



2015.10.31 発行

めんたるねっと

YMSN 情報誌

(特定非営利活動法人) 横浜のケア・ネットワーク

第46号

Vol. 12 No. 2



医療の現場から 藤沢病院を訪問して～作業療法士が中心に活躍..... 1



就労の現場から 横浜市の障害者就労支援施策の「現場」から 3



地域の取り組み ゆかり荘を訪ねて～自立を本気で望む方に 5



SST の現場から 地域活動支援センター青桐茶房でのSST 7



予定・報告 9

藤沢病院を訪問して ～ 精神科デイケア・入院 OT の話から考えたこと ～

去る、10月14日（水）の夕方に、藤沢市にある精神科病院「藤沢病院」を訪問させて頂きました。藤沢駅からバスで10分程度の立地にあり、敷地内に入ったところから、「精神病院」のイメージを払拭する、明るくきれいな建物にまずは感動させられました。同様に、待合室、中庭も、新しく、デザイン性にも富んでおり、病院の待合室とは思えないくらいに明るい空間が広がっており、診療受付を背にすれば病院ではない様でした。施設の素晴らしさは、この後も何度もびっくりさせられることになり、そのことだけを取り上げて原稿が埋まってしまうので、ここまでにしたいと思います。

藤沢病院は1931（昭和6）年に鎌倉脳病院として開設され、1962（昭和37）年に現在の藤沢病院へ改名して現在に至る、長い歴史を持った病院です。入院施設としては精神科急性期治療病棟1病棟、精神科療養美容等6病棟、認知症治療病棟1病棟の合計480床を持ち、急性期から慢性期まで幅広く対応できるノウハウも有しています。1995（平成7）年には、地域の要望に応え、介護保険施設である介護老人保健施設「清流苑」をオープンし、認知症治療にも対応しています。そして本日の訪問の目的である精神科デイケアは、1980（昭和55）年にスタートし、医師、看護師、作業療法士、精神保健福祉士、臨床心理士等のスタッフで運営されています。最近では、市民向けの公開講座を行ったり、うつ病休職者等のための復職支援プログラム（リワーク）を開催したりするなど、より地域のニーズに合わせたプログラム活動に努めており、まさに、地域に根差した精神科病院

待合室から→



←藤沢病院

と言えます。

当日は、作業療法士の澤口勇さん（訪問サービス室）、北島智恵子さん（リハビリテーション課作業療法科）、西前英紀さん（リハビリテーション課デイケア科）の3名に対応させて頂きました。「作業療法士が一度に三人もいる」と、その時にも感じましたが、リハビリテーション課のフロアに案内して頂き、まず目に入ったのが、『ナースステーション』ならぬ『作業療法士ステーション』でした。そのフロアには、同じユニホームを着たリハスタッフ（入院 OT スタッフと精神科デイケアスタッフが同席している職員室）の方々が大勢居られました。一見すると誰が精神保健福祉士か、作業療法士か、看護師かわかりません。看護師は病院の中でも最も数の多い職種といえますが、作業療法士は、病院の中でも希少な職種。それがワンフロアに介しているところを拝見するのは初めてで驚きました。その後見学させて頂いた、入院 OT（作業療法）室もデイケア室は患者さんの障がい特性や目的・目標に合わせたレイアウトとなっており、人員、施設共に、充実した環境でした。

現在デイケアには、藤沢病院に通院されている

調理室 →



←デイケア室

方が9割、他1割が他院からの紹介の方が利用され、一日延べ人数60～70人が利用されているとのこと。通常デイケアで行われているような、カラオケ、手工芸、茶室など余暇的な活動がとて豊富な印象を持ちましたが、その一方で、心理教育、リハビリやストレングスに着目し、IMR、CBT、サイコドラマなども行っているなど、症状や年齢層に合わせて幅広く受け入れられる体制が整っていると思いました。施設がきれいなだけならもしかしたら他にもあるかもしれませんが、このデイケアで、特に素晴らしいと感じたのは、実際に働く作業療法士をはじめとした全リハスタッフが、設計の段階から関わっているというお話です。訪問時間帯が夕方だったため実際の活動場面（メンバーさんの、この充実した施設を使って活動している様子や、職員の関わりなど）を拝見することは出来なかったのですが、建物を立ち上げる段階から関わることで、利用者にとって、よりの確で最善なプログラムが提供できている施設であると感じました。近年では、メンバー構成も、数年前に比べ変化が見られています（それはデイケアだけでなく、筆者も関わっている職業訓練でも感じられることです）。誰かと関わりたい、話をしたいという人が増えているという印象があります。そういった新しいタイプの利用者

と、そうではない方が混在している中で、デイケアというグループでその力動を大事にする関わりと、より個別重視していく関わりの両方が重要視され、そこに携わる治療者の役割も、日々変化しています。実際に20年前に比べると、利用者の層は、回転層と定着層の二極化も進んでいるとのことでした。リハビリテーションプログラムはチームで日々検討していると思いますが、藤沢病院では作業療法士が担う役割も多く、非常に専門性が発揮されていることを施設からも、職員数からも強く感じました。

最後に、澤口さん、西前さんに、なぜ作業療法士になったのか？ という質問をしてみました。

「高校時代に祖父が脳梗塞になり、その回復の経過の中でリハビリテーションに触れる機会があり自分自身で施してみたかったから。また学生時代に良いバイザーとの出会いがあったことも影響している」とのこと。西前さんは、「姉が理学療法士。リハビリテーションの面白さはそこから得た」とのこと。二人とも、『リハビリテーション』という言葉が入っていることが作業療法士という職業らしく感じました。リハ re（再び）+ habilis（適した）、「再び適した状態になること」「本来あるべき状態への回復」という意味を持ちます。身体的、精神的、社会的に最も適した生活水準の達成を可能とすることによって、各人が自らの人生を変革していくことを目指し、かつ時間を限定した過程とも説明されます。その時間を限定した過程の中で何を提供していくのかということ（ソフト面）を、充実した施設（ハード面）に感動しながらも、改めて考える時間になりました。

案内して頂いた三名の作業療法士の皆さん、リハビリテーション課の皆さん、ご協力ありがとうございました。（YMSN 柴 友美）

横浜市の障害者就労支援施策の「現場」から… ～現場感覚をもって、施策に繋げたい～

横浜市健康福祉局障害企画課就労支援係長 江原 顕

1 はじめに

私は、今年の4月に当職に就きました。前職は区役所、障害者施設で、その前にも障害のある方の就労支援に携わっていましたので、数年間ではありますが時代の変化を感じます。そんなことも本稿でお伝えしたいと思います。

2 なぜ就労支援を進めるのか

さて、私が障害のある方の就労支援施策を進めたいと思う動機は、単に障害のある方にその人らしく生きてほしいとか、社会保障費を削減したいとかだけではありません。就労支援が差別や偏見のない社会につながる有効な手段と信じているからです。

以前、区役所で障害者支援を担当している頃、あるNPOが精神障害のある方を対象とした地域活動支援センターを作ろうとしていた動きに、反対する住民がいました。住民説明会では、「こういう施設は人里離れたところに作るべきだ」とおっしゃる人もいました。

私もいろいろ発言を試みましたが、頭の中で「障害者は自分とは違う、異質で危険な人だ」とレッテルを貼る人に対して、私の「正論」がまったく通じないという悔しさと虚しさを味わいました。

このような経験などから、障害のある方を実際に目にしてもらう必要があり、そのために、ハンディを抱えつつも努力して仕事をする姿を見て

もらったり、あるいは一緒に汗を流して働いてもらったりすることが不可欠であると、強く考えるようになったのです。

知的障害であれば、小中学校に個別支援学級があるなどで子どもの頃から接する機会が増えてきています。しかし、思春期から青年期に発症することの多い精神障害については、なかなか子どものころに接する機会がありません。病気への誤解もあります。

そこで、働くことを通じて触れ合うことが重要になるのです。もちろん、ただ雇用しても理解は広がりません。あるとき私は、障害者向けグループホームの開設を反対している方から、「私は差別をしている訳ではない、現に私が勤務している会社では障害者雇用をしている」と聞き、開いた口が塞がりませんでした。やはり触れ合うことが大事です。

先に「差別や偏見のない社会」と言いましたが、障害者差別解消法の施行や障害者権利条約の批准により、これから社会は大きく変わる可能性があります。今まではハンディキャップの責任を本人に持たされていましたが、今後は社会に問題があるとはっきり言えるようになります。このことを追い風にして、誰もが普通に地域で生活できる社会を目指したいと思っています。

3 どのように就労支援を進めるのか

では、横浜市役所としてはどのように就労支援

を進めていくのでしょうか。

今年度、市役所は「第3期障害者プラン」を発表しました。障害者基本法と障害者総合支援法に基づく、27年度から32年度、6年間の計画です。これを読むと、市役所が何をしようとしているのか知ることができます。

例えば就労であれば「テーマ5 働く・活動する・余暇を楽しむ」という項目があり、取り組みの方向性として「就労支援の促進と定着支援」「関係機関との連携を強化」「企業等に対する障害者雇用促進のための啓発」などを掲げています。

ここでポイントの一つとして、定着支援があります。障害者雇用促進法により、国が企業に対し法定雇用率（2.0%）達成を強く指導していることもあり、従前に比べて就職のハードルは下がっています。特に、精神障害のある方の就職は増えています。

しかし、離職が多いのも事実です。それも本人が新たな仕事を求めるなど前向きに離職するのならよいですが、職場との不適合や職場側の不十分な対応などにより離職を余儀なくされるのは問題です。定着を支援することがより重要になるでしょう。

次のポイントは関係機関との連携です。市役所としては、市単独事業の「障害者就労支援センター」を中心に就労支援を進めていますが、前述の就労支援・定着支援のニーズ増に伴い、就労支援センター以外の機関と連携を進める必要性が高まっています。特に、障害者自立支援法（今の総合支援法）の福祉サービスとして新たに加わった就労移行支援の事業所や、精神障害の場合は医療機関との連携を強めなくてはなりません。

企業に対する啓発も大きなポイントです。障害者雇用が進めば、従来であれば福祉・医療関係者

で抱え込みがちになっていた障害のある方が、もっと社会進出できます。初めは雇用率達成のために取り組んだ企業も、実際に障害のある方と一緒に働くうちに、普通の人として関わるようになり、さらに雇用が進んだ、という例も増えています。

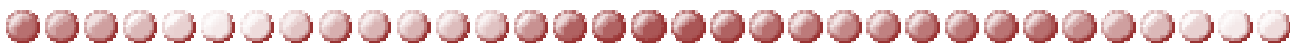
啓発という意味では、企業での雇用だけでなく、障害福祉事業所や障害者施設における福祉的就労も重要です。もちろん、一般就労の希望や能力のある人を、事業所が抱え込んではいけませんが、一般就労＝○、福祉的就労＝×という単純な図式にしてはならないと思います。

事業所が、地元のお祭りや防災訓練等を通じて地域と繋がることにより、障害のある方が自治会や地区社会福祉協議会、一般住民と触れ合う機会になります。グループホームはいわば普通の家ですので、公然と積極的な啓発活動を行うことは難しいですが、福祉的就労の事業所は、利用者の活躍を得て大きな役割を發揮できるはずです。

障害者雇用が進む一方で、企業や、就労継続支援A型（雇用型）事業所における、不適切な処遇などの例も聞きます。そうした際に不適切な取扱いを正すだけでなく、日頃から、誰でも障害のある人と普通に接することが常識になるようにして未然に防止したい、と思っています。

4 最後に

市役所はいわゆる「現場」ではないかもしれませんが、単に脳内思考で施策を作っているわけではありません。様々な要望や情報が大量に入ってきます。それらを捌き、要請にお応えするのは非常に難しいですが、現場感覚をもって、施策に繋がりたいと思います。



地域の取り組み

ゆかり荘（横浜市神奈川区）を訪れて ～ 自立を本気で考えている方に利用してもらいたい ～

10月23日、横浜市神奈川区三ツ沢上町の高台にある「ゆかり荘」を訪問してきました。ゆかり荘は1995年に横浜市で初めて出来た援護寮で、今まで地域に送り出した方は述べ205名。卒業後はグループホームや単身生活をされている方が多く、自立した社会生活をされている。「ゆかり荘」は住居を提供し、専門知識を持ったスタッフが社会復帰に必要な生活技術や社会的ルールなど地域で生活する上で不安に思うことを少なくするための事細かな指導・援助を行い、利用者が自立した社会生活を送れるように取り組んでいる由緒ある生活訓練施設である。今回は昨年9月に新設された施設を見学させて頂き、ゆかり荘の取り組みなどを取材してきました。

事業概要は…

事業概要としては、宿泊型自立訓練、自立訓練（生活訓練）、短期入所、自立生活アシスタントである。利用期間は2年間、ほとんどの方が1年半位で卒業し、地域に出て行かれる。居室は全部で32室（居室27室、体験室2室、短期入所3室）。利用者は20代からと年齢層も広いが、平均年齢は45歳とやや高めである。今まで実家で生活してきたが、両親が高齢になり「自立」と向き合わなくてはならない年齢なのかもしれない。男女比は6：4で男性の方が若干多い。

自立訓練（生活訓練）は個別支援とプログラムと大きく2つ、個別支援はその方の得意なことをもっと伸ばしていき、苦手とすることはサポートを受けながらも最低限は出来るようにするた



ゆかり荘 建物外観

めに利用者と相談しながら進めている。プログラムは身の回りのことが1人で出来るようにと生活リズムや体調・服薬・金銭管理、掃除、洗濯、料理、買い物、スポーツなどがあり、それらを通して共同生活に必要なコミュニケーションスキルの向上を目指している。体調が悪い時、困ったこと、助けが必要な時には自分から発信していきようにコミュニケーションは特に重要視している。ゆかり荘には40以上の生活講座があり、地域で生活する上で少しでも不安を減らしてほしいとのスタッフの優しさがうかがえる。日中活動としては生活維持のために必ずデイケアや作業所に通所してもらう。食事は、朝は自炊（メニューを見ながら栄養バランスなどスタッフが助言）、昼はスタッフも含め4～5名の利用者が順番に約20人分の昼食を作っている。一緒に調理をしながら具材や器具の扱い方、共同作業を通して声のかけ方など自然に身につけてもらえるようにサポートしている。夜は病院の給食。卒業する利用者が一番不安に感じていることは食事だとわかり、卒業間近の方には「おいしい生活プロ



ジェクト」として、1人分の献立から買い物（どこで何をどのくらい買うか）、調理して食事、片付けまでの流れを1人で行うプログラムを考案。卒業後の食事作りについて不安が軽減されている。

新設された施設内…

新設された施設は3階建てで、1階に食堂やキッチン、浴室や相談室、事務所。2、3階が居住スペース、洗濯場や洗面所・トイレが各階にある。居室は6畳のフローリングで、備え付けのベッドとクローゼット、エアコンが完備の完全個室。全室にベランダがあり、洗濯物はベランダに干すようになっている。卒業してからも天気を気にしながら洗濯物を干す習慣を身につけられるようにと1人暮らしを想定して建てられている。浴室は3カ所、洗濯機も各階2台ずつあり、譲り合いながら使用できるように工夫されていた。共有スペースは朝8時45分から全員で掃除をしているので、館内はどこの部屋もとてもきれいに保たれている。利用料金は、居室料は無料。光熱水費は基本使用料として日額250円＋各部屋で使用した電気代の実費。朝食は実費、昼食350円、夕食480円と1カ月約3万円弱で生活が出来るので金銭的にも安心して生活が送れる。スタッフは全部で11名、社会福祉士や精神保健福祉士など資格を持っている方も多く、心の行き届いた丁寧な支援をされている。利用所の方は、新しくなった「ゆかり荘」で生活出来ることをとても喜んでいるとのこと。

今回お話をうかがった管理責任者の松田悦治さん、生活支援員の大場互さんにいくつかご質問させて頂いた。

「どのような段階を経て、皆さん利用されているのでしょうか？」

チャレンジ事業として行っている体験・短期入所など実際に何度か宿泊体験をしてもらいながら、その間に関係機関とカンファレンスを行い、その方の課題を共有していく。最終的にご本人の気持ちを確認し、本利用となる。

「どのような方にゆかり荘を利用してほしいのでしょうか？」

自立を本気で望んでいる方。自立のための訓練をしたいと思っている方、そのためのアドバイスや助言を受け入れてくれる方にぜひチャレンジしてほしい。

まとめ

今回訪問して「ゆかり荘」の取り組みや支援されているスタッフのお話をうかがい、スタッフの皆さんが利用者の自立を心から応援していることが伝わってきました。卒業時には地域で孤立しないように関係機関に繋げ、自立生活アシスタント事業や訪問看護が必要な方には連携を取って支援体制を整えるところまでされている。今まで手厚く、心の行き届いた支援をされてきたからこそ、多くの方が「ゆかり荘」から地域に出て社会生活が送れているし、また今後自立したいが1人では不安と思っている方には、チャレンジ出来るとても素晴らしい施設であると感じた。

(YMSN 吉成広美)

SST の現場から

地域活動支援センター青桐茶房でのSST ～目を見張るような変化はないが効果あるSST～

この10月16日、地域活動支援センター青桐茶房を訪ね、SST（社会生活技能訓練）導入と効果について所長の森本裕介さんと菊地真子さんにお話を伺いました。

青桐茶房は、1994年に神奈川県で精神障がい者の社会参加の場所としてNPO法人「精神保健福祉を推進する神奈川区の会（=理事長：齋藤庸男氏）」が設立しました。母体である法人は、神奈川県を中心とする地域において、関係機関、団体、当事者、地域住民が一体となった地域ネットワークを活かした各種精神保健福祉事業等を行うことを目的にしているとし、地域の関係機関が集まって作ったという特徴ある法人です。

SST導入へ向けてのいきさつ

青桐茶房は、地域活動支援センターとして雑貨・洋服・菓子などの製作をして、ハンドメイド製品を売る店舗運営をしています。2階の室内にはミシンがたくさん並び、小さな縫製工場（室）のようでした。登録メンバーは32人。それぞれ作業の担当があり、日々活動を続けているので、製品はかなり良いものができているようです。バザーや注文にも応じているので、この時期は忙しくて…と森本さんが説明してくれました。

このような日常を過ごす地域活動支援センターが何故SSTを導入しようと思ったのかお聞きしました。以前、精神科クリニックのデイケアスタッフとしてSSTを実施し、効果も理解している精神保健福祉士の菊地さんは、「ここに転職して来て感じたこととして、作業しているメンバーさんは頑張っているのですが、何かコミュニケ



青桐茶房 店内（ハロウィン仕様）

ーションに物足りなさを感じていました。そこで、「SSTを実施してみたい」と思ったのが始まりでした」。この思いをすぐにスタッフ同士で共有し、まだSSTを知らないスタッフが初級10時間研修会に参加するなど、勉強を積み、正式には1年前からSSTのグループを立ち上げたということです。

SST実施～メンバーの反応～

初回は、ステップバイステップの4つのスキルを中心に全6回のプログラムをチラシにしてメンバー全員に呼びかけたそうです。デイケアと違って、定期的を開催することはできず、作業の忙しい時期は外しながら、①1カ月に3回を目安に実施する ②時間帯は、10時30分から11時30分までの1時間 ということだけ決めて実施したということ。「作業をしてお金を稼ぐということを第1の目標に通っている人たちのことも配慮しました」と森本さん。

スタッフの心配をよそに第1回目のSSTには、13～14人のメンバーが参加してくれたそうです。スタッフも研修会に出席し、試行錯誤しながら

ら、参加してくれているメンバーのニーズに答えたいという思いで、プログラムを作っているのが感じ取れました。

プログラムは、ステップバイステップのほか、場面カードを中心にした基本訓練モデルを実施したり、その時出される課題や問題を解決したり、今は、メンバーさんからの「会話がうまくなりた」という声をプログラムにするよう考え中だということです。

SST 実施～メンバーの変化～

SST を実施してから目を見張るような変化が参加者にあったかというところ、そうではないのですが、感想を聞くと、「ステップに沿っていくとスムーズにいくので良かった」「断るとき、“ごめんね”ということが参考になった」などの声が聞かれたり、開催した日の午後の作業では、相手の顔を見て話をしているメンバーが見られたり、全体での会話が盛り上がっていたり、普段無口な人が会話に参加している、などの光景がみられているそうです。

Aさん

開所当初からのメンバーであるAさん、作業がとてもしっかりでき、他のメンバーからも一目置かれる存在です。しかし、話し合いの時間はおとなしく、意見は「そんなこと言っても駄目だよ」というタイプです。AさんはSSTに出席してから話し合いの場面で、他のメンバーの意見に相槌を打ち、「それはいいね」とポジティブな発言をしてくれるように変化してきました。「グループの中では影響力のあるAさんの変化は、青桐茶房にとっても大きな変化でした」と菊地さんは話してくれました。

Bさん

健康診断でメタボと指摘を受けたBさんは、メ

タボ改善のために体重計が届けられたとのこと。しかし、高度な機能のある体重計の使い方が分からず、「指定された会社に電話をかけて使い方を教えてほしいと質問したいが、電話ができずに困っている」とSSTの時間に課題を出しました。そこで、電話をかけて質問するやり方を練習し、後日、実際に電話を試してみました。Bさんは、電話で質問することができ、体重計の使い方も解り、体重が減ってきたという2重の効果を得られたようです。

プログラムの効果

森本さんは、「毎回振り返りの度に大反省なんです」と… スタッフにとってAさん、Bさんのような小さな変化がSSTを続ける原動力になっているのでしょう。菊地さんは、「地域活動支援センターに持ってこられるメンバーの生活感が大事です。やれていることと目指しているものは、メンバーによって差があります。その人の生活場面、作業所の活動場面で生かされるSSTを実施していきたい」と話してくれました。

今後について森本さんは、「個別のアセスメントをしていき、メンバー一人ひとりの生活に成果が出るような個別目標を立てて運営をしていきたい」と話されました。

まとめ

横浜では、クリニック・病院以外の地域でSSTを実施している機関が少ないのですが、この取材を通して、SSTの効果を実感し、地域がSSTを実施することで利用しているメンバーの社会生活が豊かになることを確認しました。この記事を読んでくださった方、ぜひSSTを実践してみてください。

(YMSN 鈴木弘美)

研修会のお知らせ

■精神保健福祉研修会 参加費 1回 500円 (年間2,000円)

日 時 : 毎月 第2金曜日(全10回) pm. 7:00~8:30
 場 所 : YMSN研修室 (上大岡駅 徒歩5分)
 内 容 : 改めて統合失調症を学ぶ ~病気・くすり・くらし~
 ホームページをご覧ください <http://forest-1.com/ymsn/>

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	めんちゃれ	就労している当事者活動 (年4回)

SST南関東支部 定例研修会

■SST(生活技能訓練)研修会参加費1回1,000円(普及協会会員は半期3,000円)

日 時 : 毎月第3木曜日(8月・12月休会 全10回) pm. 7:00~9:00
 場 所 : 横浜市総合保健医療センター 講堂
 全体会 : 「ある日」のセッション 認定講師によるスーパービジョン
 分科会 : ①SST なんでも相談室 ②アセスメント
 ③リーダーのコツ伝授

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)	季刊 YMSN情報誌 Vol.12 No.2 YMSN 第46号 2015年10月31日発行
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	間購読料1,000円(年4回発行) 1冊頒価300円
会費を銀行・コンビニATMやネットから振り込む場合の入力方法をご案内します。 振り込み料は432円がかかりますが、郵便局に行かなくても良いので楽は楽です。 (金融機関名) ゆうちょ銀行 (店名) O二九 (種別) 当座 (口座番号) 71607 (名義) ヨコハマメンタルサービスネットワーク	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