

先進地視察について

①特定非営利活動法人ほっとハートについて（千葉県市川市）

<視察先>

特定非営利活動法人ほっとハート本部 3 階会議室

多目的宿泊施設「しゅう」※本部のすぐ隣

<対応者>

特定非営利活動法人ほっとハート理事長

ほっとハート相談支援事業所リンク管理者

認定 NPO 法人リカバリーサポートセンターACTIPS ケースマネージャー（看護師）

認定 NPO 法人リカバリーサポートセンターACTIPS ピアスタッフ

立ち上げに携わった家族、実際に利用した家族

<事業実施までの経過>

・平成 17～19 年マディソンモデルを活用し、精神保健福祉ネットワーク（医療・福祉・地域・当事者等）の構築を図る中で、精神症状が重い人々に対して居住・短期入所・自立体験の場の検討の必要が出てきた。市川市では、家族・本人が休める場としてクライシスハウス、リカバリーハウスを整備し、一時的に計 4 部屋を一時的に整備したことはあった（ハウス里見等で行っていたが、現在は終了してしまっている）。

・それから 10 年が経過し、クリニックが増え入院がしづらくなってきた。また、ショートステイやグループホームは使い勝手が悪く、知的障害のレスパイトはあるが精神のレスパイト等の資源がないことなどが課題としてあった。そこで、親亡き後のことなどを考え、家族会の協力の下、家族及び本人が利用可能な宿泊施設の立ち上げることにした。

・理事長は地域のつながりを大事にしており、不動産屋とのやりとりも行っていた。ほっとハート本部近くの戸建て物件が出た際に、活用の話があったため、「しゅう」の始動を検討開始した。

・平成 26 年 12 月頃から実施している自主事業であり、市などから補助や委託など一切なしで運営。「しゅう」の宿泊部屋のテレビや洗濯機などは家族会からの寄付で購入した。

<本格実施に至るまでの検討事項>

・家族はたとえ宿泊施設があったとしても利用しない可能性がある→他の家族から「使ってみようよ」と誘い掛け、まずお茶飲みに見学にきてもらい利用につなげる取組みも行った。また、家族は「開けておくことに意義がある」と話し、見学に来てそういう場があることに安心して実際は利用しないということもあった。

・本人が宿泊時のリスク管理→ACT の看護師等が共に宿泊して本人の状況確認を行うことで対応。

<事業の概要>

・一軒家の物件をほっとハートで賃借し、1 階部分を就労支援継続 B 型で活用、2 階部分をフリースペースとして活用し、家族等の受け入れ先としている。2 階部分の賃借料 65,000 円は法人持ち出し。2 階を家族の避難場所と利用した後の清掃を、B 型の作業として行っている。

・マンパワーはつけていない。家族のみの利用の場合は、誰も付添人はなしで宿泊可能。

・2部屋、布団3組あり、最大3名まで宿泊可能。費用は1日3,500円（内訳：洗濯・掃除・光熱費等）で、食事（宿泊施設にて調理可能）は各自とってもらっている。風呂も利用可能で、ハード面を完備。利用の上限は連続3日間と設定している（長くて2～3週間）。

・周知の方法は、家族会の会員へ文書で通知している。ACT職員、相談支援事業所職員からの紹介もある。

<職員体制>

・家族の宿泊の際には、マンパワーをつけていない。利用の受付を理事長が携帯で24時間対応しているが、これまで真夜中の連絡はなく日中に連絡が来て、遅くとも19時くらいまでには「しゅう」の鍵を受け渡ししている。

<事業利用の流れ>

・市川市在住もしくは市川市内の病院に通院している家族を対象としている。当事者の診断名などは問わず、相談機能は有していないため情報もあまり求めていない。受入の打診があり、部屋が空いていれば基本的に受け入れている。

・予約での対応はほとんど困難で、基本当日または前日で依頼があり対応している（基本的に地域の支援者から連絡）。鍵をほっとハート本部まで取りにきてもらって、宿泊施設を利用する。鍵は利用者管理で、理事長は「鍵を持たせることでしっかりする。また、出入りは自由としており、出てもいいという安心感もある」と話す。また、土日についても「しゅう」の1階は活動しているので、職員などがいるため、対応は可能となっている。

・アメニティーは完備されており、家族はお金だけ持っていれば着の身着のままでも宿泊可能。

・家族がどのように過ごしていたのかという記録は一切ない。利用してもらい、宿泊最終日に宿泊費の精算をして利用は終了する。

※「しゅう」は市川駅から徒歩5分程度の住宅街の一角で戸建ての一室なので、大きな環境変化がなく、利用者からの評判はよいとのこと。

・最近になり、日中だけ利用したいという声も上がってきており、午前（9時～12時）1,500円、午後（13時～18時）2,000円で空いていれば貸し出すようにした。具体的には、家族会の打合せやピアスタッフの研修会など様々ある。

<事業実施上の留意点・注意点>

・当事者が利用することで、宿泊部屋が気に入りにかなか出ていかず居座ってしまったという事態があり、地域の支援者の協力は必須である。

・「しゅう」には相談機能がないため、地域の支援者の協力（宿泊後の家族間調整等）は必須であり、その都度協力している。協力がないうちに、当事者が居座ってしまう等の問題が生じた。

<事業利用した支援者からの声>

・認定NPO法人リカバリーサポートセンターACTIPSスタッフより、当事者と宿泊した体験談をうかがう。利用のきっかけは担当していた当事者が不穏になったものの、すぐに市内の入院はできず、家族と一緒にいることが困難であったため、「しゅう」の利用に至った。家族と当事者のいずれを宿泊させるかについては、当事者及び家族の思いを聞き、話し合いの上決めた。その際は数日間の利用したことで、入院せずに地域生活に戻れた。利用してみたの感想は、「当事者にとっては不穏時に入院以外の方法をチャレンジすることで、入院を回避できればそれは大きな自信となる。たとえその後入院してしまったとしても、それは次に生かすきっかけとなる。支援者としては、当事者と共に泊まることで、当事者の夜の生

活を観察でき、これまで知れなかった部分を知る機会となった。」

<事業利用者からの声>

・利用件数は、年 35, 6 件。月 3 日くらい利用している状況（利用者の詳細などは不明）。利用者の傾向は、家族と当事者の距離が近く離れた方がいいのに離れられない家族が、当事者の不穏を契機に家族が利用することがある。

・実際に 2 回（昨年 2 月、11 月）利用した母（統合失調症の息子と同居、父と当事者の折り合い悪い）から話を伺う。「しゅう」の存在は家族会から通知があり知ってはいたが、自分は利用することがないと思ってこれまで見学はしていなかった。当事者はおとなしく真面目な性格だが、自分の思うことを表出できずため込んでしまい我慢の限界に達すると壁を蹴るなどの行動化に至ってしまう。利用した際は、通所先でトラブルがあり、大声を出したり、母と一緒にいると暴れてしまうと申し出があったりしたため、どうしようか困っていた時に「しゅう」を思い出して自ら電話して利用の承諾をもらった。父と当事者を自宅に残していくことの心配はあったが、相談支援事業所との関わりもありそこ連絡を取り合い対応にあたっていた。2 泊利用し自宅に帰ってみると、物理的な距離を取ったことで当事者も「自分がこのままの状態だと、自分が困る」等の考えにいたり、当事者の反応はマイルドになっていた。

・「しゅう」を利用しての感想は、一般家庭と同じ感じで自分の家のように利用できた。自由度が高く、ゆっくり宿泊することができるため、休息がきちんとできた。ただ、家族として当事者を自宅に残していくことの心配、不安はどうしても感じてしまった。

<事業の実際と課題>

・利用費が家族負担であり、地域生活の調整で宿泊が長期化してしまった際の負担が難しいこともある（30 日利用で 10 万 5 千円）。今のところ、市川市では「市川市中心身障害者一時介護料（別紙参照）」という制度により 8 割ほど戻ってくることはなっている。

・「しゅう」は自主事業であり、家賃として月 65,000 円を事業所が負担できなくなった場合存続は難しいといった、継続性の不安定さはある。

<来年度以降の展開>

・平成 29 年度からは、DV・虐待の緊急避難場所として認定され市川市と協定を結ぶことになっており、行政からの紹介もある見込み（「しゅう」は他のショートステイが利用できないときの補完的な役割）。

②横浜市精神障害者家族支援事業について

<視察先>

横浜市総合保健医療センター「ハイツかもめ」

<対応者>

横浜市健康福祉局障害福祉課地域活動支援係長

横浜市健康福祉局障害福祉課地域活動支援係員

横浜市総合保健医療センター地域精神保健部生活訓練係長

<事業実施までの経過>

元々横浜市全 18 区一カ所ずつに精神障害者家族会が存在し、「本人からの暴力に対して、避難する場所がほしい」という要望書が毎年提出されていた。平成 20 年度まで横浜市心身障害者在宅福祉手当（現金給付）を行っていたが、この事業を廃止した。この原資が 18 億円あり、「将来にわたる安心施策」の一つとして、当該事業を展開。平成 21 年度モデル事業を実施し、平成 22 年度から本格実施。

<本格実施に至るまでの検討事項>

- ・ どのような場所に泊まることが最もよいか→宿泊型自立訓練（旧援護寮）がハコモノとしても、これまでの経験としても最も望ましいだろう。
- ・ 家族に身体疾患があった場合は対応が難しい→幸い近くに診療所も有ること、またこれまでに身体疾患のために受け入れを拒否した事例はない。
- ・ 本人が避難した家族を追いかけてきた場合にどのように対処するか→幸い実際に追いかけてきたことはない。むしろ、避難した家族が本人のことを心配になって、自宅などに戻りたい希望が多いため、家族側への説明は必要（もちろん、避難した家族には本人に居場所を告げないように伝えている）。
- ・ 通常の宿泊型自立訓練利用者と避難した家族の相互作用について→むしろ良好で、どちらも排斥感などはなく、食堂などで話しあっている姿を見かけることも多い。

<事業の概要>

- ・ 横浜市総合保健医療財団（外郭団体）に委託して実施。
実施場所は横浜市総合保健医療センター内のハイツかもめ（宿泊型自立訓練事業：26 床）。
- ・ 根拠要綱「横浜市精神障害者家族支援事業実施要綱」（平成 22 年 10 月 1 日局長決裁）
原則 7 日間利用可能で、自己負担は食費・光熱水費のみ。対象者は精神障害者（精神保健福祉法第 5 条）の家族で、関係悪化で自宅に居ることが困難となり、緊急滞在場所利用希望がある者。
事業内容は 1) 家族の緊急滞在場所の運営、2) 家族の学ぶ場の実施の 2 本立て。
- ・ なお、横浜市身体障害者団体連合会に障害者総合支援法地域生活支援事業の「社会参加推進センター」を委託している。そのセンターの一つの事業として「ピアサポート事業」を実施。下記横浜市精神障害者家族連合会（浜家連）がピアサポート事業に協力する形で、家族学習会やピア家族の派遣などを実施しており、上記 2) も浜家連が実施。
- ・ 当該事業については「シェルターの」要素もあり、事業実施や実施場所などについて市民等にも伝えていない。区福祉保健センター職員にのみ限定して周知している。

<職員体制>

- ・ 当該事業実施分として、精神保健福祉士（非常勤）を配置。
看護師 1 名、社会福祉士 7 名、作業療法士 1 名、係長で、宿泊型自立訓練、短期入所を含めた形のシ

フト制で実施。

<事業利用の流れ>

- ・区福祉保健センター障害高齢課障害者支援係が利用希望の受付窓口となっている。
実際にはケースワークの中で障害者支援係職員（保健師，MSW，身体・知的ケースワーカー）が「緊急に避難が必要な家族」を発見した場合に，事業実施を提案することが多い。
- ・具体的な事業実施の流れは福祉保健センターでインテークし，情報を整理，それをハイツかもめに伝え，ハイツかもめ内で受け入れについてのカンファレンスを実施。実際に家族がハイツかもめに到着するのは夜間になることが多い。

<事業実施上の留意点・注意点>

- ・リネンなどは備えつけのものを利用可能（無料）。
- ・調理室，入浴施設，洗濯施設なども利用可能（無料）。
- ・家族の宿泊場所は宿泊型自立訓練の空床利用を主とするが，満床の場合には静養室や職員の宿直室を提供することも有る。
- ・職員に基本的なスタンス・態度は「ゆっくり休んで元気になってもらう」というもの。家族が出来る部分はそのまま実施してもらおうが，過剰に職員がやってあげることではない。また，家族のこれまでの暮らしてきたペースがあることに留意し，実際宿泊時は何かの行事やスケジュールに無理矢理のつてもらうことない。

<事業利用者からの声>

- ・物理的な距離を取ることが出来て，安心した。本人との考える時間をきちんと持つことが出来た。
- ・長期間利用者は一旦自宅に戻り，本人と同居を再開する中で，やはり別居が必要という結論に至った事例も有った。家族は「避難できる場所がある」ということ自体が安心感に繋がっている。

<事業の実際と課題>

- 1) 利用者の少なさ。利用日は，平成 24 年度 185 日間，25 年度 152 日間，26 年度 31 日間，27 年度 20 日間。
 - 2) 実際の利用者は長年精神疾患を患っているか，あるいは未治療の人なども多い。そのため，福祉保健センターがこの事業利用を通して初めて把握するケースも多い。
 - 3) また，実際には本人と家族の関係性悪化が①元々の家族葛藤などが原因なのか，②精神疾患の症状の悪化なのかなどを見極めていく必要はあると考えられる。現在の利用者は①も②も双方いる。
 - 4) 必ず福祉保健センターを経由しなければならないという間口の狭さがあり（結果として，緊急時の利用に絞られている），利用者が伸び悩んでいる。また，区役所が閉所しているため土日，休日の対応，利用できないという時間的制限もある。結果，より地域から孤立した人たちにはこの事業が届いていないのではないのか。
 - 5) 事業開始当初想定していた避難した後の家族学習会に繋げることはほとんど出来ていない。実際は福祉保健センターが残された本人に対してのケースワークを実施しているため，避難した家族に対するケースワークが十分とは言えない。結果として，浜家連のピアサポーター利用も低調に終わっている。
- 平成 27 年度から検討会を実施し，上記課題について議論。（横浜市，ハイツかもめ，福祉保健センター）

＜来年度以降の展開＞

▼平成 29 年度から運用を改正

- ・ 予防的利用の展開：要綱第 5 条を改正し、緊急時でなくても利用可能とし、事前登録制とした。事前登録は予め福祉保健センターでアセスメントシートなどを記載し、それをハイツかもめに提供し、登録しておくというもの。この登録が済んでいれば、家族が直接ハイツかもめに連絡して、体験的に実施していくことが出来るという流れ。
- ・ 周知の徹底：場所は明記せずに、緊急時避難場所の提供という名称でガイドブックに掲載（仙台市でいうせんだいふれあいガイド）
- ・ ピアサポート事業との連動：上記の予防的利用中に浜家連のピアサポーターと面接出来る様に設定する。
- ・ 運用上の課題：福祉保健センターでの登録時、未把握の事例で「精神疾患」かどうか分からない事例の際にどのようにアセスメントすればよいか困難な場合がある。こうした場合はこころの相談（嘱託医）が「精神疾患」、「精神障害」と判断すれば、登録可能（要綱第 5 条該当）とする。今後も福祉保健センターのケースワークの中で予防的利用や緊急的な利用など、また、どのような関係性の家族に使うことが効果的なのかということを実践知として積み重ねていく必要がある。

③さいたま市精神障がい者もくせい家族会について

<視察先>

さいたま市市民活動サポートセンター

<対応者>

さいたま市精神障害者家族連合会（もくせい家族会）会長

さいたま市精神障害者家族連合会（もくせい家族会）副会長

さいたま市精神障害者家族連合会（もくせい家族会）チームわかば担当

<事業の概要>

▼36年前（1981年）に結成。もくせい家族会は130名登録、50名程度が常時サロンに参加している。また、特徴として事務局は市民活動サポートセンターの私書箱のみを設置し、事務所などは構えずに、市民活動サポートセンターなどの会議室を利用して活動している。アドバイザーとして、埼玉県立大学看護学部横山教授に相談をしている。特に当事者の疾患名で会員・非会員は分けていない、理由は引き受けている「荷物」は変わらないから。行政との間でズレを解消していくことが課題。①家族がいる人は「家族が看てくれているから大丈夫でしょ」と言っても、苦勞を分かってくれていない、②精神障害への理解がそもそも行政職員に不足している、③「本人が暴れそうで大変」などと言っても、行政は動いてくれないなど。理想としてはピアスタッフ（家族、当事者）、行政、地域の支援者がチームを組んで当事者支援にあたれるとよいと考えている。

以下、各種活動について記載する。

▼定例会：各種研修会などを実施。（毎月）

▼サロン：日々の困りごとや家族同士のサロン活動を行っている。（毎月）

▼家族による家族学習会：傾聴や批判しないなどの共通の基盤となり、家族同士の繋がり場となっている。後述するチームわかばからこの学習会に参加することが多い（年一回）。また、家族学習会に参加した家族は、「私でも何かできるかも」とエンパワメントする様子がみられている。

▼お茶飲み隊：詳細下記。

▼チームわかば：詳細下記

▼運営委員16名：決まった役割は定めず会の庶務や広報誌発送などを出来る人ができる時に行う。

▼事務局（会長、副会長4名（会長経験者）、会計1名）：会の運営の方向性について話し合う。

<お茶飲み隊>

【立ち上げの経緯】

・現副会長が会長をしていた平成23年度から開始。全国的な家族調査の結果において、社会に繋がっていない家庭へのアウトリーチが必要と明らかになっており、自分たちの会を振り返ると限られた家族しか来ておらずサロンに来られない人たちに訪問していく必要があるのではないかと考え、始めた。

【体制】

・担当は①平成18年度から実施している家族による学習会担当者の経験者、②会長経験者の2つを満たしている人を担当とした。

・2名以上で訪問することとしており、スキルも必要と考えた。訪問して「来てほしくない」と言われないうようにする必要がある。

・対応者の資質としては、「精神障害者の身内をもち様々な体験を経て苦勞をしてきた家族が、学習会で

知識を得てスキルアップし相談の基本姿勢を携えて、他の家族に対し方向性を示すのではなく、傾聴し自身の体験を語りながら提案材料を増やしていけること」と話してくれた。

【利用の流れ】

- ・予約は電話、もしくはFAX（別紙フォーマット参照）で受け付けている。現在専用電話は副会長が所持しており、9-17時で基本対応し、把握家族で緊急性があると判断される場合には出ることもあった。
- ・訪問希望日を3候補挙げてもらい、同行可能な担当者を決め、日程を確定している。基本的な対応は、自身の体験を伝えながら、次の案と一緒に考えることをしている。
- ・実績は年間2名位、延20世帯くらい（6年間）。

【利用者からの声】

- ・10年以上ひきこもっている当事者と高齢の母に対して、まずお茶飲み隊が親に訪問した。元々は親が「本人が嫌がる」と思っていたが、当事者がお茶飲み隊の訪問にポジティブな反応だったので、親も当事者への訪問を受け入れる形となった（その後、当事者はACTの訪問を受け入れるようになり、自分で通院するようになった）。
- ・家族からは「(高齢や身体疾患のため)外出できないので、ありがたい」「将来の見通しがもて安心した」「自分だけじゃないという安心感があった」「同じ境遇の家族に辛い気持ちを話し共感し合え、一歩踏み出せた」「他人に知られたくないことを話せる」という話を聞いている。

【実施上の留意点・課題】

- ・実施上留意しているのは、自宅ではなく喫茶スペースで実施したり、じっくり聞くために2時間程度時間をとっている事。
- ・相談時に困ったこととしては、経験のないこと（例えば自死等）の相談を受けたときに、それに関する情報がなく、ただ聞くだけになってしまった。
- ・周知は、基本的に家族会員のみなので、希望者が低調。現状では月1件程度であれば、対応は可能。

<チームわかば>

【立ち上げの経緯】

- ・若い世代のつどいで、変化が多い時期で今後の見通しを持つことが出来るとよいと考え運営している。
- ・月一回の家族会の構成員が高齢化しており、若い世代（発症が20代で、親が40代）だと話題が違う。若い世代だけで集まれる場があるとよいという話になり、初めは構成員の家で行っていたが、当事者本人も参加するようになり、本来の目的とずれてきたために自然消滅。
- ・市民活動サポートセンターフリースペースで、平成26年10月から月一回活動（会長、副会長、チームわかば担当者がいわゆる世話人）。当初は当事者が10代～20代とそれ以上の年代の2つのグループで活動していた。もくせい家族会としての活動ではなく自主的な活動としていたが、参加者も多く（毎回10名程度）、会に正式に位置付けることとし、また、2つのグループではなく、1つのグループとして活動することになった。
- ・立ち上げに苦労したことはなく、「必要があったから、自然とできた」と語る。

【開催の流れ】

- ・メールでの開催案内を行い、サロンや定例会で初めて参加した人で必要と思う人の声をかけて、活動している。ホームページにも載せることがある。
- ・毎月第四日曜日午後2時～4時半まで開催。話題は大学の休学・復学、若い人向けの作業所などの情報

提供など、若い世代特有の話題が多い。同様に症状の変化や動き、薬やセカンドオピニオンの話になることも多い。また、結婚、就労など、変化も多い時期の当事者の年代なので、世話人が希望や見通しが持てるような形で話をすることはある。

・家族による家族学習会参加者も多いため、批判し合ったりすることもなく、会の運営は良好。内容は基本的には近況報告とグループワークが主。

【利用者の声】

・実際の利用者からは「家が大変な状態だが、来ることで肩の荷が下りる」「来て話せることが支え。親子だけで悩んでいるのでは先に進めなかった。他の家族も同じなんだと思えると安心できた」。と話が合った。

・病気のことを話すことが特別なことではなく、普通のことになってきて、皆で話し合える雰囲気になっている。参加者は若い世代ということもあり、「勉強したい」、「もっとやりたい」などと積極的な声が多い。当事者たちの顔も見えることで、なんとなく、「こういう風な子どもなんだな」と思えて、さらに話し合いが展開しやすくなった面もある。

・特徴として本人も交えた形のワークショップを年2回ほど開催している。特に世話人が意図的に行ったのではなく、参加者から自然な形で行いたいという希望が出てきた。利用者がよく散歩に行っていた「かつばの森」というところで花見をしたり、参加者が趣味としていたクリスマスカード作りを行った。

【課題】

課題としては若い世代でも、「もっとベテランの人たちの話を聞きたい」という方もいて、サロンや定例会に繋いでいくことも必要。

<活動の原動力>

会長：初めてサロンに来たときに暗いイメージではなく、服装とかもきちんとしている人が多かった。何より笑いあえて、魅力的に活動している先輩たちがいた。自分はこういう活動に身を置きたいと素直に思えた。若い世代には経験があるから「絶対大丈夫」、「こういう風になるから」と自信を持っていえる。もっと家族の力、ピアの力をいろいろな人から信頼してもらえるとよい。