

# 精神障害のある人を地域で支えるしくみ

## — Aさんを通して考える —

特定非営利活動法人江戸川区相談支援連絡協議会  
理事長 吉澤 浩一

### 1. Aさんの「ホンネ」

「施設は自由がないから嫌なんだよ。なんとかならないかなあ。」

50歳代、統合失調症の診断のあるAさんは、精神障害者保健福祉手帳1級の「重い」判定を受けています。Aさんは長らくアパートで独り暮らしをしていましたが、ある時、小火を起こし、大事には至らなかったものの、暮らし慣れたアパートを離れざるを得ない状況となりました。医師等からは「地域生活を続けるのは難しい」と言われ、Aさんも「仕方がない」とグループホームという支援付き住居を探し始めました。しかしそもそも空室は限られ、空きがあっても受入れを考えるグループホームは数か月間見つかりませんでした。

そんな中、Aさんから「ホンネ」が伝えられました。

小火の理由は「部屋の角に女性が立つようになったから」。追い出そうと火を向けたところ引火してしまったということでした。Aさんはこれが「幻視」だと理解していました。「きっと理解されない」「入院するかもしれない」と思い、Aさんは症状を周囲に伏せ、自分なりに対処方法を模索していたのでした。

### 2. 生活のしづらさ

#### 1) 相談のしづらさ

Aさんは、本当は症状についてもっと早く相談できたのかもしれませんが。しかし一方的な思い込みもあって、相談せずにはいました。

では、この一方的な思い込みは何故生じたのでしょうか。理由の一つに、社会が人の多様なあり方を十分に受け入れられないことがあると考えます。幻視のことを話しても理解されない、奇異な目で見られるといった思考には、誰もが陥ると思います。信頼できる人に対しても、安心して症状について話をしてみようと思えるようになるには、エネルギーや時間が必要なのです。

またAさんは自分の希望を初めから言えませんでした。そこには支援する側とされる側との間に生じた関係性が影響していた可能性があります。「普段からお世話になっている」ため「ホンネ」を言いづらいと口にされる方は多くいます。「相手は専門家だから」という見方をしていれば、さらに言いづらさは増します。Aさんにとってもグループホームの提案は「お世話になっている専門家」の意見に他ならなかったのです。

#### 2) 住まいの確保しづらさ

グループホームが見つからない中、私はAさんと物件探しをし始めましたが、一筋縄ではいきませんでした。

Aさんにはいくらかの財産はあるものの、収入はありませんでした。「何故収入が無いのか」と不動産会社から訊かれ「障害があるため」と答えればそれだけでほとんどが断られました。Aさんの支援では、居住支援法人という、住宅の確保が難しい方への支援等を提供している団体に相談しましたが、収入の無い理由を「糖尿病や足の不自由さ」として「障害」という言葉を伏せる方針としました。

Aさんは、数か月かかりようやく物件にたどり着きました。しかし当然ながら、新しい環境のため周りに知人はいません。精神障害があると周囲に話す必要は全くなく、知られることも無いのですが、いつ自分が「精神障害者」と知られるだろうかという不安が膨らんでいきました。

#### 3) 日常生活のしづらさ

私たちは日常的に、あまり難しさを感じることなく水道や電気、電話等を使い、またスーパーやコンビニ、理髪店、金融機関、交通機関等を利用していますが、Aさんはインフラを維持すること、誰もが当たり前利用する生活資源を利用することにも支援が必要でした。洗濯や掃除は少し

できましたが疲れやすく、食事のバランスを考えると、お金や薬の管理も苦手でした。

Aさんにとって、これらを支援する体制が整えられないことは「生活できない」に等しいです。転居前は、毎日ヘルパーが家事を支援し、日常生活自立支援事業の支援員が公共料金の支払も含めやりくりを支援していました。精神科医が隔週で訪問診療し、週に3回訪問看護師が薬や健康状態の管理を行いました。地域活動支援センターが毎日の居場所であり、理髪店の予約やヘルパーが応じきれない臨時の通院に応じる等、隙間の支援をすることもありました。そしてこの支援体制全体の調整等を私が相談支援専門員の立場で行いました。

Aさんは転居と同時に転居前と同様の支援体制を必要としましたが、転居先では居場所を見出せず、ヘルパー支援探しに苦慮しました。なんとか本来の支援対象地域を超えて支援をしてくれるヘルパー事業所に行きつきましたが、その事業所が応じられなくなった場合は他に手がありません。居場所も転居後に考えることとし、課題が残されたまま新生活を始めました。

### 3. 精神障害のある人を地域で支えるしくみ

私はソーシャルワークに携わり25年近く経ちますが、この間、掲題の「精神障害のある人を地域で支えるしくみ」は制度的にも大きく前進し、支援を提供する事業所も人も増えたことを実感しています。Aさんは「重い」判定を受けていますが、多くの社会的な支援を活用し、一人の地域住民として今日も暮らしています。

ただし、しくみが十分に整ったとは言いきれません。現にAさんは多くの「生活のしづらさ」を抱えています。それぞれの支援は根拠となる制度等が異なり、具体的に相互の連携を促すしくみと、実際にしくみを活かすため意識や知識の醸成が必要です。また全体を見れば「地域差」の解消も必要です。無理解や偏見等は、払拭されなければいつまでも周囲に「ホンネ」が発信しづらく、居住の課題に象徴されるような「後ろめたさ」や「恐怖感」に似た感覚を理不尽に持ち続けなければならない状況も変わりません。本稿では詳しく扱いませんが社会的な理由で入院している方も未だ多くいます。

しかし、これからさらに明るい方向へ変わっていく兆しが見えてきたのではないかと感じています。

「地域共生社会」が我が国の福祉の理念として、また「精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築」が精神保健医療福祉の政策理念として掲げられる中で、誰もが安心して地域で暮らし続けるためのしくみの一つとして「地域生活支援拠点等」の整備が強調され、「基幹相談支援センター」と連動して地域の体制づくりが進められることになりました。この地域の体制づくりは、障害当事者等と行政、民間事業所等が互いに十分にコミュニケーションを取らなければ進められません。協働のしくみが各地で拡がり、埋もれていた社会課題も顕在化していくはずで

す。また精神障害が誰にとっても「我が事」になるにはまだ遠い道のりかもしれませんが、少しずつ身近になってきていることは間違いなく感じています。障害当事者が自らの経験等を支援に活かす「ピアサポート」は制度的に活動根拠を拡げ、正しい知識と理解に基づき身近な人に寄り添う「こころのサポーター」も小学生からお年寄りまでを対象に拡がりつつあります。新学習指導要領に於いては小中高とメンタルヘルス及び精神障害について触れることになりました。さらに、制度的な働きかけではありませんが、経済的低迷、各地で続く災害、新型コロナウイルス感染症の流行等はメンタルヘルスが重要であるとの認識を強く促す出来事でもありました。メディアでの扱いも増え、扱われ方も配慮されるようにもなりました。

今後さらに少子高齢化やグローバル化等が進み、社会の価値観は益々多様化していくと考えられます。精神障害のある人を地域で支えるしくみも、時代の変化に合わせ考え続けなければなりません。しかし必要な根底は変わりません。幸せの語源は「なしあわせ」と言われるそうですが、誰もが互いに理解し合い、互いのことを考え行動し合う、そんな社会がつくられていくことを期待したいですし、自分自身も試行錯誤しながら寄与していきたいと思います。

※事例は個人が特定されないよう加工しています。

# 自然の中で生まれる“つながり”への期待

## ～誰もが支えあい共に生きる社会をめざすはちまるサポートの取り組み～

八王子市社会福祉協議会 支えあい推進課  
課長補佐 西田 佳子

八王子市が設置し、八王子市社会福祉協議会が受託運営する八王子市まるごとサポートセンター（以下、はちまるサポート）では、地域の様々な困りごとの相談に対応しております。近年、地域生活課題の複雑化・複合化が顕著となり既存の福祉サービスだけでは解決できない例が増えております。現在市内13か所に整備されている各はちまるサポートには、毎日様々な相談が届きます。ひきこもりについてご家族からの相談や、ごみをため込む状態で暮らす方について近隣住民からの相談、8050問題の世帯に関する民生委員からの相談など、課題も年齢層も本当に多岐にわたる内容が日々寄せられております。

複雑かつ多様化する相談に対し、はちまるサポートの相談員であるコミュニティーソーシャルワーカー（以下CSW）は、相談内容によって機関や地域資源を見極めて適切な支援先につなげたり、支援が必要な方との関係構築に努め長い時間をかけ伴走しながら社会参加につなげたり、寄り添いながら根気強く支援を行っております。CSWは、課題を抱える本人が自ら問題解決ができるように、地域資源と本人をつなぐコーディネート役を担っております。その際、福祉の専門職や事業所等と連携するだけでなく、地域の民生委員やボランティアのお力を借りたり、サロンや子ども食堂など地域活動を活用したりしながら、その方にあった解決方法を探します。地域資源とのつながりを活かした支援を行っていることは、地域とのつながりを強みとする社会福祉協議会ならではの特徴といえると思います。

不登校やひきこもり、精神障害など様々な状況により生きづらさを抱えた方々は、コミュニケーション等の問題から地域との交流が希薄であったり、社会と関りがもてない状態でいたり、孤立した状態にいることが多くみられます。せっかくは

ちまるサポートに相談がつながったとしても、そのような方々が社会参加できる場が地域には少なく、既存の地域資源につなげることが難しいことが多いことにCSWは悩んでいました。そこで社会参加への第1歩目となる心地よい居場所になればとの思いから、農作業をしながらゆるやかに過ごすことができる「はちまるファーム」の活動をはじめました。

八王子の豊かな自然を活かした活動を始めるまでにはCSWが農家の方との関係づくりや農作業の勉強を行うなど、様々な苦労がありました。そのような苦労を経て、今では毎週木曜日に定着した活動となり、安心して過ごしていただける居場所として少しずつ参加者も増えてきました。土に触れる農作業だけでなく、看板を作ったり、収穫した野菜を調理したり、自分にあった作業のときだけ参加ができたり、体調をみながら行けるときだけ参加するなど、希望にあわせて参加することが特徴です。

普段あまり外出する機会がない不登校の子を持つ家族からは「不登校ということにフォーカスされない地域の方々との交流はとてもありがたかった」という声が聞かれました。また、社会との関りが希薄な30代男性からは、「家に1人でいると色々なことを考えて不安になってしまうけど、畑作業の間は時間を忘れて没頭している感じで楽しかった」との声を聞くことができ、様々な機能や効果を実感できうれしく思っております。

今後も、生きづらさを抱えた方々に、はちまるサポートのCSWが根気よく伴走し、一人一人の状況にあわせた支援をしていきたいと思っております。自然の中で様々な“つながり”が生まれ、誰もが支えあい共に生きる社会の実現につながっていくことを期待します。