

# 鳥取 家族会だより

【発行者】鳥取県精神障害者家族会連合会

【事務局】〒680-0901 鳥取市江津318-1  
鳥取県立精神保健福祉センター内  
TEL 0857-21-3031  
FAX 0857-21-3034

## 精神障がい者の福祉施策充実に関する要望を終えて

鳥取県家連では、毎年鳥取県へ精神保健福祉充実に関して要望活動を実施しています。今年も7月26日要望書を提出しました。また、併せて9月26日には県立病院の精神科外来復活等の要望活動を実施しました。県立病院関係の要望については翌日の日本海新聞にも掲載され皆様もご承知と思います。

「障害者基本法」が制定され3障がいが一律の施策等、また「障害者差別解消法」が制定され合理的配慮が求められています。しかし、現実には、まだまだ多くの制度や施策で精神障がい者の当たり前の権利が実現されていません。家族会や当事者が今一度諸課題に向かい、それぞれの部署へ積極的に活動して解決することが必要と感じています。我々が要求しない限り、あらゆる課題は改善することはできないと思っています。

県に対して過去3年間、ほぼ同じ要望を出しています。しかし、県からの回答は“現状では十分な施策で対応が来ている”とのことですが、社会にはまだまだ差別偏見が残っています。公共交通運賃など公共の優遇も当たり前を受けられていません。

今、家族会の力量が試されていると思っています。家族会員の皆さまから今一度力強い支援や情報をいただき、家族会の結束を強めて要望の実現へ邁進しましょう。再度家族会の皆さまへ、ご支援をお願い致します。

要望内容は下記の通りです。また、回答日等の今後の予定は現在調整中です。

文責：鳥取県家連副会長 田淵眞司

### 精神障がい者の福祉施策充実に関する要望書(概要)

1. 精神障がいのある人が安心して地域で生活出来る体制の構築について
  - ①精神障がいへの差別と偏見並びに正しい教育について、全県民への啓発の再度徹底の要請
  - ②県内の現状と今後の対策の提示
  - ③いつでも誰でも電話相談出来る体制を各市町村に設置するための支援の要請
2. 精神障がいのある人の就労についての制度施策の補完及び県独自の政策の構築について
  - ①現在の就労継続支援事業所の福祉制度の充実と作業にやりがいの持てる支援の要請
  - ②行政・企業への就労及び定着について、経営者や従業員等への研修の充実
3. 精神障がい者の交通運賃割引制度の他障がいとの格差改善について関係機関に対する働きかけの要請
  - ①県内におけるハイヤー・タクシーの運賃割引制度の適用
  - ②県内発着の高速バス及び定期バス料金半額の適用

### 特報

#### 精神障害者の交通運賃割引 「請願」衆参両院で採択！！

みんなねっとがプロジェクトを立上げ推進してきた“JR等交通運賃割引推進運動”。2016年5月の国会請願から4回目を数える今年、「精神障害者の交通運賃に関する請願」が、第198回国会衆参両院の国土交通委員会で6月26日に採択されました。

みんなねっとでは、この成果を契機に公営交通はもとより、あらゆる交通事業者に対する要請行動を全国で展開し早期実現を目指しています。

鳥取県家連でも県内での活動を引き続き推進していきます。

皆様のご支援ご協力をよろしく申し上げます。

# 令和元年度

## 中国ブロック家族会精神保健福祉促進研修会 鳥取大会

### メインテーマ 家庭・地域・学校と 共に未来につなげる精神保健教育を

去る9月10日、とりぎん文化会館小ホールにおいて上記大会を開催致しました。県内はもとより、中国5県から合わせて230名近い参加がありました。ご参加いただいた方々、誠にありがとうございました。今回は、紙面を拡大して研修会の様子を報告したいと思います。

開催日：令和元年9月10日(火)

場所：とりぎん文化会館 小ホール

プログラム

- ◆ 開会式 10:30~11:00
- ◆ 基調講演 11:05~12:35
- ◆ みんなねっと活動報告 13:25~13:45
- ◆ シンポジウム 13:50~15:50
- ◆ 閉会式 15:55~16:15



濱崎会長の開会挨拶

#### 【基調講演】

テーマ：「精神疾患を正しく理解するための教育の必要性」

講師：愛知県立大学看護学部精神看護学 准教授 山田浩雅氏

テーマについて、理論的・具体的に、また国内外の事例を挙げてのお話でした。

(1) 日本の精神疾患教育や教育背景が進まなかった歴史

戦後学校教育では、精神疾患については触れていたがこの疾患は恐ろしく怖い、また遺伝的影響があるなど誤った考えが強く、精神疾患の正しい教育がほとんどされずに社会に出た人は世間の流れに流され、差別偏見へ拡大されてきている。つまり、今も教科書に精神疾患の項は存在してない。悪の循環と言える。

(2) 日本の精神疾患教育について

この数十年間、文部科学省学習指導要領には「精神疾患」の一文字もなく、子どもも大人も教員も何も習っていない。「知らないこと」からは誤解が生まれ精神疾患の早期発見・早期治療の遅れが精神障がい回復への発達も遅れ世間の損失へとなってくる。その対策は、なにより知識・認識力を高めることである。

(3) 今後の精神保健教育（メンタルリテラシー）の推進について

令和4年度から保健体育に「精神疾患の予防と回復」が入り、本格実施されます。そのポイントは4つ。①こころの不調・病気は思春期から急増する ②こころの不調は誰にでも起こる ③こころの不調・病気には生活習慣が影響する ④一人で抱え込まず、早めの相談が出来る。

(4) 家族会の皆さんへ

家族会が団結して行政へ働きかけを。教育の場で生の声を。個々の“強み”を皆でわかり合う。自らの健康生活と肯定感を持つこと。

文責：鳥取県家連副会長 中本昌年

#### 【みんなねっと活動報告】

報告者：(公社)全国精神保健福祉会連合会 理事長 本條義和

★平成30年度事業活動報告、重点課題として9点の柱を掲げ事業をすすめた。

- ①情報発信の強化 ②社会啓発、広報事業の充実 ③ブロック活動の強化 ④多様な立場の家族との連携と繋がる活動の発展 ⑤交通運賃割引制度実現国会請願書提出 ⑥医療費助成制度実現の支援 ⑦精神障害者年金の課題広報と要望 ⑧全国実態調査 ⑨隔離、身体拘束についての改善活動

これらの取り組みの中で高校学習指導要領への反映や航空機の運賃割引にみられるように2020オリ・パラ開催に伴う行動計画の具体化がすすめられている。その一方、公務員の障がい者雇用率水増し問題など根本的な障がい者の人権侵害とも言うべき事態が平然と続けられてきたことが明るみになり、当会としても審議会などで多くの意見を述べてきた。

### ★事業計画の趣旨

- ①精神障がい者と家族を国と社会が責任を持って支えるように社会に働きかけるとともに情報発信を進める。
- ②精神保健医療福祉政策に家族支援の視点が入り始めた。当会の全国調査結果なども踏まえ、政策・施策の充実を求める。
- ③精神障がい者と家族の願いの実現のために、差別・偏見、人権侵害を無くしていくための存在になる。

### ★基本ビジョン

- ①法人運営の安定した活動維持、運営の健全化。諸規定の整備・修正。子ども、配偶者、兄弟など多様な立場の活動を補完。各都道府県連合会活動の情報共有。各ブロック研修会議などへの参加と実態の把握。
- ②家族本人の願い・思いの実現に向けたとりくみ。

課題は山ほどあり、みんなねっとは各都道府県連及び各ブロック等問題が大きくなる課題として国会審議会へ出席され、私たち当事者家族の思いを代表して一歩二歩と少しずつではありますが前向きに進みました。私たち当事者家族の思いを国会へ…。

私たち家族会及び当事者、その他もっともっと団結を強くしていかなければと思いました。

文責：鳥取県家連会長 濱崎智照

## 【シンポジウム】

テーマ：「精神保健教育の再考を中心に生きがいのある暮らしを求めて」

コーディネーター：鳥取県立精神保健福祉センター 所長 原田豊さん

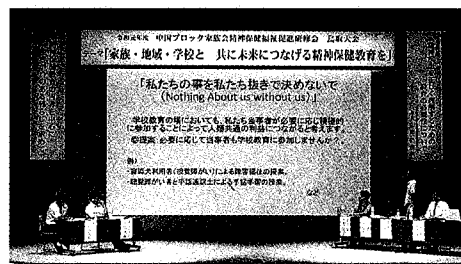
助言者：愛知県立大学看護学部精神看護学准教授 山田浩雅さん

シンポジスト：【家族】NPO 法人すみれ会 川崎榮子さん

【当事者】倉吉市障がい者地域生活支援センターはっぴい  
ピアカウンセラー・相談支援専門員 森定薫さん

【教育関係者】島根大学人間科学部助教 足立孝子さん

【支援者】社会福祉法人 江田島市社会福祉協議会  
在宅福祉課長 藤井伸さん



◆初めに、シンポジストの発表概要を紹介します。

◆それぞれの方の発表がテーマとかみ合った内容でした。また、コーディネーター、助言者のもと素晴らしいシンポジウムとなりましたことを報告します。

川崎さん：作業所、すみれ会の活動紹介がありました。教育委員会の生徒指導の新任研修(2年間)の先生方が利用者と一緒に作業を行った後、精神障がい者家族のあゆみを話した。精神障がい者をモデルにした映画を市内の高校2校・中学校10校に巡回、全生徒が鑑賞の後すみれ会の話をした。社会福祉協議会の呼びかけで、2年生のクラスで当事者・家族・職員が発表の後、ケーキづくりで交流。

森定さん：発達障がい児としての歩みを紹介。その後ピアサポーターとして活動、中学・高校・大学(福祉関係)の教員や学生相談をしてきた。学校教育において当事者が参加することは効果があると考えている。現在、倉吉市で自らの障がいや病気のことを語れる当事者、人材バンクを創設する準備をしている。

足立さん：早期に支援や治療につなげることが出来るように、特に思春期の若者やその周囲の大人たちに正しい知識を伝えることが大切。若者が多くの時間を過ごす、中学や高校において、生徒及び教員、保護者に対して精神疾患を正しく理解するための「精神保健教育 / セミナー」を行ってきた。症例を示して共に考えるようにした。

藤井さん：社会福祉協議会として高齢者・生活困窮者等の支援を必要としている人を訪問し、孤立しないよう、人のつながりを大切にしている。

支援の基本はアウトリーチ! 相談を基に行政・病院・障がい福祉サービス、ハローワークなどにもつながるようにしている。ワンストップ対応を目指している。社会福祉協議会が江田島市精神障害者家族会の事務局となって運営を全面的に補助している。

◆すみれ会の活動をはじめ、それぞれの発表はこれからの活動にとって大きな指針となりました。

文責：鳥取県家連理事 市谷貴志子

# 参加者の声

ここでは、今回の研修会に参加された方々からお寄せいただいた感想をご紹介します。

ご協力いただいた皆様、貴重なご意見ご感想をありがとうございました。

## 森定さんのお話を聞いて

何事も捉え方が前向きである。自分は内向き志向で積極的ではなかった。視野を広げて何にでも前向きに行動をしたい。今までの行動ではいつも自分の経験した範囲が中心であった。これからは何事も前向きに考えていき、楽しい笑いのある生活に努めていきたい。

看護師の報告では、障がいについて当事者の立場をもっともっとわかってほしい。医学的にはプロであっても心はまだ距離を感じた。

帰りのバスの中でも、倉吉に素晴らしい人がおられる。皆勇気を持って行動したいなど、森定さんの話をした。

[当事者]

精神疾患及びその教育に関し、自分がいかに無知であったかを知らしめてくれた。発症した成人のうち半数が14歳までに発症していることは驚きだった。本人や周囲の方々が長期間この病気と二次障害である差別・偏見に苦しんでおられることは、この問題が当事者以外にとっても問題であることを示している。令和4年度から高校生は保健体育科で精神疾患について学ぶ。教員が自分自身の問題と捉え学び始めることがすべてのスタートだと思う。

[教育関係者]

大会でのシンポジウムは私の心を大きく変えました。以前は、精神障がいの人の偏見はあまり無いと思っていました。発表者の人のお話を聞いて驚きました。当事者の人があんなに苦しんでおられるとは思いませんでした。私には、外見では見えないものですから。

でも、世の中は変わってきたようですが、今回の参加で、もっともっと世の中が広く差別や偏見がなくなるように祈っています。

[一般]

「知らなかった」ために本人、家族も気づきにくい。差別、偏見が生じ、いじめの原因にもなり得る。家庭生活への影響もある。発症は10代が最も多い。40年も前から精神疾患の記述が教科書に載っていないと聞き驚いた。ようやく2022年に導入されるようだが「早期発見 早期治療」が必要だ。メンタルヘルスは今や社会問題である。先入観や偏見をまねきかねないため早急に取り組むべき問題である。この大会に参加し様々なことを学ばせていただき感謝している。家族会でも発信していきたい

[家族会員]

「精神疾患を正しく理解する為の教育の必要性について」の基調講演を聴き、世間では偏見が大きく、地域で関わりましょうと言ってもそういう状況にありません。自宅は団地の中にあり、近所に迷惑かけないように暮らすことは困難なことです。学校の保健教育として、誰もが正しく知るということは本当に大切に、それなくして地域で暮らすことはとても難しいことです。

また、精神疾患の特徴としての教育もとても大切で、何歳ごろから症状が現れるか、とても気づきにくい症状であることも初めて知りました。思春期の特殊な状態かなあと思っていたのです。

精神疾患の理解と、予防と回復が教育現場に導入されることを知り、本当に嬉しく、多くの人に理解されることを願っています。それと共に病気になることなく元気に楽しく暮せる人生であって欲しいと切に願っています。

今はまだ課題が沢山あるように思います。家族会が力を合わせていくことが必要と思っています。

[家族]

# 「第11回こころの健康フォーラム」を実施しました



開催日：令和元年 10月5日（土）

場 所：倉吉福祉センター大会議室

テーマ：「精神障がいの理解と支援 ～みんな安心して社会の一員として暮らしたい～」

内 容：講演会・ディスカッション

倉吉市精神障がい者家族会は、10月5日（土）精神障がいを人権問題として取り上げたいと、標記の会を倉吉市人権政策課と共催で「人権のために学ぶ同和教育講座」として初めて実施しました。116人もの参加者があり、熱気ある大会となりました。

まず、精神科医の植田俊幸先生より「精神障がいの基礎と支援」と題しての講演をいただき、続いて「精神障がいと向きあう」をテーマに体験談を語っていただきました。

遠藤倭文子さんより「おかげさま」と親の立場から、山松保夫さんより「病気は、無駄な経験では無かった」と自作の貼り絵を展示しながら話をされました。

73人のアンケート結果を見ると「植田先生の話は具体的でわかり易かった」「2人の体験談は率直で感動や感銘をうけ、勇気をもらった」等々95%の人が満足された会となりました。終了後に家族会入会を聞かれるなど、11年目のフォーラムは、市と共催することで大成功に終わりました。

文責：倉吉市精神障がい者家族会長 相見楓子

## 「ほっと☺カフェ」のご案内

ほっとカフェの会 会長 高原利和

「ほっとカフェ」は、精神障がい者やその家族が安心できる居場所として、2018年12月5日にオープンしました。

これは、鳥取西地域の精神障がい者の家族会である「夕さいの会」や、家族会の代表と地域の民生委員さん、福祉作業所などでつくる「つながる会」、西地域の各総合支所の中で以前から検討されていたものですが、浜村駅近くの「喫茶ミラクル」さんの賛同を得て具体化されました。

その目的として次の4項目をあげています。

1. 障がい者とその家族やひきこもりの人が安心して集える居場所とする。
2. ボランティア組織の「ベストフレンド」会員やその家族、ピアサポーターなどに傾聴してもらい、不安感や負担感の軽減をはかる。
3. その居場所が開かれたスペースとして地域との交流の場となり、地域の理解を広げる。
4. 移住者によるリノベーションした喫茶店とコラボすることにより、地域の活性化を図る。

コンセプトは「こころがホッとする場」で、名称は「ほっとカフェ」にしました。

但し、正式には表題のように「ほっと」と「カフェ」の間に、コーヒーカップのマークを入れています。

オープン時にはマスコミに紹介されましたが、その後の地域のイベントに参加するなどしてPRをした結果、多くの方が訪れることで交流しています。

現在は、この場所1カ所で週1回水曜日のみの開催ですが、今後他の地域での開催も検討しています。





この度「令和元年度中国ブロック家族会精神保健福祉促進研修会鳥取大会」を開催するにあたり、大変多くの皆さまにご支援・ご協力をいただきました。この場をお借りし、心より深く御礼申し上げます。  
誠にありがとうございます。  
今後も、当会へのご指導ご鞭撻の程よろしくお願い申し上げます。

鳥取県精神障害者家族会連合会 役員一同

☆第28回心の健康フォーラム

「働く人のメンタルヘルス～自分でできること、職場でできることを考える」

日 時：令和元年12月9日（月）午後1時30分～午後4時00分（開場 午後1時）  
場 所：倉吉未来中心 小ホール  
内 容：実践報告「どうするの？働く人のメンタルヘルスの仕組みづくり」  
報告者：ヘルスプロモーションサポートオフィス 開業保健師 渡部一恵氏  
講 演：「働く人のメンタルヘルス～自分も家族も職場も日本も元気にするストレス一日決算主義のすすめ」  
講 師：独立行政法人労働者健康安全機構横浜労災病院 勤労者メンタルヘルスセンター長 山本晴義氏  
対 象：県民一般、鳥取県精神保健福祉協会会員等  
参加費：入場無料・参加自由 手話通訳・要約筆記あり  
主 催：鳥取県・鳥取県精神保健福祉協会  
申込み：鳥取県精神保健福祉協会事務局 Tel.0857-21-3031



月2回の実施になりました！

精神障がい者家族相談ダイヤル

相談専用ダイヤル

090-3880-3498

★令和2年3月までの実施日★

12/5・19 1/17  
2/6・20 3/5・19

毎月第1・第3木曜日  
(1/1～1/3は除く)  
13:00～16:00

一人で悩まず  
お電話ください。

- ・相談は無料です。(通話料は別途かかります。)
- ・秘密は固く守ります。
- ・相談は匿名でもお受けします。

次号に掲載する地域情報をお寄せください。

鳥取県内の各地域で開催する精神保健福祉に関する講演会・研修会・福祉イベントや、単位家族会・各事業所・作業所からのお知らせなどの情報をお寄せください。  
なお、紙面に限りがございますので、お寄せいただいた情報がすべて掲載できない場合もあります。ご了承ください。  
詳しくは下記の鳥取県家連事務局までご連絡ください。

令和2年4月～6月開催の  
講演会・研修会・福祉イベント...



皆さんからの情報をお待ちしています。

編集後記

去る9月10日に開催した中国ブロック家族会研修会では、多くの方々にご参加ご協力いただき、誠にありがとうございました。  
今回は、その中国ブロック研修会の話題を中心に少し紙面を増やして、9月発行予定だった83号と12月発行の84号との合併号としました。  
今後も「家族会だより」をどうぞよろしくお願い致します。 事務局 岡嶋

☆「鳥取家族会だより」に対するご意見ご要望や精神保健福祉の情報など下記までお寄せください。家族会に関するお問い合わせもどうぞお気軽に！

鳥取県精神障害者家族会連合会事務局  
〒680-0901 鳥取市江津318-1  
鳥取県立精神保健福祉センター内  
Tel 0857-21-3031 Fax 0857-21-3034  
E-mail t.kenkaren@nifty.com