

# NPO法人練馬家族会

特定非営利活動法人 練馬精神障害者家族会

2018年2・3月号

発行元：NPO法人練馬家族会事務局 〒176-0002 東京都練馬区桜台1丁目6-3吉村ビル303

URL: <http://www.nerima-kazokukai.net/> Tel&Fax.No.: 03-3994-3382 E-Mail: [info@nerima-kazokukai.net](mailto:info@nerima-kazokukai.net)

当会では、精神障害者が共に普通に暮らしていける地域社会の実現を目指しています。家族の思いを分かちあう交流会、および勉強会、一般の方々の理解と協力を得るための活動、障害者がより質の高い生活を送るための支援などをおこなっています。

—皆さまのご参加をお待ちしています—

- **家族交流会**・他の家族の方々とお話してみませんか。
  - ・日時：第4金曜日 13:30～16:30
  - ・場所：区民・産業プラザ（ココネリ）3階 研修室5（練馬駅北口1分）です。
  - ★2月23日（金）の交流会は16日（金）、ココネリ研修室4に変更して開催します。
  - ・初めての方は事前にご連絡ください。
- **電話相談**：精神障がい者相談員による電話相談が始まりました。連絡先は8ページをご覧ください。

- ・練馬家族会のホームページに是非お越しく下さい。なお、URLは <http://www.nerima-kazokukai.net> です。昨年からのホームページに会報がアップされています。ご覧ください。
- ・会員投稿に関しては、法令、制度や固有名詞等以外の「障害」表記は原則として「障がい」または「障碍」とします。

## 新年のご挨拶

NPO法人練馬精神障害者家族会 理事長 松澤 勝

新年明けましておめでとうございます。新年は干支でいうと戌年で、前年は酉年で「商売繁盛」のあとになりますので収穫後の年、アフターフォローの年となります。

旧年中は、会員の皆様、区行政ご担当の方々及び関係諸団体の方々にはひとかたならぬご厚情を賜り、誠にありがとうございました。今後共格別のご支援を賜りたくお願い申し上げます。

昨年末は、**マル障問題**（注）即ち精神障害者に対する医療費助成の請願書（13, 166名の署名を付けて）が都議会平成29年第4定例会会期ギリギリの12月15日都議会請願番号：28/51号として付託され、1月10日（火）の新宿西口での街頭署名運動を経て、本年3月31日全会一致で承認されました。現在、東京都の平成30年度予算に障害者手帳所持者3級までの助成を訴えて、先月11月16日の都民集会を経て、予算化に向けて鋭意運動中です。対象は、精神保健福祉手帳所持者（平成27年度現在）50千人を目指していますが、最低でも1級3千人、2級25千人 合計28千人（全体の57%）を要求しています。

（注）**マル障**とは：東京都の障害者施策の一つで、**心身障害者医療費助成制度**の精神障害者を対象にする運動です。東京都は1974年（昭和49年）に創設し、身体障害者1, 2級、知的障害者1, 2度の人への医療費助成が行われていますが、東京都以外の都道府県では、精神障害者へも医療費助成事業が進められています。精神障害者には以来43年間適用されていません。

東京都では、  
以下は、平成29年度の動きを順を追って見ていきます。

1. 練馬区の精神障害者に対する心身障害者福祉手当（区事業）支給が決定。  
平成28年5月30日にて提出した陳情書が、実に1年振りの本年6月15日区議会健康福祉委員会で全会一致で採択されました。今年の予算要望には何人かの方々のご協力を頂き有り難うございました。8月24日の自民党、公明党を皮切りに要望書を提出しました。この後、民進党・無所属、都民ファーストの会、日本共産党と続きます。生活者ネットワーク、市民の声ねりま、市民ふくしホールには別

途要望書を届けました。

「支給対象者として精神障害者福祉手帳所持者三級までとして頂きたい」という点が重要な点です。

必要予算（最大）：535, 866 千円

(2, 881 人 X 186, 000 円)

練馬区の精神障害者保健福祉手帳交付件数

(平成 27 年度)

1 級 143 名 5. 0%

2 級 1, 483 名 51. 5%

3 級 1, 255 名 43. 5% 合計 2, 881 名

予算化に必要な予算（概算）一人当 15, 500 円/月 X 12=186, 000 円。

2. 家族交流会は、従来からの第 4 金曜日午後の開催場所として、参加者の利便向上のため、ココネリの研修室での開催が定例化しましたが、来年度も引き続きココネリ研修室で開催します。

交流会での講演プログラムは次の通りでした。( )内は会報掲載月。これもアフターフォローです。

- ・2017 年 1 月 27 日「就労支援プログラムとりカバリーキャラバン隊」中原さとみ氏（会報 4・5 月号）
- ・2017 年 2 月 24 日「KAZOC（かぞっく）訪問看護」渡邊 乾氏（会報 6・7 月後）
- ・2017 年 6 月 4 日「オープンダイアログと薬の使い方」森川すいめい氏（会報 8・9 月号）
- ・2017 年 6 月 23 日「精神科救急体制と地域移行支援について」大島貴臣氏（会報 10/11 月号）
- ・2017 年 9 月 22 日「オープンダイアログ実践編 一体験」三ツ井直子氏（会報 12・2018 年 1 月号）

3. 精神保健福祉法改正の動きの中で、平成 28 年 7 月 26 日、相模原市の障害者支援施設「神奈川県立津久井やまゆり園」において、入所者が刃物で刺される等により、19 名が死亡し 27 名が負傷した。この事件の被疑者は同施設の元職員であり、平成 29 年 2 月 24 日に起訴されました。

改正案は、検証・検討チームにおいて明らかとなった現行制度上の課題の対応として、措置入院から退院した患者に対する継続的な医療その他の支援を充実させることを制度化するものであるとの見解が述べられる一方で、精神障害の有無と相模原事件の因果関係があるかどうか分からない中で改正案が提出されたことは道筋が違うのではないかと、相模原事件の被告人に措置入院歴があったことにより精神障害者の問題にすり替えられた等の見解が述べられました。

また、措置入院に関連して、地域における精神障害者の支援体制に関して関係行政機関等と協議する「代表者会議」に警察が参加することの危惧が指摘

されました。

同改正案に対する参議院での審議において、附帯決議においては、改正案が特定の事件の発生を踏まえた犯罪防止を目的とするものではなく、精神障害者に対する医療の充実を図るものであることを確認するとともに精神保健医療が犯罪の防止や治安維持の役割を担うとの誤解や懸念が生じることのないよう留意することが求められました。

なお、同改正案は衆議院に送付されましたが、第 193 回国会の閉会に伴い継続審査となり次の今国会へ上程される予定ですが、今後共注目すべき案件です。

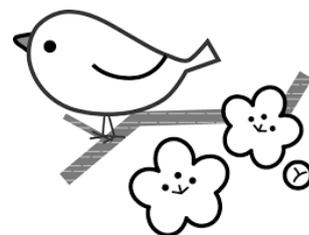
年末を目前に控えた 12 月 25 日、大阪府寝屋川市で精神障害者自宅監置事件が報道されました。「座敷牢」が大都会の真ん中に存在していた事に驚いています。この事件も日本の精神障害者の現実の一端であることを考えると、辛いものがあります。今年、呉秀三の「私宅監置」報告書 100 周年の年でもあります。

#### 4. 練馬区障害者団体連合会活動状況

平成 29 年年度は、安部井 聖子氏（練馬区重症心身障害児（者）を守る会）が会長に就任しました。今期は、練馬区第 5 期障害者福祉計画の策定に向け、障害者団体へのヒアリングを実施し、障団連を通して要望を提出してきました。

障団連は、障碍の種別を越えた 10 団体で構成し、今年で 9 年目の活動に入りました。一昨年「共に生きよう 練馬で」のテーマで、区民の理解・共感を得るための施策を実施して来ました。平成 29 年 10 月には、昨年の視覚障害者の理解を深める講演会に続き、「聴覚障害者の社会生活」と題し講演会を開催しました。

来年度は、当会が障団連会長職を担当する予定ですが、来年度の障団連創立十周年を控えての準備の年でもありますので、その運営に当たり皆様方のご支援、ご協力をお願いします。



豊玉障害者地域生活支援センターきらら主催  
誰でも参加できる SST

(Social Skills Training=社会生活技能訓練)

日時：平成 29 年 2 月 3 日（土）14:00~17:00

場所：豊玉障害者地域生活支援センターきらら交流室

講師：吉田みゆき氏 同朋大学准教授 SST 普及  
協会認定講師 精神保健福祉士

## 成年後見制度と遺産相続

日時：平成 29 年 11 月 24 日（金） 14:00～16:30

場所：練馬区区民・産業プラザ 3 階 研修室 5

講師：井上雅夫氏

（年金トータルサポート・コスモ会員、社会保険  
労務士、終活アドバイザー、東京家裁調停委員）

私は終活アドバイザーをやっているのでまず終活について触れる。終活とは人生の終わりに向けて前向きに生きる事、今をよりよく生きる活動で最期をいかに充実したものにするかであり、いかにして次世代に引き継ぐかという事である。具体的にはエンディング・ノートを作るとか、介護・認知症への対応をどうするか、物品や社会的な関係の生前整理、財産分与、遺産相続、最期はどのように葬儀したいのかという葬儀の準備等がある。

日本の高齢化社会の実態を見てみると、平均寿命は、男性が 80.6 歳、女性は 86.8 歳。65 歳の人平均余命は男性 84.3 歳、女性は 89.2 歳である。また少しでも不自由になってきたと感じるまでの健康寿命は男性が 71.2 歳、女性は 74 歳となっている。介護等にかかるようにかかる期間は平均 5 年程度とされている。

まず相続について述べる

死亡すると 7 日以内に死亡届を出し、火葬許可書ももらって火葬し埋葬許可書もらう。

相続で最初にやらなければならないことは、亡くなった人の戸籍をさかのぼって調査し、推定相続人を定める事である。

ここで遺言書が無ければ、遺産分割協議書を作らなければならない。その協議が不調の場合、家裁による調停や審判となる。まとまれば遺産分割協議書による分割がなされ、不動産・預貯金等の名義変更等を経て、亡くなってから 10 ヶ月以内に相続税を申告する必要がある。10 ヶ月を過ぎると様々な特例・優遇制度が使えなくなるので気を付けないといけない。

遺言書が無ければ基本的には法定相続分で分けるとになるが、協議により分け方は自由である。その協議したものを記載したものを遺産分割協議書という。遺産分割協議書作成には、生前に特別に贈与を受けたりした特別受益と、財産の形成に寄与した寄与分を検討しなければならない。遺産分割には期限がないが相続税の納付は 10 ヶ月以内なのでそのことを考慮する必要がある。

協議書作りにあたっての注意事項は、意見を表明できない障害者がいる場合は後見人が必要であり、その人を含めて全員の参加によって決める。

何回作っても、やり直しても構わない。協議がまとまらない場合は家裁の調停になる。料金は 1,200 円である。調停がまとまらないと審判になる。審判の決定は、法定相続分によって分けるやり方が一般的である。

相続は、特に問題なければ法定相続分によって分けることになる。ここで遺留分という問題がある。遺留分とは、遺言書で全くもらえない相続人がいた場合、その人に法定相続分の 2 分の 1 を保証する制度である。但し相続人が兄弟のみの場合は遺留分は無いし、父母のみの場合は 3 分の 1 となる。もし遺留分が法定分より少なければ、遺留分減殺請求をして少ない分を請求できる。これは口頭で良い。遺留分の放棄は、相続開始前の放棄は裁判所の許可を得ない限りできない。

次に遺言についてであるが 遺産の分け方には次の 3 通りがある。①現物分割で、財産をそのまま分割する。②代償分割といい、多くもらった人が少なくもらった人に自分の財産で保証するというやり方である。③換価分割で、物をお金に換えて分割する方法である。

遺言書を書く場合のメリットとしては①遺留分を侵害しない範囲において法定相続分に優先し自由に配分できる事である。②土地・建物は誰に上げるとか財産の割付ができる事があげられる。

遺言書が必要となるパターンとしては次の 7 ケースがある。①子供のいない夫婦は、配偶者以外にも財産が行くのでそれを阻止したい場合には必要 ②再婚した人 ③事業を円滑に次世代に引き継ぎたい場合 ④法定相続人以外に財産を分けたい人 ⑤独身者 ⑥法定分とは異なった配分をしたい人 ⑦法定相続人が誰もいない人である。

また遺言書の種類としては次の 2 通りの方法がある。一つは自筆証書遺言である。手軽にでき、誰にも遺言の内容を知られないというメリットはあるが、①勝手に開封すると無効になる事があるので、相続人全員がそろった段階で裁判所の検認を受けなければならない ②日付の問題等形式が満たされていない場合等法的に無効になる事がある ③紛失・偽造の可能性が発生するというデメリットがある。

二つ目は公正証書遺言である。これは遺言者が、2 名の立会証人のもとで公証人に遺言の趣旨や内容を伝え、公証人がそれを書面にし、署名・捺印して作成する物である。このメリットは①形式が満たされているので、それで無効になることは無い②偽造や隠匿の心配がない ③遺言検索システムで検索が可能となる ④検認手続きが不要であるというメリットに対し、デメリットは①証人が 2 人必要で手間と一人 1 万弱ほどの費用がかかる②公証人と証人に遺言の内容を知られてしまうという事がある。

このように二通りあるが私としては公正証書遺言をお勧めする。

次に遺言書作成の基本的ルールについて述べる。

①遺言をする人が遺言能力がある事(認知が進んでいない事) ②自筆証書遺言の場合は全て手書きでなければならないし、一人のみで書く(夫婦連名は無効) ③日にちをはっきり書く(何月吉日は無効) ④最新の遺言書のみ有効で、遺言書作成は満15歳以上で可能である

そして遺言書作成の手順は、①財産の内容の把握、不動産は登記簿を見て間違いなく書く②戸籍謄本を取って法定相続人の確定や遺贈先の検討③分割方法や遺言執行者を決める④信頼できる人に遺言書の保管場所や内容を教えておく⑤定期的な見直しが必要である。

ここで遺言書作成の注意点であるが、①財産をもれなく記載し、誰にどれをどれだけあげるかをハッキリと書く②預貯金は金額が変動するので割合で分割する③生前にもらった特別受益を相続財産の中にカウントする④財産形成や介護を行ったことによる寄与分を考慮する⑤遺留分を侵害しないよう注意する⑥財産を送りたかった人が先に亡くなることもあるので、その際の配分先も決めておく(予備的遺言)⑦遺言執行者を決めておく死亡後の事務処理がやりやすいということがあげられる。

以下次号へ続く(次号は相続税制と後見制)  
(文責 HK 生)

### 第41回練馬区障害者福祉大会— 練馬区独立70周年記念事業

日時：平成29年12月2日(土)午前10時  
場所：光が丘区民センター3階多目的ホール

区長出席のもと、吉岡障害者施策推進課長の司会で始まった。

例年通り、障害者福祉の向上に功績のあった4名(下記①)の方々、及び障害者で地域で活躍さ

れた4名(下記②)の方々の表彰が行われ、区長から表彰状が授与された。

#### ① 障害者福祉の向上に功績のあった方

1. 冬木邦二：社会福祉法人 未来・練馬 ねりま高松事業所施設長
2. 菅野和子：練馬区重症心身障害児(者)を守る会副会長
3. <sup>まとの せきろう</sup> 的野碩郎：練馬区視覚障害者福祉協会会長
4. 幸毛カズエ：被爆者練馬の会理事

#### ② 障害者で地域で活躍された方

1. 池田幸加里：日本ケンタッキーフライドチキン(株)店内での調理作業、清掃、商品準備等の業務に従事
2. 高野友子：NPO法人練馬区障害者事業所こぶし事業所で30年に亘り清掃業務に従事
3. 茂木港亮：(株)中川化学ドライクリーニングに永年勤務
4. 川野健太：会社員として勤務しながら、日本ろう自転車競技協会に属し、今年7月のトルコ第23回夏期デフリンピック競技大会に日本代表として出場

(同君の次のような挨拶は印象的だった)  
聴覚障害者の人たちは、実は昔はパラリンピックに参加してたが、独自路線に進むことで、デフリンピックの運営組織(国際ろう者スポーツ委員会)がパラリンピックの運営組織(国際パラリンピック委員会)から離れたのが1995年。

それ以降は、聴覚障害者はパラリンピックに参加できていない。この背景があるから、開催年や開催場所もオリンピックやパラリンピックとは違っています。

夏季大会と冬季大会があって、夏季大会は2017年にトルコで開催。

冬季大会は2019年に開催。それぞれ4年ごとに開催される。

皆さんに是非共デフリンピックのことを知って頂きたい。(松沢)

寄り添う心と ころ

精神科急性期治療、高齢化社会に対応した認知症治療病棟  
専門医師とスタッフたちが愛情込めて適切に対応します



(交通のご案内)

武蔵関駅(西武新宿線)より 徒歩15分 又は関東バス「荻窪駅行き」「三鷹駅」にて

慈雲堂前下車徒歩3分

大泉学園駅(西武池袋線)より 西武バス「吉祥寺駅」にて関町北一丁目下車徒歩10分

(診療科)

精神科 内科

(併設など) 訪問看護ステーション 精神科大規模デイ・ケア/デイナイトケア

医療法人社団じうんどう 慈雲堂病院

院長 田邊 英一

東京都練馬区関町南4-14-53

〒177-0053 TEL. 03(3928)6511

homepage: <http://www.jiundo.or.jp/>

グループホームまいとりい

## きらら風便り

豊玉地域生活支援センター所長 菊池 貴代子氏

～きららも15年目を迎えました～

練馬家族会のみなさま、あけましておめでとうございます。2018年は「戊戌」年です。戊戌年に充て、15年目のきららは、新たな芽吹きを迎えて成長していくために、こつこつと目標に向かい努力前進していきます。本年もみなさまとともに、誰もが安心して暮らせる地域となるように、つながりながら取り組んでいきます。よろしくお願いいたします。

あらためまして、去年は練馬家族会のみなさんとの絆を強く感じた1年でした。きらら運営委員会で「きらら開設」までの家族会のみなさんの取り組みをお聴きし、きららを大切に育てていこうと、改めて職員・メンバーと気持ちをひとつにしました。また、11月酉の市には応援に来ていただき、共催の講座である「誰でも SST (ソーシャルスキルズトレーニング)」でも多くの家族会のみなさんに参加いただきました。

去年の「酉の市」は、販売場所が変わり慣れないなかではありましたが、サンドイッチマンの恰好をして案内をするなどのメンバーの準備・アイデアや、家族会のみなさんの「きららのお汁粉おいしいですよ」との呼び込みにより酉の市を盛り立てることができました。毎年きららのお汁粉を楽しみにしている人たちも、「探したのよ」と新しい場所を見つけて来ていただきました。

12月に開催した「誰でも SST」では、きららメンバー・家族、地域の人たちが、それぞれの視点や経験を背景にアイデアを出し合ったセッションができました。メンバーからは「家族の気持ちを知ることができた」との感想が聞かれました。課題を出し練習した人や参加した人たちの次の一歩

につながり、本当の意味で様々な人が参加する「誰でも SST」となりました。



酉の市で餅を焼いています

誰でも SST の様子



## 障害者フェスティバルに参加して

日時：平成 29 年 12 月 2 日 (土) 10 時～16 時  
場所：光が丘公園 ふれあいの径

12月2日の障がい者フェスティバルは初冬の快晴の光が丘で開催されました。私は練馬家族会のブースでお手伝いさせていただくのは初めてでしたが、皆様の和気あいあいとした雰囲気の中で楽しく参加させていただきました。

メインの甘酒を頂いたら、とても美味しく生姜が少し効いて身も心もホッとする温かな味わいでした。午前中は練馬区長さんもお立ち寄りいただき、大変賑わいました。また、バザー商品もよく売れ、たくさんのお客様が練馬家族会のブースに来てくださいました。午後は冷たい風が吹きすさび、追加で作った甘酒もすぐになくなるくらい、まさに飛ぶように売れていき、おかげさまで完売いたしました。

事前に準備された皆様、そして当日お手伝いしてくださった皆様、最後の片づけをしてくださった皆様、ほんとうにありがとうございました。

今回、微力ですがお手伝いさせて頂き皆様と時間を共有できて楽しかったです。(吉井)

～心の扉を開く医療がここにはあります～

都市型病院を  
目指す



医療法人財団厚生協会

# 大泉病院

《診療科目》 精神科・神経科・心療内科・歯科

〒178-0061 東京都練馬区大泉学園町 6-9-1

Tel・03-3924-2111 (代表) Fax・03-3924-3389

★診療について★

受付 午前 9:00～11:30 午後 1:00～3:00

診療日 月曜日～土曜日 (水曜日は午前のみ)

休診 水曜日午後、日曜日、祝祭日、年末年始

受付時間内は、経験豊富な専門医が常時 2～3 名担当しております

## 障害者フェスティバル 雑感

12月2日(土)障害者フェスティバルが光が丘公園“ふれあいの径”で開催。当家族会は例年通り、甘酒とバザー用品の出店で参加。

前回まではバザー用品の担当してましたが、今回は甘酒づくりにまわりました。途中ハプニングがありハラハラした場面もありましたが、志村さんとア・ウンの呼吸でがんばり何とかのりきりました。お父さん達の呼び込み?お声がけもあって助かりました。「2つ下さい。」「3つ下さい。もうひとつ追加・・・。」と、売れゆき上々で時間までに完売。



つきっきりでバザーの担当をして下さった高橋さん、ありがとうございます。後片付けも、それぞれの備品、仕分けしての袋詰め。途中から参加して下さった新しく会員になられた吉井さんの手際よい整理。自家用車で荷物の運搬を下さる依田さんより、駐車場で車で待ってますと携帯に連絡あり、手荷物で運ぶ人、代車で運ぶ人。いつも家族会の行事参加で感ずるのは、後始末の手際よさと連携プレー。現場に残った人たちで最後の片付け。竹箒で落ち葉を掃き集め、チリトリがなかった所以我は素手でゴミ袋に。カサカサと感触のいいこと。枯葉に素手で触れたのはいつもの事だったか。何かいい経験をしたみたいで、嬉しい気持ちになりました。T君、K君、いつも

お母さんと一緒に参加して下さい、ありがとうございます。

フェスティバルの運営委員として準備から当日の見回り、いろいろご配慮下さった工藤さん、お世話様でした。枯葉の感触をなつかしんではいられない。自転車に来ていた轡田さんと志村さんが450のゴミ袋を手分けして持ち帰ってくれるのです。いつもの事です・・・。

尚、バザーの出品物を来年から縮小するか(衣類、小間物、陶器、バッグ類、本)、12月の理事会で議題になり検討することになりました。

(渡邊)

### 2017年の締めくくり・望年会

平成29年12月23日(土)10時~15時  
光が丘区民センター 2階 調理室

今年も1年の締めくくり、望年会がやってきました。場所は例年通り光が丘の調理室。参加者は当事者の方も含め26名でした。10時開会で買い出し班と準備・調理班に分かれ始まりました。今年のメニューは炊き込みご飯・けんちん汁・野菜サラダ・唐揚げ・ピザ・ケーキです。皆さん手際よく楽しみながら調理が進んでいきます。買い出しから帰ってくると、ごぼうを炒める等良い匂いが漂い、もうたまりませんでした。



## 医療法人社団一陽会

## こころのクリニック石神井

当院は予約制となっております。  
ご相談の際はまずお電話にてご相談ください。

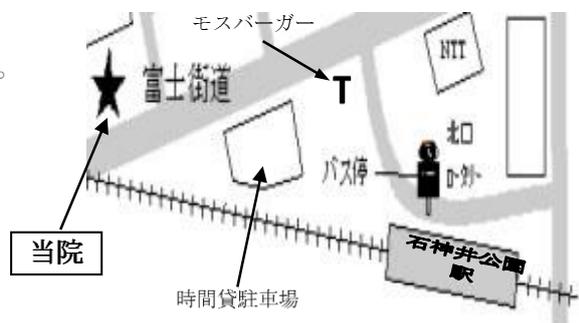
**TEL:03-3997-3070**

日曜・祝日・水曜日休診

〒177-0041 東京都練馬区石神井 4-3-16-101

●家族相談・精神保健相談

お気軽にご相談下さい



ご馳走が並び松澤理事長の挨拶の後、楽しい会食が始まりました。しばし歓談の後は恒例のビンゴ大会です。今年は少し趣向を変えて「日本列島地名ビンゴ」です。紙に47都道府県名の中から3つ選んで書きます。呼ばれた都道府県名がその中にあったら○をつけます。○2つがリーチ、3つがビンゴです。「旅行してみたい所だから」「ふるさとだから」など選んだ理由も様々です。

ドキドキや歓声の混じり合う中、見事「ビンゴー！」の第一声をあげたのはSさん。今年もカメラマンや会議出席等、家族会運営の為に沢山ご尽力頂きました。「リーチまできたのに」「全然出ませーん」等の声は例年の数字ビンゴと同じで皆さんとても盛り上がっていました。そして会員のご子息の方々。地名クジを引く大役のK君、皆の注目の的発表者のY君、発表された地名カードを受け取り日本列島の地図上に探して置いていくT君。お手伝い大変ありがとうございました。3人のチームワークで止まる事なくスムーズに進行し、見事日本地図を完成させる事が出来ました！

ビンゴ！！もらったよ！



できあがった日本地図

ケーキ出し忘れなどハプニングなどもありましたが、皆様のおかげで何とか無事今年も望年会を終える事が出来ました。

いつも飲み物を差し入れして下さるYさん、美味しいお米を届けて下さった渡邊さん、段取りから献立作成、調理指示等すみずみにまで気を配って下さった工藤さんはじめ、皆様沢山のご協力ありがとうございました。(志村)



今日も和やかなうちに望年会が終わりました。保健所の会に出席した時のことを思い出します。“あー、自分の子共の病状の話をして受け入れてくださる人達、わかってくださる人達がいるのだー”というホッとした気持ち、安堵感が今でも忘れられません。それまでの私はそういう場を持ちませんでした。

会に出席していると同じような症状を抱えそしてその症状を受け止めて精一杯生きていらっしやるのだということが伝わってきて、私もまたガンバルゾーというエネルギーをもらって帰ります。

そしてお子様たちが社会人として働いていらっしやるというお姿は、いずれ吾が子も社会と接していけるかもしれないという夢というか希望をもたらしてくれます。

会に、そして皆様方に深く感謝しております。

(RW)

日本都道府県のビンゴ、とても楽しかったです。当たったパンダの物入れは母親が薬入れにしています。食事の時、戦争の話などが聞けて、勉強になりました。

食事も美味しかったです。

いい一日となりました。

ありがとうございます。

(MT)

12月23日、光が丘区民センターの2階調理室で望年会が開催されました。たくさんのご家族と当事者の方、総勢26名の方々が参加され、女性の方々が中心となって調理をいたしました。

松沢理事長の乾杯の挨拶の後、肩を寄せ合うようなテーブル席で近くに座られた方々と歓談しながら美味しい食事をいただきました。楽しい県名ビンゴ大会ではステキなプレゼントが山のようにあり一喜一憂いたしました。思いがけず私も来年の手帳が当たりました。

望年会のメニューはクリスマス前ということもあり、炊き込みご飯、けんちん汁、サラダ、から揚げ、ピザ、さらに飲み物、ケーキが出てお腹いっぱいになりました。

事前に用意していただき段取りを組んでくださった皆様、後片付けやゴミを処理して下さった皆様、ありがとうございました。また、参加する予定だったのに風邪で参加できなくなった息子に炊き込みご飯のおにぎりとけんちん汁まで頂き、皆様の優しいお心遣いに心から感謝しております。帰宅してから手帳とともに息子にあげたところ、大変喜んでおりました。次回は体調を整えて参加してみたいと申しておりましたので、よろしく願いいたします。(吉井)

## NPO 法人練馬家族会 入会のお誘い

- ・隔月 1 回発行する会報をお届けします。  
“みんなねっと”をご希望の方は事務所までご連絡ください。
- ・毎月行なわれる交流会、勉強会及び、福祉施設見学会（年 2 回）、講演会（年 3～4 回）にご参加いただけます。
- ・その他、随時おこなわれる行事には家族揃ってのご参加をお待ちしています。

- ・会 員：年会費 9,000 円（個人、但しお支払い方法は一括払い、4,500 円の 2 回分割払いでも結構です）
  - ・賛助会員：年会費 3000 円（団体可／一口）
- <振込先>  
三井住友銀行 中村橋支店  
普通預金 口座番号 1588974  
口座名義：特定非営利活動法人練馬精神障害者家族会

## NPO 法人練馬家族会 2・3 月スケジュール

### ■2月10日（土）

2017 年度第 11 回運営&理事会 時間：14：00～17：00  
場所：NPO 法人練馬家族会事務所

### ■2月16日（金）

#### 2017 年度第 11 回家族会交流会

時間：13：30～16：30  
場所：区民・産業プラザ（ココネリ）3 階 研修室 4

### ■3月11日（土）

2017 年度第 12 回運営会議・理事会  
場所：NPO 法人練馬家族会事務所

時間：14:00～17:00

### ■3月23日（金）

2017 年度第 12 回練馬家族会交流会

時間：13：30～16：30  
場所：区民・産業プラザ（ココネリ）3 階 研修室 5

## 区内各保健相談所「家族の集い」2・3 月スケジュール

※初めての方は、事前に、各保健相談所の家族教室担当保健師か、地域の担当保健師にご連絡ください。

2月7日（水）	3月 休み	14:00～16:00	2月20日（火）	3月20日（火）	10:00～12:00
光ヶ丘保健相談所	光ヶ丘 2-9-6	電話 03-5997-7722	大泉保健相談所	大泉学園町 5-8-8	電話 03-3921-0217
2月9日（金）	3月9日（金）	13:30～15:30	2月26日（月）	3月26日（月）	14:00～16:00
関保健相談所	関町東 1-27-4	電話 03-3929-5381	石神井保健相談所	石神井町 7-3-28	電話 03-3996-0634
2月20日（火）	3月20日（火）	14:00～16:00	2月26日（月）	3月26日（月）	14:00～16:00
北保健相談所	北町 8-2-11	電話 03-3931-1347	豊玉保健相談所	豊玉北 5-15-19	電話 03-3992-1188

### —精神障がい者相談員が電話で相談を伺います—

- ・練馬家族会事務所への電話相談： 電話番号 03-3994-3382 火・水・金 13：30～16：30
- ・携帯電話への相談： 松沢 勝 070-4097-2801 月～金 10：00～17：00  
響田 英夫 070-3975-9372 同上 渡邊ミツ子 070-3965-8791 同上  
工藤 邦子 070-3991-4924 同上 ・携帯電話は受信専用になっていることをご了承下さい。

きらら、練馬家族会、年金トータルサポート・コスモ共催  
**障害年金の基礎知識**

～受給のための 3 つのポイント～

日時：平成 30 年 2 月 25 日（日）14：00～16：30

場所：豊玉障害者地域生活支援センターきらら 交流室

講師：本橋 秀次氏・社会保険労務士、飛田 隆志氏・社会保険労務士（年金トータルサポート・コスモ会員）

対象：当事者・家族

★2月の家族会・交流会は日にちが  
**2月16日（金）13：30～16：30**  
に変更になります。

（交流会は通常第 4 金曜日に行われていたのですが、2月23日（金）は東京つくし会創立 50 周年記念式典・祝賀会が予定されているため、変更になりました。）

大泉学園北口徒歩 3 分

医療法人社団地精会

## 大泉 金杉クリニック

神経科・精神科・心療内科

～精神科デイケア・ナイトケア・訪問看護～

<http://www.kanasugi-clinic.com>

TEL 03-5905-5511（予約制）

練馬家族会 会報 2018 年 2・3 月号

2003 年 11 月創刊 通巻第 169・170 号

発行日：2018 年 1 月 20 日

発行所：特定非営利活動法人  
練馬精神障害者家族会 事務局

〒176-0012 東京都練馬区桜台 1 丁目  
6-3 吉村ビル 303

Tel&Fax 03-3994-3382

発行人：NPO 法人練馬家族会

編集：NPO 法人練馬家族会  
編集委員会