



園部共同作業所だより

園部共同作業所発行

〒622 京都府船井郡園部町上木崎

No 22

0771(62)3249

障害者手帳

障害者手帳は、知的な障害のある人は、「身体障害者手帳」、知的な障害のある人は、「療育手帳」だが、精神に障害のある人には、今まで、手帳はなかった。しかし、やっと平成七年一月より精神障害者にも手帳制度が導入された。「精神障害者健康福祉手帳」。これらは悩み苦しむ、その必要性を訴えてきた、関係者の長年の運動の成果であります。でも、この「手帳」に基づく福祉政策は、まだ、充分なものとは言えません。今後は、より使いやすいようになるように、当事者と医療と福祉の現場の意見を聞いて、改善していかなければ、思うところがあります。

所長 杉山俊夫



精神障害者の手帳に関する説明

精神障害者の家族会や精神保健の関係者から長年待ち望まれていた精神障害者の手帳が、十月一日より交付されることになりました。これは回復途上にある精神障害者の社会復帰、自立、社会参加の促進を図る事を目的としています。今回の福祉的措置は限られたものですが、今後充実に期待されることと見做す。手帳の概要は以下のとおりです。

- 対象者・精神障害のため日常生活または社会生活への制約がある人
- 申請者・精神障害者本人（家族等の代行可）
- 障害等級・一級、二級、三級
- 支援施策・①通院公費負担医療関係
- 申請に当たり、診断書の提出及び判定手続きが不要
- ②税制関係
- 所得税、住民税の障害控除、預貯金の利子所得の非課税、低所得の障害者の住民税の一部非課税、相続税の障害

者控除、贈与税の一部非課税、自動車税、軽自動車税及び自動車取得税の非課税の適用が受けられる。

- ③生活保護関係
- 生活保護の障害者加算の認定が受けられる
- (一、二級のみ)
- 有効期間・二年間
- 申請窓口・保健所
- 交付主体・都道府県更新・①手帳の有効期限が切れた時
- ②記載事項の変更があった時
- ③消失したり汚したりした場合
- ④非該当になった時の返還

詳しいことは、保健所のお尋ねください。園部保健所 杉原 努

レクレーション・ソング

十月五日
健康教室（作業所において）
園部保健所と南丹病院看護婦学校の実習生による身長、体重、肥満度、血圧の測定、食生活、運動などについての相談とお話がありました。その結果、血圧は皆、正常で肥満度は、ほとんどの人が普通でしたが、一部太りすぎの人もいました。

日頃の保健婦活動を通じて

和知町保健センター
保健婦 永海貞子
保健婦という専門職種として日頃からいろいろな方と接する機会を持っています。専門職種とはいえ、日々の生活が自問自答の日々で、うまく相手の気持ちや理解できているのか不安になることも多くあります。

そこで私は精神保健活動を通じて忘れる事のない人がいます。彼は二四歳という若さでなくなりました。彼はよく保健センターを訪れて話をしてくれる機会を持ちました。若いだけに将来に対する夢や希望を持ちながら、それができないもどかしさや、また自分自身への甘えも彼自身良く感じていたように思います。私は彼の言葉を聞きながら肯定したり、否定したりする時には、ほめたり、けなしたり、精神的な病気を持つ患者というよりも一人の悩みを持つ若者というつもりで接していたように思います。

結局、彼が私に何を求めているのかは想像でしか考えられませんが、彼は自分の気持ちを素直に話せる場を求めているのではないかと思えます。しかし、仕事の忙しさや精神的な余裕のなさから、私は十分に彼の気持ちに答えられていたかどうかは今思っても疑問として残ります。

また、地域の中には彼のように自分から相談にこない人ばかりではないと思います。地域から孤立しないように、少しずつ社会復帰への道が開かれるように、また、それを支える家族への支援ができるように、まだまだ成すべき課題は山積みしていると思います。しかし、それは保健婦だけで解決できることではなく、大勢の関係機関との連携を必要とします。今後、亀の歩みのようにゆっくりでも少しずつ連携を取りながら前進できるように活動していければと思います。また、私も相手の気持ちやゆっくりと聞ける人間になれるように努力してゆきたいと思っています。

健康教室をとおしてお願いしたいこと

去る十月五日、園部保健所保健婦と看護学生が、園部共同作業所に出向き、健康教室を実施しました。まず、通所されているみなさん(当日は十五名)の血圧測定、身体計測と肥満度測定、そして日常生活や食生活の様子を聞かせていただき、その結果をもとに、「高血圧や太りすぎはなぜ悪い?」「正しい食生活」について講話をさせていただきました。

その結果、高血圧境界域一名、太り過ぎ四名、やや太り過ぎ一名ありました。食生活では、「朝食を時々欠食する」や「食事の組み合わせをあまり考えていない」と答えた人が多く、全体として野菜不足や牛乳不足が目立ちました。また、缶ジュースや缶コーヒーを一日二〜三本飲む人も数人いました。これらのことから、食生活のバランスがくずれているのではないかと考えられます。更に、運動面では、ジョギングを毎日実行している人が一名あ

りました。全体に運動不足がみられました。

感想としては、自分の健康に関心の高い方が多かったことです。これは、作業所に通うことで、生活のリズムをとることができ、作業を通して仲間とふれあうことが、健康にとって良いことだということとです。

しかし、食生活のバランスや運動不足が長く続くと高血圧症、肥満をはじめとする成人病を引き起こすこととなります。そこで、次のことを実行し、健康管理に努めてほしいと思います。

- 一、缶ジュースは一日一本以内にし、できれば牛乳に換えましょう。
- 二、朝食は一日のエネルギ源として大切です。少しでも食べるように心がけましょう。
- 三、野菜を一日両手一杯食べましょう。そのうち三分の一は緑の濃い野菜にしましょう。
- 四、食事は腹八分目にしましょう。
- 五、月一回は体重測定をし、太り過ぎにならない気をつけましょう。
- 六、駅やバス停から歩くなど、生活の中で運動を心がけましょう。

七、作業所に通うことが生活のリズムを作りやすく、なるべく休まないようにしましょう。

八、園部保健所のグループワークでは、バランス食の料理教室も実施しています。是非参加してください。

園部保健所保健婦

お参りに行ったときまよいました。

渡辺さんが亡くなられた。近頃ずっと作業所を休まれていたのでどうされてるのか心配していた所へ突然の知らせだった。八月一四日作業所からお参りに行った。

亀岡に着いたのが十時頃、それから狭い道を通り渡辺さんの家の近くに着いた。渡辺という名の家が多い所で「渡辺さん地の人やったんやな」とは所長の弁。苔むした石段を少し登ると山寺のそのれのような大きな門があって地面に大きな影を落としていた。渡辺さん家族の方と挨拶をしてから私達は靴を脱ぎ座敷に上がった。灯籠とか線香立てとかがそこにあった。花に飾られた若い頃の渡辺さんの写真もあった。

花の中の渡辺さんという構図は今年の花見の時の写真で私は持っていたのだが渡辺さんの家で飾られている若い頃の写真は彼のトレードマークの眼鏡もなく顔も太っていて私達の渡辺さんのイメージとおよそかけ離れたものであった。

私達は、一人一人焼香をした。線香に火がつくとその煙が開放した戸口から流れ出てゆく。蟬がジワジワ啼いていて庭にはみずみずしい黄緑色の植木が見渡せた。天井には火縄銃、弓、槍、なぎなた、日本刀が吊ってあって旧家であることをしのばせた。

生前の渡辺さんの話をしたりしていると「彼が風呂を入れる役で」と家族の方が言われた。そういえば渡辺さん弁当を自分で作って来てたっけ。通所の男性で弁当を作ったって持ってくるのは彼だけだったと思う。黒田さんの「渡辺さんは彼なりに一所懸命生きてきてはったね」という言葉が身にしみるそんなお参りだった。渡辺さん、貴方のご冥福をお祈りします。

石田 光

寄付金(八月一日〜十月十五日)

渡辺綱一
瀧尾 博

寄贈品(八月一日〜十月十五日)

- 渡辺綱一 テレホンカード
- 明田屋物店 モード履き
- 細川義明 ジュース
- 寺尾美智子 菓子
- 城島幹夫 菓子、紅茶
- 園部町 トイレットペーパー
- 的場利三郎 菓子、卵
- 中川裕子 コーヒー、石鹸
- 片山庄一 コーヒー
- 木下悠紀子 砂糖
- 石田 正 コーヒー



垣根集果後記

清涼のころ、スポーツと味覚の季節、そして、おしゃべりの秋です。きらり秋の装いを飾る、ステンドグラスのイヤリング、ペンダント等を作業所の釜で焼いている毎日です。