



# 浜家連 ニュース3月号

第295号

2025年3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 <https://hamakaren.jp/>

## 映画『どうすればよかったか?』を観ての感想

副理事長 安富英世

現在、精神障害関係者だけではなく一般新聞・ネットなどで話題となっている『どうすればよかったか?』を観てきた。映画のチラシには「面倒見がよく優秀な姉に統合失調症の症状が現れた。父と母は玄関に南京錠をかけ、彼女を閉じ込めた」とあり、当事者を抱えている家族としては、是非観ておかなければならないと思ったからである。



映画では、統合失調症の陽性症状のような場面、本人と家族との噛み合わない会話、錯乱と興奮が垣間見える言動など、私の息子の発症時を思い起こさせるような場面もあった。

内容は、20代で精神疾患を発症した女性（姉）の8歳下の弟が、両親の姉の疾患に対する対応に不信感を抱き、実家に帰省するたびに姉の言動を中心に、家族の会話を録音しハンディムービー等で映像化したもの。これらを断片的につなぎ合わせ101分のドキュメンタリー作品に仕立て上げたもので、この映画の監督は弟自身が担っている。

1983年に24歳で姉が発症。映画に出てくる姉の最初の音声は、発症後9年も経ったところ。次にはその9年後、発症からは18年後。弟は帰省のたびに、一家の食事など日常の様子を姉を中心に撮影。発症から約22年後の帰省では、以前に姉が単身でアメリカに行き、現地で保護され帰国させられ、その後家族は姉の行動制限をすべく、実家の玄関に南京錠が取り付けられているのを目撃し大きなショックを受けたエピソードを織り交ぜて、映画は進行していく。

姉の発症は、今から約40年前、統合失調症と名前が改められる前の「精神分裂病」の時代。当時は、この病気には遺伝の影響があると言われ、優生思想が社会の隅々まで浸透していた状況。だから、精神患者の存在が家名を汚す恥であり、世間から隠すのは当たり前、親族にも話さないといい時代背景があるように思う。その中で、両親は研究者で医師免許があり、医学に造詣が深かった分、苦悩が大きかったのかもしれない。当時の精神医学界のことを両親がどの程度知っていたか不明であるが、精神疾患に有効な薬もなく、治療の手立ても見えない中、医療とは無縁に、ただ自宅だけで両親の下で過ごし、このまま時間が経てばいつか以前の姉に戻ると考えていたとしか思えないほど、何もしていないように見える。家族関係に温かみが感じられず、むしろ父親の権威主義的で他者と交わることがない家族といった印象を受けた。

このような物語は、決して過去のものではなく、現在も起こっている。数年前に川崎市麻生区で、精神疾患の37歳の男性が自宅で衰弱死し、両親と妹が逮捕された事件があった。男性は、発症直後の17年前に家族は区役所に相談し統合失調症の疑いがあるので受診を強く勧められたが、男性が暴れるため病院に連れて行くことができず、また裸で外出したことがあったので外部に知られることをおそれ2階に監禁。その後、階下に転落して頭を強く打ち寝たきりになり、流動食しかのどを通らなくなって衰弱し死亡したというもの。

統合失調症を始めとする精神疾患は、未だに発症原因が不明。本人の知力・学力、性格も無関係。発症した場合、薬を服用すれば必ず効くといった単純なものではなく、薬との相性や副作用、服薬中断など、患者には多くの困難が待ち受けている。弟である映画監督は自分の家族を「統合失調症の対応の失敗例」としてインターネットで語っているが、家族がこの病気に関わる立場に置かれたなら、家族で抱え込まず、医療機関や支援者を訪ねること。そうすれば、よき医療と医師・支援者に巡り合えると信じている。まだまだ、捨てたものでない社会だと思えるからである。この映画をご覧になって、皆さんも是非お考えください。



2024 年度単会会長交流会報告

あおぞら会会長 松本

日時 2025 年 1 月 17 日（金）13：00～15：30

場所 横浜ラポール 3 階 第 2 会議室

18 区各単会会長全員出席されました。理事長の井汲さんがコロナに罹り欠席となりました。

音田園恵副理事長が司会を、初めに井汲理事長の挨拶文を読み上げ、手際よくスケジュールが進められました。

◇前もって 2024 年 4 月～12 月までの活動報告が提出されていたので順番に報告説明がなされました。活動報告は各自見ってもらうことし、特記事項について 1 人 3 分とし、問題点：会長役の大変さ、高齢者が大半を占め後継者への引継ぎ困難、会員の減少、区役所との繋がり無い・してくれない（連携出来ている単会は 11 単会でした）等の発言でした。

◇10 分間の休憩後自由討議に入りました。

- \*会員の悩みをどう返せばいいのか
- \*支援センター職員が参加されている（参加されていない会が多い）
- \*例会出席少なく淋しい例会です、会員出席 4 人ぐらいの時もあるなど
- \*区役所の会議室が使用できなくなり社協の会議室借りるようになった
- \*家族教室（学習会）区役所でやらなくなった
- \*会員数のじり貧に苦慮している、区役所に働きかけするが成果ない
- \*会長交代を願っているが埋められない
- \*当事者の自死に悲しい思い、家族会は何をしたか・・・
- \*地域の団体と繋がりを持っている。講演をしてもらったり、参加して交流をしている、病名も多様化しているので役員も大変
- \*問題抱えているのに協力者が少ない。例会出席者は満足して帰られる
- \*総合的に何をすべきか
- \*高齢になり会に出にくくなっている、デイケアのような送迎車が有ったら、他

最後に泉区の山田会長より提案

「浜家連リカバリー研究会」発足の呼びかけが出されました、回復を「リカバリー」と一般に称している、お医者さんは「退院」、薬剤師は「減薬断薬」、福祉事業所は「通所を始めた時」家族は「就労」、当事者本人は「希望に向かって歩き始めた日々」。患者への心構えや対応の仕方が変わってくる。リカバリーとは何なのか—自分なりの答えを見つけない、一緒に探してみませんか？（提案の資料を要約したものです）。

第5回 市民メンタルヘルス講座が開催されました

「若い人、思春期の精神疾患について」  
～知っておくべきこと、大切にすべきこと～ に参加して

あけぼの会 岡林 郁子

日時 1 月 26 日（日） 13：30～16：00

会場 横浜市健康福祉総合センター 4 階ホール

講師 夏苺 郁子氏 児童精神科医 やきつべの径診療所



◆ 自己紹介

札幌市生まれで、学校は九州の熊本高校、浜松医科大学を卒業後、5 年間位アメリカで生活。憧れの 2 児の母になりました。2000 年、やきつべの径診療所を開設して 25 年目になります。

名古屋大学精神医学教室客員研究員、日本精神神経学会代議員、みんなねっとの理事、子供の心専門医などを務めています。

## ◆ 私と母が精神疾患であったことを公表

15年前に自身と母親が精神疾患であったことを公表しました。母が亡くなって2年後にマンガ家の中村ユキさんが「わが家の母はピョーキです」を出版されました。2年後というのは、母との関係がこれで良かったのだろうかとふり返ろうとした時でした。このタイミングが違っていたら本を開けなかったし、今、私はここにはいません。焼津の片田舎で冷たい診療をしていたと思います。

## ◆ 現在の精神医学

現在の精神医学には限界を感じています。病名を付けられず何十年もたつ患者さんがいます。何十年薬を飲んでも終わりが無い、ドクターに聞いても答えてくれず、ゴールが見えません。精神疾患の原因がまるで分っていないのに、見つけるための研究は進んでいないのです。

## ◆ 精神科医療の7つの不思議

「精神科医療の7つの不思議」を書きました。7番目に

- ・不思議7：成人した患者さんに対して、なぜ家族会が必要なのか

同じ悩みを持つ「家族同士の交流の場」は非常に大切だが…

国の「家族依存」「家族扶助」ありきの政策⇒「公的扶助」への転換が必要

家族同士がお互いに心通わせる仲間づくりは素晴らしいが、それとともに国の思わくがあると思う。家族依存ありきから公的扶助の転換が必要です。

## ◆ 児童・思春期精神科の特徴

- ① 児童・思春期精神科医はまさに発病したその時に立ち会います。統合失調症発症のメカニズムは、根は遺伝要因ですが、遺伝100%ではありません。一卵性双生児は遺伝子が同じでも、統合失調症になるのは50%です。発症リスクのある精神状態の子が思春期になり、発病するのは40%で、60%は自然寛解します。
- ② 14、5歳が発症のピークです。前駆期の症状として、情動不安、軽い被害感、不眠などが現れたら、休養にまざる薬はありません。本人も周囲も休むことを恐れないことが大切です。統合失調症は、進学、就職など人生の岐路を決めるときに発病するので、その後の人生に喪失が多いです。残念ながら、思春期の患者さんに認可された精神科病院は少ないです。

## ◆ 発達障害について

- ① 人生の途中から発達障害になることはありません。  
発達障害に含まれる疾患は ・知的発達障害・自閉スペクトラム症・学習障害・協調運動性障害 発達コミュニケーション障害・注意欠陥多動障害・(その他多数) などがああります。
- ② 診療の決め手は初診です。初診時の丁寧な聞き取りが重要です。初診時に親の同席可能な時は、母子手帳、1歳半、3歳児の検診の記録、幼稚園・小中学校の通知表を持参してもらいます。初診だけは手を抜かず、患者さんが大人であっても、かくれ発達障害を見逃さないために成育歴を聞くことが必須です。
- ③ 子供の時に発達障害が見逃されて未診断のまま大人になり、学校や職場などでうまくいかず、いろいろな精神症状が出てくると、重ね着のように、様々な病名がついてしまいます。

## ◆ 24年間、子供たちと関わって思うこと

- ① 集団療法は6か月しか報酬が付きませんが、続けている私の自慢のプログラムです。それでも小さかった子が成長して社会参加をするようになると壁は厚いです。学校へ行くことと、仕事をしてお金をもらうことは、雲泥の差があります。
- ② 家族は加害者ではないし、被害者でもありません。ともすると親が悪いとのシナリオにしがちですが、それは絶対に駄目です。家族を責めて治療がうまくいく訳がありません。人間として誰かを支えたいと思える社会になってもらいたい。そんな考え方が出来る社会になることを願って、これからも努力したいと思っています。
- ③ 発病したことで肩身の狭い思いをすることがありませんように病気になっても、一人の人間として「誰かを助けたい」と思えるような社会になれますように・・・、そのような考え方が出来る社会になることを願い、これからも努力したいと思っています。

※ 夏苺先生とは、13年前に、わが旭区で開催されたBブロックフォーラムの講師をお願いして以来、交流が続けられ、浜家連での講演会が多数開催されています。

先生の勇気ある発言とたゆまぬ努力により、今や著名な精神科医として、全国を回って講演をされ、テレビにも出演されています。応援団として嬉しいかぎりです。

今回の講演でも、当事者、家族を思う心が伝わってきました。これからも日本の精神医療が少しでも良くなるように頑張りたいと思いました。

## 単会からのたより

### 家族会に参加して得たもの みどり会 IH



今年でみどり会に入会をして4年目を迎える。先日の定例会で浜家連ニュースに執筆要請があり、何を書いてもいいからと言うので、渋々引き受ける。

何を書いたらいいのかわからないので、後期高齢者になった今、自分が今在る場所、今感じている事を書かせてもらう事にする。

月日の流れは早いもので、入会日から閉じ込んである浜家連ニュースやみどり会だよりを見ると、2022年9月の入会からの資料が出てくる。

みどり会に入会してからの3年間は、精神疾患に対してのメンタルヘルスの大切さの気づきの連続だった。今迄は病院の医者診察を受け、薬を処方してもらい、それが普通だと思ってきた。また、それ以外どうしていいのかわからなかった。さっぱり良くならず3回も病院を変わる始末だった。3回目の病院は娘が探しあてた病院で、カウンセリングの機能を有しており、現在はその病院で落ち着いている。

娘の「双極症」という精神疾患を治したい一心で、浜家連の開催するメンタルヘルスに関する講座を聞きに行った。

「いきづらさ」について考える

「当事者との様にかかわりまたその対応」

「さばいばるプラン」親なき後の生活設計

「双極症を知ろう」

等々、衝撃の講演・講座だった。本人とどの様に接したらよいかを学び、親なき後の生活設計では、収入支出の計算のシミュレーションや財産を娘に示し、双極症の講演には娘も出席し内容を話し合った。

みどり会では訪問看護を知り、紹介の切っ掛けをいただき、現在も週1回の訪問看護をお願いしている。その訪問看護からはディケアの紹介を受け、基本週1回のディケアに通っている。本人は週2回か3回は行きたいみたいだが、なかなか続かない。でも以前から比べると随分安定してきたように思う。

後の課題は社会に慣れていない状態をつくる事。人に体を慣れさす事、人に気持ちを慣れさす事。すなわち人慣れを身につけさせる事と思っている。その為には疾患を持った人々が集う場があり、そこへ行けば誰かがいて、互いに話しかける場所を見つけなければと思っている。

本人も当事者が集まる場所があればと言う。コミュニケーション下手の娘の為に何とか探したいと思う。後期高齢者になり焦りもある現在である。

みどり会では以上の事を気づかせていただき、其れ等を実行に移せた事に大変感謝している。只、みどり会のメンバーがそれぞれご高齢になり、悩みは更に深くなっておられるように思う。また若い人もメンバーに加える必要もあろうかと思われる。それらのお手伝いも出来る範囲でしていきたいと思う。

【編集後記】 厳しい冬の寒さが峠を越えてこれからは三寒四温、日々春の訪れが近いと感じるようになりました。お花見などの話題で盛り上がっているのではないかと・・・。 事務局 中居