

ひきこもり家族自助会とやま大地の会(設立 2001 年 3 月)

振込先 北陸労働金庫 富山南支店 普通 3414428 とやま大地の会

♪♪ 例会のおしらせ ♪♪



例会は、ミニ講演やグループでの分かち合いの場です。また個別相談会(希望者)も行っています。新型コロナ対策のため、実施について変更可能性もありますので、参加を希望される方は、本会のホームページでの確認をお願いします。

01 月 20 日(第 3 土曜日) 第 275 回例会 13:30 富山市安住町サンシップとやま 601 号室

02 月 17 日(第 3 土曜日) 第 276 回例会 13:30 富山市安住町サンシップとやま 701 号室

射水市社会福祉協議会の久恵さんのミニ講演があります。

03 月 16 日(第 3 土曜日) 第 277 回例会 13:30 富山市安住町サンシップとやま 701 号室

04 月 20 日(第 3 土曜日) 第 278 回例会 13:30 富山市安住町サンシップとやま 701 号室

会費 正会員の 2021 年度からの年会費は 2,000 円。例会参加費無料。(振込料は各自負担です。)

非会員の方の、2021 年度からの例会参加費 200 円です。

サンシップでは駐車券を 2 階事務所にし、「大地の会」とおっしゃってください。無料になります。

サンフォルテでは駐車券を 1 階受付にし、「大地の会」とおっしゃってください。1 時間無料になります。

◎富山県ひきこもり地域支援センター、最寄りの厚生センター、保健所で相談をしましょう。適切な支援に繋がるよう力を借ります。

◎支援センターに希望すること、親に出来ることを常時募集しています。

◎ご相談があれば、大地の会のホームページからお問い合わせ下さい。

「とやま大地の会」のホームページですが、下記 URL で開設しています。ご覧ください。

<http://toyamadaichinokai.com/>



本会の各事業は、富山県、赤い羽根共同募金の助成を受けて実施しています。

♪ 12 月例会報告 ♪

日 時: 12 月 16 (土) 13:30~15:45 サンシップとやま 701 号室

参加者: 21 名(男性 8 名{内体験者 2 名}、女性 13 名{内体験者 2 名})のご参加がありました。

例会が始まる前には、保科さんのハーモニカ演奏にあわせ、『お正月』・『スキー』・『いつでも夢を』を口ずさみました。

I 諸連絡

大地の会の例会は、少しホッとできる場、そして参加された皆さまの交流を通して、何かヒントと出会う場になればと思っています。

本日は、富山県精神保健福祉家族連合会(富山かれん)の中村理事長さんに講演をしていただきます。

「富山かれん」は、結成から 52 年、NPO 法人になって 10 年の歴史ある団体です。今日のテーマは、本会の会員の皆さまにとっても共通のテーマだと思います。

II ミニ講演

『こころの病気があっても あたりまえに暮らせる地域を !!』

富山県精神保健福祉家族連合(富山かれん) 理事長 中村喜久男さん

講演の内容の一部を紹介します。

日本の精神障がい者の現状

- ・日本は、入院患者数は世界最多。平均入院期間は世界平均の 7 倍の長さです。
- ・入院患者は行動制限される場合があり、10 年前に比べて 1.4 に増加しています。
- ・日本では、入院患者のうち約半数が医療保護入院などの強制入院です。

EU 諸国の強制入院は 10% 台です。

- ・欧米の医療先進国では、病気になっても地域で医療支援と生活支援をうけ、社会生活をおくることができる「地域精神医療」へ転換していますが、日本では、退院後の受け皿がなく、「社会的入院」が解消されていません。

病院や施設から、地域で生活できる体制へ

- ・訪問支援、訪問診療が当たり前になり、自宅での相談対応や医療が受けられたら。それが緊急時、24H、365 日可能だったら。また、家族支援体制が充実し、病院で薬物治療以外の心理社会的な支援を充実して受けることができたらと思います。

地域精神医療への転換へ

- ・誰もが安心してかかりたいと思える精神科医療や誰もが安心して暮らせる地域精神保健福祉の実現、そして、地域支援体制構築のための法律の見直し等について。

質問とお答え

- ・精神科の治療について、全体でベット数を減らそう。そういう事から、訪問診療は医者に看護師 2 名が同行となっていますが、実態としてこれを行えている地域は？
 - ⇒ 訪問診療はあまりやられていない。一部の医療機関でやられていますが、ごく少数です。
- ・ベット数を減らすとともに、退院促進が図られていますが、退院しても訪問支援が脆弱なため再入院のケースが多くあります。又 A→B→C と複数の病院で入退院を繰り返すケースもあります。
- ・ひきこもりの方は富山市に、3,600 人（推定）おられますが、支援の拠点は 1ヶ所、精神の場合は富山市に 4ヶ所があります。市に 2ヶ所があってもと思います。精神保健福祉家族会から見られ何か思われることはないですか。
 - ⇒ 精神障害は、県で 43,000 人の方が医療にかかっておられる。精神に障害があっても病院にかかっていない方は OECD の調査によればその 2～3 倍はいらっしゃると思われます。病気をかかえながらお仕事をなさっている方も又、多くいらっしゃいます。（OECD の調査では、就労者の約 15% に何らかの精神障害あるとの結果が出ています）
- ・各市町村の担当者（保健師等）は、皆さんいろんな仕事を抱え目いっぱいです。国からの新たな施策（にも包括等）が出てても手が回らないのが実態です。

Ⅲ いつもの話し合い

全体での近況交流に引き続き、3 班に分けていつもの話し合いをしました。

A 班（10名） 中村理事長さんに入っていました。

- ・障がい者への差別が大きくなっているのでは？と、危惧している。SNS での誹謗中傷や炎上も多くなっている。
- ・日頃思っていることが中村先生の講演の中に含まれていて、講演資料に書いてあることが実現してほしい。
- ・子ども入院していたが、薬のことが気になっていた。投薬量が多くないか、親として心配だった。
- ・精神障がいのある方で、身寄りのない人、家族に受け入れられていない人がいるのでは？
- ・子はひきこもって長い、精神科への受診を拒否するので、親が病院に相談したら、精神障害の疑いがあると言われた。症状はおさまり、今は、家族と食事もするようになった。
- ・家族間では支援が難しい場合が多い。
- ・ひきこもりが長く強迫性が強い。それでも対話はつづけている。



B 班（6名）

- ・（経験者）いくつもの種類の薬を処方されている。疲れやすいが、それでも前へ進みたいと思っている。
- ・子は障がい者枠での就労を希望しているが、企業側の受け入れ態勢が不十分なのを痛感する。

C 班（5名）

- ・ひきこもり対応で、家庭内暴力がひどい場合は、警察へ助けを求めたら良いとの話があります。私は、警察を呼んだら病院に入院となり、本人がかなり傷つく。そういう事にならないように日頃から本人とコミュニケーションを図るべきだと思います。
 - ⇒ 暴力→警察→入院は最悪のパターン。その前にやるべきことがある。暴力は、不安・不満の表れ。日頃から、本人に、おはよう・体調はどう・そうなんだ・親子間のふれあいなどが大切。これが出来ないと親子間の断絶になってしまう。親に対して永遠の恨みやつらみになってしまう。

- ⇒ 救急車を呼んで強制入院させたケース。最初は親を恨んでいたが治療を重ねるにつき親子仲良く暮らしている人もいます。病気の症状によっては、救急車も必要な場合があるのではないか。
- ・富山市内で亡くなった母親の遺体をそのまま放置していた例がある。これからはそういうケースが増える心配があります。どうしたら良いか。
 - ⇒ その件は、経済的に苦しくてそうなったようだ。公的な補助があったのに知らなかったようだ。地域で孤立されないよう、皆で助け合う仕組みをつくるべきと思うが進まない。
- ・LGBTの会の会員です。仕事はしていますが、家の中では孤立していて問題と思っています。その解決の糸口をみつけようと思い来ました。自分は自信がなく自己肯定感が低いです。今は地域のお手伝いとして高齢者のゴミ出しや学童保育を行っています。

IV その他

- 1 例会では、十分に自分の話が出来ない。言い足りないことなど日常のあゆみなど体験発表をしてみませんか？約 20 分間程度を予定しています。
- 2 投稿欄について
会員の皆様から、“ひきこもりの理解”に関する本の紹介や講演の感想等、募集しています。

富山県ひきこもり地域支援センター からのお知らせ

相談時間：月曜日～金曜日 8:30～12:00、13:00～17:00（要予約）

グループ相談を実施しています。

- ・本人グループ 毎週火曜日 10:00～12:00
- ・親グループ 毎月第2木曜日 14:00～16:00

まずはお電話でご相談ください。電話：076-428-0616

場所：富山県心の健康センター内 〒939-8222 富山市蜷川 459-1

V 高岡つくしの会より（2003年設立）

月例会 2月18日 日曜日、午後1時半より

※1月は休み

場所 高岡市立博労公民館 会議室

おとぎの森定例会

1月27日(土) 2:00～4:00

※12月は休み

場所 おとぎの森公園、森のふれあい館



VI 書籍・論文の紹介

金子みすゞ童謡集 『Something Nice』サムシングナイス 訳/D.P. ダッチャー 発行 JULA 出版局

私と小鳥と鈴と
私が両手をひろげても、
お空はちっとも飛べないが、
飛べる小鳥は私のように、
地面を速くは走れない。
.....

私からのクリスマスプレゼントです。私の好きな詩人、金子みすゞさんの詩集です。英語訳も、学生時代を思い出して楽しんで下さい。皆さま、よいお年をお迎えください。（やま）