

精神障害がある方の就労支援

平成29年度京都市精神保健福祉審議会

京都市障害者就労支援推進会議
精神障害者就労支援システム検討部会

京都市こころの健康増進センター
デイ・ケア課

うつ病、支援体制の充実急務 休職者4割超が退職

うつ病などを患い、休職する人の中には、休職制度の利用中や、職場復帰後に退職するケースも多い。厳しい経済状況の中、休職や退職者の増加は企業にとっても痛手で、体制の充実が求められている。

厚生労働省によると、仕事が原因で精神疾患にかかり、2014年度に労災認定されたのは497件(前年度比61件増)、申請は1456件(同47件増)で、ともに統計史上最多だった。京都労働局によると、府内では認定が15件(同7件増)、申請が61件(同18件増)だった。

労働政策研究・研修機構(東京都)が12年に実施した調査によると、過去3年間にうつ病などのメンタルヘルスの不調で休職した社員の42.3%が退職していた。休職制度の上限期間が短い企業ほど退職率が高かった。

そのため、上限期間が短い企業が多い中小企業などは、千人以上の企業より退職率が高い傾向が出た。同機構は「大企業と比べて中小企業は人員の余裕がなく、相談体制なども整っていない」と分析する。

京都文教大産業メンタルヘルス研究所の森崎美奈子所長は「スムーズな職場復帰や病気の再発防止には、メンタルヘルスが不調になった背景や原因を把握することが大切」と指摘。「企業は不調になった社員にはきちんと支援プログラムを受けさせ、関わった専門家や本人と十分話し合って、問題の解決に取り組むことが必要だ」としている。

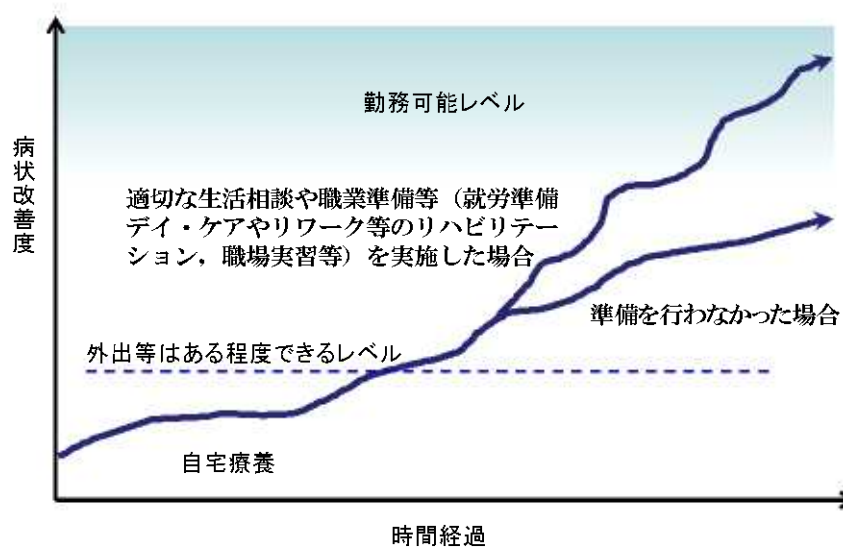
【京都新聞 2015年08月03日】

精神「障害」と就労

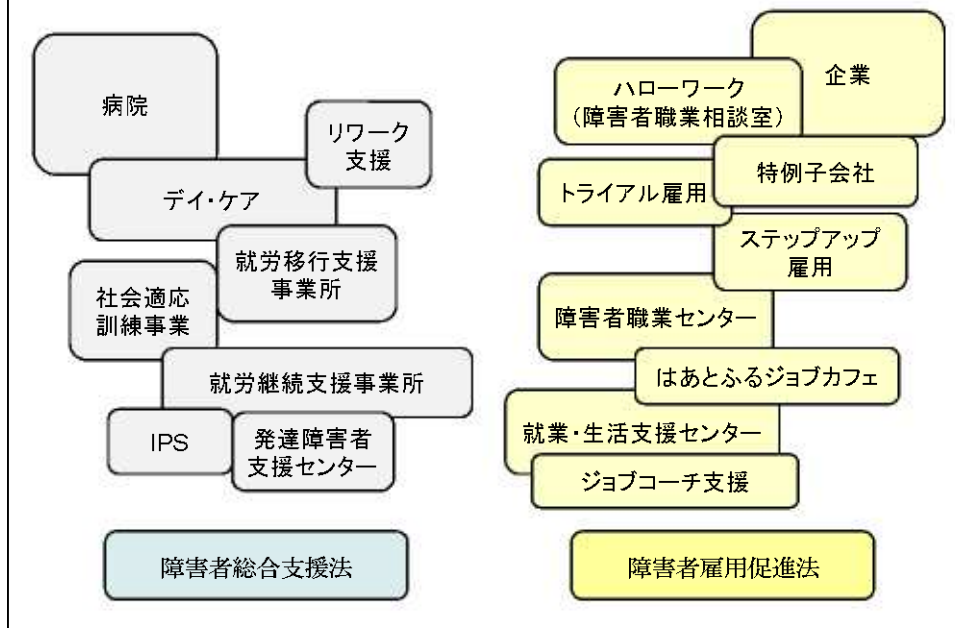
精神疾患による様々な生活障害が存在する 例えば…

- 疲れやすい
- ものごとに慣れるのに時間がかかる
- 緊張が高く冗談が通じる程度のゆとりがない
- 自分の気持ちをうまく相手に伝えにくい
- 物音や気配に敏感になった
- ものごとを悲観的にとらえたり、悪い方向に考えたりする傾向がある
- 他者の言動に敏感で、何かがあると被害的にとらえやすい
- うまく手が抜けない(ちょうど「いい加減」が難しい)
- 急な状況変化や、予測のつきにくい場面が苦手(とっさの出来事、予定外のこと、曖昧な状況)
- 多くのことを同時に処理しにくい
- 全体の流れを予測して行動するのが苦手
- 人から頼まれると断りにくい、人に何かを頼むことが苦手
- 多面的に考えることが苦手で、感情に左右されやすい

「就労準備性」という考え方



障害者雇用のための制度や機関等



精神障害者と「働く」こと

—障害者総合支援法の中の就労支援—

■ 障害者総合支援法

- 第二十八条 介護給付費及び特例介護給付費の支給は、次に掲げる障害福祉サービスに関して次条及び第三十条の規定により支給する給付とする。(中略)
- 2 訓練等給付費及び特例訓練等給付費の支給は、次に掲げる障害福祉サービスに関して次条及び第三十条の規定により支給する給付とする。
 - 一 自立訓練
 - 二 就労移行支援
 - 三 就労継続支援
 - 四 共同生活援助

■ 就労移行支援事業所

- 一般就労等を希望し、知識・能力の向上、実習、職場探し等を通じ、適性に合った職場への就労等が見込まれるもの(65歳未満)
- 事業所内や企業での作業や実習、職場探し、職場定着のための支援
- 通所、職場訪問等
- 標準期間: 24ヶ月以内

精神障害者と「働く」こと

—障害者総合支援法の中の就労支援—

■ 就労継続支援事業所(A型)

- 就労機会の提供を通じ、生産活動にかかる知識・能力の向上を図ることにより、雇用契約にもとづく就労が可能なもの(利用開始時65歳未満)
- 一般就労に必要な知識・能力が高まったものは、一般就労に向けて支援
- 利用定員10人以上、利用期間制限なし

■ 就労継続支援事業所(B型)

- 就労移行支援事業等を利用したが一般企業等の雇用には結びつかないもの、一定年齢に達しているものであって、就労等を通じ、生産活動にかかる知識や能力の向上や維持が期待されるもの
- 就労や生産活動の機会を提供(雇用契約は結ばない)
- 一般就労に必要な知識・能力が高まったものは、一般就労に向けて支援
- 平均工賃の目標水準を設定し、実績とあわせて知事に報告、公表
- 利用期間制限なし

精神障害者と「働く」こと

—近年の動向—

■ 企業からの取組

- 特例子会社(全国448社、約2万7千人の障害者を雇用) * H28年6月1日現在
- 一般企業による就労継続支援事業等への取組み

京都府内7社

■ 「うつ病」リワーク

- 企業としてはうつ病での休職者を放置できない状況
- 復職への取組…就労経験のない「うつ病」患者は？

■ IPS (Individual Placement and Support)

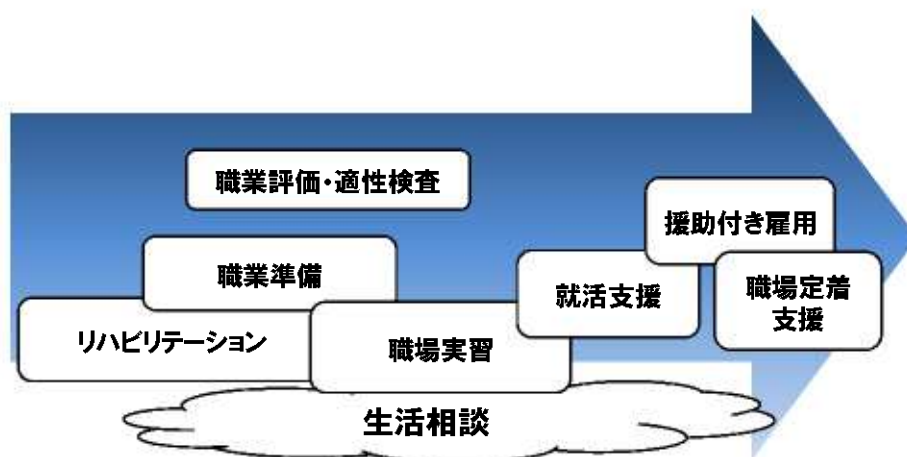
- 症状が重いことを理由に就労支援の対象外としない
- 就労支援の専門家と医療保健の専門家でチームを作る
- 職探しは本人の興味や好みに基づく
- 保護的就労ではなく、一般就労をゴールにする
- 生活保護や障害年金などの経済的な相談に対するサービスを提供する
- 働きたいと本人が希望したら、迅速に就労支援サービスを提供する
- 就業後のサポートは継続的に行なう

■ 基本的に「働くこと」が有効なリハビリテーションとなる

精神障害者の就労に向けた対応

- 適切な仕事の「切り出し」
- 一定の作業手順の明示
- 基本からの動作の習得を繰り返し、少しずつステップアップすること
- スケジュールや作業工程のマニュアル化等により、作業内容や指示を明確にする
- 迅速さを必要としない一方で丁寧さを求められる作業のほうが得意な人も多い
- 作業、休憩の時間をはっきり分け、適度な休息をとってもらう
- 担当する相談役を決める
- 「気が利く」ことを求めない
- できること・できないことを適切に評価し、本人にフィードバックする
- 個々の職員の啓発、情報提供
- ジョブコーチなどの利用

就労支援の流れ



どんな目的でどこに相談すればよいか

	生活リズムを整える	病気の理解を深める	対人関係能力を高める	日常生活の相談	職場実習を考える	仕事を探す	就職後も相談できる
就労移行支援事業所							
就業・生活支援センター							
はあとふるジョブカフェ							
就労準備デイ・ケア							
一般デイ・ケア							

統合失調症の方のための就労準備デイ・ケア うつ病の方のための症状改善と就職・復職の 準備性を高めるデイ・ケア

京都市こころの健康増進センター
デイ・ケア課

統合失調症・うつ病の 就労のためのリハビリテーション

- 統合失調症は回復可能な疾患ですが、再発も多い慢性疾患です。
- 統合失調症の回復と再発予防には薬物療法だけではなく、社会に近い環境で作業をしたり、集団活動をしたり、病気について学習したりすること(心理社会的治療)が非常に有効であることが分かっています。
- また、就労にむけて体力の向上、生活リズムの確立、他人とのコミュニケーション技術の習得が必要になってきます。
- うつ病も、同様に回復可能な疾患ですが、再発も多い慢性の疾患と考えられます。回復後、急な職場復帰や就職により再発してしまうケースが多く、リハビリテーションにより、業務遂行能力の向上と維持を図り、「就職(復職)準備性」を高める必要性が提唱されています。

当デイ・ケアの目的

- ◆当デイ・ケアは就職や復職に向けて、病状の改善と再発予防を目的にしたリハビリテーションの場です
 - ✓ 集団に慣れる
 - ✓ 生活リズムの確立
 - ✓ 通勤に必要な体力などをつける
 - ✓ 就労に必要な体力・活動性を身に付ける
 - ✓ 集団活動を通じた対人交流を行う
 - ✓ 症状の自己管理、再発予防について身に付ける
 - ✓ 就労・復職に向けた客観的評価を行う

プログラム例(統合失調症)

	月		火		木	金	
午前	園芸 クラブ	書道	フィット ネス	パソコン 基礎	職場コミュニケー ション実習／マ ナー講座	園芸	パソコン 応用
午後	コーラス		就労生活セミナー		バレーボール／ 卓球	病気とうまくつき あうセミナー／会 話向上クラブ (SST)	

* 原則、統合失調症デイケアのかたは金曜日の午後は病気と付き合うセミ
ナー、会話向上クラブに出ています。
* 原則、3か月ごとに担当者と相談し、リハビリテーションの目的に沿ったプロ
グラムを選択します。

プログラム例(うつ病)

	月		火		木	金	
午前	園芸 クラブ	書道	フィット ネス	パソコン 基礎	職場コミュニケー ション実習／マ ナー講座	園芸	パソコン 応用
午後	コーラス		就労生活セミナー／ うつ心理教育セミナー (認知行動療法・ア サーション)		バレーボール／ 卓球	スローフィットネス	

* 原則、うつデイケアのかたは火曜日の午後はうつ心理教育セミナーに出ています。
数か月ごとに内容は変更されます
* 原則、3か月ごとに担当者と相談し、リハビリテーションの目的に沿ったプログラムを
選択します。

当デイ・ケアでの1日

時間	内容	備考
9時半	朝のミーティング	デイ・ケアは8時半から開いています。遅刻の連絡は9時半までにします。
10時	プログラム	途中休憩あります。
12時	昼食	昼食は自分で用意します。近くにスーパー・コンビニあります。ポットやレンジ有り。
13時	プログラム	途中休憩あります。
15時	夕方のミーティング	ミーティングのあと、面談や自習する人もいます。デイ・ケアは17時で閉まります。

最初の1か月の予定

最初の1か月間はビギナーコースとよんでいます

	参加日数
1週目	原則週4日・午後から参加、夕方のミーティングは参加なし
2週目	原則週4日・午後から参加、夕方のミーティングに出席
3週目	原則週4日・昼食から参加、夕方のミーティングに出席
4週目	原則週4日・午前から参加、朝夕のミーティングに出席
2か月目以降	1か月の振り返り面接(医師同席)を行い、参加状況を見て継続を相談します。 一般的に就職・復職には週4日午前・午後の安定した通所が最低一か月以上できるまでに回復していることが必要とされています。

2ヶ月目以降 ビギナーコースが終わったら

基礎コース

- 2か月目は一日参加を本格的に行います
- 順調にいけば、3か月目以降、日直などの役割を分担
- 生活リズムの確立・体力の回復が目標

実践コース

- 長期職場実習の開始
- 本格的な就職・就労活動
- 就職に向けた病状の振り返り、再発予防

病状が安定していること、
生活リズムがとれ、デイ・ケアの出席率が
良好であることが必須です

リワーク(復職準備)の方はこの限りでは
ありません。
個別に対応しますのでご相談ください。

病気とうまくつきあうセミナー

- 病気や薬についての正しい知識を得ます。また病気に関する最新の研究について学習します。
- 同じ病気の人たちと認め合いながら、再発を防ぎ、病気と付き合いながら働くとはどういうことかを考えていきます。
- 症状や苦手なことへの対応についてみんなで考えます。

うつ心理教育セミナー

- 病気について学び、上手に付き合っていく方法を認知行動療法を通じて身につけていきます。
- 認知行動療法の一環として、活動記録表をつけていきます。詳細はセミナーで説明がなされます。
- グループを通じて、同じ病気を持つ人と認め合いながら、再発を防ぎ、病気と付き合いながら働くとはどういうことかを考えていきます。

職場コミュニケーション実習

模擬職場におけるロールプレイを通じて、働くための対人技能をつけます。

参加の際は、職場に適した服装を意識します。

会話向上クラブ

(社会技能訓練 SST)

統合失調症の心理社会的治療として有効とされている社会技能訓練のうち、とくに就労に関連する場面を想定して、言い回しや言葉以外のコミュニケーションなどについて学習し、練習をします。

就労生活セミナー

- 3か月に一度、就労生活セミナーがあります。
- 生活に関する情報（金銭のやりくり、整容、食生活、健康管理など）について学習します
- 社会福祉制度、就労に関する制度、就職活動に必要な知識や手順などをセミナーやグループワークを通じて学ぶ機会です。
- 実際に職場や相談機関などを訪問したり、OB・OGの方の経験談を聞く機会もあります。

当デイ・ケアの特徴

- 個別担当制をひいており、デイ・ケアのスタッフ（作業療法士、看護師、精神保健福祉士、臨床心理技術者）があなたの担当になり、病状や就職などについての相談にのります。
- 現在通院中の医療機関で、引き続き主治医の治療を受けながら、当デイ・ケアを利用できます。（主治医の変更は必要ありません）
- 自立支援医療制度を利用できます。
- 原則、週4日、デイケアに通所できるくらいに回復していることがリハビリ開始時期に最適です。主治医とよく相談してください。

当デイ・ケアの特徴

- 薬物療法とならんで精神科治療の柱となる心理社会的アプローチを多職種（作業療法士、看護師、臨床心理技術者、精神保健福祉士、医師）で行っています。その一環として、統合失調症の方は「病気と付き合うセミナー」（統合失調症の心理教育）と「会話向上クラブ」（社会技能訓練）プログラムに、うつ病の方は「うつ心理教育セミナー」に原則参加していただきます。
- 就職・就労を目標とするため、やや厳しいルールのもと、空間的・時間的拘束を行う枠組みをとっています。対人関係は職場の人間関係を想定しており、就労を目指す「仲間」という側面はありますが、「友達」や「伴侶」を探す場ではありませんので、メールアドレスや電話番号などの個人情報のやり取りは禁止しています。

精神障害者と働くこと—まとめ—

- 偏見(あるいは先入観)の除去
 - 雇用側にも支援者にも偏見や先入観がある
 - 本人にも自身の経験にもとづく「先入観」がある
- 精神障害者にとって「働く」こととは？
 - 緊張, 疲労, ストレス…
 - 安全保障感, 自尊心, 収入, 人間関係…
- 「働き方」の多様性
 - 一般就労／福祉的就労／在宅勤務…:いろいろな形を保障すること
 - 仕事の「切り出し」
- 「働く」意味の問い直し
 - 「働くために働く(働くことの自己目的化)」のはしんどい
 - 「働く」ことを社会参加の一形態としてとらえる
 - 様々な社会参加(例:スポーツ, 文化活動…)