

SSKU



会員各位

つばさの会通信

第217号

2026年1月

NPO法人横須賀つばさの会第225回定例会の御案内

理事長 下江 秀雄

寒さ厳しき折、皆様お元気にお過ごしでしょうか。今回は、就労継続支援B型事業所つばさ、つばさ第二の利用者の中で一人暮らしをしている方との意見交換会を企画しました。

記

日 時 : 2026年2月5日（木）14:00～16:00

場 所 : 横須賀市保健所3階、第一研修室

テーマ : 「親元を離れての一人暮らし（グループホーム利用含む）」

回答者 : 1人暮らしをしている就労継続支援B型事業所つばさ、

つばさ第二の利用者 7名参加予定

本人が自立をして生活することを考えるとき、親元を離れて一人で暮らせるようにする必要があります。親はいずれいなくなる。障害者が一人で生きていく必要があるのは当然です。そうしたとき、本人が親元を離れて暮らすときに第一選択肢となるのがグループホームです。たとえまったく働くことができなかったとしても、何も問題なく格安にて生活できる施設がグループホームです。またグループホームを利用して、最終的に一般的な賃貸住宅に住むのは問題ありません。障害者の完全なる一人暮らしを支援するのも障害者グループホームの役割です。就労継続支援B型事業所つばさ、つばさ第二の利用者の中に親なきあとも住み慣れた地域で、自分に合った形を選び、それぞれ必要なサポートを受けながら、一人ひとりがその人らしく生活を送っています。今回の定例会では、「生活費は？」「3食自炊しているのですか？」「困っていることは？」「後見制度は使っている？」などの質問を会場の方から利用者にしていただき、本人の口からお答えするという形式をとります。「親なきあとについて」や「それにあった自立」のヒントや安心につながることと思いますので、是非ご参加ください。

助言者：就労継続支援B型事業所つばさ 管理者 松原 理恵

就労継続支援B型事業所つばさ 主任 関 聖子

就労継続支援B型事業所つばさ第二 管理者 小塙 静子

就労継続支援B型事業所つばさ第二 サービス管理責任者 佐藤 弘子



NPO法人横須賀つばさの会第224回定例会（家族懇談会）報告

2025.12.4 木原啓子

令和7年12月4日(木) 場所：横須賀市保健所 ウエルシティ3階 第一研修室

今回の定例会は同じ悩みを共有する「家族」が、仲間の成功例、失敗例、対処の仕方など、生の声を聴き、自分にあった情報を得ることが出来る「家族懇談会」でした。日頃の当事者への対応の難しさ、親子・兄弟関係の悩み、医療面・生活面の対応等々、困っていること、悩んでいることなどを家族同士で話し合えたと思います。大切な家族が自分らしく地域で暮らしていけるよう知恵を出し合う話し合いになりました。

今、困っていると感じている (カッコ) はグループ内からのアドバイス

*当事者が今現在一人暮らしをしていますが 当人は住まいを変わりたいが 何処に相談窓口があるか分からぬ。市営住宅は当人は嫌なようです。

(今一人暮らしはとても素晴らしいと思います とのみんなの意見)

*当事者の体重が増えたためプールで歩いて体重減少を試すが、お腹が減ってしまい何時もより食べる量が増えてしまい体重が増加してイライラもついた。

(食欲のあるタイプは夕食に具だくさんの味噌汁と野菜サラダと炭酸水で先にお腹を満たしてからゴハンとメインのおかずは「ゆっくりかんで」と声掛けをして食べてもらう。)

*一級の当事者が薬を飲まなくなつて措置入院2か月その後保護入院に切り替わり注射に切り替わり家に帰つたらどうしたら良いか不安(横須賀は財政難で一級クラスでグレープホームを探すのは大変、横浜なら退院後も地区ごとにサポートしてくれる。保健所の予防課、語らいの会を予約してじっくり話を聞いてもらうといい、外との繋がりを持つことが大切)

*昔は近所に付き合いが多かつたが今は希薄になっている。

*精神科医が親身になつてくれない。3分診療で対応をしっかりしてほしい。先生によって患者の病状が変わる。(セカンドオピニオンもあるが精神科は2か所で診療出来ない)

*入院して太つたが薬の影響か。

*今どうしたら良いのかと深刻な事はないです。 *いろいろあるが落ち着いているようです。

*当事者の息子は責任のある場所を避けて自分で出来る場所で続けて働いている12時間勤務(休憩あり)疲れたと言ってるが時間を減らすのはいやみたい。今のペースがあつてている様子。

*発症して20年以上完治はない中で親も疲れてきている。

*親亡き後を考えたらきりがない。親が見方を変えることが大事。

1998年10月9日第3種郵便物認可（毎月3回8の日発行）

2026年 1月11日発行 SSKU 増刊通巻8358号発行

*当事者が検察審査委員に選ばれ、悩み、病状が悪化した最近やっと入院できた。

ストレス発散方法

*数独 おくさんと2人で毎日百円出し合い貯まつたらの食事や温泉を楽しむ。

*大好きなお菓子作り。 *美味しいものを食べてストレス解消

*カラオケ *サークルでギターを奏でている。

*動物で癒される 旅行等 趣味を楽しむ 友人は多い方

*タブレットでトリプルゲームをするゲームに集中して悩む時間から解放される。

*好きな番組を録画してみたり語学（イタリア語）を習いに行っている。

その他

*チャットGPT人工知能による相談事は自殺のやり方を教えた事が問題になっている。使い方を間違えると悲劇が起こる、上手に使うと便利。



関東ブロック大会 in 群馬大会参加報告

2025.10.26 三富

基調講演／今できることを考える～家族会活動を踏まえて医療の立場から～

夏苅郁子氏（精神科医）

みんなねっと関東ブロック都県連の7人が1人約5分間の活動報告を行った。

東京都（会長：真壁博美） 埼玉県（会長：佐藤美樹子） 千葉県（理事長：畠中茂）

神奈川県（副理事長：三富清弘）、茨城県（会長：弓野孝子）、栃木県（会長：興野憲史）

群馬県（会長：吉邑玲子）

神奈川県の報告事項



※8050問題における、親の生きている内に、出来ること、親亡き後を考えてやらなければいけないこと。

8050問題の世帯では、親の年金に頼らざるを得ない状況が多く見られます。しかし、年金だけでは十分な生活費をまかなうことができず、貧困に陥るリスクが高くなります。また、親の介護負担が重くのしかかることで、子の就労が困難になるといった悪循環も生まれやすくなります。

※経済的困窮、社会的孤立、介護負担における、行政による支援策の拡充

行政による「農福連携」「水福連携」について

8050問題は、経済的困窮、社会的孤立、介護負担など複合的な課題を抱えています。その解決のためには、行政による支援策の拡充とともに、地域や民間団体の取り組みも重要だと考えられています。特に、就労支援や居場所づくりなどが鍵を握ると指摘されています。

経済的な問題だけでなく、介護や孤立など、さまざまな問題が複雑に絡み合っています。個人や家族の力だけでは解決が難しく、社会全体で取り組むべき課題だと言えるでしょう。

特に当事者が生きていくための収入を得ることが重要です。横須賀市の取り組みの一つをご紹介します。

横須賀市は高齢化や人手不足に悩む時、地元の農家や特例子会社と、就労機会になかなか恵まれない障害者の双方にメリットをもたらす取り組みとしてよく言われる「農福連携」に積極的により込んでいます。

また最近海に近い特性を生かして水産業と連携する「水福連携」にも取り組んでいます。魚の天日干し、ひじきのごみ取り、袋詰め・ラベル貼りの作業を福祉事業所内で行っています。

苗木の生産、育成などの林業と障害者の雇用を結びつける取り組みとして「林福連携」にも取り組みはじめました。8050問題の世帯では、親の介護を子供が一人で抱え込み、過重（かじゅう）な負担を強いられるケースがよく見られます。特に、ひきこもりの当事者が介護を担う場合、社会とのつながりが乏しいため、孤立感を深めてしまう危険性があります。

※重度障害者医療費助成制度他、神奈川県議員団への要望に対する回答について。

会員減少対策について

（3年間で80人の会員を増やした会を紹介）

8050 問題の世帯では、親の年金だけでは生活が成り立ちません。生活保護の利用や、就労による収入の確保が必要不可欠です。しかし現状では十分な支援が行き届いているとは言えません。抜本的な解決のためには、行政の支援策の拡充が不可欠だと考えられています。

この度みんなねっとは、医療費助成推進のための全国の医療費助成の実際を理解し学び合う学習会を立ち上げていただきました。全国各県の取り組みと現実があまりにもバラバラである事にびっくりしました。

この夏に神奈川県、自民党他、各会派との要望ヒアリングにおいて、回答をいただきました。

① 精神障害者の医療費を、身体障害者や知的障害者と同等に適用してください。と拡大実施のお願いをいたしました。

回答としては

身体・知的障害者との均衡を図る意味から、精神障害1級の方を対象としているところです。精神障害2級の方を対象とすることについては、実施主体である市町村の財政的な影響が大きいことや、実情が異なることから、まずは様々な課題を整理してまいります。との回答でした。

我々としては粘り強く、交渉していきたい。

② バス運賃割引制度は本年4月に長年の要望が、かない、地元大手バス会社がやっと運賃割引が実施されましたが、中小バス会社はいまだに実施されていません。

③ 本年4月にJRが障害者割引制度を適用しましたが、100キロメートル以上の条件をつけております。この制限を撤廃したい。

『又、家族会の会員の減少が顕著です。私の所属する横須賀の家族会では10年前に100人以上いた会員が現在70人です。

ただ、神奈川の横浜を除く、じんかれん家族会の最大単会家族会 川崎「あやめ会」では3年間で80人の新規会員を増やしたという、信じられないことが起きています。

我々としては、その辺の会員を増やすノウハウを知りたいとのことで、来年の2月に、あやめ会理事長をよんで、講演をしてもらうことになりました。』

以上精神障害者が地域生活を安定的に継続できるよう、さまざまな支援体制の充実に取り組んでいきたい。と思っています。

国立精神・神経医療研究センター(NCNP)による家族アンケート発送についてのお詫び

会員のみなさまへ

拝啓 秋冷の候、皆様にはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

平素より当法人の活動にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

このたび、国立精神・神経医療研究センター（NCNP）が実施しております「地域で安心して暮らせる精神保健福祉医療体制における入院医療の検討に資する研究」に関連して、家族の皆様へアンケート調査のご案内が郵送されました。

しかしながら、封筒の表面に「精神科の入院医療に関するアンケート依頼状在中」と記載されたまま発送されたことにより、ご本人やご家族のプライバシーが周囲に知られるおそれが生じ、不安やご心痛をおかけする結果となりました。

当法人は、研究への協力団体として単位家族会名簿の提供および調査趣旨のご説明に関与いたしましたが、封筒の外装表示や郵送作業の具体的な確認にまで関与することができませんでした。このことが結果として、皆様のプライバシー保護の観点から十分な注意を行き届かせることを妨げ、信頼を損ねる一因となってしまったことを、法人として深く反省しております。

精神障害のある方とその家族が、安心して社会とつながり、尊厳をもって暮らせる社会をめざす当法人として、今回の事態を極めて重く受け止めております。今後は、研究機関等との協働にあたって、発送方法や表示内容などを含む実施過程の確認体制を強化し、プライバシーと個人情報保護の視点を常に最優先に据えて取り組むよう努めてまいります。このたびの件によりご不快やご不安を感じられた皆様に、改めて心よりお詫び申し上げます。今後とも、率直なご意見をお寄せいただきながら、信頼回復に向けて全力で取り組んでまいります。

敬具

令和7年（2025年）10月17日

公益社団法人 全国精神保健福祉会連合会

理事長 岡田 久実子





福祉の総合相談窓口

横須賀市ホームページより

介護や子育て、障害、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。

福祉の総合相談窓口である「ほっとかん」では、高齢者に関する総合的な相談はもちろんのこと、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。

- 対話型AI「ほっとAI相談」による相談
- 福祉のLINE相談
- 臨床心理士による高齢者・介護者ためのこころの相談
- (心理職)精神対話士による「ほっ!と相談」

「ほっとかん」は、以下のセンターを併設しています。

- よこすか成年後見センター
- 高齢者虐待防止センター
- 終活支援センター

時間 平日の8時30分から17時まで（祝日、年末年始は除く）

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

場所 ほっとかん 横須賀市小川町11番地 横須賀市役所消防局庁舎1階

「困っていることや、不安がいろいろあるけど、どこに相談したらよいのだろう…」とお困りの際には、ぜひお気軽に、よこすか福祉LINE相談をご利用ください。市民相談室の弁護士による法律相談についても、ご案内いたします。ご自身のこと、ご家族のことなど、不安や悩みについて、年齢問わずにご相談を受け付けてます。

1998年10月9日第3種郵便物認可（毎月3回8の日発行）

2026年 1月11日発行 SSKU 増刊通巻8358号発行

電話相談が苦手な人や仕事などの理由で窓口に行くことが難しい人も、LINEから24時間相談ができます。（開庁時間（土・日曜日、祝・休日を除く8時30分～17時）外に送信いただいたご相談には、翌開庁日に返信します）

ひとりで悩みを抱え込まないことが大切です。まずは、相談してみませんか？

《家族交流会》

担当 木原啓子 080-3383-2214

1月28日（木） 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

2月25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

参加者は11月20日6名、12月22日10名それぞれの家族の近況を語り合い有意義な時を過ごせました。予約なしで参加していただけますので時間内にお気軽にご参加ください。

《家族交流会について》

家族交流会は、家族同士が集まり、情報交換や精神疾患に関する悩みを共有することを目的としています。

※家族会員でなくても参加可能です。予約も不要です。話の内容は、一切口外しません。

発行人/ 特定非営利活動法人

障害者団体定期刊行物協会

東京都世田谷区祖師谷3-1-17

ヴェルドゥーラ祖師谷102号室

TEL 03-6277-9611 FAX 03-6277-9555

編集人/ NPO法人横須賀つばさの会

〒237-0076 神奈川県横須賀市船越町 1-50

山田ビル2F

TEL 046-861-2373

定価 50円（会員は会費の中に含まれます）