



# 浜家連 ニュース5月号

第297号

2025年4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/>

## ある相談事で精神科の先生の話（その2）

副理事長 管野 義矩

前回に続いて、当施設でお世話になっている精神科の先生のお話です。

IT 企業に勤める男性会社員さんですけど、彼は納期に追われ、2ヶ月間にわたって休日返上で仕事をいしましたが、どうしても身体が動かなくなって、出勤出来ない状態に陥りました。

彼は奥さんに「これまで頑張ってきたが、どうしても気力がでない。「仕事のプレッシャーです」とずっと不安でよく眠れなくなっていた！これまで辛いことは隠してきたが、もう限界だと思う」と訴えました。

彼が職場の健康管理室の助言で当病院に来られ診断した結果“うつ病”でした。

彼はしばらく休暇を取って、抗うつ剤による薬物治療を続け、6週間後に出勤出来る様になりました。更に職場に復帰してからも、抗うつ剤の服用を続けながら、仕事のペースを調整して趣味を楽しむことを心がける等の再発防止の対策が講じられました。

そしてその半年後にはゆとりある生活スペースが保たれ、抑うつ症状が認められなくなっていた為、抗うつ薬の服用をやめることができました。

近年、うつ病が学校や職場の精神保健の大きな問題になっています。うつ病の罹患率の高さだけでなく、引き込みりや自殺の原因となる精神的な障害として最も高い比率を占めているということです。

精神的な病の根本的な処で“うつ病”の早期発見とスムーズな治療の導入は、現在の日本社会の根本的な最優先課題です。皆で、その課題をしっかりと捉えていきましょう。



## 浜家連の動き



2026年度(令和8年度) 予算編成に関わる施策要望案がまとまりつつあります。一方、昨年度提出しました施策要望書の回答が、横浜市長から届きました。紙面の都合により施策要望の重点項目についてお知らせします。

### <2025年度(令和7年度) 予算編成に関わる施策要望の回答>

#### 1. 精神障害者への医療費助成精製度の拡充

##### (1) 重度障害者医療費の助成について（1級の入院費無料）

**回答** 1級の精神障害者保健福祉手帳を交付されている方の入院については神奈川県補助対象となっておりません。

重度の障害のある方が、障害の種別にかかわらず、安心して医療を受けられる環境を整えることは、大変重要なことだと考えており、精神障害1級の入院にも補助対象を拡

大するよう、令和6年12月に「令和7年度神奈川予算に対する要望」において、市から県に新たに要望を行いました。

なお、本来は国による全国一律の制度が望ましいと考えており、全国市長会等を通じて、3障害（身体障害、知的障害又は精神障害）を対象として要望しています。

## (2) 精神障害者への医療費助成を（2割以下の負担に）

**回答** 2級の精神障害者保健福祉手帳を交付されている方については神奈川県補助対象となっておりません。

本市の「重度医療助成制度では、限られた財源の中より障害の程度の重い方を優先するよう対象者を設定しており、本市単独で対象拡大を行うことは多額の財源が必要となるため困難な状況です。

一方で、健康保険の高額療養費支給制度においては、所得区分に応じた月間の自己負担限定額が設けられるなど、所得に応じた医療費負担になる仕組みがあります。

## 2. 「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」の構築推進

### (1) アウトリーチ事業の推進

**回答** アウトリーチ支援は、医療や医療サービスと繋がり少ない方に積極的にアプローチし、必要なサービスに繋げる効果的な手法です。一方で、対応できる事業所やノウハウの蓄積が少ないといった課題があります。このため、医師や看護師等多職種が連携して支援を行っている好事例や、精神障害に積極的に対応する事業所の情報を共有し、支援の充実を図ります。

### (2) 長期入院の精神障害者の地域移行促進

**回答** 長期入院患者の地域移行に向けた指標としては「横浜医療プラン2024」において、「1年以上の長期入院患者の割合」を減少するという目標を掲げています。引き続き地域移行に向けた取組を進めていきます。

### (3) 家族会・家族への支援強化

**回答** 精神障害のある方のご家族が悩みを抱え込んでしまわないためにも、ご家族への支援はとても重要だと考えます。そのためにも、各区役所保健推進センターの取組状況等を踏まえながら、家族会の周知や家族教室の開催促進等について検討を行います。また、地域ケアプラザなどの関係機関と連携し、支援を進めていきます。

精神障害者に対する旅客鉄道運賃割引が始まります。



### ●● 精神障害者に対する旅客鉄道運賃割引について ●●

令和7年4月1日から精神障害者に対する旅客鉄道運賃割引が始まります。割引の対象となるためには、精神障害者健康福祉手帳に1種か2種の記載が必要となります。種別の記載が必要となります。種別の記載を希望する方には、申し出により、種別が記載されたシールを郵送しますので、お手持ちの精神障害者健康福祉手帳にお貼り下さい。

今お持ちの精神障害者健康福祉手帳を再発行したり、市役所や区役所にお持ちいただく必要はありません。

### ◆ 旅客鉄道株式会社旅客運賃減額種別について

- 割引の種別は1種、2種とし、精神障害者健康福祉手帳の障害等級が1級は1種、2級3級は2種となります。
- 旅客鉄道株式会社等の旅客運賃割引を受けるには
  - ① 精神障害者健康福祉手帳に1種もしくは2種の記載があること。
  - ② 有効期間内であること。
  - ③ 顔写真が貼ってあること。

が必要となります。

- 割引の適用範囲、割引区間並びに割引乗車券の種類、割引率及び購入方法等については、旅客鉄道株式会社等がそれぞれ設定することになります。

#### ◆精神障害者保健福祉手帳への申出方法について

- 既に手帳をお持ちの方は、郵送もしくは、横浜市電子申請・届出システムで、健康福祉局精神通院医療・手帳処理センター鉄道割引担当にお申出下さい。
- お申し出いただくと1種もしくは2種と書かれたシールが郵送で送られてきます。そのシールをお手持ちの手帳に貼っていただきます。
- 新たに精神障害者健康福祉手帳を申請する方や、再発行を申請する方や、再発行を神聖する方は、新しい精神障害者健康福祉手帳に最初から種別が記載されていますので、シールを貼る必要はありません。

問合せ先

横浜市こころの相談センター

手帳担当 045-662-3531

申請についてのお問合せ

事務処理センター運賃割引担当 045-662-3548

### 単会からのたより

#### 病の娘と40年以上共にして

#### あおぞら会 S・のぶこ



私の娘は、10代の頃に不眠症を発病し、現在は統合失調症となりました。はじまりの頃は大変でした。私は娘が病気になり平成の始め頃から家族会に入りました。その頃の家族会は区役所保健部のワーカーさんが中心に開催されて、参加者も少なかったです。

娘が色々な行動起こす躁鬱状態になり、引きこもりとの繰り返し。病気に対してどう扱ったらいいか苦難の日々が続きました。統合失調症（当時は精神分裂病でした）世間はまだ偏見が強かったです。知られたくないし、娘の引きこもりと活発な行動は続きました。病気になる前は看護婦をしていたので薬のことは自己調整をして飲まない。症状が悪化し、入退院の繰り返しを何回もしました。

あおぞら会の役員を25年以上関わらせてもらい、会員の方々には親・娘共々大変お世話になりました。最近では1人で通院して服薬も自分から飲むようになりました。今は、養護学校の学童保育のお仕事についています。私は高齢になり足腰に不都合が出てきてしまいましたが、現在は娘に世話してもらっています、幸せな日々を送っています。

### § イベント情報 §

#### ◆ NPO 法人 浜家連 第17回通常総会 ◆

日時：2025年5月30日（金）13:00～15:00

会場：横浜ラポール2階 大会議室

- 【議案】①2024年度事業報告（案）及び収支決算（案）について  
②2024年度会計監査について  
③2025年度事業計画（案）及び収支予算（案）について  
④理事の選出について

総会終了後、越智 祥太 先生（精神科医）の講演会を行います。  
～神奈川県精神科医療の現状について 神奈川県精神医療意見箱から見えること～

# 仲間を募っています！

わかば工芸は、浜家連が運営する地域活動支援センターです。

日中ともに過ごす仲間を大募集中です。

【どんなとき利用するの？】 例えば…

仕事をしたいけど、いきなり一般企業は不安デス💧

→就職までのステップとして利用

ずっと家にいるのも飽きてきちゃったな

話し相手が欲しいなあ

社会とつながる居場所が欲しいな などなど

【なにしてるの？】 作業内容：

\*ボールペンの組立：座ってできるごく簡単なお仕事です

\*清掃：おそうじは毎日の生活にも役立ちますよ

\*お菓子づくり：甘いものは好きですか

\*フリータイム：のんびり生きようじゃないの

【どこで？】 場所：横浜駅からバスで約5～10分！ アクセス良好

神奈川県反町1-6-8 たんまち福祉活動ホーム3階

【いつ？】 日時：月曜から金曜

9:30～15:30 休憩あり☑

利用時間はそれぞれのペースでOK！

半日利用、通院日のお休み遅刻早退など、

おひとりおひとりのペースで大丈夫です。

週1からのスタートでもいいですよ。



【問い合わせ先は？】

興味があれば、まずはお電話♪ 見学からはじめましょう。

☎ 322-9582 まるやま・もり までお気軽にどうぞ！

【編集後記】 単会では総会などを通して、新しい体制がスタートしたことと思います。精神障害者が、少しでも暮らしやすくなるような活動ができればと思います。 (事務局 中居)