

月刊

# みんなねっと

創刊号



全国の家族と家族会をつなぐ機関誌

2007年 **5**月号

家族のための相談コーナー

●今月のテーマ●

自立と住居

特定非営利活動法人

全国精神保健福祉会連合会

もくじ

みんな  
ねっと  
月刊

2007年  
5月号 創刊号

『月刊みんなねっと』創刊のごあいさつ 2

家族のための相談コーナー  
今月のテーマ「自立と住居」

生きる力を信じる……自立に向けて（良田かおり） 4

住まいから考える……自立に向けて（渡辺智生） 8

私も「みんなねっと」を応援しています

伊勢田 堯（東京都立多摩総合精神保健福祉センター所長） 12

本の紹介

『心を病む人と生きる家族』を読んで（中込和幸） 13

お元気ですか 家族会

NPO 法人「多摩草むらの会」（東京都） 14

街の診療所からのお便り【連載①】（増本茂樹）

クリニックの医師として家族や当事者へ伝えたいこと 18

わかりやすい制度のはなし

障害年金のポイント●その1（池末美穂子）

障害年金の「現況届」がいなくなった！ 22

みんなねっと座談会

こんな機関誌をめざしています 26

お知らせ&ご案内コーナー 30



## NPO法人全国精神保健福祉会連合会 （みんなねっと）発会式のご案内

精神障がいのある方の家族が家族を支援する団体として立ち上げたばかりの本会では、設立を記念して発会式を開催いたします。発会式の後、新しい家族会のスタートにふさわしい記念講演を予定しています。家族（会）の全国組織として家族（会）支援の原点に立ち戻り、多種多様な多くの方々とネットワークを拡げながら精神障がい者本人とその家族が安心して暮らせる地域社会をめざします。多くの方のご参加をお待ちしています。

●期 日：平成 19 年 5 月 10 日（木）

●場 所：主婦会館プラザエフ（東京都千代田区六番町 15 番地）  
JR 四ツ谷駅 麴町口前（徒歩 1 分）

●プログラム

9:30～10:00 受付 / 10:00～11:00 発会式

11:10～12:30 リレートーク「これからの家族と家族会」

12:30～13:30 昼食（※家族会の方々の合唱をお聴きいただけます）

13:30～15:00 記念講演

「精神保健福祉の動向と家族会のこれから—イギリスと日本の比較」

演者 伊勢田 堯先生（東京都立多摩総合精神保健福祉センター所長）

●参加費 昼食あり 1500 円（事前申し込みのみ）・昼食なし 500 円

\*詳細は、事務局 TEL 03-6907-9211 まで、お問い合わせください。



## 『月刊みんなねっと』創刊のごあいさつ

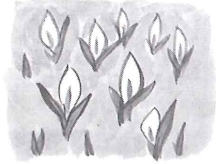
NPO法人 全国精神保健福祉会連合会  
理事長 長谷川 清

この小さな冊子を手にしたみなさまに、親愛をこめて、ごあいさつを申し上げます。

『月刊みんなねっと』には二つの「思い」がこめられています。一つは、全国のひとりぼっちの家族の一人でも多くの方のもとにお届けしたいという思いです。もう一つは、全国の家族会をつなぐ組織をめざして誕生したNPO法人全国精神保健福祉会連合会の機関誌という役割があります。それは、家族と当事者の方々を励まし、その支援にあたる多くの関係者の方々、つまり、みんなをつなぐ「帯」のような役割であってほしいという思いです。

精神障がい者とその家族をとりまく現状は、大変、重要な時期にあると考えています。「障害者自立支援法」では医療費の負担増、福祉サービスの利用料負担という新たな問題に直面しています。さらに、3障害一元化となりましたが、当事者の方々の利用できる場所が増えるのか、他の障がい者との格差は埋まるのか、手帳サービスの遅れは改善されるのかなど楽観を許せません。加えて、保護者制

## 全国的家族と家族会をつなぐ機関誌



度、無年金者の問題なども含めて、精神障がい固有の問題は山積しています。

家族のおかれている状況はどうでしょう。大多数の当事者の方々の治療と生活は家族によって支えられています。残念ながら地域の諸活動に参加している当事者はごく一部です。ここ20年来、制度が変わりサービスが増えていると言われながら、大多数の家族や当事者の生活にはあまり進展がみられません。市町村合併や保健所の減少などもあり、家族の相談できる場や学習の機会も決して増えていくわけではありません。孤立を深めている家族や当事者も多いのではないのでしょうか。

今、私たちは、こうした厳しい状況を改善するために、全国の家族、当事者、関係者が意見を交換し、一丸となって運動することが求められていると感じています。家族会活動も原点に立ち戻り、十分に話し合う場を確保し、相互支援機能を強め活力をとりもどしたいと思います。家族を励まし、当事者、関係者をしっかりつないでいく「帯」の役割を『月刊みんなねっと』が果たしていけるように、育てていきたいと願っています。

この機関誌を手にしたみなさまに、これらの事情や「思い」が伝わり、ご支援をたまわりますよう心から願い、創刊のごあいさついたします。



家族のための  
相談コーナー



今月の相談は、  
「自立と住まい」  
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

## 生きる力を信じる……自立に向けて

『月刊みんなねっと』編集委員 良田かおり

息子の自立をどうするか、悩んでいます

Qさん ちよつとご相談よろしいですか？

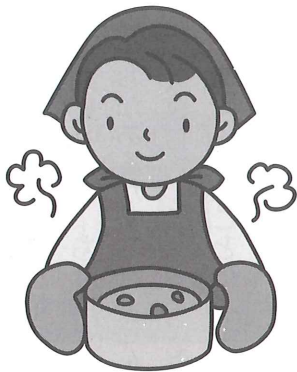
Aさん はい、どうぞどうぞ。どのようなかとでしようか？

Qさん 私たち夫婦はもうすく70歳になりました。病気の長男と二人暮らしです。家は借家でもう古くなっていて、将来私たち夫婦は有料老人ホームに入ろうかと話しています。息子のことが心配で話だ

叱咤したことがありました。今では病気を理解しているのですが、父親と息子は今もめったに口をききません。

Aさん なるほど、それで老人ホームへと考

えられたのですね。親として心配が尽きませんね。でも親子がそれぞれの生活をしようと考えてるのはよいことだと思いますよ。このことは息子さんとは話



し合いましたか？

Qさん 話したことはありますが、息子は一人でもできるというだけで、相変わらずまったく親掛かりの暮らしです。たまに買い物に出ることもありますが、被害妄想が出てきて、外に出られなくなることもあるので、それも心配です。

親が心配するほどではない場合が多い

Aさん 今までのお話を伺

うると、息子さんは時々不調になることはあるけれど、大体自分のことや買い物など、生活のことは不十分などころはあるでしょうが、何とかできる方のようにですね。親は「心配」の向こうに本人を見

けで進みません。息子は40歳です。なんとか身の回りのことは自分でできていますが、ほかの皆さんのように作業所とかに行くわけでもなく、親がいなくて大丈夫か、どこで暮らせばいいのかと思うとどうしてよいか分からなくなります。

Aさん そうですか。息子さんの今後が心配なのでですね。多くの親御さんがQさんと同じ悩みを持っておられます。

Qさん 自分たちだけ老人ホームへなんて勝手なようですが、実は父親と息子の折り合いが良くないので、病気になった時、当時働き盛りだった夫が、息子を激しく

る習慣がついてしまいますね。親としては当然なんですけど、ちよつと離れてみてみると、親が心配するほどでもなく、案外生活力のある方が多いようです。そんなところで何か気づいたことはありませんか？

Qさん そう言えば、私たちが三日ばかり泊りがけで留守にしたことがあるんです。その時息子が冷蔵庫のものや「コンビ二」で食事を済ませていて、洗濯物を室内にですが干していたので、こんなこともできるんだと驚いたことがあります。

Aさん 頼もしいですね。案外のびのびされていたかもしれせんよ(笑)。



息子さんもお父さんとは緊張関係で、お母さんは世話を焼いてくれるという中で、ちょっと迷う気持ちがあるかもしれませんね。一人暮らしをしたとして、日常生活で苦手なことはホームヘルパーさんをお願いすることができそうですよ。経済的な面ではどうですか？

### 一人暮らしの準備を 少しずつ始める

**Q**さん 息子には預金をしてあるので、それを当面の生活に当ててもらおうと思っています。ただ多くはないのでいづれはなくなります。障害年金の二級もいただいています。本人はお金についてはしっかりしている方だと思います。

**A**さん

そうですね。またいいところ発見ですね。お金にしっかりしているのはよかったです。これで、生活面、経済面では当面の見通しができてきましたね。あまり遠い将来まで考えると心配になって動けなくなってしまう。その時は本人も経験を積んで成長しているし、見守り支援する人も増えていくと信じましょう。またそういう風を持つていくことですね。その点からすると、今はご両親との関係だけのようですが、一人暮らしとなると、年金の継続やヘルパーさんなどの制度の利用など、いろいろと人に相談しなければならなくなることが出てきますね。今まで

デイケアなどにも行かれなかったのは、やはり症状が原因ですか。

**Q**さん

本人がそついうところには行きたくないと思います。状態のいいときもあまり人付き合いは好みません。

**A**さん

無理に行く必要はありませんが、必要に迫られたり、独りになって話し相手がほしくなる人も多いですよ。ただご本人が相談できるところを知っておいたほうがいいですね。障害年金や障害者手帳、自立支援医療などは診断書の関係もありますから、病院のソーシャルワーカーに相談できると思いますね。福祉サービ

スの利用に関しては、地域生活支援センター（地域活動支援センター）の相談員や市区町村の障害福祉の窓口職員に相談できます。Qさんの地域ではどこに行けばよいか調べておくことも必要です。息子さんは外に出るのが辛くなる時があるようですから、「訪問看護」とか「居宅

介護（ホームヘルプ）」といった訪問型のサービスや地域活動支援センターなどからの訪問サービスを受けられるといいですね。今は制度が変わっていつてますので、地域の情報を集めることが大事ですね。

### 万全を求めず、 生きる力を信じる

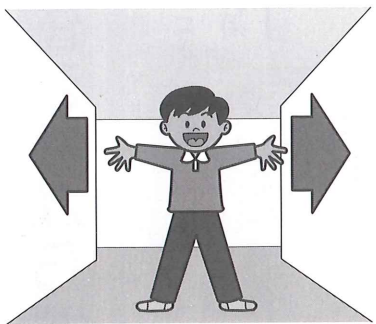
**Q**さん

今のうちから親が相談に行ったほうがいいですね。

**A**さん

息子さんの状況を家族会や地域の関係者に相談して、家族がまず相談できる人と関係を作っておくことは必要なことだと思います。もちろん息子さんも一緒に行けるといいですね。ただ息子

さんが生活しながら必要に応じて進めていくこともあります。息子さんと前向きに今後のことについて話し合います。心配を前面に出してはむしろ不安を強めてしまいます。「あなたができる、大丈夫」と、自信をつけるように話してください。要は、「万全を求めず、生きる力を信じる」ことです。さて次は息子さんの住まいをどうするかということですが、福祉サービスを利用しながらアパートで生活ということが考えられますが、障がいの状態によって「グループホーム」とか「ケアホーム」というものもあります。次のコーナーを参考にしてください。（よしだ かおり）



# 住まいから考える……自立に向けて

社会福祉法人 練馬山彦福祉会「障害者グループホーム」やまびこ三原荘世話人

渡辺 智生



## 「親なき後」は、ご家族にとっては何とでも大きな課題ですね。理想としては、ご家族が独り立ちの準備などサポートできるうちに、お子さんが自立されることでしょうか。

「親なき後」は、ご家族にとっては何とでも大きな課題ですね。理想としては、ご家族が独り立ちの準備などサポートできるうちに、お子さんが自立されることでしょうか。

まず、ご家族の心構えとして、お子さんを独り立ちさせたいという意志をはつきりと持つことが非常に重要です。少し冷たく感じられるかもしれませんが、お子さんが家を出たくない、家に戻りたいと訴えた時に、強く突き放すことも必要かもしれません。また、ご家族全員で対応を統一させることも大事です。ご質問ですと、現在親御さんは七〇歳代でしょうか。息子さ



んは親御さんの今後の生活について心配されているかもしれません。ご本人には、親御さんの今後の生活はご本人以外の家族や高齢者福祉サービスを使っていくから大丈夫だと説明して、安心感をもってもらうことが必要でしょう。

いずれにしても、ご家族だけで考えず、地域の家族会や主治医、ワーカー、保健師、その他の支援者と相談して一緒に考え

ていくと良いでしょう。

## 独り立ちへの準備

ご質問の息子さんの場合、独り立ちに向けた準備は、次のようなことが必要だと考えられます。この段階でご本人に「いずれ家を出るために」という話をするのは、不安を招くことになりかねないので注意が必要です。



### ① 医療機関や主治医との信頼関係をつくり、病気や薬に対するスタンスを確かなものとす

る。悲観的すぎず、楽観的すぎず、安定的に続けられる自分なりの病気とのつきあい方を見つける。

### ② 日中活動（デイケアや作業所など）の中で仲間や支援者を作っていく。病気とつきあいな

がら自分らしく生活するスタイルを見つけ、支援者に上手に相談していくことを学んでいく。

## 次の住む場の検討

次は、家を出て「次の住む場」やその他の条件を考えていきま

す。③ 少しずつ、金銭管理や食事、洗濯などの生活する力を身につける。初めから完璧を目指さず、簡単にできて実践的などころから始めると良いでしょう。例えば食事は、自炊が出来なくても、上手なお弁当の買い方を覚えれば充分です。

次の住む場としては、一人暮らし（アパートや公営住宅など）、または福祉サービスでの共同住居、グループホーム・ケアホーム・福祉ホーム・生活訓練施設（援護寮）になります。



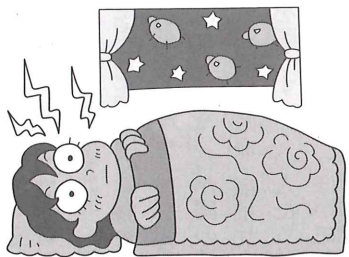


グループホームとケアホームについては、次に詳しく説明します。福祉ホームは市区町村独自の事業であり、援護寮は二〇一一年一〇月までには障害者自立支援法での事業（グループホーム、ケアホームなど）に移行することとなっています。

その他の条件は、アパートや共同住居の場所（自宅、病院、日中活動先との距離などを考

ているところもあります。

グループホーム、ケアホームへの入居までの流れは、次のようになります（各ホームや、市区町村によって異なることがあります）。①見学（本人と支援者）、②ホームに対しての入居申し込み、③市区町村に対して



慮）、経済的な問題（障害年金や生活保護の受給、家族からの仕送りなど）、アパートの場合の保証人などが考えられます。住む場所が変わるといっては、ご本人にとつてはとても大きな変化となりますから、準備段階では順調にいついても、いざ家を出る日にちが決まる、荷物をまとめるときになると、不安が高まったり、精神症状が現れてしまうことがあるので、十分な注意が必要です。

### グループホーム・ケアホーム

グループホームやケアホームは、生活の場を提供し、そこでの生活を支援していく事業です。障害程度区分1（注）ま

の事業利用申請、④障害程度区分認定・収入認定、⑤入居の決定（支給決定）、⑥ホームとの入居契約。地域に選択できる数のホームがあれば、複数のホームから一番良いところを選んだほうが良いでしょう。

グループホーム、ケアホームでの家賃、光熱費、生活用品費は一人暮らしとほぼ同様にかかります。食事の提供があれば、食費は一人暮らしよりも少なくて済みます。サービスの利用料は原則事業費（人件費・事務費など）の1割となりますが、生活保護は無料の他、収入や資産条件に応じた減免制度があります。（わたなべ ともお）

たは非該当の方が対象となるのがグループホーム、区分2以上の方が対象となるのがケアホームとなります。ケアホームは職員の宿直などの夜間支援体制があり、食事や入浴などの直接的な援助がより多く受けられますが、制度や事業内容はグループホームとほぼ同様です。事業所によつては、グループホーム対象者でもケアホーム対象者でも受け入れるところもあれば、どちらかしか受け入れないというところもありますので、注意が必要です。グループホーム、ケアホームともに入居期間は法律上は定められていません。ただし、ホームによつて、また、自治体によつては年限が定められ

（注）障害程度区分

障害者自立支援法を利用する障害者に対して障害の程度がどれくらいかを測る基準。「この人には障害福祉のサービスがどれくらい必要か」を明らかにするため、障害者の心身の状態を総合的に調査することになっている。障害の程度（重いか軽いか）は六つに区分される。どの区分にあてはまるかは、調査員が六項目について聴き取り調査を行い、それをコンピュータにかけると一次判定の結果が出る。その一次判定に基づいて、医師の意見書などを考慮した審査会が行われ二次判定の後に決定される。この結果に基づき市町村によりサービスの支給が決定される。



英国では家族支援専門ワーカーを増やしているのに、わが国は：

『みんなねっと』創刊おめでとうございませう。吉田松陰の遺言の継承者に例えることもできる先駆者たちの努力によって生まれた「全国の家族会組織」が不幸にも挫折したことは、関係者の皆さんにとっても、わが国の精神障がい者への保健・医療・福祉サービスとの発展を願うすべての人たちにとつても痛恨の極みというほかありません。しかしながら、「挫折」は原点に戻るチャンスを与えてくれます。

広く海外の精神保健事情に目を転じますと、わが国は何故こうも変化しないのか、どうしてこうも変わる



のの一田時省夕勢  
た健ス伊  
し保オが  
察国フ左  
視英・イ  
を真。スト  
国真。イん  
英写ケさ  
先堯

ことができないうのか、深刻な問題を提起しているように見えます。わが国の家族会運動の特別の困難さもこうした背景があつてのことと思われませう。

世界の精神保健サービスは、病院・施設収容中心から家庭訪問支援中心の地域ケアに大転換しており、そ

## 私も「みんなねっと」を応援しています

伊勢田 堯  
精神総合センター  
多摩立東都  
保健福祉

の中で、家族支援の重要性と有効性

は広く認識されるようになっております。たとえば、英国では医療費を一・五倍に増やすなど、この一〇年間医療改革を行っていますが、その中で精神保健を最重点疾患に選定し強力なてこ入れをしております。この精神保健改革で七つの達成目標を

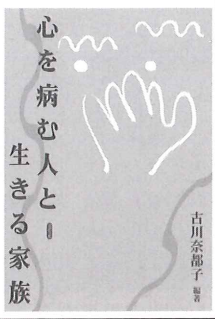
設定しましたが、その中の一つに家族支援の項を起し、家族支援専門のワーカーを七〇〇名配置し（わが国では一七五〇名に相当）、二〇〇四年には家族支援法（Carens Act）を制定するなど、本格的な家族支援を実施しております。

このような違いがどこから来るのか、外国のことなどという思考停止状態に陥らないで、腰を据えた研究が必要であると思ひます。現在の政策決定システムが制度疲労を起してはいないのか、政策決定システムを近代化するにはどうしたらいいのかなどなど。

わたしは、『みんなねっと』が、当面の課題の対応とともに、こうした基本問題にも正面から取り組み、試練を経て新たな時代を迎えるために貢献する場として発展されるよう心から期待するものです。

（いせだ たかし）

## 本の紹介



『心をも病む人と生きる家族』

古川奈都子編著  
ぶどう社  
定価 1365 円

### 『心をも病む人と生きる家族』を読んで

鳥取大学医学部統合内科  
医学講座精神行動医学分野  
中込 和幸

この本は、患者さんと生活をともにする家族の肉声である。喜び、悲しみ、怒りなど、感情が大きく揺れつつ、患者さんを必死で支えている様が胸を打つ。家族が「自分の育て方が悪かったのではないか」と自身を責める記載を目にすると、心が痛くなる。

統合失調症の治療で家族が果たす役割は大きい。患者さんの生活ぶりを伝えてくれるばかりでなく、患者さんの心理的な支えとしての治療的役割は、薬に負けず劣らず大きい。調子が悪くなる前に、「先生！この前と同じだよ、ほっとくとえらいことになる」と患者さんを連れてきたり、「調子が悪い時には、枕をかぶって三〇分すると落ち着くんだ」と不調時の対処法

を見出したり、医学書ではお目にかかれぬ独特の治療法を身につけている。患者さんと生活をともにしているが故である。

私には研修医時代に苦い経験がある。長年入院していた男性患者さんが毎月のように外泊を繰り返して、自宅で問題なく過ごされていると聞き、何とか退院できないものかと本人や家族に話をもちかけた。しかし、予想に反して、家族の反応は鈍かった。いろいろと話を聞くが、自宅では家事を立派に手伝っており、家族も大助かりとのこと、退院を躊躇する理由が思い当たらなかつた。そのうち本人も「退院したくない」と言い出し、私はやりきれない思いで家族に詰め寄った。ようやく父親が「近所の目があるから外に出せない。外泊の時もずっと家にいる」とぼそつとつぶやいた。彼の実家は、偏見が根強い村落で農業を営んでおり、長男であつた彼は人知れず遠くに行つたことになつていた。私は、彼の病状ばかりをみて、生活状況にまったく目が向いていなかったのだ。

私たち医療関係者は、いつたいどのくらい患者さんの生活や、一緒に生きる家族の気持ちを理解しているだろうか。患者さんの生活がいかに多様なものであるか、診察室では計り知れない、家族の愛情の深さゆえの苦しみや喜びが、本書を読むとひとしと伝わってくるのである。

（なかごめ かずゆき）

## 本の紹介



お元気ですか

家族会

NPO法人  
「多摩草むらの会」  
(東京都)

「多摩草むらの会」は、十年前  
多摩総合精神保健福祉センター  
(以下、多摩総) デイケアに通  
所するメンバーの家族が、メン  
バー・家族を思いやる場、地域  
社会に生きるためのいろいろ  
な出会いの場を自分たちの思い  
で作ろうと発足しました。二〇〇



家族でもある職員の松岡さん

④メンバーの社会参加、運営  
資金づくりを目的に地域の行事  
に参加したり、バザーは毎年数  
回実施しています。

⑤専門家による相談会、夜間  
電話相談(毎週水曜日午後7時  
〜10時・TEL〇四二一六七四  
一四〇三)を実施しています。

⑥機関紙「草むら通信」を毎  
月発行して、情報の提供や会の  
活動状況を紹介しています。

⑦事業として、共同作業所、

四年にNPO法人を立ち上げ、  
障がいを持ちながらも自立した生  
活を営み、安心して普通に暮らせ  
るような地域社会づくりをめざし  
て活動しています。現在会員は一  
〇〇名(賛助会員を含めて)を  
超えています。

活き活き家族会

—地域に根ざした活動

高齢化する家族会、マンネリ

草むら通信 No.107

今月の目録

- 3月4日(日) 空想会 (お母さん)
- 3月11日(日) 日 (お母さん)
- 3月18日(日) 日 (お母さん)
- 3月25日(日) 日 (お母さん)

2月の定例会日より

毎月発行される「草むら通信」

グループホーム、一般就労につ  
ながる実践の場などの運営をし  
ています。

すばらしい支援ネットワーク

どうですか? 驚きではありません  
ませんか? 一体どうしてこん  
な活動ができるのでしょうか?  
家族会役員の方々のお話から見  
えてきたのが、この地域での  
すばらしい支援ネットワークで  
す。もともと多摩総のデイケア  
家族会からの立ち上げというこ  
とで多摩総との関係は深く、多  
岐にわたって支援が得られたか  
らではないでしょうか。講演会、  
研修会の講師には多摩総の先生  
方や職員のお名前が各所にみら  
れます。会の運営には力強い応

化する家族会など家族会活動の  
活性化が叫ばれている中、目か  
らウロコ状態で活動の内容を聴  
きました。

①毎月一度の定例会では、心  
理、精神保健福祉などのオプザ  
ーバーの方々と交えての懇談会  
を招いての講演会、就労、施策  
などの情報を提供しています。

②一泊研修旅行、新年会、忘  
年会などを実施していま  
す。

③毎週日曜日には、お  
茶会、麻雀・ゲームの会、  
体育館でのスポーツの会、  
カラオケなど、メンバー  
の楽しめる交流会を開催  
しています。

援助です。また他障害、高齢者  
組織との関係もつくりあげ、地  
域の方々がいつでも協力できる  
という恵まれた地域性があると  
も感じました。あとで紹介しま  
す「夢畑」は地主さんが千坪も  
の土地を無償で提供されたそう  
です。いまは、代がかわりお印  
程度の料金で賄っているそうで  
す。まったくうらやましいかぎ  
りですが、このようなネットワ  
ークができたのも障がいを持っ  
た家族の必死の思いが地域の人  
たちを動かしたのだと、家族の  
方々のこれまでに至る奮闘を察  
することができます。

家族会が運営に携わっている  
作業所、グループホーム、就労  
の場などを見学させていただき



ました。

### 共同作業所「夢来(むく)」

広い開放的な窓から太陽光がふりそそぐあかるいオープンスペース。丁度お休みの日でもメンバーには会えませんでした。職員さんの松岡さんがお話くださいました。一八坪くらいのフラッ

トなスペースには間仕切りがほとんどなく、どこからも全体が見渡せるようになっています。備品も低くしてあり、気持ちよさそうなソファアールには、いつも誰かが横になっていているようです。そんなそばでマージャンをしたりテレビをみたりおしゃべりをしたり、メンバーが思い思

いの過ごし方をしています。メンバー間のトラブルもほとんどなく、あつてもメンバー同士で解決できていることが多いという事です。ゆつたりした空間に身をおくと、メンバーの気持ちも癒され、問題も少ないのかと、この場所の果たす役割の大きさを感じました。

### グループホーム「多摩草むら」

交流室を見学しました。キッチンはきれいに整理整頓されていて、メンバーが食事をするテーブルにはかわいい花がいくつかあり、自宅にいるようなやすらぎさを感じました。

### 寒天茶房「遊夢(ゆうむ)」

夢の畑部門として展開します。

### 一般就労の場として ——パソコン教室

商店街の一角に「パソコン教室」の看板を見つけました。若い男性講師が高齢者の男性に教えていました。この男性講師がメンバーと聞き、驚きました。九ヶ月前から、講師として採用され、一般の方を対象に教えています。ここで働くことにより、以前には考えられないほど彼が明るくなり、意欲的に仕事に取り組んでいるとのこと。この教室は高齢者介護センターの近くにあり、将来的には連携をとりながら事業の展開を図りたいとのことでした。(取材 真壁・川崎)



▶夢来のオープンスペース



遊夢の店頭販売



▶しいたけ栽培



▶パソコン教室

平成一九年四月より、自立支援法にもとづく「就労継続B型」の事業所として運営。

メニューは寒天づくし。珍しい寒天うどんをいただいでみました。名物のしいたげがはいってたいへんにヘルシーなうどんに仕上がっていました。お客様は高齢な方が目につき、彩り鮮やかにフルーツで飾った「あんみつ」は好評のようです。厨房ではメンバーや支援の方が忙しく注文に応じていました。店先では手づくりのお弁当やデザート、夢畑のシイタケなどが売られており、メンバーが接客しています。一般就労につながる実践の場として有意義な活動をしています。

### 夢を育てる「夢畑」

つばきの花が咲き、湧き水があつて流れる水辺には芹、クレソンなど香草が青々と育っています。東京サンショウウオも生息しているようで、これからはホタルも見られるとのこと、ほんとうにすばらしい自然にめぐまれているところです。しかし、なんととっても売りはシイタケです。畑に並ぶビニールハウスは三〇度に保たれ、肉厚のしいたげが栽培されています。この美味は評判で、4月から開設される「道の駅」でも販売されるそうです。土と接することにより、ところが癒されると聞きます。自然の力に脱帽！遊



## 街の診療所からの の便利

# クリニックの医師として 家族や当事者へ伝えたいこと

連載①



ましもと しげき  
増本 茂樹  
増本クリニック院長

〈編集長から手紙をもらった〉

皆さんこんにちは。町で小さな診療所をやっている、ましもとと言います。

編集長から頼まれて、病気のことや治療のことを話すことになりました。編集長は、患者さんとの話や精神科医の気持ちを書いた、以前の私の文章を読んでもおられた。

それで、新しい雑誌を始める

それに、「うまくいった」と思う患者さんがいても、そのことを文章に書いたら、後で悪くなってしまうというジンクスもある、などと思って、二三日眠れなくなっていました。

〈これじゃ病気になるっちゃうよ〉

迷っていると、実は編集長とは顔見知りでもないの、「本物の手紙だろうか」という気持ち



時に、私の所へお手紙をくださったのです。

お手紙を読んだ時、とてもうれしく思いました。なぜなら、患者さんや家族に診察の時にはうまく話せていないことが、たくさんありますから。

例えば、精神病を何とかしていくには、まず、患者本人や家族が先入観で自分を縛らないで、いろんなことを柔軟にやっていたいかなければなりません。こ

ちも起こってきました。それだね、「これはいかな。このままでは病気になるっちゃうよ」と思いました。そうしたら、何日前か前、患者さんのAさんとした会話を思い出しました。

Aさんは回復して仕事に戻っていたけれど、「私は、会社で新しい仕事を当てられると、できるかどうか本当に長く考え込んでしまうんです。今の仕事で目一杯だよ。でも、このくらいはみんなはやっているのかな。会社は、ホントは自分を辞めさせたいのではないか、と夜も考えてしまうんです」と言っていたのです。

私は「それはまだ病気のシツポが残っているのよ。『考えす

のコーナーでは、そんなことを伝えるチャンスでもあります。

けれども、そのうちにだんだん心配になってきました。

まず、私は文章をたくさん書いていて人ではないんです。手紙には「よければ連載をお願いします」とも書いてあるけれど、毎月書くのは自信がない。それに、私は有名な医者ではありません。良さそうな意見を持つてはいても、違う考えの精神科医も多い。

ぎはダメよ』の薬で頭を休めよう」と答えたものです。

〈どうしたら、悩みを深めないか〉

「そうか、自分もAさんと同じ所にはまっているなあ」と思った。それで、患者さんも普通の人も、精神科医も、結構同じ様なことを感じたり、悩んだりしているってことを書くといいんじゃないか、と思いました。精神病の悩み方はとても重篤なものですが、悩みの最初は、他の人もするようによくある悩みです。どんなやり方をしたら、悩みを深めないで、迷い込まなくてすむんでしょうね？ クリニックではそういうことを毎日話し合っているのです。それな

ら、それを書いてみよう、ということで気持ちがあままりました。

### 〈私いまし本の自己紹介から〉

私は今、56歳で、精神科医になつてから24年になります。計算が合わないのは、最初は物理学の大学に行ったからです。が、んばりに頑張ったけれど、優秀にはなれなかったの。困っていた時、父親が「医学部へ行くか？」と言ってくれたので、「物理学はもう時代遅れだ。これからは生物科学の時代だ」と思うことにして、医学部を受験しました。

やっと合格した医学部で、また一所懸命勉強しました。生化

学、それから肝臓学やら頑張った。でも、いまいち良く分からないの。どうとう卒業前になつて、実習で患者クラブに行ったんだけど、何となくその人たちと気が合ったのね。

例えば、統合失調症のBさんは、家庭用品のセールスをしていて、カタログを持って歩くんだけど、品質は良いものなの。で、暑い日も寒い日も町を歩いて、1軒1軒「こういう物がありますか、買いませんか？」と聞いて回るの。ほとんどしゃべらない人で説明が上手いはずがないんだけど、なぜか彼女は結構売れる。そのBさんに「まし本君は精神科医になつて欲しいね」とか言われたのよ。そんな

なこんなで精神科に入ったんだけど、担当した患者さんが、なんでか、良くなる人が続いたの。難しい本とかを、ものすごく勉強したのでないのね。

そこで、思いましたね。自分なりに頑張った結果、少しは周囲からほめられて感謝もされる、というのが「HAPPY」なんだなど。

このことは、患者さんにも、「やみくもに頑張つて、人生はうまく行くものじゃないのよ。あまり頑張らなくてもうまく行くものが、それぞれ人にはあるんだ」と言っています。

### 〈精神病院にも勤めたが〉

大学病院から派遣されて、い

くつか精神病院に行きました

が、一カ所では二年間勤めました。女子の閉鎖病棟を任されて、週二回の午前の外来以外はずっと病棟に居ました。ずっと居るのだからたくさん患者さんと話しました。こんな症状の時はこの薬が効く、ということも良く分かります。調子が悪くても、その度に薬を修正して、医者のお腕がずいぶん上がりました。薬

をちよつと変えて、人に喜ばれるのはうれしいものです。

### 〈閉鎖病棟からでも退院できる〉

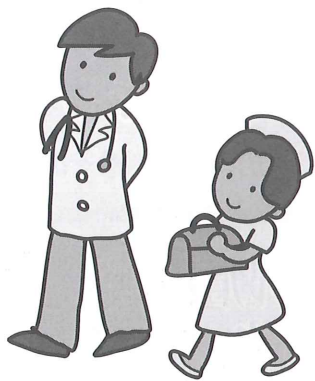
精神病棟の医者は、患者さんから繰り返し「外泊させてくれ、退院させてくれ」と要求されます。これに対しては「なぜ、外泊の許可が出ないと思う?」「どんな条件が揃ったら、退院できると思う?」ということを話し

合いました。毎日病棟へ行くんだから、いい答えが出るまで何回でも話せる。それで、「どんな風に言ったら、母親が安心するか?」「こんなことを頑張ったら、良くなったと思つてもらえる」とか話をして、本人たちにやってみるように勧めまし

た。

沈殿していた閉鎖病棟でも退院者が出たことがあって、「私にもできるかも知れない」という雰囲気は患者さんたちの中に生じたものでした。やっぱり、希望を持つて何かをやるつて大切ですよ。

現在の病院は20年前とは少しは違つて、建物などは広く明るくなつています。でも結局、精神病院は、無理やり長期間入院させるので、好きにはなれませぬ。精神病でも、ほとんどの患者さんは、こじらせないように、頑張るべきないようにして、家で療養することができれば、来月から、そういう話をしたいですね。(ましもと しげき)





わかりやすい  
制度のはなし

障害年金のポイント●その1

今月の  
執筆者

池末美穂子

日本障害者協議会政策委員

## 障害年金の「現況届」が いらなくなった！

いろいろな調査を見ても、精神障がいの方の収入源の一位は障害年金です。まさに「生命線」といえる大切な制度です。しかし、20歳前後に発症することが多い精神障がいの場合、生活も大混乱しているなかで年金の加入・納付の開始時期（20歳）を迎えることとなります。こうした事情も、精神障がいの方に無年金者が多いという結果を生んでいます。

今月号からしばらく、障害年金の大事なポイント（診断書作成での注意点、申請手続きのポイント、本場に「無年金」なのか？など）をとりあげていきます。最初に、すでに年金を受けている方にとって気にかかる

「現況届」が最近どう変わったかを見ていきます。

現況届がいらなくなった  
「お知らせ」

すでに、お気づきの方もおられると思います。年金の「現況届」（ハガキ）が原則としていらなくなりました。

これまで老齢年金や障害年金（拋出制）<sup>注1</sup>を受けている方は誕生月に、また、無拋出制<sup>注2</sup>の障害基礎年金を受けている方は7月に、社会保険庁から「現況届」が送られてきました。各自が「現況届」に必要な事項を書いて提出し、それによって社会保険庁は個々の現況を確認し、その後の年金の支給や停止を決

めてきました。その「現況届」は、もういりませんよという「お知らせ文書」（次頁参照）が、誕生日に届き始めています。昨年の12月生まれの方から順に、1月生まれの方、2月生まれの方というように実施されています。

無拋出制の障害基礎年金を受けている方には、今年の7月に一斉に届くこととなります。

現況届は  
なぜいらないのか？

その理由は、受給者の手続きと事務処理の簡素化、効率化をはかるためだそうです。そのため社会保険庁は「住民基本台帳ネットワークシステム」（住基



ネット）を活用することになりました。住民登録すると世帯ごとに作られている住民基本台帳に記載され、市区町村によって管理されます。

住基ネットとは、市区町村のあいだで住民基本台帳をつなぎ、住民票記載事項（氏名、生年月日、性別、住所）をお互いに確認できるしくみです。その

しくみを社会保険庁も利用し、個人の現況確認が可能になったので、これまでの「現況届」はいらなくなったということです。

（ただし、次のような場合は引き続き「現況届」が必要です。①社会保険庁の管理している基本情報と住基ネットのそれとに違いがある場合、②住基ネットに参加していない市区町村（東京都杉並区、国立市、福島県矢祭町）の方、③外国に住んでいる方など）。

障がいの変化を見る  
「診断書」はこれからも必要

精神障がいのように年金受給後も、障がいが変化する可能性がある場合、多くの方が1〜5

注1の拋出制とは20歳を過ぎ年金保険料を払うようになってから発病（初診）した人をいい、注2の無拋出制とは、20歳前に発病（初診）になった人などをいう。

## お知らせ文書裏面

～ ご注意ください ～

(住基ネットで見況確認が行えない場合)

- 住基ネットを活用した現況確認は、住基ネット上に情報が保存されていることが前提となります。
- したがって、次のような場合には住基ネットを活用した現況確認が行えないため、社会保険業務センターに現況届をご提出いただく必要があります。
  - ① 住基ネットに参加していない市区町村へ転出した場合
  - ② 他の市区町村へ転出したが、転出先の市区町村に転入の手続きをしていない場合
  - ③ 外国に転出した場合

### ① 加給年金額等の対象者がいる方 「生計維持確認届」

- 「生計維持確認届」とは、加給年金額等の対象者がいる方について、引き続き加給年金額等を受けるために、生計維持関係の証明をしていただく届け書です。
- 「生計維持確認届」は毎年1回受給権者の誕生月に社会保険業務センターから送付いたしますので、誕生月の末日までに社会保険業務センターにご提出ください。
- 届け書の内容に記入もれがあったり、提出期限までに届け書をご提出いただけない場合は、**加給年金額等の支払いが一時止まります**のでご注意ください。
- 加給年金額等の対象者となっている配偶者や子の異動がある場合は、別途手続きが必要となりますので、お近くの社会保険事務所まで手続きいただくようお願いいたします。

### ② 障害の程度の確認が必要な方 「障害状態確認届」

- 「障害状態確認届」とは、障害の程度の確認について、医師による診断書の確認が必要な場合にご提出いただく届け書です。
- 「障害状態確認届」は障害の状態に応じて提出する年が異なり、提出が必要な方には誕生月に社会保険業務センターから送付いたしますので、誕生月の末日までに社会保険業務センターにご提出ください。
- 届け書の内容に記入もれがあったり、提出期限までに届け書をご提出いただけない場合は、**年金の支払いが一時止まります**のでご注意ください。

お問い合わせ先 受付時間は、午前8:30～午後5:15(土、日、祝日を除く)



「ねんきんダイヤル」 イイロウゴ  
0570-07-1165

- 「0570」の最初の「0」を省略したり、市外局番を付けて間違い電話になってしまうケースが発生していますので、おかけ間違いにご注意ください。
- 電話がつかない場合は、お近くの社会保険事務所をご利用ください。

社会保険庁ホームページ <http://www.sia.go.jp/>

年に一度、診断書を提出します。これまでその年になると診断書つきの「現況届」が送られてきて、「現況届」の部分は自分で書き込みました。今回、「現況届」がいらなくなったため、それに変わって「障害状態確認届」と書かれた診断書が送られてきます(診断書の様式は今までと同じです)。そのまま医師に作成をお願いし、障害基礎年金の場合は市区町村へ、障害厚生年金の場合は社会保険業務センターへ提出することになります。

次号では、この「障害状態確認届」の診断書を医師に書いてもらうときの注意点をとりあげます。(いけすえ みほこ)

## お知らせ文書表面

平成 年 月 日  
社会保険庁

様

今後、現況届の提出が原則不要となります。

社会保険庁からの大切なお知らせです

社会保険庁では、住民基本台帳ネットワークシステム(住基ネット)を活用して年金受給者の現況確認を行うことになりました。今回、社会保険庁で保有しているあなたの本人確認情報と住基ネットの情報により本人確認を行ったところ、あなたの住民票コードを確認することができました。これにより、毎年、誕生月に提出いただいていた「年金受給権者現況届」(現況届)による現況確認は今後、住基ネットを活用して行われることとなりますので、**現況届の提出が原則不要となります。**

※社会保険庁において、住基ネットを活用した年金受給者の各種の現況確認を行うことは、住民基本台帳法第三十条の七第三項の規定に基づき行うことができるとされています。

※なお、住基ネットで見況確認ができるのは年金受給者ご本人の現況確認のみとなりますので、次の方については別途、社会保険業務センターより送付される届け書をご提出いただくことになります。

- ①加給年金等(注)の対象者がいる方 「生計維持確認届」
  - ②障害の程度の確認が必要な方 「障害状態確認届」
- (注)加給年金等とは、加給年金額、加算額、加給金をいいます。詳しくは、裏面をご覧ください。

必ず裏面もご覧ください。



# みんなねっと 座談会

こんな機関誌を  
めざしています

## 家族の視点でつくる機関誌

——創刊されました『月刊みんなねっと』を、どういう機関誌にしたいかを話してください。



長谷川 この会では、家族の活動を中心

にし、家族主体の団体ということを大切にしていきたいと思っています。機関紙も家族の視点で編集したいと思っています。

——家族の視点というのは重要ですね。

## 希望が持て役立つ内容に

良田 読者が年輩の方が多くので、読みやすさが一番です。し

かも読んでいて楽しくなり、気持ちが出るものになりたいと思いますね。家族のみなさんは、ご自分も希望をもちたいと思っています。ですから希望が

もてる力強さのある内容のものを多くとりあげていきたいですね。身近な生活に役立つことができるだけ具体的にとりあげ、みんなが「読んで、助かった」というものを載せられるといいと思います。

鈴木 やはり、「役に立ったよ」という声が聞きたいですね。家族会の例会で、またはご家族



同士で「これを読むといいよ」と話題になる

誌面にしたいです。

## 家族のニーズを取り上げて

川崎 私は家族の立場で編集に参加しています。家族は高齢の方が多く、やはり読みやすさを重視したいですね。それからみなさん、知識を得たいという要望がありますので、身近な制度をわかりやすく説明して役立つものにしていくことだと思っています。家族もそれぞれに、さまざまな状況があるわけですから、家族のニーズをいねいに取り上げながら、家族に寄りそ



う形で内容を考えた機関誌にしていきたい

考えています。

眞壁 今回、「お元気ですか。家族会」のコーナーを担当させていただきます。私たちが、各地の家族会に出向き、直接、その活動について話を聞いて記事にすることが、他の家族会に「こういうふうにはやればいいのか」と参考になればいいなと思っています。また、この団体の事業計画で家族相談員の研修企画もあります。また、ぜひ実施してほしいです。私も東京・立川の「麦の会」で年三〇回ほど相談を受けていますが、同じ家族という立場で相談でき、悩みをわかちあえる、話すだけで気持ちがか軽くなると思います。そういう活動も紹介できればと思います。

——機関誌をつくっていく上で、大事にしたい、こういう応援がほしい、という要望がありますか。

## 全国の家族がつながる機関誌

高村 人のつながりは大切だと思います。この機関誌を通じて全国の家族の方がつながっていく、そういうものを目指したいです。いろいろな人が関わってネットワークをつくるなかで、



家族の方を中心に、つながり支えるための活動

ができていけばよいかなと思います。

——機関誌をつくっていく上で、大事にしたい、こういう応援がほしい、という要望がありますか。

長谷川 地元の家族会にも聞い

てみましたが、やはり、家族会の会員から、どういう記事を掲載してほしいか、要望を出してもらって載せていくのがよいと思います。

### 読者の声や意見を聞きたい

——読者の方にこの機関誌の評価を聞くということは大事なことです。家族会訪問の時でも、とにかく出かけたら「今度の号はどうでしたか?」「どの頁を楽しみにしていますか?」など、いろいろな意見が聞けると思います。

良田 「意見をください」とみなさんに聞いても、なかなか出てこないこともありますよね。眞壁 確かに、はがきなどに、

意見を書くのはむずかしいです。

良田 でも、家族会の会長さんの集まりに行つて聞くと、「あの記事がよかった」「この記事が助かった」というようなことを言つてもらえますよね。

——投稿で意見をよせてくれる方は大事ですね。また、家族の手記、家族の文章がもつと載せられるとよいでしょうね。書いてもらうのはむずかしいので、聞き取りという形になると思いますが。

### 元気になった話をのせたい

良田 家族の知りたいたいことは、元気になった人、親から離れて自立している人たちのことです

めて自分の生き方をしているという人もいます。また、結婚でも、当事者同士で結婚している方、健常者と結婚している方、様々です。

### 結婚している人たちのことも

川崎 親として結婚ということはずごく頭にあつて、結婚してもらいたいと思つている反面、このままでもよいかなあ、とか複雑な思いをもっています。

眞壁 複雑な思いの人はたくさんいます。以前「立川麦の会」で、調布・クッキングハウスのの方に講演にきていただき、当事者の方のお話をきいてすごくよかったです。はじめから一緒に住むとストレスがたまるので通い



婚みたいにして、だんだんといっしょの時間を増やしていったと聞くと、いろいろな結婚の形があつていいんだなと思いました。

良田 結婚している人がいますよといつても、どこにどうしていらつしやるのか。現実にはその方々の声を集めたいですね。長谷川 全国精神障害者団体連合会は、平成二〇年に埼玉で全国大会を行います。当会もそれを応援できるような団体になればよいと思つています。当事者団体で活動している方は比較的元気なので、当事者が元気に活動するのを見て、家族も元気



ね。自分の子もそうなつてほしいと思つても、そういう事例を知つてほつとする、元気になれるんだ、と思えることが大切ですね。

川崎 どうやっているいろいろな方の意見を汲み取つていくか、みなさんの意見を聞いていくのはむずかしいですね。各地の役員さんに取材してもらつという方法もありますね。

長谷川 家族の取材、当事者の取材、それぞれの頁があつてよいですね。回復した方でも、入院を何回もして就労している人もいるし、働くことはあきら

になつてくれればと思います。良田 希望がないとやっぱりみんな気がめいつてしまいますよね。苦労談ばかりではね。

長谷川 目標をもてるのがよいですね。同じ病でもそのように成功している人がいるんだということを知らせていきたいですね。

川崎 家族会にきて、お先真っ暗で、この子と一緒に死ぬしかないと思つていた人が、他の家族から「よくなるよ」と聞いて、「あ、よくなるんですか」とほつとするお母さんがいるくらい、家族は思いつめてしまつています。希望、光を与えられるような機関誌でありたいと思つています。



## お知らせ & ご案内 コーナー

### ●「4月から自立支援医療の更新手続きはじまる」

平成18年4月より実施された「障害者自立支援法」（全面施行は10月から）の自立支援医療の更新手続きがはじまりました。自立支援医療の有効期間は市町村窓口で申請書を受理した日から一年間ですが、有効期間満了日の三ヶ月前から手続きをおこなうことができます。ただ

る支援も必要です。現状の障害者自立支援法は、希望するサービスが十分受けられない、利用者負担の問題など、多くの課題を持っています。しかし、制度が施行された現在、本人や家族の实体と希望を明らかにし、利用者ニーズに沿った制度に見直していく必要があります。本調査は、このような視点と、精神障害がい者家族会の特徴を生かして実施し、報告書をまとめました。全国的には地域差があると思いますが、今後の家族会活動における運動の参考になる結果も多いと思います。関心がある方は、47都道府県家族会連合会へ報告を配布する予定ですので、ぜひ、ご覧ください。

## NPO法人全国精神保健福祉会連合会 (みんなねっと) 発会式のご案内

精神障がいのある方の家族が家族を支援する団体として立ち上げたばかりの本会では、設立を記念して発会式を開催いたします。発会式の後、新しい家族会のスタートにふさわしい記念講演を予定しています。家族(会)の全国組織として家族(会)支援の原点に立ち戻り、多種多様な多くの方々とネットワークを拡げながら精神障がい者本人とその家族が安心して暮らせる地域社会をめざします。多くの方のご参加をお待ちしています。

- 期 日：平成19年5月10日(木)
- 場 所：主婦会館プラザエフ(東京都千代田区六番町15番地)  
JR四ツ谷駅 麴町口前(徒歩1分)
- プログラム  
9:30～10:00 受付 / 10:00～11:00 式典  
11:10～12:30 リレートーク「これからの家族と家族会」  
12:30～13:30 昼食(※家族会の方々の合唱をお聴きいただけます)  
13:30～15:00 記念講演「精神保健福祉の動向と家族会のこれから—イギリスと日本の比較」演者 伊勢田 堯先生(東京都立多摩総合精神保健福祉センター所長)
- 参加費 昼食あり1500円(事前の予約のみ)・昼食なし500円  
\*詳細は、事務局TEL 03-6907-9211まで、お問い合わせください。

し、行政からは更新時期のお知らせがないため、各医療機関のソーシャルワーカーなど身近にいる方へ相談し、忘れずにおこなうようにしてください。

また、自立支援医療と精神障害者保健福祉手帳を同時に申請する場合に限り、手帳申請用診断書をもって自立支援医療の申請と兼ねることができます。

自立支援医療に限らず、障害者自立支援法への軽減施策は、利用者負担の助成など、各都道府県、あるいは市町村で独自の制度を設けている場合もありますので、お住まいの市町村窓口へお尋ねください。参考/きょうされんHP(<http://www.kyosaren.or.jp/>)

### ●厚生労働省助成事業「平成18年度障害者保健福祉推進事業等事業」調査概要

(社)茨城県精神障害者福祉会連合会が運営主体となり、あらかじめ立ち上げた実行委員会(関東の家族会員・有識者等)を中心に調査を実施しました。本調査は、昨年11月より関東七都県家族会連合会の一五〇〇名の家族会員を対象に、精神障がい者本人や家族のニーズを踏まえた就労支援、地域移行支援のあり方に関する調査となっています。精神障がい者が地域社会の中で自分らしく生活していくためには、精神疾患・障がいの特性を踏まえた福祉サービスの充実ばかりでなく、家族に対す

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●NPO法人  
全国精神保健福祉会連合会

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)。

- 知っておきたい動き●精神保健福祉の大切な情報をお届けします。
- 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親亡きあとの住まい②病気の原因は子育て??③見つけよう、拠点となる活動の場④引きこもりから一歩を踏み出す⑤入院中の本人が「退院したい」と言う場合の家族の対応⑥本人のきょうだいが結婚するときの悩み、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。
- まちの診療所から●(精神科医からのお便り)地域で活躍する診療所の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など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。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。

## 次号の予告

家族のための相談コーナー●親の育て方に原因が、という疑問に答える  
わかりやすい制度のはなし●障害年金の確認届(診断書)を医師に書いてもらうときの注意点/ほか

月刊みんなねっと 創刊号(2007年5月号)

定価 300円

発行日 2007年5月1日

発行者 NPO法人 全国精神保健福祉会連合会

理事長 長谷川 清

〒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

印刷・製本 株式会社シナノ





# 「みんなねっと」は こんな活動をしていきます

## 学習会や相談など家族と 家族会を支援する活動

家族が主催する家族教室や家族会の活性化にむけた支援をおこないます。また、家族からの電話相談を受けると同時に、家族相談を受ける人の技能向上の支援を行ないます。

## 精神障がいについて啓発 ・普及をすすめる活動

本人や家族はもちろん、専門職や市民のための学習・啓発活動（フォーラムやシンポジウムなど）や、精神障がいについて理解をうながす普及活動に取り組みます。

## 医療・福祉制度や施策 をよくするための活動

障がいがあっても地域で安心して暮らせる社会をめざして、医療制度や福祉制度の充実をはかるために、国や行政に働きかけ（請願や陳情、政策提言など）を行ないます。

## 月刊『みんなねっと』を 発行し情報を伝える活動

家族同士、会員同士が交流でき、元気がでる月刊誌『みんなねっと』を発行します。毎月、大切な情報をお届けすると同時に、会員・家族のネットワークを拡げていきます。

月刊

# みんな ねっと

精神障がいのある人の  
家族のための会と機関誌

創刊号

みんな  
ねっと

創刊号



2007年 5月号

特定非営利活動法人  
全国精神保健福祉会連合会

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。



申し込みは、本誌に挟みこんである振替用紙でできます。

- 特定非営利活動法人（NPO法人）全国精神保健福祉会連合会（通称みんなねっと）は、精神に障がいがある人の家族が結成した団体です。
- 精神の病や障がいは、誰の責任でもありません。誰もがなりうる、ごく当たり前の病気です。しかし、そのことを知る人はわずかです。実際、たくさんの人々が精神の病にかかり、生活上の困難を抱えています。
- 私たちが、めざすものは、精神障がいのある人、本人と家族が、自由に、安心してのびのびと暮らせる社会です。私たちは、多くの仲間、関係者と学びあい、支えあい、手をつないで目標の実現に努力します。