るる今宵は寂し

親と子を苦しめ続けるこの病

光を求め今を生きおり

助けてとエス・オー・エスを
出す気持

わかって欲しい親もまた

★北の国から 本人(30代)

孤独

沈黙のとき僕はつぶやく

「人はみな孤独」だと

孤独とは自分が自分に

立ちむかうこと

孤独はさびしくもなるが

自由にもなれる

孤独とは人間に与えられ

掟のようなもの

でも夢をみられる素敵な時間

そして大切な時間



みんなのそとくみ

◆名古屋市の精神2級まで医療費全額無料に！今年八月から

名古屋市市の平成二〇年度予算で、新たに精神障害者保健福祉手帳（以下「手帳」）2級所持の方が市の障害者医療助成の対象となり、医療費の全額無料が1・2級まで実現することにな

りました（現在は、身体障害者1～3級、知的障害者I・Q50以下（中程度）、精神障害1級及び自閉症の方などが対象）。

今年八月から新たに「手帳」2級の所持者も制度の対象に加えられる、医療費（全科）が無料になります。対象者は四八六〇人、拡大分の予算は約六億九〇〇〇万円と試算され、これによって市内の「手帳」所持者九五八六人（昨年12月末現在）のうち七割に当たる1級・2級の方は医療費の負担がなくなる

こととなります。

名古屋市の障害者医療費助成の拡大は、政令指定都市では初めて（神戸市では1級だけ医療費無料）の画期的な福祉施策と

なります。愛知県下の一部の市町村では3級まで無料にしているところ（五市町村）、3級まで通院全額無料、入院費半額助成（三市）など進んでいるところもあります。当初、名古屋市は難色を示していました。

これに対して名家連では結成以来、障害者間の格差是正、医療費の無料化を訴え、平成15年には柵橋前会長を先頭に名古屋市と議会に働きかけ、翌16年10月から「手帳」1級の精神障害者が医療費無料となり、今回は昨年六月から名家連加盟の各家族会が一丸となって、市当局と市議会各会派に陳情を行い、「手帳」2級までに絞って医療費の

無料化を九月議会へ請願しました。

愛知県の新制度（四月から精神科のみ通院、入院無料）県と市町村が二分の一ずつ負担）もあり、成果を得たものです。

（名家連へ名古屋市精神障害者家族会連合会）会長 常多昇）

◆奈良県でバス運賃半額割引実現

奈良県の民営バス事業者「奈良交通」は、子会社の「エヌシーバス」とともに四月から精神障害者保健福祉手帳による運賃半額割引を始めました。

奈良交通は県内のバス路線のほとんどと一部県外路線を持っています。割引は県内・県外の全路線バスと定期観光バスで、

対象は1級〜3級。他府県の手帳も同じです。普通回数券やプリペイド乗車券も半額で買えます。通勤・通学定期券は三割引で、1級と定期券を使う小学生以下の2、3級は、介護人一名も対象です。

割引の積み残しはリムジンバスと都市間高速バスです。民営バス事業者への国の対応が、平成三年の療育手帳では強制力のある「省告示」でした。今回は「協力依頼」にとどまったため、共同運行する相手方事業者の協力が得られなかったと、同社は話しています。今後中央での取り組みが待たれます。

県内の精神障害者自助グループ四グループと、家族会、PS

W協会など関係九団体が「運賃割引を進める県連絡会議」を組織、身体・知的の障害者団体や医療機関、労組などの応援も得て、昨年二月同社に割引実施を要望、街頭署名やアピール集会を行いました。県も、知事名の協力要請文書を同社に届け運動を支援しました。

なお、十津川村の村営バスと、奈良交通が運行を担当している有料コミバスも同時に割引を実施、奈良市北部の二路線を奈良交通と分担運行している西日本ジェイアールバスには、同連絡会議が要望書を提出しています。（マインドなら 小林時治）

編集
後記

4月に入り、春らしい暖かな陽気になってきました。桜前線もどんと北上に向かって拵がっているようです。春は出会いの季節といいますが、先日友と食事をしていたときに、隣に座っていた方がわたしと同郷だと知り、大変親近感を感じて、お互い大盛り上がりしました。日本酒のお店だったからかもしれませんが…（苦笑）。すると、その3日後くらいに別のお店でもバッタリ!!人はどこにいても、どこかでつながっているような気がする今日この頃です。（高村）

昨年から体調が思わしくなかった愛鳥（緑色の大型インコ）が亡くなりました。38歳でした。わが人生の半分を共に過ごし、すべてを見てきた？ 小さくて、大きな存在でした。寿命は分かっているようですが、何も食わず、苦しまず、最後まで私に甘えてくれました。大往生だと思っています。「鳥だから、骨は軽くできているんですよ」と言う焼き場の人の話を妙に冷静に聞き、残ったほわほわの小さな骨を持ち帰りました。私の骨にそっと混ぜてねと娘に頼みました。悲しいけど、一区切りでした。（良田）

編集
後記

次号の予告

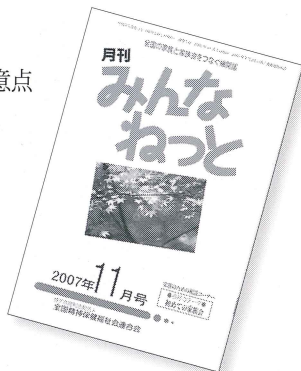
家族のための相談コーナー●「病名や薬の不安から抜け出す」
みんなねっとフォーラム●シンポジウムの内容を要約してお届けします／ほか

月刊 **みんなねっと** 通巻第12号(2008年4月号) 定価 300円

発行日 2008年4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／6月号 育て方と病気／7月号 初めての入院／8月号 親の高齢化／9月号 退院支援／10月号 ひきこもり／11月号 「初めての家族会」／12月号 「くすりと肥満」／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／2月号 働きたい／3月号 きょうだいの結婚
- 【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)／2008年1月号 藤枝心愛会(静岡)／2月号 筑西地区地方家族会(茨城)／3月号 福山市精神障害者家族会・バラ会(広島)
- 【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 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 大丈夫という能力を鍛える／7月号 「繰り返す」の癖を何とかしたい／8月号 統合失調症ってどんな病気？良くなるの？／9月号 先入観で決めつけないで柔軟に 10月号／病院を変える？今の先生が良い？／11月号 急性の状態と慢性の症状 12月号／入院した方がよくなるの？ 2008年1月号 新しい年の夢を語りましょう／2月号 結婚適齢期？結婚する？／3月号 …肥満症？薬の副作用？…
- 【わかりやすい制度のはなし】
5月号 障害年金の「現況届」がいなくなった！
6月号 「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 「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 「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 「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 ほんとうに無年金なの？
—もう一度申請資格(要件)を見直してみよう—
11月号 ほんとうに無年金なの？
—もう一度申請資格(初診日)を見直してみよう—
12月号 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—
2008年1月号 法テラスって何のこと？—身近になった弁護士さん—
2月号 障害者自立支援法における“世帯”と“世帯分離”の考え方
3月号 別記事掲載のため休載



「月刊みんなねっと」のバックナンバーのお申込み方法

「300円×冊数+送料80円」の金額を巻末の振込用紙にてお振込みください。
「通信欄」には、ご希望の号を記入して下さい。

郵便局に備え付けの振込用紙の場合、「00130-8-579093 全国精神保健福祉会連合会」宛てにお振込みください(この場合、振込手数料は自己負担願います)。FAXでの申し込みもお受けします(FAX番号03-3987-5466)

全国の家族と
家族会を
つなぐ機関誌

みんな ねっと

月刊

『月刊みんなねっと』は、
ハンドバックに入る
A5判36頁の
コンパクトサイズです

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。
- 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。

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。1名の場合は、個人賛助会員(3500円)、2名以上は、団体賛助会員(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。(平成20年度は、平成20年4月号～平成21年3月号をお送りいたします)