



SAITAMA 精神保健福祉だより



〒362-0806 埼玉県北足立郡伊奈町小室818番地2

- ・埼玉県立精神保健福祉センター TEL 048-723-3333 (代表) FAX 048-723-1550
ホームページ <http://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/b0606/index.html>
- ・埼玉県立精神医療センター TEL 048-723-1111 (代表) FAX 048-723-1550
ホームページ <http://www.pref.saitama.lg.jp/seishin-c/>

CONTENTS

- 1 埼玉県立精神保健福祉センター社会復帰部における精神科リハビリテーションについて 1
埼玉県立精神保健福祉センター 社会復帰部
・精神保健福祉センター デイケアについて
・自立訓練施設「けやき荘」について
- 2 全国障害者スポーツ大会バレーボール精神障害者の部
埼玉県チームの優勝について 7
埼玉県障害者バレーボール協会 (精神障害部門)

No.90
平成29年1月

※当機関誌は、埼玉県立精神保健福祉センターのホームページから、全文ダウンロードできます。是非、ご利用ください。(http://www.pref.saitama.lg.jp/b0606/tayori/index.html)

1 埼玉県立精神保健福祉センター社会復帰部における精神科リハビリテーションについて

埼玉県立精神保健福祉センター 社会復帰部

埼玉県立精神保健福祉センター（以下、当センターと略）社会復帰部は、精神科デイケアと自立訓練施設「けやき荘」を運営しています。平成2年の開設以降、精神保健福祉に関する諸制度が目まぐるしく変化し、近年では精神障害者の方々の社会参加の形やその機会も大幅に増えています。これらの変化に合わせ、地域や利

用者の皆さまのニーズに応え支援するため、当センターでは、折に触れて社会復帰部でのリハビリテーション機能やプログラム内容等の見直しを行ってきました。今号では、当センター社会復帰部が提供している精神科デイケアと自立訓練施設「けやき荘」におけるリハビリテーションについてご紹介いたします。

精神保健福祉センター デイケアについて

1 精神保健福祉センター デイケアの概要

精神科デイケアは、地域で生活する精神障害者が通所によるグループ活動等への参加を通じて個々の目標に進んでいくためのリハビリテーションを提供する場、と言えます。精神保健福祉センターデイケア（以下、当デイケアと略）は、平成2年の開設以後一貫して、あらかじめ

利用期限を区切り明確な目標を設定してステップアップを目指す、いわば「通過訓練型」のデイケアとして運営されてきました。定員50名の大規模デイケアで、「社会参加コース」と「復職支援コース」の2コースにより構成されています。スタッフは精神科医1名、看護師（保健師）2名、作業療法士3名、精神保健福祉士3名、臨床心理士2名からなるチームで両コースの運営にあたっています。利用者には個別担当者が

つき、個々の目標に即したプログラムの活用方法、病状管理や進路等について相談を受けながら支援しています。

2 社会参加コースの特徴と 主なプログラム

「社会参加コース」では社会参加の拡大を主たる目的として、規則正しい生活リズム、基礎体力や対人関係技能、作業遂行能力等の再獲得とともに、精神疾患の再発・再燃予防を含め健康を意識した生活習慣の獲得を図ります。利用者は各種プログラムへの参加を通じてこれらの達成を目指すこととなります。参加人数の多寡はありますがほとんどのプログラムは集団活動で、運動（スポーツ）、レクリエーション、創作活動等の楽しみを共有するようなものや、疾病理解を深めるもの、就労に関する知識や社会人としてのマナーを学ぶような学習会など多岐にわたるプログラムを提供しています。

<プログラム週課表の一例>

	月	火	水	木	金
午前	全体ミーティング				
	卓球 音楽鑑賞	調理 新入生オリエンテーション	ウォーキング	就労入門講座	パソコン 革細工
昼	給食				
午後	全体ミーティング				
	パソコン 革細工	趣味の時間 面接	疾患別プログラム 創作活動	クラブ活動 華道・茶道・絵画・音楽・おかし	ソフトバレー ホール
	全体ミーティング				

利用希望者は毎奇数月に、概ね10名程度が「〇月生」という1つのグループとしてまとまった形でプログラム参加を開始します。新入生は週1回開催される「新入生オリエンテーション」プログラムを軸として、先輩利用者に交じって各種プログラムにも参加しながら徐々にデイケアに慣れていけるよう工夫しています。3か月間の体験利用後に正式利用へと立場が変わり、以後最長2年間までの利用が可能です。平成28

年11月末日時点での在籍者数は85人で、デイ・ケア（全日利用）とショート・ケア（半日利用）合わせて一日平均、約25人が利用しています。利用者の診断内訳は統合失調症圏43人（50.6%）、気分障害圏25人（29.4%）、その他17人（20.0%）です。

多くの利用希望者はデイケア卒業後の目標として就労を挙げますが、利用開始時点で自宅にこもりがちな生活を送っている方も多く、生活リズムも病状もまちまちです。就労を希望して赴いた就労支援センター等から就労以前の課題を指摘されて来る方も稀ではありません。社会参加の拡大を図り、その延長としての就労準備支援として「就労入門講座」「就労実践講座」等も定期的を開催していますが、最近では地域に増えてきた就労移行支援事業所等をデイケア卒業前から並行して利用し始める利用者が増えています。平成27年度に正式利用を終了した39名のうち、デイケア卒業とともに就職・復職した者は9人（23%）、障害福祉サービス（就労継続A型・B型・就労移行支援事業所等）の利用につながった者は13人（33%）、他デイケアの利用を開始した者は4人（10%）でした。

3 復職支援コースの特徴と 主なプログラム

「復職支援コース」では、うつ病等気分障害圏の疾病による休職者を主な対象として職場復帰を目指す、いわゆる「リワークプログラム」を中心とした支援を提供しています。当デイケアでは従来「就労準備コース」と名づけたコースで、統合失調症圏の利用者を中心として新規就労を想定したプログラムを提供していましたが、この10年間ほどで地域には様々な就労支援系社会資源が増加し選択肢の幅が広がりました。一方で、適応障害や気分障害圏の疾病による休職者や再休職者の増加により、復職支援を目的としたリハビリテーションのニーズが高まってきました。この変化を反映するように、就労準備コースでも新規就労ではなく職場復帰を目的とした利用希望が急増したため、プログ

ラムの内容も利用者のニーズに合わせて漸次改訂し、平成27年6月からはコース名も実態に合致した「復職支援コース」に改めました。

「復職支援コース」は8～12名程度の小グループで活動しています。表はプログラム週課表の一例です。このコース固有のプログラムとしてはグループワーク（ディベート、疑似会議、プレゼンテーションなど）、学習会（認知行動療法を取り入れた疾病理解深化や治療アドヒアランス向上を図るもの、ストレス対処法の拡大、自己分析、アサーションなど）、OWT（Office Work Training:自主課題）等があり、加えて「社会参加コース」との合同プログラムとして、基礎体力作り、集団スポーツ、芸術活動等を提供しています。

<プログラム週課表の一例>

	月	火	水	木	金
午前	全体ミーティング				
	スケジュール管理グループワーク	ヨガ調理創作活動	ウォーキング体力作り	OWT	OWTパソコン革細工
昼	給食				
午後	全体ミーティング				
	OWTパソコン革細工	学習会	うつの集い (認知行動療法)	芸術活動 華道・茶道・絵画・音楽・おかし	スポーツソフトパレールホール
	全体ミーティング				

新規利用者は随時受け入れ、2か月の体験利用期間の後、最長1年間の正式利用期間に移行します。実際には利用開始から半年以内に復職する方が半数以上おり、比較的短期での集中的なりハビリテーションが有効であるともいえますが、なかには雇用主側の制度による休職期限満了により復職した方も含まれており、必ずしも十分な復職準備性をもって職場に戻っている方ばかりではないのが現状です。病状改善が不十分なままでの復職は、再発・再燃～再休職の最大リスクであり悩ましい課題です。利用にあたっては、いわゆる「図書館ワーク」等自主トレーニングの達成可否等による厳密な基準や、全員一律のコース参加期間等は設定してお

らず、週5日での活動が難しい回復早期にある利用希望者も受け入れています。利用者ごとの回復程度や休職期限等を考慮した個別性の高いリハビリテーション計画を踏まえ、あえて職能評価は重視しない復職支援が当デイケアの特徴です。平成28年11月末日時点での在籍者数は39名で、一日平均9名が利用しています。在籍者数には、すでに復職を果たしたフォロー期間中にある者も含まれており、年代をみると40代が54%と最も多く、30代後半から50代前半の、いわゆる働き盛り世代が9割ほどを占めています。

「復職」はひとつの通過点であり、職場復帰後に再発・再燃を来すことなく働き続けることこそ復職支援コースが目指すところです。グループワークや学習プログラム参加等を通じて復職後に職場でも遭遇するであろうストレス場面に触れ、自身の働き方における課題を見出しながら対処方法の幅を広げる等によってこそ寛解を維持しながらの安定した勤務継続が可能になると考えます。

利用者の平均復職率は約7割であり、決して高い数字とは言えませんが「非復職」という選択も利用者にとって意義深い帰結となり得る場合もあります。疾病と共存しつつ自分の人生のより良いあり方を利用者自身が考え選択できることを重視するという精神科リハビリテーションとしての姿勢をもって、包括的な支援を提供していることが当デイケア復職支援コースの特色と言ってよいのかもしれませんが。



自立訓練施設「けやき荘」について

1 概要

自立訓練施設「けやき荘」(以下、けやき荘)は、障害者総合支援法に基づく自立訓練(生活訓練)、宿泊型自立訓練及び短期入所(ショートステイ)を一体的に提供している入所型の指定障害福祉サービス事業所です(定員20名)。精神科病院からの退院や家族からの自立に向けて、単身生活に必要な技能や精神疾患の再発・再燃予防を含め健康を意識した生活習慣を獲得する支援に加え、宿泊訓練終了後のアフターケアとして実際の生活場面であるアパート等自宅に向いての支援も行っています。平成25年度から開始した空床を利用した短期入所(ショートステイ)事業では、本人の休息や同居家族の負担軽減(レスパイト)等による地域生活維持や、ときには障害者虐待からの緊急避難的な利用も受け入れています。その他、生活技能の評価や、その結果に応じた支援方針の検討を目的としたチャレンジ(評価)利用も受け入れています。法が定める自立訓練の標準利用期間は原則2年間ですが、より多くの方が利用できるよう、けやき荘ではこれを1年間と定めています。精神科医療機関で治療を受けている埼玉県内に住所がある精神障害者であれば利用が可能であり、家族関係が乏しく身元保証人がいない等の事情がある方も受け入れます。

県の直営施設として、①短期集中的なサービスを、②県内全域を対象として、③民間の自立訓練施設では対応困難な利用者を積極的に受け入れている点が特徴であると言えます。



2 自立訓練(生活訓練)・宿泊型自立訓練

自立訓練利用者の約8割は、入院中の精神科病院から退院して地域での自立した生活を目指し利用しています。在宅であっても同居している家族から独立した単身生活を目指して利用する方もいます。平成2年の開設から平成28年9月末日までに426名の利用があり、利用後に移行した生活形態としてはアパート等での単身生活が282名(66.2%)、グループホームでの生活が31名(7.3%)、家族との同居が46名(10.8%)と、7割を超える利用者が単身生活もしくはグループホームでの地域生活に移行しています。

当施設で宿泊しながらの生活訓練は、地域で生活していくことに必要不可欠であると言える、①精神面と身体面を包括した「健康の自己管理」、②「金銭の自己管理」、そして③「支援を上手に受ける技能」をしっかりと身につけることが柱であり、特に③は「助けられ上手になること」と明示して重視しています。これを踏まえた上で、正式利用として1年間の自立訓練を開始する前に、最低14泊を目安とした体験利用が実施され、様々な領域における生活技能が評価されます。その内容は、①金銭管理をはじめ調理の可否を含めた食生活の様態、掃除・洗濯等を含めた清潔保持に関する様態、生活リズム状況など日常生活に関すること、②通院状況・服薬習慣や不調時における対処行動の可否など健康管理に関すること、③支援者への報告・相談や、助言を受け入れる姿勢、④日中の活動性レベルや集団活動への適応性などであり、これらの評価をもとに利用者スタッフ等が話し合い、正式利用開始時の個別支援計画が作成されることとなります。

利用中に提供される集団プログラムとしては、再発・再燃予防のため疾病や服薬意義への理解を深める勉強会や自ら不調に気づき自分に合った対処方法を身につけるWRAP(元気回復

行動プラン) 講習会、健康面と経済面を意識した調理実習、社会資源や福祉サービス制度等についての学習会や、対人関係の構築や相談技術の基本であるコミュニケーションの改善を図るSST (Social Skill Training) などがあります。これらに加え、利用者ごとの必要に応じて、例えば地域生活移行後に訪問系サービス利用が見込まれる場合には、「訪問」のイメージづくりや自室内で実際に支援を受けることに慣れることを目的とした「ヘルパー体験プログラム」を実施しています。

その他、プログラム以外の支援として、個別担当スタッフによる定期的ないし随時の面接を通じて利用者個々の特性を踏まえた健康管理や金銭管理に関する工夫等の提案や助言、各種手続きやアパート探し等のため役所や不動産屋等に同行、相談支援事業所等との連絡・調整やかかりつけ医療機関の専門的多職種チーム会議への同行参加などを行っています。

3 短期入所 (ショートステイ)

平成25年4月の事業開始から平成28年9月末日までの3年半の間に42名が短期入所としてけやき荘を利用しています。主な利用目的は「本人の休息」が20名(48%)、「同居家族の負担軽減」が12名(29%)、「生活能力の評価」が8名(19%)で、本人もしくは家族のレスパイト目的が全体の77%を占めています。年末年始やお盆などで、日中活動の場である精神科デイケアや障害福祉サービス事業所あるいは生活を支えるホームヘルプや訪問看護等のサービスが休業する期間での利用、本人を介護している家族等自身の怪我や病気による入院や介護疲れの休息、冠婚葬祭で不在となる等の期間での利用、などが主な事例です。また冒頭にも触れたように、障害者虐待がある、もしくはその疑いがあると判断された事例を緊急避難のために短期入所にて受け入れています。

短期入所中に提供している支援内容は、服薬管理、食事の提供、入浴及び清潔保持などであり、利用者の日常生活活動による必要性に応じ

て直接的な介助も行っています。また、希望によっては上述した集団プログラムへの参加も可能です。

4 チャレンジ (評価) 利用

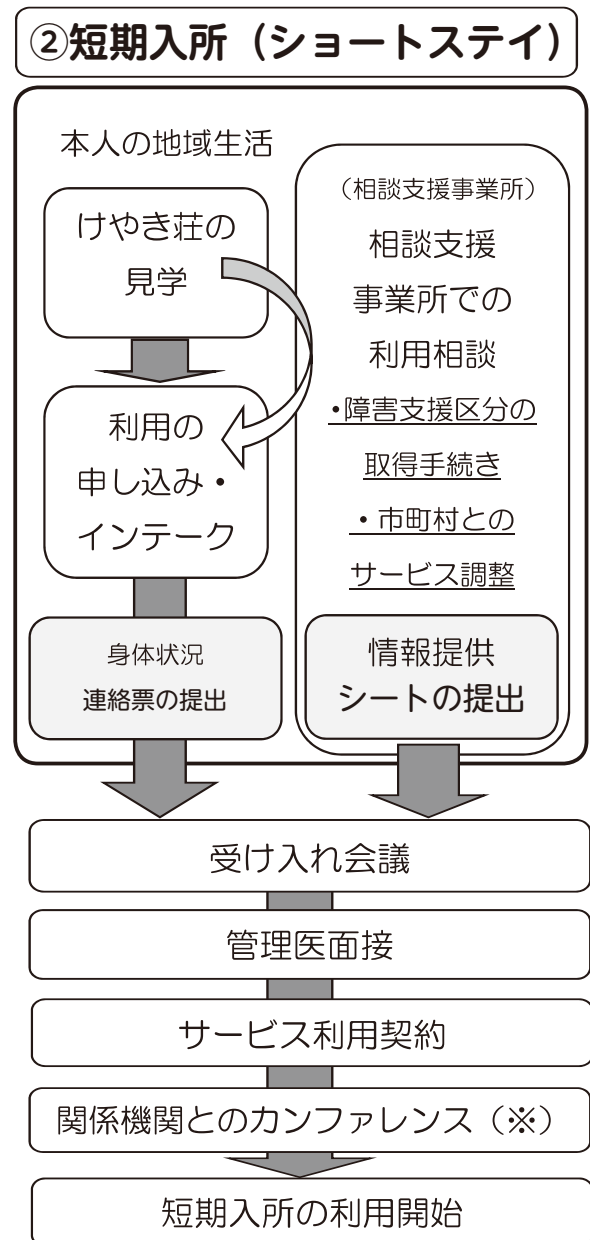
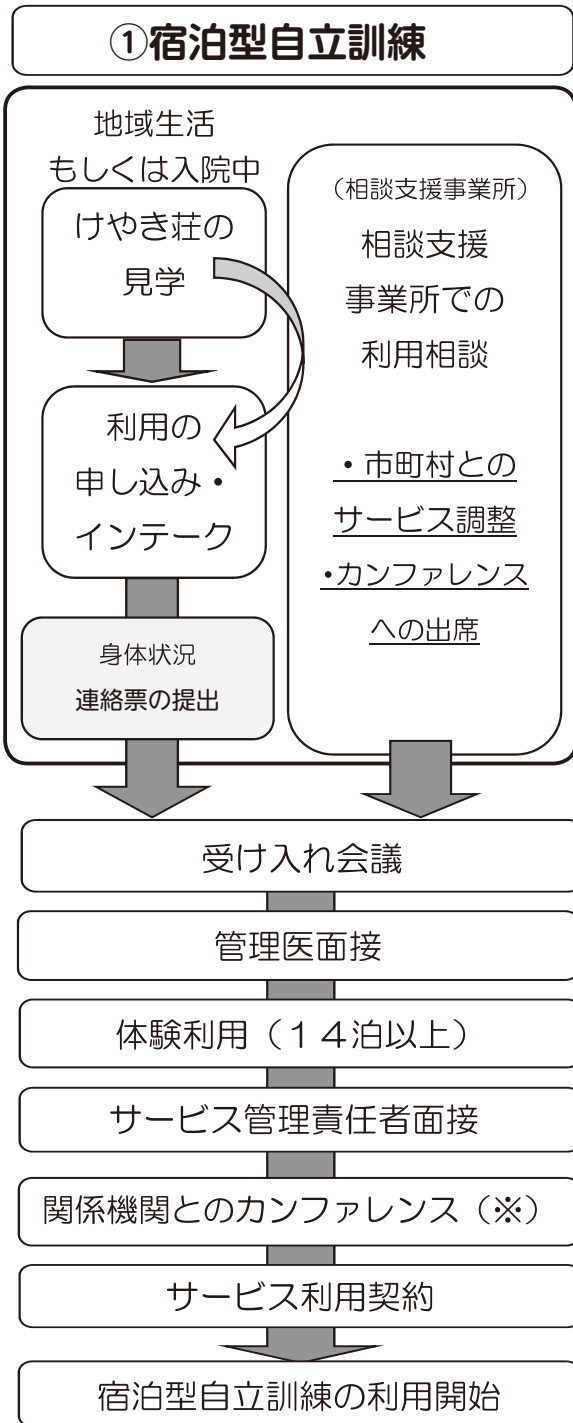
一定期間の模擬的な単身生活体験を通して、生活技能や支援を受け入れる姿勢等を評価し、地域生活開始時の支援体制を設計するにあたっての参考としてもらうことを目的とした利用形態です。利用期間は評価する内容により幅はありますが、2週間から2か月程度が一般的です。利用前に、本人、家族、地域の支援者(機関)等とのサービス調整会議を開催して利用期間、評価内容や支援方針等について確認・共有します。利用終了時(後)には、評価の結果をもとにして利用者への今後の支援方針等が検討されることとなります。評価内容は自立訓練において体験利用中に評価される事柄と概ね同様です。

5 おわりに

最近、短期入所やチャレンジ利用を目的とした相談や利用申し込みが増えています。訪問系サービスや日中の活動場所、グループホーム等を提供する事業所が増えてきたことにより、本人だけではなく家族や地域の支援者(機関)のニーズは多様化しているのかもしれませんが、今後も、地域のニーズに対して柔軟に対応しながら運営していきたいと考えています。

なお、利用にあたってはいずれの利用形態においても主治医やソーシャルワーカーにご相談のうえ見学していただくことから始まります。また、併せてお住まいの市町村の障害福祉担当窓口障害福祉サービスを受けるための申請をしていただく必要があります。詳細につきましては当センターのホームページをご参照いただくか、電話048-723-3333自立訓練担当(けやき荘)までお問合せください。

～利用の流れ～



※カンファレンスは前後することがあります



2 全国障害者スポーツ大会バレーボール精神障害者の部 埼玉県チームの優勝について

埼玉県障害者バレーボール協会（精神障害部門）

1 はじめに

全国障害者スポーツ大会（以下、全国大会）は平成13年に身体障害者と知的障害者の全国スポーツ大会を統合した大会が始まりで、国民総合体育大会の後に同じ開催地で行われています。全国大会の目的は、障害者の社会参加の推進や障害者に対する国民の理解を深めることとしています。一方、全国大会の団体競技は、個人競技と異なり、各都道府県大会や全国の各ブロック大会を勝ち抜かなければ出場することができないため、競技レベルが非常に高い大会となっています。

2 精神障害者バレーボールの魅力

全国大会当初は、精神障害者を対象とした競技はありませんでした。しかし、多くの関係者の働きかけによって、平成20年度から精神障害者の唯一の正式競技としてバレーボールが採用されています。

精神障害者バレーボールは、6人制のバレーボールのルールを基本とし、

- ①コート上に常に女性が1名以上いること
- ②ソフト球を使うこと の2点が特徴です。

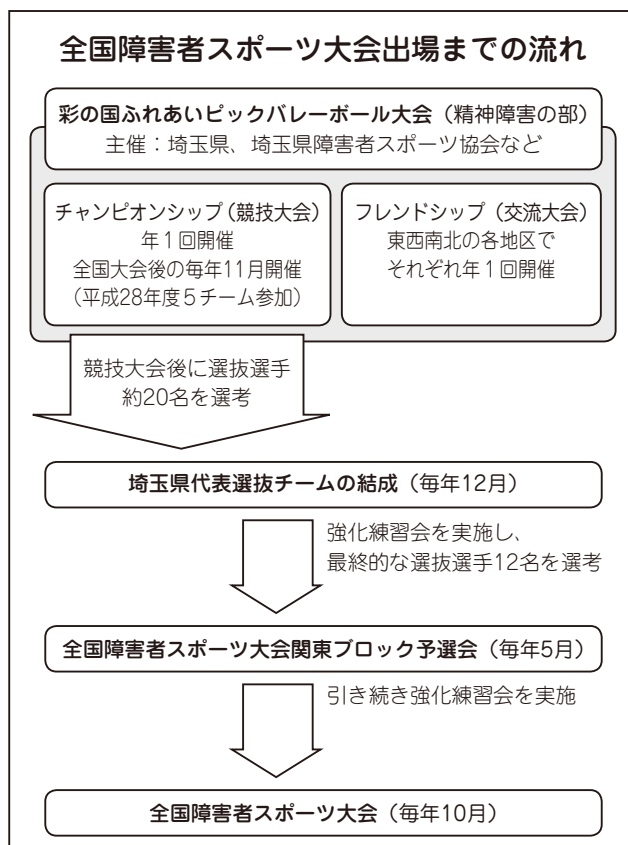
ソフト球を使うので初心者でも痛くないこと、声をかけあい、ボールを落とさないようにみんなで助け合うことから、レクリエーションやリハビリテーションの一つとして楽しく気軽に始められる種目です。

一方、全国大会出場クラスになると競技レベルも格段にあがり、AクイックやCクイック等各種の速攻攻撃、数名での時間差攻撃などコンビネーションバレーが多用され、高さやスピード、パワーをどう戦術に活かすかがみどころとなっています。

3 埼玉県代表選抜チームの結成

埼玉県は平成23年度の山口大会で、パワーズ埼玉を母体とする埼玉県代表チームが初めて全国優勝しました。しかし、それ以降は関東ブロック予選会（以下、関東大会）さえも勝ち抜くことができず苦杯をなめていました。そこで、平成26年度から埼玉県代表チームは全県から選手を選抜し構成するチームとしました。

選抜選手は、ふれあいピックバレーボール競技大会にて県内各チームから候補選手として20名前後選考します。強化練習会を経て、最終的に埼玉県が派遣する代表選手として12名に絞り込みます（図）。代表チームの監督は、埼玉県バレーボール協会の梅森和幸氏が、チームの運営スタッフは県内の精神保健福祉関係者ら8名が有志で担っています。



4 約10ヶ月間におよぶ強化練習会

全国屈指の激戦区である関東大会に向けて、全国大会4連覇中の王者「横浜市」の打倒を目標に、強化練習会を実施しました。平成28年5月に群馬県で開催された関東大会では横浜市を破った東京都選抜チームと決勝で対戦し、2-0のストレートで勝利し、全国大会への切符を手に入れました。

勝利に浸るのも束の間、全国大会に向けた強化練習会を再び実施。強化練習会は平成27年12月～平成28年10月までの約10ヶ月間で30回以上に及びました。この間、選手の多くは、就労しながら強化練習会や各所属チームの練習に参加しました。仕事とスポーツの両立を図るために、体調管理やスケジュール調整が非常に重要となっていました。

5 5年ぶり2度目の全国優勝

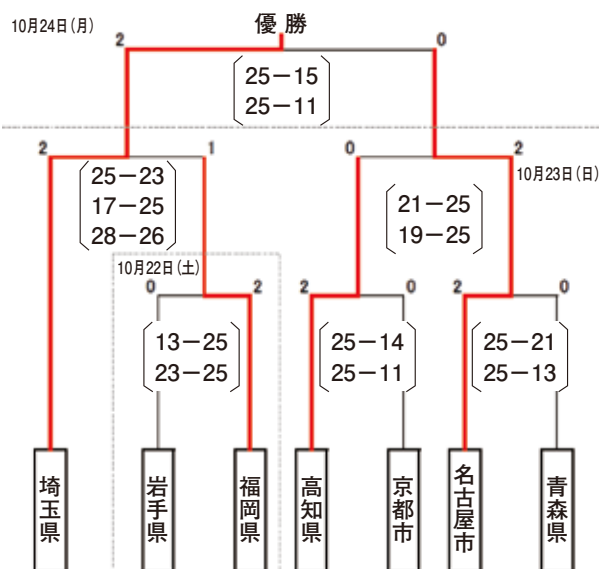
全国大会は、平成28年10月22日から24日まで岩手県にて開催され、埼玉県は1回戦シードで準決勝からの試合となりました。準決勝は、九州ブロックを勝ち抜いた福岡県で、ソフト球を熟知した独特の変化球サーブと強烈なスパイクに苦戦。第3セットデュースまでもつれ込む激しい戦いの末、多彩な攻撃力で上回った埼玉県が決勝に進みました。決勝戦は、中部ブロック代表の名古屋市との対戦となりました。名古屋市は粘り強くボールを拾うレシーブ力を武器に相手のミスを誘うのが特徴で、強豪青森県、古豪高知県を破っています。しかし、埼玉県は、名古屋市のペースに惑わされることなく序盤から持ち味の多彩な攻撃力で圧倒し、終始攻め込み、セットカウント2-0で圧勝し、悲願の5年ぶり2度目の全国制覇を成し遂げました。

6 おわりに

埼玉県代表選抜チームは、県内の多くのチームのご理解とご指導のもとに結成されました。惜しくも最終選考に漏れた選手も長くに及んだ

強化練習会にサポート選手として最後まで参加し、岩手県まで応援に駆けつけてくれました。また、全国大会にあたっては、サポーターズクラブの結成や安定的な練習会場の確保、全国大会にかかる選手・役員の派遣につきまして、多くの企業や団体、関係者の方々のご理解とご支援をいただきましたことを、この場を借りて心から感謝申し上げます。今後も障害者スポーツの大会や取り組みを通して、精神障害者の社会参加や障害への理解がより深まることを願いつつ、障害者スポーツの普及・啓発を行っていきたく存じます。引き続き、皆様からのご指導、ご鞭撻をどうぞよろしくお願いいたします。

第16回全国障害者スポーツ大会 希望郷いわて大会 結果 【バレーボール精神障害者の部】



ご声援どうもありがとうございました！！