



浜家連ニュース

第147号

平成24年(2012)年11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》

晩秋の一日を明るく

理事長 米倉 よしつぐ 令二

暑かった夏が過ぎ、朝晩冷え込んできました。夏の夜を興奮させたロンドンオリンピックが遠い昔のように思えるのは、自分が年取ったからなのでしょう。

さて、浜家連は今、横浜市の福祉パス有料化の方針に、一貫して反対を唱えています。精神障害者本人と家族にとって、ゆずれない一線です。なぜなら、諸制度の中で、大きな差別を受け、なおかつ低所得の精神障害者にとって、無料パスは生きがいのひとつにもなっているからです。市当局は、「使わない人に遠慮してもらうため」軽度の知的障害者もパスの対象にしたいから」といっていますが、前者については、他の方法があるのではないのでしょうか。後者については無料パスとして対象にしたらいかがでしょう。

喜ばれますよ。

神奈川県は、緊急財政対策本部調査会(神奈川臨調)で、県有施設の保有・団体補助金をすべて見直す方針を打ち出しましたが、各方面から反対の意見が出されています。私どもも加盟している障神奈連と一緒に、10月24日、「反対」の集会に参加して県知事に署名を届けました。(神奈川新聞もご覧ください)



パレードスタート時の皆さん

思うに、困難も明日の前進の糧になります。精神障害者とその家族にとって、よりよい日が必ずくることを信じつつ、晩秋の一日を明るく過ごしましょう。

署名活動の始まりです。平成24年10月24日(水) 有隣堂前にて



浜家連からは15名が参加して署名を集めました。

当日署名数は1時間で167筆でした。県庁へ届けた署名数8,307筆(内浜家連数910筆 ご協力ありがとうございました)



◇ 第18回市民メンタルヘルス講座 (講演要旨・感想) ◇

◎「みんなで考えよう こころの健康 ～ 一人でできること 社会ができること～」◎

平成24年10月17日(水)24日(水)の両日にわたって、第18回市民メンタルヘルス講座が、横浜市健康福祉総合センターで開催されました。17日の入場者は135名、24日は123名でした。

初日(17日)は笠井清登先生の講演、二日目は福田正人先生でした。

特に初日は夕方から雨が降り出したにもかかわらず多くの人が足を運び熱心に聞き入っていました。

○○○10月17日 笠井清登先生「こころの健康を考える ～ 思春期とこころの発達」

・ こころの健康を守るには：思春期への注目

精神疾患の大半は思春期(第二次性徴の始まりから脳の成熟が終わる頃まで)に発症するので、思春期はこころの健康の危機であるとも云える。思春期の精神疾患の予防や早期支援は豊かな社会の実現にとって極めて重要だ。

・ 統合失調症：脳・生活・思春期発達の交点

統合失調症は本人にとっても家族にとっても大変辛い病気だが、医学的には進行性の脳病態と考えられ、発症あるいは前駆期を客観的に判定する医学的な指標が見つければ早期支援ができるはずである。

精神疾患はかたちのある「脳」の病気ではあるが、同時に脳の働きである「こころ」が「生活」の場で「自我」（自分自身についての像を形成する能力）と関わり「言語」により他人との関係をもつ（コミュニケーション）時の障害である。思春期は脳・こころが成熟してくる時で、人にほめられ・人の役に立ち・人に必要とされることを望むのにそれがかなわなくなる。

思春期に自我が形成され（自分がどういう人間か考える）、価値が形成される（自分がどうありたいか考える）という人間らしい精神機能が成熟することに注目すれば、そのライフステージでの発症と早期の支援の重要性が理解できる。

統合失調症の支援には、脳科学的な理解と、自我・価値の形成期（＝思春期）に発症することへの統合的な理解を持ってとりくむ必要がある。

感想：専門家の立場から統合失調症に対して包括的な考え方を示そうという意欲に満ちたものでした。

〇〇〇10月24日 福田正人先生「社会で実現するこころの健康」

・ こころの健康への注目

日本では国民40人に1人がうつ病・躁うつ病・統合失調症・神経症などの精神疾患で受診していてその数は年々増えている。EUでは国民の3人に1人が1年のうちに精神疾患にかかっている。現代はこころの健康の危機で、国も強い関心をもたざるを得ない。

・ 一人のできること

当たり前のことだが、睡眠を十分とって規則正しい生活をするのが一番だ。睡眠は心の健康のバロメーターで、不眠が1週間以上続くときは相談すること。規則正しい食事で体調を保つことも大切だ。

また、自分を知りストレスをためこまないように、特にストレスをためやすい考え方の癖（完全主義、悲観主義、気配り過剰など）がある人はその特徴に気付き、自分で修正してゆくとよい。周囲の人は、話をきくだけでいいので相談に乗り、相手を認め、よいところを心から褒めることで助けあえる。

うつの人が近年急速に増えている。休養と抗うつ薬がキーであるうつ病の特徴と対処法を知ることだが、治療には時間がかかるし（ひとつの目安は3カ月）、薬の利き方も個人差が大きい。

・ 社会のできること

WHOが病気により失われる命と障害により損なわれる健康生活とに注目しその指標でいろいろな病気を比較すると、社会にとってがんや心臓病などよりも精神疾患が問題であることがわかった。

精神疾患はすべての国民に関係していて、「健康は自己責任」だけではない。社会問題として現れるこころの健康については、総合的な政策、特に予防をも視野にいれた「保健」が重要である。このことは、東日本大震災のときにも、また適切な自殺対策の保健医療を実施した英国やフィンランドの成果からも実証されている。日本では依然として入院と薬物中心の外来医療に圧倒的な医療費が使われており、幅広い精神保健福祉を踏まえた地域医療と生活支援が軽視されている。「医療改革」「精神保健」「家族支援」を柱とした日本のこころの健康政策構想の実現に力を注ぎたい。市民の皆さんのご理解をいただきたい。

感想：穏やかな物腰、静かな口調で淡々と話されながら、日本の精神医療・保健福祉の現状の問題点を説き、改革の必要性を訴えられた先生に感銘を受けました。記：K. Ohba

◆事務局から***「精神保健サービス実践ガイド」の本は、浜家連で4冊購入しましたので、各ブロックさんで回覧してください。貸し出し申込みは事務局へお願いします。



☆ 横浜市健康福祉局障害企画課との話し合いについて ☆

平成24年10月19日（金）に実施しました。

場 所 横浜市健康福祉局会議室

出席者 横浜市側 障害福祉部障害企画課長 ^{かしろ} 嘉代 哲也氏

同 精神保健福祉係長 小池 美恵子氏
同 精神保健福祉係 高橋 康之氏
浜家連 米倉、宮川、北谷、稲葉、斉藤

テーマ アウトリーチについて

浜家連からの提言

平成25年度予算要望書の中から特に、横浜版多職種による訪問型保健・医療・福祉支援を実現したい。浜家連が足掛け3年にわたる調査検討を積み重ねて作りあげた「横浜版こころのアウトリーチ」のイメージ図を示して説明した。特に、現在横浜で実施されている各種の制度を有効に利用する。

新しい制度として医師の派遣・ケアマネージャー制度の採用を考える。24時間365日稼働するネットワークを構築する。生活支援センターを拠点とすることも考慮する。

人口10万人規模のエリアで、モデル事業を実施したい。

横浜市側の見解

“家族会の話は良く分かります。その通りだと思います。”

市の予算はどうしても縦割りの組織で、使い勝手の悪さは残る。区によって差があるのも事実である。実施業者がいなくてもある。(手が上がらない)市民の力で作っていく方向だ。行政はお手伝いします。医師を巻き込むには診療報酬等根本的に変えてもらわないと、誰でもやれるものではない。

医療政策室では、精神障害の対策は、5大疾病になるのでこれから取り組むというのが現状である。

結果

“横浜版アウトリーチ”についての話し合いは良かった。

お互いに、率直な意見交換ができ、精神障害についてより良くしたい点は共通認識が持てた。

アウトリーチのモデル事業の推進について、健康福祉局へ提案しましたが、予算面の話とか、医師の話があって実現を目指すには相当困難が予想される。

浜家連も実現に向けて知恵を絞りますが、企画課も知恵を絞ってくださいと申し入れました。

この件に限らずこれからも話し合いの場を続けることと、医療政策室とも懇談の場を設けてみたいとの意見も出ました。

(文責 アウトリーチ研究班 稲葉定男)

(。)(。)(。)単会たより(。)(。)(。)

(1) たちばな会(保土ヶ谷区)さんから

11月定例会 11月14日(水)午後1:30～4:00 かるがも2階多目的ホール

9月に旭公会堂で開かれた市民精神保健福祉フォーラム第1部の夏莉郁子先生の講演「精神科医として、そして統合失調の子どもとして ～これからの家族支援を考える～」の記録DVDを鑑賞します。

(2) あじさいの会(瀬谷区)さんから

10月26日に家族SSTで、高森信子先生から教えていただきました。

高森先生からの話の項目のみです。

- * ちゃんと聴いて、いつでもほっとする安心感を。 * ほめ上手になりましょう!
- * なにげない質問で話題を増やし、コミュニケーションをとりましょう!
- * こころのフィルター(思い込み)を取りましょう。

(3) あやめ会(川崎市家族会)さんから

川崎市では障害者の移動手段確保対策事業の見直しが行なわれました。「川崎市ふれあいフリーパス」で、24年10月から市内を走る全部の路線バス(川崎市営バス、小田急、神奈川中央、川崎鶴見臨港、東急、羽田京急バス)に無料でバスに乗れる事になりました。今までは川崎市営バスのみ無料でした。対象は身体障害者、知的障害者の他、精神障害者保健福祉手帳所持者1級～3級です。

イベントのお知らせ

§ 1 こころと福祉の相談会

日時 平成24年11月25日(日)13:30～16:00(13:00開場)

会場 はまぎんホール ヴィアマーレ 定員 500名

参加費 無料

講演会テーマ「被災者のメンタルケアにどう取り組むか」

I 「石巻からの報告—現地精神科医の1年」

宮城 秀晃 先生 (宮城クリニック 院長)

II 「被災者と認知症」

長谷川 和夫 先生 (認知症介護研究・研修センター長)

III パネルディスカッション「テーマ～被災者のメンタルケアにどう取り組むか～」

パネリスト4名の中に 中畑 清 氏(横浜DeNAベイスターズ監督)

IV 相談会 様々な医療に関することからそれ以外の問題の相談会が開かれます。

今回、浜家連は、「無年金の精神障害者を救済する具体的なご相談会」のブースを開設します。相談に乗ってくださるのは社労士・年金コンサルタント小山志郎さんです。

V 被災地からの物産展も出店します。



§ 2 自主映画会について

「むかし Matto の町があった」(イタリア映画)

日時 平成25年1月6日(日) 12:30～16:30 (開場11:30)

1部 12:35～14:11(96分)

2部 14:30～16:12(102分)

会場 横浜市健康福祉総合センター 4階 ホール 事前申し込み制です。

参加費 1000円(資料代) 定員200名(定員になり次第締め切り)

申込み先 FAX 045-633-2065 かもめサポート

Email matto1316@yahoo.co.jp

§ 3 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)13:00～16:00(12:30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について～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)

編集後記

朝晩顔を洗うのに水の冷たさを感じるようになりました。紅葉の季節も来ました。出掛けられるときにどんどん出掛けて体力維持に努めたいと思っています。

フォーラム、研修会も今月で終わります。事務局も一段落ですが、来年の企画等の準備に入ります。会場の都合で今から決まっている日にちは、浜家連通常総会が25年5月25日(金)、第19回メンタルヘルス講座は平成25年10月5日(土)・26日(土)健康福祉総合センターです。フォーラムの日にちを決める際にご配慮をお願いします。

今回の市民メンタルヘルス講座では、思春期の講演でしたが、今、学校では「心の教育をどうするか」の取り組みで、教師と家庭と一緒に取り組んでいるようです。携帯端末で会話をするのではなく、人間同士の平易な言葉で肉声あるいは人との触れあいを通して、人間関係を築いていくように進んでいるようです。

今の『朝ドラ「純と愛」』で、愛が「統合失調症」と診断されたようです。ドラマで取り上げられたのは初めてのことと思います。今後はどうなるのでしょうか? (事務局 斉藤)