

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

〒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

## 「2021 みんなねっと東京大会」 ～誰もが安心して住み続けられる社会をめざして～

「2021 みんなねっと東京大会」が調布市を主会場として、去る10月7日(全体会)・8日(分科会)開催されました。参加者は、会場参加 116 名、オンライン参加 714 名の計 830 名と発表されています。鳥取県家連も 15 名がオンライン参加をしました。新型コロナ禍で人の行き来が制限された中での開催であり多くの活動が工夫された大会となりました。今、大会テーマ「誰もが安心して住み続けられる社会をめざして」として多くの皆さまがつなげり合えることを目指しています。

大会は、みんなねっと岡田理事長並びに東京都連の真壁会長の主催者挨拶で開会しました。続いて小池百合子東京都知事からビデオメッセージでの祝辞をいただき、その中で小池都知事は、第7次東京保健医療計画及び、東京都障害者・障害児施策推進計画が作成され、自分らしくいきいきと働き暮らすことのできる、そうした真のダイバーシティ都市を幅広い施策を着実に進めることで実現すると宣言されました。

その後、オープニングアトラクション等の多彩な演舞も披露されました。

報告:鳥取県家連会長 田淵眞司

### 基調講演「当事者家族が生き生きと地域で暮らしていくために -医療と福祉の連携-」

講師:東洋大学名誉教授・埼玉県済生会なでしこメンタルクリニック院長 白石弘巳氏

日本での精神科医療や障害者福祉の現状を踏まえ、①精神科医療の現状、②当事者家族を主人公とする精神科医療、障害者福祉についての現状・指針・対策等を詳細に具体例を挙げて丁寧に分かりやすい講演でありました。また、みんなねっとが全国調査の結果を受けて発表した「私たち家族の7つの提言」①本人・家族のもとに届けられる訪問型の支援・治療サービスの実現 ②24時間・365日の相談支援体制の実現 ③本人の希望にそった個別支援体制の確立 ④利用者中心の医療の実現 ⑤家族に対して適切な情報提供がされること ⑥家族自身の身体的・精神的健康の保障 ⑦家族自身の就労機会及び経済的基盤の保障 これらの実現に向けて、今後精力的な家族会活動でさらなる発展を期待致します。

報告:鳥取県家連会長 田淵眞司

### 特別講演「首都東京の精神医療を考える -都立松沢病院の取り組み-」

講師:東京都立松沢病院名誉院長 齋藤正彦氏

10月7日、「2021 みんなねっと東京大会」のオンライン開催で、特別講演として上記の講演を聞きました。9年間の院長時代、4つの経営目標を掲げ、それらをどう実践したのかの内容でした。

第1に民間医療機関の要請を断らない。第2に患者さんに選ばれる病院を作る。第3に業務改善によって働きやすい職場を作る。第4に地域を支え、地域に支えられる病院を作る、というものです。この4点への達成努力には、例えば66%が拘束されていた夜間休日の緊急措置患者の拘束率は98%減少したという改革結果にもあらわれた、とのことでした。

その中でも印象に残った話を紹介します。統合失調症患者が諦めたことは、結婚、就職、出産、育児...。社会的防衛の為に他人(患者の基本的な人権)を制限していいのか。精神疾患は増加している(特に外来患者)のに、地域医療、精神医療が上手くいっていない、進歩していない現状がある。24時間保護室に入れっぱなしの精神医療現場から、行動制限最小プログラムへ。患者さんの声を聞くために診察室やナースステーションから出てほしい。拘束、おむつ、注射...は患者のトラウマになる。松沢病院はコロナ対応で絶対逃げない、絶対守る。素早く受け入れている。院内感染無し。公立の責務、精神障害者の医療制度は独断と偏見に満ちていた。患者の心との隔たり、明らかな上下関係、精神科をそうでない人に必要な支援に差があってはならない。

一言一言、共感しながら拝聴しました。

報告:鳥取県家連理事 相見楓子

## 体験発表 「病気は、無駄な経験ではなかった」

発表者 山松保夫さん

同時開催「山松保夫 貼り絵作品展」

11月20日(土)

於: 県立福祉人材研修センター

去る11月20日、昨年新型コロナウイルス感染拡大の影響で参加型の開催を取りやめ「鳥取家族会だよりNo.88」(R2.12月発行)で紙上開催とした関係者研修会を、改めて参加形式で開催しました。

当日は、山松さんのこれまでの体験や現在の思いを伺う体験発表と、山松さん貼り絵作品展で迫力のある7作品を山松さんご自身のギャラリートークを伺いながら鑑賞したりと、とても充実した研修会になりました。

ここでは、当日の様子や参加者の感想をお届けします。

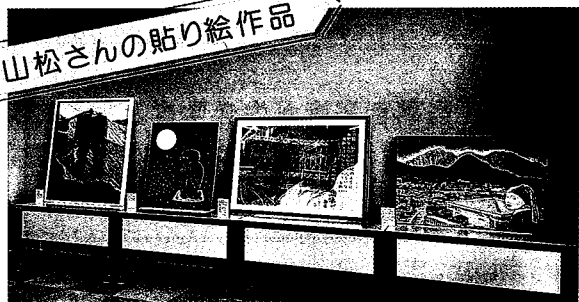
体験発表



山松さんのギャラリートーク



山松さんの貼り絵作品



## 参加者の声

私の兄は知的障がいがあり、兄妹の立場から兄、両親を見て育ちました。父は死の間際まで兄の事を心配し、母は近所の人々の目を気にして生涯をおくりました。当事者だけではなく両親も心を病み、今のような福祉の相談をする場所もなかったため、不安と苦しみだったと思います。

今、相談する場所があっても、知らない人、行く勇気のない人が多くあるので希望もてる活動が芸術を通して受け入れやすくなる事がありがたく思います。ありがとうございました。(家族会会員)

“小さな一歩一歩が大きな一歩になる”  
“一歩をふみ出す勇気が必要”  
心に残る言葉です。(民生児童委員)

うつ病という病気は知っていましたが、今回の講演で実際に当事者の方から話を聞き、うつ病は想像をはるかに超える大変な病気だと深く知ることが出来ました。家族や職場などから理解してもらえない苦しみ孤独感を乗り越えていく辛さは想像を絶するものでした。だからこそ今後自分自身がうつ病の方と関わる事があれば少しでもその人の気持ちに寄り添い病気を理解できるようになればと強く思いました。そして、沢山の人がうつ病という病気の大変さを知り、患者の方々が少しでも生きやすい世の中に変わっていく事を願います。(事業所支援員)

# 鳥取ユニバーサルスポーツセンターノバリアの紹介

鳥取ユニバーサルスポーツセンターノバリア

檜山 恵理

令和2年7月11日、鳥取市にある鳥取県立布勢総合運動公園内に「鳥取ユニバーサルスポーツセンターノバリア」が開館しました。

鳥取県では、月に1回以上運動する障がい者は全体の約30%（平成26年鳥取県調べ）であり、この実施率を50%にあげる目標を立てています。

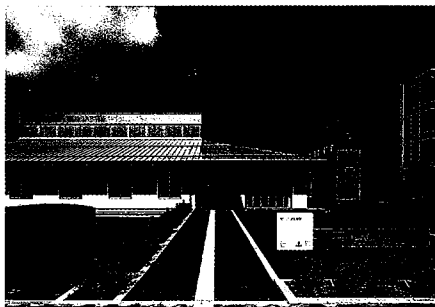
そこで、鳥取県と公益財団法人日本財団の共同プロジェクトとして、スポーツ実施率の目標を達成するとともに、障がい者を含めたあらゆる世代のスポーツ活動の推進及び障がい者アスリートの支援を促進するため、一般社団法人鳥取県障がい者スポーツ協会が日本財団の助成を受けて建設し、管理運営を行うこととなりました。

ノバリアは、スポーツ教室開催等を行う約300㎡のスポーツ広場、障がいのある方でも利用しやすい機器を備えたトレーニングルーム、またヨガやダンスにも利用できるマルチルーム、さらに来館者同士が交流を深める場として利用できる交流スペースなどから成っており、全体の面積は、約700㎡です。

今年度は年間約200回のスポーツ教室を開催し、様々なスポーツを体験できる機会を提供しています。このスポーツ教室は、障がい者だけでなく健常者の方も参加できます。中でもヨガ教室やストレッチ教室、ダンスリズム教室などは普段運動をしていない方々でも、少しずつ運動に慣れていくことができるので、運動が少し苦手な方、服薬をされていて運動制限などがある方、日ごろの運動不足を解消したい方にはおすすめの教室です。さらには車いすスポーツ教室やふうせんバレーボール、卓球バレー、グラウンド・ゴルフなど、競技に特化したスポーツ教室もありますので、ぜひ一度見学・体験にきていただき、ご自身にあったスポーツを見つけてみてはいかがでしょうか？

また定期的に自分に適したスポーツを見つけられる医師や栄養士、スポーツトレーナーによる相談会や、各種体験会等のイベントも実施しています。

今後もノバリアを拠点としてスポーツ活動の普及に取り組み、障がいのある方のスポーツ実施率50%の達成を目指すとともに、障がいの有無にかかわらず、誰もがスポーツにふれあい、楽しめる施設を目指していきます。スタッフ一同、皆様のお越しをお待ちしております。



鳥取ユニバーサル  
スポーツセンター **ノバリア**

<http://ts-sawayaka.jp>

〒680-0944 鳥取県鳥取市布勢 146-1（布勢総合運動公園内）  
TEL：0857-50-1091 FAX：0857-50-1092  
E-mail：tottori-novaria@ts-sawayaka.jp

# お知らせ

## ☆精神障がい福祉研修会

日 時：令和4年3月12日(土) 13:30~16:00(13:00受付開始)

場 所：鳥取県立武道館 2階会議室(米子市両三柳)

内 容：演題「こころの健康を守る力を育てる～メンタルヘルスリテラシー教育のすすめ～」

講師 国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所

地域・司法精神医療研究部 研究員 小塩靖崇氏

参加費：無料

申込み：各機関にお送りする参加申込書をご利用いただくか、県家連事務局にご連絡ください。

その他：・当日、体調不良の方は参加をお控えください。

・ご来場時、健康チェックシート記入にご協力ください。また、参加者把握のため皆さんに緊急連絡先を伺いますので併せてご協力ください。

・コロナ感染や気象の状況によって開催中止になる場合があります。

問合せ：鳥取県精神障害者家族会連合会事務局

## ☆2021 みんなねっと東京大会記録DVD頒布の御案内

記録内容：基調講演・特別講演・分科会(1~4)

頒布価格：1セット3,000円 2022年1月中旬発送予定

申込方法：郵便局にある青色の「払込取扱票」に下記を記入し申し込んでください。

記号・番号 00160-2-397862

加入者 東京つくし会

\*通信欄に「みんなねっと東京大会DVD希望」と書き、購入セット数も明記して下さい。

\*住所氏名欄は、郵便番号を忘れずに楷書ではっきりと分かりやすくお書きください。

\*電話番号は必ずお書きください。問い合わせの際に必要になります。

申込〆切：令和3年12月31日

問合せ先：東京つくし会 電話(03)3304-1108

1人で悩まず  
お電話ください。

## 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

毎月第1・第3木曜日

13:00~16:00

★令和4年3月までの実施日★

1/6-20 2/3-17

3/3-17

- ・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。

☆「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

令和4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

早いもので、今年ももう年の瀬です。  
去年は、新型コロナの感染拡大でいつもより静かな年末でした。今年はどうなんでしょう…。コロナの新しい変異株とか大雪予報とか、気になることはたくさんありますが、今年を締めくくるとの時期、大切に過ごしたいと思っています。  
皆さん、良いお年をお迎えください。

事務局 岡嶋