

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. 57 2021年10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/>

### やまゆり園事件から 5 年

東京 2020 オリンピック大会が無事閉幕したが、メダルラッシュに湧く 7 月 26 日は県立障害者施設「津久井やまゆり園」で入所者 45 人が殺傷された事件から 5 年目。

東京大会は「人種」「肌の色」「性別」「性的指向」「言語」「宗教」「政治」「障がいの有無」など、あらゆる面での違いを肯定し、自然に受け入れ、互いに認め合うという「多様性と調和」をうたうビジョンのもとに行われた。たが、「多様性」「共生」の掛け声とは裏腹に、未だに、社会的弱者やマイノリティを否定する風潮は根強い。5 年の歳月を経てもなお、障害者に対する差別や偏見は後を絶たない。

事件後は優生思想や「命の選別」などについて幅広い議論が交わされ、県も「ともに生きる社会かながわ憲章」の普及を図ってきたが、変化の実感はない。今、事件の風化を防ぎ、いかに共生社会を実現するかが改めて問われている。全ての人々がお互いの人格と個性を尊重しながら、差別や偏見なく共生できる社会を実現していくことが重要だ。

全盲で日本障害者協議会代表の藤井克徳さん(72)は事件の風化を危惧しつつ、差別根絶に向けた思いを強くする。「差別はいけないと 100 万遍説くことよりも、障害者が置かれている状況を変える方が大事だ。国が障害者政策に力を入れれば、差別観が根付いた個人の意識を変えられるとし、「政策が先。意識は後。政策によって個人の意識に変化が生まれる。成功させた国は徹底的に政策を重視した。」と説く。

「今、問題になっているヘイトスピーチも同じ。法律や条例という仕組みが少しずつでも市民の意識を変えるきっかけになる。その先にある理想は、政策と意識が双方に絶えず発展していくことにある。」

(神奈川新聞より)

注) ヘイトスピーチとは、人種、国籍、性別など、個人だけでなく集団が持っている特徴を、誹謗中傷したり、他の人にそのような行動に扇動をする発言のこと。



事件の後、何が変わり、何が変わっていないのか ——

以下は、みなさんの「ホンネ」をNHKがハートネットTVで募集したものです

◆加害者は、障害者の方に対する不満を理由に身勝手な罪を犯しましたが、「なぜ相手と話し合わず、一方的な思い込みで加害したの？」と問いたいです。本当に不満なら殺傷など野蛮な行動ではなく、しっかり相手と話し合っただけで世の中を良くするための議論にして欲しかったです。

しかし一方で、「あの人は使えない、仕事ができない、気が合わないからダメだ…」と不満を相手へとしっかり伝えず、人間関係をすぐに切り捨ててしまうような風潮は、今も変わっていないと思います。理想かもしれませんが、思いやりを持ち、信頼関係を作る事ができる社会へと前向きに変わってほしいです。

◆私は発達障害 (ASD) と精神障害 (双極性障害) を持つ障害者です。 やまゆり園での事件が起きた当初は眠ることも難しいくらいショックを受けました。そして、あの事件がきっかけで障害者に対するヘイトが Twitter 等で顕在化するにつけ、ドンドンと精神的に追い込まれていった経緯があります。本当は風化させてはいけません。考え続けなければならぬとわかっているのですが、今も思い返すと苦しいです。私が最も気になった事です。

◆ここまでの犯罪に走ったきっかけ、職員として働いていた時の環境、就労時間や条件、上司に当たる人との関係を知りたいです。

◆健常者と同じように、障害者も一人の人間として様々な辛さを感じながら生きています。

例えば、時々泣きわめく障害者は、自分の気持ちを言葉で表現することが難しいという厳しい辛さを感じているのだと思います。健常者は、障害者がどのような辛さを感じながら日々生きているかということをもっと考える必要があります。健常者は、辛さ



と闘いながら懸命に生きている障害者を尊敬すべきです。

◆障害者は社会に必要な存在だと思います。障害者は知っているが健常者は知らないことが沢山あると思うからです。健常者は障害者から学ぶ必要があります。障害者が持っている知恵を結集していくことによって、社会が豊かになっていくと思います。

◆わたしは精神ですが、ストレス解消と生活を見直すこと、あとイライラしやすいので薬が欠かせない体なのです。治すためではないし、体の中に異常がある訳ではない。元々発達障害というものを持っているし、うつ病でもあるからイライラすると迷惑がかかるのでそうならないために飲んでいるのです。それを飲まないままですとすごく迷惑がかかるし、余計にひどくなります。精神の病気は甘くありません。ガマンや気持ちだけでは直らないものなのです。世の中の人みんなが、「自分だっていつか障害を持つことがあるかもしれない、決して人ごとではないんだ」と想像する力を持てればいいのに、と思います。

◆生まれてきたのには、必ずこの世で生きる意味があるから存在するのだと思うから、障害者だからと陰に隠れるのはもう嫌です。ちゃんと人間らしく、生活したい。障害者を八つ当たりの捌け口にしたり、いじめの標的にしたりする心無い人の思い通りになるために存在しているんじゃないってことを強調したいです。

◆変わった事は精神科に措置入院した人を監視する方向になった事。変わらない事は障害者が施設から地域に移行できない事。社会は喉元過ぎればなんとやらで、風化されているように感じます。あの事件は一体何だったのか？

今思うと社会を変えるだけの事件だと一般の人は今思うのでしょうか？ 社会は何も変わっていません。

最後に精神障害者への風当たりが強くないことを祈ります。

## 日本の精神医療が抱える問題と実態

NHK ETV特集 2021.7.31

### 「日本最大の精神科病院(松沢病院)新型コロナ専門病棟」の精神医療の実態に迫るドキュメント

東京都内の精神疾患のあるコロナ陽性患者を受け入れている都立松沢病院のコロナ専門病棟。他病院や施設で次々とクラスターが発生し、精神疾患があるが故に一般の病院での受け入れが困難とされた人達が運び込まれる。病院にしか居場所のない患者、受け入れを拒む家族、ひっ迫する医療体制の中で葛藤する医療者たち、行き届かない行政の指導の実態が見えてきた。コロナがあぶり出した日本の精神医療、その実態と医療者の葛藤を1年以上の密着取材により迫った。

松沢病院が専用病棟を開設したのは昨年4月。

この1年で受け入れた患者は約240人。大半は他病院からの転院者だ。入院患者の8割が統合失調症や認知症を持っている。コロナ治療に加え、こうした疾患にも対応できる医療機関は多くはなく、「我々が受け入れなければ患者は行き場所を失ってしまう。チーム一丸で対応しなければ」と話す。

マスク着用や手指消毒、部屋からの外出自粛など、感染防止のための指示が伝わりにくい患者も多い。点滴を外したり、病室を出て歩き回ったりする患者もおり、ベッドから下りたことを感知するセンサーの設置や外からの施錠を行うこともある。「患者の疾患の程度に応じた感染対策を講じるのは本当に難しい」と語る。

松沢病院では、これまでに職員計11人の感染が確認されているが、院内感染とみられる事例はない。コロナ患者を診る医師や看護師だけでなく、精神科の担当医や清掃などで病室に入る民間事業者にも感染対策の講習を繰り返し行っている。3月末まで院長を務めた後も、非常勤で患者を診る斎藤正彦医師(68)は、「精神科病院には感染対策を取れない患者もいる。院内感染を防ぐには、職員や業者に感染対策の基本を繰り返し徹底するしかない」「又ここに来て、**精神科特例**による弊害が出ているのでは」と説明する。

#### 注) 精神科特例

日本は人口比で見ると世界でもっとも入院ベッド数が多い国です。内訳で見ると、その半分以上は、高齢者専用か精神科が占めています。日本は超高齢社会なので高齢者専用が多いのは仕方ないとしても、なぜ精神科の入院ベッドが多いのでしょうか。

日本には「**精神科特例**」というものがあります。「**入院患者に対して医師数は一般病床の3分の1、看護師・准看護師は3分の2でいい**」という取り決めです。このように設置基準を緩める代わりに、診療報酬は一般病床より低く設定されています。

北欧や西欧などの福祉先進国と日本が医療面で大きく異なるのは、先進諸国は公的医療機関が多いのに、日本は民間医療機関が多いことです。それらの国の医師や看護職、介護職の多くは公務員なので、国が何か方針を打ち出せば、一斉に同じ方向を向いてくれます。

民間の医療法人であれば、当然ながら利益を追求しなければなりません。ですから、国(厚生労働省)から先進国並みに病床数を減らすように、と言われても簡単に従うわけにはいきません。精神科病院は、多くの病床を持って「薄利多売」しなければ利益を上げることができないのです。一説には90%台の病床利用率を確保しないと経営は困難といわれています。そのため「一旦入院させた患者はなかなか退院させられない」と言う問題が出てきます。

— ネット検索より —

昨年から多くの地域精神科病院でクラスターが発生して、松沢病院では多くの陽性者を受け入れたが、入院患者から発生元の病院について聞くと、暗澹たる惨状が明らかになった。

病棟は古く汚い。個室や空室が無いので、陽性者も無感染者も同室にいる。患者との密着度が高く、医療スタッフが感染に巻き込まれている等、精神科

病院の脆弱性が明らかになった。ある精神科病院では、1人で20名の患者を診たり、医療スタッフの2割が感染した。

コロナ対策の指導、改善の名目で保健所が調査に来るも、鍵のかかった中で、身体拘束されたり、囲いのないトイレ、雑魚寝状態の室内等、人権無視されている実態を把握していない。(まとめ：三富)

## 報告 2021年度 第1回 相談員研修会 「電話相談員が押さえておくべきポイント」

日時 2021.08.12 (木) 13:30~16:20  
会場 ひらつか市民活動センター B会議室  
講師 心理カウンセリングルームそらいろ 代表 井上雅裕氏  
参加者 会員 9名 そらいろスタッフ 2名

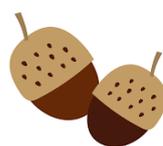


### 《内容》

じんかれんでは毎週水曜日に電話による家族相談を行っています。昨年度は月平均で6~7名の方から相談がありました。現在、会員7名が担当していますが、相談員間で情報交換の場を持つ機会がありませんでした。また、地域家族会に相談が寄せられることも多くなっています。そこで、今年度から面接相談をお願いしている心理カウンセラー井上雅裕氏を講師に招き、電話相談員及び相談員希望者対象の研修会を行いました。

会として「どこまで支援するのか」「ゴールは何か」を決めておくことが必要で、まずは「電話をかけてスッキリした。話を聞いてもらって良かった」をゴールにしてはどうか。そのためには、相談員が心を開いて話を聞くこと、自分の価値観の広さと意識領域の幅を広げることの大切さを改めて感じました。薬や支援機関等に関する基本的知識の共有も必要で、相談員同士で専門家を含めて定期的に情報交換の場を持つことは、これからの課題になると思います。

一度の電話で背景にある心理を分析するのは難しいですが、私たち家族には長年、精神当事者と共に生活してきた経験があります。それを基に少しずつ



バージョンアップし、じんかれんとしても練度を高めることができるのではないのでしょうか。

心理カウンセラーの立場から家族と当事者の関係性についてもお話がありました。当事者が「自分の人生を自分で考える。自分の人生に主体的にかかわる」ためには、「親子関係をいったん崩す。親の価値観を押し付けることをやめる」という言葉が心に残りました。家族会に対しても「自分の事で精一杯の会員の中から、他の人のために活動できる人が出てきて、会の運営を支えるようになれば継続性が出てくる」とのアドバイスをいただきました。これからの前進のために有意義な研修会となりました。

(石川ひとみ)

## アンケート集計

研修会「電話相談員の方が抑えておくべきポイント」 講師 井上 雅裕 氏 2021 年 8 月 12 日

アンケート回収枚数 9 枚 研修会出席者数 12 名

参加された方のお立場				講演はこれからの生活に役立つと思いますか			
家族	7 名	施設関係	0 名	大変役に立つ	9 名	少し役に立つ	0 名
当事者	0 名	医療関係	0 名	あまり役に立たない	0 名	無回答	0 名
行政関係	0 名	その他	2 名				
講演内容について				講演時間について			
良くわかった	8 名	少しわかった	1 名	丁度良かった	8 名	短かった	0 名
あまり分からなかった	0 名	無回答	0 名	長かった	1 名	無回答	0 名

### 本日の研修会 感想自由記載欄

- ・発想の転換を感じた。 ・楽しく聞けた。
- ・先生が熱意をもって話してくださり、ありがたかった。
- ・よくわかり、自分の今後の生き方に活かしていきたいと思います。 心理学を知り、実践していく家族会でありたいです。
- ・みなさんがとても熱心に活動されていらっしゃることに心ひびきました。
- ・相談を受ける場合の注意点がわかり、良かった。 一体感を感じて、わかってくれたことで信頼関係ができることが大切とわかりました。 相談を受ける人の自己開示力が大事という意味がわかりました。
- ・当事者と日々対面生活していて、わかること、元気になる秘訣は当事者の主体性であることが改めて分る。
- ・詳しい説明で、心理学的アプローチにより精神疾患の軽減が図れることに希望が持てた。  
家族会活動に対する助言も的確だと思った。
- ・電話相談のスキルアップにつながるために、このような勉強会での意見交換は大事だと思います。

### 今後、希望する講演内容、講師名

- ・精神科特例廃止に向けて、この法律の負の重さを理解することと家族会はどう運動していけばよいか。
- ・作業所をすべて A 型にできないのか。

### じんかれんへのご意見ご要望

- ・精神科特例を取り払うように家族会として運動をして一日も早く実現したい。 先日の E テレでコロナ禍の X 病院 Y 病院がまだ存在していることに驚きました。 本人の人権を守る立場で精神世界が動くようにもって行って欲しい。



## 抗精神病薬の影響調査

2021. 8. 23 神奈川新聞より

「抗精神病薬」は統合失調症をはじめ、さまざまな精神疾患の治療に使われ、近年さらに幅広く使われる傾向にある。国立病院機構舞鶴医療センター綾仁医師等により、国内のデータを基に複数の抗精神病薬を併用すると薬剤による健康被害が増えるとの

研究結果が出た。

さまざまな精神疾患に対する診療ガイドラインは、原則として単一の抗精神病薬（精神疾患治療で使う薬剤の総称）の使用を推奨している。

だが、1つの薬剤では効果がない場合や他の精神疾患もある場合には、複数の薬剤が使われることもある。例えば、うつ病で抗うつ薬だけでは効果がない場合、主に双極性障害の治療に使われる炭酸リチウムや、抗精神病薬を併用することは標準的な治療方法となっている。双極性障害では単一の薬剤で効果がない場合、複数の薬剤の併用が診療ガイドラインで推奨されており、実際に患者全体の8割が2種類以上、4割が4種類以上を使っているとの報告もある。抗精神病薬の併用で特に目

立つのが複数の抗精神病薬の併用だ。抗精神病薬は統合失調症のほか、双極性障害、うつ病、強迫性障害、発達障害に加え幻覚、妄想、興奮といった症状の治療にも幅広く使われる。国内では、統合失調症の入院患者の6割前後が複数の抗精神病薬を併用しているとの報告がある。

綾仁医師は「やむを得ず複数の抗精神病薬を併用する場面は少なくない。診療に携わる医療者は併用が健康被害の増加に影響することを念頭に置き、薬剤の有効性に加え安全性も意識した診療をしていただきたい」と話している。

### 《主な抗精神病薬の副作用》 ネット検索より

副作用とは、薬の本来の効果（主作用）以外の反応のことをいいます。本人にとっては不快なもので、日常生活にも影響が出る可能性があります。副作用の出やすさは一様ではなく、薬剤の種類や患者ごとに異なります。薬を使って、「何かいつもと違う」「副作用ではないか?」と感ずることがあったら、我慢したり、恥ずかしがったりせずすぐに主治医や薬剤師に相談してください。

薬の量や種類を変更することで、副作用が改善される場合があります。また、副作用を抑えるための薬を処方してもらうこともできます。薬の調整は医師と相談しながら行います。自分の判断で服薬を中止するのは大変危険ですからやめましょう。

【流涎(りゅうぜん)】よだれが多量に出る

【ジスキネジア】無意識に口が動く、手足が勝手に動く

【ジストニア】目が上を向く、ろれつがまわらない、首が反り返る、体が傾く、など

【アカシジア】足がむずむずする、絶えず歩き回る、足を落ち着きなく揺らす、など

【錐体外路症状(すいたいがいろうしょうじょう)】

ドーパミン神経の過剰な遮断によって日常の動作が障害されてスムーズな体の動きができなくなります。

【パーキンソン様症状】体がうまく動かない、手がふるえる、体が前かがみになって小刻みに歩く、など

【悪性症候群】急に高熱(38℃以上)が出て下がらない、汗を多くかく、脈が速くなる、筋肉のこわばりが強くて動けない、意識がもうろうとするといった症状が現れることがあります。発症率は、抗精神病薬を使っている人の1%未満とまれですが、放置すると死に至る危険性もある重い副作用です。現在では有効な治療方法が確立していますので、速やかに受診して医師の指示に従いましょう。

【体重が増える】抗精神病薬の中には、服用することで食欲を亢進させて体重を増やしてしまうものがあります。精神疾患にかかると、食生活や生活習慣が乱れたり、運動不足になることがありますので、日常の食事や運動などで体重コントロールを心がけましょう。

【糖尿病】抗精神病薬の中には、糖尿病の人には使用できないものがあります。自分や家族が糖尿病を患っている人は、必ず医師に伝えてください。短期間に急激に体重が増えた、のどが渇く、砂糖を多く含む清涼飲料水をたくさん飲むようになった、おしっこの量・回数が増えた、などは糖尿病が疑われるため速やかに受診して検査を受けましょう。



【脂質異常症（高脂血症）】患者の体質や抗精神病薬の特性によって、血清脂質値の異常が現れる可能性があります。脂質異常症は心臓病や動脈硬化の危険因子です。統合失調症の患者は、喫煙、肥満、糖尿病といった危険因子をすでにもっている場合がありますから特に注意が必要です。



2021年度（令和3年）神奈川県精神保健福祉家族住民交流事業  
NPO法人じんかれん 第47回『県民の集い』in 綾瀬

日時 2021年11月21日（日）13：30～16：30（受付13：15～）  
会場 綾瀬市立中央公民館 講堂3F（A・B） 綾瀬市深谷中1丁目3番1号  
演題 みんなで考える「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」  
～ 精神疾患もその家族も地域の一員として、安心して自分らしく生活できるように～  
講師 藤井 千代氏 国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 地域・司法精神医療研究部部长  
《主催者呼びかけ》

講師 藤井 千代氏は、地元の精神障害者家族会にも所属されていて、当事者と家族に寄り添う姿勢を強くお持ちです。2018年「月刊みんなねっと」の取材に応じて語られた言葉を少し、以下に紹介致します。

“ 私が精神科医を選んだのは、「患者さんの全体像を診て仕事をしたいから」  
「患者さんの心に寄り添って人生の全体を支えたかったから」

家族会に望むことは、「家族としての立場には重みがあります」

「政策に関する家族会の要望・意見を伝え続けてほしい」 ”

今回は貴重な対面講演です。「精神障害者にも対応した地域包括ケアシステム」について、みんなで考えあいましょう。（要申込み:定員100名 チラシ裏面をお読み下さい。家族会の方々は10月中に参加申込みを）

《申し込み・問い合わせ先》 NPO法人 じんかれん（火・木10：00～16：00）  
TEL 045-821-8796 E-mail [jinkaren@forest.ocn.ne.jp](mailto:jinkaren@forest.ocn.ne.jp)  
FAX 045-821-8469 URL <https://jinkaren.net/>

担当家族会 大和さくら会・綾瀬あがむの会

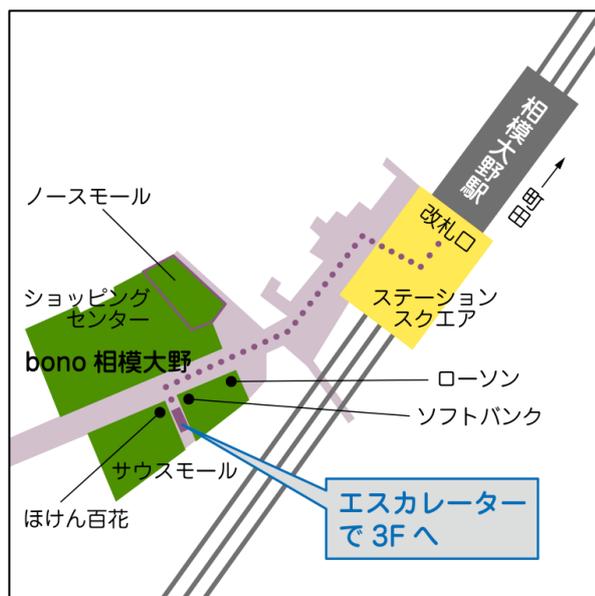
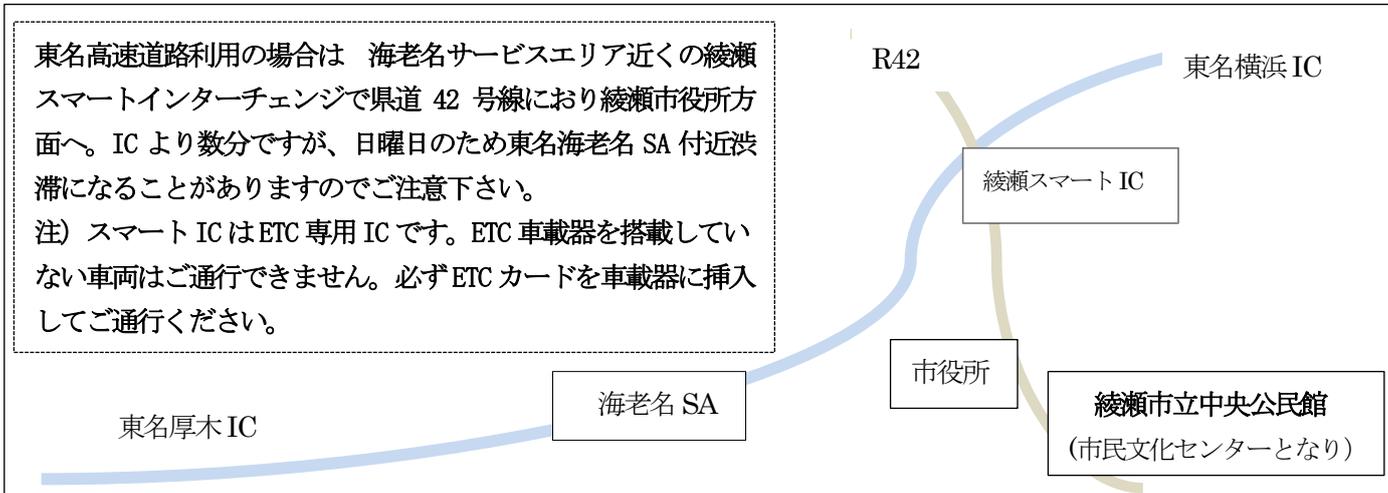
※お断り：「2021年度県民の集い」は、県・市のコロナ感染防止対策を受けて当初計画を変更し、ご案内の様に会場は綾瀬市中央公民館に、オンラインは中止となっています。開催時間は13：30～16：30です。

ご理解ご協力をお願い致します。

《アクセス》

- 『海老名駅』（小田急線・相鉄線） ※時刻表は季節による改正にご注意下さい。 東口から「相鉄バス」③番のりば「綾12 綾瀬市役所行き」—「綾瀬市役所」下車 徒歩5分 発12：20 → 着12：43 発13：20 → 着13：45 東口から「相鉄バス」⑤番のりば「綾51 綾瀬市役所行き」—「市民文化センター前」下車 発12：15 → 着12：38 お薦め時刻 発12：45 → 着13：08 発13：15 → 着13：31
- 『さがみ野駅』（相鉄線） 南口から「神奈中バス」 「さ02系統 吉岡工業団地行き」—「市民文化センター前」下車
- 『長後駅』（小田急線） 西口から「神奈中バス」市役所または文化センター経由「綾瀬車庫行き」—「市民文化センター前」下車すぐ

◆車でお越しの方 無料駐車場あります。



**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】

今年の夏は新型コロナウイルス感染症が拡大する中、前線の停滞に伴う記録的な大雨で全国各地に甚大な被害をもたらしました。神奈川県も多くの土砂災害が発生しましたが、我が家も横横道路逗子インターの近くにあり、がけ崩れによる3か月の閉鎖には不便をきたしています。激しい雨や長雨が多発する背景には、地球温暖化の関連が指摘されています。気温が上昇すると大気に含まれる水蒸気が増えるため、降水量も多くなるとされています。温暖化が最悪のシナリオが進むと、今世紀末には神奈川県でも滝のように降る雨の頻度が2倍になると予想されています。台風に関して、温暖化で移動速度が遅くなり、大雨や強風の影響が長期化する恐れがあると言います。全国各地での悲惨な状況を見るにつけ、心が痛みますが、災害を他人事ではなく自分事と捉えて、日頃から自治体、气象台から発信される情報に関心を持ち、災害に備えましょう。(三富)



pixta.jp - 11324930