

発行人/ 神奈川県障害者定期刊行物協会
〒222-0035 神奈川県横浜市港北区烏山町 1752 番地
障害者スポーツ文化センター横浜ホール 3 階
横浜市車椅子の会内

KSK じんかれんニュース

NO. 47 2020年2月号

編集人/ NPO 法人じんかれん
(神奈川県精神保健福祉家族会連合会)
〒233-0006 横浜市港南区芹が谷 2-5-2
神奈川県精神保健福祉センター内
TEL 045-821-8796 FAX 045-821-8469
E-mail: jinkaren@forest.ocn.ne.jp
URL: <http://jinkaren.net/>

◆『精神障害者医療費助成についての請願』が神奈川県議会において採択される

毎年、精神保健福祉の改善充実に関する要望書を、神奈川県議会議員団・神奈川県知事（障害福祉課）へ提出とヒアリングを重ねてきましたが、要望の中の、重要項目「神奈川県重度障害者医療費制度」を精神障害者精神保健福祉手帳 1 級と 2 級保持者にも、身体障害者や知的障害者と同等に適用してください」の請願が昨年 12 月 18 日、神奈川県議会本会議において、じんかれん史上初めて全会一致で採択されました。

請願とは、議会に於いて紹介議員により要望を取り上げてもらうもので、今回は 5 会派・5 名の県会議員の協力を得ました。採決では 105 人の全議員に賛同を頂き採択されました。各団体から提出された請願の中から、今後、どの項目を議会として取り上げていくかを決めるのが「採択」「不採択」の決定です。

下記の請願内容にあるように、精神障害者はその特性により就労が困難であるのと、長期にわたり抗精神病薬の服薬を続けるため、その副作用により、ひきこもりがちや運動不足による肥満となり、その結果、精神科以外の診療を受ける機会が多く、身体合併症によって入院するケースが増え、医療費が大きな負担となっております。

今回、障害特性をご理解いただいたことにより「採択」に至ったことは非常に重要なことで、私たちのこの運動は大きく前進したと言えます。

しかし、請願が通った後、自動的に神奈川県・市町村が制度を作ってくれるわけではありません。この運動はこれからが正念場で、県会議員・市町村会議員・行政への働きかけ（ロビー活動）が重要となります。

じんかれん理事長 堤 年春
じんかれん要望部会長 小松 守也

以下は採択された請願内容です。

件 名	精神障害者医療費助成についての請願	
	請 願 者	紹 介 議 員
横浜市港南区芹が谷 2-5-2 神奈川県精神保健福祉センター 3 階 NPO 法人じんかれん (神奈川県精神保健福祉家族会連合会) 理事長 堤 年春		田村 ゆうすけ 栄居 学 谷口 かずふみ 曾我部 久美子 池田 東一郎
<p>1. 請願の趣旨</p> <p>身体障害者手帳 1 級、2 級の保持者と療育手帳 (知的障害者 A-1、A-2 及び精神障害者保健福祉手帳 1 級保持者だけが対象となっている神奈川重度障害者医療費助成の対象に精神障害者保健福祉手帳 2 級保持者までを含めていただくことについて。</p> <p>2. 請願の内容</p> <p>日本も国連で採択された障害者権利条約を批准し、平成 28 年 4 月には障害者差別解消法が施行されました。</p> <p>一方、神奈川県が助成する障害者の医療費については、身体障害者手帳 2 級及び療育手帳 (知的障害者) A-2 の保持者を対象にしているにもかかわらず、精神障害者保健福祉手帳 2 級を対象外にしたままであることは、不平等感が否めず、改善されてしかるべきものと考えます。精神障害者の多くは病状が安定せず、就労して賃金を得て生活を送ることができず、障害年金のみで生活している状況の者が大半であり、生活困窮者といえます。このような状況の者に対する医療費助成は命に直結する重要な課題と考えます。</p> <p>については、神奈川県においては、財源の確保を勘案しつつ、知的、身体、精神の三障害の平等性に配慮しながら、精神障害者保健福祉手帳 2 級保持者までを医療費助成の対象とするよう求めます。</p> <p>また、現行の知的、身体、精神の三障害についての障害程度の区分は、それぞれに等級の分け方に違いがあります。これについては、国に対して三障害一元の考えに基づき、各種助成が平等に行き渡るようにするため、区分の見直しを行うよう県として要望してください。</p>		



◆元農林水産事務次官による息子殺害事件を語る 精神科医 齋藤 環氏

「ひきこもり」研究の第一人者、精神科医 齋藤 環氏は、12 月 23 日のNHKラジオ朝の番組において、6 年の実刑判決を受けた息子殺害事件から、私たちは何を学ぶべきかを語られました。

高校卒業後、一人暮らしをしていた息子の英一郎さんは、事件一週間前に実家に戻ってきたという。熊沢被告がごみの捨て方について注意すると激高し、暴力を振るわれたことで熊沢被告は行く末を案じ、殺害を決意。周囲に SOS が発せられないまま事件は起きた。同居 1 週間たらずで、殺害に至った経緯に対しては、息子に寄り添う気持ちはわかるものの、思いつき、場当たりの、抑圧的犯行と言わざるを得ない。抑圧的になるということは、自分を守るために無意識的に辛い記憶や感情などを消してしまったり、失敗をしない様に挑戦しようとする意欲を消してしまう防衛本能で、本人には自覚がありません。自我の安定の為に無意識のうちに行うものなので、その判断基準が自分でもよく分からなかったりする。根本的な解決にもなって

いない為、あまり抑圧が強いと後々反動が出てしまう場合もある。息子に対する気持ちが一方的で息子の苦しみ、悩みを本当に理解していたかどうか。本人に寄り添う気持ちが本人の気持ちに合致していたか。息子との十分な対話がなされていたか。ひきこもりの 10%弱が日常的に暴力を振るうといわれています。対話は暴力の抑止になります。対話で重要なのは共感しながら傾聴し、一方的ではなく相互性を持ってキャッチボールをすることです。皮肉、嫌みは言わない。批判は極力控える。暴力に対してはきっぱり嫌と拒否することです。対話は一方的に質問・想像するのではなく、何が苦しかったか、本人からの苦痛の辛さを汲みとりましょう。

以下はひきこもり問題の専門家 齋藤環先生が話す具体的な『家庭内暴力への対応方法』です
(インターネットより)

ひきこもりに家庭内の暴力が伴ったらどうすればいいのか。日々暴力におびえ、眠ることすらできず、追い詰められた家族が、結果的に殺傷事件を起こす悲劇も繰り返されています。しかし、20 年以上にわたり、ひきこもり問題に向き合ってきた精神科医の齋藤環 筑波大教授は、「適切に対応すれば、ほとんどの家庭内暴力は解決が可能だ」と言います。具体的な対応方法を聞きました。

否定的な言動への反発としての「暴力」

《ひきこもりのうち、家庭内暴力はどのぐらいあるのでしょうか。》

私の統計では、10%弱のケースに慢性的な暴力が伴い、50%程度に一過性の暴力が伴う。暴力と引きこもりは、親和性が高いと言わざるを得ない状況があります。ただ、それは外向きの攻撃性ではなく、内向きの攻撃性です。家で暴れているからといって通り魔に

なることはありません。ひきこもりに家庭内暴力は少なくないが、犯罪率は低い。ここでの犯罪は、起訴されて成立した犯罪を指しません。ただ、DV が起きやすい環境になりやすいのは事実です。それはよく知って頂く必要があります。

《家庭内暴力に結びつく背景に何があるのでしょうか。》

一般的には、家族が本人を責めることです。本人の人格を否定したり、怠け者扱いをしたり、「早く仕事をしろ」などと追い

詰められると、それに対する反発として暴力が起こる、という構図があります。皮肉や嫌みを慢性的に言われたり、否定的な言

動で苦しめられたりしている当事者は多い
です。私が今までしてきた仕事の半分ぐら

いは、家族に、本人に対する批判や否定を
やめてもらうことでした。

《やめるだけで、変わりますか?》

かなりの割合で、親からの暴言や批判に反
応して起こる暴力があり、これはやめれば暴
力が終わります。やめて、本人の話をちゃん
と聴く、と切り替えれば終わる暴力がいつば
いある。まずは親御さんが自分の胸に手を当
てて、本人を追い詰めていないか、振り返っ
て頂きたい。

本人は、親が自分をコントロールしようと
していることに非常に敏感で、怒りを感じま
す。枕元にアルバイト雑誌などを置いておき、
「これを見て奮起しなさい」といったやり方
はほとんど嫌がらせです。見てほしいものが
あったら直接渡して「読んでくれるとうれし
い」と言うぐらいの感じでやってほしい。

一方、刺激しなくても起こる暴力がありま
す。「慢性型の暴力」です。家族は特に何も
していないけれど、本人がささいなことに言

いがかりや難癖をつけて、暴れ出す。例えば
「ご飯がまずい」とか「タオルを交換してい
なかった」とか。これは比較的やっかいです。
家族は何をどうしたらいいか、わからないか
らです。長らく密室的な親子関係が続いてい
ると、本人が自分のこれまでの人生に対して
すごく否定的な思いを抱いている。「自分の
人生は価値がない」「自分は生きている意味
がない」「惨めだ」。その思いを、自分 1 人
では引き受けられない。「こうなったのは自
分のせいだけじゃない」「親の育て方がまず
かったんだ」。様々な思いが渦巻いていて、
他責的になりやすい。他責的になってしまう
と、親にぶつけずにいられなくなってしま
うことがあります。これが慢性的な暴力の根源
にあります。

「怒り」ではなく「悲しみ」

これは「怒り」というよりも「悲しみ」な
んです。決して暴力を振るってすっきりする
わけではなく、振るった自分を責めているん
です。それでも、やはり暴力を振るわずには
いられないつらさ、悲しみがある。暴力を振
るってもつらいが、振るわなくてもつらい、
という悪循環です。さらに暴れる理由に
は、親に「自分の苦しさを味わえ」「共感せ
よ」と言っている意味もあります。受け入れ
がたい無理難題を言ってきたり、「聞かなか
ったら暴れるぞ」と言ったりして、実際に暴
れる。親の服を全部水浸しにしたり、ハサミ
で切り刻んだり、部屋に何かをばらまいた

り、といった嫌がらせもあります。それは
「自分のつらさを知れ」「なぜ自分はこんな
につらい思いをしているのに、お前らは、の
うのうと日常生活を送ってられるんだ」と
いう主張でもある。明確に意識しているとい
うよりは、そうせずにはいられない。半ば衝
動的にやっている感じに近い。根源にあるの
は、怒りや攻撃性というよりは、悲しみであ
り、その悲しみを分かってほしいという思い
だということは踏まえておいて頂きたいで
す。

以上



◆『青木聖久氏講演・シンポジウム』の参加報告

2019. 11. 30 『みんなネット』と、『日本福祉大学東京地域同窓会』の共催で主婦会館において講演・シンポジウムが開催されました。会場は、精神保健福祉士を目指す若い学生さん、同大学の卒業生、当事者、支援者、家族と満席で、熱気に溢れていました。



第 1 部

講演テーマは「精神障がいと社会的孤立」～誰もが自分も周囲も大切にできる社会について考える～

講師は、同大学卒業生で、日本福祉大学教授の青木聖久氏です。氏は日本各地で延べ 800 回近く講演を行い、精神障害に対する理解の普及と啓発に尽力されております。

第 2 部

《親の立場から》元保育士で、みんなねっと副理事長 岡田久美子さん、

《きょうだいの立場から》元 JAL CA、精神保健福祉士の渡部真理子さんを迎えて、お二人の実体験を青木先生のコーディネートにより語っていただくシンポジウムでした。

【講演概要】

精神障がいによる生きづらさとして、
●所得の減少
●特別な出費の増大
●活動の場の減少
●褒められる機会の減少が考えられるが、物理的要素である、所得保障については、法的諸制度の◇障害年金 ◇生活保護 ◇医療費助成 ◇公共交通運賃の割引等の活用により、所得保障と特別な出費の軽減を図ることが出来る。むしろ、内面的要素の社会的孤立が問題。昨今の事件は引きこもりの人が起こした訳ではなく、事件を起こした人が、たまたま引きこも

りだった。世の中にストレスや不安のない人はいません。社会的孤立からの脱却には自分の『想い』を語れる場を創る事が大切です。「嬉しい時」「悲しい時」「寂しい時」に共に語り合える人や場を創りましょう。

又、褒められる(褒める)機会を増やしましょう。自分の話にうなずいてくれる、意見を求められる、相談される等、真摯に関わってくれる人の存在が必要です。

【シンポジウム】

親の立場として、兄弟の立場として、共に長年生活してきた中で、お二人が体験した出来事を語られました。

《岡田久美子さん》

元保育士(園長)の岡田さんは娘 2 人のうちの長女が 22 歳で統合失調症を発症。娘さんからは、「お母さんは自分のことを何もわかっていない」と言われ、保育のプロを自認していた自分に愕然とする。奥の深い統合失調症について勉強し、娘の病気と向き合う中で色々な方との出会いが自分を変えた。家族会との出会いで、気持ちが楽になった。特に自分の中

に一番強い偏見があったことに気付いた。人を変えることは難しいが自分を変えることはできる。隠さず生きていくことが、パワーの源となっている。重度の精神障がいを持っていても、生きていくことが出来る。治そう、治そうと思っはいけない。等身大で生きていきましょう。

私のリフレッシュ法は、サッカー観戦、孫と遊ぶこと、家族会活動です。内なる偏見との折り合いをつ

け、何事も隠さないで明るく、楽しく、そして深く
生きましょう。

《渡部真理子さん》

元 J A L C A の渡部さんは、弟を統合失調症に持つ家族です。現在は、兄弟姉妹会に入り人と人とのつながりを大事にしながら、同じ立場の方と B 型事業所で、職員として働いています。その間精神保健福祉士の資格を取りました。発症当初は、理解出来ずに励ましたり叱ったりしました。特に心に残るのは弟が一人暮らしに耐え切れず、家に戻った時に、

「しっかりしなさい」と言ったことです。「おかえりなさい」と温かく迎えるべきでした。兄弟姉妹会に入り感じたことは、親と違って、ある面、冷めた気持ちで対応できることだと思います。本人の依存をさけ自立を促すためにも、つかず離れずの程よい距離を保つことです。親子の関係は近すぎるので時には、冷静に、第三者（支援者）の声を聞くことが大切。

私のリフレッシュ法は、自転車に乗る、家族や友達とお酒を飲む、スキーをすることです。

《青木先生のまとめ》

1. 知ることは生きること・・・知ると安心します。勉強することが大切です。
2. 希望志向・・・チャレンジができる自分が大切。障害があろうが、なかろうが、人は希望を持つことが必要。
3. 安全な空間・・・安全な空間で、仲間を作り、エネルギーを蓄える。
4. 社会の魅力とは・・・家で閉じこもっては何も気づきません。社会で傷つくことも多いがそれを癒してくれるのも、社会（人）です。

(まとめ：三富)



海老名精神保健福祉促進会「2ππ」 R1,10/26 午後 海老名市総合福祉会館にて

◆ 三ツ井直子さんの講演「オープンダイアログの実践」
アンケート結果報告

1. 参加者 74名

住まい： 海老名市 32	厚木市 13	相模原市 13	他 10 市 16
--------------	--------	---------	-----------

立場：(複数回答あり) 家族 50	福祉 10	当事者 5	一般 4	行政 3	医療 1	学生 0	未記入 4
-------------------	-------	-------	------	------	------	------	-------

2. 講演についてのアンケート結果 (提出者 52名)

良かった 4 4	普通 4	あまり良くなかった 1	未記入 3
----------	------	-------------	-------

1) 「オープンダイアログ」そのものについて

* 「オープン」が「プロセスをオープンにする」ということを学んだ。

*対話によって心が開かれることが実感できてよかった。

*方法ではなく、自由に話せる環境を作ることかと感じた。三ツ井先生たちが真剣に取り組んでくださった様子に感動した。

*講演会と思っていたが、相互の対話形式でちょっと違っていた。

*1 対 1 の対話でなく、第三者を交えて多くの人数で皆が対等の立場で話すことで、当事者も話しやすく心を開いていかれるのだなと感じた。 *興奮している本人をどう会話の中に引き入れるのが難しい。

2) リフレクティングの実践(観客参加の 4 人一組ロールプレイ) について

とても良かった 8 難しかった 2

もっと時間が欲しかった 1 実践して理解が深まった 1 又こういう機会が欲しい。 1

3) オープンダイアログの実践のお話を聞いて一感想、思い、願いなど

*参加型の講演会で有意義に聴けた。 *講師 3 人のチームワークが良かった。

*とても良い講演会だと思った。グループ討論や講演の進め方が分かり易かった。

*訪問看護もここまで進んできたことをうれしく思う。 *実際の治療の成功例を紹介してほしい。

*講師の方が、会を進める時も話し合っ、対話の場を常に作っているのがとてもよかった。

*ヒントを頂いた。時間がもっとあれば、実演を観てみたかった。(福祉関係)

*温かみが大切と感じた。会話に生かしたいと思った。

*家に帰り娘と話します。気を付けて対話をします。

*オープンダイアログの精神を日常生活の中で生かしていきたい。

*実際の様子がかうかがえてよかった。もっと詳しく学びたい(福祉関係)

*誰もが困っていることは同じかな?自分だけじゃないと思うこと。(当事者)

*オープンダイアログの取り組みをもっと地域で実践できるとよいと思う。身近な家族で実践してみようと思う。

*オープンダイアログの実践を取り入れていく医療、病院がたくさんできることを希望する。

*精神科病院の無い海老名で、訪問看護によるオープンダイアログをぜひ精神治療の一つとして受診できることを願っている。

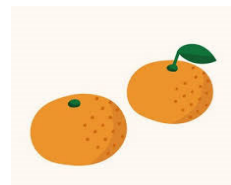
*フィンランドの実際のオープンダイアログをそのまま実践するのは、今日の日本では困難なので、対話することの重要性(良いところを取り入れる)を感じた。当事者たちが地域でよりよい生活ができるように退院後の支援を充実させてほしい。家族以外にも支えてくれる機関が多くなることを願っている。

*素晴らしい取り組みだ。日本で実現は簡単ではないと感じるが、長い目で見て、あきらめないで一人、二人と増えて行ってくれることを願っている。私たち家族も学びが大事ですね。

*とても大切な治療法と思うが、訓練を受けた精神訪問看護師が少ない。日本には対話の土壌がない。医療者自体が精神疾患患者に偏見を持ち、まともに話を聞いてくれない。日本の精神医療に取り入れるには今後どうしたらよいか?

*これからの精神医療に必要な事だと感じた。私も訪問看護師としてその一助になればと思う(医療関係)

*いま日本にできること、今みんなのできること、今私にできること、少しでも今日の講義が有意義なものになりますように。 *こういうオープンダイアログを、まず医療関係者すべての人が学び、実践して言ってくれることを切に願う。 *現実味がなく、病院とか医師に聞いてもらいたい。



*三ツ井さんにお声がけいただき、皆さんの前で私が受講しているオープンダイアログトレーニングコース、そしてそこに家族として(当事者の)妻と参加した経験をお話させていただいた。少しでも興味を持っていただければありがたいと思う。*当事者の話を聞くことが出来とても参考になった。人を傷つけるのも人だが、人を救うのも人なのだと改めて学んだ。

*私はいろいろな立場なので、複雑な気持ちをいつもかかえているがそれを受け止めてもらえる場所がない。市には家族会もなく、当事者だと家族会には入れないことも多いので不満があふれてしまう。なのでグループを作っているが協力者がいなくて、人が増えず市は財政難で心の病に関する周知などにお金を掛けられない実情がある。オープンダイアログまではできないが、対話はとても重要だと思うのでそういった場所を作っていきたいと改めて感じた。自分自身は孤独だが、これからの人にそんな思いをさせたくないと思っているので、とても勉強になった。いろんな人が「わけ隔てない対話」に興味を持ってくださるといいなと思う。
(他市 当事者・家族・ボランティア)

3. 本日の催しについて、その他

- *白板の字がよく見えない。*オープンダイアログの第3弾をぜひお願いいたします。
- *オープンダイアログ講演会をまたやってほしい(同じ内容でOK。回数の積み重ねが必要)
- *医者、カウンセラー、学校関係の方々など、専門家の方々に広まり、社会全体に普及して欲しいので、このような催しを 沢山増やしていただきたいと思う。
- *2πrさんの会報を毎回見させていただいています。厚木と海老名が力を合わせていけたらいいですね。
- *とてもよかったです。対話できたことです。
- *ご家族の皆様の大変さがよく分かった。家族の持つ役割は(病気の本人が思いを吐き出す場として)大きいと思う。(地域広報誌担当)

アンケートをまとめてみて分かったこと、感じたこと

たくさんの方が、「オープンダイアログ」の趣旨に共感、賛同し、日本に広がり、治療に活かされることを大変期待している。又オープンダイアログについてもっと深く知りたいと願っている方もたくさんいるようだ。このような講演会をたびたび持って欲しいという声もあった。皆さんの「オープンダイアログ」という 新しい、画期的な治療のあり方への熱い期待を感じた。
(H・S)

R 1, 12/14 海老名精神保健福祉促進会「2πr」

じんかれん家族相談のご案内

◆研修を積んだ家族相談員による電話相談

毎週水曜日 10時～16時

☎ 045-821-8796

※困っていること、悩んでいることなどお話し下さい。

◆精神保健福祉の専門家による面接相談

毎月第3水曜日 13時～16時 (要予約)

相談場所: 伊勢原 KIVA こだま

(伊勢原市伊勢原 3-27-11)

予約電話: 火・木曜日 10時～16時

☎ 045-821-8796

※相談料無料・相談内容は秘密厳守します。



赤い羽根 かながわ

2019 年度じんかれんニュースは神奈川県共同募金会の助成を受けて編集、発行しています。この機関誌を通じて精神障害の保健福祉の向上に努めて参ります。募金にご協力いただいた皆様にご感謝申し上げます。