

群馬つつじ会だより

発行 平成31年4月1日
群馬県精神障害者家族会連合会
(群馬つつじ会)
〒371-0843
群馬県前橋市新前橋町13-12
群馬県社会福祉総合センター7F
TEL 027-289-9647
FAX 027-289-9648
E-mail gunmatutuji_k@ybb.ne.jp

第32号



私たちの中にある偏見とは？

会長 吉邑 玲子



「全国大会の山形にて」
吉邑会長

10月19日、私は山形の地で、精神保健福祉全国大会の連盟会長表彰という場に、群馬つつじ会代表として参列させていただき栄誉をえました。

30年以上にわたる会の歴史を考えます時に、先人の方々のご努力は、今とは各段に違う数多くのご苦労があったと思われます。

そして、いつも精神疾患への偏見が言われます。しかし、歌人・精神科医である斎藤茂吉の出身地の山形で、改めて思いましたのは、孫の由香さんの講演でした。由香さんの父北杜夫の躁うつ病に対する母の明るい対応と友人たち。それに反して、日本人の狭い同族意識や真面目さが、かえって私たちの偏見を強くしていると様々な場で感じました。

この2月には初めて民生委員の方々対象に、精神障害についての理解をお願いする場を得ました。予め私たちつつじ会の役員会で民生委員に対する印象を聞いたところ、「当てにしない」「名誉職でプライバシーが守られない」というマイナスの思いが多くありました。

当日は、皆さん一生けん命聞いて下さいましたが、逆に一生懸命動こうとすると行政との個別訪問で拒否されてしまうということも伺いました。家族の気持ちとしては、陰での理解者として専門職への繋ぎ役、災害時の対応や、グループホーム建設への理解等と、一般市民として動いていただければとお話しました。

また、地域での民生委員の研修にも呼んでいただければとお話し、逆に、来てほしいという嬉しい要望もありました。

平成30年度 群馬つつじ会 リーダー研修会(H30.9.8)

「大切ないのちを守る」～現場での対応～電話相談を受ける基本的な対応について『はなす・みる・きく』(ロールプレイ)

社会福祉法人群馬いのちの電話 岡田一恵氏・戸部正行氏

9月8日に行われた群馬つつじ会主催の研修会に参加しました。前半は講演、後半はロールプレイでした。

いのちの電話の基本は共感を通じた対話です。批判しない、教導しない、気持ちを伝える。温かく対応する、相手の立場で感じ・聴く。代わりに何かしない(代わりに考える、代わりにやってあげる)。個人で支えるのではなく、組織として支える。自分の経験はほとんど役に立たないと知る。無力ながらも、そのひと時を懸命に支えようとする。どんな悲しみや苦しみでも、排除せずに聴こうとする。

これらを基にしながらか話を聴き、問題解決を目指すものではないという思いで現場では対応することを学びました。



ロールプレイ風景

全国大会の報告 平成30年11月26日(月)・27日(火)

先進地神戸の全国大会で学んだこと

会長 吉邑 玲子

11月26・27日に神戸の国際会議場にて「精神疾患の本人と家族の明日を切り拓くために」と題し全国大会は開催されました。

精神の問題は、医療・福祉・保健と言われるが、そこに教育の視点が加わったと実感した大会でした。基調講演の愛知県立大学看護学部精神看護学准教授山田浩雅先生は、学校教育における精神疾患の扱いについての推移を話されました。昭和前半期の偏見に満ちた歴史の中での記述と、空白の40年があり、ようやくその記述が取り上げられることになったと。しかし現場では、誰がどの時間に扱うか、その厳しさに質問もできました。

特別講演の糸川昌成先生は、その講演は何度か伺っているものの、薬という物質と、魂に響くコトについての重要性を述べられました。人類史のなかで西洋医学の歴史はまだ浅く、先生の人類学への興味も、私にとっては共感するものでした。

分科会では、地元力ならではの家族と専門職の力を併せての活動は、小中学校への出前講座がその成果を上げているということでした。群馬でも、看護学校中心の出前講座を実施していることは対象こそ違いますが、自信が持てました。

“親なきあと”のこと

＝会員の皆さんにきいてみました＝

～心配なこと・不安なこと・望むこと・両親を亡くしてみても貴重な提言をいただきました～

「始めてみた一人暮らし」わたらせ虹の会 佐下橋富子

息子は大学3年時に発症し、危機的状況を何度もくぐり抜けてきたように思います。年月を重ね最近では親亡き後を話し合えるようになり「とりあえずはじめてみよう一人暮らし」を目標に少しずつ準備ができるようになりました。世帯分離から始まり、経済・住居・体調不良時の対処、居住地にはグループホームが無いので自宅から車で10分程度の市営住宅、障害年金2級では不安なので親の存命中は自立の援助、亡くなったら共済年金を充てる。日常生活の不安は福祉課、ヘルパーさんに頼る。仕事は自信がないようでいつできるかわからないけど、趣味がもてたら毎日のリズムが出来そう。

夫74才、私69才そして息子39才。今が障害を持ちながらも世間に出ていく時、スムーズにいくかもしれないし、いかないかもしれない。親の元気なうちに何度もチャレンジすればいい。時々「ただいま」と元気な顔をみせてくれます。心細いメールも来ます。そんな時、息子とのゆっくりしたお茶の時間を持ちます。そして、「行ってきます」とアパートに帰ります。

スタートするまで家族会の皆さんのアドバイスはとても貴重でした。

私には心強い人たちの応援があると確信しています。

「働きたい！」 あざみ会 今村和夫

親なき後の準備、今から具体的にと思っても焦るばかりです。

障害年金と、少しでも働くことによって、社会参加し、生活を維持していく方法を模索していかなければなりません。企業などに障害者雇用促進法に基づいて一定の割合で雇用率制度2.2%が課せられています。達成できている企業はまだ半分ほどに過ぎません。

多様化社会では、障がい者雇用をもっと拡大し、なぜ就労が進まないかを、真剣に社会全体で考えなければなりません。働くことに障がいのある方と企業がつながるための相互理解の交流の場を、県、市町村が率先して働く前の不安を減らす機会を毎月開催し、広報などで広めていくことが大切です。ここで重要なことは、雇用率が達成されるだけでなく、少しでも安定した職業生活を持続させることです。

就労後も事業主はもとより、職場の同僚、福祉教育分野などの機関が連携し、定着を支えてほしい。特に、精神障害の雇用促進の取り組みが遅れています。

障がいを理由に雇用上の差別禁止、職場での必要

な合理的配慮。障がい者の職業生活の向上、職場でごく当たり前働く仲間として障害者が、その能力を存分に発揮できる社会を切望します。

前橋精神障害者家族会(あざみ会)のモットー①支えあい②学びあい③活動するを基本に障害のある人と家族が地域で孤立することなく安心して生活するために、まず地域の包括支援体制を知り、その活用をおさえておくことが重要です。先の見えない不安は常につきまといますが、正しい薬物療法と精神科リハビリテーションを続けながら、とにかく働きたい！働くには何から始めればいいのか？仕事が長続きしない！悩みを少しでも減らし、その人に合った働き方を見つけ出すことが必要です。生活資金・住まい・権利擁護の不安だらけですが、家族会が丸となって明るく勉強していきたいものです。

「親が今出来ること」 ポプラの会 櫻井俊輔

日本国憲法(第25条)生存権が認められている限り、何とかして生きる方法があると思ったのは、2018年夏に障害のある子の「親亡き後のために今できること」と題したM氏の講演を聞いていた時のことだった。自らの体験を語り、何が必要であるかを示してくれた。

その中で、特に印象に受けたのは、1、生前に、親亡き後困ることのないように、必要な情報収集を心がけておくことだ。(新しい法案や新しい制度、サービス提供等) 2. 遺言者を作成(公正証書遺言等)し残しておくこと。

また、社会とのつながりとして、家族会に参加すること、社会福祉協議会に足を運び、適切な支援を受けること。

日常生活の中で、親として改めて考える機会を与えていただいたと思って感謝しています。

「親亡き後に望むもの」 いずみ会 綿貫陽子

親亡き後について、いずみ会例会で以下のように話し合いそれをまとめてみました。

- ・普通の疾病として受け入れる地域社会の構築
2011年に国民五大疾病の一つに加えられ、2022年には高校の教科書で精神疾患の正しい記述が復活するのは喜ばしい。
- ・安心して住める居住地の確保
各地域に昼夜管理責任者常駐で服薬の管理と金銭管理を任せられるグループ等の設置。
- ・経済の安定
生活保護に頼らず、暮らしていける障害者年金の確保。
- ・心身の相談場所と一般社会の中で人との関わりを

育める場所の設置（例としてカフェ等）

・障害者の働ける場所の増設。

一般社会での障害者雇用拡大の他に障害者を中心として働き場所の設置。

・在宅者には見守りと緊急時連携の充実

・入院時の安易な拘束監禁のない個人の尊厳が維持できる環境作りに精神科特例の廃止が必至

一般病棟に比べ、医師数3分の一、看護師数三分の二で良いとされたもの。

精神障害者の処遇については、他の障害に遅れること多く、改善を求めるものです。

【この先への大きな不安】

たけのこ会 T

19才から病気を発症して、25年。この間親子でとても苦しみ、いろんな所の医者にかかって、少しでも良くなりたい為に、病院を転々としてきましたが、今もって良ならず、一人では外出も出来ない状態です。親子二人の生活は、お互いにいらいらしたり、ケンカをしたりしていたので、このままではだめなので、生活介護に週1回行けるようになりました。こんな状態なので、親亡き後の事は、一人では生活できないでしょうから、グループホームに入る方法しかないと思うのですが、人間関係がうまく出来ないで、生活出来るか心配です。

先の事は、どんなふうになるのか、考えられないです。なるようにしかならないと思うのですが、今はなるだけ二人で、明るく過ごす他ないと思うのですが、先のことを考えると、とても不安です。

【親あるうちの準備の必要】

たけのこ会 S.O

親亡き後とは、親あるうちに、親が元気で心身ともにしっかりしているうちに親亡き後の準備が必要だと思います。

親が亡くなった後の生活の場、本人が一人で生活し症状が悪くなった時や困った時に相談出来る人や、医療機関、福祉関係、また、衣食住、金銭管理、又隣近所とのかかわり方など、普段から生活しているうちに整えておく必要があると思います。

我が家も、高齢になり親自身の健康管理に気を配り、自分たちの老いじたくも合わせて考えたいと思います。

【親亡き後の問題への提言】

のびる会 高橋健二

現状で、自立するためのシステムを考えると、行政に要望したい。

問題1として、親が元気なうちに、自立を図るための、福祉サービスの利用申請ができるような意欲の醸成を図る瀬策を講じてほしい。また、親の健康寿命の少し前まで、地域移行支援を前倒してほしい。

2番目の問題は、資産管理について、「成年後見制度を利用し、その資産を必要に応じて生活費に充当していき、使い切ったら生活保護がある」というのが現在のシステムと思われる。これでは、資産の有効活用を発想しにくい。本人の資産は、障害年金からの貯金や両親の遺産相続などを、終身タイプの

個人年金にすることが出来れば、安定した収入になる。心身障害者扶養保健共済制度の加入条件を自由化してほしい。

また、就労については、A型B型においては、就労能力が高くない障害者も利用しやすい施策を講じてほしい。

年金においては、家族は書き方の問題も学ぶ必要があり、認定医による総合判定基準を明示してほしい。

【家族は2.5人称の視点で、かつ一人ぼっちにさせない】

あざみ会(きょうだいかい) 坂本美恵子

父親の他界は余りにも突然でした。母親は既に15年前に他界しており、バタバタと葬儀・初七日を済ませ、早急に司法書士、税理士と段取りして、弟を実家に一人残し、ひとまず帰路(県外)につきました。父親の一周忌までは、毎月新幹線で(時には2回)実家と自宅を往復する日が続きました。

幸い、私は役所に勤め、制度等の知識と手続きはスムーズにでき、私の一方的な考えですすめました。しかし、弟に良かれと思っての近所からくる電話が、それも弟に直接でなく、私への連絡が、弟を追い詰めることになりました。

失敗を繰り返しましたが、父が亡くなって3年がたち、弟に本当に必要なことはなんだろうかと考えました。

そして、出た結論の一つが『当事者の集い』の立ち上げです。強制された場でなく、声を上げる場を当事者が作っていく場所であること。当事者自ら生活の場でSOSを発信出来る力を付け、希望を見いだせる体験を積み重ねていくことこそ必要であると考えました。

同時に、当事者家族としての心構えに、当事者の思いをすべて受け入れる(一人称)や、家族の思いを当事者に強要(良かれと思っての二人称)、他人事(三人称)視点では、歪んだ関係性が出来てしまう。私たち家族は少し努力して、2.5人称の視点で向き合う努力が必要であると考えました。

今でも、悩みごとが多い日々ですが、人との繋がりが大切と思っています。

【障害者年金の等級落ち】

プラムの会 K.M

我が家は夫も私も70歳前後で、息子は40歳を過ぎました。

現状では、作業所には通っていますが、生活障害もあり、将来が不安です。

先日も今まで1級だった障害者年金が2級になりました。申請は今まで通り先生任せでしたが、先生が替わったりもあり、抗議しましたがうまくいきませんでした。みんなねっとでも取り上げられていますが、会員の中でも等級が落ちた人がいます。我家ではお小遣いを減らしたり、生活も見直しているところです。

本人は、今までグループホームに1年間ほどいたこともあります。食事が合わない帰宅してしまいました。そんな経験もあり、私達がいなくなってしまうか不安です。

@上毛新聞愛の募金@

今年度も上毛新聞より16万円の募金を頂きました。

用途は、「家族会案内」の改訂版の発行と、あらたに「つつじ会文庫」を創設して、そのロッカーと本を購入しました。

活用方法はまだ課題ですが、是非、単会会長を通じて貸し出しを行ないますのでお申し出下さい。リストも近々整備して公開します。

つつじ会文庫新規購入リスト

題名	著者	出版社
障害のある子の「親なきあと」	渡部 伸	主婦の友社
人は人を浴びて人になる	夏刈郁子	ライフサイエンス出版
消された精神障害者	原 義和	高文研
家族が出来る摂食障害の回復支援	鈴木高男	星和書店
あなたがひとりで生きていく時に知っておいてほしい事	辰巳 渚	文芸春秋
障害者の傷、介護者の痛み	渡邊 逐	青土社
社会生活プログラム・マニュアル		コンボ
統合失調症の人の気持ちがわかる本		
うつ病の人の気持ちがわかる本		

◎ 家族会紹介 ◎

ポプラの会

ポプラの会が創立されて、30年以上になります。保健所のデイケアがスタートです。社会福祉法人プライムの法人化への取り組みの前後、大所帯となりました。

今は小さな所帯です。障害者を持つ家族の一人、お一人の悩みは尽きません。

少しでも寄り添えればと考えております。一緒に考え、前に進む家族・当事者の仲間の会です。

新会員募集中です。

連絡先：櫻井 ☎ 027-326-0857

群馬県委託事業

家族相談会・個別相談会実施報告

家族相談会：

地元家族会の協力を得て、精神科医や精神保健福祉士、保健師、今年度からは薬剤師にもお願いして実施しました。12月7日太田会場(太田市福祉会館)には17組、2月21日の高崎会場には(高崎市総合福祉センター)には20組の方々が、市内外から来所され、各種情報を得て帰られました。

以前より、既に医師にかかっている、家族自身及び当事者の病気の受入れが揺れている方が多いように感じられます。また、兄弟や両親そろっての来所も増えています。

個別相談会：

家族会員による相談会は、開催2年目ですが、今年

も年6回、述べ13組17人の方々が関係機関や家族会の紹介等の各種情報の提供場所として活用されています。家族がかなり悩み、あちこち相談の末、来られる方もみられます。

年々、直接事務局への電話、来所も含め、相談の需要が増えていく中で、さらに相談の拡大、充実や相談員の資質の向上に取り組んでいきたいと思えます。(野沢)

賛助会員を募集しています

群馬県精神障害者家族会連合会では、この会の活動にご賛同いただける一般の方、関係機関の方などへ、賛助会員としての入会を呼び掛けています。

ぜひ当会の活動にご理解いただき、たくさんの方が、ご協力くださいますようお願いいたします。

なお、賛助会費は、一口2,000円からお受けいたしております。お問い合わせは群馬つつじ会事務局までお願いいたします。専用の振込用紙をお送りいたします。

活動内容はホームページをご覧ください。
(<https://gunmatutuji-kai.jimdo.com>)

賛助会費一口2,000円

賛助会員のご紹介

○ 高野医院 高野 潔、狩野孝太郎(敬称略)

物品の提供

大塚製薬(株)よりブックレットシリーズ

ご協力ありがとうございました。

群馬つつじ会の旗を
作りました!

催し物がある時のつつじ会の目印です。有効に活用していきたいと思えます。

この旗の下、皆さん集まって下さい!

群馬
つつじ
会

< 編集後記 >

今年は時ならぬ4月の雪に桜が長く見られました。今回のたよりは、会員の皆さんの「親なき後」の生の声の特集しました。

原稿お寄せ頂いた方々ありがとうございました。会の旗も出来ました。空へ向かって元気ががんばりましょう。(編集委員)