

KSK

発行 KSK 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鳥山町1752番地
障害者スポーツ文化センター横浜ラポール3F 横浜市車椅子の会内

あゆみ会報

編集 湘南あゆみ会
〒254-0807 平塚市代官町21-4 SEA平塚ビル3F フレンズ湘南内
TEL/FAX 0463-24-0420
定価 50円 (会員は年会費に含まれています)

2022年 6月号 第178号

報告



●5月定例会 心理勉強会

5月13日(金) 分かりやすいと好評の心理勉強会を行いました。講師 井上雅裕氏 参加者23名
「具体的な回復事例からヒントを見つけましょう」

(1) なかなか健全な方向に向かえない心の現状

- 辛い時期が長すぎて幸せになる事を諦めている
- 家事、身の回りの事、仕事等を実施できていないことが気になり、健全な事が考えられない
- みんなと同じ事、平均的な事が出来ていないことが気になる
- 心の病なのに行動管理が主体になっている
- 回復を最優先しようとしている

心の病になったのは不慮の事故ではなく、日々のストレスが蓄積してなったので、これを回復させるためには、日々の状態を幸せとまでいかなくても肯定感のあるものにしないと、精神状態は良くならない。

病になった経緯 ⇒ 日々つらい ⇒ 病気

回復の経緯 ⇒ 日々つらくない ⇒ 回復

日常生活をつらくない状態にし、充実感、肯定感を育てることが社会復帰の第一歩。この考え方を本人や家族みんなが共有することが大切。

(2) 事例の検討

〈事例1〉

高校在学中に統合失調症を発症。卒業したが大学を断念。治療に専念し、ほぼ1年経過した今、当初の妄想はほぼ出ていない。

- 母が代理カウンセリングを受け、息子さんとの対話の分析を行う。これにより、息子さんの心理状態の理解が進む。
- 注意したポイント 息子さんの妄想を注意しないで受け入れるようにする。

○自己否定する時も否定を止めようとしないで、「そうなんだ、でもお母さんはそんな風には思わないけど」とお母さん個人の意見を言うにとどめる

○頼んだ家事ができなくても責めない。
○ちょっとした楽しみに誘うようにする。お茶、買い物、外食、散歩、ドライブ等。本人が行かなくても、快くそのまま受け入れ、親はそれを実行する。中止すると自分のせいだと思わせてしまうから。

○ある時、ラーメンを食べたいというので、家族で歩いて出かけ、帰りに雨に降られたが、みんな濡れながら帰ってきて、それが楽しかったというようになる。この頃から日々の生活が楽しいと言うようになってきた。妄想もほぼなくなった。

〈事例2〉

怒りが激しく、両親への暴言、暴力が頻繁に起きる女性。柔軟性が育ち、自分が折れる事、相手を理解することができるようになってきた。

○母が代理カウンセリングを受け、娘さんとの対話の分析を行う。これにより娘さんの心理状態の理解が進む。

○持論への執着が激しく、持論への賛成が得られないと、激しく周囲を責める。

○毎日何度も母親に電話をかけてきて持論を話し続け、同意しないと怒りをぶつける。

○母を自分の思う通りにコントロールできないと回復しない、という認知の歪みがあるためこの歪みを取るようにする。

○母は辛い時は辛いと言い、電話に出る回数を減らし距離をとるようにする。が急激に態度を変えるようなことはしない。

○母はこれまで予測されるトラブルを全て注意してきたがそれを止め、発生してから一緒に考え、

相手の人はこう思ったんだねと伝えるように変えてみた。

○ある日、メールをやり取りする友人に理解のある発言をしたので、それを褒めたところ、「私も最近、柔軟性が出来たんだ」と自分の成長を肯定するようになってきた。

家庭を最小単位の社会、組織と捉え、その中で社会人としてできる役割を担い、充実を図ることが社会復帰の第一歩という考え方を育てる。

心理療法の技法が良くて回復した人 18%

心理カウンセラーとの信頼関係で回復した人 40%

家族、医者、カウンセラー、その他複数の人と太いパイプを持つことで回復が進む。

〔質問への回答から〕

- ・人にかまってもらいたい時妄想が始まる
- ・不安、欲求、ストレスなど自分でどうしていいか分からない時、幻聴、幻覚となって現れる
→丁寧にかかわり良く話を聴き一緒に考える。
小さな楽しみを作り、日々が充実するように。
- ・自己否定は承認欲求の反対の表現 共感しながらもほんの少し肯定の言葉を加える
- ・入浴、洗髪、歯磨きをしないのは自尊心が低いから→日常の中で“良かったね”を繰り返し、自尊心を育てる
- ・一般的なステップを踏まなくても自己肯定感が上がれば自立できる
- ・薬物治療は激しい症状を抑え、話ができるようになるために必要
- ・親と同居することに自分の存在意義を見つけているのなら同居を認めてあげる
- ・親が謝る必要がある時は怒りが鎮まった時点が良い
- ・すぐに“ぶっ殺す”などと激しい言葉を言うのは、社会で認められてこなかったから。弱さを隠すための強がり。心の中で何が起きているのかを察してあげる。
- ・子どもの一人が病んだり死んだ時、その影響は他の兄弟にも及ぶ。家の中が暗くならないように親は気を付ける必要がある。

〔出席者の感想〕

- ・心理を知ることの大切さを日々実感している。「今日一日良かったね」を積み重ねて行きたい。
- ・いろんな話、事例が聞けて参考になった。(4人)
- ・親としてできるだけ努力したい。辛さを理解してやりたい。幻聴がなくなる薬ができると良い。
- ・病気の家族と機嫌よく暮らすのは中々難しい。肯定感を持続して持つことも中々難しい。
- ・薬は安定させる道具、一生抱えていく病気と思うと家族も本人も不安。少しでもこれからの人生を楽しく生きて行きたい。
- ・今の人生、これ以上悪くなりようがない、という気持ちだったが、自尊心が高まれば入浴もできるようになると聞いて大変参考になった。
- ・当事者から逃げ出したい気持ち。でも今日は先生のお話の一つ一つ腑に落ち、質問もできて良いアドバイスを頂けた。
- ・今後も継続して勉強会を行ってほしい。



●NPO 法人じんかれん定期総会開催

5月19日(木) ユニコムプラザさがみはら セミナールーム2において開催されました。

いつも使ってきた横浜市の県民センターは耐震工事中のため、今回は上記の会場となりましたが、相模大野駅に近く、静かで落ち着いた雰囲気の良い会場でした。

来賓の山田正夫神奈川県精神保健センター長は挨拶の中で地域包括ケアシステムの問題にふれ、昔のサービスは家族というキーパーソンを介して支援が行われてきたために、協力的でない家族の場合、患者が放置されることもあったが、このシステムでは家族以外の方がキーパーソンになることにより、それを防ぐことができるとともに家族の負担を軽減できると話されました。

この日の出席者31名、委任状32名で正会員69名の過半数を超えたため総会の成立が確認され、清水真議長の進行で議事が進められ、2021年度事業報告、収支報告、監査報告、役員選任、2022

年度事業計画案、収支予算案などすべての議案が承認されました。

総会後の講演では、海老名家族会2πr会員の花咲爺さんことミスターXさんから、統合失調症を患う息子と暮らす老父の悪戦苦闘記が語られ、笑いと涙に会場が包まれました。

息子への深い愛をユーモアに置き換えた講演者の言葉の一つ一つに共感を抱きつつ、今年度の総会は終了しました。

●平塚市障がい者団体連合会定期総会開催

5月22日平障連の定期総会が平塚市福祉会館に於いて開催されました。

平障連は8つの障害者団体の連合会です。聴覚障害のある方々のためにパソコンで要訳された文章をスクリーンに映し出す設備の設置などもあり、1時間前から準備が行われました。

この日は長年にわたり会長を務めて下さった龍崎さんから相原さんへ、事務を担って下さった堀内さんから鳥丸さんへのバトンタッチの発表がありました。議長には日暮勉さん(視覚障害者協会)が選任され、全ての議案が満場一致で承認され、無事、総会は終了しました。



これからの予定とお知らせ

6月サロンあゆみ 内容が少し変わります

6月17日(金) 13:00~16:00

ひらつか市民活動センターA会議室

13:00~14:30 心理勉強会 講師井上雅裕氏

会員が力をつけることを目標に、これから毎月、前半に心理勉強会を継続して行います。ご希望の方は進んでご参加下さい。

14:30~16:00 自由交流

7月定例会 SST 勉強会

7月22日(金) 13:30~16:30

ひらつか市民活動センターA会議室

健康な部分を広げるには・・・、家族の悩みを良くご存じの高森先生から学びましょう。

精神障害のある人の尊厳の確立を求める 決議

日本弁護士連合会

(インターネットより)

全ての人の尊厳は守られなければならない。

しかし、精神障害のある人の中には、入院を強いられたり、数十年もの長期にわたり地域で暮らすことなく精神科病院で一生を終える人、思春期の真ただ中で出口の見えない隔離強制に絶望し自死を選択する人、入院中の強制、侮辱、暴言、暴力、身体拘束等を受けて心に深い傷を負った人、地域の差別偏見によって孤立と貧困に喘ぎ、ときに否応なく社会から隔離されることを恐れながら生きる人も少なくない。

長期間の入院隔離は、その人の人生に決定的かつ重大な影響を与える。人格、名誉、尊厳を傷つけ、地域で等しく教育を受け、人を愛し愛され、働き、家庭を築く等あらゆる場面において、人生選択の機会を奪い、人生の発展可能性を損なう。

これらの人権侵害は、精神障害がある人に対する特別な法制度がもたらしている。

精神保健及び精神障害者福祉に関する法律(「精神保健福祉法」)は、精神障害のある人だけを対象として、精神障害があることを理由に、強制入院制度を設けた。期限のない施設隔離によって、その人の人生と尊厳を制約してきた。この法制度が精神障害のある人に対する差別偏見を規範化し、精神障害のある人は地域から隔離排除すべきとの誤った社会認識を構造化した。

在宅支援や退院後の地域生活に必要な資源を提供せず、精神障害のある人とその家族の孤立と貧困をもたらし、地域生活に障壁を作った。

これらの繰り返しによって、精神障害のある人が地域において居場所と仲間を得て、人としての尊厳を保ちながら、平穏に人生を送ることを妨げた。

当連合会は、1971年10月23日の第14回人権擁護大会において、「医療にともなう人権侵犯の絶滅を期する」と宣言し、その後も精神障害のある人に対する度重なる人権侵害に懸念を表明してきた。

しかし、精神障害のある人に対する人権侵害は重ねられており、当連合会は、精神障害のある人の尊厳を守るための法制度改革も、被害回復も、法的援助も、充分には果たせなかった。

日本は2014年に障害者の権利に関する条約(「障害者権利条約」)を批准した。同条約は障害者の人権や基

本的自由の享有を確保し、固有の尊厳を尊重するため、第14条第1項で「いかなる場合においても自由の剥奪が障害の存在によって正当化されない」と規定している。

当連合会は今一度、精神障害のある人に対する障害を理由とした人権侵害の根絶を達成するために、現行法制度の抜本的な改革を行い、精神障害のある人だけを対象とした強制入院制度を廃止して、これまでの人権侵害による被害回復を図り、精神障害のあるすべての人の尊厳を保障すべく、以下のとおり、国に対して法制度の創設及び改正を、国及び地方自治体に対して多様な施策を実施するよう求めるものである。

1 精神障害のある人に対する医療法・医療制度の抜本的改革

- (1) 精神障害のある人だけを対象とし、緊急法理を超えて、本人の意思に基づかない入院を許す精神保健福祉法による強制入院制度を廃止し、廃止に向けた基本計画を作成し、実行する法制度を創設すること
- (2) 精神科医療においても等しく適用される、患者の権利を中心にした医療法を速やかに制定し、インフォームドコンセント法理を始め一般医療と同等の質及び水準の医療を提供することを確認し、その運用、周知のために必要な方法整備を行うこと

2 精神障害のある人の入院に伴う尊厳確保のための手続的保障

強制入院制度廃止までの間、精神障害のある人に対する強制的な入院や行動制限等尊厳に関わる取扱いには、次の手続的保障を前提とすること

- (1) 精神医療審査会制度が厳格に運用されるよう、その独立性、委員構成及び審査手続等を抜本的に見直し、国が必要な予算措置を講ずること
- (2) とりわけ、強制入院の開始時には、入院後遅滞なく入院者との面談を実施するなど、入院及び継続の要件の審査について、実効性のある実質的な審査手続となるよう抜本的な改革を行うこと
- (3) 入院者の退院請求・処遇改善請求の権利を保障するため、無償で弁護士を選任し、援助を受けることができる制度を速やかに創設すること

3 精神障害のある人の地域生活の実現

- (1) 精神障害のある人について、その人にふさわしい地域生活を保障するため、精神病床を削減し、精神科医療にかかる予算や医療従事者を地域医療福祉へ

と計画的かつ円滑に移行させること

- (2) 精神障害のある人が地域で自分らしく安心して暮らすことができるよう、住居確保、障害年金や生活保護等による所得保障の充実、雇用環境の整備、精神的不調等が生じた場合に地域生活を継続するための相談・支援等、必要かつ実効的な障害福祉サービス体制を確立すること
- (3) 精神障害のある入院患者が不安なく地域で暮らすことを指向できるよう、地域移行に向けた明確な目標を定め、病院施設にピアサポーター及び福祉専門職による退院支援活動の受入れを義務化するなど、目標達成を確実にする施策を立案し、そのための予算措置を講ずること
- (4) 精神障害のある人の地域生活が、家族への負担と責任にならないよう、実効的な相談・支援体制を構築すること

4 精神障害のある人の尊厳の回復及び精神障害のある人に対する差別偏見のない社会の実現

5 障害者権利条約の求める、人権の促進及び擁護のための国家機関(国内人権機関)の地位に関する原則(パリ原則)にのっとり国内人権機関の創設及び個人通報制度の導入

当連合会は、上記各施策の実現のための諸活動を強化するとともに、速やかに、精神科病院に入院する人が、いつでも迅速に利用できる弁護士選任制度を全ての弁護士会に創設し、権利擁護のために他の専門職種と連携して必要な体制を図ることに全力を尽くす決意である。

以上のとおり決議する。

2021年(令和3年)10月15日

日本弁護士連合会



精神保健福祉ボランティアグループ

こんぺいとうのお知らせ

- 6月11日(土) お茶会 中央公民館 3F 和室
 - 6月18日(土) 定例会 福祉会館第3会議室
 - 7月9日(土) お茶会 中央公民館 3F 和室
 - 7月16日(土) 定例会 福祉会館第3会議室
- 時間いずれも 13:30～ お茶会参加費 100円
- 6月25日(土) 11:00～ サロン 参加費 200円
- ほっとステーション平塚(老松町2-19 読売高野ビル5F) 問い合わせ佐藤さん 090-8487-0129