

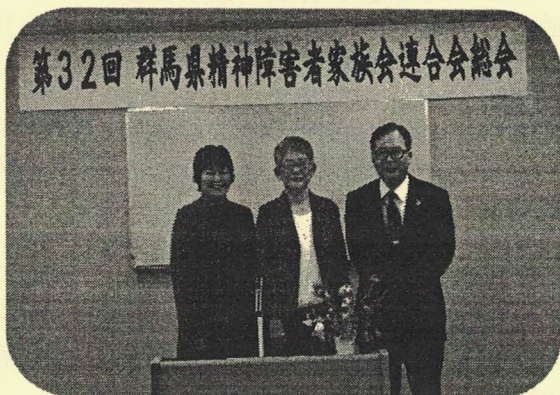
# 群馬つつじ会だより



第31号

発行 平成31年 1月31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

## 「この国に生まれたる二重の不幸…」



「左から副会長松岡・会長吉邑・副会長岡部」

職場環境は過重労働となり、決して患者に良い影響を与えていません。

福祉の面では、支援体制は大きく整ってきて、早期発見、対策も打たれているのは事実です。しかし、私たちの相談事業の中では、多くの家族が医療に対しての不信感がぬぐえません。

夏川郁子先生の当事者・家族対象の7000名を越える調査報告が完成し、精神科医へ問題提起がなされています。このような強力な追い風を受け、私たち家族のさらなる学びも求められていると強く感じます。

### 群馬つつじ会会長 吉邑 玲子

本年は、いろいろな場面で呉秀三の名前を聞きました。「夜明け前」（きょうされん 40周年記念映画）の映画では、私宅監置の実態調査を世に問うた100年前のつらい事実を映像で訴えていました。精神病患者は、病苦の不幸と共に、日本という国に生まれた不幸と言っているのです。では、それから100年後の日本の精神科医療はどう変わったのでしょうか。

群馬つつじ会の今年度の要望書には、「精神科特例」についてその廃止を訴えました。半世紀前から未だ残っている大きな格差。他の科に比べ、医師は3分の1、看護師の数は3分の2とはどういうことでしょうか。その結果、患者に目が行き届かずに、身体拘束や診療時間の短縮になります。また職

## 第32回群馬県精神障害者家族会連合会（群馬つつじ会）総会開かれる

平成30年5月20日（日）10時半より、群馬県社会福祉総合センターで、群馬つつじ会の総会が開かれました。会長挨拶に続き、群馬県障害政策課 精神保健室 依田裕子室長をはじめとした来賓の方々のご挨拶をいただきました。

議事では、平成29年度活動報告及び事業報告、平成30年度活動方針等が話し合われた後、原案のとおり決定されました。

今年も、午後から同センターで、群馬県精神保健福祉協会の総会が開催され、講演会では、講師に洗足ストレスコーピング・サポートオフィス伊藤絵美氏から、「ストレスケアに活かすコーピングと認知行動療法」という演題でお話がありました。

○自分の悩みを人に伝えるようにする（自己開示）。必要に応じて他者を頼ったり手助けを求めたりする。○夫婦で一緒に楽しめる活動を見つけ、実践した。⇒ストレスと上手に付き合えるようになった。という事例が紹介されました。

☆私たちができる事。体調と心を100点満点で何点だったか、毎日記録する。10点刻みくらいで、不調0点・普通50点・絶好調100点位の基準で。

「不調」から「絶好調」の間を適当に移動できればOK。外在化→紙などに書き出すと効果的。常に自分の健康度を観察（モニター）し、良くも悪くも現状を自覚することが重要です。ストレスがなくなることはないのだからうまく付き合う事が大切です、とまとめられました。



「挨拶される依田室長」



## 初の公開講演会 「人生における素敵発見」 青木聖久先生 H30, 7, 14

昨年好評だった日本福祉大学の青木聖久先生をお招きし、今年度は、「精神障害に関する普及啓発をはかる」目的をもって、公開講演会として開催しました。結果は、半数が一般の方となり、関心の深さが示されました。

青木先生のお話は、「精神疾患は、誰でもがなりうる病気であること」。私たち家族は落胆ばかりでなく、「当事者の在り様を通して、家族の生き方について学ぶ機会を持つことが大事」というものでした。

最後の質問でも、年金の問題や深刻な家族の発言もあり、私たちは他人事でなく心が揺さぶられました。でも、先生のお話にあったように、今を大切にプラス思考で素敵発見をしましょう。特に「慮（おもんばか）る」という言葉の深さを感じた講演会でした。

先生は、みんなねっとの理事として、年金問題についても常に発信されているのは心強いことです。今後のご活躍にも期待致します。

## 群馬つつじ会研修会 H30, 11, 16

群馬つつじ会研修会は、午前の部で、依田障害政策課精神保健室長の講演「家族会と保健所の歩み」と群馬県精神障害者社会復帰協議会の活動報告「ピアサポート実際」が、午後の部で、リーダー研修会として、東京福祉大の三野宏治教授の講演「家族の出来ることと出来ないこと」が実施されました。

### 家族会と保健所の歩み ～ともに歩んできた歴史～

家族会と保健所の関わりは、「昭和60年頃、保健所で「家族教室」を年4回ほど開催するところから始まり、その後、保健所の会議室を提供することで家族会が各地区に立ち上がっていった」ということでした。また、作業所の始まりの頃の様子や精神ボランティアの養成の話など、昭和60年代当時の興味深い内容を伺えました。

現在の状況が、「精神障害者を取り巻くサービスが多岐にわたっている」との認識から、「多くのサービス提供主体をコーディネートすることが保健所に課せられた役割」であると考え業務にあたっているとのことでした。

そのうえで、「精神保健行政に携わる者は、家族会の方から多くのことを教えていただき、育てていただいた。今、私達、家族会の始まりに立ち会った世代が去ろうとしているが、家族会の方々には、次に続く若い世代に対しても声をかけていって欲しいと思っている」とのメッセージをいただきました。

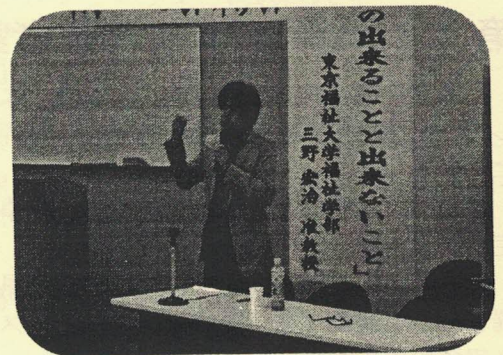
### 三野宏治先生の講演を聴いて ～リカバリーの意味を考える～

リカバリー (recovery) を辞書で調べました。訳は次の通りです。

①回復 ②失ったものを取り戻す。 ③精神保健福祉分野で、精神疾患を持つ患者が自己実現や生き方を主体的に追求するプロセスのこと、支援の目標として設定されている。

先生の問いかけは、③を意味するものでしょう。私は、統合失調症のリカバリー（回復）は、『当事者が住みやすい社会になること』と考えています。

社会システム（仕組みあるいは体系）が整って、社会資源が充実し、地域の温かさを肌で感じる事が出来る。そんな社会になることを期待しています。それが、実現してこそ、回復があると信じます。親亡き後の愁いをはれることを願っています。（のびる会 赤津喜八郎）



「お話しされる三野先生」

### ピアサポートの実際 ～もっと必要とされる予感～

最近、情報誌や勉強会でよく耳にするピアサポート。群精社協の養成講習を受け、実際にその活動をしている女性2名に具体的な内容を、自身の経験談を交えて、お聞きする機会を持ちました。県内には既に150名以上の受講者がいらっしゃるの事。国も退院促進事業にピアの力を期待する動きがあるようです。

お二人も、病院交流会の場で作業プログラム等参加しているそうですが、回数を重ねるうちに入院患者さんとの信頼関係も生まれ、次回の訪問を心待ちにして下さる方もいるそうです。そんな方には、地域で暮らしている同じ病気を持つ自分達ピアを目の当たりにすることで、自己実現のイメージを持ってもらえれば…と思われるそうです。

何より自分の病気を語ることで、辛かったことが整理できたりすると、それはリカバリーにもつながるとの事。そんなピアサポート活動は、これからもっと必要とされていくだろうとの予感を持った講演会でした。

会員の前で緊張しながらも、きちんとお話し下さったピアのお二人には、今後ますますのご活躍を願わずにはいられません。\*群精社協＝群馬県精神障害者社会復帰協議会 (あざみ会 高橋典子)



# 群馬県に要望書を提出しました

群馬つつじ会では毎年県知事宛に要望書を提出しております。

本年度も、9月11日に、会長吉邑はじめ役員3名で群馬県庁障害福祉課へ出向き、提出しました。今後とも本会の活動への協力をお願い致します。

## 1. 福祉医療費受給の適用範囲の拡大について

現状では、障害年金2級の対象者を福祉医療費の受給対象としている市町村はごく一部です。是非全県下、地域差なく福祉医療費の受給を2級についても認めていただきたいと願っております。障害年金1、2級において、就労の観点からは大きな差異はほとんどなく、いずれも自立するのは極めて困難な状況です。

「福祉医療費」受給対象者の適用範囲を拡大し、障害年金2級対象者にも適用いただきたく切に要望するものです。

## 2. 地域社会への障害の理解と偏見の解消（広報・教育）

当会では看護学校、福祉大学等に啓発活動の講話に出向いております。さらに教育職にある方々、地域社会のなかで福祉活動に参加している民生委員等の方々へも、精神障害に関する理解を深める行動は非常に大切だと考えております。

誰でもが発症する恐れがある病気にもかかわらず、偏見・隠ぺい・障害者と健常者との分断をさせてきた歴史があり、精神科医から病名を告げられても認めない家族が現在も少なからず存在します。このことは、治療面から考えると、家族の考えや行動が妨げとなっております。

是非、市町村においても精神障害に関する理解について同様な周知をするよう、広報活動に力を入れていただきたいと思っております。

## 3. グループホーム・特別養護老人ホームの新增設

精神障害者が地域で生活していく中で、親亡き後のことを考えると、出来るだけ早期に自立する必要があります。グループホームは、自立を援助する施設として、その充実を期待しております。

この件に関しては、空き家対策等、うまく機能している先進自治体の施策事例も聞いておりますので、精神障害者当事者がグループホームを幅広く自由に選択出来るよう、各地域に設置していただくよう要望します。

また、精神障害者の高齢化対策として、要介護時に入院という形ではなく、精神障害者が入居可能な特別養護老人ホーム相当の施設の建設や介護体制の構築を要望します。

## 4. 精神科特例の廃止

精神科特例とは、1958年に発出された厚生省事務次官通知で定められたもので、「精神科病院従業者の定員が、一般病床に比べ医師数3分の1、看護師・准看護師は3分の2で良い」とされたものです。私宅監置から病院での入院に切り替わる過渡期の特例が未だ半世紀以上も続いています。

現在では、当時に比べ格段に進化した薬物療法や作業療法が開発されています。

しかし、この特例により、過度な拘束、不十分な医療措置が誘引され、精神障害者は適正な治療を受けられないでいるのが現実です。より良い診療を受けられよう、精神科特例の廃止に向け、県としても国に要望いただきますよう強く要望いたします。

## 5. 交通運賃の割引制度に関する協力をお願い

身体・知的障害者と同等に、精神障害者も交通運賃割引制度の適用対象となるよう、全国組織であるみんなねっと（公益社団法人全国精神保健福祉会）を中心に運動を展開しております。

この件に関しては、国会への意見書が採択されました。また、県議会の方々においてもご協力いただいておりますが、県に置かれましても引き続きご協力を賜りますよう、よろしく願いいたします。



## いずみ会

### 渋川地域精神障害者家族会 いずみ会の紹介

保健所の指導を受け平成4年に渋川地区に「いずみ会」として誕生した家族会です。

発足時12名の会員でしたが平成7年に市内病院家族会と合併し、「いずみ会」として再出発しました。

勉強会などを行なうなか、保健所の支援を得て、平成12年から「NPO法人 いずみ会」を立ち上げました。

その後、平成14年に「NPO法人 ぼれぼれ」を設立、障害者の自立支援機能を移し、家族会は「いずみ会」として活動することになりました。

平成21年には、家族支援事業により「あすなろ作業所」内に家族交流室を設け、拠点として活動しています。

会員数は一時80名を超えた時期もありましたが、最近では20名前後で推移しています。

(会長 松岡やよい)

## 事業所見学会 ~百聞は一見に如かず~

(H30, 8, 31)

昨年に引き続き、群精社協と合同で、福祉バスを利用して事業所見学会を開催しました。

### (1) 高崎SOSセンター

最近開所したセンターであり、相談のワンストップを掲げています。

市の障害福祉課へ相談するより敷居が低いでしょう。

この事業所は、高崎市長のトップダウンにより計画されたとのこと。首長、議員への働きかけの大切さを改めて感じました。

### (2) 利根沼田障害者支援センター

このセンターは、取組み姿勢が前向きで、風通しがよく、堅苦しさが無いという印象を持ちました。

なお、往復のバスの中で、新しい家族の方と話し合いができたことも有意義でありました。

事業所の方々、大変お世話になりました。

(のびる会 高橋健二)

## 関東ブロック大会 in 栃木

(H30, 10, 26)

ほぼ満席の宇都宮文化会館には、県知事はじめ市長など行政のトップの方々や、議員・支援者が多数参加され、栃木県民の関心の高さを感じました。

午前は、「聞いて！栃木の実情」と題し親子での農福連携の事例と5名のピアの報告。

午後は、糸川昌成先生の「脳と心」の講演でした。

「薬は脳を治療し物語は魂を癒す。脳以外の尊厳や自尊心が回復しなければ心は回復しない。」等病気のお母様を持たれる家族ならではの話でした。

遺伝子の研究やカルボニストレスの発見など、日夜研鑽に励んでおられるお姿に感銘を受け、帰途につきました。

(いずみ会 松岡やよい)

## 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 1 □ 2,000円

## 賛助会員のご紹介 (順不同・敬称略)

### 【団体】

山脈・大井戸診療所・プライム・  
あまめま歯科クリニック・アルカディア・  
西毛病院・ホープガーデン前橋・  
華蔵寺クリニック・松本印刷工業株式会社・  
ゆずりは・三枚橋病院・サンピエール病院・  
田中病院・はたおと・柴田メンタルクリニック・  
群馬病院・利根中央病院・武蔵野病院・大島病院・  
日輪・群馬県精神障害者社会復帰協議会・  
ファッションハウスすずまん・  
下横町メンタルクリニック・ぼれぼれ・  
土曜学校・大胡・ステップOne ミサト

### 【個人】

高橋珠美・松本勝代・福田正人・春山利光・  
長谷川恵子・星野裕子・長谷川憲一・野沢和美・  
高橋良子・黒崎綾子・剣持一代・牛口清男・佐藤浩司・  
山本新四郎・太田司・藤岡一雄

ご協力ありがとうございました。

## <今後の30年度事業のお知らせ>

2月9日(木) 面接による家族相談 午後1時~4時  
於: 群馬県社会福祉総合センター

2月21日(木) 家族相談会 in 高崎  
於: 高崎市総合福祉センター 午前10時~午後3時

### — <編集後記> —

平成最後の年の群馬つつじ会だよりです。私は平成を入院中の病院で迎えました。皆さんにとって平成はいかがだったでしょうか。ぜひ、ご意見・ご感想をお寄せ下さい。

(編集委員 岡部)