

KSK

つばさの会通信



第 200 号

2023 年 3 月

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 3 階
横浜市車椅子の会内

編集人/ NPO 法人横須賀つばさの会

〒237-0076 横須賀市船越町 1-50 山田ビル 2F

TEL 046-861-2373

NPO 法人横須賀つばさの会 第 210 回定例会の御案内

会員各位

令和 5 年 3 月 22 日

理事長 下江秀雄

春の気配を感じる今日この頃、皆様におかれましてはお元気にお過ごしのことと思います。さて、今回の定例会は、昔懐かしい宮川啓子さんに登場していただいて、お話を聞き、ざっくばらんに話し合う企画と致しました。是非ご参加下さい。

日時：令和 5 年 4 月 6 日（木）13:00～16:00

場所：横須賀市保健所 5 階 まなび館 生涯学習センター

内容：「最近の精神障害者をめぐる家族と当事者からの相談事例から」

講師：宮川啓子氏（元横須賀市保健所勤務、最近までこころの相談センター

元チームブルー管理者、相談支援専門員、精神保健福祉士、保健師）

進行：お話は 1 時間くらい、あとは車座方式で質問に答え、意見を言い合うスタイルで行いたいと思います。

マスク着用・手指消毒に
ご協力ください



以上

第 209 回つばさの会定例会の報告

今回は家族への暴力に関する研究をして 25 年間家族の支援に取り組んできた元保健師、大阪大学教授の蔭山正子氏が監修されたビデオを視聴したあと意見交換を行いました。当事者の多くの家族が急性期等に経験した家庭内暴力について、当事者の気持ちを取り入れたビデオは、参加者の共感を呼ぶ内容でした。



日時：令和 5 年 2 月 1 日(水) 13:00～16:00

場所：横須賀市保健所 5 階まなび館 生涯学習センター

内容：DVD「当事者と家族の相互理解学習プログラム」

～なぜ親に当たるの 精神障がい者の家族への暴力という SOS～

1. 家族への暴力に関する研究
 2. 疾患と治療
 3. 症状悪化時
 4. 平常時
 5. 解決策とリカバリー
 6. 親と子のメッセージ
 7. 相談窓口
- 計 90 分

・講師 大阪大学教授 蔭山正子氏

・参加者 25 名が 4 グループに分かれて、喫茶と休憩を経て、気楽に感想と意見の交換を後半 90 分使って行いました。以下に少々紹介します。

感想例

- ・子供が発症して 20 年経った。もっと早くこの DVD を観たかった。
- ・当事者が行ったラップがとても良かった。
- ・DVD の紙資料が手元にあつたらもっと良かったと思う。
- ・当事者の発表が、確かで信じられる内容だった。
- ・今後、定例会の終了後、アンケート記入を促したらどうか。

(まとめ 小松)

ビデオ無料貸し出しについて

【テーマ】～なぜ親に当たるの 精神障がい者の家族への暴力という SOS～

(内容) 1.家族への暴力に関する研究 2.疾患と治療 3.症状悪化時
4.平常時 5.解決策とリカバリー 6.親と子のメッセージ 7.相談窓口
計 90 分(スキップもできます)

希望者は家族交流会担当 木原まで 046-825-9121

横須賀市立うわまち病院の移転建て替え工事について

市立うわまち病院は進入路の幅が狭く、都市計画法上の開発行為が行えないことに加え、敷地内の一部が「土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)に指定」されていることから、市は築 50 年以上の経過により、老朽化が進み、手狭で療養環境に支障が生じているため、久里浜の神明公園に移転建て替えを決定。令和 3 年度に実施設計が終了し、令和 4 年度から工事が開始されています。

新病院「市立総合医療センター」は 7 階建てで、病床数は 450 床。総工費は約 168 億円で、診療科目は 28 科を予定しています。令和 7 年（2025 年）3 月 1 日の開院を目標に現在準備を進めています。令和 5 年 1 月 17 日に行われた建設予定地での工事安全祈願祭に出席した上地市長は「皆さんの理解をもらって、ようやく第一歩の地鎮祭が出来たことをうれしく思う。この病院が久里浜のみならず、横須賀に於ける『大きな医療の拠点』となり、少しでも安心してこの病院を皆さんに利用してもらえれば、新病院は地域の拠点となり、地域の人々を支えるよりどころとなって欲しい」とコメントした。

標榜診療科目 28 科（変更なし）

（標榜診療科とは医療法によって病院や診療所が外部に広告できる診療科名）

新病院外観イメージ



うわまち病院跡地について

横須賀市は老朽化により 2025 年に移転する市立うわまち病院(同市上町)跡地での医療・看護系大学の設置・運営に関し、地域医療振興協会(東京都千代田区)と協議していることを明らかにした。同法人は全国 83 病院、診療所、老人保健施設などを運営しているほか、埼玉県で看護専門学校を開校。市内では、長坂の市立市民病院と上町の市立うわまち病院の指定管理者となっている。

新たに開設する大学は約 4 万㎡のある敷地の中で、建物として比較的新しい南館を校舎として転用してもらう方針を示している。

《横須賀市ホームページより》



福祉の総合相談窓口である「ほっとかん」では、様々な不安や困りごとを抱える方への相談を一括して受け付け、関係課や専門機関等と協力しながら、一緒に解決策を考えていきます。子育てや介護、障がい、生活の苦しさ、ひきこもりなど複数分野の課題を抱える世帯が増えています。「困っていることや、不安がいろいろあるけれど、どこへ相談に行ったらよいのだろう・・・とお困りの際には、ぜひご相談ください。

時間： 平日の 8 時 30 分から 17 時（祝日、年末年始は除く）

連絡先： 電話番号：046-822-9613 ファックス：046-827-8158

場所： ほっとかん 横須賀市小川町 11 番地 横須賀市役所消防庁舎 1 階

（心理職）精神対話士による「ほっ！と相談」

毎月第 3 週火曜日に、一般財団法人メンタルケア協会横須賀事務所が心のケアの専門職である心理職や精神対話士による無料相談会を開催します。

日時 期間：2022 年 4 月 1 日から 2023 年 3 月 31 日

毎月第 3 週火曜日（各日 13 時 30 分から 16 時 30 分）

対象 年齢を問わず、どなたでも参加できます。

内容 心のケアの専門職である心理職、精神対話士による無料相談会

主催 一般財団法人メンタルケア協会（外部サイト）

お問い合わせ：メンタルケア協会横須賀事務所

担当 西田

電話番号：090-9158-3698

e-mail：kazuenisida@yahoo.co.jp

費用 無料



申し込み方法：当日直接へお越しください。

（ご希望の場合は、事前予約も承ります。上記のお問い合わせ担当にご連絡下さい）

家族の体験発表

親が変われば子どもは変わる



じんかれん家族会員 エッセイスト
ミスターX 氏による伊勢原市精神障害者家族教室講演より

頑固オヤジの懺悔録

ミスターX

はじめに

私は、49 歳の統合失調症の息子を持つ 82 歳の父親です。個人情報保護がやかましい昨今、親と言えども息子の情報をやたらと披瀝するのはどうかと思ひましてミスターX と名乗っております。

さて息子は高校 2 年の時に発症し 3 ヶ月間の任意入院を経て、現在は作業所に週 4 日？通っています。4 項目について話します。

1. 夫婦で子どもに対する見解（病状、医師への相談のタイミング、対応の困難さ、社会資源の活用等）が異なるときにどのようにしているか？

- 1) 病状:妻から夫へ事後報告が多いのでは？
- 2) 医師への相談のタイミング:敷居が高く思うようにいかないのが現実？
- 3) 対応の困難さ:当事者、医師(スタッフ含む)への対応の糸口が見つからない(分からない)
- 4) 社会資源の活用等:自分(家族)から申し出ない(探さない)と分からないシステムか？
年金の受給などは、それぞれの『家庭事情』が大きく関わっているのでは？

☆ どの項目も発症年齢、発症経年、病状の軽重、家族構成等で大きく変わると思われます。

**2. 夫婦が子どものためにどのように協力しあっているか？(夫婦間でのコミュニケーションや
支え方)**

私には、この項目を話す資格がありませんが、他人事として話させていただきます。

- 1) 使用前（グウタラ亭主の時期）：オヤジは『仕事、会社』を盾に『家庭の仕事はお前(妻)がやれ』、拳句の果ては、『病気にしたのはお前だろう！』と暴言まで吐く・・・
- 2) 使用后(定年等を機に改心)：これまでの不始末を詫びて全力投球を開始した。

☆この項目が解決すると家庭（家族）の方向が定まる気がします。私の懺悔録ですが、現在戦力になっていないご主人でも、何時かは必ず『強力な援軍』となって戻って来ます。

それまで大変ですが、奥様方はその細腕で頑張ってください。

3. 子ども(当事者)と長く関わっていくために、自分(家族)の健康管理についてどのように工夫しているか?

別にこれといった事はしていませんが、定期健診や人間ドッグは欠かさず受けていますが、これも本当にあてになるか…(王さんの例もありますから)確かに病気の子どもを持つ親は人一倍長生きしたいと思っていますが、人の寿命はそんな事では決まりません。ただ暴飲暴食は慎んでいます、これも息子の為にはなく自分の歳のせいかもしれません。

この項目の私の結論?は『人事を尽くして天命を待つ』です。親が子どものためと思って『この子を置いて先には逝けない』などと言え(思え)、それを聞いた(感じた)子どもは、自分のために親が悩んでいると責任を感じてしまうのではないのでしょうか?それよりもその時間を病気を良くすることに使ったり、お互いのためのリフレッシュに使った方がいいと思うのです。『なったらなったら時』『その時はその時』と割り切った方がいいと思いますが如何でしょうか?これは暴言ですが、統合失調症の子を持つ親が死ぬと、その子どもも死んでしまうのですか?そうでしたら伊勢原駅前に 2, 3 人倒れてもいいはずですが・・・

4. 具体的な対応方法や事例を示して欲しい

この項目がかろうじて私が自信(地震?)を持って話せる項目です。

- 1) 病気との向かい合い方(考え方): 治そうと思わず直そう(良くしよう)と思う
- 2) 言葉は通じないと思った方が無難: 話せば話すほど分からなくなるから
- 3) 分かった事が分からない: これが分かる(理解出来る)ようになると親も半人前?
- 4) 「出来高」の視点を変える: これしか出来ないのか?から、こんなに出来たじゃないか!
- 5) 急がば回るな, 善も急ぐな: 息子は突然数年前の事を昨日のように話し出す
- 6) トラブルって何? トラブル(バリア)は家族と医療従事者に多い? トラブルは大切です
- 7) 禁句: ダメ、また、こんなものが出来ない、やる気があるのか、言ったばかりだろう etc
これらを言わないで済む方法を親が考える→ミスターXのトラブル回避の幾つか
- 8) トラブル回避グッズ: サイレントコミュニケーションからシャトルコミュニケーション
- 9) 遊び心も取り入れて: 商品や優待券やギャンブルで笑いを誘う
- 10) 『お互い様』立場を変えて考えると違った光景が見えて来る

先日、息子が母親に、『これからも宜しくお願いします』と言ったと聞いた。息子が私に、オヤジこれ飲めよ』とワンカップを差し出した。そのワンカップはもったいなくて・・・

【終わりに】

何の医学的な知識も何の介助経験も無い無知のオヤジが好き勝手に話したのですから何も得る事は無かったと思います。誰もが初めての体験で総てが暗中模索です。なかなか一人(ご家族)だけで切り抜けるのは大変な事だと思います。同じ悩みを抱える者同士が力を合わせて行けたらと思います。

「自立支援医療費（精神通院医療費）と精神障害者保健福祉手帳の更新の時期が来ました。」

今年は、自立支援医療費は診断書の必要な年で 4 月から手続き出来ます。

（注意事項）

- ・自立支援医療証に診断書が必要か明記していますので確認して下さい。診断書は主治医に書いて貰います。有料で時間がかかりますので注意して下さい。
- 有効期限を確認して下さい、3 か月前から更新出来ます。去年は 2 か月以上かかりましたので早めに手続きして下さい。期限を過ぎると 3 割負担になりますので注意して下さい。

自立支援医療証の更新に必要なもの

- ・ 診断書（必要と明記された方）
- ・ 自立支援医療費支給証
- ・ 健康保険証
- ・ 認印
- ・ 市民税の課税状況が分かるもの（課税証明証・非課税証明証・納税通知書など）
（同じ健康保険に加入する家族全員の分） 今年から追加
- ・ 通院する医療機関の名称がわかるもの。（お薬手帳で可）
- ・ 個人番号（マイナンバー）

精神障害者保健福祉手帳の更新に必要なもの

2 年ごと更新が必要です。有効期限を確認して下さい。

- ・ 障害者年金証書。ない場合は医師の診断書（有料）
- ・ 精神障害者保健福祉手帳
- ・ 認印（年金証書で、代理の方が手続きされる場合のため）
- ・ 個人番号（マイナンバー）
- ・ 顔写真 1 枚（たて 4 cm×よこ 3 cm、1 年以内に撮影されたもの）



就労継続支援 B 型事業所 つばさ第二 利用者募集のお知らせ



特定非営利活動法人
横須賀つばさの会

ただいま つばさ第二では、利用者を募集しております。お気軽にお問合せください。事前の見学も可能です。つばさ第二ではそれぞれの個性にあった作業を行います。作業以外にも、さまざまな余暇活動を行ない、みんなで楽しい時間を過ごしています。

日中活動を通して生活リズムを作り、仲間と協力し合い、活動をしています。ご利用者の個別支援計画に基づき、福祉専門職員が職業指導や生活支援を行います。

募集人数：6 名程度

活動日/活動時間：個別に対応いたします。

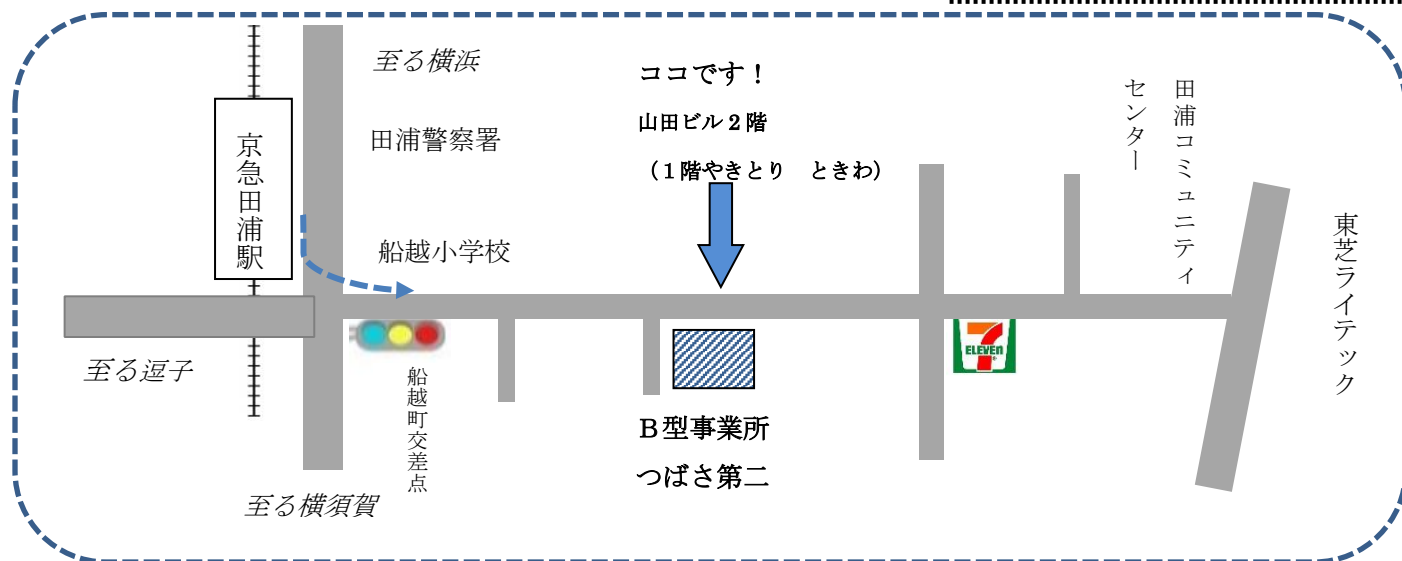
所在地：横須賀市船越町 1-50 山田ビル 2 階 駅より徒歩 5 分

電話番号：046-861-2373

メールアドレス：tsubasa2nd@codan.ocn.ne.jp

地域のイベント参加や事業所内の食事会などを通じて、生活スキルを磨き、自立に向けた支援を行います。

職員一同、心よりご見学・ご利用をお待ちしております！



◆家族交流会について

担当：046-825-9121（木原）

3月29日(水) 本町コミュニティセンター(総合福祉会館6階)第一会議室 13:00~15:00

4月26日(水) 本町コミュニティセンター(総合福祉会館6階)第一会議室 13:00~15:00

5月24日(水) 本町コミュニティセンター(総合福祉会館6階)第一会議室 13:00~15:00

1月、2月の家族交流会ではそれぞれの家族の近況を語り合い有意義な時を過ごしました。

※感染の推移によって急きょ中止になる場合があります。確認のうえ、ご来館ください。