

(別紙様式)

心の健康問題の正しい理解のための主体別の普及・啓発方策の具体例

検討会構成員名	中井 和代	実施主体	当事者団体 (家族会) 等
<p>家族会の40年近い歴史はそのまま精神障害 (者) への正しい理解と啓発に向けた積み重ねであったともいえるので、その中から具体例として、1. 現行のもの、2. 将来にむけて、3. 参考 (長期にわたるもの) に分けて、略述する。</p>			
<p>1. 現行のもの</p>			
<p>◎パンフレット (資料A) 配布、シンポジウム、講演会、学習会の開催等</p>			
<p>〔対象者〕 家族、患者、専門職、ボランティア、市民 (多くは隠れ家族)</p>			
<p>〔理 念〕 精神疾患についての正しい理解を。「家族」も患者を抱える前は市民で、大方は、そのときの偏見を引きずっている。そんな考えでどんな偏見をもっているかを当事者団体であるがゆえに分かり合えるため、その立場からの偏見是正を行いやすい。</p>			
<p>〔効 果〕 情報を得られずに悩んでいた市民 (家族) が、精神障害への理解を深めていく、その実例は枚挙にいとまがない。</p>			
<p>◎マスコミとの協働</p>			
<p>ここ数年マスコミとの良い関係をつくる努力をしてきたので、啓発に沿う報道をしてもらうことも可能となった。</p>			
<p>・2月3日 (火) のNHKテレビ放送番組には「なくそう統合失調症への無理解」のテーマで全家連の代表が出演。このテーマの放送は10日、17日と続き、3回シリーズの予定。</p>			
<p>・講談社の週刊「モーニング」掲載の”ブラックジャックによるしく” (※) は研修医の目を通してみた医療の現状や問題点を描いたものとして、毎週75万部の売れ行きの由、近く (2月～3月?) 精神科を取りあげるとのことで、当団体も、かなり長時間の取材を受けた。日本精神病院協会や患者会その他でも取材をしたとのこと。売れる本でなければならぬにしても、「啓発の (偏見打破の) 視点も盛り込みたい」とのことであった。立花隆氏をして「いまやコミックを超え、ノンフィクションを超え、文学すら超えて」と言わしめただけあって、膨大で綿密な取材をもとに組み立てられている。どんな形で世に出るのか、不安もあるが、市民への影響としては大きな場であり、当団体も事前に意見を述べる機会を得たことで、いづらかでも啓発に寄与できたらと思っている。</p>			
<p>※ <a href="http://www.kodansha.co.jp/hello-bj/">http://www.kodansha.co.jp/hello-bj/</a></p>			
<p>当事者として、マスコミに登場するにはある種、勇気がいるし、取材を受けることも先方次第のことが多いが、このようなチャンスは大いに利用する、そのためには当事者団体として「声をかけてもらえるような」地道な努力や研鑽を怠るわけにはいかないと痛感した。</p>			
<p>このことを「啓発」の視点から敷衍すれば、「かくれ家族」としての市民を掘り起こすパンフレットの配布や講演会等も大切ながら、ハンセン氏病やエイズに置き換わればわかるように「関係ない」という多くの市民にはインパクトが弱く対象も限定されよう。したがって、これからは広い意味でのマスコミ活用やホームページ開設等による啓発を志向すべき時代だと思ふ。</p>			

## 2. 将来に向けて

### 「教育」の重要性が基本

- ・ 全家連では、かつて（70年代）中学の「保健体育」「家庭一般」の教科書（12種類）及び当時の「文部省学習指導要領」に偏見差別（遺伝との関連づけ、不治、貧困環境、危険等）の記述の訂正を申し入れた事があった。現在は学校の保健教育自体が障害への理解という視点を欠いている状態で、「是非ともカリキュラムに」と、当団体では運動している。
- ・ 教科書訂正申し入れの後、約20年を経て、国が教育をしないならば、と全家連は、1996年4月、高校生に心の健康についての関心を高めてもらうため、全国の高校に啓発ビデオ「あなたの心 元気ですか！」（資料B）を無料配布した（約5,600校）（現在は500円で一般に頒布）。その効果の程は把握していないが、これは当事者団体でなく、本来は国がやるべきことと考える。
- ・ 2003年6月、御茶ノ水女子大学付属高校で、保健の教諭と連携し、モデル授業としての「精神障害の理解の学習」に全家連から講師を派遣、50分の授業であったが、生徒の関心は極めて高かった。
- ・ 文字通りの授業以外の教育の具体例としては、大阪市教育委員会の文書と全家連発行のReview誌（No. 40）（資料C）掲載の北九州・大任小学校での実践ふれあい教育がある。大任小学校の試みは、つい先ごろある賞を受賞し、今年1月のNHKラジオでも詳しく報道された。他にも例は多くあるはずであると思うが、教育・啓発には「百の説明よりひとつの触れ合い」が効果的だと考える。
- ・ 海外の例（アメリカの全家連にあたるNAMIの例）であるが、就学前の園児向けにつくられた「Helping Each Other」がある。塗り絵形式で先生のお話を聞きながら自然に学習するというもの。

## 3. 参考（長期にわたるもの）

◎「欠格条項」（障害者を職業などの資格制度の対象や一定の行為から排除する規定）撤廃運動

〔対象〕 直接：国、地方自治体 間接：一般市民

〔活動理念〕 欠格条項の存在自体が（精神）障害者に対する一般市民の偏見を助長するので、見直し、撤廃が必須である。

〔活動内容〕 例えば70-80年代には公営プールや議会、図書館、公衆浴場等に「精神病患者おことり」「狂人は入園を禁ず（北大植物園入口1985年）」などの掲示が各地に見られ、地域の家族会が撤廃を申し入れ、改善に努めてきた。当時の欠格条項は全国で2000以上にのぼったが、全家連は1985年50万人の署名を集めて衆議院に請願、採択された。その後も撤廃運動を続けてきた。

〔結果〕 かつては膨大な数にのぼった欠格条項が2001年7月施行の法改正でかなり減少し、かつ、「絶対的欠格条項（障害者であれば絶対に取得できない）」は撤廃され「相対的欠格条項（資格取得に裁量の余地を残す）」のみとなった。

〔今後の目標〕 視覚障害者、言語障害者の欠格条項に比して精神障害者のそれは依然として最多、24種にのぼっている。精神障害者ということで、一律に排除するのは不合理、かつ、偏見を増幅する以外の何物でもない。当団体は、啓発の意味もこめて撤廃運動を続けていく。

啓発の方法もいろいろあろうが、基本的には単発的なものでなく、「教育」「企業（雇用）」「マスコミ」等への働きかけを含め、“長期戦を覚悟で粘り強く”が必要かと思う。

# 「統合失調症」 家族の知っておきたいこと

普段、  
どんなことに  
気をつければ  
いいの？

統合失調症は  
どんな病気？

家族は  
何をしたら  
いいの？

どのように  
治療するの？

どこに  
相談すれば  
いいの？

## 家族の不安と疑問に お答えします



**(財)全国精神障害者家族会連合会**

〒110-0004 東京都台東区下谷1-4-5  
TEL.03-3845-5084 FAX.03-3845-5974  
URL : [www.zenkaren.or.jp](http://www.zenkaren.or.jp)

資料A

## ● 目次

Introduction	1
はじめに	1
Lecture	2
統合失調症は 「よめるな」な病気じゃないか。	5
Q&A	6
病気のしくみと治療法について	6
COLUMN	9
「リマ」の「認知症」ってなに？	9
「リマ」の「認知症」ってなに？	11
Advice	12
家族にどう伝えるか	12
Counseling	14
リマと家族	14
リマと家族のしくみ	23
Information	24
家族の皆さんにも勧めの本	24
都道府県連一覧	30
	31

## Introduction

イントロダクション

## ● はじめに

この小冊子を今、手にしておられるあなたは、もしかすると身内に統合失調症の患者さんをかかえ、不安や苦しみと闘いながら、なんとかしたいと頑張っておられるのではないかと。」「どんな病気にかかってしまったのか」「治る見込みはあるのか」「先んきはどのようなのか」——そんなあなたの疑問や不安はどこかへ、だれかに、きちんと受けとめられているでしょうか。

統合失調症は治りにくい病気だと思われている方も多くありますが、しかし、新しいタイプの薬が登場しましたし、患者さんや家族を支えるさまざまなサポートシステムが充実してきていますので、地域で普通に生活することが最近ではあたりまえになっています。

「むしろにもずかりたい」——これは発病間もない患者さんをかかえる多くの家族が口にするお悩みです。この小冊子は、せめてあなた「むしろ」の本にどう思うか、作られました。「むしろ」って何者か、という話がいろいろありますが、日本の「むしろ」が、患者さんと家族の「むしろ」生活への道しるべとなればと願っています。

### 【例3】3部に分けて授業を進める

導入部をまず見せて、自分たちならどのようにするか考えさせる。さらに、心の病について知っていることをその場で簡単にレポートさせる。例えば、治らない病いだ、遺伝だ、怖い、出会ったことも見たこともない、精神薄弱(知的障害)との区別ができていないようなレポートでもいい。第2部と第3部を連続して見せ、ここで自分たちの考えや努力がどのように合致していたか、または合致していなかったかを話し合う。そのときに注意することは、理解や援助の方法が一つしかないということではないという点をしっかりと生徒に把握させることであろう。第4部は、その総括として利用する。

### ぜひとも感想をお寄せください

これからわが国を担っていく高校生の心がいつまでも健やかであることを願い、これからもこのような啓発ビデオを作成していくつもりです。社会が複雑多様化しているといわれ、過剰なストレスのなかで人々は心の健康を保ち続けることを求められています。心の健康を大切に、心の病を少なくしていこうと考えていますし、たとえ心の病に陥っても温かい人々の支えがあり、安心して心を癒すことができる社会をつくりたいと願います。

このビデオをご利用いただけましたら、ぜひとも私たちに感想をお寄せくださいますようお願い申し上げます。

### ご感想・お問い合わせは下記まで

財団法人全国精神障害者家族会連合会

(組織部；桶谷肇・丹羽大輔)

〒110 台東区下谷1-4-5 恵友記念会館

TEL 03-3845-5084/FAX 03-3845-5974

### 【心の問題 相談・治療機関】

- \* 学校の養護教諭
- \* スクールカウンセラー
- \* 教育相談所の相談員
- \* 保健所
- \* 都道府県立精神保健福祉センター
- \* 精神科のある診療所・総合病院
- \* 精神病院

### 【参考文献】

- 【日本人のこころの病い】 吉川武彦 径書房  
【心の病と社会復帰】 峰矢英彦 岩波新書  
【受験生、こころの参考書】 早川東作、元永拓郎、森 俊夫、曜曜社出版

### 【全家連の本】

#### 【全国社会資源名簿】

(精神障害者の医療福祉関連の機関・団体12,000件の連絡先を収録)

#### 【こんなときには、どうするの?】

(精神障害者の生活を物語形式で描き、病気と折り合いながら生活するための具体的なノウハウを提示)

#### 【心の病の相談室】

(心の病とその対処法について専門家がQ&A形式で回答)

\*全家連の本は、電話でお求めになれます。20分

## あなたの心、元気ですか!

～高校生の心の健康を  
考えるためのビデオ～

活用のでびき



財団法人 全国精神障害者家族会連合会

(厚生省 指定法人 精神障害者社会復帰促進センター)

〒110 台東区下谷1-4-5 恵友記念会館

TEL 03-3845-5084/FAX 03-3845-5974

## ごあいさつ

数ある教材のなかから、このビデオに関心を向けていただきまことにありがとうございます。このビデオは、心の健康について理解を深め、心の病に対する偏見を取り除くために作成したものです。

いま、学校教育でも家庭教育でも、心の教育の重要性が指摘されています。それぞれがかけがえのない子どもたちですが、その子どもたちの心から元気が失われ、心の健康に赤信号がともり始めているからでしょう。

このような時期だからこそ心の健康についていっそうの関心を深め、心健やかに生きることを考え、さらに心の病をよく理解し、心に傷を負い心を病んだ人たちに手をさしのべることのできる子どもたちを育てたいと思います。

そのためにもこのビデオを活用いただき、教育効果を高められますことを願いたします。

## このビデオの目的

思春期まっただ中の高校生に、心の健康と心の病について関心を深めていただくことを目的としています。高校生を取り巻く環境は、いま、厳しいものがあります。この環境のなかで高校生が自らの心の健康を保ち続けながら成長することは困難とさえいえます。

こうした状況を映像のなかで明らかにし、見ていただく方々の共感を醸成し、心の健康がどのように乱されていくか、心の病とはどのようなものをいうのか、心の病からどのように抜け出すかを示し、友だち同士の支えが重要であることや、どのような機関に相談すればいいのかを明らかにします。

このビデオで訴えたいことは、心の病は特別なものでは

なく、誰もが罹かる病の一つだということです。それだからこそ、心の病に関する偏見や差別をなくし支え合うことが重要なものとなるということです。また、気軽に医療や相談を受けてほしいという願いも込めました。



## このビデオの構成

このビデオは4部（細かくは5部）に分けました。それぞれの部の終わり直前にマークが現れ、一時ストップをかけやすくしてあります。各部の構成とそのポイントは、以下のとおりです。

1. 導入として一部活の問題に悩む男子生徒、家庭問題で悩む女子生徒を映像でみせる
- 2-1. 心の病について考える授業風景に続き、生徒たちが積極的に行動した様子を暗示す—本人は相談に赴き、元気を取り戻す
- 2. 家庭の問題で悩んでいた女子生徒を、同級生が積

極的に支えようとする場面—さらに女子生徒が医療を受け元気を回復した場面を映す

3. 心の健康や心の病に関わる機関の紹介と、心の健康を保つ工夫について、八つの心掛けを示す。
4. 心の病に陥ってもすばらしい小説や絵画作品を残している人を紹介（夏目漱石・ゴッホ）—エンディングに入る

## このビデオの利用方法

上に述べたように、このビデオは4部構成です。もちろん、全体を通して見ていただいても結構ですが、ところどころでストップして、生徒に考えさせたり討論させたりできるように構成しました。利用例を挙げておきます。

### 【例1】全体を通してみせる

初めに簡単な解説（5分）をしたあと、全部を通して見せる（20分）。このあと生徒から感想を募る（15分）。感想に基づいて全体を締めくくる（5分）。さらにこのビデオから学んだことをもとにして、参考書などを使ってレポートにまとめさせる。

### 【例2】4部に分けて授業を進める

まず導入部を映写し、自分たちにも同様な体験があるかどうか話し合わせる。次いで第2部を1、2と連続に映写し、一人で悩まず多くの人の支えがあるから回復の道を歩めたことを確認する。第3部では、自分自身の努力も重要だという点を引き出したい。さらに第4部では、心の病に関する偏見の除去をテーマにしてディスカッションする。これを進めるには授業時間が2コマほどほしい。