

KSK

あゆみ会報

2022年10月号 第182号

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

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

報告

9月サロンあゆみ

9月16日ひらつか市民活動センターにおいて第4回進捗管理型心理勉強会を行いました。

講師 井上雅裕氏 参加者 23名

第1部 心理の学習 「心と向き合う」

- ・向き合うべきは病名や症状ではなく心。
 - ・薬、病気などに詳しくても病気はよくなる。
 - ・日本では育児書が世界のどこよりも多く読まれているが子どもの心は健康ではない。
 - ・メンタルの低い親の子育てによりメンタルの低い子どもが増える。
 - ・病気以外の楽しい会話を心がけると健康度が上がる。
 - ・病状の良くないときに否定的な言葉を言わないで休息や傾聴・共感を心がける。
 - ・病状は上下を繰り返しながら少しずつ良くなる。
- 現在の病状はどのような状態にあるか(+か-か)をよく考えて対応することが大切。

第2部 進捗状況とフリートーク

- ・前回の勉強会で井上先生からいただいたアドバイスを実行したら快方に向かった。
- ・奇跡的ともいえる素晴らしい医師に出会え退院。就職試験に合格し今は自立して生活している。
- ・救急車をすぐ呼んでしまうので困っている。⇒承認欲求の表れだから止めて荒れるよりはメンタルが安定するなら呼んだ方が良い。
- ・独り言が多かったが干渉しないようにしたら減ってきた。
- ・大切な物を壊された時つい感情的になってしまう。⇒家族は感情を抑えなくて良い。社会の秩序を学ぶ機会になる。
- ・息子と父親の口論が激しい。⇒父親に息子の病

気を良く説明して理解してもらう。

- ・集団ストーカーにつけられていると云い、医者に話しているが治らない。
- ・井上先生の話は理論的でわかりやすい。息子は辛い日々を這い上がってきた。戦いの日々を思うとき涙がこぼれてしまう。

第3部 井上先生へ個人相談2名

井上先生は終始気さくな話し方で学習会を和やかな雰囲気にし、参加者を緊張から解き放してくれます。毎回工夫を凝らし、先生と参加者の間には信頼関係が築かれ遠慮せず話ができます。

11月の『サロンあゆみ』に足を運んでみませんか？

これからの予定

平塚市福祉会館まつり

10月21日(金) 22日(土) 10時~15時

みどり農園のとれたて野菜・新米、東北支援昆布・わかめなどを取りそろえ、皆様のお越しをお待ちしています。絵画、写真、書道、手作り品などの作品展示、販売もあります。今回は参加人数制限はありませんので安心してお越しいただけます。

《 絵画作品募集 》

平塚市福祉会館まつりに展示する作品を募集します。当事者の方、ふるってご出展ください。

- ・大きさ自由
- ・初めて公開するもの
- ・1人1点



秋のバス旅行 参加者募集！！

「多摩草むらの会」見学

日時：2022年11月28日(月)

募集人数：20人 (申込み順)

集合時間：朝8時15分

場所：平塚駅南口JAビル前

参加費：当事者1000円

家族 2500円

(昼食代・保険料込み)

申込・問合せ先：倉鹿野 080-1229-5560

申込み締め切り：11月18日(金)

帰着予定：17時30分頃

*雨天決行 *当事者の方ご参加ください。

*参加費は当日朝、集合場所で徴収させていただきます。

*欠席の場合は早めにご連絡ください。

*マイクロバスのため募集人数が少ないですがご了承ください。

《認定NPO法人多摩草むらの会の紹介》

会の命名：中井久夫さん(精神科医)の文章から。ウサギには身を隠す草むらが必要。草むらを沢山創り育てることでウサギはよその世界へ出て行くことができる。

代表者：風間美代子氏

本部事務所：多摩市鶴牧1-4-10

運営する事業所：就労支援事業所、一般相談支援事業所、グループホーム、家族会など多数。

主なもの：遊夢 寒天茶房

夢像 パソコンサロン

夢うさぎ 布小物制作 販売

夢畑 100種の野菜を栽培 販売

畑deきっちん 本格派レストラン

草夢 公園清掃 ハウスクリーニング

などなど。当事者が希望を持って生きていくことができるように、多くの事業所を立ち上げ活動している。



家族学習会担当者研修会参加報告

9月7日家族による家族学習会担当者研修会に参加しました。会場は横浜ラポール。

大切な家族が重い病気になった時、誰もがショックを受け混乱します。衝撃が強いほど病気の症状に対し、否定、怒り、恨み、罪悪感、自己犠牲、諦めなど、やり場のない感情にもがき苦しみます。この苦しい日々が長く続くと自然回復力が低下し、見守る家族も疲弊していきます。

このような時、医療や公共支援サービスを受けることもできますが、家族は一人で困難を抱え孤立し、不安の解消ができずにいることがあります。

家族学習会は心理テキストなどにより病気を正しく理解し、精神の病を持って人も人は立ち直ることができることを学び、家族が抱える不安を解消していくことを目指します。

参加者は、家族の病気発症原因(要因)、家族関係、年齢、症状、治療方法など様々ですが、自己紹介や自己開示をする中で同じ経験を持つ人に巡り会うこともあり、勇気づけられます。また悲観的になりがちな日々を共感し合うことで仲間意識が生まれ心が元気になって行きます。

◎参加者の声

・子どもの病気が再発し入院したとき、医師に病気に対する家族学習を勧められた。病状が安定し退院する日、両親で迎えに行き「辛い思いを理解してあげられず申し訳なかった」と謝った。ゆっくり親子の信頼関係が育ち、仕事にも就くことができ、今は障害年金と給料の中から食事代を払ってくれる。

・家族の信頼関係が築かれ、資格を取って就職準備をしている。

・趣味や楽しめる事をやり自分を解放する時間を持つようにしている。

・父親は子どもとの良い関係を築くことができず、すべてを母親に任せている。

参加者たちは初対面とは思えないほど気を許して話し合い「人と人の繋がりには奇跡的で素晴らしい」と思いました。(ラポールとは橋を架けるという意味のフランス語) (T. K記)

強制入院や分離教育 廃止勧告 障害者権利条約 日本を国連審査

9月14日朝日新聞より転載

障害者権利条約を日本が遵守しているか、8月末に国連で初めて日本への審査が行われました。その結果が発表された朝日新聞の記事を転載します。

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、国連の委員会が日本の取り組みを初めて審査し、勧告を発表した。障害者の強制入院や分離された特別教育などをやめるよう求めた。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ともに学ぶ「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、自由を奪う事を認めるすべての法的規定の廃止を求めた。旧優性保護法下で避妊手術を強いられた被害者への謝罪や、申請期間を限らない救済なども盛り込まれた。

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月下旬にはスイス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日に勧告が発表された。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。

17～20年に障害者権利委員会委員を務めた石川准・静岡県立大名誉教授は「特に精神医療やインクルーシブ教育など国内で課題が多く残る分野について踏み込んでおり、的を得た内容。政府は勧告内容と向き合い、条約が求めるあるべき社会との距離を埋めていくことが大事」と指摘する。

多い精神科病床 カギで管理も

「日本の施設は、高い塀や鉄の扉で囲まれたものではございません。桜を施設の外や中で楽しみ、ピクニックをする方もいらっしゃいます。一方で地域移行を進めることも極めて重要」

条約19条「自立した生活および地域社会への包容」をめぐる障害者権利委員会からの問いに、日本政府代表団として厚生労働省の担当者はこう切り出した。

会場で傍聴した山田悠平さん（37）＝東京都＝は唖然とした。全国「精神病」者集団の運営委員で、精神障害者として初の審査を確かめたいとスイスまで赴いていた。周囲はざわめき、失笑が起きたという。

「政府は施設や病院にいても、桜が見られればがいいと言っているようで、視点がズレていると思った」

山田さんは21歳の時に統合失調症を発症し、計4回で約1年半、精神科病院に入院。ある病院ではカギで管理される保護室で生活した。家族の事情で退院できない人、性的な被害を受けた女性もいた。地域での生活が当たり前でなく、入院せざるを得ない。制度に何らかのひずみがあるように感じてきた。

精神障害者の支援団体「やどかりの里」理事長の増田一代さん（66）は、「人口に占める精神科病床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の14年の報告書で日本は、精神病床数が加盟国平均の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1000人あたりの精神科病床数と各国の人口を基に、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37%を占め、最も高かった。



精神保健福祉の改善・充実に関する要望書

8月末、平塚市に対し平障連を通して以下のよう
に要望書を提出しました。

1. 「重度障害者医療費助成制度」の適用範囲を拡
充し、精神障害者保健福祉手帳2級保持者にも適
用してください。

要望理由

1) 令和元年12月の神奈川県議会において、こ
の要望についてのNPO法人じんかれん提出の
請願が採択されています。

2) 長期に受診を必要とし、安定した就労ができな
い2級手帳保持者にとって、医療費は大きな負
担となっています。

3) 長期の向精神薬の服用による様々な副作用の影
響で一般診療科にかかることもしばしばあり、
従ってその内容は精神科入・通院および全科を
適用範囲とします。

4) 低所得の精神障害者にとって医療費の保障は
欠くことのできない生活保障です。

2. 「精神障害にも対応の地域包括ケアシステム」
を早期に実施してください。

1) 精神障害者が地域で安心して生活できるため
には医療・福祉両面での細やかな地域支援が不可
欠です。

2) 平塚市の取り組みのロードマップと進捗状況を
開示してください。

3. 精神障害者の自立を促し、また、地域生活移行
を進めるために住宅施設の整備と確保を要望しま
す。

1) 所得の低い精神障害者が入居できる公的住
宅施設の増設と優先的に入居できること。

2) グループホームだけでなく、回復状況に沿
った様々な形態の住宅施設が必要です。

4. ピアサポーターの養成および社会参加の推進を
要望します。

1) 「精神障害にも対応の地域包括ケアシステム」
の中でピアサポーターは重要な存在です。

2) 大勢のピアサポーターを養成し、専門員として
活躍できる場の創設を求めます。

5. 思春期における精神保健教育と相談体制の充実、
一般市民への啓発活動の更なる推進を要望します。

1) 小学校高学年から中学校の時期に授業の中で精
神疾患に関する正しい知識や対応を学ぶ事が必
要です。

2) スクールカウンセラーの配置と全職員への精神
疾患に関する研修が必要です。

3) 子どもや保護者からの相談にしっかり対応でき
るように相談体制の充実と保護者への啓発活動
が必要です。

6. 基幹相談支援センターの早期の設置を要望しま
す。

1) 平塚市では三障害の委託相談支援事業所が別々
になっているため、総合的に相談できる場が必
要です。

2) 委託相談支援事業所の負担の軽減と機能強化の
ために必要です。

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

10月15日(土)13:30~15:30 定例会

福社会館第3会議室

10月22日(土)11:00~14:00 サロン 200円

11月12日(土)13:30~15:30 お茶会 100円

福社会館第3会議室

11月19日(土)13:30~15:30 定例会

福社会館第3会議室

11月26日(土)11:00~15:30 サロン 200円

*サロン会場 ほっとステーション平塚

(老松町2-19 読売高野ビル5F)

*DVD「不安の正体」鑑賞できます。

お声かけください。(65分)

