

～安心して暮らせる地域社会をめざして～

KSK じんかれんニュース

NO. 63 2022年10月号

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

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

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

障害者権利条約 初の国連審査 勧告を公表

障害に基づくあらゆる差別の禁止や教育の平等などを定めた「障害者権利条約」について、国連の障害者権利委員会が日本の取り組みを初めて審査し、勧告を公表した。障害児を分離した特別支援教育の中止を要請したほか、精神科の強制入院を可能にしている法律の廃止を求めた。審査では政府の対策が不十分な課題が明らかとなり、障害者らから改善を急ぐべきだとする声が上がった。勧告では、精神科病院での無期限の入院の禁止や、施設から地域生活への移行を目指す法的な枠組みづくり、障害のある子とない子が共に学ぶ「インクルーシブ教育」の確立のためにすべての障害のある生徒が個別支援を受けられるよう計画を立てるといった対応の必要性が指摘された。また、障害者の強制入院を「差別」とし、自由を奪うことを認める全ての法的規定の廃止を求めた。

障害者権利条約は、2006年に国連で採択。08年に発効し、日本は14年に批准。今年8月22～23日スイス・ジュネーブで初の対面での審査を実施。国連の障害者権利委員会の委員が日本政府の代表団に質問し、そのやりとりを踏まえた上で9月9日に勧告が提示された。勧告に法的な拘束力はないが、政府は対策を講じるよう求められている。精神障害者の支援団体「やどかりの里」理事長の増田一世さん(66)は、「人口に占める精神科病棟数の割合は先進国の中で高いという推計もあり、条約が目指す地域生活には追いついていない」と言う。日本では他国に比べ、精神障害を抱える人が病院や施設で暮らすケースが多い。

OECD(経済協力開発機構)の14年の報告書で日本は、精神病床数が加盟国平均の約4倍だった。日本障害者協議会の藤井克徳代表と法政大の佐野竜平教授は、OECDに加盟する38カ国の1千人あたりの精神科病床数と各国の人口をもとに、各国の精神科病床数の推定値を算出。38カ国の合計の精神科病床数のうち日本が推定値で約37%を占め、最も高かった。

私たちのことを私たちぬきに決めないで ～障害者権利条約の重要概念～

障害者権利条約は、全部で50条あります。難しそうに思うかもしれませんが、障害者の権利として何か特別なことを主張しているわけではありません。障害のある人もない人も同じように、好きな場所で暮らし、行きたいところに行けるといった“当たり前”の権利と自由を認め、社会の一員として尊厳をもって生活することを目的としています。そのために何が必要か、どういう考えでのぞむべきかが示されています。

(まとめ：三富・榎原)

2022.8.14 神奈川新聞・9.14 朝日新聞・NHK 福祉情報サイト『ハートネット』より引用

みんなねっと「精神保健医療福祉への提言」参加報告

講師 公益社団法人 全国精神保健福祉会 みんなねっと事務局長 小幡 恭弘氏
日時 令和 4 年 8 月 2 日 於 かながわ県民センター 参加者 19 名

《講演要旨》

私たち家族の実感では、精神保健医療福祉は遅々として進んでいないと言わざるを得ません。現実に精神保健医療福祉を根本的に改革していくには長時間を要するのも事実です。みんなねっとはこの提言を先ず、精神科医療分野について、約 1 年にわたり都道府県連合会・地域単会等で議論・検討をすすめてきました。ぜひ、私たちの思いを知っていただき、連帯していけたらと思います。

【みんなねっと提言】

- ◆誰もが安心してかかりたいと思える精神科医療の実現
- ◆誰もが安心して暮らせる地域精神保健福祉の実現

精神科医療受診は特別な人だけの特別なことではありません。厚生労働省のホームページ（2021 年 6 月現在）には、『こころの病気で病院に通院や入院をしている人たちは、国内で約 420 万人にのぼりますが（平成 29 年）、これは日本人のおよそ 30 人に 1 人の割合です。生涯を通じて 5 人に 1 人がこころの病気にかかるともいわれています。こころの病気は特別な人にかかるものではなく、誰でもかかる可能性のある病気です。』とあり、平成 25 年からは精神疾患は医療法が定める五大疾病のひとつとなりました。そして、精神疾患に罹患した成人の半数は 10 代半ば（14 歳）までに、その 4 分の 3 が 20 代半ばまでに症状が始まるとされています。つまり精神疾患の発症は、児童、生徒、学生の年齢でその多くが発症していることから、予防と早期発見、早期支援、重度化防止のための施策の構築が必要と考えます。また、私たち家族は、

大切な家族(本人)が精神的不調を表し始めた当初から、医療につなげる、回復経過を支え見守る、福祉サービスにつなぐ、就労先を模索する…等々、すべてのプロセスで関わらなければならない現状にあり、家族自身もそれを当たり前のことと考えて問題を抱え込む傾向にあります。このような家族依存の現状を変える必要があると考えています。2014 年には障害者権利条約が批准されました。この条約を実生活に活かすため、障害は個人的な問題ではなく、社会全体の問題(社会モデル)であると捉え、精神障害がある人とその家族の生活が、障害を理由として損なわれることのない社会の実現が急務です。私たち家族は様々な体験から、精神科医療がすべての国民にとって大変に重要で必要な存在であることを実感しています。重要で必要だからこそ、誰もが安心してかかりたいと思える精神科医療への期待を込めて長期的展望に立ち実現を目指してみんなねっとは提言をします。



《提言内容について》

市民のメンタルヘルスケアの充実

- 1) 正しい精神疾患に関する系統的な教育の実施（学校教育・医療関係者への精神疾患・精神障害の教育）
- 2) 相談窓口の整備（早期相談支援体制の構築 24 時間 365 日対応相談窓口の開設 精神保健福祉の専門相談員による訪問サービス実施）

1. 精神科医療の一般化の実現

- 1) 人員配置の基準と診療報酬を一般診療科と同等にする（いわゆる精神科特例の廃止）
- 2) 精神医療審査会の人権擁護機能の充実（必要最小限の行動制限：身体拘束・隔離等）
- 3) 意思決定支援の充実、インフォームドコンセントの徹底、更には SDM(共同意思決定) の実現

2. 薬物治療とともに心理社会的支援が当たり前を受けられる方向への転換

- 1) 本人・家族のもとに届けられる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（対話型医療・支援の充実）
- 3) ピアサポートの充実（ピアによる活動や家族会支援・家族による家族支援）
- 4) 心理社会的リハビリテーションの診療報酬化（家族心理教育、訪問家族支援）

3. 当事者の視点を大切にする精神科治療へ

【長期的展望に立ち実現を目指すこと】 入院中心から地域医療への転換を

- 1) 薬物療法を受けた本人の意見の尊重と治療・研究への当事者・家族参加の推進～薬物療法の改善・創薬へ活かす～
- 2) 身体的ケアの重視～身体的健康無くして精神的健康無し～
- 3) 診断名による混乱の是正を～診断名の伝え方に配慮し診断体系の見直しを～ （まとめ：三富）

コロナ感染拡大のため延期になっていましたが、みんなねっと事務局長小幡恭弘氏を迎えて研修会を開くことができました。みんなねっとの「精神保健医療福祉への提言」についてお話を伺いました。「地域で安心して暮らせる」体制は、「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」に通じるものがあります。

みんなねっとは、精神科病院の閉鎖性を取り除き、身体拘束をなくすことを、審議会や検討会等を通じて国への働きを続けていく方針です。また、家族の同意が必要な保護入院の廃止を目指します。この提言が誰に対してのものなのか、ずっと疑問でしたが、今回の研修会で、活動の主体は県連や各家族会であるとわかりました。各単会家族会がこの提言を地域に持ち帰り、発信をし、行政や関連団体に働きかけていかねばならないと感じました。長い道のりになりそうです。「精神障害者も“ともに生きる社会”」が実現するように粘り強く活動を続けていきましょう。(石川)

研修会 アンケート集計

「みんなねっと 精神保健医療福祉への提言」

2022 年 8 月 2 日

講師 小幡恭弘 氏

本日の研修会 感想自由記載欄

- ・今のタイミング（高温、コロナ感染大）での講演会は避けた方が良かった。
午後も理事会があり、長時間になります。
- ・いったいどこへ向けて「提言」するのかという疑問をもっていました。
より積極的なリーダーシップをとってほしいと思います。
- ・提言を実現していく方法は？ 家族会・家族として何ができるのか、考えていかねばならないと思った。
- ・非常に切実に重要な問題である。少しでも改革を進める為の具体的行動をみんなで考えたい。
- ・個人個人が疑問を持ったこと困ったことなどを皆で共有して精神科医療・福祉を改善していくことが大切だと思いました。
- ・みんなねっとの提言内容は素晴らしいが、今後の運動方針の具体策は大変ゆるく、切実な私たちの思いが裏切られたような失望感を味わっている。
要望として、小さな単会も含め日本の精神医療のひどさをなんとか改善したいと思っている人たちの気持ちを受けとめ、もっと運動を積極的にやる方向で考えていただきたいと強く願います。
- ・講師の法人名で～福祉会連合会 福祉会の会の字が抜けています。

アンケート回収枚数	14 枚	研修会出席者数	19 名
-----------	------	---------	------

参加された方のお立場

家族	14 名	施設関係	0 名
当事者	0 名	医療関係	0 名
行政関係	0 名	その他	0 名

講演内容について

良く分かった	11 名	少し分かった	2 名
あまり分からなかった	0 名	無回答	1 名

講演はこれからの生活に役立つと思いますか

大変役に立つ	7 名	少し役に立つ	5 名
あまり役に立たない	1 名	無回答	1 名

講演時間について

丁度良かった	13 名	短かった	1 名
長かった	0 名	無回答	0 名

今後、希望する講演内容、講師名

- ・後見人制度について
- ・当事者の話をじっくりきけるような機関（？）や人の養成をすすめるにはどうしたらよいか
- ・オープンダイアログについて
講師 オープンダイアログネットワークジャパンのメンバー

- ・薬物療法について

じんかれんへのご意見ご要望

- ・各地域の家族会とじんかれんが連絡を密にして県下一体となるように、理事の人は大変と思いますが連携をお願いしたい。
- ・薬に関して（服薬・副作用）について講演があると助かります。息子が薬に関して悩んでいるので話を聞いてみたいと思います。



第 4 回 ボイスピア はだの 体験発表会と質疑応答 ZOOM オンラインミーティング 視聴報告

「秦野市地域生活支援センターぱれっと・はだの」主催により 8 月 6 日(土) 午後 2 時から 4 時まで、「ボイスピア はだの」が Zoom を使ったオンラインで開催されました。このイベントは「精神障害と地域での暮らし」をテーマに当事者やその家族、支援者が体験談や楽器演奏などを行うとともに参加者からの質問にも答えました。

「ピアサポーター」とは。「ピア」とは「仲間」という意味です。自分の精神障害や精神疾患の体験を活かし、ピア（仲間）として支え合う活動をする方たちのことをいいます。

「病気のこと、薬のこと、人間関係(家族や友人、主治医など)のこと」

1. みなさんからの質問に、ピアサポーターが答えました。
2. 当事者による演奏



第 4 回目を迎えた、「ボイスピア」！ 精神疾患を抱える当事者たちが、皆さんからの質問に答え、意見を発表しました。「こんな時、みんなどうしているのかな…？」

【登壇者 4 人によるピアサポーターとしての体験と質問に答える】

《幻聴など辛い症状の対処方について》

- ◎幻聴を症状とは見なすことはなく、日常生活の一部と見ている。そこから得られる知識や知恵を日常に生かしている。一方で幻聴に集中しすぎないようにすることも意識している。
- ◎友人や支援者に話を聴いてもらう。月 1 回のカ

- ウンセリングを受ける。話を聴いてもらったり、意見交換をすることで、心の安定に繋がっている。
- ◎同じ症状が出たら、横になったり、カラオケをしたりして、気分転換をするようにしている。

《薬の飲み忘れ防止について》

- ◎飲み忘れ防止で大切なポイントは、服用したかどうかを後から検証できることです。よく活用されているのは、「お薬カレンダー」に服用する薬を貼り付ける方法や、箱の中を区切って 1 週間分の薬をセットする方法です。ほかにも、薬を飲んだらカレンダーに印をつける。

- ◎100 均ショップのお薬カレンダーを活用している。
- ◎飲酒をやめたら、飲み忘れが無くなった。
- ◎いつも同じ場所に保管。同じ時間帯に入浴して、風呂上りに飲むような習慣にしている。

《人間関係について》 親への想い、家族との関係について

様々な困難や苦労があっても、親に対する複雑な感情があっても、親の事を想っている方ばかりです。親と子という関係性は、簡単には語れず、簡単には無くすことが出来ません。親が好きなのか、大切なのか、そうでないのか分からないのです。イエスカノーでは表現できません。それは子

- どもだけの悩みではありません。一人一人に寄り添い、家族に寄り添ってくれる、そんな社会を私たちは望んでいます。
- ◎父親との確執があったが、現在グループホームに入居しているので丁度良い距離を保っている。

《主治医との関係》

待合室で待っておられる患者が大勢いらして、机の端には順番を待つ患者さんのカルテが積みまれている。こういう状況での医師の本音は、「なるべく効率よく、手短で簡素でしかも具体的な情報が欲しい」です。短時間で効率よく患者さんの訴えを聞き取り、適切な診断を

し、その方に合った生活のあり方を指導して、処方箋を出し、薬の飲み方を説明する。これを繰り返し行っているのです。

◎5 分診療なので聴きたい事、話したい事をあらかじめメモしておく。

◎本音で話す。



【オンラインによる参加者との質疑応答】

※多数の質問がありましたが、紙面の都合上すべてを掲載できません。ご了承下さい。

参加者の質問	登壇者の答え
家族とのケンカをどう避けていますか	・たまにケンカをするけれど出来るだけ距離を置く
症状がひどい時頓服薬以外で紛らわす事	・自分の好きなことをする・まず寝る・深呼吸
主治医と上手く話せません	・事前にメモを用意・手紙を渡す・ゆっくり話す
一人暮らしを決意した瞬間	・家族関係の変化(親の死亡・離婚)
精神障害に関する本を読みますか	・自分に合った本を読むようにしている ・ユーチューブ、SNS で情報を得ている
症状がひどい時、周りの方に望む事、よかった事	・基本的には見守りながらそっとして欲しい ・買い物をしてもらって良かった ・栄養について教えてもらった事が良かった
毎日楽しく過ごすために何を心がけていますか	・普段やっている事を一旦止めて、ゆっくり、本当にやりたい事を見つける ・今を大事にする
どういうネットワークを持っていますか	・家族、友人、主治医、訪問看護、当事者会、障害福祉課他多ければ多いほど良い

この記事はつばさの会 9 月号の記事を転載しました (三富)



川崎の長男監禁死 精神疾患患者・家族の孤立防げ 専門家指摘「支える体制必要」周囲の無理解で症状悪化

統合失調症の疑いがあった長男、当時 (37) を約 4 カ月間監禁し衰弱死させたとして、川崎市麻生区の父親が 8 月、横浜地検に逮捕監禁と保護責任者遺棄致死の罪で起訴された。精神障害者を家族が自宅に閉じ込めて監護する「私宅監置」が

禁じられて 72 年経つが、長男は手錠やロープで拘束され自由を奪われ、死んだ。専門家は「精神疾患の患者と家族を孤立させず支える体制が必要」と指摘する。

日本の精神医療は過去の政策や偏見の影響で国際的な遅れが指摘される。「私宅監置」は 1950 年の精神衛生法制定で廃止されたが、社会から精神障害者を「隔離」する状態は続いている。精神科病院に入院する人の人権擁護に取り組む神奈川精神医療人権センター（横浜市）顧問で医療ジャーナリストの佐藤光展さん(55)は、「家族に責任を押し付ける国の姿勢は私宅監置の頃と変わらず、国際的な批判を浴びる医療保護入院の多さにつながっている」と指摘する。医療保護入院は、家族等の同意があれば患者を強制的に入院させることができる制度。厚生労働省によると、2021 年 6 月

末時点の精神科入院患者約 26 万 3 千人のうち、医療保護入院は約 13 万 1 千人と半数を占める。強制入院による「人権侵害」との批判もあり、厚労省は先進諸国同様に患者の地域移行を掲げ、病床削減を目指す。佐藤さんは麻生区の事件について「周囲の無理解による孤立こそ、症状悪化の最大の原因」と強調。再発防止については「民間の相談窓口を含めた多様なサポートが必要で、家族の支援を含めたかかわりも大切。メンタルヘルスの話題を隠さず語れる地域をつくるのがこうした悲劇を防ぐことにつながる」と訴える。

2022.9.11 神奈川新聞ニュースサイト「カナロコ」より



2022 年度(令和 4 年)神奈川県精神保健福祉家族住民交流事業

お知らせ NPO 法人じんかれん 第 48 回『県民の集い』in 藤沢

日時 2022 年 11 月 13 日(日) 13:30~16:00 (受付 12:30~)
会場 藤沢市民会館 小ホール 藤沢市鶴沼東 8-1
テーマ 「精神疾患のある家族をケアする『ヤングケアラー』を考える」

《講師プロフィール》

澁谷智子氏： 成蹊大学教授 著書に「ヤングケアラー」(中央新書)他
2016 年に藤沢市で実施されたヤングケアラー調査にたずさわる。

坂本拓氏： 精神保健福祉士。うつ病とパニック障害の母を持つ
精神疾患の親を持つ子どもの会(こどもぴあ)代表。

《プログラム》

- 12:30 開場 (受付)
- 13:00 開会 開会あいさつ
- 13:30 映画上映 「ふたり～あなたという光～」
- 14:30 シンポジウム
 - 基調講演 澁谷 智子氏 成蹊大学教授
 - パネリスト 坂本 拓氏 「こどもぴあ」代表
 - パネリスト 片山 陸彦氏 藤沢市地域共生社会推進室
 - コーディネーター 竹村 雅夫氏 藤沢ひまわり会

障害者の「きょうだい」に“光”を当てた物語
障害者本人でなく、家族や新たに接する周りの人
にスポットライトを当てた映画です。



《アクセス》

- ◆電車で・・・ 東海道本線・小田急線・江ノ電「藤沢駅」下車 南口より徒歩 10 分
- ◆バスで・・・ 藤沢駅南口/江ノ電バス 3 番乗り場(横浜銀行前)より乗車 江ノ島、片瀬山、西鎌倉方面「藤沢合同庁舎前」下車

◆車で . . . 駐車場は「奥田公園駐車場」をご利用下さい (有料 割引あり)

《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

FAX 045-821-8469 URL <https://jinkaren.net/>

主催 : NPO 法人じんかれん 共催 : NPO 藤沢ひまわり会・松の実家族会・青い麦の会



じんかれん家族相談のご案内

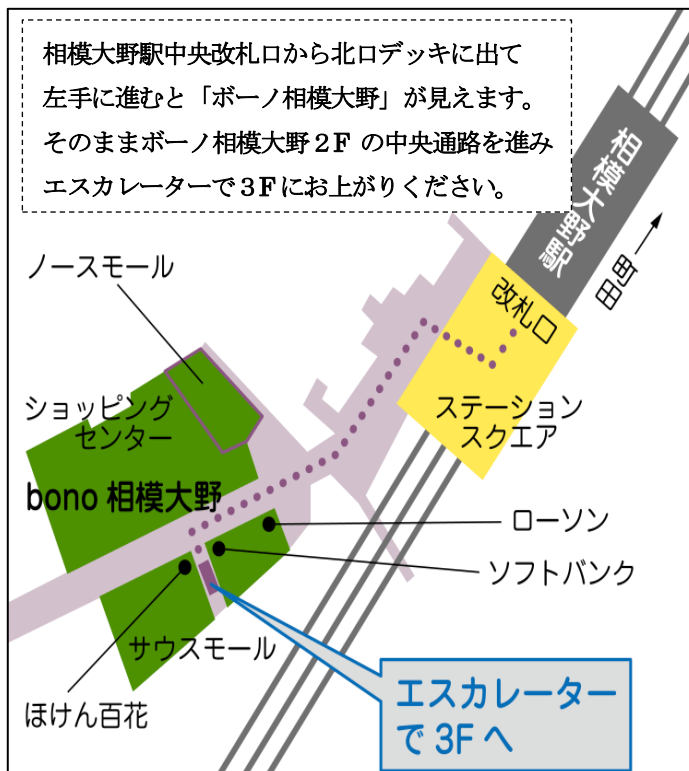
【家族電話相談】

◆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 予約不要
※水曜日が祝日の場合でも大丈夫です。
☎ 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。

【面接相談】

◆精神保健福祉専門家による面接相談
毎月 1 回 第 3 火曜日 13 時 ~ 16 時 要予約
※第 3 火曜日が祝日の場合でも大丈夫です。
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】 9 月に入り、値上げラッシュ、秋風と共にふところも寒くなっていきます。この先どうなってしまうのか、年金暮らしにとっては心配ですが、世界中で、豪雨による洪水被害、干ばつによる食料不足、熱波が続く中、ロシアによるウクライナ侵攻を受けて世界中がその厳しい現実を目の当たりにしています。故郷を追われ、食べる物、住む場所もない難民が増え続けており、難民が今年の 6 月には 1 億人を超えたとのこと。多くの難民が食料不足による飢餓に苦しんでいます。それに引き換え、日本には自分の行動を自分で判断できる自由があります。そこそこ豊かで、満たされた生活ができるのであれば、幸せなのか。苦しさ、辛さは簡単に拭えず、人間、加齢と共に、足腰の衰え、物忘れが増えるのはやむ負えない事ですが、故郷のある幸せを感じ、自然の畏怖を抱きつつ、畑の土をいじりながら発芽や収穫の喜びを感じ、季節の折々に咲く花や、姿を変えてゆく木々に、心癒され、時に励まされる思いがします。自然の恵みを楽しみながら日々気持ちだけでも、前向きに生きたいと思えます。(三富)



赤い羽根 かながわ じんかれんニュースは、神奈川県共同募金会の助成を受けて編集・発行しています。この機関紙を通じて、精神障害保健福祉の向上に努めて参ります。募金にご協力頂いた皆さまに感謝申し上げます。