

第105回日本精神神経学会総会

シンポジウム

精神科クリニックにおける就労支援

三家 英明（医療法人三家クリニック）

精神疾患や障害を有していても就労したいと望むのは、ごくあたりまえのことであり、彼らの地域生活を支援する立場の医療従事者が、その就労への思いが成就するように努めるのは当然の姿勢である。言うまでもなく、人にとって働くことは人生の最も重要な課題のひとつであるからである。にもかかわらず、これまで精神科医は彼らの就労への希望に対して、極めて消極的であったり、あるいは否定的で阻害するような態度さえとってきた。

しかし、精神疾患と障害を有する大多数の人たちは働きたいという強い希望を抱いており、その人たちの希望に寄り添い、就労準備性を高めて、タイムリーに適切な支援を行えば、就労の場に定着できることが、様々な勇気ある真摯な試み^{3,7)}から明らかとなってきた。私自身は7年前、専門家による目を見張るような就労支援を目の当たりにして、精神科医、また医療機関が積極的に就労支援に取り組む必要性を痛感して、様々な就労支援の取り組みを実践してきた。ここではその実践報告をするとともに、就労支援において、精神科医や医療機関が担うべき役割について思うところを述べた。医療機関を訪れる障害を有する就労希望者に対して、まずは精神科医が働きたいとの発言を当然のこととして肯定的に受け止め、どうすれば働けるようになるかを一緒に考えていこうと態度表明することが何よりも大切である。その後のタイムリーで適切な就労支援は、間違いなく手間ひまと人手がかかるが、医療機関の外来でのチーム医療、他機関との連携作業やハローワークや職場訪問など繋ぎ支援のための訪問支援活動などが評価され、診療報酬においてしっかりと保障されることが最も切望される課題である。

I. はじめに

私は、28年前、統合失調症圏の人たちを地域で支えることを主眼として精神科クリニックを開業した。彼らの多くは診察室内診療（薬物療法・個人精神療法）だけでは病状から回復して安定した地域生活を維持継続していくことは困難な人たちであった。

クリニックでは、通常の外来診療のみならず、デイケア、ナイトケア、往診・訪問支援など、多職種チームでの診療・支援活動を展開して、できる限り、彼らの希望とニーズに沿って地域生活を支援することに努めてきている（図1）。その過程で、7年前から医療機関においても就労支援に取り組む必要性を痛感して、クリニック内外で様々な就労支援活動を実践してきた。ここでは、

その経験を報告するとともに、精神障害者の就労支援について、医療機関とりわけ精神科医師の役割について述べたい。

II. 就労支援に取り組むようになったきっかけ

7年ほど前、地域には生活支援センターや作業所など、精神障害者が利用できる地域資源も増えてきて、クリニックのデイケアの役割についても考え直すべき時が来ていた。デイケアのプログラムを見直し、利用者のニーズに沿った運営が求められた。とくにデイケアを始めて10年余が経ち、回復していながら社会に出て行けず、デイケアに滞留している人たちが増え、この人たちの出口をどうしていくのかは早急に解決すべき課題となっていた。ちょうどその頃、働きたいと希望した二

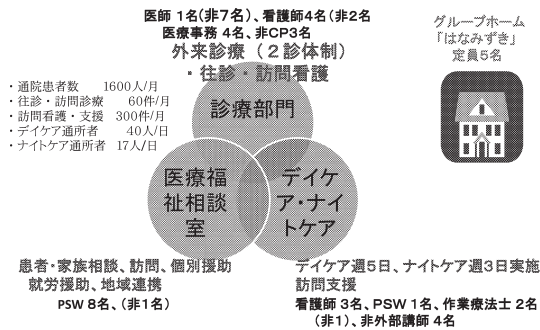


図1 クリニックの診療体制

表1 就労準備ミーティングの進め方

1. 「就労準備ピラミッド」の内容を把握し自分の課題を見つけて整理する。
2. 大阪障害者職業センターへ行く。
3. ジョブガイダンスを受けて、「就労準備ピラミッド」を再度整理・復習。
4. 就労支援専門員の話聞く。
5. 障害者就労をしている人の体験談を聞く。
6. 職歴を振り返り、自分のポイントを整理する。
7. 安定した職業生活を送るためには何が必要かを考える。
8. 職場実習、見学、体験。

人の患者の就労を援助する機会を得た。一例は、デイケアに出て来られないまま、復職時期の迫った若い統合失調症のOL、意欲低下著しく、私の目からはほとんど復職は不可能と考えざるを得ない状態であったが、ある優秀な職業カウンセラーのきめの細かい日々の徹底した復職支援を受け、驚くべき意欲の回復を示して復職していく様を目の当たりにしたこと、もう一例は卒業間際に活発な幻覚妄想状態を来して統合失調症を発症した男子中学生、年齢からデイケアになじまなかったため、マンツーマンで当院スタッフが彼に寄り添って支援し、障害者就労の専門機関を利用して就労訓練を行った後、希望通り就職し、また精神症状面でも安定に至ったという事例である。働きたいという希望に沿ってタイムリー、かつ適切に支援すれば、不可能と予想された就労の場を獲得することは可能であることを学んだが、まさに従来の自分の経験的、常識的判断を覆す目から鱗の就労支援の体験であった。

このことがあって、就労に際して医療機関が担うべき役割について強く教えられることとなり、デイケアの出口として就労支援のプログラムを立ち上げるようになった⁵⁾。

Ⅲ. 就労準備ミーティングについて

就労支援を始めるに際し、ある職業カウンセラーからは、就労支援における医療機関の役割として、「自分たちが支援する人の特性や課題をよく

理解し、また、その理解を対象者と共有して就労支援機関に伝えていくこと」との助言を受け、それを踏まえて、2002年12月にDCプログラムの中に「就労準備ミーティング」を立ち上げた。

プログラム参加対象者は、働くための準備をしたいと考えている人、準備には課題の整理が必要な人、DCを利用しているが、ステップアップを検討した方がいい人、就労意欲は高いが現状では就労困難な人、また、就職・退職を繰り返している人などで、「就労」「働く」というテーマを通じて、それぞれが自分自身を振り返り、就労に向けての「課題」を整理するということを目指した。方法としては、3人の担当スタッフが小グループ(7～8人)で、1回2時間/週×16回をSSTの手法を用いて行うこととした。

就労準備ミーティングの進め方は表1に示す通りで、概ね、一部のハローワークで行われているジョブガイダンスの進め方と同様であるが¹⁾、1では、当院の「就労準備ピラミッド」(図2)に基づいて、働くためには何が必要かを、健康管理・障害の理解、日常生活管理・基本的な生活のリズム、社会生活能力・対人技能、基本的労働習慣、職業適性と各項目ごとに参加者ごとに課題を明らかにして、課題の克服に取り組んでいくものである(表2、3)。また、「5. オープン就労(障害開示)している人の体験談を聞く」や、「6. 職歴を振り返り、自分のポイントを整理する」については、このプログラムがクライマックスにむけておおいに盛り上がる場所である。5について

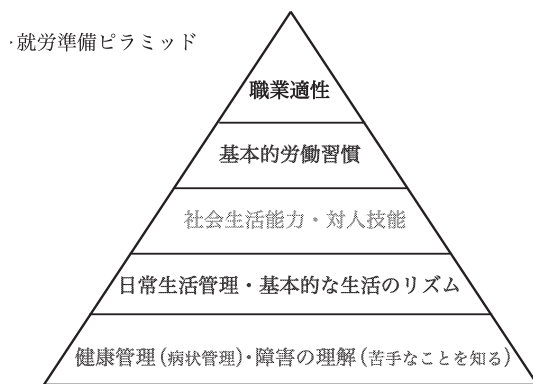


図2 働くために何が必要か

表3 就労準備プログラム・宿題ノート

月・日	自分が選んだ課題（宿題）	DC，家庭などで，どう実行したか
例 3月 1日	- 大きな声で挨拶をする - 友達に自分から話しかける	- DCで挨拶は上手くできた。目線が合うととても良かった - 話しかけるタイミングが難しかったが、一度話しかけた
2/26	- 早寝早起をする - 服薬をきっちりとする	- だいたいできた - きっちり服薬できた
3/4	- 早寝早起をする - デイケアに遅刻しない	- だいたいできた 2回遅刻した
3/11	- デイケアに遅刻しない - デイケアで自分から話しかける	- 遅刻せずに参加できた - タイミングや何を話していいかわからずできなかった

は、本プログラムを経て就労した先輩から体験談を聞くことで、希望している就労についての見通しが得られ、励みになることになる。6については、挫折的で負の体験となっている人たちも多く、グループワークの中で、これらの体験について正の再評価を受けたり、メンバーから職場の選択についてのアドバイスをもらったりすることで、就労がより身近なものとなる。

デイケアにおいて「就労準備ミーティング」というプログラムを導入したことは、プログラム参

表2 就労準備ピラミッド課題チェック表

日常生活管理・基本的生活のリズム	
	睡眠をきちんととる
	食事をきちんととる
	金銭管理
	身のまわりのことをきっちりする。掃除、洗濯、整理整頓
	時間の余裕や配分を考える
	決まった時間に寝起きする
	健康管理をする
	遅くまで遊びすぎない
	飲みすぎない
	人に過度に付き合いすぎない

表4 「就労準備ミーティング」を実施して

●参加者の変化
就労体験（つらい挫折体験）の共有，自己評価の是正，自尊感情の回復，就労に向けての課題整理，オープン就労についての意識の変化，見通し・目的意識を持ったデイケア参加，日々の暮らしにも変化。
●スタッフの変化
「課題を整理しその人にあった援助をする」という視点とノウハウが獲得され，スタッフ自身が自らの役割を意識化し，見通しを持って，より丁寧な支援ができるようになった。
●デイケア・クリニックの変化
プログラム運営への影響，デイケアの入口から出口までの流れができて，雰囲気が活性化してきた。流れを意識したデイケア利用へ。
●地域の変化
地域での就労支援体制の整備強化が現実的なテーマとなり，就労支援は地域の課題として，関係機関会議が開催されるようになった。

加者のみならず，クリニックの内外に様々な変化をもたらした（表4）。

IV. クリニックでの他の就労支援の取り組み（図3）

就労準備ミーティングにはじまった当院の取り組みは，徐々に広がってきている。クリニックでは，就労者や就労準備ミーティング修了者に対し

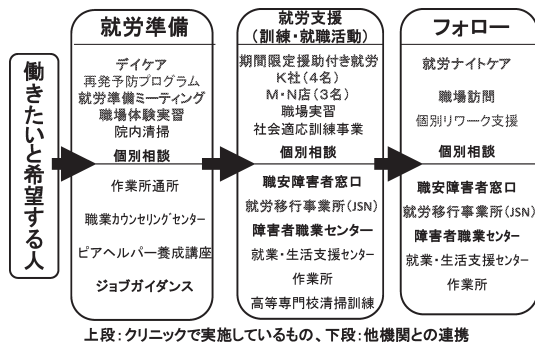


図3 三家クリニックの就労支援活動

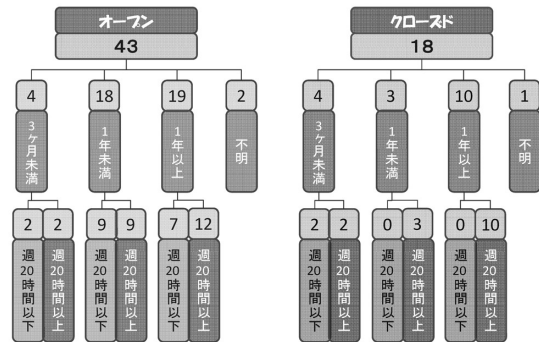


図4 就労者・61名について (2009.4)

て、就労ナイトケア（2004.7.～）を開催している。働いている人の就労継続支援や就労準備ミーティング終了者が働く仲間から学ぶ機会のために毎週金曜日に開催されているものである。

職場体験実習や期間限定援助付き就労^{3,5)}も当院が力を入れているものである。

V. 医療福祉相談室で就労相談を受けた人たちについて

2009年4月末の時点で相談室で継続的に生活支援を行っている人たちのうち、就労について相談を受けた通院者は201人であった。2/3が男性、30、40代の方が多かった。疾患別では統合失調症圏が55%と最も多く、神経症圏18%、感情病圏11%、発達障害7%であった。この就労相談者のうち、病状などから働きたいという気持ちの受け止めや、就労方法の説明など相談のみにとどまった人は73名と最も多かったが、就労準備訓練中の人42名、既に就労しておりフォロー中の人61名いた。この人たちの就労状況は図4に示した通りである。上段は就労期間、下段は就労時間であるが、クローズド就労（障害非開示）で1年以上、長時間働いている人がいるが、これは復職支援を行って、継続支援を行っているうつ病の人を多く含んでいるからで、この人たちを除くと圧倒的にオープン就労（障害開示）の方が定着した就労に至りやすいといえる。ディケアや期間限定援助付き就労などを駆使した息の長い就労支援

が功を奏していると考えている²⁾。

VI. 医療機関における就労支援のあり方について思うこと

精神疾患と障害を抱えた人々への就労支援を通じて思うことは、何よりもまず、精神科医が本人の希望、気持ちをしっかりと受け止め、働きたいと思うことが正当な気持ちであることを伝え、評価して、支援することを表明することであろう。そして、この方々の就労にむけての道筋、順序等は千差万別であり、迷わされることも多く、紆余曲折が予想されるため、水先案内人として就労支援の専門家が関与する必要がある。

また、医療機関では、ディケアプログラムなどを通してオープン就労を受け入れやすくなるような本人への働きかけの機会を多く持つ必要がある。そして、ディケアでの算定はできないが、就労準備の一環として現場でオープン就労を経験する機会を設けることが望ましい。

就労支援は確実に手間ひま・人手がかかる。患者さんたちの働きたいという希望を実現させ、その継続を見守るためには、外来でのPSWや作業療法士、臨床心理士などコ・ワーカーたちの活動がチームフィーとして認められなければならない。また、現状の精神科訪問看護料では患家への訪問以外は算定できないことになっているが、精神障害者の就労を促進するためには、コ・ワーカーたちのハローワークや障害者就労の専門機関などへ

の同伴、職場への働きかけなども訪問支援として請求できるように早急に改められることが必要である。

VII. おわりに

就労が、精神疾患と障害を抱えた人たちを見違えるほど健康で意欲的にすることを目の当たりにして、7年前から積極的に就労支援に取り組んできた。その結果、彼らの特性や働くにあたっての課題を把握して、適切で、タイムリーな支援を行えば、多くは働きたいという願いを叶えることができることを知ることができた。

彼らにとっては、就労は生活や人生の重大事であるが、これまで、精神科医は働きたいという彼らの意欲・希望に向かいあおうとせず、背を向け、むしろ、彼らの氣勢をそいできた。しかし、精神障害者の就労においては、主治医としての精神科医の果たす役割や責任は極めて大きい。診察室で向かい合っている人が、働きたいと希望することはごく当たり前のことである。私たちがすべきことは、働けるか、働けないかを結論づけることではなく、まずは、どうすれば働けるかについて、一緒に考えてみることである。そして、チームや

地域の関係機関とともに、就労支援にじっくりと取り組んでみるべきである。根気強い就労支援の取り組みから精神科医は計り知れないほどの多くのことを学び、自らの役割と責任について認識させられるに違いない。

文 献

- 1) 相澤欽一：現場で使える精神障害者雇用支援ハンドブック。金剛出版，東京，p.194-199, 2007
- 2) 池淵恵美：統合失調症の人の就労支援，統合失調症へのアプローチ。星和書店，東京，p.166-168, 2006
- 3) 田川精二：精神障害者の就労支援。街角のセーフティネット，メンタルヘルス・ライブラリー25（高木俊介，岩尾俊一郎編）。批評社，東京，p.73-85, 2009
- 4) 浜中利保，音田麻紗子，陸野 肇：精神科診療所における就労支援の取り組み。Review, 50; 30-35, 2004
- 5) 三家英明：デイケアを使いこなす。精神科臨床サービス，6; 453-457, 2006
- 6) 三家英明：精神科デイケアから就労への道一期間限定援助付き就労の試みー。精神科臨床サービス，9; 253-256, 2009
- 7) やおき福祉会編：精神障害とともに働く 自立への挑戦。ミネルヴァ書房，京都，2009