

ハートクリニック家族教室  
「社会復帰」について

ハートクリニック 高橋 空美  
精神保健福祉士

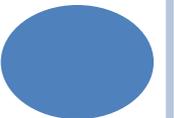
## 本日のお話

- まず、はじめに
- 病気についてのおさらい
- 社会復帰を目指すには



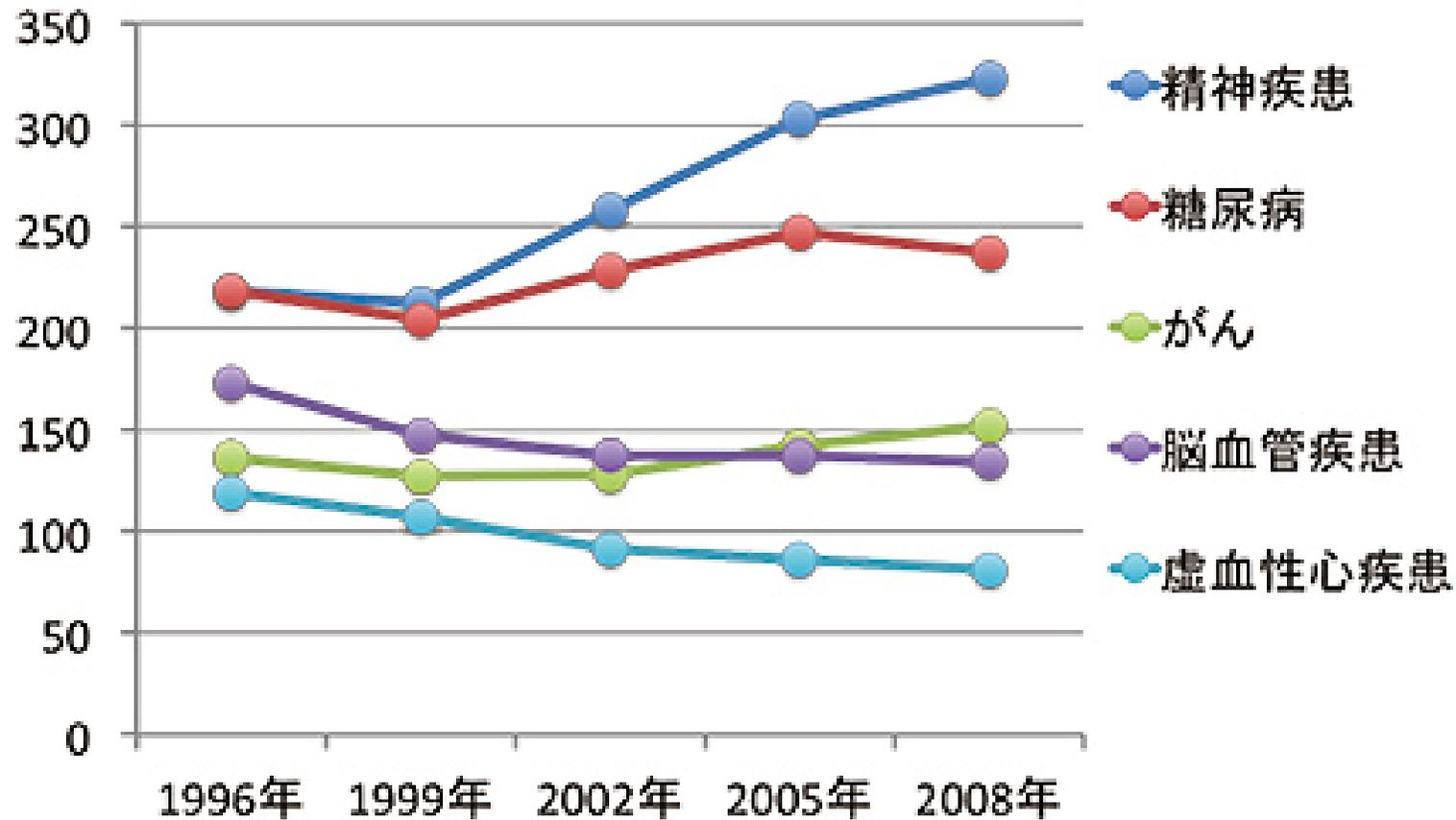
## まずは、自己紹介

- 高橋 空美(たかはしたかみ)
- 大学を卒業後、ハートクリニックへ入職して8年目
- 最近、両親が還暦、祖母が米寿を迎え、  
今後の生活について考えようになったこの頃。



## まず、はじめに...最近の精神疾患事情

五大疾病患者数の推移（厚生労働省）

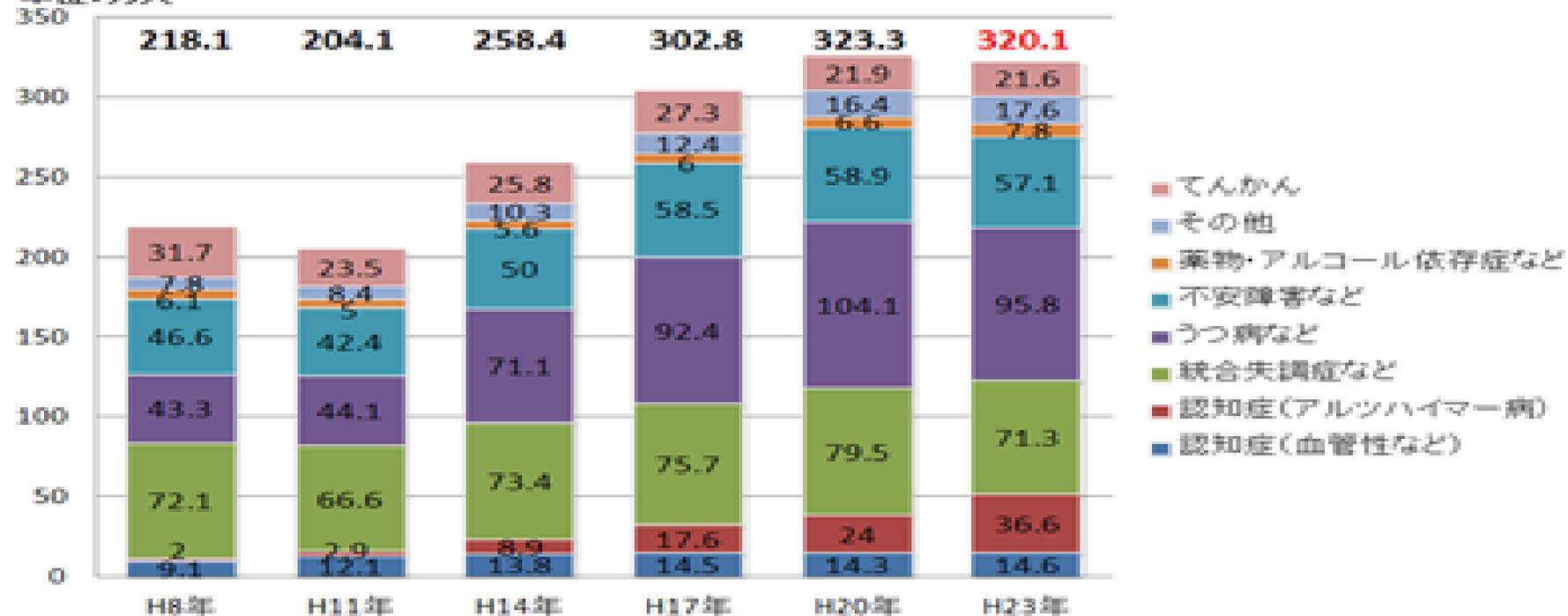


精神疾患の患者数は、近年増加

# 精神疾患の患者数

(医療機関に受診する患者の疾病別内訳)

単位:万人



※H23年の調査では宮城県の一部と福島県を除いている

資料：患者調査

## おさらい、病気について①(統合失調症)

### <陽性症状>

- 奇異な妄想
- 統合失調症における幻覚→幻聴が多い
- させられ体験
- まとまりのない会話

### <陰性症状>

- 感情の起伏が無くなる
- 自分の殻に閉じこもる
- うつ状態になる



## おさらい、病気について②(うつ病)

### ○ 思考面

判断力の低下

集中力の低下

思考力の低下(認知機能障害)

自責的な思考

### ○ 感情面

「憂うつだ」「悲しい」「落ち込んでいる」

### ○ 意欲面

無気力、興味・関心の低下



## おさらい、病気について②(うつ病)

### ○からだの症状

眠れない 朝早く目が覚める

めまい 息切れ、息苦しい

食欲増進 食欲減退

身体がだるい 疲れやすい

胃もたれ

生理不順 頭痛 肩こり

微熱 性欲減退 下痢 便秘



## おさらい、病気について③(双極性障害)

うつ症状

### ○思考面

判断力の低下

集中力の低下

思考力の低下(認知機能障害)

自責的な思考

### ○感情面

「憂うつだ」「悲しい」「落ち込んでいる」

### ○意欲面

無気力、興味・関心の低下



## おさらい、病気について③(双極性障害)

### ○からだの症状

眠れない 朝早く目が覚める

めまい 息切れ、息苦しい

食欲増進 食欲減退

身体がだるい 疲れやすい

胃もたれ

生理不順 頭痛 肩こり

微熱 性欲減退 下痢 便秘



## おさらい、病気について③(双極性障害)

### 躁症状

#### ○思考面

アイデアが湧き、気分爽快

できそうもないことでもすぐに決断する

誇大妄想をうみだすことがある

#### ○感情面

万能感

上機嫌で多弁

エネルギーが満ちあふれている感

注意力が散漫



## おさらい、病気について③(双極性障害)

### 躁症状

#### ○身体面

エネルギーに満ち溢れている感

睡眠欲の減退で睡眠不足

眠っても早く目が覚め、冴える。

食欲、性欲亢進

#### ○行動面

高圧的な態度

周囲と衝突

お金を通常以上に使う

普段しないような危険な行動

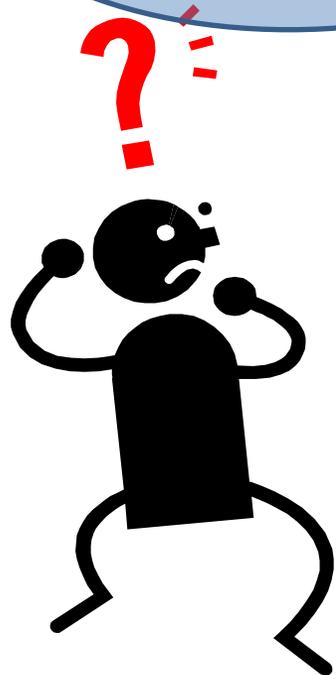


# おさらい、病気について

慢性症状

認知機能障害

再発の可能性



そんな中、どのように社会復帰を目指すのか...?



## おさらい、病気について

### < 認知機能障害 >

#### ○ 認知機能とは

記憶、思考、理解、計算、学習、  
言語、判断などの“力”のこと



見た目では、分かりにくい…

周囲から生活・社会活動全般に支障をきたしやすい

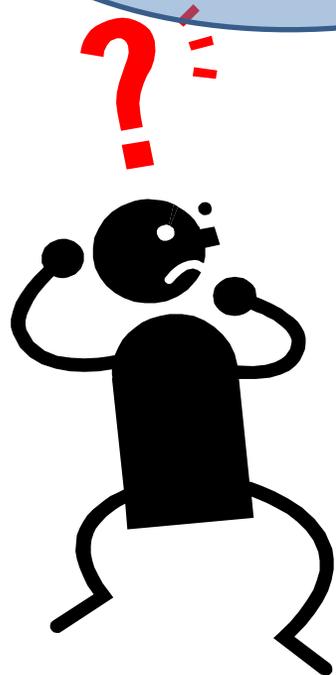


# おさらい、病気について

慢性症状

認知機能障害

再発の可能性



「分かりづらい...」

「やる気がないのでは?」



本人も悩んでいるかもしれない

心の病気は、身体の病気と違って分かりにくく、精神疾患の方が「周囲に辛さを分かって貰えない」に対して、苦勞することも...



## 社会復帰とは？

何にも制約されず、不自由なく自分一人だけの世界であるのであれば、「生活のしづらさ」を感じないのかもしれない...

しかし、何らかの集団(社会)に属していると、自分とは価値観の違う人やルールの中で生活を送っていかなければならないとなると「生活のしづらさ」は感じやすくなる。



## 社会復帰とは？

○辞書で調べてみると

しゃかいーふっき【社会復帰】

[名]病気や事故で正常な社会活動が出来なくなっていた人が、回復して再び社会で活動するようになること。



# 社会復帰とは？

## ○ しゃーかい【社会】

《明治初期、福地源一郎によるsocietyの訳語》

1. 人間の共同生活の総称。広く、人間の集団としての営みや組織的な営みをいう。
2. 人々が生活している、現実の世の中。世間。
3. ある共通項によってくくられ、他から区別される人々の集まり。また、仲間意識を持って、自らを他と区別する人々の集まり。
4. 共同で生活する同種の動物の集まりを1. になぞらえて言う語。「ライオン」
5. 「社会科」の略。



社会復帰とは?

要するに...

「社会復帰」

=何らかの集団(社会)の場に入り、何らか(活動)をしている状態のこと!!!



本人も悩んでいるかもしれない

本人自身もご自分の状態を把握しにくい...



本人も悩んでいるかもしれない

何を目指して行けば良いか...?



本人も悩んでいるかもしれない  
どうやって踏み出せば...?



社会復帰を目指すには?①

階段は、走らない...



## 社会復帰を目指すには?①

- 少しずつ  
そして、ゆるやかに...



# 社会復帰を目指すには?①

少しずつ興味のあることから♪

ドラマやゲームを観る  
本や新聞を読む  
好きなものを食べる

家の外に出る  
他人と話をする

散歩や外出を楽しむ  
会話の相手が増える



## 社会復帰を目指すには?②

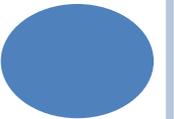
苦手なところからではなく、上手くいったところから考える!!!

- ①何故できたのか?
- ②普段とどのように違うのか?
- ③何があったらできたのか?



## 社会復帰を目指すには?③

自分がどうなりたいかは様々です。



## 社会復帰を目指すには?③

ボランティア活動  
家業の手伝い  
家事ができる  
家族と出かける  
友人と遊ぶ  
結婚したい

アルバイト  
パート  
正社員

学校へ復帰  
大学進学

「社会復帰」の形は様々...



本人も悩んでいるかもしれない  
何を目指して行けば良いか...?



社会復帰を目指すには?

焦る...

何を目標して行けば良いか?

分かって貰えない

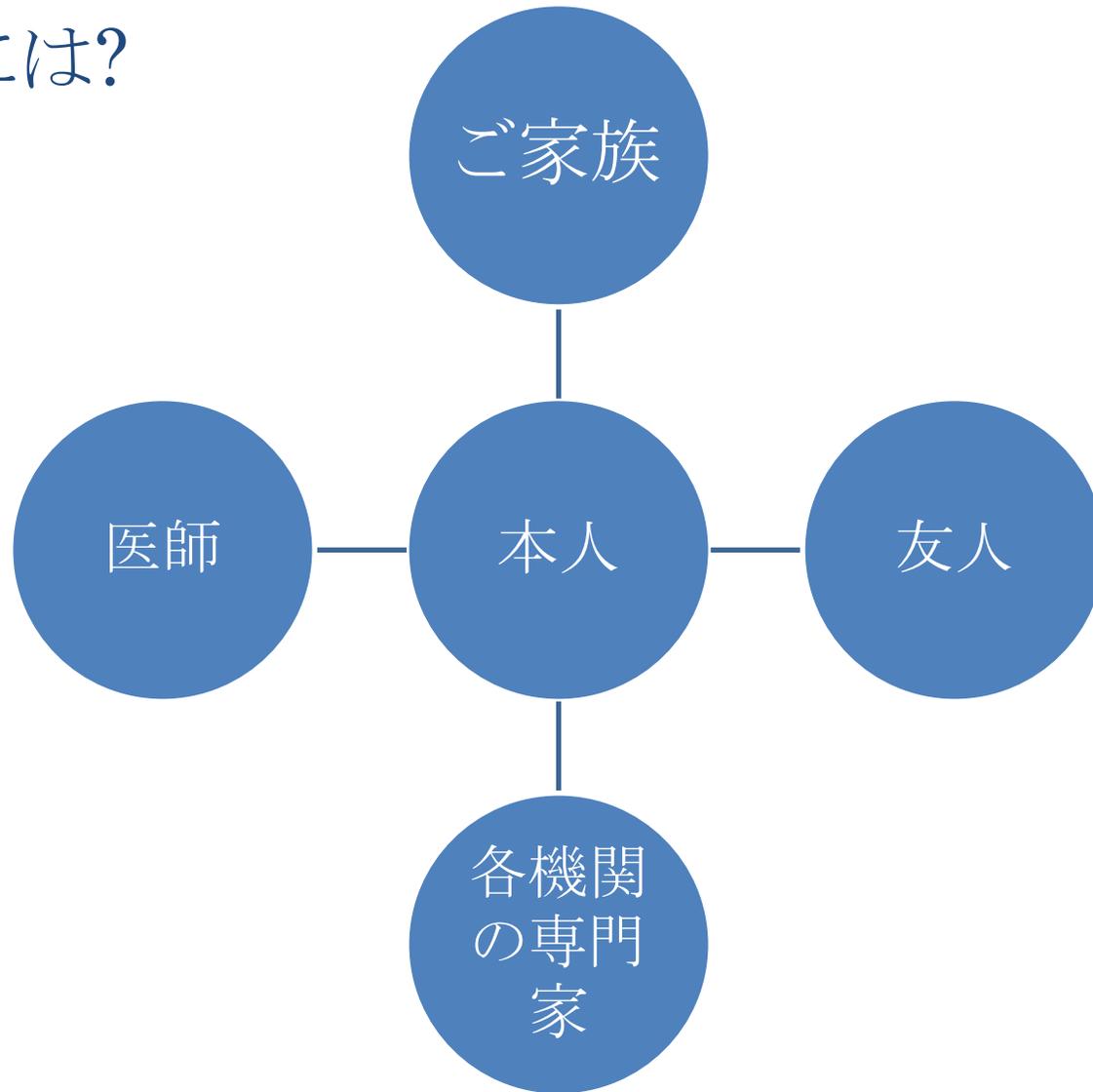
何をやれば良いか?

自分の状態って...

自分の傾向って...



社会復帰を目指すには?



社会復帰を目指すには？

どのように接して良いか悩む...

心配...

分かっているけど、イライラする

何かできることないか...

こんなこと言ってよいのだろうか...？



ご清聴ありがとうございました。

次回、家族教室は、平成29年12月3日です。

16:00～ ご家族の話し合い

17:00～ セミナー「制度の活用と社会資源」

