

月刊 みんなねっと

8
2023



ふしぎな生き物 チアキ

特集 見えにくい障害にもやさしい取り組み



～あなたの声をお寄せください～

家族・当事者のみなさまへ

- * あなたにとって「差別」とはどのようなことですか
 - * あなたにとって「虐待」とはどのようなことですか
- (実体験もお待ちしております)



みんなねっとでは国等の会議の場で、医療・福祉制度や施策をよくしていくためにさまざまな発言をしています。みなさまから寄せられた大切なお声を、施策提言への参考とさせていただきたいと思います。

送付方法

メール desk@seishinhoken.jp

- ・お名前（匿名 OK です）、診断名、年齢、お住まいの都道府県を入れてお送りください。

オンラインタイプの会員「WEB賛助会員」 (年度会費3,600円)募集のお知らせ

～従来の郵送版ではなく WEB 上から「月刊みんなねっと」を閲覧でき、
スマホや PC、タブレット等からいつでもアクセス OK です～

★申し込み方法★

1. 新規でお申し込み

みんなねっとのホームページにアクセス→右上の人のマークから個人ID を取得→賛助会員の申込み（オンラインタイプ）→会費納入確認後に閲覧開始となります。

2. すでに個別賛助会員の方でオンラインタイプへの切り替えをご希望の方

みんなねっとのホームページにアクセス→右上の人のマークから個人ID を取得→マイアカウントにログイン→マイアカウント内紫色の賛助会員ご入会済の方はこちらより詳細情報を入れて登録→マイアカウント内オンラインタイプへ変更をクリックから進む→完了→会費納入確認後に閲覧開始となります。

3. 家族会・複数賛助会員の方は事務局へご相談ください。

もくじ

2023年 8月号 通巻第197号

2 みんなのわ——読者のページ



6

特集

見えにくい障害にもやさしい取り組み

高橋儀平ほか

-
- 14 多事彩々 ころろ休まる妄想 野村忠良
- 16 みんなねっと相談室から(第52回)
入居した施設に「戻りたくない!!」
- 18 子ども・きょうだい・配偶者 家族いろいろ(その40)
兄らしく生きることを支える
- 20 リレー連載「リカバリーをめぐるって、対話のように」⑤
希望をつなぐ映画上映プロジェクト (対話) 白澤珠理・坂本将吏・小沼聖治
- 24 **知りたい! 聴きたい! こんなとりくみ**(第29回)
ころろはひろく気持ちはまあるく「農福連携ころろんファームの実践」
- 28 **精神科薬剤師に聞く! クスリの疑問 第2回**
- 32 **フー! フー! これからの家族会 第4回** ま♡いっかの会(岡山)
- 34 マンガ **私の七転び八起き** 心の叫び 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「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

◆匿名希望 家族（70代）

5月号「瀧山病院の事件をうけて」のお2人の投稿を読んで考えさせられました。昨年の入院した息子が初めて「隔離病棟」に5日間入りました。

その間、家族はホッとしていたところ、本人は「どんなに苦

しくても『当直の先生を呼んでください！』と必死に頼んでも伝わらなかつた。隔離病棟にすることで本当に頭が狂いそうだった。もう思い出したくもない！』とつらかつた日々を話してくれました。

折しも、つい先日、同じ体験をされた友人からも「髪の毛が抜けてしまう」などのストレスだったと。私はそれらの話を聞いて、病態によつては知る由もありませんが、独房に入ることが本人の治療にとつてどんなにダメージが強いことか。そしてそこまでする必要があるのでうか、と疑問さえ湧いてきました。最近では薬への依存症が強く、もう一生ダメなのか！と諦めて

いました。しかし、やつといい薬にめぐり合い、少しずつ起きられるようになり、友人とも会えるようになりました。この間変わらない友人の友情にどんなに救われたことでしょうか。

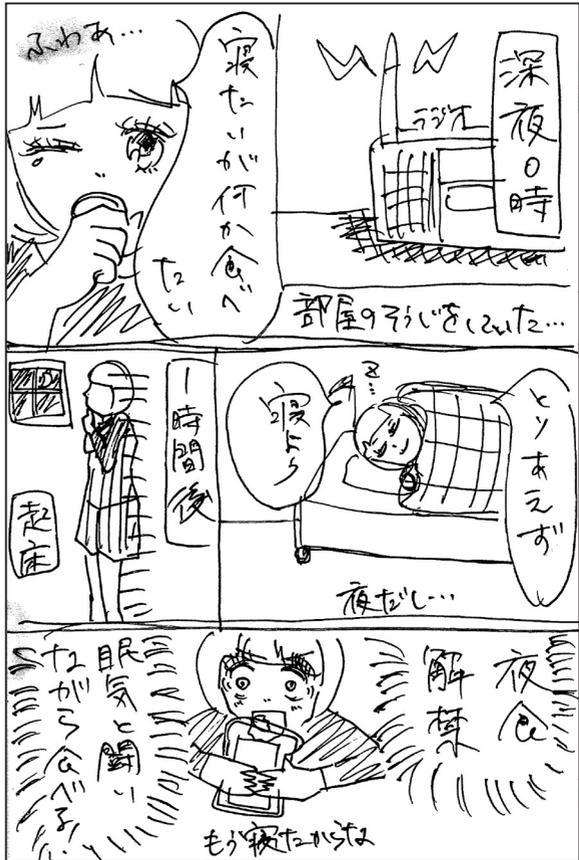
心通う友人と話している時の生気に満ちた姿を見ると、薬も大切ですが、人薬のありがたさが身にしみます。医療の場でも、もつともつと人薬への視点が広がっていけば、と思いました。どうか弱い立場の当事者の方々に温かいひと言をかけてください。

◆岡山県 藤井直子 本人（40代）

「料理がでなかつた私が料理をするようになりました」

私は現在、障害者枠で市役所の事務員をさせていただいています。昨年度は健康医療課にいました。健康医療課では、毎月みんなねつとがみんなのところへ回っていました。その時、隣の席の保健師さんが、カンタン手抜き術があるよ、と教えてくださっていました。いつも一緒においしそうと拝見していました。

4月から図書館に異動になりました。6月は食育月間なので、健康医療課の管理栄養士さんたちが、一所懸命特設コーナーを作っておられました。それに興味を持ち、児童書から料理本を借りて、簡単な料理を作り始めました。そして今回6月号の「さばの水煮のからしマヨネーズあ



◆千葉県 鈴木すず 本人(30代) イラスト

え」を作ってみました。水煮の残りは猫にあげられるし、おいしいし、体にいいし、一石二鳥でした。ありがとうございます。

◆岡山県 ふつくん 本人(30代)
5月号の南山先生が放送大学の授業で「みんなねつと」を紹介していて、拝読するようになりました。南山先生の論文の

ハハ」こんな風に、妄想はすべて現世願望を言っていると気づいてから、妄想を言われても、現世願望を言うにぴたりと止まる。繰り返しうちに、妄想もだんだん下火になっていった。

◆長野県 長井創造 本人(40代)

髪型は重要です。カット専門店で千円でやってもらうより、ちゃんと床屋さんか美容院で四千円でカットしてもらった方がモチベーションがぐーんと上がります。

朝、ごはんを食べてから鏡を見て、ワックスをつけます。これだけでやる気が上がります。個人差はあると思いますが私は元気になります。

みなさんも試してみてくださいでしょうか。

◆鳥取県 なしっこ 本人(30代)

4月に2週間ほど入院しました。いろいろと無理がたたったのだと思いますが、転院先での少々ハイペースな減薬で躁転したと、今の主治医の先生はおっしゃっています。

入院は誕生して以来のことではじめてでしたが、躁状態だったからか、あまり不安は感じなかったかもしれません。職員さんも患者さん方も親切でした。しかし元の主治医の先生による増薬のためか、落ちついてくるにつれ、やはり実家が恋しくなってきました。



私は2週間強の入院ですんでよかったです。

現在は退院して自宅療養しています。スマホと車のキーは親預りなので少し不自由ですが、手紙を書いたり、こうして雑誌に投稿したりして過ごしております。

町役場で働き始めた同病のお友達の話など聞くと焦りますが、自分のペースでがんばります。

特集

見えにくい障害にも

やさしい取り組み

見えにくい障害とユニバーサルデザイン

東洋大学名誉教授 高橋儀平

1. 見えにくい障害とは何か

見えにくい障害とは何でしょうか。精神障害や心臓疾患、聴覚障害のように外見に表出していない内部障害でしょうか、多くの人が理解できにくい難病等の希少障害でしょうか。あるいは困りごとがわかりにくい障害でしょうか、そもそも他者の障

害を見ようとしないうる行為、態度のことでしょうか。ひょっとすると本人自身が「見えない障害」について意識していない、説明できない場合があり、言われて一番困るのかもしれない。誰でも生活していれば必ず困りごととはあります。たとえ見える障害のある人と一緒に長く生活していても、本人がリクエス

ない限り、何に困っているのか見過ごししてしまい周りの人が反省することもあると思います。

このように「見えない障害」は多様性に満ちています。私はできる限り「見えない障害」を固定化しないでとらえようと考えています。実は、ユニバーサルデザインも特別に見えないことがよいデザインと言われてきました。周辺環境に溶け込まず「配慮している」、「やってあげている」ようなデザインはユニバーサルデザインとは言えないのです。一方で、見えない障害への対応によつては「障害の見える化」に寄与することとなり、多くの人の目に触れ「見えない障害」の理解の促進につながります。



高橋儀平さん

とはいえ、本稿では、視覚障害のように本人が見えない障害、聴覚障害や人工膀胱、人工肛門装着者（オストメイト）のように外見から見えない障害への気づき、そして精神や発達障害のように心でも見えにくい障害とユニバーサルデザインについて論じます。

2. 見えない障害に対応したバリアフリーやユニバーサルデザインの政策を振り返る

ご承知のように、バリアフリーもユニバーサルデザインも身体障害の中でも特に車いす使用者を中心に政策が展開されてきました。視覚障害に対しては、点字案内や点字ブロックなどの対応が車いす使用者とほぼ同時に始まりましたが、乳幼児連れの人への対応は少し遅れて登場しました。周囲の人に見えない障害というカテゴリーから物的環境の改善につながり、障害の見える化に最初に成功したのは、聴覚障害者への文字情報の提供でした。聴覚障害者には建

築側が対応できることはないと思われていた時に、私は建築環境は聴覚障害者のバリアフリーに大きく影響すると考えていました。今では文字情報や案内サイン・誘導サインは聴覚障害者に限らず誰にでも必要な情報提供手段になっていますし、わかりやすい空間配置はユニバーサルデザインを構築する上で重要な位置を占めています。

次に見えない障害として届い



たのが、オストメイトの方へのトイレ対応でした。具体的には排泄物を入れたパウチ（袋）を洗浄する水洗設備（汚物流し）の導入でした。現在は少なくともトイレの1箇所には温水設備を設置することがバリアフリー法で義務づけられています。汚物流しは障害のない子供や大人の緊急排泄事態にも利用されることが度々あります。法制化によりオストメイトの方のトイレ利用の困難さと障害が見える化し、見える化によりしつかりとオストメイトの方への人権意識が高まり始めています。

さらに遅れて登場したのが東京2020オリンピックパラリンピック大会前後に導入が始



まった発達障害者等の方へのカームダウン、クールダウンスペースです。私自身発達障害者のために男女共用トイレが必要であることは2013年頃から意識していましたが、競技の観戦時に一時的に気持ちを落ち着けることができ空間が必要であることは、新国立競技場のユニバーサルデザイン・ワークショップの場で橋口亜希子さん

から教えていただきました。振り返ると、小学校のオープンスペースには従来から小さな個室空間（可動ボックスの場合もあり）が設置されてきました。今から40年以上前になるのですが、スウェーデン北部の中学校の教室の奥に2つの小さなブースがあたり前のように設けられていたことを思い出します。そのブースも同じような機能を包含していたのかもしれない。

見える化がイコールユニバーサルデザインとは言えないのですが、見たくない人へ基本的な人権であることを知ってもらうためには大切な方法です。今後、各種整備基準やガイドラインに明確に位置付けられていくこと

が求められます。

3. 見えにくい障害とユニバーサルデザイン事例

以上の考え方でいうと、見えにくい障害に対するユニバーサルデザインの解釈は2つあると思います。一つは見えにくい障害が見えてきた時への対応です。もう一つは見えにくいまま



自然に風景や空間に溶け込んだ対応ケースです。バリアフリーと思われていた先行事例からも見えない障害が見える場合があります。例えば、視覚障害者の移動をサポートする点字ブロックは本人にも周囲にも障害の見え化を支援し、移動の権利にも対応しています。同時に知的や発達障害の人、軽度認知症の人の移動支援をサポートする場合があります。自分のためだけと思っていた合理的配慮を含む個別対応のバリアフリーがより多くの市民の利用に供することがあたり前の時代です。それに気づくか否かが見えない障害への理解を広げるチャンスなのだと思います。

4. まとめ

見えない障害について考えることで、多くの創造的なデザイン、ユニバーサルデザインの進化を喚起させていると考えています。ほんの小さなデザインへの試みが障害のある人の人権保障やわけ隔てのない社会づくりに進むのです。それがユニバーサルデザインの狙いです。



見えにくい困りごとへのとりくみ

先進事例の紹介

見えにくい困りごとがある人の中には、初めての場所や慣れない場所、人混みや周囲の視線、音や光が苦手などの特徴に状況判断の苦手さも伴って、行きたくても行けないとあきらめている場所は多くあります。そんな見えにくい困りごとを解決するとりくみがユニバーサルデザイン社会の実現を目指す日本でも増えています。

センサリールームとは

センサリールームとは、明る

すぎない照度と、大きな音や声などの大音量を遮る遮音が施され、人混みや周囲の視線を避けたい安心できる部屋で、防音ガラス越しにサッカー観戦や映画などを楽しめることを目的とした部屋。目的の前提には、見方や楽しみ方の「方法」が多数派とは違うだけで、困りごとがない人たちと同様に「観る」「楽しむ」といった目的は一緒であるとの考え方があります。環境調整をすれば行けない場所が行ける場所に変わる「社会モデルの考え

方」が実現した部屋と言えます。イングランドのプレミアリーグでは常設設置がスタンダードになりつつあります。日本でも、建設が進んでいる広島新スタジアムでは日本初「新設での常設設置」がされます。

カームダウン・クールダウンとは

カームダウン・クールダウンには、パニックが生じた時に「冷静になるための部屋やスペース」と、パニックを予防するために「静かな場所に行きたくなったら過ごす場所」と2つの利用目的があります。目的の前提には、移動や非日常的な空間において不安や心配を強く感じてしまう見た目にわからない困



成田空港
ゲームダウン・クールダウン

りごとがある人たちの安心、安全を、部屋や空間の存在

で担保するとの考え方があります。日本では成田国際空港が公共交通機関で初めて設置されたことをきっかけに、羽田国際空港、旭川空港、中部国際空港、新千歳空港と空港を中心に設置が進んでいます。

事前に確認できるアクセシブルルート※¹⁾とは

アクセシブルルートというと段差がないなどハード面をイメージしがちですが、美術館や

※アクセシブルルートは2種類あり、1つ目は段差がない経路など物理的なこと、2つ目は移動動線などを情報にすることです。

空港などで、施設への移動や施設内で体験することについて、写真や動画でわかりやすく事前情報として提供するアクセシブルルートの公開が進んでいます。初めて訪れる場所を事前に確認できることで、見通しが立ち不安を減らすことができ、行くことへの心理的ハードルを下げるのが目的です。例えば、徳島県立近代美術館では美術館へ入るところから中の様子が説明付きの写真、動画、マップなどさまざまな方法で館内案内を事前に見ることが出来ます。

スローレーン

コロナ禍で話題となった「レジ圧」。レジ圧とは高齢者や見

えにくい困りごとがある人の中には、スパーマーケットでのお会計時にもたつくことで、後ろに並んでいる人からのプレッシャーを感じて、レジ前で焦ってしまつてうまくお会計ができないこと。そのレジ圧の解決策として考えられたのが「スローレーン」。通常のレジレーン以外に、落ち着いて自分のペースでゆっくりお会計ができるスローレーンがあり、後ろの人のレジ圧を感じずに安心してお買い物ができます。



スローレーン

(執筆・編集委員 橋口亜希子)

川崎市がとりくんでいるクワイエット アワーについて取材しました

川崎市は「かわさきパラムーブメント」プロジェクト」のとりくみの1つとして、今年2月に川崎市宮前区にある東急ストア宮崎台店において「クワイエットアワー」を試行実施しました。令和元年7月にもイオンスタイル新百合ヶ丘店において日本初のクワイエットアワーを実施しましたが、新型コロナウイルスの影響でその後進めることができていませんでした。

かわさきパラムーブメントとは？

川崎市では、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を契機として、「誰もが自分らしく暮らし、自己実現を目指す地域づくり」を目指して「かわさきパラムーブメント」という運動を市民の皆様と一緒に進めています。そのレガシーとして「心理的バリアが解消されたまち／心のバリアフリー」「社会的バリアが解消されたまち／ユニバーサルなまち」など7つのレガシーを掲げていて、これらレガシーの実現に向けて

とりくみを進めています。
クワイエットアワーとは？

発達障害などがある方の中には感覚過敏の特徴がある方もいらっしゃる、店舗内の音や光、おいなどが原因で「買い物に行けない。行けても苦痛、我慢している」といったことが困りごとの1つとなっています。そこで英国やオーストラリアなどの商業施設では、曜日や時間帯で音や光を緩和して、感覚過敏のある方でも安心して買い物に行ける環境を作



るとりくみがされています。それがクワイエットアワーです。川崎市は、感覚過敏のある方も安心して買い物に行ける環境を実現していくこと、そして感覚過敏について知らなかった人にも気づきを与え、心のバリアを取り除ききっかけになることを目指しています。

普及のための工夫「サポートブック」

見た目ではわかりづらい発達障害の特徴である感覚過敏の方が、安心して生活できることに加え、周囲の人への理解を進めるために専門家の意見や当事者、市内の店舗へのヒアリングをもとに、店舗が独自にクワイエットアワーを実施する時

サポートブック表紙



の注意点や実施すべきことなどをまとめたサポートブック「クワイエットアワー」を実施のためのサポートブックを作成して、川崎市のHPで公開しています。

クワイエットアワーを通して、市民や社会に伝えたいこと

人は、年齢、性別、人種、障害のあるなしなど同じ人間は一人としていませんが、その違いによって心のバリアを作ってしまう、悩み苦しんでいる人がい

ます。だからこそ、その違いに気づくこと、お互いを理解して認め合うこと、その先にお互いを尊重する豊かな社会が形成されると考えています。障害者をはじめ、マイノリティとされている人たちがいきいきと暮らす上での障壁をなくすためには、個々が持つ意識や社会環境のバリアを取り除いて行くこと、そして自分に何ができるのか、考え、行動することが大切だと考えています。かわさきパラムーブメントの目指す、誰もが自分らしく暮らし、自己実現を目指す優しい社会に向けて、今後もクワイエットアワーのとりくみを推進していきます。

(取材・編集委員 橋口亜希子)



いじこ休まる妄想

新聞に、アフリカの住民が目にした悲しい出来事が載っていた。

干ばつで、ゾウの母親が衰弱死。残された幼いゾウは、ひとりで遠くまで水を飲みに行き、さ迷っていたが、3週間後に歩けなくなつてライオンに襲われた。その時の最期の悲鳴が遠くまで聞こえた…という記事。

読み終えて、ゾウの絶望的な悲しみを我がことのように感じるとともに、ゾウの生息地や気候を破壊してきた人類と、その一員である自らの罪を深く思つて、涙があふれてきた。

もし、筆者がこの世の務めを終えたとき、次にはどんな役をやりたいか、と神様に聞かれたら、ぜひ「境界」のパトロー



ルの仕事を、とお答えしたい。この世とあの世との境界でパトロールをし、この世からたどり着いた生き物や人様を見つけて、みんなを神様のもとに送り届ける役である。

神様は、どんなに悲惨な亡くなり方をした生き物でも天国で健康な姿に戻し、新しい役と姿とを与えて宇宙に再び送り出してください。そんな命の循環が、この宇宙にはあると筆者は深く感じている。

この思いは妄想かもしれないが、ずいぶん前から筆者のこころを占めていて、悲しみが深まれば深まるほど、鮮烈になってくる。

いまはこの世の問題に、一人の人間として精一杯に向き合っているが、それを終えたら神様をお願いして、境界パトロールの仕事に就かせていただく…という妄想が、筆者のこころを限りなく安らかにしてくれている。

(野村忠良)

《第 52 回》

入居した施設に 「戻りたくない!!」



◆お母さまからのご相談内容

父親が他界後、この数年入退院を繰り返している4代の息子。私は持病が悪化し息子との生活が困難に。思案して前回の退院時は自宅から電車で2時間ほどの精神障害者社会復帰施設への入居にこぎつけた。その施設で過ごした後、自立した生活を営む当事者の話も聞いたし、実際に私自身も見学をして希望がもてた。「退院後は家にー」と主張していた息子だったが、私の体調悪化も含めて話し合いの末、息子には納得してもらい、退院と同時にそこへの入居が実現した。

ところが入居後、しだいに、この施設への不満を募らせ、月

に一度の外泊の際には、「家がいい!」「戻るのなら死んでしまった方がいい」と私に訴え、毎回施設に戻すのに苦労している。息子がそんなにこの施設が嫌なのなら、あきらめて別の道を探すべきなのか?

◆確認したこと

「息子には、親なきあとのために力をつけてほしい」というお母様の切なる願いです。そのため、探索の末、入居実現となった施設なのに、外泊のたびに息子さんが発する言葉から、不安なつらい心境に陥りそのつらさに耐えかねているお母様。

まず第一に確認したのは、「息子さんがこの施設でスタッフや

周りから不当な行動やいじめな

どを受けてはいないか」という

ことでしたが、お母様から「そ

の心配はない。むしろ職員たち

の対応には工夫がみられるし、

好感がもてる」との明解な返答

があり、加えて息子さんの不満

足の理由として次の2つをあげ

られました。

①本人の苦手なスポーツ等を

動かすプログラムが多いので

その時間帯が苦痛だし、考え

るだけで気が重い。

②施設が農業地域にあり、商店

も少なく都会育ちの息子には

不便で寂しい。

こんな息子さんのつらい気持

ちをおもんばかり、このままに

みでした。

◆相談員からお伝えしたこと

入居して4、5か月の息子さ

ん、外泊のたびにこずるもの

の、よくがんばっておいでだと

思いました。発症して40代まで

親元で暮らしていた方が、新し

い環境に入られたわけです。慣

れない場所や人との生活、不安

なお気持ち、想像に余りありま

す。しかし、施設に戻りたくな

い気持ちは、精神疾患だから…

でなく、むしろ病の有無に関わ

らず多くの若者が親元から羽ば

たくときに経験する一種のホー

ムシツク的感觉や、頼りになる

親への甘えから強く発せられ、

まっている、という部分が大き

い気がしました。

お母様が、「親なきあと」に

向けて息子さんにつけてほしい

と願われる「力」は「ありのま

まの姿で親以外の人たちを頼っ

たりお願いできるようにする」

ことではないでしょうか？ 施

設のスタッフとお母様の連絡も

よく取れているとのことす

し、あとしばらく、息子さんの

不満や愚痴を外泊の際には聞き

とり受け入れながら、お母様も

迷わずどっしり構えて、息子さ

んの今を肯定し応援できたら、

次第に息子さんの前を向く気持

ちも広がって次につながってい

けるような気がします。

(島本禎子)



兄がくしく生きないことを支える

大分県 ペンネーム ユニーク

福祉施設管理者60歳女性です。入退院を繰り返す4歳年上の兄は、20歳に統合失調症となり、幻聴幻覚と戦いながらも自分らしさは保ちながら日々を生きています。コロナ感染症の影響を受け、今は長い入院生活となつていますが、毎日「家に帰りたい」「妹が迎えに来ている」と訴えているようで、兄の望みを叶えるためにはどうしたらいい

のか、きょうだいとして考えているところです。

受け入れられなかった発病当初

40年前、兄が発症したころは、病名も「精神分裂病」という何とも恐ろしい響きの病名で、施設もなく、わが家は大混乱でした。以前の兄とはまったく別人でしたから。その後、小さな作業所ができ、同じような悩みをもつ家族同士でひっそりとパンツの糸切りなど、ラジオの音を響かせながら作業をしていました。そのころは今のような情報があるわけでもなく、高校卒業後、東京に夢を抱いて田舎から出て行った兄は、ことごとく大受学受験に失敗して、病気になる

て田舎に帰ってきて、そんな兄を私は受け入れることができませんでした。

昼夜逆転の兄は、夜になるとラジカセの音を大きくして私をイラつかせました。その時に兄の頭の中がどうなっているかなど、興味もないし理解もできない。「中森明菜があそこに来ていいる」と知らない民家を訪ねていき、警察沙汰にもなりました。毎日意味不明なことを言う兄を見たくなかった私は「早くこの家から出て行きたい」と思いながら、21歳で結婚して家を離れました。

周囲には受け入れられていた兄

それから40年。兄は社会に出

ることなく施設通い。色んなことがありましたが、いつも思う不思議なことは、あんなにわがままな兄はなぜか施設では人気者。家族には頑なに心を閉ざしているように見える兄は、甥っ子や姪っ子にはいつも笑顔でよく話をするんです。生活の90%は幻聴に支配されているかの如く、時にはげたげたと笑いながら、時には怒りまくって、その中に身を置いていながら現実の周りとお話します。何とも不思議ですが、甥っ子や姪っ子はその兄の話を楽しんで聞いているのです。「へーそうなん?」「ほんとに?」と相槌あいづちを入れながら。そしたら兄は嬉しくて嬉しくて、さらに話をするんです。

兄をまるごと受け入れる

関わるということは、話の内容はどうでもよくて、「あなたに興味がありますよ」というメッセージでいいんだと今になって思います。今私は精神の障害を持った方の支援という名の仕事をしています。日々その仕事の答えがわからなくて「うーん」と唸うなっています。支援って何? 配慮うたがって何? 寄り添うって何? そして家族とは。不安と戦っている当事者にとつて安心できるのはどんな人? どんな場所? 近々退院の方向で話を進めている兄は、以前と違って車いす生活です。高齢の母親との二人暮らしになります。家で暮らしたい兄を

どう支えていくのか、未知の世界です。母親は不安でいっぱい。当然です。それでも住み慣れた地域で暮らすというあたり前のことをするために、チャレンジです。車いすから「コーヒー飲みたーい」「タバコ持つて来てー」と叫ぶ兄は目に浮かびますが、毎日1回でも笑えるように、みんなに協力をもらいながら、ハチャメチャでも1日が終わってまた次の日が来るように、それを続けていけるように、私はきょうだいとして見守っていくしかないなと思っています。

「田舎で暮らす車いすに乗った精神障害者」とでも題してまとめたら面白いかな。誰かの心がほっとできたら…。

希望をつなぐ映画上映プロジェクト

(対話) 白澤珠理・坂本将吏・小沼聖治

《対話者のプロフィール》

白澤珠理 しらさわしゅり 相談支援事業所「ド
ライブ」(鹿児島県) 精神保健
福祉士
坂本将吏 さかもと しょうじ 「NPO法人はじめ
ました。」(沖縄県) 作業療法士
小沼聖治 こぬま せいじ 聖学院大学心理福祉
学部准教授・精神保健福祉士

今回「TOMY'S ACTION CLUB
(以下、トミーズ)」のメンバー3人が、
語り合いました。

TOMY'S ACTION CLUB : クラ
スタッフ・精神科医・作業療法士・
精神保健福祉士・研究者を中心メン
バーとし、地域や立場を越えてソ
シヤルアクションを展開している
ワンチームです。メンタルヘルスの
普及啓発を目指した活動の中心と
して、世界メンタルヘルスデーに含
わせた映画上映会プロジェクトに
取り組んでいます。初開催となった
2022年度は、40都道府県より延
べ1000人以上の方々にご参加い
ただきました。

心のひっかかりをアクションに

小沼 世界メンタルヘルスデー
映画上映会プロジェクトには、
どのような思いが込められてい
ますか。

白澤 当事者や家族が偏見や差
別に苦しむ声を聴き、精神保健
福祉士としての使命感から、社
会の見方を変えなければならな
いと思いました。さまざまな立
場の人たちが活動することその
ものが、メンタルヘルスの普及
啓発につながると思い、その手
段として映画を選び、プロジェ
クトチームを結成しました。関
係者だけではなく、映画が好き
な人など多様な市民にかかわっ
てもらおうと思った時に、仕事

の一環ではなく、自分も市民の一員として活動したいと思ったのが根底にあります。あとはトミーズのメンバーだったら、一緒にやろうと言ってくれるかなと思いました。

小沼 このようなプロジェクト開催の提案について、どのような思いで受け止めましたか。

坂本 元々は仲間の活動を応援したいというスタンスがあります。やっぱりやっちゃおうぜーみたいな、そんな気持ちでした。トミーズはソーシャルアクションの研修を通じて、地域社会にアクションを起こしたい人たちを応援してきました。ミーティングだけでは限界があり、具体的なアクションをともし、学び合いつ

ながること、メンバーの関係性が構築されていくと思えます。何とかなるという感覚があつて、やっちゃいました(笑)。

メンバー誰もがワクワクできるチームづくり

小沼 こうして始まったプロジェクトチームは、保健医療福祉の専門職やピアサポーターなど多様なメンバーで構成していますが、どのような意図がありましたか。

白澤 やりたい人が集まるのがまず基本ですが、社会と同様に多様な人がいてくれるからこそ、大きな発信力につながると思いました。職種も地域も多種多様な人がいてくれることで、

さまざまなアイデアと実行力が生まれます。ごちゃまぜであることが、チームづくりの基本だと思います。

小沼 プロジェクトメンバーが、この活動を面白いと思えるように、どのような工夫をしましたか。

白澤 メンバー個人の強みを活かしてもらえることを念頭においています。また、運営側が「おもしろい！」と感じながら取り組んでいると周囲に伝わると思っています。そして、プロジェクトの目的であるメンタルヘルスの普及啓発は、社会的な課題だと明確に伝えるようにしました。

小沼 一方で、はじめましての



TOMY'S ACTION CLUBのメンバー5人

上段：左から、谷口さん・白澤さん・小沼さん 下段：左から、坂本さん・矢部さん

メンバーの心理的安全性を保てるような雰囲気づくりとして、どのようななかかわりを大切にしていますか。

坂本 そうですね。一緒に楽しむことかなと思っています。そのプロセスを楽しむことやワクワクを共有することかなと。メンバーそれぞれに、ここにいる理由があることを汲み取る。それぞれにいろいろな思いがあったいいし、強制せずに尊重すること。ミーティングでは、必ず

はじめと終わりに一言ずつ発言してもらうことを意識していました。時間配分をみると、実は半分以上、自己紹介と感想の共有に費やしているけれど、それでいいかなと。こうした対話の

プロセスが、メンバー同士の信頼感につながったと思います。

小沼 さらに、プロジェクトメンバーの主体的な参加を促すために、心がけていたことはありますか。

坂本 なぜ、このチームがつくれたのかという点、地域も立場も違っていていること、オンラインだからこそ、全国の人々とながることができたのかなと。チームの器である自分たちが多様だったからこそ、多様なメンバーが入りやすかったと思います。メンバー一人ひとりがこの活動を自分事と感ずるためには、絶対的なルールがないこと。ルールがあると、そこに縛られてしまう。自由な雰囲気が生ま

れることで、自分がやらねばと思ってくれたのではないかと。

自分の人生を豊かにする ライフワーク

小沼 本業がある中で、プライベートの時間を使って、この社会活動を行うことが、自分にとってどのような意味や意義があると感じますか。

白澤 このプロジェクトは長年温めていた夢であり、活動そのものが私の希望になっていきます。誰もがメンタルヘルスの不調になる可能性はあり、市民の方々にも身近に感じてもらえたいと願い、この活動を続けていきます。ぜひ関心のある読者の方々がいらっしやれば、いろいろ

なかたちで参画してくださいます！

坂本 みんなと何かを一緒に創り上げる醍醐味を知ってしまっただから、もっと求めてしまいました。仕事と違うコミュニケーションを身をおいていると、新たな自分の強みを発見し活躍できると思います。それが大切な誰かと社会の貢献につながるのですが、自分のエネルギーになっていきます。だからこそ、やりたいと思っただけで止まる。そういう人を応援したいと思っていますので、ぜひトミーズにお問い合わせください（笑）。

アクションが未来の第一歩へ

小沼 希望の灯を抱いたアク

ションの輪が、かわるすべての人々の希望になる。そのような活動として、トミーズの取り組みが進化している感覚があります。実践する私たちがあきらめないこと。それが未来につながるのではないのでしょうか。

※2023年度は、9月26日（火）・28日（木）に映画上映会、30日（土）には映画上映会&フォーラムを開催予定です。詳細は8月下旬にホームページへ掲載します。



トミーズ アクション
TOMY'S ACTION
クラブ
CLUB ホームページ
QR コード

知りたい！ 聴きたい！ こんなとくみ

第29回

「こころはひろく 気持ちはまあるく 「農福連携」こころん ファームの実践」

社会福祉法人こころん

社会福祉法人こころんとは？

こころんは、主に精神障害のある方が、住み慣れた地域で就業を実現できるように、農業や里山再生といった地域の資源と人を活かした循環型農業をめざし、総合的な就労支援事業を行っています。

総合的な就労支援事業とは、

就労移行支援や就労継続支援B型などの「就労支援」と、グループホームやホームヘルプサービスの「生活支援」、地域活動支援センターとして相談支援事業の「活動支援」の3つの支援を柱に、メンバー（利用者）ひとりひとりに合わせたサービスを提供しています。

農副連携のこころんファームは「6次産業化」

「6次産業化」*とは、農林漁業者（1次産業）が、農産物などの生産物の元々持っている価値をさらに高め、それにより、農林漁業者の収入を向上していくことです。こころんでは初めからこの6次産業化を目指していたわけではありません。

*「6次産業」という言葉の6は、農林漁業本来の1次産業だけでなく、2次産業（工業・製造業）・3次産業（販売業・サービス業）を取り込むことから、「1次産業の1」×「2次産業の2」×「3次産業の3」のかけ算の6を意味しています。



こころんファーム養鶏場

利用者の「働きたい」という思いを実現するために地域産業である農家の野菜を販売する「直売所」を開設。併設するカフェで提供するお菓子をみんなで作り、店で取り扱う野菜を増やしたいと農業を始め、それぞ

れに関わる利用者のみなさんと共に歩んできただけなのです。

現在は、「こころんファーム」と「こころんファーム養鶏場」の製造部門と、「こころん工房」の加工部門、「直売・カフェこころん」の販売部門があり、結果として6次産業化の形になりました。

JGAP 認証取得が、働きやすい環境づくり

「こころんファーム」は2018年、「こころんファーム養鶏場」は2019年にJGAPの認証を取得しました。JGAPとは食品安全や労働安全などを担保する認証基準のことです。実はJGAPの取得が、働きやすい

環境づくりにもつながりました。

JGAPは物品管理を定めることも決まりのため、例えばスコップが5本あれば1本ずつに番号を振っており、これで障害のある方々にも指示を出しやすく、言われた側も迷うことがないし、片付けもスムーズ。そうすると自然に5S（整理・整頓・



平飼い



スナップエンドウ

清掃・清潔・しつけ)も徹底されてきます。

また、生産工程のルールも厳格にあるため、作業者がどう行動すべきか悩む場面でも、そのルールに沿えば正しい行動ができる。これらを書類にまとめた上で、壁などに写真やイラスト付きで掲示しておけば、全員が

一目で理解できる。そして安全面でも、管理者が事前にリスクを分析して危険行動や危険箇所について把握しているため、働く本人も、周囲も安心です。

管理者からは「あそこは転倒リスクがあるよ」「この作業は手を切りやすいから気を付けて」「手袋をしようね」など、安全のための指導もしやすくなりました。JGAP認証の取得は、誰しもが働きやすい職場づくりにつながり、障害者雇用のハードルが下がるとも言えると考えています。

ぜひ食べてほしい!

こころんファームの生産物

こころんファームでは養鶏の

他に、耕作放棄地を開拓して玉ねぎ、スナップエンドウ、キウイモやオクラのJGAP認証品目の他に「自然栽培米」や24品目の「無農薬野菜」を作って生産しています。

現在、こころんファームには職員が6名、利用者が12名と、早期収穫員としてサポーターが8名います。生産物は、直売所やスーパー、JA、移動販売、発送など、さまざまな方法で販売しています。

人気商品の一つ卵の「ここたま」は、森に囲まれた静かな環境の中で、平飼いでこのびのびと育った鶏の卵で、くさみがなくやさしい味わいが特徴です。健康に育った鶏が生んだ卵は、生命力

が強く鮮度が長持ちします。

こころんファームの3つの展望

私たちには3つの展望があります。まず1つ目は「地域×福祉・農業」です。精神障害のある方々が、住み慣れた地域で就労を実現できるように農業をシ



オクラ作業

ステム化し、総合的できめ細やかな支援を行なっていくこと。

2つ目は「ヒト×生きがい」です。福島に拠点があるこころんは、障害者だけでなく震災後の移住者、孤独感を抱えている人、一般企業で疲れてしまった人など、さまざまな生きづらさを感じている方たちの居場所でありたい。

そして3つ目は「障害者が農業の一翼を担っていく好循環モデルの構築」です。「百姓には百の仕事がある」とも言われますが、農作業は細分化すればた

くさんの作業があります。こころんファームでは、トラクターを運転して畑を耕す利用者もいれば、袋にシールを貼る



田植え作業

担当の利用者もいます。ひとりひとりが自分の持つ力を発揮することで成り立っているのです。
(取材・編集委員 橋口亜希子)



この薬って飲むと太りますか？ 〜体重増加(肥満)について〜

こだまホスピタル薬剤部 谷藤弘淳

クスリの気になる副作用について薬剤師が解説するシリーズ、第2回は「体重増加(肥満)」についてです。日常の服薬指導などの場面で「この薬って太りますか？」と、特に女性から多く尋ねられる印象があります。様々な情報が溢れるこの時代、薬に関する情報も同様で、ご自身が服用している薬も「もしかしてこれって副作用なの？あんな副作用が出るの？飲み続けて

大丈夫なの？」と心配されるのは当然のことと思います。薬に對して興味関心を持つことは大事なことで、薬剤師としても薬の相談をしてもらえることは嬉しいものです。

●症例Aさん(男性・40代)のケース

私は統合失調症の患者さん(Aさん)と入院時の服薬指導で関わり、その頃からAさんは抗



谷藤弘淳さん

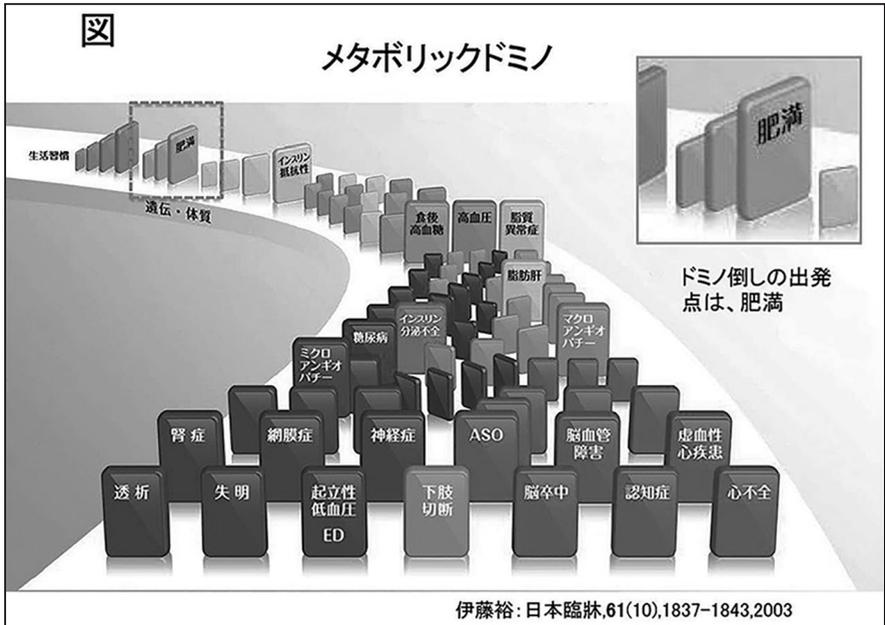
精神病薬オランザピンの服用を開始しました。幸いにもこの薬が効いて幻聴などが減り、笑顔の退院となりました。退院して約3か月後、外来のロビーを通りかかった私を呼ぶ声が聞こえます。「谷藤さん！お久しぶりです」とAさんでした。「元気にやっていますよ。でも、母がおかしいものを作ってくれるので10kgも太ってしまいました。食べちゃうんですよ」と以前はやせ型でしたので見た目はちよう

ど良いくらいでした。「先生から聞いたんですけど、オランザピンって太るらしいですね。でも効果は感じてるので続けます」と表情も良く、時折笑顔で話していました。その3か月後（退院から半年）、精神面は安定していましたが、体重はさらに5kgほど増えていました。外来時の血糖値は問題あるレベルではありませんが、過去1〜2か月間の平均的な血糖値を反映するHbA1c値は、入院していた時と比べると少しずつ上昇しており注意が必要な状況です（実際の症例を一部加工しています）。

薬剤師の視点

Aさんが服用しているオラン

ザピンという薬は、体重増加が起こりやすい薬剤のひとつとして挙げられます。その原因として考えられている薬の働きについては後ほどご説明しますが、実際には比較的体重が増えにくい薬を服用していても、体重が増えてしまう方も多くいます。まずは、肥満について考えてみましょう。



カロリーの過剰摂取が続くと、脂肪が徐々に体の組織に蓄積して、やがてよく耳にする肥満（BMI≧25）という状態になります。この状態が続くと高血糖や脂質異常、高血圧など、いわゆるメタボリックシンドロームを引き起こすことがあります、メタボをきつかけに糖尿病、動脈硬化から、狭心症や心筋梗塞などの心血管疾患にもドミノ倒しのよう

に繋がっていくリスクがあるので注意が必要です（前頁・図）。

統合失調症の外来通院患者さんの肥満やメタボリックシンドロームの有病率は一般人口よりも高いというデータもあり、心血管疾患発症のリスクがありますので、糖尿病や脂質異常症の

予防に取り組むことが必要になります。

対処法のアドバイス

体重増加の要因は、「統合失調症の症状」「抗精神病薬の副作用」「ライフスタイル」などが挙げられます。「統合失調症の症状」の場合、陰性症状である意欲や興味・活動性の低下、引きこもりなどによる運動不足から体重が増えることが考えられます。「抗精神病薬の副作用」の場合では、食欲増進、糖・脂質の代謝への影響、鎮静作用による運動不足などが考えられます。「ライフスタイル」の場合では、嗜好品・おやつ・炭酸飲料などの過剰摂取、運動不足が挙げられます。

対処法としては、

① 体重管理を定期的に行う。自分の体重を知る。

② 運動する。（現在の身体活動量を少しでも増やすことを目標）

③ 栄養士による栄養指導を受ける

がありますが、それでも体重増加の改善が得られず、リスクが高いと考えられる抗精神病薬を服用している場合には、

④ リスクの低い抗精神病薬への切り替えを検討する。

ことになります。ただし、切り替えを行う場合には、精神症状の悪化や他の副作用が発現するなどのリスクもありますので、医師や薬剤師とよく話し合うこ

とが重要です。

おわりに

体重増加は大きな悩みの一つで、抗精神病薬の副作用にも挙げられますが、そのリスクがある薬を服用したからといって必ずしも体重が増える訳ではありません。個人差もありますし、服用する方の生活スタイルが大きく影響します。

薬の副作用はもちろん心配ですが、薬がもたらすメリットにも目を向けることが大切です。長く安定した生活が継続できるよう、薬剤師も支援していきますので、お困りの場合にはお近くの薬剤師にぜひともご相談ください。

【かんたん解説】

抗精神病薬が働く主な神経経路として、ドパミンについて第1回で説明しています。

脳内の神経伝達物質は、ドパミン以外にもセロトニン、ヒスタミン、アドレナリン、アセチルコリンなどもあり、抗精神病薬の中には作用の強弱はありますがこれらに関与するものがあります。

体重増加に関係のある物質には、ヒスタミンやセロトニンの神経経路が考えられていて、その働きを抗精神病薬が抑えることで体重が増えやすくなると考えられています。ヒスタミン経路を抑えるものとしては、抗ア

レルギー薬が有名ですが、その副作用には鎮静や眠気、食欲が増えることがあり、抗精神病薬にも同様の副作用が起きることがあります。その一方で、鎮静や眠気は、興奮を抑えたり、睡眠の補助になるなど良い面もあります。ただし、鎮静が強いと活動性が低下する原因にもなり、体重増加の要因にもなり得ます。

セロトニンは「幸せホルモン」とも呼ばれ、抗精神病薬が作用することで安心感や睡眠に良い効果があるとされていますが、食欲にも関わるためこちらも体重に影響する可能性があります。

フレー！フレー！これからの家族会 第4回

語り合い、つながりあいたい 当事者とも支援者とも もちろん家族同士とも



◎各地の家族会の活動をご紹介します。
いきます。

片岡公子 ま♡いっかの会(岡山)

ま♡いっかの会は、岡山市中心部を起点として活動する地域家族会です。ルーツは作業所家族会のわはは会。2017年、その卒業生や地域の家族も広く受け入れるため発足しました。

会は会費のみ、家族のみで運営。会員数は15〜20名。毎月の定例会では、みんなねっとやコンボの本の読み合わせをしたり、近況報告をしたりしています。

一緒に考え語り合う

新しい人が来た時や、困りごとがある時には、皆で一緒に考えます。家族が本気で心配し、語り合ううちに方向性が見えてくる気がするので不思議です。

ある家族が「訪問看護にきて

もらってとても助かっている。娘との煮詰まった関係に新しい風を運んでくれた」と報告。それ以来、訪問看護を頼む会員が徐々に増えました。支援者から、守り支えるのは家族の責任と言われて二の足を踏んでいた家族も、訪問看護を受けることに。親がなくなったらどうするなど、心配事も話せ、他愛ないことに笑いあい、家の雰囲気明るくなりました。

転機は家族による家族学習会

会の転機となったのは家族による家族学習会でした。今年で12回目の開催です。大変なこともあるのですが、県内外の他の家族会の人とのつながりも、学



習会あってこそで、頑張つて続けていこうね、と励ましあっています。そして、何よりも新しい家族との出会いは大きな喜びとなっております。

また会では、平日の午前中開催の定例会の他に、岡山駅近くのカフェで、平日、午後

サロンを月一回、開いています。会員の一人から「息子が家にずっといて、午前中は外出しにく

い」との話から、誰でも立ち寄れるカフェで、オープンにゆるゆるとサロンを開くことにしました。伝え聞いたいろいろな人まで巻き込みながら、サロンは続けています。

家族学習会は、2年前から木曜日を土曜日に改めました。仕事をしている人の声からです。オンラインの利用も、苦手だとばかり言っていたりしません。しかし、思いつきり、しゃべったり笑ったり、時には泣いたりできるのもリアルで会えるからこそ、という思いは強くあります。

**さまざまな立場の家族が加わり
新たな家族の気持ちかわかる**

また、親である人が多かった

家族会に、配偶者、子、きょうだいの立場の人が加わることで、全く予想もしなかった意見が出て、目が覚める思いをすることがありました。「家族だから」とひとくくりにできない、こぼれ落ちていくものを私たちは、すくいとっていけるのでしょうか。

来年には、当事者も支援者も交えての座談会も開けたらと、考えています。会がどこに行きつくかわかりませんが、無理をしすぎないように、笑って日々を過ごしていけることを望んでいます。

お問合せは、090-1010-9608
まで。

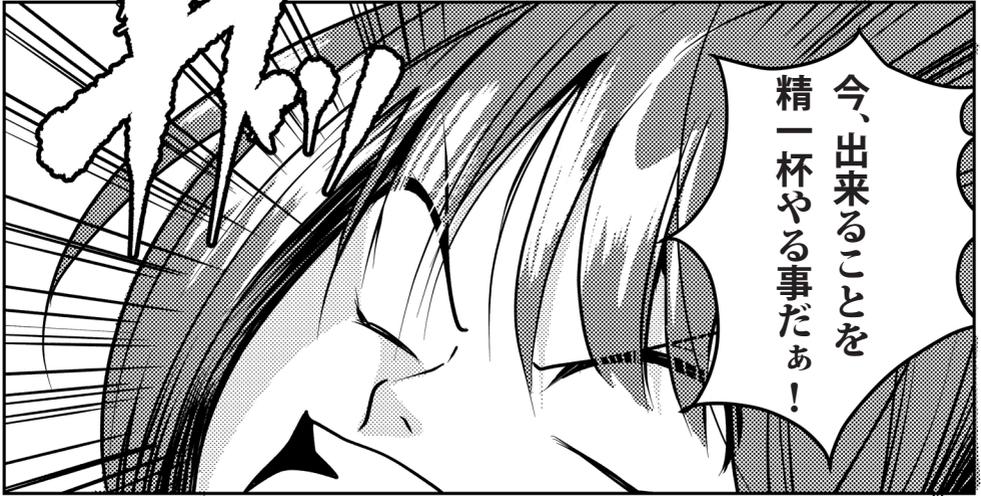
私の七転び八起き

PTSDと診断
された絶賛入院中の
非定型うつ25歳です！

心の叫び

あかつき





今、出来ることを
精一杯やる事だあ！



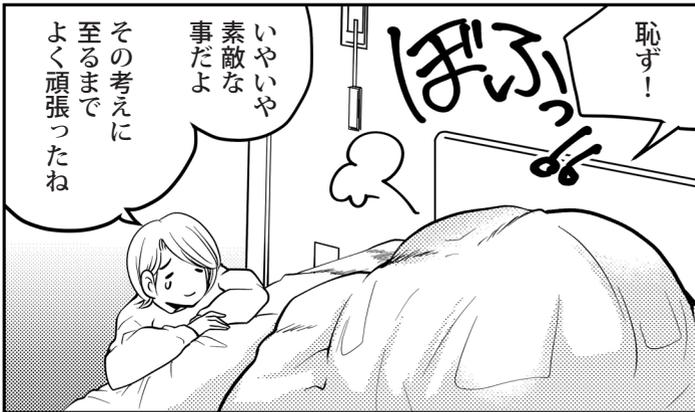
それが
私の人生
だあ！

ほうほう



今は
「病気だから
死にたい」
じゃなくて

「病気を治して
漫画を描きたい」
って思いしかない！



いやいや
素敵な
事だよ
その考えに
至るまで
よく頑張ったね



恥ず！

ほうっ

お知らせします みんなねつとの活動

■広まる鉄道運賃割引適応

今年2023年4月には近畿鉄道が実施（1級同伴）。近鉄に接続する中小の伊賀鉄道、四日市あすなろう鉄道、養老鉄道、三岐鉄道が3級まで割引を開始しました。そしてこの10月より京浜急行鉄道、南海鉄道が実施となりました。京急は関東圏で初の実施です。実施対象の事業者拡大をすすめ、割引対象を手帳2〜3級へ、100km以下の本人単独利用に拡大する働き掛けをしていきます。

■厚生労働省へ陳情書提出！

去る6月22日、総会の特別決議とした「滝山病院事件等に見

みんなねつと事務局の動き

6月1日(木)	新秩父宮ラグビー場整備計画第3回UDワークショップ
6月2日(金)	埼玉大会ワーキンググループ
6月3日(金)	北海道連理事会 第7回 精神障がい者と家族のための市民公開講座
6月5日(月)	障害者雇用分科会事前説明 代表理事会
6月7日(月)	運用改善等WGにおける報告の方向性について説明(最高裁家庭局)
6月9日(金)	都道府県連訪問支援事業協議 身体拘束大臣告示の改悪問題の追及を通してあるべき民主主義の姿を考える院内集会
6月12日(月)	SMBC 日興証券ヒヤリング 第129回障害者雇用分科会
6月13日(火)	プレメディアガイドライン作成第3回会議
6月16日(金)	2023年度みんなねつと定期総会
6月20日(火)	令和5年度障文芸ネット総会 第44回日本の福祉を考える会総会
6月21日(水)	第136回障害者部会事前レク
6月22日(木)	第1回改正障害者差別解消法に係る意見交換会 厚生労働省陳情申入れ(岡田理事長・小幡事務局長)
6月23日(金)	東京都連協議委員会 第136回社会保障審議会障害者部会 五叉路会「滝山病院問題を考える」
6月26日(月)	JDF 代表者会議 編集会議
6月28日(水)	差別解消法国交省対応指針・対応要領等の修正内容に関する事前説明 東谷さんより国賠訴訟を学ぶ 代表理事会
6月29日(木)	事前説明第2回市町村における精神保健に係る相談支援体制整備の推進に関する検討チーム
6月30日(木)	家族による家族学習会セミナー(大分県連)

られる精神科病院における諸課題とその解決に関する陳情書」を岡田理事長が提出しました。陳情書の内容はHP掲載中。



精神・障害保健課 林課長(当時)、岡田久美子理事長(右)

みんなねっと埼玉大会 Peatix お申し込み方法 ①

① イベントページから申し込み

Peatix イベント検索 ログイン | 新規登録

第15回全国精神保健福祉家族大会
みんなねっと埼玉大会
家族まかせにしない社会に

精神障害者への理解・偏見を超えて、家族まかせにせずに当事者・家族が主体的に生きていく社会を築き、具体的な実践を通して参加者と共に考える場としたい。

10月14日(土)～15日(日)
Rai Boc Hall(市民会館おおみや)
さいたま市大宮区大門町2-118(大門駅4分・大宮駅東口下車・徒歩3分)

主催：(公社)全国精神保健福祉連合会(みんなねっと) 埼玉県精神障害者家族会連合会(のぞみ会)

10月14日(土) 10:00(2日間) さいたま市大宮区大門町2丁目118 大門駅4分 | By 増家達

ライブデザイン/席券券 コミュニティ 会場券 暮らし

精神障害者への理解・偏見を超えて、家族任せにせずに当事者・家族が当たり前に生きていける地域社会

チケット チケットを申し込む

©コンピニ/ATMでのお支払いは、2023/10/13で締め切られます。

② チケット選択

Peatix イベント検索 ログイン | 新規登録

チケット選択

第15回全国精神保健福祉家族大会 ～2023 みんなねっと埼玉大会～

オンラインのみ参加 ¥3,000

会場参加【第1枠(社会希望)】 ¥3,000

会場参加【第2枠(社会希望)】 ¥3,000

会場参加【第3枠(社会希望)】 ¥3,000

会場参加【第4枠(社会希望)】 ¥3,000

当事者・学生専用(会場参加: オンライン両方こちらのチケットです) ¥1,000

合計 ¥0

ログインへ進む 戻る

① チケットを選択してください。
※一人一枚でお願いします。

② チケットを選択したらログインに進みます。

③ ログイン or 新規登録

Peatix

第15回全国精神保健福祉家族大会 ～2023 みんなねっと埼玉大会～

チケット選択 ログイン アンケート ご確認

ログイン 新規登録

Peatixを利用することにより、Peatixの「利用規約(2023年4月18日更新)」および「Peatixプライバシーポリシー(2023年3月25日更新)」に同意したとみなされます。

【Peatixアカウントを持っていない方】
こちらから新規登録をお願いします。(4へ)

【Peatixアカウントを既に持っている方】
こちらからログインをお願いします。(5へ)

同意してFacebookでログイン

同意してTwitterでログイン

同意してGoogleでログイン

同意してAppleでログイン

どのアカウントを使ったかわからない場合

メールアドレスでログイン

メールアドレス

メール

次に進む

みんなねっと埼玉大会 Peatix お申し込み方法 ②

④ アカウントの新規作成(アカウントをお持ちの方は不要です。)

以下3点の入力をお願いします。
入力後「同意して新規作成」をクリックします。

⑤ 主催者からの事前アンケート

①お名前と電話番号を入力してください。
(メールアドレスは入力されています。)

②「請求先情報へ進む」をクリックします。

⑥ クレジットカードでのお支払い方法(請求先情報)(コンビニ/ATM払いの方は⑧へ)

①クレジットカード情報を入力してください。

②「次に進む」をクリックします。

みんなねっと埼玉大会 Peatix お申し込み方法 ③

7 クレジットカードでのお支払い方法(ご確認)

①お名前をカタカナで入力してください。

②「今すぐ支払う」をクリックするとチケット購入完了です。

申し込みが完了したらメールアドレスに確認メールが届きますので保管をお願いします。

8 コンビニ/ATMでのお支払い方法(請求先情報)

①電話番号を入力してください。

②「確認画面へ進む」をクリックします。

9 コンビニ/ATMでのお支払い方法(ご確認)

①お名前をカタカナで入力してください。

②「お申し込みを確定する」をクリックすると申し込み完了です。

③こちらに記載の期限までにお支払いを完了させてください。

申し込みが完了したらメールアドレスに確認メールが届きますので保管をお願いします。

編集後記

編集後記

■コンビニのレジで小銭を出すのに手間取っているおばあさんの後ろに若い男性。イライラしたかのように足を踏み鳴らし始め不穏な空気。と、一転して突如ラップで、「Yo!もしかして焦ってるのか、おばーさん(略)アンタのペースでいいんだ」と歌い出し、それにおばあさんもラップで応えていくというCM。相手を尊重し認め合う大切さを描いていて素晴らしい出来栄です。今回の特集に通じるものがあります。

(桶谷)

■値上げラッシュの影響で、スーパーへ行くと会計が数百円から千円くらい高くなつたと感じます。いざれ落ち着くのでしょうか。好評いただいているカンタンてぬき術(料理編)コーナーでは節約レシピも募集しています。かさ増しレシピなど、みなさんをお持ちの「節約レシピ」をお送りください。投稿はがき・メール seishinhoken.jp で投稿いただけます! (佐瀬)

■今月で第2回の「精神科薬剤師に聞く! クスリの疑問」。執筆は日本で唯一の精神科薬剤師の学会「日本精神薬学会」の皆さんです。学会では、前身の精神科臨床薬学研究会の頃から、毎年全国の統合失調症患者さんの処方実態を調査をするなど、薬物治療の適正化のための活動をされています。みななねっとと全国大会でも毎回お薬相談をされていますので、ご希望の方はお薬手帳をご持参ください。(菅原)

【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 197 号(2023年 8 月号) 定価 300 円

発行日 2023年8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
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

第1日目全体会 10月14日(土) 7階小ホール

- 10:00 オンライン接続開始
- 10:30 オープニングコンサート
トイピアノ演奏 「統合失調症の兄とトイピアノ」 音旅舎 畑 奉枝氏
- 11:30 開会式
主催者挨拶: 来賓挨拶
- 11:50 行政報告: 厚生労働省
- 13:00 基調講演 「ケアラー支援をすすめる社会に」~法制化・条例化・施策化・地域づくり~
講師: 日本ケアラー連盟代表理事 堀越 栄子氏
- 14:35 活動報告: 全国精神保健福祉会連合会理事長 岡田 久実子
- 14:50 特別講演 「障害者権利条約と家族支援」
講師: やどかりの里理事長・日本障害者協議会常任理事 増田 一世氏
- 15:50 大会宣言、次回大会開催地の紹介
- 16:00 1日目散会

第2日目分科会 10月15日(日) 小ホール(7階)・集会室1・集会室8・集会室9(6階)

9:30 受付開始 10:00~12:00 各分科会

第1分科会

テーマ「ケアの脱家族化を考える」
~本人と家族双方の自己実現をめざして~

第2分科会

テーマ「精神保健福祉手帳2級所持者まで福祉医療の対象に」
~重度心身障害者医療費助成制度の対象拡大にどう取り組むか~

第3分科会

テーマ「自立の多様性を考える」
~就労だけが自立じゃない。自分の力で歩むプロセス~

第4分科会

テーマ「これからの家族会」
~工夫し活動するさまざまな家族会から学ぶ~

12:15~12:35 小ホールにて各分科会の内容報告
閉会

主催

(公社)全国精神保健福祉会連合会(みんなねっと)
埼玉県精神障害者家族会連合会(のぞみ会)



第15回全国精神保健福祉家族大会 みんなねっと 埼玉大会

家族まかせにしない社会に

日時 2023年10月14日(土)～15日(日)

会場 Rai Boc Hall (市民会館おおみや)
さいたま市大宮区大門町2-118大宮門街4-8F

精神障害者への誤解・偏見を超えて、家族まかせにせず
当事者・家族が当たり前で生きていける地域社会を目指し、
具体的な実践を通して参加者と共に考える場としたい。

参加申し込み及び支払い方法について

参加申し込みは原則『Peatix(ピーティックス)』で7月15日から受け付けます。
オンラインのみ参加で申しこまれた方には大会誌のデータを配信いたします。

※全体会、分科会の参加は事前登録制です。
会場の都合で分科会は希望に添えないこともありますので、早めの申し込みをお願いします。

参加方法	参加費	申込方法	支払方法
会場参加 (締切:9/1)	3000円(家族・一般) 1000円(当事者・学生)	Peatixサイトから	クレジットカード または、Peatixが指定する支払方法 (コンビニ決済など)
オンラインのみ (締切:10/5)	同上	Peatixサイトから	クレジットカード または、Peatixが指定する支払方法 (コンビニ決済など)

埼玉連

<https://saikaren.amebaownd.com>

オンライン参加申込サイト

<https://saikarenminnanet.peatix.com>

オンラインで参加される方へのご注意

- ・当日ライブでの配信は初日の全体会のみです。
(全体会・分科会とも10月25日よりアーカイブ配信でご覧になれます)
- ・参加費の支払は『Peatix(ピーティックス)』からお願いします。

QRコード



お問い合わせ

埼玉連

048-825-7172 (火～金10:00～16:00)

お申込み (Peatix) 手順は 37 ～ 39 ページもご参照ください