



# 浜家連ニュース

第160号

平成25年(2013)年12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3F  
電話 045(548)4816 FAX045(548)4836

## 《巻頭言》 横浜市の福祉施策会議について 副理事長 宮川玲子

浜家連では市の健康福祉局から依頼され沢山の審議会に出席しています。それを3役5人で分担して出席しています。私は昨年からは副理事長になったので、今年から3つの会議を受け持っています。どれも年に2・3回の開催です。どんな内容の会議なのか簡単にお知らせします。



### 1 福祉有償移送審議会

これは高齢者や障害者の外出を支援する制度です。車で送り迎えます。タクシー料金の半額以下という基準で、社会福祉協議会や民間の団体が参入しています。社協はほぼ同一料金ですが民間は団体によって料金設定が異なります。それについて内容が妥当かどうか協議する機関です。学校や病院に行く時の他、娯楽でも利用できます。精神の方も利用しています。高齢者が増え利用したい人は増えていますが、補助金が少なく業者は採算が合わずやる所は増えないようです。これにはタクシー会社の人や国土交通省の人も出席しています。

### 2 福祉の街づくり推進委員会

これも高齢者や障害者が安心して街に出られるよう考える審議会です。車いすの人が街に出られるようスロープやエレベーターを付れたり、視覚障害者のために点字ブロックを付れたり、どこをどうすればいいのか考えます。現在駅周辺のバリアフリー整備をしています。精神の立場から自殺防止や転落

を防ぐため、ホームドアの設置を要望しましたが、出来るところからやりたいと回答がありました。この会議には私鉄やJRの人も出席しています。割引料金も要望したい所です。

### 3 社会福祉法人設立審査会

これは高齢者の老人ホームやグループホーム、障害者のグループホームなど作るのに、市から補助金を出すため、その審査をする会です。老人の施設は高齢者が年々増加しているため沢山作られており株式会社も参入しています。施設を運営していく資金は大丈夫なのか。運営していく人の経験や理念は有るか、周囲の理解は得ているかなど 沢山の項目について市の担当者が調べたり聞き取り調査をして、点数を付け基準点をクリアーした法人に対し妥当かどうか審議する会です。障害者団体や会計士さん大学の先生などで構成されています。問題点は改善するように提案します。老人に対してはすごい予算をかけているんだと驚きました。市は団塊の世代が老人になっても大丈夫なように準備していると言っていました。精神の方も株式会社が参入するようにならないかなと思っています。

これらの審議会に行政が障害者団体を入れるのは、利用者の立場からの意見を聞き障害者が地域で安心して生活していけるように、より良い制度を作ろうという主旨だと思います。実際に利用している人の声が反映することが大事だと思いますので利用されている方は是非ご意見をお寄せ下さい。

### \* 横浜市健康福祉局との懇談について

平成25年11月12日(水)に健康福祉局との懇談を実施しました。26年度の要望事項の一環です。詳細については、次号で掲載します。

## ((( 浜家連第4回・5回研修会について )))

### 浜家連第4回研修会について【精神保健福祉施策及び諸制度の最新情報について】

平成25年10月18日(金)実施

白梅会 北川はるみ

講師は、港北区福祉保健センターの横山秀昭先生でした。家族会での最大の話題「親亡き後」について具体的に答えて下さる内容でした。

支援センターSW、作業所SW、病院PSW、自立生活アシスタント(横浜市独自の制度)

目的別に相談する人、手伝ってくれる人～訪問看護師、ホームヘルパー、あんしんセンター、成年後見人

\*地域で安定した生活をするためには、適切な精神医療を受ける事。

\*様々な制度があるので、相談上手になること、当事者も家族も社会とのパイプを、太くしておくこと。

\*社会保障制度や福祉サービスを、上手に利用すること。

\*援助者(家族も含む)として、注意すべき事

適切な医療へのアクセスを妨げているものとして、世間の偏見などもある。MSWは受診に関する援助も行っています。

・自尊心(自分が大切な人間と感じる事)に着目。とても低いことが多い。高めて行く為には、できることに着目する。

\*当事者が誰と暮らしているか、という質問に対し、1位母親490人、2位父親342人、3位一人暮らし267人(2006年度版、精神医療ユーザー1000人の現状・声、でのアンケート、複数回答有)という結果が出ています。



・エンパワメント・ストレングスの視点。本人の希望に応じて、その実現と自立を援助し、主体性や自己決定の力が引き出されていくことが大切。

\*計画相談支援について(障害福祉サービス版のケアマネージャー)

・来年の4月から利用できるように国が進めているが、実現について、様々な問題があり横浜市ではあまり進んでいない。

・障害年金の受給の際の注意点。遡り請求の場合は、過去5年間分のみ支給なので、該当する人は手続きをしてください。(※P4年金相談結果ご参照)

区の地域活動ホームと生活支援センター(一部を除く)で相談を受ける事になっている。希望する方は区のMSWに相談してください。

・生活保護について、住民票登録の住所ではなく、実際に住んでいる区役所の保護課で申請すること。

☆生活保護基準の引き下げなどもすでに行われています。計画相談支援に関してもそうですが、当事者が安心して暮らせるために、声をあげて行く事の大切さを再確認したお話でした。

・相談相手や手伝ってくれる人

何でも相談出来る人～区障害支援担当 MSW、生活

### 第5回浜家連研修会について【パーソナリティ障害と「感情調節困難」の理解と支援～弁証法的行動療法から学ぶ～】11月1日(金) 講師 遊佐安一郎先生 たちばな会 大羽更明

身近な人への信頼と不信がくるくる入れ替わる、見捨てられる不安が高じて電話をかけまくりリストカットなどで脅す、低姿勢からいきなり切れて怒りまくる・・・医師からは薬では治らないと云われ、支援者からも「困難例」などと嫌がられる。このような境界性人格(パーソナリティ障害)をもつ人がいると家族はお手上げ、巻き込まれて疲れきってしまいます。そもそも人格障害って病気なの？ 治るの？ 周囲はどうしたらよいの？

弁証法的行動療法(DBT)という名前からして難しいし、その体系や手法が緻密で奥深くわずか2時間の説明を聴いてもただちにわかるものではなく、お話についてゆくのに苦労しました。

人格障害の中心症状は「感情調節困難」ですと 遊佐先生は切り出しました。診断名より困っていることに注目し、理解し支援してゆくことでこの障害からの回復が可能だという先生の講演はとても印象的でした。



ただ、それは基本的にスキルの訓練で、治療を嫌がる感情を抑えて長期間のトレーニングを受け続けることに同意できさえすれば、人格という人間の生の核になる部分の変化に自ら取り組み、穏やかな社会生活を送れるようになる、先生は真摯にそのお手伝いをしてくださるということです。

マインドフルネスという禅の瞑想に通じる静かな時間でのありのままの自己観察のスキル、プログラムに沿った感情調節や対人関係改善のスキル、そして(たぶん

これが決定的な)我慢のスキルを身につけて問題行動の解決ができるようになる」と理解しました。家族に対しても、(家族 SST で教えられるような)共感と受容だけでなく、言語ですべてを表現する「承認」というプロセスまで身につける訓練が用意されているという話もありました。

弁証法的行動療法 (DBT) は、人間誰にもある愛と憎、依存心と自立意欲、冷静と興奮、計画性と衝動性など矛盾した人の感情やこころの働きに振り回される当事者・家族にとって、頼りになるアプローチのように感じます。

## 〇〇〇「Dブロックフォーラムを振り返って」〇〇〇 若杉会 会長 大原 楓二

平成 25 年 11 月 2 日(土)戸塚区公会堂で開催されたフォーラムをアンケートを見ながら、振り返ってみた。

当日は区福祉保健センター長を始め社協、生活支援センターからの来賓のご出席を頂き、講演と質疑応答のみのシンプルな企画とし、講師には藤原修一郎先生(金沢文庫エールクリニック)野々上武司氏(訪問看護ステーション leaf)を招き演題は今年度「浜家連」が最も力をいれている事業の一つである「横浜型アウトリーチ事業」に関連する「こころの病の方に訪問支援します」として講演頂いた。

藤原先生は実に情熱的に、精神医療福祉の現状と課題、訪問看護の展開について語られ、アンケートにも「ACTの初期、内容について解り易く、整理復習する機会を得た、息子(当事者)のストレスとリカバリーを再度行う役に立った」と感謝を述べた方がおられた。

野々上氏の訪問看護の実践過程に於いての多種類の機関との連携での留意点の指摘など十分な説明

この米国流の体系化・マニュアル化された治療法は、体系も教科書もないべてるの家の当事者研究とはかけはなれているように見えながら、実はかなり似ている点があるのではないかと感じたのは私だけでしょうか。

それは、精神障害を持つ者や家族が、自分で、また他人の力も借りて、自分を肯定しながらこころを見つめ直し自信を取り戻してゆくというプロセスがリカバリーにつながるという考え方なのかもしれません。この講演を聴いて、当事者と家族や支援者ができることは何なのかあらためて考えて見るきっかけをいただきました。

を頂いた。質疑応答で「訪問看護の十分な展開が難しい現状は理解したが早急に訪問看護を自己負担しても受けない、自己負担額はいくら位になるか」との問いがあった、先生の回答は他職種との連携の必要などあまりにも与件が多すぎて算定は困難だ、と話された。考えるに訪問看護にはあらゆる機関の動員体制、支援制度の活用など総合的に考えないと効果が発揮出来ないだけに「浜家連」の提案している横浜型モデル事業を試行錯誤を恐れず早急に立ち上げる事が急務と思料される。

最後に反省点は参加者数が176名と期待値に届かなかった点で、Bブロックでは700名の参加者と聞くと恥ずかしい思いがする。いろいろと手は打った心算でいたが、欠落していた面があったと反省、検証し今後のイベント開催に備えたい。関係者の皆様に心から御礼申し上げ報告としたい。

### **浜家連の動き (11月8日(土) 理事会)**

- ① 12月の常任理事会について  
会場の予約の都合で**25日(水)**となりましたので、ご承知ください。
- ② 浜家連として募金に協力することについて  
先日 B ブロックのフォーラムで、櫻庭孝子さん(市精連前代表)からご提案があった、介護・看取りを視野に入れた精神障害者のグループホームの運営資金に浜家連として協力することになりました。例会等で会員の皆様にお話ししていただいて、ご協力をよろしくお願ひします。
- ③ 平成26年1月10日(金)理事会について  
1月の理事会は浜家連新年会です。理事会を10時から行い、お昼を食べてから新年会です。お時間を間違えないようにお集まりをお願いします。  
会場はラポール2階 ラポールボックスです。会費500円のご負担をお願いします。  
ゲストは「アンサンブル・メリー・マリー」の女声アンサンブルです。ご期待ください。

※ ※ ※ ※ ※ **年金相談での1年間を振り返って** ※ ※ ※ ※ ※

浜家連 顧問 社会保険労務士 小山 志郎

私が浜家連の顧問社労士として、この1年間（10月末現在）お受けしたご相談が約70件ありまして、その内既に手続完了分と近々手続予定分合わせて約50件あり、他に現在手続きに向けて検討中分が約20件あります。

この1年間を振り返って、お受けしたご相談事例の中で特に印象に残る事例をご紹介します。

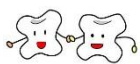
事 例	対 応・結 果
①女性（57才）双極性うつ病 初診日に年金に加入しておらず、年金事務所で相談したが、受給不可と言われ諦めていた。	まず、初診日がもっと以前にあったとの観点により、初診日探しを開始。 一緒に医院3ヶ所・訪問・電話確認2ヶ所の結果ようやく真の初診日の証明入手。手続きの結果、障害基礎年金2級（年786,500円）で決定。
②男性（56才）統合失調症 20才（昭和52年）に発病した。当時会社に勤務し厚生年金へ加入していた。発病と同時に退職し、その後国民年金未加入時に精神科医院で初めて受診した。母親が年金事務所に相談したが、初診日に年金未加入のため、受診不可と言われ諦めていた。	良く調べたら昭和61年3月までの厚生年金は発病日に加入していれば受給できたので、初めて受診した医院で20才時点で発病した事実を証明してもらい手続きした結果、障害厚生年金2級（年1,260,000円）で決定。 
③女性（48才）うつ病 国民年金が歯抜け状態で、初診日も特定できず、区役所国民年金課で相談するも良い返事がもらえず諦めかけていた。	過去に受診した4つの病院を洗い出し、すべて病院を訪問し受診日を確認したところ最後に訪問した病院が初診日の病院と判明。証明を取り、手続きの結果、障害基礎年金2級（年786,500円）で決定。
④男性（64才）統合失調症 1年前に請求手続きをしたが、不支給の通知を受けた。診断書を確認したところ、病名が不安障害になっていた。これは年金に該当しない病名である。	現在、当時の医院ではなく別な医院で受診しているのでその医師に不安障害もあるが統合失調症も併発しているので、その病名で診断書を書いてもらい再度申請手続きの結果、障害厚生年金2級（年1,500,000円）で決定。
⑤女性（38才）統合失調症 年金は全く未加入のため打つ手なしと諦めていた。	担当医師を訪問、相談したところ、幼児期に軽度の知的障害があったことが判明。（20年前なので年金加入関係なし） その経緯を診断書に記載してもらい手続きの結果、障害基礎年金2級（年786,500円）で決定。
⑥女性（38才）統合失調症 精神科で初めて受診した時に年金に加入していなかったため、受給不可と区役所国民年金課の窓口で言われ、半ば諦めていた。	精神科での受診の前に受診を受けた医院を確認したところ、20年前に内科で受診した事実が判明。（年金加入関係なし）精神病の前駆症状での腹痛で受診することもあるので、受診証明をもらい、母親の申立書を添付し手続きの結果、障害基礎年金2級（年786,500円）で決定。
⑦女性（41才）うつ病 離婚が原因で発病。 生活保護受給中であるが病気回復次第働いて収入を得、合わせて障害年金とで生保を返上したい。 区役所国民年金課は年金加入時期の関係で受給には否定的。	あちこちの医院を一緒に訪問し、やっと初診日を特定し、証明をもらい手続き完了。近日中決定通知ある予定。 受給可能性大。

⑧男性（36才）統合失調症 母子2人暮らし。高齢の母親が仕事に従事し、生活を支えている。 初診日の証明が入手できず悩んでいた。	初診日の医院が廃院なり、証明が取れず。2番目の受診の医院で初診の医院で受診した事実を証明してもらい手続きする。障害厚生年金2級（年1,248,000円）で決定。
⑨女性（50才）統合失調症 ⑩男性（53才）統合失調症 障害年金を受取る方法はないかと相談を受ける。 共に20才以後年金は全く未加入。 20才前以前に医師にかかった事実も全くない。	障害年金の手がかりが全くなく、手の打ちようが全くないため、年金受給は断念せざるを得なかった。その代わりに、親亡き後の年金以外の対応策として、国の制度である「不動産担保型生活資金融資」（社協窓口）はじめその他の福祉制度を相談してもらい年金が受取れなくても生活の目途がつくようあらゆる公的制度を100%活用するようすすめた。
*事務局追記 初診日の証明がないために、受給にならないケースが多く見られます。	*第3者証明が取れば、請求できるようになりました。 腹痛、頭痛でも前駆症状としての発病と見做されるケースがあります。

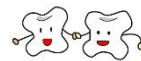
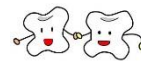
\*他に沢山の参考事例がありますが、次の機会にご紹介させていただきます。

年金が受取れずお困りの方は、先ずは下記にご相談下さい。必ずお役に立ちます。

小山社会保険労務士事務所 〒241-0011 横浜市旭区川島町1580  
TEL 045-382-8131  
FAX 045-382-8178  
携帯電話 090-2668-6366



## 歯科診療でお困りの方へ



### 社団法人横浜市歯科医師会のご紹介(事務局提供)

横浜市歯科保健医療センターでは“歯と口腔の健康を通して市民の皆様の安心と幸せを支援します。”を理念に下記の診療を行っています。お問い合わせください。

お問い合わせ先 横浜市中区相生町6-107 TEL 045-201-7737

①休日・夜間救急歯科診療 休日や夜に急に歯が痛みだしたら 下記の診療日・診療時間です。

休日診療 日・祝祭日及び年末年始(12月29日～1月4日)

時間 午前10時～午後4時

夜間診療 毎夜間(年中無休) 午後7時～午後11時

\*健康保険証・各種受給者証、服用中のお薬を必ずお持ちください。

②障害者歯科診療(障害があつて歯医者さんを探すのに困っているかた)

診療日 月～土曜日(祝祭日及び年末年始は除く) 時間 午前9時～午後5時(予約制)

お問い合わせ(予約制) 横浜市歯科保健医療センター

横浜市中区相生町6-107 TEL 045-201-7737

(社)横浜市歯科医師会 TEL 045-681-1553

③訪問歯科診療 お年寄り・難病・重度障害で外出できない方が歯科治療を受けたいとき。

診療日 木曜日(日・祝祭日及び年末年始を除く)

診療時間 午前9時～(予約制)

お問い合わせ(予約制) 横浜市中区相生町6-107

(社)横浜市歯科医師会 TEL 045-681-1553



## ☺ ☺ ☺ イベントのお知らせ ☺ ☺ ☺

### ♫ 1 市民精神保健福祉フォーラム(Cブロック)

日時 平成26年2月3日(月) 午後1時30分～午後3時30分(開場午後1時)  
会場 健康福祉総合センター 4階 ホール (JR 根岸線 桜木町駅下車 徒歩3分)  
内容 テーマ ～みんなでつくろう “共に生きる社会”

- 1部 自作詩の朗読とトーク “わたしと親”  
演者 スペース杉田 ‘詩の朗読サークルの皆さん’ (30分)
- 2部 講演 「障害者の人権と社会」  
講師 野沢 和弘 氏(毎日新聞論説委員)  
内閣府障害者政策委員会、社会保障審議会障害者部会などで委員を務められて  
ご活躍中 著書「あの夜、君が泣いたわけー自閉症の子とともに生きて」他

\* 手話通訳・パソコン通訳(要約筆記)がつかますので、どなたでも聞くことができます。



### ♫ 2 気持ちが軽くなる！！こころがホッとする処方箋

日時 平成26年1月18日(土) 午後2時～4時(開場1時30分)  
会場 緑区公会堂 定員500名 入場料 無料 事前申し込み不要  
内容 講師 精神科医 大野 裕 先生(以前浜家連でも講演していただいています)  
人間関係、仕事、家庭、様々な場面でのちょっとしたストレス、考え込んで眠れない  
疲れてしまう、そんな経験はありませんか？治療法に詳しい認知行動療法の考え方を  
大野先生が講演されます。  
\* 来場者には「こころのスキルアップトレーニング」の小冊子が提供されます。  
お問い合わせ 緑区福祉保健センター 045-930-2434 FAX 045-930-2435

## 年末年始の休業について δ δ δ δ δ

- ① 年末年始の休業について 年末は12月28日(土) から年始は1月5日(日)まで休業です。
- ② 新年は1月6日(月)から通常勤務ですので、よろしくをお願いします。

## 電話相談日について ☎ ☎ ☎ ☎ ☎ ☎

- ① 12月29日(日)、1月1日(水)は休止です。5日(日)から通常の相談を開始します。

## スポーツの祭典 東京2013について

### さいとうクリニックが2連覇(バレーボール精神の部) 快挙を讃えましょう！！

平成25年10月12日(土)～10月14日(月)第13回全国障害者スポーツ大会が開催されました。開会式は初めてテレビの生中継がありました。2020年の東京オリンピックの開催が決まったことで、パラリンピックも注目されることになった結果です。横浜市からも各種競技に選手86名が参加して、成績は金30個、銀22個、銅10個を獲得しました。横浜はハマピックで選ばれた選手がラポールで強化練習をして、上記の成績を納めることが出来ました。

特筆することは、団体競技のバレーボールで、2連覇を達成しました。選手はさいとうクリニックのディケアの通所者の方です。精神を病んでいても、何かに打ち込めるものがあれば、力が発揮できることの明かしと思います。ご家族の方の応援もあったと思いますが、みんなで快挙を喜びたいと思います。(文責 事務局 齊藤)

### 編集後記



- ◇ 11月中旬になって急に寒さが襲ってきました。体調には充分気をつけてお過ごしください。
- ◇ 小山先生はご家族のために積極的に取り組んでいただいています。これからの生活に直接関わることで是非ご相談ください。今月号は年金相談の実績を掲載したため、6頁です。
- ◇ お陰さまで今年も毎月ニュースを発行できました。会員の皆様から原稿の提供ご協力をいただいた賜物です。出来るだけ読みやすく、身近な問題を取り上げて紙面にしているつもりです。色々なご意見があると思いますので、建設的なご意見をお寄せください。よろしくご支援ください。