

群馬つつじ会だより

発行 令和5年3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40号



厚生労働大臣表彰を受けて

会長 吉邑 玲子

この度、厚生労働大臣表彰という立派な表彰を群馬つつじ会が頂きました。精神疾患について偏見の強い時代に会を支えてこられた先人の方々のご努力に感謝致します。

1987年に群馬つつじ会設立は東村・境町・南牧村・北毛病院の4家族で発足しました。

その歴史を振り返ると、

- 1993年 「障害者基本法」制定 障害の概念が入る。
- 1995年 「精神保健福祉法」施行。医療だけでなく福祉の対象にもなる。
- 2002年 「統合失調症」と精神分裂病の病名が変更。
- 2006年 「障害者自立支援法」が施行。

以上は、精神疾患に対する制度の動きですが、県連としては、

2014年 会の事務局を県こころの健康センターから県社会福祉総合センターに置き、活動が大変スムーズになりました。翌年10月より執行部体調不良により新体制に交代となり、急に私とすれば会長職が降ってきた感じで、年が明けて関東ブロック大会と30年記念式典と、慣れぬ中皆で力を合わせました。その時の会員中心へのアンケート結果は、当事者、家族の現状把握に今も貴重なデータとして役立っています。

活動では、賛助会員の募集、看護学校への出前講座を始め、広く呼びかけました。同室の群馬精神障害者社会復帰協議会とは連携を取り、研修やバスでの事業所見学会など一緒に行い、会員の学ぶ機会も増やしました。研修会のテーマは親がいるうちに出来ることをという視点で、「今できることを考える」のシリーズで年金、グループホーム、親のやるべきこと等学んでいます。県委託事業の相談も面談・電話相談と定着。新しい会も生まれました。

こんな活動の中コロナ禍に入り、全国組織みんなねっとは、医療、福祉への提言を発表しました。私たちも毎年県への要望を提出し、今後は地域包括システムがうまく機能するよう、市町村にも働きかけ協力をお願いする所存です。今後とも、ご指導のほどよろしくお願い申し上げます。



表彰状を囲んで

群馬県社会福祉協議会会長表彰(個人)を受けて

会長 吉邑 玲子

家族会に入会して30年近くなりますが、つつじ会の役員歴は「たより」の編集をいつの間にか頼まれ役員になったという経緯です。会長職はコロナの混乱期を挟み、早くも8年目に入りました。

現在は、みんなねっとの理事も拝命しておりますが、統合失調症の息子を抱えての苦労は、望むと望まざるにかかわらず、相談には役立っています。ただ、その息子も今は亡く、この気持ちの整理にまだ時間がかかり、本人の生きざまを相談や学習会で辿っております。

特に、会長職の中で、賛助会員募集、相談事業、出前事業、学習会等を始めたことに事務局も含め役員の方々が協力して下さい、大変ありがとうございました。感謝しております。

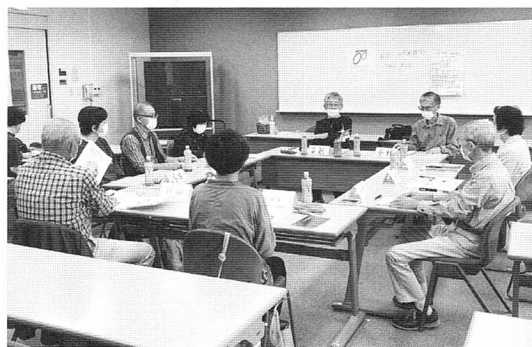


表彰式

「家族による家族学習会」を開催して

担当 副会長 高橋 典子

令和4年度から「家族による家族学習会」に取り組みました。「家族による家族ピアサポート事業」で、担当者研修を受けた人たちが、リーダーとコリーダーになり、全部で3グループ行うことが出来ました。各グループの受講者は6名から7名で、親子・兄弟の立場、また抱える当事者も統合失調症だけでなく発達障害の方も居て、学びが深くなりました。経験年数の差が有るものの、そこは同じ立場という学習会で、一回の学習時間3時間を5回行い学習会は終わりました。



それぞれが辛い経験の中、現状を静かに受け入れておられるのには感動を覚えました。

“北風と太陽”に例え、今は太陽のよう過ぎずという覚悟も聞かれました。参加した全員が元気になることを目的にしたプログラムですので、一人でも多くの方に機会があったら体験していただきたいと思います。またこの経験がよりよい家族会活動につながることを願っています。

「家族による家族学習会」に参加して

息子が20才で統合失調症と診断されてちょうど1年が経ち、症状も変わらず将来の不安や接し方に思い悩んでいた時に家族学習会が行われることを知り参加させていただきました。

当初、1回3時間計5回ということで大変かなと思いましたが、実際に参加するとあっという間に過ぎ、終了の時間まで短く感じるほど有意義なものでした。

学習会はリーダーの進行でテキストに添って進められていくので自分の意見も発言しやすく、他の方々の話もいろいろと聞け和やかな雰囲気でも過ごすことができました。何より私の話に共感してくださりアドバイスをしていただき、他の方々の思いや体験談を聞くことでとても励みになり心の支えになりました。

病気と向き合い日々過ごしていく上で、悩みや不安が消えることはないですが、学習会に参加したことを生かして焦らず一歩ずつ親子共に前進していければと思います。 (Y・H)

家族学習会とは？内容を知らずに参加してしまいました。テキストに沿って進められますが、1回目は緊張し、なにを発言したのか記憶がありません。

2回目の本読みの後からは、参加者の話を聞ける状態になり、多少リラックスもできたので安心。

3回目以降は自分で感じたことを話し、同席者の話を聞く。話すのは一人ずつだが聞くのは他の参加者十数名、聞き逃すまいと真剣な眼差し。自分の体験を振り返りながら話すこと聞く事の意義が芽生え始めました。

5回目が終了すると、自身の変化に気付き、家族の中で当事者と距離を取りながら生活できるようになっていました。日々の生活でゆとりがなかったのか、気付かなかったのか？ともあれ、私にとっては大きな発見でした。今までの道のりを振り返る貴重な宝になりました。

リーダーの皆さん、参加された皆さんのおかげで、感謝の勉強会になりました。ありがとうございました。今回参加されてない方も、機会がありましたら是非参加してみてください。 (F・S)

テーマ「力強く家族で歩むために知っておきたいこと」 — 提言・年金・相談のこと —

普及啓発講座

「みんなねっとの家族相談からみえること」(ズーム研修)

みんなねっと家族相談員 野村 忠良氏

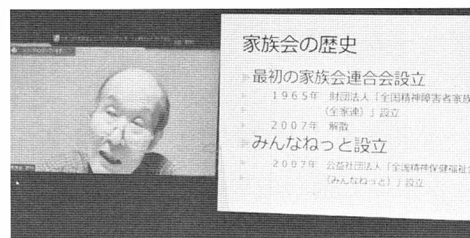
みんなねっとの電話相談が開始されてから相談員として長く携われてこられた野村氏から、家族会の歴史、相談内容の概況及び相談員として身に付けてきた考え方や、態度や問題の受け止め方等をお話いただきました。とりわけ、「相談員として身に付けてきた考え方や態度」として、①聞き取ること。②自由な対話を大切に。③視野を広くして、こだわりから解放される。④相談者自身の解決能力が自立的に発揮されるような対応を。

以上のような講演内容が主として語られました。相談者の満足を大切にして『相談者自身のお力でこれから実現を期待できる道のりが、自然に相談者の心に明確になり、それにむけて取り組みを始められるように対話を進める』ということがとても参考になりました。

家族会員として相談に関わる中で参考になるお話をたくさんお聞きすることができ、とても良い気づきがありました。今回のお話をしっかり役立てていきたいと思えます。

(野沢)

(参加者 会員38名、一般9名)



リーダー研修会

「障害年金の最新情報」

社会保険労務士 浅田 均氏

今年の障害年金改正について以下の情報を得学び、専門家の有意義な情報を頂きました。

①年金請求書提出時の手続きが簡略化されたこと。②年金請求時の留意点は、医院の選び方が大切である。③支給要件緩和、障害年金制度で障害を負った時の「初診日」の違いで、受給額に大きな影響が出る。

講師には、いつも貴重な情報を頂け、生活全般にも相談に乗って下さり、ありがたい存在です。

(ポプラの会 会員)

「みんなねっとの提言について」

群馬つつじ会 会長 吉邑 玲子

みんなねっとの提言や群馬県連の行政への要望を含めた発表でした。「精神に障害のある人たちの日常的な不備の改善を求め、要望書を提出するだけでなく、本来のあるべき社会の姿を理念を提示し、実現すべく努力すること」と提言がありました。足元の困っている小さなことから疑問を持ち、それが提言となっているという説明もありました。動き出さなくてはいけないという強いメッセージを受けました。

精神に障害のある人、そしてその家族が障害があることを知った時の衝撃、不安、そして社会の偏見という重い壁の存在、現在の精神に障害を抱える人たちの置かれている状況を的確に話されました。また、福祉制度の活用では、精神の分野は、まだ25年位しか経過していないため、知的や身体と比べて遅れていたり、制度が追い付いていないと。毎年群馬県（知事）宛ての要望書提出の意義も感じました。

(めだかの学校 S)

テーマ「今、出来る事を考えるパート3」

リーダー研修会

「グループホームの生活について」

社会福祉法人プライム 精神保健福祉士 野崎 雄司 氏

野崎氏の話は、グループホームのシステムや建物、部屋の紹介、グループホームの職員として思うことやその仕事、とこと細かく説明していただきました。

当事者本人が地域で、或いはグループホームで普通に暮らせる場所作り、そして困った時に相談できる関係でいたい、という思いが伝わって、とてもありがたいお話しでした。

（たけのこ会 山本）



親亡き後を考えれば、いつかはグループホームで暮らしていかなければなりません。心配なことは山ほどあります。食事に始まり、お金のこと、薬の管理、生活のフォローを挙げればきりがありません。当事者本人が希望を持ち、安心して生活していくにはどのようにしておけば良いのか、悩みはつきません。”福祉につながっていれば大丈夫”と言われる。しかし、あちこち見学しましたが、グループホームへの要望はいとまがありません。病気があっても病院でなく地域で安心して、満足した人生を送れるような支援を希望します。

（いずみ会 Y）

（参加者 会員31名）

「家族が声を上げること！」広島での全国大会に参加して

会長 吉邑 玲子

10月13、14日広島での全国大会は、原爆ドームや原爆資料館の見学、折り鶴の塔も加わり、初めて訪問した広島イメージは、現在の世界情勢の厳しさを考えると、それが過去のものと考えて良いのか、少々つらいものでした。

大会は、昨年の東京大会に続き、リモートと現地出席の両方で、その後はアーカイブ方式という工夫され、12月の研修会で群馬の会員の私たちがアーカイブで参加しました。

一日目は、特に石井知行氏の講演の中では、いかに行政に働きかけ施策にしないとだめかということが印象に残り、同じように藤井千代先生も共生社会実現のためには、困りごとを抱えている人たちすべてが必要なサポートを受けられるように、私たち当事者や家族が声を出す必要性を述べられました。

群馬つつじ会も訴え方も含め改めて工夫が必要で、問題意識を持ちたいと思いました。



先人の思いを引き継ぐ

社会福祉法人 明清会 保健師 小川 悦子
群馬つつじ会 副会長

私は昭和50年に佐波郡東村(現伊勢崎市)に保健師として就職しました。人口1万人の農村地帯で、当時西本多美江さんという保健師が活躍されていました。彼女は結核の100%検診を試みる中で、精神障害者と出会い、精神障害者を抱える家族と一緒に家族会結成に尽力されました。西本さんは東村にいながら、「住民は村の職員である保健師を選べない」「だから住民に恥じない行動をしてほしい」と常に言っていました。日本で受けられる最高の医療や福祉を、住民に提供すべきだとの考えでした。

家族会は、他の障害者と同じように医療や福祉を要求する団体に成長し、当時精神障害者の通院および入院医療の無料化を村単独事業として制度化していきました。

近くに精神科の医療機関がないため、通院も一苦勞で県外の病院に入院する方も多かったのですが、県立病院の誘致や精神科診療所の誘致を行い、定期的に群馬大学の医師が相談に来る体制ができて来ました。隣の境町も医療費の無料化が開始されました。

家族会の中からは「退院してもいく場がない」「働きたいが働く場がない」「家でも居場所がない」などの声がり、行政ともに協力して、役所の敷地内に作業所を建設しました。開所当時はいろいろあったが、協力者も出現しました。より精神障害者の事を知ってもらおうと、精神障害者ボランティア育成講座を開催、修了者はボランティアとして活動を始めました。

平成17年市町村合併により伊勢崎市・境町・赤堀町・東村は伊勢崎市としてスタートしました。精神科医療費無料化は廃止されることなく(ただし入院医療については3か月間のみとなった)、伊勢崎市の制度として残っています。

現在、私は障害者雇用に係わり、障害者の自立支援のために力を注いでいます。

—日本精神障害者リハビリテーション学会—
第29回 群馬オンライン大会の発表より 抜粋

オンデマンド配信で視聴しての感想

小川さんご自身の障害者への関わりから、准看護学校、看護師と資格を取り、保健師としても地域住民のために尽力され、後に家族会あゆみ会の立ち上げ、資金面での苦勞や合併後の事業の拡大、授産施設やグループホームの運営など大変なご苦勞が感じられました。(たけのこ会 山本)

小川さんご自身の苦勞、保健師としての当事者や家族への思い、家族とのパイプ役として尽力されてこられた足跡を伺いました。他の市町村にもこんな保健師さんがいたらいいだろうと羨ましく思いました。病も長くなるとあきらめの境地になり、どう治すかでなくどう生きるかの術を、支援の手を差し伸べておられる姿に感銘を受けました。(いずみ会 Y)

家族の日々の思い

「自立を願う家族の思い」

あざみ会 K.K

息子が高3の夏休み明け、行き渋りで登校しない。過去に休んだことが無かったのに何故？精神科病院を受診し、うつ病不安症の診断で突然のことに本人・家族は愕然とする。服薬が始まり人生は大きく変わった。大学生活は諦め制限された生活状況となった。外来診療は前向きに行ったが症状・体調は簡単には改善しない。部屋に閉じこもり食事も一日一膳やっとなら口に入れてだけ、味覚を味わう心の余裕は無い。その後病を治したい一心で3病院を受診。3医師の診断はそれぞれ異なるため医療本を漁った。病名診断項目に当てはまるのは発達障害自閉症だったが、主治医は違うと言う。主治医代理は発達障害を疑ったが、定期受診は断られた。

その後家族会からの情報が欲しいと思い、つつじ会HPからあざみ会に入会した。福祉制度の勉強会等参加する中で、情報提供や交換会が今後も有効に開催されればと思う。家族会の役割に期待し共に考えたい。

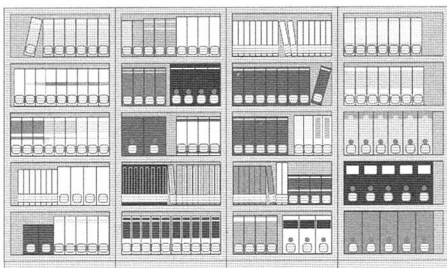
現在本人の状況は安定期に入ったのか服薬管理しながら小波大波の症状に耐えて、何とか軽作業所に通所している。今後息子には生きずらさの中、自立してほしいと願うばかりである。

◎ つつじ会文庫 図書購入の紹介◎

- ・「新版分裂病と人類」(東京大学出版会)
中井久夫 著
- ・「治療文化論」(岩波現代文庫) 中井久夫 著
*NHK Eテレ放送「100分de名著」より
- ・「もう1つの価値」に出会う(やどかり出版)
50のエピソードで綴る50のヒント
- ・「今困っているあなたへ」(やどかり出版)
経験から気づいたこと

～会員の方々のご利用をお待ちしております～

(問い合わせはつつじ会事務局迄)



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.jimdofree.com>)

賛助会費一口2,000円

賛助会員のご紹介(順不同・敬称略)

【団体】アルカディア・明清会・coco-kara

【個人】石原暁子・高橋良子・浅田 均・小川早苗

寄付のご紹介(順不同・敬称略)

- ・群馬オンライン大会
- ・匿名2名

*ご協力ありがとうございました。

2023年の群馬つつじ会の今後の事業

- ・5月13日(土)
令和5年度 群馬つつじ会総会

「相談事例集」ご活用下さい

令和4年度の事業の中に、かねてから声のあった事例集を作成しようと、原稿も募集しました。

話し合いを進め、あちこちから資料も集めて検討した結果、やどかり出版の「今困っているあなたへ」の本に辿りつきました。家族の原稿と出版社側の福祉の観点に勝るものはないと思われまます。

悩みは全国共通であり、この本を各単会、相談員に配布することにします。

< 編集後記 >

厳しい寒さを乗り越えて、ようやく暖かな日差しを受け、花々が咲き始め春を実感できるようになってきました。長いトンネルを抜け、元のような生活に戻ることを祈りたいと思います。(S)