

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. 56 2021年8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/>

### 交通運賃割引に関する赤羽国交大臣への緊急取り組みについて

みんなねっと JRなど交通運賃割引推進プロジェクトチーム

「交通運賃割引全国運動推進ニュース 82 号」より抜粋 2021.6.22

JR 等の交通運賃割引制度を精神障害者も対象とする「請願」が、2019 年 6 月 26 日、衆参両院の国土交通委員会（第 198 回国会）で採択されました。前年の 9 月には JAL と ANA が精神障害者への航空運賃割引適用を発表しました。こうした状況は 2020 年に東京オリンピック・パラリンピック開催に向けて推進されているバリアフリー社会の実現に向けた働きかけが背景にあります。新型コロナウイルス感染症の感染拡大により延期された東京オリンピック・パラリンピック開催まで残りわずかになり、精神障害者への運賃割引適用に向けた山場の最終局面を迎えています。

4 月 15 日、みんなねっとの岡田理事長は、JDF（日本障害フォーラム）の一員として、公共交通運賃割引に焦点を当て、赤羽国交大臣へ直接要望をさせていただきました。赤羽大臣の指導力のもと、新幹線の車いすスペースの確保等利用者の目線での実現が叶いました。

6 月 11 日、赤羽大臣は「真の共生社会実現に向けた新たなバリアフリーの取組」について、省内各局はじめ各地方局に対して大臣指示を行いました。（大臣指示の内容は後述）

赤羽大臣の志を強固なものとして、実現に尽力していただくため、全国の都道府県連から赤羽大臣にあてて精神障害者家族の交通運賃割引への生の声を伝えて、「私の任期中に精神障害者割引の方向性を決める」との大臣の気持ちを、「実現の目途をつける」ともう一步踏み出して考えていただくよう取り組みます。各都道府県連からの生の声について、激励のメッセージを届けてください。

#### ◇「真の共生社会実現に向けた新たなバリアフリーの取組」に関する大臣指示

国土交通省ユニバーサルデザイン推進本部 本部会議の開催にあたって

- |      |  |
|------|--|
| 取組項目 | ① 障害者用 IC カードの導入                       |
|      | ② 特急車両における車椅子用フリースペースの導入               |
|      | ③ ウェブによる乗車船券等の予約・決済の実現（マイナポータルとの連携を含む） |
|      | ④ 精神障害者割引の導入促進                         |

#### ④の精神障害者割引の導入促進について

※ ①～③についての詳細は紙面の都合上割愛しました。

身体・知的障がいをお持ちの方々に適用される割引が、これまで何故、精神障がいの方々にも広がらないのか、私も多くの声をいただいてきました。こうした方々に寄り添い、一部の事業者に留まっているこの取組を着実に全国展開するため、JR 各社や大手民鉄を始めとした交通事業者における取組の具体的な方向性、目標等を早期に定め、実現に向けた検討を開始してください。

私は、障がい当事者の皆様と行政は、ややもすると要望をする側・受け取る側という関係でありましたが、お互いが対等の立場で話し合い、智恵を出し合って、新しい価値を創造していく、こうした実績ができつつあるというように考えております。

#### ◇ NPO 法人じんかれんから 感謝を込めて激励のメッセージを送りました

NPO 法人じんかれんは、令和 3 年 6 月 24 日、この度の赤羽国土交通大臣のご尽力に対して、橋渡しをしていただいた高木美千代衆議院議員とともに、感謝を込めて激励のメッセージを送りました。

令和 3 年 6 月 24 日

赤羽 一嘉 国土交通大臣様

NPO 法人じんかれん  
(神奈川県精神保健福祉家族会連合会)  
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  
理事長 谷田川 靖子

拝啓

初夏の候 益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。

日頃より障害者への温いご理解とご支援誠に有難うございます。

この度は「真の共生社会実現に向けた新たなバリアフリーの取組項目」の中に、精神障害者の交通運賃割引導入促進の項目を入れてくださり、衷心より感謝申し上げます。

この項目は私共の積年の願いであり、身体・知的障害の方々と同様に、精神障害の方々も早くこの制度の恩典に預かれる日が来るのを心待ちにして活動して参りました。

漸く今、それが実現に向けて大きく歩みを進めようとしております。

ここまでご尽力下さいました赤羽国交大臣様に心からの感謝と心からの応援をお送り申し上げます。

実現した暁には、きっと全国から精神障害の方々、家族の方々また御支援くださった方々の喜びの声がお耳に届くことと想います。

重ねて心からの感謝を申し上げますと共に、ご健勝とご活躍を心よりお祈り申し上げます。

敬具



## 統合失調症の母を語る

### ◇漫画家 中村 ユキさん

#### ■優しかった母が壊れていく…統合失調症の母と向き合った壮絶な 36 年間

ある病を描いたマンガ「わが家の母はビョーキです」その中身は、ある病に侵された母と過ごした娘ユキさんの壮絶な物語。

優しかった母が壊れていく。娘を連れて、裸足で街をさまよい、鬼の形相で包丁を向ける。それでも母の病と共に生きた娘ユキさん。果たしてどんな病気だったのか？

#### ■ストレスから幻聴が聞こえる

1973 年、埼玉で娘 ユキさんは生まれた。母 ひさ子さんは、ユキさんと大阪の夫の実家で両親と暮らし始めたが、ここでの生活がひさ子さんを変えてしまう。

見知らぬ地での生活。姑はとにかく厳しかった。周りには友達も知り合いもない。頼りの夫は、ギャンブル好きで家庭など顧みない。孤立無援……ひさ子さんの生き甲斐は娘のユキさんだけ。そんな母が 27 歳の時、壊れ始める。それは突然だった。どこからともなく自分への悪口が聞こえる。外に出ても自分を罵倒する声は鳴りやまない。聞き覚えのある声のようにも思える。監視されているのか？目の敵にされ

#### ■母の病は統合失調症

診断の結果、医師の告げた病名は精神分裂病。当時はそう呼ばれたが、現在の病名は統合失調症。脳内で情報を伝えるべき神経伝達物質のバランスが崩れる脳の機能障害。強いストレスのみならず、持って生まれた脳機能や環境など様々な要素が絡み合うことが原因とされ、現在も研究が進んでいる。日本人の場合、およそ 100 人に 1 人の割合で発症すると言われている。症状は個人差が大きいものの、主に幻聴や妄想、幻視、そして、本人がそれを現実のものと誤って受け止めることが特徴である。基本的な治療方法は、精神療法と薬物療法。抗精神病薬で過剰に分泌される脳内の物質を調整し、リハビリテーションや環境のサポートにより状態の改善を目指す。治療の甲斐もあり、ひさ子さんは 1 か月程の入院で退院できるまでになった。母の回復に娘のユキさんも大いに喜ぶ。幼いユキさんには母が一番の存在だった。その



ている。どこからともなく聞こえてくる謎の声。何かに苦しむひさ子さんの行動に家族も異常を感じていた。そんなことが続き、ついには近所から電話があった。ひさ子さんが、土足で上がり込みうずくまっているという。あの嫁はおかしい……近所からささやかれた。家族はひさ子さんに出ていってもらう事を決めた。4 歳のユキさんと離され、ひさ子さんは 1 人、千葉の実家へ帰された。だが、娘のユキさんは「どうしても母親と一緒にいたい」と母のもとへ。でも母の状態は変わらない。異常な行動で娘を困らせ続けた。そして母はついに精神科病院の隔離病棟に入院することになった。

後、実家を出て夫と 3 人でのアパート暮らしを決めた。ひさ子さんは、今度こそ夫も真面目に家庭のことを考えてくれると望んでいた。しかし夫はギャンブルをやめる気配はなかった。ひさ子さんにお金をせびる夫。ストレスで心は不安定に……。しかし抗精神病薬を飲み、パートで家計を支えた。すると今度は副作用が母を苦しめた。頭がボーッとして激しい倦怠感。やる気が起きない。薬を飲めば仕事に差し支える……飲まなければ副作用は出ない、と飲むのをやめてしまった。飲食店でのパート中。忙しさで頭が混乱してくると、またしても幻聴が。しかし、ひさ子さんは幻聴だとは思わない。そんな日々が続き、ユキさんが 10 歳の時に母の症状はさらに悪化する。

ユキさんは母の病気についての勉強を始めた。薬は年々改良され、副作用も緩和されている。その人に合った薬と、その適量を見つけるのがまず有効な治

療の第一歩。知れば知る程、病気に対する恐怖心もなくなっていく。すると、こうしたユキさんの理解と

### ■母との日々をマンガに

ユキさんは母と歩んだ日々をマンガにする事を決意。

そこに描かれているのは母のありのままの姿。統合失調症は怖くない病気。知らない事のほうが怖い。ユキさんの思いは大きな反響を呼んだ。

そして 2013 年、発病から 36 年。母のひさ子さんは誤嚥が原因でこの世を去った。



適切な治療に加え周りの対応で、母の統合失調症は少しずつ回復していった。

36 年間、統合失調症の母と向き合い壮絶な日々を過ごしてきたユキさんは、13 年前に結婚。母と 3 人で生活していた。その暮らしの中で、統合失調症が回復する病気だということを肌で感じたユキさん。家族が少しでも病気を理解することが大事……そのことを一人でも多くの人に伝えるため、彼女は今もマンガを描き続けている。

### ◇児童精神科医・夏苺郁子さん

私が 10 歳の頃、母に統合失調症の症状が出ました。優しかった母が、独り言をぶつぶつ言うようになり、夜になると「腹が立って仕方がない」と、険しい表情で、家中をぐるぐる歩き回るようになった。母が何に怒っているのか、わかりませんでした。母の目にとまらぬよう、布団の中で息を潜め、寝たふりをしました。一番つらかったのは、今思えば病気の症状の一つだったのですが、母が家事をせずに寝ていることがよくあり、それを父が怒鳴りつけることでした。

病気のことを知らなかったので、「親らしいこともせず、なんて母親だ」とか、「母が変わったのは、家庭を顧みない父のせいだ」とか、子どもながらにいろんな解釈をしました。母を 10 年、憎みました。

2017 年 12 月、統合失調症と診断された長女を長期監禁して衰弱死させたとして、両親が逮捕される事件が大阪で起きました。事件はまだ十分に解明されていませんが、亡くなった女性が統合失調症だったとすれば、逮捕された親は、子どもの頃の私のように、この病気に無知だったのではないか、と思いました。だから、事件は私にとって全然ひとごとではありません。子どもの頃、「お母さんがあんなっちゃうのは、脳の病気なんだよ」と誰かが教えてくれていたら、気が少し楽になり、母への接し方も変わっていた。だから知って欲しいのです。

統合失調症は脳の病気で、その原因は、十分に解明されていません。ストレスや、遺伝の影響があるといわれますが、こうした影響が確認できない人が発症



することもあると感じます。発症しそうな時に、支えてくれる人に出会えて発症しなかった、などの出会いの「運」も影響すると感じます。

あなたの子どもや孫、配偶者になるかもしれません。「なったらどうしよう」とおびえるのではなく、病気のことを知って、「なったらどんなことをしてあげるか」を考えて欲しいと思います。患者さんは、病気によって怖い思いをしている場合が多い。幻覚や妄想は、「おまえは馬鹿だ」などと責められる内容が目立ちます。言動が「普通」と違うように見えても、本人なりの理屈があると感じます。「家族が別人と入れ替わった」という、よくある妄想では、本人に聞くと、家族関係に問題がある場合が少なくありません。「家族が別人のように優しくなってくれたら」との願いが、妄想になっているのです。

病気の知識がないと、家族でさえ、患者さんを「わけがわからない」と思ってしまうかもしれない。家族からも否定されて孤立し、病状が悪化しかねません。発症した時、使える手立ても知って欲しい。薬や、保健師・精神保健福祉士らへの相談や就労支援、障害年金などがあります。回復の程度は人によって様々ですが、適切な治療で症状を安定させている人、生き生きと暮らす人も少なくありません。公務員として働く人もいます。

身近な病気なのに、「ひとごと」だと思っている人が多い背景に、教育の問題があります。10 代後半から 20 代が発症のピークなのに、日本の義務教育は保



健体育で精神疾患を教えていません。私も含めた精神科医療の専門家で、中学の保健体育の教科書に統合失調症などの精神疾患を載せようと活動しています。一番最初に異変に気づくのは、もしかしたら本人

かもしれません。「教科書で習ったのって、もしかしたらこれかな？」と。それが最大の予防になると思うのです。



## 災害時支援 障害者アンケート「不十分」80% 配慮や情報不足挙げ



2021 年 3 月 7 日 神奈川新聞

東日本大震災から 10 年となるのを前に、共同通信が全国の障害者を対象に行ったアンケートで、災害時の国、自治体の支援が「不十分」「どちらかといえば不十分」と感じている人が計 80%に上がることが 6 日、分かった。避難所で必要な配慮が受けられないことや情報不足を理由に挙げる人が目立つ。障害者や高齢者向けの福祉避難所を「利用しようと思わない」は 52%に上がった。

自力避難が難しいことも多い障害者が、災害時に孤立しやすい状況に置かれていることが、改めて浮き彫りになった形だ。全国で甚大な災害が頻発しており、災害弱者を守るため実行性のある対策が求められている。アンケートは 1~2 月、13 の障害者団体で構成する日本障害フォーラム(東京)を通じて協力を呼びかけ、379 人から回答を得た。「不十分」

をかける」「自力で行くことができない」「より重度の人に使ってほしい」などが挙げられた。そもそも福祉避難所を知らないという人や、地元自治体が福祉避難所の場所を公開しておらず利用できないとの声もあった。

「どちらかといえば不十分」の理由(複数回答)では、「避難所で必要な支援や配慮が受けられない」

過去の災害で実際に困ったことがあった人は 33%。具体的な内容は、「情報の入手や利用ができなかった」が多かった。災害発生時、避難を誘導したり、助けてくれたりする人がいる人は 67%、災害に備えて取っている対策(複数回答)は「避難所の確認」「避難行動要支援者名簿の登録」「障害に関係する物資、機材の備蓄」と続いた。

(159 人)「災害時の支援について国や自治体からの情報が届いてこない、利用できない」(153 人)が多かった。自分が住む地域の福祉避難所の場所を知らない人は 60%。利用しない理由として「周囲に迷惑

### 【福祉避難所】

一般の避難所で過ごすことが難しい高齢者や障害者、乳幼児ら配慮が必要な人のための避難所。事前の協定なので確保されている施設は全国 2 万カ所で、うち市町村が指定しているものが、約 8700 カ所。主に高齢者施設や障害福祉施設。一般の避難者が殺到するのを懸念して公表されていない施設も多い。一般の施設に身を寄せた人の中から、支援の必要性の高い人が二次的に利用するのが一般的だが、直接避難する例もある。



## 災害で LGBT 配慮 70%



2021. 4. 26 神奈川新聞より

LGBT など性的少数者に対する災害時の配慮について、47 都道府県と 20 政令指定都市のうち 70%の 47 自治体が地域防災計画や避難所運営マニュアルなどに盛り込んでいることが 24 日、共同通信のアンケートで分かった。

### 【性的少数者】

同性愛者のレズビアン(L)、ゲイ(G)、両性愛者のバイセクシュアル(B)、出生時の性別と自認する性別が異なるトランスジェンダー(T)らの総称。英語の頭文字をとってLGBTとも言われる。性自認や性的指向が特定の枠に属さない人や分からない人ら「クエスチョニング」の頭文字Qを加えた「LGBTQ」などの表現もある。

避難所に男女のトイレや入浴施設しかなくて困るなどといった当事者の声を背景に、大半の自治体がここ数年で記載を追加。対応が急速に広がってきた。一方で、記載の内容には濃淡があり、具体的な記述がない自治体もある。偏見や差別を背景に、自分の認識する性である「性自認」や性的指向を伏せる当事者が多い中、プライバシーを守りながら現場でどう支援するかが課題になりそうだ。

「災害時の対応を定めた文書に性的少数者への配慮に関する記載があるか」との質問に「記載がある」と答えたのは神奈川県を含む30都道府県と横浜、川崎、相模原市など17政令市。「記載を追加する方向で検討中」とした自治体も6あった。「記載はなく、

追加も検討していない」は13自治体、「その他」が1自治体だった。

具体的な記載内容は、①男女別に限定しないトイレの設置 ②更衣室や入浴施設の個別利用化③相談窓口の設置など。

このほか、愛知県は避難所運営マニュアルで「生理用品や下着など周囲に人がいる中で受け取りにくい物資を個別に届けられるような仕組みを検討」などと例示した。

自治体の取り組みが広がる一方で、国の災害関連文書にはほとんど記述がなく、国の対応を求める声も出ている。



## 孤独・孤立対策について



新型コロナウイルスの感染拡大の影響で孤独や孤立の問題が深刻化しているとして、政府は今年2月、はじめての「孤独・孤立担当相」を内閣に置いた。6月に閣議決定した政府の経済財政運営の指針「骨太方針」には、孤独・孤立に特化した対策が盛り込まれている。行政は何ができるのか。効果的な政策はあるのだろうか。

社会的不安に寄り添い、深刻化する社会的な孤独・孤立の問題について総合的な対策を推進するための企画及び立案並びに総合調整に関する事務を処理するため内閣官房に、孤独・孤立対策室を設置いたしました。政府は一体となって孤独・孤立問題に取り組み、より一層的確に必要な方に支援をお届けいたします。

### 孤独・孤立対策担当大臣 坂本哲志

皆さんこんにちは。孤独や孤立感の中で様々な悩みを持っていらっしゃる方々に何が出来るかを政策として実行していくための大臣を拝命している坂本哲志です。

今の社会いろいろな問題があり、毎日が凄いスピードで過ぎて行きます。そんな中、一つのことにつまずくと一人で悩んでしまい出口が見えなくなってしまう。

ちょうど5年前、熊本地震がありました。午前1時過ぎの真夜中でした。私は熊本の自宅でそれを体験しました。柱時計やタンスが倒れ、金魚を入れていた水槽が割れ、瓦が落ち玄関のドアは開かなくなりました。妻、子供や孫たちと近くの中学校のグラウンドに避難し、余震が続く中、一夜を明かしました。朝、一带を見回ると大変な状況でした。山や橋、トンネルが崩れ、ほとんどの家屋は全壊か半壊でした。皆さん呆然としておられました。私もた

ただただ考え込むばかりで、この地域の国会議員として、この後、果たして地域を立て直す事が出来るのだろうか、一人閉塞感と孤独感に悩みました。

避難所に多くの方々が布団などを持ち込み家族ともども不安におののいておられました。「これからどうなる」その気持ちは私と一緒に。この時私は皆さんと同じ立場にいる、皆さんに相談しながらこれから一つ一つ復旧を進めて行くことが最も大切だ、と決意しました。話を聞き、相談する、そしてつながりを保っていくことの繰り返しが一番大切な事だと、分かりました。熊本地震の復旧・復興はその後、順調に進んでいます。孤独・孤立対策担当室が発足した時、職員の皆さんに私は、2019 年の東大の入学式での社会学者の上野千鶴子先生の来賓あいさつを引用しました。それは「あなた方は頑張って選ばれてここに来た。しかしこれからは頑張っても公正に報われない社会があなたたちを待っている。大学で学ぶ価値とは、既にある知を身につけることではなく、これまで誰も見たことのない知を生み出すための知を身につける事なのです」というものです。

孤独・孤立を担当する職員の皆さんには「これまでの役所仕事とは違う風景の中に立つのだから、これまでの役所で身につけた知とは違った知を身につけて対応して欲しい」という事を言いたかったのです。孤独・孤立で悩んでいる皆さんもこれまで頑張って来られたと思います。しかし、頑張っても頑張ってもどうしようもない状況に追い込まれるときは必ず誰にでもあります。

そんな時はいろいろな方々とつながって、相談して新たに進む知を生み出すことです。相談することは恥ずかしいことではありません。新たな知を探すための一つの方法なのです。

私も大臣として悩み、孤独感に陥るときもあります。そんな時は誰でもいいから相談すること、打ち明ける事、と思っています。そこからしか新しい知は生まれません。皆さんとともに進んで行きます。

(内閣官房ホームページより まとめ：三富)

## 2021 年度第 47 回「県民の集い」概要

日時 2021 年 11 月 21 日 (日) 13:00~16:00  
場所 大和市文化創造拠点シリウス 6F 講習室 (予定)  
演題 みんなで考える「精神障害者にも対応した地域包括ケアシステム」  
講師 藤井千代氏 (みんなねっと 2018 年 12 月号特集に紹介)  
国立精神神経医療研究センター 地域・司法精神医療研究部長



予定していた会場が次々とコロナウイルスワクチン接種会場となり、現在予約申請中。  
会場 (対面による講演) とオンライン併用を準備しています。  
会場確定次第チラシを配布いたします。参加申込み方法を確認して、お申込み下さい。

主催 NPO 法人じんかれん 担当家族会 大和さくら会・綾瀬あがむの会



2021 年度 精神障害者家族相談員養成事業  
NPO 法人じんかれん 研修会 のお知らせ

座間市のアウトリーチ支援 支援現場での実践について

神奈川県精神保健福祉士協会会長

相談オフィスわ〜くすけあ

精神保健福祉士 池田陽子 氏

座間市では昨年度から資格を持った「アウトリーチ支援員」が対象者のいる場所に出向いて、断らない相談支援を行っています。初期からこの事業に携っておられる池田陽子氏の話伺います。

♥ 日 時 2021 年 10 月 12 日 (火) 13:30~15:30

♥ 場 所 bono 相模大野サウスモール3階

ユニコムプラザさがみはらセミナールーム1

♥ 参加費 無 料

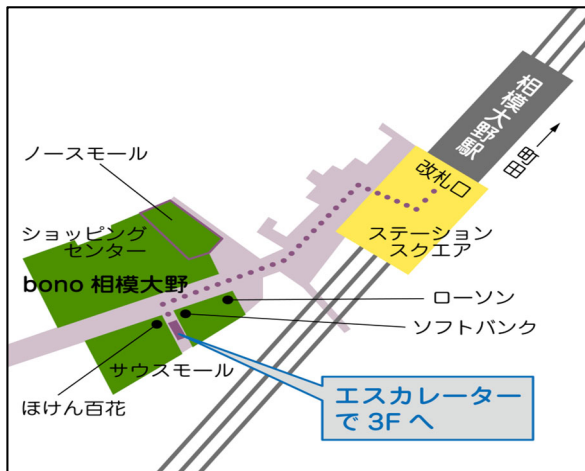
♥ 定 員 40 名(先着順)

咳・発熱等、症状のある方はご遠慮ください。

主 催 NPO 法人じんかれん

お問合せ NPO 法人じんかれん (事務所火・木 10:00~16:00)

電話 045-821-8796 FAX 045-821-8469



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  
変わりました。

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】



新型コロナウイルス感染症の終息が見えない中、オリンピックが始まりました。57年前東京オリンピックの開会式を国立競技場に観に行きました。真っ青な秋晴れの空に5輪が浮かび、聖火と、周りが外国人だらけだった事を鮮明に覚えています。今回は、無観客とのこと。日常の生活様式の変化による心身の不調を、テレビ観戦で吹き飛ばしましょう。今回のオリンピックは、良いも悪いも歴史に残る大会になる事でしょう。オリンピック、パラリンピックが無事に終わり、平穏な日常が戻ることを願うばかりです。(三富)