



2012.6.30 発行

めんたるねっと

YMSN 情報誌

(特定非営利活動法人) 横浜の外国人サービスネットワーク

第33号

Vol. 9 No. 1



記念講演の報告 リカバリー時代の精神障がい者支援～英国の動向から～ 1



SSTの現場から 岩手より、県立病院での SST 実践報告 3



就労の現場から 社会適応訓練から職場実習事業へ 5



被災地訪問 心が通じる継続的な関わりを～福島レポート 7



予定・報告 9

記念講演会「リカバリー時代の精神障がい者支援～イギリスの動向」

はじめに

5月27日、YMSN第12回総会の後に行われた表題の記念講演会に参加しました。現在聖学院大学教授である講師の助川征雄氏は民間の精神科病院を経て神奈川県公務員在職時に神奈川県海外派遣研修に応募し、退院して地域で暮らす事をあきらめている日本の精神障がい者の現状改善になる手本を探しに、ケンブリッジ精神科リハビリテーションセンター(フルボーン病院)等に実地研修に行ったそうです。最初の1977年には病院の中にあったグループホームが87年には外にあったとのこと。その後、毎年のようにケンブリッジを訪ねているという助川氏のイギリスの精神保健の2時間の講演はあっという間でした。助川氏の講演の趣旨は次の通りです。

社会情勢と保健・医療・福祉サービス

イギリスでは経済不況が深刻であり、昨年8月には暴動が多発したが、医療・保健・福祉・教育等の無償化は保たれ、社会福祉は基幹産業の一つであり続けている。

サッチャー首相は、無駄を徹底的に省き赤字経済を立て直し、福祉施策の民営化を促進した。1990年には「HNSおよびコミュニティケア法」が成立し、ブレア政権では医療や福祉の質を上げ、

ケアラー(家族介護者)への支援法の制定など、多方面にわたる積極的な取り組みがされた。キャメロン現政権の国家戦略指針の中で「精神保健は健康に不可欠」を掲げ、その中の中心理念として『リカバリー』を明記した。

リカバリーとエンパワーメント

セルフヘルプグループ活動から始まったファウンテンハウス(クラブハウスモデル)運動を源流に「黒人のエンパワーメント(Black Empowerment)」、「公民運動」や「マイノリティの社会復権運動」等、偏見や差別で制限された黒人たちの潜在的な可能性の覚醒と社会からの解放と再編への意欲が、公民権の獲得や制度改革、社会的差別の全てのマイノリティの復権の大きな礎となる。また精神科リハビリテーションの実践は「精神障害の原因を明らかにし、予防し、最小にすると同時に、個人が自らの才能を伸ばしそれらを利用して、社会的役割の成功を通して自信と自尊心を獲得する過程である」とし、問題や欠陥ばかりに目が行く従来の実践から強みや潜在能力、社会資源の可能性に着目する「ストレングスモデル」や「リカバリーモデル」とその実践に結実した。

具体的な取り組み

リカバリー理論を具体的な支援体制とするた

リカバリーの3つのレンズ(新しい「哲学」)の必要性

精神病をかかえて生きている人々へ援助に際しては、ナラティブ(物語)を大切に与える。

その際、3つの視点(レンズ)でクライアントを見る事が大切である。

1. Hope 自分で決めた人生は可能だと信じ続ける事
2. Control 意志決定の意志を持つこと。自分でコントロールできると信じる事、自分の意志以外の力で治療させられているから自分で駄目だと思こんでいる。専門家はドーパミンが出過ぎている。本人がうまく生きていければそれでよい。「うまくいく」ということが大切。
3. Opportunity 病気を超えた人生に気づく事。患者という考えを持ちたくないが、上手くいっている人は病気である事を認め上手く治めている。病気は一部・他の普通の人と同じもの(機会)が必要

めに、「ImROCK」プロジェクトを編成し、変革の10項目を掲げて地域組織（NHS トラスト）に適用し、2年がかりの組織変革を行っている。50州中30州で再編が進められている。その目的は職員にリカバリー論の必要性を自覚させ、組織を変革するためにピアサポートワーカーによるトレーニングやチェックが行われるものである。また、ピアスペシャリスト養成の「リカバリー・カレッジ」などのプロジェクトもある。

イタリアにはバザリア法により、精神科病院を失くし公的地域精神保健サービス網がある。イギリスでは1970年代から15年かけてベッド数を減らし、今では社会的入院に罰金を科している。無謀に減らしたわけではなく、不調の際、適切な治療が家庭で受けられるような方法が地域に張り巡らされており、かかりつけの家庭医のような感覚で訪問型サポート、早期介入チーム、ACTなどの体制が整っている。早期発見と介入と治療が徹底しているため、若年層の復学率は7割である。

イギリスには生活主権者として国民を尊重する土壌と公的な責任において国民と well-being を希求し続ける伝統がある。クラーク勧告では斜陽のイギリスに学ぶものは無いとしたが、イギリスの様々な取り組み、特にリカバリーをベースとした構造改革には有用な示唆がある。

終わりに

総会と研修会終了後に懇親会がありました。自己紹介と研修の感想として、私は年齢不相応のPSW 3年目の駆け出しであり、人生の夢や希望を叶えたいけど自信がない自分が、3つのレンズの一つにあった利用者さんの「Hope」を信じ、応援できるだろうかと伝えたところ、助川氏は「あなたは謙虚な人なのですね。あと、ユーモアが大事ですよ」とおっしゃいました。自分の顔が引きつっていたのかとの想像が頭を巡り、謙虚とユーモアはその時にはつながらない言葉でしたが、助川

氏の柔和な表情とその言葉は印象に残りました。その後、助川氏の「ふたりぼっち—精神科ソーシャルワーカーからの手紙」を購入して読み進めた中に、フルボーン精神科病院でD.H. クラーク院長の部屋を初めて訪ねた際、川崎大師のだるまをお土産として差し出し、七転び八起きの解説やこの病院を再度訪ねる事ができたら片目を入れると話をした際、「君はユーモアがある。人生にユーモアは不可欠だ」と喜ばれたというエピソードが書かれてあった。ここで、助川氏から言われた言葉が重なりました。

三大疾患といえば日本では、がん、急性心筋梗塞、脳卒中ですが、イギリスでは悪性疾患、心臓疾患と並び、「精神障がい」だそうです。「ふたりぼっち」の本は2002年3月に発行されており、分裂病という名称になって記載がされていました（その8月に統合失調症に変更されています）。イギリスにおいて逼迫した赤字経済から脱却し、アメリカ等のリカバリーやストレングス理論を取り入れ、社会福祉の基幹産業として、また、人々の安心した暮らしの根底として精神保健を位置づけて改革が進められてきた歴史に触れられました。同じ10年でも、日本の精神障がい者の歴史とイギリスとはかけはなれたものに思えました。これは風土の違いだけでしょうか。そして、助川氏のイギリスの研修に行くまで、そしてそれからの30年の実践や研究にふれ、一現場のPSWとして、これから、何が出来るのかを考えています。

金沢区生活支援センター 藤澤房枝

参照：「イギリス・ケンブリッジ州における精神障がい者支援に関する経年的研究（2）助川征雄：聖学院大学論叢代24巻代2号2011年」の抜粋による当日配布資料、
「ふたりぼっち—精神科ソーシャルワーカーからの手紙—」助川征雄著（樹万葉舎）

岩手より、県立病院でのSST実践報告

佐々木 敬（SST普及協会北関東支部 副支部長 岩手在住）

皆さんこんにちは。

岩手から YMSN の会員になりました佐々木敬と申します。とりあえず、SST 普及協会の全国世話人と言うのと、北東北支部の副支部長というのを半分騙されて？ やっています。去年、SST 普及協会の認定講師にも合格しました。岩手には工藤一恵さんという大御所が存在していますので、私は陰に隠れて SST 普及の草の根運動に徹しています。

私の勤務する病院は、県立の精神科単科の病院です。以前は408床のベッド数がありましたが、今は315床まで減少しています。原因は田舎という環境と、医師不足によるもの？ だと院長は言っていました。が、以前は16人の医師がいたのですが、現在は研修医を含め9名の医師となっています。それでも最悪の頃よりは2名増えました。看護師も新人の採用が数年なかったのですが、今年は急に6名もの新人看護師が採用になりました。岩手は県立病院が27もあるせいか、第一線を越えた人たちがよく転職してきます。新しい知識を備えた人たちは基幹病院の方へ採用されるケースが多いように感じます。

話はだいぶそれでしたが、SSTは1993年から病棟で導入しています。平成18年に病院が新築移転するまでは、全部の病棟（この当時は5病棟ありました。）で実施していました。新築移転に伴って、センター方式に切り替え、全病棟（病棟が7病棟に増えました）で集まって行う形になりました。電子カルテも同時に導入となり、私は

2012/6/2 研修会の様子秋田の ALVE にて



SSTのことと、SSTに関連した電子カルテの部分に関わってきました。現在の当病院のやり方は、私が導入したといってもいいと思います。果たしてこれがよいのかどうかはわかりませんが……。当時は、社会生活に目を向けたセッションと、なかなか退院が難しい方たちのセッションと2グループで行ってました。看護科が中心となっていました。が、他職種で関わりの持てるセッションとしてかなり有効だったと思います。3年前にリハビリテーションプログラムになり、外来患者も参加するセッションになりました。その当時は私も退院促進病棟に在籍しており、社会参加のプログラムの策定や実施に取り組んでいました。地域移行支援特別対策事業のモデルケースになったのですが、要望していた退院準備プログラムのDVDの購入が漏れてしまい、独自プログラムで対応していったのが今でも思い出されず。毎週金曜日（当時木曜日）にリハビリテーション科と看護科が1時間ずつづつ使って、心理教育

的アプローチを仕掛け、モデリングを多用した行動療法的プログラムを開始し、患者さんからもなかなか好評だったことを覚えています。その当時は必死で行っていたことですが、今思うと、よくやれたなという印象です。

現在は、SSTのセッションも週1回1セッションで行っています。メンバーは外来患者と病棟患者の混合グループですが、これがまたいい味を出しているグループです。大体は退院促進病棟から退院した患者が、そのままグループに残っているのですが、ものすごくほめ上手な方や、的確なアドバイスをしてくれる方などがいて、新メンバーも安心してグループにいられます。プログラムとしては、カードセッション、ステップバイステップ、基本訓練、問題解決といった感じに週替わりで行っています。ただ、私の認定講師のビデオのモデルケース2（シミュレーション審査でした）をやってくれたメンバーが、「相談があるんだけどいい？」と言った2週間後に事故で他界してしまいました。いろいろ問題を起こしては頼ってきて、私としてはとても印象のあった方でした。その方に認定講師になった報告ができなかったのが今でも残念でなりません。

現在勤務している病棟は急性期治療病棟です。まだ、移って数カ月ですので動けない状況が続きますが、時期を見て、急性期のSSTに着手しようと考えていました。若手の育成など次々に重責がかかってくる年代でもあります。来年の岩手のSST普及協会経験交流ワークショップの実行委員長などもやっていますので体を壊さないように注意していきたいと思います。YMSNの皆様にはぜひ岩手に来ていただいて、じゃじゃ麺、盛岡冷麺、わんこそば、ついでに平泉を堪能していただけたらと思っています。復興も半歩ずつくらいしか進みませんが着実に前に向かって進んで

います。なかなか、研修などにも参加できない状況ですが今後ともよろしく願います。

ちなみに、8月25日に認定講師としての初研修を迎えます。私の研修で良いのだろうかと思いますが、頑張ってみます。



社会適応訓練から職場実習事業へ ～ 就労を目指して ～

「制度職親」をご存知ですか？ 今でこそ障がい者雇用に精神障がいの方も含まれるようになり、就労している方も年々増えてきています。しかし、そこに至るまでは、長年にわたり当事者の方々の「働きたい」思いを支えた職親さんの存在がありました。精神障がいの方は、福祉制度の対象にはならず利用できる福祉サービスもほとんどありませんでした。職親制度は、貴重な訓練・体験の場でした。社会貢献という言葉が当然のように言われるようになったのは、ここ数年のことではないでしょうか？ 職親さんたちは30年前から取り組んでいたこととなります。

その後職親制度は、名称が「社会適応訓練」と変わりました。精神障がいの方々も福祉サービスを受けられる対象となり障がい者手帳も取得できるようになり就労を目指す訓練機関もできました。訓練の場を選択できるようになりました。

社会適応訓練の役割の見直しや、財政的に厳しい等の理由から廃止となった地域もあるようです。

そのような状況の中、横浜市が取り組む新しい訓練制度について報告したいと思います。精神障がいの方を対象とした社会適応訓練と主に知的・身体の障がいの方を対象とした横浜市職場体験実習・就労準備実習を一つにまとめ「横浜市職場実習事業」となりました。(23年3月をもって社会適応訓練の名称はなくなりました。)

この事業の目的は、「就職に向けた訓練」としてあります。実習を体験したことで次のステップに

取り組めるようにします。事業を一つにまとめたことで協力事業所・職種・実習先が豊富になり希望職種に沿った体験ができるようになりました。訓練期間を6カ月と限定せずコース別に期間を柔軟に設定できるようになりました。コースは、次の2つのコースに分かれます。

チャレンジコース

期間：1カ月以内・最長3カ月

利用をする際のイメージ：就労経験のない方・長期間離職状況にあり就労に対して実際に体験することでイメージを作っていくのに役立つ。また、自分に合った職種を確認する。

ステップアップコース

期間：3カ月以内・最長12カ月

利用する際のイメージ：安定して働き続けること・決められた日時に通うことに不安がある方。一定期間、決められた場所や日時に通うことができるかを確認する。

「横浜市職場実習事業」の利用相談・申し込みは、横浜市内の各障害者就労支援センターが担当します。

職場実習を希望される方は、

- ① 就労支援センターに連絡をします。
- ② 協力事業所一覧の中からご本人が体験したい職種・事業所の所在地を確認します。
- ③ 希望する事業所の見学に同行します。
- ④ 実習事業所・コースが決定したら具体的な実習日数(1週間に何日・1日何時間)と一緒に考えます。

⑤ 実習のスケジュールを事業所の方と確認し実習がスタートします。

(詳しくは、各区就労支援センターへお問い合わせください)

実習の最終目標をどこに置くか。それを達成するためには、まずはできそうな目標から段階を踏んで組み立てていきます。そのためのスケジュールを職員と相談しながら進めることができます。定期的な訪問で実習での様子を見せていただきそして、事業所の担当者の方から評価を伺いできていること、もう少し力を付けて欲しいこと等を整理します。そして、振り返りを行い次の目標へとステップアップし最終の目標が達成できるようにします。

就労の経験のない方や長期間就労から離れている方は、この制度を利用し今後就労に向けてどのような準備が必要なのかを確認することができます。就労に向けた支援を行っている事業所や就労準備訓練「トライ」など利用できる機関の情報を提供できます。

申し込み窓口が各区保健福祉センターから就労支援センターに変わったことで実習の目標が

「就労を目指す」と明確になりなりました。就労支援を専門とする就労支援センターの職員が、手厚くかかわることにより訓練の成果が就職に結びつくことを期待しています。

申し込みは、各就労支援センターです。まずは、電話でご相談ください。

職親制度 1970(昭和45)年「東京都の精神衛生職親」制度としてスタートした。東京都より遅れること10年、国は精神障害者職親制度検討委員会(委員長・菅又淳=東京都立精神衛生センター長)を設け、職親制度が精神障がい者の社会復帰にも地域社会の開発にも有効との報告書をまとめた。その結果、1982(昭和57)年4月、厚生省公衆衛生局長の通知により、「通院患者リハビリテーション事業」(実施主体は都道府県:1/2 国庫補助対象事業)が開始され、13年を経て「精神保健福祉法」のなかに、精神障害者社会適応訓練事業として1995(平成7)年に法定化された。しかし、平成15年度からは国庫補助から地方交付税で措置されることになり、一般財源化されたのである。

(YMSN 中島 契恵子)

横浜東部就労支援センター	所在地 電話	横浜市神奈川区西神奈川 1-1-3 アートビル 4F 045-312-5123
横浜南部就労支援センター	所在地 電話	横浜市磯子区新杉田町 8-7 (福)電機神奈川福祉センター4F 045-775-1566
横浜北部就労支援センター	所在地 電話	横浜市緑区中山町 306-1 ミヨシズ・シードビル 405 045-937-3384
横浜西部就労支援センター	所在地 電話	横浜市旭区柏町 36-15 柏ハーモニビル 202 045-390-3119
横浜戸塚就労支援センター	所在地 電話	横浜市戸塚区戸塚町 4111 吉原ビル 2F 045-869-2323
横浜中部就労支援センター	所在地 電話	横浜市西区平沼 1-38-3 横浜エムエスビル 4F 045-350-2044
横浜上大岡就労支援センター	所在地 電話	横浜市港南区上大岡西 2-10-21 045-844-4402



被災地訪問から

心が通じる継続的な関わりを ～ 福祉までのボランティア体験から ～

上大岡メンタルクリニック 渡部 恵梨子

ボランティアでの出来事

今年の4月21（土）に福島県福島市にある、NPO法人「花見山を守る会」（以下、花見山を守る会）のボランティアに筆者を含め、3人で参加しました。その中で、被災地の方へのメンタルサポートでは、心が通じ合えるような、継続的な関わりが必要だと感じました。

花見山を守る会は、福島市の市街地から約4～5kmの距離にあります。平成17年4月より設立し、花見山の自然保護活動や地域貢献などの活動を積極的に取り組んでいました。去年の3月11日の震災を機に、チャリティーバザーやふれあい茶屋「さくら」の運営、花見山周辺歩道の除染作業、震災のケアとして保育園、幼稚園、小中学校、施設などを対象に物資の支援などのさまざまな震災復興活動を行っています。

今回、私は震災孤児支援（バザーの売上金を震災孤児の支援金に充てている）として、被災者限定のチャリティーバザーを担当しました。具体的には、全国から送られてくるタオル、下着、洋服、洗剤、食品などあらゆる日用品に、値段付を付け、会計をして、欲しい方には無料でのミネラルウォーターを渡すという内容でした。

バザーを利用される方は、夫婦や親子、ひとり買いにきている方などさまざまでした。また、大量の買い物や遠方から来ている方は、バスや車を利用してバザーに来ているようでした。

私たちは、バザーで、二人の女性のお年寄りに出会いました。バザーでは、定価の半分からいり、売っていることをもあり、洗剤や食べ物、掛け布団など、とてもたくさん買って、2人あわせてゴ



ミ袋3つにもなるほど買っていました。さらに、無料で貰える2リットルのミネラルウォーターを6本も受け取り、お年寄り2人では持ちきれない程になっていました。

急遽、私とYMNS会員の2人で、荷物運びを頼まれ手伝うことになりました。

お年寄り方は、自宅まで、大荷物を持って歩いて帰ると言いましたが、私たちが持ってもかなり重たかったので、半ば強引に家まで運ぶことにしました。歩きながらよくよく話を聞くと、3年ぶりに花見山にきたそうで、途中で自宅までの順路がわからなくなり、道に歩いている人に尋ねながら歩きました。

さらに、お年寄りの1人は足が悪く、歩くのにも時間がかかり、歩いては、休みの繰り返しをしていると30分以上も経っていて、お年寄りも、私たちも、歩き疲れてしまいました。

なんとかして、お二人が住んでいる自宅がある地域が見えかかったときに、お年寄り方から、「もうここでいいです」と言われ、足を止めました。「何故ですか？」と聞き返すと、お年寄りからは「こんなに物を買って、見ず知らずの人に運ばせ

て、近所の人になんて言われるか、わからない」と返ってきました。何度か、「重いので運びます」と説得してみましたが、「ご近所の手前、してもらっては困る」と頑なに断られたので、自宅からあと10分くらいのところまでで別れました。

その後、花見山を守る会のボランティア担当の方に報告すると、ご近所の目が気になると言って別れたことに対し、とても驚かされていました。

感想

お年寄り方が、なによりもご近所の人を目を気にして、家に他人を寄せ付けなかったことにとっても驚きました。

横浜などの都市に比べて、福島県は拡大家族が基盤となって生活しているため、家族の問題はその家族で解決してきた風習が深く影響し、よって、見知らぬ他人は、部外者扱いされてしまうようにも感じ取れました。

また、福島県では自然的の地縁的なまとまりを生成させ、さまざまな生活基盤が、地縁的に影響してきたことによって、1つの共同体（地域）としての意思が強いことも、部外者扱いとなってしまう要因だと考えられます。

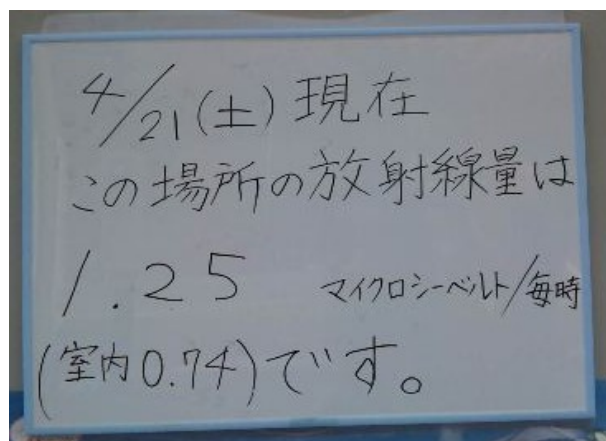
しかし、これでは、何か困ったときに、なんらかのサポート（大きな枠でいうと、精神保健福祉サービス）を受け入れて貰えないのではないかと不安がよぎってしまいます。

震災から1年が経ち、ハード的な復興が進み、さらにこれから、メンタルなサポートが今よりもっと必要となるときでさえも、サポートをすることは困難であると思います。継続的なサポートをするためにも、サポートを始める前の準備段階から重要であると実感しました。

私のような、地震の影響をひどく受けていない者が、本当のサポートできるのかはわかりませんが、心が通じ合えるように関わっていったら良いなと思っています。

今後は、心が通えるようになるために、1度だけではなく、継続して福島県の方々をはじめとする震災の影響を強く受けた方々と関わりを持ち続けていきたいと思いました。

今回、たった1日のボランティア体験でしたが、快く受け入れて下さった「花見山を守る会」の皆さま、花見山で出会ったたくさんの方々、一緒にボランティアに参加した方々に、心からお礼を申し上げます。



この写真は花見山のお土産売り場の入口にあったものです。まだ、震災の影響は色濃く残っていました。

事故収束後の汚染による被ばくの基準値（1 - 20mSv/年）に該当します。国は、長期目標として1 mSv/年と設定しています。

【参考資料】

「新版 社会福祉士養成講座 社会学 第2版」
P33～P44

原子力安全委員会資料「放射線防護の線量の基準の考え方」 平成23年4月11日

研修会のお知らせ

<p>■精神保健福祉研修会 参加費 1回 500円 (年間4,000円)</p> <p>日 時 : 毎月第2金曜日(全12回) pm. 7:00~8:30</p> <p>場 所 : YMSN研修室 (上大岡駅 徒歩5分)</p> <p>内 容 : 「住まい」を考える ホームページをご覧ください http://forest-1.com/ymsn/</p>
<p>■SST(生活技能訓練)研修会 参加費 1回 1,000円 (年間 7,000円)</p> <p>日 時 : 毎月第3木曜日(8月・11月休会 全10回) pm. 7:00~9:00</p> <p>場 所 : 横浜市総合保健医療センター 講堂</p> <p>全体会 : 「精神障がいと回復」リバーマン著書輪読会</p> <p>分科会 : A. モジュールを学ぶコース B. リーダー体験コース C. ビギナーズコース</p>

当事者のためのグループ活動のお知らせ

詳細は各支援センターへお尋ねください

就労講座	港南区生活支援センター	毎月第3水曜日(原則) pm. 2:00~3:00
	泉区生活支援センター	日程についてはお問い合わせください
就労フォローアップミーティング	YMSN	OB会の開催(不定期)
SST	YMSN(就労者のSST)	毎月第1土曜日 pm. 1:00~2:30
当事者活動	めんちやれ	就労している当事者活動(年4回)

会員について

会員を募集します。YMSNの活動を応援していただける方は会員になってください。(会費 正会員年間5,000円)

会員は、研修会(上記案内)への年間参加費が割引になります。

精神保健福祉研修会(1,000円) SST研修会(3,500円)

会員へは、情報誌が無料配付されます。

正会員5,000円(個人) 賛助会員12,000円(団体)

(正会員・賛助会員にはYMSN情報誌を無料配付)

振込先: 郵便振替口座 00250-6-71607

横浜メンタルサービスネットワーク

季刊 YMSN情報誌 Vol.9 No.1

めんたるねっと 第33号 2012年6月30日発行

間購読料1,000円(年4回発行) 1冊頒価300円

発行: NPO法人 横浜メンタルサービスネットワーク

理事長 鈴木弘美 編集代表 森川充子

〒233-0002 横浜市港南区上大岡西 1-12-3-204

TEL 045-841-2179

FAX 045-841-2189

<http://forest-1.com/YMSN/>

e-mail: YMSN@forest-1.com

印刷: 横浜市総合保健医療財団

就労移行支援事業所 港風舎