

# ✦ 悩める家族と当事者のためのメンタル情報紙 ✦



## No. 107



# 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2F  
 栃木県精神保健福祉会(やしお会)  
 TEL 028(673)8404 FAX 028(673)8441  
 メールアドレス yashio@lime.ocn.ne.jp

## 精神障害者に対する 医療費助成 大きく前進

昨年10月、栃木県議会で採択された「精神障害者への医療費助成の陳情」についての記事が1月14日付け下野新聞の一面と三面のトップに掲載されました。3年に及ぶ活動が実を結び、医療費の助成実施に向けた動きが大きく前進しました。

下野新聞 1878年(明治11年)創刊 2020年(令和2年)1月14日(火曜)

# 身体・知的と同等制度に

# 精神障害の医療助成拡大

## 県内全議会採択 県、市町交え検討

精神障害者への医療費助成の拡大について検討に入った。身体・知的障害者と同等に県の助成制度の対象とするよう求める陳情が、県議会と県内全25市町議会で採択されたことを踏まえた。県は今後、市町を交えた検討会で協議を進めていく。ただ各市町では財政上などの課題もあり、足並みをそろえて実施するには時間もかかりそうだ。

県の現行制度では、65歳未満の重度の身体・知的障害者が対象となっている。内科や外科、歯科などを受診した際、自己負担分を原則、1レセプト(診療報酬明細書)当たり500円とし、残りは県と市町が2分の1ずつ負担。2018年度の県の助成額は約1億3千万円だった。

### 対象範囲など課題

県は13日までに、精神障害者の医療費助成の拡大について検討に入った。身体・知的障害者と同等に県の助成制度の対象とするよう求める陳情が、県議会と県内全25市町議会で採択されたことを踏まえた。県は今後、市町を交えた検討会で協議を進めていく。ただ各市町では財政上などの課題もあり、足並みをそろえて実施するには時間もかかりそうだ。

精神障害者の場合、精神科の通院では助成制度がある。このほか全国では29都道府県が既に身体・知的障害者と同等の助成を精神障害者にも行っており、関東で対象外なのは本県と千葉県のみ。県内精神障害者の家族らでつくる「県精神保

健福祉会(やしお会)は18年9月から、身体・知的障害者と同等の助成を求め、県や市町の各議会に陳情を提出。昨秋までに全ての議会で採択となった。これを受け、県は19年12月、宇都宮や佐野、茂木など県市長会と県町村会の代表7市町と検討会を発足させ、本年度中に本格議論に入る方針。ただ費用負担などの課題もあり、対象となる障害の程度や入院費を含めるかどうかなど、制度設計について十分な協議が必要という。

「ド感を持って対応したい」としている。同課によると、県内の19年の精神障害者保健福祉手帳所持者は約1万3500人で、10年前から2.2倍に増加している。

医療費の助成は、当初、精神障害者保健福祉手帳1級所持者\*に対して実施されます。一日も早く実現することを望みます。

\*令和元年12月31日現在3,265名



# 令和元年度 事業報告

## Ⅰ 県委託事業

### 佐野やしお会主催上映会



講演する大熊監督

県委託研修として、令和元年11月13日(水)にドキュメンタリー映画「精神病院のない社会」上映会及び大熊一夫監督による講演会を佐野市文化会館にて開催しました。当日は、県内家族会の他、群馬県や一般の方も含め82名の参加がありました。

この映画は、日本の精神科病院の在り方を問題視し、監督自ら精神病院にアルコール依存症のふりをして潜入し、精神科の入院患者に対して縛る・閉じ込める・薬漬けにするといった人格無視の自由剥奪行為が行われていた現状を取り上げたものです。大熊監督は、日本の精神保健の致命的欠陥は「精神疾患の人々の収容をビジネスにしてしまった」と表現し、精神病院の必要性も疑問視。世界に目を向け、イタリアのトリエステで行われている地域精神保健サービスに着目した内容となっていました。

上映終了後は映画の補足も含めた大熊監督と観客の皆様との交流となり、症状が悪化した場合の対処、それに関する家族の意見、本人の意見など、様々な意見が交わされました。



映画のポスター

### 県やしお会主催家族相談員養成研修会



講義に耳を傾ける参加者

1月30日(金)、2019年度家族相談員養成研修会が県の精神保健福祉センターにて行われ、会員、賛助会員、精神保健福祉ボランティア併せて34名が参加しました。やしお会として6回目となる今回の研修会は午前の部「講義」、午後の部「事例検討会」のプログラムで行われました。

講義1「家族が知りたい相談支援窓口の名称と概要について」では、とちぎ障害者相談支援専門員協会幹事 大橋進氏が、支援の目的・目標について3つの事例を出して説明。

また、相談支援事業の体系や相談支援専門員との出会い方を資料を用いて説明をされました。

講義2「精神疾患の方へ 訪問看護を利用してみよう」では、訪問看護ステーション WADEWADE の統括マネージャー川上智之氏が「訪問看護って何?」「精神科訪問看護について」「お金の話」「実際の介入例」の4つの事項について説明を行い、3つのケースについて成功例、失敗例を紹介。対応に行き詰まった時今回の講義を思い出して解決の糸口にして欲しいと話されました。

午後からの事例検討会には、それぞれの地区の相談員・家族26名が参加。相談事例の発表毎に意見交換を行い感想や課題等話し合い、今後に繋がる検討会となりました。



事例検討会の様子

## 精神障害者親亡き後の自立プラン

我が子が地域で平穩に暮らせるように将来を見据えた親亡き後の30年  
～住まいと生活資金を推し量ってみませんか。

### (試算表)

注 ○で囲まれた数字は助成・支援されている金額を表し、月額合計は総額で表示しました。 (単位・千円)

年 齢	50 歳	51 歳～親亡き後の30年							展望欄	
住まい	親と同居	自宅独居	賃貸住宅		G・H	生活保護		その他		
			民間	公営		賃貸	自宅			
等 級	2 級	2 級	2 級	2 級	2 級	2 級	3 級	1 級	級	
<b>月額収支内訳</b>										
月額収入	障害年金	65	65	65	65	65	65	0	81	
	一般・福祉就労			25	15	11		60		
	助成金等		⑳	㉑	㉑	㉒			㉓	
	免除金等						49	34		
	扶養共済の年金								20	
	信託の利用								20	
	預貯金				10				10	
	兄弟等の支援				6			3		
<b>月額収入合計</b>		65	86	111	117	94	114	97	158	
月額支出	家賃			40	20	㉔ 33	35		40	
	家の維持管理費		20					20		
	食事代		35	35	35	32	35	35	35	
	水道・ガス代		10	10	10	5	10	10	10	
	電気料		5	5	5	4	5	5	5	
	電話料		② 7	② 7	② 7	② 6	5	5	② 7	
	医療費		② 3	② 3	② 3	② 3	3	1	⑩ 10	
	通院交通費						1	1	① 1	
	福祉サービス費		⑨ 10	⑨ 10	⑨ 10		10	10	⑩ 10	
	健康・介護保険		④ 8	④ 8	④ 8	④ 8	4	4	④ 8	
	車の維持費		④ 13	④ 13	④ 13					
	小遣い	30	10	10	10				24	
	生活用品等		6	6	6	3	6	6	8	
<b>月額支出合計</b>		30	127	147	127	94	114	97	158	
1ヶ月収支差額		35	-41	-36	-10	0	0	0	0	
1ヶ年収支差額		420	-492	-432	-120	0	0	0	0	
<b>年間差額×30年生活資金不足額</b>			-14,760	-12,960	-3,600	0	0	0	0	

\***展望欄**に将来の住まいや生活資金等を記入してみませんか。本人と話し合うなかで日常生活に変化が生じ、親子それぞれの不安が少しでも和らぐと幸いです。(記・さかもと)

## 特定非営利活動法人「みらい」と小山富士見台病院を見学して



2月20日（木）宇都宮市社会福祉協議会の福祉バスを利用して頂き、参加者18名で栃木県最南端野木町にある「みらい」を目指しました。

暖冬のため自然界が早めにめぐってきており、庭の蔭の臺がぼこぼここと黄緑の可愛い芽を出しています。当日も予報どおりの天気で、バスの中は少し汗ばむようでした。

ほぼ予定どおりに到着。施設は、野木駅前通りに面しており、駅から徒歩5分と交通の便が良く、利用者は、電車や自転車、徒歩等で通っているとの事。

またメイン通り沿いということもあり、地域の方も気楽に立ち寄

れる、そのような立地条件でした。

最初に「地域活動支援センターみらい」を見学。家庭的なこじんまりした雰囲気の中で利用者6名ほどが3名の職員と一緒に小さな鶴を折り、吊るし雛のような作品を制作中でした。疲れたらソファに横になる等、個々人に応じて対応しており、利用者が安心して過ごせるような配慮が行き届いた施設と見受けられました。

次に一軒隣の就労継続支援B型「カレーハウス」を見学。メニューを見ると市価の半額程で驚きましたが「ある程度体験的な意味合いがあるので・・・」との説明でした。ここで就労出来るようになるには、少し離れたところにある就労継続支援B型花れい工房で作業活動等を中心に取り組み、週5日休まず通えるようになるのが条件との事。花れい工房の利用者は約15名で30代から40代の男性が多く、カレーハウスで就労する事を目標に頑張っているそうです。やや広めの施設内には作業スペース、喫茶スペース、厨房、ロッカーも設置され、利用者職員とも「みらい」から支給されたお揃いのジーンズ生地のエプロンを着用し、当日は子ども向け雑誌付録の箱詰め作業をしていました。「みらい」では、3か月に一度くらいのペースで面接を行い、一人ひとりの悩みを聞いたり、目標を決める等、個々人の能力（特性）に応じ援助支援しているそう。まさに一人ひとりの「みらい」をめざし日々活動していることを案内の職員さんの話から推察することが出来ました。

昼食は小山市に移動し、就労継続支援B型「カレー&カフェMirai」にて、それぞれが予約していたランチセットを戴きました。数種類あるカレー・サラダ・デザートは全て手作り。味もそれぞれ工夫され、ブレンドコーヒーはお替り自由。約25名近くが利用できるゆったりしたスペースのカフェでは、厨房、接客とも熟練された当事者が落ち着いて仕事をこなしている雰囲気がみられました。機会を見つけてもう一度行ってみたいと思えるお店です。

午後は小山富士見台病院へ。名称に小山となっていますが、下野市にあります。

病院では、まず、デイケアセンターの作業療法室にて職員の方から病院概要の説明を受け、次に敷地内を案内していただきました。最初に案内されたグループホーム2棟（女子棟と男子棟）では世話人が毎日食事の提供等を行っており、障害年金内で生活することが出来るとの事でした。次に案内された診療部門の病床数は197床。個人保護の観点から中は見せられないとの事で、ドアの前で、A病棟（重症患者）B病棟（入院期間数週間から数か月）の説明を受けました。最近改築され天井が高く（一部吹きぬげ）、とても明るい病棟でした。一通り見学を終え作業療法室に戻り、質疑応答の時間を設けていただきました。様々な質問に丁寧な答えをもらい大変参考になりました。



## 事業所紹介 特定非営利活動法人「みらい」

「みらい」は

### あなたの未来 あなたが創る“ひとり立ちへの総合支援”

をスローガンに運営する事業所です。

事務所は野木町に構えていますが、町内だけでなく町外の方も来所されています。利用者は、精神障害や発達障害をお持ちの方が中心で、平均年齢は 30 歳代くらいです。



### 事業内容

#### 相談支援事業所みらい（野木町委託事業）



- ・当事者の方が初めに連絡できる身近な相談窓口となって、生活上の相談や障害福祉サービス全般の相談について、専門の相談員（相談支援専門員）が対応させていただきます。
- ・障害は問わず、ご本人、ご家族、関係者などが利用できます。
- ・例えば…将来の生活を悩んでいる、福祉サービスを利用したい、本人へどう対応したら良いか悩んでいるといった相談があります。

#### 地域活動支援センターみらい(野木町委託事業)



- ・家から出て将来に向けて一步踏み出したいけれども、就労系の事業所で作業をするのは、失敗への不安がある・体力が無い…といった方を対象とした事業所です。
- ・作業はせずに、読書・手芸・描画・話をするなどと過ごす事が出来る場となっています。
- ・生活圏の拡大や自信を高める等を目的に、プログラムも実施しています。

#### 就労継続支援B型 花れい工房・カレーハウス

- ・職場で必要な体力や集中力、マナーやコツを身につけたいという方を対象にした事業所です。日中の居場所として過ごしたいという方も利用されています。
- ・内職作業を中心に取り組み、週 5 日休まず通えるようになった方は、カレーハウスにて厨房作業や清掃、ホール業務に取り組むことができます。



#### 就労継続支援B型 カレー&カフェ Mirai

- 花れい工房、カレーハウスと比較してより一般就労に近い形態になっています。
- 小山市西城南でのカフェ業務や、除草作業、ポスティング業務等に取り組んでいます。



### お問い合わせ

【野木：事務所 / カレーハウス】  
 栃木県下都賀郡野木町大字丸林 371-12  
 ☎ 0280 -57 -2673  
<http://npomirai.or.jp>

【小山：Curry & Café Mirai】  
 栃木県小山市西城南 2-9-18  
 ☎ 0285 -38 -7099

# レッツ! インタビュー

～作業所とともに、生きて～

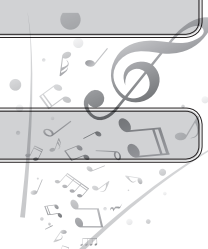
Kサポートセンターに通う、  
なおっちゃん。

**Q** なおっちゃんは、今、55歳とお聞きしましたが、病気になった時は、どんな感じだったのですか？

**A** 40歳くらいのころ、文房具屋に勤めていましたが、今で言う、ブラック企業。働き過ぎて眠れなくなり、それが段々深刻になりました。病院にかかったら、統合失調症と言われて、会社もやめたほうがいいといわれました。

**Q** その時、どう思いましたか？

**A** まさか、自分が、この病気になるなんて、と思い、近所の目が気になりました。

☆少し昔は、写真を撮るのも、お顔は、NGなのは、普通でしたよね。。。 

**Q** 子供の時、学生時代など、どんな性格でしたか？

**A** 人見知り激しく自ら積極的に何かをすることがなくて、一人で遊ぶのが好きでした。趣味のクラシックに出会ったのは、小学校6年の時です。市役所から夜の9時に、ドボルザークが聴こえていて、好きになりました。父親が、オーディオセットを買ってくれたのでラジオからテープに録音していました。

☆今のなおっちゃんの趣味は、小学生のころからだったんですね。

**Q** 今のような、就労移行支援施設（当時で言う作業所）に通ったのは、いつ頃からですか？

**A** 40歳くらいの時から、はじめは、親の支援を受け、一人暮らしを始めました。当時保健所の後ろにプレハブでできた「H作業所」があり、通い出しました。

**Q** 15年間ずっと通ってるのですね。就職とか、考えたこともありましたか？

**A** 30代の時に、ツアーコンダクターの資格を得たので考えました。でも今と違って、就労につながる社会資源やサービスがなかったので、45歳頃就職は諦めざるを得ませんでした。以後ずっと「H作業所」が「Kサポートセンター」になっても通っています。

**Q** 偏見や差別のある時代を乗り越えていらしたんですね。今現在の悩みなどありますか？

**A** 腰の痛みもあり、作業は午前中にあがっています。一人暮らしなので、金銭的に節約儉約をして暮らしていますが、結構大変です。

**Q** これからの、希望、目標なんかは、ありますか？

**A** 今、ラジオで英語を聴くのが面白く、英語の勉強がしたいですね。英文科だったので。



☆当事者会でも、何人が英語の勉強をしたいと言う人がいたので、グループで英語の学習会などできるといいですね。

☆なおっちゃんのクラシックに対する造詣の深さや、なぞかけには舌を巻きます。これからもマイペースに楽しめることをみつけながら、歩んでいけるといいですね。

どうもありがとうございました。

Tea Time・・・ちょっとひと休み



当事者にお聞きしました  
「あなたが相談できる場所は？」

- ・自治体（障がい福祉課等）・・・手続きや相談窓口の紹介
- ・保健師さん（保健所等）・・・相談全般

- 病院（ケースワーカーさん等）
- 訪問看護やヘルパーさん
- 相談支援専門員さん
- 通所している、就労移行、継続施設、地域活動支援センターの職員さん
- 福祉ボランティアさん

- ☆ 現在、相談に乗ってもらうところなくても、このように、多くの専門家がいます。
- ☆ 「ピアの活用」ピアとは自分と同じような精神疾患を経験している仲間のこと。当事者団体もあるので同じ立場、同じ目線で気軽に話すこともできます。ピアと繋がることで、世界も広がります。

どこかと繋がりを持つことによって、安心感を持てたり、社会資源の利用の仕方などを知ることができます。少しの勇気で、心が楽になる経験をしているかたも多いですよ。

「生活習慣病よバイバイ」👋

- ☆ 年とともに、気になる、このお腹。と思った筆者の挑戦!!これが「いい」と言われることを、実践していこうと思います。

- ♥ **脂肪・内臓脂肪** を減らす「メイプルシロップ入りコーヒー or 紅茶」
  - ・ コーヒー、紅茶に含まれるカフェイン、タンニンなどのダイエット成分と、メイプルシロップに含まれるデトックス成分の相乗効果が期待できます。
- ♥ **コレステロール値** を下げる「果物入りヨーグルト」
  - ・ ポリフェノールが豊富な食材（きなこ、ぶどう、いちご、キウイなど）は、コレステロール値を下げるという作用が。ヨーグルトの乳酸菌にもコレステロールの上昇を抑える作用があるので、組み合わせると good。
- ♥ **ツボ押しで、血糖値** の正常化を目指す「てのひらもみ」
  - ・ 手のひらには、細かな血管が集中しており、自律神経が無数にかよっている。手のひらをもむことにより、自律神経を経由して脳に信号が送られると、脳は、各臓器に対して、活発に働くように命令を出します。

やり方

1. 一方の手を握りこぶしにする
  2. 反対側の手のひらに、握りこぶしの第二関節の部分を押当てる。
- ☆ 痛みを感じない程度の強さで、一日5分以上行うといいでしょう。



以上、簡単にできそうな？筆者にも続きそうな？生活習慣病対策の情報でした！  
続くかどうかは、、、？是非ご参考までに!!(次回は、薬の量の計算(CP換算値)についてのお話です。)



## 小竹顧問の急逝を悼む



私たち家族会の大先輩小竹伊作さんが、令和 2 年元旦に逝去されました。ここに長年の功績に感謝し、興野会長の弔辞を掲載いたします。



東武鉄道本社前  
(左から三人目が小竹さん)

### 弔 辞 (一部省略)

この度は、突然の訃報を頂きまして、今でも驚きと悲しみでいっぱいです。先日、福祉法人ブローニュの森の「森まつり」でお会いした時には元気いっぱい、今の調子なら 100 まで大丈夫かもなんて笑ってらっしゃいましたのに。

小竹さんにはやしお会に入会した時から手取り足取り色々教えて頂きましたので、本当に残念に思います。中でも直近で最も思い出に残っているのは、交通運賃の助成制度を求める運動で東武鉄道の本社に交渉に出かけた時のことです。当時、94 歳の小竹さんが一人で東武電車に乗って浅草の本社までお越しになり、現外務大臣の茂木先生の秘書を紹介して下さり、更に交渉の采配を振って頂いた時のことは今でも忘れられません。また県理事会の際には、いつも手作りの美味しい漬物等を持参くださり「和やかに会議が進むように」「良い案が出るように」とご配慮頂いた事はまるで昨日のこのことです。

小竹さんは昭和 38 年に県やしお会が発足し、それを受けて各地区にやしお会が発足した昭和 40 年に他の人に先駆けて足利地区のやしお会の会員となりました。次いで昭和 44 年には県の理事となり、更に昭和 60 年には全家連<sup>\*1</sup>の理事。平成 2 年の精社懇<sup>\*2</sup>発足の原動力となりました。平成 4 年に県やしお会の副会長となり、ハートピア喜連川誘致に尽力、地元では足利市営バス無料化に力を注ぎました。平成 18 年にはブローニュの森の評議員、平成 20 年には県やしお会の顧問となりました。



杵を持つ小竹さんと  
家族会の皆様

尚、平成 5 年には足利市長表彰をかわきりに、平成 8 年県知事表彰、平成 9 年全家連表彰、平成 14 年全国精神保健福祉連盟会長表彰、そして平成 16 年にはついに厚生労働大臣表彰を受けられました。小竹さんの功績は誠に立派で、他に類例のないものであります。私共の誇りであります。

私共、遺されたやしお会会員は、これからも建設的で前進する小竹さんの精神を受け継ぎ、ひたすら前に進むことを誓います。「小竹さん安らかに眠りください。」

令和 2 年 1 月 12 日

栃木県精神保健福祉会 会長 興野 憲史

※ 1. 全国精神障害者家族会連合会 ※ 2. 栃木県議会精神障害者社会復帰促進議員懇話会

### 福祉向上に貢献 団体表彰

令和 2 年 2 月 5 日に足利精神保健福祉会と佐野精神保健福祉会が多年にわたり公衆衛生の向上発展に尽力した功績により栃木県安足健康福祉センターの表彰を受けました。足利会長 塚崎氏と佐野会長 船渡川氏が会を代表して表彰を受けました。

県本部としても県南 2 地区の今後の活動に期待します。



船渡川氏 塚崎氏

編集  
後記

中国に発生した COVID-19 の嵐が世界に吹き荒れており、日本でも東京マラソンの一般参加の人たちが参加できなくなる等、次々に各地のイベントが中止に追い込まれております。当会関連の研修会等もいくつか中止の止むなきに至っております。一日も早い COVID-19 の流行の終息を祈っております。