鶴が丘だより

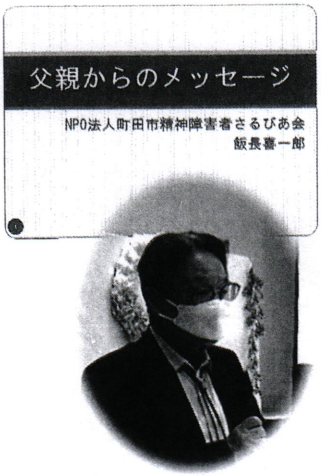
今月と来月は、9月12日に開催した家族教室・講演会の模様をお送りします。今回は、NPO法人町田市精神障害者さるびあ会※（以下、NPO法人さるびあ会）の方をお招きし、講演を行いました。

※NPO法人さるびあ会とは…
町田市にある精神障害者家族会。地域で生活する精神障害者とその家族のために、保健・医療・福祉の増進を行う活動、社会教育の推進を図る活動、人権の擁護を行う活動など、幅広い取組みを行っている。
詳細は下記のQRコードからホームページにて。

2026年度第1回 家族教室・講演会①
『父親からのメッセージ』

NPO法人さるびあ会
飯長 喜一郎 様

飯長喜一郎氏
精神疾患がある子どもの父。元々は、長きにわたり心理学の大学教員として教壇に立ち、完全退職をきっかけに家族会活動へ参加。2022年より、同会会長理事。



みなさん、こんにちは。今日は障がい者の娘を持つ家族として話をします。

当時15歳だった娘が発症し、32年が経ちました。父親として、たくさんの経験や体験を通して考えたことや分かったことをテーマに話します。

娘と妻と私の物語り

我が家は、共働き世帯だったので、乳児の頃から保育園に預けていました。当時は、東京下町の団地に住んでいましたが、通園先のベテラン保育士から『お子さんの成長で心配な点がある』と言われました。

町田に転居し、新たな保育園へ通園した際にも、園長から同様の話があり、『発達を調べてもらった方が良い』と言われました。自分自身が臨床心理学の教員だったので、娘に心理検査を行い、"問題ない"と勝手に思い込み、同時に保育士や園長へ怒りを覚えました。

15歳のとき、小児精神科病院を受診しました。主治医は診療部長で、診断名を明かさないポリシーの方でした。受診から10年後に『広汎性発達障害』と告げられました。

さて、受診後に娘は半年間の入院をしました。初めは閉鎖病棟でしたが、3ヶ月後に開放病棟へ移動しました。さらに3ヶ月が経っ

ある日の鶴が丘

ドクターのコラム
『更年期と心の不調』

秋元洋一

『更年期は、ホルモンなどの変化によって、体だけでなく心にも不調が出やすい時期です。

『ほてりや発汗などの体の症状に加え、気分の落ち込み、不安、イライラ、不眠などが続くこともあります。

『仕事や家庭のストレスが重なると、症状が強く感じられる場合もあります。

『つらさが長引くときは無理をせず、内科や婦人科、心療内科・精神科などに相談してみましょう。

たとき、娘が「自宅へ帰りたい」と希望したので退院しました。入院中は、辛い思いをたくさんしたようです。

その後15年間、妻が私が受診同行しました。主治医が定年退職されたために、クリニックへ転医しましたが、漫然と投薬のみの治療が続きました。

4年半前、娘の病状が重症化しました。妄想と嚥下障害が出現し、水も飲めなくなり、訪問診療で点滴を受けました。ジスキネジアと言われ治療法を試しましたが、改善しませんでした。重症化して25kg以上、体重が落ちたため、総合病院の精神科へ入院しました。

統合失調症との歩み

一方、15歳で受診した小児精神科病院の院長から「分裂病です、お気の毒です」と言われて怒りにあふれ、その病名に向き合えませんでした。否認と正常性バイアスに陥っていたのだと思います。加えて、臨床心理士という専門家であるが故、自分の意見が強かったこともありました。

重症化したため、改めて3名の精神科医にそれぞれ診ていただき、すっぱりと「統合失調症です」と言われました。娘は43歳になっていました。相当ショックでしたが、娘の〝食べられない〟症状を考え、「ともかく命を救って欲しい」の一心でした。

入院そして今

3ヶ月の入院治療で、投薬と作業療法と疾病教育を受けました。その結果、7～8割の回復になりました。

また、月に1回、娘や家族も参加する治療ミーティングがありました。

そこで「一喜一憂しないこと」「過保護にならないこと」を学びました。再入院は、過干渉(≒過保護)の家族ほど多いと言われ、ドキッとしたことを覚えています。私または妻が週5回、面会に行き、主治医宛に何度も手紙を書いていたので、「見破られている」と感じました。

退院後、鶴が丘ガーデンホスピタルの外来とデイケアの通院を、1年半続けました。その後、次のステップを考え、いくつかの就労移行支援事業所へ見学に行きました。それぞれ特徴があり、向き不向きを見極めつつ、A事業所へ週1回の通所からはじめ、週4回まで増やしました。今年5月に社会福祉法人へ就職し、いま週2回働いています。

へ次号へ続く

今月の…

いろはカルタ

な　仲間といれば　楽しさ百倍

ら　楽な道ほど　足元注意

催しのお知らせ

☆ロビーコンサート2026
アーティストをお招きし、11月28日に開催します。

☆文化祭2026
外来ホール一帯に、作品展示を11月16日から11月28日まで開催します。

医療法人社団　鶴永会

鶴が丘ガーデンホスピタル
〒195-0055　東京都町田市三輪緑山2-2133-1
TEL:044-988-3121

長津田いこいの森診療所
〒226 0027 神奈川県横浜市緑区長津田4 11 14
TEL:045-507-7656

MILACOC 訪問看護×計画相談
〒195-0055　東京都町田市三輪緑山2-2133-1
TEL:044 988 3452