

浜家連 ニュース 4月号

第200号

平成29（2017）年 4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/>

当事者主体のケアと木目細かな家族支援の早期実現を！ 副理事長 浅田 和徳

横浜には「アリシアの会」という精神障害者家族会がある。当会では、毎月、家族が抱えている問題に対処するための当事者研究を行っている。昨年末の当事者研究に、向谷地生良氏（北海道医療大学看護福祉学部教授。社会福祉法人浦河べてるの家理事）が飛び込みで参加され、「治療者の関わり方を変えて、当事者主体のケアに変えるべきと説明された」という会報記事を、私はたいへん興味深く読ませて頂きました。

発行元の承諾を得て、以下に転載します。

★～☆～★～☆～★～☆～★～☆～★～☆～★～☆～★～☆～

◆ 環境の影響

医療者にとって当事者研究がなぜ難しいのか。（医療者の指示に基づき当事者を治療するという）従来通りの対応では、当事者の病気は小さいのに、環境と周りのかかわり方によって、小さかったはずの病気が大きく膨らんでいってしまうということが起こる。こじらせているのである。本人をいくら治療しても周りの環境を変えないとダメ。専門家によると、この割合は本人が変わるべき部分が2、周りが変わるべき部分が8と言われている。ところが、周りの治療者は自分たちの方が8変わらなければならないということに気付いていない。当事者以外の治療者や支援者自身の「病識」（自分達が変わらなければならないという認識）がないのである。本当は小さな病気のボリュームが大きく膨らんでいるのは、実は自分たちの影響が大きいのだという問題意識を持たねばならない。

一方で、このような割合で影響し合っているということは、逆に、それは回復の余地が8割あると

いう可能性（があるということ）だと思う。こちらのかける言葉の質や態度、「良質の声」が届けば届くほど、どんどん回復へ向かっていく（ということである）。

一方、リハビリテーションの現場では、患者さんの問題行動はすべて支援者側の責任だというのが基本的なスタンスとなっている。（即ち、）この現実（患者さんが起こす問題行動）に影響を与えているのは自分達である可能性があるという認識（を持っている）と言える。

（家族を含めた周りの人が）病識を持つのは難しい。（しかし、）病識ではなく問題意識を持てば良い。困っていることを共有するところからつながりが生まれていく。これを実践する活動が当事者研究であり、既存の医療現場のヒエラルキーを解体し、当事者主体のケアへと組み替えていくことである。

◆ 当事者研究の時代がやってきた！

統合失調症学会の主立った先生が参加して、新しい時代の統合失調症の治療ガイドラインを作るプロジェクトが始まった。そしてその中に当事者研究が入ることになった。これまでのガイドラインは殆ど利用されていなかったが、新しいガイドラインは患者や家族にも使えるようにしたいという方向が打ち出されている。

★～☆～★～☆～★～☆～★～☆～★～☆～★～☆～★～☆～

精神障害の治療・回復支援方法の目まぐるしい進展に合わせて、当事者主体のケアならびに木目細かな家族支援の早期実現を望みます。



3月の理事会で健康福祉局より「平成29年度の予算」及び「緊急滞在場所」について説明がありました。その報告が届いています。

平成29年度横浜市健康福祉局予算について

副理事長 大羽 更明

3月10日の理事会の冒頭に平成29年度予算（案）の概要の説明がありました。浜家連が昨年提出した要望がどこまで予算の裏付けのある事業として計画されているかに注目しながら説明を聞きましたが、三障害一体での概要説明では精神に関する事業の予算は正直よく見えません。

障害者福祉施策推進の予算の基本的な考え方には、引き続き「第3期障害者プラン」を推進することが明記されています。障害福祉費の総額は昨年より5%弱増え、はじめて1千億円の大台に乗りました。内訳としては、障害者支援施設とグループホームの設立・運営の費用が大幅に増額され、次いで地域活動ホームと生活支援センターの運営事業費が伸びています。

精神保健福祉関連の個別の主な事業で説明があったのは、以下のような項目です。

- ・地域活動ホームのショートステイ事業に必要なスプリングラー設置。
- ・「地域移行・地域定着支援事業」を金沢区の生活支援センターでも実施し、累計12区に。
- ・地域活動支援センター（作業所）を就労継続支援事業所等の福祉サービス事業に移行18か所。
- ・グループホームの新設・移転とその運用費補助追加（実質40か所、200人分）。
- ・計画相談事業は100%実施目標だが実際には30%程度なので実態に合わせて予算減額。
- ・発達障害で強度の行動障害のある方の支援マネージャーを発達障害支援センターに増員2名。
- ・気軽な雰囲気での障害の理解を深める「O! MORO LIFE」などの啓発活動の補助金新規。
- ・移動支援の相談・情報提供を行う移動情報センターを3区に新設し、市内全区で事業実施。
- ・障害者スポーツ・文化活動の南部方面拠点整備（ウィリング横浜跡）、ラポールの事業、ヨコハマ・パラトリエンナーレ事業など新規・拡充。
- ・措置入院者の退院後フォローのための体制整備（区役所の障害支援体制）。
- ・深夜の民間精神病院の受入を365日実施する救急医療体制を整備。

平成29年度は、第3期障害者プランの下半期3年間の福祉計画見直しの時期にあたります。30年度の予算要望提出の行動と併せて、当事者と私たち家族のニーズを強かに訴え、福祉施策の充実を実現していきたいと思えます。



緊急滞在場所運営＜精神障害者家族支援事業＞

緊急滞在場所検討担当委員 松本やす子

平成22年に「在宅障害者手当」が廃止された代わりに、「将来にわたるあんしん施策」として浜家連の強い要望により「精神障害者家族支援事業（緊急滞在場所の運営）」が実現されました。家庭内で急に当事者が暴れたり・家族が外に出され鍵をかけられてしまったりの事態が発生時、一時的に家族が避難できる場所として事業化されました。が、

避難場所についての周知不足、利用しにくい等（福祉保健センター開庁時間帯のみ）課題があり今回見直しをしてきました。横浜市福祉局、運営委託場所ソーシャルワーカー、区福ソーシャルワーカー

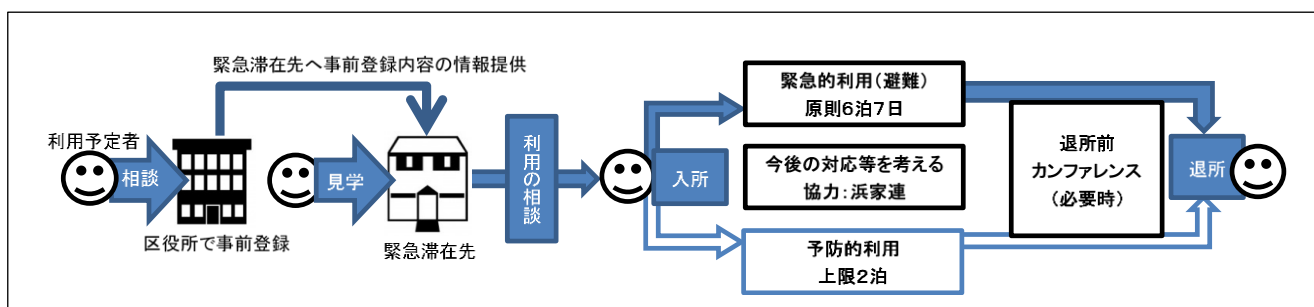
代表、浜家連担当で28年6月から29年1月まで5回にわたり検討会を行ってきました。家族会が一番望んだことは、役所が閉庁後、日曜日・祭日に利用する事態が起こること、場所が分からない、どこに相談したらいいのか分からない、これらに対応してほしいことでした。今回見直しされたことは、

- ① 区役所：福祉保健センターの窓口に事前登録しておく。
日中事態発生し登録できていない場合、区役所が開庁中であれば窓口へ
- ② 事前登録後は、滞在場所見学できる。

- ③ 事前登録済であれば、区役所閉庁後・日祭日、直接滞在場所に連絡できる。
- ④ 滞在場所に避難した後は、運営委託場所ソーシャルワーカー、家族ピア相談員による相談支援を行います。
- ⑤ 緊急的利用に至る前に予防的に利用します。
- ⑥ 緊急的利用（避難）原則6泊7日。
- ⑦ 給食利用の場合（一食当たり）朝食 350 円、昼食 550 円、夕食 700 円、光熱水・リネン費 1 日 350 円。

滞在場所・連絡先は登録された時詳しい案内が出されます。パンフレットが出来ましたので各家族会で配布されます。又、横浜市「障害福祉のあんない 2017」に掲載されます

【利用の流れ】（下図は事前登録をした場合の流れ）



家族学習会の報告

「家族による家族学習会」を終えて

あいの会 小田久子

家族学習会は会員の方にとって、とても良いプログラムであることは2年越しの研修会で理解していました。でも、私達の会で開催することは無理と思い「他の区では頑張っているのねえ〜」とっておりました。



ところが、突然のように「やってみましょう」ということになってしまったのです。そこにはいろいろな事情もありますが、横浜18区で家族学習会開催という浜家連の動きも、私共に作用したかも知れません。横浜市の助成を受けている事業でもあります。

栄区のベテランアドバイザー、コーディネーター等々、浜家連より強力なサポートが私達のもとに入って頂けることになりました。そのお蔭で、この学習会が無事開催され、終了することが出来ました。

場所の確保はワーカーさんに、ポスターは支援センターの当事者の方をお願いするなど、多くの方々にすいぶんお手伝いいただきました。

研修会に出たとはいえ、初めのさわりのようなもので開催するとなると大変不安でした。2回から5回へと進み、不安のうちにも担当者も参加者も一緒に学習していたと思います。私にとっても解ったようにただ過ごしていた年月を振り返り、反省することがたくさんありました。

毎回「学習会の目的とルール」を輪読し、心から語りあえたように思います。まだまだ未熟な私達ですが、会員の皆様、また関わって下さった皆様に力をいただいて、一歩でも前進できたと思います。

開催にお力添えいただいた皆様にお礼申し上げます。「本当にありがとうございました」

【参加された方の感想】

- ・最高に楽しく勉強になりました。
- ・病気への取り組みはまだ続きたいへん大変だと思いましたが、アドバイスを受けて、息抜きしながら歩いていきたいと思えます。
- ・今日までの経験を聞かせて頂き、今後の多大な力を頂いた気持ちです。
- ・同じ悩みを抱えていることを知り、少し気持ちが楽になりました。またこのような機会があれば参加したい。
- ・自分の健康に気をつけて、自分を大切に過ごしたい。このような機会を持てたこと嬉しく感謝しています。

- 日々体験していることを聞けるので、とても参考になりました。まず自分を元気にして肩の力を抜いて、向き合っていこうと思います。
- 家族がどうしても理解できない部分の勉強ができた。接し方、言葉使いのあり方など勉強できて良かった。

【担当者として】

- すべてさらけ出した話し合いが持たれ、今まさに大変な思いをしている人にとっても勇気づけられた会になったと思います。浜家連の方々の準備、事細やかなご指導のもと、この会が持てたことに感謝しています。
- この度家族学習会を浜家連の皆様と各方面からのお力添えにより、無事終了でき、ほっと致しております。参加者の皆様全員から「参加して良かった」という感想を頂くことができ、とても嬉しく思っています。私もとても多くの事を学ばせていただきました。

- 「あいの会」の家族学習会にオブザーバーとして、何度か参観して下さいました健康福祉局の加藤様から、メッセージをいただきました。

家族学習会を参観して

健康福祉局障害福祉課地域活動支援係

担当：加藤 広也

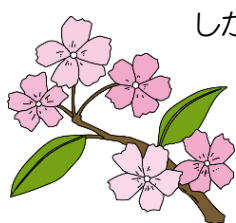
平成 29 年 1 月 10 日から 5 回にわたり港南区役所会議室で開催された港南区地域精神保健家族会「あいの会」が担当する「家族による家族学習会」に、オブザーバーとして参観させて頂きました。

平成 28 年 7 月 1 日に横浜ラポールで開かれた家族学習会担当者研修会で、今年度担当となる区会の皆さまの様子を拝見し、この学習会における準備と心構えの大変さを実感したことを思い出します。

実際に参加した回は初回、3 回目と最終回の計 3 回となり、5 回の学習会全てに参加はできませんでしたが、その中で最も心に強く感じたことは、家族会＝仲間の重要性です。

具体的には、初回・3 回目とも声が小さく発言内容にも遠慮しているような参加者の印象が、最終回に至っては、皆さんの声も大きくなり、発言に「積極性」と「本音」が出てきていたように感じました。これはそれぞれの家族の事情に違いはあれども、家族のことで悩みを持つ学習会参加者と浜家連の皆さまとの話し合いを通じた苦しみの共有をすることができたことが大きく、リーダー・コリーダーはじめとした浜家連学習会担当の頑張りがあったからこそ結果なのだと思います。

学習会最終回のテーマの一つである「悲嘆からの回復のプロセス」にあるように、今回の学習会に参加されていた若い参加者は、やはりまだ苦しみの底におり、先の見えない長く暗いトンネルを歩き回っているような感覚で、学んだプロセスの中でも初期である「否認」「パニック」「怒りと不当感」といった印象を受けました。そのような苦しみの中で、悩みを一人抱え込んでいたら、希望を見出すことが出来ずに日々暗鬱としてしまうことも多いと思います。



しかしながら、学習会で同じ経験をされてきた方の考え方や現状を話し合うことで、いつしか若い参加者がプロセスの後期である「あきらめから受容へ」「新しい希望、ユーモアと笑いの再発見」果ては最終段階の「新しいアイデンティティの誕生」の境地を体験しているような感覚だったのではないかと思います。

この学習会参加を通して、たとえそれが一時的なものだとしても、新たな希望を持ち、今後その悩みを話せる仲間ができることは素晴らしいと感じ、そのことから家族会の重要性と当事者相談の心強さを再認識いたしました。

今後とも、学習会やフォーラム、その他家族会の活動について「当の家族が疲れないこと」を是として実施頂ければ幸いです。

市民精神保健福祉フォーラムが開催されました。

◆市民精神保健福祉フォーラム（Cブロック）報告◆ みなみ会 増喜 浩二

- 平成29年2月25日（土）、南公会堂にてCブロックフォーラムが開催され、参加者345名でした。
- 1部 和太鼓の演奏 演奏者 和太鼓“あらじん”
（鶴見区知的障害児者親の会「ひよこ会」）
- 2部 講演 「脳の不思議 ～その働きと成長～」
講師 糸川 昌成 先生
（東京都医学総合研究所 病院等連携研究センター長）



【“和太鼓あらじん”の演奏】

- 8名の演奏者全員が、障害を持っていても臆することなく、元気いっぱい楽しんで打ち込んでいる姿に多くの方が感動し、中には涙するお母さんも多数見受けられました。

【糸川先生の講演】

- アンケートによると、参加者の多くは「脳の働きや、脳と心を知りたい」という動機で来場し、講演については、難しい内容を先生がわかりやすく熱心に話され、良く理解できたと、満足されたようです。

【講演の概要】

- 遺伝子研究により、統合失調症にビタミンB6の1つであるピリドキサミンが有効であることを確認し、現在、有効性を最終確認する第三相の治験を予定。数年後には治療薬としての市販が期待できそう。なお、日本で市販されているビタミンB6はこれとは異なり有効ではない。
- 近代医学は、健康か病気かの二元論で処置してきたが、“健康的”と“病的”の境目は明確ではなく、かつ変化する「動的平衡論」で考え、悪い面ではなく良い面に目を向けてそこを広げていく。
- 精神疾患も含めて、多くの病気は、そこから抜け出せないのではなく、イニシエーション（通過点）と捉えることが重要である。
- 精神疾患は、脳の治療という身体的な治療も必要であるが、右の表に示す“異なる場所への回復”が必要である。
- 精神症状、特に心の症状には意味があり、その意味する物語を紡いであげる生活臨床が大切である。
- 薬は脳に効くが、心に効くのは気持ちである。
- 心は実体化できる脳の部分もあるが、尊厳、自尊心、使命感、献身、敬意などのように、実体化できない精神活動の部分もある。
- 実体化できない心はどの様に培われてきたのだろうか？
それは、今まで生きてきた知覚体験とその履歴や外部環境だけでなく、民族性にも影響される。
- 日本人の民族性は、1万年以上続いた虐殺のなかった縄文人と、稲作技術をもって渡来した弥生人とが、武力衝突せずに融合したこと、などにより培われ伝播されてきた。

内科的治療	現状への復帰
外科的治療	現状への復帰の放棄
精神科的治療	現状とは異なる場所への回復

●ひとりの入場者からの感想が投稿されました。

投稿者は40代 男性 会社員で、これまでの人生において、2才年上の統合失調症の兄の影響を受けてきた。兄の病気のことを勉強し、兄の事を思い、それなりに気持ちを整理し、今は家庭を持ち子供も持ち、前向きな日々を送っている、とのことでした。

【感想：糸川先生の講演を聞いて】

これまで、病気に対して、科学技術的に考えていました。原因があるのだと知れば「納得」を得て、治療方法があるのだと知れば「安心」を得ていました。一方で、その両方が無いと分かると、必死に「情報」を集めて、「納得」と「安心」を得ようとしていました。

先生の話の中で、「倭人は武力制圧や虐殺をせず融合」した日本人の履歴の話がありました。まさか「脳のふしぎ」という題材で、このようなテーマが扱われるとは予想していなかったので、とても興味深く拝聴させて頂きました。その中で私なりに感じたことは、本来日本人の価値観の中には、物事に対しておおらかで、そしてそれを受け入れる精神が備わっているのに、それを忘れてしまっているのではないかという事です。

19世紀以後、ヨーロッパで発展した産業革命による資本主義の成立と科学技術は、日本を初めてする欧米以外の諸国にも伝わり、世界全体を覆うようになりました。これまでも日本には海を渡り大陸から多くの文化文明が伝わり、それを日本の社会の中に融合させてきた歴史があります。しかし近代が生んだ産業革命や科学技術は、その圧倒的なエネルギーと数字の説得力によって、日本人の価値観や精神世界そのものまでもが「西洋的」になってきてしまっているのではないかと感じます。

しかし、時々日本人の価値観を外から気づかされることがあります。例えば、“MOTTAINAI”という言葉が世界で広まりつつあること。英語圏では「もったいない」という概念をさす言葉が無いそうです。また、オリンピック誘致の際に使用された



“O・MO・TE・NA・SHI”という言葉。英語でも“Hospitality”という言葉がありますが、語源はラテン語の Hospicis（客人等の保護）だそうです。一方日本の「おもてなし」とは、平安室町時代に発祥した茶の湯から始まったと言われ、客や大切な人への気遣いや心配りを表す言葉だそうです。東日本大震災の際は、世界の常識では大災害は「暴動と略奪」に直結するはずなのに、なぜ日本人が「平静と秩序」を保ち得たのかと世界では取り上げられました。

日本では普通のことが世界では素晴らしいことと紹介されるたびに、日本人的価値観が、現代の私たちにもしっかり受け継がれているのかなと感じます。

病気に対して、全てを科学技術で解決しようとすると、まだわからない事があります。そして、わからないとそこで立ち止まってしまい「自分のせいでは？」と「過去」を振り返ってしまいます。しかし、

日本人が持っているところの柔軟性によって、次に進める気がしました。視野をぐっと広げみて、次につながる視点を見つける心の柔軟さは、最初に日本に渡来した狩猟民である縄文人が、後に中国南部から稲作文化と共に渡来した倭人を受け入れた時に芽生えた「未来への視点」であり、それは今の日本人にもきっと受け継がれていると感じました。

「科学技術」はもちろんのこと、「日本人に受け継がれている心のおおらかさや柔軟性」によって、あらためて病気に対して「未来へ向かう視点」を見付けることの重要性を感じ、そしてそれは今まで日本人がやってきたことであり、今を生きる私たちにも、きっとできる事なんだと感じました。

【編集後記】

浜家連ニュースも4月で200号を迎えました。第1号から数えて16年と8ヶ月の長きにわたって、絶えることなく皆様のお手元へ届けられています。これは浜家連ニュースの発行に携わった、多くの方々の努力と情熱の賜物と思います。これからも皆様に喜んでいただけるような浜家連ニュースを届け続けたいと思います。



(事務局 中居)