**第3回　全体会　議事録**　 1

日時：2019年2月23日（土）　　　　　　　　　　　　19:00~20：55

場所：竜美丘市民ホーム会議室

出席者： 加々良 弘道　西川 正則　渡辺 博行　小野塚 和子　犬飼 幸代　金山 裕子　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　本多 悦子　清水 ふさ子　松広 真砂代　深津 久美子　明星 忠弘　長坂宏　加藤 絹代　　　永田 浩子　稲垣 稲子　中川 玲子　江越 葉子　山田 益子　木村 一彌　柏木悠子山口 百代　 西垣 悦子

1. 委員長挨拶
2. 委員長より連絡事項

総会は4月19日（金）19時から市民ホーム会議室にて開催します。

3月30日10時市民ホーム図書室にて会計監査があります。

「語ろう会」次年度の日時が決定しました。9月20日（金）・10月25日（金）・11月25日（金）詳細は3月1日にわかります。

連絡協議会10年目の記念講演をしますが、初秋になると思います。

総会資料の報告書を3月23日（土）までに提出してもらいたい。

地域ケア会議で町育てセンターりたの方に野鳥の森での地域のふれあいを学区で行いたい旨を伝えました。福祉まつりとフェスを一緒にやろうというお誘いがあった。今後りたさん ＰＴＡと話し合っていきます

　　　　**増田さやか先生の講演「子供と精神医療」**　　　　　　　（19：30～20：55）

2　近年こどもの発達障害が増えている。それも小さい子が精神科に通うケースが増えている。2～3歳から薬を使う治療の割合が数年前の数倍。危機感を持たないといけない。

専門家に繋ぐことがこどもの為になると思い安易に行ってしまうのではないか？精神科に勤務しているがあまり来ないで・・と思う。いろんなことを試してほしい。

**子どもを精神科に繋がないほうがいいのはどうして❓**

➀精神科医は、精神の病気または障害であるかの判断しかできない。

悪いことを前提で診るから薬を出す。何の病気かと考えるから何らかの治療をしてしまう。

子どもの正常発達、身体の疾患、子どもの心理などについてちゃんとわかっている精神科医はあまりいない。

診断基準がコロコロ変わっているので、診断名が曖昧になることもあるだろうが「白ではないが黒とも言えずまあ大丈夫なレベル」「自閉症とまでは言えない」「ちょっとギリギリ」などと言われることもある。

　診断基準はＷＨＯがつくっているものとアメリカの精神学会が作っているものが有る。

　うつ病を例にすると大学病院では診断基準を基に診断する。2週間～1か月続くと危ないがすぐその日に治療を開始してしまう。診断基準は5年に一回改正されバージョンアップする。そのたび病名が30個増える。他の科のように精密検査が出来ず病気の率が増える。

②精神科に「原因は？」と聞くと的外れな答えが返ってくることが多い。

理由を聞くと「お母さんのせいではない」と言われることが多く生まれつき脳の一部の機能障害、特性であり「病気」ではない、脳内の神経伝達物質が云々、と説明されるが、具体的には

 3 　　 どこがどのように障害されているかについては答えられない。答えられても仮設でしかなく妊娠中に気を付けていた母親のほうが障害の子が少ない。不妊治療、人工授精のこどもの中に自閉症の率が多い。情報を共有することが大事。漢方や針のほうが妊娠しやすい例もある。予防注射の種類も増え、遺伝子組み換えの植物を使っているので種類が増えるにつれ発達霜害が増えている。海外では訴訟も増えている。

③すぐに薬物治療とはならなくても将来困りごと（不眠・多動・反抗・園、学校、職場からの苦情）が出てくれば薬の出番になりやすい。

　 クスリはその場しのぎになるだけ。長期的には不利益のほうが圧倒的に多い。誰のための投薬かを常に考える。みんな飲んでいるから安全とは言えない。副作用が出るのはクスリが合わない証拠。カラダの声を無視してはいけない。

　　薬は年齢が早く飲むほどやめることが難しい。私は発達障害には漢方薬を使う、甘草ですが、これは割に飲んでくれる。不快感がある薬は本人のためにならない。本人が治ると思うことが大切です。治らないのは食生活か生活のリズムに問題がある。

④発達障害、知的障害、てんかん、統合失調症、気分障害など回復可能な病態であることを知らない

　　精神科医は精神障害に治癒はないと思い込んでおり、回復したと聞くと「そもそも最初の診断が誤診だった」「たまたま奇跡が起きた」と受け取る。治らないと思っている人が治療して治るはずがない　どの病気も一生付き合う病気はない。

 　　　　　　　　　　　　　　4

⑤子どもがそのような状態（集中力がない、多動、しゃべらない、すぐキレる）になったとき、他に考えられる原因を知らない。

　 子どもの困りごとだけに焦点を当てず、良い点を探してくれる医師なら信頼できそう。

　　若い時からの母体づくり、栄養、親も含めた生活リズム、環境等様々な物の関与

　　鉄分不足、カルシューム不足、糖質過多、ビタミン、ミネラル不足、どれも大切な視点だがすべてこれで解決できると思っているのもどうかと思う。

**ではどうしたらよいのか？**

　➀子どもの専門家はだれだろう

　　少なくとも精神科医より子どものことを分かっている人はたくさんいる。　子どものことは子どもに聞け。　いろいろなツールを持つことが大事。

　②さまざまな方法を知ろう

　　医療（特に西洋医学に基づく医療）を最優先に考える傾向があるが、西洋医学、東洋医学、自然療法の考え方を知り、その得意な分野を知っておく。

　　まぜこぜにしないほうが良い。なぜなら西洋医学＞東洋医学＞自然療法

　　西洋の薬を止めていく方向にしたほうが良い。植物は力を持っていて、生命力がある。

　③子どもの身体や言葉が教えてくれることが多い

　　 副作用が出るときは続けるべきではない。　副作用が出ていなくても飲みたくないという時は無理強いしない。　減断薬や何らかのセラピーを開始するときは、親や周りの人が前のめりになることはやめよう。

 ここで質問 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　5

 （山田益子さん）　ある本を読んだ時、先進国のほうが発達障害のアップ率が多いとあった。周りにも目にすることがあるが食育を忘れている時代になってきている。こども食堂なども出来てきているが・・実体験でもありましたが、ひとを育てるという意味で視点を変えるとよい支援の仕方が あるのでは？ごはんを家の食卓で囲むことが大切、それができなければ親子の距離を離さないようにしたいです。

　（先生）　親が手作りのものを食べさせている家庭は発達障害の子どもはいません。昔のように手作りで食卓を囲むことが出来てない。食材それも消費者の選び方で何とかなるものも出てきている。買う人が増えれば安くなる。身近なもので安全を求めていくのが必要。

　（金山裕子さん）　今必要な予防接種は何ですか。

　（先生）　日本では今はない病気は打たないほうが良い。麻疹、風疹などはかかっている人の家にいったほうが良い。ツベルクリンは弱い菌でなく強くして行ったほうが良い。三種混合などは障害が出たときにどれが原因だかわからなくするために打っている。私は

ワクチンを打たないことは虐待ではないと診断書に書きます。

（木村一彌さん）　身内がうつ病で薬を飲んでいる。眠くて仕方ない、遅くまで起きている・・薬が合わないのか？

（先生）　薬は何らかのメリットがあるはず。ハーブの使用、食生活を変える、たんぱく質をとることをすすめます。たんぱく質を摂るとポジティブになります。ただやめなさいということは危ない。治せる薬はないが治す力は本人です。代わりに力を出せるものを出して薬を減らしていくのが良い。

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　6

（犬飼幸代さん）　友人のこども（高2）中1から服用しているが、薬を飲むと気力が出るが飲まないと集中力が下がる、先生の電話番号を教えて下さいますか？

（先生）　　本人がどうしたいかを聞いて薬を止めたい、減らしたいと言えばどうぞ、後で名刺を渡します。

（西川正則さん）　　最近メディアで盛んにサプリメントを紹介しているが効果はありますか？

（先生）　実際はあります。が、日本のサプリは信用してない、１００％遺伝子組み換えです。ビタミンは補いたいところだががわが石油製品、ビニール袋を食べているのと一緒、アメリカのサプリは外が食品で出来ている。でも薬を飲むよりはいいと思います。

（長坂委員長）　　仕事で給食食材を提供しているが、栄養士が増田先生と反対のことを言う、見てくれの良いものを欲しがる、現場の再教育が必要だ。以前聴いた塩のはなしでも成分が大切だなと感じました。幸い近くに先生がいて下さるので私たちはいろいろな相談ができてうれしく思います。

（加藤絹代さん）　　こんな良い話をぜひ他の人たちに、特に若い母親たちに聞いてもらいたいです。機会を作ってほしい。

（中川玲子さん）　　てんかん、発達障害は遺伝がありますか

（先生）　　おそらく遺伝ではないと思います。母体の環境、おそらく貧血ではないかと思います。

（長坂委員長）　　ありがとうございました。　　　　　　　　　　　　以上