

障がい福祉瓦版

精神障がい



■問い合わせ先 市障がい児者相談支援センター ☎(37)9970

これまで市障がい児者相談支援センターでは、心の病気について理解を深め、精神障がい者に寄り添うことを目的として、定期的に「障がい福祉セミナー」を開催してきました。現在は新型コロナウイルス感染症の影響で実施できていませんが、今回はこの障がい福祉瓦版を通して、精神障がいについてお伝えしたいと思います。



精神障がいとは

精神障がいとは、様々な精神疾患のため、日常生活や社会参加に困難をきたしている状態のことをいいます。下の表に、主な精神疾患の病名と特徴をまとめました。

病名	特徴	日本の人口100人あたりのおおよその患者数
統合失調症	・こころや考えがまとまりづらくなる ・幻覚 ・妄想 ・意欲の低下	1人
鬱（うつ）病	・気分が落ち込む ・眠れない ・食欲がない ・疲れやすい	6人
躁鬱（そううつ）病	・ハイテンションで活動的な躁（そう）状態と、ゆううつで無気力な鬱（うつ）状態を繰り返す	0.7人
依存症	・アルコールや薬物、ギャンブルなどをやめられない	0.1人
てんかん	・脳の神経の一部が活発に活動しすぎることによって、突然意識を失ったり、けいれんを起こしたりする	1人

目に見えない困りごと

市内では、令和3年4月1日時点で、405名の方が精神障がい者保健福祉手帳を所持しています。手帳を持っていない方もいるため、精神疾患を抱えている方は、さらに多いと予測されます。上の表を見ても分かる通り、精神疾患は決して珍しい病気ではありません。

一見すると健康に見え、何の問題もないように思われがちですが、実はとても周りを気にしていたり、緊張していたり、疲れやすかったりします。人づきあいが苦手で、仕事をしていても、長く続けられない方もいます。

病名や症状は人によって異なりますが、多くの方が病院に通い、薬を飲み、治療を続けています。時には上手くいかずに悩んだり、落ち込んだりすることもあります。

それでも、自分のことを見つめ直したり、誰かに相談したり、仲間と冗談を言って笑い合ったりしながら、病気と日々向き合っています。

精神障がい者を支えるサービス等

困ったとき、つらいとき、ひとりで抱え込まずにご相談ください。

- ・障がい福祉サービス
 - ・就労に向けた訓練
 - ・グループホーム
 - ・ヘルパーによる家事援助など
- ・精神科デイケア
- ・精神科訪問看護
- ・地域活動支援センター
- ・障がい者手帳
- ・障がい年金
- ・ピアサポート活動
- ・家族会（下野市精神保健福祉家族会として年4回開催）



しもつけ福祉塾 ～映画「だってしょうがないじゃない」から考える障がい者の新しい暮らし方～



広汎性発達障害をもちながら、ひとり暮らしをする男性。いっしょに暮らしていた母が亡くなってから、叔母の支援を受けて生活しているが、親を亡くした後の自立した生活の難しさに直面している。

映画を通して、地域で暮らすということについて、一緒に考えてみませんか。入場料はかかりませんので、お気軽にご参加ください。

■日時

12月7日(火)・8日(水)
・9日(木)

午前10時～正午

(受付は午前9時30分～)

■場所 市役所

■定員 各回20名(先着順)

■申込期限 12月1日(水)