



精神保健福祉家族会

シュロの会 たより

発行：令和3年7月11日

発行責任者：シュロの会

No. 145

2021みんなねっと東京大会を10/7、8に開催

～ シュロの会はオンライン事務局と配信業務を担当します ～

昨年開催中止となった全国精神保健福祉家族会連合会in東京を本年、オンラインと合わせて開催することとなりました。当会が所属する東京つくし会は、みんなねっとと共に主催者です。シュロの会会長植松（東京つくし会副会長）は、本大会の実行委員長を務め、当会も、オンライン事務局および配信業務を担当いたしますこととなりました。

絶好の機会ですので、ぜひ、ご参加くださいますようお願い申し上げます。

主催

東京都精神保健福祉家族会連合会（東京つくし会）
公益社団法人 全国精神保健福祉会連合会（みんなねっと）

後援（予定含む）

内閣府・厚生労働省、東京都、全国保健所長会、（公社）日本精神神経科病院協会、日本精神神経科診療所協会、（公社）日本精神保健福祉連盟、（公社）日本精神保健福祉士協会、（社福）日本身体障害者団体連合会、（公社）全国手をつなぐ育成会連合会、他

開催テーマ「誰もが安心して住み続けられる社会をめざして」

日付	場所	区分	プログラム		
10/7 (木) オンラインあり	調布市文化会館 調布市小島町2-33-1	全体会	基調講演 白石弘巳氏（なでしこメンタルクリニック院長） 「当事者・家族が生きいきと地域で暮らしていくために～医療・福祉の連携～」 特別講演 齋藤正彦氏（松沢病院名誉院長） 「首都東京の精神医療を考える ～都立松沢病院の取組～」		
10/8 (金) オンラインなし	北区赤羽会館 北区赤羽南1-13-1	分科会		会場 1	会場 2
			午前	分科会1 地域づくり	分科会2 就労支援
			午後	分科会3 子どもの暴力	分科会4 子離れ、親亡き後

<https://minnanet2021.peatix.com>

▼ 詳細 ▼



▼ 予告動画 ▼



▼ オープニング ▼



参加料	①家族・一般	3,000円
	②当事者	1,000円
	③オンライン（一律）	1,000円
運営事務局	tsukushikai@chorus.ocn.ne.jp	
オンライン事務局	minnanet2021@shuronokai.org	

「第1回学習会」レポート



【精神障害者の生活訓練と生活介護とは】

《日時》 令和3年6月13日（日）13:30～16:00

《場所》 くにたち福祉会館 第3会議室

《講師》 NPO法人多摩在宅支援センター 円

リハビリセンター 転 所長 森田真希 様

当日は、コロナ禍の中ではありますが、12名の皆さまの参加をいただきました。

講師の森田先生により、リハビリセンター 転 の事業や、多機能型事業所の内容のお話がありました。生活訓練や生活介護についての質問や意見もあり、有意義な学習会でした。



理念『私たちは、その人らしい豊かで多様な生活を応援します』

～大事にしていること～

- ・メンバーの強みを活かせる関わり
- ・来てよかったと思える場の提供
- ・自己表現出来る場、自己肯定感を高められる場に
- ・登録時から訓練終了後を見据える（生活訓練）
- ・今出来ていることの機能を維持していく
- ・生きがい、やりがいを見つけられる場に

～どのような方が利用されているのか～

- ・他の制度やサービスにはのれず居場所が必要
- ・有期限のサービスではステップアップの時間が不足
- ・日常生活面で少しサポート（入浴、清掃など）が必要

◎ 障害が重くても様々な可能性から、その人らしい生活を探し、通所、訪問支援をしていきます。利用者の生活支援に家族の協力が大切です。明確な基準はありません。お試して【生活訓練】【生活介護】のどちらかを使ってみてください。

【生活訓練】

平成24年1月開所
利用期限 原則2年
定員14名
開所時間 10:00～15:00
※16:00まで開放。

【生活介護】

令和3年4月開所
※障害者支援区分が必要
①3以上の方（50歳未満）
②2以上の方（50歳以上）
利用期限 定めなし
定員6名
開所時間 10:00～16:00

- ・平日 9:00～18:00
（土日祝除く）
- ・昼食提供します
- ・送迎バスあります。

住所：〒190-0022
立川市錦町3-5-23-602
Tel: 042-548-3561

リハビリセンター 転 見学報告 (7/5 14:00～)

明るくきれいで清潔感ある施設でした。コロナ禍なのに普段と変わらず開所されていることに感動しました。所長さんの丁寧な説明が分かりやすく、また利用者さんの思いを大切にされている姿勢がとても素敵でした。利用者さんたちのお弁当箱作り、間違い探しの脳トレ、事務作業を見学させていただきました。黙々と取り組まれている様子が印象的でした。所長さん、職員、利用者の皆さま、やさしいひと時をありがとうございました。(丸山理事レポート)



オンライン発信・交流推進のため、ご案内するメールアドレスをご登録ください

コロナ禍、会活動が制約されておりますが、ここで、オンラインでの活動を強化し、積極的に進めてまいります。メールでの相談受付、Zoom等での講演や交流会の実施、SNSの積極活用を行いたいと考えております。関係者の皆様には、**まず、メールアドレスを登録をお願いします**（登録無料）。

**会員の皆さまの
メールアドレス
登録をお願いします**

右のQRコードから登録ください。
<http://eepurl.com/hwa5cr>
どなた（非会員の方）でも結構です。



FacebookとYouTubeに当会の専用サイトを開設しました。YouTubeの最初のコンテンツとして、精神の病気で困りの家族をお持ちの方へのメッセージ動画（約2分半、ナレーションは川嶋のり子さん）をアップしました。

YouTubeを開設！



QRコードで川嶋のりさんのナレーション付き動画が閲覧できます。



シュロの会紹介動画（ナレーション付き）

Facebookを開設！

Facebook経由での皆様との連携、情報共有を進めていきたいと思ひます。活用をお願いいたします。



家族会 シュロの会

今後の活動予定

〇シュロの会「家族学習・交流会」の開催について

8月恒例のシュロの会講演会は、新型コロナウイルス感染症の終息が見えないことから、本年度も開催しないことといたしました。その分、身近な話題を取り上げた会員による学習会と交流会を開催いたします。是非ご参加ください。メールアドレスを登録された方へはオンライン参加の案内を送ります。

《日時》 8月8日 午後1時30分から4時

《場所》 くにたち福祉会館 中会議室

《主催》 シュロの会

《内容》 心身障害者医療費助成制度の現状とセルフメディケーション

※録音・録画不可です



〇 シュロの会 ミニ交流会（3回目） 家族相談日

《日時》 9月19日 午後1時30分から4時

《場所》 くにたち福祉会館

《主催》 シュロの会

自由広場 ～ セルフメディケーション 1 ～

皆さんは、新型コロナウイルスのワクチンを接種したでしょうか。2回目の接種では3割以上の方が発熱や筋肉痛、頭痛などの副反応があったとのこと。私も4月に2回目のワクチン接種後に38.3℃の発熱とインフルエンザのような体中の節々の痛みが接種の翌々日まで続きました。一般に、発熱は細菌やウイルス等の感染等に対する生体防御機能の一つとして引き起こされる症状ですので、ワクチンの接種後に発熱するのも理解できます。

このような辛い発熱や体中の痛みがあった場合はどうすればよいでしょうか？

一般に、このような症状では総合感冒薬を選ぶと思います。総合感冒薬には解熱鎮痛成分や消炎成分、鎮静成分、眠くなる成分、鼻水鼻づまりを抑える成分など総合的に配合されていますので、自分の症状にない成分まで服用することになります。

今回はワクチン接種で原因がわかっていましたので、私の症状で一番辛い頭痛と関節痛を抑える成分を主にした一般薬を選びました。

東京都では、心身障害者医療費助成制度（マル障）の対象者である精神障害者保健福祉手帳1級の方が平成31年1月1日から対象となりましたが、2級の方にまでにはなっていません。そのため当事者の方は、病気にならないよう普段から自分自身の健康の維持に心がけなければなりません。風邪やお腹の不調、発熱などになった時には、ご家族の方も上手に一般市販薬を使って症状の緩和を行ってください。現在服用している薬と同じような成分が入っている場合もあるので、購入の際には必ず薬剤師や医薬品登録販売者にご相談ください。

（医薬品登録販売者より）



【編集後記】 昨年は、7月に熊本県を中心に九州や中部地方などで豪雨がありましたが、今年も7月に入り関東の沿岸を大雨が襲いました。7月3日静岡県熱海市で起きた土石流で多くの方が巻き込まれお亡くなりになりました。2019年10月に上陸した台風19号では多摩地方でも多摩川沿いの自治体では避難勧告や避難指示が出て、不安な夜を過ごしたことを思い出しました。災害はいつ起こるか分かりません。当事者の方はとても不安になると思います。

家族みんなでしっかりと支えていきましょう。