NPO法人じんかれん
第52回『県民の集い』　2026.11.6

誰もが当事者であり、自らの人生の主人公

～精神障がいがある人や家族からの追体験を中心に～

日本福祉大学 福祉経営学部（通信教育）
医療・福祉マネジメント学科　青木 聖久
aoki@n-fukushi.ac.jp

話の流れ（見通し）

Ⅰ ひらく（私がここに立っている理由）

Ⅱ 我がこととしての当事者理解

Ⅲ 心地よいボールの受け取り方といい加減

Ⅳ 家族および家族会の魅力と今できること

Ⅴ つながることで見えてくる新たな景色
（まとめにかえて）



ひらく
（私がここに立っている理由）

- 16歳:「社会福祉の仕事につきたい…」
- 24歳:「障害年金を受給するということは、社会の偏見も含めて…」
- 36歳:「俺らの仲間で、あんなひどいことする奴おれへんのやけどな…」

自己紹介

【社会福祉実践として】

- 慈圭病院：PSW（岡山：1988～1991），関西青少年サナトリューム：PSW（神戸：1991～2002）内、兵家連において、1995年～4年間、電話相談を兼任），サポートセンター西明石：小規模作業所所長（兵庫：2002～2006），日本福祉大学（愛知：2006～現在）

  ＊社会活動　全国精神保健福祉会連合会（家族会）理事（2010～2024）；顧問（2024～），日本精神保健福祉学会理事（2013～）；副会長（2024～）

【学生として】

- 日本福祉大学卒業（1988），京都府立大学大学院修士課程修了（2004），龍谷大学大学院博士後期課程修了（2012）

(532)「我が人生 精神保健福祉に捧ぐ」青木聖久 教授【日本福祉大学通信教育部　教員紹介】- YouTube

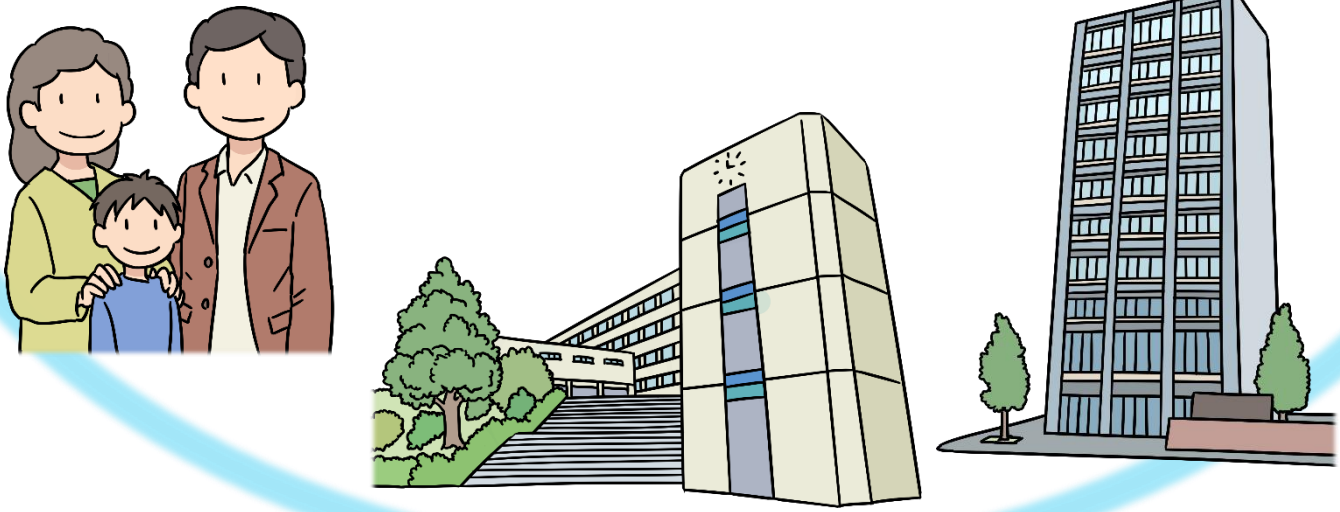
私が、なぜ精神保健福祉の道に進んだのかを5分弱で紹介した動画です。



検索

青木聖久　動画

目の前の人に誠実に向き合う



② 社会的背景



① 歴史

here and now

足に靴を合わせるための実践





足
（人のニーズ）

靴
（制度）

黒子としての立ち位置

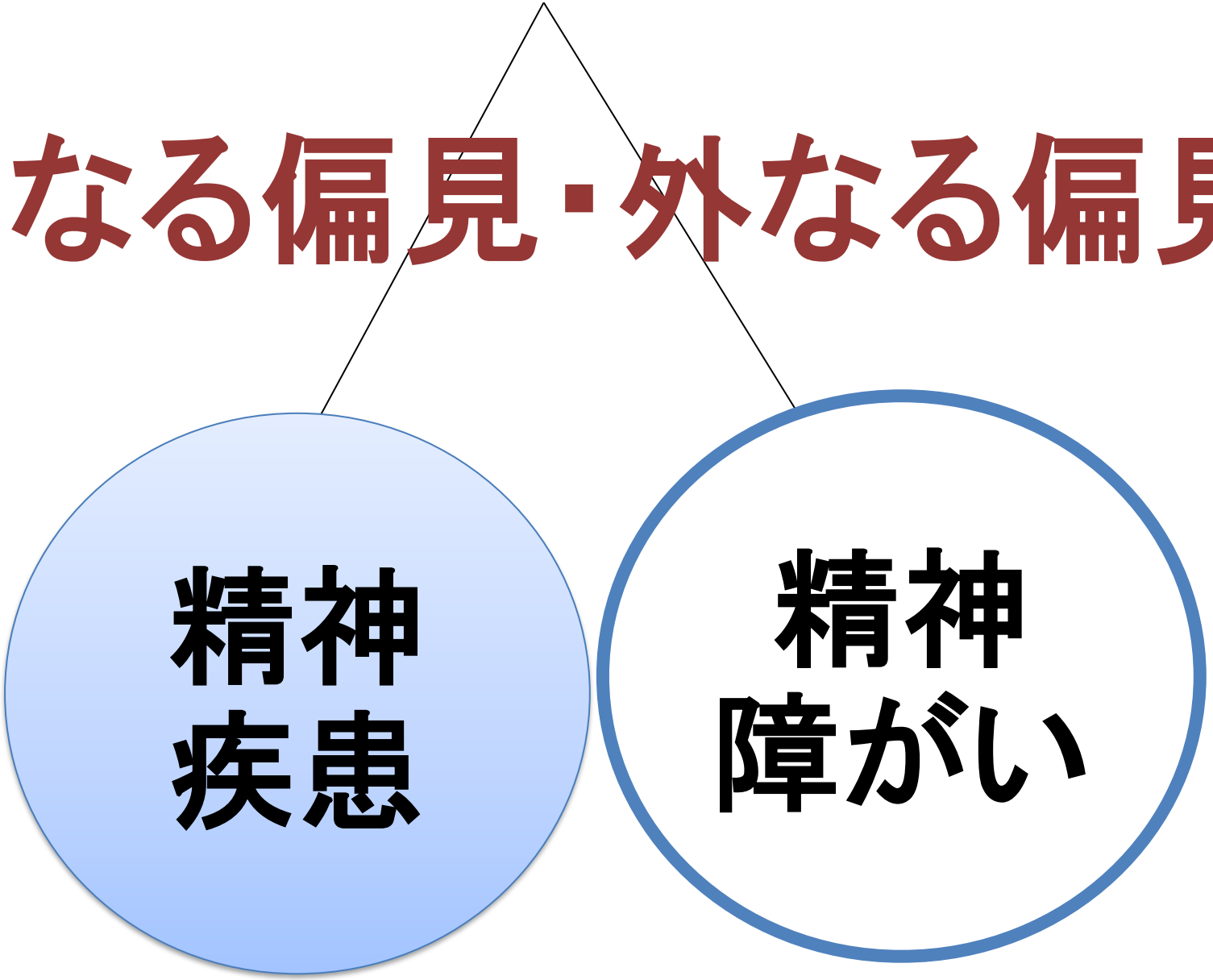
旗を振る立ち位置

Ⅱ

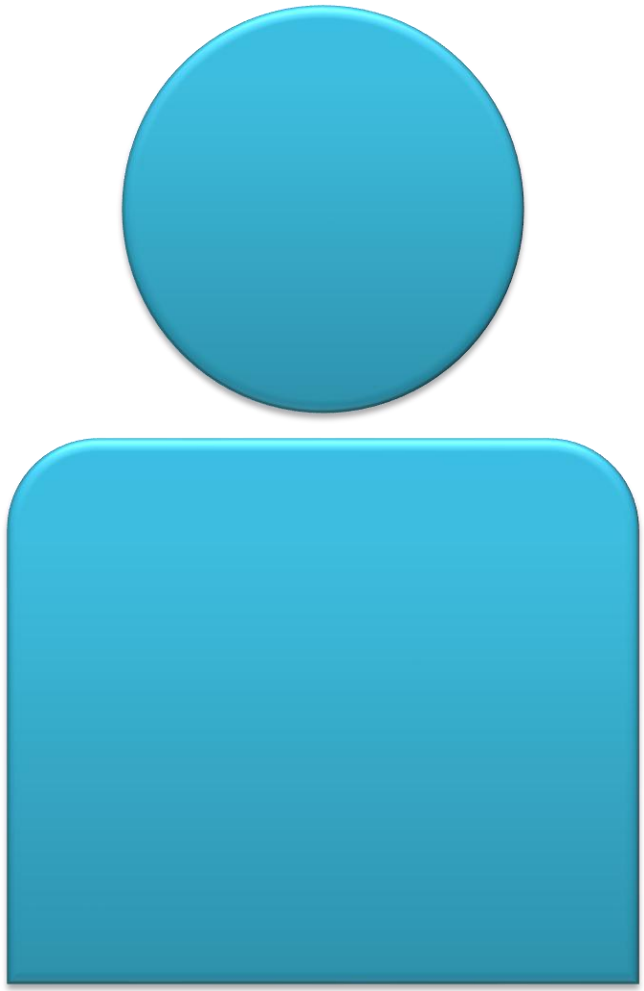
我がこととしての当事者理解

精神障がいによる特性

内なる偏見・外なる偏見



社会



人としての共通性

１．特性は１％程度

2. 喜怒哀楽とプライド

どれぐらい身近？

- 20人に1人
- 5人に1人
- 5人に4人
- 5人に5人

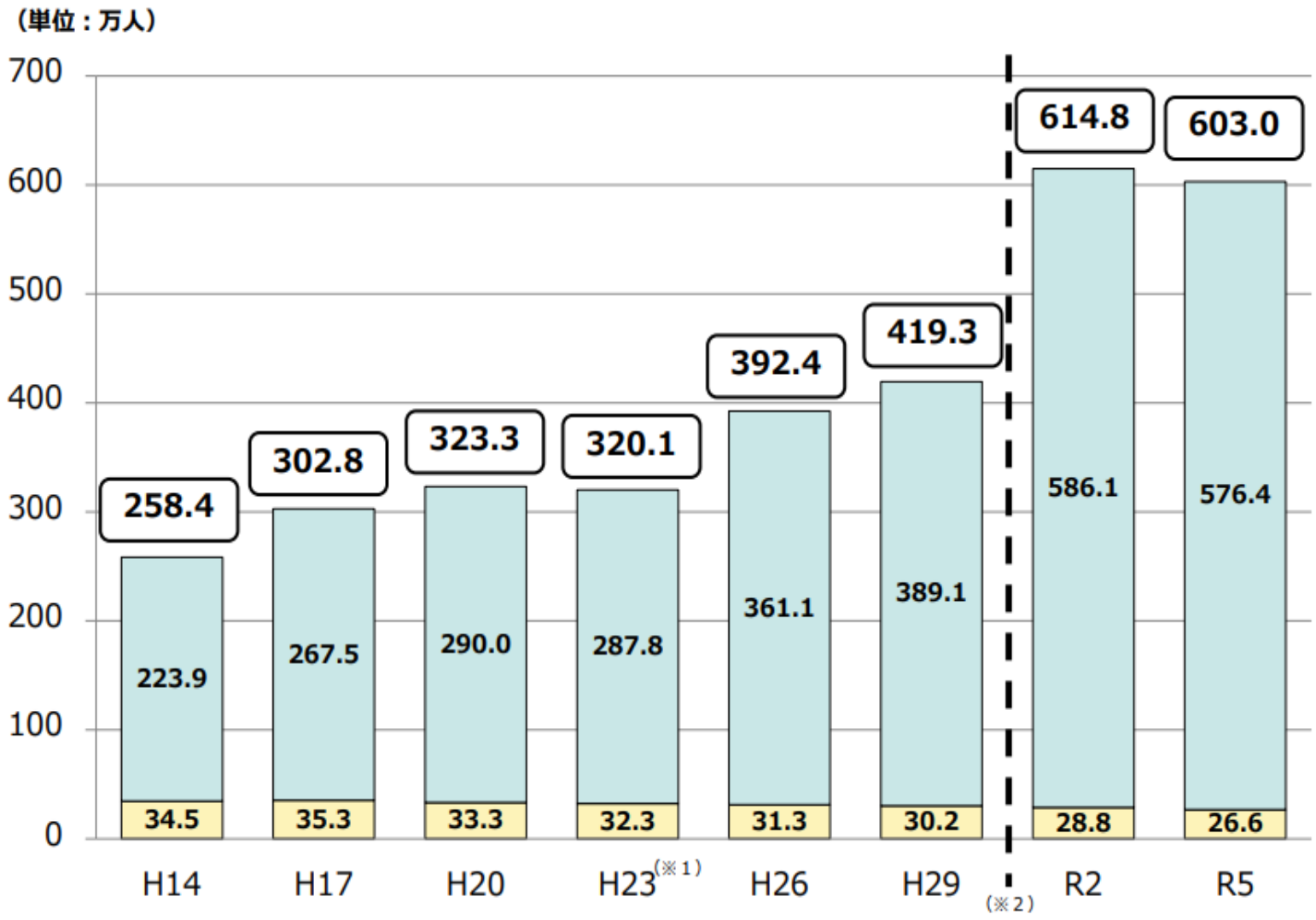
精神疾患

【代表的な疾患名】

・統合失調症　・うつ病　・双極性障がい　・アルコール依存症　・発達障がい　・高次脳機能障がい　・認知症　など

精神疾患を有する総患者数の推移

- 精神疾患を有する総患者数は、約603.0万人（入院：約26.6万人、外来：約576.4万人）。



（※１）H23年の調査では宮城県の一部と福島県を除いている。

（※２）R２年から総患者数の推計方法を変更している。具体的には、外来患者数の推計に用いる平均診療間隔の算出において、前回診療日から調査日までの算定対象の上限を変更している（H29年までは31日以上を除外していたが、R２年からは99日以上を除外して算出）。

資料：厚生労働省「患者調査」より厚生労働省障害保健福祉部で作成

こころのバリアフリー宣言（厚生労働省2004）

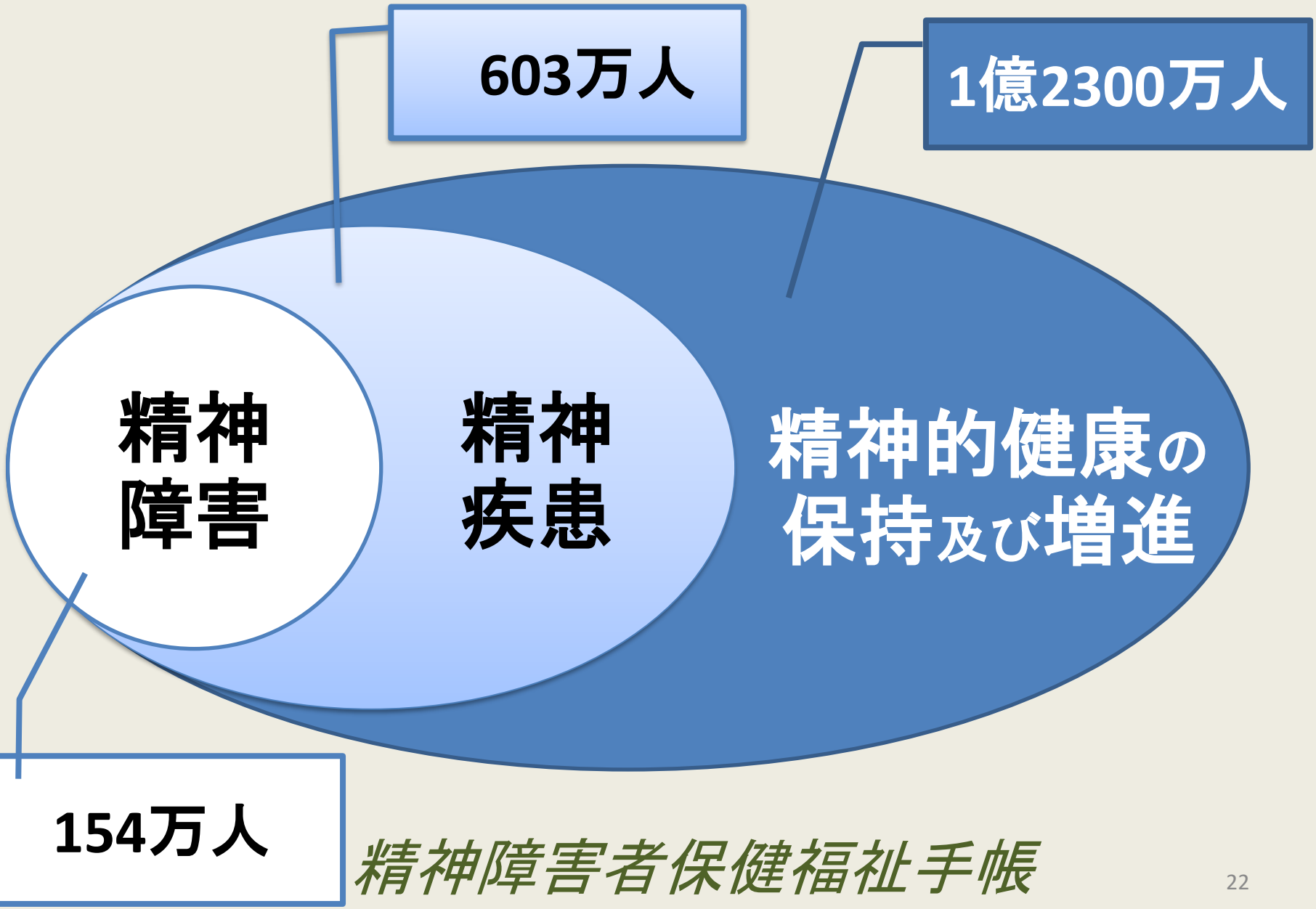
【精神疾患を自分の問題として（関心）】

- 精神疾患は、糖尿病や高血圧と同じで誰でもかかる可能性があります。２人に１人は過去1ヶ月間にストレスを感じていて、**生涯を通じて５人に１人は精神疾患にかかるといわれています。**

当事者

- 語源は、中国の紀元前の春秋時代に使われていた旧字体の「當事」とされている
- 事にあたることを意味し、事にあたる人が當事者
- 日本では、1890（明治23）年の民事訴訟法において、この用語が初めて使用される
- 訴訟の勝敗に関係ある人を當事者とし、関係の無い人と区別する意味で用いられた
- このことからすれば、精神障がいがある人、家族の両方を当事者として捉えることができる

手帳所持者については、厚生労働省（2025）「令和6年度衛生行政報告例」より、
精神疾患者数は、厚生労働省（2023）「患者調査」





心地よいボールの受け取り方と**いい加減**







相手（投球主）が心地よいボールの受け取り方

1. キャッチボールを意識したコミュニケーション（言語と表情を駆使して）。
2. 何かを語って頂ければ、「ありがとうございます」。
3. 肯定・否定ではない、別の論点。
4. 正解ではなく、吐露、応援という別のカテゴリー。

顕在（けんざい）と潜在（せんざい）

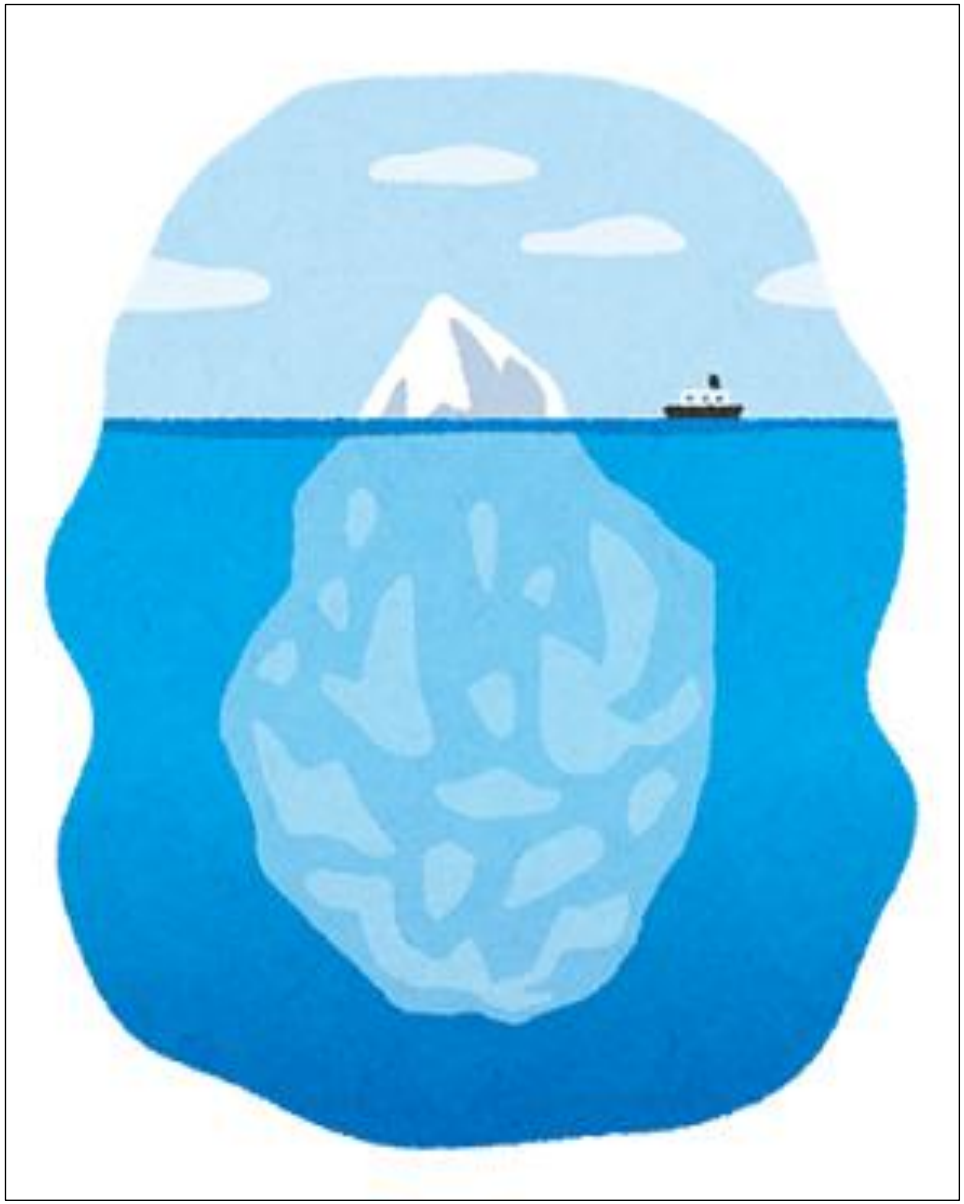
- 目の前の人が抱えている課題と、一方で強み・長所を理解することは重要。
- ただし、理解は簡単ではない。なぜなら、その人が実際に表明した言葉（顕在的部分）が、必ずしも本質的な願い（ニーズ）とは限らないからである。
- 人は、語っていないなかに、ニーズが潜んでいること（潜在的部分）が珍しくない。また、人が自身のニーズに、気づけていないことも少なくない。

インタビューの氷山モデル；大谷尚（2019）『質的研究の考え方』名古屋大学出版会，186）を一部加筆修正

①海面

②海中

③海底



さらに、「つながる」関係づくりのために

5 語らないのではなく、そこが安全で安心できない場だから語れない。

6 声掛けの始まりは、ナチュラルサポート。

7 「困ったことがあれば相談してください」もさることながら、
「うれしいことがあれば教えてください」。

いい加減の暮らしに必要な要素

- ■自分自身の暮らしへの想い
- ■経済的基盤
- ■つながりのある暮らし

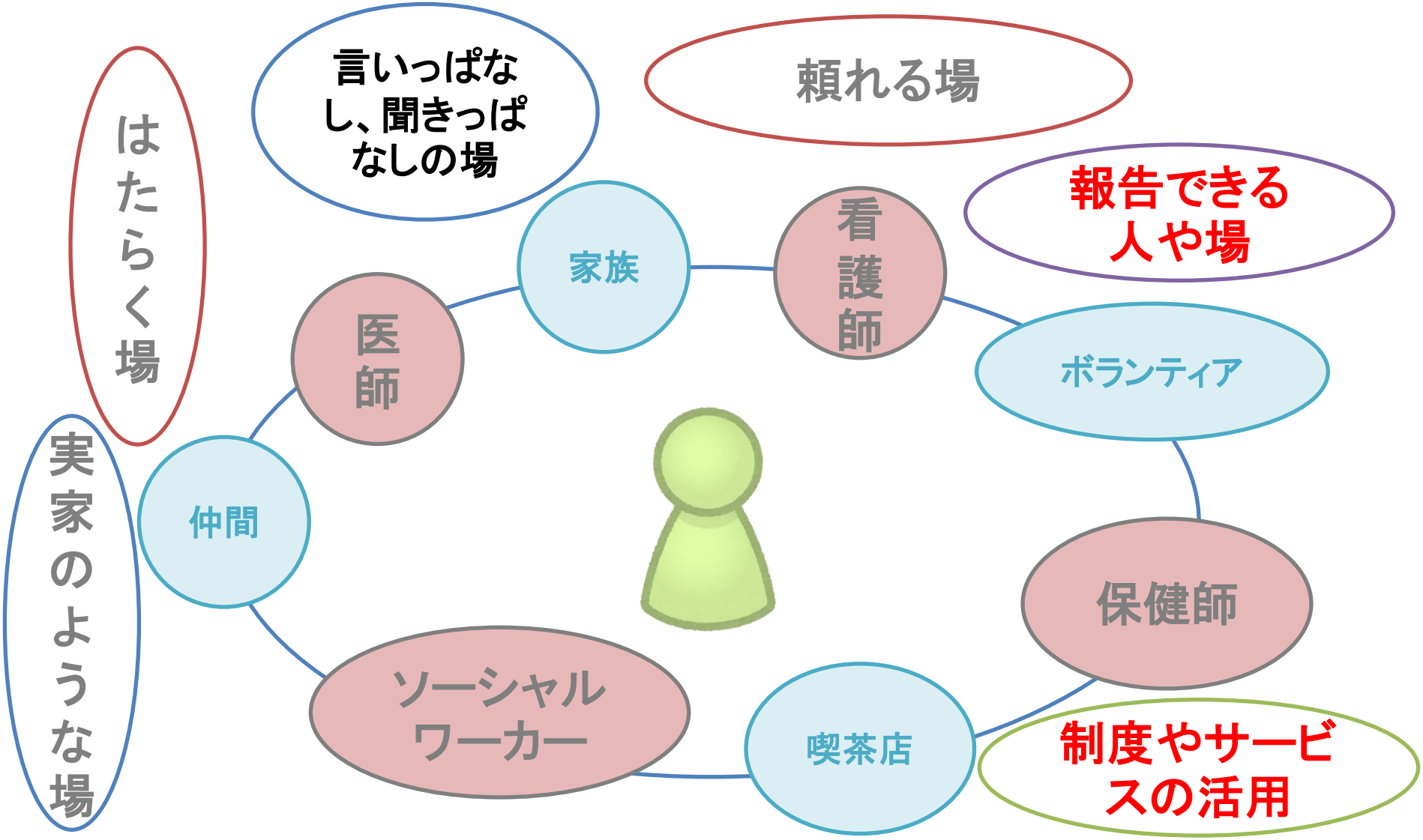

思い
想い

精神障がいがある人が利用する代表的な経済的支援

国	自治体	企業	経済的支援の制度やサービス	所得保障	出費の軽減	基準	論点
○			生活保護	○	○	世帯	困窮
	○		心身障害者扶養共済制度	○		個人	障害
○			障害年金（国民年金・厚生年金保険）	○			
○			特別児童扶養手当など	○			
	○		障害者手当（名称は様々）	○			
○			自立支援医療		○		
	○		自治体独自の医療費助成（福祉医療）		○		
	○		交通運賃の割引		○		
		○	交通運賃の割引		○		
○			所得税・住民税の控除		○		
		○	携帯電話の通話料の割引		○		
	○	○	文化施設の入場料やスポーツ観戦等の割引		○		

つながりのある暮らし

専門職という服を着ている人と、普段着を身に付けている人



孤軍奮闘での暮らし



いい加減の暮らし

●とはいえ、日々の暮らしが、安心でき、安全なことは、人生の目標にはならない。

●では、何を。

●それは、ちょっと、チャレンジした暮らし。

Ⅳ

家族および家族会の魅力と今できること

「家族支援」とは

- 本人をケアする代表的な存在としての家族
- 本人を支援する専門職とのパートナーシップとしての家族
- 家族自身を人生の主人公に据えた、支援対象者としての家族

「家族支援」の意義

- 自責の念にかられている家族
- 許容量が限界の状況にありながらも本人にかかわる家族
- 支援者が自らの人生の主人公としての家族にかかわることによって
- 支援者から家族に向けたバトンが、次にわたる先はどこか

家族および家族会のチカラ

- 日々の現実的な生活問題に向き合い、分かち合える
- 当初、家庭内のことのみと思っていたはずなのに、社会に目が向いている自分がいる
- そんな自分のこと…

親なき前にできること

- ひとことで伝えるとすれば、

今できることに可能な範囲で取り組み、あとは社会にお任せする…



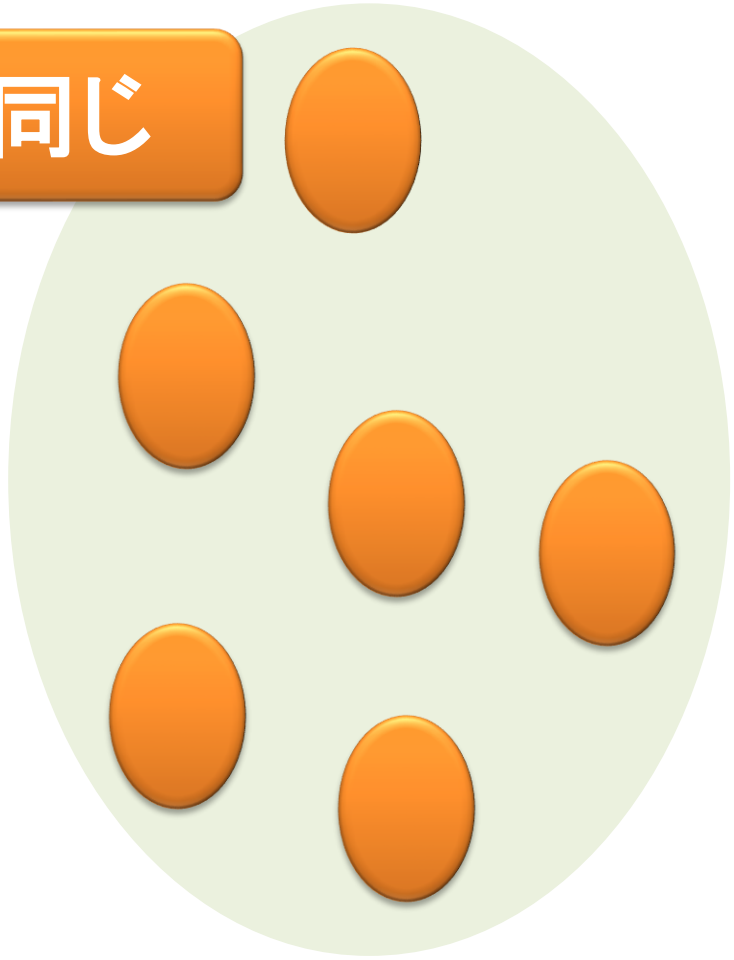
つながることで見えてくる新たな景色（まとめにかえて）

１．知ることによって変わる景色

2. 多様性の先に辿りつける境地

異質と共通

同じ



多様

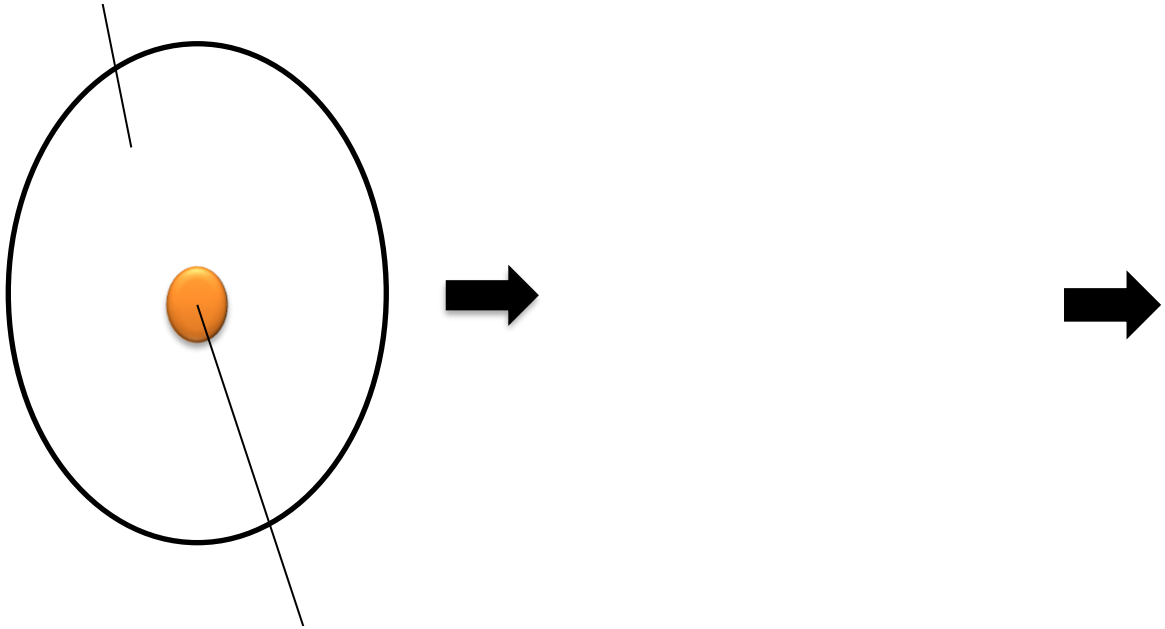
参考：福山和女（2009）「ソーシャルワークにおける協働とその技法」『ソーシャルワーク研究』34(4)4-16

３．暮らしにおいて
問題は無くなるのか？

問題の位置と割合

① ② ③

生活全体



不安やストレスの原因となる問題

４．誰もが自らの人生の主人公

当事者および取り巻く人たち

- 「どれだけ美味しいものを、たくさん食べて…」
- 「お茶の子さいさいや…」
- 一番変わったのは、お父さんだ…」



青木聖久

2019.7

『追体験霧晴れる時』

今および未来を生きる精神障がいのある人の家族15のモノガタリ

ペンコム発行

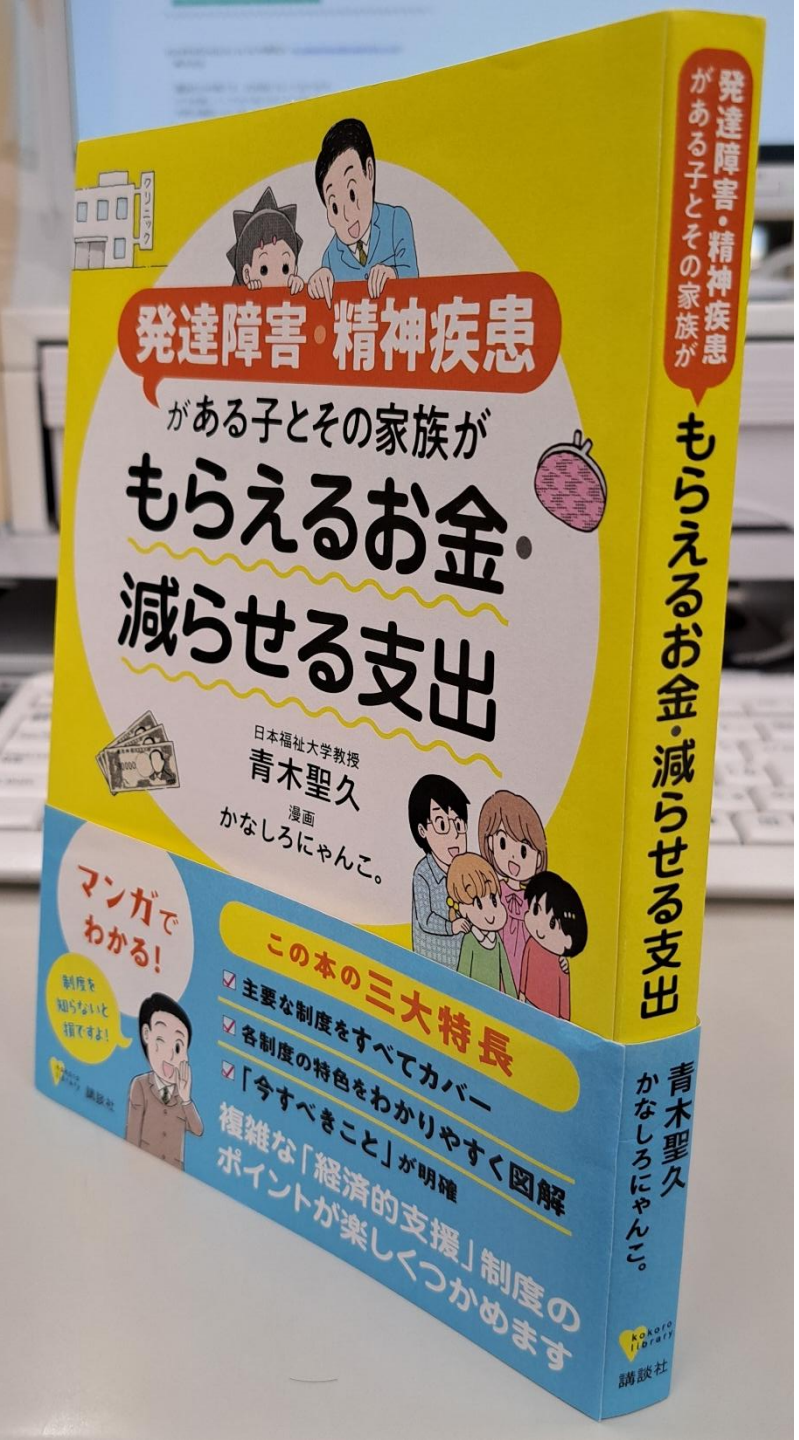


青木聖久（2022年）

『おかあちゃん、こんな僕やけど、産んでくれてありがとう』

～精神障がいがある人の家族15の軌跡～

ペンコム



青木聖久
かなしろにゃんこ。
（2024年）

発達障害・精神疾患がある子とその家族が もらえるお金・減らせる支出

講談社



青木聖久編（2025年）『改訂 精神・発達・知的障害がある人の経済的支援ガイドブック ―障害年金と生活保護、遺言、税などのしくみと手続き―』

中央法規出版

＊**執筆者）**●東奈央弁護士、●高橋裕典社労士、●赤岩綾税理士、●石川智FP、●荒川豊SW、●彼谷哲志SW、そして、青木聖久


ご清聴ありがとうございました