

# わかやま

No.24

和歌山県精神保健福祉センターだより

2005年7月

## 「昨今の精神科医療行政についての感想」

紀南こころの医療センター院長 小野 紀夫

初めまして。今年4月1日から紀南総合病院新庄別館の責任者を拝命し、5月1日に施設の名称が「紀南こころの医療センター」に変更と共に院長に就任致しました。当施設の現在までの責任者先生方の足許にも及びませんが、精一杯頑張りますので、宜しくお願い申し上げます。

さて、精神科医療行政ですが、現在全国の精神科医療関係者が固唾を呑んで見守っているのが、「障害者自立支援法案」の行方です。今開催されている国会に上程されているとのことですが、郵政民営化法案の審議が紛糾していますので、今国会で「障害者自立支援法案」が成立するかどうか、危ぶまれています。今国会が駄目でも厚生労働省としては近々必ず通す法案とのこと。この法案の問題点はいくつか挙げられると思います。まず第一に、もし今国会で法案が可決すれば、施行日が今年10月1日となっていますので、患者さんへの周知、病院での準備に時間が不足しているという事。そして、この法律の主眼は現在の通院公費負担制度の変更です。アメリカ駐日大使ライシャワー事件を契機に昭和40年に成立した精神衛生法の通院公費負担制度は、現在まで40年間続いてきました。5%の医療費負担で治療が受けられる制度で、自治体によってはその5%を自治体が負担することにより、治療費が無料の患者さんも大勢おられます。様々な困難を抱えた精神病患者さんにとって、治療費負担が少ない、又は、無料は今まで唯一といってよい「救い」でした。それが、自己負担については原則1割負担で所得に応じて負担。ただし負担上限額に達した場合はその額まで負担、また食費については自己負担となっています。つまり所得非課税の患者さんも負担が生じて来て、大変困った事態となります。どうか安定してひっそりと退院しておられる多くの患者さんは、この制度変更を聞かれるとどんな思いに駆られるでしょう。唯一の楽しみは喫煙くらいで、今でも障害年金が少ないとぼやいておられる患者さんは？もしかしたら通院が途絶えるかもしれません。今まで病院のデイケアで無料で昼食をとっていた多くの患者さんは？デイケアに通わなくなるかもしれません。無料で病院の訪問看護を受けてきた人たちは？訪問を断る方々も出てくるかもしれません。そうなるとこの制度が持っていた長所が損なわれかねません。今までの制度の欠陥は手直す必要があると思います。指定医療機関制度を導入して精神科以外からの申請を禁止するのは当然と思われる。これはもっと前から変更すべきことだったのです。又、以前（何十年も前ですが）国の方から示された通院公費に該当する病名、病状の基準の適応を怠るべきではなかったと思われます。基準が無きに等しいままにして、あまりに膨大に税金を消費するから無理に抑制する、国の財政が苦しいからでは言い訳になりません。精神障害の方々、社会的に不利な条件にあります。少しでも良い条件を持てることを願わずにおれません。

### もくじ

- P 1 昨今の精神科医療行政についての感想
- P 2 特集 “災害時のこころの変化”
- P 3 和歌山県精神障害者団体連合会（わせいれん）の活動
- P 4 新着図書・ビデオ
- P 5 メンタルヘルスニュース
- P 6 は一とふるネットワーク

「医療法人宮本会宮本病院 加藤 博之さん」  
研修のお知らせ

和歌山県精神保健福祉センター

〒640-8319 和歌山市手平二丁目1番2号 県民交流プラザ“和歌山ビッグ愛”2階

☎ (073) 435-5194 FAX (073) 435-5193

<http://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/050300/050301/index.htm>

## 特集 災害時のこころの変化

近年、阪神・淡路大震災（H7年）、新潟・中越地震、スマトラ沖大地震（H16年）に代表される大きな災害が国内外で頻発しています。

和歌山県でも東南海・南海地震が30年以内に発生する確率は約40～50%といわれ、昨年9月紀南を中心に起こった地震の頻発は、幸い大きな惨事には至らなかったものの私たちに災害への恐怖を与えました。

梅雨～台風の季節を迎え、水害も心配です。地震や台風などの災害に遭遇する可能性は誰にでもあります。災害時に私たちの誰にでも起こりうる心身の変化を次にまとめてみました。

### ○ 災害などの大きな出来事の後誰にでも起こりうる変化 ○

#### 気持ちが落ち着かなくなる

- ・せかされているような感じがする
- ・イライラしやすくなる
- ・どうして自分がこんな目に遭わなくてはならないのかと怒りがこみ上げてくる
- ・そわそわしてじっとしてられない

#### 恐怖感・不安感におそわれる

- ・体験したことが怖くてたまらない
- ・将来に希望がもてなくて不安になる
- ・物音に敏感になる

#### 孤独感や無気力を感じる

- ・悲しさやさびしさが強くなる
- ・自分がとても無力に感じる
- ・何に対しても無関心・無感動で、こころが動かない感じがする

#### 日常生活のリズムが乱れる、 体調が整わない

- ・疲れがとれない
- ・眠れない、悪夢をみる、朝早く目が覚める
- ・吐き気・食欲不振・胃痛・下痢・便秘などが起きやすい
- ・じっとしていても胸がどきどきしたり、急に汗が出たりする

#### 特に子どもの場合

- ・よく泣く
- ・怒りっぽく、機嫌が悪い
- ・反抗的・攻撃的になる
- ・気が散りやすくなる
- ・親の気を引く振る舞いをする
- ・赤ちゃんがえりする

このような心身の変化は、災害に限らず、大きな出来事に直面した時、誰にでも起こりうる正常な反応です。その人の性格が弱いから起こるものでもありません。多くは時間と共に軽減していきます。

ただ例外的に、特にこころに負担がかかった場合などはPTSD（心的外傷後ストレス反応）という状態になることもあります。

PTSDとは自然災害や犯罪被害など、生命を脅かされるような事態に直面した後、1ヵ月以上にわたって精神的な苦痛が持続する状態のことを示します。PTSDに共通することは、その体験を思い出させるようなものを避けたいこと、感情の動きが鈍くなること、物音や周囲の言動などにとっても過敏でイライラしやすくなることなどです。そしてこれらの症状で強い苦痛を感じたり生活に支障が出てくるような状態のことをPTSDと称します。このようなときは、専門機関でのサポートを受けることをお勧めします。

このコーナーでは、シリーズで県内の組織やグループの活動を紹介します。  
今回は、「和歌山県精神障害者団体連合会（わせいれん）」です。  
井内正和さんにお話を伺いました。

## 和歌山県精神障害者団体連合会 （わせいれん）の活動

1999年7月10日、わせいれんは、田辺において発足した。  
その当時からの活動内容としては、学習会、交流会、会報「紀の国」  
の発行、自助グループの育成、ピアカウンセリング等、県連の活動  
としてはまだまだ基本的なもののみであった。しかし、その後だん  
だんと拡充されていった。

学習会は、20人から30人ぐらいの規模で、各自  
助グループが参加して、約1時間から2時間のペース  
で行われた。2000年度交流会は準備不足で行われな  
かったが、きょうされん和歌山全国大会での署名活動  
の一環として、わせいれんのみで署名を実施し募金7  
000円から8000円、署名230人を数えた。

会報「紀の国」は、2ヶ月に一度、B4一枚程度で  
発行された。会報つくんこの経験があるので、最初の  
ころはうまく原稿も集まり、うまく発行していたが、  
そのうち各自助グループの間で、原稿がとどこおること  
もしばしばあり、最近では非常に原稿不足で困って  
いる。しかし、一度も休刊したことがなく、発行部数  
370部を維持し、県連としての役目も果たしている。  
2001年度以降、交流会もずっと行われ、参加者の数  
こそ違いがあれ、基本的なことは果たされている。

さて、2001年度になり、わせいれんとして個性的  
な行事として成立してきた“精神障害者の人権110  
番事業”が、社会福祉・医療事業団の助成を受け、資  
金も十分な中、講習会3回、“集い”8回が、開催さ  
れた。本番の電話相談（ピアカウンセリング）も2月  
の初旬に行われ61件の相談件数があった。中でも、  
ピアカウンセラーの養成が難しく、いのちの電話のカ  
ウンセラーの人にも参加してもらい、ロールプレイや  
相談時のいろいろなテクニックや心構えなども学ん  
だ。その後、この事業は毎年継続され、ボランティア  
で2005年度も続けられる予定である。

その他、イベント（人権フェスタ、小さな秋のふれ  
愛展）への参加や、最近では県精神保健福祉センター  
主催のセルフヘルプセミナーなどにも参加している。  
又、ホームページなどを作成して情報分野にも従事し  
ている。



特に、和歌浦病院事件以後、行政への参加というこ  
とも、最近のわせいれんの活動として見逃せない。県  
精神保健福祉審議会に委員として、県精神保健福祉協  
会に理事として、又県センター主催の運営協議会へも  
参加し意見交換を行っている。

わせいれんにとって、一番大変なのは、財源確保の  
問題である。2004年度の実績は賛助会費として、3  
0万円弱あったが、活動にいたる費用や、人件費などで  
次期繰越が毎年少なくなっている。何か別の手段はと  
考えているが、思い切った策がない状況である。

最後に、わせいれんの活動は2001年度から今年度  
にいたるまで、4回行われてきた“精神障害者の人権  
110番事業”が、大きな比重をしめており、又、個  
性的な面としてわせいれんの活動として抽出されるこ  
とを強調したい。今後、時間と資金が許す限りはまだ  
個性を持ったわせいれんとして、全国的な視野に立  
ち、活動を深めていきたい。

### 連絡先

〒640-8123 和歌山市三沢町3-40

和歌山生活支援センター内

TEL 073-402-3681

和歌山県精神障害者団体連合（わせいれん）



精神保健福祉センター書籍/ビデオ一覧（最近、購入した書籍・ビデオの一覧です。ご希望の方には貸し出しをします。）

（書籍）

1	精神保健福祉実践ハンドブック		日総研
2	はじめて学ぶ人の臨床心理学	監杉原一昭・編渡邊映子・勝倉孝治	中央法規
3	生活にいかすカウンセリング心理学	国分康孝	中央法規
4	依存性薬物と乱用・依存・中毒	和田清	星和書店
5	全国ひきこもり・不登校援助団体レポート		ポット出版
6	研修医のための精神医学入門	石井毅	星和書店
7	高機能自閉症・アスペルガー症候群「その子らしさ」を生かす子育て	吉田友子	中央法規
8	精神障害者の事件と犯罪	滝沢武久	中央法規
9	自殺予防マニュアル	編日本医師会	明石書店
10	面接プログラム学習	D. エバンス他／訳杉本照子	相川書房
11	精神障害リハビリテーション	野中猛	中央法規
12	発達障害の子どもたち	編細川徹	中央法規
13	LD相談室	編山口薫	中央法規
14	利用者主導を貫く精神障害者ケアマネジメントの実践技術	三品桂子	へるす出版
15	精神障害者のケアマネジメント	監日本精神保健福祉士協会	へるす出版
16	広辞苑		岩波書店
17	精神保健福祉用語辞典	日本精神保健福祉士協会	
18	心の病気の見つけ方	福西勇夫	中央法規
19	六法全書		有斐閣書店
20	殺さないで	毎日新聞児童虐待取材班	中央法規
21	セックス依存症	パトリック・カーズ	中央法規
22	大逆転の痴呆ケア	和田行男	中央法規
23	思春期・青年期と向き合う人のための心理学	監菊池武烈	中央法規
24	「気になる子ども」の配慮と支援	監村松多美恵	中央法規
25	障害のある人の雇用・就労支援Q&A	大阪障害者雇用ネットワーク	中央法規
26	精神障害者ケアマネジメントマニュアル	寺田一郎	中央法規
27	子どもの心身症ガイドブック	小林陽之助	中央法規
28	ぼくを助けて	才村純	中央法規
29	知的障害者ホームヘルプサービスの実際	知的障害者ホームヘルプサービス研究会	中央法規
30	精神障害者社会復帰施設運営ハンドブック	寺田一郎	中央法規
31	小規模社会福祉法人通所授産施設開設のための総合ガイド	きょうされん	中央法規
32	市町村の時代の精神保健福祉業務必携	全国精神保健相談員会	中央法規
33	精神科リハビリテーションワークブック	水野雅文	中央法規
34	小規模授産施設開設と社会福祉法人設立マニュアル	全国精神障害者家族会連合会	中央法規
35	精神障害の臨床	上島国利	協和企画
36	特別支援教育を支える行動コンサルテーション	加藤哲文	学苑社
37	ACT入門	佐藤光源	金剛出版
38	春一番が吹いたよ	山崎蓉子	東銀座出版
39	DV加害男性への心理臨床の試み	草柳和之	新水社
40	ひきこもりへの対応ガイドライン	伊藤順一郎	(株)じほう
41	摂食障害治療ハンドブック	小牧元訳	金剛出版
42	拒食過食のながいトンネルをぬけて	鈴木裕也	女子栄養大学出版社
43	不安、ときどき認知療法、のち心は晴れ	勝田吉彰訳	星和出版
44	全国社会資源名簿	全国精神障害者家族会連合会	全家連
45	セラピーをスリムにする	吉川悟	金剛出版
46	カウンセリング大辞典	小林司編	新曜社
47	意識の闇、無意識の光	亀節子	創元社
48	話を聞いて下さい	少年犯罪被害者当事者の会	サンマーク出版

（ビデオ）

1	さらば哀しみのドラッグ NOという勇気を持とう	厚生労働省関東信越厚生局麻薬取締部
2	職場におけるメンタルヘルス 事例集 第1部 エンストを起こした新入社員	日本人事行政研究所
3	職場におけるメンタルヘルス 事例集 第2部 出向先の環境に馴染めないエンジニア	日本人事行政研究所
4	職場におけるメンタルヘルス 管理職編 第1部 ポストの重圧に喘ぐマジメ課長	日本人事行政研究所
5	職場におけるメンタルヘルス 管理職編 第2部 定年を前にして不調に陥った課長	日本人事行政研究所

## 和歌山メンタルヘルスニュース

県内の精神保健福祉関連の最新情報と当センターの活動をお知らせします。

### 「白浜メンタルクリニック」開院

西牟婁地方にH17年3月精神科クリニック（吉原隆司院長）が開院しました。

西牟婁郡白浜町1,081-6 電話0739(42)5585

### 和歌山ダルクが設立

和歌山市手平に5月中旬、待望の薬物依存症者回復施設・和歌山ダルクが設立されました。

### 研 修

#### ひきこもり研修

H17年度当センター研修はひきこもり研修からスタートしました。

第1回：6月3日は山梨県精神保健福祉センター所長の近藤先生の粘り強い臨床経験に基づいた講義と子ども・障害者相談センターの小野先生による心理的社会的治療に関する講義。

第2回：6月10日名古屋オレンジの会・鈴木さんによる「当事者支援と家族支援の実際」両日、相談関係者30名が受講しました。第3回も近藤先生に講演いただきます。

#### 精神保健福祉関連新任者研修

従事して概ね5年以内の職員を対象に、6月20日・21日の二日間に渡り、

- ・精神保健福祉の基礎知識（疾患・制度・歴史）
- ・援助の方法（相談の実際）
- ・精神保健福祉活動の理論と実際
- ・精神障害者の人権

をテーマに実施し、32名が受講しました。膨大な内容を2日間で消化するという密度の濃い研修となりました。

#### 精神障害者訪問介護員（ホームヘルパー）研修

6月29日（講義）、7月上旬の一日（施設研修）の延べ2日間に渡り、今回も定員いっぱいの135名の方が受講されました。施設実習ではヘルパー利用をされている当事者の皆さんとの意見交換会もあり、充実した研修となりました。7月下旬には新宮会場での研修が行われます。

### 普 及・啓 発

#### 第2回 セルフヘルプセミナー

当セミナーは、生き辛さをかかえた人たちが仲間とのつながりの中で生き方を探せる場の提供を目指して開催されました。基調講演の後、死別体験を持つ人・ひきこもり当事者・摂食障害当事者・精神障害者家族によるシンポジウムが開催されました。70名参加。

### 精神保健福祉協会総会・講演会（和歌山こころの集い）開催

7月7日ビッグ愛にて定期総会、県民を対象に講演会が開催されました。仙台市で主にひきこもりの青年の居場所と社会復帰の場を提供しているわたげ福祉会理事長秋田氏による「ひきこもり～あきらめないで～」の講演に90名が参加しました。

### 第4回精神障害者ソフトバレーボール近畿大会

10月4日大阪市中央体育館で開催される大会に昨年度県大会優勝の「若葉・ふきのとう合同チーム」が参加予定です。がんばってください。

### お 知 ら せ

#### 思春期・ひきこもり相談

当センターでは毎月2回、専門医による特定相談を行っています。せいぜいご利用ください（要予約）。

#### 交流ロビー（精神保健福祉センタ-）を活用してください

作業所や病院デイケアで作製した作品をビッグ愛で展示しませんか？当事者・家族・関係者の皆さんのお申し込みをお待ちしています（申し込みは当センターまで）

### 募 集 中

#### 「こころがほっとするメッセージ」募集

普段の生活の中で「ほっと」するメッセージを5・7・5の文字に表してください。優秀作品はこころのフェスティバルで表彰します。詳しいことはチラシまたはセンターにお問い合わせください。応募期間8月1日～9月26日（主催：和歌山県・県精神福祉協会）

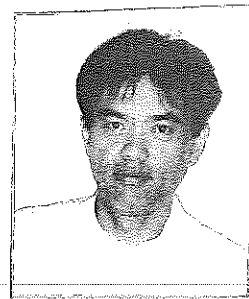
#### 第2回精神障害者ソフトバレーボール県大会

12月2日（金）ビッグホールにて開催します。まだまだ練習できます。参加チーム及びボランティア募集中。（県精神保健福祉協会・県作業療法士会共催）

#### 精神保健福祉協会会員募集中

H17年度会員を募集しています。精神保健福祉の向上に賛同される方ならどなたでも会員になれます。年会費：個人1口1,000円・団体1口10,000円。申し込みは当センターまたは県立保健所まで。

精神保健福祉の第一線で働く関係スタッフの紹介コーナーです。  
今回は、医療法人宮本会 紀の川病院の看護師、加藤博之さんです。



## はーとふるネットワーク



— 紀の川病院に就職されて何年になりますか？

しばらく精神科から離れていましたが、やっぱり精神科看護が基本だと感じて再び就職して5年になります。精神科の経験年数は合計すると12年です。

— 看護師になられたきっかけは？

高校を卒業する時に求人があり男性の看護師もあることを知り、ライセンスを取りたいと思って目指しました。

— この仕事をしていて良かったと思う時はどんな時ですか？

緊急場面で救命できた時や精神的に混乱している時に関わり「有り難う助かりました。」と感謝の言葉を頂いた時に特に思います。又いろんな人との出会いがありお話をすることで人それぞれの考え方等勉強できた時に感じます。

— 仕事で苦勞する点はどのようなことですか？

個人情報保護法が施行され、倫理的な配慮が要求され看護研究や情報交換などする際に苦勞します。

— 紀の川病院のPRを一言お願いします。

現在、新病棟の建設中で通院、入院患者様やご家族の方々に大変ご迷惑をお掛けしております。

しかし、平成18年度4月に新病棟完成予定で新しい素晴らしい環境で治療や看護を提供できると思います。

— 休日はどのように過ごされていますか？

水泳、バレーボールなどスポーツをしたりスポーツ観戦に出かけたり、野外でバーベキューに出かけたりします。どちらかといえばアウトドア派です。

— 今後の抱負を教えてください。

静養のために入院されて退院した患者様が自宅に戻られてからのサポートが、今後の課題だと感じています。精神科に入院される患者様は心のサポートが必要で悩みを打ち明けられる友人も家族も少ないように感じます。患者様と気楽にお酒を飲みに行けるような関係も必要でないかと考えていますが、個人情報保護法の施行で倫理的な配慮も要求され時代の流れもあり難しい問題だと考えます。

— 加藤さんから、次の方のご紹介をお願いします。

看護学校の同級生で学生でお金がなく、試験が終わった時に気分転換とストレス解消にやきとりの大吉と一緒にお酒を飲み明かした新宮市にお住まいで和歌山の南の端でご活躍の医療法人両茂会 岩崎病院の病棟看護師長の田中通孝さんをご紹介します。

### 研修等のお知らせ

精神保健福祉センターの8月～11月の研修・講演会等をお知らせします。

○ 思春期精神保健研修 \*ただ今募集中

日 時：8月20日(土)  
場 所：和歌山ビッグ愛  
対 象：精神保健福祉従事者・教育・司法等で子どもにかかわる者  
テーマ：「思春期と攻撃性」

○ 精神障害者の地域生活支援を考えるシンポジウム

日 時：9月10日(日)  
場 所：那智勝浦町福祉健康センター  
対 象：県民  
テーマ：精神障害者にとって地域で住みやすいための工夫

○ こころの健康講座 \*ただ今募集中

日 時：9月6日(火)  
場 所：海南市保健福祉センター  
対 象：県民  
テーマ：「もし家族がうつ病になったら」

(新宮保健所・新宮保健所申本支所・県精神保健福祉協会共催)

○ 精神障害者訪問介護員(フォローアップ)講習会

日 時：9月14日(水)  
場 所：和歌山ビッグ愛  
対 象：H16年度までの精神障害者訪問介護員講習会を終了した者

○ こころのフェスティバル2005

日 時：11月19日(土)・20日(日)  
場 所：和歌山ビッグホール  
対 象：県民

○ こころのケア市民フォーラム2005

日 時：10月2日(日)  
場 所：プラザホープ(和歌山市)  
対 象：県民  
テーマ：うつ病と自殺予防

### 編集後記

連日、テレビで十代の少年による事件が報道されています。その影響か8月の思春期精神保健研修の申し込みが予想以上に増えそうです。ロンドンでのテロ、日本各地での梅雨末期の豪雨がもたらした災害と憂うことが続きます。被災された皆様や関係者の皆様にはお見舞い申し上げます。

