地域移行セミナー（まとめ）

１、日時：平成 23 年 10 月 26 日（水）　13 時 30 分～15 時
２、場所：守山区保健所　多目的ホール
３、参加者：29 名
４、内容：１）実践報告「地域で暮らすこと」
当事者Ａさん、東・守山障害者地域生活支援センター 鵜飼祐太氏
２）質疑応答
３）その他
名古屋市精神障害者地域移行・地域定着支援事業
（地域生活定着支援事業）について

１）実践報告「地域で暮らすこと」

〇プロフィール
・生年月日：昭和 30 年代生まれ
・病名：統合失調症
・社会資源：精神保健福祉手帳２級
障害程度区分２
遺族年金
・直近の入院歴：平成 19 年９月にＣ病院へ入院
平成 21 年６月退院となる。
〇地域で生活することになったきっかけ
・愛知県精神障害者社会復帰促進（地域生活支援）事業の中で実施することになった。
〇事業内容
・精神科病院に入院している精神障害者のうち、病状が安定して、受け入れ条件が整えば退院可能な者に対し、円滑な地域移行を図るための支援を行う。
〇退院までの流れ
・初回面接（H21 年３月）⇒ケア会議（H21 年４月）⇒外泊訓練（H21 年４月～）
⇒退院（H21 年６月）
〇退院直後の心境は･･･
病院に戻りたいという思いの方が強く、地域での生活の不安が大きかった
入院するにはどうしたらよいのかを考えていた。
・一人でいることに対しての不安
・一人でいることも、人に会うことも怖く感じていた
・病院の方が楽だし、レクリエーションがあって楽しい
・家事をしないといけない
・火事や泥棒が入らないか不安で、外出できない
（火事の心配から家を出る時にコンセントを全て抜いてブレーカーを落として外出することもあった。ブレーカーを上げることができなくて困った）
・外出すると、誰かにつけられているのではないかと思い怖くなる

〇精神障害者が苦手と感じること

・食事を準備したり作ったりすること
・お金や通帳の管理
・隣近所とのつきあい方
・そうじ・整理整頓・洗濯
・日用品などの買い物
・薬を飲むことや健康管理
・自分の時間の使い方・過ごし方
※当たり前だと思っていることがしづらくなってしまう。

〇自立支援員がしてくれた事

・同行支援　：アパート契約
携帯電話の契約
自宅への外泊訓練への同行など
・生活支援　：週間生活予定表の作成
ヘルパー調整など

〇地域で暮らし始めた頃のサービス内容

・家事援助　A事業所　週２回（1.5 時間）
・移動支援　B事業所　週３回
・日中活動の場　C病院作業棟　週２回
地域活動支援センター　週１回

〇地域で暮らし始めた頃はこんなことが･･･

・本当は 1.5 時間のサービス提供が、ヘルパーが帰ろうとすると引きとめようとして、階段まで追いかけてきたこともあった。
・寂しさのあまりヘルパー事業所さんへ１日何回も電話をかけていた。
何度も電話をするため、ヘルパー事業所内では知らない人がいないほどの有名人になっていた。
・移動支援の事業所には、毎日決まった時間に電話をしてきた。
毎日「大丈夫ですよ、もうすぐヘルパーがいきますから」と声かけをして誰が電話に出ても同じように対応するようにした。

〇地域で暮らして１年ほど経過して･･･

・個別支援会議を行い本人の生活を振り返る
サービス利用状況の確認
今後のサービスの利用について

〇地域生活を始めて１年後の心境は･･･

・退院直後に比べると生活にも慣れてきたのか気持ちのバランスが保てるようになってきた。
・退院直後の不安や孤独感などが、なくなってきた。

○2 年が経過して個別支援会議

本人の社会資源の利用について見直し

・金銭管理のやり方

生活費の引き出しと家賃振込みについて

・移動支援の使い方

美容院の利用について

・日中活動について

活動先について

○現在は･･･

・家事援助

・Ａ事業所　週 2 回（1.5 時間）

・移動支援

⇒利用せずに、病院には一人で行けるようになり、地域活動センターには友人と通えるようになった

・日中活動の場

Ｃ病院作業棟　週 1 回

地域活動支援センター　週 2 回

○現在の心境は・・・

・もう入院はしたくない。

・地域での生活が生きがいになってきた。

・友達もできたし、一人の時間も楽しめるようになった。

○地域で一人暮らしをしてみて感じたこと

・色々な人に支えられていると感じる

・他人を気にする事なく、自由な時間を過ごせる

・自分の帰る家があるのは一番安心する

・人肌恋しい

○ヘルパーさんが困ったこと・・・

・ヘルパーの時間

はじめのころはヘルパーが帰る時間になると、泣き始め階段までおいかけてくる事があった。どうしてもという時に 30 分間は延長できるようにサービス時間を確保した。

・金銭管理

お金の引き出しについては、入院中一人でできていたのに一人暮らしをはじめると、できなくなっていた。

まず自宅で本人と一緒に暗証番号の確認と引き出すための練習をした。

郵便局に着くまで暗証番号を唱えながら行っていたこともあったし、紙に暗証番号を書いて持っていたが、あるときなくしてしまったことに気づき、郵便局で大変だった。

お金がなくなったら、Ａ事業所に連絡がきて、「お金がなくなりました」と担当者の机にメモがたくさん貼られることもあった。

一人で行ってもらえるようになるために、1メートル離れたところから、本人に付いて行き、慣れると2メートルくらい離れてという風に少しづつ距離を伸ばし、2年目くらいから自分でお金を下ろすことはできるようになったが、一人ではまだ行くことができない。

・権利擁護をつけようかという話もあった。

・ヘルパーと一緒にタクシー代、お小遣いと袋にそれぞれ分けることもしていた。
とにかく、金銭に関する支援に困ることが多かった。

○移動支援のお手伝いをしていたころは･･･

・朝必ず8時半に電話で、「私今日は行けないの」と泣いてかけてくる。
事務所にいる人誰が出ても同じように「大丈夫ですよ。もうすぐヘルパーが付きますよ」と伝えてもらうように事業所内で統一していた。
地域活動支援センターに通うことになってからは、バス停までヘルパーが送り出すことになり、バスには一人で乗っていく。はじめはドキドキして何度も時間をみながら確認していた。しかし、バスに乗る頃にはしっかりされていてこれから一人で行くんだという感じで自信を感じた。

・本人さんと合言葉があり、「大丈夫、大丈夫、大丈夫」と3回いう事で、落ち着くようでした。その他に、「これで良いよね？」と聞かれることが多く、「大丈夫ですよ。それで良いですよ」とヘルパーが言うと落ち着かれていた。

○将来の夢

・自分の力で生活していきたい
（料理が自分で作れるようになりたい）

・海に行きたい

・フルーツ狩りなどに行きたい
（土を触りたい）

・温泉に行きたい

○振り返って

・不安にたいして如何に寄り添えるか
（寄り添うだけでなく、自立を促す事が大事）

・本人が地域で生活する楽しみを見つける

・本人のよいところを見つけて、その力を伸ばしていく関りが大事

○ヘルパーさんにとってこの2年を振り返ると

・入院したいということを聞かなくなった

・はじめは泣いてばかりいたが、最近は笑い声がよく聞こえるようになって、笑顔が多くみられるようになった。

・この2年一度も入院しなかったことはすごい

・移動支援をつかっての送り出しは、最終的にバス停まで一人で行けるようになった。
姿が見えない距離でついて行っていたが、一人で何度も確認してバスに乗り込んでいく姿は、とてもたくましく感じた。

２）質疑応答

Ｑ：入院中に退院したいと思ったことはなかったですか？

Ａ：ありませんでした。病院では何かあれば、すぐに看護師さんもいるし誰かが近にいるから安心。

Ｑ：主治医の先生に退院を告げられた時はどう思いましたか？

Ａ：嫌だと思った。

Ｑ：退院後すぐは入院したいという事をよく言われていたとの事でしたが、一人暮らしが楽しいなと、気持ちが変わってきたのはいつ頃からでしたか？

Ａ：思い出せません。大体１年くらいたってから入院はもうしたくないと思ったと思います。

Ｑ：今は入院はしたくないとの事でしたが、どういう思いからですか？

Ａ：はじめは、家に帰りたくないと思っていたが、自由な時間もつくれるし、友達もできたから。

Ｑ：一人暮らしをはじめて、知らない人（セールス）などが来た時はどうしているのですか？

Ａ：そういう時はドアを開けなかったんです。だけど、ドアを開けていたら、署名していたと思います。玄関扉にセールスお断りの札をつけています。誰かが来ると、「どなたですか？」と確認してから扉をあけるようにしている。新聞のセールスは自分で断っています。

Ｑ：困った時に連絡する所は何箇所くらいあるのですか？？

Ａ：2 箇所ありますが、2 箇所に連絡はしないようにして、1 箇所だけに連絡するようにしています。

Ｑ：一番に連絡する所はどこですか？

Ａ：Ａ事業所です。

Ｑ：電話をすると話をきいてくれますか？

Ａ：ちゃんと話しを聞いてくれます。

Ｑ：どれくらいの頻度でかけますか？

Ａ：日曜日は当番が１名なのですが、午前中に３回ほどかかってきたことがありました。でも今日は何曜日ですか？と聞くと、その後は一切かかってきませんでした。（ヘルパー談）

Ｑ：電話かけたくなる時はどんな気持ちの時ですか？

Ａ：話し相手がほしい時と寂しくなった時です。落ち着かなくなったら、牛乳を飲みなさいといわれていたので、飲んでいます。

Ｑ：一人暮らしをはじめた当初、家の事をしなきゃいけないことが、嫌だったとの事ですが、一番やりたくなかった事はなんですか？

Ａ：はじめは炊事と洗濯をやりたくなかったですけど、一人でいる以上はやっていかないといけないので、やっぱり、やるしかないですね。でもお風呂は一人だと怖いので、今でもヘルパーさんのいる時間に入るようにしています。ヘルパーさんがいると安心して入れます。

Ｑ：いろんな人に支えられて、生活しているとの事ですが、一番頼りにしているのは誰ですか？

Ａ：やっぱり、支援センターとＡ事業所です。

３）その他

名古屋市精神障害者地域移行・地域定着支援事業（地域生活定着支援事業）について

〇精神障害者地域移行・地域定着支援事業の概要説明

名古屋市から委託され障害者地域生活支援センター（精神障害者を主たる対象）２ヶ所

■事業対象者

①入院前住所が名古屋市内にあること。ただし入院前住所が明らかでない場合においては、入院前住居地又現在地が名古屋市内にあること。

②精神科病院に１年以上入院していること。

③受け入れ条件が整えば退院可能であり、本事業の対象とすることについて入院中の精神科病院の推薦があること。

④精神障害が、名古屋市内での生活を希望しており、事業の対象となることについて同意していること。（ただし、事業による支援の結果、退院後の居住の場が名古屋市外となることは差し支えないものとする。）

■事業内容

①支援の実施

ア）事業対象の決定

イ）退院前の支援

家族との連絡・調整、居住の場の確保、院外活動への同行、地域生活体験事業、日常生活技能共同体験事業など

ウ）退院後の支援（概ね退院後６ヶ月を経過するまで）

関係機関との連絡、調整定期的な訪問または来所による相談、夜間及び休日の緊急支援など

②ケース会議の開催

事業対象者の状況に応じ、関係機関との調整を行うためのケース会議を適宜開催する。

③名古屋市への報告

事業対象者への支援経過等事業の実施状況が分かる記録を調整し、適宜名古屋市へ報告する。

■人員配置

①地域体勢整備コーディネーター②地域移行推進員　各１名以上配置