

## 精神障害

統合失調症やうつ病などの精神疾患により、日々の生活や仕事、対人関係などにおいて、様々な生活のしづらさを抱えています。精神疾患は生涯を通じて5人に1人がかかるとも言われていて、決して稀な病気ではなく、誰もがかかる可能性があります。

適切な治療や服薬によって症状をコントロールできれば、地域の中で安定した生活を送ることができますが、精神疾患の症状や社会的経験の少なさからくる生活のしづらさのほか、病気に対する偏見や誤解によって生じる生活のしづらさもあります。

### ※ 精神障害に関する相談

精神保健福祉総合センター（はあとぽーと）など………P.32 ~参照

## 必要な配慮等

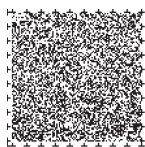
- 自分の体調の変化に気づいて上手に休憩を取ったりすることが苦手なので、日々の生活においては、仕事や活動の量・休憩時間等を調整するなどの配慮が必要です。
- 初めての場所で、初対面の人と話をするような場面では非常に緊張してしまいます。手続きのための窓口などで戸惑っているような時には、早めにやさしく声をかけて用件を聞くなどの配慮が必要です。

## 事例など

- ◆ 病気の症状で、疲れやすかったり集中しにくい時があるなど、仕事の取り組み状況に波があり、上司から怠けていると叱責された。

### 必要な配慮

- 上司や同僚に病気の特徴や症状を理解してもらいながら、本人の病状や体調に合わせて、休憩時間や勤務時間等を調整するなどの配慮が必要です。
- 仕事の手順や周囲の些細な変化に混乱しやすく、臨機応変に対応することが苦手なので、具体的で分かりやすい言葉で説明するなどの配慮が必要です。



## こんなことで困っています

- ◆ 体調が悪い時は、とても疲れやすく、自分一人で調理や掃除、買い物などができない。
- ◆ 薬局で「おくすり手帳」を出したら、服薬している薬の内容を見たあと、急に態度が変わって、随分雑な扱いを受けた。
- ◆ 精神障害があると分かっただけで、誤解されたり、変な目で見られる。
- ◆ 入院の際、「精神障害者の隣に寝るのは嫌で、病室を変えた」という話を後で聞いてショックを受けた。
- ◆ てんかんのある児童が、何年も発作がなく、主治医からも危険はないと許可を貰って毎年の水泳の授業を受けていたが、6年生になって、突然安全のために帽子に目印をつけるようにとりボンが渡された。危険はないのに、てんかんというだけで目印を付けさせられたことに、とてもショックを受けた。

## 寄せられた好事例

- ◆ 震災の避難所で知り合った人たちに、統合失調症だということを伝えたが、病気があっても私という人間をそのまま受け入れてもらえた。一人の人間として普通に接してくれたことがすごくうれしかった。
- ◆ 施設で地域の活動に参加するにあたって、精神障害のある利用者の方への必要な配慮について、事前に地域の方に説明していた。活動の当日は、必要な配慮をしてくださながらも、障害者という目で見ずに、地域と一緒に住んでいる住民として、普通に対応してもらえたことに、利用者の方が大変喜んでいました。

