



2010年7月15日放送

精神医療の現場で“脱施設化”は進んでいるのか

患者の地域移行に向けて②

地域のピアサポーターが変える入院患者と病院職員の意識

～東京・練馬区の地域生活支援センターの取り組み～

石神井障害者地域生活支援センターういんぐ 下川 ゆき子

ういんぐ・きららについて

「ういんぐ」は2009年5月に開設した、練馬区社会福祉協議会が運営する障害者地域生活支援センターです。石神井公園駅から徒歩5分ほどの緑の多い静かな地域にあります。心の病を持つ人たちやその家族が地域で孤立せず、生活が送れるように一緒に考えサポートをしています。

同じく練馬区豊玉には、障害者地域生活支援センター「きらら」があります。病気のことを隠さずに言えて、気軽に相談ができ、ふらっと立ち寄れる場所が欲しいという当事者

の声から2003年に生まれた支援センターです。

きららとういんぐは商店街や町会とのつながりを大切にしています。地域のお祭りに参加したり、町会の婦人部に入ったり、民生委員が夕食会のプログラムに炊き込みご飯やとん汁・つけものを持って参加してくれたりしています。病院から地域に戻ってきた人が、一住民としてその仲間に入りやすいように地域とのつながりを大切にしています。ういんぐときららは協働で退院促進支援事業に取り組んでいます。

今日は、実際に私たちが、どのような活動をしているのかをお話したいと思います。

練馬区内には大きな精神科病院が3箇所あります。国の精神保健福祉の改革ビジョンの流れを受けてこの3病院でも、地域で受け入れ可能な精神障害者の退院を促進しています。私たちは、それぞれの病院の事情に合わせた形で訪問しています。

サポーターについて

私たちの取り組みの大きな特徴は、退院支援に協力してくれる当事者（ピアサポーター）と一緒に活動していることです。

私たちスタッフと一緒に、退院を応援してくれる当事者を「地域生活サポーター」として位置付けています。サポーター代を支払い、きちんとその役割を担ってもらっています。毎月、地域生活サポーター養成講座を開催し、当事者がサポーターを行う意味やその役割を確認し合っています。またその月に活動をした内容を振り返り、お互いに反省や感想を言い合っています。

彼らは実際に、退院や地域生活への不安・疑問・迷いを経験しています。その経験から自分たちが地域生活で工夫していることを出し合い、それをカードにしました。お金のこと、住まい探しのこと、食事のこと、服薬管理のことなど、このカードはまさに当事者の叡智の結集です。

そのカードを病棟に持ち込み、サポーターが自ら説明をしています。実際にサービスを利用している当事者であるサポーターから、直接話を聞くのは非常にインパクトがあり、説得力があります。

先に地域に戻った人であるサポーターにとっても、入院患者の退院を応援することで自信をつけ意欲的になっているようです。退院の応援をしてもらっていた入院患者で、退院後に地域生活サポーターになる人もいます。ついこの間までは、患者さんとして病棟内の退院準備グループに参加していた人が、地域生活サポーターとして加わり、活発に意見を出したり、外出の際に入院者の歩行を気遣う姿はととても頼もしく感動的です。

社会資源へ病院から通所

入院患者に地域生活を体験してもらうために、作業所や保健相談所など、地域の社会資

源を見学するだけでなく、実際に地域生活支援センターのプログラムに参加したり、作業所に協力してもらい、病院から通所できる機会を作っています。

入院患者を受け入れてくれた事業所にもサポーター代を支払い、地域生活サポーターと位置付けました。役割が明確になった作業所の利用者は、意識をもって受け入れてくれ、スタッフが聞いたことのないような話、たとえば自分にとって作業所がいかに大切であるかなどを話してくれ、横で聞いていたスタッフがびっくりするようなこともありました。

昨年夏に退院した30代の男性は、入院中から病院の近くの作業所に通いました。地域に触れながら、ゆっくりと退院の準備をしました。彼を受け入れた地域の側は、実際に退院までに時間をかけたことで、彼や家族の状況をよく知る時間となり、受け入れ体制の準備を十分に整えることができました。

退院後は地域の支援者側の連携も万全で、支援がしやすくなっています。彼が人間関係に悩んだり、金銭の問題が出たりした時にも、病院・グループホーム・作業所・支援センターなどが応援してきました。家族も作業所の旅行に参加するなどして、楽しみながら地域とつながっています。

先日、病院のケースワーカーが「病院内で彼を見かける回数が少なくなった」と話していました。いま彼は作業所の中で自分に合った仕事に出会い、生き生きと働きながら生活しています。

先日、彼の働いている姿を見せてもらいました。雨のなかを、一生懸命に仕事をこなしており、彼の仕事に対する意欲の高さが感じられました。

最近では法人格を持たない市民の団体が、病院からの通所の受け入れ先になってくれたケースもあります。歩行にやや心配のある女性患者が、病院近くにあるその市民団体が運営しているお店に通い、お店番の仕事をさせてもらっています。彼女はそこをととても気に入り、通所日を増やしたいと要望しています。以前に比べ、その表情はとても明るくなり、その日が来ることを楽しみにしています。作業所や福祉施設ではない市民の団体が、理解を示し、快く受け入れてくれたことに感謝すると同時に、大切な一歩であったと感じています。

病院にいる時から地域での生活にふれることによって、“退院したらこんなふうに地域で生活できるんだ”というイメージが作れるようになります。また、病院からショートステイを利用し、病院以外のところで夜を過ごす機会も提案しています。

病院スタッフの意識変化

これらを体験することによって息者の地域生活の力が測れることを病院のスタッフに示すことができました。

地域が病院に入っていくと患者の意識が変わるだけでなく、病院内の意識も変わってきました。

ピアの地域生活サポーターは、病院の入院患者だけではなく、看護師に対しても地域への信頼感を伝えていきました。病院内の意識を変えていった当事者の力に改めて驚きました。

病院の OT が行っている退院準備グループにも私たちは参加しています。一緒に調理や外出・買い物をしたり、時には私たちの支援センターの昼食会に招いたりもしています。地域のサービスを患者に伝えることで、病院の支援者である看護師やソーシャルワーカーも、具体的な地域の社会資源を知る機会となりました。看護師や OT、ソーシャルワーカーが、入院者や私たちと一緒に、電車に乗ってグループホームの見学に行ったり、保健相談所や福祉事務所を見学したり、帰り道と一緒にファミリーレストランに立ち寄りしたりしました。行き先が思っていたより遠くて大変だったり、寒い日の外出なのに靴下を履いてなくて、みんなで心配して声をかけたり、はぐれたグループを必死で捜したり、ドリンクバーの仕組みに驚いたり……色々なエピソードがあります。

実はこのような体験がとても大切だったし、一緒に時間を共有し、小さくても同じ経験を積み重ねていくことが大事です。これらの取り組みは看護師が地域を信じ、入院患者を地域へ送り出そうとする原動力となりました。日々の活動から、退院を促進するためには、病院から押し出す力と地域で受け止める力、この二つが必要だと感じています。

退院してから

そして私たちは、退院後も、退院した人が地域で安定した生活を送れるように応援しています。何か困ったことはないか、などの話を聞くために、定期的に会う場面を設定しています。

半年ほど前に三十数年間入院していた男性が地域のアパートに退院しました。67歳になります。退院するにあたってはアパートの保証人の問題や、介護保険法と自立支援法の両方の対象であったり、システムがややこしかったりといろいろな問題がありました。それら乗り越え退院しました。退院後、私たちは定期的に彼に会い、月に一度は訪問看護師からも直接話を聞いています。

この冬はとても寒く温度管理が心配でしたが何とか乗り切りました。近況を聞き、現在の気持ちを確認し、困っていることがあれば、その解決策を一緒に考えてきました。

先日は自宅からすぐ近くにある民間が運営する情報ひろば「ほのぼの館」に案内しました。病院以外の、できれば地域にいる人たちが、一人でも多く彼とつながってくれたら心強いと考えています。

彼はいま、大好きな映画を見に行ったり、浅草や銀座に行ったりして生活を楽しんでいます。時々デイケアでの出来事を被害的に受け止める発言もみられますが、そのつど話を聴きアドバイスをしています。

三十数年間も入院していても、自分の感性や感覚は失わず、地域に戻って刺激を受ける

ことで、改めてその部分が活かされ、自分らしい生活を作っていけるのだと彼に出合い教えられました。人の持つ力は素晴らしいと感じています。

これから

退院促進支援事業を進めるに当たって、関係者の連携を強固にするのに、情報共有のための会議が多くなってしまいました。これはある程度システム化できれば、解消されると思います。また、病院と地域の社会資源や行政が常に連携し、タイムラグなく、同じ速度で情報共有を進めていくことも難しいのです。特に地域生活を支援するのに年齢で法律が変わったり、それによって行政の担当部署が変わったり、戸惑うことも多々ありました。

今後は、このような障壁をなるべく少なくするようなシステムを構築し、無駄なく、病院と地域の社会資源、行政が手を組んで地域移行者の生活を支えていけるように努力していくべきだと思います。忘れてはならないのは、常に当事者の力を中心に置いて、街づくりも地域移行も行われていくのが最善であり、この視点は大切にしていきたいと思っています。

「総合メディカルマネジメント」

<http://medical.radionikkei.jp/sogo-medical/>