

# ✦ 悩める家族と当事者のためのメンタル情報紙 ✦



## No. 94



# やしお

発行所：〒329-1104 宇都宮市下岡本町2145-13  
 栃木県精神保健福祉センター内  
 栃木県精神保健福祉会（通称やしお会）  
 TEL 028 (673) 8404 FAX 028 (673) 8441  
 メールアドレス yashio@lime.ocn.ne.jp



皆さんの熱気が伝わってきます

## 栃木県精神保健福祉会 第2回中央大会

テーマ：本当の家族支援とは！！  
～悩める家族のために～

日時：平成 27 年 7 月 10 日(金)  
場所：宇都宮市保健所  
参加者：108 名



来賓の方々に温かい励ましの  
お言葉をいただきました

### 主催者挨拶

やしお会 会長 興野 憲史



挨拶する興野会長

数々の法律が出来、或いは改正されたとはいえ、精神障害者への差別・偏見、或いはサービスが取り立てて向上した訳ではありません。

我が栃木は、交通費や医療費の補助では他障害と歴然とした差が見られ、且つ、関東近県とも大きな隔たりがあります。かつての栃木は、昭和30年代に全国に先駆けて精神衛生事業を起し、「栃木方式」とまで謳われたそうです。保健所では相談事業と家庭訪問を積極的に行い、昭和38年には全国に先駆けて家族会「やしお会」を結成させました。即ち、この頃から栃木は「アクト」をやっていた訳です。

しかしながら、斯くも精神衛生に熱心に先頭を走っていた栃木が、いつの間にかラストの方になってしまったことが寂しくてなりません。これからは、精神に関する関係機関が連携し合って嘗ての栃木の様に、精神保健福祉の先進県を目指して欲しいと思う次第です。

私共も頑張りますので、この機会に関係機関の皆様にも、もう一度ご配慮頂けたら有り難いと存じます。これからも「やしお会」のこと、宜しくお願い致します。

- インターネットでも「機関紙やしお」を閲覧することが出来ます ●
- ・機関紙やしおで検索⇒ やしお-栃木県 (PDF) をクリック
- ・大会挨拶・興野会長で検索すると会長挨拶の動画が見られます

### アトラクション

音楽療法士池田みどり様の明るいトークと歌唱指導とすばらしいピアノ演奏で、心が満たされ、笑顔が溢れた時を過ごすことができました。



グラジオラスが美しい  
石下理事の生け花



司会をする大越理事



赤いドレスがすてきな池田みどり様

行政報告

「精神保健福祉行政の現状について」

県保健福祉部障害福祉課精神保健福祉担当 駒場 真穂 様

報告によると、平成25年12月現在の県内の精神科病院は28病院、許可病床数は5,240床と6年前に比べ75床減少し、入院患者も4,563人で95人減少している。入院期間は1年以上5年未満の患者が1,324人と一番多く、年齢構成比では60歳以上の者が64.6%（約3千人）を占め、20年以上の患者も779人いる。入院患者の66.1%（約3千人余）は統合失調症。県全体の自立支援医療受給者数は19,171人で、うち精神障害者保健福祉手帳所持者は9,040人、受給者・所持者ともに年々増加傾向にあるとのことでした。

講演

「脳と心ー縄文人の遺伝子と倭人の魂」

東京都医学総合研究所 病院等連携研究センター長 糸川 昌成 先生

午後からは、「脳と心」（縄文人の遺伝子と倭人の魂）と題して、東京都医学総合研究所病院等連携研究センター長 糸川昌成氏による講演が行われました。氏は25年に亘る脳と遺伝子の研究に携わり、精神科医としてご活躍されています。統合失調症を患ったお母様に生きて逢うことが出来なかった苦悩と葛藤の中から見出した、精神障害を持つ人達への向き合い方を熱く語られました。「行動には意味がある。失敗の反省と後悔と原因探しをしない。良かったことを話し合う。その人にとって嫌がることをしない」等々・家族にとってすぐに出来る当事者に向き合う言葉を沢山聞き、心の底から魂を揺さぶられる感動的なお話でした。



熱く語られる糸川先生

対談

糸川先生と家族代表による対談

講演の後は、糸川先生と家族代表、やしお会顧問で栃木県精神障害者支援事業協会理事の小池秀明さんによる対談が行われました。対談は予め皆さんに記入して頂いた質問用紙の共通項目を整理して、項目ごとに糸川先生に回答して戴く形で進められました。一番多かった質問で、薬の多用、長期服用、副作用についての答では「薬は脳には効くが心には効かない。そっとそばに寄り添い一緒に静かに過ごすことも大きな力ではないか。」まだまだ聴き足りないことが沢山ある中、大会は終了となりました。



糸川先生

小池さん

糸川先生から「皆様に一日でも早く朗報をお届けできますよう、これからも研究を続けてまいります。」と、心のこもったメッセージをいただきました。

アンケートより

アンケートにご協力頂いた方は54名で、うち約半数の方が家族でした。

大会をどこで知ったかの質問では、家族会が約半数。新聞を見ての参加者も多数あり、もっとPRして欲しいとの意見も頂きましたので、来年度の課題にしたいと思います。

糸川先生の講演は、聴講された全員が良かったと評価され、再度お話を伺いたいとの希望もありました。また、糸川先生と小池氏の対談もとても好評でした。

特に、糸川先生の講演と池田みどり様のピアノ演奏は、大変心に響く良い企画だったとお誉めのお言葉を頂き、主催者としてほっとしております。

\*参加者の方より、19,667円もの多大なるご寄付を頂戴しました。誠に有難うございました。

# みんなねっと福岡大会

2015年09月28日 10:55  
 1F エントランス \*\*:\*~\*\*:\* 第8回全国精神保健福祉家族大会  
 2F 多目的ホール 10:00~17:00 みんなねっと福岡大会

電光掲示板による案内

第8回全国精神保健福祉家族大会/みんなねっと福岡大会が9月28日-29日、福岡市の福岡国際会議場で開催されました。全国47都道府県から2000名の参加者を迎えて盛大な大会となりました。やしお会からは、興野会長他3名が参加しました。



前野副会長 興野会長

## 大会第一日目 全体会

【開会式】大会第一日目は、午前のオープニングセレモニーの後、12:00から開会式が行われ、主催者を代表して「みんなねっと」の本條義和理事長が挨拶されました。



挨拶される本條義和みんなねっと理事長

「精神保健福祉法の改正による精神障害者及び家族支援に対する改善が徐々になされる中、いまだに残る障害種別間格差を是正していくためには、私達自身が声を上げていかななくてはなりません。みんなねっとでは、平成26年度から運動面を強化していく事を決め、今年度はJR運賃割引の精神障害者適用プロジェクトを立ち上げ、100万人署名活動を最優先課題として活動しています。医療費補助や相談員制度の法制化、偏見と差別解消等々問題は山のようにありますが、家族会の3本柱=支え合い・学び合い・社会的運動=という家族会の原点を忘れずに全国の家族会の皆様と手を携えて歩んで行きたいと思えます。」とのお言葉がありました。

【基調講演】 開会式の後には、13:00から「戦後70年と障害者権利条約」～精神障がい者施策の課題と展望～ と題して、日本障害フォーラム(JDF)幹事会議長 藤井克徳氏による基調講演がありました。藤井氏は、長年に亘り日本の障害者施策に提言を続けて来られ、8月に放送されたNHK番組ハートネットTVシリーズ戦後70年「障害者と戦争」でもレポーターとしてドイツを訪問し、戦時中ナチスによって20万人もの障害者が虐殺された歴史の事実を伝えられました。そして2006年12月6日第61回国連総会における障害者権利条約の採択に尽力され、わが国では昨年1月批准されました。講演では、権利条約制定の背景と経緯、権利条約の特徴と意味、今後の課題についてのお話があり、家族会の役割は先ず集まる事。集まるからエネルギーが生まれる。そして学ぶこと。新しい関係性を作るために動くこと。ひとくりにしないで、一人一人の家族に対して向き合う事。「過去と他人は変えられないが、未来と自分は変えられる」を信じて次の5つの事を心に留めて活用し、家族会を続けてほしい。」と締めくくられました。



講演される藤井克徳氏

1. か …… 隠さない。顔を上げる。
2. き …… 決めつけない。
3. く …… 悔やまない。
4. け …… 健康第一。
5. こ …… 孤立を防ぐ。

休憩をはさみ、14:30から本條理事長の「活動報告」、15:00から厚生労働省 社会・援護局障害保健福祉部精神・障害保健課長富沢一郎氏の「最近の精神保健医療福祉の動向」と題しての【行政報告】、15:45から十勝精神障がい者支援センター理事長 門屋充郎氏による「精神病となっても希望を持って生きられる」と題して【記念講演】があり、大会第一日目の全体会は終了しました。



講師の門屋充郎氏

夜は会場をホテルオークラに移し、500人が参加して盛大に懇親会が行われました。

## 大会第二日目 分科会

大会第二日目は、9:30からテーマを6つに分けて分科会が開かれました。

2015年09月29日 08:43	第8回全国精神保健福祉家族大会
09:30~11:30	みんなねっと福岡大会 第3分科会
11:45~13:00	みんなねっと福岡大会 閉会式
10:00~**:**	オンスマンション博多 第34回連
14:00~15:45	福岡市電設協定会 経営研修会
09:30~11:30	みんなねっと福岡大会 第4分科会
09:30~11:30	みんなねっと福岡大会 第5分科会
09:30~11:30	みんなねっと福岡大会 第6分科会
09:30~11:30	みんなねっと福岡大会 第1分科会
09:30~11:30	みんなねっと福岡大会 第2分科会

電光掲示板による分科会の案内

- 第1分科会「家族と家族会の力と役割」
- 第2分科会「わが国の家族支援に求められるもの」
- 第3分科会「地域でくらし、地域でささえる」
- 第4分科会「働く喜びをひろげよう」
- 第5分科会「当事者の力、自立と経験を活かす」
- 第6分科会「このままでいいの?精神障害者のくらしと権利」

やしお会からは第1分科会、第4分科会、第6分科会にそれぞれ参加しました。

以下は、第4分科会の報告です。

第4分科会 テーマ「働く喜びをひろげよう」に参加し、4人の方の発表を聞いてきました。

皆さんの中には、「家の子は働かないで、まだ無理」と思ってらっしゃる方も多いかもかもしれません。

家族相談会の相談者の方も引き籠りで病院にもつながらず、あるいは親が薬をいただきに行っている。どうしたら良いか分からないという方も多いのです。しかし、大会参加者は、大勢の方が「障害をもちながら働く」を真剣に考えている方でした。その中で私が一番関心があったのは、つばめ福祉会のピアスタッフの現状と課題でした。

短時間からパートでもと考える人達が多い中、常勤スタッフ20名中、ピアスタッフ5名とのこと。平成20年から採用し、ピア活動の有効性が高まってきた。9月3日現在、ピアスタッフ会議を開催した。厚生労働省より14名、ピアサポート7名で、ピアサポート専門制度等、出来るのではないかとこの国の動きになったとか?

我が栃木県には「ハートピアきつれ川」という家族会中心に活動して発足した施設があったことを思い出した。皆が寄付集めに奮闘して立派な温泉施設が発足した。残念ながら売却されてしまったが、今、地域で暮らせるために交通費の割引制度の請願運動をしています。家族の「親なき後」の運動を一步づつ進めて行きましょう。

まず、親が孤立せず、相談相手を見つけましょう。子供や妻、夫の為にやるべきことは絶対あるはずです。(K)

分科会終了後は、11:45から閉会式が行われ、各分科会コーディネーターによる分科会報告に続き～親なき後の不安は、もう終わりにしたい～との思いを込めて、日本の精神医療・保健・福祉の構造転換を求めて、大きなうねりを起こしましょう!!との大会アピールを満場一致で採択しました。

更に、今後の具体的な行動提起として「他障害と同等の交通運賃割引を求める署名運動のよびかけ」が行われました。最後に次回開催の三重県家族会代表による挨拶があり、主催者の閉会の言葉と共に2日間の大会が終了しました。



署名協力要請の横断幕

(大越 進:記)

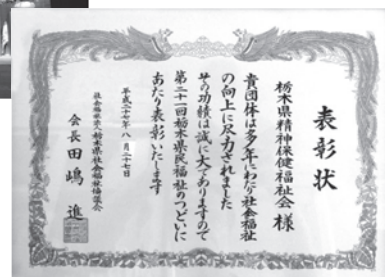
# やしお会が表彰されました



みんな揃っての記念撮影（前列左端が興野会長）



代表して表彰状を受け取る興野会長



「第 21 回栃木県民福祉のつどい」が、8 月 27 日（木）、宇都宮市文化会館大ホールにて開催され、福田知事他多数の来賓の方々のお出席のもと、社会福祉の向上に尽力された団体、個人に対して知事表彰及び各団体会長表彰が行われました。「やしお会」は、今年初めて社会福祉協議会会長表彰を受けることになり、当日は興野会長が優良施設・団体等 12 団体を代表して表彰状を受け取りました。

## Tea Time ・ ・ ・ ちよっとひと休み



### ♫入浴活用法♫～良い眠りにつくために～

就寝前の眠剤でぐっすり眠れますか？どうしても寝つきが悪い方、薬だけでなく、眠れる環境を整えましょう！！

#### ○入浴の効能

**リラックス効果** 浴槽にゆっくりつかり体温がやや高くなると、「副交感神経」が働き出し、《気持ち、身体がリラックス》さらに、芯まで温まると《筋肉がゆるみ、空腹を感じたり、排便がスムーズに》なります。

**寝つきを良くする効果** 入浴で一度上昇させた体温が、放熱され下がることにより丁度良い眠気に誘われます。こころの健康を目指して、お試しくださいませ！

帰ってきた

### デレスケ患者の一人呑み、独り言 (飲酒にはご注意)

解説しよう！『デレスケ』とは、栃木なまりで、アホ・バカタレという意味。やしおNo.90 以来、フーテンの寅さんのようにフラッと

いなくなってしまった。果たして、デレスケおじさんは・・・？

「スーさんと釣りをしていたら、帰れなくなっちゃってなあ」⑨寅さんは「男はつらいよ」スーさんは「釣りバカ日誌」の登場人物のはずだが・・・？

「色々考えたきつと、『アクト』の様な、患者や家族の支援をするプロジェクトは、重要な働きだけんど、オレら、患者、支援される側は、何をしたらいいんだってな。もうちょっと自分の得意なこと、好きなことを熱心に追いかけても悪くないよな。それが患者の強み(ストレングス)にもなるし、好きなことと向き合う分、病気や障がいにだけ向き合わなくて済むんだ。オレの釣りみたいにな！もちろん生活の為、仕事に就くことも大切なことだ。でも、そこがゴールなのか？人それぞれだから比べなくてもいいのさ。」

「そうそう、ここ最近の動きでは、当事者が中心になって、当事者会のような、集まりを作っている所もあるらしいで。きちんとしたカタチになったら、興味のある人を募集したいそうじゃ。『首を長くして待っててくれ!』だとさ。よろしくな!」

## 県との懇談会

やしお会と県健康福祉部障害福祉課との懇談会が、9月8日（火）午前10時から11時まで県庁別館研修室にて行われました。やしお会からは興野会長、前野副会長はじめ役員、家族計11名が出席。

県からは國井課長、綱川副主幹、駒場副主幹、委託業務担当 桑原主事の4名が出席されました。

初めに、興野会長が今回の懇談会開催の趣旨と要望事項について説明を行い、双方の自己紹介の後、以下の4つの要望事項毎に県側に説明。県側からはそれぞれに対する状況説明とコメントがありました。

－要望事項－

- ①交通運賃割引制度適用署名活動について
- ②障害者手帳の色の統一について
- ③家族ピア相談事業の予算化について
- ④知事との懇談会について

特に①の署名活動については、全国規模の活動であり最優先課題として取り組んでおり、やしお会独自でもあらゆる方面への協力依頼をしている旨説明し、県としての協力をお願いしました。②、③の項目については今後の検討課題として双方連絡を密にして解決に向け努力して戴くこととなりました。

④については出来るだけ早い時期に実現できるよう強くお願いをしました。お互いが努力してより良い社会を作るために、今後もこうした懇談会を継続することを確認して終了しました。



趣旨説明をする興野会長

## 地域訪問

2月から始まった地域訪問活動は9月までに10回となりました。今回は6月から9月までの活動内容を報告致します。

**【益子町】** 地域訪問5回目は、6月23日（火）芳賀郡益子町を訪問しました。陶器の益子焼で知られる益子町は、宇都宮から東へ約35km、7,900世帯2,4000人が暮らしています。毎年春、秋の陶器市には国内外から60万人以上の観光客が訪れ賑わいを見せています。当日は、前野副会長と大越の2名で町役場を訪れ、健康福祉課 福祉係の鯉淵さんとお話をしました。益子地区の「やしお会」は平成20年解散となり、その後の活動は行われておりません。益子町の相談事業は、芳賀地区1市4町（真岡市、茂木町、益子町、市貝町、芳賀町）を統括している「芳賀地区障害児者相談支援センター」（真岡市）に委託しており、町では直接相談事業は行っておりません。



前野副会長

鯉淵さん

前野副会長からこの日の訪問の目的、県やしお会の活動内容を説明し、町として精神障害者及びその家族に対し、家族教室の開催や家族相談の実施等適切かつ強力な支援をして下さるよう依頼し、町のホームページ及び広報誌に家族相談の案内を掲載して下さいようお願いを致しました。鯉淵さんからは、「町の広報誌が月2回発行されるので、それに掲載することができます」とのお返事を戴きました。



市貝町役場

**【市貝町】** 地域訪問6回目は、7月24日（金）芳賀郡市貝町を訪問しました。前野副会長、大関さん、大越の3名で市貝町健康福祉課を訪ね、健康づくり担当の川上和幸係長と精神障害者とその家族の支援活動についてお話をしました。市貝町では、現在40名の方が手帳を持っているとのことでしたが、当事者及び家族に対する相談等の具体的活動は行われておりません。前野副会長から、やしお会の活動状況を説明し、精神障害者及びその家族の置かれている現状を理解

し、適切な支援を行って下さるようお願いを致しました。先ずは、町のHPや広報に家族相談の案内を出して下さるようお願いを致しました。また、「みんなねっと」主導で展開中の「精神障害者への交通運賃割引制度適用に関する請願書」への署名運動の協力を依頼しました。

**【芳賀町】**地域訪問7回目は、8月26日（水）芳賀郡芳賀町を訪問しました。当日は雨で肌寒い一日でしたが、前野副会長、大関さん、大越の3名で健康福祉課 保健師で福祉系の山中夏子さんにお会いしてお話を伺いました。町では「精神障害者地域生活支援センター」を開設して日常生活のお手伝いやよろず相談等、精神障害者に対する支援を行っています。現在40名の方が手帳を持っておられるとのことですが、家族教室の開催や家族相談の案内など個々の家族への支援活動は行われておりません。



芳賀役場

前野副会長からは、障害者権利条約の批准や障害者差別解消法の制定等、法律の上では精神障害者に対する支援が改善されたかに見えますが、現実にはまだまだ身体障害者や知的障害者との差別は大きく、さらに社会的偏見も未だ解消されず、精神障害者とその家族にとっての大きな精神的、経済的負担となっている実情をお話ししました。町としては精神障害者の地域移行、地域定着の政策実現には前向きに努力してはいるものの、なかなか上手くいかないのが現実とのこと。山中さんは、来年には「ピアサポートやしお」の定例会に出席し、より理解を深めたいとのこと。先ずは、家族相談の案内を町のHPまたは広報に掲載して下さるよう依頼しました。最後に交通運賃割引制度適用署名運動への協力依頼をして来ました。



署名について説明する興野会長

**【真岡市】**9月の地域訪問は真岡市にある県東健康福祉センターに行きました。同センターの訪問は5月に続いて2回目となりますが、今回は興野会長、大関さん、加納さん、大越の4名で訪問し、精神障害者に対する交通運賃割引制度適用請願署名運動への協力依頼を行いました。この日は、緊急対応に追われて面会が出来なくなった健康支援課の課長さんに代わって、担当で保健師の永見侑子さんにお話を聞いて戴きました。興野会長から、障害者権利条約の批准や障害者差別解消法等、法整備による精神障害者に対する福祉サービスは徐々に改善される中、障害種別間（身体・知的と精神）格差は未だ解消されておらず精神障害者とその家族にとって精神的・経済的に大きな負担になっている実情を説明されました。その改善に努力している家族会＝やしお会の活動状況を説明されました。永見さんからは、最大限協力したいとの返事を戴きました。

（大越 進：記）



♪家族会に出逢うまで♪

（家族会のことをどのように知り、入会されたか、当事者のお母様である会員さんにお話を伺いました。）

子供が病気を発症した時には、どうしたら良いか分からず、まずは書店で精神科に係わる本を探しました。その中には「世界家族会」というのもあり、高名な（医師 or 家族の代表）の文章で、「本人に隠したりせず、きちんと病名を伝えること」とあり、少しでも事態を打開したかったので、当事者である子供に「あなたは〇〇という病気で、治療すれば良くなるから…」ということを必死に伝えました。ところがその結果、子供はかえって反発し、一切受け入れてくれませんでした。

その後、県の精神保健福祉センターを知り、そこから地域の保健所の保健師さんの紹介で、地域の家族会に入る事になりました。実際に経験者である家族会の皆さんの話は、自分だけではない、という思いから解放され、どうしたら良いか、という苦しみから少し離れることが出来て良かったです。一番最初に専門家の話をうのみにしてしまっ、本人に病気を伝えることが最善ではなかったんですね。

情報交換・病気の勉強・子供のためだけでなく、自分の健康のためにも、家族会が大切である事を感じます。



読者の頁  
みんなの広場

思い出の一曲。

ピアサポートやしお 坂本

夏休みも終わり家を離れた大学2年の秋、息子は突然に部屋の天井から人が見ている、誰かが自分の陰口を言っていると言い出した、統合失調症の始まりだ。

今から十数年前になるだろうか、女房と買い物に出かけ、レコードショップで「無縁坂」や「精霊流し」の入った「さだまさしベスト」CDを見つける。帰りの車中「北の国から」が流れて4曲目、私の心境そのままに息子の学生時代がよみがえる。～寂しい思いしてはいないか 体をこわしてはいないか～初めて聴いた「案山子」、鳥肌がたち熱いものが込

み上げてくる。名曲とはこうも人の心を打つものなのか。ふと助手席を見ると、女房もそつと涙をぬぐっている…。

その女房も、息子の笑顔を待ちわびながら、ひとりである世に旅立ってしまった。さぞ無念であったろうに…。でも「障がいがあるが無かろうが、お母さんは何時もあなたの味方、いつも一緒にいるよ!」との想いは、きっと息子の心にも届いている。

でも、どこか息子も娘も、寂しそうです…。寂しくないかい、母さん! ……。

家族相談会のご案内

家族だけで 悩んでいませんか?

やしお会では、毎週水曜日 家族相談員が電話・来所にて、相談に応じています。家族として少しだけ先を歩んでいる相談員とのやりとりを通して、八方塞がりの状態から一歩踏み出しませんか。私たちと一緒に分かち合い、学び合いましょう。相談は**無料**です。お気軽にお問い合わせ下さい。(水曜日が祝日の場合はお休みいたします)

時間：10:00～15:00  
場所：栃木県精神保健福祉センター内 やしお会事務局  
電話：028 - 673 - 8404

編集後記

昨年、秋の七草の頃近くの林から、妻が女郎花おみなえしを採ってきて仏壇に供えた。その時の女郎花は黄色が際だち可憐でなかなか見栄えがした。翌日のこと、仏壇の前で何か物が腐ったような匂いがして、それが女郎花からの匂いと分かり驚いた。私は房州の農村で育ったので女郎花はいつも見慣れた花だった。しかし花の匂いまでは思いが及ばなかった。

母を亡くしてから、仏壇を購入して30年以上になる。私の一日は仏様に手を合わせることから始まる。花はいつも絶やしたことはない。庭に咲く花や、買った花、時には野の花を供えることもあった。

植物図鑑や花の本には、原産地=日本・東アジア、花序径30センチ、草丈60～120センチ、日当たりの良い山野の草地に生える多年草、秋の七草の一つとして古来より親しまれている。としか記されていない。

百科事典で調べると、上記の他、花を生けたあとの水に悪臭がある。匂いは腐った豆腐(豆で作ったひしお)に似ているため、中国では**敗醬**はいしょうの名がある。と書かれていた。

黄色とは野にありてこそ女郎花 池田一步

SH