

## 内 容

### \* カナダ・トロント ACT セミナー2016 実施報告

事務局

#### (1) ～2016年カナダ ACT 研修に参加して～

(社福)町にくらす会 地域活動支援センターKUINA 施設長 鈴木 明日香

#### (2) 初めてカナダ・トロント ACT 研修に参加して

(社福)町にくらす会 訪問看護ステーション KUINA 訪問看護師 大内 直美

### \* 事務局からのお知らせ

関連書籍発刊のお知らせ

### \* カナダ・トロント ACT セミナー2016 実施報告

事務局

9月18日(日)の午後、成田空港に今回ご参加の8名の方々にお集まりいただきエアーカナダ AC002 便でカナダ・トロントに向け出発しました。現地合流の参加者が1名いたため今回の参加者は総勢9名です。日々の研修に関しては、本号と次号10月号で参加者報告として掲載させていただきます。

#### (1) ～2016年カナダ ACT 研修に参加して～

(社福)町にくらす会 地域活動支援センターKUINA 施設長 鈴木 明日香

平成28年9月18日から9月23日の6日間、カナダのトロントにあるマウントサイナイ病院 ACT チームの活動を視察に行ってきました。以前より、マウントサイナイ病院の ACT チームの活動については話を聞く機会が度々あり、とても興味がありましたので、今回参加し実際の活動を見ることができて満足と向上心が高まりました。参加者は、静岡県、千葉県、茨城県、大阪府、東京都、愛知県からの精神科医2名、作業療法士2名、精神保健福祉士1名、看護師2名、その他2名の9名でした。トロント空港には、カナダ時間で18日(1日目)の夕方到着でした。MSHACTT(マウントサイナイ ACT チーム)の Wendy さんを含め、5名の職員さんが空港で出迎えて下さいました。そこから40分程、車で移動し、夕食を済ませてから、ホテルにチェックインをしました。

.....

2日目は、マウントサイナイ病院で、モーラン先生、マパ理事長からは日本からの参加者の ACT への意気込みや学びに対する感謝と双方の学びの場の支援について、Wendy さんからリカバリーについて、他にクロザピンについてや薬剤師から統合失調症の全体的な話と抗精神病薬についてのお話を伺い、その後、裁判所と日系文化会館の見学と日系文化会館に入居しているジャパン・ソーシャル・サービスの職員さんからお話を伺いました。



マパ理事長とモーラン先生

精神障害を持っているがゆえに、社会から抑圧され、虐待をされた方、貧しい方、危機的状況に陥った方が地域で生活ができるように支援するには、①患者(利用者)を一人の「人」としてみる。②患者(利用者)とプロ(支援者)が協力をしていく。③患者(利用者)の強みをどう伸ばしていくか④積極的な関わりをすることが重要ということでした。

リカバリーのテーマはライフスタイルや好み、環境によって各国それぞれ、各自それぞれで異なるだろうが、病気によって限りが出てくる中で、満足を追求していくこと、本人の意義・目的をみつけることだと言われていました。

個人を尊重し、信頼関係の構築、誰もが人生を満足させる権利があるという事を改めて実感致しました。そして、患者(利用者)に積極的に関わり、本人のやる気の維持や良いところを伸ばすアプローチ、あきらめないことが大切であり、難しいものだと感じました。今後、支援において病気はその方の一部であり、全てを受け入れ、共感し、その中でどのように関わって、リカバリーをしていくかを常に考え、目標に向かって少しでも進んでいけるように、自分も成長していきたいと思っています。



プログラムマネージャーWendyさん

クロザピンについては、改めて注意事項を学びました。薬物療法の切り札として使用されている旨でした。攻撃性、幻聴幻覚、妄想、自殺企図に効果的だと言われています。日本でもクロザピンを使用されて、病状が劇的に回復し、地域で生活をされている方がいます。その方について、常に無顆粒球症による発熱、好中球減少症、便秘、高脂血症、心筋炎、低血圧、嘔吐、夜尿等の副作用には十分に気をつけなくてはならないという事です。

今回見学をした裁判所では、①本人に判断能力があるか否かを判断②犯罪への意識・理解度があるか否かを判断③判断能力があるとされた方(有罪でなくても良い)は保釈され、その間に地域で生活するために適したトリートメントを行えるのかを見定めて、最後まで関わり、法律とメンタルヘルスのギャップを埋める役割となっているとのことでした。

研修初日を伺っただけでも、個人、裁判所、他機関、地域、国全体が、個人を尊重し、リカバリーを支援する体制が整っていること、精神障害への理解が深いこと感じました。

日系文化会館では、ジャパン・ソーシャル・サービス(JSS)での活動を学びました。JSSはトロント市、領事館からの補助とその他の寄付から成り立っている団体で、カウンセリング業務を始めソーシャルワーク(高齢者、病院、警察、シェルター、裁判での通訳等)業務をされています。相談・支援を必要とする人口に対して、相談・支援対応をする人数が断然少ないと感じました。そして日系の方にとって、日本語が通じ相談できる場の存在は重要だと感じました。



日系文化会館

.....

3日目は、マウントサイナイ病院 ACT チームのオフィスを見学/OTの役割/Nsの役割/注射の打ち方/リサ・アンダーマン先生から ACT における精神科医の役割について伺い、その後トロント市郊外にある Ontario Shores Centre for Mental Health Sciences (以降: Ontario Shores)とその中の施設を見学しました。

OTもNsも各個人が ACTT の一員として専門職に責任を持ち、尚且、ACTT 全体として関わっているため、連携・個人の尊重・リカバリーが根本にあり、「それは〇〇の仕事だから、自分とは関係ない。」というような他人任せの仕事がないという事を感じました。また実際に、看護師からは、カナダでの注射の打ち方の実技が、模型を使用して行われました。日本から参加された医師と看護師が実践し、看護師は、日本で学んだ注射の仕方と違うため戸惑いながらも、理由説明に耳を傾けていました。

ACT における精神科の役割については、「病院での役割を地域で行うこと」という。トロント内には 18~20 の ACT チームがあるが、MSHACTT は唯一、多国籍・異文化の特色があります。州毎に ACT の基準が違うとのことだが、MSHACTT では、日常的医療、心理的・身体的医療、ACT のルールに基づく医療、臨床の監督・指導・教育、チーム内で研修を行う役割、個人向けのサポートセラピー、人権擁護、社会性を学ぶ場の提供、入院中の訪問、お薬の調整を行っているとのことでした。病院で行う医療と同じ医療を地域で提供することができれば、入院をせずに地域で生活をしながら医療を受けることができ、利用者の希望に沿うかたちとなり、それがリカバリーにつながるのだと納得できました。

Ontario Shores は 100 年の歴史がある長期療養型の精神病院でした。2016 年から州運営から民間の運営になったそうです。地域のリーダーたちが病院のビジョンを決めるとのことです。広大な敷地の中には、いくつもの建物がああり、我々が見学した建物には、レクリエーションルーム(ボーリング場、ビリヤード、バスケットコート、屋外にもバスケットコート、中庭、Cafe 等...)、家族が来



Ontario Shores

院し相談や面会をする部屋、職業訓練所、宗教毎に対応する部屋、その他、認知症専門ユニット、摂食障害専門ユニット、罪を犯した方のユニット等、症状に分かれたユニットと、学校やペットセラピーもあるとのことでした。実際に、仲間数人とバスケットをしたり、ビリヤードをしている方がいらっしゃいました。1年間をかけてアセスメントをし、次年度のケアプランを作成し、少しずつ外出する練習等の、ステップアップをしながら、最終的に地域に戻るというゴールを目指して支援をされていました。精神保健に対する理解とサポート体制が、国全体で、日本と比べてずいぶん違いがありました。そして、ご本人様たちに社会復帰の練習や一人の人として生きていくための、コミュニティ体制が整っているのだらうと感じました。

.....

4日目は、サミエル・ロー先生から、各国のACTについてと広がりについてとフィデリティの中での重要点について、デニー・ヤン先生からACTにおける家庭医の役割について、医師のケネス・フォン先生からはACTとCBTについてお話を伺いました。その後、プログレス・プレイスというクラブハウス(精神障害者の自助活動による相互援助を基盤とした活動の場、地域ベースのリハビリの場)を見学、その後MSHACTTの訪問2件に同行させて頂きました。

ACTが各国で広がった背景には、①入院率の減少②患者が入院中より元気であること(心理社会的効果)③本人や家族の満足度UP④多職種が関わることがあげられる旨。その中で、(1)ケース数が多いこと(2)チームに精神科医がいること(3)多職種でシェアすることが重要だとのお話がありました。薬の管理、家庭訪問、的確な判断と的確な診断、入院患者を受け入れる体制を整えておく、寄り添った支援をすることがACTで有効とのことでした。我々町にくらす会のKUINA-ACTが日々行っている支援がまさにACTで有効とされるものだというように改めて気付かされました。そしてその支援に日々かかわっていることに誇りを感じました。

次に、ACTにおける家庭医の役割としては、利用者が必要としていること全てにこたえることは大切だが、利用者のニーズの中心にいて考え、心理的、身体的、偏見、その他、全てにおいて話を聞いて、良く観察をして理解することが重要であるという。

次にケネス・フォン先生のお話は、少し難しいお話でした。①目に見えないものを見えるように②人間の複雑な思考についてのCBTとACTの繋がりの話でした。「過去にできたことでも、今できないこともある。本人の感情や心の底から思う事に従っていく。正したり、なおす(直す・治す)必要はない。」という事でした。病気を1つのものととらえるのではなく、「その人の一部であり、それで良い。」とその人自身を受け止めることでトリートメントに役立つとのことでした。自分が様々な方と関わる中で、色々な思いになる事があります。そのような時の自分自身が助かるのもあるとのお話がありました。物事に固執するのではなく、全体として捉える考え方で、且、物事と考えを切り離すことが鍵になる事がわかりました。

クラブハウスでは、ピア・スタッフとして職員とパートナーを組んで運営をしているコミュニティベースのリハビリの場ということで、日本でいう地域活動支援センターと福祉サービスの就労移行・A型と就業・生活支援センターが組み合わさったプログラムでした。いくつかのユニットに分かれており、1階にはDJブース、Caféスペース、地下1階にはブティック、gym、キッチン(キッチンではバランスの良い食事のメニュー決めも食材の買い物も全て障がいをお持ちの本人たちが行うという)、2階には事務関係(新聞作り・発行、経理、



プログレス・プレイス(クラブハウス)

電話当番、アウトリーチ等…)がありました。また、クラブハウスでは、この場で働くことがリカバリーであり、ご褒美のため、工賃は発生しないのだと言っておられました。中には、賃金を得たい人もいるため、その方には、(1)クラブハウス内で就労の為の練習⇒(2)職員がジョブコーチの役割をして一般の会社へパートとして入り一定の期間働く⇒(3)正規雇用となるようサポート体制が構築されていました。利用者が、安心して通える場所であり、存在意義を持つことができ、希望が持て、ここでもリカバリーに重点を置いているのだと感じました。その他にも住宅の斡旋や、夜間の電話相談(20時~24時まで)の対応もあり、気持ちに寄り添い、少しのサポートがあれば地域で安定して生活をしていくことができるのだと実感致しました。

2か所のうちの最初の訪問では、40代の女性(1週間に3回訪問)の訪問に同行させて頂きました。服薬確認と睡眠時間の確認、金銭管理などを行っていました。住居は18部屋で1部屋2人ずつの計36名が入居されて



いるGHでした。世話人さんは2人が交代で世話をされていました。遠くで大きな声を出されている方がいたり、居室は無造作な状態でした。帰国してから、確認すればよかったという事がいくつかありました。また、もう一人の方は若い男性で毎日訪問を行っているとのことでした。夕食前の服薬を済ませてから、一緒にお気に入りの CAFE へ外出しました。ご本人様のリカバリーにつながる寄り添った支援ができていたと感じました。様々なバググラウンドがあり、お一人お一人訪問回数も違い、信頼関係を築くまで、どれだけの時間を要したのかと思います。



ACT チーム担当者が訪問

様々な場面で、「リカバリー」「寄り添った支援」「人権尊重」を感じる研修でした。常々法人の理事長である志井田さんが「できないところではなく、できることに目を向けるように！」「例えそれが良くないことであっても、それを本人が選ぶ権利があって、それを尊重することも必要だ。」「個人のニーズに合わせた積極的な支援と関わりをする。」「病院でなく、地域でサポートができれば、重症で慢性の精神障害をお持ちの方でも地域で生活することができるんだよ。それをするのが ACT だよ。」という言葉、実際に感じる事ができ、普段 KUINA で当たり前に行っている活動が、ACT の活動であり、それによって地域で安定して生活をしている方がいるという事が誇れることだと思いました。

MSHACTT は、多国籍の方に対応できるトロントでも唯一の ACT チームでした。多民族、異文化の中で様々な方をサポートしていくことに感激しました。そして今回の研修は、『リカバリー』に重点が置かれていました。全体を通して、一人を「人」として尊重し、寄り添い、支援をすること、また、職員の責任感に安心感がありました。支援してくれる方がドンと構えていてくれたら、安心して地域で生活していけるのではないのでしょうか。

MSHACTT の皆様には、毎日お忙しい中、快く視察の対応をして下さり、感謝しております。お一人お一人の責任感のある支援、寄り添った支援が、地域で生活をする利用者さんにとって大切である事を改めて実感しました。また、この視察研修を取りまとめて下さった仁木事務局長、そして貴重な経験と刺激を頂く機会を与えて下さった志井田さん、研修参加に協力してくれた家族に、心から感謝しております。ありがとうございました。英語をもっと勉強して、さらに理解を深めたいと感じました。

## (2) 初めてカナダ・トロント ACT 研修に参加して

(社福)町にくらす会 訪問看護ステーション KUINA 訪問看護師 大内 直美

今回、2016年のカナダ・トロント研修に初めて参加させて頂きました。マウントサイナイ病院の ACT チームの皆様、志井田さん、仁木さんに感謝いたします。また、ご一緒させて頂きました皆様にもお礼を申し上げたいと思います。

セミナーでは、それぞれの講師の先生方のお話は大変勉強になり、さらに興味が湧きました。また、講師の先生方のユーモアなお話しにも笑顔にさせて頂き、とても楽しく参加することが出来ました。その中でも私の印象に残っているセミナーは多々ありますが、その中でも特に印象深い3点を報告します。

1つ目は、クロザピンの薬剤についてです。私が訪問させて頂いているご利用者様の中にも、クロザピンを服用されている方は、複数名いらっしゃいます。看護師の視点では、服用されているご利用者様のどこに着目して注意しなければならないか学ぶことが出来ました。そして副作用等の早期発見の重要性を改めて勉強させて頂きました。

2つ目は、看護技術の中の1つの注射を体験させて頂きました。デポ剤(特効性注射剤)は注射薬の1種で筋肉への投与になります。前回の ACT 研修に参加した同じチームのスタッフさんから日本と施行の違いがあるとお話を伺いました。今回、私も体験させて頂きました。日本では、腹臥位や側臥位の体位が主流ですが、立位姿勢での体験となりました。注射部位の探し方や刺入部についても学ばせて頂きました。また、アルコール綿の消毒後は、すぐに注射するのではなく、乾燥させてから施行すると教えて頂きました。その理由と



注射の体験

して針の刺入部よりアルコール消毒液が入る事で疼痛の症状が伴うと学びました。これは私の経験ではなかった事なので、とても良い体験をさせて頂きました。

3 つ目は、グループホームの訪問に同行させて頂きました。中国人の利用者さんには、中国語の話せるスタッフさんが、韓国人の利用者さんには、韓国語を話せるスタッフさんが担当するなど、移民文化のコミュニケーションの配慮もされておりました。QOL の向上の支援として清潔面の支援をされていました。訪問スタッフが歯磨きセットをお渡しするだけで、拒否することなく自ら洗面台に向かわれ施行されました。声掛けの必要な場面があると、その都度声を掛けられ、ご利用者様もそれに応えておられました。信頼関係も出来ている様子がありました。また、服薬確認についても、医療従事者の方のお渡しの工夫もされていました。

今回の ACT 参加させて頂き、日本との違いや支援技術・工夫等も学ばせて頂きました。今後の支援に生かし、ご利用者様により良い支援を提供していきたいと思えます。7日間大変お世話になり、ありがとうございました。

## \* 事務局からのお知らせ

### 関連書籍のご案内

#### ①「精神病院のない社会をめざして」バザーリア伝

第1回イタリア研修ツアーで通訳をお願いした鈴木鉄忠さんが翻訳された書籍です。

体裁：四六版 256頁

定価：2,700円+税

発行所：株式会社岩波書店



#### ②「精神病院はいらない」

6月御荘で実施したリフレッシュセミナーにご参加いただいた大熊一夫さんが編著者として発刊された書籍です。

体裁：A5判変型 192頁

定価：2,800円+税

発行所：株式会社現代書館



—編集後記— 2016年9月18日(日)から24日(土)迄の日程で、第11回目のトロントACT研修セミナーツアーが実施されました。今回は、たくさんの方にご応募いただき、次回の研修迄お待ち頂く方々ができました。今回の研修は、例年同様のACTについてチーム精神科医、作業療法士、看護師などの各専門職の皆さんから基礎的な内容を含めて説明いただきました。利用者さんの地域での継続的な生活と薬の関係として「クロザリル」について、チームの精神科医と薬剤師から詳しく話を聞きました。昨年の研修から好評の「世界のACTの導入から現状と特徴」について、「模型を使用した注射の練習」に加え、新しくトロント大学の Kenneth Fung 先生から「CBT(認知行動療法)とACTの関係」についてお話を伺う良い機会に恵まれました。深い内容で次回も引き続き聞きたい説明でした。また、実際の訪問活動に同行し訪問の様子や利用者さんと話しができたことが毎回の研修の最大の収穫になっています。その他に、恒例となっている蝕法精神障害者の裁判を専門に行っている裁判所で、裁判の様子とプログレス・プレイス(クラブハウス)の見学をさせていただきました。それに加え、カナダ在住の日本人を支える会の「Japan Social Service」の見学は新しい試みになりました。今回は、このことに加え、研修セミナーを2003年に受入れ、ずっとバックアップをして下さった Mount Sinai 病院の Mapa 理事長さんが9月一杯で、他の部門に異動されることになり、これまでのご尽力に感謝をお伝えする機会にもなりました。この研修に度重なり参加をしていますが、改めて新しい発見があった研修になりました。この研修が今後も継続されることを願っています。(shiida.m)

〒115-0045 北区赤羽2-45-8ファーストビス赤羽205 TEL/FAX03-5939-9603