

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

2022年8月号 第180号

報告

7月サロンあゆみ

7月15日（金）進捗管理型心理勉強会第2回目を行いました。参加者15名
2グループに分かれ、各人が抱えている問題点を担当スタッフがまとめ、それについて井上カウンセラーからアドバイスをいただきました。
たとえ病気から来る訴えであっても肯定的に捉え受け止めてあげること、全人格的に対応すること、本人が自分の考えの間違いに気づくまで待つこと、プラスの感情が得られるようにお母さん自身がプラスの感情で理解者となること、笑いをとるような会話を心がけ、最後は“よかったね”で終わるようになど、普段、暗くなりがちな日常の中で心がけるとよい点が示され、よい学びの時となりました。

7月定例会 SST 勉強会

7月22日、久しぶりに高森先生を迎えて SST 勉強会を行いました。参加者19名

精神疾患の人に対する家族、また行政の人の関わり方について、様々な事例を挙げながらお話されました。

親がよかれと思ってやることと、本人の気持ちには大きなずれがある。

一人の父親の例から：息子の世話を任せてきた母親が亡くなり、自分が世話をしなければならなくなった。思い切って自分の欲を手放し、息子に任せてみた。その結果、息子は支援を受けながら自宅で一人暮らしができるようになり、自分は高齢者施設に入って暮らしている。

大切なことは本人の意思の尊重、信頼関係を

築く関わり方をすること。それには本人の力を信じ、下から持ち上げるように接すること。

健康な心とは

- 1 不安のコントロールができること
- 2 怒りのコントロールができること
- 3 現状の変化に対応できること
- 4 他者への気配りができること

西条八十の“歌を忘れたカナリヤ”の最後の歌詞のように、心のこもった丁寧な扱いを心がけることが大切。自分が変わる決心をする。

SSTとは Social+Skill+Training の略で、受信機能、処理機能、送信機能の訓練である。

人はみんな相手との間にフィルターを持ちながら話している。そのフィルターを外して、全く初めての人と話すように、感じのよい言葉で、短く話す。

親といること自体がストレスになっていることが多い。状況変化に弱い人が多いので、話を聞く時は、その人の言った言葉をそのまま繰り返して言う。それにより脳の混乱を防ぐことができる。

褒める点を探すこと、けなさないこと、関心表明を示すこと、共感すること、笑顔で明るく話すこと。

《Q&A》

- 1 Q 働けない自分を息子は否定している
A カタツムリのようにいつも重い荷物を背負って生きているのがこの病気の人である。
“働かざる者喰うべからず”は健常者に対しての言葉である。この病気の人には働かなくてもいいんだよと言ってあげよう。
- 2 Q 妄想からか多額の借金をしている
A 法テラスという組織が全国にあるのでそこに相談することを勧めます。

以上



じんかれん研修会
みんなねっと
精神保健医療福祉への提言

8月2日 かながわ県民センターにおいて、みんなねっと（全国精神保健福祉会連合会）小幡恭弘事務局長を講師に迎え、上記のタイトルでお話をいただきました。この提言は数年かけて検討され、医療と福祉の両面がまとめられて2022年度総会で発表されました。

◆誰もが安心してかかりたいと思える精神科医療の実現

1. 市民のメンタルヘルス（精神的健康）ケアの充実

1) 学校教育・医療関係者への正しい精神疾患・精神障害についての教育の実施

高校教育では今年から保健体育の時間でおこなわれる、が義務教育から行うことが望まれる

2) 相談窓口の整備 早期に相談できるよう、24時間・365日対応の相談窓口の開設と精神保健福祉の専門相談員・訪問サービスを実施する

思春期の変調と間違え早期の相談が遅れる

2. 精神科医療の一般診療科化の実現

1) 精神科特例を廃止し、人員配置基準と診療報酬を一般診療科と同等にする

2) 精神医療審査会の人権擁護機能を充実させる

現状は審査に時間がかかり90%余通らない

3) 意思決定支援、インフォームドコンセントの徹底、SDM（共同意思決定）を実現させる

3. 薬物治療とともに心理社会的支援が当たり前

に受けられる方向へ転換する

1) 多職種チームによる訪問型支援・治療サービスの充実

2) 当事者の尊厳と意見の尊重

3) ピアサポートの充実

4) 家族心理教育、訪問家族支援の診療報酬化

4. 当事者の視点を大切にする精神科治療へ

1) 薬物治療を受けた本人の意見の尊重

治療・研究への当事者・家族の参加の推進

2) 診断名の伝え方に配慮し、診断体系の見直しが必要

◆誰もが安心して暮らせる地域精神保健福祉の実現

1. 本人およびその家族と、精神保健医療福祉の必要がある人を国と社会全体が責任を持って支える体制の構築を求める。

1) 保健所および精神保健福祉センターの機能の強化

2) 精神障害にも対応した障害福祉サービスの提供

3) 家族相談員の制定

4) 家族への情報の提供

5) 高い支援力を持つ職員の待遇改善と養成

6) 住居の支援

7) 保健所の今後のあり方

2. 当事者と家族のピア活動への支援

3. 本人の一般就労と社会参加への支援

1) 短時間雇用（20時間/週）・超短時間雇用（10時間/週）の促進

2) 就労支援体制の充実

3) 個別就労支援プログラムの促進

4) 社会参加の機会の確保と工夫

5) 本人の居場所の開設

6) 総合的な回復支援

4. 啓発教育と実践活動

1) 学校教育における啓発教育の実施

2) 医療機関・教育機関・行政機関・司法関係機関の啓発教育

3) 本人と家族が進める啓発活動

4) マスメディアによる報道のあり方

5. 所得保障、他の障害との格差是正

1) 本人の所得保障

2) 障害年金判定基準の見直し

3) 交通運賃割引の実施

4) 重度心身障害者医療費助成制度の実施

5) 家族の所得保障

◆長期的展望に立ち実現を目指す

～入院中心から地域医療へ転換し、地域で安心して暮らせる体制へ～

1. 一定地域単位(人口5万人程度)に、メンタルヘルスの責任を持つセンター(仮称:地域保健精神医療センター)の設置を含め地域支援体制構築のための法律の見直し

地域保健精神医療センターは

・危機介入チームによる訪問支援・訪問医療の機能を持つ

・24時間・365日相談・支援につなぐ

・地域の連携・ネットワークの起点となる

・個々のマネージメント・コーディネートの役割も持つ

2. 強制的入院のあり方を問い、医療保護入院の廃止を目指す

医療保護入院は日本特有の強制入院制度

なるべく入院せずに生活の場で支援と治療を受けることができる地域支援・医療体制を求める。

3. 成人した本人の保護義務者としての責務を家族に負わせないための法律の見直し

社会全体が責任を持って支援する体制の構築

4. 家族をはじめとするケアラー支援法の制定
病気・障害のある人をケアするすべてのケアラーが尊重され、健康で文化的な生活を営むことがで

きるよう支援する法律の制定

5. 人権擁護のための強力な公的機関の整備

身体拘束や保護室への隔離は、国際的には人権侵害に当たると指摘されながら、毎日それぞれ1万件以上になる実態が報道されている。

各都道府県の精神医療審査会に家族が参加して先進国並みの第三者機関としての人権擁護機関の設置を強く求める。

精神疾患・精神障がいになっても 安心な社会を！！

私たちは、誰もが心身ともに健康であるために、そして、精神疾患・精神障がいになっても安心であるために、精神保健医療福祉への提言を策定し、その実現を目指して活動していきます。

講演終了後の質問では、この提言はどこへ向けて提言するのか、実現に向けてどのように行動するのか具体的な方策を示してほしいなど、この提言に対する期待の声が寄せられました。



これからの予定

9月16日(金) サロンあゆみ

13:00～16:00

ひらつか市民活動センターA会議室

進捗管理型心理勉強会第3回目を行います。

なるべく継続して出席することをお勧めします。

「医療保護入院」今こそ廃止

障害者権利条約初の対日審査

東京新聞8月7日号より転記

日本の精神科病院への入院の半数を占める

「医療保護入院」。精神科の指定医と「家族等」の同意だけで、本人の意志にかかわらず入院させる制度だ。本人の苦しみもさることながら、その決断を担わされる家族にも重い負担を強いてきた。自分の大切な人がいつ精神疾患を患うか分からない。2014年の障害者権利条約批准後、初めての国連の対日審査も始まる。この前近代的なシステム、日本もそろそろ本気でやめませんか。

7月中旬、東京都内。精神障害者を抱える家族でつくる「家族会」主催の講演会が開かれた。「自身の価値観で接しても逆効果ですよ」。精神障害者の社会生活技能訓練(SST)に携わるカウンセラー、高森信子さんが説いていた。

参加者はじっと耳を傾けたり、メモを取ったり。家族会を運営する女性は、「精神障害者への偏見は根強く家族は孤立しがち。わらにもすがる思いで来る方がほとんどですよ」とうつぶいた。

「子どもを守るためだった」。50代の女性も重い口を開いた。天真爛漫だった20代の長女が統合失調症になったのは5年前。交際していた男性との別れ話のもつれからだった。幻聴がやまず自宅を飛び出し、警察に捜索願いを出すことも。

ある日、手に負えないほど暴れたため、嫌がる娘を精神科病院に無理矢理入院させた。だが3ヶ月後に退院すると、長女との関係性は随分変わっていた。「何であんなところに閉じ込めたんだ!」「じゃあ、お母さんはどうしたらよかったの?」。

そんな応酬が一晩中続いたという。「今も正解は見つかっていない」。涙声を絞り出した。

「僕もそう。もう、一生入院していてほしいと思ったことがある」。奈良市の元新聞記者、小林時治さんが語り始めた。息子が統合失調症を発症した

のは30年以上前。大学受験に失敗し就職したが、「盗聴器が仕掛けられている」などと不審な言動が目立ち始めた。妄想が出て混乱したり、ドアを蹴って叫んだり、ひどい時は包丁を持ち出した。

「親を脅すというよりは助けてくれと叫んでいるようにみえた」。睡眠中以外は息子のことが頭から離れず、仕事で家を空ける時は「帰宅したときは家が燃えているかも」と本気で心配した。これまで、息子を5回入院させた。病院の劣悪な環境を嫌がって入院を拒んだこともあったが、説得した。

「もう、限界で面倒を見切れず仕方なかった」。

「正論を言えば、医療保護入院制度は今すぐなくすべきだが、夜間や休日に症状が出て手に負えなくなれば、頼る先は警察しかないのが実情だ」。

「病床に頼った医療から、地域支援の方が利益を生む形に社会が変わるといい。改革を先送りするしわ寄せは結局、精神障害者と家族に降りかかっている」。(紙面の都合上以下省略)

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

8月20日(土) お茶会 中央公民館和室

27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)

9月10日(土) お茶会 中央公民館和室

17日(土) 定例会 福祉会館第3会議室

24日(土)11:00~ サロン 参加費 200円

ほっとステーション平塚

お茶会・定例会 13:30~

お茶会参加費 100円

睡眠と栄養、こまめな水分・塩分補給で
元気な夏を過ごしましょう。

