

# NPO 法人 みどり会 会報

第59号 平成27年11月21日発行 〒984-0826 仙台市若林区若林2-5-5 SKビル2F みどり工房若林内 NPO 法人みどり会事務局  
家族会専用電話（会員関係の連絡先）080-2812-4835 [9時～17時] ホームページ <http://s-midorikai.org/>  
法人代表電話 022-762-7610 FAX 022-762-7611 発行者:理事長 佐藤 わか子/編集:庶務 黒川 洋



## 精神障がい当事者を支える家族と家族会

～ピア（仲間）として分かり合えること～

みどり会家族部会 黒川 洋

### 精神障がい当事者が利用できるサービスについて……………

精神保健法が精神保健福祉法に改正され、精神障がいの法律に初めて「福祉」の名称が用いられるようになったのが平成7年(1995年)、今からほんの20年前のことです。この年に策定された仙台市の障害福祉計画の中には、身体障がい、知的障がいと並んで、初めて「精神障がい」が加えられ、その後、計画的に精神障がい者の福祉作業所やグループホームが整備されていくことになりました。

それから11年後の平成18年(2006年)には、障害者自立支援法が制定されました。この法律の下、これまでの社会福祉法人やNPO法人ばかりでなく株式会社等についても事業者が名乗りを上げて多くの就労系事業所(福祉作業所)やグループホーム等が作られてきました。

就労系事業所について言えば、ここ数年前位からやっと当事者の皆さんが自分のやりたい仕事や場所を選ぶことができるようになってきたと思います。グループホームについては、数は増加しましたが、まだ入所希望者のニーズを満たすまでには至っていない現状です。

ユーザーである当事者にとって、働ける場所や生活できる空間が広がったことは喜ばしいことです。しかし、これらの事業所の中には、

利益獲得の方向に重点を置くことに経営が偏って、精神障がいの特性や付き合い方について理解が欠けている事業所の話も聞こえてきます。障害福祉サービスの事業所を探すときには、支援者とよく相談しながら進めることが大切です。

このように障がい当事者への福祉サービスが進み、当事者の皆さんが外出して日中活動を行うことで、家族にとっても気持ちに余裕の生まれる方が出てきました。

「〇〇工房へ通い始めました。本人も楽しそうですし、お互いに距離をとることができるようになりました。」

このような家族からの発言が、みどり会懇談会や家族研修会の場面でしばしば聞かれるようになりました。

適切な距離が取れるということは、ストレスが減ることにつながります。家族のストレスの度合いが、病気の再発や回復に大きな影響を与えることはすでに明らかにされています。私たち家族は、病気との付き合いが長くなるので、上手にストレスをためない工夫を考えることがとても大切です。



### 家族が利用できるサービスについて……………

さて、障がい当事者を支える制度やサービス

は、このように進んできたように思います。し

かし家族に対してのサービスはどうでしょうか。

私たち家族は、それぞれ年齢や家の状況、当事者の症状や状態は異なりますが、病気と障害の二重苦を抱える当事者と毎日向き合いながら暮らしていることに、今も昔も変わりはありません。家族は、本人の症状が少しでも落ち着き、再発しないことを祈りつつ、日々ストレスと疲労に悩まされています。

家族を支えてくれる地域の相談支援体制は、どれほど進んでいるのでしょうか。残念ながら不十分で、まだ整っているとは言えないと思います。もちろん区役所へ行けば精神保健福祉相談員が相談に乗ってくれますし家族教室があります。精神科病院や相談支援事業所でも、ソーシャルワーカーや相談員が話を聞いてくれます。しかしこれらの窓口は、家族が抱えている障がい当事者の相談が中心となります。どの支援者も、多くの当事者の相談や事務を抱えているので、家族自身の悩みや思いの相談支援にまで応じることは難しいのが実情です。

## 家族会として何ができるのか .....

「自分を無にしてこの子の面倒を見よう、誰も助けてはくれない。支援者は口ではいろいろ言ってくれるが、結局は自分が死ぬまで世話をしなければならない。」

このような孤立無援を訴える家族は、みどり会懇談会や家族研修会の場面で、必ずと言っていいほど見受けられます。身を削ってまでも本人の世話をし、また自分が年老いて世話ができなくなる時のことを心配するのは、家族として当たり前なことなのではないでしょうか。この思いは身にしみるほど分かります。私たちが同じ家族の立場であるからだと思います。こう思わないでも済むような世の中の仕組みが早くできることが望まれるのです。

みどり会として、障がい当事者を支える家族のために何ができるかを考えたとき、もっとも大切なのは、同じ家族の立場であるピア(仲間)サポートとして、活動を進めることだと思っています。

そもそもみどり会は、同じ障がい当事者を抱え同じ悩みと思いを持つ家族が集まって、当事

実際に家族が駆けつける例としてよく耳にするのは、家族が対応方法が分からず混乱して窓口に来所したり、症状が悪化した当事者を家族が支えきれなくなって駆け込むケースです。さらに家族が高齢と病気のため動けず、当事者の世話をすることができなくなり、SOSで支援者が駆けつける例も聞きます。

家族支援を含めた福祉や医療の地域ケアが、日本では他の先進国に比べ、ずっと遅れている現状にあると言われていています。

日本において、34万床もあると言われる精神科入院患者のベッド数にしても、平均301日と言われる入院日数にしても、アメリカやEUの先進国と比べると日本はダントツに多すぎます。入院期間が短くて済むように、地域の中で障がい当事者も家族も安心して暮らせる支えられる仕組みがなければなりません。これは国や行政が早急に取り組まなければならない課題ですが、私たち家族も声をあげ訴えていかなければなりません。

者を救いたい、自分たち家族も力を合わせようという意志を持って立ち上がった会です。

平成元年の創立以来、これまで私たち自身が元気になるような研修・親睦の活動を行ったり、当事者のための地域活動支援センター(当時の小規模作業所)を2か所、グループホームを2か所立ち上げて活動を行ってきました。家族会活動(家族部会)についても、施設運営(施設部会)についても、長年の間に様々な紆余曲折があり、現在も大きな試練を抱えて鋭意、努力している現状です。

ここで改めて会員の皆さまと未会員である家族の皆さまに、家族部会として重点的に取り組んでいる事業についてお伝えします。

## ～家族部会における今年度重点事業～

### ①みどり会懇談会の定期開催

毎月開催しているみどり会懇談会は、会員にとっては日々の悩みの荷を下ろし、学習する場であるとともに、自身の体験を伝えるこ

とが、他の参加家族のヒントになり、力になることを体験できる場です。初めて参加の家族の皆さまにも、相談したい悩みについてお話いただければ、問題解決に向けていっしょに考えさせていただきます。

#### ②みどり会家族研修会の開催

会員が福祉や医療の情報を身につけ対処能力を高められるように、市民への啓発活動として定期開催を目指しています。

#### ③啓発活動と会のPRについて

ピア(仲間)であることを生かして、家族としての生の声を届けるため、区保健福祉センター家族教室や病院、大学等へ講師を派遣しています。

#### ④会の活性化に向けて

会員加入の呼びかけを積極的に行い、新規会員の勧誘に努めています。

寄付金募集に努めて会事業の安定化、活性化

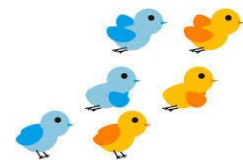
化を図っています。

#### ⑤会員から寄せられるニーズについて

行政や関係機関に対する会員からの苦情・困りごとについて、真摯に受け止め必要な対応を行っています。

ピアとしての家族会活動については、お互いに分かり合える距離が近いため共感や安心感を得られやすいと言う長所があります。しかし、ピア活動は個人的な体験の域を出にくく主観的になりやすい短所があるとも言われていることを注意しなければなりません。

苦しくつらい体験を語り合っているとき、視野が狭くなって話の道筋が立てられなくなったり、ともすれば感情的になっている自分に気がつき、ハッとする時があります。要注意ですね。常に原点を振り返り、研修を積んで、障がい当事者と私たち家族が明るい明日が迎えられるように、活動を進めていきましょう。



## みどり会における啓発活動についてご報告

みどり会では、精神障がいに関する啓発活動の一環として、区役所や、学校、病院等において家族としての生の声を聞いていただく活動を行っています。

今回は、家族部会委員の磯谷より報告します。

### 宮城大学「ファミリーワークカフェ」において「家族の体験」の講話



去る10月10日に、宮城大学の「ファミリーワークカフェ」で「家族の体験」をお話しする機会を得ました。話題提供者が無名の者であったことや、三連休の初日であったことも影響してか、参加者は少なかったのですが、中身のある会となったと思います。

家族は体験を話すことと聞くことで楽になる、医療と福祉の知識は看病に必要なだけ、家族の役割は、決して知識の専門家になることではなく、当事者への対応を通じて看病・社会復帰を応援すること、そして家族同士のエンパワーメントが大事と、私の考えをお話ししました。

みどり会家族部会 磯谷裕治

- (1)家族が発病するということ
- (2)発病の始まり
- (3)混乱、興奮の急性期への移行
- (4)家族の衝撃
- (5)もはや守りきれない
- (6)入院までと退院の後
- (7)私自身に精神的危機が
- (8)障害者の家族の考えること
- (9)虚無と回復
- (10)心のリハビリ
- (11)裸の苦悩
- (12)自らの本心を聞く

家族が発病する体験は、どなたにとっても大変に苦しいことです。私は、この人生の危機を、①心理的危機 ②生活的危機 ③精神的危機の3つに分けて自分の体験をお話ししました。

①はショックで一時的にせよ自分がおかしくなること

②病人を抱えての生活は、職も住居も維持が難しくなること

③精神的危機=実存的危機 すなわち 生きている意味が視えなくなること の3つです。

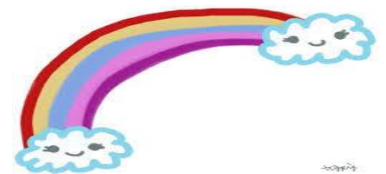
このような危機が起きるのは、精神病（統合失調症）に対して医療がまだ非力であること、福祉制度が不十分であること、そして、今なお

自分も含めて、偏見があること が原因と思います。

ここ二十年で脳科学は大変な進歩をしています。未だに統合失調症の原因・経過は解明されていませんが、やがて根本的治療法が確立されるでしょう。

福祉制度の不充分さと偏見の問題は、社会の多くの人たちの寛容さが大きくなれば、解決する筈です。効率・生産性ばかりが評価される社会が変わっていけば、この問題も消えてゆくはずですが、でも世の中の価値観が変わるということには時間がかかるかも知れません。

「精神障がい者の交通運賃に関する請願書」への署名協力をお願いしております。  
詳しくは最終ページをご覧ください。



## 精神障がい者にも交通運賃割引制度の適用を

みどり会家族部会 黒瀧 和子

私たちみどり会は、障がい者の長年の思いが実現することを願って署名運動に協力します。全国精神保健福祉会連合会(みんなねっと)は、100万人署名運動に取り組んでいます。精神障がい者は、制度の対象から除外されているのです。

仙台市民は恵まれていますね。地下鉄とバスについては「ふれあい乗車証」が交付されるか、タクシーについてはタクシー利用券が交付されています。JR、航空運賃等は対象外ですので、精神障がい者で苦しんでいる方々に少しでも気持ちのゆとりができるならばという思いです。

仙台市は、平成28年施行をめざして、差別の解消を推進するための条例づくりに取り組

んでいます。私は委員の一人として、このことはまさしく差別ですので関係職員の皆さまに署名の協力をお願いいたしました。快く引き受けていただき感謝です。障がい団体の皆さまにもお願いしたところ、協力してくださる方が増え続け、署名用紙が足りない時はコピーして集めてくださるとのこと、「三障がい(身体・知的・精神)と謳っているのに、まだだったの?」という声もいただきました。町内、友達、親戚の皆さんも同調してもらい、声を出すことで理解につながり、励まされる思いです。

これまでに署名に協力していただきました皆さまにお礼を申し上げます。

会員の皆さま、どうぞご協力をよろしくお願い申し上げます。



## 皆さんで交通運賃割引の運動を

みどり会家族部会 後藤 くらゑ

障がい者国連法が成立して、身体障がい者は昭和25年、心臓、腎臓、呼吸器等の機能障

がい者、知的障がい者が平成2年、3年と続いて交通運賃の割引制度が実施されました。

割引の対象は、JR、民鉄、航空、旅客船、バス、タクシー、有料道路の通行料金で、未だもって精神障がい者は除外視されています。障がい者差別条例の施行で、障がい者基本法、障がい者総合支援法、障がい者差別解消法などの国内法が整備され、日本は平成26年に国連障がい者権利条約の締結国になりました。精神障がい者も、平等な制度を受ける権利をと、交通運賃割引制度を求める運動が全国精神保健福祉会（みんなねっと）が先頭に立ち、仙台地区はみどり会が担当することとなりました。この制度を活用し、社会とのつながりのルールづくりになるためにも、この運動を皆さんで推進しましょ

う。

いつの時だったか、県大会において当時の宮城県知事より、精神障がい者団体は声が小さい、もっと大きな声を発するようにとエールをいただいたことが耳に残っていて、まさしくその通りと思います。

来年、平成28年4月には仙台市に障がい者差別禁止条例が施行されることになり、長期にわたっての厚い壁、社会的障壁がようやく取り除かれることの明るいニュースに、私たちの今回の請願書が受理されるように、一人でも多くの署名で当事者、そして家族、支援者への明るいニュースとなるように協力しましょう。

## みどり工房のページ



### 「みどり工房若林」で～す！



若林は今日も笑いにあふれ、にぎやかです。振り返ってみると笑いのない日はない！気がします。とっても大事なことです。以前メンバーさんにアンケートを取り「工房利用してみても自分にとって良かったこと・変わったこと」

を書いてもらいました。それを読んで本当に、工房をたいせつに築いてきて良かったな～とスタッフはほろり。

一部ご紹介します。

- ☆話せる人ができた。話せるようになった
- ☆居場所ができた
- ☆前向きに少しずつなれてきた感じがする
- ☆物事の判断ができるようになった
- ☆自分の立ち位置が見えた
- ☆お父さんが笑顔になった、おねえちゃんも笑顔になった。
- ☆病気体から健康体になったこと
- ☆とにかくゆっくりできて気持ちをつなげられること
- ☆物事の価値観に広がりがあったこと
- ☆前より落ち込まなくなった
- ☆理解できる仲間が少しずつ出てきた
- ☆社会とのつながり
- ☆スタッフの本音の生の想いがきけること
- など。



普段みんな言葉にはしないけど、いろんな考えを持っていて静かに変化を起こしています。

すこしでも、工房の存在がみんなの笑顔の一助になるといいなあ。笑える場所・いっしょに笑

える人がいるって、元気の源です。さあ、あし

たの工房は何の話題で盛り上がってるかな？

10月20日、自動車総連様よりロックミシン、ラミネーター、ソーイングセットの物品寄付がございました。新しい機材が来たことに喜びつつもメンバーさん全員がロックミシンの説明を熱心に聞き入っておられました。ソーイングセットも人数分いただけることができ皆さん手に取って笑顔があふれていました。

少ない道具をみんなでシェアしていましたがこれからはそれぞれが自分の道具を持てる事になり、ますます物づくりへの楽しみが増えそうです。今回の温かいご支援に一同感謝の気持ちでいっぱいです。



暖かいご支援、感謝いたします！

## 「みどり工房永和台」で～す！



みどり工房永和台は、軽作業やレクリエーション、仲間とも交流を通して生活する力や人間関係を広げるお手伝いをしています。現在15名のメンバーが通い、それぞれの居場所となっています。1日4時間しっかりと作業をする方もいますが、体調が悪い中工房に来所するので精一杯だという方もいます。工房でゆっくり仲間と会話すること楽しみに来てくれる方もいます。皆それぞれの目的に合わせて利用しています。

自動車総連の方々、コミュニティセンターの方、永和台のみんなで記念撮影をおこないました！



作業の1つに、『コミセン掃除（清掃作業）』があります。施設近くのコミュニティセンターにて、週2回おこなっています。平成13年からおこない、今年で15年目となりました。地域の方々から「いつも綺麗にしてくれてありがとう」と温かい言葉をかけていただくこともあり、メンバーの励みになっています。ただ、制服がないので清掃員かどうかわからないと言われてしまうことや、雑巾で清掃するため足腰に負担がかかることが問題となっていました。

今回コミセン掃除の活動を知った自動車総連様から、清掃用具や制服の物品寄贈がありました。とても温かいご支援に、メンバーも大興奮です。寄贈式には自動車総連の方々だけでなく、コミュニティセンターの方もご参加いただきました。念願だったモップを見たメンバーは「あー！これこれ！」と顔をほころばせ、さっそく制服を着てみるメンバーもいました。清掃作業へのモチベーションも上がっています。

これからも地域に愛される施設になれるようメンバーと共に励んでいきたいと思ひます。

～自動車総連様からの物品寄贈式にて～

## ～ これからのみどり会「懇談会」開催の予定 ～



精神障害の当事者を抱える家族同士が自由に参加し、  
相談したり、情報交換したり、意見を述べ合っています。  
どなたでも気軽にお出かけ下さい。

平成27年11月版

11月28日	土曜日	午前9:30～12:00	仙台福祉プラザ	10階 第3研修室
12月26日	土曜日	午前9:30～12:00	仙台福祉プラザ	10階 第4研修室
1月23日	土曜日	午前9:30～12:00	仙台福祉プラザ	10階 第3研修室
2月21日	日曜日	午前9:30～12:00	仙台福祉プラザ	10階 第3研修室
3月20日	日曜日	午前9:30～12:00	仙台福祉プラザ	10階 第4研修室

\* 仙台市福祉プラザ：仙台市青葉区五橋 2-12-2（地下鉄五橋駅下車すぐ）

\* 曜日、場所のお間違いがないよう、お気をつけください。

平成27年度 NPO 法人みどり会へのご寄附

自動車総連 様  
広瀬川クラブ 様  
読売光と愛の事業団 様

ご寄附を頂戴いたしました。大変ありがたく感謝を申し上げます。  
会事業振興のため、大切に使用させていただきます。

### 研修会のご案内

平成27年度 家族支援のあり方についての研修会・懇談会拡大版

#### 「メリデン版訪問家族支援とは」 ～イギリス・バーミンガムにおける研修報告～



イギリスに始まり大きな成果を上げている「メリデン版訪問家族支援」、それは、精神障がい当事者本人とその家族を、丸ごといっしょに支援する訪問家族支援です。この技術を学んできた講師より、研修報告と日本での普及に向けた可能性等をお話しいたします。

日 時 平成28年1月23日（土）午前9時30分～12時

※懇談会拡大版として開催。研修会の開催時間は、10時～12時。

場 所 仙台市福祉プラザ 10階 第3研修室

## 精神障害者の交通運賃に関する請願へのご協力について

私たち精神障がい者の家族の全国組織「公益社団法人精神保健福祉会（みんなねっと）」では、身体・知的障害者に適用されている交通運賃割引制度から精神障がい者が除外されていることは法の下での平等に反するとして、適用対象とすることを求める全国 100 万人署名運動を推進することを決議しております。

「みんなねっと」は、全国 47 都道府県の家族会連合会が正会員です。本県では、宮城県精

神障がい者家族連合会（宮家連）を通して、この署名運動の推進が県内各市町村の家族会に伝えられ、仙台地区はみどり会が担当することとなりました。

つきましては、請願実現に向けて一人でも多くご署名をいただき、取りまとめいただけますようご協力をお願い申し上げます。署名用紙が不足の場合は、コピーをとっていただけますようお願いいたします。

10 月のみどり会懇談会で、署名協力を呼び掛けたところ、すでに数名の皆さまから郵送で届けていただきました。ご協力を感謝いたします！



### 請願書への署名にご協力ください

会員の皆さまには、署名用紙を同封いたします。

署名いただいて、みどり会事務局へ郵送していただくか、みどり会懇談会や研修会の時に、役員へお渡しください。

- 署名は、必ず県名から。同じ姓名・住所でも「同上」「〃」は不可です。
- 氏名・住所の欄のみ、ボールペン等でご記入ください。
- 期限は、一次募集を本年 12 月 25 日としていますが、来年 3 月まででも大丈夫です。



〒984-0826 仙台市若林区若林2-5-5 SKビル 2F みどり工房若林内

**NPO 法人 みどり会事務局**

法人代表電話 022-762-7610 ファックス 022-762-7611 ホームページ <http://s-midorikai.org/>

家族会専用電話（会員関係の連絡先）080-2812-4835（受付時間 9時～17時）