

奈良県立医科大学附属病院精神医療センター・デイケア 「まほろば」の活動について

田 中 尚 平 松 田 康 裕 水 野 薫 子
有 田 恵 亮 米 田 香 織 岸 本 年 史

奈良県立医科大学附属病院精神医療センター

1. はじめに

奈良県立医科大学附属病院精神医療センター・デイケア「まほろば (Mental Activity Hospital Of Recovery & Ongoing Behavioral Autonomy: MAHOROBA)」は、2007 年 11 月に開設された。一定期間で就労や復学を目指す短期通過型デイケアを指向し、主として 10 代から 30 代の統合失調症患者を対象として運営を開始したが、開設当初のスタッフは医師 1 名と精神科デイケアの経験に乏しい臨床心理士 1 名であったため、やむなく居場所型デイケアとならざるを得なかった。まずは安心感があり、楽しめる雰囲気や基盤にあるデイケア作りに努めた。メンバー数は多い日では 15 名程度になることもあり、十分にケア出来ない日もあった。開所日時は月曜、木曜、金曜の午前中で、スタッフ主導にて調理、スポーツ、SST、外出プログラムや作業所見学などのプログラムを運営した。しかしスタッフ主導の運営ではどのプログラムにおいても立案、計画、準備、遂行をスタッフが行うためメンバーは受動的になりがちで、メンバーの長所や短所、課題への取り組み方などの特性の評価が困難であった。そのため各々のメンバーの正確なアセスメントが行えず、満足のいくリハビリテーションを行うことができなかった。このような状態が 2 年間続き、デイケアを卒業し、作業所へとつながるメンバーはいたものの、復学や就労へとつながるメンバーはいなかった。

2010 年 4 月から臨床心理士 1 名が新たにスタッフとして加わったことで各プログラムも充実し、またメンバーへのきめ細やかな対応ができるようになった。この時期からプログラムの運営を従来のスタッフ主導から、メンバーが主体となって自発的にデイケア活動に参加する「実行委員会方式」を取り入れた。しかし、実際には「実行委員会方式」はうまく機能せず、結局はスタッフが主導せねばならない状態であった。理由として、メンバーに係活動に従事したいと思わせるような動機付けを行うことができなかったこと、スタッフがプログラム運営の具体的方法を熟知していなかったこと、プログラムを固定できずメンバーの希望によりプログラムを決定していたことで係活動の打ち合わせが行えなかったことなどが挙げられる。

2011年4月からは精神科リハビリテーションを専門とする医師、作業療法士や精神保健福祉士が新たにスタッフとして加わり、多職種体制でデイケア運営を行えるようになった。プログラムも、月曜日は調理と月に一度の映画、木曜日はSST、金曜日はスポーツと2ヶ月に一度の外出といったように固定することができたことで先の見通しを立てやすくなり、「実行委員会方式」の活動が可能となった。こうしてメンバーが主体的かつ能動的に活動するデイケアの運営をおこなえるようになったことで、各々のメンバーの課題への取り組み方やこなし方、他メンバーとの関わり方においてどのような特徴や問題、長所や短所を持っているかを把握できるようになった。さらに多職種による多角的なアセスメントが可能となり、メンバーの理解をより詳細に深めることができるようになった。こうした正確なアセスメントが可能となったことで、メンバーに合った目標や方針を立てることができるようになり、効果的なリハビリテーションをおこなえるようになった。結果としてデイケア卒業後に復学するメンバーや、アルバイトや障害者雇用として就労するメンバーが増えている。

以下では、当デイケアでの取り組みについて詳述する。

2. 治療構造

①スタッフ

精神科医師1名、臨床心理士1名、作業療法士1名、精神保健福祉士1名の計4名が専従している。

②場所

広さ約160㎡の場所に、キッチン、オープン、テレビ、卓球台等があり、デイケアルームのみでも様々な活動を行うのに十分な広さと設備がある。また大学の施設もあるため、必要に応じてグラウンドや体育館、テニスコートを借りることができる。橿原という歴史ある土地にあるため、近辺には名所旧跡も数多くある。

③開所日、時間

月曜、木曜、金曜の週3日、9時から12時までの3時間の開所である（平成24年度から火曜日も含めた週4日で行っている）。

9時15分までは自由時間で、その後個別活動を10時あるいは10時20分まで行う。個別活動の後にプログラムが行われ、プログラム後に全体ミーティングが行われる。（表1）

表 1

月曜日	木曜日	金曜日
9:15～10:00 個別活動 10:00～11:40 調理実習	9:15～10:00 個別活動 10:00～11:30 SST	9:15～10:20 個別活動 10:30～11:40 スポーツ
9:30～11:40 映画鑑賞	9:15～10:00 個別活動 10:00～11:30 SST	9:15～10:20 個別活動 10:30～11:40 スポーツ
9:15～10:00 個別活動 10:00～11:40 調理実習	9:15～10:00 個別活動 10:00～11:30 SST	9:00～14:00 外 出
9:15～11:30 臨時プログラム	9:15～10:00 個別活動 10:00～11:30 SST	9:15～10:20 個別活動 10:30～11:40 スポーツ

3. デイケア活動の内容

個別活動、調理、映画、SST、スポーツ、外出、臨時プログラム（クリスマス会や卒業式等）を行っており、「実行委員会方式」を採用している。「実行委員会方式」とは、「メンバーにデイケアが「自治」の場である印象を与え、メンバーだけで集団化し、活性化することを促し、その集団が職場や学校などの社会生活場面に近い展開をすること（社会生活場面のモデル）を目指すものである」（宮内、1994）。したがって、個別活動と SST、臨時プログラム以外の各プログラムは担当となったメンバーが運営している。また、デイケアの活動を統括し、毎日行われるミーティングを取り仕切るミーティング係もある。いずれの係も 4 ヶ月を 1 つの単位として行い、個人として、係の担当として目標を定めて取り組んでいる。

具体的にはメンバーがそれぞれのプログラムを担当し、事前に準備し、運営する。この方法によってメンバーが主体的に活動し、その中で自信の回復や達成感、他者との心のこもった結びつきが生まれ成長し、自己評価の向上や他者への関心と呼び覚ますことを狙う。係活動は複数あり、易しいものから難しい係活動へと徐々にステップを踏めるようにしており、それによって社会生活を送ることができるようになるための経験を積むことができる。またこうした活動によって、メンバーの長所や短所、行動の特徴、認知機能等のアセスメントが可能になる。特に認知機能のアセスメントは重要であり、課題処理の際に必要な注意の持続、作業や手順を覚える際に必要な学習、ワーキングメモリを含む記憶力、段取りや時間配分といった実行機能などをデイケアの様々な場面を通して評価していく。正確なアセスメントをすることによって、スタッフが今後の支援の具体的な方策を考え提案することも可能となっていく。どの係活動も担当しないメンバーも存在するが、そうしたメンバーも係活動を担当

するメンバーの活躍や様子をみて、卒業までのステップや見通しを把握することができるという利点もある。

○映画

映画系のメンバーが担当。月に1度実施。

- ①全体ミーティング時にアナウンスを行い、アンケート用紙を配布し、観たい映画とその見どころについて募集する。
- ②後日の全体ミーティング時にアンケートの結果をホワイトボードに書き、見どころを紹介して多数決をとり、上映する映画を決定する。
- ③当日はパソコンとプロジェクターを準備し、上映する。途中、休憩のアナウンスをする。
- ④上映終了後、当日の全体ミーティングで①を行う。

○調理

調理系のメンバーが担当。2週に1度実施。

- ①全体ミーティング時にアナウンスを行い、食べたい料理を募集し、多数決をとり、決定する。
- ②当日までの全体ミーティングで参加人数と買い出し係を確定し、人数分のレシピを作成。買い出し係の人数に合わせて買い物の内容を書いたメモを作成する。調理の手順もホワイトボードに書いておく。
- ③当日買い出し時に、買い出し係のメンバーに購入食材を記したメモを渡す。買い出し後、ホワイトボードに書いてある調理の手順に沿って各担当を決め、調理を開始する。
- ④完成後、食事の号令をし、会食する。
- ⑤当日の全体ミーティングで、①を行う。

○スポーツ

スポーツ系のメンバーが担当。週に1度実施。

- ①全体ミーティング時に、次回実施したいスポーツを募集し、多数決をとり決定する。
- ②当日までにスポーツプログラムのタイムスケジュールを作成し、体育館やグラウンドの予約を行う。
- ③当日、タイムスケジュールに沿ってプログラムを進行する。
- ④当日の全体ミーティングで①を行う。

○外出

外出系のメンバーが担当。2ヶ月に1度実施。

- ①外出先の候補地を3つ程度用意し、それぞれ簡単な概要（タイムスケジュール、活動内容、

費用等）を作成する。

- ②外出予定日の2週前の全体ミーティング時に①で作成した候補地と概要を発表し、多数決を取り、外出先を決定する。当日のカメラ係も募集し、決定する。
- ③外出予定日までに、詳細なタイムスケジュールや活動内容、費用について調べ、作成。完成次第全体ミーティングで発表する。余裕があれば外出のしおりも作成する。
- ④当日、タイムスケジュールに沿って活動を進行する。
- ⑤次回の外出に向けて①を行う。

○ミーティング（ミーティング係は各係を経た後に就任）

ミーティング係のメンバーが担当。日々のデイケアの運営を行う。

- ①来所してすぐにその日のスケジュールをホワイトボードに記入する。
- ②各プログラムの開始のアナウンスを行う。プログラムでは各係の補佐役を行う
- ③9時40分頃に、各係とスタッフを集めてミーティングを行う。ミーティングでは、スタッフや各係の担当者から報告事項や活動の予定について聞き取りを行い、全体ミーティングに備える。
- ④全体ミーティング時、司会進行を行い、各係やスタッフから報告を促す。また、デイケアに関する連絡事項（医学生や看護学生の見学、新規利用者の見学、デイケアの休みの連絡等）はミーティング係からアナウンスを行う。最後にその日の出席をとって、全体ミーティングを終了する。

○臨時プログラム

クリスマス会や卒業式。スタッフが担当。

調理と簡単なゲームを行う。調理については通常の調理プログラムと同様の流れで調理係に手伝ってもらいが、全体のスケジュールについてはスタッフが作成し進行する。

また、撮りためた写真をもとにアルバムを作成し、食事をしながら視聴する。

ゲームはクリスマス会であればプレゼント交換を行い、卒業式ではビンゴゲームといった簡単なレクリエーションを行う。

○個別活動

スタッフ（主に作業療法士）が担当。ほぼ毎日実施。

個別活動は集団に馴染みにくい人やデイケアに来たばかりの人のために、集団の場にながら個別で取り組める活動を行ってもらい、活動を通して徐々に場に慣れていってもらうことを意図している。またその際、「集団」「activity」等を評価・介入をすることでより治療的にかかわり、個別活動を通して認知機能の回復や生活の改善・向上も図っている。

段階としては、まず興味を持てる活動・作業を見つける。集中して取り組んだ作品や活動がデイケアメンバー、家族に認められ、本人のデイケアの動機付け、集団参加へとつながるよう、メンバーの能力に合わせた活動を提供している。介入は手工芸やパソコン作業、デイケアの物品作成を中心に行っている。個人介入であるが、場を共有することで、メンバー同士の自然なコミュニケーションが図れ、他プログラムの集団活動導入を円滑に進める一助となるように働きかけている。

○SST

スタッフ（主に心理士）が担当。週に1度実施。

SSTは社会生活技能訓練と呼ばれており、認知行動療法のひとつである。ロールプレイやモデリングといった行動療法の技法を用いて繰り返し学習を行った後、宿題として実際の生活場面で実践してもらうことで般化を促す。こうした取り組みによって社会適応の改善や生活の質を高めることを目的とする。

当デイケアでは主に基本訓練モデルを行っている。4ヶ月に1度長期目標を定め、さらにそれに基づいた短期目標を毎月設定し、訓練を行っている。

○心理教育

スタッフが担当。年に1度実施。実施する月はSSTと心理教育を交互に隔週で行う。

統合失調症の心理教育プログラムをメンバーに行うほか、家族対象の心理教育も行っている。心理教育を通して疾病理解を深め、本人が主体的に生活を送れるようにし、また対処技能の大切さやそのスキルを伝え、獲得できることを目的としている。内容は、Part1からPart4までの全4回で行い、Part1では統合失調症の経過と回復のプロセスを説明し、Part2では薬の作用について、Part3では薬の副作用について説明をし、Part4では再発の予防と利用できる社会資源についての説明を行っている。

家族心理教育では、メンバーへの心理教育と基本的に内容は同じであるが、本人の苦しさや症状、問題への理解を深めてもらうよう講義を行っている。また講義中心とならないようできる限り家族の体験談を語ってもらうことで体験を共有、共感し合えるように取り組んでいる。そして家族の変容を促し、本人の抱えている問題を軽くしてもらうことで本人の自己効力感の獲得を促し、それによって本人が主体的に活動できるようになることを意図している。

4. 就労支援

スタッフ（主に精神保健福祉士）が担当。

メンバーと一緒にハローワークや作業所見学を行っている。またハローワーク、障害者職

業センターや就業生活支援センターなどの外部機関との連携を図る。実際に外部機関の者にデイケアまで出向してもらい、メンバーに対して就労準備や履歴書の記載方法、福祉機関の利用方法などの説明を行ってもらう。

就労支援に際しては、できる限り本人の意志を尊重するよう心掛け、まず障害者雇用のメリット、デメリットを協同で考え、自分に適切と思われる就労形態について考えてもらう。時にスタッフと本人の意向が不一致となる場合もあるが、スタッフの意向を押し付けないよう努めている。次に就労するにあたって自身の課題を協同で考え、SSTで個別課題として取り組んでもらっている。

5. 事例

Y氏 40歳 男性

家族構成：父親、母親、姉と同居

診断：統合失調症

大学卒業後、会社の事務員として勤務していた。35歳頃から幻聴を訴え、心配した家族とともに近医受診し、統合失調症と診断された。しかしその後通院を自己中断し、家庭内で暴れる等の不穏行動がみられたため当院へ入院となった。入院治療により病的体験は軽快し、3ヶ月後に退院となった。その後、復職はしたものの1年程で再び通院を自己中断し、職場でのトラブルが目立つようになり、退職となった。自宅内では自室に引き籠り、テレビを大音量で聞き、独語が活発となった。38歳時、近隣住民とトラブルとなり、当院へ2度目の入院となった。入院後、規則的に服薬することで幻覚妄想状態の改善を認め、また服薬の必要性を説明するなど病感の萌芽がみられたのち退院となった。退院後、就労を目標としてデイケア通所を開始した。

デイケアには利用開始当初から週3日規則的に通所し、プログラムに参加していた。穏やかな人柄で言葉少なだが、何事にも真面目に取り組むため次第にスタッフからもメンバーからも信頼を得て、係活動にも取り組むようになった。係活動ではまず調理係に就いたが、受動的で自発性に欠け、当初はスタッフのサポートを受けながら係活動をこなしていた。一方で、料理のレシピ作りや買い出し準備に関して具体的なアドバイスや指示を受けると、丁寧に仕事をこなすなど作業能力そのものは保たれていた。また係活動のプレゼン場面でもメンバーに内容を上手に伝える能力があった。慣れるにつれ仕事を的確に把握し、必要に応じてスタッフや他のメンバーとも自発的に相談することができるようになり、最後はスタッフのサポートを受けることなく、調理プログラムを遂行できるようになり、次第にデイケアでも中心的メンバーとなった。その次にミーティング係に就くことになった。就任当初は活動内容が把握できず不安げであり、スタッフと協同にて活動を行っていたが、慣れるにつれミー

ティングの司会進行を1人で考え、また司会時も全体を見回しながら余裕をもって進行できるように、2期にわたってミーティング係をほぼ独力で行うことができるようになった。

こうして係活動を1年間にわたってこなすことにより徐々に自己効力感が高まり、作業処理や処理速度などの認知機能の改善を認めた。また対人場面でも表情が豊かとなり、自ら他者との交流を増やし、集団活動を楽しむようになった。課題であった受動性や自発性の低さも係活動開始前と比べて改善がみられた。以降、デイケア導入時の目標・希望であった就労に向けての活動を中心に取り組んだ。

しかし就労に向けての活動では、係活動では十分にアセスメントできなかったことが明らかとなった。精神保健福祉士とともに県内の障害者就労面接会に参加した際、質問に対する返答はある程度は的確であったが、デイケアで培った経験や実績、過去の職歴や資格といった強みを話せず、自己アピールの不十分さが伺えた。また、本人の元々の能力の高さや障害の軽さ、プライドがあり、一般就労を望んだり、就労を希望する企業を高望みする傾向があった。そこで心理教育やハローワークの職員の説明会に参加してもらうことで、自分がどんな時に調子を崩し、そうした時にどのように対処をすれば良いかについての理解を深めてもらった。またオープン就労やクローズ就労それぞれのメリットやデメリット、障害者の就職活動についても学習し、SSTでは面接の練習等を行い、自己アピールの課題に取り組んだ。こういった取り組みのなかで就労活動当初は高望みする傾向であったが、「障害者職業センターで就労訓練を行ったうえでじっくり自分に見合った就労を考えたい」と述べるなど変化がみられた。

現在は活動の場をデイケアから障害者職業センターへと移し、オープン就労に向けてのトレーニングを終え、幾つか就職面接も受けている。そして先日、事務職員のパートタイマーとして採用された。

6. まとめ

開設当初は登録者3名しかいなかったが、現在は50名程にまで増えている。また先述したようにスタッフの数も平成24年度から4名が専従となり多職種体制となったことで、デイケア活動の内容もバラエティーに富んだものとなり、多面的な評価や支援を行えるようになった。結果として就労や復学につながるメンバーが増え、現在デイケアに通所しているメンバーも意欲をもって活動できている。

今後はこれまでの取り組みを更に拡充させることにより、就労や就学へとつながるメンバーを増やし、メンバーが将来に希望をもてる手助けを行えるよう努めたい。

<引用文献>

宮内勝 (1994) : 精神科デイケアマニュアル 金剛出版 pp46.