

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. 55 2021年6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](mailto:jinkaren@forest.ocn.ne.jp)

URL: <https://jinkaren.net/>

### NPO 法人じんかれん 2021年度定期総会報告

本年 5 月 20 日(木)に開催を予定しておりました定期総会は、新型コロナウイルス感染症の再拡大により、3密を避けたクラスターの発生防止対策の観点から、昨年度と同様、正会員に議案書(案)の事前送付により書面による採決(表決)と致しました。

現在 10 都道府県に「非常事態宣言」が発令されております(5 月 31 日現在)。神奈川県にも地域を絞った「まん延防止等重点措置」が適用され、人の流れの大幅な抑制や、飲食店には営業時間の短縮・マスク飲食等の要請が出ており、感染力が強いとされる変異ウイルスの割合も増加しております。コロナの終息はまだまだ読めません。ご自愛ください。

2021 年 5 月 20 日(木) 10 時 30 分より神奈川県精神保健福祉センター会議室において、理事長、事務局において行われた書面表決集計の結果は、下記の通りとなりました。

#### 《 議案審議 》

団体正会員総数 73 名の内、書面表決提出者 65 名となり過半数を占めたので総会は成立しました。

#### 【表決結果】

第 1 号議案	2020 年度事業報告	賛成	65	反対	0	保留	0
第 2 号議案	2020 年度収支報告	賛成	65	反対	0	保留	0
第 3 号議案	監査報告	賛成	65	反対	0	保留	0
第 4 号議案	役員選任	賛成	65	反対	0	保留	0
第 5 号議案	2021 年度事業計画	賛成	65	反対	0	保留	0
第 6 号議案	2021 年度収支予算	賛成	65	反対	0	保留	0

上記の通り第 1 号議案から第 6 号議案まで、書面表決賛成者が書面表決提出者の過半数を各々占めましたので、可決されました。

#### ※第 4 号議案 役員の選任について

理事長 堤年春氏の退任に伴い、理事の互選により谷田川副理事長が新理事長として選任されました。定形理事、石川理事が新たに副理事長に就任しました。 サポート座間の横川洋子氏が新理事として選任されました。 野地監事は退任されました。

## 理事長退任あいさつ

堤 年春

私 じんかれん(神奈川県精神保健福祉家族会連合会)活動に携わり 12 年余、その間、みんなねっと(全国精神保健福祉会連合会)理事として 8 年に携わり、このたび令和 3 年 5 月 20 日のじんかれん定期総会において理事長を退任させていただきました。

これまで多くの会員の皆様、先輩諸兄のかたがたから賜りました、ご支援ご厚情に対し衷心より厚く御礼申し上げます。誠にありがとうございました。

後任の理事長には、谷田川靖子副理事長が就任することになりましたので、今後とも変わらぬご支援ご指導を賜りますようお願い申し上げます。

顧みますと、理事長在任中の 9 年間には、精神保健福祉・家族住民交流事業「県民の集い」開催は各単会を持回りで 2 順目に入ることができ、じんかれん 50 周年記念大会開催、50 周年記念誌の発行等を通して、会員の皆様方には大変なお力添えをいただきました。ありがとうございました。

なお、令和 3 年度より新理事長、及び理事のかたがたの方針にもとづき今後運営されることとなります。今後も一層の発展と変わらぬ県連家族会へのご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げ、退任のごあいさつといたします。



### 薬物治療の基本を知ってより良い治療を受けよう

千葉県「かぶらぎ会」の講演会 大賀会長のコメントより引用

浜家連研修会 参加報告「統合失調症薬物治療ガイドを知ろう」より

現在の精神疾患の治療は 70~80%は薬物療法によると考えています。特に、症状が重い統合失調症では薬に依存するところが強いです。では、障害者は薬を自分のものとして納得し、理解して服用しているのでしょうか。例えば、統合失調症にはエビリファイやクロザリルがありますが、夫々の薬の特徴や、どこが違うか、力価は、副作用は、長短はとなると、解らないことがいっぱい、解かり易い説明書がほしいものです。

薬局からの簡単な説明書も、種類、効能、副作用等について、素人にはよく分かりません。薬の厚い本を読んでも更に分かりません。薬物療法を中心と

しながら、薬物が分からないのでは、話になりませんね。

精神疾患は、元々原因が分かっていますから、治療が難しいのは理解しています。しかしながら、「当事者に合った治療」の話し合いは、当事者・家族と医師の間で説明や話し合いがあり、両者が納得した上での治療が行われれば必ずよい方向に向きます。現在皆様が服用している薬を知ることから始めて下さい。医師・スタッフと当事者・家族が一体となって薬を信じて薬物治療に当たることが大切だと思います。



#### 【薬物治療に際しての問題点】

1. 医者と患者の信頼関係がないと効果は半減する。信頼関係が大事。
2. 当事者は主治医に良く見せたい傾向がある。家族を含めての面談が望ましい。
3. インターネットにこだわりすぎない。インターネットの内容をあまり鵜呑みにしない。
4. 副作用に対し、医者は患者に詳しく伝えるべき。

薬は体に良い効果をもたらすものの、大なり小なり副作用があります。市販の薬を買うと、必ず裏面には副作用の記載がありますね。風邪薬を飲むにしても、体の状態を確認しながら服用する必要があります。

#### 5. 悪性症候群について。

悪性症候群とは、抗精神病薬や抗うつ薬をはじめとした向精神薬で治療に取り組んでいるなかで、薬

の副作用によって深刻な症状を招く状態です。「発熱」「発汗」「意識障害」「手足の震えや身体のこわばり」「言葉が話しづらい」「飲み込みにくくなる」「筋肉の痛み」「頻脈」「血圧の上昇」などといった重篤な症状が現れるものを指しています。治療の一環で飲む薬も、その取り扱いに注意しなければ命の危険もあります。



#### 【服薬の際の注意事項】

- ◎症状が良くなったからといって、勝手に自分で薬をやめてはダメ。医師や薬剤師に相談する。服薬をきちんと続けている人ほど、入院する割合が低い。
- ◎内服の基本は「水」で飲むことです。清涼飲料水等で飲むと効果が低下したり、副作用が出る。
- ◎用法を守る。(決まった量、決まった時間、決まった回数)
- ◎その薬の副作用を認識しておくこと。(眠気・ふらつき・脱力感・倦怠感・言語障害・けいれん…)
- ◎頓服薬とは、朝昼夕のように定期的に飲む薬ではなく、眠れない時、落ち着かない時、不安な時など、発作時や症状のひどいときに用いる薬です。解熱剤、鎮痛剤、下剤、睡眠剤、狭心症発作を抑える薬などがあります。回数や錠数を守って正しくお使い下さい。希望がある時は必ず医師や薬剤師と相談してください。

#### 【抗精神病薬の副作用について】

- ◆重篤な副作用「悪性症候群」 ・意識がはっきりしない ・筋肉がこわばる ・全身がふるえる ・高熱 ・発汗 ・頻脈 ・流涎 ・嚥下障害
- ◆アカシジア 正座不能症とよばれ、落ち着きなく、じっとしておれず歩き回る運動症状 ・下肢のムズムズ感 ・異常感覚、焦燥感、不安などの不快な感情 ・早朝覚醒 ・易刺激性 (怒りっぽい、イライラする) 痙攣性斜頸

- ◎睡眠薬は、催眠作用と抗不安作用の両方を持つが、「よく眠りたい」、「睡眠薬が効かない」といった理由で、用量を増やしたり追加で飲んだりしてはいけません。一度量を増やすと減薬が難しいものも存在するため、注意が必要です。睡眠薬には依存性があります。急に服用をやめてしまうと、かえって強い不眠症状が出たり、不安が強まったりしてしまいます。睡眠薬は医師の指示で正しく使えば安全です。お酒と一緒に飲まない。車を運転するときは飲まない。
- ◎服薬指導とは、薬剤師の業務の一つで、患者に対して処方薬の薬効や副作用などの説明(情報提供)を行うこと。薬剤師法で義務として定められている業務であり、必ず行わなければならない。服薬指導を行うことによって、患者の自己判断による服用の休止・中止や服用量の増減などを防ぎ、適切な薬の使用を促すことができます。

- ◆急性ジストニア ・眼球上転、眼瞼けいれん ・などの頸部症状
- ◆高プロラクチン血症 ・骨密度低下(骨粗鬆症の原因) ・性機能障害 ・無月経 ・乳汁漏出
- ◆その他の副作用 ・口が渇く ・便秘 ・日中の眠気 ・だるさ ・立ちくらみ ・体重増加 ・不整脈 ・アレルギー(体のかゆみや発熱など) ・水を飲みすぎてしまう

早めの対処が必要 変だなと思ったら医師に相談を！

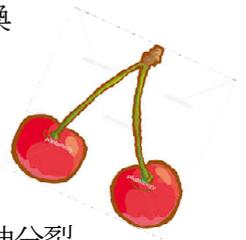


## 地域でつなぐ“こころとこころ” 精神科医 高木俊介氏語る

京都の精神科医 高木俊介さんは統合失調症の患者を対象にアクトK(京都)と名づけ、在宅で支援する活動を行っています。長期入院するケースが多い統合失調症患者を医師・看護師・精神保健福祉士らチームで在宅支援を続けています。重い精神疾患の人でも、地域で支援を受けながら生活できることを高木医師は 15 年間の実践で証明してきました。今回、僧侶で宗教学者の釈徹宗氏を聞き手に、高木医師が長期入院治療から地域在宅医療へと転換するに至る半生を聞きました。

### 高木俊介氏

1957 年広島県生まれ (64 歳)。83 年京都大学医学部卒業。大阪府内の私立精神科病院と京都大学医学部附属病院精神科にそれぞれ 10 年間勤務。日本精神神経学会で、精神分裂病の病名変更事業にかかわり「統合失調症」の名称を発案。2002 年に正式決定された。



### 《ACT (Assertive Community Treatment=包括型地域生活支援プログラム)》

重症の精神障害で、密接な支援がないと生活しにくい人に、自分が住んでいる場所でそのまま暮らしてもらおうための援助です。精神科医、看護師、介護福祉士、作業療法士など医療と福祉のいろいろな職

種の人が生活の場に出かけていくのが特徴で、夜間休日を含め 365 日 24 時間ケアできる態勢をとります。

### 《アクトKの態勢について教えてください》

常勤 15 人で非常勤と学生ボランティアを合わせ、実際に援助に当たるのは 20 人近くなります。自宅を訪問して買い物など日常的な生活の手伝いやレクリエーションなど、多くの専門職が連携して必要な医療と福祉のすべてを担います。統合失調症の利用者は 120 人。認知症の人なども一部診ており全部

で 150 人です。診てほしいという要望は患者や家族、福祉事務所などからありますが、スタッフ一人当たり 10 人が限界。住所も車で 30 分の範囲に限っています。緻密な支援ができないとアクトの特徴がなくなるので、やむを得ず待ってもらっています。

### 《これまでの日本の精神科医療と違った方法だと思えます。どのような問題意識があつて始めたのですか》

日本の精神科では長期の入院治療しかありませんでした。病院の医師や看護師の数が非常に少なくても認められ、実際には治療なしの収容が行われてきました。私が精神科医になった 1983 年には宇都宮病院事件がありました。スタッフが患者をリンチで殺し、院長も日常的に暴力を振るっていました。私が 10 年間勤めた精神科病院は、開放的で良い病院という評判でしたが、それでも患者をぞんざいに扱ったり、時には暴力的になることもありました。施設に収容するとどうしても差別意識が芽生える

ようです。

長年の精神科病院勤務で感じたことは、病床数よりも患者数の多い、畳で雑魚寝状態の中での臭く、狭い閉鎖病棟での共同生活は治療というよりも隔離であり、人間の尊厳を踏みにじる、人権無視の世界であることを痛感したことです。人生の生きがいは、病院で管理する者の言いなりになって暮らすのではなく、自分の考えで周囲の人と接し、苦労を共にすることです。それらをサポートすることが、医師の使命と感じました。

統合失調症の方は、世間の大きな組織が、自分を追い詰めていると感じて不信感を持っています。しかし、地域の中で共に暮らし、問題を解決していくことにより、偶然の積み重ねが良い結果をもたらします。自分のしたいことができ、安心して暮らせる

《24 時間 365 日態勢は可能なのですか》

不適切なケアで患者が錯乱した状態をイメージするから難しく見えるのでしょうか。実際には昼のケアが十分なら突然悪くなることはありません。精神障害の患者にとって大切なのは、○安心できるこ

《経営的には成り立つのですか》

私がアクトを始めた 2004 年ごろには、老人医療で「在宅医療を中心とする」という厚生労働省の方針が出ており、精神科でもいずれそうなるのではと

《精神障害者を支援する態勢でこれから必要なことは何ですか》

就労です。患者は支援があれば就労は可能で、たとえ短時間でも就労によって現実的になれ、症状も

世界があります。

大学病院を退職した後、医学雑誌でアクトを知りました。訪問支援が他の先進国では当たり前になっていることにショックを受け「自分でも作るぞ」と決意しましたが、手探りのスタートでした。

と ○自由があること ○人との絆があること。アクトKでは電話を 24 時間受けられる態勢をとり、担当の患者でなくてもケアできるようにスタッフ間で情報交換を図っています。

の予感がありました。その後、私のところのような 24 時間対応できる在宅支援診療所には特別加算がつくようになり、経営が成り立つようになりました。

改善します。4 月から就労移行支援事業を始めたところ。 ( 2021. 4. 25 NHK Eテレより )



OSD よりそいネットワーク 4月講演会に参加して

令和 3 年 4 月 18 日、麒麟ビールが設立した公益財団法人麒麟福祉財団の助成による一般社団法人 OSD 4 月講演会が、東京豊島区民センターで開催されました。 OSD は、「親が(O)死んだら(S) どうしよう(D)?」と思悩む、ひきこもりの子を持つ親の声から生まれ、KHJ 全国ひきこもり家族会理事たちの発案で結成されました。

KHJ とは、Kazoku Hikikomori Japan「日本で唯一の全国組織の家族会(当事者団体)」という意味です。KHJ では、ひきこもりを抱えた家族・本人が社会的に孤立しないよう、全国の家族会と連携し、行政に働きかけながら、誰もが希望を持てる社会の実現を目指しています。

今回のテーマは、第 1 部「親が変われば子も変わる」講師：86 歳父親、第 2 部「親亡き後に備える～実際の事例から」講師：OSD 専門家 顧問弁護士 野口敏彦氏の 2 部構成で行われ、講演会は 60 名限定とする会場と YouTube で視聴できる開催でした。

第 1 部「親が変われば子も変わる」

父親 75 歳、本人(男性)43 歳の時に初めて相談に訪れる。当時、親に対する詰問や暴言、暴力、器物損壊で度々警察へ要請する。パトカー出動により警察官に連れていかれる息子に向かって「その子は悪

《家族会に入会して、自分が変わったこと》

専門家、会員のアドバイスにより「感謝」と「そうか、そうか」の対話を心掛ける。今までは、子供

くないんです。いい子なんです」と母親の声……。毎月のカウンセリングと学習会での学びを実践し、現在、本人は 55 歳。介護の資格試験に合格して就職活動中とのこと。

に対しても家内に対しても自分の想いを押し付けてきたが、子供は親を困らせるためではなく、どう

してよいか分からずに行動するので、本人から逃げる  
こと、避けることはやめようと決心。まずは、「そ  
うか、そうか」と話を聴く。又「感謝」の心をもつ

て接することを心掛けた。夫婦の間でも同様に接す  
ることが大切。夫婦仲良く同じ方向に向かう。身内  
に対してはもちろん他人に対しても「挨拶」が大切。

### 《学習会で学んだこと》

「感謝」「挨拶」「ほめる」。恥ずかしい、みっともな  
いは捨てて勇気を持って質問する。感謝の気持ちを

記録すると良い。



## 第 2 部 親亡き後にそなえる

親が元気なうちは、親自身が障がいのある子の生  
活を支えることができます。しかし、親がいなくな  
ってしまった後は、どうでしょうか。「いったい誰  
が、どのように、我が子の生活を支えてくれるのか」  
と、将来について考え出すと不安で仕方がないとい  
う親御さんは少なくありません。親なき後問題の本  
質は「障がいのある子の将来に対する不安」です。  
つまり親なき後問題の解決をはかるなら、不安を解

消するために今何をすべきなのか、親子の生活の  
現状に焦点をあてて考えることで、予想される将来  
の問題が見えてくるでしょう。そうして具体的な問  
題が明らかになってきたら、問題に応じた具体的な  
解決策を検討します。親なき後問題を解決するた  
めには、親や家族が元気なうちに、現状に即した具  
体的な備えをしておくことが重要です。

### 《成年後見制度を利用する》

親なき後問題は、成年後見制度の利用による解決  
が一般的です。親が元気な間は、成年後見制度は必  
要ありません。しかし、あえて親が元気なうちから  
成年後見制度を利用し、身近な親族や信頼できる専  
門家等を後見人にしておくと心強いでしょう。ただ  
し、誰が後見人になるかを定める権限は家庭裁判所

にあるため、希望の人が選ばれない可能性があるこ  
とには留意しておく必要があります。また成年後見  
人なら、障害のある子が結んだ契約を後から取り消  
すことができるので、金銭トラブル防止の上でも非  
常に心強いといえます。

### 《遺言を利用する》

子どもが多い家庭で相続人の人数が多くなると、  
結果的に子ども一人ひとりに渡る財産が少なくな  
ります。そこで解決策の一つとなるのが「遺言」で  
す。遺言によって、障がいのある子に渡す財産を指  
定したり、相続させる財産の割合を自由に変更し  
たりできます。

死亡した親の相続財産が現金 6000 万円、相続人が  
障がいのある子 A を含めた ABC の 3 人きょうだい  
であるとしましょう。この場合に、親が「財産のす  
べてを A に相続させる」と遺言をのこしました。親  
としては障害のある子 A の将来を思っただけのも  
とでも、BC がこの遺言に納得していなければ、きょう  
だい間のもめごとに発展するおそれがあります。

しかし、遺言は万能ではありません。たとえば、



## 厚労省 共生や孤独対策向上へ 「つながり指標」導入

孤独・孤立対策や「地域共生社会」を進める厚労省が、困難を抱える人に対する自  
治体の効果を図るため、「つながり指標」という新たな評価基準の導入を決めたことが分った。どんな状態  
の人にどれくらいの期間や頻度で支援ができてきているかを、対象者の意欲など 5 項目で評価し、質の向上に役  
立てる狙いだ。

## 【地域共生社会】

厚労省は、制度・分野ごとの縦割りや『支えて』『受けて』という関係を超えて、住民や多様な主体が参画し、地域を共につくっていく社会を【地域共生社会】と位置づけている。政府が 2016 年に定めた「1 臆総活躍プラン」に実現を目指す方針が盛り込まれた。新型コロナウイルス感染拡大で深刻化する孤独・孤立問題への対応策としても期待される。

今年 4 月に施行された改正社会福祉法で、複合的な困難に一括対応する新事業が法制化され、全国 285 市区町村が準備・実施している。

厚労省は、地域共生社会に向け、ひきこもりや介護、貧困といった複合的な課題に市区町村が一体的に対応できるようにする新事業を 4 月に創設。政府が進める孤独・孤立対策の一つにも位置づけられている。

つながり指標は新事業の評価手法の一つで、対象者に継続的に関わる「伴走型」の支援を充実させるのが目的。対象者が利用する介護・福祉施設の職員

や、自宅を訪問する自治体のケースワーカーら事業の中心を担う人が話を聞き取り、「意欲」「自己肯定感」「対人関係」「社会参加」「相談」の 5 項目について、本人と一緒に 1~4 で数値化する。

例えば「意欲」の場合、就労や生活全般について意欲が持てないと「1」を付ける。遊びや趣味など好きなことに意欲が出てくると「2」、就労やボランティアなど社会参加に関心が湧くと「3」、既に社会参加したか、しようとしている場合は「4」と評価する。3 か月ごとに原則 1 年間調べ、結果を自治体に報告。支援者の業務負担やケースごとの難しさの把握にも役立つ。厚労省はデータを収集し、今後の事業設計や予算確保に活用したい考え。

ただ、指標の導入により「4」を目指すのが目標になり、対象者を追い詰めたり、望まない支援をしたりする恐れがある。厚労省は、機械的に点数アップを目指すのではなく、「2」や「3」でもつながり続ける支援のプロセスを評価するとしている。



### 人気漫談家 綾小路きみまろさんが コロナ禍の中高年にエールを送っています



52 歳でブレイクし、現在 70 歳、中高年をいじりながらも、ステージの上から、勇気と希望を与え、愛情を持って接し、18 年の長きに亘り絶大な人気で中高年のアイドルとして君臨してきた綾小路きみまろさんが、このたび「週刊新潮 4 月 8 日号」にて、コロナ禍で暮らしや生き方を変えざるを得なくされた中高年にエールを送っています。

中高年が大変なのは、心身ともに不安定なタイミングでコロナ禍に見舞われてしまったこと。中高年は根が真面目だからステイホームと言われれば、ずっと家に閉じこもっているでしょう。それこそ外出したら死んじゃうくらいに悲壮な思いでじっとしている。散歩もしないんだから、足腰が弱るのも無理のない話です。このコロナ禍は、富士登山に例えると 8 合目まで登ったところ雪崩で 5 合目まで押し戻されたようなものだ。コロナ疲れに、自粛疲れ、「緊急事態宣言」と疲れが重なって、そこからもう

一度歩き出すというのは中高年にとって本当に大変なことだと思います。

鹿児島農家出身の自分は、仕事のない 1 年間は、河口湖の自宅で、「農耕接触」で過ごしたが、公演を再開して、改めて「笑い」が人を元気にすると感じました。「笑う」という行為は動物の中で人間だけに唯一許されたもので、免疫機能を高めることも実証されています。心身の回復には「笑い」が一番。ステイホームで家に閉じこもっている中高年はやっぱり笑いを求めているんだと実感しました。

血行促進や記憶力アップ… “笑い” のプラス効果はいろいろ。笑うと免疫力が高まるだけでなく、ほかにも体にさまざまな良い効果をもたらすことがわかっています。笑うと脳が活性化されて、記憶力がアップします。



### 「面接相談員と会場変更のお知らせ」

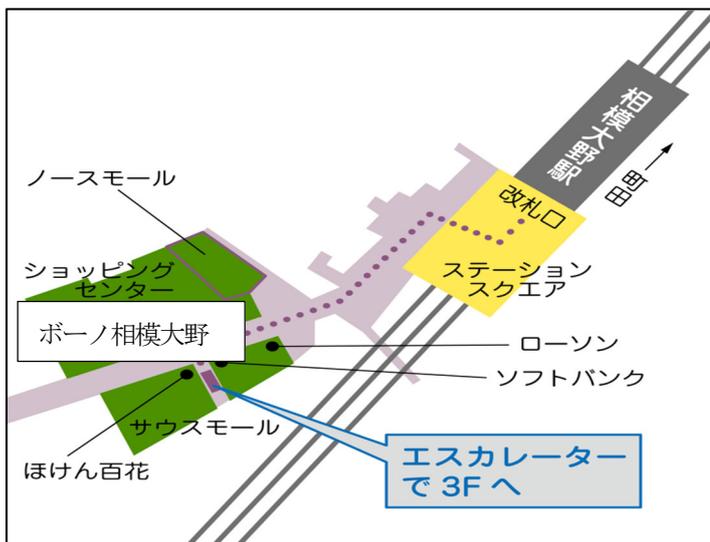
長年、面接相談員を担当してくださった元看護師 山下 えみ子氏が、この度引退されました。

2021 年 4 月から心理カウンセラー井上雅裕氏に担当して頂きます。

会場については、伊勢原 KIVA から 相模大野「ユニコムプラザさがみはら」(市民・大学交流センター) ミーティングルームになります。

相模大野駅中央改札口から北口デッキに出て、左手に進むと「ボーノ相模大野」がみえます。そのままボーノ相模大野 2 階の中央通路に進み、左側のエスカレーターで 3 階にお上がり下さい。

相模大野駅より徒歩 3 分です。



日本列島をゆるがす中高年のアイドル「綾小路きみまろ」。笑い充満！！ノンストップトーク舌好調！！

リズムよく繰り出される毒舌漫談と、扇子を持った独特の動きで会場を笑いの渦に巻き込むこと間違いなし！ 3密を避けながら、散歩、人との会話、笑いを求めて元気を取り戻しましょう。

### 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  
相談の曜日が 7 月より水曜日から火曜日に変わります。

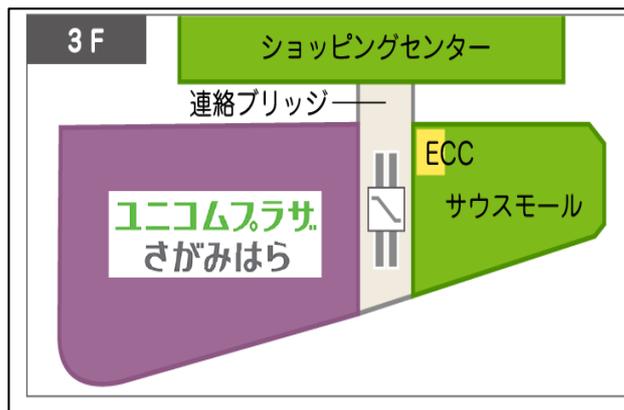
毎月第 3 火曜日 13 時～16 時 (要予約)

相談場所： 相模原市南区 3-3-2  
ボーノ相模大野サウスモール 3 階  
「ユニコムプラザさがみはら」  
ミーティングルーム

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。



### 【編集後記】

自粛生活が長引くなか、物忘れが多くなりました。そこで、毎朝、集中力、注意力を引き出し、脳の活性化と認知症予防に最適といわれるイラストの間違い探しを 30 分はじめました。これは 2 枚のイラストを比較して 90 秒間で 3 か所の間違いを探すクイズです。又、自分で問題を作り自分で解く脳トレとして

- ① 4 桁の数字を頭の中で考え、逆から復唱する。
- ② 100 から 7 を引き、その答えから又 7 を引く。どこまで正しく出来るか。
- ③ 関連した物の名前を 30 秒間でいくつ答えられるか。(例) 花、野菜、乗り物、動物、電化製品、魚の名前など

(三富)