

月刊 みんなねっと

7
2022



安心アイテム・ウサゴローと チアキ

特集 家族同士の相談活動



公益社団法人 全国精神保健福祉会

もくじ

2022年 7月号 通巻第183号

月刊

みんな
ねっと

みんなの🌀 — 読者のページ 2

特
集

家族同士の相談活動 ……6

- 電話相談の経験から（島本禎子） 6
岐阜家連の電話相談を経験してみて（筒井有紀子） 8
家族が行う「電話相談活動」の意義（横山恵子） 10

多事彩々 本心を伝えあう支援（野村忠良） 14

みんなねっと相談室から《第39回》 治せる医者っているのでしょうか？ 16

子ども・きょうだい・配偶者 家族いろいろ(その27)

私にとって家族会は当事者のためではなく自分のためだった？ 18

リレー連載「リカバリーをめぐる、対話のように」②

地域に住む場所を創る 尾畑聡英（対話） 山下真史 20

知りたい！聴きたい！こんなとりくみ（第16回）

僕たちがクラフトビールを作る理由【前編】

一乗寺ブリュワリー 24

カンタンてめき術(料理編) その22 レンジで簡単ハンバーグ 29

◎統合失調症の最新情報 《第7回》 個人の支援 30

日々、コレ、トーチツ！【第0回】 木村きこり 34

みんなねっとフォーラム 2021 後編

講演「『精神疾患に関わる遺伝、DNA、ゲノム』 講師 尾崎紀夫先生 36

お知らせします みんなねっとの活動 38

特集 家族同士の相談活動

電話相談の経験から

杉並家族会 みんなねっと電話相談員 島本禎子

家族電話で救われた体験

みなさんはご家族の問題で家族電話相談をされたご経験はありますか？

私自身の経験は一度だけ、そしてそれはとても貴重な電話相談として今でも思い出されるのですが、それ以前のまだ娘が発症して間もない頃、一番助けを求めたいという時点では結局一

度も電話をかけることもないまま過ぎてしまいました。

病に対する親の無知のせいで無駄な年月を過ごさせてしまい、娘に明確に統合失調症と診断があったのは、最初娘が学校に通えなくなった日から7年もたっていました。

それを機に保健師さんが教えてくださった家族会に入会をして、長い孤立から救われたことは

いうまでもありません。病についての学習の機会にも恵まれましたし、それ以前とはずいぶん違う世界が広がった気がしました。

お隣の世田谷区の家族会で電話相談をしていることを知りましたが、結局そちらに電話ができたのは娘と私の生活に多少の落ち着きが戻り、電話をかける元気が出てきてからでした。

その時対応してくださった世田谷家族会のお母様は私の悩みを受け取り、ひたすら聞いてくださいました。話していて素直にありのままに自分のことが話せてわかってもらえる感じがして、その伝わり具合が私には不思議なくらいに心地よく、一息に2、30分くらい話させてもら

いました。電話の向こうから、ふわ〜と流れてきた温かい安らぎを感じましたし、話の中でその方が我が家と同じくらいのお嬢さんを抱えておいでとのこと、境遇も私と似通っているのに家族会でがんばられて、こうして私の不安に相槌を打ちながら聴いて理解し励ましてくださったことに涙が出て、訳のわからない感激に満たされました。家族会というものの良さも同時にこの時初めて認識させられて、私にはその後にくるとても大事な日となったのでした。

最近の電話相談から

「日本に暮らす高齢の母親が精神疾患をもっている私の姉と

二人で暮らしているのですけれど、安定していた姉の症状に最近変化が出て心配な状況、母は精神科医以外どこも繋がっていないし自分はこちらにいてどうにもできない。杉並家族会のホームページで電話番号をキヤッチできたので相談させていただきます」。

ドイツから早朝の時間帯にかけてきてくださった妹さんのお立場の方からの遠距離相談で、一通りお話を伺い、次回は娘さんから連絡を受けたお母さまから電話がかかりました。それからこの母さまご自身が数回、直接面談に来てくださるようになりましたし、最近ではお元氣さが増して、同居する長女の方も

安定を保ち心配は薄まり、何とかお過ごしようです。

孤立せずに毎日が続けられているご家族の様子を知ると、すべて解決にはなっていないのかもしれないし、電話を受けて時間共有して耳と心で悩みや不安を受け取っている私たちの行為は実にささやかなものだけれど、「本当に良かった！」という言葉い知れない喜びがわいてきます。

家族支援、電話相談は大きな力になれるはず

社会に地域にいろんな支援が用意され整えられ、個々人にとって利用しやすいものが種類も多々いろいろと存在することが望まれます。そして今、私た



本心を伝えあう支援

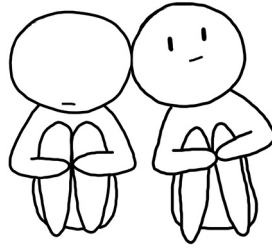
6年前に亡くなった今井さんから、奥様を通して頼まれたことがある。「手掛けていた著作の出版を、代わりに受け継いでほしい」。

今井勝造さんは長らく東京都行政の精神障害者支援の現場で働き、親身に当事者や家族の方々に尽くしてこられた。

その実践から得られた支援態度の真髄を支援者たちに伝えたいと強く願い、執筆を続けていたところへ、突然に重い癌が見つかり、間もなく逝去された。

今井さんとは25年あまりのお付き合いがあった。ご自分には心身機能の障害があるとも打ち明けていらした。

18年前に、筆者が癌になり入院したときには、10回も面会に来てくださった。50日間の入院であったが、都立府中病院のロビーでお互いに時間を忘れてあるべき支援について熱く



語り合った。当事者目線、当事者本位の立場に懸命に立とうとする今井さんと話していると、とてもうれしくなり、話が終わらなかった。

出版の準備については、H社のお力を借りることができた。書き溜められた原稿を拜読・校正していると、今井さんは精神保健の先進国のスタッフが身に着けているような姿勢を、すでに会得されていたことがわかる。ご自分の信念で築いてきたのだから凄い。その核心は、温かい心で「本心を伝えよう」こと。とても普遍的で奥が深い、創造的な支援の態度である。

著作の題名は『本心を伝えよう回復支援（「精神障害者」の家族支援の現場から）』と決まり、2019年10月10日に出版できた。奥様のお喜びはひとしおであった。

出版以来、今井さんとともに日本と世界の精神保健福祉の発展を、心から祈り続けている。

（野村忠良）

知りたい！ 聴きたい！ こんなとくみ

第16回

僕たちがクラフトビールを 作る理由【前編】

一乗寺ブリュワリー
代表取締役会長…高木さん
醸造士…林さん・横田さん

きつかけは訪問診療

クラフトビールを作るきつかけは、京都にあるACT (Assertive Community Treatment)での訪問診療です。訪問診療の対象者は重度の統合失調症の方で、15年前なので当時は統合失調症と診断されていましたが、今でいうと発達障害と診断のつく方も多くいました。いろんな人を見てると、重度の人でも一

緒に何らかの仕事ができることがわかってきました。例えば、僕らが訪問に行った際にドライブして一緒にポスティングをやる。僕らは運転して訪問するのが仕事だから、ポスティングのバイト代は利用者さんに入る。そうするとそれまで言葉もないし、仕事に元々は興味なかった人がどんどん面白くやり始めてくれる。ドライブ行っても自

分の世界に閉じこもっていた人が「あそこの団地に行きましよう！」みたいになる。そして稼いだお金で家族にプレゼントしたりすると、家族関係の改善につながる。当時が本人を見直すように入れてくれる人がいなかったの、支援を続ける中で出口を作りたいと考えました。今は考え方が変わってますが、当時は就労が出口だと考えていました。

第一試練、醸造許可がおりない

出口を作ろうといういろいろなことを考えている時に、ビールに詳しい方に出会ったんですが、その方の作ったビールがとても美味しくってビールを作りたいと思っ

たんですね。その頃は地ビールのブームがどん底にありましたが、クラフトビールのブームが絶対来ると思って友達を誘って会社を作ったのが2009年です。ところが醸造の許可が全然おらない。お酒造りに関して日本は税務署が厳しい。僕らみたいに全くの素人で、しかも福祉向上をしたいと言っても全然信じてもらえないし、何度も申請を突き返されて取り下げるとまで言われました。でも、こっちは素人だからそんなもんだろうと思ってた。だから、どんどん厳しいことを言えば申請を取り下げると思った。税務署から「あなたたちのビールを売る先がないからレストランを作れ」と言われた時も素人だ



醸造責任者の林さん

から、レストランを作ればますます障害者雇用ができやすくなる。アドバイスだとポジティブに受け取った。今では笑い話ですけどね。ちよūdと同じ時期に、岡山県倉敷市真備町にある精神科病院「まきび病院」の職員だった永原さんが病院を退院した後の働き場として、クラフトビール作りに

たどり着いて売上も上げていました。その永原さんとながって彼が税務署に話をしてくれて申請が通りました。もちろん申請が通った後は、税務署の方々が親切に対応してくれました。

第二試練、ビールが売れない

永原さんとのつながりで真備町の「真備竹林麦所」と同時に一乗寺ブリュワリーを立ち上げて、一緒に協力しながら2011年から2015年まで4年間くらい頑張りました。だけど、僕たちのビールは全然売れない。医者たちの商売で僕は作れば何とかなるだろうと思って、売り先のことなんか一切さっぱりわからないけど、僕はブームが来るはずだと単純に思っ

てた。真備竹林麦所はもともとが障害者施設で真備町での実績があるから真備町のバックアップもあつて売れるんですが、僕たちは行政のバックアップを受けないでうまくビールを作れば勝手に売れると思つてやつてたけど、全然売れない。さらに一緒に始めたブリュワリーが地元に戻ることになつてもう続けられないしどうしよう、散々赤字でレストランにお客さんも来ない、僕の医者への給料が右から左に流れるだけで、苦勞したけどこれで終わり、ぜんぜん障害者雇用にも何もならなかったとあきらめかけました。そんな時、組織体制の改革が必要だったACTでアドバイザーになつてもらつた社会的起業を応援するコンサルタ

ントに紹介されて、現在共同経営者となつてくれている伴さんと出会いました。当初伴さんは医者のお道楽にしか見えなかったクラフトビール作りを何としても辞めさせると考えていましたが、僕のクラフトビールに対する思いを伝えたら感動してくれて、そして何よりも林さんと横田さんの作るビールが美味しかったから一緒にやってくれることになりました。

寸胴鍋で作るビールが受賞

一乗寺ブリュワリーのビールは現在の設備になる前は直火醸造という手法で、林さんと横田さんが小さな設備でラーメン屋の寸胴鍋をコンロにかけて、手でかき回してビールを作つてい



一乗寺ブリュワリーの瓶詰めビール

ました。

林さん…前職もビール作りをしていましたが、転職して寸胴鍋でビールを作っているのを見た時は衝撃的で、横田さんに教えてもらいながらとてもびっくりしました。

横田さん…今の設備から当時のことを思い出すとゾツとします(笑)

寸胴鍋でビールを作ることができる天才的職人の林さんと横田さんが作るビールが数々の賞を受賞したことで有名になり、またICHI-YAというビアパブらしいビアパブでうちのビールを中心に取り扱う店を作ったらヒットして、2年で赤字を出さなくなりました。醸造量が足りな



左から高木先生、横田さん、林さん

くなくて、もう寸胴鍋じゃ作り切れなくなったことから、3年目に向けて思い切って借金をして設備を新しくすることにしました。

第三試練、コロナで出荷ゼロ

しかし、2019年の秋に現在の設備が完成し、さあこれからいよいよ本格的に作るうとした途端に新型コロナウイルスの影響を受けました。工場を改装する2019年の間はビールが作れずにいたことから、ビールの出荷がゼロになってしまいました。コロナ禍で首を括る人の気持ちがよくわかりますよ。通帳がゼロの時もありましたからね。この2年間は本当に苦しかった。事業の助成金を受けたりしながら何と

か乗り切り、何かできることがないかと思つて2020年5月から始めたのが瓶詰めビールです。ただ、瓶詰めビールを作ってもどうやって売つたらいいかもわからないし、手探りの部分もあつて本当に大変。一本一本手作業で詰めて、ラベルを貼つてなど手間がかかつても、近くの酒屋さんで取り扱ってもらえるのは10本とかで、瓶の回収もコロナ禍の衛生的な観点からでもできないから原価が上がる。瓶詰め作業や配達の仕事が増えても、収入ゼロで人を増やすことはできないから、二人の仕事はとでも大変でした。

*後編につづく

(取材・編集委員 橋口亜希子)

お知らせします みんなねつとの活動

■自由民主党ユニバーサル社会推進議員連盟への要望書提出

精神保健福祉法の改正を含め、行政機関を含む権利擁護システムが機能不全とならぬように、精神科医療のあり方について今一度精査すべきです。

誰もが安心してかかりたいと思える精神科医療の実現を求めて、6月10日に提出した主要要望内容を掲載します。

1. 本人中心の医療実現と本人・家族のもとに届けられる支援・

治療サービスの実現

1) 市民のメンタルヘルスケアの充実

①啓発教育の推進（学校教育・

一般市民・医療関係者への精神疾患・精神障害の教育）②ワンストップが可能となる相談窓口の整備 ③メンタルヘルスの責任をもつセンターの設置を一定の地域（人口5万人目安）にしてください。

2) 精神科医療の充実と社会的支援重視への転換

①医療保護入院・家族等同意の廃止。 ②身体拘束の廃止に向けたロードマップを定めてください。常に看護師の同席などの基準を設けてください。 ③診療報酬や人員配置の水準を充実してください。 ④アドボケイト機能の制度化を加速してください。 ⑤行動制限最小化委員会の在り方も含めて、拘束増加についてはきちんとした分析・検証が必要です。 ⑥精神医療

審査会の人権擁護機能の充実をしてください。そのためにも、家族・障害当事者の審査委員への積極的な登用を推進してください。 ⑦精神科医の訪問診療が精神科在宅患者支援管理料として位置付けられました。対象患者に平易に対応できるように指定医に限定しないでください。併せて、本人・家族のもとに届けられる多職種チームによる訪問型支援・治療サービスの実現をしてください。 ⑧家族による支援のあるなしにかかわらず、地域で暮らす本人を市町村、医療機関と訪問看護や保健所等が責任を持って支える体制の構築を求めます。とりわけ、当事者の尊厳を守り意見を尊重する体制を推進してください。 ⑨ピアサポートの充実のため、

ピアによる活動や家族会支援・家族による家族支援に対し予算化してください。⑩短時間雇用・超短時間雇用を求めます。一般雇用・福祉的就労を含め、20時間未満はもとより10時間未満の労働が認知されるようにしてください。⑪パーソナルアシスタントの活用が企業内でもできるように事業者への啓発と理解を深めてください。⑫各種支援機関が連携して、本人とその家族をそれぞれ個別に、さらにその両者を含む家族全体として、生活を丸ごと支援できるようにすることを求めます。

2. 精神障害者にも身体・知的障害者同等の交通運賃割引制度適用の実現を

①西日本鉄道での精神障害者割引導入の経緯や実績、また、

2023年度より割引実施予定の近鉄の取り組みをまとめ、民間鉄道に照会してください。②JR各社や高速道路各社は、全国各社横並びでない」と単独での対応は実施不可能との見解もあります。政府がその調整を行えるようにし、指針を示してく

ださい。③運賃割引が実現するまで、練りかえし、家族会・当事者団体が国交省と共にJR各社・民間鉄道協会加盟各社等に一堂に要請を行なえるような場を設定してください。

(事務局小幡)

みんなねっと事務局の動き

5月6日(金)	事前レク第10回「地域で安心して暮らせる精神保健医療福祉体制の実現に向けた検討会」 山形県連総会 第10回地域で安心して暮らせる精神保健医療福祉体制の実現に向けた検討会
5月10日(火)	第118回労働政策審議会障害者雇用分科会
5月12日(木)	事前レク第129回障害者部会
5月15日(日)	精神障害者と家族のための市民公開講座
5月16日(月)	法人内部監査 富岡顧問税理士立会 第129回社会保障審議会障害者部会
5月17日(火)	PTIMES オリエンテーション(オンライン) 身体拘束を考える集會会合
5月18日(水)	みんなねっと2022年第1回理事会
5月19日(木)	当事者目線にたった評価指標の「プレ調査」(国土交通省) 事前レク 第11回地域で安心して暮らせる精神保健医療福祉体制の実現に向けた検討会 七生病院訴訟学習会
5月20日(金)	櫻尾顧問弁護士との打合せ 第11回地域で安心して暮らせる精神保健医療福祉体制の実現に向けた検討会
5月23日(月)	ルンドベック・ジャパン 打合せ 事前レク第119回障害者雇用分科会 身体拘束を考える集會打合せ
5月24日(火)	障害者政策委員会(第65回)
5月25日(水)	NHK オンライン取材 第119回労働政策審議会障害者雇用分科会 公明党障がい者福祉部会
5月26日(木)	事前レク第130回障害者部会 JDF 幹事会 PTIMESSTORY オリエンテーション
5月27日(金)	第130回社会保障審議会障害者部会 家族学習会第1回企画会議
5月30日(月)	第11回地域で安心して暮らせる精神保健医療福祉体制の実現に向けた検討会
5月31日(火)	製薬会社来訪 月刊みんなねっと編集委員会
5月11日・17日・26日(水)	代表理事