

福祉団体

練馬家族会

Fellowship of Nerima for the family of mentally handicapped persons

成年後見制度 親亡き後の選択肢を考える

2000年4月から始まった、改正成年後見制度も、スタートから5年目に入りました。この制度を理解し利用されている人は、少ないのではないのでしょうか。当事者のため、家族のため、この制度について知り、有効に利用していきましょう。

どんな制度か

判断能力が不十分な人（痴呆症・知的障害者・精神障害者）は、財産管理、福祉サービスの利用契約、遺産分割などの法律行為を自分で行うことは困難です。また、悪徳商法などの被害に遭う恐れも十分にあります。ですから、次のような権限を、家庭裁判所が選任した成年後見人に与え、本人の生活状況に応じた保護や支援を行っていく制度です。

- 契約などの法律行為（代理権）
- 当事者の行為に同意を与える（同意権）
- 当事者がした行為を取り消す（取消権）

かつての成年後見制度の問題点

「改正」と銘打ってありますので、成年後見制度は民法に規定されています。旧法の問題点を挙げてみましょう。

- 対象とされる本人は、ある程度重い精神障害に限定され、画一的な内容であった。
- 禁治産者・準禁治産者の宣告を受けると、戸籍に記載されるので、制度利用に抵抗を感じ、利用者が少なかった。
- 配偶者が自動的に後見人・保佐人になれ、また後見人・保佐人は一人しか置けなかった。

新しい成年後見制度の改正点

これまでの民法では考慮されな

かった、新しい理念が掲げられています。

- 自己決定の尊重
- 残存能力の活用
- ノーマライゼーション



これらの理念を目的としながら、改正された項目は、次の4項目となります。

①法定後見人制度

「後見」（従来の禁治産者）「保佐」（従来の準禁治産者）、そして軽度の精神上の障害のある人に「補助」制度が新設された。

• 後見

重症の精神障害があり、判断能力が常に欠いている状態に使う制度。後見人は法律行為だけでなく、日常生活に関するものを除いて、当事者の財産管理に関して、同意権／取消権／代理権を行使します。いずれも本人の同意は不要で、後見人の判断だけで行います。

• 保佐

判断能力が著しく不十分な人、すなわち日常的な買物程度は一人でできるが、賃貸による収益、財産の売買、新築・増改築、贈与、借財などの法律行為に関しては、保

佐人に同意権／取消権が与えられ、本人が申し立てた特定の法律的行為について、代理権を行使します。

• 補助

判断能力が十分でない場合に使う制度。日常的な買物は一人でできても、財産管理に自信がない人に適しています。予め権限委譲できる範囲を決め、補助人はその中でのみ同意権／取消権／代理権を行使し、同意・取消・代理いずれも本人の同意を得て進められます。

②信頼できる第三者を後見人に選任

当事者の保護体制を充実させるために、家庭裁判所が保護者（成年後見人・保佐人・補助人）を選択し、また、それを複数選択したり、法人を選ぶこともできる。そして、保護者を監督する成年後見監督人などが選択されることもある。

③任意後見制度の創設

当事者が判断の能力があるうちに、自分で後見人を選択できる制度。

④成年後見登記制度の創設

「禁治産者」「準禁治産者」の戸籍への記載に代わり、新たな公示方法として創設された制度。

精神保健福祉法との関係について

この法律では、医師の診察と保護者の同意があると、本人の承諾なく精神病院に入院させられます。その第一順位として「後見人または保佐人」が挙げられています。こういったことも考慮しながら、成年後見制度を活用していきたいものです。

講演会「成年後見制度について」参加報告

2004年7月17日（土）石神井区民交流センター

講師は日本社会福祉会「成年後見センターばあとなあ東京」本部事務局長の金川 洋氏です。

後見制度は、明治29年（1898）に施行されましたが、あまり使われていないまま、平成12年（2000）4月に改正施行されました。この改正の最大の特徴は、サービスを自分で選び自分で決める介護保険と、金銭面だけでなく生活面も保護する後見制度の同時施行で、判断力の無い人を支援する意義あるものだという事です。

ドイツの制度を手本にして改正された、日本の後見制度は、次のように、大きく二つに分けられるというお話でした。

①任意後見制度

すぐ使える即効型、状態に応じて移行する移行型、将来を考えた将来型があります。任意後見は契約相手・方法・料金など、全てが任意で行われます。

②法定後見制度

知的障害・精神障害などで既に判断力のない人を、登録されている弁護士・司法書士・社会福祉士が支援する制度です。

比較的軽い障害で、財産管理等をするために、援助が必要とされる状態を「補助」、常に援助が必要な状態を「保佐」、日常生活を除き、常に他の人が判断する必要がある、本人に期待しても無理な状態を「後見」として、分かりやすい新制度になっています。

利用に関しては、定期無料相談を行っていますので、ご希望の方は成年後見センター「ばあとなあ東京」へ、相談して下さいとのことでした。

誰もが自分らしく、安心して暮らせる社会に向けて、公的支援制度も少しずつ整ってきているのを感じました。（編集部 N.S.）

練馬区報で、成年後見制度についての講演会のお知らせが載りました。一度は聞いておきたいと思っていましたので、参加しました。

平成12年4月より、禁治産者・準禁治産者制度を改めた、新しい「成年後見制度」が施行しています。

高齢や障害等で判断能力が不十分な場合に、本人の財産管理や生活について配慮し、その自己決定の尊重

と権利を保護するために、民法に規定された制度です。

本人や親族などが、家庭裁判所に申立て、家庭裁判所で選任された法定後見人等が本人を支援する「法定後見制度」と、予め判断能力が不十分になった時に備える「任意後見制度」があります。

家庭裁判所に法定後見人と登録されているのは、弁護士会、司法書士会、社会福祉士会に所属し、後見人となるために研修を受け、登録を申請した人です。

「任意後見」は何を誰に依頼するのかは全くの自由です。また公証人役場で契約書を作成し、保管は家庭裁判所が行うなど安全性も信頼できます。

「法定後見」は財産管理、身上監護（住居、医療、旅行等、教育及び就業、社会福祉給付の受給、介護施設入所等、その他）などが主です。

無料相談を行なっていますので、必要な方は、予め予約をして行かれると良いです。

話を聞いて来まして、我が家では必要になることは無いのでは、と思いました。（編集部 木下）

■ 成年後見制度に関わる機関・団体

内容	機関・団体	電話番号	備考・ホームページ
制度について	法務省民事局	03-3580-4111（代）	http://www.moj.go.jp/MINJI/
制度利用の相談・申し立て（家事相談）	東京家庭裁判所	03-3502-8311（代）	http://court domino2.courts.go.jp/K_home.nsf/CoverView/HP_C_Tokyo?OpenDocument
	東京家庭裁判所八王子支部	0426-42-5195（代）	
申し立て手続きの案内・書類取り寄せ	東京家庭裁判所「家事手続き案内サービス」	03-3503-4355	音声とFAXによるサービス
成年後見人等の紹介団体	（社）成年後見センター・リーガルサポート東京支部	03-3353-8191	http://www.legal-support.or.jp/
	東京社会福祉士会・成年後見センターばあとなあ東京	03-5275-7365	http://www.tokyo-csw.org/jigyo/partner.html
	（社）家庭問題情報センター	03-3971-3741	http://www1.odn.ne.jp/fpic/
任意後見契約について	日本公証人連合会	03-3502-8050	http://www.koshonin.gr.jp/
成年後見登記制度について	東京法務局民事行政部後見登録課	03-5213-1234	http://houmukyoku.moj.go.jp/tokyo/static/i_seinen.html
登記事項証明書の申請について	東京法務局「FAX インフォメーションサービス」	03-3515-6391	音声とFAXによるサービス

8月3日(火)練馬福祉デーに家族3人で行って来ました！

当事者にとって、午前中の外出は大の苦手。発病してからは、自宅近辺しか歩かなくなり、人混みの中に行くのは大変だったはず。そんな彼が重い腰を上げたのは、子どもが喜ぶかもしれない、という気持ちからでした。

プールも遊園地も、1歳半の息子には初体験。私も夫もドキドキしていました。ところが「福祉デー受付」に行くと、「練馬家族会」の方がいらっしゃるではありませんか！（ああ～良かった～知っている人がいた！）私はなんだかホッとしました。

「ご家族3人でいらしゃったのね！今日は皆さんで楽しんできてね！」優しい声に見送られ、私達は元気に園内へ向かいました。（見守ってくれる人がいる）心強かったです。こう感じた参加者も多かったのではないのでしょうか？

前置きが長くなりました。

今回の「福祉デー」は、私達家族にとって「夏の良き思い出」であると同時に、「転機」を感じさせる一日となりました。家族会ホームページ掲示板に書き込みをしました、より多くの方に知っていただきたいと思い、加筆訂正し、会報に投稿することにしました。

「今日ココに来て、いかに自分がボケているか分かったよ。プールのロッカーの使い方も、分からなくなっていたんだもの。勇気をふりしぼって、隣にいた日本人に使い方を聞いたんだ。そうしたらその人も操作間違えちゃって、お金戻らなくなっちゃったんだよ！2人で思わず笑っちゃったよ」と夫。「で、結局その人が、自分の間違いだったからと言って、ロッカー代をもう一度払ってくれたんだ。ありがたかったよ」。身振り手振りを交え、愉快そうに夫は再現してくれました。

ああ、こんな楽しそうに笑う彼の姿を見たのは何年ぶりでしょう！

「ボケていることに気付くなんて、スゴイじゃない！本当にボケていたら、それすらも気付かないものよ」と私。その日、彼は何度も大ボケぶりを発揮し、そのたびに私を笑いの渦に巻き込みました。

（注：私自身もうつ病になったことがあり、数々の失敗を経験しています。思い出してみると、病状が重い時には、自分がいま何をしているのか理解できなかったし、また失敗に気付いても悲観的になるだけで、自らのドジを笑うなんてできませんでした。ジョークを言ったり、客観的に自分の状態を見ることができるようになったのは、夫が回復してきている証拠と思い、本当に嬉しく思いました）

「自分は何のために生きているのか。仕事もせず、一日のほとんどを家でぼんやりと過ごしてるなんて...」と夫。

「毎日、私も同じようなことを考えてたの。で、自分なりに出た答えは、家族を守るために生きているんじゃないかと思うんだよね。私達、今は仕事してないけど、子どもを育てるっていうのは、とても大事な事じゃない？人生で一番大事なものは、家族との絆や、共に過ごす時間じゃない？死ぬときに、自分が家族に残せるのは思い出だけよ」そんなことを私は言いました。

これは「福祉デー」の一週間前の会話です。

さて今回の「練馬福祉デー」参加後、見知らぬ人に思いきって話しかけたのが良かったのか、あちこちで親切な対応を受けたのが嬉しかったのか、それとも、プール初デビューの息子を守りながら遊ばせ、父親心が目覚めたのか。いずれにせよ、主体性を失った生活を数年間続けてきた夫に、変化が見え始めました。

- 自分から部屋の掃除を始める。
- 買い物の時には、テキパキと品物を買物袋に入れる。

• 私が家事をしていると、手伝ったり、その間、子どもをあやしたりする。

• 私が忙しい時には、進んで「オムツ替え」をしてくれる。（←「こんなことは男のすることじゃない」と以前は緊急時以外手伝わなかった）

• 「社会に戻る日を目指して、きちんと生活していきたい」と口にするようになる... などなど。すごいと思いませんか？

「福祉デー」は、数年の治療に匹敵するほど有意義な一日だったと、私は感じています。

後日、担当医師に「福祉デー」での自分の失敗談や、楽しかったことを、夫は自分で話しました。（彼は外国人なので、日本語で説明することが難しい時、私に代弁させようとしがちなのですが）医師も夫のハキハキとした様子を見て大丈夫と思ったのでしょうか「よし、今回から葉の数をひとつ減らしてみようか」とおっしゃいました。

「練馬福祉デー」に参加することは、閉塞的な生活をしている障害者にとって、社会復帰につながる良い足がかりになると思うのです。

秋にも開催されるようなので、今まで見送ってきた方も、ぜひ、ご家族で参加されてみてはいかがでしょうか？緑溢れる場で、童心にかえって思いっきり遊ぶことは、当事者はもちろん、ご家族にとってもリフレッシュになると思います。

「練馬区役所障害者課」のご担当の皆様、お世話役をくださったボランティアの皆様、どうもありがとうございました。これからも、ぜひ、参加させていただきたいと思えます。

この素晴らしい事業が廃止されることなく、今後も多くの障害者や家族の「しあわせなひととき」の一助になることを希望します。

（会員 S.S. さん）

練馬家族会主催 第6回講演会 報告

2004年7月23日 練馬区石神井庁舎5階第1会議室
 テーマ：精神病概論～差別・偏見を乗り越える～ 講師：鷺山 拓男医師

連日の猛暑が続く中、第6回練馬家族会主催の講演会が開催されました。真夏の日差しに負けたのか、35名ほどの少数精鋭の参加者ではありませんでしたが、充実した講義内容となりました。

開会の挨拶

司会の渡邊副会長から開会の言葉の後、橋本会長から、今年は、地域でのつながりを確認する意味で、原点に立ち返り、地元で活躍する精神科医師に講演を依頼した、という趣旨の挨拶がありました。

鷺山医師プロフィール

司会の渡邊より紹介されました。地域精神保健に10数年関わり、精神障害についての啓蒙・啓発活動をおもに区内を中心に行っています。また、2004年4月練馬駅南口前に「とよたま こころの診療所」を開院されました。

以上、挨拶と紹介の後、いよいよ鷺山医師の登場となりました。

精神障害をめぐる近代社会の歴史

なぜ歴史か？という問いから講義が始まりました。

精神病は病も困難を極めるが、それ以上に社会的差別が著しく大きく、また、周囲からの無理解や社会的な排除によって、病気を受け入れられない「本人」の苦痛を考える必要があります。その痛みは、精神分裂病から統合失調症と病名が変わっても（かつて、らい病からハンセン病と病名が変更になりましたが）、痛みは癒えることはありません。なぜなら、よくわからない病名だということで、一般人の感覚から離れてしまうからです。また、欠格条項という存在も、直接的な影響を与えているということです。

社会が、人権剥奪の歴史の過ちを

認めることは、差別・偏見・誤解を収束させる1つの方法でもあると感じました。

病気を理解すること

では、そのために何が必要なのでしょう。まず、心の病気を家族が理解することだと指摘がありました。

当事者は、薬を飲むことで症状が改善されるのは分かっているが、飲むことで病気だということを認めてしまうのはイヤだという心の葛藤があるそうです。そして、今の状況を家族に八つ当たりすることで、家族が受ける心理的ダメージ等々、列挙すればキリがない苦痛があるということです。しかし、家族側で、当事者がこの病気を受け入れられないのは当然だと認識することや、また、八つ当たりの行動は「病気がさせているんだ」「病気が苦しいだ」と考えることで、気持ちが楽になると仰いました。

理解はできても、当事者を受容できない苦しみや葛藤も家族にはあります。医師＝治療する側、家族＝お世話をお願いする側、という立場の違いを感じています。

精神医療の歴史

当事者が発病した年代は、多くの場合、若い世代です。そして、その後の生活に制約ができてしまいます。かつて、英国の場合は産業革命以前、日本の場合は富国強兵以前、精神病患者は地域共同体の中で穏やかに生きてきました。しかし、利益追求の社会が出現したことで、置き去りにされる人→精神障害者やなんらかの障害を持つ人が、差別・偏見の対象となっていく原因を話されました。

講演では、日本の精神医療の歴史の中で、特筆すべき事例を挙げられました。

1948年 優性保護法の制定



遺伝性精神病や身体疾患者の不妊や中絶を正当化した。

これは1960年代まで公然と行われ、ナチスの優性思想から影響を受けたものと思われる。

1958年 精神科特例の制定

精神科医は少なくても良い。すなわち閉じ込めておくだけでいいのだという法律。その一方で、アメリカでは脱施設化運動、反精神医学運動が台頭する。

1970年代 地域精神医療の動きが出てくる

1984年 宇都宮病院事件発覚

1987年 精神保健法制定

これにより、任意入院制度ができた。そして、2001年以降、精神医療は悪い方向に変わりつつあるようだ。

2001年5月23日 らい予防法国家賠償請求事件で国が控訴を断念

ハンセン病患者が被ってきた差別・偏見・誤解の歴史を認めた小泉首相を、評論家達はヒーローとして褒め称える。

2001年6月8日 池田小学校事件

当初、犯人は精神分裂病と報道さ

れ、らい予防法賠償訴訟で活躍したヒーローや評論家たちは、手のひらを返したように、「分裂病者すべてを隔離する法律を作るべきだ」「危ない奴は閉じ込めろ」と、ヒステリックに叫ぶ。(鷺山医師は、テレビは観るな、新聞は読むなと患者に話し続けた、というエピソードを紹介されました。)一週間後、犯人は妄想性人格障害という正しい病名が報道される。人格障害者には100%刑事責任があるが、今なお、池田小学校事件は、くすぶり続けている。

このような社会的背景があるために、21世紀になっても受け入れ難い病気なのだと結ばれました。

講演会は時間をオーバーして、16時30分に終了しました。その後、事務局担当の高田より、家族会入会のお誘いをさせていただきましたところ、当日、1名の新入会員がありました。最後に、石神井保健相談所の中地保健師より、各保健相談所で行われている「家族教室」の紹介がありました。

講演会を終えて

池田小学校事件と、らい予防法賠償訴訟を対比されながら講義されたこと、特にマスコミのあり方を問われたことは、差別・偏見・誤解が助長される原因を垣間見たような気がします。そして、逆にそれをうまく利用することも可能だという希望もいただきました。

講演終了後の質疑応答、アンケート報告は次号に掲載の予定です。

(編集部 高田)



健康情報館

東京都庁の見学スポットと言うと、先ず「展望室」が考えられますが、実はこんな場所もあります。

都庁第一本庁舎2階北側に、健康や衛生についての情報を発信している場所があります。名称は「健康情報館」。食と住まいに関する展示コーナーや、体脂肪計、血圧計、肥満度が測定できる自動身長体重計で、健康チェックもできます。その近くに、常設展示として「こころの健康コーナー」が平成16年3月12日からスタートしています。

精神障害(統合失調症)についてのパネル展示が、人目を惹く場所に展示されています。

発症率、発症年齢、症状、経過等が、イラストと文章でわかりやすく説明されていますので、誤解や差別を感じる以前に、大変な病気なんだな、という印象を持てます。

また、心の健康・ストレス・酒害・不登校とひきこもり、等についてのリーフレットも配布されています。



「こころの健康」に配慮することは、身体 の健康診断とともに、学校や職場、そして各家庭でも、必要になってきているのだ、という印象を受けました。練馬区にもメンタルヘルスに対する公告コーナーを設けていただきたいものです。

パネル等の情報提供は、中部総合精神保健福祉センターです。

(編集部 高田)

福祉用語の基礎知識

耳慣れない専門用語の意味を理解することも、福祉活動の第一歩とも言えます。

● 精神障害者通所授産施設福祉ホーム

ある程度の自活能力はあるが、家庭環境や住宅事情が理由で、住居の確保が難しい人のために、低料金で住まいや設備を提供する施設。精神障害者福祉ホームの場合、

社会復帰の指導も併せて行っているところが多い。利用期間は原則2年以内となっているが、期間の延長も可能である。

● 精神障害者通所授産施設福祉工場

作業能力はあるが、対人関係や健康管理等の理由により、一般企業に就労できない精神障害者を雇用している施設で、社会経済活動の促進と社会復帰を促している。また、授産施設よりも働く場としての役割が強く、労働関係法規の適用を受ける事業所でもあるため、労働時間、賃金、休日等の就労規

則が定められている。

● 酒害

酒の飲み過ぎで、家族や友人その他いろいろな人に迷惑をかけることを、酒害者と言い、アルコール依存症という精神疾患に罹患しているケースが多い。かつては、アル中(アルコール中毒)と言われていたが、飲酒を繰り返す行動が「中毒」という表現で使われることは、不適切ではないかという専門家の意見で「依存症」という表現になった。

家族会NOW!!

● 福祉10団体定期総会

上記会議が、7月9日(金)にシャルマンで行われました。当会から、橋本会長が出席しました。尚、総会後懇親会が行われましたが、予算の都合上、辞退いたしました。

● 16年度区精神保健福祉連絡協議会

上記会議が、7月27日(火)に区役所本庁舎 20階交流会場で行われました。当会から、渡邊副会長が出席しました。また、橋本会長が会議を傍聴をしました。

● 山彦新春コンサート

上記の催しのために作成するポスターやチラシに、後援名義使用申請のお願いが、ワークショップ石神井様よりありました。純粋に名義のみ

の協力ということで承りました。

● NPO設立準備委員会

7月31日(土)に2回目の会議が、区職員研修所で行われました。

● つくし会 リーダー研修会

上記会議が、8月8日(日)に世田谷区立烏山区民センターで行われました。当会から、橋本会長、佐藤副会長が出席しました。

● 地域福祉座談会

区保健所福祉部管理課より、上記催しのために、運営委員の選出を要望されました。当会からは、橋本会長を選出しました。

● 第四期 練馬区健康推進協議会

上記会議が、7月21日(水)に区役所西庁舎7階第一委員会室で行われました。当会から、渡邊副会長

が出席しました。

● 空店舗入居及び改修費、賃借料の助成の募集

区商工観光課が公募した、上記募集に、当家族会も応募しました。

● 練馬福祉デー(夏季)

上記催しが、8月3日(火)に行われました。当会から、渡邊副会長が精神障害者の受付を担当しました。

● 暑中御見舞い状

上記葉書を、白石 弘巳医師よりいただきました。お心に留めていただきありがとうございます。

● ホームページリンク

上記案件を、武蔵野病院様より要望されました。当家族会ホームページからもリンクをさせていただきました。

障害者フェスティバル

今年12月4日(土)、光が丘で行なわれる障害者フェスティバルに、当会はバザー出店で参加することになりました。会員の皆さんに、バザー用商品の無償提供をお願いします。バザー用商品の集荷は、秋に行なう予定ですが、お中元などで残ったものや、不用品でも再利用価値が高いものなどを、今の内からご用意いただくと助かります。賞味期限のある物や、売れ残って処分困る物は避

けて、良く売れる石鹸・洗剤やタオルなど消耗品が好ましいようです。

至急、事務局物件求む!

練馬家族会のNPO法人格取得には、所在地の登記が必要です。また、高田宅に置いた現在の仮事務局も倉庫の様相を呈してきており、正式な事務局設置を急がなくてはなりません。物件をお持ちの方、お知り合いにコネの有る方、その他、情報をお持ちの方、至急連絡をください。お待ちしております。

広告募集

練馬家族会は、会員の皆様からの年会費と練馬区からの補助金等で、現在まで活動を続けていますが、現状の予算では活動に制約が出てきました。そこで、当会報や家族会ホームページで、広告主様を募集しています。練馬家族会のスポンサーとして、私達の活動を応援してください。よろしく願いいたします。

保険の事ならどんなことでも
お任せ下さい

損害保険・生命保険のプロが
お待ちしております

交通事故・その他の事故で、お困りの方、無料でご相談に応じます。

03(3825)7681

株式会社 損害保険ジャパン 代理店
損保ジャパンひまわり生命(株) 代理店

(有) **アール・エム・エス**

練馬区春日町6-11-10-301

HL パソコン教室

基本操作からホームページまで、パソコン書籍著者がマンツーマンで直接教えます。年配の方、初めての方でも大丈夫です。

週1回1時間のレッスン

入会金8,000円・月謝12,000円

無料体験講座随時実施中!!

場所: 中村橋駅から徒歩5分

問合: 03-3926-2451 (オフィス構屋内)

この会報をご覧になった方に限り

襖 貼替 特価 1枚 2,500円

障子貼替 特価 1枚 2,300円

その他、内装工事すべて

通常より1割5分引き

親切・丁寧にお引き受け致します。

電話: **03-3992-6550**

内装工事一式 襖・クロス

橋本表具店

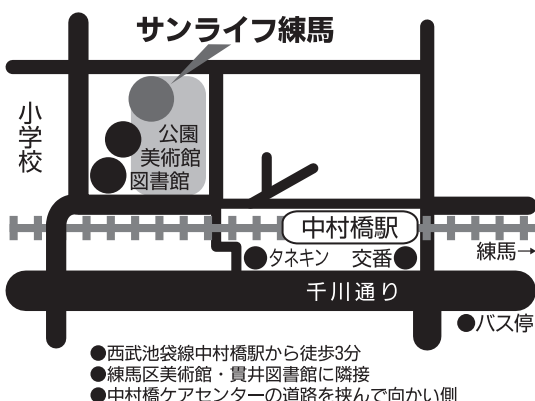
9月定例会のお知らせ

日時：9月24日（金）13:30～16:00

場所：サンライフ練馬
2階 第1和室

貫井 1-36-18 / ☎ 03-3990-0185

久しぶりの定例会は和室になりました。リラックスしながら、互いの気持ちを分かち合いましょう。定例会を待ちかねていらした新入会員の方、ぜひ、足を運んでください。お待ちしております。



賛助寄付御礼

8月吉日、馬場温子様より、金10,000円のご寄付を、練馬家族会宛てに賜りました。会報誌面を借りて、会員の皆様に報告申し上げると共に、馬場様には、謹んでご寄付の御礼を申し上げます。家族会の活動資金となる、貴重な財源として有効に運用させていただきます。ありがとうございました。 練馬家族会

10月3日（日）練馬福祉デー

事前に申し込むことで、障害者手帳をお持ちの当事者と付き添いの方が、としまえん遊園地に無料で入場できます。園内遊戯施設も無料で利用できます。受付期間は9月1日～15日です。お申し込みは、受付期間中に、練馬家族会事務局まで、FAX（03-3825-5242）か電子メールで以下の内容をご連絡ください。

- 本人の氏名とそのフリガナ
- 本人年齢
- 本人住所と電話番号
- 同行者氏名と年齢・続柄

※同行者はヘルパーまたは家族で、何名でも可。ただし、家族は同居者に限る。

適応障害は心の病

皇太子妃雅子さんの病名が「適応障害」と発表されましたが、家族会メンバーの中にもその名を初めて聞いた、という声がありました。簡単に解説していきましょう。

哲学者のカール・ヤスパースは「病の歴史は社会史と精神史の枠の中における歴史である」と言っていますが、適応障害はストレスを伴った現代病であると言えます。

ある社会環境にうまく適応することができず、様々な心身症状が表れ、社会生活に支障をきたすものです。症状としては、不安・抑鬱・過敏・混乱などの情緒的症状、不眠・

食欲不振・頭痛・肩凝りなどの身体症状、そして暴力や依存症などの問題行動もあります。放っておくと社会的機能不全となり、引きこもってしまうケースが多いようです。

治療方法は、ストレスとなっている要因を軽減することが優先されますが、カウンセリングなどの精神療法、不安やうつ状態が強い場合は薬物療法も用います。そして、ストレスが改善されれば、6ヶ月以内で治まるそうです。国民の有病率は2～8%の間といわれていますので、治療方法の確立のためにも、一日も早いご回復をお祈り致します。

精神障害福祉についての新聞記事

当事者が、地域で自立した生活ができるように、精神障害者ホームヘルパーの資格を取り、社会参加を目指しています。

精神障害者同士助け合いヘルパー 23人巣立ちの夏

（毎日新聞に掲載）

（株）NCL 発行・月刊社会福祉より

東京の精神障害者のグループが、障害者同士で自立を援助し合う「精神障害者ホームヘルパー」の養成を始めた。東京都は「当事者が自らヘルパーを養成する初の試み」として、このグループをヘルパー養成事業者

に指定した。このほど「一期生」として、3ヶ月余りの講座を受講した23人が精神障害者ホームヘルパーの資格を取得し、ヘルパーとして歩み始めることになった。障害者の自立に向けた取り組みとして注目される。

講座を開いたのは台東区のNPO法人「こらーる・たいとう」。会員約100人が生活相談のほか、料理や音楽演奏を通じて、地域で自立した生活ができるようお互いを支えあう。最大の悩みは働く場がないこと。精神障害者を雇う企業は少なく、障害者や家族が運営する小規模作業所も収益は乏しい。そこで自身も精神障

害者である代表やメンバーは「仲間を支援し、自分の収入にもなるヘルパーの資格を取る」ことを目標に、東京都から事業指定を受けることにした。今年2月、事業者に指定され、23人全員が精神障害者ホームヘルパーの資格を取得し、本年8月からヘルパー派遣事業が始まる。

仕事の場も確保でき、精神障害者同士が支えあえることは、とても良いニュースだと思います。当会家族の当事者も、一日も早く、そういった活動ができるようになって欲しいと思います。

（編集部 木下）

◆◇練馬家族会 入会のご案内◇◆

一人で悩んでいることも、誰かに話せば解決の糸口があるかもしれません。また、個人ではできない社会への働きかけも、皆で行なうことで、理想の実現が近づ

きます。この会報を読んでご興味を持たれましたら、是非当会に入会してください。私達と一緒に明るい福祉社会を築いて行きましょう。このページの右下に記載しています発行所まで、ご連絡ください。あなたのご入会をお待ちしております。（練馬家族会一同）

練馬家族会 9月スケジュール

9月24日(金) 13:30～16:00
定例会
場所：サンライフ練馬
2階 第1和室

場所が、以前の中村橋ケアセンターやきららとは違います。詳細を7ページに掲載しましたので、ご覧になってください。

区内各保健相談所「家族の集い」9月予定

※初めての方は、事前に、各保健相談所の家族教室担当保健師か、地域の担当保健師にご連絡ください。

9月3日(金) 14:00～16:00 光が丘保健相談所 光が丘2-9-6 ☎03-5997-7722	9月13日(月) 14:00～16:30 桜台保健相談所 豊玉上2-22-15 ☎03-3992-1188
9月3日(金) 13:00～15:00 関保健相談所 関町北1-21-15 ☎03-3929-5381	9月14日(火) 10:00～12:00 大泉保健相談所 大泉学園町5-8-8 ☎03-3921-0217
9月13日(月) 14:00～16:00 北保健相談所 北町8-2-11 ☎03-3931-1347	9月27日(月) 14:00～16:00 石神井保健相談所 石神井町7-3-28 ☎03-3996-0634

生活支援センター「きらら」9月スケジュール

[情]：区情報公開室 2階 [職]：区職員研修所 2階 [区]：区役所 19階 1902室	9月6日(月) 14:00～16:00 [情] SST
毎週 土・日曜日 12:00～20:00 [職] オープンスペース	9月9日(木) 16:00～ [公民館] 夕食作り・夕食会
毎週 月・木曜日 13:00～20:00 [情] オープンスペース(20,23日は休み)	9月11日(土) 13:30～ [職] 当事者の会
毎週 火曜日 13:00～16:00 [区] オープンスペース(28日は石神井庁舎)	9月11日(土) 14:00～17:00 [職] パソコン開放
毎週 火曜日 17:00～20:00 [情] オープンスペース	9月12日(日) 15:30～ [職] 音楽時間
毎週 火曜日 14:00～ [区] パソコン教室(28日は無し)	9月18日(土) 14:00～ [職] お茶の時間
毎週 金曜日 17:00～20:00 [情] オープンスペース(17日は13時から)	9月18日(土) 15:30～ [職] 音楽時間
毎週 火・金曜日 午前 [情] 面接相談(原則として予約制)	9月25日(土) 14:00～17:00 [職] パソコン開放
9月2日(木) 14:00～16:00 [情] SST	9月26日(日) 15:30～ [職] 音楽時間
9月4日(土) 15:30～ [情] 音楽時間	※金曜日は変則的です。その他、お問い合わせは、☎03-3557-9222(きらら)まで直接お願いします。

＊ ＊ ＊ 編集後記 ＊ ＊ ＊

今年の夏は、記録破りの暑さが続きました。日本語は暑さに対する表現が豊富です。「酷暑」「炎暑」「極暑」、そして蒸し暑さの表現として使われる「溽暑(じょくしょ)は、日本の夏ならではの表現です。これに脂照、炎昼が付けば、さて、どんな暑さになるのでしょうか。

NPO法人定款閲覧のため、都庁へ足を運んだ日も、暑さが東で押しかけてきたような日でした。関連団体4箇所の定款閲覧を申し込み、コピーは不可ですので、ひたすらメモをしてきました。日頃はコンピュータがノート代わりの私にとって、辛い作業でした。このメモなどを元に、定款作成という大詰め作業に入ります。

さて、定款もさることながら、それ以上に私を悩ませたのは、成年後見制度を調べるために読んだ「民法」でした。第7条から20条までが成年後見制度についての条文です。

家族会活動を通して、様々な人や多様な社会を知りましたが、法律に触れる機会、都庁内に足を運ぶ機会が訪れるとは思っていませんでした。生涯忘れることのない、2004年の「夏」になりました。(高田悦子)

練馬家族会 会報 2004年9月号

2003年11月創刊 通巻第10号
発行日：2004年8月25日
発行所：福祉団体 練馬家族会
東京都練馬区中村北2-25-5
高田方
Tel・Fax 03-3825-5242
発行人：橋本邦子(練馬家族会会長)
編集：練馬家族会 会報編集部
制作：office BOYA
東京都練馬区中村北2-25-5
Tel・Fax 03-3926-2451
印刷所：有限会社 弘文堂印刷所