

悩める家族と当事者のためのメンタル情報紙



No. 97



やしお

発行所：〒329-1104 宇都宮市下岡本町2145-13
 栃木県精神保健福祉センター内
 栃木県精神保健福祉会(通称やしお会)
 TEL 028(673)8404 FAX 028(673)8441
 メールアドレス yashio@lime.ocn.ne.jp



挨拶する興野会長

栃木県精神保健福祉会 第3回 中央大会

テーマ：心の扉 今開かれる
～ 明るい未来へ向けて～

日 時：平成 28 年 7 月 22 日(金)
 場 所：宇都宮市保健所 3F 大会議室
 参加者：103 名



来賓の方々

栃木県障害福祉課を始め関係機関・団体から多数の来賓のご出席を戴き、第3回やしお会中央大会が宇都宮市保健所で開催されました。挨拶に立った興野会長より、「精神障がい者に対する公共交通運賃割引制度の適用」に関する請願署名に多大な協力を戴いた事へのお礼の言葉が述べられ、とりわけ沢山の署名を集めて下さった3団体と個人3名に感謝状の贈呈が行われました。また、今年4月に施行された「障害者差別解消法」に合わせ、県が「栃木県障害者差別解消推進条例」を短期間で制定された事に感謝してお礼を述べました。

県障害福祉課國井課長は、「精神障がい者の福祉サービスの向上に対するやしお会の活動に対し敬意を表すると同時に、誰もが豊かで安心して暮らせる社会を目指して全ての人と一緒に活動しましょう。」との祝辞を述べられました。



祝辞を述べる國井課長



野口氏の行政報告

開会式の後には、「障がいを理由とする差別解消の推進について」と題して、県障害福祉課精神保健福祉担当野口氏の行政報告、続いて池田みどり氏のピアノ演奏によるアトラクションが行われました。午後からは、「それでも なお生きる」と題して(株)佐々木マネジメント・リサーチ社長佐々木常夫氏による講演が行われました。波乱万丈の生活を赤裸々に話される氏に、皆熱心に耳を傾けていました。県内から総勢103名が参加して行われた今年の中央大会は、新たな歴史をつくり来年に繋がる有意義な大会となりました。



池田氏によるリラックス体操



講師の佐々木常夫氏



熱心に耳を傾ける参加者の皆さん

＜ みんなねっと関東ブロック大会IN群馬に参加して ＞

さる9月15日、群馬県社会福祉総合センターにて「関ブロ」が開催され、やしお会からも36名の参加がありました。

開会式に続き、群馬県こころの健康センター所長・浅見隆康氏による「土曜学校 20 年のあゆみ～その気になれば子も変わる～」〈家族が気がかりの点に目を向けることから好ましい点に目を向けるように視点を変え、本人のささやかな成功体験を褒めながらその気にさせて、本人の現実検討能力を回復させる試み〉の講演を拝聴、さらに後半では当事者とそのお父さんが登壇して和気藹々^{あいあい}のうちに語り合う姿を拝見して、羨ましい限りでした。もしかして病から問われているのは、本人ではなく家族かも知れないと感じた次第です。

午後には「家族を支援する立場から」4氏によるシンポジウムが行われ、座長の群馬大大学院教授・福田正人氏の講話「家族の力と社会の力」〈家族を支援する立場から家族全体に勇気と希望を与え、統合失調症になっても大丈夫な社会を目指す〉に共感を覚え、シンポジストの大阪大大学院准教授・蔭山正子氏の「家族への暴力は精神障がい者からの SOS」〈家族の意識変革によって家庭内暴力も解消する〉に発想の転換を学び、帝京大医学部主任教授の池淵恵美氏の「ご家族の力を高める工夫」〈親の気持ち・本人の気持ちを伝え合うコミュニケーションの大切さ〉に信頼関係の再構築を迫られた想いです。そして、群馬県精神障害者家族会連合会（群馬つつじ会）会長の吉邑玲子氏は〈発症から治療に結び付くまでの家族の対応や当事者への治療が始まってからのことなどについて〉事前にアンケートし発表されました。家族の苦勞に思いを馳せると共に、アンケートからの一言「本人が人に迷惑をかけなければ良しとする。」に家族の覚悟の程を垣間見て、感慨無量でした。

フィナーレには、埼玉県家族会の皆様が登壇されて次回開催の意気込みを語られた。そしていよいよ平成 30 年は、やしお会が当番となります。 (記・坂本)



シンポジウムで意見を发表する
吉邑会長 池淵氏 蔭山氏



座長を務めた福田氏



次回開催県の埼玉県の皆様

日光地区やしお会 講演会を開催



対談する鮎川氏と咲氏

平成 28 年 9 月 11 日の日曜日、日光地区やしお会で講演会を開催した。テーマは「死にたいままで生きているあなたへ・・・」。強迫性障害などを抱え、病気とはすでに 20 年来のつきあいという当事者の咲セリさん。そして、カウンセラー芸人としても活躍中の鮎川さんは、奥様が精神疾患を抱え、そばで支え続けている家族。つまり「支える側の当事者」の立場にある。この 2 人による対談形式の講演である。

咲さんの父親はすぐに切れる人のようで、「おまえは失敗作だ」「いらぬ人間だ」との暴言を浴びせたという。思春期の少女の心を痛く傷つけたことは理解できる。結果として、高 1 以来 20 年余死にたいと思って生きてきたとのことである。

私だけではないと思うが、ついうっかり感情にまかせて相手を傷つけるような暴言を吐いてしまうことがある。そんな暴言が心の傷になってしまうことがある。反省しなければならないと思った次第である。

当日は、一応 100 人の参加を目標に集客に努めた。結果は 120 人の参加をいただいた。主催者としては感謝感激である。ただ、反省点もある。申し訳なく思っているの、至らなかつた点のご容赦願いたい。

120 人の参加者中、アンケートに協力して下さった方は 81 人。講演の内容については 77 人がよかったと回答した。鮎川さんの巧みな話術が、咲セリさんの体験を具体的に引き出し内容的にも分かりやすかつたのではないかと。参加して下さった皆様には、満足して帰路についていただけたものと安堵した次第である。

会員も少ない小さな家族会で、このような講演会が開催できたのは、ひとえに事務局である「NPO 法人ふれ愛の森」のスタッフのご尽力の賜である。心から感謝の意を表したい。ありがとう。

(記・半田)



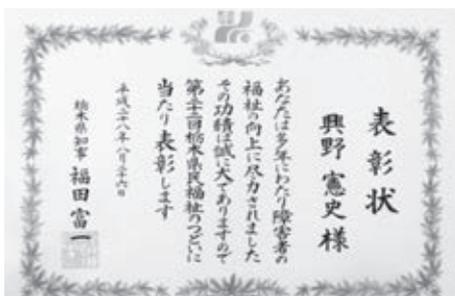
真剣に耳を傾ける参加者

『福祉向上に貢献』 団体個人を表彰 県民のつどい

第 22 回県民福祉のつどい（県、県社会福祉協議会など主催）が 26 日、宇都宮市の県総合文化センターで開かれ、福祉の向上に貢献した 539 の団体・個人が表彰された。

やしお会からは、興野会長が知事表彰、前野副会長が栃木県社会福祉協議会会長表彰を受けられました。

昨年のやしお会の団体表彰に続き、お二人が表彰されたことは、やしお会の活動が社会の中で広く認められた証であり誇りに思います。そして今後の活動の励みになります。活動に終わりはありませんが、継続して行くことが当事者の為である原点だと思います。



興野会長に知事表彰



前野副会長に社会福祉協議会会長表彰

陳情書を採択、意見書提出を採決



五月女議長（中）に陳情書を渡す
興野会長（左） 右は木村会長

昨年 8 月より行われた「精神障害者に対する交通運賃割引制度適用請願署名」運動では、みんなねっと主導のもと全国で 62 万 5 千筆余の署名が集まり、本年 5 月 13 日に衆参両議院に請願をしましたが、採択されず審議未了となりました。みんなねっとでは、運動を継続すべく全国の都道府県議会に対してそれぞれの県連から陳情を行うことを決め、当やしお会では 9 月 9 日（金）栃木県議会精神障害者社会復帰促進議員懇話会の木村好文会長立ち合いのもと、興野会長から五月女裕久彦栃木県議会議長に 精神障害者に対する公共交通運賃割引制度の適用に関する

陳情 と題する陳情書が手渡されました。本陳情は、10 月 3 日開催の生活保健福祉常任委員会で全会一致で採択され、10 月 13 日の第 339 回通常会議で議員提出議案第五号議案「精神障害者に対する公共交通運賃割引制度適用を求める意見書」として全員起立で採決されました。

やしお会からは会長、副会長他 3 名が傍聴しました。継続して行われている本活動は一步前進しました。

これと並行して関東の 1 都 6 県では、都連、県連代表が JR 東日本の東京本社・支社（横浜、千葉、水戸、高崎）及び私鉄各社に対し直交渉を行います。やしお会では、東武鉄道に対して交渉を行う予定です。



熱い思いで傍聴

全員起立で採決

県との懇談会



挨拶する國井課長（左） 要望内容を説明する興野会長（上中央）

9 月 6 日（火）昨年に引き続き、県障害福祉課とやしお会の懇談会が、県庁にて行われました。障害福祉課からは國井課長、綱川グループリーダー、野口副主幹の 3 名が出席、やしお会からは興野会長、前野副会長他 7 名が出席。冒頭、國井課長から 4 月に施行された障害者差別解消推進条例

の取組の実情についての報告があり、精神障害者とその家族に対しても関係団体と協力しながら支援して行きたいとお話がありました。興野会長からは、やしお会活動について理解と協力に対するお礼と今回の話し合いの項目について詳細な説明を行いました。今回の懇談会の話し合いの項目は下記の通りです。

- ① 交通運賃割引制度について
- ④ 医療費の助成について
- ② 障害者手帳の色の統一について
- ⑤ 知事との懇談会について
- ③ 家族ピア相談事業の予算化について

特に、今年は新たに精神障害者に対する医療費助成について、入院費や 1、2 級の患者に対して関東の他県並みの助成をして欲しい旨要望をしました。説明後の質問では、精神障害者に対する支援体制が何故遅れているのか、神奈川県的事件を踏まえ精神障害への取組みについて、入院患者の早期退院、地域移行・定着に向けた施策について等々、活発な発言がなされ、県からはそれらについて丁寧な回答を戴きました。懇談会は、予定時刻を 15 分以上オーバーして終了しました。

家族相談会について

家族相談会には、ひきこもりやリストカット、奇声や家庭内暴力などがあって、接し方が分からない。就労もしないで乱費するなど経済的問題や障害年金の受給の仕方が分からない。グループホームや福祉サービスなど社会資源の情報が欲しい。病院に行って薬を飲んで欲しいのに、病院に行ってくれない。退院後に一緒に暮らすには環境が整っていない。そして親亡き後の心配などなど様々な悩みを抱えた方（両親・祖母・兄弟など）がお越しになります。

相談内容は様々で、適切な答えは見つかりませんが、こころの病気（障がい）には、気分障害、統合失調症、適応障害、不安障害、解離性障害、人格障害、行動及び情緒的発達の障害、摂食障害などによって様々な症状があることを知り、どんな障がい（生きづらさ）を抱えているのかを知ったうえで対応し、家族だけで治そうとしないことが大切と思われまます。

偏見や差別があっても、決して社会に恥ずる病気ではありません。一人で悩んでいないで、聴きたいことを聴き、言いたいことを言いながら、家族の「生きづらさ」の壁も乗り越えて、一緒に考えていけたら幸いです。

やしお会本部

相談会 日時：毎週水曜日 10:00～15:00
 会場 やしお会事務局（栃木県精神保健福祉センター内）
 お問い合わせ 028 - 673 - 8404

ピアサポートやしお（本部家族会）

相談会 日時：第2土曜日 13:30～15:30
 会場 とちぎ福祉プラザ
 お問い合わせ 028 - 673 - 8404

宇都宮精神保健福祉会

相談会 日時：第1・第3木曜日 10:00～12:00
 会場 宇都宮市保健所
 お問い合わせ 028 - 626 - 1114

足利精神保健福祉会

相談会 日時：第1・第3木曜日 10:00～12:00
 会場 足利やしお会事務所
 お問い合わせ 0284 - 64 - 9770

佐野精神保健福祉会

相談会 日時：第2・第4水曜日 13:30～15:30
 会場 佐野やしお会事務所
 お問い合わせ 0283 - 24 - 9880

日光地区精神保健福祉会

相談会 日時：第2・第4木曜日 10:00～12:00
 会場 NPO法人ふれ愛の森
 お問い合わせ 0288 - 22 - 7438

クローバーハーツ癒しの夢工房

相談会 日時：第3週目の月曜日 9:00～18:00
 会場 塩谷町玉生 1588-2（相談員 植村自宅）
 お問い合わせ 0287-45-2299/090-4242-0147

鹿沼精神保健福祉会

相談会 日時：第3土曜日 14:30～16:30
 会場 鹿沼市総合福祉センター2F
 お問い合わせ 080 - 6748 - 9199

那珂川町の相談会

相談会 日時：第4週目の月曜日 9:00～17:00
 会場 道の駅ばとう
 お問い合わせ 090 - 4242 - 0147（相談員植村）

那須烏山市の相談会

相談会 日時：第2週目の月曜日 9:00～18:00
 会場 大金駅前観光交流施設「ナスカ市場」内
 お問い合わせ 090 - 4242 - 0147（相談員植村）

小山地区精神保健福祉会

定例会 日時：第2木曜日 12:45～13:45
 会場 県南健康福祉センター
 お問い合わせ 0280 - 57 - 2673

NPO法人ほっとスペースひだまり

西川田ひだまり
 お問い合わせ 028 - 645 - 6686
ふくふく亭
 お問い合わせ 028 - 666 - 8693

地域訪問



関谷係長 星野主査 前野副会長

☆那須塩原市☆

観光立県栃木を代表するリゾート地、那須塩原市は、2005年(平成17年)当時の黒磯市、西那須野町、塩原町が合併して人口11万6千人の市として



那須塩原市役所

誕生しました。JR 西那須野駅と黒磯駅の中間に開設された新幹線の那須塩原駅は、那須高原の観光資源を抱える玄関口として栄え、近年は駅西側に新市街地が形成されつつあり、将来的に新市役所の建設が計画されています。第15回やしお会地域訪問は、前野副会長と大越の2名で8月1日(月)那須塩原市を訪ね、市の保健福祉部、社会福祉課障害福祉係の関谷和俊係長と星野卓央主査に色々な取り組みについてお聞きしました。4月1日の障害者差別解消法及び県障害者差別解消法推進条例の施行を受けて、市では「障害を理由とする差別の解消の推進に関する対応要領」を定めて市職員への対応マニュアルとして活用し、業務に当たっています。更に、地域の自立支援協議会を設けて関連する団体や保健委員等と連携して、障害者とその家族の支援を行っています。前野副会長からは、精神障害を持つ当事者やその家族も協議会のメンバーとして参加出来るよう検討して欲しい旨お伝えし、又やしお会の活動内容を説明し、精神障害者への理解啓発への協力と家族による家族相談の案内を市の広報やHPに掲載して戴きたい旨お願いしました。

☆(社会福祉法人) 鹿沼市社会福祉協議会☆

第16回目の地域訪問は、9月16日(金)前野副会長、大坪理事、大越の3名で鹿沼市社会福祉協議会を訪れ、地域福祉課地域福祉係主事の倉野和樹氏、社会福祉士の神山氏と精神障害者に対する福祉サービスについて話し合いました。今年6月に開催された地域精神保健ボランティア養成講座では、神山氏が「ボランティア活動」についての講義を行うなど、精神障害者支援活動をしています。社会福祉協議会は、身体障害者及び知的障害者に対するハード・ソフト面の支援活動は非常に充実していますが、精神障害者に対する支援は殆んど行われておりません。前野副会長からは、平成26年2月に批准された障害者権利条約や今年4月に施行された障害者差別解消法等、精神障害者に対する支援強化の法整備はなされたが、未だに精神障害者に対する社会的偏見や差別が解消されていない現状を説明し、関係機関が協力して精神障害者に対する福祉サービスの向上に努力するよう要請しました。先ず、社会福祉協議会が主催する評議会に鹿沼やしお会の大坪代表を参加させてほしい事。また、家族相談の案内を会報やHPに掲載して下さいよう依頼しました。倉野主事からは、「評議員登録手続きをすぐにします」との回答を得ることが出来ました。



神山さん 倉野さん 大坪理事 前野副会長

Tea Time ・ ・ ・ ちょっとひと休み



私たちの経験 『入院顛末記』

①「T姐さん」との出逢い

「てめえ、うるせーよ、ジャマだろ?」と、突然一喝された。これが、どうも元ヤンと思われるT姐さんとの初めての出逢いだ。

怒られたのには理由がある。「深海魚でもいるのではないか」というような、薄暗いおりの中(静養室などという)からやっと出された私は、太陽の光の差す下、きゃっきゃと騒いでしまっていた。場の空気を乱すものがやってきたのは、T姐さんにとっては、不愉快だったのだろう。

しかしこの姐さんの叱責に惚れた私は、当時はあった病棟内の喫煙所に、たばこを吸わないくせに一緒にたまるようになった。ウマが合うのか、以来 20 年もの月日が経っている。大切な「姐御」の存在だ。

この入院は、私が生活の中で無理を重ねた結果、統合失調症の再発を起こしてしまった 2 回目の再発入院だった。アルバイトの掛け持ち、断薬、その時は分からなかったルールを無視しての再発。しかし入院歴は、2 回で止まることもなかった。 つづく

☆ごぞんじですか?☆

～『レスパイト入院』とは～

- ・「休息入院」というと分かりやすい。
当人だけでなく、家族が休める為の期間として利用できる。
- ・主治医と診察、話し合ってから予約して入れる「任意入院」である。
期間は、10日以内。
*病院により、多少異なる決まりがある。よく問い合わせてみて下さい。

余談

賢くなかった患者道

ちなみに「レスパイト入院」について病院に問い合わせた所、看護師さんに繋がれた。内心忙しい時間ではないかと不安になったが、どうも予感的中したようだった。何しろ空気を敏感に感じとってしまう性質ゆえ、応対がとてもぞんざいな扱いに感じられた。早口な回答のあいまに、ため息が入る。イライラし、明らかに威圧的な態度に思えてしまうのは、こちらの被害妄想だろうか。

しかし、もし忙しく構ってられないのであれば「後ほどにしてくれ」との一言があったら良かったと思う。一番近い理解者、支援者の一人のはずの看護師さんの応対に、度々心折れそうになるのは、今に始まった事でもない。むしろ淡々と仕事をこなす面は、尊敬に値するかもしれないが。

またひとつ、良い経験をさせて頂いたと思う。今回の患者道は、全くもって賢くないが、同時に、賢く聡明な看護師さんも中にはいらっしゃる事も希望としようと思う。



読者の頁
みんなの広場

妻をしのぶ

水島敏雄

ほんのりと笑み浮かべたる遺影なり
ごめん幸せにしてやれなくて

おはようと言いて香立てただ今と
声かけ今日も暮らしたりけり

病苦から救ってくれし死と思ひ
あきらめつつも悲しみいえず

日に歳度晩年のきみ思い出し
そのたび無念の思いかすめり

生命を不意に断たれしきみなりき
我はしぶとく生きてやりたし



ありし日の道子さんと水島氏

昨年の12月16日に奥様の道子さんを亡くされました。
道子さんの生きた証として多額の寄付をいただきました。
ご冥福をお祈り申し上げます。

編集
後記

今年は、彼岸を過ぎててもまだ残暑があったせいか、やぶ蚊にはたびたび悩まされた。人類社会の科学の進歩に、追いつこうとして進化したのか音なしで、やぶ蚊がステルス戦闘機のように、隠密で襲ってくる。

痒いなど、気が付いた時には、後の祭りではやぶ蚊はもういない。

今は小学生がパソコンやスマートフォンを操作し、高齢者も意欲のある人々はそれらを器用に扱う時代である。

持病のある私は、月に数回通院しているが、ある時待合室に若い母親と3歳くらいの子供連れがいた。母親が診察室に呼ばれた時、子供にスマホを渡し「待っていてね」と言って中へ入って行った。

その子は、小さい指を上手に動かしながらゲームを始めた。あんな小さな子がと、驚きながら、落ちこぼれてしまったと痛感した。

つい先日のことだが、テレビドラマを観ていて、モスキート・トーンという言葉を知った。やぶ蚊の出す音というか、周波数は12000Hz（ヘルツ）だそうだ。（1秒間に1周期の振動数を1Hzという）若い時はうるさいほど蚊の音が聞こえていたのに、高齢になると聴力が弱り、8000Hzまで落ちるそうだ。やぶ蚊がステルスのように進化したのではなく、加齢により私の聴力が減退したことを認識した次第です。

SH