



第25回

精神保健福祉フォーラム in 水戸 ～みんな集まろう元気だそう～

日 時：令和5年10月25日（水）

午前10時30分～午後3時30分

場 所：ザ・ヒロサワ・シティ会館 小ホール

主 催：（一社）茨城県精神保健福祉会連合会
～茨城県委託事業～

参加者：12名（会員8名、賛助会員3名、他1名）

趣 旨：「精神障害」と呼ばれるハンディキャップを抱えた方や家族、そして地域住民の皆様や支援者の皆様と、この精神保健フォーラムを通して「精神障害」や「心の健康」について一緒に考え、「心のバリアフリー」を広げていきたいと思っています。



プログラムは以下の通りで行われました。

- I. 県連報告
- II. 午前の部（スピークアウト）
～一人3分の持ち時間を自由に表現します～
- III. 午後の部（パフォーマンス）
～地域家族会、関係団体等による演奏・合唱・踊りなどのパフォーマンス～

※バザーの開催

～各団体の色々な手作り品をロビーで販売～

今回で25回目を迎えるこのフォーラムは2020～2021年度の3年間は新型コロナウイルス感染症拡大防止で中止され、2022年（第24回）はぬくもりの会は欠席したことから、4年ぶりの参加になります。

主催者・来賓の挨拶の後、午前の部のスピークアウト（3分間スピーチ）、午後の部のパフォーマンスが繰り広げられました。今回のパフォーマンス大会の参加団体は、家族会が3ヶ所で事業所が9ヶ所となり全体で12団体が参加して日頃の練習成果を思いっきり披露していました。



主催者の挨拶では、地域で暮らす障害者達を家族だけで支えていくことは不可能で、社会で支えていくために、自分達の要望を大いに張り上げて環境を作り上げていくことをこのフォーラムで確認する旨を述べました。

続いて来賓の方々の挨拶を要約して記載します。

県議会議員磯崎氏からは県連役員の思いを伝え、認知症と同様で、社会で支えながら生きていく時代であることをスローガンに何とか2級でマル福が受給できるように努めるとの情熱を持った力強いお言葉を頂きました。

県障害福祉課森田課長からは障害者プランを見直して障害者福祉を向上するとの提言がありました。

県精神保健福祉佐々木センター長からは「にも包括」に相談支援としてアウトリーチ型訪問支援の取り組みへの体制作りを明記し、医療保護入院・入院患者への虐待の問題を取り上げ、精神科救急について医療と話し合うと述べられました。

小川保健医療部長（高橋知事からのメッセージを代言）からは障害者が一層活躍できる場所の確保など元気な明日を目指す多様な施策の実施を提示されました。

最後に県連からは、令和5年4月より実施している県委託事業の相談支援では、精神疾患の知識が無いことによる病気の相談が一番多く、20年前と変わらない。現在の週1回の相談回数を増やして欲しいとの要望がある。今後のブロック研修では「マル福の2級拡大」一本に絞り、磯崎県議会議員の協力のもと地域の行政に活発に提言する。



午前の部は「スピークアウト」

15人が3分間スピーチ。障害の経緯・活動紹介・歌や詩の朗読・将来の夢とか形式自由のメッセージ発信、3分間の所定時間内で誰一人3分超えのチャイムが鳴らず、しっかりと自分の思いを表現していました。

自分だったら同じ様に表現できるだろうかと自問自答しながら感心して聞き入っていました。

午後の部は「パフォーマンス大会」

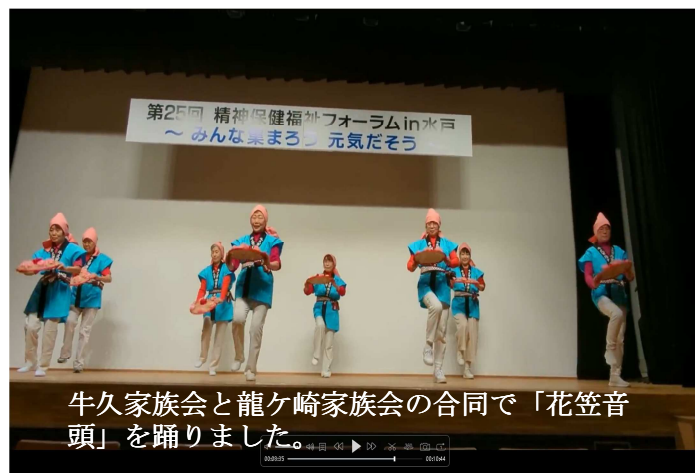
当事者や家族会や親の会の発表で、ギター演奏・合唱・踊り・創作ダンス・太鼓演奏等で、11組が登場。トップバッターは福祉支援センター「やたべ」による恒例のバンド演奏です。演奏レベルと共に人としても成長が垣間見られました。また、合唱では皆元気よく歌う姿は、見ていてとても感激しました。長年の練習でアマチュアのレベルを超えそうな演者や、笑いとユーモアに溢れたグループなど個性豊かな発表でした。

我がぬくもりの会は、龍ヶ崎家族会と合同で音楽体操（男性チーム）と民謡（女性チーム）を披露しました。音楽体操では「ああ人生に涙あり」（水戸黄門のテーマ）で体操し、民謡では「花笠音頭」で踊り、色合いが統一されていて、整然としていて素晴らしかったとの声を頂きました。

日立共同作業所の太鼓演奏では、皆一糸乱れずに力強く叩く太鼓の鼓動に心を揺さぶられて元気をもらいました。

楽しい時間は瞬時に過ぎ、バザーで手芸品・菓子・野菜等の買い物をし、帰りの市バスの中で、発表する当事者を見て大変勉強になり、参加して良かったとの感想が多くありました。

以下に、写真6枚を抜粋して掲載します。



牛久家族会と龍ヶ崎家族会の合同で「花笠音頭」を踊りました。



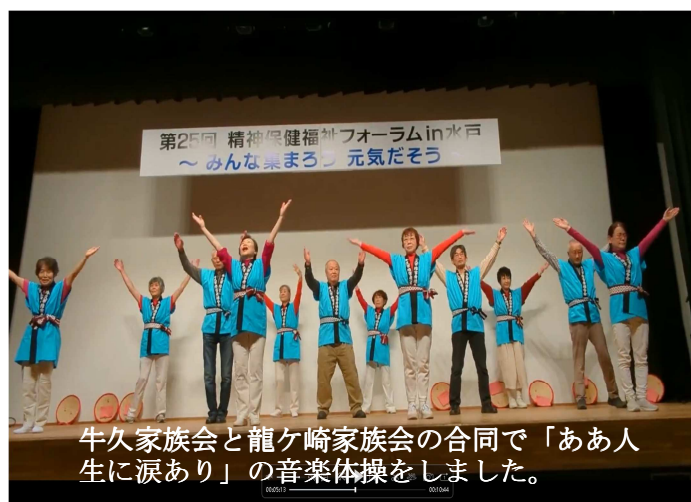
NPO 法人 ボイス社の皆様が明るく楽しく合唱しているのを見て元気をもらいました。



日立共同作業所の一糸乱れずに力強く叩く太鼓の演奏です、圧巻でした。



牛久家族会の記念撮影



牛久家族会と龍ヶ崎家族会の合同で「ああ人生に涙あり」の音楽体操をしました。



牛久家族会と龍ヶ崎家族会の合同記念撮影



定 例 会

【9月度】

日 時：9月16日（土）13：30～16：00

場 所：中央生涯学習センター 調理実習室

出席者：15名（会員13、賛助1）

学習会：地域において精神障がい者・家族が望む
相談支援（引きこもりをテーマ）

～2/8 県南ブロック研修会講演内容を学ぶ

資 料：ブロック研修会資料（アイネット提供）

内容説明の後、相談事項検討・懇談等



講演会の資料を基に、内容の説明後、出席者から当事者の経緯や相談事項についての経験談や対策案等が出され、出席者全員で意見交換しました。

まず、講演会の内容から見てみると、引きこもりの相談支援による課題を整理すると「どのような問題があり、どのように対応できるのか、どうしたらよいのか」を通して、引きこもり当事者への相談支援はどうすべきかを再認識します。

【問題】当事者の社会参加の難しさ

- ・国民健康保険が未加入
 - ・申請手続きの煩雑さで当事者では心が折れる
 - ・車の免許を持っておらず行動範囲が限定される
- 本来なら相談支援センター・役所・社協・医療機関等と連携した対応が必須だが、それが出来ない！

次に、様々な問題に対してどの様に対応できるのか、どうしたら良いのかについて考えてみる。

【私たち相談者が考える現状を変えるための一歩】

◆慌てない

- ・ネットの情報に振り回されない。
- ・目先の解決を考えない。

◆諦めない

- ・支援機関とつながる
- ・何が一番大切なのかを考える
- ・ピアサポートと語り合う場、親の会等への参加
- ・専門医や専門職に訪問し、話や情報を知る

【当事者との依存関係を改善する】

- ・家族には、引きこもり状態が長期化する中で出来上がった当事者との依存関係を改善する。
- ・家族は当事者に何とか自立して欲しいと思いつつも、一方では依存を認めて抱え込んでしまっている場合が多い。
- ・当事者もその状況に甘え、現状のまま居続けようとするのが生活習慣になっている。

【親の気持ちの揺れをサポートし自信を持ってもらう】

- ・ご家族の気持ちが揺れていると、当事者に本気が伝わらない。

- ・家族が不安で揺れてしまうと支援者も当事者に対して一貫した態度がとれない。
- ・毎回訪問する度に家族の考えが元に戻っていることもある。家族には少しずつ自信を回復して貰い、変わっていった貰う必要がある。

【家族支援という視点の重要性】

- ・訪問は基本的には当事者をターゲットとするが、実際は家族全体を視野に入れた家族支援の視点が大切になる。
- ・家族全体のバランスを考慮しないと、当事者の支援も上手く進まない。

【親の態度が他人事と見えない様に注意してもらう】

当事者には、以下の様に言わないように注意する。

- 訪問に来る人は良い人だから話してみたら
- 語り合える居場所は良い所だから行ってみたら



《皆さんの意見と助言》（抜粋）

（Nさん）会社に入社したら自動的に社会保険に加入するが社会人になった時の申請については学校では教えられていない。

国保が未加入だった場合、役所が配慮して事情を聞き、免除申請してくれた。

（Sさん）国民年金は20歳からは加入が必須。

（Aさん）入退院し現在通院しているが、障害年金を受給していない。理由は、今の病院では診断書を発行して貰えない。

➤紹介書を発行して貰い転院した方が良い
国民年金課で年金支払状況の確認が必要
可能な限りサポートするので、障害年金を受給できるように努力しましょう！

（Kさん）医者は服薬を勧めるが、薬は嫌いなので絶対に飲んでいない。生活には支障なし。

等々、意見と助言がありました。

【10月度】

日 時：10月21日（土）13：30～16：00

場 所：中央生涯学習センター 調理実習室

出席者：8名（会員8）

学習会：親のおカネ“もしも”に備える最前線
（NHK 福祉ビデオ）の視聴と意見交換



今回は、親の認知症により生じる財産管理について、ビデオを視聴しながら、意見交換をしました。

親が亡くなったり、認知症になり判断能力が失われると、預金口座が凍結されたり不動産の売買契約

ができなくなったりするなど、財産管理に困る可能性がある。その対策の一つが「家族信託」で、そのポイントや注意点等について視聴した。

民法では、内容を理解できない状態で行った契約行為は無効とされ、亡くなったり判断能力が失われると、自宅の売買や不動産の賃貸借、贈与などが出来なくなる。金融機関が口座を凍結し、引出しや定期預金の解約なども出来なくなる（会員から大変困った経験があったとの発言あり）ため、親の生活費や医療・介護費用、実家の処分などで子供が困る例は多い。そのため、親が元気で判断能力がある内に、状況により子供から相続拒否の同意署名、遺言書を公正証書として残すことや家族信託を契約しておくことが大切です。

【参考】家族信託契約の流れ

①親子間のタブーを無くす為に家族での話し合い、専門家（司法書士や行政書士など）へ相談

☞資産の棚卸と今後の資産の使い道
信頼し任せる家族はいるか

②家族信託契約の締結

☞司法書士や行政書士などへ見積依頼
信託契約書の案文を作成
公正役場で公正証書として残す
※契約書は電子文書ではなく書面で残す

③登記などの手続き

☞不動産の登記を申請

家族信託用の口座を開設し、お金を移す
※預貯金と自宅を信託する場合の初期費用
専門家へ依頼した場合は、50万円程です。
（内訳）コンサルティング:20万円、素案作成:10万円、
信託登記:10万円、公正証書作成手数料:5万円
印紙代:固定資産評価額の0.3~0.4%

<当面のスケジュール>

日 時	内 容	会 場
11/18(土) 13:30~ 16:00	【定例会】 DVD 視聴(約 30 分) と意見交換及び懇談 「オープンダイアロー グが教えてくれるとっ ても大切なこと」 (斎藤環 筑波大学教授)	中央生涯学習 センター 美術工芸室
12/3(日)	【鉄道博物館】見学 牛久市障害者連合会主催	参加者募集 参加費：昼食代 締 切：11/20
12/9(土) 10:00~ 12:00	【お楽しみ会】 会員同士のパフォー マンスとバザー	総合福祉 センター 第 1~3 会議室
1/20(土) 13:30~ 16:00	【定例会】 みんなねっと埼玉大会 分科会「自立の多様性」 「これからの家族会」 について考える	中央生涯学習 センター 美術工芸室

「令和5年度要望書」を市長へ提出

1 1月6日(月)に牛久市障害者連合会としての要望書を牛久市長へ提出しました。

◆共通要望事項

- 1.理解促進
- 2.基幹相談支援センターの設置
- 3.障がい者の雇用の場の確保
- 4.地域防災計画における要配慮者及び避難行動要支援者避難への取り組み
- 5.「牛久市盲導犬に係る登録手数料等免除規制」の対象を補助犬全体に拡大
- 6.障がい福祉課の新設と機能強化について

◆牛久市精神保健福祉会 めくもりの会

- 1.精神保健福祉手帳2級保持者をマル福（全科医療費無料）の適用対象に
- 2.学生・学校職員、及び保護者を含めた地域への精神疾患に関する啓発について（継続）
- 3.精神にも対応した地域包括ケアシステム構築のために（継続）
 - (1) 地域活動支援センターの必要について
 - (2) 牛久市地域活動支援センターの追加開設、及び機能強化をお願いします。
- 4.令和5年度で終了する「障がい福祉計画」の進捗状況について
- 5.精神障がい者への交通費助成について

お楽しみ会のバザー用品のお願い

来る12月9日(土)に開催する「お楽しみ会」でバザーを出店します。

引き出物などで使わない物、まだ着られる古着、生活雑貨等何でも構いませんので、バザーに出店したい方が居ましたら、副代表（佐藤・遠藤）まで連絡をお願いいたします。

♥予約相談を受け付けています（会員のみ）

定例会の後、午後3時から就労支援事業所ほっとピア・ワークスに勤務の多田公樹氏（精神保健福祉士・社会福祉士・ピアサポート専門員）が相談役として参加しております。
定例会毎に2名迄の予約を受け付けます。
(無料です)

◆定例会の前月、20日までに連絡ください 【相談予約連絡先】

- ・副代表：佐藤正臣
TEL 029-873-5007
- ・副代表：遠藤むつよ
TEL/FAX 029-873-0080

※当事者本人との相談もすることができます