

ゆたかの飛耳長目(第8回)要旨

日時	令和4年10月17日(月) 午前10時～
場所	三郷にに八 拠点
テーマ	精神障がい者及び家族が生きやすい街づくりについて
参加者	三郷にに八 8人

●精神障がい者の家族会の意義

参加者 娘が精神障がいを発症し、どう対応していけばいいかわからず、家族で日々大変な状況で過ごした。そんな中で、状況に応じたアドバイスをくれる先生に出会い、同じような状況で困っている人が大勢いることを知った。そこで約10年前にこの場所を精神障がい者の家族を持つ方が集える場所として開放し、家族会を立ち上げた。このように同じ思いを持つ同志が集まり結成したのが三郷にに八。

参加者 精神障がい者の家族の状況はあまり知られていないのが現状。まずは病気への理解、そしてどう対応すればいいのか、日々どう過ごしていいのか、といったことを教えてもらえるところがなかなか無い。そのままあっという間に5年、10年が過ぎてしまう。家族以外の人には言えないようなことを話すことができ、当事者同士のサポートに大変救われた経験があるので、にに八を立ち上げた。こうした家族会とつながっていない方が大勢いる。やはり精神障がいというと偏見があり、なかなか病気の発見に繋がらない。早期発見が重要で、早期に治療すれば持っている力が生きてくる。そこでこの会のように当事者同士が支え合う役割が大きいと思っている。ピアサポートを知らない方がこの会へつながっていければよいと思う。

参加者 市内でも統合失調症のお子さんと家族に関する事件が起きた。支援を受けられていて、家族会に繋がっていれば、事件は起きなかったのではないかと、自分は支援を受けることができただけけれど、そうでなかったら悲しい事件に至ったのではないかと。家族会として、支援が届くように声掛けなどの活動が続けていかなければいけないと思っている。

市長 親御さんとお子さんだけで毎日向き合っている場合が多い。そうすると事件までいかにしても煮詰まってしまう。お子さんへのケアはもちろん、家族会みたいに、親御さんが話をしたり、たまには笑ってみんなと話せる場がないともたないと思う。

参加者 統合失調の投薬治療で少し落ち着かせるが、それだけでは治らない。後は人薬、時間を掛ける時薬。人薬というのは、対応の仕方や言葉掛けの仕方、それによりかなり変わる大事な部分。

参加者 家族会で対応に関する講演会があると教えてもらい、聞きに行ったところ、その先生の話がものすごく参考になった。日々の会話の中でスイッチが入ると暴言がどんどん出て

くる。それに対してつい反応してしまうと言い合いになって収まらない。それが結局は回復を遅らせてしまう。対応の仕方は本当に大事。日々の対応で皆も安心するし、本人もすごく楽になる。

●行政・医療機関と家族会との連携

参加者 発症後に退院して、行政の窓口に行ってくださいという案内はあるが、家族会の情報は探し回らないとたどり着かない。自分もこの会にたどり着くのに時間がかかった。そこをもっとオープンにしてもらって、家族会を病院からも提案してもらえると、退院と同時にこういう家族会がありますという紹介を行政も一緒にやっていただけるととても助かる。

参加者 「時間はかかるけど 1、2年後には回復する」といった当事者家族の生の声を聞いて安心でき、希望が見えてくる。例えば、就労継続支援B型事業所に行って何ともないような顔をして頑張ってくるけど、家に帰ってきたら症状が一気に出て大変、といった話をする事ができる。ドクターや支援者は面会などで短時間接するだけなので、他の 24 時間の様子を知らない。家族はそれ以外の時間の方が長いので、もっと当事者や当事者家族の声を聞き、医療関係者や行政、支援者と家族会でネットワークを構築することが大切だと思う。

参加者 私達の家族会では1年に一度、精神障がい者への対応の仕方をテキストで分かりやすく学べる家族教室を開催している。まだ発症後間もない子どもの親や若い世代にぜひ発信したいプログラムなので、行政でも障害者手帳を申請してきた時点で「対応の仕方を学べる機会があります」とお知らせしてもらえると嬉しい。

参加者 行政が主催する家族教室もあるが、それは支援者向けのもので、家族向けとは別物。当事者家族だから伝えられることもあるので、家族教室をお知らせしてもらおうといったことで協力できればと思う。

参加者 年に八として、講演会や家族教室の開催に対して市から補助金を出してもらっている。珍しいことで他県の方からうらやましいと言われるほどでとても感謝している。ただ、結局ボランティアでやっていて、補助金も講師代や印刷代や交通費などで十何万かかる。家族教室も仕事を休んだりしてやっている。仕事中に電話相談をちゃんと報酬が出て、精神障がいに特化した支援をやりたいという方がいるので、そういう人たちがちゃんと動けるような組織ができないかと考えている。

市長 必要な経費をカバーできるよう、補助の増額を検討したい。

参加者 家族会と行政が手を組みあって、例えば市の教室に家族会が呼ばれて行くとか、こういうことをご一緒にできたらどうでしょうってお互いに提案できればいい。講演会の時も、お互いにできる部分を組み合わせればもっと内容も膨らむと思う。

参加者 初めての試みで、今回就労継続支援B型事業所のスタッフ等の支援者に向けての講演会を、家族会主催の講演会の前日にやっていただいた。これまでは支援者だけの話し合いだったが、今年は働きかけて企画していただき、家族会も入れた。それは本当に感謝している。

- 参加者 他にも、行政の窓口には優秀な方を配置していただいているが、残念なことに数年で異動してしまう。この病気は 20 年、30 年と回復までに長期間に渡る。人が変わるのはやむを得ないが、少なくとも1人だけでも、スペシャリスト的な人をもう少し長いスパンで継続して配置してもらいたい。
- 市長 保健師さんの中で精神障がい詳しい保健師はいるか。
- 職員 精神保健福祉士を持っている保健師はいる。ただ、様々な経験を積み、スキルアップを図るために人事異動を行っている。
- 参加者 資格も大事だが、対応の仕方とか言葉掛けとか、そういう配慮を必要とする人達。知り合いも窓口へ行くのにすごく気合を入れて行って、傷ついて帰ってきたことがある。例えばまだ働ける状態ではない当事者の方がハローワークへ行った。見た目では病気が全然分からない。窓口で対応した人が、「いや君は大丈夫だよ」って、無理な仕事を紹介する。知識がなくて、「なるべく障害者年金を使わないで」といったことを言う方もいる。そうなるともう二度と行けない。
- 市長 私が県職員の時だって、市役所の窓口で申請する時は敷居が高かった。だから精神障がい者の方となると、いくら市役所の職員が変わってきたとはいえ、正直敷居が高い。そこをまず大前提に考えなくては駄目。補助金の話にしても、見積もりを積算してもらえばいいと言うけど、その積算も正直言うと大変だと思う。
- 参加者 行政の窓口対応で、相談者の側に立って聞いてくださる方と、行政の役割っていうところで物を言われる方の違いを感じる。
- 参加者 行政職員の方から精神障がいの当事者の紹介があった。私の方でご本人から話を聞き、身の回りの状況や気持ちをじっくり聞き、それは大変ですよ、こんなサービスを使ってみたらどうですかとじっくり話したところ、声も荒げず特に症状も出なかった。そのことを行政の方にフィードバックしたところ、そこまで話を引き出せなくて激高させてしまったと謝っていた。精神障がい者は何に困っていて、何を言いたいのか、どういう気持ちなのかというのを自ら言えない人達。親でも対応の仕方を勉強している。そういう努力がより必要になる。
- 参加者 悪いことばかりではない。娘のことで生活保護も視野に相談に行った際、窓口の方が自分の家庭でのことをオープンに話し、こちらの現状や段階を分かってくれた。そして「こういう方法がある」などと親身に相談に乗ってくれた。
- 参加者 まずは共感して欲しい。そこから始まらないとその先のコミュニケーションを取ることは難しい。指導やアドバイスをすると、ちょっとしたことでも自分が否定された、非難されたと感じる人たち。まず相手の気持ちに添う言葉をかける。ささやかなことだけれど一番難しい。
- 職員 支援者向けの研修会に市職員も参加させていただく予定。
- 市長 相手の話を聞かずに何をすべきかこちらから提供してしまうのではなく、先に話を聞く姿勢が大切。職員にもよく分かって対応できる人がいる。ただ、一度嫌な思いをするとそこへ行くのが嫌になってしまうので、皆がしっかりと対応できるようにする必要がある。

●障がいのある人も生きやすい地域づくり

- 市長 統合失調症に対する認識ってまだまだ広がっていませんよね。
- 参加者 この病気は100人に1人が発症しているもので、誰でもなり得る病気。もっとみんなが知らなきゃいけない病気。いろんな人が知れば、病気への理解が進み、偏見も少なくなると思う。
- 参加者 私の子どもの発症当時は、子どもが障がいを持っていることを周りに知られたくない、親として恥ずかしいというような気持ちがまだまだ強かった。自分自身にもまだ病気に対しての偏見があって、家族会に入っても自分の中で納得するには時間がかかった。田舎であればあるほどオープンにできない現状がある。今では、私の子どもは自分が障がい者ということを出しても構わないし、受けられる支援は受けたいと思うようになった。しかし、支援を受けるところに繋がっていない方が大勢いると思う。だから本人や親が支援に頼っていいと思えるような働きかけをしていく必要がある。支援に繋がっていないというのが精神障がいの大きなネックの一つだと思う。
- 市長 特に精神障がいの場合は、手帳すらもらわない人が大勢いる。公的補助もあるが、偏見やためらいがあって取れない人がいる。だから、横の繋がりもそうだが、まず公的な扶助もきちんと受けるところをごく普通にやれるようにする必要がある。身体障がいや知的障がいは少しずつ、世間の中でも言えるようになってきたように感じている。
- 参加者 やはり精神病ってという偏見が強くて言えない人が大勢いる。障がいを持っていることはいけないこと、隠す、といった親の気持ちも変えないといけない。
- 市長 ただカミングアウトしましょうと言っても駄目。
- 参加者 統合失調症や精神病に対する認知が広がり、理解する人が1人でも増えれば、生きやすくなる。周りの人たちの理解が進むと、親も偏見を持たずにオープンにやすくなる。他の地域ではPTAの講演会で取り上げられて理解が深まったという話も聞くので、中学校の保護者会で勉強する機会を設けるといったことが安曇野市でもできたらと思う。
- 参加者 若い年代は、支援学級に通う友達と遊んだ経験があるなど、子どもの頃から発達障がいや身近で、うつ病などメンタル不調も身近に感じているため、精神障がいや統合失調症に対する偏見が比較的少ない。
- 市長 やるとしたら、市の教育委員会が管轄できる中学まででやったほうがいい。高校となると県に検討をお願いしないとけない。
- 参加者 安曇野市でぜひ若者の自殺対策を。県は力を入れている。
- 市長 長野県は未成年者の自殺が多い。昔の村落制度、村落共同体のような意識があって、少し変わったものは排除するみたいなのところが正直ある。そういった偏見を無くそうというのが一つの課題で、今年4月に「多様性を尊重し合う共生社会づくり条例」を施行した。障がいの有無、性的指向、LGBTQ、それから性別、年齢、国籍に関わらず、多様性を認め合い、1人1人がもっと伸びやかに住むことができる街をつくりましょうという趣旨で、現在共生社会づくり計画も作成している。

- 市長 検討できる取り組みの一つは、現在地域精神保健福祉機構の方にいただいているような精神障害にまつわる話を、中学生くらいに聞いてもらう機会を作ること。さらに対象者を一般の方に広げ、子育て世代に聞いてもらう機会をつくれたら良い。対応の仕方の話は、精神障がいの方に限らず、一般化できる内容。教育委員会に児童生徒の自殺対策として何をやっているか確認してほしい。
- 部長 講演会なりで集まる機会では話題にしてもらえばいいので、確認する。
- 市長 やっぱり偏見が存在する。その偏見をとりたいというのが条例の一つの目的。今計画を作っているので、偏見の解消に向けた取り組みとして反映させたい。
- 参加者 ぜひ家族会として協力するし、住みよいまちづくりに向けた取り組みをお願いします。こういう話を聞いていただいたということだけでも嬉しい。