

2010

こころの健康

東京宣言

2010 こころの健康・東京宣言

いま、社会では自殺や精神疾患がかつてない勢いで広がりつつあります。

このような危機的な状況に際し、私たち精神障がい者の家族は、すべての市民が精神疾患についての知識と適切な対応方法を学び、早期に発見し支援が受けられるようにして症状の慢性化を防ぎ、回復できるよう活動を始めなければなりません。なぜなら、今日の報告会でも明らかにされましたように、精神疾患が他の病気と同じように早期に発見され、早期に支援されれば順調に回復できることを知ったからです。そして、私たちの経験した苦勞を次の世代の人たちには繰り返してほしくないからです。

残念なことに、私たち家族はそれらのことを知らされなかったために、家族が発症しても正しい対応ができず、社会の誤った偏見と差別を恐れ、孤立して早期に医療や福祉のサービスを受ける機会を失い、重症化させてしまいました。これまでの長い年月、家族はそれらの重症化した家族の症状軽減と社会参加を求めて活動を続けてきました。

精神疾患についての啓発と早期支援、家族支援、訪問支援を国内に行き渡らせることができれば、未来を担う日本の若者たちへの精神疾患の影響を少なくすることができ、その支援の体制の広がり、現在重い症状を抱えて苦しんでいる人々をも救う道になると確信しています。私たちは、その日が一日も早く来ることを心から待ち望んでいます。そして、この取り組みによって、すべての市民のこころの健康が守られ、精神疾患から回復して希望に満ちた明るい人生を送れる社会を実現できると信じています。

この取り組みを軌道に乗せるために、今こそ私たち家族はこれまで隠してきた自分たちの経験を社会に明らかにし、それに基づいた提言を行うことから行動を始めることが必要であると考えます。ここに私たち家族は、今日の調査結果を基にして以下の事柄に取り組むことを決意し、宣言します。

2010年3月4日 成城ホール

1 . すべての市民の尊厳が守られ、生きがいのある幸福な人生を保つために必要な、こころの健康を支えるサービスを社会に行き渡らせる。自殺や精神疾患が発生しにくい社会、また精神疾患になった人々の権利が尊重され、あらゆる面で一般市民と同じように受け入れられる社会の実現を図る。

2 . 精神疾患についての知識がすべての若者に周知されるよう、学校で教育を行う。さらに若者のみならず、地域、職場等において、すべての市民に必要な情報が届けられるよう体制を整える。

3 . 症状が消えなくても生活のしづらさが残っても、それぞれが自分の願いを持ち、希望を持って生き甲斐のある生活ができるようになることを回復（リカバリー）と考える。

4 . 精神科医療においては、本人と家族が治療の主役であり、専門職はそのパートナーであり、その両者がチームとなって病気に立ち向かう。初診時に治療計画の十分な説明をし、薬の使い方についても常によく説明をして種類と量を最適にし、心理社会的療法を充実させる。医療・福祉など各分野の専門家チームによる相談・支援・治療を一体化した訪問など、受診拒否、ひきこもり、急性症状への適切かつ継続した対応を実現させる。

5 . 家族を支援すべき対象として明確に位置づけ、本人の回復とともに家族の回復が支援される。家族に義務づけられてきた負担を国や自治体と社会が担い、本人の医療と生活面での介護についての心配を家族がしなくてよいようにする。

6 . 家族が集まって行う当事者支援活動・社会改革運動については国と自治体、社会が積極的に支援を行う。

7 . 支援に携わる保健・医療・福祉などでの人材の育成に当たっては、特に人権尊重と回復（リカバリー）支援、家族支援、チームによる支援によって当事者・家族のニーズに対し、最善のサービスを提供し得る人材を養成する施策を行う。