

～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.72 2024年4月号



スマホの QR コードをかざすと  
「じんかれんホームページ」を  
読み取ることができます。

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/>

### 神奈川県 「精神科医療の意見箱」を開設

神奈川県では、東京都内の精神科病院で発生した患者への虐待事案を踏まえ、県内の精神科病院で閉鎖的・差別的な扱いがないか、その実態を「当事者目線」で把握するため、病院に対する調査に合わせて、新たに県のホームページに「精神科医療の意見箱」を開設。「意見箱」は滝山病院で発生した看護師らによる患者暴行事件を受けて 1 月下旬に開設。県内に 70 ある精神科病院を対象に、過去に入院や勤務の経験があった人も含め、3 月 15 日まで意見を募った。入院している（していた）患者、ご家族、働いている（いた）職員の皆様の「生の声」を伺いました。

- (1) 精神科病院に入院している方、過去に入院経験がある方、そのご家族 — 入院生活における病院での扱われ方や職員の態度・言葉使い、不自由に感じていることなど。
- (2) 精神科病院で働いている方、過去に働いていた方 — 職場で問題と感じていることなど。

2 月 22 日 中間報告



黒岩知事は 2 月 22 日、県内の精神科病院で不適切な対応がないか、入院患者や家族、職員にインターネットなどで意見を寄せてもらう「精神科医医療の意見箱」に、現時点で 100 件超の意見が寄せられたと明らかにした。知事は「寄せられた意見の分析を進めるとともに、今後は病院に赴いて患者や職員に直接、話を聞くヒアリング調査も実施したい」と表明。患者への虐待などが確認された場合は「予告期間を設けない立ち入り検査や速やかな改善指導を含め、適切に対応する」とも強調した。県議会本会議で立憲民主党の平野みぎわ氏の一般質問に答えた。

(神奈川県ホームページ&かながわ新聞 2 月 23 日より 三富)

## 精神障害理由に会議傍聴など禁止 全国で 333 件、条例見直されず

2024.3.4 yahoo! ニュース/ 毎日新聞より

全国の自治体や公的機関が策定した条例や規則に、精神障害を理由に会議の傍聴などを制限する条項が 1 月 31 日現在、少なくとも 333 件存在していることが市民団体の調査で判明した。障害を理由とした不当な差別的取り扱いが障害者差別解消法が禁じており、市民団体の指摘を機に多くの自治体が削除に動いている。専門家は、「基本的人権の侵害で、条項の存在は『うっかりしていた』では済まない」と指摘する。2016 年施行の同法は、行政機関や事業者が、障害を理由とした差別的な取り扱いで障害者の権利や利益を侵害してはならないと規定している。

精神障害者の相互扶助などに取り組む市民団体「心の旅の会『市民精神医療研究所』」(浜松市)は 22 年 6、7 月に調査を実施。インターネット上で公開されている例規集を基に、約 1700 の市町村や消防などの広域行政機関、行政委員会などの条例や規則を独自に調べたところ、同 7 月末時点で、会議の傍聴などを制限する条項が少なくとも 460 件確認できた。調査状況を踏まえ、同研究所は 22 年 6 月から、関係省庁や件数が多かった道県などに条項の撤廃を要請。文部科学省は 23 年 1 月、同法を踏まえ「障害を理由とした差別はあってはならない」として都道府県教育委員会などに条項の見直しを求める通知

を出したほか、総務省も同 9 月に都道府県などへ同様の通知をした。その後、同研究所は 23 年 12 月から自治体の見直し状況などを再調査。24 年 1 月 31 日時点でも、266 の自治体と 44 の広域行政機関の条例や規則で、精神障害を理由にさまざまな行為を制限する条項が 333 件あった。当初の 460 件のうち 6 割弱の 267 件で条項が削除されていた一方、新たに 140 件見つかった。333 件の内訳は、▽保育所などの利用制限が 88 件▽教委の会議傍聴の制限が 85 件▽自治体などの議会傍聴の制限が 43 件——など。ただ、同研究所が調査できた範囲での結果になっているため、実際の件数とは異なる可能性はある。

当初 460 件 - 削除 267 件 + 新たに見つかる 140 件 = 現在 333 件

日本は 2014 年、障害に基づくあらゆる差別を禁じた障害者権利条約を批准したほか、16 年には障害を理由にした不当な差別的取り扱いを禁止した障害者差別解消法を施行。

**【有識者は指摘する】**「制限条項が多く残っているのは、精神障害者への無理解や無関心が長きにわたって存在していることの表れだ。大きな人権問題として捉えるべきだ」ハンセン病の元患者らが国の強制隔離政策で人権を侵害されたと訴えた国家賠償請求訴訟の原告弁護士共同代表で、精神障害者の差別問題に詳しい八尋光秀弁護士(福岡県弁護士会)の話「議会を傍聴させないのは主権者として認めない、教育委員会

を傍聴させないのは公教育に関与させないということであり、基本的人権の侵害だ。ハンセン病患者らと同様、強制入院制度などで精神障害がある人を隔離してきた国の政策が、こうした差別や偏見の根底にある。制限条項が残ってきたのは『うっかりしていた』では済まされない。精神障害者の存在や当事者の悲しみに社会が目を向けてこなかった結果だと重く受け止めるべきだ。」

## 災害と避難所について

能登半島地震は多くの犠牲者と被害をもたらしました。

災害時の避難場所には、命を守るため緊急的に身を寄せる「指定緊急避難場所」と、災害の危険がなくなるまで一定期間滞在する「指定避難所」があります。

災害に伴う避難生活では被災者のプライベート空間が確保されず、ストレスがたまりやすい点や感染症の拡大が課題となってきました。特に高齢者・障害者の心のケア、精神的ケアを支える福祉避難所が充分機能せず、多くの方が苦しみました。能登半島の各市が協定を結んでいた福祉避難所が稼働できたのは 4 割に満たなかったとの事。建物の崩壊、電気・水道が使えない、道路の寸断、スタッフの負傷、退職による人員不足等、色々な要因がありますが、特に環境の変化に弱い精神障害者は地震に遭遇した時、パニック状態になり、余震におびえ、避難先で大声を出したり、走りまわったり、暴れたりします。一般の方とは別に家族(支援者)と安心して生活できる福祉避難所へ、できるだけ早く避難が必要と痛感しました。

今回の地震では、余震、道路の寸断、多くの建物倒壊、断水、停電、建物の倒壊の危険性等で、1.5 次避難所と言われる、震源地から離れた旅館、ホテル等に避難せざるを得ませんでした。

国や県はインフラ復旧や仮設住宅の建設を急いでいますが、時と場所を選ばない地震発生時は、自分の身は自分で守る自助が必要です。

- 数日間生きるための水
- 数日間生きるための食糧
- 数日間の薬の管理
- 災害時の伝言ダイヤル
- 避難所の場所の事前把握



**避難場所と避難所** これらの言葉にはどちらも「災害時に逃げる場所」というイメージがあります。

しかし、2つの言葉には明確な違いがあります。

「避難場所(指定緊急避難場所)」とは、災害が起きた危機的な状況下で命を守るために緊急避難する場所です。これに該当するのは基本的に広いスペースを持った公園や河川敷などですが、地震・津波・洪水など災害の種類によって指定される場所が変わります。例えば津波避難場所は高台、地震避難場所は学校のグラウンドなどが避難場所になります。これらはそれぞれの災害から身を守ることを第一に考えた場所となっています。それに対して「避難所(指定避難所)」とは、災害によって帰宅困難になった住民が一時的に暮らす場所を表現した言葉です。避難所は「一次避難所」「二次避難所」「福祉避難所」に分かれています。

では実際に災害が起こった時、避難場所と避難所のどちらに避難すればよいのでしょうか。避難場所は身近に火災や津波などの危機が迫っている時に避難すべき場所です。災害が一度収まったと思ってもラジオやテレビなどで情報を確認し、目に見えない災害が発生していないかということも確認してください。災害発生の恐れがある場合、まずは近くの避難場所に逃げて、身の安全を確保しましょう。ただし、避難場所にはトイレ、食料、雨風をしのげる建物がないケースがあります。災害発生後も自宅に帰ることが危険だと思われる場合は、避難所に移動して一時的な生活空間を確保しましょう。

### 【一次避難所】

最初に開設される避難所で、人が生活するだけの設備が必要ですので学校や公民館が指定されることが多い。

### 【二次避難所】

介護が必要な高齢者・障がい者、乳児、その援助者・保護者のための避難所。

二次避難所は高齢者や障がいを持たれた方のうち、介護が必要な方の避難場所として、福祉施設が指定されていました。ですから、二次避難所は福祉避難所とも呼ばれています。



### 【福祉避難所】

障がいや介護の度合いが高い人の避難所。支える人も心身の健康を保つ必要がある。

### 【1.5 時避難所】

避難生活が長期化するなか、被災した高齢者や妊婦など配慮が必要な人を中心に旅館やホテルなどが受け入れる避難所で、調整がつくまで過ごす一時的な受け入れ先となる。

### 【みなし仮設住宅】

「みなし仮設住宅」は建設に時間がかかる仮設住宅の不足分を補うため、すでにあるアパートや貸し家など民間の賃貸住宅に入居するもので、家賃や仲介手数料などは市や町が負担します。

## 対策基本法の改正で福祉避難所へ直接避難が可能になった

二次避難所の定義は既にお伝えした通り、介護を必要とする方のための避難所であり、一次避難所から移動する必要がありました。ところが、改正災害対策基本法では一次避難所に避難することなく、直接二次避難所へ避難できるようになりました。(ネット検索 三富)

### 横浜市会 福祉避難所の不足指摘

障害者や高齢者ら配慮が必要な人たちを災害時に受け入れる「福祉避難所」について、横浜市は、3月1日の市会予算特別委員会で、受け入れ可能人数が計1万5761人ととどまることを明らかにした。対象になり得る人数は約17万人に上り、さらなる確保が求められる。大規模災害時、各避難所では要援護者向けのスペースを確保し、そこでの生活が難しい場合には保健師判断で福祉避難所につなげる。介助が必要な高齢者や環境の変化が苦手な障害者などを想定しており、福祉避難所には特別養護老人ホームなどの高齢者施設や地域ケアプラザなどが指定されている。

市によると、利用の対象になり得るのは、「災害時要援護者名簿」に記載された市民で、要介護3以上の認定を受けた人や、支援・介護が必要な高齢者世帯、障害者などが含まれる。2023年4月時点で約17万人おり、発災時には妊婦や乳幼児なども対象に加わる。市の担当者は「在宅避難ができる人などもいるため、実際の必要数の把握は出来ないが、この数字で足りていると言える根拠はない。今後拡充していかないといけない」と話した。内田沢子地域福祉保健部長は、能登半島地震で福祉施設の損壊や断水、人手不足等のため、福祉避難所の開設自体ができなかった事例に言及し、「横浜市も同じような状況になると予想される。発災に備え、事業者や関係機関と検討を進める」と述べた。

(2024.3.5 神奈川新聞より 三富)



## 精神科訪問看護について

うつ病や双極性障害など精神疾患を抱える方のご家族やパートナーの方向けの無料コミュニティサイト「エンカレッジ」より

精神科訪問看護とは、精神疾患を抱え精神的なサポートが必要な方に対して、自宅やグループホームへ看護師が訪問し、精神科医療に関する専門的な助言や支援を受けられるサービスです。住み慣れた環境で専門スタッフのサポートを受けることで、不安を解消し安心して生活ができます。

病院に入院している時には、24 時間医療スタッフの目が行き届きますが、在宅生活になると症状の悪化に気づきにくい場合があります。精神科訪問看護のスタッフにより、服薬の管理・指導、自己判断で服薬を止めないような支援が必要です。また、副作用や症状の出現に注意して状態をしっかりと見極め、服薬管理だけではなく観察や早期発見を行い、主治医へ報告したり、薬剤師とのやりとりをしながらサポートをします。

精神科訪問看護においては、コミュニケーションが重要です。利用者本人や家族とコミュニケーションを取りながら小さな変化も見逃さずに観察していきます。精神疾患を抱えてしまった場合、孤独になりがちで対人関係の維持・構築が難しくなってしまいます。そういった場合、第三者である精神科訪問看護では他人とのコミュニケーションの取り方や関係性を円滑にできるようサポートしていきます。

精神科訪問看護を利用できる対象者は「精神科または心療内科を受診している患者」であれば、どなたでも利用可能です。

例えば、統合失調症、うつ、双極性障害、アルコール依存症、摂食障害、強迫性障害など、他にもさまざまな症例に対応しています。

精神科訪問看護は、就労中でも利用可能であり、年齢制限もありません。受診している病院やクリニックの主治医や看護師に相談してください。

精神科訪問看護を利用するには、必ず医師の指示書が必要です。そのため、病院やクリニックを受診しないと、精神科訪問看護を利用することができません。

精神科訪問看護を利用したい場合、まずは主治医に相談しましょう。また、ソーシャルワーカーや精神保健福祉士へ相談すると、訪問看護でどんなサービスを受けられるかを知ることができます。診察するのはあくまで医師なので、精神科訪問看護の中で薬を処方することはできません。

ご本人の状態を見て、掃除や片づけの支援が必要だと判断すればサポートしますが、あくまで精神科訪問看護の中でできる支援を行います。「外出している間に部屋を掃除しておいて」「出かけている間ペットの世話を頼みたい」などのはできません。また、本人が不在の場合は、ご家族が在宅でも利用はできません。



精神科訪問看護の役割は、**診療の補助と療養上の世話**の 2 つです。どちらも主治医が作成する「精神科訪問看護指示書」に基づき、具体的なケアが実施されます。

看護師・精神保健福祉士・作業療法士などの有資格者が、精神疾患を抱えている方の自宅（グループホームを含む）に訪問して、ご本人の症状や困りごとに合わせた看護サービスを提供します。

精神科訪問看護を受ける本人の状態によって、支援の内容は変わります。

下記、支援内容の一部を紹介します。

- ・薬を飲むタイミングや管理の方法を一緒に考える
- ・生活リズムを整える方法について本人と一緒に考える
- ・本人に代わって、言いづらいことを主治医に伝える
- ・就労や社会復帰について相談に乗り、必要な場合は適した機関とつなぐ
- ・公的な制度を利用するための説明や、書類提出などのサポートをする

## NPO 法人 じんかれん 2024 年度 定期総会のお知らせ

2024 年度の定期総会を下記の通り開催いたします。

団体正会員の皆様、ご多忙とは存じますがご出席くださいますようお願い申し上げます。

日 時 2024 年 5 月 14 日(火) 13:00~16:00  
場 所 かながわ県民センター 1501 号室

定期総会 13:00~14:20

記念講演 14:30~16:00

「行政が語る精神保健医療の話」

講師： 神奈川県健康医療部がん・疾病対策課  
課長 渡邊 寛和氏（予定）



## こころに響くことば



「今の社会は余裕を持つのが難しいかもしれない。でも、自分の心は自分次第で、社会のせいだけには出来ない。知らない世界を知るだけで、偏見がなくなることもあります。」

何か困っていないかなと相手を気遣うだけでも、心のバリアフリーにつながると思うんです。」

障害者の為のバリアフリーコンサートを主宰する  
ピアニスト 齋藤守也さん

「年を重ねるということは、決して寂しくも、悲しくもないよ。人生なんて、死ぬまで楽しいことが次から次へと私を慰めてくれるさ。」

「人の役に立ちなさい。自分の為と思うとあきらめてしまうが、誰かの為と思うと頑張れる。あきらめる事はしないこと。」

歌手 研ナオコさんの母の言葉

“あの頃は良かった……”と過去を懐かしんだり、「あの時〇〇していれば…」と後悔したり…。

過去を思い出す時、私たちの胸はキュンと締め付けられ苦しくなります。

確かに、特別な時間がそこにはあったのでしょうか。

だからこそ、過去の思い出は私たちの心をぐっと掴んで離しません。

しかし、いつまでも過去にしがみついているは前に進むことができません。

後ろ向きではうまく歩けないように、歩くときは前を向かなければ、うまく進めないのです。

過ぎ去った過去はもう取り戻すことができません。時間は巻き戻すことはできないのです。”

「振り向くな、振り向くな、後ろには夢がない」

劇作家 寺山修二



“将来を思い煩うな。

現在為すべきことを為せ。その他は神の考えることだ。”

先のことをいつまでも考え続けて立ち止まっているより、今できることを一つずつ着実に積み上げていくほうが良い結果につながるものです。

アミエル：スイスの哲学者

“素敵な夫婦関係の決め手は、『ありがとう』のたった一言”

斎藤茂太：精神科医・随筆家

“努力は必ず報われる。

もし報われない努力があるのならば、それはまだ努力と呼べない。”

王貞治：元プロ野球選手



### 人生の修行

苦しいこともあるだろう

言いたいこともあるだろう

不満のこともあるだろう

腹の立つこともあるだろう

泣きたいこともあるだろう

これらをじっとこらえて行くのが人生の修行である

### 研修会中止のお詫びと日程変更について

2月6日に、「じんかれん研修会」として企画しておりました佐藤加根子氏の講演会「親亡き後への想いをつなぐ家族の未来準備マップ～親子のライフプランから考えるお金と制度について～」が、前日に大雪に見舞われるという悪天候により、転倒事故、交通機関遅延等が想定されたため、急遽中止いたしました。参加予定者全員に中止の連絡をすべきところ、今回の講演会が予約制でなかったため、連絡方法がなく、ホームページでお知らせするのみで、一部の方に大変ご迷惑をおかけしましたことお詫び申し上げます。

なお、佐藤加根子氏の講演会は、8月6日(火) 10:00～に変更して開催致します。

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

ポ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」

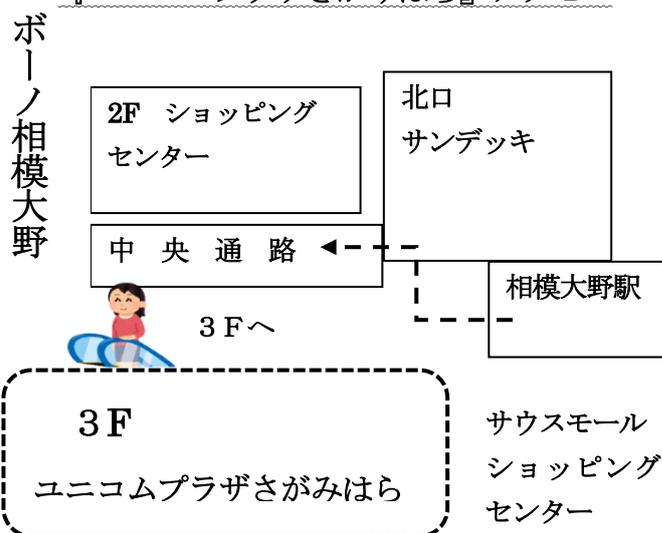
ミーティングルーム

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。

『ユニコムプラザさがみはら』アクセス



小田急線「相模大野駅」中央改札口下車、北口サンデッキより、ポーノ相模大野方面サウスモールに直進、中央通路の途中に「ポーノ横丁」の看板があります。左折してエスカレーターで 3F へ・・・  
 駅 改札口より徒歩 3 分

【編集後記】

最近、街中を散歩すると犬を連れた多くの方を見かけます。家の中で、猫を飼っている方も沢山いると思います。我が家でも猫を一匹飼っていますが、ペットは人間の生活に潤いや癒しを与えてくれます。年に数回脱走を試みる 6 年目の愛猫にペット名札をつけました。

環境省は災害時、東日本大震災を機に、飼い主とペットと一緒に避難する「同行避難」を推奨。動物アレルギーを持つ人への配慮やトラブル回避のため、大多数の避難所は室内への連れ込みを認めていない。現状は、ペットは雨風がしのげる「一時飼育場所」に集め、避難者と生活空間を避けている。能登半島地震でも、避難をためらい、ペットのために車中泊や、避難所に行かなかった被災者が多くいたとの事。これまでは避難所にペットと移動する「同行避難」を推奨してきたが、同じ室内でペットと過ごせないことなどから、横浜市は災害時のペット対策として避難所内でペットと飼い主と一緒に過ごす「同伴避難」について検討を始める方針を明らかにした。

山中市長は、2 月 20 日の市会本会議で避難者の中には動物が苦手な人もいることから通常の避難所以外に場所を確保する必要があるなど実施には課題が多いとした上で、一緒に生活できる避難所を開設した珠洲市での同伴避難の状況などを情報収集・検証しながら、実効性のある対策を検討する」と答弁。  
 (2 月 24 日神奈川新聞を参考にしました。三富)



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。