



中里北部地区社協だより

	総 数 (平成11年9月末現在)		年 齢 別 総 数		男 女 別	
地区概要	人 口	15,480名	15歳未満	2,249名	男 1,186名・	女 1,063名
	男	8,093名	15~64歳	12,049名	男 6,346名・	女 5,703名
	女	7,387名	65~74歳	764名	男 401名・	女 363名
	(世帯数	5,725)	75歳以上	418名	男 160名・	女 258名

❀ 第四回 福祉まつり を ❀

平成12年4月29日 (緑の日)

午前10時~午後3時の間

鴨志田第一小学校体育館・校庭

及び

鴨志田コミュニティハウス

で行ないます



皆様
お誘い
合わせてのご来場
をお待ちしており
ます。

※ プログラムは、後日、皆様のと
ころにお配りしますので、よろし
くお願い致します。



当事者からのメッセージ

つぶやき会 会長 中村 孝



皆さん今日は、私は稲城市に住んで居る「中村」と申します。今日お話しするにあたりまして、私なりに悩みましたが、ぜひ「精神障害者」について正しく理解をして頂きたいと思い、勇気を持って参りました。

そもそも私が病気になったのは大学を卒業してから10年後の32歳の時でした。

症状としては、私の事を誰かが話しているという幻聴、理由も無いのに誰かが私の後ばかり付いて来るという追跡妄想、私は人の倍も仕事ができるという誇大妄想、私は多くの女性から好かれているという恋愛妄想、私が一生懸命に仕事をしているのになぜ邪魔をするという被害妄想等がでてしまいました。

当時私はコンピュータのソフトウェアの開発をしていました。具体的には、システムエンジニアや、プログラマーをしていたのです。当時はバブル経済の頃で残業は毎日の様にあり、よく終電で帰ったり徹夜したり、日曜も出勤しました。また出張もあり、新入社員の教育やユーザーさんの教育もやり、とにかく毎日が仕事仕事の連続で心の休まる時もなく心身とも疲れしました。給料は高かったのですが、そんな生活を10年間続けたら心の病気になってしまいました。

それで、会社の同僚から少し様子がおかしいと云う事になり会社の上司と一緒に多摩市にある桜ヶ丘記念病院に行き医師と面接をし、精神分裂病と診断されそのまま措置入院といって、半ば強制的に閉鎖病棟に入院させられました。病棟内での生活は私はまだ初期だったせいか他の入院患者に迷惑を掛ける事も無く保護室には入らないで、観察室に1週間位いたら、8人位の大部屋に移されました。そこでは、週に2回の入浴や、定期的に部屋の清掃も遣らされ、病院内の売店での買物や理容室に行くことができ、レクリエーションとして卓球やソフトボールもよくやり、喫茶店にコーヒーを飲みに行きました。とにかく入院中の生活はとても充実していました。私はそれから3回入退院を繰り返しました。1回目は、昭和60年の8～9月の2ヶ月間で、薬は朝昼夕の3回飲み幻想や妄想も完全に消えて退院しました。そして、会社に戻り仕事をしましたが、1ヶ月位したら薬が強かったせいか身体が太り80kg位になりぐったりして死にそうになったのです。これは、薬が強かったためでした。そして、2回目の入院を昭和60年の10～12月の3ヶ月間しました。この時は任意の入院という事で薬も色々変えて貰いました。その時は眠れなくなったので睡眠薬を飲みましたが症状も安定したので、退院し会社に行き仕事をしました。しかし1ヶ月位したら再び眠れなくなりました。仕事は続けましたが以前の様に仕事ができず集中力や同僚との人間関係、信頼関係等が無くなりました。それでも会社へは11ヶ月位行きました。やはり眠れないという事は辛くて、一時は自殺まで考え電車に飛び込もうと思ったのですができず未遂に終わりました。そして、主治医と相談して、3回目の入院を昭和61年11月～昭和62年4月迄の約半年間しました。そして眠れる様になったのですが、今度は薬が強かったせいか、ろれつが回らなくなりました。例えば退院してから通院するのに最寄り駅である京王線の聖蹟桜ヶ丘とはっきり言う事が出来ず、自動切符売場でしか切符を買う事が出来ませんでした。食事私も外食でしたので近くの食堂では、はっきりとメニューを言う事が出来なかったのです。スーパーやコンビニの弁当で済ますというありさまで、人と会話する事が出来なくなり日常生活に支障をきたすあり

さまでした。また朝起きるのも辛くて一日中眠くてしょうがなかったです。

そういう訳で10年位働いた会社からも辞めてくれと言われて、しょうがなく退職金を貰って辞めました。こうして、3回入退院を繰り返し、昭和62年4月からは月1度の外来通院で、入院はしませんでした。それから、日野保健所のディケアに半年通い、その間は失業保険を貰い生活してきました。その後睡眠薬は自分で調節して、強い薬は飲まない様にしました。

だんだんと身体の調子が良くなり、言葉もはっきりと言える様になったので当時の稲城保健相談所の保健婦さんと相談し調布にある授産施設を紹介して頂き印刷会社に就職しました。給料は安いのですが、一日出勤すれば給料の他に1000円、3年間貰える会社でした。その頃から睡眠薬は、あまり飲まなくても眠れる様になり身体も良くなり、体重も59kg位に戻りました。体調も良くなったので印刷会社を辞めて、今度は病気の事を隠して時給800円の清掃会社で働きました。しかし、病気を隠して働くという事は周りの健康な人との協調性や人間関係等でストレスが溜り、1年位しか働けませんでした。それから、病院のケースワーカーの方と相談して、3級の障害厚生年金が貰える様になりました。しかし、1ヶ月に約5万円しか貰えず、まして3級の場合は毎年主治医に年金診断書を書いて貰わなければならない、その手数料もばかになりません。

障害年金だけでは生活できないので、今までの貯金で何とか生活していますが、貯金が無くなった場合は生活保護でも受け様と思っています。

今この10数年を振り返って、病気と仲良く一生付き合いながら日常生活も健康な人並に社会復帰したいと思います。

病気になり薬を飲む様になると、何事も億劫になり実行しない様になりました。掃除、洗濯はもちろん、料理その為の買物や入浴も散歩等全ての事をするよりも寝ていた方が良いという考えになってしまいました。本当に困った事でした。しかし、精神障害者は、医師の診断をきちんと受けて薬を飲んでいればまず再発する事はありません。怖い人間ではありません。まして法律に触れる様な事をするのは、健康な人より少ないのです。自分に適した仕事ならば働ける自信があるのに、精神障害者に対する偏見、差別で働けないことが多いのです。多くの精神障害者もそう思っているはずです。

私は精神障害者の3級なのですが、3級の方は銀行や郵便局の福祉定期預金を利用できません。また、生活保護を受けるにしても、1級・2級の方は加算されますが、3級の方は加算されません。最近の例として、地域振興券も3級の方は貰えませんでした。今日この会場に来て下さった皆さん、私達精神障害者の事をもっと理解して頂いて、偏見や差別の目で見ないで下さる事を心からお願い致します。また、病気になった事を隠し続けるというハンディを持たなくても良い社会にして下さい。

今日まで支えてくれた両親や地域の皆さんに感謝している事をこの機会にぜひ伝えたいと思います。ご静聴ありがとうございました。

このお話は、2月15日に、鴨志田コミュニティハウスで区社協と保健所との共催にて、開催した「精神保健ボランティア講座」での、お話を、中村様のご了解を得て掲載したものです。

神奈川県精神保健ボランティア連絡協議会会長 前田絢子様
からも、ボランティア活動等について貴重なお話をして頂きました。



♥ 献品のお願い ♥

今年も、恒例の福祉まつりの季節になりました。中里北部地区の皆様には、どうか広い心を持って、一戸一品の献品をお願い申し上げます。

皆様の暖かい心で拠出された献品の品々で、盛大に「バザー」を行い、その収益金によりまして、当中里北部地区社会福祉協議会の運営をして行かなくてはなりません。他の収入は、市、区社協等よりの助成金だけです。今までの3回の福祉まつりによる収益金のお陰で当社協の運営も、序々に充実して参りました。今年も、ご支援、ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

献品して戴きたい物は

日用品・雑貨・その他
ご家庭で眠って居る
物品（ただし、生鮮品
・期限切れ品・古着等
はご遠慮願います）



平成12年3月25日
までに

「献品して下さる物品を
出して下さい」

〔収集場所等は、
各自治会・町内会の
役員に聞いて下さい〕



♥ ふれあい

中里北部

4月4日(火)に、お花見をします
皆さんお誘い合わせて来て下さい。

詳しくは回覧をご覧のうえ、申し
込みして下さい。

お待ちしております。



♥ 記事等募集

社協、地域、行事、俳句、川柳、
その他何でも結構です。社協だより
の記事を募集します。

(たちはな台1-1-43 大橋 米福 まで)

編集後記

♣ ボランティア活動は、易しいの
か、難しいのか？最後まで遣り通す
人の少ないこと。どうしてだろうか
なと思っていました。

♣ 自己本位の人。やってあげると
いう気持ちの強い人。打算的な人。
そして、肉親の面倒も見れない人。

♣ 肉親の世話が出来ないのに、他
人の介護等はできないだろうな。

♣ 経験者からのお話を聞き考えさ
せられました。どうしたらよいかと

〔編集・金子 純・大橋米福(文責)(962-4625)〕