

# KSKP



(平成23年3月)

No.66

## 編集人

(社)兵庫県精神障害者家族会連合会

本條義和

〒651-0062 神戸市中央区坂口通2丁目1-1

兵庫県福祉センター6階

TEL 078-891-3871/FAX 078-891-3872

Eメール hyokaren@citrus.ocn.ne.jp

## 本年もよろしく お願い申し上げます

兵家連会長 本條義和

兵家連は、平成21年に創立40周年を迎え、12月9日に県民会館で創立40周年記念大会を催しましたが、続く平成22年度は、次の10年—兵家連創立50周年に向けての出発の年でした。

平成22年3月総会では、兵家連活性化3カ年計画の立案を初め、相談事業や新規発症患者家族教室の充実を含む、事業・活動計画を採択しました。事業計画にのっとり、9月23日には、みんなねっと近畿ブロック家族のつどいを、多くの来賓及び家族・当事者・関係者を、近畿各府県から迎えて県民会館で盛大に開催することができました。又12月には、40周年記念誌「兵家連40年の歩み」を発刊し、翌23年1月には長年の念願がかない、県福祉センター6F（住所：神戸市中央区坂口通2丁目1-1 TEL：078-891-3871）に入居できました。

このように努力してきましたが、自殺者が十数年連続で3万人を越え、国民40人に1人が精神疾患で受診中といわれ、精神に疾患のある人の8割とも言われる人が、何らの福祉サービスを受けず、年老いた家族に支えられているという情況には、変化がありません。

ただ、そうした中でも平成21年の政権以降の「障害者制度改革推進」や「心の健康政策推進」という大きな流れが出てきているのも事実です。平成23年度は、家族による扶養・介護から、社会による当事者支援・家族支援を実現させるため、家族会各位はもとより、みんなねっと及び関係団体とも連携を図り、下記事項に重点的に取り組んで行きたいと思います。

- (1) 要望活動（兵家連紙No.65参照）を行っていきます
- (2) 平成23年度内を目途に公益社団法人化を目指します
- (3) 精神障害者バレーボール及び卓球など、精神障害者のスポーツ振興を図っていきます
- (4) 県内地域差を解消する為、家族会間交流を図ります
- (5) 兄弟会、配偶者の会、発達障害の家族の会及び思春期精神病患者家族の会等特化した分科会の設置を図っていきます
- (6) 当事者の会の支援を行います

## 精神科救急窓口の案内

**精神科救急情報センター 電話番号 078-367-7210**

平日 午後5時～翌日 午前9時 土・日・祝日 午前9時～翌日 午前9時（平日昼間は健康福祉事務所へ）

◆利用される場合は、氏名・住所・連絡先を対応職員に告げて下さい◆

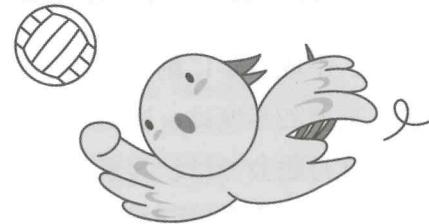
# 第4回兵庫県のじぎく障害者スポーツ大会 「精神障害者の部」が開催されました

## ～ビッグバードが連覇～

12月10日(金) グリーンアリーナで標記大会が開催され、兵庫県障害者支援課副課長の開会宣言、昨年度優勝チーム「Big Bird (ビッグバード)」から優勝旗返還の後、(財)兵庫県障害者スポーツ協会の本條理事(兵家連会長)から主催者挨拶(下記枠内)がありました。選手宣誓の後14チームが技を競い合った結果、本年もビッグバードが優勝し、山口県で開催される第11回全国障害者スポーツ大会への出場をかけて、近畿ブロック大会に臨むことになりました。

### あいさつ(要旨)

「北は豊岡市、西は赤穂市と県内各地から参加している。昨年優勝のビッグバードは近畿ブロック大会で準優勝し全国大会まであと一歩の大健闘であった。本年も日頃の練習の成果を出し切って頑張ってもらいたい。なお、県としても皆さんに少しでもスポーツできるよう来年からソフトバレーのほか、卓球大会の実施も予定している。」



### 平成23年度より、のじぎくスポーツ大会に「卓球」種目が追加されます！

精神障害者バレーボール競技は、のじぎく兵庫国体が開催された平成18年の第6回全国障害者スポーツ大会よりオープン競技となり、翌々年の平成20年の大分大会から正式種目となりましたが、精神障害者の競技種目は全国的にバレーボールだけでした。そのため(財)兵庫県障害者スポーツ協会では、障害者スポーツの裾野拡大を重点目標に掲げ、バレーボールを含む多様な精神障害者スポーツの普及推進を図るため、23年度から精神障害者スポーツ大会に新たな種目として卓球を加えるという実施計画をまとめました。

#### 1. 開催方針

[基 本] ホームグラウンド制の確立や種目毎の練習拠点の構築など、兵庫県障害者スポーツ大会の新たな展開に向けてモデル的に実施していく。

- (1) 障害別…基本的には、「身体障害者(肢体)」と「知的障害者」を同時開催
- (2) 競技別… 「グラウンド・プール」「体育館」「卓球」の3部門に分けて開催  
卓球については、「身体障害者(肢体)(車椅子)」「知的障害者」「精神障害者」を同時開催
- (3) 会場…①「グラウンド・プール」部門は、「県立三木総合防災公園等」開催が基本  
②「体育館」「卓球」部門は、「県立障害者スポーツ交流館」開催が基本

[大会毎] (1) 身体障害者スポーツ大会(車椅子)…省略

(2) 身体障害者スポーツ大会(肢体)…省略

(3) 知的障害者スポーツ大会…省略

(4) 精神障害者スポーツ大会

- ①新たに「卓球」の部を実施する…「身体障害者(肢体)(車椅子)」「知的障害者」と同時開催(冠を同一)し、精神障害の部は金曜日、身体・知的は土曜日に実施する
- ②バレーボール…従来通り

#### 2. 開催日・場所

種 目	開 催 日	場 所
バレー ボール	未 定	グリーンアリーナ
卓 球	平成23年5月27日(金)	県立障害者交流会交流館

# TOPICS

兵庫県下各地・各家族会から

## 西宮家族会について

西宮家族会会長 大倉正也

西宮の家族会の始まりは昭和51年(1976年)9月発足の「タンポポの会」からです。同年、西宮保健所でデイケイア事業が開始され、昭和55年デイケイア家族会「保友会」が発足、平成3年に合併して「西宮くぬぎ家族会」となり、平成17年に「西宮家族会」と改称しました。

昭和57年に増谷氏自宅で保健所デイケア所外作業所が発足し、たんぽぽの会のメンバーが輪ゴムの選別、紙袋・ビニール袋の内職作業を開始し、昭和59年に県の職親制度の指定をうけて「増谷共同作業所」が開設され、昭和62年に職親制度指定が廃止となって家族会が実施主体となりました。昭和63年に県小規模作業所運営費補助事業の適用を受けました。その後いろいろ変遷があり、平成17年には「NPO法人くぬぎ」を設立して家族会は施設運営から分離し独立しました。

家族会は人口48万を超えた西宮市に一つしかなく、まとまりは良好です。しかし、会員は75名から80名程度で往復しております、なかなか増えません。

一方で、NPO法人ぐみぎの他に二つのNPO法人が設立され、地域の精神の通所施設やグループホームも大幅に増え、施設利用者の家族はそれぞれの施設の保護者会に出席しますが、家族会に入らない人の方が多く、といって保護者会が別の家族会へと成長する勢いはありません。組織を作り役員を決めて会合したり会費を徴収したりせず、施設お任せ家族が多い状態です。

家族会員が作業所職員を兼ねて頑張っていた頃の必死さがなくなり、新しい目標に力を結集できないという状況は当家族会も同じで、全国共通の状態とも思います。

家族が極めて苦しい状況は変わらないのに、家族同士が力を合わせられずにいてはだめです。訪問看護、家族支援を含む言葉に再度結集すべき時ではないかと思います。

## 但馬地区家族会の紹介

## 1. 豊岡市精神障害者家族連合会

## 豊岡市精神障害者家族連合会 (豊岡市内の精神障害者家族の集まり)

主な活動内容：家族交流会の開催（年1回以上）、研修会の開催、各講演会等の参加

### 2. のぎく家族会（美吉郡精神障害者家族会）

## 2. のど $\times$ 家族会（支方都督主体を活動内容；会員の朝暉と常習）

『地域の理解や、よりよい福祉・医療を求めて働きかけをします』

## てっせんの会・家族会・ざくろ家族会・ △マンハウス家族会・すみれ家族会

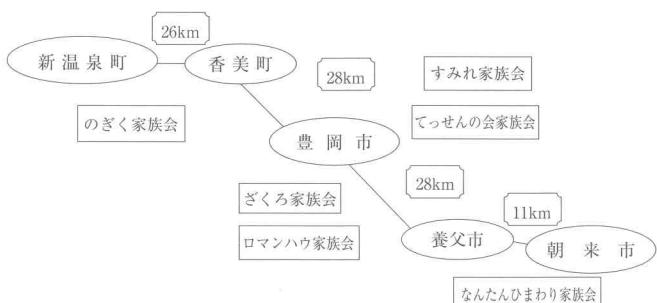
主な活動内容：会員の親睦と学習、地区福祉まつり等イベント参加、啓蒙活動

『地域の理解や、よりよい福祉・医療を求めて働きかけをします』

### 3 なんたりひまわり家族会

主な活動内容：学習会等で知識を深める、他家族会や障害団体との交流、研修会・会議等への参加

## 但馬地区家族会の配置地図



但馬地区家族会は、広範囲にわたっておりますが、独自の活動方針のもと頑張っています。

また、但馬地区全体の活動にも力を合わせて取り組んでおります。

(日マンハウス家族会会長　國下透)

## 「元気アップみのり」設立総会

赤相みのり家族会会長 三木 豊



赤相みのり相生作業所では、障害者自立支援法に基づく新体制移行のため、昨年11月5日、特定非営利活動法人「元気アップみのり」として設立総会を、相生市総合福祉会館において開催しました。

総会には、来賓、福祉関係者、正会員と通所者の52名が出席し、法人設立発起人代表者で三木豊赤相みのり家族会会長のあいさつの後、来賓の谷口芳紀市長、山口壯衆議院議員、そして角石茂美相生市議会議長の方々から祝辞をいただきました。また、兵家連からも本條義和会長にご出席いただきました。

総会は第1号議案から第10号議案まで原案通り可決承認されました。役員として理事7名、監事1名が選出されました。理事長には柳口昌保氏が選ばれました。

現在、法人承認申請書を兵庫県庁に提出中で、縦覧期間を経て、3月頃に認証式があり、4月1日をもって法人として発足する予定です。

「元気アップみのり」の法人設立をもって、赤相みのり家族会が運営母体であった赤穂・上郡・相生の三つの作業所が新体制に移行することになります。

## ほのぼの会便り ~当事者の体験発表による研修会など~

ほのぼの会会長 伊東久雄

平成21年末映画「ふるさとをください」鑑賞前の当事者体験発表で「生きていてよかった」などの話に感動して22年度の北播・但馬地区の研修会に4家族会からの5人の発表者を募り「ハートフル」の水野燿子さんに依頼、「病とのつきあい方、生き方を当事者の体験から学ぶ」をテーマにフォーラムを企画、水野さんが四作業所に回り発表者と懇談したり半年準備した。

研修会当日、「地獄の日々、なぜこんな目に、自殺も考えた」など何十年の病歴や生活等を生々しく語り、「そのつらさを乗り越え今日あるのは支援してくれた家族、作業所のおかげ」と締めくくった。会場満席の120人の市民の中には涙する人もあって深い感銘を与えた。ここまで快復して、とかく偏見にしづ込みしがちな当事者が勇気を出したことに心から感謝したい。一人暮らしの当事者も含め彼らの生きる支えが「絆」であり「居場所」であると痛感した。

市相談支援センターによれば、21年市内で私たち会員数の5倍ほど精神疾患の相談があったという。また近くの精神科医の例会の講話でも家族会への期待が述べられ、会員減や引きこもりがちな家族の現実の再生の道へちょっと光がさしてきたかなと感じている（最近3名新会員となった）。

家族会のともし火を消してはならない！とあきらめずに支え合っていくように。



## 家族教室を開催しました

第4回新規発症患者の家族教室を前年に引き続き、神戸地区家族会協議会（6家族会）が担当して、12月12日に神戸市勤労会館で開きました。参加者は各先生方、世話人さんを含めて112名となりました。今回はテーマ別交流会として、全体会では講師紹介及びオリエンテーション後、それぞれ4会場に分かれて交流会を行いました。①統合失調症について：千郷雅史先生②うつについて：上月清司先生、③回復力を高めるコミュニケーション：平尾一幸先生、④家族会ってどんなとこ：阿江北家族会会長、各グループのアドバイザーを囲んでの交流は、発症して間もない方のご家族へ、より身近で深い交流会となり、病気への理解と困りごとへの対応及び身近に活動している家族会とその支援団体などを知ることに役立ったことと思います。又、訪問看護ステーション、ACTに関する話も有りました。

尚、神戸地区家族会協議会は①すいせい後援会（家族部会）  
②ひまわり家族会③兵庫みなとがわ家族会④中央区家族会⑤北家族会⑥木の芽家族会の6家族会です。活動は穏やかではありますが、少しずつながらも、「病気が縁での大きな家族」のキャッチフレーズの下で同じ目的に向かい前進しているものと思います。  
(木の芽家族会 梶山護)



## 読 者 の 欄

### “ひめかれん元気UP運動会”を開催

10月29日（金）に「第2回ひめかれん元気UP運動会」を「姫路みなとドーム」で開催しました。昨年に引き続き本年は2回目です。

当日の演技は、ラジオ体操の後「ボール運び・デカパンリレー・応援合戦・吹き矢・歌おう・よさこいソーラン・借り物・パン食い・玉入れ」等の多彩なプログラムで秋の一日を大いに一丸となって楽しみました。

当面には「読売新聞社・神戸新聞社」の記者が訪れ取材されていました。翌日（10月30日）の読売新聞・朝刊にその模様が写真入りで掲載されました。



その記事を紹介しますと『“ひめかれん運動会 家族や支援者と汗”姫路市の精神障害者や家族らでつくる団体「ひめかれん」が29日、姫路市飾磨区細江の姫路みなとドームで「元気UP運動会」を開き、精神障害者やその家族、支援団体のメンバーら210人が汗を流した。運動が不足がちな障害者にスポーツを楽しんでもらおうと、2009年に始まり、今年で2回目。この日はボール運びや玉入れなど6種目が行われ、借り物競走では、参加者が「スカーフ」「帽子」などと書かれた紙を掲げると、客席から「こっち、こっち」という声が飛び交っていた。また、関西福祉大のよさこい踊りのサークル「天舞」の指導で、参加者は軽快なリズムに合わせて体を動かし、踊りを楽しんでいた。掲載写真→参加者に踊りを指導する大学生』。後日「神戸新聞・夕刊」にも「コラム記事」が掲載されました。（ひめかれん会長 大住雅昭；記）

# 第六回兵庫県障害者芸術・文化祭

平成22年度兵庫県障害者福祉大会

日時：平成22年11月23日（祝・火）13:00～16:30

会場：東灘区民センター うはらホール

「伝えたいことがあります」のスローガンのもと  
昨年の姫路から神戸市東灘区にて障害者福祉大会と  
芸術・文化祭(舞台部門)が680名の会場に満員の来場者をお迎えして開催されました。

地元コープの推薦の「灘の酒造り唄保存会（酒造り唄）」によるオープニングステージがありました。  
また、平本精神科医（高砂市）と当事者を含む歌・演奏にはびっくりしました。

一般の方々に障害者を理解してほしいと願う当事者・ご家族に生きる勇気と明るさを!!と県障害者支援課と企画しました。

また、精神の表彰には個人13名、2団体が受賞されました。心からお喜び申し上げます。今後ともご支援下さい。

## 第六回兵庫県障害者芸術・文化祭 舞台部門

### オープニングステージ

■伝統芸能 灘の酒造唄保存会 →灘の酒造り唄

### 第六回兵庫県障害者・芸術文化祭 第1部

■ミュージカル 若葉福祉作業所(知的)

■和太鼓演奏 こばと輪だいこくらぶ(聴覚)

■手話コーラス 医療法人財団光明会明石病院(精神)

### ゲストステージ

■オリジナルフォーク 演奏なぞの精神科医と七福人(平本医院)

### 平成22年度障害者福祉大会

あいさつ・知事表彰(作文入賞、ポスター入賞)

地域身体障害者団体育成功労表彰・ボランティア貢献感謝状表彰

知的障害者就労表彰・精神障害者社会復帰支援活動表彰

### 第六回兵庫県障害者・芸術文化祭 第2部

■和太鼓演奏・民謡踊り 赤穂精華園「権現やんちゃ太鼓」&五色精光園「ファイブスターズ」社会福祉事業団

■ミュージックベル演奏 音楽グループコスモス(知的)

■ピアノ演奏 第2回国際障害者ピアノフェスティバル出演者

■パフォーマンス(道化師) ぐりいと「土曜日の天使たち」  
～ゆかいなクラウンたち～(精神)

### 合掌『With You Smile』

## おめでとうございます

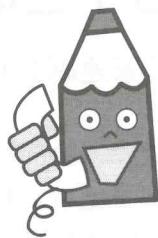
### 平成22年度兵庫県障害者福祉大会

団法人兵庫県精神障害者家族会連合会会長表彰

個人・団体名	代表者名	住 所	所 属
紙本 良香	—	佐用郡	あさぎり家族会
勝野 五月	—	丹波市	木の根会家族会
松本 正佳	—	西宮市	NPO 法人くぬぎ
小島 登貴代	—	西宮市	NPO 法人くぬぎ くぬぎホーム鳴尾
前田 昌彦	—	西宮市	NPO 法人 NiCCL 西宮暮らしやすい 地域をめざす会
前田 友信	—	美方郡	のぎく家族会
前田 重孝	—	宍粟市	宍粟すぎの木家族会
喜田 保子	—	宝塚市	宝塚家族会
瀬谷崎 政徳	—	尼崎市	尼崎市中央家族会
近藤 能章	—	西脇市	白ゆり会家族会
門脇 義光	—	西脇市	白ゆり会家族会
平尾 幸子	—	神戸市	社会福祉法人木の芽福祉会
城田 勲	—	伊丹市	城田医院
グループかけはし	仲野 紘介	洲本市	—
精神保健地域支援の会 みづばち	佐々木 務幸	神戸市	—



## 電話 相談



# Q&A

P S W 郷原真知子

## 本人の借金で困っている～法テラスの利用について

この度もご相談頂いたご家族からの事例を取り上げたいと思います。  
尚、秘密厳守の立場から内容は若干変更させていただいております。

### 質問

#### 相談者：当事者の姉 60代

50代の弟のことで相談です。数年前に両親が亡くなり、弟は一人暮らしとなりました。障害年金と生活保護を受給し、何とか単身生活を送っていると思っていたのですが、生活費のやりくりがうまくできていなかったのか、使い過ぎてしまっていたのか、金融会社に借金を重ね、その額が膨れ上がってしまっていることが発覚しました。私自身、返済を助けてやれる力もなく、困っています。どうしたらいか教えてください。

### 回答

弟さんの借金問題でお困りなのですね。借金問題は、相手方からの催促や督促もあったり、お姉様の生活もある中で、心配は尽きないことがあります。借金問題等の法的トラブルは、弁護士さんなどの専門家に相談したいものの、相談費用のことも気になるところだと思います。そんなときに利用できるのが、日本司法支援センター（愛称：法テラス）と呼ばれるところです。法テラスは、国が設立した公的な法人で、全国各地に事務所があります。経済的に余裕がない方でも、無料で法律相談が受けられたり、弁護士などの援助が必要な場合には、弁護士費用などの立て替えをお願いすることもできます。立て替えてもらった費用は、分割で返済することもできます。専門家が介入することで、相手方との話し合いもお任せすることができ、ご本人もご家族も安心できるのではないかでしょうか。

今回、弟さんはやむを得ない状況になって、借金を重ねられたのではないかと思います。今の借金問題を解決していくことと同様に、これから先、ご本人とご家族がまた同じような思いをされないように、ご本人への支援の方法を考えていくことも大切なことかと思います。ご家族だけで抱え込まずに、ぜひさまざまな人の力やサービスを使って、ご本人にとってもご家族にとっても安心できる方法を考えていければと思います。

### 精神保健福祉に関する電話相談

平成23年1月28日より  
電話番号が変わりました

兵家連では、精神障害者に関する相談ごとについての電話相談を受付けています。（土・日・祝日は除く）

毎週、月～金曜日、10時より15時

TEL 078-891-3886



# 心の病専門チームに16億円!! ACTとは?

兵家連副会長 涌波和信

平成22年9月26日厚生労働省は「平成23年度よりうつ病など精神疾患を抱えた人の自宅に、精神科医や看護師らでつくる専門家チームを医療機関に設置するモデル事業を全都道府県で始め、平成23年度予算の概算要求の特別枠で16億円を計上し、当面は各道府県に1,2チーム程度なる見通しだ」の発表がありました。

また厚生労働省の担当者は「国内の自殺者数は12年連続年間3万人を越え、うち約3割は、うつ病などの精神疾患が原因で病院での患者を待つ従来の医療では十分に対応できていなかった」と説明し専門家チームに期待しています。

兵庫県での昨年の自殺者は前年5名増の1,359名です。(内神戸は300名)

昨年12月12日神戸地区での「新規発症患者の家族教室」(主催:兵家連)が開催されました。統合・うつ・コミュニケーション・家族会って何?の4ブロックに医師、SST専門作業療法士が102名の家族に質疑応答いたしました。各ブロック内での家族同士の質疑があり、大変意義のある家族教室でした。一日も早い発見・早期治療・早期対処が大切です。

病気は治るのか?どこへ相談してよいのか?家族としてどのように対処すべきか?薬は?施設は?病院との付き合い方は?自立は?子を持つ親にとって必死です。そこに家族・当事者と直接向き合う専門家チームが必要です。(訪問看護ステーション・ACT)

この専門家チームは京都での訪問治療診察ACT-K(高木医師を中心としたチーム)をモデルとしています。ACTは全国すでに10数ヶ所が誕生しています。全国に広がっています。

ACT(アクト)とは、assertive community treatmentの頭文字をとったもので、日本では「包括型地域支援」と訳されています。

## ACTプログラムの具体的な特徴

- ①伝統的な精神保健・医療・福祉サービスの下では地域生活を続けることが困難であった、重い精神障害を抱えた人を対象としている。
- ②看護師、ソーシャルワーカー、作業療法士、職業カウンセラー、精神科医など、さまざまな職種の専門家から構成されるチーム(他職種チーム)によってサービスが提供される。
- ③集中的なサービスが提供されるように、10人程度のスタッフから成るチームの場合、100人程度に利用者の上限を設定している。
- ④担当スタッフがいないときでも質の高いサービスを提供できるように、チームのスタッフ全員で1人の利用者のケアを共有し、支援していく。
- ⑤必要な保健・医療・福祉サービスのほとんどを、チームが責任をもって直接提供することで、サービスの統合性をはかっている。
- ⑥自宅や職場など、利用者が実際に暮らしている場所でより効果の上がる相談・支援が行われるように、積極的に訪問が行われる。
- ⑦原則としてサービスの提供に期限を定めず継続的な関わりをしていく。
- ⑧1日24時間・365日体制で、危機介入にも対応する。

兵庫県にもACTを!!



## うつ病とは…心のガソリン切れ

平本医院院長 平本憲孝

### （1）うつ病の症状

うつ病とは、精神的なエネルギーが欠乏した状態です。いわば、心のガス欠です。うつ病になると、意欲がなくなり、倦怠感が強く、何をするのもおっくうになります。それまで普通にできていた仕事、家事などが簡単にできなくなります。判断力が低下し、決断することが困難になります。それまで楽しめていた趣味や遊びも楽しめなくなります。

精神面では、気分の憂うつ、不安、あせり、自信喪失、絶望感などにとらわれます。気分が暗くなると、マイナスの考えばかり浮かんできます。マイナスの考えは、さらに気分を重たくさせるという悪循環によって、うつ病は悪化していきます。

身体面では、不眠、食欲低下、倦怠感、便秘、動悸、息苦しさ、胸痛、ふらつき、性欲減退など、さまざまな身体的な変調を伴います。早朝に覚醒してもんもんと悩み続ける「早朝覚醒」、および朝方気分が重く、夕方にはいくらか改善する「気分の日内変動」がしばしば認められます。

うつ病になりやすい人の性格として、真面目、几帳面、責任感の強さ、仕事熱心、律儀、世話好き、熱中性、過剰な気遣いなどが挙げられます。真面目に仕事をやり過ぎ、他の人の責任まで背負い込むために、精神的なエネルギーを消耗して、エネルギー不足になるのです。

### （1）うつ病の症状

うつ病の本態は、精神的なエネルギーの欠乏ですから、治療の基本は「休むこと」です。仕事を休んで、十分に睡眠をとっていれば、自然に精神的なエネルギーが回復します。ただし、もともとの性格から、休んでも仕事のことばかり考えたり、経済的なことを心配し過ぎて、ゆっくりと休めないという人が多いです。また不眠症のために、十分に睡眠が取れない人がいます。そのような場合は、精神科クリニックを受診して、抗うつ薬や抗不安薬や睡眠導入剤などの処方を受ける必要があります。

周囲の人は、「がんばれ」と励まないことが大切です。ほとんどのうつ病の患者さんは、頑張り過ぎてうつ病になっていますから、「頑張れ」ではなく、「ゆっくり休め」「後のことば大丈夫だから、安心して休みなさい」という助言が良いです。

会社で重要なポストに就いていたり、自営業のために仕事を簡単に休めない人がいます。そのような方は、仕事を最小限に制限して、仕事以外の時間に十分に休みましょう。

思考パターンを変えることも大切です。うつ病の方は、過去の失敗、現在のストレス、未来の心配などをよくよと考え過ぎる傾向があります。マイナス思考がうつ病を招き、悪化させますから、「考え過ぎるのを止める」「よくよと悩まない」「なるようになるさと開き直る」というように思考パターンを変えていくことが大切です。

## みんなねっと全国大会

第3回全国精神保健福祉家族大会（みんなねっと岩手大会）が、宮沢賢治のイーハトーヴの地一岩手県盛岡市民文化ホールで、10月6日(水)・7日(木)開催されました。

1日目は、キラりん一座の基調公演・演劇「心、天気になあれ！」と基調講演「これから地域精神医療・福祉ACTの役割」をテーマに京都ACT-Kの高木俊介先生が講演されました。

2日目は会場をアイーナホール等に移し

- (1) 第1分科会 家族会活動
- (2) 第2分科会 つながりを求めて一家族会活動のこれから  
地域で生きる～キララ、ACT、退院促進
- (3) 第3分科会 総合福祉法  
「障害者総合福祉法への期待」
- (4) 第4分科会 就労・復職支援  
そっと働きやすい社会に～就労・復職支援の最前線
- (5) 当事者活動  
アートを楽しもう（ワークショップ）



## 平成22年度 みんなねっと近畿ブロック家族の集い

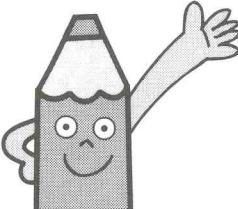
9月23日、神戸市の兵庫県民会館に近畿各府県連から約360名の参加者を得て、みんなねっと近畿ブロック家族の集いが開催されました。

主催者を代表し本條義和兵家連会長、川崎洋子みんなねっと理事長があいさつした後、来賓を代表し、山本兵庫県障害福祉局長、矢田神戸市長（山本障害福祉部長代読）、山本敏信県議会議長が祝辞を述べられました。

その後午前中、兵家連顧問の西浦三郎氏は講演で、精神保健福祉の過去の流れを国内外双方から検証し、これからは、①入院医療から届ける医療へ②福祉の対象から権利の主体へ③家族任せから家族支援への視点での取り組みが大切であると訴えました。

午後からは、藤田修美先生の進行で京都ノートルダム女子大学佐藤純准教授、みんなねっと川崎理事長、西浦顧問によるシンポジウムが行われました。佐藤准教授の発言では「親亡き後、大丈夫かなと思った人でも、たいていの人は立派にやっている。条件は一つ、相談できる人を作つておくこと」ということが、みなさんの共感を呼びました。

川崎理事長は会場からの質問に答えながら、「家族が幸せになれば当事者も幸せ。施策前進と共に声をあげて行きましょう」と呼びかけました。



**〈兵家連賛助会員募集〉**

あなたのご支援で、兵家連は運営されています！！

年会費 団体の場合1口（10,000円）以上  
個人の場合1口（3,000円）以上  
一口以上、何口でも結構です

振込先 郵便振替 01110-4-83568



## 当事者の声

### イタリアの事例から見る日本の精神医療への疑問

ドリームファトリー代表 渡口泰子

先日、『イタリアに学ぶ精神保健～入院から地域へ～』という講演会に参加した。ゲストは非人間的な精神病院を解体した精神科医バザーリアの愛弟子で精神科医のトッマーゾ・ロザーヴィオ氏、イタリア家族会連合会会長のジゼッラ・トリンカス女史、社会学者でWHO精神保健アドバイザーのマリアグラツィア・ジャンニケッダ女史。コメンテーター、司会として『精神病院を捨てたイタリア、捨てない日本』の著者、大熊一夫氏の4名。

イタリアのトリエステでは、精神病院そのものを廃止し、その代わりに地域精神保健センターを設置した。精神病院が無くても緊急時の24時間対応など医療面の充実とショートステイ他の福祉的な制度や設備が整っている為、病院が無くとも本人や家族、地域の人々ともうまくやっていっているという事実に、羨望の眼差しで通訳の話に聞き入った。

しかし、問題は様々あったはずだ。家族や一般の人々を不安にさせず、理解と協力を得るために、どのような手立てをしてきたのか。病院が解体された後、ホームレスは生まれなかったのか？聞きたいことは山積していた。

地域精神保健システムはイタリアだけでなく、60年代に世界に広がった傾向で、68年にはWHOから精神病院を減らすよう勧告されたが日本側はこれを無視した。現在では経済的先進国の中では精神病床が最も多い国となってしまった。イタリアでは20世紀末には保健省管轄のすべての精神病院が閉じられたそうだ。

イタリアでできて、日本で何故できないのか？

私は平成20年から県の地域移行事業の推進員として、長期入院されている方が地域に戻る為に日々努力しているが、退院は遅々として進まない。まず、本人が、長期入院で諦めきっている事、世間に對して恐怖心を抱いている事。そして、親、兄弟姉妹など、家族の方の精神的、物理的負担が大きい場合があり、「このまま病院で面倒みてください、どうか置いといてください」というのもよくあるケース。私も一生病院に置いてくださいと主治医に懇願したことがある。私の家族もそう言えば、今も病院の中で暮らし続けていたかもしれない。長期入院を余儀なくされている方々は、この私であったかも知れないのだ。そう考えると胸がふさがれる思いである。

一人でも多くの方が地域へ戻れるための一助となれたら、私にとってこんな嬉しい事はない。



### ～研修会日程の変更のお知らせとお詫び～

平成22年度精神保健福祉研修会の開催日及び場所が変更になりました。皆様には、ご迷惑おかげいたしましたことを心からお詫び申し上げます。

新 日 程	
開催日	平成23年3月7日（月）
開催場所	宝塚市総合福祉センター 3F 大ホール
開催時間	13：30～

# 兵家連活動日誌

## 〈役員の動き〉

7

月

8

月

9

- 2 第4回ビッグアイ総合ビジョン策定検討会  
〈堺市ビッグアイ〉 (本條)  
5 県障害福祉課長来訪 〈兵家連〉 (本條)  
6 福祉サービス運営適正化委員会選考委員会  
〈県福祉センター〉 (米)  
7 三役会議 〈兵家連〉 (三役)  
家族会部会 (家族会部会)  
第8回加古川地区精神障害者家族会連合会総会  
〈加古川市総合福祉会館〉 (大前)  
10 日本福祉大学 (講師) 〈天満研修センター〉 (本條・辻)  
15 県都市政策課副課長来訪 〈兵家連〉 (本條)  
21 機関誌Na 65 第1回編集会議 〈兵家連〉 (兵家連紙編集委員)  
電話相談員研修 〈兵家連〉 (兵家連紙編集委員)  
22 第5回ビッグアイ総合ビジョン策定検討会  
〈堺市ビッグアイ〉 (本條)  
23 中播磨心の障害者就労支援協議会 〈イーグレ姫路〉 (本條)  
24 こころの健康政策構想会議 in 芦屋 〈芦屋保健福祉センター〉 (本條)  
26 中・西播磨地区研修会実行委員会 〈姫路市保健所〉 (本條)  
県文書課 (県庁) (本條)  
28 みんなねっと理事会 〈東京都障害福祉会館〉 (本條)  
新福祉センター入居団体連絡会議 〈福祉センター〉 (事務局)  
29 第2回市民後見人養成事業検討会議 〈私学会館〉 (本條)  
30 第3回40周年記念誌編纂会議 〈兵家連〉 (40周年記念誌編纂委員)  
H22年度新規発症患者家族教室 実行委員会 〈兵家連〉 (各地区委員)  
31 県精神保健福祉協会定期総会 〈県こころのケアセンター〉 (本條)  
心の健康づくり講演会 〈県こころのケアセンター〉 (本條)  
2 いこいの場ひょうご来訪 〈兵家連〉 (本條)  
三役会議家族会部会 〈県民会館〉 (三役)  
家族会部会 (家族会部会)  
18 第1回社会福祉審議会 〈県民会館〉 (本條)  
24 第6回ビッグアイ総合ビジョン策定検討会  
〈堺市ビッグアイ〉 (本條)  
25 病院協会に挨拶 (家族教室講師派遣)  
診療所協会に挨拶 (家族教室講師派遣)  
〈花田神経内科クリニック〉 (本條・涌波・大倉)  
27 県連有志政策研究会 〈東京都障害福祉会館〉 (本條)  
30 公明党政策要望懇談会 〈兵庫県女性交流センター〉 (本條)  
31 40周年記念誌第2回座談会 〈兵家連〉  
(40周年記念誌編纂委員)  
1 三役会議家族会部会 〈兵家連〉 (三役)  
家族会部会 〈兵家連〉 (家族会部会)  
14 神戸大学医学部医学科4年次 チュートリアル講義 (講師)  
〈神戸大学附属病院〉 (本條)  
15 社会福祉政策提言 障害者福祉関連意見交換 〈県民会館〉  
(本條・涌波)  
23 近畿ブロック家族の集い 〈けんみんホール〉  
24 心の輪を広げる体験作品審査会 〈県民会館〉 (篠原)  
28 鳥取県家連相談援助研修会 〈鳥取県中部総合事務所〉 (本條)

9月

10

月

11

月

- 29 高知県家連相談援助研修旅行 〈生田文化会館〉  
(本條・喜田・砂田・川口)  
家族教室神戸地区実行委員会 〈兵家連〉  
(三役・神戸地区家族会)  
第3回運営監視会議 〈県福祉センター〉 (瀬谷崎)  
30 兵精協レク活動発表大会 〈姫路市文化センター〉 (本條)  
5 第2回理事会 〈生田文化会館〉  
6 みんなねっと全国大会 〈盛岡市民文化ホール〉 (本條)  
7 みんなねっと全国大会 〈盛岡市民文化ホール〉 (本條)  
8 但馬地区精神保健福祉研修会 (豊岡市) 〈出石文化会館ひば  
こホール〉 (てっせんの会家族会)  
12 家族教室淡路地区実行委員会 〈洲本健康福祉事務所〉  
(本條・大前)  
13 三役会議 〈兵家連〉 (三役)  
家族会部会 〈兵家連〉 (家族会部会)  
14 第1回障害福祉審議会 〈女性交流館〉 (本條)  
15 第10回全国障害者スポーツ大会 兵庫県選手団結団式 〈ラッ  
セホール〉 (本條)  
16 赤相みのり家族会定例会 〈相生市総合福祉会館〉 (本條)  
20 要望書提出 〈兵庫県庁・県議会〉 (本條・涌波)  
22 東播臨海精神保健協会 第22回ふれあいフェスティバル 〈加  
古川市・日岡山公園グラウンド〉 (本條)  
26 県知の障害者福祉大会 〈高砂市文化会館〉 (本條)  
27 近畿ブロック代表者会議 〈兵家連〉 (本條・涌波)  
29 家族教室西播磨地区 (宍粟市役所) 〈県民会館〉  
(宍粟すぎの木家族会)  
4 県精神保健福祉大会 〈県看護協会会館〉 (本條)  
5 NPO法人元気アップみのり設立総会 〈相生市総合福祉会館〉  
(本條)  
新福祉センター入居団体説明会 〈県庁〉 (事務局)  
7 山本県会議長祝賀会 〈ポートピアホテル〉 (本條)  
8 光風病院機能改善検証会 〈兵家連〉 (本條)  
県障害福祉課来訪 (本條)  
10 三役会議 〈兵家連〉 (三役)  
家族会部会 〈兵家連〉 (家族会部会)  
15 家族教室阪神北地区 (伊丹市) 〈伊丹ホール〉 (あじさいの会)  
17 関西無年金の会原代表来訪 〈兵家連〉 (本條)  
20 精神障害者ボランティアグループ いづみ交流会 (講師)  
〈こうべ市民福祉交流センター〉 (本條)  
家族教室丹有地区 (丹波市) 〈丹波市春日福祉センター〉  
(木の芽家族会)  
23 第6回兵庫県障害者芸術・文化祭 (兵庫県障害者福祉大会)  
〈うはらホール〉 (木の芽家族会)  
24 中播磨心の障がい者就労支援協議会 〈イーグレ姫路〉 (本條)  
25 新福祉センター下見会 〈県福祉センター〉 (本條)  
27 家族教室阪神南地区 (尼崎市) 〈尼崎市立労働福祉会館〉  
(あまかれん)  
28 社会福祉法人さくらんぼ15年の歩み (あまかれん) 〈尼崎園  
田地区会館〉 (本條)  
29 中・西播磨地区精神保健福祉研修会 〈姫路キャスパホール〉  
(NPO法人えんじえる会)

KSKP

発行人 〔関西障害者定期刊行物協会/大阪市天王寺区真田山町2-2 東興ビル4F

毎日発行 定価 〔五十円〕

今回から12ページ立てとしました。それに伴い兵家連活動日誌を約6年ぶりに再開しました。(平成16年から平成21年については兵家連40周年記念誌をご参照ください)

又、今回より当事者のページを設けましたし、トピックス欄も大幅に拡充しました。更に次回からモニター制度を導入し、より皆さんのご意見を反映できる紙面づくりにしていきたいと思っています。今後とも宜しくお願いします。

読者の質問にお答えします。KSKPのKSKとは、〔関西障害者定期刊行物協会の頭文字で、PとはPAPER(新聞)の頭文字です。KSKPには約60団体が加盟し、ほぼ毎日どこかがKSKPを発行しています。(本條)

編集委員 本條・涌波・米・久下・坂井