

月刊 みんなねっと

12
2020



イルミネーションにきもちを重ねて チアキ

特集 みんなねっとに届いた「わたしの想い」



公益社団法人 全国精神保健福祉会連合会

◆原稿をお寄せください◆

みんなねっとでは、下記のテーマで投稿を募集しています。

「へんなお医者さん、困った専門職」

「家族にぜひ読んでもらいたいおススメの本・映画（その理由や本・映画にまつわるエピソードなどもお書きください）」

ご自身の体験や目撃談でも結構です。マンガでの応募も歓迎します。掲載された方には掲載誌と薄謝を進呈します。

下記までお送りください。

〒170-0013 東京都豊島区東池袋 1-46-13 ホリグチビル 602

みんなねっと応募原稿係

FAX：03-3987-5466 / mail：desk@seishinhoken.jp

分量：400字から800字程度

締切：12月15日まで

※応募書類は返却いたしません。採用の可否は掲載をもって発表とします。あらかじめご了承ください。

◆みんなねっとサロン◆

インターネット上で、家族同士が交流できるサイト「みんなねっとサロン」を開設しました。パソコンだけでなく、スマートフォンでも見やすくなっています。

下記にアクセスしてご利用ください。

<https://minnanet-salon.net>



◆メルマガ会員募集中◆

みんなねっとでは、メールマガジンを発行しています（無料）。当会の活動だけでなく、各都道府県連の情報なども随時お知らせします。

賛助会員の方だけでなく、一般の方も「最新情報がほしい!!」という方も、ご登録できます。ご登録方法は、みんなねっとのホームページからをご覧ください。Twitter（ツイッター）やLINE（ライン）での情報提供も行っています。



公式ツイッターはじめました
@minnanet で検索☆



LINE公式アカウント
@minnanet





みんなの🍷 — 読者のページ 2

特集 みんなねっとに届いた「わたしの想い」……6

サポート付き住居の必要性（千葉県・家族）……6

もっと自由でもいいのに（村吉政勝）……7

私と家族会（佐竹清子）……9

一般病棟で表現できる喜び（KANくん）……11

多事彩々 隣家と仲直り（野村忠良） 14

みんなねっと相談室から《第20回》 1億円あれば足りるか 16

子ども・きょうだい・配偶者 家族いろいろ(その8) 弟の中の生きる力 18

リレー連載「リカバリーをめぐる、対話のように」③

当事者であり支援者である2人のピアスタッフ対話 高木 良（対話）ゆま 20

《こうすれば働ける わが社のとりのくみ》(第8回) 栗原市障害者就労支援センター 24

カンタンてめき術(料理編) その3 ボリュームたっぷり「カオマンガイライス」 29

知ることは生きること《連載60回・最終回》

「動物や家族を大事にしつつ、等身大で未来を描くイラストレーター」(後編)

《自らの人生の主人公としての家族の暮らし特集③》（青木聖久） 30

つたえる・つたわる・つながる[連載⑥・最終回] 絶対的に向き合う（青木聖久） 33

ひびたんたん⑨ 神戸いつほ 34

医療費助成制度《2》茨城県連での医療費助成制度の取り組みについて 36

お知らせします みんなねっとの活動 38

学に行ったが、大学生の時、精神病になって、自分の生き方は間違っていたことに気づいた。今は大学を卒業して毎日占いの勉強をして、いつか占い師の仕事をするのが夢です。

詩・その他

◆奈良県 星のおじい様 家族
(70代)

「時を駆ける婆あー爺いー」

あなたがこの病と付き合って何年か
20年？ 25年？
母も父も同じくその暦を重ねてきた
70を超え、気力、体力、記憶力は

劣る

だがそれに逆らい伸びる力が
老いるほどに加速する

昨日はあんなに悲しいことあって
今日はこんな苦しいことあって
明日は楽しいことがあるのに
老いて身震いするほどに知る
時を駆ける力

駆けたくもないのに子を置き去りに
時のレーンを疾走する

アニメ「時をかける少女」を聴く
「婆あー爺いー」に置き換えて聴く
歌にはからずもゴール風景を見る

◆愛媛県 八木宏昌 (50代)

「心の井戸」

誰にも言えない
愚痴や不満や苦悩や寂しさを

吐き出せる

井戸がほしい、
誰にも遠慮なく
叫びを吐き出せて

黙って静かに

清らかな水を湛える

そんな井戸が心になれば
どれほど、心がなごむだろうか
どれほど楽になれるだろうか。

「みんなのわ」への投稿を募集しています

メールでの原稿募集も始めました。
アドレス：desk@seishinhoken.jp
「みんなのわ」への投稿
(300～350字程度)
をお寄せ下さい！

みんなねつとに届いた

《特集》

「わたしの想い」

サポート付き住居の必要性

千葉県 家族（50代）

3月号「みんなねつと」でN

PO法人いずみ会渡辺邦弘様が、新しい住居支援として、グループホームをサポート付き住居に転換しているという記事を読み、求めていたものは、まさにこれだ!!と嬉しくなり、メールさせていただきます。

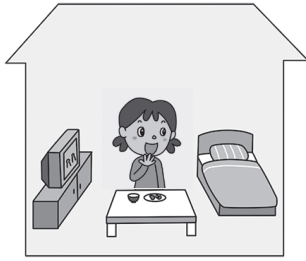
娘は、17歳で統合失調症を

患っていることがわかりましたが、親に対する憤り、恨みつらみで親との同居が大変難しく、グループホームで暮らしたこともありません。

しかし、同居している方の真夜中のノック攻撃がきっかけで不安定となり、相手の方がグループホームの規約を守れないので退去すると決まったものの、転居先がなかなか見つからず、娘が先に退去して一人暮らしをすることとなりました。単身アパー

ト生活では、まったく支援がなくなってしまったので、連続睡眠が難しい娘は、夜間動き回る生活となり、そんなことが引き金となったのでしょうか。ストーリーに狙われることとなり、さらに別のアパートへと移り住むこととなりました。サポートなしの単身生活は娘にとって、ハードルが高く、その後大きな再発を招いてしまいました。

現在は、親と折り合いをつけ実家で楽しく過ごしながら、デイケアに通っておりますが、親なき後のことを考えると、繊細で疲れやすい娘がグループホームで他人と共同生活を送ることは、大変難しいように思います。かといって、借主もしくは保



の状況に
応じて、安
心して生活
できるよう
なサポート
のついた単
身生活に対

証人となる親がいなくなった後
に、障害を持つ無職の娘がアパー
トを借りることができるのか、
また、たとえ借りることができ
たとしても、娘にとって必要な
サポートにうまく結びつくこと
ができるのか案じておりました。

「みんなねっと」3月号でNP
O法人いずみ会が推し進めてい
らっしゃる一人暮らしのサポー
ト付き住居でしたら、どんなに
安心なことでしょうか。入居者

るニーズは、とてつもなく大き
いと思います。

日本全国、さまざまな場所で、
このような形の住居が選択肢の
一つとなりますことを、心より
願っております。

◆現状、サポート付き住居への入
居は難しいかもしれませんが、一
人暮らしを見据えて、お友達や
支援スタッフなどのつながりを広
げて、家族以外に本人が困ったこ
とを相談できる人を少しずつ増や
していけるといいですね。(編集部)

「もっと自由でもいいのに」

村吉政勝

僕は発達障害であり統合失調

症者でもある。

父は他界して母は何処にいる
かもわからない。妹は自立して
いてあまり縁もない。

唯一、僕がよりどころとして
るのが作業所だ。僕の大切な人
達は僕が通っている作業所の人
たちだ。みんな、施設外就労に
出て一生懸命、働いている。

でも、僕には壁があり蚊帳の
外にいるような気持ちで一杯
だ。思い込み？被害妄想？気持
ち悪い、キシヨい、キモい、キ
チガイ、そう言われてるような
気がするのだ。

しかも信じてる人たちに言わ
れてる気がするのだ。そんな事
はないってわかっている。そんな
言うわけがない。

なぜ、蚊帳の外にいる思いか？ ここでは、連絡先を交換できないのだ。友達ではない。仲間であると。そして、親が禁止してると。何だろう。それは？ 極端なことを思いつく。

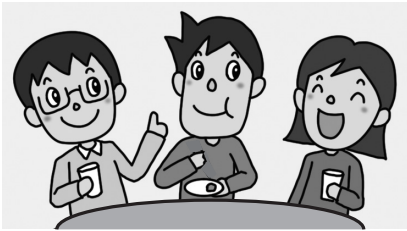
障害者が恋人や友達、家族をつくるのが罪づくりで障害者がまたできるということか？

それは一般的に思うはずだけど、それは障害者の否定であり相模原で起きた障害者を殺傷した事件の犯人と同じじゃないのか？

障害者に主体性はないのか？ スタッフだけでない親は一般常識でものを言ってそれは当然、理解できるが僕は障害当事者だ。それは、自分の意見を主

張するのと抵抗する。

友達や恋人がただ性行為だけじゃないはずだ。それがなくなっても問題ない人はいるはず。仲間？ 嘘じゃないか？ こんな主体性も存在も否定されるような…。ハッキリいつてあなたたちから僕たちは生まれた。あなたたちも障害者になる可能性もある。障害者だけど立派に子



どもを生んで幸せな家庭、家族を築いてる人たちだっっている。何でだ？ 僕の知らないところ

でみんな仲良くしていて僕を除け者にしてるだけか？ 何か言われてるのは本当で受け取った僕が本当じゃないか？

愛されたい、憎しみ、嫌悪感、そういう劣等感で僕は責めたいみたいだ。顔を合わせたらそんなこともないのになあ。

僕自身が壁を作ってるのかも知れない。常識が壁を作ってるかも知れない。でも、そんな差別的な考え何であるのだろう。もっと、自由でもいいのになあ。かよくなりたいなあ。僕はそう言いたいなあ。

◆苦しく孤独な人には人と親しく生きることが何より大切です。親は本人に子どもが生まれても育てられないことを心配します

が、誰にも産む権利はあります。社会のみんなまで支えなければなりません。（編集部）

私と家族会

佐竹清子

私は約四十年余り、地方の精神科の専門病院で看護師として、仕事をしてきました。その間、最初の大きな出来事の一つに昭和四十年の精神衛生法（現在の精神保健福祉法）の改正があり、急きよ自宅監禁廃止となりました。当時精神障がい者で重度の方の多くは、自宅で監禁されていたのです。

したがって、一度に大勢の患者さんが入院されました。準備の余

裕もないままだったので、廊下にベッドを並べて寝てもらいました。まさに病院はパンクしそうになったのです。

長年にわたる内牢での生活は冷暖房などまったくくない、しかも外から施錠され人目を避けて生きてきた方々です。凍傷の後遺症でまったく歩けない方もおられ、また、絶えず意味不明の独語が多く、意思疎通のできない人など、枚挙にいとまがないほど大変でした。

当時を知る家族の方は、現在もおられるわけですが、家族の中に精神科の患者さんがいるということで大変想像もできないほどの苦勞をされたと思います。

昨今のコロナの問題で、周囲か

ら差別や偏見で見られていることは比にならないほどの精神的苦痛を負われたのです。

その後、向精神薬の開発により急速に治療方針が変化し、今日のように良い薬が出回り、安定した治療が行われるようになったと思います。

一方、社会の偏見は治療者にもありました。私は看護学院を卒業後、一般の総合病院に就職してから、精神科の専門病院に移りました。当初、移動先病院では何か問題があつて、精神科にきたのではないかと思われ、病院側は私の前の職場に向いて調査したと、後日、私は聞いています。

今でも同級会の際「どうして精神科に行ったの」と聞かれるこ

とがあります。その際、私は「身体と精神は一体でしょう、分けて考えるのは間違いだと思っし、私は学生の頃から、精神科は興味があり好きなのだ」と答えると相手は納得してくれます。

退職後、地元（山形市）の家族会（こまくさ会）の定例会から「看護師の出席依頼があったので行ってくれないか」と、OBの方から声掛けがありました。そんないきさつで、毎回参加させていだいてはや十余年になりました。ありがたいことに、私を受け入れてくださったのがきっかけで続いています。

例会の席である時、「病院（治療者側）は上から目線だもんね」という声がありました。病院は

「診る」「看る」という役割が主眼になって「何とかしなければならぬ、それが仕事だ」という考えに重点を置きすぎていたのかなと過去を振り返り反省しています。

よく私たちは「患者さんや家族の方の身になって理解しよう」と日々合言葉のように使っていたが治療者側の自己満足で、カラ廻りしていたのだと気づかされました。家族会に参加させていただいてなかつたら、以上の事柄には気付かないで過ごしてしまい終わっていたのかと思うと、申し訳ないのと恥ずかしさでいっぱいです。

「ではどうすれば良かったのだろうか」と自問してみても、最初に思いついたのは、患者さんや家族

の方に心を開いてもらい、近づくことでたえず「何か聞きたいこと（病状や治療方針など）はないですか」と治療者側が声掛けをするようにしていたらもっと違っていたのかもしれないということでした。

よく先輩から「忙しくても忙しくないように振る舞い話しかけやすいようにしなさい」と教えられてきたはずなのに不足していたのだと気づかされました。

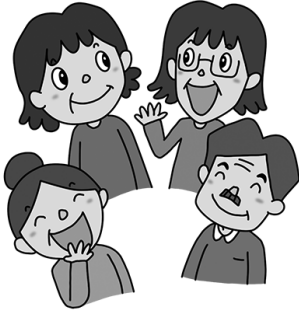
家族会の光景

一、勇気を振り絞って家族会に参加され恥ずかしいのか下を向いて、黙って周囲の方々の話に耳を傾けておられる方にはしばらく会の雰囲気を見てもらい慣れて

きてから話したいことだけ話してもらい、決して無理に聞き出さないように心がけている。「この場は他言無用ですから」とだけ伝えて絶対に強要しないようにしている。

二、2〜3回参加されると安心したのか次第に心を開いてくださって表情も明るくなり自ら少しずつ心の内を話される方が多い。

三、次第に慣れてきて、お互いに悩みを共有しあい、家族同士で電



話番号を交換し合い、友達ができる光景は大変微笑ましい。

四、家族の方々は、病気の話、患者さんとのかわり方など多くの場面で勉強されている。一方、なんとか早く治してやりたいという焦りのある方も多いように思う。

大先輩の家族の方は「焦ってはダメだよ、長い目で見てくださいます。場合によっては持病だと思つてつき合う必要があるよ」と説得される。これは家族の方だから経験に基づいた、しかも説得力のある言葉だと思う。

家族の方にしかわからない苦しみを経験された方々、私にとつては皆先生に見えてくる。大変恥ずかしいことだが、今までの40余年の仕事はなんだったんだろう、

まったく別の視点から病気が見えてきた。もう少しだけ、体の許す限り勉強させていただきたいと思つている。

◆家族会に足を運び、家族にしかわからない苦しみを経験した人たちが先生に見えると言ってくれる治療者側の存在が、今の社会にどれだけ必要か。対立なんか誰も望んでない。ただ寄り添い、一緒に泣き笑いしてくれるだけで救われることもあるんですよね。(編集部)

一般病棟で表現できる喜び

KANくん

奨学金受給者と授業料免除者としての義務のため絶対に大学留年

など許されないという危機感のため、僕の心はもうキウキウに緊張しきっていました。おまけに不得意分野へ進んだため、毎日毎日それは疲れ切る生活でした。

何か人の気に障ることをしでかして指をボキッボキッと鳴らされたり、怖い怖い大学生活でした。そんな中でも一筋の光明はありました。弟と遊ぶ紙のシミュレーションゲーム（ウルトラマンとかです）。定価3800円のそのゲームをプロレス風に改良して最後の一撃（例えば「ゼットンラリアート」「レッドキングサソリ固め」）でとどめを刺す、というふうな僕の好みのタイプに変えて毎日楽しんでいました。それでも、もうくたくたになっ

てしまつて、怖い予知夢も見たので、耐えきれなくなつてとうとう大学を中退しました。

奨学金の使つた分をどう返済しようか、これからどうやって社会人としてお金儲けをしようか、高校を中退した弟のこれからは：難問山積みでした。

高3の時、郵政就職の決定をけつて進学した僕。責任は自分にあるとすべてをしょうい込みました。家で手伝いをしていたころ、突然、男が3人やつてきて、黒い車で僕をどこかへ連行しました。車中で僕は「これから僕の犯した罪を償うところ…：そうだ、刑務所だ、刑務所へ連れて行かれるんだ」と抵抗もせずに諦めました。涙があふれてたまりま

せんでした。そして密室に閉じ込められました。

そこは後で知るのですが「観察室」でした。幻聴のいうことを聞いて床を舌でなめたり、奇行を繰り返していました。

そして注射…：それは本当は精神安定剤だったのですが、罪を犯した僕を処刑する猛毒だと勘違いして、必死で拒否し、暴れまわったのですが、手足を押さえつけられて無理やり打たれました。それ、よく眠れました。そのうち一般病室に出してくれたのですが、8人部屋だったので、人が気になつてよく睡眠がとれないと訴えたので、保護室で寝る生活になりました。昼も夜もずつとうつ伏せになつたり海老になつ



たりして寝るばかり。部屋の隅に水洗トイレがあつてヤルのだが、臭くて臭くて。「看護婦さん」と大きな声で何回も呼んで叫んでやつと流しにきてくれる。

昼間はダイルームへ出てトランプとかして看護人さんが遊んでくれるのですが。閉じこもっている時期が一年以上続いたでしょう。か。ある日ある看護婦さんに「いけません出なさい」と引きずられて……。これがきつ

けで僕は一般病棟に出ることができたのです。あとで考えてみるとこの人のおかげでした。

保護室から出ると、そこはちよつと楽しい、みんな気のいい、いわば楽園だったのです。音楽もラジカセで聞き放題だし、

中庭で催し物がいっぱいあるし、月曜日は「おやつの日」といってお菓子売り場でシヨッピングとというのができるし、絵画教室もあるし、カラオケも自由に歌えるし。知らず知らずのうちに僕の心は柔らかくほどけていつて、じくじく悩まなくなつてもう、快調快調！回復の兆しがいつの間にか見え始めていたのかなあ。

絵画教室の時にいつも文字ばつかり書く僕のために、一

冊の大学ノートと消しゴム付き鉛筆を与えられた。そのことが発端で本当に自由に目覚めたのだ。堅苦しかった学生時代に比べて、「文明開化」と言つていいほど僕はありとあらゆることを書き記した。

不自由だった身から考えると、本当に奔放満帆！えつ、どんなことを書き綴つたかつて？それはまたの機会のお楽しみ！

◆入院する場面の緊迫感とリアルな想いが、描かれた絵のようにハッキリ浮かびあがつて、KAN君の表現力に圧倒されました。医療保護入院に至らざるを得なかった家族に、本人の感じた世界を伝える感銘深い文章だと思えました。（編集部）



隣家と仲直り

夕暮れ時、一本の大きな街路樹のよく茂った枝葉の中に、エサを十分に食べて満ち足りたたくさんのおスズメたちが集まり、寝る前のひとときを、遠くまで響き渡るほどのにぎやかさで夢中でおしゃべりをしている。

ピーチクパーチク、チュンチュンチュン、チュクチュク…。「きょうはおいしい虫をたくさん見つけたよ」「ネコに狙われて危なかったんだ」等々？地域のスズメたちの楽しい社交場。聞いていて本当に心地よい。

話は移るが、我が家の北に接する隣家に老夫婦が住んでいる。本当に仲がよく、奥様の明るい笑い声が、すぐ前の窓からよく聞こえてくる。優しいご主人が何かをボソツと言っていると、よほど滑稽な内容とみえて奥様がたまらず笑い転げる。窓越しに聞こえる幸福そうな会話。ひとり暮らしの筆者にも、お二人はなにかと親切にしてくださる。

しかし、筆者が住むこの家に筆者の父母が二人で住んでいたころには、隣家とはお互いに挨拶もしなかったようである。精神疾患がある母の、長年にわたる無礼な態度が嫌われていたようで、母の葬儀には来ていただけなかった。

その後のお香典返しのように、筆者は隣家にも立ち寄り、母の非礼をていねいにお詫びした。

そして両親亡きあとの家に筆者が移り住んでからは、近隣との良好な関係



を新たに結ぶために、周囲の方々にもきちんとご挨拶をし、町内会の輪番制の役員も引き受けて積極的に責務を果たした。町内の方々にはとても喜ばれ、我が家との関係が一気に正常化された。

するとある時、隣家のご主人が笑顔で訪ねていらして、茂りすぎていた我が家のリンゴの木の剪定をしてくださる、筆者はその間、自分の用事をしていてよいとおっしゃるのである。当時は、筆者は仕事と家族会活動でとても忙しく、庭にまでは気が回らなかった。お言葉に甘えらるとご主人が脚立ききたうに乗り、切り落とした枝まできれいに片づけて下さった。お礼に温かい焼き鳥を買ってきて差し上げたら、たいへん喜ばれた。

それ以来、不思議なことにリンゴの木には毎年、大きな実がなり、両家で分け合って食べるようになった。春には白い花が咲き、夏の間になど大きくなつてゆくリンゴの実を見ながら、ご夫婦と今年の味はどうだろうねと話をするのが心こころ和む日課になっている。

筆者が入院した時にはお見舞いに来てくださり、留守中の郵便物を保管してくださいました。退院後には、手作りのお惣菜をいただいた。ご主人と道で会うと、遠くからでも手を振って挨拶をしてくださいました。

隣家のご夫婦との心温まるお付き合いや、無邪気にさえずるスズメたち、リンゴの木のお蔭で、筆者は今日も地域で幸せに暮らすことができています。

(野村忠良)



《第20回》

1億円あれば足りるか

みんなねっと
相談室から



◆相談内容

「親が当事者である子どもに残す遺産は、1億円もあれば足りるだろうか？」という質問に、相談員である筆者は次のようにお答えしました。

◆相談員の対応

1億円もの遺産があれば、ご本人は一生、金銭の支援を受けずに暮らせるかもしれません。

ただし、いろいろ想定外なトラブルもあり得ます。人から騙し盗られることはないか。貧しい人に同情して、大金を渡してしまうことはないか。高額な品を次々と買い込み、預金が底をついてしまわないか。ギャンブルにのめりこみ、負けが込んで破産ということになりはしない

か等々。

そうならないためには、ご本人の堅実な生活態度と、自分の利益を失わないための賢さが必要です。

もし親が、ご本人にお金の管理能力がないと感じていたら、親の生前に信託銀行に遺産を預け、毎月、本人の口座に一定の生活費を小出しに移してもらいう方法もあります。ただし持ち家の場合には、家屋の修理などの発注とその代金の支払いを誰がおこなうか、などの問題があります。この点では成年後見制度の利用ができませんが、利用する場合には月々の後見人と監督人への報酬として、各自自治体の助成制度の有無により額に違いはあるものの、最大7万円程度が

かかります。

加えて筆者の疑問もお伝えしました。親が人生の終わりにそれだけのお金を残すためには、元気なうちに稼げるだけ稼いで家族みんなが貯蓄に協力しなければなりません。それではまるで、家族の皆さんの生活の目的が、本人にお金を残すためのものになりはしないでしょうか。

それでご本人が報われればよいのですが、社会の経済的な情勢が、10年後、20年後には今とはまったく違う不安定な状態になっているかもしれない。超インフレになっていけば、お金がいくらあっても足りません。国の負債額が1千兆円を超えていることをみても、このまま変わらずに安定した社会が続くと

は限らないでしょう。その時にはせっかくの親の苦労も報われません。

そして多額の遺産を所有することによるいちばんの不利益は、福祉事務所のソーシャルワーカーの支援が得られないことです。この支援は、資産や収入が少なくて生活保護を受給した人が受けられます。お金の使い方や、日々の過ごし方、健康状態の確認などをおこない、なるべく自立の方向に向かえるように、支援がなされます。親がしてきたことのかんりの部分を、公務として全額公費負担で支えてくれます。

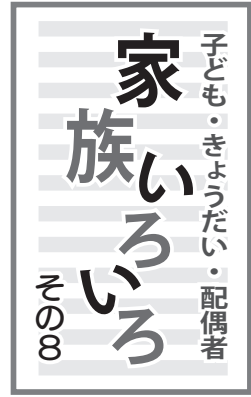
障害によりご本人が働けないのは親の責任ではないので、お金を残すことにこだわらず、足

りないときには恥ずかしがらずに生活保護受給を考えるようにお勧めしました。そのほうが地域で孤立せずに生きてゆけるからです。

◆感想

成年後見制度については、国が責任を持って資産を管理し、ご本人の人権擁護と身上監護を手厚くする制度に改める必要があります。

また、理由があつて収入が得られない人とその家族には、責めたり見下げたりせずに、みんなで支えていくのが当たり前と誰もが思っている社会にできるだけ早くなるように、筆者もできるとしながら生きていきたいと思っています。(野村忠良)



弟の中の生きる力

(きょうだいの立場) 猛者真澄

私の弟は、てんかん性精神障害です。

2017年、父親の癌が発覚し、離れた土地で働いていた弟は、不安で仕方ない様子でした。今思えばすでに本人の具合は悪かったのだと思います。

そんな中、帰省した弟に活発な精神症状が出現しました。

当初は妄想から、そして、音楽が聞こえる、と言いました。重い統合失調症と診断され、薬の

効果もみられず、会話がとにかく通じず、私もですが、両親は辛かったことと思います。本人はそれ以上に苦しんだと思います。

私はこの状況をどうすれば打破できるのか、毎日頭をフルで回転させていました。必ず何か弟を助ける手立てがあるはず。表面は病におかされても、彼の奥底には絶対に今までどおりの弟がいるに違いない。

その弟は今どんな気持ちなのか。これからをどうすれば良いかわからなくなり、不安のどん底にいるだろうと思いました。それは誰にもわからない、本人

だけの大きな不安だと予想しました。

そこから抜け出すためには、まずは治療、それから本人の自信の回復だと思いました。

弟は会社で働き、大人の男としての自信もあったことでしよう。しかし、別の方法でも同じ自信を取り戻す方法はあるに違いない。どんな生き方でも、輝ける方法があるに違いない。私はそう考えるようになりました。

転院し、原因はてんかんにあることを知りました。強い幻聴を抱えながらも輝けるヒントは、昔弟がやっていた芸術活動にある、と感じはじめ、私は仕事を増やし、弟の活動を支える資金を作りながら、絵を描くように



猛者さん(左)と弟さん

弟さんの絵画は、下記のホームページでご覧いただけます。

<http://takuya-shimosaka.jp/>

強く勧めるようになりました。

初めは拒否だったようですが、ある日小さなキャンバスにたくさんの絵を描きはじめました。作品がたまり、SNSにアップするようになりました。

この勢いを落とさたくなく、さらに作品を制作し、個展を開

きました。またさらに、公募に

挑戦し、賞をいただけるようになったのです。

ライン家族会の方々、ライングループすきゾ！の方々、訪問看護の方々、精神科医の方々、また、以前の友人たちも、彼の作品を見にきてくれました。彼の

まわりに様々な人が増えました。

弟はいまも、幻聴に死ねと命令されながら毎日を生きています。しかし、その幻聴をいかしながら、「幻聴アート」として作品を作っています。

幻聴と向き合い、そのギリギリのところから生み出される作品は、パワフルで生きる力に満ちています。

私は弟から感動をもらっており、彼を助けると言いつつ、実は自分が助けられていると感じています。

絶対に生きていきたい、と、心の奥底の弟は叫んでいると思います。

これからも、共に歩むことを続けていくつもりです。

当事者であり支援者である 2人のピアスタッフ対話

——先輩・新米それぞれの風景——

高木 良（対話） ゆ ま

《対話者のプロフィール》

【先輩】 高木良…レジネス（就労継続支援B型・NPO法人レジスト）支援員・ピアスタッフ5年目。社会不安障害当事者。大学卒業後、長期の引きこもり生活を経て、2014年利用者としてレジネスに通所し開始した。約1年半の通所中に、ピアスタッフに誘われ2014年レジネスで雇用された。主な業務は、コーヒー作業補助や相談業務などを担当。

【新米】 ゆま（女性・仮名）…レジネス（同上）支援員・ピアスタッフ1年目。境界性パーソナリティ障害当事者。〇し退職後、入院を繰り返し、日中活動先として2016年にレジネス通所を開始した。

以後入院せず、5年間の通所に企業的一般事務職へ就職したが、1年後ピアスタッフに誘われ、レジネスで雇用された。作業所とグループホームの支援員を兼任、コーヒー作業や生活相談などの業務を担当。

【レジネス紹介】 精神障がい者が働く福祉就労作業所。主な仕事はコーヒー焙煎販売（神奈川県川崎市）

対話のまえに

障がい当事者であり支援者として働く、いわゆるピアスタッフ、かつ同じ職場で働く先輩・新米という立場で「リカバリー」のそれぞれの思い・葛藤などの

対話したものです。作業所で焙煎したてのコーヒーを片手に…。

リカバリーとつづき

ゆま 私は資格も腕も何もないですが、病気になった当初、薬を飲まない、病院にいかないことが回復と違って。でも通所

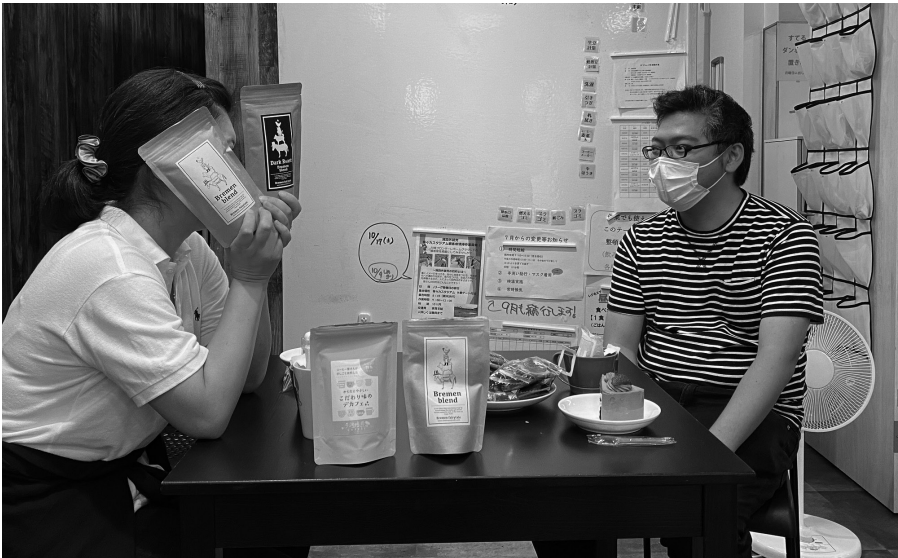
や仕事でレジネスマンバー（以下、利用者）と話してて、リカバリーは一生続くものだと思い直しています。この原稿依頼がきたからでなく、ちょうど考えてました（笑）。

高木 リカバリー、直訳は「回復」。僕は「回復」という言葉がしっくりこないな。どの時点に戻るのが回復なのか、と思って。生きづらさ、障がい、服薬

などを含めて、どこかに戻ったら、自分じゃない感じ。病気とつきあいつつ生涯やっていき、未知の発見と対策を突き詰めて生きていきたいです。怖さもありますけど（笑）。

ゆま 「回復」って日本語、ダメになったものを元に戻す、という感じがあるからですね。「回復」を「進化」という言葉に言い換えるとしっくりきます。わたしは進化途中で、まだ2足歩行になったばかりですが（笑）。

高木 わかる！ 病気



高木さん(右)とゆまさん

になったからには、病気の自分
にしかできないことや、出会っ
た人を大事にしたい。病気を悪く
なったら困りますけど（笑）。

ゆま この職場はミーティン
グ（対話）を大切にしてくれて
（コーヒー作業前後やグループ
ホームでは週1回居室訪問して
ミーティングをする）、5年間
の通所者時代も含め、今もミー
ティングで対話を積み重ねるこ
とで、話をしてくれる人の生き
づらさが肌でわかる感覚になっ
てきたかなと思います。それが
私自身のリカバリーにも繋がっ
てますね。自分の苦勞を見る
のって辛いですが、でも、まわり
の人の苦勞を聞きながら、話し
ながら自分が見えるので、語る

こと、話すことって大事だとなっ
て思います。このミーティング
を最初は何でするのと思ってま
したけど（笑）。

ピアスタッフが支援を 通じて得るリカバリー

ゆま 一般事務職時代、リカバ
リーなんて考えなかった。福祉
職は人の苦勞を聞く機会が多い
ですね。苦勞話を聞くと、自分
の辛かったことを思い出す、そ
うすると、最終的に、自分の苦
勞に焦点があつて、話をしてく
れる利用者さんも、ピアスタッ
フである私も、お互いリカバ
リーを感じている、そんな仕事
かなと思います。

高木 言葉のキャッチボールで

すかね。利用者時代はボールを
投げる、自分の話を聞いてもら
うだけだったけど、ピアスタッ
フは、キャッチして工夫して投
げないと。投げるのと投げ返す
の二刀流で、仕事を通じて両方
の気持ちを考えるようになりま
した。今思うのは、投げるだけ、
話すだけって結構疲れるなと思
います（笑）。ちゃんと受け取っ
てほしい、と思いますから。受
け取ってもらえなかったとき残
念で（笑）両方わかると対話ス
キルがついて、リカバリーに繋
がりますね。

ゆま 当事者であり支援する立
場だと、何をやってもリカバ
リーになると思います（笑）。

高木 それわかります！

～月利みなねとこま～

テーマ「リカバリーをめぐる対話のように」

高木ユキ子 (1年) 月目
ゆまみん子 (1年) 月目

① なまえ
② 気分・体調
③ 最近の苦勞

法人から声がかか？ スタッフは存否
「コヒーを勧めたい！」
「X-PAN (利用者) と売れるよこばと共有する」
「自分できることをがちで消化を早くするのが目標！」
「(病気) 引きこもり(うつ病) (診断) 社会不適合」

入院中、退院後、1人で生活し、日中活動 = B型(作業所) 退院後、通所は出来た (診断) 強迫性障害

境界性パーソナリティ障害 (人格障害)

作業所とグループホーム(所属) (まず) は利用者に関わり (資格、経験はなし)

仕事内容
・利用者の相談
・販売
・就業へ引きこもり
・作業所業務全般

ゆま：利用者さんの横に自分を置いて接している感覚というか、自分だったらどうしてほしい、どの言葉がうれしい、とか考えながら接すると、俯瞰ふかんできて自分に起こってる苦勞やぐるぐる感もちよつと冷静に見られたり。それは自分が当事者でないとできないなと思います。泥の中にいましたから(笑)。

最後に

ゆま 高木さんは先輩だなと。私はまだ話を聞いたり、自分の苦勞をみんなに聞いてもらっていることの方が多い。尊敬する高木さんに近づきたいので、自分のリカバリーだと思ってやっていきます。

高木 でも、ゆまさんが利用者に「わかる、わたしも同じよ！」な○○な経験ありましたよ！と自分の苦勞を話しているとき、みんなすごい興味深そうに聞いてて、心つかんだなーと思ってます。勉強になります(笑)。

【執筆者】 斉藤剛・レジネス(就労継続支援B型・NPO法人レジスト)代表・ソーシャルワーカー

こうすれば働ける



わが社のとりのくみ

第8回

NPO法人栗原市障害者 就労支援センター(宮城県)

(通称：NPOステップアップ)

理事長 大場俊孝さん

(株式会社大場製作所代表取締役)

副理事長 千葉節朗さん

(若清テクノ株式会社代表取締役)

宮城県栗原市にあるNPOステップアップは、全国初の企業経営者グループが設立・運営している就労移行支援事業所です。

職親から地域就労支援ネットワークの立ち上げ

大場 1991年、先代社長(父)の死去により、精神科病院の看

護師を辞めて後を継ぎました。大場製作所では、以前から職親として精神障害者の社会適応訓練の場を提供し、訓練後の雇用も積極的に行っていたので、それも引継ぎました。

その後、1996年から2012年は宮城県精神保健職親会の会長、2003年から8年間、NPO法人全国精神障害者就労

支援事業所連合会(現・全国精神保健職親会)の理事長を務めたことから、県や国から障害者就労に関わる委員やアドバイザーを頼まれるようになりました。

2002年、国の事業の企画委員として仙台で開催したセミナーのテーマが、「全国各地に就労促進のためのネットワークを構築しよう」でした。地元関係者も多く参加していたので、栗原にも就労支援ネットワークを構築しようということで意見が一致し、2003年に栗原管内精神障害者就労支援ネットワーク(保健所、10町村の保健師、ハローワーク、職親、支援機関)が発足しました。

現在、就労支援ネットワークは、

栗原地域自立支援協議会の就労部会として活動を続けています。

企業経営者の就労移行支援事業

2005年、10町村が合併して栗原市になりました。栗原市は宮城県北部の山間地にあり、面積は県内最大ですが、人口減少が著しく、地域に精神科病院のない社会資源が乏しいエリアです。2006年の障害者自立支援法施行にあたり市の担当者と意見交換をするうちに、「就労を専門に支援する機関を設置すべき」という流れになりました。

雇用を頼んでもなかなかうまくいかない、という声をたくさん聞いていたので、企業集団で運営し、

企業人から企業へ依頼したほうがうまくいくと考えていました。

それに、実際の企業の中で実習する機会を増やせば絶対に就労の効果は出る！市内の倫理法人会の副会長をやっていたこともあり、集まりの時に「みんな地域貢献しよう！障害者に働く場を提供しよう！」と自分の思いを話したら、一人の反対もなく、即やるう！となりました。

2007年にNPOステップアップを立ち上げ、参加企業は、産業廃棄物処理、運送、農業、パン・ケーキ、納豆、ガラスなど業種は様々で、当初の15社か

ら現在は23社（同業、建設業は対象外）に増えました。

NPOステップアップの就労支援

就労移行支援事業から始まった活動は、就労継続支援B型、障害者就業・生活支援センター（あしすと）、市の委託事業などに広がりました。ステップアップの就労支援の基本姿勢は、①企業内での就労訓練を強化する、②企業と市の保健師や関係機関が連携して「個別支援会議」を実施する、③官民が協働して「顔の見えるネットワーク」を作る、です。現在、就労移行支援を行っているのは9名で、保健師がすべてのケースに関わってくれています。

これらの活動の成果として、ステップアップの事業開始から現在までに70名以上が就職しています。また、栗原市を含む築館ハローワーク管内の民間企業における障害者実雇用率は、2007年の1・63から2019年度2・30へと上昇し、法定雇用率2・2%、全国および宮城県の平均2・11を超えています。

現在も企業や農業分野からのたくさんの方の求人がありますが、全てに対応できかねています。

企業経営者から見る就労支援

●株式会社大場製作所

大場 我が社は、自動車用組電線加工、通信機器加工などを

行っています。現在、正社員30名のうち障害のある人は5名（統合失調症2名、うつ病1名、知的障害2名）です。訓練生は3名で、常時受け入れています。

精神障害のある人は社会経験のないことが多いので、短時間から、ある程度時間をかけて自信をもたせ、安定して働ける力をも身に付けてから雇用したほうが、職場定着がいい。調子を崩しても、職場の十分な相談と支援関係の支えがあれば短期間で調子は戻ります。

また、訓練中から手当てを支給し、雇用にチャレンジできるように約束して就労意欲を高めています。また、管理者には、障害のある人への支援を義務付け、周

囲には障害特性を伝えて、本人に自信を持たせるようやさしく指導して、話しています。障害者雇用は社員教育にもなります。

●若清テクノ株式会社

千葉 私の会社では、一般・粗大ごみ・産業廃棄物の処理からビル総合管理、警備などの事業を行っています。障害者雇用は4数年前、町のごみ収集が民間委託になったときからです。

精神障害の特性は知っていましたが、関連する制度はNPOに参加するまで知りませんでした。精神障害のある社員は、今年、5か月の訓練を経て入社した1名（発達障害）で、ゴミ収集車の助手をしています。彼は、

今年の栗原市就労支援セミナーで、市民や企業の人を前に、働く喜びについて堂々と発表してくれました。

その他、現在3名の研修生を受け入れています。研修期間中は、1時間何個というようなノルマはありません。4時間から始めて、1時間ずつ時間を増や

していけばいいと思っ
ています。採用後は当社の給与規定に基づいて支給しています。

みんな始めは緊張して
いますが、働く笑顔が増えて、顔つきや行動が変わってき
ますね。周りの社員には「何かあつて当たり前だから、教
えてあげるのがあなたの仕事だよ」と言っ

いますが、みんな何の抵抗もなく、自然にその場に入
って協力しています。

仕事をして収入を得ることで、家族を養うなどの自分の夢を現実
にすることが出来ます。今後は、自立して生活できるよ
うになっていって欲しいと思います。

これからのステップアップ

大場 NPOの立ち上げから15年、就労連絡会(大きなネットワーク)と個別支援会議(小さなネットワーク)の二つがうまく機能していると思います。今後は、支援機関のルールにのっけない発達障害の人の支援にも取り組んでいければと考えています。

(取材・編集委員 菅原かほる)



大場さん(右)、千葉さん

食いしん坊万歳！ ボリュームたっぷり 「カオマンガイライス」の作り方(二人分)

【材料】

◆チキンライス

- ・ お米 2合
- ・ 鶏もも肉 2枚
- ・ 鶏ガラスープの素 小さじ2杯
- ・ しょうがのみじん切り ひとかけら分
- ・ ニンニクのみじん切り ひとかけら分
- ・ 長ネギ(青い部分、臭み消し用)10cmくらい

◆タレ

- ・ 長ネギ(白い部分)10cmくらい みじん切り
- ・ しょうゆ 大さじ2杯
- ・ 酢 小さじ4杯
- ・ 砂糖 小さじ2杯
- ・ ごま油 小さじ2杯
- ・ お好みでラー油



イラストは高校生の娘が描いてくれました♪

【作り方】

1. 炊飯器に、研いだお米と2合分のお水を入れて、鶏ガラスープの素、しょうがのみじん切り、ニンニクのみじん切り、長ネギ(青い部分)を入れる
2. 1の上に鶏もも肉を平らに広げて載せる
3. 炊飯器のボタンを押す
4. ライスが炊き上がるまでの間に、ボウルにタレの材料を全部入れてよく混ぜる
5. ライスが炊けたら、臭み消し用の長ネギ(青い部分)を取り除く
6. 鶏もも肉を食べやすい大きさにスライスして、ライスの上に載せタレをかけてできあがり♪

(橋口亜希子)



カンタンてぬき術 (料理編)

■編集委員とっておきの「簡単・手抜き料理」を伝授します

発達障害のある我が子の子育てがうまくいかない原因は、自分にとずっと思っていた昔の私。

せめて料理くらいは、世間が理想とする母親らしく手の込んだものを作らなければ、母親と名乗ることができないように感じて、必死で頑張っていました。

でもある時、子育てに加えて完璧な家事を求めるあまり疲れ切っている私に旦那さんが一言。

「おかずは一品あるだけでも十分なんだよ」

そして、我が子の偏食に悩んでいる私に主治医の先生も一言。「食育で大切なのは何を食べるかではなく、楽しく平和に食べることです」

それ以来、肩の荷が下りた私は、楽しく平和に食べるために手を抜く技を磨き続けてきました（笑）。

今回はその中の一品、家族にも大好評な「カオマンガイライス」をご紹介します。

市販のわかめスープを添えればバランスも見栄えも、そして手抜きもバッチリですよ♪

知る(こと)とは生きること

最終回

「動物や家族を大事にしつつ、等身大で未来を描くイラストレーター」(後編)
(自らの人生の主人公としての家族の暮らし特集③)

日本福祉大学
みんなねっと理事 青木聖久

(中編からの続き)

母親は思い出しては喜んでいる

お母さんは動本さんに対して時折、動本さんが小学生の時、同級生の母親から、『いつも娘がいじめられるのを守ってくれてありがとう。一緒に帰ってくれてありがとう』とお礼を言われた、と思い出しては喜んでい「る」、と話すそうです。きっと、このことは、お父さんとも何度も共有してきたことでしょう。

それから、約30年後、動本さんは高次脳機能障がいがある人の家族になったのです。そして、現状を受け入れることに、のたうち回りながらも、家族会や普及啓発活動をしています。

決して出会うことがなかったはずの人たち

動本さんは、高次脳機能障がいに無理解な社会に対して、憤りを感じつつも、光二さんと

日々の暮らしを営んでいます。そこでは、かすかな変化に一喜一憂し、また、光二さんを雇用する会社や支援者や仲間に感謝をしながら。

動本さんのまわりには、光二さんが倒れなければ、決して出会うことがなかったはずの人たちがいっぱい。それらの人たちと、動本さんは喜怒哀楽を繰り返しながら、濃密な時間を過ごしてきたのです。視点を変えれば、この約15年間、苦しい状況にいたからこそ、本物のやさしさや強さとは何かを、感じ取ることができたのではないのでしょうか。

応援したくなる娘夫婦

そんな動本さんのことを、お父

さんはずっと見守ってきました。というか、突如大変な状況におかれながらも、ひたむきに生きている娘の姿を格好いいと思い、応援してきたのだと思います。

仮に、光二さんが、順調に会社を大きくするために、仕事に傾倒し続け、また、動本さんもまた、イラストレーターとして、自身の道を走り続けていたとすれば、人間味にあふれ、応援したくなる娘夫婦の姿がそこにあっただろうかはわかりません。

なのできつと、お父さんは、社会に目を向けつつも、自分の家族を大切に動く本さんのことを誇らしげに想い、息を引き取られたのではないでしょう。か…。

自らの人生の主人公としての家族

さて、これまで私は今号を含めて、5年間、計60回「知ること」は生きること」の連載（途中、何回か仲間にも執筆していただきながら）をしてきました。とりわけ、2017年10月号からは、「自らの人生の主人公としての家族の暮らし特集」として、同年の11月号から、精神障がいがある人の家族30人の人生を追体験する貴重な機会を得ることができたのです。

振り返りますと、自らの人生の主人公としての家族には、共通する部分がありました。それは、今を生きている家族の周囲には、常に、多くの人たちが集まっていた、ということでした。

だし、人が集まるには2つのタイプがあります。前者は、その人の肩書や財産等の外的部分に対して集まる人たち。一方で後者は、その人の人間性という内的部分に対して集まる人たち。

飾りを身にまとわなくとも

言うまでもなく、登場いただいた30人の方々には、後者の理由から、多くの人たちが取り囲んでいました。かたや、前者の外的部分でつながる関係は、その人そのものではなく、その人が身にまとっている飾りに興味をもってのことから、それがなくなれば、離れていってしまいます。

ゆえに、一度きりの人生において大切なことは、飾りを身にまと

わなくとも人が近寄ってくれるように、いかに人間性を磨くか、ということではないでしょうか。

醸し出される笑顔

とはいえ、暮らしにおいて、不便がないことを誰しも望みます。なぜなら、そのことによつて、ストレスが少なくなるからです。

でも、人が描いている究極的な未来像は、不便のない暮らしでも、ストレスが生じない状態でもありません。それは、涙が枯れるほど泣いたとしても、その先に体感できる、他者を愛おしみ、自らを大切にしようと思えた時に、自然と醸し出される笑顔でいられる状態ではないでしょうか。

そのような境地にたどり着くた

めに、私たちは社会のなかで、日々暮らしているのだと思います。

人生最期の日の振り返りに向けて

私は、誌面で紹介をした30人の方々をはじめ、これまで多くの家族の人たちと交流を続ける中で、前述のようなことを感じているのです。さらにいうならば、人生の最期の瞬間において、私たちは、我が人生をどのように振り返るのでしょうか。きつとその時は、他者と比べるわけでもなく、社会を恨むわけでもなく、自身がこれまで遭遇してきた事柄に対して、どれだけ誠実に向き合い、正直に生きてきただろうか、と。その際、以下の①～⑤のことを振り返ることができたら、本当に素敵です。

① どれだけ多く、うれし涙を流す

ことができたのか、

② どれだけ深く、うれし涙を流す

ことができたのか、

③ 他者とのかわりから、笑顔になることができたのか、

なることができたのか、

④ 他者に対して、笑顔になつてい

ただくことができたのか、

⑤ そして、どれだけ多く、どれだけ

け深く、他者と共に笑顔でいる

ことができたのか、

若輩者の私は、まだまだ人生の修行中。そんな私は、人生最期の日、これらのことを振り返るため、今、自らの人生の主人公を演じ続けているのです。

5年間にわたり、誌面を通して、皆さんと出会えたことに対して、心より感謝申し上げます。

最終回 「絶対的に向き合う」

青木 聖久

他者に何らかのことを「つたえる」にあたって、王道はないかもしれません。とはいいえ、創意と工夫はあり、これまでの連載①〜⑭で伝えてきたとおりです。一方で、逆に「これは、してはいけない」ということは、私自身すぐに思い浮かびます。それは、相対的に、誰かと比べない、ということ。私たちは、子どもの頃から、そして大人になった今も、誰かと比較されたたん、話を聞くことが嫌になります。

では、どうすればいいのか。それは、絶対的に向き合う、ということ。「絶対的に」とは、目の前の人を、人生の主人公にすえ、その人が現におかれている状況のなかで、いかに生きるか、に目を向けることだといえます。



次に「向き合う」は、他の誰でもない私が、世間の目を気にしたり、自身の価値観等に支配されることなく、目の前の人を今を見つめ、そして、未来を想像し、本気で人生の応援者になる、ということなのです。

これらのことを意識すれば、自身の思いは相手に伝わります。とはいいえ、人は、あまりにも自身の状況が混沌こんどんとしていたら、他者の言葉を受け入れられない時もあるでしょう。その結果、心ない言葉を返してしまうことさえあります。

そのような時は苦しいでしょうが、相手の気持ちこころを慮り、待つことも大切。向き合うとは、自身の想いを本気で伝える一方で、相手が吐露した背景や歴史を受け止め、時間をおくことをも含めた、つよさとやさしさの両面を備えた営みだと思えます。

そして、このような他者へのかかわりを続けられ、間違いなく、自分自身の人間性が磨みがかれるのです。結局のところ、すべてのことは、まわりまわって、自分に戻ってきます。まさに、つたえる・つたわる・つながる…。

ひびたんたん⑨

こうど
神戸いつほ





医療費助成制度―問題の所在
とこれまでの取り組み

茨城県連での医療費助成制度 の取り組みについて《2》

(茨城県精神保健福祉会連合会) 長瀬紀一郎

『この病を受けたる不幸の他に、この国に生まれたる不幸を重ねるものというべし』とは、呉秀三の言葉である。

茨城県の障害年金受給率は2010から3年連続して全国ワースト2であり、まさにわが県に生まれたる不幸である。

医療費助成制度運動を始める前の準備

2016年5月、県連の理事会で「医療費助成制度(マル福)」の勉強会実施を決定するが、「聞

き置く」「勉強する」程度と思っていた雰囲気もあった。

7月に研修会を実施したところ、受講後の反応は驚きと期待の声だった。会員の正しい理解と静かな怒りが運動のエネルギーだと確信した。

奈良県連の報告書を読み込み、活動量に圧倒されたが、これを参考に活動すれば茨城県も「マル福」が達成できると確信した。

マル福プロジェクト立ち上げと家族会での勉強会

2016年8月〜2017年6月 県連内にマル福プロジェクトを発足し8回の会議で方向付けする。

行政・議会への折衝時の力にするべく、早い時期に茨城県精

神科病院協会会長から運動の趣旨の賛同を得た。

地域家族会での「マル福」の勉強会を通しての理解には時間がかかった。

推進4団体の結成と全員参加の運動

2017年7月、当事者会・PSW協会・茨城県精神障害者支援事業者協会と茨城県連により4団体推進会議を立ち上げ、2018年4月までに10回開催した。知事との面会や議会関係など対外的には県連と共に当事者会代表が主体的に動いた。

行政への対応

県・厚生総務課へ県内44市町村別・年度別の「マル福」適用者数の提出を依頼したが県も当

初は把握していなかった。これを機に行政側が我々と共に勉強への機運が高まる。

一部の地域家族会の熱心な活動を通じて、当該市役所から県への「マル福」の要望書を提出し、県の回答から断片的に県の情報が入手できた。

早い時期に県・厚生総務課から44市町村の年金関係担当部門へ「マル福の実施は県の方針を市町村は踏襲する」との説明があり、我々の運動量は大きく軽減できた。

すべての地域家族会の定期総会で地元行政の責任者へ「マル福」の必要性を説明した。

報道機関との付き合い

2017年12月中旬、地元新

聞（茨城新聞）記者へ精神障害者向け社会資源（地域活動支援センター・グループホーム・就労継続支援事業B型・その他）の見学と「マル福」の必要性についての資料提供と詳細説明を行った。

12月27日、茨城新聞朝刊1面トップで「精神障害のマル福拡大を！」が掲載された。

自民党政調会での「マル福」勉強会にも記者に同席してもらった。

議会・各会派への対応

当時の茨城県議会で75%を占める最大会派の自民党政調会で「マル福」勉強会を2回実施（各回に40名程度参加）し、アンケート集計含む参考資料100部を

配布した。

特別支援策（障害者手帳2級保
持者）への対応の実現に向けて

議会で「手帳1級はマル福（入院および全科通院の無料化）を適用し、手帳2級は新たに特別支援策を適用する」との請願が採択された。

これに従って、手帳1級は、2019年4月から新たに約1000名がマル福の適用を受け、県では費用等の実績を中心に検証が続いている。

一方、手帳2級の特別支援策（全科通院費の無料化）の実施はコロナ対応等で進展が遅れていたが、手帳1級の実績検証も含めて関係部門との話し合いを進めたいと思う。

お知らせします みんなねっとの活動

■第95回～100回労働政策審議会障害者雇用分科会の報告

2020年2月14日の第95回分科会は集まって話し合えましたが、96回以降は新型コロナウイルスのため、持ち回り会議（集まらず書面で意見を出す）や、オンライン会議等で行われました。この間大きく話し合いが進展したことが2つあります。

一つめは、「民間の障害者雇用率を2・2%から2・3%に令和3年3月1日より引き上げる」とことが決まりました。使用者代表の委員たちからは、「新型コロナウイルス

イルスの影響が大きく、23%に引き上げる時期をできるだけ延期してほしい」という強い意見が上がりました。しかし、「障害者の雇用の促進等に関する法律施行令及び身体障害者補助犬法施行令の一部を改正する制令（平成29年制令第175号）を議論する過程で、民間企業の場合現行は2・2%ですが、当初2・4%の数字を2・3%とした上で、さらに猶予期間（2018年4月1日より3年以内）を置いたという経緯があります。

新型コロナウイルスによる景気悪化は全国的課題として、様々な経済対策が求められるところです。仮にこの経済状況によって、雇用率を据え置いたりする

ならば、一番弱い立場にある障害者の雇用は一般の雇用の補完的位置づけに留まります。これまで障害者の雇用が本質的な位置づけとなるように、経営・労働・障害等の各分野から一丸となつてとりまとめてきた雇用率を定める意味がなくなつてしまいます。景気状況とは区別しての対応がされることを強く求めますという障害者団体委員の意見もあり、厚労省の「令和3年1月1日から」という提案が2か月延期で決着しました。

2つめは、令和2年10月1日より、「障害者介助等助成金制度」と「重度障害者等通勤対策助成金制度」の実施が始まりました。従来、障害者が就労するに当た

つて、職場介助者や通勤介助者を雇う費用は会社または本人負担となっていました。しかし、このほど「障害者雇用施策」と「地域生活支援事業を連携させることで、障害者の雇用促進をはかる施策が実施されることになりました。

具体的には、職場介助助成金の助成率は対象となる労働者1人につき5分の4(中小企業は10分の9)限度額は月13・3万円(中小企業は月15万円)となりました。通勤対策助成金も助成率は同じで限度額は月74万円(中小企業は月84万円)です(公務員等は除外)。

ただ、今年の10月1日からのこの制度を使えるようになった方はごく限られていて、各自自治体の担当職員にもまだ充分理解されていない

みんなねっと事務局の活動

10月1日(木)	近畿ブロック代表者会議
10月3日(土)	精神障がい者と家族のための市民公開講座 精神障がい者の就労「どんなことができるか聞いてみよう」
10月6日(水)	みんなねっとサロン定例会議
10月7日(水)	代表理事会
10月9日(金)	社会保障審議会障害者部会事前レク
10月11日(日)	北家連家族学習会担当者研修 (10日事前打合せ)
10月13日(火)	群馬県家族学習会 JDFパラレルレポート特別委員会
10月16日(金)	障害者雇用分科会
10月19日(月)	社会保障審議会障害者部会
10月20日(火)	高齢消費者・障がい消費者見守りネットワーク連絡協議会
10月21日(水)	みんなねっと第5回定例理事会
10月22日(水)	オフラインミーティング打合せ
10月23日(水)	精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に係る検討会事前レク
10月26日(月)	精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に係る検討会 編集委員会
10月27日(火)	みんなねっとサロン定例会議
10月28日(水)	第4回建築設計標準検討会及び小規模店舗WG

いのが実態です。この制度が、より広く理解され、使いやすい制度と

なることを期待しています。

(理事・眞壁博美)

編集後記

編集後記

■月刊誌を見て感じることにそれは精神障害により多くの本人や家族の方々がどう生きればよいのかわからなくなり、暗礁に乗り上げた船のように助けを待ち、辛い日々を送っていること。それなのに公的救助体制が用意されていないことです。公的責任者は誰なのか。筆者自らもひきこもりの方の訪問支援を重ねながら、この国の責任感の低さに深刻な危機感を抱いています。(野村)

■初めて訪れた岐阜県連に、家族学習会セミナーをお届けしてきました。久しぶりに見る40名以上の参加者に向き合って、学習会の内容や効果を伝え、また貴重な体験の共有ができるデモも実施して、うれしいひと時を過ごしました。

兄妹の立場で事務局を担う方が、シツカリ事業を進めている様子からも、今後の広がり期待できると感じました。若い会員が加入せず、会員の高齢化が進んで弱りつつある全国の家族会。その活性化の一助にお願いしながら、帰路に着きました。(飯塚)

■インターネット上で交流ができる「みんなねっとサロン」を開設したところ、1か月に300人以上の登録がありました。親はもちろんのこと配偶者や子ども達の立場、きょうだいなど多彩です。とてもたいへんな渦中にある方に、同じような経験をした方からのコメントが素晴らしいです。今回の特集はいただいた投稿に編集委員のコメントを付けてみました。(桶谷)

【交流サイトを開設】 インターネット上で、家族同士が交流できるサイト「みんなねっとサロン」を開設しました。withコロナの時代の新しい家族会活動の一つです。パソコンだけでなく、スマートフォンでも見やすくなっています。下記にアクセスしてください。 <https://minnanet-salon.net/>



月刊みんなねっと 通巻第164号 (2020年12月号) 定価 300円

発行日 2020年12月1日 賛助会費 (会費に購読料含む)
発行者 公益社団法人全国精神保健福祉会連合会 個人・年間 3600円
理事長 岡田久実子 団体・年間 (お問い合わせください)
〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-46-13 ホリゲヂビル602
TEL 03-6907-9211 FAX 03-3987-5466
郵便振替 00130-0-338317 ホームページ www.seishinhoken.jp

印刷・製本/倉敷印刷株式会社 表紙のデザイン/NPO法人ぷるすあるは

*本誌のコピー、スキャン、デジタル化等の無断複製は著作権法上の例外を除き禁じられています。また無断転載はしないでください。

(公社)全国精神保健福祉会連合会 監修の本

みんなねっとライブラリーシリーズ第3弾 妻編



PENCOM



心病む夫と生きていく方法

統合失調症、双極性障害、うつ病…
9人の妻が語りつくした結婚、子育て、
仕事、つらさ、そして未来

価格 1,650円
(税、送料込)

著・蔭山正子先生 協力・前田直先生、配偶者の会

●あなたはひとりじゃないー

ある日、夫の様子がいつもと違う。明るく優しい夫が心の病を患った。これからの人生を考えると不安で押しつぶされそうになる妻。統合失調症、双極性障害、うつ病…妻がどのような困難にぶつかり、どう乗り越えてきたのか。体験談と座談会を通じて、精神障がい者の家族支援・育児支援研究者の蔭山正子先生（大阪大学大学院准教授）と、一緒に考えていきます。
※妻の体験から役立ったこと等、分かりやすい解説付き。読みやすい本です。

◆シリーズ既刊書◆

【シリーズ1 家族編】
追体験 霧晴れる時

著・青木聖久先生
価格：1,430円（税込）



【シリーズ2 子ども編】
静かなる変革者たち

著・横山恵子先生、
蔭山正子先生、こどもびあ
価格：1,540円（税込）



本のご購入は、ファックス または メール・お電話で（送料無料）

- ① ご希望の書名
- ② 郵便番号
- ③ ご住所
- ④ お電話番号
- ⑤ お名前（送付先）
- ⑥ 冊数
- ⑦ みんなねっと をご記入の上、
FAX（078-959-8033）にてお申し込み下さい。

（メールの方は、office@pencom.co.jp お電話の方は、☎078-914-0391）

折り返し、請求書を同封の上、書籍を送付しますので、到着後に書籍代金をお振り込み下さい。

本に関するお問い合わせは 出版社ペンコム ☎078-914-0391 <https://pencom.co.jp>

精神に障害がある方の 家族向け交流サイト みんなねっとサロン

親、子ども、きょうだい、配偶者・パートナー等 ご家族の方

さまざまな精神障害をもつ人たちの家族を対象に、家族同士が安心して気軽に繋がることができる、相談・情報交換を行うコミュニティサイト「みんなねっとサロン」を開設しました。

匿名で全国どこからでも利用できます。スマートフォンやタブレットでも簡単にアクセスできます！

みんなねっとサロンは「公益社団法人全国精神保健福祉会（みんなねっと）」が運営しています。



笑って、語って、つながって

精神疾患・障がいがある方の
家族向けコミュニティサイト

みんなねっとサロン



✉ メールアドレス

登録したメールアドレス

🔑 パスワード

登録したパスワード

ログイン

■ご利用方法（登録無料）

<https://minnanet-salon.net/service>

（みんなねっとサロンで検索）または QR コードよりアクセスし、登録してください。

■お問い合わせ

minnanet.salon@seishinhoken.jp（メール）



団体紹介：全国約1200の家族会で組織する各都道府県連合会を構成団体として公益社団法人全国精神保健福祉会（みんなねっと）が結成されています。家族会の目的は、家族同士がつながって気持ちをわかちあい、みんなが笑顔になり、元気になること。約3万人の家族会員が、さまざまな地域で交流し活動し、家族や当事者が地域の中で安心して暮らせる社会をめざしています。

みんな
ねっと

公益社団法人全国精神保健福祉会（みんなねっと）

〒170-0013 東京都豊島区東池袋 1-46-13-602

TEL：03-6907-9211 / FAX：03-3987-5466

<https://www.seishinhoken.jp>