

多摩市精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築協議会 令和6年度第2回 要点録

日 時	令和7年2月4日（火） 10:00～11:30	場所	多摩市役所 東庁舎会議室
出席	伊藤、田中、荒井、池田、野路、荒木、立山、五味田、関、平松（名簿順・敬称略） 当事者の方 3名		
事務局	障害福祉課		
記録者	事務局		
項目	1 議題 当事者の方へのヒアリング 令和7年度以降の予定 2 その他 次回日程について		
	詳細		
1 議題 当事者の方へのヒアリング	・金森委員欠席 ・事務局から本日の流れの説明及び資料の説明 【会長】 医療機関等への相談についてはどんな状況か。 【当事者】 2年目まで通院していた。今は往診で精神科に受診している。相談相手としては、訪問看護にきていただいている方で、週1回、10年くらい同じ方に来ていただいている。夜間休日相談するところがないのが課題。今はピアの人に相談、共有している。 【当事者】 私はカウンセリングを月1回うけており、カウンセリングで整理してから主治医に診察してもらっている。このカウンセリングなかなか予約が取れないのが課題で、病院も診療時間内であれば受診できるが、夜間休日が相談できない。ピア仲間が増えてきたので、相談し、話を聞いてもらっている。 【当事者】 訪問看護師に相談している。24時間電話でも対応可能なので助かっている。困っていることとしては病院CWがない状況。どうすれば担当を付けてもらえるのか。退院すると担当CW付かない。入院中は担当CW付けてもらえた。 【会長】 項目ごとに委員から質問をどうぞ。 【委員】 さきほど月1回のカウンセリングという話があったが、どんな専門職が話をきいてくれるのか。		

	【当事者】 心理士が対応してくれる。悩み事や 1 か月の状況、体調、困ったことを話しており、雑談になることもある。 【会長】 病院 CW がいないことについて。詳しく話を聞きたい。 【当事者】 窓口は地域相談窓口に行けばよいのだが、病院 CW については病院に相談したことがない。入院時に担当いただいていた方が産休に入ってしまったため、聞けなかった。外来担当 CW がいると助かる。 【事務局】 次に、周囲の理解を得るための普及啓発についてはどうか。 【当事者】 精神障がい者は見た感じ障がいがあるように見えない。身体障がい者は分かりやすいので理解が得やすいが、我々は、人前が苦手とか団地役員やるのが難しいとかを説明するのが難しい。そのため、障がいがあることをオープンにできておらず悩んでいる。地域で理解を得るため、団地内集会所で障がい者・高齢者の相談会の実施を考えている。リーフレット等の普及啓発は必要だと感じる。リーフレットは直接手渡しは効果的ではないか。また、団体で実施しているリカバリーカレッジについては市も協力いただいております、来ていただいている方の反応も良い。 【当事者】 辛かったのは、子どもが小さかった時に PTA やらないといけなかった。やりすぎて疲れてしまうが、周囲の理解が得られない。何かを辞めるのも理由を言わないといけませんが、理由を言うと周囲から距離を置かれることもある。 【当事者】 退院してからヘルプマークを知り、身に付けるようになった。精神障がいがあることのオープン、クローズについてはいつも悩んでいる。田舎に帰るとクローズせざるを得ない。重い問題だと思う。 【委員】 当事者の葛藤について、町会などで障害のことを言えなかったという話が何とも言えない気持ちになった。居住地に近いところで言えないスティグマがある。身近な生活上で合理的配慮の時代なので、町内会や市会で研修するべきではないか。葛藤に対してどうすれば良いのか考えさせられた。 【当事者】 集会所に話す場を作れると良いと思っている。小さなコミュニティから始められると良い。個人では難しいので、集会所で企画してもらえると良い。 【当事者】 PTA 役員をやらざるを得ないなど同じ悩みを抱えている人がいる。一人で頑張ったのか、相談したのか、相談した場合はストンと落ちたひとこと、救われたひとことがあれ
--	--

	ばを聞きたい。 【当事者】 小学校では PTA 役員やった。その時に大変じゃないことを教えてもらった。中学の時はくじ引きで PTA 役員当たってしまった。周りがざわついたため、友達が代わってくれた。町内会は基本夫に任せている。高齢の方が役員になった時、会費集めなど大変そうにしている。できることをできる範囲でやる等新しいシステムができると良い。 【事務局】 家族支援についてはどうか。 【当事者】 親世代が精神障害を理解することが一番重要。しかし自分の子どもについては認められない親が多いと感じる。病院 CW から紹介され、カンファレンスに出席した。当事者の方は自立したいと言っていたので、自分の経験を話した。親になかなか言えないことを、当事者が経験談を話すことで理解を得ようとした。月 1 回の交流会に親が来たことがある。親にも来てもらって当事者が何を考えているのか聞いていただくのも一つ。 【当事者】 親の認識を変えるのは難しい。自分がいかに体調の波を穏やかにするのかを優先せざるを得ない。茶話会などの場で障害関係なくいろんな人が混ざり合う、障がい者が孤立しないことが大事だと思う。 【当事者】 家族理解について、兄弟は概ね理解している。母は兄弟に説得されて分かろうとするようになった。病気が判明した時、母は「田舎で精神病の子がいると知られてはいけない」と言って怒っていた。頼れる窓口がどういうところがあるか知らなかった。 【委員】 社会福祉協議会として親の会の活動に携わっている。上手くいかないという話を聞くが実際どうか。 【当事者】 同じ立場だと同じ目線になる。障害関係なく混ざり合う場所が一番良い。引きこもりの場合は混ざり合う場所がある。 【事務局】 住まいの確保についてはどうか。 【当事者】 退院する時の住まいが一番の壁。そのため退院後 GH 入りたい人が多い。病院でも支援しているが、あらゆる情報を病院側に持っていくのも良いかと思う。病院 CW は手が空かないので、ピアサポーターが同行するのはどうか。永山に居住支援するしごと・くらしサポートステーションがあるが、地域の不動産屋と連携することも大事だと思う。とはいえ、体よく断られることもある。一人きりにしないことが大切で専門職の定期訪問があると良い。 【当事者】 周囲との相性もある。入院が長いと生活の仕方も忘れてしまうし、気づかな
--	--

	い場合もある。実生活の体験できる場所があると良い。慣らし宿泊など。 【当事者】 現在都営に申し込んでいる。併せて GH 世話人さんと滞在型 GH を探している。希望する住まいが見つければ良いが、空き状況もあるし、体験ができる場合とできない場合がある。 【事務局】 ピアサポートの活用についてはどうか。 【当事者】 市の「福祉のしおり」には当事者の相談員の電話番号書いてなかった。ピアサポーターの住所、電話が書いてあれば広がるのではないかな。退院後とにかく寂しいという人がいた。悩みの共有はできる。リカバリーストーリーを聞く機会があると良い。話す方も聴いた方も元気になる。リカバリーカレッジはまさに混ざり合うことだと思う。専門職などが多いので、地域の方が入ってくれると良い。 【当事者】 いろんなピアがいることが分かってもらえたらと思う。 【当事者】 ピアサポートという言葉は最近知った。 【委員】 ピアサポートに関する支援の仕組みについて、活動費や交通費とかあるとどうか。 【当事者】 東京都では養成研修がある。市区町村でも養成研修やってるところがあるので、多摩市でもやってほしい。多摩市で広がっていくと良い。学んでみたい、やってみたいと思っている方に市や国の助成は力になる。助成があると意識も変わる。 【当事者】 都についてはスタッフとして働いている人向け。電車が乗れないとかあるので、身近な場所でやってほしい。 【当事者】 ピアサポートについて学べる場があると良い。 【事務局】 退院後の医療等の継続支援や地域移行についてはどうか。 【当事者】 一番の不安は住まいがあるが、その他にもお金の問題や、食事の準備、退院した後の居場所。電車の乗り方、公的手続きなど。暮らしをサポートするには体験してもらえない。練習をする場が必要。専門職には話せないけど、当事者には話せることもある。病院、ピアサポーターとの連携もあるのではないかな。ピアサポーターが病院に入るにもハードルがある。相談室には週に 1 回当事者がいることも必要なのではないかな。 【当事者】 不安に対して体験してみる、小さいことでも体験を積み重ねることが地域移行に必要。何かと登録をしないと行けない場合がある。ふらっと行けるような日中の居場所があるとよい。いろんな知恵が集まり、変化が生まれると思う。
--	---

	【当事者】退院前の GH 見学にいったが経験ができて助かった。 【委員】 高齢部門で認知症に関する取組があり、当事者の方にも活躍いただいている。同じように取り組みが進んでいくと良い。 【当事者】 その他、多摩市で空き家活動、シャッター街での活動をやっているが、お金がかかる。登録をしない形での居場所があるとよい。卒業がないが、いつの間にか卒業しているような場所ができると良い。 【当事者】居場所については高齢者や子どもも同様だと思う。 【当事者】法改正後の資料について。当事者から問い合わせをしないと分からないことがある。情報が集まる場が欲しい。例えば新幹線乗車時、手帳提示で割引になるなど。
1 議題 令和7年度以降の予定	【事務局】 今年度事業者等へのアンケート調査と今回のヒアリングを行わせていただいた。当事者の方からも課題等への意見をいただきましたので、取りまとめて令和7年度では優先すべき課題の整理や具体的な施策の検討に着手していきたい。
2 その他 次回日程について	【事務局】 令和7年度も2回の開催を予定している。人事異動の状況も踏まえて連絡させていただく。