２０１５年7月
ハートクリニック家族教室
統合失調症と社会復帰

精神保健福祉士
池沢佳之

本日のお話

- はじめに・・・自己紹介を兼ねて
- 統合失調症について・・・簡単に
- 社会復帰に関連するいくつかの考え
- 社会復帰について・・・実際
- 最後に

はじめに

- 自己紹介

名前：池沢佳之（いけざわよしゆき）

年齢：４０歳（今月末に誕生日・・・）

出身：埼玉県

最近のマイブーム：休日にコメダコーヒーに長時間滞在

資格：精神保健福祉士（国家資格）

はじめに

- 自己紹介

福祉系大学を卒業後、精神科病院に約６年、ハートクリニックに１１年勤務。

キャリアの大半は精神科デイケアでの勤務。常に患者さんのリハビリ・社会復帰・自立・・・**「その人の望む生活とは何か」**ということを考えてきた。

統合失調症について

＜陽性症状＞

・奇異な妄想：自己帰属感の障がい（自我障害）

・統合失調症における幻覚→幻聴が多い

・まとまりのない会話

・ひどくまとまりのない、または緊張病性の行動

＜陰性症状＞

・感情の平板化・思考の貧困・意欲の欠如

統合失調症について

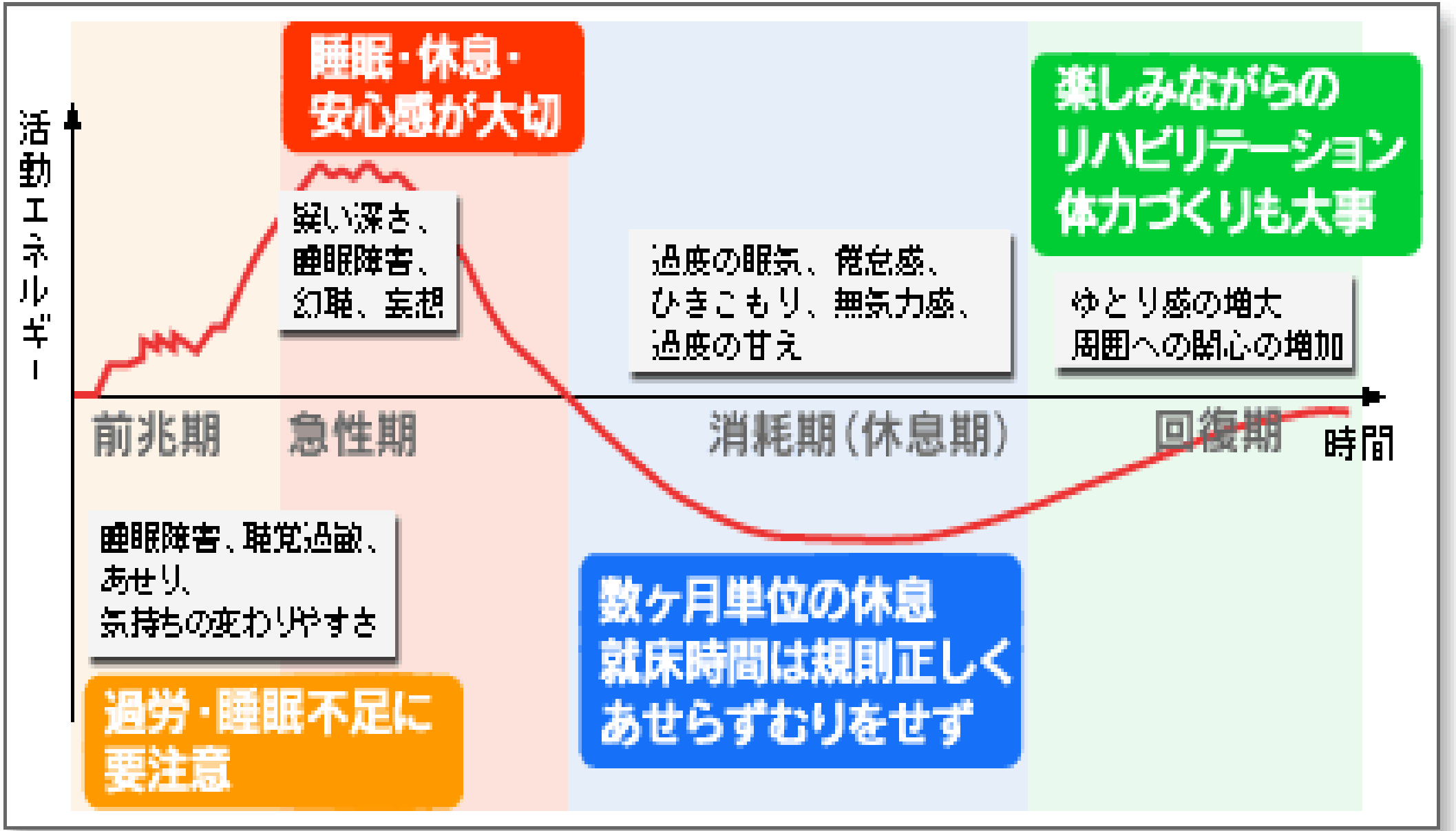
＜認知機能障害＞

•認知機能とは

記憶、思考、理解、計算、学習、言語、判断などの知的な能力を指す

•統合失調症では、これらの認知機能の障害がみられ、生活・社会活動全般に支障をきたす

統合失調症の経過



「統合失調症情報局スマイルナビゲーター」より

統合失調症の経過

①前兆期

症状が現れてくる前の時期

しかし・・・「眠れない」
「物音や光に過敏」
「焦りの出現」
「疲れやストレスは溜まるけど、
ゆっくり休めない」

統合失調症の経過

②急性期

症状が現れてくる時期

「過覚醒」「頭が冴える」
：自力で神経を休められない

「幻聴」「妄想」「会話がまとまらない」など
：陽性症状
※激しい症状だが、長くて数週間
安全確保のための入院も

統合失調症の経過

③消耗期

充電の時期
「眠りすぎるほどの睡眠」「意欲・根気の低下」
:陰性症状

「食べ過ぎる」「子供じみた感じで甘える」

※使い果たしたエネルギーをとにかく充電」
眠ることが治療

統合失調症の経過

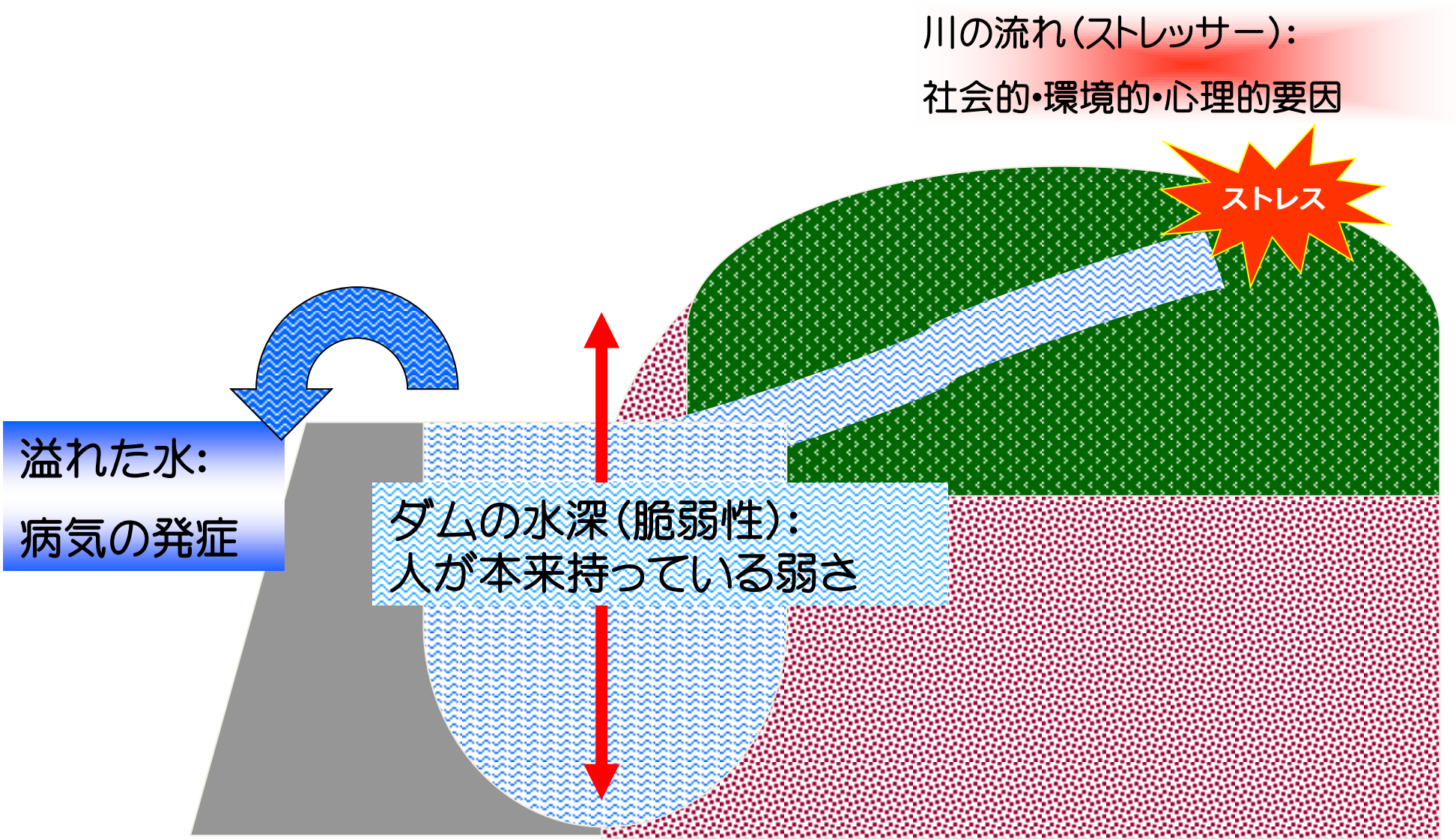
④回復期

動き出す時期
「行動面での変化（ゆとりができてくる）」
「陰性症状は抱えながら・・・」

※少しずつ行動に現れてくる
　どう動いていくかがリハビリテーションの
　中心課題

病気のメカニズム！

ストレス－脆弱性－対処技能モデル（ダム説）



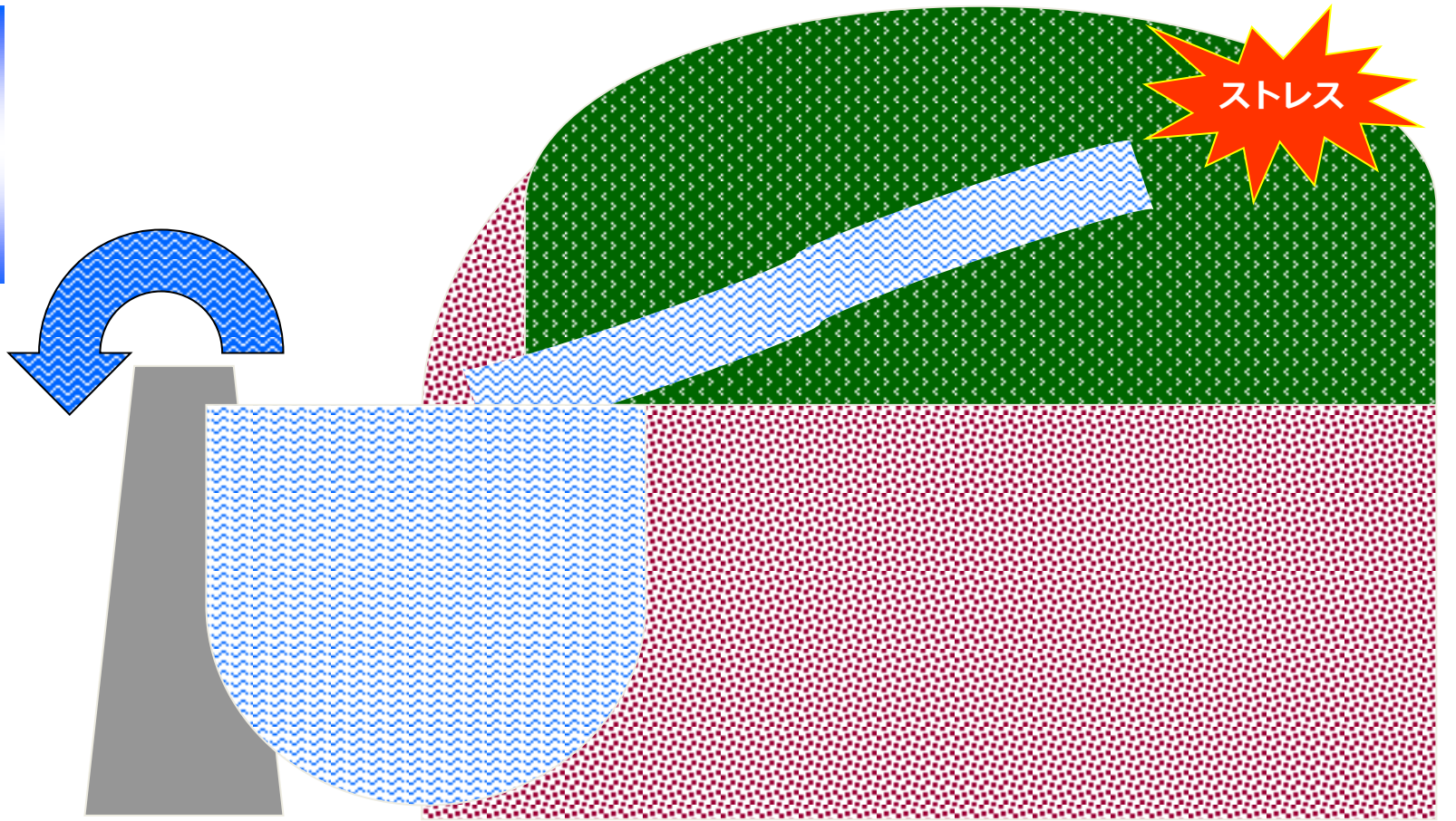
病気のメカニズム！

ストレス－脆弱性－対処技能モデル（ダム説）

川の流れ（ストレッサー）：

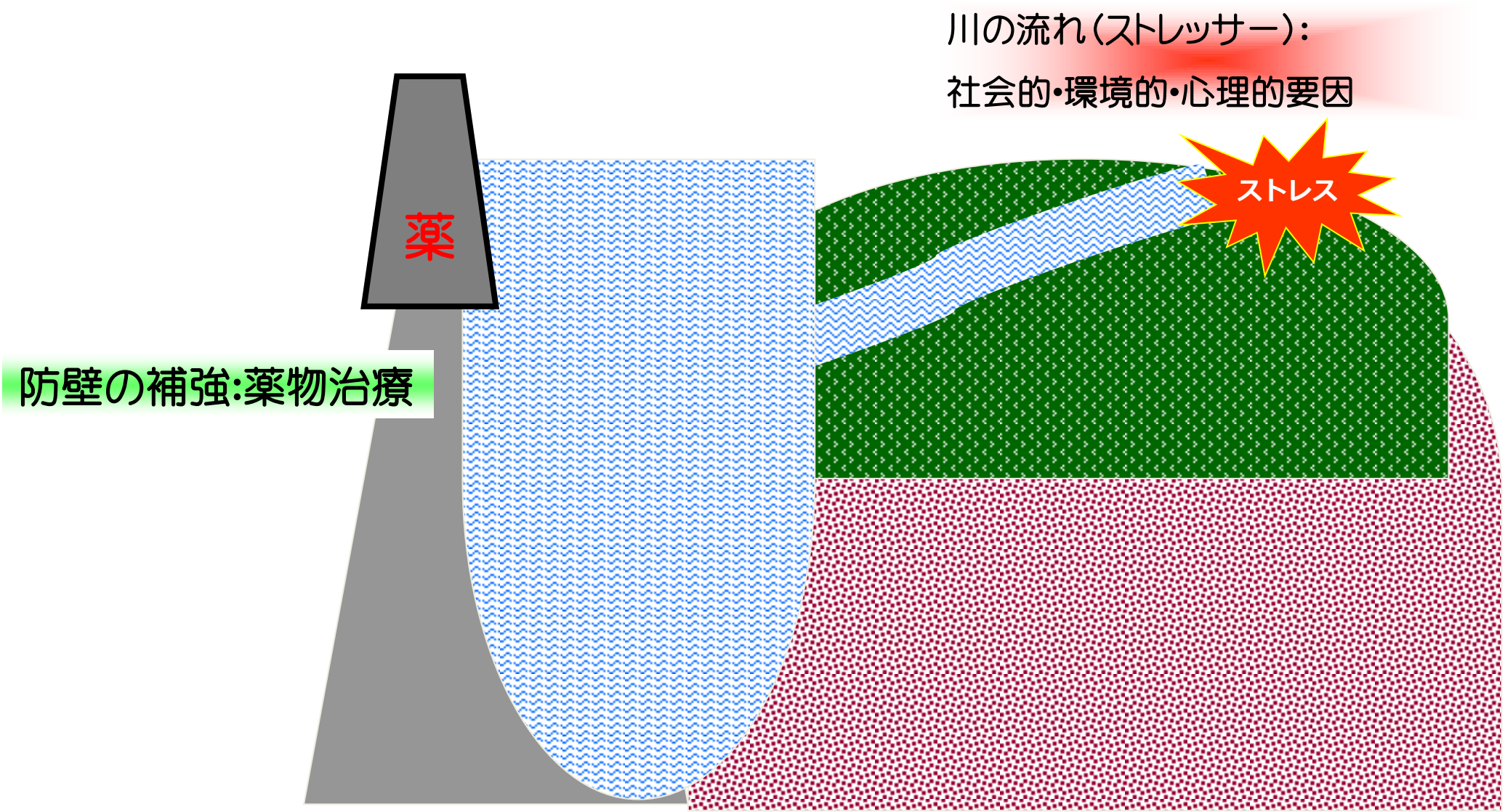
社会的・環境的・心理的要因

再発を繰り返すと壁がもろくなる…



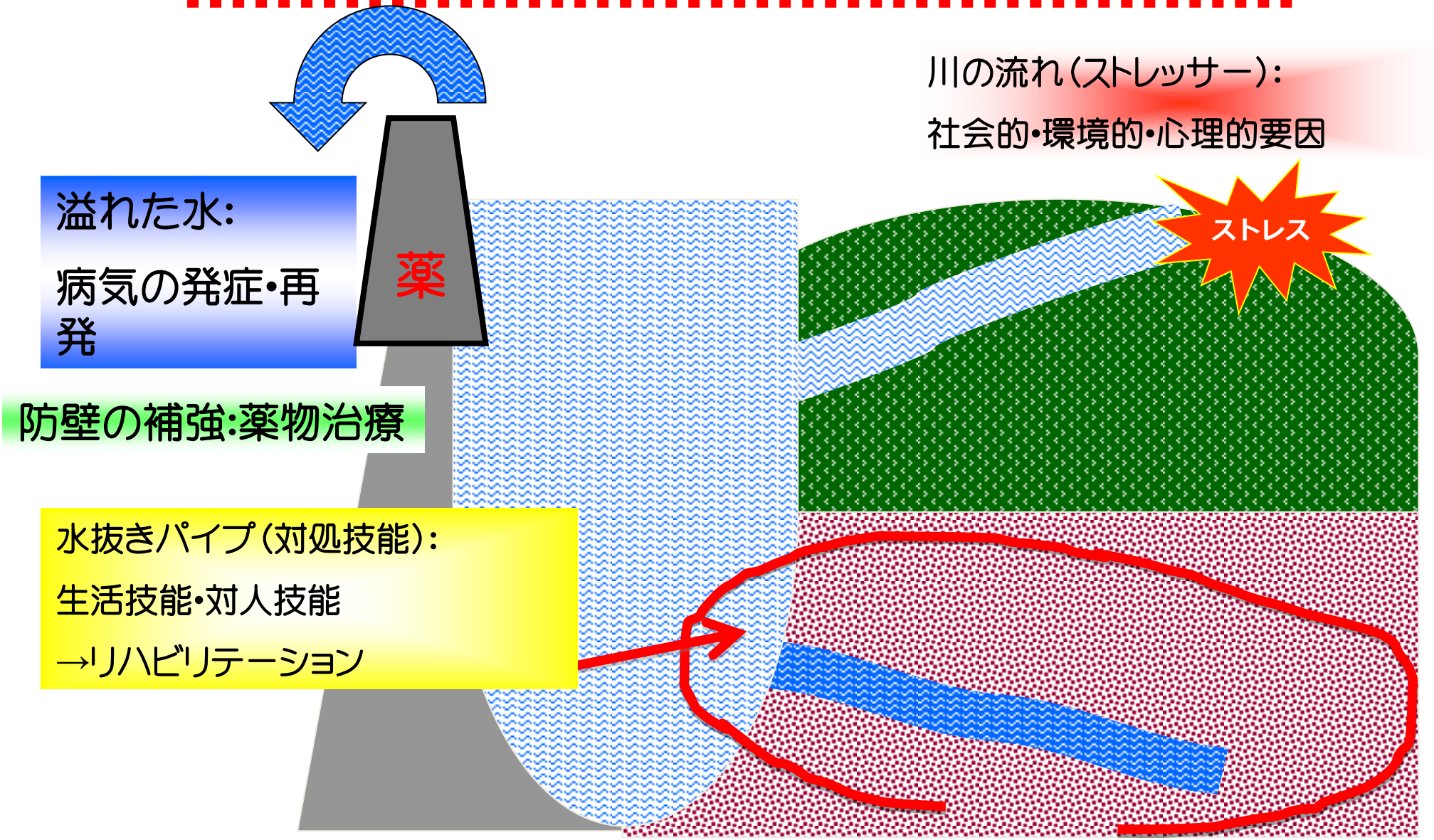
病気のメカニズム！

ストレス－脆弱性－対処技能モデル（ダム説）



病気のメカニズム！

ストレス－脆弱性－対処技能モデル（ダム説）



社会復帰について

＜考え方１＞

- 精神障害って・・・
  考えてみるのは意外に難しい？

- なぜか？
  そもそも精神（の）障害とは何なのか？
  例）陽性症状？
  陰性症状？
  はたまた・・・？

社会復帰について

・広辞苑（第五版）

しょう - がい【障害・障碍】

(1)さわり。さまたげ。じゃま。「—を乗りこえる」

(2)身体器官に何らかのさわりがあって機能を果さないこと。「言語—」

(3)障害競走・障害物競走の略。

社会復帰について

・精神の障害とは何なのか？

例１）陽性症状・・・薬が効果がある

陰性症状・・・薬は・・・？

例２）寝たきりの状態

引きこもりの状態

・・・でも不便は感じない

・・・これを障害と考えるか？

社会復帰について

- 精神の障害とは何なのか？
  例１）陰性症状
  例２）寝たきりの状態
  引きこもりの状態

→　でも・・・もし・・・「社会に出たい」
「仕事がしたい」
「自分の望む生活がしたい」
と思ったら、デメリットが多い

＝　障害と考える
＝　**自分が回復してほしい機能は何か考えてみる**

社会復帰について

・障害は一般論では語れない
・非常に個別性がある
（個々人の生活スタイルや価値観は全く違う）

結論１：その人の生活（の場）はどのようなもので、どのような考えを持っているかを知ることが、社会復帰やリハビリテーションを考える上で非常に大切

社会復帰について

＜考え方２＞

（架空のお話）
何にも制約されず、不自由がなく、自分一人だけの世界であるならば、「障害」とは感じないかのしれない・・・

（現実のお話）
社会に属していて、自分とは価値観の違う人々やルールの中で生活を送っていかなければならない
→「障害」を感じやすい

社会復帰について

- リハビリテーションって・・・？
「社会に属していて、自分とは価値観の違う人々やルールの中で・・・」

→ここにリハビリテーションの大切なポイントが含まれている

社会復帰について

- リハビリテーションって・・・？

「社会に属していて、自分とは価値観の違う
人々やルールの中で・・・」

→全てのリハビリテーションは社会的な場面
の中で行われるべきでものである
（対人的な場面や大勢の中での流れの中でど

社会復帰について

- 全てのリハビリテーションは社会的な場面の中で行われるべきでものである

・・・と言うことは専門施設だけでリハビリテーションと考えるのではなく、広く生活の場全体がリハビリテーションの場と考えていく必要があるのではないか？

社会復帰について

- デイケアだけでリハビリテーションと考えるのではなく、広く生活の場全体がリハビリテーションの場と考える・・・

寺山修司：「書を捨てよ、町に出よう」
池沢佳之：「デイケアを捨てよ・・・
デイケアを起点に町に出よう」

社会復帰について

「～町に出よう」とはいうけれども・・・

ただ、やみくもの出ればいいというわけではない・・・どうすればいいか？

→順序や戦略が必要

→自分の障害に対応したやり方なのかどうかがポイント

社会復帰について

更に・・・
日常の中でのリハビリを考える上で大切なこと
　①苦手なところから考えていく
　②うまくいったところから考えていく（とても大事）
　　→普段できなかったことができた・・・
　　→何故できたのか
　　→（普段と）どう違ったのか
　　→何があったからできたのか

成功の分析をしっかり行い
それを積み上げていく

社会復帰について

更に更に・・・
具合のいい時だけリハビリではなく、
　いつもリハビリ的な視点でいることが大切

（具合が悪い時も、「どう過ごすのか」を考えるだけで、リハビリ的と言える）

社会復帰について

結論２：特殊な状況下で（もしくは特殊な状況下だけで）、リハビリテーションを実施する・・・と言うわけではなく、日常の生活の中でやり方や考え方を変えてみることで、まだまだリハビリテーションを工夫する余地は充分ある

社会復帰について

＜考え方３＞

•統合失調症をお持ちの方の社会復帰を考える時のサポートの視点として・・・

「い・しょく・じゅう」＋αが必要

い：医（療）・居（場所）・
癒（し）・生（きがい）
しょく：職（就労・経済活動）
じゅう：住（宅）・従（支援者）
＋α：ごく当たり前の生活を求める視点
（今日のポイント）

社会復帰について

＜実際・・・モデルケース＞
池沢さん（３０歳男性）
・両親（自営業）と同居
・２２歳の時に統合失調症を発病
・クリニックに通院中・症状は安定
・発病してからアルバイトを何箇所かで行うが、続い
　ても半年ぐらい
・日中はやることはなくゴロゴロしていることが多い

→自分でもなんとかしたいと思っているが・・・

社会復帰について

＜考え方３＞

•統合失調症をお持ちの方の社会復帰を考える時のサポートの視点として・・・

「い・しょく・じゅう」＋αが必要

い：医（療）・居（場所）・
癒（し）・生（きがい）

しょく：職（就労・経済活動）

じゅう：住（宅）・従（支援者）

＋α：ごく当たり前の生活を求める視点

社会復帰について

医（療）・居（場所）・従（支援者）

・なんとかしたいと思い主治医に相談したところ・・・精神科デイケアを勧められました

・なかなか最初は慣れませんでしたが、デイケアのスタッフに「まずは週２日から通ってみましょう」とアドバイスされて通ってみました

社会復帰について

医（療）・居（場所）・癒（し）
職（経済活動）・従（支援者）

・通うことに慣れてくると、だんだんと顔なじみのメンバーも増えてきて、楽しくなり、体力も少しづつついてきて、通所日数も増えてきました

・仲良くなったメンバーから「障害年金」というのがあると聞きました。本当は働ければいいのですが、まだ自信はなく、しかし少しでも家計を助けたり、身の回りのものは自分で賄えればと考えて申請しました。

社会復帰について

医（療）・居（場所）・癒（し）・生（きがい）
職（就労・経済活動）・従（支援者）

・様々なデイケアのプログラムに参加する中で、「自分の生きがいとは？」というテーマで話し合うことがありました。その時はあまりピンときませんでしたが、仲の良いメンバーがアルバイトが決まったり、デイケアのスタッフに「将来の夢とかってあるの？」と聞かれ、真剣に考えるようになりました。

社会復帰について

医（療）・居（場所）・癒（し）・生（きがい）
職（就労・経済活動）・従（支援者）
＋α：ごく当たり前の生活を求める視点

・考えてみると、自分はもともと「人の役に立つ仕事がしたい」と考えていたので、介護の仕事が出来ればと思い、スタッフに相談すると、「自分がやりたいことに進んでいくのはとても良いことだね」と言ってもらい、具体的にどうしたらいいかを考えていくことになりました

社会復帰について

スタッフと

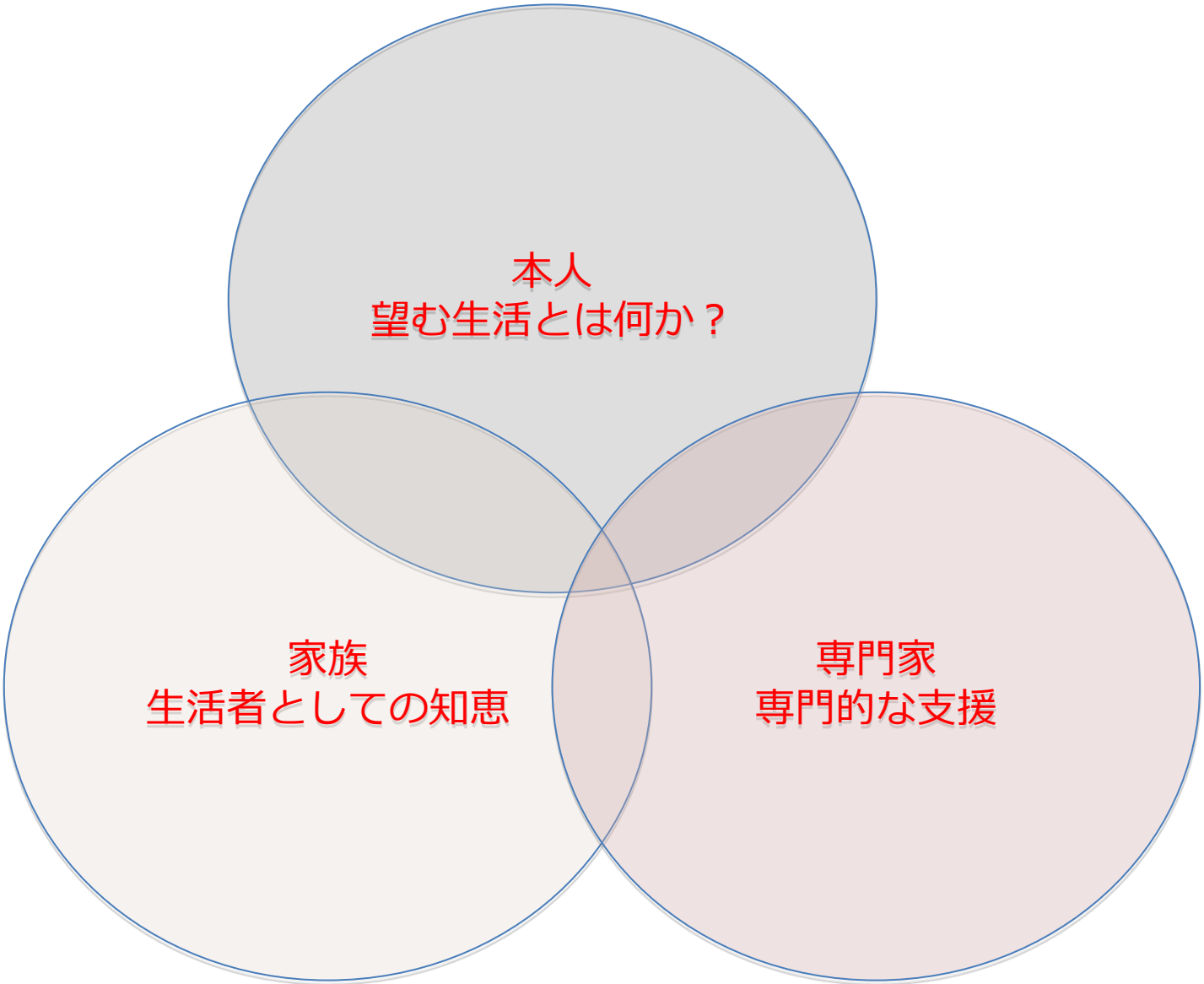
・働くのに資格が必要なのかなど就職までの道筋を考えたり、調べること
・症状は安定しているので、通院、服薬、デイケア通所は維持していくこと
・デイケアでも自宅でも人に対して「役に立つ行動とは何か」を考えて、実践してみること
・調子が悪くなった時にサインやその時の対処を考えること

などを話し合い実践してみる

最後に

社会復帰　＝　社会の中で、ごく当たり前の生活を目指すこと

ということは、みんな（私もみなさんも）社会の中で、ごく当たり前の生活を目指す人間である。専門家の専門的な支援も有効であるが、ご家族の「ごく当たり前の生活」もかなり役立つ（はず）



社会復帰を支える理想型

ご清聴ありがとうございました

ご質問などは

ikeyoshi@e-heartclinic.com

までお気軽に

次回は９月６日（日）です