



○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》

曙光がみえてきた精神保健・医療・福祉「5大疾病」と ～“よこはま保健医療プラン 2013”～



副理事長 柏木 彰

今からおおよそ2年前、「こころの健康政策構想会議」が提言した「こころの健康を守り推進する基本法」の制定を求める100万人請願署名運動に浜家連も加わり、皆で桜木町の駅前広場に立って、道行く人々に署名を呼びかけたことはまだ記憶に新たなところでは。

残念ながら基本法の制定には未だ至っていませんが、その主旨は、わが国ではからだの健康に比べてこころの健康の位置づけが低く、保健・医療・福祉のいずれの分野においても社会としての取組みが疎かになっており、それを正すために先ず「精神疾患」を国民の5大疾病と明確に位置づけ、国にこころの健康を推進するための総合的、包括的な政策を義務づけることでした。

請願署名運動が盛り上がりを見せていた23年7月、厚生労働省はこれまで「4大疾病」と位置づけて重点的に対策に取り組んできた「がん、脳卒中、心臓病、糖尿病」に「精神疾患」を加えて、「5大疾病」とする方針を決めました。

遅きに失したとはいえ、国の保健医療政策の基本方針に「精神疾患」が重点疾病として明記されることは、今後、地域精神保健医療サービスの質の向上や福祉との連携強化を図る上で重要な推進力になると大いに期待されました。

昨年12月に横浜市は“切れ目のない保健医療連携体制の構築”を標榜した平成25年から始まる5年間の「医療計画」（よこはま保健医療プラン2013）素案を発表しました。

果たせるかな、そのなかに「精神疾患」が他の4大疾病（がん、脳卒中、心臓病、糖尿病）と肩を並べて詳細(?)なプランが記述されています。

その内容を見ると、これといった具体的な施策や数値目標が明記されておらず私たちが期待していたものとは大分かけ離れています。

しかし、小生が精神障害者の家族になってからおおよそ20年になりますが、行政当局から今回のような精神疾患対策の推進に関する総合的な保健・医療・福祉計画が提示されたのははじめてであり、画期的な出来事といえます。

今回のプランの冒頭で「精神保健福祉施策を（入院医療中心から）地域生活中心にシフトしていくためには、本人やご家族など身近な方々に寄り添いながら支援する地域の社会資源が、官民間問わず有機的に連携することが重要ですが、それらをつなぎあう機能が仕組み化されていない状況です。」との的確な現状認識がなされており、それを踏まえて、今後の施策・目標として、「精神疾患になっても、住み慣れた地域での生活を継続・維持するために必要な、チームによる支援アプローチの仕組みを検討します。」「支援体制の構築にあたり、本人や家族のエンパワーメントに十分配慮しながら、保健、医療、福祉の相互作用を最大限に発揮するため、多職種が参画するチームアプローチを基本とした支援計画の構築に取り組みます。」と明記されています。

これらの問題認識や施策・目標はまさに、浜家連が行政当局に要望・提案してきた「多職種によるアウトリーチ」サービスに合致するものです。詳細は後記にありますのでご覧ください。

ようやく私たちの行く先にも曙光がみえてきました。実現に向けてもうひと踏ん張りです。



あいの会会長新年の挨拶文

あいの会（会長代行） 佐藤光信	5月の総会で決定する予定ですが、あいの会発足20年になりますので、20周年史を発行するべく準備中です。
--------------------	---

◎ ◇ ◎ ◇ ◎ ◇ 福祉パス有料化について ◎ ◇ ◎ ◇ ◎ ◇

横浜市は、2月1日平成25年度の予算案を発表しました。福祉パスについては「1200円・未成年者は600円にする」。(継続審査中)です。浜家連としては、2月18日～21日までの市会での議論の様子を見ていくことになりました。重度障害者医療費助成制度では、25年10月から精神障害者1級の通院費用の予算が計上されています。PCご利用の方は、横浜市のHPの中で「市政トピクス」「25年度予算案(冊子)113頁」と進んで、「市民生活の安心充実」「51ページ」の画面をご覧ください。

⇄⇄⇄よこはま保健医療プラン2013(素案)について⇄⇄⇄

横浜市は2013年のプランが出来上がり、市民から意見を募集することになり、浜家連からも下記の通りの意見を医療政策室、医療政策課へ提出しましたので、ご承知ください。

- 1 理念や目標は良いと思いますが、具体的な内容が無いので言葉だけに終わらないか心配です。具体的な内容数値目標ならびに工程表を設定して欲しいと思います。
- 2 プラン作成時に当事者や家族の声を取り入れるよう審議委員に家族・当事者代表をそれぞれ複数名加えていただきたいと思います。
- 3 家族会が要望している多職種によるアウトリーチが、「チームによる支援アプローチ」という言葉になっています。違いは分かりませんが、チームにケアマネージャー、精神科医が入り、医療につながるようにして下さい。精神疾患の人は本人も家族も病気を認めない人が多いので、悪くなって入院に至る前に早期発見・早期治療につなげて欲しいと思います。又、地域ごとに責任が持てる地域支援の体制を作ってください。
- 4 普及啓発の推進は、ブロックフォーラムやメンタルヘルス講座などで家族会が担ってきた面があります。各区の福祉保健センターが区民向けに年2回は精神疾患の予防や対応についての学習会を開催して下さい。また、小学校から大学までの児童・生徒・学生及びその家族に対する啓発を行う必要があります。更に精神科以外の医師に対する精神疾患に関する理解を深めるよう施策を講じてください。
- 5 区の福祉保健センターのワーカーが、精神疾患の相談窓口であることを知らない人が多い。家族の様子がおかしい時、何処に相談していいかわからないという声を聞きます。毎月の区の広報に載せるよう徹底して下さい。
- 6 24時間365日対応の電話などによる相談受付をする体制を築いてください。電話の場合、110番のような3桁の電話が望ましいです。
- 7 多職種チームによるアウトリーチ事業を実施するために、人口10万人程度のエリアを設定して、早期にモデル事業を実施してください。

◎あおぞら会の「家族による家族学習会」が終了しました。最終結果をご報告します。

第5回終了時アンケート結果

アンケート内容	多すぎた	丁度よい	少なすぎた
家族学習会の実施回数について(5回という数は)	0	5	1
家族学習会の設定時間について(時間帯は)	0	6	0

家族学習会の内容で参考になったと思うものに○を付けてください。(複数選択可)	
ア 病気について(原因・症状・経過)……………	6人
イ 治療について ……………	2人
ウ 社会資源について ……………	4人
エ その他(具体的に感じたこと)	
* 生の声が聞けて良かった。	
* 自分の話したいこと、知りたいこと、いろいろ分かり参加出来て良かった	
* 教科書通りでなく参考になり、ケースバイケースの事例を発表出来るところで良かったです。	
* 答えの出ない愚痴や不安を話し合うには、家族だけの方が良いのかも、経験の長いスタッフの方のアドバイスも良かったです。	
* スタッフの方の熱心さが伝わりました。ありがとうございました。	
* 病気について分かっていたが、生のアドバイスを沢山聞けて良かった。	
* 実生活の中での本音が分かり本当に力になりました。	
* 開催される家族会の皆様準備が大変でしょうが、暖かい言葉を掛けていただけて良かったので今後も継続していただきたいと思います。	
* 患者との対応の仕方について、随分参考になりました。同じ病気を持つ方の本音は実質的で良かったです。とても身近で参考になりありがたかったです。	
* 親の立場からの話が聞けて本当に良かったです。自分だけでないという思いがとても感じられ、このような会に参加できて本当に幸せです。ありがとうございました。	
* 自分の中の心の中を吐き出してとても楽になりました。本の通りにはいかないけれど、皆さんの体験は自分にとって、とても身にしみました。	

こころの疲労度初回と終了時の比較表

疲労度項目は以下の15項目です 1 (はい) 2 (時々) 3 (いいえ)の変化の総得点を比較します。

項 目	記入例	項 目	記入例
① 自分のことは二の次である。	2→3	⑨ 一日が終わっても充実感がわかない。	2→2
② 自分の気持ちを話せたり、ほっと出来る場所がない	2→2	⑩ 人と会うのを避けるようになった。	2→3
③ 生活のリズムが乱れている。	2→2	⑪ 決断力が鈍くなった。	3→3
④ 気分が憂うつですっきりしない	2→3	⑫ 自分は役立たずの人間だと思う。	2→2
⑤ 疲れやすい。	1→2	⑬ 寝つきが悪く夢を見ることもない。睡眠が取れない。	1→2
⑥ ささいなことでもイライラしてしまう。	2→3	⑭ 肩こりや背中、腰が痛くなることもある。	1→2
⑦ 大声で笑ったりすることが少なくなった。	2→3	⑮ 食欲がない。	3→3
⑧ 涙もろくなった。	2→2		
参加者のある方の例	1(はい)	2(時々)	3(いいえ)
初回時の点数	17点	39点	34点
最終回の点数	9点	42点	54点

参加者全員の総得点 初回 197点 最終回 257点 *太字は良くなったことを表します。

以上から見えること (事務局追記)

* 得点が増えたことは、皆さんの気持ちが少しは楽になったと、考えられます。

* 新しく会員さんが見えられたら、家族学習会の対用ができたと思います。

精神病院をやめた国の改革の物語～「むかし Matto の町があった」～を観て

3時間のドラマがあつという間に終わった。イタリアの国営放送で21%の視聴率を取ったイタリア精神医療改革の立役者フランコ・バザーリアの20年間の物語だ。Matto とは狂気の人。意。「人は皆狂気と健常を併せ持っている」とはバザーリアの言葉だ。このドラマは、奥深く・巾広く・機知に富んだ人間ドラマだ。少ない紙面ではとても語りつくせない。ぜひ上映会に足を運んで欲しい。(米倉令二 1月6日横浜市健康福祉センターでの約280人の上映会にて)

イベントのお知らせ

§ 1 Cブロックフォーラムについて

日 時 平成25年2月16日(土)13:45～16:00(13:15開場)

会 場 磯子公会堂 定員 500名

参加費 無 料

講 演 演 題 統合失調症の最新の治療～リハビリテーションなど～

講 師 加瀬 昭彦 先生 (横浜舞岡病院 院長)

講師の加瀬昭彦先生は、戸塚区にある大規模な精神科病院「横浜舞岡病院」の院長で先日横須賀で行なわれた「精神科リハビリテーション学会(参加報告は浜家連ニュース12月号で掲載済みです)でも実行委員長として活躍なさった大変アクティブな先生です。

§ 2 Aブロックフォーラム

日 時 平成25年7月20日(土) 会 場 緑区公会堂

講 師 夏苺 郁子先生 夏苺先生再登場です。ご期待ください。

夏苺先生からの講演会にける意気込みのメールをいただきましたので、ご紹介します。

「家族会を盛り上げる」事の必要性は、私も痛感しています。各地の家族会に招かれてお話ししますが、どこも高齢化が進み「活気」があまりなく会員の方は「ムチ打って」活動しておられるようですし、次世代を育てるような活気がなくては、精神疾患を抱える方たちは、ますます隅に追いやられる気がします。

無料パスの件にしても、一般の方は「体が悪くもないのに、どうして無料になるのか」と思っている人もいられるでしょうね。悪意ではなく、無知なのです。

私は、とにかく「知ってもらうこと」が支援に繋がると考えて、マスコミも大いに利用しようと思っています。精神疾患になっても、あるいは精神疾患の人の家族であっても「生き生きと」暮らしている人もいることを伝えたいと思います。悲惨な状況ばかりクローズアップされては、一般の方は寄ってこないですね。2月22日には、NHK「ラジオ深夜便」の全国放送に出演します。40分のインタビューなので、ぜひ「精神疾患のことを、もっと知りたい」とリスナーの方が思ってくれるような話にしたいです。ラジオ深夜便のリスナーは、100万人います。ビッグな宣伝のチャンスなので、皆様にもお伝えください。なお、深夜便なので私の放送は午前4時からですが、その後1か月間はネットで配信されます。身体や知的の障害の方には、多くのボランティアがいるのに、精神には一般の方は近寄ってくれません。ぜひ、活気ある家族会になるよう、みんなで力を出し合いましょう！

編集後記

1月の理事会の時に「ぬり絵」をお願いしました。応募いただきましてありがとうございます。あおば会 志田様から応募いただきました。一言伝言です。

「ぬり絵は久しぶりで以外に難しくかなり集中できました。“自己満足ですが”出来上がって見るととてもきれいです。」

ベランダの梅の木の枝先に緑が少しづつ大きくなってきました。今年の寒さにめげずに青くなってきたことは嬉しいことです。気温の変動は激しいものの、日中は確実に暖かくなっています。外に出て日に当たり健康に過ごしましょう。

