



浜家連 ニュース1月号

第233号

2020年1月1日発行

発行人 特定非営利活動法人 横浜市精神障害者家族連合会
事務局 〒222-0035 横浜市港北区鳥山町 1752 番地
障害者スポーツ文化センター 横浜ラポール3階
電話 045(548)4816・FAX 045(548)4836
URL <http://hamakaren.jp/>

カジノとギャンブル依存症

理事長 宮川玲子

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願い致します。

去年は平成31年から、5月に令和元年に変わり、昭和生まれの家族会の方々は3つの元号を経験したわけです。また、去年は次々に台風が発生し、19号は関東を直撃して、各地に大変な被害をもたらしました。10月に予定していた浜家連のメンタルヘルス講座1回目も、延期せざるをえませんでした。

最近のニュースでは、横浜市のカジノ誘致が問題になっています。山下公園の氷川丸の隣の現在倉庫になっている山下ふ頭に作るという計画が急に決まってしまう、反対運動が起こっています。林市長はカジノ誘致については白紙ということで当選したのに、急に作るという言い出したのは、けしからんということです。なにより、カジノができるとギャンブル依存症になる人の確率が高まる恐れがあると思われるからです。

パチンコや競馬や競輪・競艇など、日本はいろいろなギャンブルがあり、依存症に苦しんでいる人がいます。カジノはそれより桁違いに高額をかけ、借金をしてまでかけ続け、自殺や離婚、一家心中にまで追い込まれることもあります。それにつけこんで裏で暴力団が金を貸し、借り続けて自己破産までなっても止められないのがギャンブル依存症です。依存症は家族や親せきまで巻き込まれますので辛い思いをすることになります。そういう人が出入りすると、犯罪も多くなり、環境が悪化し、平和で子供達も遊べる、みなとみらいや山下公園がギャンブルの街、怖い所ということにならないか、心配です。また生活保護や障害者年

金で生活している人が、儲けようとして年金をもらった途端にみんな賭け、後の生活に困るということが起きるのではないかと危惧します。

精神科の先生も依存症の患者を診ていますから。これ以上不幸な目にあう人を増やしたくないと思っています。自分の患者が自殺したりするのを見るのは悲しいことです。

先日、神奈川県精神神経科診療所協会（精神科クリニックの先生方の集まり）主催の講演会に最近映画になった「閉鎖病棟」の作者の、作家で精神科医の帚木蓬生先生が講演に来られるということで聞きに行きました。原作は読んだのですが、精神科の病院に入院している人たちの話で、1人1人の人間にたいする作者の目が暖かく、山本周五郎賞を受賞したのもうなずけました。こんな先生だったら穏やかで患者さんも良くなるのではないかなと思いましたが、とても元気な先生で、「ギャンブルとカジノ」という題で「カジノは百害あって一利なし」カジノを作るのはとんでもないと力説しました。

また診療所協会では医師会に要望書を出したり、市長に質問書を提出したりしています。

浜家連の常任理事会では、カジノに賛成の人は特にいませんでしたが、今の所、会として署名活動へは自由参加です。

精神疾患の当事者を抱えた家族としては今でさえ、ひきこもってゲームにのめり込んでいる人が多いのに、カジノに行ったとしたらどうということになるのか心配します。この際カジノを作ることは止めて頂きたいと思っています。



第4回 浜家連研修会が開催されました。

<親あるうちの準備を考える>に参加して

みなみ会 加藤貞子

日時 2019年11月15日(金) 13:30~16:00

場所 横浜ラポール2階 大会議室

講師 渡部 伸 氏



「親なきあと」相談室主宰／行政書士・社会保険労務士「親なきあと」相談室ネットワーク代表
当日は晴天に恵まれ、会場は150名の参加者で超満員でした。

～障害のあるある家族にとって「親なきあと」は共通の課題です～

案内のチラシのテーマに従って、準備された資料を丁寧に説明されました。その内容は多岐にわたり、項目にして48項目ありました。その一部をご紹介します。

1. 老障介護の悲劇を起こさないために

- ・親なきあとの心配がなくなるほどの社会資源は残念ながらありません。
- ・でも、社会との共通点があれば、どこかで救ってもらうくらいの福祉の体制はあります。・法制度やサービスは変化し続けています。子どもがより質の高い生活を送れるために、知識と情報を得るようにしましょう。

2. 知っておいてほしいこと

- ・「親なき後の歴史」→少しずつではあるが「いい方向」に向かっている！
- ・障害者総合支援法 →日本の障害福祉制度の中心「親なき後」に大きく関係する法律、障害者が地域で暮らす社会を目指す。

2013年施行～2016年春見直し 2018年施行→法律は変化しつづけている。当然これからも変わっていく。

今が不満な状況でも、ベターな社会になる可能性はある！

自分たちの活動でより良い制度に変えることも出来る！

3. 「親なきあと」の課題とは

- ・お金で困らないための準備をどうするか
- ・生活の場をどこに確保するか
- ・日常生活のフォロー ～困った時の支援はどうなるのか

4. 講演会などで一番聞かれる質問

- ・子どものためにお金をいくら残せばいい？

本人がお金で困らないためには、たくさん残すことより、そのお金が本人の将来のために使われる仕組みを準備することが大切です。

紙面の都合で最初の4項目について紹介させて頂きました。

講師は最後に「親亡きあと」について、お伝えしたかったことの“まとめ”として

- ・社会と接点を持つ・・・子どものことを話せる相手を見つけておく。親あるうちにさまざまな人とのつながりを大切にしながら生活をしてゆくことを考えましょう。
- ・最低限の準備として遺言を書いておく、何回でも書き直せるので気楽に書いてみる。
- ・残った人達が困らないように、自分の意思を残しておくのが親の責任では・・・いきなり書くのは・・・、という人はまずエンディングノートなどから始める。
- ・状況はよくなっていると気楽に構える。
- ・いざとなったら何とかなる。

と前向きに締めくくって下さいました。

私ごとですが、夫が亡くなり、あっという間に1年が過ぎてしまいました。1周忌を機会に、当事者の息子や娘夫婦と話し合いながら、そして今回の研修会を参考にしながら少しずつ準備して行こう。まずはエンディングノートから書いてみようと思っています。

みんなねっと愛知大会が開催されました（その2）

みんなねっと愛知大会報告

愛知県アウトリーチ普及啓発委託事業「統合失調症治療の大切な考え方と進め方」
講師 医療法人崇徳会田宮病院院長 渡部和成氏

大会2日目は分科会と一般の人も参加できる愛知県アウトリーチ普及啓発委託事業の講演会でした。私は、アウトリーチ普及事業という言葉と、講師の先生に惹かれてこの講演を選びました。（6年ほど前、まだ息子が病気を受け入れられず親子共に悩み苦しんでいた時に渡部先生の著書を読み、この先生に診てもらえたらと思った方でした。物理的な理由でそれは叶わずそのままになってしまいましたが。）講演会の会場は刈谷市総合文化センターで定員1500人の大きく立派なホールでした。そのホールの7～8割は埋まっていたように思いました。

渡部先生は「私は統合失調症治療の専門家です」という言葉から話されました。「真に患者さんのためになる統合失調症治療とは、どういうものだろう」と投げかけられ、「**統合失調症の治療目標は、患者さんが病状をうまく管理し、孤立せず社会に参加し、自然な笑顔で自分らしく生きられるようになることである。同時にご家族も人生の幸せを感じられるようになることである。**」と明快に答えられました。症状がなくなる事を治療目標としなさい。患者さんが病気であるという認識を持つことが大切であるが、難しい。そこで、病名を3つに分けて説明し、理解してもらおう。「統合」：心や行動をまとめること、「失調」：上手くいっていない、「症」：状態（状態は変化する、良くなる）、病気を受け入れ、理解できたら、病気は半分治ったようなものと言える。統合失調症は原因不明の脳の慢性疾患であるので、治療では、「心の病気に対して希望をもてるようにする心理社会療法と脳の病気に対する薬物療法を急性期から慢性期まで常に並行して実施していく必要がある。いつも患者さんが主体、患者さんが中心の医療を超職種（自分の専門外でも意見を出し合う）の医療者と相談しながら、患者さんが選択実行していく医療であるべきであると続けられました。

そこで治療思想としての「教育—対処—相談モ

さかえ会 井汲悦子

デル」で考えると、統合失調症の患者さんが、認知療法である心理教育に参加することにより病識を持てるようになる。病気を理解し受け入れ、病気なのは自分だけではなく仲間と一緒に回復に向かうことができる気づき、幻聴や妄想などの症状に対処する技能を身に着けうまく対処できるようになる。すると、患者さんの抗病力、自然治癒力、生きる力が高まり、自信を持てるようになり、病状が安定し、周りの家族や仲間、医療、行政、福祉スタッフにうまく病気や生活のことを相談できるようになっていき相談し続けられるということが、回復しているということであり、相談しながら自立に向かって歩むことができるようになるだろう。

また、家族は、病気を正しく理解し、きちっとした治療を受ければ大丈夫だと考え、患者さんが統合失調症という壁を乗り越え社会参加していけるようにサポートし続ける。そして、患者さんに安心を感じさせ、信頼され、相談されるようにLowEE 家族になることが必要。家族が変われば、患者さんも変わる。

このような考えのもとに、統合失調症の教育入院（1.5カ月程度）を行っている。①病識の獲得②疾患理解③薬物療法の理解④症状への対処法⑤生活習慣改善・肥満防止。その他 SST・深呼吸法やりザクゼーションなどを行う。並行してLowEE の家族を目指して8回の家族心理教室も行う。教育入院を受けた効果については非再入院者の資料等をもとに説明された。

その他、統合失調症の薬物治療や認知機能障害の改善、望ましい社会参加の仕方についても話されました。詳細は渡部先生の著書「わかった！統合失調症のベスト治療」星和書店をご覧ください。

現在は、病気を受け入れ、自分らしく生きて行こうと思うことができるようになる手引きとして、IMR や当事者研究など様々な方法があります。私の息子も1年かけてリカバリープログラムを学び



病気を受け入れ病気と共に生きていく覚悟を持つようになりました。先ずは教育入院のようなプ

ログラムがどこの病院でも当たり前に行われるようになってほしいと思いました。

今年度も家族学習会が実施されています

家族学習会を実施して

保土ヶ谷区「たちばな会」は、昨年10月3日から11月14日の間に家族学習会を実施しました。「たちばな会」としては通算4回目の学習会になります。実施にあたり、参加者募集の案内書を地域の福祉関係先や病院に届け、説明させていただきました。届け先から参加者を募れたことは、広く地域にお知らせできた結果だと、担当者として喜びを感じました。

参加者5名、担当者5名で始まりました。実施当日の直前打ち合わせでリーダー役を中心に学習内容を掴んでおいたことで、参加者からのアンケートに良い印象だったと表していただけました。会場づくりは個性豊かに仕上がりました。参加者の名札に、茶菓子にと、またたちばな会の手芸の会から作品をお借りして並べると、季節感があふれ、やさしく皆さまを迎えられました。「たちばな」を写した名札カードは担当者の私たちに充分やる気を持たせてくれました。参加者ご自身の手作り作品も並べられ、癒されて会場が和みました。

そして、「家族による家族学習会のルール」を全員で唱和すると、緊張感の中に学習会テキストの

私自身、三度目の学習会参加でした。病気を知りたいと学習する側からおもてなし側になり、実施までの準備、段取り、役目、チームワークづくりの努力等、よい経験をさせていただきました。浜家連から来られた三名のアドバイザーの方々から心強い助言をいただきながら、無事に家族学習会が終わりましたことに感謝申し上げます。

たちばな会 吉本真理子

頁がめくられました。まず「統合失調症の経過・状態とその対処」で具体的に病状を知り、家族がどのように受け止めていけばよいのか、その道のりを意味する「リカバリー」という言葉に出会いました。リカバリーの主役は本人です。その人らしいリカバリーを応援するには、人とのつながりを回復するには、出来ることを卵の白身にたとえた「ゆでたまご理論」で示されていました。

参加者のみな様が今までの経験談を話されると、共感の言葉が聞こえてきます。

学習のまとめは、「家族自身が元気を保つためにはどうしたらよいか」です。家族学習会は、家族どうしが語り合い、気持ちを共有できる場です。それぞれが抱えている問題の解決の糸口がみつかるかもしれません。「そうだったんだ」、「うちだけじゃないんだ」、「話せてよかった」等の安堵感が生まれ、穏やかな気持ちになると、受け止め方が違ってくると思います。たちばな会の学習会も、そのような顔で終わりました。

さらにこの先の元気なお顔に再びお会いできるように、たちばな会は同窓会を予定しています。楽しみです。



◆イベントのお知らせ◆

§Dブロックフォーラム§

「当事者・家族のまるごと支援」

～ 学びあい 支え合い リカバリー ～

日時 2020年2月15日(土) 13:30～16:00 (開場 13:00)

場所 金沢公会堂

講師 1部 皆で歌いましょう

2部 講演「当事者家族のまるごと支援」

講師 内山 繁樹さん 栗白 尚之さん 当事者・ご家族

【編集後記】2020年が明けました。皆様にとって、障害者にとって実りある1年となることを願っています。本年もよろしくお願いいたします。