



# 浜家連ニュース

第168号

平成26年(2014)年8月1日発行

○発行 特定非営利活動法人 横浜市精神障害者家族連合会  
〒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 FAX045(548)4836

## 巻頭言 一日一日を元気に生き切るとは

副理事長 柏木 彰

浜家連ニュース5月号の巻頭言に「親亡き後の心配・不安とは」と題して書いた拙文を読まれた多くの家族の方から感想が寄せられました。



「娘が病んで30年近く、一貫してこの重いテーマと向き合ってきましたが今回の巻頭言の文面からまさに「生きた悲しみ」を、解決、払拭できない問題として現実を受け容れ、かつ日々をわが子に寄り添って生きることの重要性を学んだ気がします。

何かストーンと心に落ちていきました。とても大きな力になりました。」切り抜き日誌に貼りました。パールバックの「母よ嘆くなかれ」も読んでみようと思います。浜家連ニュースから力を頂いた者としてお礼を申し上げます。」

また、ある家族からは『「生きた悲しみ」が決して解決したり、完全に払拭できるものではないことは分かるが、それにならずむことなくわが子に寄り添って毎日を元気に生きるために筆者自身どうしているのか具体的に触れていないので何か突き放された感じだ』という率直なご指摘も頂戴しました。

7月1日、これから「家族学習会」を計画・実施する家族を対象にした「担当者研修会 in 横浜」が浜家連の家族会を中心に近隣県下の家族会から40名を超える家族と横浜市障害福祉課係長をはじめ「家族学習会」の支援者たちをお迎えして開かれました。

研修会は朝の10時から夕方5時近くまで講義の連続で最後は実際に学習会を体験してみるグルー

プワーク(実習)で締めくくるかなり長丁場のハードワークでした。

研修会を企画し運営するのも実行委員の8人の家族でそれぞれの持ち場を分担しました。

始まる前のミーティングで「それぞれ皆が家族でいろいろある中で参加されているのだから今日一日参加してよかったと思っていただけるよう、おもてなしの心構えを忘れないで臨もう」と申し合わせました。

長い時間の間には講師(家族)の巧拙や司会の行き届かない面があったものの参加された方々のご協力が無事に終わることが出来ました。

最後の振り返りの時に、沼津市から遠路参加された「まごころ会」の方が「研修会の長い時間を思うとあまり出席したくない気持ちで会場に入ったが、温かく明るい雰囲気でご気持ちが変わり、講義から実習にかけて時間が経つのを忘れてしまうほどでした。」と元気そうな声で感想を述べられました。

最後のグループワーク(実習)に参加した実行委員たちもまた短い時間ながら参加されたご家族と体験を共有できて得るものが沢山ありました。

「担当者研修会」が終わると「家族学習会」本番の始まりです。

今回の担当者研修会に参加された家族会から既に4単会が「家族学習会」実施を決めています。今後も多くの家族会で「家族学習会」が開かれて一人でも多くの新しい家族が「家族学習会」をとおして孤立から抜け出し、家族会に繋がることをころから願いつつ送る毎日です。

最後に、「担当者研修会」のような家族だけの集まりに参加したときに必ず頭に浮かび、元気をもらえる星野富弘さんの詩を紹介させていただきます。

よろこびが集まったよりも

強いものが集まったよりも

しあわせが集まったよりも

悲しみが集まった方が

弱いものが集まった方が

ふしあわせが集まった方が

しあわせに近いような気がする

真実に近いような気がする

愛に近いような気がする

(『風の旅』立風書房) より おわり

## 病床転換型居住系施設問題のその後

(文責：副理事長 大羽更明)

7月1日厚労省の検討会で「長期入院精神障害者の地域移行に向けた具体的方策の今後の方向性」がとりまとめられました。概要は以下のとおりです。

### 1. 長期入院精神障害者の地域移行及び精神医療の将来像

①長期入院精神障害者の地域移行を進めるため、本人に対する支援として、「退院に向けた意欲の喚起」「本人の意向に沿った移行支援」「地域生活の支援」を徹底して実施。

②精神医療の質を一般医療と同等に良質かつ適切なものにするため、精神病床を適正化し、将来的に不必要となる病床を削減する病院の構造改革が必要。

### 2. 長期入院精神障害者本人に対する支援

#### [ア]退院に向けた支援

退院に向けた意欲の喚起(病院スタッフからの働きかけの促進、外部の支援者等との関わりの確保等)、本人の意向に沿った移行支援(地域移行後の生活準備に向けた支援、地域移行に向けたステップとしての支援等)を行う。

#### [イ]地域生活の支援

居住の場の確保(一般住宅の活用等)、地域生活を支えるサービスの確保(地域生活を支える医療・福祉サービスの充実)等を図る。

### 3. 病院の構造改革

○病院は医療を提供する場であり、生活の場であるべきではない。

○入院医療については、精神科救急・急性期・回復期及び重度かつ慢性の症状を有する精神障害者に対す

るもの等に人員・治療機能を集約するべく、これに向けた構造改革が必要。

○2. の長期入院精神障害者本人に対する支援を徹底して実施し、地域移行を進めることにより、病床は適正化され、将来的に削減。

○急性期等と比べ入院医療の必要性が低い精神障害者が利用する病床においては、

地域移行支援機能を強化する。  
○このような方策を進め、将来的に不必要となった建物設備や医療法人等として保有する敷地等

の病院資源は、地域移行した精神障害者が退院後の地域生活を維持・継続するための医療の充実等地域生活支援や段階的な地域移行のために活用。

○退院に向けた支援を徹底して実施してもなお退院意欲が固まらない人に対しては、本人の権利擁護の観点、精神医療の適正化の観点から、段階的な移行も含めて、入院医療の場から生活の場に居住の場を移すことが必要。

○「本人の自由意思に基づく選択の自由を担保する」、「外部との自由な交流等を確保しつつ、病院とは明確に区別された環境とする」、「地域移行に向けたステップとしての支援である」等の条件で、病床削減を行った場合に病院敷地内のグループホーム設置を認め、制度の見直し後は運用状況を検証。

(7月1日検討会の厚労省資料より抜粋、適宜省略)  
(事務局追記 浜家連ニュース7月号の続き)



## 浜家連第1回研修会報告

6月27日(金) 横浜ラポール 2階 大会議室 13:30~16:00

テーマ 統合失調症の認知機能低下の改善について

講師 橋本 謙二先生(国立大学法人千葉大学 教授)

(千葉大学社会精神保健教育研究センター病態解析研究部門)

### ●認知症について

統合失調症の認知機能障害の低下は発症前から認められ、健常者と比べると低下しているがいわゆる

認知症と言われるものより極端な低下ではなく40代以降安定期になると機能低下は留まる。

### ●統合失調症の認知機能障害

統合失調症の症状の陽性症状（幻覚・妄想）陰性症状（感情鈍磨・意欲減退・引きこもりなど）だけでなく認知機能障害（記憶・注意・判断の低下）が症状の中心にあることが解ってきた。

#### ●認知機能の評価方法

言語性記憶・空間作業記憶・社会認知・注意/覚醒・処理速度・視覚性記憶/作業記憶・推論と問題解決全て健常者より低い

#### ●認知機能障害を改善する薬剤開発の状況

現在の薬はドーパミンによる幻覚・幻聴を抑える事をしている。中核症状である認知機能障害にたいする薬が必要である。

精神疾患を有する患者の喫煙率が高いことから研究し統合失調症の認知機能障害の治療薬として

トロピトン $\alpha$ -7ニコチン受容体作動薬が期待され製薬会社が開発している。



#### ●統合失調症の発症予防の可能性

精神病を発症するリスクの高い人の認知機能は健常者より悪い。

オメガ3脂肪酸は精神病性障害の発症率を低下させ、又精神症状も大幅に減少させることが報告されている。

DHA, EPA等のオメガ脂肪酸をふくむサプリメントで精神病の発症予防になる

スルフォラファン（SFN）{アブラナ科の野菜でブロッコリー・ブロッコリースプラウトに多く含まれる。スルフォラファンのサプリメントはインターネットで3500円程度で販売されていて服用しているとピロリ菌もなくなり、免疫力等体全体に良い}も認知機能障害を改善させた。

#### 感想

今回のお話は統合失調症の中核症状である認知機能障害には、DHA/EPAの他に、ブロッコリーに含まれるオメガ脂肪酸が予防、又は進行を遅らせる可能性があるという新しい情報が聞け、我が娘も認知機能の低下で困っていたので、とても役立つものでした。少しでも改善・予防出来る事を願って今日から家族でブロッコリーを食べていこうと思いました。参加者133名でした。（A 白梅会）

### 注射薬「ゼプリオン」について ～主治医と良く相談してください～

匿名希望

私の妻は統合失調症である。

約40年前に発症し、おおよそ寛解状態であった。よく一緒に好きなコンサート、美術館廻り等をして仲間も良かった。ところがある日、主治医の勧めで飲み薬から、高価だが副作用の少ないと言う「ゼプリオン注射」に変えた。この注射は1ヵ月に一度臀部に打つだけで済む……、毎日、朝・昼・晩と薬を飲む事と比較したら、とても楽だと本人も喜んでいて。

ゼプリオンはヤンセンファーマ社が今年の11月19日市販開始した新薬という事で注目を浴びた。妻は丁度市販開始日の11月19日に第1回目の注射を打った。妻は私に「打った後が痛くて硬くなり仲々治らない」と訴えたが、「その内治るよ……」と慰めていた。

ところが、暫くすると新聞・テレビでゼプリオンの死亡例が報道された。妻は私に「何かあったの？」と聞いたが、まさか19名の死亡例がでたとは言えず

「あ～、セプリオンを打って1名死んだみたい」とごまかした。次の報道では、21名の死亡例が公表されドキドキ・ビクビクでしたが、妻にはどうしても言えず隠し続けた。

6回目頃から妄想が出始めたのです……それも強い被害妄想なので、私を悪者にして責めまくるのには閉口した。5月4日娘夫婦に応援してもらってやっとの思いで入院させる事ができた。私は主治医・ケースワーカーとの面談時、「これほどの死亡例が出ているのに大丈夫ですか」との質問に「奥様の場合は併用薬がパーキンソン病のミラペックスLA錠だけだから大丈夫」との事で7回目も打ち続けたのです。

6月25日ヤンセンファーマ社から直々に最新のゼプリオンの市販直後調査結果報告を受けることができた。何と32名の死亡例が出たと言うではないか！（内自殺者7名）、そして本来このゼプリオンは、「あくまで若い患者さんが社会参加を目指して使用

することを想定していた」ことも話されました。6月27日の精神神経学会でも、医師に使用に関しては慎重に投与するように注意喚起がなされたようです。

私の妻は70歳……。果たしてこのままこの注射を続けてもいいものか不安になった。8回目の注射

は中止してほしい旨お願いし、元の飲み薬“セレネース”に変えてもらった！**なんとなんと**セレネースに変えて10日もたたない内に、**妻の妄想は和らぎ**、面会時**笑顔で迎えてくれる**ようになり、ホッとしているところです。－9月号につづく－

## イベントのお知らせ

### ブロックフォーラムについて

#### §1 Bブロック精神保健福祉フォーラム

日時 平成26年9月13日(土) 13:00～16:30

会場 泉区民文化センター テアトルフォンテ

交通 相鉄いずみの線いずみ中央駅下車すぐ 参加費無料

内容 障害があっても地域で普通に暮らしたい～私たち抜きで私たちのことを決めないで～

1部 映画「ふるさとをください」

2部 講演 テーマ「障害をもったけれど 横浜に生まれてよかった」

講師 藤井 克徳 氏(内閣府障害者政策委員会委員長代理)

#### §2 Cブロック精神保健福祉フォーラム

日時 10月4日(土) 13:30～16:00

場所 横浜市健康福祉総合センター 4階ホール (交通 JR桜木町下車 徒歩3分)

定員 270名 車椅子席あり

入場料: 500円 入場の為のチケットを発行します。(家族会で入手をお願いします。)

内容 1部 映画「ドコニモイケナイ」上映 2部 島田監督のトーク

1部 映画内容 (ドキュメンタリー・2011年作品・86分)

「ドコニモイケナイ」は一人の少女が、統合失調症になる前と後、そして9年後を追いかけて、「患者」としてではなく、一人の少女の生きざまを描き出した作品です。



### 浜家連研修会について(第1・2回は終了しています。) 会場 横浜ラポール 2階 大会議室

※参加申込みは不要(当日直接会場へお越しください。) 参加費は 無料です

#### ③ 9月26日(金) 13:30～ 16:00

テーマ るえか式心理教室&リカバリー ～ここまでできる当事者のちから

講師:木村 尚美先生(ひだクリニック 副院長)及び当事者2名

#### ④ 10月17日(金)13:30～ 16:00

テーマ 就労に関する諸問題について

講師 青柳 智夫氏(NPO法人 横浜市精神障がい者就労支援事業会 理事長)

#### ⑤ 11月28日(金)13:30～ 16:00

テーマ 引きこもりや医療に繋がっていない人へのアウトリーチ

講師:内田太郎氏(横浜市青少年相談センター 所長)

### 編集後記

梅雨明けが間近かです。熱中症にならないようこまめな水分補給をお忘れなく！

事務局からお知らせ 夏休み 8月11日から15日までです。ご不便をお掛けしますが、ご了承下さい。