

院内ピアサポートワークショップを試みて

宮崎県延岡保健所 ○湯浅宏美 山内裕子 太田尾香代子 中武節子（現：高鍋保健所）

要旨

当保健所では、平成 15 年度から在宅の精神障害者が地域で自立して生活できる環境づくりを行うことで、社会的入院の解消を図るためのさまざまな事業を展開してきている。その中で、「共通の問題を抱える仲間同士が、互いの経験を分かち合い、助け合い、支え合うこと」を目的に、精神障害者自助グループ「仲間の会」において、ピアサポート活動を実施してきた。そして今回、病院内でのピアサポートワークショップを開催した。

I はじめに

当保健所管内においては、平成 15、16 年度に、県外の当事者からの講演等を通して、当事者がピアサポートの技法を学んできた。その経験から、自助グループ「仲間の会」を立ち上げ、現在、月 1 回 10 名程度が集まり活動の継続に至っている。

今回、在宅当事者らが、入院患者に対する社会復帰に向けた支援活動を行う方法を学ぶために、院内ピアサポートワークショップを実施した。これは、在宅当事者が、長期入院患者と交流することで、入院患者に対して地域で生活することへのイメージを持たせ、退院への不安の軽減につなげることを目指すものである。院内ピアサポートワークショップの活動経過と今後の取組みについて報告する。

II 事業内容

- 1 対象 ピアサポートに関心のある在宅当事者（在宅精神障害者）及び関係職員（医療機関、市町村、福祉機関職員）
 - ・対象者へは、個人が特定されないこと、不利益が生じないことを了解の上、事業を行った。
- 2 講師 島根県内の精神科病院看護部長、生活サポーター 2 名（当事者）
- 3 方法 *入院患者：退院の可能性のある入院患者

	1 日 目	2 日 目
場 所	延岡市社会教育センター	Y病院、N病院
プログラム	① 島根県における生活サポーター活動報告 ② グループワーク、発表 ・当事者 「当事者としてできること」 ・関係職員 「延岡地域で、自分たちができること」 ③ まとめ	① 延岡地域で生活している当事者による体験発表 ② 生活サポーター活動報告 ③ グループワーク、発表 ・当事者、入院患者 「在宅での生活、入院中の生活について」 ・関係職員 「退院支援を進めるために自分たちができること」 ④ まとめ

III 事業結果

*当事者、入院患者は混合グループとした

	1 日 目	2 日 目	
参加者	・当事者：12名（2グループ） ・関係職員：13名（2グループ） 計：25名 *当事者・・・精神障害者 *関係職員・・・医療機関、市役所、社会福祉協議会職員	Y病院	N病院
		当事者：5名 入院患者：12名（4グループ） 関係職員：19名（2グループ） 計：36名	当事者：11名 入院患者：21名（6グループ） 関係職員：36名（3グループ） 計：68名
グループワークでの意見	当事者 ・入院患者さんに対し、デイケアや当事者会の話をした。 ・当事者会で、花を育てて病院に持って行く。 関係職員（保健・医療・福祉） ・当事者同士で集まれる場所が少ないので、もっと当事者活動を行える環境が必要	当事者・入院患者 ・家族に退院の事を話しにくい現状がある。 ・退院して一番難しいのは人間関係 ・延岡にも支援センターをつくって欲しい。 ・K工房や、O作業所などに見学に行くなど、外の風をうけてみたい。 関係職員（保健・医療・福祉） ・職員が意識を改革し、ちょっとした気づきが大切。疎遠となっている家族へ働きかけることも重要 ・退院支援会議の場に当事者に出席してもらう。	

	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちの病院において、長期入院者に対して、在宅当事者の経験を話してもらう取り組みをしたい。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活サポーターが入院患者のみを支援するのではなく、入院患者の家族にも話をしてもらう場が必要 ・入院中から当事者会に参加しておくことと退院に対する不安も解消できるのではないかと。
--	---	--

参加者の感想

<p><当事者></p> <ul style="list-style-type: none"> ・今回の活動が院内ピアサポート活動の足がかりになると思った。 ・グループ内で、もうちょっと話がしたかった。 ・患者さんが患者さんを助け合うことだと思いました。 <p><入院患者></p> <ul style="list-style-type: none"> ・将来のことを思うと絶望的になっていましたが、今日ピアサポートワークショップに参加して少し夢や灯火がみえてきました。俺にもマダマダやれるのだと自信がわいてきました。(7年5ヶ月) ・長期入院をへて、退院後10数年通院して再入院していない患者さんの話を聞いたら、自分にもやれるのではないかと勇気がでた。(5年2ヶ月) <p><関係職員></p> <ul style="list-style-type: none"> ・初回でありお互いに緊張も感じられましたが、全ての人にまじめに取り組む姿勢がありました。みんながひとつになった会であったと思います。 ・当事者の皆さんが臆することなく自分の気持ちを伝え、本当に率直な気持ちだと感じました。今後、交流会として形式ばらずに意見交換の場として、また、退院後のイメージ作りの場として定着していくことを願っています。 ・参加後の患者さんが動揺する事が不安だったが、患者さん自身が勉強になったと言っており、スタッフ・患者さんにとって反響がよかった。退院の話をする際、導入しやすい環境を作ってくれた。 ・スタッフとしてできることは、まず職員の意識改革ですが当事者の考えや気持ちを受け入れて支え、一緒に話し合いをし、一人でも多くの患者様が退院できるよう支援できると良いです。

IV 考察

今回の活動を通し、それぞれの立場で以下につながる機会となった。

<当事者> 「自分たちの活動が役立っている。」という自信となり、自己肯定感を高めることにつながる。

<入院患者> 退院への希望、在宅生活へのイメージがわく。また、入院中から在宅当事者と互いに顔見知りとなり、退院後も仲間が地域にいるという安心感がわく。

<医療機関> 院内が開放的となり、退院に向けての支援について考えていこうという意識改革につながる。

<地域> 精神科病院が開放的となり、病院や患者に対する意識が変わる。

<関係機関> 行政だけでは成し得ない退院にむけた活動が、展開できていく。

当保健所でのこれまでの調査において、長期入院者は在宅生活に対する意欲の低下や、退院後の生活など不安を抱えている。末安は¹⁾、“長期入院の患者が、退院という選択をするのは必ずしも喜ばしい場面ばかりでなく、「安住の地」を失うという苦しい選択でもあることを前提に退院計画が立てられなければならない。閉鎖的な環境での入院生活が数年から数十年経過していれば、「外の社会」になじむことを拒否するのは自然な防衛反応である”と述べている。今後、当事者の思いを大切にしながら、生活サポーターとして参加してもらい、「地域に出てもひとりじゃない。地域が受け入れ支援してくれる。」と思えるような活動を展開していきたい。今回の事業で、医療機関は地域に目を向け、地域は医療機関に目を向けるようになってきている。このことは、今後の延岡地域における精神障害者の地域支援活動を実施していく重要な要素であると思われる。

V おわりに

この院内ピアサポートワークショップ事業を展開していく中で、当事者や関係者の持っている力の大きさをあらためて認識している。また、当事者が、自分たちで進行役・書記を決め、話し合い、まとめなどを行いながら入院患者さんに接している姿に頼もしさを感じた。これは、これまで当事者会のなかでピアサポートを実施してきたことにより、自然に入院患者さんに対しても肩肘張らずに接することができたものだと考える。今後、院内ピアサポート活動が定着するための体制づくりを行い、長期入院患者の意志を尊重した退院促進にむけて、当事者、関係機関とともに取り組んでいきたい。

VI 引用・参考文献

- 1 末安民生：精神科看護白書 2004→2005，精神科看護出版，p.57，2004.
- 2 田中英樹：精神障害者の地域生活支援事業，東京中央法規出版株式会社，p105-146，2001.
- 3 金山千夜子：当事者による退院促進活動が始まった，精神科看護，vol.31No.9，p.39-44，2004.
- 4 榎本務：当事者活動が地域と病院の架け橋に，精神科看護，vol.32No.10，p.44-47，2005.