

月刊 | 全国の家族と家族会をつなぐ機関誌

2012

11

# みんな ねっと

●特集●

家族相談—静岡県連の取り組みと家族会活性への期待—

●お元気ですか 家族会

松の会（長野県松本市）

■街の診療所からのお便り

…「うちの子には精神病の部分がある」

親がまずそう認めてから…



公益社団法人

全国精神保健福祉会連合会

## 精神疾患がある人や家族に役立つ出版物

### ☆家族相談ハンドブック

A 4判・76頁・定価700円(送料込)

家族会からの注文は1冊500円に割引  
家族相談のテキストができました！

【内容】家族による家族支援／精神障がい者の状況／精神障がい者家族の状況／家族相談の意義と特徴／家族相談の目標／家族相談の留意点／相談実習の進め方／家族相談の方法／新しく家族相談事業を立ち上げたいときは／家族相談員の養成／家族相談の事例



### ☆精神障がい者と家族に役立つ 社会資源ハンドブック

B 5判・144頁・定価1000円(送料込)

10冊以上の注文は1冊800円に割引  
初心者にわかりやすい内容で勉強会のテキスト  
として活用されています。

【内容】医療に関する制度／地域で生活するための支援／日中活動の場、就労や復学の支援／経済的な支援を受けたいとき／財産の活用や保護、法的な支援など／家族が情報を得る、相談できること



### ☆シリーズ・わたしたち家族からのメッセージ

A 5判・定価200円(送料込)

家族会や家族教室などのテキストとして全国各地で活用されています。

#### ○「統合失調症を正しく理解するために」(48頁)

【内容】統合失調症はどんな病気か／統合失調症の経過と症状／治療とリハビリテーション／統合失調症の「障がい」とは？／家族の接し方・対応の仕方／生活を支援するサービス／暮らしに役立つ福祉制度／ほか

#### ○「うつ病を正しく理解するために」(56頁)

【内容】私のうつ病体験記(本人の体験)／見守って将来の手助けをしてあげたい(母の体験)／細く長く、頑張りすぎないでいこうね(妻の体験)／うつ病の症状と治療(精神科医・飯屋暢聡)／家族の接し方・対応の仕方／生活を支える支援制度／ほか



### 【問合せ先】

公益社団法人全国精神保健福祉会(みんなねっと)事務局

〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-46-13 ホリグチビル602

TEL 03-6907-9211 FAX 03-3987-5466

ホームページ <http://www.seishinhoken.jp>

知っておきたい精神保健福祉の動き 2  
お知らせします みんなねっとの活動 4

特集

## 家族相談 6

—静岡県連の取り組みと家族会活性への期待—

絵を描く人たち⑩絵の運命（織田信生） 16

お元気ですか 家族会  
松の会（長野県松本市） 18

街の診療所からのお便り【連載 67】（増本茂樹）  
…「うちの子には精神病の部分がある。」親がまずそう認めてから… 22

わかりやすい制度のはなし【その 44】北野誠一  
障がい者雇用制度について 26

統合失調症はどこまでわかったか—連載④—（菊山裕貴）  
ノーベル賞受賞が確実視されている i P S 細胞の論文 30

真澄こと葉のつれづれ日記（第 20 回） 34  
みんなのわ—読者のページ 36

「みんなねっと」電話相談  
TEL03-6907-9212  
受付時間：月水金10時～15時

## 知っておきたい 精神保健福祉の動き

### ■障害者政策委員会【第2回】 8月20日】

今回の議題は、1「新たな障害者基本計画の在り方について

#### 【小委員会のグループ分け】

- ①教育・文化的諸条件の整備等
- ②年金など・職業相談等・雇用の促進等・経済的負担の軽減
- ③住宅の確保・公共的施設のバリアフリー化・選挙等における配慮
- ④医療・介護等・療育・相談等
- ⑤情報の利用におけるバリアフリー化等・消費者としての障害者の保護・司法手続における配慮等
- ⑥防災及び防犯・国際協力

#### 【第1小委員会(教育)の論点】

- ①初等中等教育におけるインクルーシブ教育システムの構築について
- ②初等中等教育における教育内容及び教育支援体制の整備（就学相談・就学先決定など）
- ③初等中等教育における教育内容及び教育支援体制の整備（合理的配慮及び基礎的環境整備等）
- ④高等教育における障害学生支援
- ⑤障害者が文化的諸活動に参加しやすい環境の整備

#### 【第2小委員会(雇用と所得保障)の論点】

- ①障害者の就労施策全体の実施状況について
- ②障害者雇用について
- ③福祉的就労について
- ④就労施策に関するその他の事項について
- ⑤所得保障等について

#### 【第3小委員会(市民生活)の論点】

- ①障害者の消費者被害の事前防止及び被害からの保護
- ②選挙等における必要な配慮の提供
- ③公的活動への障害者の参画の拡大
- ④司法手続における必要な配慮の提供及び研修の実施
- ⑤障害を有する受刑者・出所者等に対する処遇及び支援の在り方

て」、2「小委員会のグループ分けについて」です。1については考え方として、改正障害者基本法、障害者権利条約の趣旨・目的を反映するものとするのが、大方の意見でした。当会からは、障がい者を個人として尊重し、社会の構成員として地域

で自立した生活ができるような共生社会の実現をあげました。また、新たな視点として、災害時における効果的な支援体制や就労場の確保などの意見を出しました。

2については、現行の障害者基本法の条文に基づき、右のように

6つのグループ分けの案がだされました。以上のグループ分けから小委員会を立ち上げ、次回は第1回の小委員会が開かれます。

## ■障害者政策委員会第2小委員会（第1回・9月10日）

前回のグループ分けをもとに前期3つの小委員会が立ち上がりました。各委員会の論点は左の表のとおりです。

当会は第2小委員会に参画しました。最初に厚労省の担当から、障害者基本計画の推進状況、重点施策実施5か年計画の進捗よく状況、障害者の就労施策の実施状況が説明されました。その後、今回は①の論点について議論されました。障がい者の就労に関しては、労働施策と福祉施策が施行されていますが、特に地域の就労支援体制の充実に  
おいては、相談、準備訓練、職場適用、定着支援など、労働と福祉の施策が緊密に連携をと

ることが、障がい者雇用を一層進める上で必要との意見が出され、当会としても精神障がい者のための地域就労支援体制がまだ未整備のところが多く、充実に必要性を述べました。

## ■地域福祉権利擁護に関する検討委員会【平成24年度第1回・9月3日】

初めに、社協における日常生活自立支援事業の実施状況および動向について、平成23年までの実績による説明がありました。全国人口10万人当たりの実利用者数に大きな差があることから、ニーズによるものではなく、自治体間の政策や推進への取り組みの差が出ているのではないかとの意見が出されました。

平成23年度の問い合わせ・相談件数が124万件に対して、契約数は3万7000件、また10年間取り組んできた結果、契約数がさほど伸びていないことから、これまでの取り組みに問題があるのではとの指摘も出ました。

初回相談から契約に至る上で、支援専門員に見えた課題として、「家族・親族との関係調整や家族も含めた支援が必要」との指摘がありました。専門員強化研修会では、「相談援助活動〜精神障害者との関わりを通して〜」があり、精神障がい者への理解が進むことを期待したいと思います。

後半は、地域における権利擁護体制の構築に関する調査研究を、全市町村と市町村社協で実

施する上での意見を求められました。精神障がい者の家族の立場から、抱え続け高齢化した家族の状況を、保護者制度や地域支援策の貧しさ、偏見などを絡めて訴えました。地域で支援機関などが集まり課題の多い事例検討会を開催しますが、中心となつて調整し解決策へと導く体制の不備を感じてきたところで、社協の果たす役割に期待したいと改めて思いました。(理事 飯塚壽美)

## お知らせします みんなねつとの活動

■「年金生活者支援給付金」を、無年金障害者・特別障害給付金受給者にも給付するよう要望し

ました

「年金生活者支援給付金」は、社会保障・税の一体改革の中で盛り込まれ、閣議決定されたものです。年間所得が77万円以下の低所得の年金受給者に、保険料を納めた期間に応じて月最大5000円が支給されます。

一定の所得以下の障害基礎年金の受給者にも、1級は月6250円、2級は月5000円が2か月ごとに支給されます。この制度は消費税を10%に引き上げる平成27年10月に実施予定です。当会ではこの給付金が、無年金障害者と特別障害給付金の受給者にも支給されるよう、厚生労働大臣あて要望しました。

■「保護者制度」廃止について  
議員に要望しました

「保護者制度」を廃止し新しい制度にしようという法改正の動きが具体化しています。当会では衆参両院の厚生労働委員の議員65名の議員事務所を訪ね、この法改正に賛同してくれるようお願いしました。

■運転免許制度について警察庁  
のヒアリングで意見を表明

昨年の栃木県鹿沼市でおきたクレーン車死亡事故を契機に、警察庁は「一定の病気等に係る運転免許制度の在り方に関する有識者検討会」を設立し、症状を有する人の適切な把握、申告を行いやすい環境整備について検討をしています。

このたび関係団体へのヒアリングがありました。当会からは、罰則や規制の強化が、精神疾患を持つ人全体への差別につながることへの危惧や、検討されている医師の通報制度について、医師との信頼関係がくずれ症状が悪化する懸念があり賛成できないことをのべました。

また、現在、運転免許センターに提示している運転適性相談窓口のポスターは、統合失調症など、明記された病名の人すべてが運転できないと誤解されるため、運転に支障のある症状を明記するなど、表現方法への配慮を要望しました。

■四国ブロック研修会のお知らせ  
本誌7月号で、今年度のブ

ック研修会の開催日程をお知らせしました。未定でした四国ブロック研修会の日程等が決まりましたのでお知らせします。

【開催県】愛媛県

【開催日】

平成25年2月21日～22日

【場所】愛媛プリンスホテル

【問い合わせ】愛媛県精神障害

者福祉会連合会 電話・FAX

089・908・9305

## お知らせ& ご案内コーナー

■アンチスティグマ分科会国際  
会議が開催されます

精神障がいに対する偏見や誤解を正し、精神障がい者の人権の確保や回復の促進することを

目的として、日本で初めて「アンチスティグマ国際会議」が開かれます。みなさん奮ってご参加ください。

【会議名】第6回世界精神医学会アンチスティグマ分科会国際会議（主催：こころのバリアフリー研究会／公益財団法人精神・神経科学振興財団）

【日時】2013年2月12日（火）  
～14日（木）

【会場】砂防会館（東京都）

【参加費】3000円（当事者、家族、学生、一般）※申し込みはホームページから、または、運営事務局にお問い合わせください。運営事務局：（株）コングレ

電話03-5216-5318  
FAX03-5216-5552

【特集】

# 家族相談

—静岡県連の取り組みと家族会活性への期待—

家族による「家族相談」とは、家族が同じ立場の家族の抱える悩みを聴き、ねぎらいや励まし、必要な知識や情報を伝えるための家族支援の一つです。

当会では、この「家族相談」の重要性を認識し、全国に広めるための研修会や国への要望活動をおこなってきました。現在では、約40都道府県家族会連合会で、当会の事業として研修会が開催され、家族相談を実施する家族会が増えています。

このような家族相談は、相談をとおして家族会への入会のきっかけとなり、家族会の活性にもつながるのではないのでしょうか。そこで、今回の特集では、単位家族会で家族相談をおこなっている静岡県を取材し、その取り組みと、家族会の活性化に向けたヒントを見つきたいと考え、お話を伺いました。

## 静岡県連としての取り組み

静岡県連（以下、県連）では、平成11年より静岡県からの委託事業として家族相談を実施してきました。開始当初24単位家族会（以下、家族会）の内、23家族会が推薦する会員34名が県から、残る1家族会を含む6名を

県連から「精神障害者相談員」として委嘱し、家族相談を家族会事業として位置づけ、県内すべての家族会を対象に取り組んできました。

## 県から市町へ事業が移行

平成18年の障害者自立支援法施行を機に、19年度より家族相



談事業の委託は県から各市町に移行されました。これにより、各市町の判断で家族相談事業を実施することとなり、結果、事業を実施する地域と実施しない地域が生まれることになりました。

現在は、静岡県内35の市町のうち、19市町（21家族会53名）で家族会員が委嘱を受けて、精神障害者相談員として活動しています。一方、市町の事業になっていない地域の中には、家族会員が自宅の電話番号を公開し、自宅で相談を受けているところもあります。

今日は、家族相談をおこなっている家族会のうち、4つの家族会（藤枝心愛会、まごころ会、明生会、やすらぎ会）の相談員5名と、



原田理事長

静岡県連の原田理事長、杉本事務局長に、それぞれ活動について伺いました。まずは、その取り組みを紹介したいと思います。

### 藤枝心愛会（藤枝市）

藤枝心愛会では、藤枝市から委嘱された精神障害者相談員（以下、相談員）が3名と、他に14名が相談員として登録し、合計17名の相談員で相談活動をおこなっています。相談形態は

電話と面談になっており、毎月第2・4木曜日に実施されています。年24回の相談活動のため、相談件数は約200件ほどだそうです。

なお、相談員は市の委嘱であるため、半年に一回、相談件数や相談状況等の報告を市に提出しています。

### 掛けぬじつしながり深める

藤枝心愛会では、積極的に相談する家族が少ない場合に、相談員のほうから家族会員に電話をかけ、様子を伺ったりしています。それは、例会に参加していない会員が、本部と親密な関係を保つためだそうです。「どうしてる？」と電話をして近況を



池谷さん

聞くと、相手もいろいろと話してくれそうです。家族会に来れない人をつなげています」こう話すのは、相談員の池谷さんです。相談されるのを待っているのではなく、積極的に声をかけることで、家族会員のつながりがよりいっそう深められています。高年齢等の理由から、例会に出席することが難しくなると、どうしても家族会から足が遠のき、結果的に退会してしまうことにもなりかねません。しかし、

家族も家族会のつながりは継続していたのではないのでしょうか。このようなときに、気にかけて連絡をしてもらえると、家族も安心し、また、家族会のよさを改めて感じるができるのだと思います。家族会員を減らさないためのひと工夫もあるのではないのでしょうか。

### 突発的・深刻な場合は理事長へ

さらに藤枝心愛会では、通常の相談活動のほかに、理事長宅での相談を、随時おこなっています。「突発的・深刻な内容の場合には、私たちのほうに相談があります。会員の方からの相談が多いですね」と理事長の小野さん。

相談の内容としては、「本人が薬を飲まなくて困っているとか」や、「夫婦間で本人の病気への理解に違いがあり、本人への対応にばらつきがある」など多岐にわたっています。家族としての体験だけでなく、会員の話にも耳を傾けてきた理事長だからこそ、担える役割になるのでしょうか。現在は、理事長と経験深い相談役2名の計3名で担っています。

### 日々の研修でスキルアップ

藤枝心愛会の相談員は、昨年からの相談講座という6回コースの研修を主催し、相談員のスキルアップを図っています。お互いに事例を出し合い、検討して、

相談活動に生かしています。

「これがとてもいいんです」

と池谷さん。相談員は経験を重ねる中で、相談対応はよかったらどうか、難しい相談の場合に、どのような対応をしたらいいだろうかと、悩みながら対応しています。そういった相談員としての悩みを話し合う場があるのは、互いに技術を高めるよい機会になっていくのでしょうか。この研修会は、民間の助成金で実施しているそうです。



小野さん

### 定着には資金の確保も

また、市の委託事業のため、委嘱を受けている相談員は、1人につき年間約2万円ほどの報酬が出ています。少額ではありますが、それでも、相談員への報酬が保障されているということは、行政側も、家族相談の必要性を認識していると考えられるのではないのでしょうか。

相談活動を定着させるためには、活動資金を確保することも大切な要素です。独自の運営では、相談員の負担も大きく、体制も不十分になりがちです。このような点で、行政の委託事業であることは、利点になっています。

### まごころ会（沼津市）

まごころ会は、理事5名が沼津市の委嘱を受けて相談をおこなっています。今年で5年目。毎月第2・4水曜日に実施しています。

また、まごころ会も藤枝心愛会同様に、半年に一度、市へ報告書を提出し、一人につき約2万円の報酬が出ています。

### 面談での相談に特化した会員増

まごころ会の特徴は、面談での相談に限っておこなっている点です。予約の必要はなく、都合のいい時間に相談することができます。このため、常に3〜

4名の相談員が常駐しています。また、相談場所を伺うと、さまざまな福祉目的で利用できる、沼津市立の建物が面談場所として利用できているそうです。

「相談にみえるのは、新しい家族の方が割と多いんですよ」。そう話すのは、相談員の大村さんです。年に1〜2名は、家族相談をとおして家族会に入会されるそうです。家族に相談できると気持ちが安らいだり、元気をもらえ、それが入会に結びつ



大村さん

いているのでしょうか。

### 顔を合わせると親近感が増す

面談での相談は、お互い顔を合わせてじっくり話ができるため、電話相談に比べて相談員への親近感が増します。この気持ち、家族会への入会を促すきっかけになっているのかもかもしれません。まごころ会では、どのような経緯で家族が面談に訪れるのでしょうか。

大村さんからは「ちらしを社協や市役所においてもらっています。そのちらしを見た方が、連絡先になつている会長（杉本さん）宅へ電話され、面談ができることを伝えていきます」と話されます。



杉本事務局長

杉本さんに、長電話にならないかを伺うと、「あくまでも面談ができることを紹介するための電話なので、そのつもりで対応しています」とのこと。自宅の電話番号を公開することは、プライバシーが守られず、個人への負担が大きいものです。自宅以外で公開できる番号の必要性も感じました。

### 「今、相談したい」への課題

面談は、電話相談に比べて親

近感が増す点では利点になって  
います。しかし、杉本さんはこ  
うもいわれます。「電話で『面  
談に行きます』という家族のう  
ち、4人に1人は結局面談には  
つながっていないですね。実際  
に行くのがおっくうになるのだ  
と思います」

家族は「今、相談したい」と  
思っている場合が少なくありま  
せん。このような視点から考え  
ると、決められた面談日まで待  
たなければ相談できないこと  
が、かえて相談したい家族の  
気持ちを受け止めきれなくなっ  
てしまうのかもしれない。  
今後はこの点について、もう  
少し工夫したいと話していまし  
た。

### 適性を見極めて依頼

相談員はどのように依頼する  
のか伺ったところ、会長が決め  
るそうです。そのポイントは、  
どこにあるのでしょうか。「例  
えの様子や、人柄などをみてお  
願いします」と杉本さん。相手  
の話にじっくり耳を傾けること  
や、親身になって話を聴くこと  
など、相談員としての適性を見  
極めることも、会長としての大  
切な役割なのかもしれません。  
また沼津市内では、地域に  
よって相談場所が遠く、相談員  
を依頼できない場合があるそう  
です。地域の中にくつか相談  
場所が確保できると、相談員の  
人数を増やすことができ、また、

より多くの家族への支援につな  
がるのだと思いました。

### 明生会（浜松市）

明生会には、10名の委嘱相談  
員が配置されています。相談日  
時は、月・火・水・金の午前10  
時～午後3時と、県内で最も相  
談体制が整備されています。平  
成19年4月より浜松市の委嘱を  
受けて3～4名の相談員で家族  
相談を始めました。

### 市の要請で相談員増

浜松市では、身体障がい、知  
的障がいも相談員がいます。し  
かし、圧倒的に他障がいの相談  
員数が多いそうです。そのため、

市から精神障がいも、もっと相談員の数を増やすように要請がありました。この要請にこたえる形で、段階的に10名まで増やすことができたそうです。

しかし、浜松市では、身体的に基準を合わせ、相談員の増員を実現できたことは、行政の障害者福祉に対する姿勢として、評価できると思います。

### 場に恵まれ、実績につながった

「明生会は、もともと場所に恵まれていたんですよね」。そう話すのは、相談員の村瀬さんです。明生会は、事務所を設け、その事務所の一角と、他に運営する拠点施設（泉の家）の2か所で、相談活動をおこなっています。

ます。昨年度は823件の相談を受けていました。相談場所の確保は、相談を求める多くの人をつなぐ要素にもなるのかもかもしれません。

また、配られた資料には、きちんと相談実績が集計されており、この積み重ねが、精神障害者相談員の必要性を行政に理解させる材料になるのではないかと感じました。

### 家族と専門職のバランスが大切

明生会でも、藤枝心愛会と同様に、相談員の勉強会（年3回）を開催しています。内容は、事例検討やロールプレイ（模擬相談）などです。また、他機関の相談研修への参加で相談員同士

の交流をおこないます。

村瀬さんは、家族相談でも、情報提供がとても大事だといいます。精神疾患や障がいに関する知識や、制度に関する情報は、本来は専門職との相談の中で、正しい情報が得られることが望ましいと考えます。しかし現実的には、家族の相談に十分対応できる相談機関は少ないといえます。そのような状況の中で、家族が情報を得、勉強して伝えなければならないことは、支援



村瀬さん

が乏しいと同時に、家族相談の重要性を物語っているともいえるのではないのでしょうか。家族も正しい知識を身につけ、対応する必要があります。

### 家族会(相談)の本質は「共感」

さらに村瀬さんは、「若い人はインターネットで情報を得ます。時代は変わったと思いますね。でも、家族会の本質は共感だと思っんです。インターネットでは味わえないことを気づいてもらうことも大事だと思います」

この一言は、家族会の存在意義を示していると思います。そして家族相談は、このような仲間に出会うきっかけの一助を担う支援なのだと思います。この

よさを、広く伝え、知ってもらうことができる、家族会に入会する人も増えるのではないのでしょうか。

### やすらぎ会 (御前崎市)

最後はやすらぎ会です。今日集まった家族会の中で、唯一、市町の委託ではなく、独自に家族相談をおこなっています。やすらぎ会は、静岡県内でも会員の少ない小さな家族会ですが、



横山さん

家族相談に取り組んでいます。相談形態は電話と面談で、随時、会長の横山さんと副会長の2名で自宅でおこなっています。

### 生まれる地域の格差

「でかけようと思ったときに、急に自宅に来られることもありませす」と横山さん。相談日時は設けていないため、時間に関係なく相談者が訪れます。御前崎市に要望をしているそうです。が、実現には至っていません。県から市町に事業が移行してしまつたことで生じた、地域格差といえます。

### 相談は支援につなげるきっかけ

どのような相談があるか何つ

たところ、「引きこもっていて、自殺未遂をしてしまった本人の家族からの相談に、作業所を勧め、今、そこに通っている人がいます。この作業所も、御前崎市にある、たった一つの作業所なんですよ。相談は、社会資源につながりきつかけになっています」

家族相談は、専門的な知識や情報を伝えることは難しいかもしれませんが、知っている社会資源を伝え、支援につながる橋渡しの役割にもなっています。

### 若い家族の頑張りが支えている

やすらぎ会は横山さんを除くほとんどの会員が、70〜80代ばかりだそう。『あなたは若い人だから、会長を引き受けて』と

いわれて、家族会をつくり、何とか相談を受けているんですよ」と横山さん。4〜5年前から家族相談をおこなっています。が、若い家族が引っ張っていくことで、家族は支えられていくのだと思いました。この活動が、横山さんだけで終わることなく、次につながっていくためには、やはり、新しい家族の入会が求められるところです。

### 横のつながりが必要

周知方法について伺ったところ、「市役所や病院、作業所にちらしをおいています。他の相談機関として、こちらの相談日という行政がおこなっている相談があります。ここでは家族

相談があることを紹介してはくれないようです」。

家族相談が公的な機関でなくとも、行政と横のつながりをもち、互いに連携することが、相談する側にとっては望ましいことです。行政も、家族どうしの相談が重要な支援であることを理解し、周知すること、家族会側も、積極的にピアーアルすることが必要ではないかと思いました。

\* \* \*

### 一人何役もこなすのは難しい

最後に皆さんから、実際に相談員をやっていて、大変だと思ふことを伺いました。「本人の体調がよくないときは、相談が受けにくいですね」、「家事などと



の兼ね合いが難しいです」、「こちら（相談員）にも余裕がないと、相談がきちんとできないので、そういう時に代わってくれる人がいないと大変」、「自宅で相談を受けるので、本人がいるときは、長くならないように気を遣ってしまいます」と、皆さん大変な状況の中で相談をされていることが伝わってきます。

家族は本人を支えながら、家庭のことや家族会活動も同時におこない、一人何役もこなさなければなりません。

### 全国的な制度化の実現を

皆さんの話を伺い感じたことは、精神障害者相談員の全国的な制度化です。市町の委託事業

として実施している静岡県さえ、その実態は、ボランティアといってもいいほどの条件にすぎません。報酬が最重要ではありませんが、支援に対して評価を受けることは、相談員の意欲向上につながると思います。

さらに、制度化により必要な相談員数の人件費が予算化されると、相談体制にも厚みとゆとりが出るのではないのでしょうか。

まだまだ、課題もありますが、家族会としては、できる範囲で家族相談を実施し、実績づくりをしながら、要望していくことが求められるのだと思います。

### 家族会組織の強化も大切

今後の県連としての家族相談

への取り組みについて、原田理事長に伺いました。「県内の全市町に家族相談員が配置できるように、未配置の家族会に督促していきたい。また、家族相談を事業として位置づけ、相談員の増員が図れるよう、家族会に勧めていきたい。一方で、家族相談員の質的向上と相談員の養成をおこなう必要があるので、今後も毎年、継続して相談員研修を実施していきたい」と答えられました。

皆さん、ありがとうございます。

（取材／高村）

絵を描く  
人たち

20

## 絵の運命

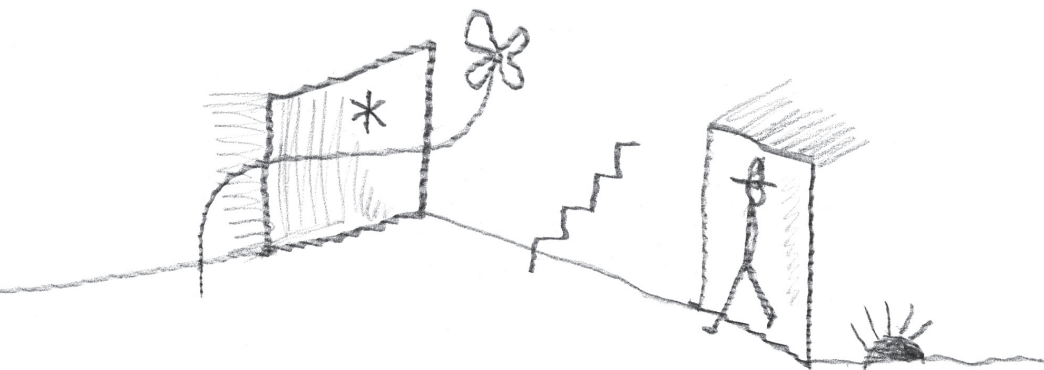
絵と文…織田信生（土佐病院絵画講師）

ある日、遠くの病院から電話がかかってきた。知り合いの患者さんが亡くなったというのである。

その患者さんには何度か会った。題材も表現の仕方も、いまだき珍しいくらい真面目な絵だった。鬱屈を抱えている人だった。世捨て人のようなところもあった。絵も描くが短歌も作る。両方ともどんどん作る。

アトリエは六人部屋の病室のベッドの上。壁際なので、壁に作品を飾っている。飾りきれない作品はベッドの下に置いてある。身の回りに置けない作品は取りあえず倉庫の中に入れるが、病院としてもいつまでも保管できない。最後は捨てるしかない。

しかし、ある展覧会に出品したことがきっかけで作品が評判になった。それまで見向きもされなかった作品が評価されたのである。本人も少しは胸のつかえが下りたのではないか。

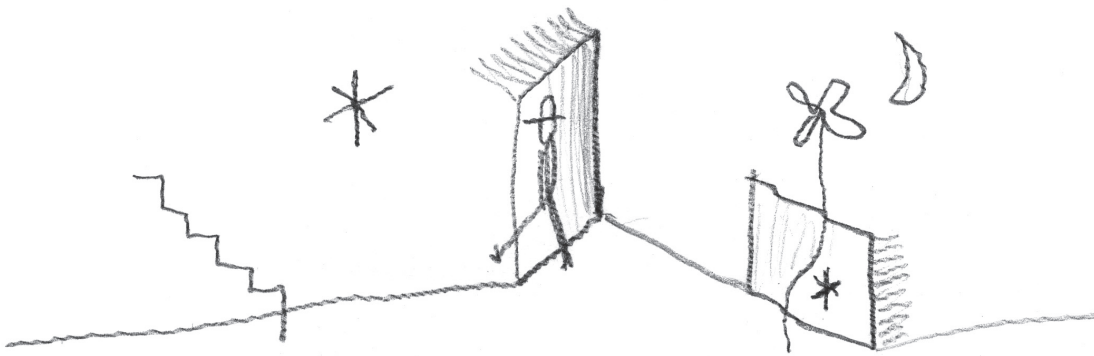


ところが暫くたって、いきなり病院に押し掛けて来た人がいて、病院や家に置いてあった作品を、ひと山いくらのような値段で買っていった。家族もびっくりするやら、うれしいやら。ひよっとしてまた売れるかもしれないと待っていたが、それっきり音沙汰がない。あれは夢みたいな話だったと家族が思うようになった頃、その患者さんが亡くなったのである。

まだ、作品がたくさん残っているけれどどうするかと職員がいうので、取りあえず病院に行った。家族も、一度は売れたがあんな訳の分からないような話はもうこりごりだからいららないという。どうするかといわれて、捨ててしまうのもしのびないので預かることにした。

それからさらに一年近くたって、知らない人から電話があった。あの患者さんの個展をしたいので、預かっている作品を送って欲しい、家族の了解も得ているというのである。それで預かっていた作品を送った。

その後、家族は展覧会の主催者のたつての要望により、作品をすべて主催者に寄贈した、というかせざるを得なかったというか。とにかく、それで一件落着。



# お元気ですか

## 家族会

松の会(長野県松本市)

アルプス山脈で知られる、長野県。特急あずさに乗車すると、老若男女問わず、登山客でにぎわっています。8月の残暑の厳しい時期でしたが、今回は松本市にある「松の会(会員42名)」の例会に伺いました。

### オープンとクローズに わけて

松本駅から会場までは意外と

時間がかかり、開始ぎりぎりに到着。すると、会長の北沢和雄さんが迎えてくれました。会場は、松本保健所です。

「今日は会員以外の方も参加しています。守秘義務を守って、お互い元気をもらって帰れるようにしましょう」という北沢さんの一言から、早速例会が始まりました。

松の会は、会員のみが参加する例会(クローズ)を奇数月におこない、会員以外で希望する家族と一緒に参加できる例会(オープン)を、偶数月におこなっています。今月は偶数月のため、18名の参加者のうち、5名が新しい家族でした。

### 「聞いてほしい」は 共通

隔週でもオープンに例会を開くことは、新しい家族の参加を促し、よい工夫だと思っていました。しかし、会員さんから出た言葉は、「最初は常にオープンでおこなっていましたが、そうすると、新しい家族の話を聞くばかりになって、自分たち(会員)の話ができないのです。それだと疲れてしまうので、2年前からオープンとクローズにわけました」。なるほど、当然会員の方々も、日々の悩みを話したいし、聞いてほしいですよ。ね。「話を聞いてほしい」という気持ちで例会に訪れるのは、どの

家族も共通の思いです。

例会の案内は、松本市内の新聞社5社に広告を掲載して告知されています。松の会が定期的に開催されていることを新聞で知っていても、悩んでいる家族が会場まで足を運ぶのは、かなり勇気のいることだったという人



例会のようす

は多いといえます。秘めた悩みを持ちながら地域で孤立している家族がまだまだ多いということです。

### 例会が家族相談の場

最初に、家族会の活動報告が

あり、次に全員が自己紹介を兼ねてひと話します。その後は、会長から共通に上がった話題について話し合おうと提案がありました。今日は主に、医療に関することや本人への対応、親子あとがテーマでした。

親の立場の人が多く中、姉妹や妻の立場の人もいます。「父娘家庭のため、本人の将来が心配」、「夫の状態にどう対応して

いいかわからない」、「今は落ち着いているが、すぐく状態が悪かった時期のことを思い出すと、常に再発の心配がある」。各家庭の事情に違いはあっても、誰もが悩みに共感しています。取材者も話に聞き入ってしまいました。

すると、「本で読んだが、この病気は親の育て方じゃないですよ。勉強して実践することも大事だと思えます」、「親が落ち込むのもまずいから、くよくよしでも仕方ないと思っている」と、会員から体験を交えたアドバイスがあり、例会が家族相談の場に。「家族のほうが医者よりも知識があると思うときもありますね」の一言には、皆さん苦笑しつ

つもうなずいていました。

## 受け継がれる 家族会活動

例会の後に、役員の方々に話を伺うことができました。

松の会は、平成8年7月の発足です。発足当初から入会している方々は、「松の会は本当に居心地がよくて、最初の頃はたくさん泣かせてもらったわ」といいます。「初代の会長さんがニコニコして、いつも励ましてもらったおかげで、随分と気持ちが悪くなったのよ」と、入会した頃をついこの間のように話す役員の皆さんも、今では会員を優しく励ます側になっています。「わかってもらえるとところが

ある、それが家族会よね。その存続のために役員を引き受けています」。重みのある言葉だと思います。松の会をつくり、家族の居場所や仲間づくりをしてきた歴代の家族の思いを受け継いで頑張っている姿に、胸を打たれました。

## 存続の秘訣はつなぐ力と 役員体制づくり

また、8月で17号となる「松の会だより」の発行も、欠かせない活動の一つです。この会報は、例会に来られない会員へも配られます。「高齢などの理由で例会には来られなくても、会報が送られてくると励まされます。『一人じゃないんだ』とい

うことが会報を通してわかるし、心強くなりますよね」。

松の会の会報には、例会に出席した人の近況が最初に書かれています。そこに目を通すだけでも、似たような状況の中で生活している家族がいることがわかり、励みになるのでしょう。会員が高齢化し、例会に参加しなくなるうちに、疎遠になってしまうことも少なくありません。しかし、松の会では、顔を合わせることができなくなっても、会員同士をつなぐ役割をしっかりと果たしていました。もう一つの秘訣は、役員体制をしつかりすることだそうです。そのために役員は、2年交代を原則としています。同じ人

が何年も家族会のまとめ役をしていると、会のマンネリ化が生じる場合があります。それを避け、多くの人に役割を担ってもらうことは、会への所属意識を高め、主体性も培われるのではないのでしょうか。役員・会員ともにお互いに支え合い助け合っ  
て、障害者が自立して暮らせるように活動を続けていきたいとのことです。

### 行政の家族支援が必要

例会の会場はこれまで保健所になっていましたが、恒常的に保健所を使用することが難しくなっただけです。

また、会報の原稿と用紙を持

っていき印刷を保健所でやってもらっているようですが、次回からは、自前でやるようにともいわれいるそうです。

行政の支援の手が、今まさに家族会から離されようとしている現実を目の当たりにし、家族支援の必要性を、どのように理解してもらえばいいのか、当会としても考えなければならな



松の会の役員のみなさん(前列左が北沢会長)

いと思えました。

### 必要性を訴え、社会的支援へ

家族が本人を抱える時代を終わらせるために、家族会は今後どのような取り組みをしたらいいか。その問いかけに、「福祉のパイ（総量）を大きくしていくこと、精神障がい者の不平等を訴えていくことが必要だと思います」と役員の方。不十分な社会資源や福祉制度、サービスの必要性を訴え、社会で支えていくことへの理解を求めていかなければならないということであり、家族会全体で取り組むことだと思えました。

(取材／高村)

## 街の 診療所から のお便り

…「うちの子には精神病の部分がある」  
親がまずそう認めてから…

連載  
67回



ましもと しげき  
**増本 茂樹**  
増本クリニック院長

### 〈今日は用事があります〉

「今日は市役所で会があつて、呼び出されたのでデイケアは休みます」と、診察室でOさんが言われます。

そうですね。どんな会ですか？ などと質問しますが、Oさんはたいはいははつきりと説明をされません。私も何回もは聞きません。彼女が考え込んでしまうからです。

Oさんは30代の女性で、他の市から母親の住むこの街に帰って来て、アパートを借りて住み始めたということでした。前の市では統合失調症で精神科病院へ入院もしておられましたし、退院後は障害基礎年金1級を受給して一人で暮らし、自立支援法を使って、病院からの訪問看護とホームヘルプを利用しておられたようです。

### 〈スタッフの声の幻聴〉

ところが、近頃はその病院の一人のスタッフの声が聞こえて来るようになり、指示・命令する声に一日中気を取られて苦しく、病院を変わることにしてもらったということでした。紹介状も持つて来られ、すでに引越しておられましたので、うちのクリニックとデイケアに通つてもらうことにしましたが、こ





れから同居してOさんの生活に強い影響力を持つお母さんにも来てもらい、どんな考えを持つておられるのか聞きたかったところでした。

彼女の幻聴は「掃除をしない子はダメだ」とか、生活ぶりを批判する内容で、そのスタッフがどれほど強く言ったのかは分

かりませんが、彼女は自分が叱られていると強く感じ、幻聴が頭の中で発生していると分かれますね。

### 〈幻聴が止まらない〉

デイケアに週1〜2回でも来るようになれば、ゆっくりと人間関係もできる。料理も練習で

きるし、生活で足りないところが本人にもいろいろ見えて来るだろう。薬も本人に合ったものに変えていけると、私は思っていました。でも、Oさんはデイケアではのんびり過ごせなくて、毎日のように受診してその日の相談を持って来られました

た。

「今朝はずっと幻聴がひどくて困ります」と言って、リスパダール液を1日に3〜4本飲まれる日もありました。それで、別の薬を提案しますと、

「前の先生が、リスパダールを飲めと言われました」と、前に進めません。その次の日には、

「夜中も幻聴がするので液の薬を飲んだ」と言われますので、それには睡眠薬を飲んで夜中に目が覚めないのが良い、と提案しています。奮発して通常より多めに睡眠導入剤を4錠分処方すると、よく眠れました。でも、それで安心はできず、

「薬の量が多すぎると、お母さんに言われた」と心配顔です。

でも、その代わりに液の葉が何本か減っていますよ。

### 〈毎日相談〉

数日後には、幻聴は減ったようでしたが

「私は働けるでしょうか？」と聞かれます。次の日には、

「ハローワークで求職の登録をしようと思います」と言われます。そして次の日には、

「一般の求職か、障がい者枠か？」と悩んでおられます。どんな仕事ができるのか、自信がなければ面接に合格しませんよ。その後は、次の日に、

「働くようになると、年金が出なくなりますか？」と、心配になっておられます。続けて働

けるようになると、更新時に1級から2級になるかも知れませんが、1級は全然働けない人のための年金ですからね。

### 〈小規模作業所〉

そんなやり取りが働きたいという意欲を摘んだのではないかと、精神科医は心配していたのですが、次の日には、

「作業所に相談に行きました」と言われます。そして、作業所に行けるかどうか心配されます。週4日が作業所、1日だけデイケアの方もありますよ。作業所も初めは午前中の3時間というやり方もあるでしょう。作業の内容も指導のスタッフと相談して決めましょうね。でも、

次の日には、

「お母さんが『私はお金を無駄使いするから、施設に入った方が良い』と言っている」と、施設のパンフを持って来られました。これほど自信なく、安心できないのは統合失調症の人の特徴です。

### 〈精神病でない〉

そうこうしていると、今度はお母さんが来られました。「インターネットで調べたけれど、娘は『統合失調症』ではなくて『境界例』ではないですか？」と聞かれます。

お母さん、そんなに一所懸命「精神病ではないのではないかと考えていたら、子供の方も自

分は精神病だ”と認められませ  
んよ。親も「うちの子供は精神  
病の部分がある。でも、いい子  
だ」と、しっかり思ってください  
い。誰が悪かったのでもないけ  
れど、病気をもらっているの  
です。これからは今ある娘の弱点  
を認めて、どうやってそれを克  
服するか考えましょう。

### 〈診断名〉

精神病についてはいろいろな  
ことが言われていますから、た  
くさん勉強すると、返って分ら  
なくなることもあります。今回、  
Oさんは気持ち焦ってすぐ変  
わり、親に急に反抗的だったよ  
うですね。お母さんはその辺を  
見て境界例と思われたのでしょ

う。でも、お母さんが“躁病”  
について勉強されたら、躁病の  
ようにも見えると思います。同  
じ症状に、いろいろな病名を思  
いつくものです。

### 〈診断名を付けるよ〉

実は精神科の病名そのものも  
そんなに確固としたものではあ  
りません。よく使われるアメリ  
カ精神医学会の診断基準にして  
も完成品ということではなく、  
精神病をどう診断するかについ  
て議論を続け、10年ごとに改訂  
しています。次の改訂版では“躁  
うつ病”をどう分類するか、と  
いうことを議論しているようで  
す。変わったと言えば、日本で  
も“精神分裂病”という名前を、

治療して良くなるという思いを  
込めて、“統合失調症”に変え  
ていきますね。

患者や家族にとって大事なの  
は、“患者さん”には感じ方に“適  
切でない”ところがあり、その  
感じ方をもとにずっと考え続け  
たり、慌てて行動に移したりす  
ると人生がうまく行かなくなる  
という事実です。それを乗り越  
えるには、弱点を認めて変えて  
行こうとする本人と家族の気持  
ちが必要です。薬はそれを援助  
します。



# わかりやすい制度のはなし

《その44》

## 障がい者雇用制度について

内閣府障害者政策委員会委員

北野 誠一

### 1. 障がい者の雇用情勢の動向

国際的には、障害者権利条約の成立の動き、国内的には障害者総合支援法や障害者雇用促進法や学校教育法の改正等があり、また社会の障がい者への理解が、徐々に進みつつあることもあって、障がい者の雇用は増えつつあります。平成23年

の障害者雇用数は、身体障がい者28万4千人、知的障がい者6万8千人、精神障がい者1万3千人です。他の障がい者と比べて、精神障がい者は少数に見えますが、それでも、5年前と比べて6倍も増えており、一方身体障がい者は横ばいです。さらに、新規求職申込件数は、身体6万7千件、知的2万8千件、精神4万8千件で、

精神障がい者だけが5年前の2倍近い伸びを示しています。発達障がい者を含む多様な精神障がい者の増加だけでなく、やはり希望する割には企業側の理解・受け入れが進んでいないことが読み取れます。

### 2. 障がい者雇用制度の現状と改革の方向性

1. の動向をふまえて、障害者雇用制度を見直すべく、3つの研究会（障害者の範囲等研究会・障害者権利条約への対応研究会・地域の就労支援研究会）があり、今年8月にそれぞれ報告ができました。それらをふまえて、現状の障害者雇用促進法

と雇用支援施策の概要と改革の方向性を見てみましょう。

障害者雇用促進法は、大きく3つのことが書かれています。

①は、雇用義務制度です。

一定規模以上（現在200人以上、平成27年から100人以上）の企業等への1.8%（国・自治体は2.1% さらに平成25年から民間企業は2.0%）の障害者雇用の義務づけと、その未達成企業に対する納付金（不足1人につき5万円）及び達成企業に対する調整金（超過1人につき2万7千円）制度です。

ここでの問題点は、精神障がい者が雇用に算定されているのに、雇用義務の対象外になっ

ていることです。研究会では、精神障がい者を雇用義務の対象とすることが適当であると明言しました。ただしその実施時期については、企業の経営環境や企業総体としての納得感の観点を考慮してという表現になりました。

これは、精神障がい者や発達障がい者を手帳だけで把握できるのかという問題以上に、社会や企業側の理解と環境作りが課題です。幸い、障害者権利条約の批准にあたっては、企業等は、一般的なバリアフリー環境をふまえて、精神障がい者を含む障がい者に、職場環境や人事管理上の個別の合理的配慮をしなければ差別であると規定されてい

ますので、そのことをふまえて、研究会でも、その様な合理的配慮は、企業等の義務であることが明記されました。

②は、障がい者雇用のための各種助成金です。

「障害者作業施設設置助成金」「障害者介助等助成金」「障害者能力開発助成金」「職場適応援助者（ジョブコーチ）助成金」等が主な助成金です。精神障がい者の雇用促進助成として、「精神障害者雇用安定奨励金」（精神障害者が働きやすい環境づくりを行った事業主に対する助成）や「精神障害者ステップアップ雇用」（精神障害者を短時間雇用から順次雇用時間を延ばし

てゆく事業主への助成)等の制度がありますが、まだまだ精神障がい者の雇用に向けた、支援体制や助成の仕組みは不足しています。

③は、職業リハビリテーションの実施です。

その中心を担うのが、ハローワーク(全国545か所)と地域障害者職業センター(全国47か所)及び障害者就業・生活支援センター(全国271か所)です。

平成19年から全国のハローワークは、地域の教育や福祉等の支援機関と連携して、きめ細かな個別支援を行う「チーム支援」を始めています。平成23年



度においては、チーム支援対象者1万9千人、その就労率52%で、そのうち32%が精神障がい者です。

また専門的なアセスメントや相談をおこなう地域障害者職業センターの利用者の55%が、現

在精神障がい者と発達障がい者と占められています。

障害者就業・生活支援センターの登録者も、現在では、精神障がい者が28%、発達障がい者が5%で、その割合は上昇しています。ただし、センターは個々の支援力にバラツキがあり、ある地域・ない地域の格差等の問題もあるようです。

### 3. 残された課題

ここまで見てきたように、障がい者の雇用促進のための制度は、それなりに存在しているようにも見えます。アメリカやイギリスは法定雇用率制度がなく、差別禁止法制を中心にして



いますが、障がい者の雇用が進んでいるとは言えないようです。そのこともあって、研究会では、障害者権利条約の批准にあたって、差別禁止法制を定め、障がい者雇用に一定の成果を上げているわが国の法定雇用率制度は継続することを謳っ

ています。

それは、それとしていいのですが、問題は、精神障がい者の雇用を促進するためには、企業を含む社会の理解を大きく展開しなければなりません。そのためには、雇用人・被雇用人ともに自分自身にとっても、家族・友人等にとっても無関係ではあり得ない精神障がいに対する理解・共感力を高め、精神障がい者を「追いつめない・追いつけない・追いかけない」企業文化や地域文化をじっくりと育みたいものです。

もう一つ大切なことは、一般市民や労働者に大きな期待を背負うのではなく、まずは関係専門職のネットワークが、機能

することです。様々な精神障がい・発達障がい・難病・高次脳機能障がい等に対応できる体制が出来ているとは言えない状況が、各地で起こっています。支援者個々の資質を高めることは重要ですが、個別の支援者が対応するのではなく、チームとして、さらにはネットワークとして対応しなければ、障がい者の多様なニーズに答えうるはずもありません。就労支援や生活支援においては、教育も医療も福祉も、バラバラでは無力であることを悟り、連携・チームワーク・ネットワークの組める支援の文化を作ることが重要です。

(きたの せいいち)

連載

統合失調症は  
どこまでわかったか

## ノーベル賞受賞が 確実に視されている iPS細胞の論文

連載  
43

大阪精神医学研究所新  
阿武山病院・大阪医科  
大学神経精神医学教室

菊山裕貴

毎年、ノーベル賞の時期になると、iPS細胞を作った京都大学の山中伸弥先生が受賞するのではと話題になりますね。実際iPS細胞は潜在的に大きな可能性を持っています。たしかにすごいのです。足を失った人の足をもう一度作ることができるとは、脳の体積が減ってもiPS細胞で補えるかもしれない、そうすればもしかしたら精神病が完治するかもし

れない。そうした期待が寄せられている研究です。今回はその世界で初めてiPS細胞を作成したノーベル賞受賞候補となっている論文を解説します。

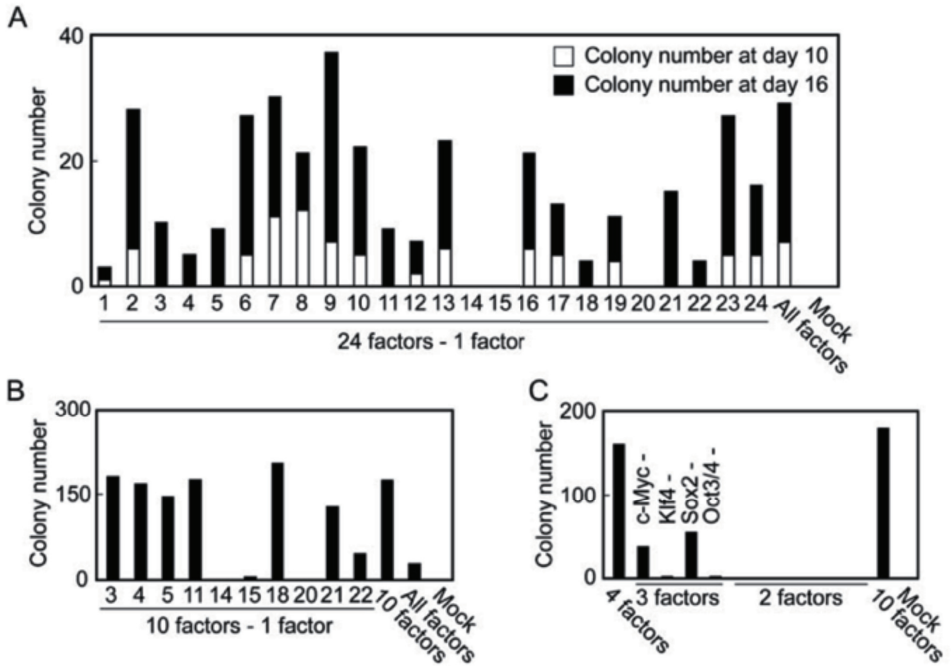
### 多能性幹細胞作成に必須の 4つの遺伝子の発見

図1は2006年にCellという医学雑誌に掲載されたその論文の結果です。2006年

までの山中先生やその他の研究者の研究によって多能性維持あるいは獲得に関わる遺伝子が24個に絞り込まれていました(図1A)。多能性というのは受精卵の細胞のように将来どの細胞にでも変化できる能力のことです。その人の多能性幹細胞をたくさん作ればそれを利用して脳を作ったり、減ってしまった細胞を補うことができます。その24個の遺伝子全てを一つの皮



図1 ips細胞はこうして作られた



Takahashi, K., Yamanaka, S.: Cell, 126:663-676, 2006.

膚の細胞に組み込むと、多能性を持つ細胞へ変化しました。つまり、大人の皮膚の細胞を使って、その人の受精卵のような細胞が作られたのです。

次にその24個の遺伝子の中でどれが必須なのかについてスクリーニングが行われ、24遺伝子の中から1遺伝子だけをのぞいて23遺伝子を組込みました。そうすると、多能性を持つ細胞が作れたものもあれば、作れなかったものもありました。図1Aの14番や15番や20番の遺伝子を除いた場合は、全く多能性を持つ細胞が作られていませんね。ということはこれらが一つでも欠けると多能性幹細胞を作れない。つまり、これらは多能

性維持獲得に必須であることになりません。

そうしたその一つの遺伝子を除いただけで多能性を持つ細胞を作れなくなった、あるいは作成効率が落ちた遺伝子を10個に絞り込み、また同じことをしたのが図1Bです。10個全てを組み込んだ場合には多能性幹細胞を作れたけれど、やはり、14番、15番、20番が欠けると作れず、22番がないと作成効率が落ちることがわかりました。この14、15、20、22番の4つに絞り込み、さらに同じことをしたのが図1Cです。4個の遺伝子全てを組み込むと多能性幹細胞が作れましたが4つのうち一つでも欠けるとほとんど作れないあ

るいは作成効率が落ち、二つ欠けると全く作れなくなりました。つまり、多能性幹細胞作成にはこの4つの遺伝子が必須の遺伝子で、その遺伝子はc・Myc、Klf4、Sox2、Oct3/4であり、これが山中4因子と言われる遺伝子となりました。iPS細胞とは人工多能性幹細胞のことです。大人の細胞を人工的に受精卵の状態に引き戻す技術を人間は手に入れたこととなります。

### 統合失調症治療への応用 実現に向けて

現在iPS技術が様々な疾患の根治療法となることが期待さ

れています。統合失調症への治療応用実現化へ向けてあつどのような問題があるかについて考えてみます。

図2を見て下さい。初期のiPS細胞には癌化率が高いという問題がありました。ただ、癌化する理由はわかっており、山中4因子の一つc・Mycは癌原性遺伝子であるため、c・Mycを使わずiPS細胞を作る必要があります。また、遺伝子組み込みの際にウイルスベクターというものを使っていたのですが、この場合、組み込まれる場所によっては正常な遺伝子を傷つけてしまうことがあり、組み込み方法も考える必要があります。

## 図2 統合失調症への応用に対する問題点

1. 癌化を克服できるか  
c-Mycを使わずiPS化可能か?  
ウイルスベクターを使わずiPS化可能か?  
異種細胞の混入を防げるか?
2. 神経幹細胞移植部位、方法論  
脳にどうアプローチするか?  
広範囲な障害をどう改善するか?

また、iPS細胞を神経細胞へ変化させ脳に移植する場合に異なった細胞が混ざると、それも癌の要因となるため、100%神経細胞ばかりの細胞塊を作る技術が必要となります。また、癌化の問題が解決しても、脳へどうやって移植するのか、また、脳のどこへ移植するのかといった問題がかんがえられます。しかし…これらの問題のほとんどは2011年に理論的には解決しています。次回はその解決法について解説します。

(きくやま ひろき)

《編集部より》10月8日、山中先生がノベル賞を受賞しました。今月号の菊山先生の原稿は、受賞前に執筆されたものです。原文のまま掲載いたしました。



ヘルパーについて扱っていただ  
きたいです。どの様に頼むのか、  
経費はいくらかかるのか、くわ  
しいことを知りたいです。

◆鳥取県 マイコー 本人(20代)

双極性障害(Ⅱ型)です。2  
年ほど前に発病し、障害者手帳  
を取得いたしました。

父が理解のあるほうで地元の家  
族会に入ってくれ、貴会の「み  
んなねっと」を家に持ち帰って  
くれるようになり、購読させて  
頂いております。

今まで、ただ単に力不足と自  
分の弱さで転職が多いのかと責  
任を感じていました。障害を少  
しでも軽くするために、ちゃん  
とお薬を飲んで、頼れるところ  
は頼って、幸せに過ごしたいと  
思います。

◆千葉県 雨 本人(40代)

いつも分りやすくするためになる  
記事が満載で、楽しく読んでい  
ます。

思うところあって、精神保  
健福祉士を目指して勉強中で  
す。各地の各家族会の取り組み  
や「わかりやすい制度のはな  
し」は、教科書だけでは分らな  
い事柄を教えてください。これ  
からも熟読玩味して来春は合格  
をgetします。

◆長野県 家族さん 家族(70代)

病は気から、と申しますが、  
気の病なのか心の病なのか、統  
合失調症は本当にむづかしい病  
気で困ります。

制度や就労が先行していく中  
で、息子は20数年入院を繰り返  
返しております。何度退院して  
も、平常心が少し長く続くよう  
になったかなと思われる位で、

統合失調症が治っているとほと  
とも思えません。

休養も投薬も大切に思いま  
す。医者やスタッフの皆さんの  
御苦心、御指導は感謝に絶えま  
せん。私の全く素人判断ですが、  
どこか違うところに統合失調症  
のききめが、響きが、手だてがあ  
るような気がしてなりません。

「郷に入れば郷に従え」という  
ことわざがありますが、「心の病  
は心で治す」…なんてことはない  
のでしょうか。せめて私の元気  
な間に、普通に近い状態になっ  
てほしいと念ずるばかりです。

日常生活

◆新潟県 モモチヤン 本人

(30代)

みなさんこんにちは。いつも  
役立つ情報やいろいろ参考にさ  
せてもらっています。

ところで私は10年位前からの幻聴の他に、この1、2年位『ぐー（と自分で呼んでいる）』というこわい（多分）症状があつて大なり小なり苦しんでいます。病院の先生にそのことを話すと『世界がせまってくる感じですかねえ？』などと言われ、そのこともふまえて『そういう感じなんです』と答えました。

この『せまってくる感じ』はとてもこわくて、どういう時に出るか、などありますが、他にこれに似た症状で『こうするとよいよ』などありましたらお聞かせ下さいませんか？

ひとりよがりのことでスママセン。こと葉さんのマンガ、楽しく読ませてもらつてマス(^\_^)

◆大阪府 シンガーつよし 本人（40代）

はじめまして。僕はパニック

障害を長年かかえています。いろいろ自分出来る事をさがしているのですが、なかなかみつからないです。

だけど音楽活動なら出来まます。なかなか病気の調子とかがありうまくいかない時もあるけど、最近は大の学園祭や地域のイベントステージで演奏させてもらったり、YouTube（ユーチューブ）にオリジナルの歌で不眠症の事を歌った「思い出の不眠症」や「オリジナルソング桜の頃」などをアップしています。聞いてもらえたらうれしいです。これからも病気をかかえながらもがんばっていきたいと思います。

◆愛知県 ナオちゃん 本人（20代）

私は統合失調症を患つており、精神科へかかっています。

家族の父もそううつ病で家にいます。

私は週4、5回作業所へ働きに行つています。工賃は低いですが、仲間たちに出会い支えられていきます。

今は喫茶の仕事をがんばつてるところです。お客様にうれしいコーヒートランチを提供できるよう、日々努力しています。「みんなねっと」を読むことが出来うれしいです。

## 詩・その他

◆愛知県 藤本敏信 家族（60代）

人生とは…

人、病、金、暗雲の中  
時として晴天有り  
我れ暗雲の中  
他者の暗雲に苦しみ

伏込むを聴視し  
暗雲の中にも  
明雲と思うべし

◆青森県 草グモ 本人(40代)

うつせみ

め  
盲いた者がとり戻した光ほど  
うつくしいものはないと知る  
森の朝草木に光る朝つゆほど  
すき透るものはないと知る  
ひん死の病人が  
回復することほど  
よろこばしいことはない  
永遠の命を夢見た少年が  
自らの青春と決別する時ほど  
夕日ゆうがねの切ないことはない  
鉄くろがねのような夏が終わり  
季節をひきついだ秋ほど  
はかないものはないと知る  
街をゆく人々がはなやいでみえる  
クリスマスほど

もの悲しいものはないと知る  
この世から自分が消えても  
回りつづける青い星ほど  
愛しいものはないと知る  
形なき見えもせぬ親の愛ほど  
私を救うものはないと知る

◆熊本県 長田智美

今の私

さつきと比べて全然ちがう自分  
先生と話したら楽になれた  
苦しかったけど  
苦しみはずっとは続かないんだ  
まだかんぺきじゃないけど  
ボチボチ前に進もう!!  
がんばらなくてもいいんだあ  
もつと自分を  
大事にできるといいかな  
まだまだ調子はよくないけど  
この先を見よう  
プラス思考(^-^)



◆群馬県 麻白 本人(20代)

「読者の皆様へ」  
当会では本誌内容について、  
執筆者への直接のお取り次ぎは  
致しておりません。内容につい  
てのご意見感想等は、投稿と  
してご寄せいただければ幸いで  
す。  
また、「みんなのわ」コーナー  
にお送りいただいた各種文書  
作品等は原則としてお返し致し  
ませんので、ご了承ください。

# 編集後記

■土曜日の午前中、近くの公園でNHKの「趣味の園芸」の公開録画がありました。歩いていける距離だし、花も見れるので家族で出かけました。テレビ放送の分を観客を入れて撮影するもので、私は初体験でした。日差しが強いのですが日傘はかけられず、そんな中で拍手の練習をしたり結構大変です。その日のテーマは秋のバラでした。四季咲きのバラは春と秋に花をつけますが、同じ株でも色も形も違うのだそうです。秋の花は色が深い色で、花弁はあまり広がりず奥ゆかしく咲きます。そんなことや花弁の利用の仕方、実（ローズヒップ）の楽しみ方など教わって楽しい時間を過ごしました。(良田)

■今年も暑い夏が終わり、足早に秋がやってきましたね。秋の初めは私の大好きな金木犀が咲く季節。毎年この時期になると、あの甘い香りをたどって金木犀探しをしています。関東はまだかなあと心待ちにしていたのですが、先日、北信越のブロック研修会で長野に伺った際、待望の金木犀に遭遇！ 残念ながら香りのみで姿は見えませんでした。が、関東に先駆けて小さい秋に出会えました。思わぬ収穫に「今年は金木犀を二度楽しめる！」と、少し得した気分です(笑) また、ブロック研修会も「ながのかれん」さんの多大なるご尽力のもと、大盛況のうちを終了しました。ありがとうございました(飯塚)

編集後記

【ご寄付のお願い】 当会の活動は、皆さんの会費を主な財源としていますが、活動資金が不足しています。より活動を充実していくために、寄付を募っています。ぜひご協力ください。\*通信欄に「寄付」とご記入ください。寄付金控除・税額控除の対象になります。

■郵便振込 00130-0-338317 加入者名 みんなねっと

月刊 **みんなねっと** 通巻第67号(2012年11月号)

定価 300円

発行日 2012年11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3500円  
理事長 川崎 洋子 団体・年間3000円×人数(2人以上)  
〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-46-13 ホリグチビル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](http://www.seishinhoken.jp)

印刷・製本/株式会社シナノ 表紙デザインとイラスト/田中律子



第5回 全国精神保健福祉家族大会  
**みんなねっと茨城大会**  
 ～私たちが拓く扉！障害者元年～

第1日目	11月21日 (水)	第2日目	11月22日 (木)
10:00	受付 オープニングセレモニー (スマイルハウス)	9:00	受付
12:00	開会式 開会の言葉/主催者あいさつ 来賓挨拶/来賓・祝電紹介	9:30	分科会 第1分科会 (震災対応) テーマ「東日本大震災から1年半」 ～そこから私たちは何を学ぶか～
12:45	休憩		第2分科会 (就労支援) テーマ「こうすれば障害者が働ける！」 ～まず働く場所を創り、それから定着支援へ～
13:00	講演 テーマ「私たちの求める家族支援」 講師/佐藤 純 (京都ノートルダム女子大学)		第3分科会 (家族会) テーマ「元気な家族会から」 ～元気の秘訣はどこにあります～
14:20	活動報告 テーマ「最近の障害者施策の動向」 講師/川崎 洋子 公益社団法人全国精神保健福祉社会連合会理事長		第4分科会 (むきこもり問題) テーマ「むきこもり問題への対応」 ～地域での見守り支援活動～
14:50	行政報告 厚生労働省		第5分科会 (当事者と自立) テーマ「支えられて自立生活」 ～今、元気でやっています～
15:20	休憩	11:30	休憩・移動
15:40	講演 テーマ「こころの健康基本法 (仮称) の法制化に向けた国民的取り組みについて」 講師/西田 淳志 公益社団法人東京都選挙総合研究所主任研究員	11:45	閉会式 大会宣言 次期開催地あいさつ 閉会のあいさつ
16:00	懇親会 ホテルグランド東武		

会場へのアクセス



お問い合わせ先

公益社団法人  
 全国精神保健福祉社会連合会  
 東京都豊島区東池袋3-46-13  
 ホリデアビル607  
 TEL 03-4967-9211 FAX 03-3967-5465

第5回全国精神保健福祉家族大会  
 みんなねっと茨城大会実行委員会事務局  
 茨城県水戸市笠間町913-2  
 茨城県精神保健福祉センター 3F  
 TEL 029-243-6172 FAX 029-243-6172

株式会社 JTB関東 法人営業茨城支店  
 茨城県つくば市花園2-2-4  
 TEL 029-865-2672 FAX 029-854-1664

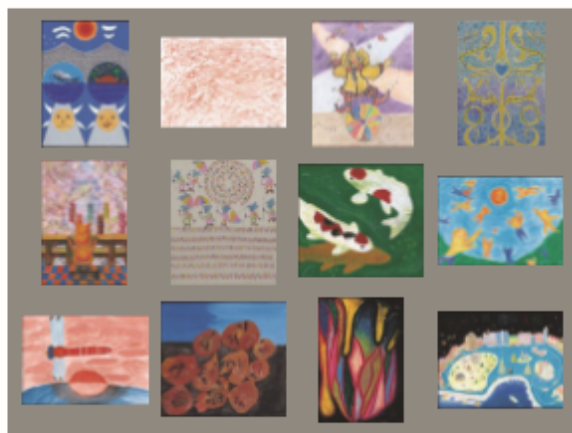
日時/平成24年11月21日(水)～11月22日(木)  
 会場/つくば国際会議場 (エポカルつくば)  
 参加費/3,000円 [当事者500円・学生1,500円]

※大会両日、薬剤師による薬の相談をおこないます。ご希望の方は、服薬中の薬のメモなどを持って、お越しください。

# こころに平和を カレンダー2013

## 発売中!

定価1,000円/カラー12枚組/20×20cm



### 新しい年をこころに平和をカレンダーで

このカレンダーの絵は、岩手、千葉、神奈川、高知の「こころに平和を実行委員会」と、「全国精神保健福祉会連合会」が全国から募集した作品の中から選ばれたものです。1部1000円（税込・送料別）で販売しています。入手希望の方は以下に記入の上、ご注文ください。

みんなねっと茨城大会（11月21・22日）でも、このカレンダーを販売いたします。大会当日は、1冊1000円のところで、800円で販売しますので、この機会にお求め下さい。

#### ●問合せ・注文先

公益社団法人 全国精神保健福祉会連合会（みんなねっと）事務局  
〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-46-13 ネリガ子ビル602  
TEL 03-6907-9271 FAX 03-39827-5466 <http://www.seishinshokai.or.jp>

みんな  
ねっと

