



# 浜家連 ニュース 2月号

第210号

平成30(2018)年2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/>

## ひきこもりの息子に感謝

すずらん会 鈴木本陀理

### すっぱり禁酒 ぜい肉落とす

私がお酒に興味をもちはじめたのは好奇心お  
う盛な中学二年のときだった。酒好きの父が飲  
み残したこはく色のウィスキーを盗み飲みした  
時からである。

1964年に商社に入った。仕事柄、酒とはか  
かわりが深く、海外では乾杯の繰り返し、幾度と  
なく意識を失った。懲りたはずの深酒、二日酔い  
もすぐ忘れ、接待、会社仲間、友人らで翌日も飲  
んだ。

こうして45年間のみ続けてアルコ  
ール依存症になったが、来年7月には  
定年になる。このままでは定年後、朝  
から酒浸りで、貴い人生を台無しにする  
のを恐れ、5月に心配する息子に禁酒  
を誓った。7、8月には一升瓶をラッパ飲みする  
夢で何度か飛び起きたが、10、11月にはうま  
そうなビール、酒のCMにも耐えられるよう  
になった。同時に毎日5~10キロのジョギング  
を始めた。五時起き of 早朝ジョギング、昼休みの  
皇居一周、夕食前のジョギングで体のぜい肉ば  
かりか心のぜい肉までとれて、感性がより鋭く  
磨かれていくのがよく分かった。

11月の人間ドックで検査の時、看護婦が測  
定器を疑うくらい、体脂肪率は激減していた。総  
合判定もオールAで、前回までの要注意、要精検  
は消えていた。

今年始めた禁酒、ジョギングのお蔭で心身共  
に健康な毎日を過ごしている。来年はうさぎ年  
の年男だ！油断せず、生まれ変わってさらにがん  
ばろうと思う。



上記は1998年12月31日(木)の朝日新  
聞“声”の欄に載った私の禁酒宣言の記事であ  
る。

今思えば、ちょうど20年前となるが、あれほ  
どの大酒飲みで、アルコール依存症だった私を  
救ってくれたのは、実は現在ひきこもり中の我  
息子である。

20年前のある日、息子は父親である私を自  
分の部屋に病弱の母親に内緒で呼んだ。何と息  
子は右手に台所からもって来たピカピカに磨ぎ  
すました出刃包丁を持っているではないか。そし  
て私の両膝の畳の前にブス！と刺すやいなや、  
ドスのきいた声で「親父！酒を取るか？命を取  
るか？」と聞いてきた。とっさのことだったので  
驚いて私はしばし言葉がでなかったが、冷静を  
装い『命を取る』と答えた。

息子は私の目を見て信用したらしく、畳の出  
刃包丁を抜くと台所に戻っていった。

あれから20年、三男、姪、親友の結婚式の乾  
杯には烏龍茶で、海外出張の歓迎パーティーに  
はウォーターで乾杯した。いかなる時にも絶対  
に酒類は一滴も口にはしなかった。辛い時もあ  
ったが、心を鬼にして自分と闘った。

今こうして元気でいられるのも息子の出刃の  
お陰と思い、心より感謝している。と言うのも、  
当時の酒飲み友達は今もうとっくにこの世には  
いない。

ある日私は息子に『何か父さんにしてもらい  
たい事はない？』と聞いてみた。すると息子は本  
気で『僕は父さんのお酒をやめさせるために生

まれて来たのだからもう何もいらない』と言ったのです。

その時のことを思うと今でも涙が止め処なく

## 浜家連の動き

### ◆ 浜家連の平成30年が動き始めました ◆

1月12日(金)に平成30年最初の理事会そして新年会が開催され、浜家連の平成30年が動き始めました。

理事会ではさまざまな議題の中、平成31年度予算編成に向けて提出する要望書、平成30年度浜家連研修会、市民メンタルヘルスの企画テーマや講師などについても討議されました。今年は懇談会や研修会に皆様が積極的に参加していただけたらと思います。

理事会で熱心に討論をした後は新年会です。宮川理事長の挨拶、大羽副委員長の乾杯で始まりしました。しばしの間食事と懇談をした後、司会者から今年お招きした声楽家の光岡佐輝子さんの紹介がありました。そして、エレクトーンと歌によるステージが始まりました。寒い朝、愛の賛歌・・・等々、美しいソプラノの声が会場に響き渡りました。また、歌詞カードを用意していただいで。皆で歌うなどの場面もありました。ま

流れ出る・・・。

私は息子のお陰で生き返った！  
酒のない世界の素晴らしさを知った！  
息子に感謝、息子よ、ありがとう！！

### 事務局 中居 武司

た、横浜小児ホスピスの公式テーマソング『心から、ありがとう』も披露されました。最後に司会者の鈴木本陀



理さんから光岡佐輝子さんへマジックで花が贈られると、大きな拍手が起こりました。

休憩の後、各単会から順番に前へ出て30年に向けた決意、日頃の思いなどが語られました。この間、鈴木本陀理さんの軽妙なトークとマジックや、立って話をしているお年寄(失礼!)に椅子を差し出す人もいたりして、会場は笑い拍手で大いに盛り上がりました。

皆さんのメッセージを聞きながら、ご自分の会に熱い思いを持たれているなあ～と感じました。この思いが会員1人1人に伝われば・・・。

最後に鷹野顧問から若かった頃を思い出し「ガンバロー」を三唱してお開きとなりました。

### ◆ 身体拘束についてのアンケート結果 ◆

### 事務局より

昨年の11月～12月に実施しました身体拘束について、アンケートの結果を報告します。スペースの都合から、主な部分の報告となります。

289名の方から回答がありました。辛いことを思い出してしまった方もいらっしゃるかもしれませんが、ご協力ありがとうございました。

#### 1. 入院及び拘束経験について(全員からの回答)

回答数の75%が入院経験を持ち、その内の41%(回答数の37%)が拘束経験を持っていました。

#### 2. 拘束経験のある方

- ①医療保護入院での入院が最も多く、次いで措置入院となっていました。またその時の状況は「暴力」、「物を壊す」が多くありましたが、「その他」の項目が最も多くなっていました。
- ②拘束された時期については5年以前が最も多く、45%でした。また拘束期間は1週間以内が67%で最も多く、ついで1ヶ月以内の14%でした。
- ③拘束についての説明については、家族は72%、本人は29%が「あった」と答えています。が、「なかった」と答えたのは同数の15%でした。拘束の理由としては「暴れるから」が最

も多く、次いで「その他」となっていました。その中には「わからない」との回答が数件ありました。

④拘束された事に対する気持ちでは、「嫌だった」との回答が本人 65%、家族 30%、「仕方がない」は本人 10%、家族 61%と本人と家族の思いが逆になっていました。家族からは、『主治医から「今これが必要だ」と言われた場合、従うしかない。』との意見もありました。

### 3. 拘束を少なくするためには（全員対象）

「精神科特例を廃止し、一般病院並みに」との回答が 52%ともっとも多く、次いで「看護師を増やして患者声に耳を傾ける」が 46%となっていました。また「その他」では多くの意見が記載されていました。

### 4. 精神科医療に関してご意見があればお書き下さい（全員対象）

70を超える意見が寄せられました。内容的には、医者や看護師は上から目線ではなく、患者に寄り添った治療をしてほしい、薬物治療だけではなく人的関係による治療にも力を入れてほしいとの回答が大半を占めていました。また、治療者という関係が築けて症状が良くなり、感謝しているとの回答もいくつかありました。

その他、精神科特例を廃止して欲しい、行政や教育（大学医学）へもっと研究予算を配分しなければ、精神科医学は向上しないなどの意見もありました。

※詳細については単会の理事の方にお聞き下さい。

## 障害年金の相談先の紹介

●障害年金相談先として、みなさまに新たな相談先をご紹介します。

### タナベ社会保険事務所

住 所 〒240-0031 横浜市保土ヶ谷区藤塚町12-1-N0

“年金を専門にしている社労士です” まずは、こちらへご連絡下さい。

携帯電話：090-3451-1652

事務所：045-352-6133

FAX：045-352-6133

Eメール：tnbkni@yacht.ocn.ne.jp

社会保険労務士 田邊 健次 先生



## 「精神科病院の拘束問題」について

12月8日、浜家連の理事会で「精神科病院の拘束問題」について、杏林大学保健学部教授長谷川利夫先生のお話がありました。

長谷川先生は学生時代、憲法問題に目覚め、大学法学部を卒業され銀行に入行されましたが、精神医学に興味を持たれ、再度勉学に励み作業療法士の資格を取得したそうです。

精神科で患者と関わっているうちに『身体拘束はなぜ行なうのか』と先生自身が抱いた不可解・不条理・非常識をあげられ、自ら拘束グッズを購入され実際に体験もされています。

なぜ病院は身体拘束を実施するのか。職員自身の不安について器物破損や本人の人間関係が悪化するなど様々な「不安」を感じていることがわかりました。

では身体拘束を受けた患者はどうでしょうか。

- ・不安や恐れ、狼狽が増す
- ・放置されたと感じる

- ・ 恥ずかしさ、屈辱を感じる
- ・ 抑うつ的になる
- ・ 相手に罪、罰の印象を与える
- ・ 過去の身体的、性的虐待を思い出す
- ・ スタッフへの不信を強くし、治療関係を悪化させる。
- ・ 患者の抵抗や拘束具の事故によって人身事故が発生しやすくなる。

家族からしてみれば出来れば「拘束はしないでほしい」とはなかなか言えないのが現状ですが、とてもつらいことです。医療や看護師、作業療法士の方が時間をかけて傾聴することにより患者も落ち着くのではないか……。患者の立場に立ち、精神疾患がある人も同じ人間だという意識を持ち、納得するまで説明してほしいと思いました。

10月に浜家連で身体拘束についてのアンケートを取り、なぎさ会でも例会に参加された方にはご協力をお願いしました。その調査結果、実際に拘束された病院名も記載されており、このアンケートを見た長谷川先生は「素晴らしい努力に敬意を表します」と言われました。

長谷川先生はとても熱心にお話をしてくださり、その情熱で福島瑞穂議員や、参議院厚生労働委員会では川田龍平議員に「身体拘束」について質問をしてもらい、国を動かそうとご尽力されています。

まずは現状をしることから始め、なぎさ会から横浜市、神奈川県・・・と小さな地域から大きく広がっていくことが大事だと感じました。

(浅田)

(「なぎさ会だより」より転載させていただきました。)

## 家族による家族学習会 アドバイザー研修会に参加して

もみじ会 森下喜久郎

私は11月29日(水)「みんなねっと」家族学習会企画プロジェクト委員会主催の研修会に参加しました。当初はその日予定が入っていると勘違いし、参加は無理だと思っていましたが、1週間予定がずれていることに気がつき、参加したいと申し込んだ次第です。

当日、秋葉原で電車の乗り継ぎがうまくいかず10分程遅刻してしまいました。研修会は既に始まっており、参加者名簿を見ますと21名の名前がありました。午前中はプロジェクターを使って家族学習会の魅力を体験し、それを振り返る講義がありました。

その中で、非常に感銘を受けた事は、この学習会で使用しているテキストはまず医者や薬剤師等の専門家の方がお仕着せで作ったのではなく、

### 【編集後記】

大阪府寝屋川市で精神障害者の娘を二畳ほどの小屋に監禁し死亡させるという痛ましい事件が発生した。両親は「精神疾患があった。障害者で暴れるから」と供述しているそうだが、なぜ行政に助けを求めず孤立してしまったのか、行政や周囲の人達の目に入らなかったのか……。多くの疑問が残る。この事件を通して、精神保健の普及啓発活動のあり方、大切さを改めて考えさせられた。

(事務局中居)

日本の家族の現状をふまえ、実践を積み重ねながら38年間の歳月をへて出来あがったものであるという事です。又、家族学習会を行う時、当日に家族が準備しますお花や飾り付けのおもてなしの心構えが参加者の心をとてもなごませ、重要であるということを感じました。

午後は家族学習会の実演があり、特に良かった点改善すべき点をA~Dグループのそれぞれが発表しました。

その後の今後の普及・継続に向けての意見ではたっぷり時間を取り、色々な意見、問題点などが取り上げられたのがよかったです。

