

“念願の”精神障がい者への交通運賃割引がJR 6社と大手私鉄16社全てで導入！

精神保健福祉家族会シュロの会会長 植松和光

「JR旅客6社及び東京メトロや東武鉄道、小田急電鉄や京阪電気鉄道など大手私鉄9社は4月11日、精神障害者と介護者の運賃を一定の条件で半額に割引する制度を2025年4月1日から開始すると発表しました。既に導入済みの大手私鉄6社と2024年6月導入予定の京成電鉄と合わせ、JRグループ6社と大手私鉄16社の全てで精神障がい者割引が実施されることになりました。

精神障がい者家族会運動の成果！

粘り強い活動で実現しました！！

みんなねっと（全国精神保健福祉会連合会）は、今から10年前の2014年6月の定期総会で「JRなど交通運賃割引全国運動プロジェクトチーム」を作り行動を開始。全国アンケート調査、全国請願書名と紹介議員の獲得、地方議会での意見書採択、街頭行動や他団体への協力要請や国会行動・集会などがつなげてきた取り組みを展開してきました。

2019年の第198回国会において、精神障がい者の交通運賃割引に関する請願書が採択されたのです。国土交通省は地方管区の運輸局に交通事業者に精神障がい者の交通運賃割引実施の協力要請を行いました。各地方においても精神障がい者家族会が鉄道事業者へ要請行動を展開し、西日本鉄道は2017年4月、近畿日本鉄道は2023年4月、同年10月より京王電鉄、京浜急行電鉄、南海電気鉄道が割引を開始。2024年3月に名古屋鉄道も実施しました。また、2018年10月と2019年1月には航空会社（日航・全日空グループ）も運賃割引を実施しました。

この間、各地の家族会の奮闘で精神障がい者もバス運賃や地方鉄道運賃の割引対象にするなど着実に成果を挙げてきました。こうした全国的な状況を踏まえ、未実施であったJR6社と大手私鉄が2024年4月11日に精神障がい者を運賃割引の対象にするると発表しました。これにより、JRグループ6社と大手私鉄16社で精神障がい者割引制度が導入されることになり、中小の私鉄でも複数の事業者が今後、新たに精神障害者の割引制度を導入することが明らかとなっています。障がい者間差別的な代表格ともいわれた交通運賃割引がようやく実現です。しかし、内容にはこれからすべての障がい者団体とスクラムを組み解消していかなければならない問題があります。

【割引対象】

○普通乗車券：第1種障害者が単独または介護者と乗車する場合、第2種障害者が単独で乗車する場合
○定期乗車券：第1種障害者または12才未満の第2種障害者が介護者とともに乗車する場合
○普通回数乗車券：第1種障害者が介護者とともに乗車する場合
○急行券（特別特急券除く）：第1種障害者が介護者とともに普通急行列車に乗車する場合
※障害者が普通乗車券によって単独で乗車する場合は、片道が100キロメートルをこえる区間に限られています。
※新幹線の場合はチケットの構成が「乗車券+特急券」になっていますので、乗車券は割引が適用されますが特急券は割引の対象になりません。

なお、今後、各自治体で精神障害者保健福祉手帳に旅客鉄道株式会社旅客運賃減額欄を設け、第1種または第2種の別が表記される予定です。

8月学習講演会ご案内「統合失調症の養生の仕方～脳と心の違いについて～」

日時・場所	8月18日（日）14時00分～16時00分 くにたち福祉会館 4階ホール
講師	糸川昌成氏（精神科医 東京都医学総合研究所副所長）
詳細につきましては、7月号シュロの会だよりに掲載いたします	

2024年度「精神保健福祉家族会シュロの会」総会報告

2024年度(第28回)「精神保健福祉家族会シュロの会」総会が4月14日13時から13時45分に福祉会館中会議室で行われました。

2023年度報告及び、決算、監査報告は承認されました。2024年度活動計画及び予算案は承認されました。2024年度活動計画・役員は下記の通りです。



【活動計画】	会場	内容	備考
4月14日(日)	くにたち福祉会館	第28回総会・家族SST講演会	
5月12日(日)	くにたち福祉会館	ミニ交流会1回目 家族相談日 広報紙発行日	役員会
6月16日(日)	くにたち福祉会館	家族学習会	
6月23日(日)	調布市文化会館 たづくり????	東京つくし会2024年度評議員会・講演会 ???	??
7月21日(日)	くにたち福祉会館	ミニ交流会2回目 家族相談日 広報紙発行日	役員会
8月18日(日)	くにたち福祉会館 大ホール	市民精神保健講演会	
9月15日(日)	くにたち福祉会館	ミニ交流会3回目 家族相談日 広報紙発行日	役員会
10月13日(日)	くにたち福祉会館 小会議室	家族交流会	
11月17日(日)	くにたち福祉会館	ミニ交流会4回目 家族相談日 広報紙発行日	役員会
12月 8日(日)	場所未定	忘年会	予定
1月12日(日)	くにたち福祉会館	ミニ交流会5回目 家族相談日 広報紙発行日	役員会
2月 9日(日)	くにたち福祉会館 小会議室	家族学習会	予定
3月 9日(日)	くにたち福祉会館	ミニ交流会6回目 家族相談日 広報紙発行日	役員会
月1回	国立駅前くにたちこくぶんじ市民プラザ	サロン及び家族相談日・日時は広報紙にて通知	予定

【役員】	氏名	担当
会 長	植松 和光	東京つくし会副会長
副 会 長	側嶋 康博	会PR担当推進責任者
副 会 長	丸山 歌子	広報担当
理 事	前田 恭子	広報担当
理 事	家富 弓子	会計担当
理 事	上野 宥江	事務局
理 事	坂井 梓	広報担当
理 事	北川 直子	広報担当
会 計 監 事	信田 喜代	



I LOVE YOU
のサイン
教えて頂き
ました!!

高森信子先生講演会が“シュロの会”主催で行われました。
恥ずかしながら不勉強で高森先生のことを、このときまで存じ上げていませんでした。
プロフィールを拝見し、ちょっと近寄り難い方かなと想像していたのです。
ところが開口一番、御年91歳とのこと！？そしてお話が始まるとご近所の気さくなおばちゃま
という感じ。

しかし、紡ぎ出される言葉にはこれまでの経験に裏打ちされた確かなものがありました。
精神疾患を抱える当事者にとって日常的に支える家族の対応が症状に大きく影響する。頭では分
かかっていても四六時中当事者と向き合っていると、具体的にどうすべきなのかを改めて考えること
なく過ぎてしまっているのではないのでしょうか。

そこで先生からの提案が示されました。

まず、話を聴く。今を認める。褒める。などです。

これらは決して難しいことではなく、少し意識すれば誰にでもできることに思えました。

とはいえ、いざ実践するとなると簡単ではないかもしれません。が、こころの隅に置いておくこと
で少しずつ変われるような気がしました。

平易な言葉でジョークを交えながらお話下さり、あっという間の2時間でした。 (S)

高森先生のお名前は随分前から知っていましたが、先生の専門と娘の疾患は違うだろうと、参加し
たことはありませんでした。年齢不詳の周囲を元気にさせるパワーと経験に基づいたお話、頭の回
転の良さと飽きさせない話術に驚きました。「話を聞く」はしてきたつもりでしたが、「共感」は
足りなかったし、不要な「助言」をしていたなあと反省しきりです。疾患は違えど、共通する基本
の大切なことを教えて頂きました。

配布された冊子を見て、また、驚きです。『楽楽農園』十数年前でしょうか、この場所を何かで知
り、行って話を聞いてみようかと思っているうちに情報が行方不明、すっかり忘れていました。今
となっては当事者は行方不明から不在のままですから行けません。高森先生の「相手の気持をわ
かるための大切なポイント①～⑤」と冊子の森川先生のただそこにいること、その人の選択を一緒
に歩む」肝に命じて生きたいと思います。(K)

高森先生の講演をお聞きして、改めて当事者の娘にどう向き合うか、学ばせて頂きました。「子供
の話をよく聞く」「自分が変わる」「気持ちを分かってあげる」「つべこべ指示しない」などな
ど、親として当然分かっているなければならないことを、日頃つい軽んじていた気がします。また、
近くの音のことを問題にし過ぎたり、他人の言動に深く傷ついたり、怒ったりすることがよくあっ
て、そんな時は「ああ、またかあ～」と、娘の我がままと思いがちでした。でも、先生の「精神科
の患者さんは、生まれつき五感が敏感過ぎて、むき出しの心が不安でひりひりの状態」だというお
話をお聞きして目が覚めるような気がしました。今は一人で暮らし、家事や金銭管理などをこなし
ながら通院をして疲れ果て、週二日我が家に泊まりに来る娘に「頑張ってるね」と誉めて、話を聞
いてあげられる親になりたいな、と思っています。

家族SSTを日々の中でしっかり実践していきたいと思います。(T)

円・シュロの会サロン交流・相談会のご案内5月立川・6月国立 ※会場が異なります※

■5月26日のサロンは、立川市高松の株式会社円グループ本部の会場をお借りして行います。(会場までの地図は、前号161号をご覧ください。)また、前号シュロの会日よりでは、今後も会場が円本部になりますとお知らせしましたが、役員会で検討を重ねた結果、会場を国立市内にすることにしました。度々の変更で申し訳ありませんが、よろしく願いいたします。■6月30日のサロンは、「国立駅前くにたち・こくぶんじ市民プラザ」を利用して行います。会場をお間違えないように、くれぐれもご注意ください

5月 円・シュロの会サロン 立川市内にて開催	
日時	5月26日(日) 10:00-12:00 交流 13:30-15:30 家族相談
場所 立川市	株式会社円グループ本部 1階交流室 住所：立川市高松町1-17-20 粕谷ビル (熊野神社となり) ・多摩モノレール高松駅から徒歩8分 ①多摩モノレール「高松駅」に着いたら出口4へ向かうららぽーと立川立飛・私立立川女子高等学校・高松町方面へ②「高松駅北信号」を右へ(立飛企業株式会社発祥之地碑を見ながら右へ曲がる「熊野神社前信号」までまっすぐ進むと右側に 株式会社円グループが見えてきます ・JR立川駅北口から徒歩17分
内容	午後の家族相談は予約が必要です 担当：植松 ☎080-1211-6898

6月 円・シュロの会サロン 国立市内にて開催	
日時	6月30日(日) 10:00-12:00 交流 13:30-15:30 家族相談
場所 国立市	国立駅前くにたち・こくぶんじ市民プラザ JR中央線国立駅東側高架下 国立市市民サービスコーナー併設の会議室 改札口を出た後、新宿方面へと高架沿いをお進みください。北側および南側出入口利用可
内容	午後の家族相談は予約が必要です 担当：植松 ☎080-1211-6898



6月学習会・7月ミニ交流会のご案内

6月【シュロの会学習会】	
日時	6月16日(日) 13:30~16:00
場所	くにたち福祉会館 3階講座室
内容	ビデオ視聴「精神障がい者当事者と家族の相互理解学習プログラム なぜ親に当たるの?」ご参加をお待ちしています。

7月【シュロの会ミニ交流会】	
日時	7月21日(日) 13:30~16:00
場所	くにたち福祉会館 3階中会議室
内容	ミニ交流会は精神疾患でお困りの方を囲んでみんなで話し合い悩みや困りごとを共有する場です。ご参加をお待ちしています。

7月事業所見学会のご案内

【事業所見学会】NPO法人多摩草むらの会 (多摩市鶴牧1-4-10アネックス鶴牧101)	
事業所見学	NPO法人多摩草むらの会
内容	多摩センターより、草むらの会の車で移動します。農産物の生産、販売を行っている夢畑の見学からはじまり、昼食はココリア多摩センターにある「畑deきっちゃん」で食事、その後、社会福祉法人の会議室に移り、代表者との談話会を予定しています。
集合日時	7月19日(金) 8時50分
集合場所	立川北モノレール改札口
参加人数	8名
ご予約・問合せ	担当：上野 ☎090-9824-6464

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しています。300文字以内でお願いします。(編集部)