

月刊 みんなねっと

9
2026



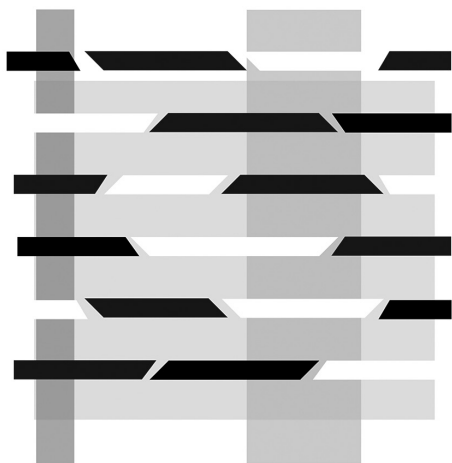
cosmos

特集 双極症への理解と向きあい方



公益社団法人 全国精神保健福祉会連合会

2024年度精神障害者と 家族の生活実態と意識調査 ～全国家族ニーズ調査～報告書(完成版)



2024年度精神障害者と家族の生活実態と意識調査
～全国家族ニーズ調査～報告書(完成版)

 公益社団法人 全精神保健福祉会連合会

昨年度、全国の家族会員のみなさまやみんなねっとサロンユーザーのみなさまにご協力いただきました全国家族ニーズ調査～の報告書（完成版）が完成しました。

ご協力くださいました多くのみなさまに、改めてお礼申し上げます。

ご希望の方は、<https://qr.paps.jp/vaKFU>
または QR コード、みんなねっとホームページより
お申し込みください。



■価格

都道府県連、傘下の家族会、賛助会員：500 円

一般：1,000 円

もくじ

2026年 9月号 通巻第234号

2 みんなのわ——読者のページ

6

特集



双極症への理解と向きあい方

加藤忠史、谷川文男

16 みんなねっと相談室から(第88回)

お父さまのリカバリー

18 子ども・きょうだい・配偶者 家族いろいろ(その76)

これまで、そしてこれから

20 リレー連載「リカバリーをめぐる、対話のように」②

どうか、性被害者の話をよく聞いてほしい (対話) 佐田幸美・
工藤由佳

24 知りたい！聴きたい！こんなとりくみ(第65回)

時代とともに模索してきた支援のかたち～浅香山病院の当事者・家族支援の歩み

28 フレー！フレー！これからの家族会 第40回 あすわ会(福井県)

30 新会長に聞く！ 第3回

32 お知らせします みんなねっとの活動

34 マンガ 生きている。 第12話 うらうめ もち子

〈表紙絵〉りかちゃん(群馬県)

〈メッセージ〉その人らしさが受け入れられる温かいコミュニティ。居場所。

特集

双極症への理解と向きあい方

双極症（双極性障害）ってどんな病気？

順天堂大学医学部精神医学講座 加藤忠史

はじめに

「双極症」という言葉を耳にしたとき、かつての「躁うつ病」という名称を思い浮かべる方も減ってきたかもしれません。かつては統合失調症と並ぶ二大精神病の一つとして捉えられてきたこの疾患は、現代では「双極

性障害」、そして最新の診断基準では「双極症」と呼び名を変えつつあります。この名称変更の背景には、単なる言葉の言い換えではなく、病気に対する偏見を減らし、当事者がより生きやすい社会をめざすという願いが込められています。

双極症は、気分が異常に高揚



加藤忠史さん

する「躁状態（または軽躁状態）」と、激しく落ち込む「うつ状態」という、対極にある二つの病相（エピソード）を繰り返す病気です。単なる気分の浮き沈みの激しい性格と誤解される場合もあります。が、実際には、本人の意志や性格の問題ではなく、脳の細胞の病態に基づいた身体の疾患であることが、最新の研究で明らかになりました。

本稿では、この複雑で誤解さ

《第 88 回》

お父さまのリカバリー

みんなねっと電話相談
毎週水曜日 10時～15時
03-5941-6346



◆お母さまからのお電話

統合失調症の息子を持つお母さまからのお電話です。息子は一旦よくなってもすぐに再発して、入院院を繰り返してしまうこと、いつもお母さまが息子のお世話を一手に担っていること、本当は父親である夫にも積極的にかかわってほしいのだから、全部お母さまに任せっきりで何も関わろうとしないこと、それどころか息子がこのまま入院していてほしいと思っているように話されました。

◆お母さまの悩み

お母さまは、息子の症状が落ち着いたら家で療養させたいと

思っています。息子自身も、家に帰りたくて早く退院したいと訴えます。お母さまは、父親の考えに納得できません。どうしてもよいかわからず、お母さまは自分のきょうだいに相談してみました。答えは退院させるなという厳しい言葉。入院時の激しい急性期の状態を知っているから出た言葉でした。

◆家族会との出会い

そんな苦しい状態の中、家族会の存在を知ったそうです。家族会に参加してしままでのつらい体験を聞いてもらえ、心のかえがすつと取れるのを感じることができました。心がいくらか軽くなった感じがしたとおつ

大会プログラム

第18回 全国精神保健福祉家族大会みんなねっとin長崎

『共に生きる社会の力』

～支え合い、学び合い、次世代へつなぐ平和な未来～

DAY1 11.20 金 12:00 受付

- 12:30 オープニング
- 13:00 開会式 開会のことば・主催者挨拶
来賓祝辞・紹介
- 13:45 行政説明 厚生労働省
- 14:15 活動報告 みんなねっと
- 14:30 基調講演 (60分)
テーマ「家族会のこれまで、今、そして、これから」
長崎県病院企業団 長崎県精神医療センター
院長 大塚 俊弘 氏
- 15:45 記念講演 (60分)
テーマ「誰もが幸せに生きていける社会とは
～出会いこそ、生きる力～」
サヘル・ローズ 氏
- 17:30 沖縄・九州ブロック代表者会議
- 18:00 情報交換会 サンプリエール長崎

DAY2 11.21 土 9:00 受付

- 9:30 分科会
- ◆第1分科会
家族会の課題と未来について
テーマ
「家族会の未来をひらく、多様な家族の声と新しいつながり」
- ◆第2分科会
地域社会との関係性
テーマ
「ともに生きるための支援ネットワークの未来」
- ◆第3分科会
歴史・社会的視点から偏見を考える
テーマ
「偏見を乗り越えるための学び～記憶を未来の力に～」
- 11:20 閉会式 大会宣言・次期開催県連挨拶
閉会の言葉

参加申込方法

申込期間 2026年 8月1日(土)～9月30日(水)

参加区分	参加費
会場参加 (ベネックス長崎ブリックホール)	家族・一般 3,000円
オンラインのみ (ライブ配信1日目のみ&アーカイブ配信)	当事者・学生 1,000円
情報交換会 (サンプリエール長崎)	9,000円

申込方法および支払方法

大会参加・情報交換会・ご宿泊は申込フォームQR
または以下のサイトからお申込みください。
<http://www.mwt-mice.com/events/18minnane>

【お支払い】 銀行振込み



●会場・オンライン・情報交換会の参加は事前申込が必要です。

●会場参加の方は追加費用なしでアーカイブ配信(記念講演を除く)の視聴ができます。



お
問
合
せ

長崎県精神障害者家族連合会 長崎市茂里町3番24号長崎県総合福祉センター県棟4階
TEL 095-842-5350 FAX 095-842-5351
E-mail info@c-seifukukyo.jp



記念講演師

サヘル・ローズ氏 (俳優・タレント)

イラン出身。孤児院で育ち8歳で来日。
俳優・映画監督として活躍し、主演映画
『冷たい床』は国際映画祭で受賞。
監督作『花束』公開。著書『生きることか
ら、すべては始まる』刊行。
国内外で支援活動も続け、人権活動家
賞受賞。

※記念講演は、会場およびライブ配信でのみ視聴いただけます。アーカイブ配信ではご視聴いただけません。

2026
日時 **11.20** 金 12:30-17:00 (受付 12:00～)
▶11.21 土 9:30-11:30 (受付 9:00～)

会場

ベネックス長崎ブリックホール 国際会議場
長崎市茂里町2-38 TEL:095-842-2002

開催
形式

ハイブリッド開催

会場
定員

540名 ※要申込

参加費

家族・一般 3,000円 / 当事者・学生 1,000円

主催 公益社団法人全国精神保健福祉会連合会(みんなねっと)・長崎県精神障害者家族連合会

後援 内閣府・厚生労働省・長崎県・長崎市・長崎県精神科病院協会 他(予定含む)