



浜家連 ニュース7月号

第263号

2022年7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/>

元気がない時は種を

副理事長 倉澤 政江

新横浜駅からラポールに向かう道々、歩道脇の花壇にはさまざまな草花が植えられ歩くのが楽しい季節だ。ご近所の庭先にも花が咲き乱れ、まさしく百花繚乱、植物を育てるのが上手な人のことを英米では「緑の指をもつ人」と言うそうだ。緑の親指(グリーン・サム)を持たない私は園芸上手な人がうらやましい。

コロナ、コロナで過ごす日々が気持ちが沈んでいた時、新聞のコラムに心動かされた。毎日新聞の小国綾子さんが書くコラム「あした元気になるあれ」。彼女のまなざしは弱きもの、小さきものへと温かくそそがれる。私は彼女の書く記事のファンである。

渋谷区代々木病院精神科デイケアで行われている「合唱団・ハートビート・コーラス」を取材した記事は合唱の活動が丁寧に書かれ、メンバーが楽しく歌う様子がわかる良い記事だった。

その日のコラムは「元気がない時は種を」と題して、歴史社会学者で宮城教育大准教授・山内明美さんの言葉が紹介されていた。

「学生たちによく言うんです。落ち込んだ時には何でもいいから種をまいてごらんって。1~2週間で芽が出てくる。その頃には何に思い悩んでいたのか忘れていたが、芽生えて、花が咲いて結実してくれたりすると小躍りしたくなる」。小国さんは早速ハツカダイコンの種をまき、数日後青い双葉を見つけた時は命の誕生に立ち会えた気がして心が躍ったそうだ。

山内明美さんは南三陸町の米農家に生まれ、子どもの頃からいろいろな種を植えてきた。

コラムにはもう1つのエピソードが書かれている。山内さんが中学生の時、父親から「自分のコメは自分で作れ」と三角形の田んぼをもらったそうだ。

高校生の時、大凶作に遭い、青立ちの田んぼを見てさめざめと泣いた。父親が田に火を放つのを見て「言葉にできない絶望感」を知ったという。村の年寄りの「時代が時代ならおまえは娘身売りだな」の言葉を今も思い出すそうだ。そんな山内さんの「種をまいてごらん」という言葉だったから、まかすにはいられなかった、と小国さんは書いている。

種の話から以前、自然農仲間と粘土団子(大根、人参など色々なタネを粘土でくるんだもの)を作って空地などにゲリラ的に投げ入れたことを思い出した。ときどき見に行っては芽が出てるかなとワクワクしていたある日「芽が出てる！」素直に嬉しかった記憶が甦った。粘土団子は砂漠の緑化に希望を与えている。種子を粘土でおおうことにより鳥や虫の餌になることを防ぎ、種子を乾燥から守るのだ。まかれた後は自然に任せる。砂漠が緑になるには何年もかかるのだろうが粘土団子はまかれ続けている。すごいぞ！タネ団子。

山内さんの著書「忘却の野に春を想う」の中に「陸前高田で津波に流された種屋のおじさん」の話が出てくる。津波の記憶を「日本語で語るには辛すぎる」と英語で書いたが、英語で書いても悲しみ



は消えなかったと語る。そんな種屋のおじさんが英語の本「The Seed of Hope in the Heart」を出版した。はじめは英文も書けなかったのに本まで出してしまう不思議な種屋のおじさんは「息の跡」というドキュメンタリー映画にもなっている。

小国さんのコラムをきっかけに山内明美さんを知ることになり、良い本にも出会えた。東北の暮らしの歴史を知り、暮らしから離れてしまった農業のことを考えたのは、私も北茨城の米農家の生まれだからかもしれない。そして今頃になって我が国の食料自給率(37%)の低さが気になりだした。

有名なミレーの絵はもろに「種まく人」だが、人の心にきっかけを与える意味で小国さんは「種まく人」なのだと思った。

浜家連の動き

.....



<市民メンタルヘルス講座>

本年度の普及啓発事業は市民メンタルヘルス講座を5回開催する予定ですが、講師や内容が決まりました。

コロナウイルス感染は落ち着きを見せてはいますが、「いつ爆発するか」の不安は拭えません。開催にあたっては感染防止対策に細心の注意を払い、有意義で皆さんに喜んでいただけるような講座になるよう、皆様の協力をお願いします。

開催日	行事名	内容・講師	会場・時間
9月17日 (土)	第1回 市民メンタルヘルス講座	<ul style="list-style-type: none"> 安心して受けられる精神医療と出会うために 医療ジャーナリスト・神奈川精神医療人権センター顧問 佐藤 光展 (みつのぶ) 氏 	横浜市 健康福祉総合センター 13:30~16:00
10月15日 (土)	第2回 市民メンタルヘルス講座	<ul style="list-style-type: none"> 親が健康な内につながっておきたい横浜市や国の支援 NPO法人大地の会理事 横山 秀昭 氏 他7団体の福祉関係者 	横浜市 健康福祉総合センター 13:00~16:00
11月19日 (土)	第3回 市民メンタルヘルス講座	<ul style="list-style-type: none"> ひきこもり支援(仮題) 山口大学教授 NPO法人ふらっとコミュニティ理事長 山根 俊恵 氏 	横浜市 健康福祉総合センター 13:30~16:00
12月10日 (土)	第4回 市民メンタルヘルス講座	<ul style="list-style-type: none"> 働けない障害者の親亡きあとの経済生活をどうしたら良いかを共に考える(仮題) 働けないこどものお金を考える会 代表 畠中 雅子 氏 	横浜市 健康福祉総合センター 13:30~16:00
2023年 1月21日 (土)	第5回 市民メンタルヘルス講座	<ul style="list-style-type: none"> 当事者の結婚・出産・子育てを語る(仮題) 横浜創英大学教授 横山 恵子氏 結婚・出産・子育てを経験している当事者 	横浜市 健康福祉総合センター 13:30~16:00

☆横浜市会会派及び横浜市健康福祉局へ要望書提出、懇談会が行なわれています☆

2023年度予算編成に向けた横浜市健康福祉局及び横浜市会各会派へ要望書の提出、そして懇談が下表の予定で行なわれています。我々の思いを伝える数少ない機会です。要望書の内容を少しでも多く横浜市政に反映していただけたらと思います。

これらの内容については浜家連ニュース8月号で報告します。

- 会場 横浜市会各会派：横浜市役所議会棟（日本共産党神奈川県議団は神奈川県庁）
横浜市健康福祉局：横浜市庁舎

精神保健福祉施策要望書提出・懇談会

提出及び懇談先	日程	時間	参加者
立憲民主党	6月14日（火）	14:00～14:30	10名
自民党・無所属の会	6月16日（木）	11:20～12:00	11名
公明党	6月17日（金）	14:00～14:40	10名
日本共産党	7月13日（水）	10:00～	
横浜市健康福祉局	8月10日（水）	10:30～12:00	
日本共産党神奈川県議団	未定	未定	

令和5年度精神保健福祉施策要望書

市健康福祉局、横浜市会各会派への要望書の内容は以下の通りです。
紙面の都合上要望項目のみを記載しました。詳細については理事さんにお聞き下さい。

<<最重点要望項目>>

■医療費助成の拡充について

1. 精神障害者への医療費助成制度の拡充と格差解消
2. 診断書の無料化

<<重点要望項目>>

■精神障害者が安心して暮らせる街づくりについて

3. 精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築推進
 - アウトリーチ事業の推進
 - 多様な形態での住まいの確保
 - 教育・啓発事業の推進
 - 家族への支援強化
 - 長期入院の精神障害者の地域移行促進
4. 福祉人材の確保
5. 各区の福祉保健センターMSWの増員
6. 福祉パスのICカード化

■安心して受けられる医療について：

7. 患者の権利擁護の徹底
 - 強制入院、隔離、身体拘束等での人権への配慮
 - 療養病棟の入院患者の生活環境改善
 - 精神医療従事者の職業倫理規範の再考

■精神障害の周辺にある障害への支援

8. 発達障害児者の支援体制強化
9. 強度行動障害、薬物依存症、触法障害者への支援



新任の副理事長から挨拶が届きました

*** 副理事長就任にあたって *** 副理事長 安富 英世

この度、副理事長に就任することになりました安富です。

精神障害の当事者を抱えているご家族は、大なり小なり似たような経験をされてきたと思いますが、私も御多分に洩れず、その経験を余儀なくされました。

当事者である息子が藤沢市で発症したのは約20年前。その当時は「精神分裂病」から「統合失調症」に名前が変わった時期で、インターネット検索も普及していなかった時代。病気や症状等に関する情報は、せいぜい家にあった「家庭の医学」や図書館にある関連書籍で知識を得て、発症直後の急性期の異常な行動が妄想や幻聴といった陽性症状によって引き起こされていると理解するまでに時間を要し、思い出すのも苦い記憶として残っています。当事者の行動が予測不能で、一日中見張ることができなくなって家を飛び出していった結果、街なかで怪しまれ、警察にお世話になり医療保護入院に繋がったことが2回。この間、精神科病院への入退院も計5回ほど繰り返しましたが、そのうち2回は、民間救急によるものでした。9年ほど前から妄想がひどくなり、精神科病院の方が家にいるよりも落ち着くということで医療保護入院し現在まで続けております。

横浜市内に引っ越したのが17年前。その頃、NPO 法人になる前の浜家連で発行された『横浜市の精神保健福祉の案内（ガイドブック 改定版 H15.3）』を区役所で入手し、障害年金、精神障害者保健福祉手帳、医療機関、地域作業所のこと、そして家族会が各区にあることを知りました。

みなと会（中区）に入会したのが13年前。家族会を通して改めて浜家連を知り、メンタルヘルスの普及・啓発、市民講演会、研修、浜家連ニュースの発行等の活動を、市内18区を対象に広く活発に行っていることを再認識しました。

8年前から、理事として浜家連の理事会に出席していますが、各家族会で発行されている会報を読んだり、作業所やグループホームに実際かかわって立ち上げてこられた先人のお話を聞くにつけ、そのご苦労・ご努力に頭が下がります。これからは、諸先輩にならない副理事長として、私のできる範囲で丁寧に努めていく所存ですので、どうぞ、よろしく願い申し上げます。

副理事長就任にあたって 副理事長 土屋 克也

先月、第14回通常総会にて推挙の上、副理事長に就任いたしました南区みなみ会の土屋克也と申します。よろしくお願いいたします。

この度の就任に関しては、大変名誉なことと理解しています。

ただ、精神医療、福祉等については、まだまだ知識不足の若輩で、勉強の量に、アップアップしている今日この頃です。この様な中で、

今週、横浜市会の議員方々と面談し、当会の要望を分かりやすく理解して頂けるよう工夫してお話ししているところです。

これからも会員、当事者、関係者のご協力と理解を得て任にあたりたいと思っています。

益々ご指導、ご鞭撻を頂戴致したく、就任のご挨拶とさせていただきます。



【編集後記】

今年は浴衣がよく売れているとのこと。花火大会や様々な夏のイベントが復活して、浴衣で出かける機会が多くなるためらしい。夕涼みをしながら団扇を片手に花火見物、まさしく「日本の夏」の風情を感じます。数年ぶりに日本の夏を楽しみたいと思います。（事務局 中居）