

RPJ News

2020年 7月号

特定非営利活動法人(NPO法人)

精神保健福祉交流促進協会 Refresh Project

〒130-0001 東京都墨田区吾妻橋2-17-7-801

毎月1回発行 E-mail ref-pj@mx5.ttcn.ne.jp

発行責任者：志井田美幸/ 長野敏宏/ 仁木守

連絡先 090-1811-7119

ホームページ <http://www2.ttcn.ne.jp/ref-pj/>

内 容

* 今考えること

協会理事 太田 喜久子

* コロナ禍と精神科医療

エスポアール出雲クリニック 刑部 周平

* 新型コロナウイルス禍の MHALA への寄付

協会理事 白石 弘巳

* 今考えること

協会理事 太田 喜久子

協会・仁木さんからの原稿依頼のメールに何とか協力したいと考えていた時、仙台の半田先生から暑中見舞いをいただきました。協会発足当時の理事であった半田先生は谷中先生の活動を支えてこられた方です。すでに理事を退かれています。海外研修がまだ駆け出しであった当時の旅の仲間です。協会の活動を通して知り合えた方々とのつながりで今の私がある。それで依頼に答えて、コロナ禍のなか外来診療で体験したことを書きました。また最近往診に出るようになり、いろいろな理由から一人大きな屋敷に住む精神障がい者の生活の中で、仏壇がどのように置かれているのかに関心を向けるようになりました。ご先祖と在来仏教は日本の「いえ」を支えてきましたがその家の主がなくなると仏壇は無用の長物となるようです。日本人の心を支えてきた仏壇とお墓が無くなるのだろうか、新しい時代の在り方を模索しているのだろうか、と考えています。

あなたのそばへ(日蓮宗新聞投稿記事から)

コロナ感染症はパンデミック(世界大流行)となり、人々の日常生活を大きく変えたが、いまだ収束の兆しが見えず、医療崩壊は深刻で、経済社会への影響は底知れず倒産へと広がっている。今後、コロナ感染2波、3波に備えた準備が問われる中で命への脅かしが続いている。

今や身体への健康被害にとどまらず心理・社会的分野へ被害が広がり続けている。生活領域では、消毒・手洗い・換気・マスク着用・休校をして4か月が過ぎ、メンタルヘルスの危機への警告が出始めている。当院では新患来院者の減少と、電話投薬が多くなり、集団活動が核であるデイケアは例年に比して参加者25%減である。全国的にはデイケア閉鎖のところも出て、地域の精神障がい者を支援する最前線の社会資源デイケアは危機状況に直面しており政府へ診療減収に伴う支援の要望書を出している。アルコール依存症、薬物療法、ギャンブル依存症、摂食障害などは当事者集団活動が治療の中核であるが、例会中止で再発者が増えている報告があり、女性と子供への暴力(DV)増加の警告情報が出ている。精神科外来ではコロナへの不安から、突然の気分の落ち込みを感じるコロナ鬱が現れているが、感染への不安、外出自粛などによるストレスからきた反応性うつ状態であり治療が必要となる。

40歳後半の女性で、長男が東京の修学旅行から帰ると母親が身体不調となり長男から感染したと言いきり、長年勤務した会社を休んでいた。産業医から精神科受診勧められ来院、コロナ感染を妄想的に確信し布団から出なくなり、家事炊事が出来なくなっていた。夫は妻のうつ病診断が腑に落ちないようで

あったが、通院指示し服薬 1 か月後、うつ気分は安定し意欲向上し日常生活を取り戻し、職場復帰を希望している。頑張り屋で長年会社勤続の主婦が、コロナ非常事態下で家庭が多忙になる中、長男の東京修学旅行でコロナ感染への不安から反応性うつ状態の陥り、精神科治療により速やかにコロナ鬱から改善した一例である。

思いがけず始まったテレワークで不眠や鬱の症状が出ている。テレワークではコミュニケーションが対面と異なり上司・部下関係が縦からフラットになるため、問題を抱え込みストレス状態になり易い。さらにコロナ禍から派生した子供や乳幼児、高齢者の受診者も増えている。女性のメンタルヘルスの問題が多く観察される一方で、男性は会社休みが増え、残業が減り身体を整える絶好の機会になっている思いがけない効果が精神科外来コロナ鬱の印象である。これからの日常生活は、メンタルの健康を保つ新しい生活への模索が始まっている。

日蓮宗宗務院から「命を護ることは、心を護り強く生きる力を得ること」と新型コロナウイルスに関する声明文が出され、自粛の中で未来への希望の燈をともすのは信仰心で、お題目によるエネルギーであると書かれている。法華経第 16 如來壽量品は自我偈と呼ばれ、日本中で毎日唱えられている。自我得仏来で始まり速成就仏身で終るのだが大きな声でよどみなく唱えられる最初と最後の 5 字に喜びを感じるの、自我偈のこころを生かしてお題目を唱えれば自らも必ず仏を見ることができ仏となることができるという希望の道を見るからである。どのような社会であれば健康で幸せな生活ができるのであろうかとの問いにコロナ禍で全国一律に出た特別給付金が国家としてベーシックインカム(最低限所得保障)の取り組みに発展すれば経済的側面の保障・安心が生まれる。自我偈とベーシックインカムを両手にコロナ元年に希望の燈をともせるのではと思う。(日蓮宗ビハラーネットワークの会)

* コロナ禍と精神科医療

エスポアール出雲クリニック 刑部 周平

7 月の豪雨により被災された全ての方々にお見舞いを申しあげます。

さて、この RPJNews にはしばしば寄稿させていただいているが、そういった機会は自己の振り返りや今の社会の在りよう等を立ち止まって考えることができる貴重な時間であるように思う。そうした時間に何となく思い浮かんだ事を雑感風に述べてみたい。

コロナ禍にある現在は、5 歳の息子でさえ「新型コロナウイルス」という言葉をはっきりと口にする。(保育園で教わっているのだろうが)私が 2 歳の娘に頬をスリスリしようとする「新型コロナウイルスになるけん、ダメだよ」と注意する。まだおぼつかない会話に「新型コロナウイルス」という言葉は全く似合わないが、それが今の社会を反映しているようだ。

新型コロナウイルスの感染拡大が本格化して以降「コロナ差別」が後を絶たない。出雲のような片田舎も例外ではなく、感染者の名前・家族・住まいを特定して果てはその人の素性まであることないこと流布するといった差別的行為が生まれたことは残念でならない。感染症に対する防疫を建前に差別が正当化されてはならないが、コロナがもたらした経験は身近で感染症と差別についてつくづく考えさせられる機会となった。

コロナのように危険な存在として差別されてきたのは精神障がい者も同じである。そうした院長の思いが当院のコロナ対策となったが、その思いを前提とした意味を私は後で感じるようになる。島根県で 1 例目が確認された頃から各所でのコロナ対策は瞬く間に加熱し、マスクや消毒液の品切れ、コンビニの会計や市役所の種々な窓口も当然のようにビニルシートが張られた。こうした動きは当然の範囲かもしれないが、当院窓口では、ビニルシートで患者さんとスタッフを分かちつことはなかった。こうした判断はもちろん賛否両論ある。しかし、院長の精神障がい者への理解と感染状況を見極めた上で容易な手段を選ばなかったこと

は、この間、精神症状を大きく崩す人はいなかったことに関係していると思うようになった。

コロナ襲来により、私たちの日常は大きく変わってしまった。当たり前になっていた仕事も遊びも、特別な家族行事も殆どできなくなって、ストレスを抱えている人は多い。ソーシャルディスタンスを保つために相手がスッと離れていき、あちこちで体温を計測され、少しの咳や鼻汁でもコロナではないかと念を押され、フェイスシールドやビニルシート越しにする会話は、健康な自分であってもまるで感染者かのように思うこともある。精神障がい者のように差別や偏見を受けた人たちなら、ことさら敏感で病状が不安定になるのではないだろうか。

話を戻すが、当院は基本の感染症対策を行いながら今も窓口にはビニルシートを張り出していない。そうした妥協なき工夫が、精神科医療として、患者さんを疾患だけで診ずに、“ひと”として診ているということになり、病状を大きく崩す人たちが現れなかったのだと思う。また、“支援する会ふあつと”の理念を持った地域の訪問看護ステーションや相談支援事業なども当院と同じようにギリギリのところで精神障がい者の人の日常を守ろうと努力を続けている。

コロナがもたらしたギスギスした空気が日本中に蔓延している。それは、差別、偏見、自粛警察など人同士の関係性である。

大きな危機を迎えた今、“ひと”とは何か？と問うてみたくなる。

* 新型コロナウイルス禍の MHALA への寄付

協会理事 白石 弘巳

新型コロナウイルスの感染は一向に収束する気配を見せず、日本国内でも第二波が到来したようです。このウィルスの感染者数が世界で最も多いアメリカ合衆国からも日夜厳しい状況が報道されています。そんな中、5月29日に Village ISA を運営する Mental Health America of Los Angeles (MHALA) の経営最高責任者である Christina Miller 博士の名前で Can you help us take on LA's mental health crisis? と題するメールが届きました。そのメールには、MHALA のプログラムの一つである障害学生 (Transition-Age Youth) の支援状況の紹介の後、以下のような寄付の依頼が書かれていました。

I hope that MHALA can count on your support as we face the biggest health crisis in modern history. Now, more than ever, our students and members need the comfort of constancy and the assurance that the future holds the promise of hope, opportunities, and health. (私たちが現代史上最大の健康危機に直面している今、MHALA はあなたからのサポートを期待します。現在、これまで以上に、私たちの学生とメンバーは、かわらぬ支援さと、今後も希望、チャンス、健康の約束が守られるという保証を必要としています。)

このメールを協会事務局長の仁木さんに転送したところ、長野理事長の御賛同もいただき、早速6月1日の理事、監事宛てのメールで協会としての寄付についてご理解とご承認をお願いしていただきました。そのメールの一部を引用させていただきます。「実は東日本大震災の時、デービッドさんを通して MHA から日本に多額のご支援を頂きました。日本でも各地で困窮している組織は多々あること理解しているつもりですが、我々協会の成り立ちや今後の展開を考えるうえで MHA は大変重要な相手です。そこで少しでも MHA に協力できればと考え、判断させていただきました。(高額の支援ができれば更に良いのですが、協会の財政上決めさせていただきました。)」

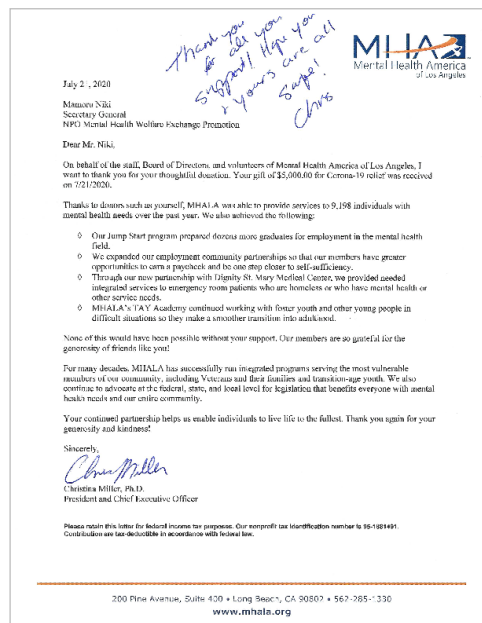
ご存知の方も多いと存じますが、東日本大震災直後、当時 MHALA におられた David Pilon さんは被災地の状況を心配され、寄付を申し出てくださいました。Pilon 氏は、2011年9月にデイケア学会で特別講演に招聘されたことをきっかけに来日され、アメリカで集められた寄付

とご自身の講演報酬等を併せ、5000ドルをMHALAからの寄付としてご提供くださったのです。その寄付は、被災後大きな打撃を受けていた福島県の家族会が事務局となり、県内各地の精神保健関係者を集めて行う「ばんだいのつどい」の運営費用に当てさせていただきました。寄付金は、福島県家族会つばさ会の相沢会長らに名古屋に来ていただき、Pilonさんから直接渡していただきました。

今回の寄付は、その恩返しの意味もありました。改めて、ご寄付にご理解をいただきましたことにつき、会員の皆様に心より御礼を申し上げます。

送金の実務は、仁木事務局長にお願いしたのですが、送金が完了するまでに約1か月半を要しました。その間、数々のトラブルを解決し、送金に至るまでの経過を聞いていた者として、外国への送金がこんなに大変なのかと初めて知り驚きました。この間のご苦労話は仁木事務局長からいただけるものと思います。感謝状

本日7月23日の明け方、連絡を取り合っていたMHALAのMolly Annさんから無事送金を受け取ったとのことのお礼のメールが届きました。併せて、経営最高責任者であるChristina Miller博士からの感謝状も貼付されていました。



おりしも私は、7月11日、錦糸町のクボタクリニックで行われている「ころろんの会」のゲストとして、「私がヴィレッジ研修から得たもの」という内容でお話をする機会を与えられました。これまで得たことを整理してみて、ヴィレッジ研修を自分なりに活かして日本で支援をしてきたことについて実感を新たにしました次第です。今後、ヴィレッジをはじめとする各種の海外研修が再開される日が1日も早く来ることを祈っています。

※ 追加報告

事務局 仁木

感謝状にも記載されておりますが、今回\$5000の寄付をさせて頂きました。協会から\$3000相当で白石理事や皆様からのご支援を加えた金額となります。送金に関しては紆余曲折ありました。最初はMHALAの寄付サイトにクレジットカードで挑戦ですが問題があり失敗、次は寄付用の銀行口座を知らせてもらうも相違点があり送金できず、今度はMHALAのメインバンク口座にゆうちょ銀行から無事送金と思いましたが、1週間後ゆうちょ銀行から「国際送金解除」との書類が届き失敗。国際送金は国の指針でマネーロンダリングやテロ支援防止のため、大変厳しく規制されているとの事です。最後はメガバンクのネットでMHALAの口座を登録・確認後送金、1週間後無事確認されました。結果2か月近くかかりました。

一編集後記一 ウイズコロナ、アフターコロナ、どの言葉もすっきりはまらない感じがしながらも、ようやく少しずつ腹を据え始めています。まだまだ得体のしれない相手で、生命を守りながらの試行錯誤になるのであまり思い切ったことができないのがもどかしいですが、それが大切な肝なのでしょうか。徹底して「個」の権利を守りながら、多面的に物事をとらえ、次の時代への変革へ向かいたいと思います。いい意味での世代継承もすすみそうな予感です。協会としても、今月号から、情報交換をはじめられたことをうれしく思います。太田さん、形部さん、白石さん、本当にありがとうございました。(長野)

特定非営利活動法人 精神保健福祉交流促進協会 TEL090-1811-7119