



## 滝山病院の暴力・虐待事件について

～こんなことがあっていいのでしょうか～

精神保健福祉家族会 シュロの会会長 植松和光

2月15日NHKのニュースで東京八王子市にある滝山病院で看護師による患者への暴行事件があったと報道がありました。既に暴力を行った看護師が逮捕されました。ベッドに横たわり療養をしている患者の頭を殴ったり、言葉による暴力や、夜になると騒いだり動き出すので当たり前のようにベッドに拘束をするなど、考えられないことが起こってしまいました。私はショックでたまりませんでした。そして、さらに驚いたのが滝山病院で死亡して退院する人がなんと毎年70%にも上るという恐ろしい実態でした。他の精神科病院では3%程度のような感じです。こんな暴行が日常的に行われていることに空恐ろしさを感じます。

私は、またかと憤りと悔しさでどうしようもない気持ちになりました。また、どうしてこんなことが繰り返されるのか。滝山病院の看護職員は精神障がい者を病気で入院していると思っていないのでしょうか。人間性が問われる対応です。日本の精神保健医療は100年前と少しも変わっていないなとつくづく思い知らされました。私たちの息子や娘、兄弟や姉妹等家族もこんなことをされるのかもしれないと思うと、絶対に日本の精神科医療を変えなければいけないと強く思います。

今回の事件で思ったことは、1950年の精神衛生法制定以来70年間、営々と精神科単科の病院が続いているのかということです。諸外国と比較しても日本だけです。そして、現在は、精神保健福祉法により維持、継続されています。

しかし、ここ数年各地で同様の事件が相次いで起きています。そこには、医療現場を支える職員数に大きな問題があります。精神科病院は職員の配置人数に問題があります、医療法で医師は一般病床16人の患者に対し1人、精神科48人に対して1人、看護職は一般病床3人に対し1人、精神科4人に対し1人という患者さんに対応する職員の少なさに原因の一つがあります。

さて、私は今回の事件を通じ思うことは、どうしたらこのような事件がなくなるかということです。

やはり、民間主体の精神科単科病院をなくすことだと。そして、一般診療科目と同じように精神科も総合病院の1科目として診療することだと思いました。そうすることにより、他の内科的病気の治療も受けやすくなります。当然のことながら、職員の配置人数も解消されます。そして何よりも公立病院を増やすことです。

当面、私たちがやらなければならないことは、早急に滝山病院に入院している患者さんの退院、転院を一日も早く進めること。精神疾患患者の身体合併を扱う総合病院を拡大すること。そして、他の精神科病院の実態調査を徹底して行うことを求めていくことです。

皆さん、今回の事件は精神障がい者を差別し、人権を無視した行為であり断じて許されるものではありません。家族が声を上げ精神医療を変えましょう。



千鳥ヶ淵の満開の桜

# 第3回家族学習会報告

日時	令和5年2月12日(日) 10:30-12:00
内容	元気な体を維持するための食事
講師	国立市まちづくり戦略室 健康まちづくり戦略推進担当 管理栄養士 村井幸氏
場所	サロン会場(サンライズ21ビル203)



超高齢化社会で元気に過ごすために、大人こそ正しい知識で食べることが必要です。

健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。楽しく自立して過ごす時間を長くするために介護状態を出来る限り短くしたいものです。健康寿命を決定する要因には、フレイル(虚弱)を予防する次の3つがあります。

- ①栄養 食べることは生きること
- ②運動 動かないと自然に筋力低下
- ③社会参加 活躍できる場所があり、人と関わる場があること

○フレイル予防のためには、1日3食をしっかりと食べる。そして、1食の中で「主食・主菜・副菜をそろえて食べましょう」

主食→ごはん、パン、麺類を毎食1品  
主菜→肉、魚、卵、大豆製品のおかずを毎食1品  
副菜→野菜、きのこ類、いも類のおかずを毎食1品

その他に、牛乳、乳製品、果物も毎日欠かさずに食べましょう。

## ○食事が作れない時の工夫

### コンビニで選ぶとき

おにぎり、サンドイッチ、スパゲッティ、カレーライス、牛丼、カップめんを選んだら主菜から揚げ、サラダチキン、ゆで卵をつけて、副菜にサラダや汁物をつける。



## 外食するとき

ラーメンは野菜たっぷりのものに。肉や卵、魚介などが入っていれば、1品でもバランスがとれます。牛丼にはセットにサラダをつける。単品より定食やセットメニューがおすすめです。

## ○塩の取り過ぎで起きること

- 高血圧 原因には、肥満、塩の取り過ぎ、加齢、遺伝的要因、ストレス、寝不足があります。
- 胃がんのリスク上昇 日本人を対象とした研究で、いくら、塩辛、練うになど塩分濃度の高い食品を食べる人の胃がんリスクが高いです。

調味料のしょうゆ(濃い口、薄口)はソース、マヨネーズ、ケチャップの2~3倍の塩分量があります。加工品、外食、レトルト食品はどうしても塩分過多になりやすいです。

※過度な減塩で食欲低下しないために、まずは1gの減塩を目指しましょう。そのためには、だしを効かせる。めん類のスープを残す。スパイスでメリハリ。しょうゆはかけずにつける。味噌汁は具たくさん。食膳に調味料を置かない。

【その他】市販の飲物の砂糖の量は、コカ・コーラ(500ml)に砂糖は57g。スポーツドリンク(500ml)に27g。カロリーゼロでも少し糖分は入ってます。人工甘味料は体質にあわないと下痢をすることがあります。成分表示を見る癖をつけましょう。

葉の影響で水分を多く飲まれる方は、少しずつ減らすようにしましょう。1本飲む人は0本に減らすアドバイス、3本飲む人は2本に減らすアドバイスするとよいでしょう。

## <本の紹介>

「こころに効く精神栄養学」功刀浩(国立精神・神経医療研究センター) 女子栄養大学出版部



# 円グループ・シュロの会サロン、交流会・学習会



2022年6月から始めた「円グループ・シュロの会サロン」は回数を重ねるごとに午前中のおしゃべりサロンも会員家族だけではなく国立市役所の紹介などで当事者や新しい家族の参加もあり、日頃話せないおしゃべりができてとても居心地がいいようです。また、午後の相談は円グループと多摩在宅支援センター円の専門職の方が相談の対応を下さり、家族と違った観点からアドバイスをしてくれるので家族も心を開いて相談できています。

2年目を迎えるサロンを下記の日程で実施する予定です。

住 所	東京都国立市東1-17-20サンライズ21ビル203	
実 施 日 (日 曜 日)	4/9, 5/14, 6/11, 7/2, 8/27, 9/10, 10/8, 11/12, 1/14, 2/11, 3/10	
時 間	10:00~12:00	家族・当事者の交流と居場所 (予約不要です)
	13:30~15:30	ご家族相談 ▽事前予約が必要です▽ 相談員：家族及び円グループの看護師・精神保健福祉士
問 合 せ 約 ご 予 約	メール	info@shuronokai.org
	電話	080-1211-6898：植松(うえまつ) 090-7195-8994：側嶋(そばしま)
利 用 料	参加費100円(コーヒー・紅茶を用意しています)	
実 施 機 関	(株)円グループ・精神保健福祉家族会 シュロの会	
相 談 員	家族及び円グループの看護師・精神保健福祉士	

JR中央線「国立駅」南口より旭通り徒歩5分 店内のエレベーターをご利用下さい。  
2階です。(正面右側から入り、左側にエレベーターがあります)



2023年度シュロの会 総会	
日 時	令和5年4月23日(日) 13:30~16:00
場 所	くにたち福祉会館 会議室
予 約	不要(会員対象)

ミニ交流会	
日 時	令和5年5月28日(日) 13:30~16:00
場 所	くにたち福祉会館
予 約	不要(会員対象)

## 講演会の案内

タイトル	「みんなでやろう家族SST」
日 時	令和5年4月1日(土) 午後1時半~4時
会 場	二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ5階 視聴覚室
講 師	高森 信子氏
主 催	サンクラブ多摩 ☎042-371-3380
申 込	不要

タイトル	「幻聴妄想をどう受け止める」
日 時	令和5年4月8日(土) 午後1時半~4時
会 場	新宿区立障害者福祉センター
講 師	山澤 涼子氏 (精神科医・大泉病院社会医療部長)
主 催	新宿フレンズ ☎080-8082-0308

# 社会福祉士試験に合格しました

# 支援いただき自立へ一歩一歩

今回の第35回社会福祉士国家試験を受験し、合格させて頂きました。私は、現在介護の仕事をしています。2年制の通信での学校ですが、仕事をしながら、30日間の実習をこなしながらでした。

社会福祉士を取得しようと考えたのは、更なる社会福祉に対する知見と社会貢献活動の可能性を広げるためにチャレンジしました。

社会福祉士の勉強を通して、高齢者福祉、障害者福祉、生活保護制度、権利擁護、成年後見制度、相談援助など広範囲の学習内容でしたが、知らないことも多く、自分のこれからの活動にも活かせると感じています。

今後、通信でしたが年齢も幅広い同級生とも今後会うこともあり、就労支援施設、社会福祉協議会など、現在働いている方もいて情報交換もできると思っています。皆さんの助言を頂ければ幸いです。(H)

長男が発症したのは、高校1年16歳の時でした。相談先もなく、保健所か教育相談所位。そこで親の育て方が悪い、交通事故にあったとでも思って下さいと言われ、当時、透析を受けている夫と二人で、どうしてこうなったのか、急に出てきた息子の症状に驚き、不安を抱えているときに、この言葉はとてもショックでした。色々たくさんの本を読み、あちらこちらと相談先を歩き回りました。

その息子も30年たった今は、グループホームから出て、一人で部屋を借り、通院はもちろん訪問介護、ヘルパーさんなど色々な支援を受けながらも生活できるようになりました。クリニック、相談先、関係機関が増えたこと、又、気軽に利用できるようになった事は、本人はもちろん家族にとっても大変うれしく良かったと思います。

まだまだ課題もありますが、息子が少しでも穏やかに健康で過ごすことが出来ればと願っています。(O)



会員の皆様からのコメントをお待ちしております。コメントは、家族会・ミニ交流会時やホームページのお問合せメールでお受けいたします。300文字以内でお願いします。(編集部)

## 家族そろって野球好き！



家族そろって野球好きです。息子は調子を崩し学校に通えなかった時期も、私は息子への過度の心配で寝込んでいた時も、TVの野球中継だけは何時間でも見ていられたくらいです。大谷選手が話題のWBCも、全力応援中です。息子は準々決勝イタリア戦を東京ドームで観戦しました。(一生の思い出でしょう。)また一人暮らし中の息子との連絡も野球の話題が中心で、夫と息子はよくLINEでTVライブに合わせてやり取りしています。

野球に助けられ、野球でつながっている我が家です。(N)



シュロの会  
ホームページ

**【編集後記】** 5月には新型コロナが5類へ移行しますね。施設勤務なので、不安が尽きません。先日、実家に住む姉から「母を連れてそちらに遊びに行こうかな」と連絡がきました。東京へ？飛行機で？20年近く上京していないのに？突然で驚いてしまいました。「どうして！？」と聞くと、「母が元気なうちに旅行させてあげたいから」という姉の思いやりでした。心配が先行しすぎて、姉に「親孝行だね」とか「いつもありがとう」などとは一言も言えず。。。高森先生の本を読み返そう！心配は尽きませんが、今は(もし一緒に行くなら〜)と想像している時間が楽しいです。(S)