

精神障がい者相談コーナーより 病気の理解(1) ~統合失調症の症状について~

相談を受けていると「自分や家族の病気については知っているけど、他の病気のことは分からない」という声がよく聞かれます。そこで、今回は統合失調症の症状についてご紹介します。

統合失調症は、こころや考えがまとまりづらくなる病気です。健康なときにはなかった症状が現れる『陽性症状』と意欲の低下や感情表現が少なくなるなどの『陰性症状』があります。陽性症状でよく知られているのは実際にはないものがあるように感じてしまう『幻覚(げんかく)』です。幻覚では自分の悪口やうわさなどが聞こえてくる『幻聴(げんちょう)』がよく知られています。また、明らかに誤った内容を信じてしまう『妄想(もうそう)』があります。妄想には嫌がらせをされていると感じてしまう『被害妄想』、テレビやネットなどが自分に関する情報を流していると感じてしまう『関係妄想』などがあります。統合失調症発症の原因は正確には分かっていませんが、患者数は約80万人。100人に1人弱(人口の約0.7%)がかかる病気といわれています。



相談は、電話やメールでも受け付けています。曜日や時間ごとに、いろいろな経験をされた家族や当事者が担当しております。(来所される際は、事前にご連絡をお願いします。TEL079-269-9034)

ヤングケアラーについて知ってみよう①

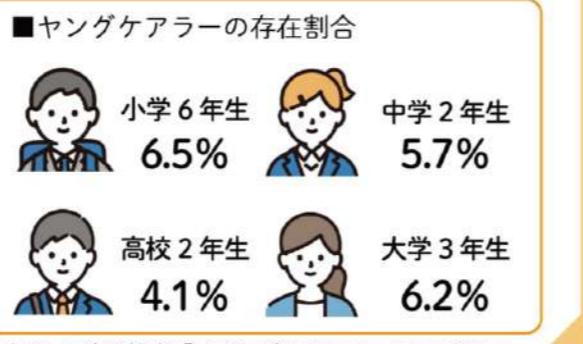
はじまして、ひめかれん会員の下村真代と申します。

ひめかれんには家族が精神科病院に入院をしていたことをきっかけにつながりました。ひめかれんのことは、家族が入院していた病院のエントランスに置いてあったひめかれんの機関紙をきっかけに知りましたので、この機関紙もまた誰かのお役に立つことができたらうれしく思います。さてヤングケアラーという言葉をご存知でしょうか。厚労省によると、法令上の定義はありませんが、一般に、本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている子どものことをいいます。最近では、各自治体で実態調査が進められヤングケアラー支援に向けての動きがみられますが、私にもヤングケアラー経験がありました。そこで、ここでは主にヤングケアラーに関するお話を書かせていただけたらと思っています。

今回は、ヤングケアラーの存在割合についてです。国が実施した調査によるとヤングケアラーの割合は以下の通りでした。この数字をご覧になってどのような印象を抱かれるでしょうか。この割合が高い、低いではなく、周囲にケアに関することで困っていたり悩みを抱えたりしている子どもがいる可能性を示していると思います。

これまでこうした可能性が見過ごされ、私のときに公的な支援というのではありませんでした。子どもやその家族への支援はまだどこからかと思いますが、この数字から新たな視点が広がり、支援の輪が広がることを期待しています。まだまだ勉強中ですが、学んだことをこの場をお借りしてご共有させていただければと思っています。リクエストなどございましたら、ぜひ「ひめかれん」までご連絡をいただければと思います。

季節の変わり目ですので、どうぞご自愛くださいませ。



ひめかれん賛助団体会員にご加入・ご支援頂いている法人・企業様です

- 社会医療法人恵風会高岡病院 様
- 医療法人山伍会 播磨大塩病院 様
- 医療法人全人会 仁恵病院 様
- 医療法人内海慈仁会 姫路北病院 様
- 医療法人仁寿会 石川病院 様
- 株式会社平井工業 様
- 菊川荒木内科心療内科 様
- ふじわら心のクリニック(心療内科、精神科) 様
- 松島クリニック(精神科、神経内科) 様
- 株式会社ゴトウ・アズ・プランニング 様
- 阿比野建設株式会社 様
- NPO法人ラーフ・ウッド福祉会 様

『ひめかれん』は、精神障がい者が地域の中で安心して生活できるよう、精神疾患についての正しい知識や理解の普及をはかり、精神障がい者の医療や福祉の向上を促す活動を続けています。

ひめかれん 第56号



『地域、行政と一体となって
障がい者への支援を進めて行く』

理事 大下俊策

数年前に、星野富弘さんの絵本に感動して、群馬県を旅行したことがあります。わたらせ渓谷鉄道の沿線に、星野富弘美術館がありました。星野さんは高校の元体育教師でクラブ活動中に鉄棒から落下して頸椎損傷の大けがを負い、体で動くのは首から上の部分だけで、手足の自由を奪われてしまいました。彼は絶望感の中からも、見舞いに来てくれた知人、友人のために、口に筆をくわえて文字を書く練習を始め、それに大好きな花の絵を描き加えてきました。彼の描いた絵、文字とも生命力、優しさに溢れ心を打たれます。絵を描こうとする星野さんの意思、努力が素晴らしいのは当然ですが、それ以上に家族、たくさんの周囲の人たちに支えられたことも大きいと思いました。

「障がいがある人も、ない人も共にその人らしく生き生きと暮らしていく地域づくりを目指す」がありますが、まだまだ障がい者への差別、偏見が解消されないこともあります。地域行政と一緒に当事者、家族への支援を進めていくことが必要です。星野さんの作品のように、その人らしく生き生きと暮らせるよう、私たち一人ひとりが社会全体として障がいのある人たちを支えていくことが大切だと思います。最後に、もしよろしかったら星野富弘さんの作品を一度ご覧になってください。図書館にたくさんの蔵書が置かれています。きっと心を癒してくれると思います。



当事者の声 悪い悩むのではなく、やってみること!!

毎日作業所に通える事は凄いことなんだなあと思った。何故なら自分に突然訪れた不調により、それさえままならなくなってしまったからだ。今まで続けていたものを放り出し、1ヶ月間休んだ。ここからの復帰は気持ちの切り替えが下手な僕には並大抵の事ではなく、悶々としながら1ヶ月間休んでいた。自宅で日々を過ごしながら、そこから色々な事があった後、作業所に復帰の提案が受け入れられ、又ボツボツと作業所へ通い始めた。「でも僕なんて…」そういう言葉がまだ自分に渦巻いている。解決の糸口を見失っていた所、ある日一念発起して、近所の公民館の科学の催し物へ出掛けた。そこで地質学者の方と知り合いになり、後日会ってお話を聞き、友達になれた。素潜りでワカメを取った事。化石の事、砂金を取った話。音楽・食事・落語の事。聞く話聞く話楽しそうな事ばかりだった。「今度化石でも取りに行きましょう」その方に誘って頂けた。勿論、二つ返事でOKだ。今まだ暗い妄想をしてしまい、しんどい時もある。でも、自分に引きこもるぐらいなら、勇気を出して外へと出掛けなくちゃいけないと思う。

「悪い悩むのではなく、決断し、やってみる事が生きる事」

と誰かが言っていた。作業所でも、どこだって。地質学者の方に頂いた、僕の知らない時に、健気に成長を続けていた1800万年前の植物の化石を眺めながら、そう思った。
(記:A.S)



1800万年前の
植物の化石

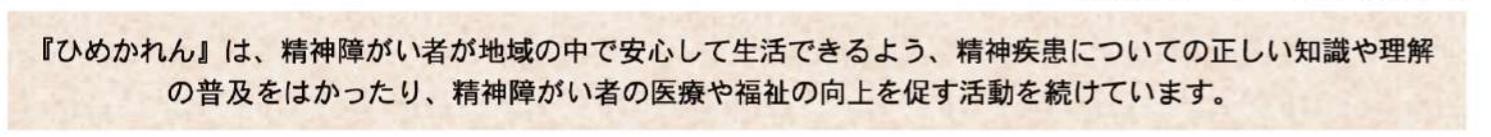
ひめかれん会員・賛助会員募集

ひめかれん活動は皆様の会費、ご寄付により成り立っています。活動に賛同し、ご理解いただける方は、是非、ご協力をお願い致します。

◆会員◆	個人年会費	一口 2,000円
◆賛助会員◆	個人年会費	一口 2,000円
	団体会員費	一口 10,000円
	施設年会費	一口 20,000円

お振込先(加入者名:ひめかれん)

- 郵便局から郵便局 ⇒ 14380 -73347551
- 他銀行から郵便局 ⇒ 郵便局口座番号 438支店 普通 7334755
- [郵便局の振込取扱票をご使用の場合]
口座記号番号: 00940-3-196771



医師との相談会開催される

・日 時:令和4年7月23日(土) 13:30~15:30
・場所:姫路市総合福祉会館5階 第1会議室
・参加者: 27名

コロナ禍で順延していた「医師との相談会」を感染状況の収束が見えてきたため高岡病院・山崎敦史医師を講師にお迎えして2年ぶりに開催できました。

講演前半には「統合失調症のABC」「回復を促す”家族の接し方”について話して頂きました。後半では事前に提出していた質問16項目に丁寧にわかりやすく答えて頂きました。また、質疑応答の際に出た数人の質問にも快く対応して頂き、参加者一同感謝しました。是非、毎年開催してほしいとの声も出ていました。



第七回 福祉懇談会

昨年に続いて「姫路地区手をつなぐ育成会」と合同で「障がい者及び家族に係る諸問題の解決に向けて」と題して、当面する諸問題に対する福祉政策の改善を要望しました。今年も市からの事前「回答概要」の書面を基に、現状の取り組みと今後の対応などの有意義な話をすすめることができました。(ひめかれん関係の主な要望事項)

1. 重度障害者医療助成制度の対象者拡充
2. 精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に関連し、重層的支援体制整備事業の進捗
3. 「地域相談窓口ひめりんく」の昨年度相談実績について
4. 今年度の精神保健啓発事業の取り組み等について
5. 地域活動支援センター事業支援強化について等

日 時:令和4年8月26日(金) 10:00~12:00
場 所:姫路市総合福祉会館 5階 第5会議室



参加者

姫路市障害福祉課 課長、主幹、管理担当係長 3名
姫路市保健福祉政策課 課長、福祉医療担当係長 2名
姫路市保健所健康課 精神保健担当係長 1名
ひめかれん 4名 姫路地区手をつなぐ育成会 3名

シェアAct.えん プレオープン

日 時:令和4年9月23日(金)
11:00~17:00

場 所:姫路市本町 6 8
家老屋敷跡公園便益施設はの屋敷

本店舗は、障害のある方の生産活動を支える拠点として生まれました。この店舗にお立ち寄り頂いた皆様の「縁」「応援」「円」を障害のある方の活動に分け合うことによって、誰もが生きる力を發揮(エンパワーメント)していくことを目指して「シェア Act. えん」と名付けられました。



(運営協議会事務局)

「公益財団法人神戸やまぶき財団」 より助成金を頂く!!



第20回 2022年度(前期)設備及び備品購入に対する助成を、初めて申し込んでいたところ審査が通り、受領し、念願だった古くなった事務所の「カラー複合機」の導入をさせていただきました。ありがとうございました。

重度障害者医療助成事業アンケート協力

このたび「ひょうかれん」から「兵庫県内の重度障害者医療費助成事業が精神障害者保健福祉手帳2級保持者まで適用されている市は29市中9市のみで、1級保持者しか適用されていない市が20市です。3級保持者まで適用されている市は加西市ただ1市のみです。このような状況を少しでも打破するために、精神障害者の生活実態、就労状況の厳しさ等を調査して県や国にその必要性を訴えていきたいと考えている」との『アンケート協力の依頼』が来ました。早速、「ひめかれん」として当事者の皆さん方にお願いして協力しました。手帳2級保持者の医療助成実施している市は「尼崎市、西宮市、明石市、芦屋市、加古川市、宝塚市、加西市、高砂市、丹波市」の9市のみで、姫路市は未実施です。

「姫路市障害者愛の贈物事業」を受ける

今年度も「書籍12冊、非接触温度計」などの支給を受けました。個人会員、施設加入会員はじめ相談に来られた方々のために有効に活用させていただきます。



ひめかれん加盟施設紹介 特定非営利活動法人 花咲 地域活動支援センターフレンドリー

住所:姫路市伊伝居 113 番地 11
Tel・Fax: 079-223-2770
Mail: npo.hanasaki.f@gmail.com

心を病む人たちの小さいながらもアットホームな居場所です。

フレンドリーは、利用者皆さん相互が助け合うピアな関係によって自分一人で苦しんでいた精神的悩みを解消することができる。そのような利用者皆さんのおかげで、楽しい居場所となっています。フレンドリーは、利用者皆さんとの日その日の体調や好みに合わせた作業等を行っています。

フレンドリーは、週末には「カラオケ」、四季折々には「花見」「バーベキュー」「山登り」「地域の運動会に参加」「虫狩り」、誕生日には「お祝いパーティー」などなど利用者皆さんのが楽しい時間を過ごすと共に地域社会との交流促進に努めています。



フレンドリー外観



楽しいバザー



良い天候でのお花見会



誕生日会・手作りケーキ



夜の好古園散策

家族による家族学習会 (担当者研修会)(ひょうかれん主催)

日 時:令和4年10月3日(月) 10:30~16:30

場 所:兵庫県福祉センター 1階 102・103会議室

内 容:この学習会は、精神疾患を患った人の家族を「参加者」として迎え、同じ立場の家族が「担当者」としてチームで運営実施する、小グループで行なわれる体系的なピアサポート・プログラムです。コロナ禍で過去2回延期となりましたが、今回「ひめかれん」から3名参加しました。是非来年度「ひめかれん」で実施したいと願っています。



行事のお知らせ

2022年度 つながりUP 文化展

昨年に続いて「第2回つながりUP文化展」を開催します。

日 時:令和5年1月27日(金) 10:00~16:00

場 所:姫路市総合福祉会館5階 第1・2・5会議室

目的:障害のある人もない人も住み慣れた地域で安心して生き生きと暮らせる"地域共生社会の実現"に向けた取り組みの一つとして、地域の方々にももっと「ひめかれん」を知ってもらう。また会員間の交流を深める。

内 容:
・施設会員事業所紹介のパネル展示
(姫路市障害福祉課、保健所健康課のパネル出展協力もあります)
・当事者、会員等の作品展示

日本コロムビア歌手

「藤野ひろ子さんと歌おう!」を開催

※当日13:30~同じ会場で

・歌とピアノ(キーボード)、を中心に童謡、ポップス、ジブリの曲などの演奏を皆さんに楽しんで頂きたいことです。
・7年前から「心に障がいをもっている方」のために音楽療法を取り入れ、実践しております。

※会場の都合で申込みの先着順受付です。

申込み先 TEL:079-269-9034
(ひめかれん) FAX:079-269-9035

2022年 中・西播磨地区精神保健福祉研修会

日 時:令和4年11月18日(金) 13:30~15:30

場 所:上郡町生涯学習センター 中ホール

内 容:自立した生活を目指して ~その後の8050~

体験者の話:・ヘルパー利用者 ・グループホーム利用者
助言:NPO法人いねいぶる 理事長 宮崎 宏興氏

