

精神に障害がある人の配偶者・パートナーへの支援

前田 直¹⁾，谷口 恵子²⁾，酒井 佳永³⁾，蔭山 正子⁴⁾，横山 恵子⁵⁾
磯崎 華¹⁾，片岡 ちよ¹⁾，加藤 伶奈¹⁾，佐々木 瞳¹⁾，山口 歩純¹⁾

1)杏林大学, 2)東京福祉大学, 3)跡見学園女子大学, 4)大阪大学, 5)埼玉県立大学

はじめに

- 精神疾患は罹患者が419万人を数え、生涯で約5人に1人が経験する国民病である。抗精神病薬の進歩やリハビリテーションの充実、障害者総合支援法の整備などにより、地域で社会生活を営む当事者は増加傾向にある。そして、疾病や障害を抱えていても、結婚し所帯をもったり、子育てをすることが当たり前の時代になった。
- 精神疾患の多くは若年層で発症する。出産、育児、転居など、夫婦にとって新しい生活を作り上げていく時期と重なることも多いため、精神疾患の発症や再発というエピソードは当事者のみならず配偶者にとっても大きな混乱を生じやすい。
- 本地域活動は、精神に障害がある人の配偶者・パートナーを対象として、ピアサポートグループ(集い)の実施および一般社会への啓発を行っている。

3つの集い

- 配偶者・パートナーを対象とした「精神に障害がある人の配偶者・パートナーの集い」、障害当事者を対象とした「結婚・育児について語る当事者の集い」、小学校中学年～高校生を対象とした「精神に障害がある人の子どもたちの集い」を隔月で開催した。また、集いには小さな子どもを連れてくる参加者がいるため、保育ボランティアを用意した。配偶者・パートナー、子ども、当事者といった、家族を構成する人たちが一度に集まり、「家族まるごと」支援が受けられる場となっている。
- 支援に対するニーズは高く、2019年度は、配偶者・パートナー延べ111名、当事者延べ18名、子ども延べ26名の参加があった(3月28日に今年度最後の集いを開催予定)。

啓発活動



茨木病院「家族の集い」における講演の様子

- 全国各地で実施された学会、講演会等で、配偶者・パートナーへの支援や「家族まるごと支援」に関する啓発活動を行った。
- 2019年度に参加した活動は以下の通りである。
 - ・リカバリー全国フォーラム(9/22・池袋)
 - ・当事者の子育てを支えるための家族丸ごと支援
 - ・茨木病院「家族の集い」(10/5・大阪)
 - ・子ども虐待防止学会(12/22・神戸)
 - ・忘れられた介護者からみた精神障がいと子ども虐待
 - ・リカバリーフォーラム地方版分科会 in 沖縄(2/15)
 - ・家族まるごと支援と家族のリカバリー
 - ・リカバリーフォーラム地方版分科会 in 広島(3/15)
 - ・家族まるごと支援と家族のリカバリー

第21回 精神に障害がある人の配偶者・パートナーの集い **参加費 300円**

統合失調症、うつ病、双極性障害などの精神疾患は、誰でもかかる可能性があるありふれた病気です。仕事ができず、家事ができず、育児に参加できず、一緒に出かけることもできない。そんな当事者を受け続ける配偶者やパートナーの苦労や困難は想像を絶します。集いでは、配偶者やパートナーの抱える困難を一緒に考えていきたいと思います。一人で悩まず、気軽に参加ください。

日時 2020年3月28日(土) 13:30～16:00 (開場13:00) **定員** 30名

場所 東京都障害者福祉会館 集會室A1
JR田町駅 徒歩5分
地下鉄三田駅 A8出口徒歩1分

申込 お名前(ニックネーム)と所属(ある方)を明記の上、件名を「配偶者の集い参加申し込み」として、メールで申し込みください。メールアドレス: tokyo_partner@yahoo.co.jp

※ 小さなお子様をお連れの方のために、保育ボランティアをご用意させていただきます。お子様をお連れの方は、確認事項がございますので事前にご連絡ください。

※ 保育ボランティアなどの運営は、杏林大学地域活動助成金の給付を受けて実施しています。(代表者:杏林大学保健学部長 藤田 前田)

主催:精神に障害がある人の配偶者・パートナーの支援を考える会
[URL] <https://seishinpartner.amebaownd.com/>
共催:公益社団法人全国精神保健福祉協会(みんなのこころ)

結婚・育児について語る当事者の集い **参加費 300円**

結婚し、親になることは人生を豊かにします。しかし、結婚や育児について、精神疾患を患う当事者同士で悩みや工夫を共有したり、情報交換をする場合は、ほとんどありません。今回、配偶者の会と同時開催することで、配偶者やお子さんと一緒に来て、それぞれのグループで分かち合い、また、家族と一緒に家に帰ることが可能になりました。家族みんなが完全になることを願っています。もちろん、おひとりでの参加も歓迎します。

日時 2020年3月28日(土) 13:30～16:00 (開場13:00) **定員** 10名

場所 東京都障害者福祉会館 集會室A1
JR田町駅 徒歩5分
地下鉄三田駅 A8出口徒歩1分

対象 精神疾患を患う方で、結婚・育児をしている方と結婚や育児に興味をもっている方

申込 お名前(ニックネーム)と所属(ある方)を明記の上、件名を「当事者会参加申し込み」として、メールで申し込みください。メールアドレス: tokyo_partner@yahoo.co.jp

※ 小さなお子様をお連れの方のために、保育ボランティアをご用意させていただきます。お子様をお連れの方は、確認事項がございますので事前にご連絡ください。

主催:精神に障害がある人の配偶者・パートナーの支援を考える会
[URL] <https://seishinpartner.amebaownd.com/>
共催:公益社団法人全国精神保健福祉協会(みんなのこころ)

精神に障害がある人の配偶者・パートナーの子どもたちの集い **同時開催 参加費無料**

精神疾患の親を持つ子どもたちの生活の実態は、これまでほとんど知られていませんでした。子どもたちは、親(病気の当事者や健常なもう一人の親)にも、友人にも、誰にも話せない気持ちを抱えていることが多くあります。今回、精神疾患の親に育てられた経験を持つ「成人した子ども」の立場の方々に力を貸していただき、小学校高学年～高校生の子どもたちと交流を促す機会を創出します。子どもたちが抱える気持ちに共感しつつ、将来への希望も伝えたい。子どもたちへの願いや家庭の悩みなどを、当事者・パートナーの皆様、お子様と一緒にぜひ参加をご検討ください。

日時 2020年3月28日(土) 13:30～16:00 (開場13:00) **定員** 若干名

場所 東京都障害者福祉会館 集會室A1
JR田町駅 徒歩5分
地下鉄三田駅 A8出口徒歩1分

対象 精神疾患の親を持つ、小学校高学年、中学生、高校生くらいの子供も、配偶者の立場の方と同伴していただくが原則ですが、難しい場合はご相談ください(支援者との同伴等も受け入れを検討します)。

申込 件名を「子どもの集い参加申し込み」として、メールで申し込みください。メールアドレス: tokyo_partner@yahoo.co.jp 問い合わせも上記メールアドレスでお受けしています。

主催:精神に障害がある人の配偶者・パートナーの支援を考える会
こどもあ(精神疾患のある親に育てられた子どもの立場の人と支援者で運営しているホームページ)
[URL] <https://kodomooff.amebaownd.com/>
共催:公益社団法人全国精神保健福祉協会(みんなのこころ)

参加者の声

【配偶者・パートナーの立場から】

- 初の参加でしたが大変参考になりました。夫は統合失調症ですが、同じ病気の方、住まいが近い方、境遇が似た方など自分と重なるところも多くあり、考えさせられることばかりでした。子どももおりますし、子どもと病気のつきあい方をどうしていくか、またディスカッションできるとうれしいです。
- いつもありがとうございます。私たちと同じように話す場所、話す相手がない中、悩まれている方々がたくさんいることと思います。そのような方たちに少しでもこの会のことを知ってもらえたらと思います。また、このような会が今後もたくさんできる社会になれば嬉しいです。
- 声を出して話すことで心の中が少しすっきりしました。共有ができたことで少し気持ちがあたたかくなりました。
- けんかしちゃいけない病気と聞いて今さら納得(うちもケンカの翌日よく寝込んでいた)。そうだったのか！会でしか聞けないキーワード。Drも行政も、いわゆる支援者は教えてくれません。自分のことも大事にし、一緒に生きていくことが目標という話にも心がけようと思いました。
- 再発していない落ち着いた状態の中で参加して良いのだろうかと思っていましたが、不安な気持ちを出してあげることができて良かったです。皆さんいろんな思いを抱えるなかで生活されていて、そのなかでも笑顔で話をされていたので、きっと辛いことだけではないんだろうなと感じることができました。参加させていただきありがとうございました。

【当事者の立場から】

- 以前参加した当事者会は、全員が当事者で、内気な方は発言できず、気の強い方同士で白熱し、自分の意見が言えなかったり、独身の方が既婚者を妬んで意地悪もしてきた。この会は冷静で優しい健常者のスタッフがいらっしやることで、全員の為になる意見を聞いて、参加後スッキリした気持ちになった。
- 自分がいかに頑張り過ぎて力が入っていた事に気付かされた。今日のご意見を今後生かしていきたい。

【子どもの立場から】

- 今までに親と同じ双極性障害という人の子どもという人にもあまりあったことが無かったのでとても話しやすくて良かったです。また家族会の子どもたちの集いに来る機会があったら参加したいです。