精神疾患を抱える家族・当事者・関係機関のための機関誌

SAGA精連

2026/6
No.166

発行 佐賀県精神保健福祉連合会

巻頭言 「精神科医療の質の向上にむけて」

2022年の精神保健福祉法改正により、医療保護入院には入院期間に関する規定が盛り込まれました。新規入院患者の入院が3ヶ月を超える場合は入院期間更新届を都道府県知事に提出することが義務付けられました。その後は6ヵ月を超える時点、さらに6ヵ月を超えるごとに入院期間更新届を提出しなければならず、また、入院期間更新届の提出に先立って、退院可能性について退院支援委員会を開催して検討することになりました。

厚生労働省では、毎年、精神科病院の医療の現状把握を目的に，都道府県と指定都市を通じて、6月30日時点の各精神科病院の実態を調査しています（630調査）。国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所においてその集計と分析がなされ，都道府県別データも公表されています。公表されている2024年の630調査データをもとに、各都道府県の医療保護入院患者の3カ月時点、6ヵ月時点、1年時点の退院率を調べてみました。全国平均は、それぞれ61%、73%、82%でしたが、都道府県で格差が大きく、1年時点の退院率は、最も高い和歌山県で93%、最も低い鹿児島県は72%で、20ポイントもの差がありました。佐賀県の1年時点退院率は78%でした。

入院期間が1年を超えると、地域生活移行の可能性は低下していくことが分かっています。ですから新たな長期入院患者を生み出さないように、精神科医療の質を高めていくことが重要です。都道府県別の医療保護入院の1年時点の退院率と相関する因子を調べると、すでに長期入院患者の割合が高いところ、人口当たりの精神病床数が多いところでは、退院率が低い傾向が認められます。逆に、地域の福祉サービス等の事業者（地域援助事業者）との連携が強いところでは退院率が高い傾向が認められます。ですから、今後は、多職種連携のもとで医療保護入院患者の退院支援委員会の会議を適切に運営し、さらにそこに地域援助事業者にも参加してもらうなど地域との連携を強化することで、退院支援や地域移行支援を促進していくことができると考えられます。

ひるがえって、目を海外にむけると、フィンランドでは1980年代から統合失調症などの急性期の精神疾患の医療にオープンダイアローグを取り入れ、その成果が国際的に注目されています。日本には2010年代半ばに紹介されました。治療ミーティングは、クライエントの家や治療提供側のオフィスなどで柔軟に実施され、1回は60分から90分。問題解決をいそぐのではなく、対話が継続することをめざします。薬物や入院治療を併用する場合も、クライエントを抜きに決定することはありません。このアプローチにより入院期間は大幅に短縮し、服薬を必要とした人や症状の再発率も低下したことが紹介されています。

わが国でも、対話を重視した精神科医療がさらに普及し、医療保護入院等の非自発的入院そのものが減少し、精神科医療の質が高められていくことを念願しています。

西九州大学健康福祉学部教授　黒田　研二

この広報誌は、赤い羽根共同募金の配分金で発行しています。

障害者の主張大会

令和７年１２月２１日に第１４回障害者の主張大会が開催されました。この大会は、障害者及びその家族が日常生活の中で考えていることを主張し、広く県民の方々に伝えることにより障害者に対する正しい理解を深め、障害がある人もない人もこれからの障害者福祉のあり方について共に考えることを目的に開催されています。今回はSAGA精連の推薦で青木裕史さんに発表していただきました。

障害者となるまでの小さな想い

私の名前は、青木裕史と申します。私は今より11年前から、佐賀市と久留米市を中心に、精神障害の経験を生かしたピアサポーターとして活動を始めました。今日は、私が大切にしている「小さな想い」をお伝えできればと思います。

私は思春期を経験した頃に、「安心を感じ、自分の思いを正直に話せる人」は、周りにはいませんでした。高校に入ってから初めて、そのように感じる人はできましたが、その人はそれから３年後に亡くなってしまいました。以降、社会人になってからも、私の中の深い悲しみは意識から外れることはありませんでした。私は「(亡くなった人は) こんな自分とも一緒に遊んでくれた。だから何かしらの恩返しをしたい」と思い、当時自身の夢を持ち合わせていなかった私は、亡くなった大切な人が叶えることができなかった「ゲームをつくる」という夢を、受け継ぎ、叶えたいと思い、システムエンジニアという職に就きました。それが私にとっての人生だと信じました。

しかし、その世界の仕事は当時、とても過酷で、月に残業を含め４００時間を超えるほど働いたこともありました。あるとき、会社の人から「病院に行った方がいい」と言われ、行ってみたら精神疾患の診断名がつきました。同時に、精神障害者にもなった時でした。私はそれまで抱えていた悲しみと、障害者になったというショックも相まって、「自分にはもう他者にとっての価値がないのだ」と自分を信じることをやめてしまいました。また受け継いだ夢を諦めることも決めてしまいました。それから涙と共に生きる、明るさが見えない日々を、１０年ほど過ごしました。

とうに希望をなくしていた私でしたが、新たな人との出逢いが私を変えました。それは今の家族である妻だったり、あるいは主治医だったり、仲間だったりします。その人たちとの出逢いは、それまで人として受け身であるところが強かった私に、自分を信じ自分をもっと大切にしていいこと、それから勇気を持つというその意義を伝えてくれました。また、亡くなった大切な人の存在も私自身の在り方に今も影響を与えてくれていることを、私は信じています。だから今の私は、ここに、元気でいることができているのだと思います。

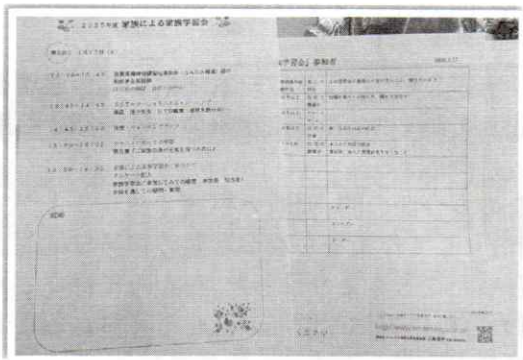
亡くなった大切な人は、生前、私に手紙を渡してくれました。その手紙の表の面には「人は夢を叶えるために生きる」と黒い鉛筆で太く書いてありました。私は、自分が涙と共にあった時には、この言葉を思い出し、心を奮い立たせてきました。今はもう、この手紙は手元にはありません。写真もないので、見ることも叶いません。けれども、心にはその言葉の像が、亡くなった人の笑顔と声と共に残っていて、障害者であっても、あるいはそうではない人生であったとしても、「この人生に出逢えて良かった」と心から思っています。障害者という言葉は、私にとって好きな言葉ではありませんが、これまでの人生を共に歩んできている言葉の一つとなっています。

精神障がい当事者　青木 裕史(ピアサポーターとしてご活躍中)

家族学習会担当者研修 in 福岡

令和８年１月１７日(土)福岡県すずめのお宿家族会へお邪魔し、家族学習会を見学させていただきました。リーダー１名、コリーダー２名、参加者４名のこじんまりした温かな雰囲気のもと、担当者の素晴らしいチームワーク、参加者への促しや想いを引き出す声かけ、工夫された学習会の内容など、今後の家族学習会を開催するうえで大変参考になりました。また、ウォーミングアップで歌った本田路津子さんの「一人の手」の歌詞がとても心に響きました。諸般の事情で掲載することはできませんが、気になる方はぜひ調べて聞いてみてくださいね！すずめのお宿家族会の皆さん、参加者の皆さん、大変お世話になりました。快く迎えていただきありがとうございました。

SAGA 精連事務局 友田



賛助会員を募集しています

こころの病気を持ちながら頑張っているご本人と家族の応援団になってくださる賛助会員を募集しています。賛助会員にはこの「ＳＡＧＡ精連誌」を送付します。会費は当会の活動に大切に使わせていただきます。皆様のご支援をおまちしています。手続きは下記の口座をご利用ください。ご協力どうぞよろしくお願いいたします。

賛助会費 ◎団体：一口 10,000円　◎個人：一口　3,000円

【郵便振替口座】
口座番号　01730−7−85175
口 座 名　佐賀県精神保健福祉連合会

【銀行】佐賀銀行 唐津支店　普通預金
口座番号　1897535
口座名義　佐賀県精神保健福祉連合会 会長 松田孝

令和７年度 精神保健福祉事業功労者の厚生労働大臣表彰・佐賀県精神保健福祉事業功労者知事感謝状贈呈

令和８年１月２７日に令和７年度精神保健福祉事業功労者表彰式が行われ、当会の森田由佐子理事が厚生労働大臣表彰を、松田孝会長が知事感謝状を授与されました。

「家族会に入って得たもの」

今回ご縁があり、厚生労働大臣表彰を賜りました。が、娘が犠牲になったと思うと、どこか素直に喜べない私もいます。しかし家族会に入った当時、同じ悩みで苦しんでいる家族に出会って「私だけではない」と救われました。そんな家族会を元気にしたいと思い活動を始めてからの３４年間は会員と苦楽を共に歩いてきた、かけがえのない道のりです―。

平成３年９月「鹿陽会」家族会が発足し理事に就任しました。保健師さんから「会長さんは高齢だから一緒に出席して」とよく頼まれ、県の説明会へ夫の送迎で３人で出かけていきました。平成７年は育成会事業補助金の申請や会員増と作業所作りに励むことになりました。４月には保健所を離れ自主活動になり、保健師さんから初めての総会資料や司会進行などの準備を指導して頂いたことは今でも活かしています。

平成８年１月の九州ブロック長崎大会の帰りに、水頭会長が「うちも一致団結して作業所を作ろう！」と呼びかけ、会員の木原さんと浦川さんが率先して動く中、６月に水頭会長宅の空き部屋を改装した作業所「ひまわり」が誕生しました。

ところがみんなが喜んで作業に励むようになったのもつかの間、諸般の事情で使うことができなくなり、場所探しが始まります。一時は宅老所を間借りして作業をしながら県の精神保健福祉大会にバザー出品をし、武雄のみふね会と販売を競い合ったこともありました。みんなで働くと元気が出て、悩みも忘れて笑顔になります。そんな１２月の暮れに保健所近くの家を借りられることになり家族も当事者も皆が喜んで一致団結をし、片付けや引っ越しの手伝いをしました。この時から夫も一緒に作業所で働くことになり娘もあわせて私たち一家は作業所中心の生活になりました。

そんなある日、鹿陽会だよりの発送作業をしていると「お母さん、これって誰のためにやっているの？私のためならやめて構わないよ。私、病気じゃないから―。」娘はまだ病気を認めていないのだと思いました。私が返事に困っていると「お母さんが好きで家族会のためにやっているならいいよ。」と言いました。娘のその言葉に、家族会優先で娘の具合が悪い時も構わずに例会や行事へと出かけたこともあった後ろめたさのようなものがストンと落ちて、気持ちが楽になりました。あの時『悩んでいませんか。家族会に入りませんか』のチラシに誘われて保健所に行った日からたくさんの人に出会い、導かれ、助けられ、今日まで生かされていることに気づき感謝がこみ上げてきました。

娘に、家族会のために頑張ったかご褒美をもらったよ！と言ったら「良かったね！お母さんがんばったもんね！」と喜んでくれ、とても嬉しく思いました。

鹿島・藤津地区家族会 鹿陽会
森田 由佐子

小城市 南里市長との懇談

令和８年２月９日(月)松田会長、野田副会長、松瀬副会長、きよみずの会会員、事務局の５名で南里市長へご挨拶に伺いました。

旧江里口市長への面談資料をもとに医療費助成などの要望内容についての確認や意見交換を行いました。その中で、現在の重度心身障害者医療費助成は償還払い方式ですが、現物支給方式への変更を検討中との朗報を聞くことができました。他の障害者団体をはじめ粘り強く要望活動を続けた結果です。これからも関係機関と協力をしながら要望活動を継続してまいります。

SAGA 精連事務局 友田

相談員研修会

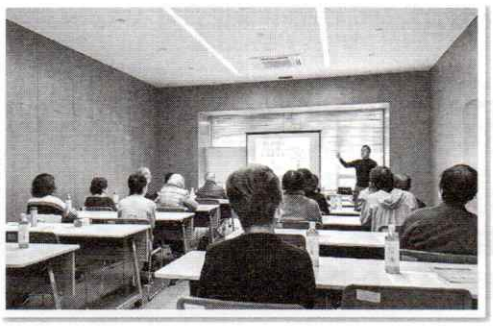
令和８年２月15日(日)福岡県糸島市から やなぎ司法書士事務所 司法書士 柳橋儀博氏をお招きして「成年後見制度と家族信託について『想い』を『カタチ』へ」をテーマに学習しました。

成年後見制度には①法定後見制度と②任意後見制度があります。①は後見人・保佐人・補助人とあり、本人の判断能力が不十分になった後に家庭裁判所が後見人等を選任します。②は本人の判断能力があるうちに前もって誰に後見人になってもらうか、何を代理してもらうかを本人が任意後見人と契約します。成年後見制度は財産管理や福祉サービスの契約などを法律的に支援し本人の権利を守る制度であり、家族のためではありません。※注 ①については使いづらい等の理由で制度改正の動きがあります。

家族信託は、私の大切な財産を信頼できる家族に託して、家族のために管理・処分・運用する制度です。例えば障害のある子ども(長男:受益者)のために、私(親:委託者)の財産を信頼できる兄弟(次男:受託者)に信じて託することです。さらに受益者を保護するために受託者の監視・監督をする信託監督人を置くことができます。また、受益者が主張をすることが難しい場合、受益者に代わって権利を行使する受益者代理人を置くこともできます。エンディングノート等にご本人（受益者）の情報を具体的に残しておくことは大変に役立つそうです。

基本的なことや実例を織り交ぜながら、分かりやすく説明していただきました。それぞれの家庭ごとに状況が違うことや制度も変わっていくので、今回だけでなく何度も学び続けることも必要だと思いました。

SAGA 精連事務局　友田



ポエム
Poem

世界の平和へと

世界の平和を守るために
できること
きっと　一人一人の　心がけから
来ることかもしれない
一人一人が
争いから　避けること
心穏やかに　生きるため
明るく　楽しく
笑顔を絶やさないで
まずは
自分の心の中の　平和を保つことだ

小楠　淳子

雨上がりの虹

もいひといき
もうひといきの　心構えで
一日一日を　精一杯やっていけば
なんとかなる
山あり谷ありの　生活だけど
涙は　優しい人が拭いてくれる
そのあと　作り笑いでもしてみたら
雨上がりの虹は　うそをつかない
青空が悲しい人々を　支えてくれるはず

小楠　淳子

「月刊みんなねっと」を購読しませんか？

精神医療・保健・福祉に関する最新の情報から、家族会の活動や体験談、読者の声など、さまざまな内容を掲載し、毎月お届けしています。また、この「月刊みんなねっと」は、本を通じて全国の家族とのつながりを強め、悩みを分かちあうきっかけにもなります。同じ悩みを持つ家族同士が交流しあいながら、力をつけて元気になっていく機関誌です。本人や家族だけでなく、支援者や関係者の方に読んでいただくと、家族の気持ちをより理解していただけるのではないかと思います。

「月刊みんなねっと」は賛助会費をお振込みいただくと毎月お手元に届きます。個人でお申し込みの場合は個別賛助会員（年間 3,600 円）、２名以上でお取りいただける方は複数賛助会員（年間 3,600 円 × 人数分）、家族会団体賛助会員（会費についてはお問い合わせください）となります。

【お電話または FAX でのご入会】

Tel:03-5941-6345 / Fax:03-5941-6347

※お掛け間違えのないよう、お願いいたします。

【郵便振込先】　**公益社団法人　全国精神保健福祉会連合会**
口座番号　００１３０－０－３３８３１７

メモワール ～回想録～　船乗りのたわごと No.8　松田 孝

ペルシャ湾について(その二)

私の船乗り時代の経験を時々皆さんにお知らせしたいと思います。見ていただければ幸甚です。ちなみに私の職名は機関士（その後機関長）、航海関係の記述は航海士ではないので不正確な部分はお詫びします。

昨年船乗りのたわごと No.6 でペルシャ湾の事を書いた所ですが、２月末に勃発したイランに対するイスラエル・アメリカの攻撃でペルシャ湾岸諸国及びパキスタンなどの国がクローズアップされています。皆さんのなじみの薄い、パキスタンやオマーン、UAE 等の国の名前もよく出て来るようになりました。戦争の仲介を申し出ているパキスタンは意外にもイランの隣国なんですよね！

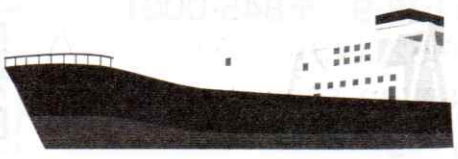
ホルムス海峡がよく取り沙汰されていますが、海峡を取り巻く国々も北岸のイラン、南岸の UAE やオマーンなど数か国が絡んでいます。前回の記述にありましたように１９８４年頃はイラン･イラク戦争真っ只中。ホルムズ海峡やペルシャ湾岸では多数の危険地域が特定され、また日本船社のタンカーがイランによる爆撃を受ける事態も発生していました。

ただ、今回はホルムズ海峡を殆どの船が通過できず、日本関係船は４２隻、１０００人以上の乗組員は殆ど交代も出来ず未だ湾内に留まっています。ただ日本人船員はわずか２３人であり、その内４人が交代したという報道があります。時代の変化を感じるのは、１９８４年当時は全員日本人でしたが現在は殆ど外国人となっています。（タンカーに乗る船員はインド人あるいはヨーロッパ系の船員が多くなっています。）

２０２６年の現在、日本人船員(外国航路に限れば)は２０００人程度で全体の１割にも満たず、７割がフィリピン人船員となっています。混乗船といって日本人は幹部の２～３名、後は１～数ヶ国の船員と一緒に乗船しています。公用語は英語で仕事の指令あるいは日常会話も英語となります。４２隻の内訳も日本籍船はわずかであり便宜置籍船[注1]が多数それに外国からのチャーター船があります。

さて、各船の船員たちの苦労はいかほどでしょう？まず、食料は沿岸諸国からボートでの供給があり、可能でしょう。水も船内に造水装置[注2]があり停泊中でも生活に必要な清水を作ることが出来ます。燃料は停泊での消費はわずかであり、全然大丈夫です。ただ、船員のメンタル面の負担はいつ解放されるか分からない極限下かなりのもののはずです。元々船員は長く船内で暮らす事を想定して養成されており、長く船員をしている人々はかなりメンタルは強いはずであるが、この長期の拘束でもう限界を超えた状態で日々を送っているとすると心が痛みます。イランと米国の停戦協議が取り沙汰されている現在、一刻も早い停戦、船舶のペルシャ湾からの開放が切望されます。

注１)便宜置籍船：船主の所在国とは異なる国に船籍を置き、税制や規制上のメリットを得るために運航される船のことです。
注２)造水装置：海水から清水を作る装置、通常航海中は１日２０－３０トン程度の清水を作ることが出来る。



■令和７年度　県精連賛助会員・賛助費

皆さまのご理解ご協力に心より感謝申し上げます

（敬称略）

1．藤田歯科医院 様	10,000円	23．松永 春満 様	3,000円
2．悠心堂クリニック 様	10,000円	24．吉井 久美子 様	3,000円
3．土井 幸 様	3,000円	25．藤武 久子 様	3,000円
4．織田病院 様	10,000円	26．久石 祥浩 様	3,000円
5．友朋会 様	10,000円	27．大隈 キヨ子 様	3,000円
6．株式会社Climb 様	10,000円	28．原 則子 様	3,000円
7．もろくま心療クリニック 様	10,000円	29．辰野 律子 様	3,000円
8．多布施クリニック 様	10,000円	30．井手 邦子 様	3,000円
9．堀田病院 様	10,000円	31．中島 義則 様	3,000円
10．大島クリニック 様	10,000円	32．山口 義人 様	3,000円
11．たじまメンタルクリニック 様	10,000円	33．江頭 芳子 様	3,000円
12．ユニカレさが 様	10,000円	34．森田 由佐子 様	3,000円
13．鮫島 隆晃 様	5,000円	35．松田 孝 様	3,000円
14．ふじの森ホスピタル 様	10,000円	36．松瀬 さおり 様	3,000円
15．やまと心のクリニック 様	10,000円	37．江本 照子 様	3,000円
16．清友病院 様	10,000円	38．荻野 浩樹 様	3,000円
17．早津江病院 様	10,000円	39．陣内 計江 様	8,000円
18．白石保養院 様	10,000円	40．友田 明子 様	8,000円
19．株式会社 中央軒 様	10,000円	41．野田 理津子 様	18,000円
20．江島 佐知子 様	3,000円	42．さが銀杏の会 様	20,000円
21．吉岡 洋 様	3,000円	43．匿名希望	8,000円
22．堤 義和 様	3,000円		

家族相談しています

場　所	佐賀県精神保健福祉連合会 (SAGA精連)事務所
Tel･Fax	0952-72-4797
開催日時	毎週月曜日　10:00～12:00 (尚、祝日・お盆・年末年始はお休みです)
対 象 者	精神疾患を抱える人の家族

発　行　佐賀県精神保健福祉連合会(SAGA 精連)
事務局　小城市小城町178-9　〒845-0001
TEL・FAX 0952（72）4797
E-mail：kenseiren_saga@yahoo.co.jp
HP：https://sagaseiren.com