

愛知県 精神医療センター ニュース



アクト ACT: 包括型地域生活支援

認定看護師+CERTIFIED NURSE

精神科認定看護師の役割～地域包括ケアシステムの中で～

【シリーズ】教える先生 『災害精神医学との出会い』

INFORMATION

シリーズ
教える先生!?



3

災害精神医学との出会い

阪神淡路大震災は、平成7年1月、私がちょうど精神科医になった1年目に起きました。テレビで流れる光景は、街のあちこちから火の手が上がり、高架道路がなぎ倒され、とても現実とは思えない、昔見た怪獣映画のワンシーンのような衝撃的な映像でした。当時既に災害時の心のケアが知られつつあり、私も何かできることはないかと居ても立っても居られない気持ちでした。しかし、精神科医としては半人前にもならない状態で被災地で支援できることなどないと諦めました。現地に支援に行った1年上の医師のことをとても羨ましく思っていました。

それから10年以上、いくつかの災害が起きましたが、仕事に追われ機会もなく過ぎていきました。平成22年秋、私は愛知県精神医療センター（当時は城山病院）に勤めました。それから半年後東日本大震災が起きました。徐々に被災地の状況が明らかになるにつれ、自然の脅威、被災の大きさから日本中に衝撃が走りました。ほどなくして、病院に「愛知県心のケアチーム」としての派遣依頼がきました。この話を耳にした時、家族や同僚への負担が頭を過ぎりましたが、ひと呼吸おいて手をあげました。公立病院に勤めたこと、転勤したばかりで忙しくない時期だったこと、など私にとってまたとないタイミングでした。もちろん、阪神淡路大震災の時の思いが後押ししたことは言うまでもありません。

それから7年が過ぎ、東日本大震災の経験は、災害



今号の
先生の

平澤 克己 医師

【好きな食べ物】 麻婆豆腐、錦玉子、芋ようかん
【マイブーム】 サツマイモ、柔軟体操、ふるさと納税

派遣精神医療チーム (DPAT) の活動、熊本地震への派遣、へとつながっています。被災地への支援活動から救済者のメンタルヘルス、支援者支援へと関心は広がりました。支援ばかりでなく自分達が被災した時の対策を立てる必要性も痛感しています。そして、一緒に活動する仲間もでき、普段なら知り合えない医療者や医療以外の関係者とも顔の見える関係が増えました。7年前と比べて、災害対策は進歩してずいぶん変わりました。しかし、災害対策に終わりはありません。災害時には、普段は隠れている、見過ごしている、目立たない問題が何倍にも大きくなって目の前に立ち塞がります。その日が来ないことを願いつつ、今できる準備をする、それは職場の皆さんと、関係者の方々と、家族や友達と、一緒に考えて協力して、今を一步先に進めていくことだと思います。

これからもよろしくお願ひ致します。

INFORMATION

今回、病院改築で地域に開かれた病院運営を目指し、地域の皆様にも芝生広場を利用していただけようになりました。現在、芝生養生中ですので、2019年10月までは、散歩・軽いジョギング以外の運動はご遠慮ください。先日、犬のフンがそのまま放置されるという悲しい思いをすることがありました。

どなたにも気持ち良くご利用いただけるように、芝生広場に注意事項の看板がございますのでご覧になって、芝生広場をご利用ください。



愛知県精神医療センター
Aichi Psychiatric Medical Center

〒464-0031 名古屋市中種区徳川山町 4-1-7
TEL 052-763-1511
<http://www.pref.aichi.jp/seishiniryō-center/>



アクト ACT あいち



ACTとは

ACT (assertive community treatment; 包括型地域生活支援)とは、精神障害をもつ人が、病気や症状とうまく付き合いながら、住み慣れた場所で、安心して暮らしていけるように、多職種チームによる訪問支援(アウトリーチ)を提供するプログラムです。多職種チームは、看護師、作業療法士、精神保健福祉士、医師など様々な職種から構成されています。本プログラムでは、利用者の障害や問題点ではなく、希望や強み(ストレンクス)を活かして個別の支援計画を立てます。

Q & A

- Q** どのような人が利用できますか？
- A** 20～65歳までの、長期入院している人、入退院を繰り返している人、どの支援機関にもつながらず孤立している人などを対象としています。
- Q** 具体的にどのような支援をしていますか？
- A** 利用者のリカバリーとストレンクスに沿って、個別の支援をしています。例えば、一緒に夕食、部屋の片づけ、ジムでの運動、買い物・展覧会・他科受診などの同伴、保健センターなど各機関との仲介をしています。
- Q** どのような流れで利用を始められますか？
- A** まずは当院地域支援室ACTチームにご相談いただき、定められた加入基準を満たすかをチームで検討します。基準を満たしている場合、利用者、ご家族にプログラムの説明を行います。その後、契約の上、サービスを開始します。

【 ACTが大切にしている考え 】



認定看護師 + CERTIFIED NURSE

精神科認定看護師の役割と地域包括ケアシステムの中で



新美浩二郎

「地域包括ケアシステム」とは、もともとは介護保険の分野で構築されたシステムで、高齢者が重度な要介護状態になっても、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるように「住まい・医療・介護・予防・生活支援」が一体的に提供される体制のことを言います。精神科医療もこれになら、精神障がい者についても、地域の一員として自分らしく暮らすことができるよう地域包括ケアシステムの構築をめざすことが政策理念として明確化されました。そういった社会的な流れのもと、当センターも

地域との交流を深めるために、公開講座を催したり、施設としても交流プラザや小規模ですがベンチなども置かれた公園(とまでは言えないかもしれない)もありません)もあり、改築以前と比べ格段に立ち寄りやすくなったのではと思います。さて「地域包括ケアシステム」と格好良く言ったところで、精神障がいやこのストレスフルな世の中で生活のし辛さを感じている当事者やそのご家族、支援者に対して実質的な利益がなければ意味がありません。私は現在早期退院を目指す精神科救急病棟(西2)で勤務をしています。「地域包括ケアシステムの中で何ができるか」と考えたときに、当事者だけでなく、支援者(家族、施設)の職員、会社の上司(含め)の支援をすることが大切だと考えております。それは相互に強く影響しあっているからです。そ

のため私の考える理想の形は、「当事者も支援者も地域でその人らしい暮らしができること」です。精神科認定看護師は10あった専攻領域(うつ病看護、薬物療法看護、精神科身体合併症看護など)が平成27年度以降統合され、私もその後取得しました。誤解を怖れず言わせてもらえば、良い意味でも悪い意味でも「広く浅い」のかもしれない。しかしそれを強みとして、浅いからこそ自身の力を過信せず、時には当事者、支援者にも手を貸してもらい横並びの関係性を築き、広く見えるからこそ、状況を多角的に理解し必要な支援体制を構築していければと考えております。そういった考えのため、面会にはられた支援者の皆様にもよく話しかけるかもしれないが、ご承知ください。また相談にも乗りたいと考えておりますので、ぜひお声をください。

はじめは、訪問さんに来てもらうことが、とても嫌でした。だけど次第に、普通に話をするようになって、気持ちもすっきり穏やかになりました。訪問さんのおかげで、自分の気持ちがよくわかるし、いろいろ教えてもらえるし、ありがたく思っています。



利用者の声

40代の息子は発症後十数年たって、やっと入院治療に繋がりました。3か月余りの入院でしたが、退院後の自宅での生活でまた「ひきこもり」に戻ったらと不安を感じ、退院と同時にACTの利用をお願いしました。多職種のスタッフの週1回の訪問により、利用4年目の今年にはACTによるレクリエーションや利用者十数名参加の「回転寿司」での忘年会に参加することができました。これもスタッフの働きかけの賜物だと思っています。



ご家族の声

	月	火	水	木	金	土日/祝
	8:45～ 訪問準備・事務作業					
午前	9:00～	朝ミーティング		10:00～	9:00～	オンコール体制
	9:30～	9:30～	9:30～	ミーティング	9:30～	
	訪問	訪問	訪問	訪問	訪問	
午後	13:00～	訪問				オンコール体制 ※日中9:00～17:30も対応
	17:00～	夕方ミーティング				
	17:30～21:00	オンコール体制				
※21:00～翌朝9:00まで 病院直直 オンコール体制						

※土日/祝日は、状況に応じて必要時に訪問体制を組む



看護師 安田 恵子

私が訪問支援で一番大切にしているのは、利用者や家族の体験してきた知識を尊重することです。ひとりひとりの声に耳を傾け、必要な時に、必要な分だけの支援をすることを心がけています。



作業療法士 榎原 崇記

作業療法士は、日常生活上の全ての諸活動を「作業」と呼びます。やりたいこと、必要なこと、期待されること…。ご本人の思いや持っている力を尊重し、地域生活での様々な作業に焦点を当てて暮らしを支援します。



精神保健福祉士 清水 玲那

精神保健福祉士として、社会資源や制度等の情報提供、自己決定支援、権利擁護などを行っています。ご本人が望む生活をおくれるよう、利用者さんやご家族、地域の方々とも丁寧な対話を心がけ、支援をしています。



医師 瀧野 真広

ACT チーム医師として、利用者の地域生活と ACT チームを後方から支えます。当事者主体、地域主体のリカバリー志向の支援が精神医療センターや愛知県全体に根付いていきますように!