

# 月刊 みんなねっと

6  
2023



にんまりクマさん チアキ

特集 みんなねっとフォーラム



## 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 ご家族の方限定～

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が「みんなねっとサロン」です。

With コロナ時代の新しい家族ピアサポート活動が始まっています。

匿名で全国どこからでも利用できます。スマートフォンで簡単にアクセスできます！

### ■ご利用方法（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](mailto:minnanet.salon@seishinhoken.jp)（メール）



## ◆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、各都道府県連等関係団体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



## 子ども家庭庁からのお知らせです

きゆうゆう せい ほ ご ほう もと ゆう せい しゅ じゅつ こ  
**旧優生保護法に基づく優生手術(子ども**

しゅ じゅつ など う だん せい  
**ができなくなる手術)等を受けた男性**

じょ せい まん えん し はら  
**・女性に 320万円をお支払いします。**

手話・点字もご用意しております

詳しくは特設サイトをご覧ください

旧優生保護法 特設サイト

子どもまんなか  
子ども家庭庁

検索 🔍



お気軽にご連絡下さい

電話:03-3595-2575

受付:午前10時～午後6時(月曜～金曜)  
※土・日・祝日・年末年始除く

ファックス:03-3595-2753

# もくじ

2023年 6月号 通巻第194号

2 みんなのわ——読者のページ

6

**特集**



## みんなねっとフォーラム

第1部【講演】講師 八尋光秀(弁護士) 第2部【岡田理事長との質疑応答】

■みんなねっとフォーラム視聴者アンケートより

16 多事彩々 Hさんの笑顔 野村忠良

18 みんなねっと相談室から(第50回)

妻を守りぬく決意

20 子ども・きょうだい・配偶者 家族いろいろ(その38)

隠さない生き方が親なきあとへの備えに

22 リレー連載「リカバリーをめぐって、対話のように」③

子どもたちに経験してほしいこと (対話)日高一人・岩谷潤

26 知りたい!聴きたい!こんなとりくみ(第27回)

引きこもりとは何か? 引きこもり文学大賞を通して考える

31 カンタンてめき術(料理編)その33 さばの水煮のからしマヨネーズあえ

32 フレー!フレー!これからの家族会 第2回 木の芽家族会(兵庫)

34 マンガ 私の七転び八起き あの世ってあるのかな あかつき

36 お知らせします みんなねっとの活動

読者のページ



「みんなのわ」は、読者のみなさんからののお便りや投稿を中心に紹介するコーナーです。

### 「みんなねっと」の感想

◆奈良県 医師・家族会世話人

(70代)

4月号リレー連載(リカバリ)をめぐって、対話のよう)の感想です。

社会適応のハードルには、障害特性(精神であるか身体であるか)と、性格などの個人特性

の両要因があるといつも感じて  
います。

私の学生時代に歳かさの同級  
生がいたように、中年になって  
からの生駒さんの就学に敬意を  
表します。

「悩みはそれぞれ違う」「お前  
らはほんまに苦しんだことない  
やろ」の発言が印象的でした。

また、網膜色素変性症の娘さ  
んが、できるところまで働きた  
いとこのことで、全旨になる直前  
まで私のクリニックに勤務して  
もらったことがあります。

その方はライトハウスにも通  
われて、今は物理療法を活かし  
た活動をされています。視力喪  
失の当日から突然視機能以外の  
五感が鋭くなって、自分でも驚

いたといっていました。

### 日常生活

◆茨城県 ひよつとこ 本人

(50代)

ハローワークに通い求職活動  
をしている中年オジサンです。

私は統合失調症なので就職し  
ても長続きせず、それでも前職  
場は一年続きました。現在は、  
失業保険の手続きをして、徹夜  
をして履歴書を書いています。

フルタイムは無理だと分つて  
いますので、障がい者枠で探し  
ています。この病気は、とても疲  
れやすいので、自分のペースで  
働ける仕事が良いと思います。

ちなみに私の場合は、子ども

が好きなので、子どもと触れ合える学校用務員を中心に求職活動をしています。

良い結果が出るのを祈る日々です。

◆静岡県 鈴木定子 家族(70代)

NHKのE.T.V特集で東京の滝山病院の驚くべき人権無視の状況を見て怒りがこみ上げてきました。

看護師が「殺すぞ」「骨を折るぞ」「喋るな」と。あれが病人に接する態度か?と思うとぞつとします。

入院したら最後、出るときは死んだとき。やっと弁護士に面会し、退院できるかとその日を待ちわびていた方は次の面会を

待たず死亡原因が「不詳」のままなくなりました。

こんなひどい病院が「健康で文化的な生活」を憲法で保障された日本にあつていいのではよ

うか?厚労省も東京都も医療機関に対して真剣に患者の回復を助ける方向に動いていないと感じました。

行政が主体になって、病院や



◆イラスト 愛知県 太田那美 本人(50代)

支援者、地域住民が力を合わせて患者や家族を支え、入院は最低限にして地域で生活できる環境と家族をも含めた手厚い支援をやっていただけのようにお願いしたいです。

全国各方面で障害者や家族のために尽力されている方々に感謝をしております。家族会でも署名を集めるなどして行動を起こして欲しいと思います。

「話し合い、助け合い、行動する」家族会の目標のために勇気を出してみませんか。

◆福島県 いさむ 本人（50代）

人間はしたことが自分に返ってくるだけで、原理は単純だと思います。

いいことをしたらいいことが返ってきて、よくないことをしたらよくないことが返ってくるのです。

例えばよくないことをされても、よくないことで返さずなるべく我慢するようにすればストレスが溜まりやすいかもしれないが「運がたまる」と私は考えています。

また、特別なことをしなくても、人と接する中で真面目に生きていれば楽しく困らないと思っています。

何でもあれこれ変えず、今こゝであるものを活かして深めていけば、自信もつくし、幸せに気付くこともあると思っています。「仕事だけが「役立ついいこと」

ではないと思っています。

見ている人は見えているし、わかる人はわかるし、できることを一生懸命やるだけでいいと思っています。

◆鹿児島県 日隈愛子 家族（80代）

息子は高三の時からアスペルガーと診断されました。

突如現れる彼の行動は人に恐怖を与え、警察からも何度か注意をうけました。

専門機関に相談に行ったが治す手だてはなく、ついに移住を考えました。

さっそく先生に話すと「お母さんが変わらなないとそれは無理」大切なことはよくても悪く

でもまるごと息子を受け入れなさい」との難題を出されました。

その指示に従うのに私は30年の年月を費やしました。振り返れば私はだめな親でした。息子が起こす行動の原因追求、また治してやりたい一途な思いは、ますます息子を不安にしました。

でも2年前から私も体力が落ち、障害があってもいいんだと思えるようになりました。そこで30年前に指示された受容の意味が言葉だけでなく、実体として理解できるようになりました。今息子は自分なりの生き方で作業所で農業に励んでいます。

◆静岡県 坂部哲之 家族(70代)  
私は放課後等デイサービスの



事業所で、児童指導員として勤務しています。

最近障害をもつ子どもたちが急増している感じがします。特別支援学校や特別支援学級などの存在は大変大きなものがあると思います。先般の国連勧告で、日本の特別支援教育を中止するための計画を立てて実行するようながされました。

文科大臣は特別支援教育を中止する考えはないと述べており、日本の立場と国連勧告の溝のへだたりを感じます。

大切な子どもたちの教育をめぐって、どう考えたらよいのでしょうか。

## 詩・その他

◆東京都 みさこ 本人(60代)

ひろちゃん  
めいの子どもの名まえは  
ひろちゃんといいます  
一才半です  
今一生けんめい人さし指をさして物の名まえをおぼえています  
何を考えているのかな？  
ひろちゃんの見える景色はどんなかな？  
きれいですか？  
ひろちゃんが楽しく過ごせるように祈る私です

## 特集 みんなねっとフォーラム講演

### 精神科医療の入院ってどんな意味があるの

～精神保健福祉法について考えてみよう～

講師 八尋光秀（弁護士）

3月24日（金）に2022年度みんなねっとフォーラムを開催しました。今回は「精神科医療の入院ってどんな意味があるの？～精神保健福祉法について考えてみよう～」というテーマで、八尋光秀氏の講演と岡田久実子理事長との対談（意見交換）を行いました。昨年に引き続きオンラインでの開催となりました。202名の事前申込があり、最高同時視聴者数は194名でした。今月号の特集は、八尋氏の講演内容と対談の一部をご紹介します。

## 第1部【講演】

### ▼自己紹介

演者は1984年に弁護士の登録をして事務所を開設。それ以来、次のような活動をしてき

ました。

インフォームド・コンセント

（医師が患者に病状や治療法を十分に説明して患者の同意を得ること）を根づかせる活動や、福岡県弁護士会での精神当番弁護士制度の立ち上げ、福岡県精

神医療審査会で担当した退院請求・処遇改善請求で各々の精神科病院を回つての実態検証、薬物依存の方々に支援する九州ダルクの設置（1995年）と運営への関与、その他にも開放的精神科医療を実現する試み等々を行ってきました。ダルクの運営には、今も関わっています。

それとともに、統合失調症の当事者の方が家族から強制入院させられ、逃げ出して起こした裁判の支援等もしてきました。

こうした活動の中から見えてきたのは、日本の精神科医療のほとんどもない法制度と実態です。誰にも見向きもされないで放置されていることに、大きな驚きと悲嘆を感じました。



## ▼当事者の方々とおつき合い

このような状況のなかで、皆さんの当事者の方々とおつき合いをするようになりました。

彼らは個人的な生きづらさをもっています。そのつらさは半端ではなく、支援が何もなければ生きていけないくらいです。

それに対する社会の側の支援は、強制的な入院、医療の強要、排除です。それ以外に有効な支援はありませんでした。

## ▼家族との対立

その結果かつては、家族は自分の同居家族のなかにそのような生きづらさをもっている人がいると、周りに隠して叱咤激励

し、一人前にしようとふつうに暮らすことを強要しながら家族間の溝を深め続けます。そして家族が抱えきれなくなると家族の崩壊とともに強制的に入院施設に入れてきました。

## ▼日本国憲法施行後に制定された精神衛生法なご三法の強制条項

日本弁護士連合会（日弁連）では、2021年10月に精神科医療における強制入院と強制措置の全廃を目指すことを決議しました。

ここで、日本国憲法と強制条項を含む三つの法律についてお話ししておきます。

日本国憲法は1947年5月に施行されました。翌年、私たち



の国は優生保護法を制定し、それから2年後に精神衛生法（現在の精神保健福祉法）を、そしてその3年後の1953年には、らい予防法を制定しました。

いずれも障害や疾患を理由にした強制条項を含んでいます。私たちの国は、強制入所、居室隔離、身体拘束、優生手術などを、日本国憲法が施行された後にも法的に正しいとする法制度

を設けました。この問題に我々はもつと早く気づくべきであった、というのが演者の今日の主題になります。

### ▼らい予防法の違憲性

2001年に、らい予防法違憲国家賠償命令の判決が行われました。1953年に制定した「らい」という疾患を理由にしたらい予防法の強制隔離は憲法に違反するということを裁判所が判決で認めて、国はこれにあらがうことができませんでした。判決では、1960年以降は厚生労働大臣に法的責任があると認め、1965年以降は国会議員すべてが違法な行為をしてきたとされました。国は、こ



の法律を日本国憲法制定の直後の1953年に、この憲法に違反して制定していたのです。

らい予防法が制定される前の1907年に制定された「癩<sup>ろい</sup>予防に関する件」という法律がありました。これも合理的な根拠がないまま制定していました。それから90年も、強制条項が存在し続けたのです。

精神衛生法にも同じ強制条項があり、優生保護法の対象ともされ、精神の障害や疾患がある人は強制的に隔離し、拘束し、優生手術をすることができるとされました。精神疾患は人にうつりません。遺伝もしません。何のために隔離するのか。何のために優生手術をするのか。優生保护的な根拠のない強制条項です。

### ▼優生保護法の違憲の判決

この法律を違憲とする判例が、2020年に大阪と東京の高等裁判所でやっと出されました。この法律では、特定の障害や疾患を有する者を一律に不良であると断定し、その子孫の出

生を防止することが定められています。判決では、これは個人の尊重という日本国憲法の基本理念に照らして是認できない非人道的かつ差別的な法律だとしています。両判決は、法律制定後に批准された障害者権利条約やこの条約によって制定した障害者差別禁止法に依拠したわけではありません。日本国憲法に違反するとしているのです。国は、そんな法律を憲法制定の翌年1948年に作り、今回の高等裁判所の判決が出なければ、私たちは、この法律の制定のときからの憲法違反を、これからもずっと見逃し続けることになつていたでしょう。

### ▼精神衛生法にもある強制条項

優生保護法とらい予防法制定の間の時期に制定されたのが、いまの精神保健福祉法の前身である精神衛生法です。強制条項は、三つの法律に共通して存在します。精神衛生法の強制条項に必要な合理性が、優生保護法、らい予防法よりあるとは、演者にはとても考えられません。

### ▼入院経験者を対象に日弁連が調査

2021年10月15日の日弁連の大会で、「精神障害のある人の尊厳の確立を求める決議」が全会一致で採択されました。

この決議を行う前に、日弁連

では多くの方々の協力を得て入院経験のある当事者の方々を対象に調査を行いました。5400名の当事者に調査票を送り、1105名の方から回答がありました。直接インタビューに応じてよいという回答は399人からありました。

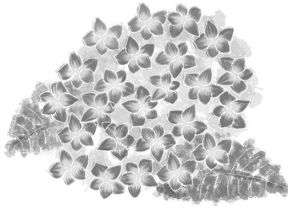
集計では、80%の人が入院中に悲しい、つらい、悔しい体験をしたことがわかりました。もっとも悲しく悔しい体験をした人たちの年齢は20歳代前半の



八尋光秀さん

人たちでした。調査とは別に、私の知り合いの方々も、10歳代、20歳代で入院した時の気持をよく話されます。「これで自分の人生は終わった」。そしてどうやったら病院から退院できるのかを考え、早く出るために従順に、何でも聞いて我慢します。退院できて自分の部屋に帰ったときがいちばん危ない。死にたくなるのです。

調査でインタビューに応じて



下さった方々からは、入院中の悲惨な経験が次々と語られました。プライバシーは無視され、退院の見通しはなく、薬で心身に障害を残し、外から鍵のかかる部屋に入れられていました。面談も電話も制限され、なんの説明もなく、人生の根底のところまで不安をもたせてしまいました。彼らの話から、そのような処遇では命や人生を損なうことがあるという実態が見受けられました。

### ▼日弁連の考えと計画

この調査を経て、日弁連は2035年までに精神保健福祉法が定める強制条項を全廃する方針を決めました。強制を用いずに、どうやれば必要な医療と

生活支援を当事者の手に現実に握らせることができるか、その方法を創り出すことにも、取り組むことになりました。

この決議は、らい予防法も優生保護法も制定の時からすでに違憲であったとの法的判断を前提にしています。これらの法律と精神保健福祉法に今もある強制条項は、当事者の命と人生に深く取り返しのつかないような被害を与えるものであるということと、らい予防法違憲国家賠償訴訟において認められたように、家族の人生にも同じように被害を与えているという視点が前提となっています。

私たち日弁連は、すべての人が自ら選ぶ地域において平穩に

生活する権利を有する、障害や疾患があっても地域で適切な生活支援を受けることができる、強制入院は要らないと考えています。住民が平穏に暮らすために精神疾患や障害のある人を排除しなくともよい社会、生きづらさを持つている人たちが、この地域のなかで生きていける権利を保障する社会を作るべきだと考えます。

### ▼法律が生み出す差別と偏見

らい予防法の判決では、この法律が制定され差別条項が設けられたために、社会の中にもともとあった差別・偏見とは質的に異なる社会構造としての差別・偏見が新たに構築されたと

断じています。

1907年に「癩予防に関する件」という法律が作られるまでは、社会に強固な差別があるなかでも篤志家がいて、らい病の患者さんに生活支援を施したりして支え、患者さんは社会の助け合いによって地域で暮らせていました。

ところが隔離を中心とした強制条項を法律で決めると、正義という冠をかぶせて社会の全員が患者狩りを始め、施設に隔離することになりました。

差別や偏見の解消は、思いやりや美しい心、道徳を磨くということではなく、国の間違った法律と政策が作り上げた社会システムであって、国には、この

差別と偏見を取り除く義務がある、と判決は言っています。

### ▼偏見と差別をなくすには

偏見差別は一人ひとりの心の中の問題でしかない、という考え方だけでは、解消できません。間違った法律や制度が人々に偏見差別を強固に植えつけてきたことを認めたくえで、間違った社会構造を解消することができると判決は言うわけです。



これまで間違った社会構造のなかにおいて、当事者も家族も自分のなかに偏見差別を作っていました。

精神疾患の当事者や家族のなかにもある偏見差別もまた、心のもちようではなく、社会構造から生まれたものです。私たちは、法制度の改革を一緒にしながら、法制度による被害から当事者がどうやれば主体的に回復できるか、そして私たちはこれをどのように支えていくかが問題です。

### ▼生活支援で大切な仲間と居場所

精神疾患で生きづらさがある人が症状悪化で困った状態になると、同居している家族は生活



を脅かされていると思えてしまいます。そんなときに大切なのが仲間と居場所です。

演者は1993年から30年間ダルクに関わり、地域で生活するため住むこともできる居場所と仲間づくりをやっています。

ダルクの人たち（当事者）は仲間が薬物に再び手を出してしまったとき、本人の考えを聞き

ます。強制は何もしません。本人が自分で決めたやり方に任せます。病院に入院して薬を抜くか、それともダルクから出て自分で決めてもらいます。その結果、入院せずに外で死亡しても誰も責めません。仲間が病院に行くと言えばダルクの仲間がつき添うし、そうでなければ引き下がります。多くの仲間はこのような対応が苦にならず、波を乗り越えてダルクで暮らせています。強制は一切、必要がありません。

精神疾患でも波があります。それを越えるために仲間と居場所があれば、強制入院は必要がありません。

## ▼家族の責任と法制度の見直し

自己責任と言われ、当事者の支援を家族が負わされていますが、本来は自分のしたことは自分だけが責任を負い、他人がしたこと責任を負わないというのが法の理論です。自助については、公助と共助に支えられて初めて自助ができるようになる、というのが当たり前の理屈です。

精神保健福祉法による被害を、家族には訴えてほしいです。こうした考えに立って、法律と制度全般を見直しながら、まずは精神保健福祉法の強制条項を全廃したいと切実に思っています。

## 第2部【岡田理事長との質疑応答】（一部掲載します）

**岡田** 医療保護入院がなくなることに、不安を感じる家族がいます。

**八尋** 日頃から本人が家族に依存せず、地域に仲間と居場所があれば、強制入院の必要はありません。社会が地域に仲間と居場所を作っていくことが大切です。

**岡田** 日弁連の強制条項廃止の計画を実現させるために必要なことを教えてください。

**八尋** 家族と当事者は、ご自分たちがこの法律から受けている被害を自覚して隠さず我慢せずに訴えてゆくことが大切です。



社会はその被害からの回復を達成し、乗り越えていく支援をすするためあります。

## ■みんなねっとフォーラム 視聴者アンケートより

フォーラムのZOOMウェビナー最高同時視聴者数は194名でした。このうちアンケート開封者151中、88名から回答がありました。

内容の理解については、多くの方にご理解をいただきました。また、参加者の立場では、家族・親族（障がい当事者や支援者の立場でもある人を含む）が7割を占め、支援者が2割弱でした。

自由記述として、感想とこれまで体験した被害などがあればご記載くださいとしました。

### 【感想から】

\*家族としては医療保護入院を

選択することがあったのですが、地域支援が薄い現実では仕方がなかったのですね。早く良い入院内容になることを希望します。

\*医療保護入院しか選択枠がない現状に疑問感じました。

\*当事者も安心して暮らせる地域医療福祉の欧米並み実現が必要ですね。治療も投薬オンラインなのは日本だけですよね。

\*精神保健福祉について、これまでの経緯とこれからの考え方の講義が分かりやすく今後の参考になりました。

\*八尋先生の話は、私達当事者を持つ家族を理解していただいた内容で大変良かったとおもいます。

\*私自身家族の幻覚妄想状態の前に八方ふさがりとなり、医療保護入院を進めたことがあります。また、支援者としても患者や利用者の強制入院にかかわったことがあります。とにかく、地域医療資源の充実が強制入院廃止の糸口であると感じています。

### 【被害などから】

\*何かあれば警察へと、保健所でも医療でも言われ、病気の症状であるのに、社会治安を優先して家族としてもこれではないのかと思うのですが、当事者は何かあったときに一番話を聴いてくれるのが警察なので頼りにしていて、調子の悪さや苦しさがあつたときに警察に

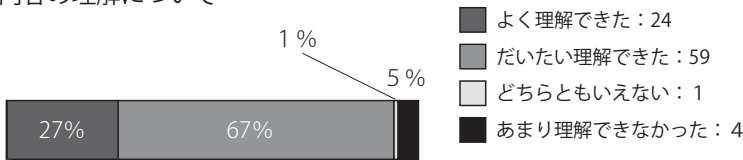


訴え、一人暮らしから保護されて入院となりました。本人が頼りにするのが警察という現状があります。本人が一番安心して話を聞いてもらえるのは福祉の支援であってしかるべきだと思うのです。苦しさの回復に様々な手立てがあり、段階を踏むシステムがあれば地域での生活が違ってくるのではないかと思います。

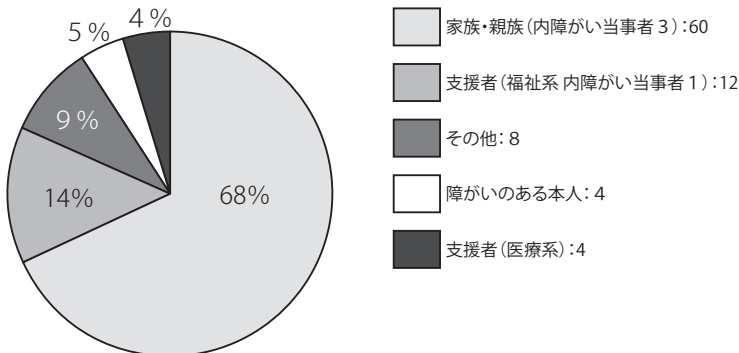
\*長期入院の間に全部の歯が虫歯になり、奥歯は溶けて神経だけの状態になってしまった。長期入院患者は退院後生きていくための最低限の生活能力までも失われてしまう傾向にあるように思った。入院中に看護に加え、生活指導を見てくれる

ヘルパー的な人の介入があったらいいのにと思っている。退

内容の理解について



回答者の立場



院後、地域生活へも馴染み易くならないだろうか。



## Hさんの笑顔

「今日もね、知らないおばあさんから話しかけられて、ずっとお話を聞いていたのよ」

笑顔で、うれしそうにHさんは語る。

彼女がバスを待っていたりすると、必ずと言ってよいほど高齢の女性たちから話しかけられるそうだ。

Hさんは幼少期から体が弱く、長い間ひきこもり生活だった。高齢のお母様と二人で暮らしていた。若い頃にいくつか仕事に就いたが、続かなかった。

お母様が16年前に認知症になり、その一年後には脳梗塞で倒れたが病院には行かず、寝たきりとなり二人で餓死を覚悟していたという。

お母様が倒れて一週間後、きれい好きなHさんがごみを捨てに出たとき、近所の女性がHさんの憔悴した姿を見て驚き、



市役所に連絡して救われた。お母様は遠くの老人病院に入院し、Hさんは精神科のクリニックを初めて受診。一人で外出できるようになったが、主治医に就労は止められている。

その後、Hさんは家族会の存在を知り相談にいられた。スタッフチームを組んで個別に傾聴を重ね、弁護士もお願いしてお母様に成年後見人がつき、Hさんのアパート入居や実家の売却が進んだ。家族会の当事者の集いにも参加なさるようになった。

お母様は10年間入院し、5年前になくなった。入院中、Hさんはずっと病院に通って看病を続けた。

お母様との面会に家族会スタッフと一緒にいったとき、お母様と病院職員へのHさんの真心のこもった接し方に驚いた。職員たちはうれしそうに対応していた。

本当は人間が大好きで優しいHさん。町のおばあさんたちが話しかけたくなるのもよくわかる。

(野村忠良)

《第 50 回》

妻を守りぬく決意



ある男性からの相談です。

◆奥様が統合失調症に

結婚して二人で部屋を借り、暮らし始めて数年後に、奥様がおかしな言動をするようになりました。本人を説得して精神科を受診すると、統合失調症と診断されました。数週間の入院の後、いまは自宅で暮らしていらっしやいます。

薬の効果で、妄想は減って静かに過ごせるようになったのですが、意欲が減退して家事がほとんどできない状態となりました。相談者が毎日、仕事から帰ってから、二人の食事を作ったりしています。子どもはいないので、育児の心配はありません。

奥様は、奥様の実家やきょうだいの仲が悪く、このようなときに頼るところがありません。

この程度の困難さであれば、相談者は奥様を守ってなんとか生活を続けていく覚悟があるのですが、耐えがたいと思うのは、奥様が相談者にときどき暴言を浴びせることです。

今後、このような生活を続けてゆけるか、相談者には自信がない、という不安を抱えて相談電話をかけてこられました。

◆相談者の決意

お話を伺うと、相談者の奥様への愛情はとて深いことが分かりました。奥様にも発病前と同じような愛情表現を期待する

のですが、それがないどころか、暴言が飛んできます。

相談員は相談者に、奥様に発病前と同じような態度を期待しても、当分のあいだは難しいかもしれないと伝えました。

ただ、奥様の暴言は、生まれてから味わってきたさまざまな苦しみから生まれた怒りの表現であり、今は自制力や思考力が弱まっているので、相談者に甘えてその怒りを隠さずにぶつけているのではないかとお話ししました。優しい分だけ傷ついてこられたのかもしれないと。すると相談者は思い当たることもたくさんある、とおっしゃいます。

では、これからどうすればよ



いのか、とお聞きになるので、奥様の回復に役に立つ接し方、すなわち、奥様を責めないで、褒めたり感謝したり、労<sup>ねぎ</sup>ったりすること、奥様のお話を否定しないで聴き、率直な感想を温かい言葉で返すこと、奥様の自己イメージが肯定的になれるよう

に協力することをお勧めしました。

我慢できなくなった時には、もちろん、ご自分を守るために離婚できることもお伝えしました。ところが相談者は、そんなことはとてもできない、自分が見放したら、奥様は放浪者になってしまふ、自分はどんなに苦勞してでも、大切に最後まで守りたい、と笑顔でおっしゃいました。

この誠実な愛情深い相談者に、相談員は心からの尊敬の念を感じました。そのことも、ありのままにお伝えしました。

(野村忠良)



## 隠さない生き方が 親なきあとへの備えに

愛知県

豊田地域精神障がい者家族会

あけほの会 横田吉子

ありのままを伝えていく

長男は短大生の時に「不安」を訴えたり下痢が続くなどで子どもの時に通っていたクリニックを受診しました。診察した先生は「精神科で診てもらったほうがいい。今から電話で話しておくから、このまま直行しなさい」と言われ、そのまま精神病

院に行き診察を受けました。

3年後、私の肺に腫瘍が見つかり、検査の結果癌と判りましたが、夫は子どもには癌を話していませんでした。先生から結果を聞いた長男は、初めて私の癌を知り「自分はそんなに親に信頼されていないのか」とショックを受け病状が悪くなりました。長男の担当医が「お母さんも大変でしょうから、息子さん入院しませんか」と言われ、任意入院をしました。その後、夫と私は長男には隠し事をせず、ありのままを伝えることにしました。

隠さない生き方ができた

私は2015年3月に「あけ

ぼの会」に入会しました。家族会に入つてよかったことが二つあります。一つは病気を隠さない生き方ができるようになったこと、もう一つはNPO法人「みち」という息子の居場所ができたことです。家族会の講演会で「病気を隠さない生き方」を知りましたが、カミングアウトする勇氣はありませんでした。そんな私の背中を押してくれたのは息子でした。当時息子は将棋同好会に入会し「自分が統合失調症で、作業所に通うことを話してきた」と教えてくれました。当事者の息子にできて私にできないのは「内なる偏見」があるからだと思うようになりました。そんな時、デイ型地活「畦あぜ

道」の開所式でオカリナを演奏させてもらう機会があり、仲間に息子の病気を話すことができました。私が思っていた以上に皆さんは温かく接してくださいました。

### 親が思う以上に成長する

2022年6月、夫の体調が悪くなり、検査入院をしました。夫は入院時に提出する家族の病氣欄に「息子の精神状態が悪化しないか心配」と書いていました。このことは担当医・スタッフに共有され、親切に対応いただけました。個室に移って3日後、夫は亡くなりました。

通夜には「あけぼの会」の役員・メンバー・家族も参列してくれ

ました。特に居場所のメンバーが遅くまで息子と話してくれていた姿を親戚や近所の人たちに見てもらえたことはよかったです。います。「あけぼの会」という精神障がい者の家族会があること、メンバーは普通の人でやさしい人が多いということをわかってもらえて嬉しかったです。

夫の死後、葬儀など大事なことは息子と相談して決めていきます。波はありますが入院することもなく、隣の奥さんに「お父さんがなくなってから頼もしくなったね」と言われています。オープンに生きることがつながりをつくる

夫の死は悲しいことでした

が、「あけぼの会」に入っていてよかったです。息子は心が不安定になると「あけぼの会」の相談担当に話を聴いてもらっています。また、近所の人たちに自分の病気を話し「お母さんがなくなったら後この場所で住み続けるには統合失調症のことを知ってもらう必要がある」と言っています。

このように親子で病気をオープンにし、いろいろな支援につながる事ができていることを皆様にお伝えしたいと思います。これからも息子と力を合わせて生活して行こうと思いません。

## 子どもたちに経験してほしいこと

(対話) 日高一人・岩谷潤

### 《対話者のプロフィール》

**日高一人** ひだかかずと 和歌山県海南市の小学校で20年間教員を務めた後に、海南市教育委員会に12年勤務。令和4年4月より海南市立海南中学校長。

**岩谷潤** いわたにん 一般社団法人OONISHI おのしの共同代表・医師

### 変わる特別支援教育への見方

**岩谷** 教育委員会ではどのようなお仕事をされていたんですか？

**日高** 教育課程というカリキュラムが適切に実施されるように、各学校に指導を行うのが中心です。具体的には普通教科の指導もあれば、学校外の教育、それから環境教育や人権教育などがあり、私は特別支援教育を含め

ていくつかを担当していました。**岩谷** おそらくこの10年で、発達とその障害に関する見方が随分と変わったように思います。例えば精神科医療では、病気であるかどうかという基準が大きいのですが、発達障害への視点が入ってきて、グレーの領域というインパクトがありました。それから、その人の歩んできた生活や人生を、これまで以上に視野に入れる必要と意義が出てきました。日高先生が学校に戻られる時はどのように感じられましたか？

**日高** 一番はつきりしているのは、発達障害のある子ども数ですね。特別支援学級に入級する子が、ものすごく増えました。感覚的には私が入った頃の倍以



上、3倍に近いと思います。それは、保護者の方の特別支援教育への理解が進んだ、障害者総合支援法が制定された、さらに、特別支援学級に入級することの社会的認知が進んで入りやすくなったことが理由かと思えます。また、学校に求める社会や世間からのニーズに社会性が含まれるようになりました。それから5年ほど前に、団塊の世代の先生たちが一斉に辞める時期があったんです。

**岩谷** 先生の人的資源も変化したんですね。

### よい人間関係には環境づくりを

**日高** 児童が情緒的に不安定になるのは、やっぱり人間関係に

よるところが大きいです。ベテランの先生たちがそれをうまくされていたのを、経験知がまだ少ない先生がうまく支援できないことがありました。

**岩谷** 支援としてうまくいくとき、逆にうまくいかないとき、というイメージをお持ちでしたら教えていただきたいです。

**日高** 子ども同士でうまくいかない人間関係ができてしまった時に、教員としてどう介入するかという、教員も含めた環境づくりがあります。どちらかの味方になってしまったりどちらかが納得いかない。子どもたちには、先生という立場の人が自分たちの間に入ってかれて、うまく行くんやなという経験をもつてく

れればと思います。

### 熱心なかかわりが変化を生み出す

**岩谷** 支援がうまくいく時の要素にはどんなものがあるのでしょうか。

**日高** 一生懸命に勉強する教員がそこにいると、よい方向に進んでいくように思いますね。例えばその子がいてて困るな、難儀やな、とネガティブに考えるだけだと、かかわりの動きが止まってしまいます。この子の発達の凸凹つてどこからきているの？って考える視点をもって、誰かに聞いたり勉強しに行ったり、本を読んだりとしていると、その子の落ち着きも出てきたり、というのがあります。

**岩谷** 外来では、その人とぼくとの関係がまずあって、そこにいろんな支援者が加わってくれる。でも、そういう人間関係はかなり特殊なものです。出会った患者さんに社会的なものを経験してもらおうと思っても、段階として先になつてしまうこと

もありまし、僕たち支援する者がその場にいる機会は持ちにくい。学校では、最初から子ども同士の関係があつて、目の前で人間関係が進んでいくところに介入していくので大きく違うのですが、そこで立ち止まらないで、進んでいく姿勢の大切さは共通していると思います。

**日高** 勉強してかかわり方の選択肢の知識を増やすこともあり

ますが、そういう姿勢でかわつてくれる教員がそこにいる、というだけでもその場の雰囲気や人間関係が変わると思うんですよ。その先生の向き合い方が伝わっていくと、周りの子のその子への関わり方が変わっていく、浸透していく。

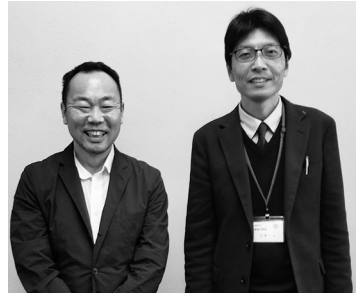
**岩谷** 何が人から人に伝わるのかと考えると、ひとつは言葉でのやりとりなのですが、そういった表現のもうひとつ奥にある、勉強熱心さや進んでいくという姿勢が伝わっていく。今はしんどいけど、これからいい方向に変わっていくんじゃないか、という、希望のようなものが、その子どもたちにも、大人を含めた周囲にも伝わっていくんですね。

**日高** 子どもってそれほど言語化しないですけれども、誰かが「そういえばあの頃となんか違うな」と言い出す。すると他の子が「今、雰囲気いいわな」と言う。

### 学校は生で生きている人の成長の場

**岩谷** すごいですね。教育委員会での経験で、ものの見方は変わりましたか？

**日高** 教育委員会は行政の仕事なので、事業をどう円滑に進めていくかが目標になります。学校はそうではなくて、即、子どもにつながる。授業でも部活でも、大人の行動がよりよい学びにつながっていくようにと考えるので、結果的に円滑でなくて



岩谷潤さん(左)と日高一人さん

もいい。その子にとってよければ、ギクシャクすることが大切なこともありますよね。それを消化する時間も大切です。

**岩谷** 大人でも子どもでも、身の人が相手なので、円滑にいくだけでなく、また困りすぎるわけでもなく、でも、困る時間にその人と周囲が成長する。学校でのお仕事を今、どのように感じられていますか？

**日高** おもしろいですね。どんな

変わっていく人が目の前にいて。こちらが投げかける言葉が影響する。そういう、生で生きている人がいて成長している場での仕事ってなかなかないと思います。教育委員会の中で事務的な仕事をできるようになっていく成長とはだいぶ違いますね。子どもと接していて見られる成長ってだいぶ違う。子どもは目的があって学校に来ているわけじゃなくて、義務教育なのでここにいる(笑)。でもつながっている、何か目的が生まれる。その子どもたちに接して、その中で大人として経験する成長って、おもしろいです。

**岩谷** 例えばどんな目的ができ

てくるんでしょう。

**日高** 内向的な子が発表する時には、そこにある段差が目的になる。僕からすると、この子がうまく発表できたらいいなあ、成長したらいいな。段差を上るといふ行動を通じて、その子の内側にあるいいところが外に出てくる、かもしれない。目的が合致しながらも、見ている方向は違うって、学校かな。

**岩谷** がんばっていることをこちらも後押しできる。人がどう成長するのかをしっかりと支えられる。目的や目線は違ったり重なりたりしながら、双方がそれぞれに成長していく過程は、とても魅力的で興味深いです。今日はどうもありがとうございました。

知りたい！  
聴きたい！  
こんなとくみ

第27回

## 引きこもり文学大賞について

「引きこもり文学大賞」は2019年の第1回目に続き、2020年に第2回目、2022年に第3回目を開催してきました。文学作品は本編部門と短編部門の2種類を募集しました。また、文学だけではなく誰もが参加しやすいように2021年には「引きこもり絵画大賞」も開催し

引きこもりとは何か？  
引きこもり文学大賞を  
通して考える

東徹さん（精神科医）

ました。引きこもり文学・絵画大賞のポイントはクラウドファンディングで資金を集めて、受賞者に賞金を贈呈していることです。

引きこもりのイメージを  
払拭したい

社会の引きこもりに対する悪いイメージを払拭したいと考えて、引きこもり文学大賞をやるうと考えました。きっかけは、

2019年に起きた川崎市登戸通り魔事件と、その通り魔事件を受けて息子を殺害した元農水事務次官長男殺害事件です。この二つの事件によって、引きこもりと犯罪の関連が強調されて、引きこもりに対する厳しい見方と偏見が社会で助長されました。そしてその見方と偏見が家族への圧力となつて、本人はまったく望んでいないのに早く外の社会に出ることが家族の役割と、家族が本人に強いストレスをかけて追い込み、家族関係がこじれて、結果かえって外に出にくい悪循環に陥ることを懸念しました。

イメージが変わった  
「オタク文化」の歴史

引きこもりの悪いイメージを払拭するためには、「オタク文化」の歴史が好事例になると考えています。昔、オタクは口外できない時代がありました。その理由は、平成元年に起こった「東京・埼玉連続幼女誘拐殺人事件」です。犯人がアニメや猟奇的な作品



にこだわりを持っていたことから、オタクに対する厳しい見方と偏見が一気に高まりました。しかしそれから30年以上の時を経て、今や「オタクが経済を回している」と言っても過言ではないくらいオタク産業が盛んになり、オタクが日本経済に大きな影響を与えています。また、ガンオタ（ガンダムオタク）や鉄オタ（鉄道オタク）、最近ではアイドルのジャニオタ（ジャニーズオタク）のように、オタクを肯定的に捉えるイメージが日本だけではなく世界に広がっています。オタク文化が辿った歴史のように、引きこもりもイメージを変えられる。その一助が引きこもり文学大賞だと考えています。

## 眠っている価値を掘り起こし 自己肯定感を高める

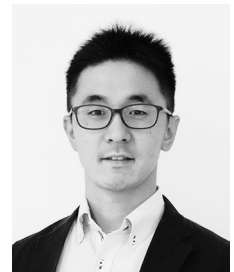
引きこもりのイメージを変える一助と考える理由は2つあります。まず一つ目は、作品をご覧になった人たちの驚きや感動の声があるように、作品を通して眠っていた価値を掘り起こせたことです。精神科医の私は、引きこもりは外圧から身を守るための行動だと考えています。それは自己防衛できている強い人であるということ。入院している人から見たら通院も薬も必要ない引きこもりの人は、ゴールで100点以上の健康な人に見えることもあるんですね。また厳しい言い方になりますが、困っている

のは親であって本人は困っておらず、何もしないでほしいと大体の方が望んでいることが調査でもわかっています。引きこもっている人たちは世間の目をよくわかっています。だから親や周囲が説教したって意味がないし、思考力がなくなっているわけでもなく、自分で自分を一番責めている人たちなんですよね。だから、大賞を通して自身の価値を見出して自己肯定感を高めてほしいと考えています。

## 賞金が出たことは 経済が回ったということ

二つ目は、クラウドファンディングを通してどこの誰ともわからない人たちと繋がって資

金が集まり、その資金を賞金として作者に贈呈したことは、オタク



東 徹さん

文化と同じように経済が回ったことを証明できたと考えていることです。コロナでステイホームになつてすべての人が引きこもることを強制されて、リモートやオンラインでさまざまにできるようなった世の中も後押しをして、引きこもっていても

いのは社会です。活動が経済につながっていくと、オタク文化のように引きこもりも文化として経済を回す一部になると考えます。「第3回引きこもり文学大賞作品集」を販売していることも経済を回していることの一つです。

## 受賞者からの声

「引きこもり文学大賞HPから」

受賞された方からのコメントの一部を紹介させていただきます。

「感想を添えてくださった方には、こちらの意図を汲んでいただき、救われた気持ちになりました。胸の内を作品に落とし込む機会が得られたこと、感謝

社会との接点を作りやすくなりました。だからこそ、これからは脱引きこもりではなく、引きこもっていてもできる活動を考えていくことが大切です。引きこもりの人の可能性を活かしている

す。

しております」

「おそらく通常の方法で世に出しても誰も見向きもしないでしょう。もっと良いものが書けたのではないか、もっと己を超え出ることができたのではないか、卑小な作品にとどまったことを恥ずかしいと思いつつ感謝いたします」

「ふと、兄弟のことを考えることはよくあるんです。ひきこもっている自分に対して、母親はかまってばかりで他の兄弟



はそのことをどう思っているんだろうな。母親の過干渉から逃れられていいなと思う一方で、寂しい思いをしたこともあるんじゃないだろうかと思ったり。物事には二つの側面があるんでしょうね。良いこともあれば、悪いこともある。時として、悪いことに目を向けがちなのが人間というものですが、良いこともきつとあるのでしよう。たとえば、この引きこもり文学賞なんてそうなのかも」

### 主催者の思い

「人間の魅力は愚かであること」

最近AIが注目されていますが、AIは引きこもる

ことができませぬ。AIとちがって人間の魅力は愚かであることで、人間らしさはダメなことに共感できることです。ドラえもんが欠陥ロボットだから愛されるように、ダメなことに共感できるから癒されたり楽しめる。だから引きこもりは強みになると考えています。イタリアにHikikomoriという言葉があるように、世界中に引きこもりの方がいて、海外からも11作品の応募がありました。引きこもり文学大賞を通して、オタク文化のように引きこもりの文化も世界共通の認識となつて、日本が発祥の地として引きこもり文化を引っ張っていく、そんな世界を実現したいです。

(取材・編集委員 橋口亜希子)

## 作り方

- ① さば水煮缶は汁を捨て、たべやすい大きさにほぐす
- ② キャベツは洗って水を切り、千切りにする
- ③ ①と②をマヨネーズとからしであえて盛りつけて完成☆



① さば水煮缶は汁を捨て、たべやすい大きさにほぐす



② 野菜を洗って水を切り、千切りにする



③ ①と②をマヨネーズとからしであえる

### 〈コメント〉

短時間でできて、しかも美味しい超簡単レシピでした！からしが入ることで風味豊かに、キャベツ（レタスでもOK）を加えることで食感にアクセントが出ます。1品たりない時、おつまみに、手軽に作ることができますよ♪トーストにのせてもおいしかったです。（編集部佐瀬）

❖「カンタンてぬき術」のレシピ絶賛募集中です。みなさんからのご応募をお待ちしています。できましたら写真も送っていただけると嬉しいです（・v・）





# カンタンてぬき術 (料理編)

■とっておきの「簡単・手抜き料理」を伝授します

## さばの水煮のからしマヨネーズあえ

千葉県 イチゴさん(本人・40代)より投稿いただきました。

材料 (1人分)

- |               |      |
|---------------|------|
| ・さば水煮缶        | 1缶   |
| ・キャベツ(レタスでも可) | 1～2枚 |
| ・マヨネーズ        | 適量   |
| ・からし          | 適量   |

材料



完成



## 精神疾患の早期発見、 早期治療窓口に徹する家族会



◎各地の家族会の活動をご紹介します。  
いきます。

涌波和信 木の芽家族会(兵庫)

木の芽家族会には毎月新規会員が増え続け、このままでは会場がなくて困っています！何故？どうして？お聞きしたい家族会は参考にしてください。

### 会の成り立ち

木の芽家族会の生い立ちは古く、昭和60年5月、灘区保健所の家族教室に集まった家族が相談員の熱心な指導にて38年前に誕生しました。家族の切実な願いで作業所を作り「社会福祉法人木の芽福祉会」を設立しました。

### 現在の家族会

家族会は、法人設立を機に作業所内家族会から分離して設立、当時の思い「精神疾患の早

期発見、早期治療窓口に徹する家族会」に変革しました。

ある日突然精神疾患の宣告を受けて、人生の夢（就労・結婚・子供等）を失い、どん底の当事者とご家族の一助となる全員が家族相談員となり、一人一人がリーダーで思いを実現する家族会と生まれ変わりました。

現在の会員数は121名です。毎月の定例会には約70名が、家族のみならずオブザーバーとして当事者、専門職（病院等）、議員も参加します。

### 会員の入会のきっかけ

①15年前に神戸市に思いを話し、神戸市精神保健福祉センター主催「精神障害者の家族向



「けセミナー」が実現し今も継続  
しています。相談窓口を訪れた  
ご家族を、医師による4回の講  
座と知事認定「兵庫県精神障害  
者相談員」の家族がグループ討  
議に参加します。

②神戸市助成による「新規発症  
患者こころの病家族教室」を開  
催。新聞、各区役所、医療機関

等にPRする(毎回100名参加)。

③兵家連、神家連の電話相談を  
担当し、後継者育成の訓練。

④「木の芽家族会通信」を配布。

⑤社会福祉法人木の芽福祉会の  
ホームページに掲載する。

⑥神戸市精神保健福祉センター  
等と連携し家族の悩みを共有。

### 定例会の状況

①毎月一回第二日曜日兵庫県福  
祉センターにて開催していま  
す。三部制にわかれ、問題解決  
を専門家の支援を借りて即！対  
応しています。

・1部(10時～12時)予約制に  
て障害年金、親亡き後の相続等  
生活に関する問題を直接社会保  
険労務士が個別面談。

・2部(12時～13時半)精神科  
診療所に勤務するPSW・臨床  
心理士による家族向けSSTに  
て勉強会(約30名)。

・3部(14時～16時半)定例会  
(約70名)すぐ役に立つ情報を  
提供とグループ別討議。

### 家族会の活動状況

(リーダー中心)

①定例会に厚生労働省担当官と  
国会議員が参画しました。県  
各市に超党派議員主導の「議員  
精神保健研究会」稼働中。

②地区別部会に少人数で地区事  
業所での意見交換会。

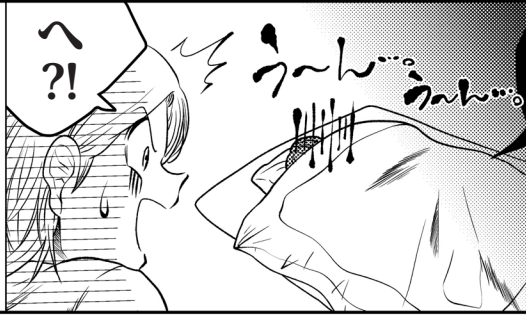
木の芽家族会へは

(090-7108-0369 涌波)まで





…という事が  
あったらしいが  
その時の記憶が  
今は無い

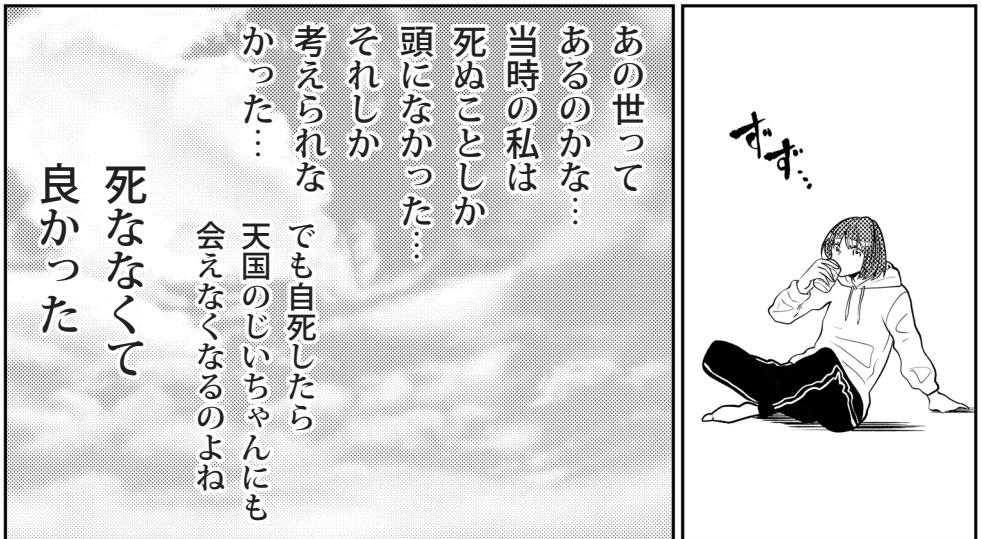


じいちゃんが  
私の上に  
乗っている…



じいちゃん  
あかつきの事が  
心配で見に  
来たたのかもね

その時の  
あかつきは  
決まって  
目が虚ろ  
だったし  
声にも  
力が入って  
なかったのよ



ずず…

あの時って  
あるのかな…  
当時の私は  
死ぬことしか  
頭になかった…  
それしか  
考えられな  
かった…

でも自死したら  
天国のじいちゃんにも  
会えなくなるのよね

死ななくて  
良かった

## 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 推進議員連盟へ要望書提出

5月24日に開催の同議員連盟  
総会に伴い、要望書提出しまし  
たので掲載します（一部改編）。

#### 【要 望 書】

1. 本人中心の医療実現と本人・  
家族のもとに届けられる人権擁  
護が守られた支援・治療サービ  
スの実現

今年大きく報道された東京都  
八王子市の滝山病院事件の発生  
は、法に基づく行政の立入検査  
や実施指導を行う中では把握す  
ることも防ぐこともできないま  
ま見過ごされてきている実態も  
明らかになりました。

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、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、精神科医療のあり方につ  
いて今一度精査すべきです。

1) 精神疾患の予防と早期発見、  
早期支援、重度化予防のための  
啓発教育の普及と地域メンタル  
ヘルス構築

#### ①啓発教育の推進

a. 高校教科書でのカリキュラ  
ムがはじまりました。実際の授  
業実施の実績内容の把握と分析  
をしてください。そのなかで教  
員の方たちが授業をしやすくす  
るためのフォローができるよう  
にすることが大切です。また、  
教員と授業を受けた生徒がどの  
ような学びとなったのかのヒヤ

リングもおこなってください。  
当事者・家族の声が授業に協力  
できるような工夫をおこなって  
ください。【文科省】

b. 前回、高校教科書の副読本  
として、高校生向け冊子『君の  
ことを気にかけている、親の  
思い、保健室のつづばき』（群  
馬大学地域貢献事業2021年  
度「ユース世代のこころの健康  
社会に向けた県内ネットワーク  
の推進」）などを紹介しました。  
実際に使用されたカリキュラム  
を補う教材があれば教育現場の  
みならず、当法人などにも情報  
共有してください。【文科省】

c. 精神疾患の発症のピークは  
中学生の時期にもあります。高  
校でのとりくみから、義務教育  
課程の学習指導要領においても  
精神疾患に関するカリキュラム

を早期に確立する必要性がある  
と思います。実施に向けての見  
解を示してください。【文科省】

d. 全国民が誤った認識に至ら  
ないためにも、マスコミなどメ  
ディアリテラシーのあり方など  
の啓発喚起をしてください。ま  
た、社会的ステイグマの解消に  
向けた正確な啓発教育、一般市  
民・医療関係者への精神疾患・  
精神障害者に関する人権擁護教  
育を推進し、精神疾患に対する  
基礎知識や制度についての理解  
を深めてください。【厚生省】

②ワンストップでいつでも助け  
を求めることができ、支援者が  
すぐに来てくれることを想定し  
た相談窓口（早期相談支援体制  
の構築・24時間365日対応相談窓  
口の開設・精神保健福祉の専門  
相談員・訪問サービス実施など）

を地域格差がないように整備し  
てください。

2) 不必要な身体拘束を止め、精  
神科医療の充実・精神科病院の  
人員配置基準見直しを求めます

① 医療保護入院・家族等同意の  
廃止をしてください。

強制入院が必要かどうかは医  
学的見地から専門医が判断する  
ことです。この際、家族等が関  
与しなくても人権擁護の観点か  
守られることは言うまでもあり  
ません。医療保護入院の家族等  
同意は、私人である家族らに精  
神的な負担を与えています。病  
院以外に頼る先がない状況に追  
い込まれる中で家族等同意は  
利益相反になることすらありま  
す。家族の精神的負担と本人の  
人権擁護の観点からも、医療保

護入院という仕組みと家族等の  
同意については、廃止すること  
を強く要望いたします。

② 身体拘束が実施されている現  
実があります。「切迫性」「非代替  
性」「一時性」の3要件で生命の危  
機のあるとの遵守事項として、不  
穏多動という恣意性のある状況  
を排除してください。百歩譲って  
今おこなわれている身体拘束に  
ついては、原則として常時の臨床  
観察を行い、適切な医療及び保護  
を確保しなければならぬもの  
としてください。あるいは、身体  
拘束が漫然と行われることがな  
いように、医師は頻回に診察を行  
うものとするができる、十分  
な人手を確保した中で、命に関わ  
るようなことがないように対応  
してください。

少なくとも医師や看護師の配

置が十分でない療養病棟での身体拘束は禁止するといった厳密な対応を考えてください。

③診療報酬や人員配置の水準を充実してください。医者・看護師・コメディカルの重層的な配置を行ってください。精神科特例の水準を引き継ぐのではなく、一般診療科と同等の配置基準に近づけてください。

④意思決定支援の充実、インフォームドコンセントの徹底、更には、SDM（共同意思決定）の実現を推進し、アドボケイト機能の制度化を加速してください。

⑤ピアサポートの充実の為、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。

地域で支え合う当事者会や家族会の活動では、専門家の支援

とは異なるピアサポートが可能です。家族による相談支援、家族による家族学習会・プログラムなど、家族の体験に基づく支援は、専門家の支援とは別の効果と意義のある貴重なものです。家族相互の支援体制を充実させるための支援策を求めます。この活動を継続・拡大するため、公的な財源の確保が必要です。

⑥短時間雇用・超短時間雇用を求めます。

障害者雇用促進法の改正により短時間労働の対応などは一定改善する方向になりました。引き続き、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すること。職場定着支援の更なる充実を求めます。

⑦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。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（対話型支援の充実）する体制を推進してください。

家族支援では、心理社会的リハビリテーションの診療報酬化（家族心理教育、訪問家族支援）を実現してください。

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【国交省へ】

2021年6月には、「真の共



生社会実現に向けた新たなバリ  
アフリーの取組」という国土交  
通大臣指示がだされ、公共交通  
機関における精神障害者割引の  
導入促進が打ち出されました。

国会の場でも代表質問中で、国  
交省から「精神障害者割引の導  
入について事業者に対する要請  
や実務的な検討をおこなうなど、  
当事者の利便や負担軽減に資す  
る施策について着実にすすめて  
おります」旨の回答があります。

その中で、私鉄大手では西日  
本鉄道に続き、近畿日本鉄道が  
割引実施となりました。しかし、  
JRなど交通運賃割引制度が精  
神障害者には適用されるに至っ  
ておりません。この取り組みを  
一層加速化してください。

①鉄道バリアフリー料金制度の  
実地に伴い、精神障害者への割

引実施を盛り込む要請をしてき  
ましたが、この点が実現できな  
かった要因と今後の対応策につ  
いて教えてください。

西日本鉄道での精神障害者割  
引導入の経緯や実績、また、近  
鉄の取り組みをまとめ、全民間  
鉄道に照会してください。

②JR各社や高速道路各社は、全  
国各社の足並みがそろうにはど

んな要件が必要なのでしょうか。  
その実現のために、政府がどのよ  
うな調整を行えるのか具体的な  
方針・対策を示してください。

③運賃割引が実現するまで、家  
族会・当事者団体が国交省との  
意見交換をする場、また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。以上

#### みんなねっと事務局の動き

4月6日(木)	JLSA (全国地域生活支援機構) 意見交換
4月7日(金)	埼玉大会内部実行委員会
4月10日(月)	NHK取材
4月11日(火)	128回障害者雇用分科会に係る 事前説明
4月11日(火)	国交省差別解消法対応指針等の 改正についてヒヤリング 代表理事会
4月13日(木)	滝山病院事件院内集会第2弾 (情報公開)
4月14日(金)	第2回新秩父宮ラグビー場に関 わるUDワークショップ
4月17日(月)	障害者雇用分科会
4月18日(火)	メディアガイドライン作成会議 全家連資料確認 (地域精神保健 福祉機構)
4月19日(水)	ヤンセンファーマーヒヤリング
4月21日(金)	北家連(理事会)訪問 地域で安心して暮らせる精神保 健医療福祉体制における入院医 療による支援のための研究(非 自発的入院に関する実態調査) 班会議
4月24日(月)	ベータトリップ打合せ
4月25日(火)	代表理事会
4月27日(木)	編集会議

■近々、推しが主演の映画が公開されます。公開日より3日間の動員数でその映画がヒットするかどうかがわかるみたいです。いつもはそういうことを気にしないで観ていましたが、今回は初日に観に行こうかなあと思っています。たった一人で変わるのかどうか、さだかではありませんが。どうか、ヒット作になりますように……。(安納)

■何時かとはほのかに考えていたイギリス・ReLink見学の機会が訪れました。自ら飛行機や宿泊先、観光地の手配など慣れないことに挑戦しています。学んだはずの英語はスッカリどこかに消えてしまい、高齢の身で出かけることは不安で一杯ですが、卒業旅行で行ったばかりの孫には地図の

見方を教わり、英語が少しはましなアメリカ留学中の孫に通訳を頼んだりして、老いては孫に従う旅を無事実施してきたと思います。(飯塚)

■ある都内の研修に参加したときのこと。支援者の立場でもある家族の方がこんなお話をしてくださいました。支援者として相談を受けた際は、当事者の体調が悪い場合に「こんな大変な状況であるなら入院したほうがいい」と判断できるのに、自分の家族の場合にはなかなかその判断ができずに葛藤すると。正に家族だからこその思いです。改めて他人事ではなく自分事として捉える大事さを教わりました。(高村)

**【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 194 号(2023年 6 月号) 定価 300 円

発行日 2023 年 6 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 個別・年間 3600 円  
 理事長 岡田久美子 複数・年間(お問い合わせください)  
 〒167-0054 東京都杉並区松庵 3 丁目 13 番 12 号  
 TEL03-5941-6345 FAX03-5941-6347  
 ホームページ [www.seishinhoken.jp](http://www.seishinhoken.jp)  
 郵便振替 00130-0-338317 加入者名 みんなねっと

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

# 「家族相談eラーニング研修」を受講してみませんか？

みんなねっとでは、家族相談員がオンラインでいつでも学ぶことのできる「家族相談 eラーニング研修」を作成しています。

この研修は、現在家族相談員として相談活動を行っている方、または、これから電話相談をはじめ家族の方が、電話相談の意義とともに、そのスキルを学び、日々の相談活動に役立てていただくことを目的にしています。

この度、基本的な相談対応が学べる「基礎編」に加えて、なかなか対応が難しい場面について、家族相談員としてどのような姿勢で対応したらいいかを学べる「困難事例編」を作成しました。以下の対象者にあてはまる方は、ぜひ活用ください。

なお、「基礎編」を受講された後に「困難事例編」を受講されることをお勧めします。

**☆受講方法：みんなねっとのホームページに ID 登録**

**\* 受講するには個別に ID 登録が必要です。**

**\* 登録方法は裏面をご覧ください。**

**☆対象者：家族相談員として相談対応をされている方、  
これから家族相談をはじめ家族の方**

## 家族相談員 eラーニング研修

家族相談員 eラーニング研修とは、都道府県家族会連合会の傘下にある家族会（単会）に所属する家族会員の方で、電話相談員になろうとする方、すでに電話相談員として活動されている方が知識とスキルを学び、日々の相談活動に役立てていただくことを目的としたオンライン研修です。

受講を希望される方は、事務局にお問い合わせください。（☎ 03-5941-6345）



# みんなねっと ID の登録をお願いします！

① ホームページのホーム画面で、右上の人型マークをクリック

みんなねっと 公益社団法人 全国精神保健福祉連合会 団体概要 …… メルマガ タグ



笑って、語って、つながって  
精神障がい者家族の会  
公益社団法人  
全国精神保健福祉連合会



Supported by  
日本財団  
THE NIPPON  
FOUNDATION

CYCLE  
JKA Social Action  
精神障がい者家族の会

② 一番下の「みんなねっと ID を登録」のバーをクリック

## みんなねっと ID ログイン

メールアドレス

パスワード

ログイン



みんなねっと ID を登録 登録は無料です

③ 自分のメールアドレスと自分で考えたパスワードを記入して赤の登録ボタンを押す

## みんなねっと ID 新規登録

メールアドレスとパスワードを入力してアカウント(みんなねっとID)を作成してください。

メールアドレス 必須入力

パスワード 必須入力

パスワード (再入力) 必須入力

\*パスワードは各自メモをするなどして  
忘れないようにしてください。



みんなねっと ID を登録