

### Ⅲ 事業概要

## 1. 診察状況

当センターでは、精神保健福祉相談・精神科デイケアに係る精神科外来診察を行っている。  
令和元年度の診察状況は、以下の通りである。

### (1) 月別診察件数

件数	月	H31	R1								R2			計
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
新規(実人数)		2	3	4	2	2	2	3	6	3	6	2	5	40
再来(延人数)		41	38	51	51	42	58	45	42	52	52	37	71	580
デイケア診察 (延人数)		11	6	3	11	9	8	8	6	7	4	5	6	84
計		54	47	58	64	53	68	56	54	62	62	44	82	704

### (2) 新規診察ケース診断別処遇状況(重複有)

処遇		診断名	統合失調症	気分障害	神経症性障害	精神遅滞	発達障害	パーソナリティ障害	物質関連性障害	器質性精神障害	計
当所継続	医療		2	1	7		2				12
	カウンセリング		1		2						3
	集団療法										0
	デイケア		5	14	4		4			1	28
他機関紹介	医療機関										0
	保健所										0
	その他										0
終 結				1	4		1				6
計			8	16	17	0	7	0	0	1	49

(3) 診断名・年齢別診察件数

診断名	年 齢								計
	10才以下	11-20才	21-30才	31-40才	41-50才	51-60才	60才以上		
統合失調症		1	4	9	6	4	4	28	
気分障害		1	12	9	8	4	3	37	
神経症性障害	1	2	8	9	7	1	1	29	
精神遅滞			1	1				2	
発達障害			8	3	3			14	
パーソナリティ障害						1		1	
物質関連性障害								0	
器質性精神障害				1				1	
計	1	4	33	32	24	10	8	112	

(4) 精神保健福祉法に基づく指定医診察件数

	精神保健福祉法根拠条文							計
	22条	23条	24条	25条	26条	26条の2	34条	
診察件数	0	22	5	0	1	0	1	29

## 2. 精神科デイケア

---

### (1) デイケアの概況

当センターのデイケアは、昭和 58 年度の開所以来、市内の医療機関から患者紹介を受け実施している。回復途上にある精神障害者が自立した生活が送れるようになることを目的に、生活習慣の確立や社会参加・社会復帰促進のための生活指導や作業指導を実施している。

「就労支援・社会参加コース」は、精神科に通院治療している概ね 15 歳以上の仙台市民を対象に、平成 23 年度までは、一日 6 時間、週 4 日定員 60 名の大規模「精神科デイ・ケア」のみで実施してきた。平成 18 年の障害者自立支援法施行後は、本市の障害者福祉計画による整備が進み、就労移行支援や就労継続支援（A・B 型）等、日中活動系サービス事業所数の増加やその活動内容の多様化等により、着実に精神障害者の選択の幅が広がってきている。当センターのデイケアでも所外社会体験や SST(生活技能訓練)・心理教育等のプログラム等に力点を置き、在籍しながら次の移行先事業所への重複通所を支援し、数年で他の社会復帰施設への移行や就労等へのステップアップを目指す目的意識を持った「通過型」である。

通所者の状況として、疾患別人数に変化があり、うつ病や強迫性障害、不安障害等神経症圏の利用者が増え、統合失調症の利用者を上回った。また、なかなか一日 6 時間から始められない通所者も増えている。平成 24 年度からは一日 3 時間の「ショート・ケア」を取り入れ、少しずつ生活リズムを整え、滞在時間を延長していくなど柔軟なデイケア利用も可能にしたところ通所者延人数が増加した。

うつ病で休職中の方の復職準備性を高める新たなコースとして、平成 22 年 7 月から試行開始し、平成 23 年度からは、定員 10 名・週 2 日（平成 23 年 2 月から）・4 ヶ月間に限定したデイケアとして本格実施した「リワーク準備コース」は、うつ状態を改善し社会参加のための自己回復力を高めるように心理教育や認知行動療法を用い、一定の効果が得られている。

平成 29 年 7 月から平成 30 年 2 月までの期間は大規模改修のため、建物を一時移転してプログラムを実施した。移転に不安を覚える通所者も多かったが、施設や周辺地域の環境変化・交通手段の変化にも相談しながら乗り越え、達成感や成長につながった。平成 30 年 3 月に改修工事を終え、青葉区三居沢に戻った。改修後の建物となり、気分を新たに活動する通所者もみられていた。さまざまな活動により経験の幅が広がり、通所者同士の繋がりが強まることで、さらなる成長を遂げている。

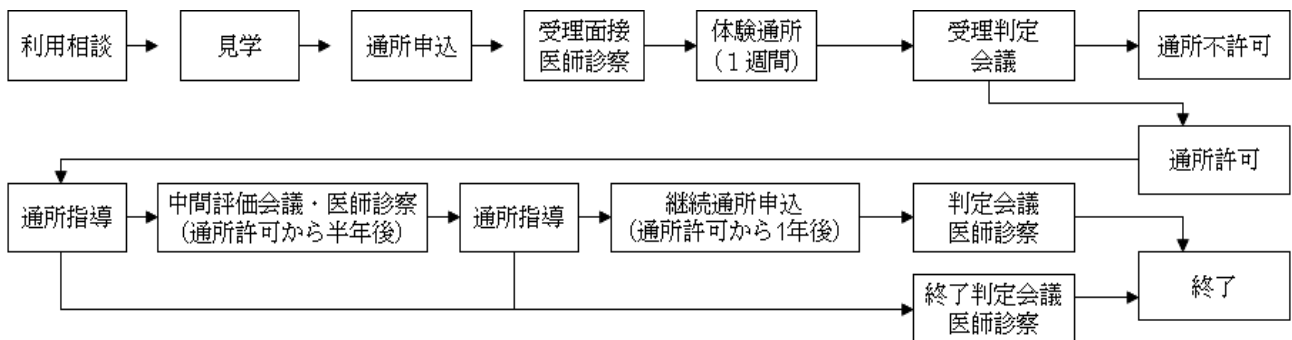
## (2) デイケア指導状況

- ・指導期間：平成 31 年 4 月 1 日～令和 2 年 3 月 31 日
- ・指導日数：就労支援・社会参加コース 182 日（毎週月・火・木・金、祝日等除く）  
リワーク準備コース 90 日（毎週月・木のみ）
- ・通所状況：年間の通所者延数は 1,598 名（うち、ショートケア通所者延数は 660 名）  
「就労支援・社会参加コース」1,294 名 「リワーク準備コース」は 304 名  
平均在籍者数は 40 名。定員に対する充足率は 66.9%であった。

令和元年度 デイケア通所状況

コース別	通所者実数			新規通所者実数（再掲）			終了者実数（再掲）		
	計	就労支援	リワーク	計	就労支援	リワーク	計	就労支援	リワーク
総数	66	50	16	27	16	11	24	12	12
男性	32	21	11	9	3	7	14	5	9
女性	34	29	5	16	13	4	10	7	3

### ○デイケア通所者の受理から終了までの流れ



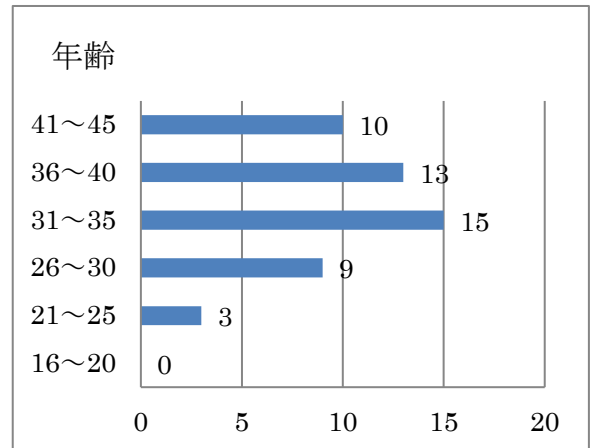
### (3) 就労支援・社会参加コースの指導内容

#### ① 通所者の特性（再通所者含む 50 名）

##### ア. 疾患別分類

疾患名	人数
神経症性障害	18
うつ病(感情障害)	15
統合失調症	13
広汎性発達障害	2
境界性人格障害	1
アルコール依存症	1
合計	50

イ. 年齢（対象年齢 15 歳～45 歳）  
平均年齢は 35.1 歳、最年少は 22.4 歳、  
最年長は 45 歳である。

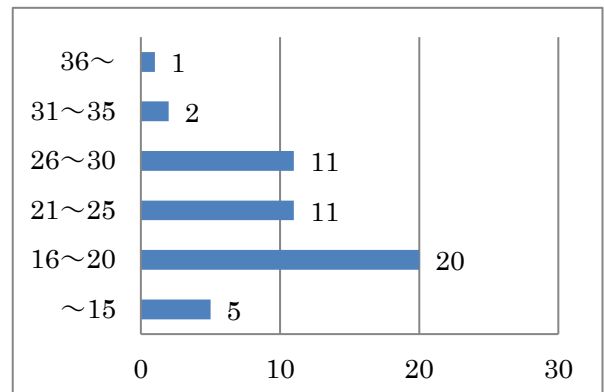


##### ウ. 利用に至った経路

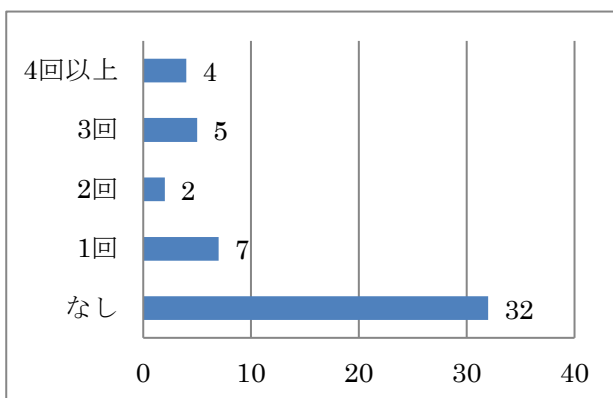
利用に至った経路	人数
病院・クリニック	20
自主来所	11
家族・親戚のすすめ	9
区役所	4
社会復帰施設等	6
合計	50

##### エ. 発病年齢

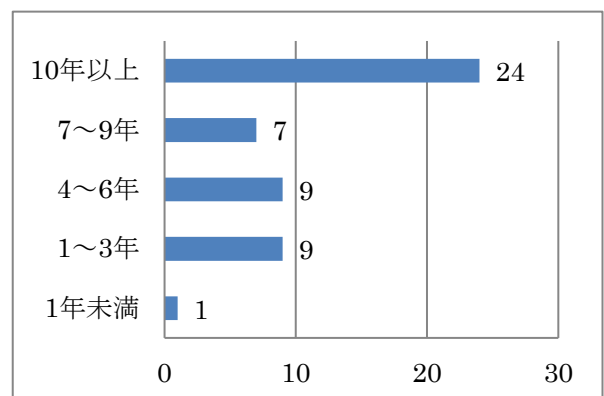
発病平均年齢 21.5 歳で、20 歳までに 25 名  
(50%) が発病している。



##### オ. 入院回数



##### カ. 有病期間



キ. 学歴

学 歴	人 数
中学校卒	1
高校卒	14
高校中退	9
専門学校卒	8
専門学校中退	0
短大卒	2
短大中退	1
大学卒	11
大学中退	3
大学院卒	1
大学院中退	0
合 計	50

ク. 保険

保険の種類	人 数
生活保護	3
社保本人	4
社保家族	16
国保本人	6
国保家族	20
共済本人	0
共済家族	1
合 計	50

ケ. 紹介元

紹 介 元	人 数
クリニック	25
病 院	21
精神保健福祉総合センター	4
合 計	50

コ. 精神障害者手帳の取得状況

手帳区分	人 数
手帳なし	24
手帳あり	26
1 級	(0)
2 級	(18)
3 級	(8)
合 計	50

カ. 家族状況

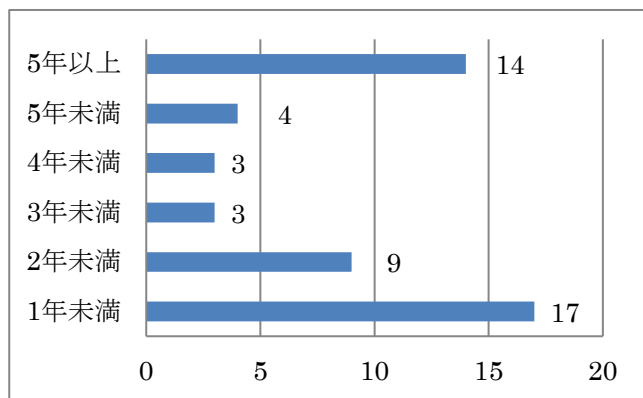
同居家族	人 数
両親(+その他家族)	30(14)
ひとり親(+その他家族)	14(8)
子ども	0
配偶者	3
単身	2
その他	1
合 計	50

シ. 居住地

居 住 地	人 数
青葉区	20
宮城野区	8
若林区	6
太白区	9
泉区	7
合 計	50

## ス. 利用期間

平均利用期間は3年3ヶ月である。



## セ. 終了状況（所属及び在籍期間）

終了時の所属として社会復帰群は12名中6名（50%）であった。

平均在籍期間は3年6ヶ月となっている。

終了時の所属		在籍期間				計
		1年未満	1～2年未満	2～3年未満	3年以上	
社会復帰	障害者雇用					0
	就労継続支援A型		1			1
	就労継続支援B型				2	2
	就労移行支援	1	1	1		3
	小規模地域活動センター					0
他のデイケア移行						0
療養専念	通院	1	1		1	3
	入院					0
在宅	年齢制限		1			1
	通所意志喪失				2	2
合計		2	4	1	5	12



## ② 週間プログラム

プログラムは週単位を基本とし、定期的に講師を招くもの、職員が企画・運営するもの、メンバーの自主性に任せるもので構成した内容を実施している。

当デイケアは、集団プログラムだけではなく、個別の支援にも力を入れており、デイケア終了後を見据えて、地域の社会資源の見学同行、就労訓練先への事業所訪問なども行っている。また必要に応じて担当職員が家庭訪問を実施している。

メンバーの個々の状況の違いに応じて支援できるよう、1～2週に1回担当職員との面接をプログラムに組み込んでいる。様々な不安や焦り、悩み等を聞き、メンバーを取り巻く状況を把握し、デイケア利用の目的や目標の確認・修正及び将来の方向性を一緒に考える時間としている。この枠に限らず必要に応じて臨時面接も実施しており、今年度は特に移転前後の不安や心配なことを確認し、個別フォローを丁寧に行った。

診察は、新規通所受理時、終了時、通所開始後半年ごと（1年の利用期間中6ヶ月目、12ヶ月目）に実施している。主に医療情報を得るために実施しており、それらを基に医学的アプローチやデイケア効果等の検討や評価を行っている。他に、緊急時や必要に応じて臨時の診察も実施している。

### <令和元年度週間プログラム>

	月	火	水	木	金
午前	クラブ活動 創作	料理(月1回) / 面接・診察 自遊時間		クラブ活動 合同スポーツ テニス(月2回)	クラブ活動 音楽
午後	ステップアップ 講座	ここまるタイム		コミュニケーション / お茶会(月1回)	セルフサポート塾

※ゼミナールは月 1～2回 ※体育館スポーツは月 1～2回

### <各プログラム内容詳細と活動の概要>

心理教育 セルフサポート塾（全19回）	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・平均参加人数：5名</li> <li>・担当職員：4名</li> <li>・外部講師：なし</li> </ul> <p>* 講話、個人ワーク、グループワークなど、多様な形式で行った。</p>	<p>◎ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・心理教育を通して病気との向き合い方の獲得や自己理解を深める。</li> <li>・グループワークを通して、メンバー同士の交流、相互理解を図る。</li> </ul> <p>◎内容および活動の概要</p> <p>疾患理解や自己理解を中心に基本的に講義形式で行い、場合によってはワークを取り入れた。主に心理教育的なテーマを取り上げ、メンバーが理解しやすいように資料を作成し、パワーポイントでプレゼンする形式で進めた。プログラムの内容は、通所するメンバーに必要と思われる内容を選択した。重点的に紹介したい内容や一度</p>

で理解することが難しいものはシリーズ化して各々の記憶に残りやすいように工夫した。終了後には振り返りシートを記入し、回ごとに学びになったことを振り返る時間を設けた。

実施日	プログラム内容
4/11	金サポ（メンバーが司会・書記を担いテーマを決め話し合う場）
5/24	自分の魅力を再発見①～ほめほめの木～
5/31	自分の魅力を再発見②～エゴグラム～
6/14	自分の魅力を再発見③～あなたのトリセツ～
7/5	医師講話（疾患理解）
7/26	アンガーマネジメント①
8/9	アンガーマネジメント②
8/30	医師との座談会
9/6	金サポ（メンバーが司会・書記を担いテーマを決め話し合う場）
10/11	趣味紹介
10/18	いい睡眠とれてますか？
11/22	医師講話（服薬指導）
12/6	自身の強みについて知ろう～レジリエンスを通して～
12/20	依存って何だろう？
1/10	ストレスコーピング
1/24	金サポ（メンバーが司会・書記を担いテーマを決め話し合う場）
2/7	考え方のクセを考えてみよう①
2/21	考え方のクセを考えてみよう②
3/13	医師との座談会

### 心理教育 コミュニケーション（全17回）

- ・平均参加人数：4名
- ・担当職員：5名
- ・外部講師：なし

◎ねらい

・様々な場面における会話や対応の仕方について学び、よりよいコミュニケーションスキルを身に着けることで、実際の対人場面に活かしていく。

◎内容および活動の概要

・場所のセッティング→ウォーミングアップ→気分の天気調べ→ルールの確認→本題→気分の天気調べ→ふりかえりシートの記入の流れで実施。

・SST、コミュニケーションゲーム、メールのコミュニケーション、アサーションなど、対人場面における幅広い内容を扱った。

・SSTについては、基本訓練モデル、問題解決技法、ステップ・バイ・ステップ方式を用い、メンバー構成やテーマを鑑みて最も効果

的な内容となるよう臨機応変に対応した。

実施日	プログラム内容
4/18	ゲームを通してよいコミュニケーションを身につけよう
5/9	上手なコミュニケーションスキルを獲得しよう ～言葉での指示を理解し、従う～
5/30	対人場面で困ったことを練習しよう（問題解決技法）
6/6	対人場面で困ったことを練習しよう（問題解決技法）
6/20	ゲームを通してよいコミュニケーションを身につけよう
7/4	対人場面で困ったことを練習しよう（SST）
8/1	傾聴のしかたを学ぼう
8/8	アサーティブな表現のしかたを学ぼう
9/5	ゲームを通してよいコミュニケーションを身につけよう
10/17	対人場面で困ったことを練習しよう（SST）
11/21	ゲームを通してよいコミュニケーションを身につけよう
12/5	アサーティブな表現のしかたを学ぼう
12/19	上手なコミュニケーションスキルを獲得しよう ～頼みを断る～
1/7	ゲームを通してよいコミュニケーションを身につけよう
1/30	メールやLINEでのコミュニケーションを考えよう
2/13	対人場面で困ったことを練習しよう（SST）
3/5	傾聴のしかたを学ぼう

### ステップアップ講座（全20回）

- ・平均参加人数：6名
- ・担当職員：4名
- ・外部講師：あり

◎ねらい

- ・将来の生活をイメージし、より良い社会生活を送るために必要な知識や技術を身に付ける。
- ・グループワークを通して、メンバー同士の交流を図る。

◎内容および活動概要

- ・生活、余暇、就労に関して、グループワークや講話、体験等様々な形態で活動を実施した。
- ・公共交通機関での外出や事業所見学は例年好評であるため、今年度も複数回にわたって実施した。一方、外出に抵抗感がある通所者も見受けられるため、事業所職員に來所してもらい、事業所の作業が体験できる内容を盛り込んだ。

実施日	プログラム内容
4/8	余暇活動を充実させよう
4/22	お金の使い方を考えよう①

5/13	公共交通機関を利用して外出しよう①
6/3	お金の使い方を考えよう②
6/10	パソコン講座①
6/24	出張お仕事体験
7/8	ビジネスマナーを学ぼう
7/29	パソコン講座②
8/5	災害の備え
8/19	着こなし講座
9/9	将来の自分をイメージしよう ～合同説明会に向けて～
9/27	福祉事業所合同説明会～
10/21	生活スキルを磨こう
11/11	公共交通機関を利用して外出しよう②
12/9	冬を元気に乗り切ろう～風邪・インフルエンザ予防～
12/23	OB 講話
1/6	就労への第一歩～職業興味検査～
1/20	事業所見学に行ってみよう
2/3	履歴書を書いてみよう
3/9	就職面接を体験してみよう

### ゼミナール（全 17 回）

- ・平均参加人数：6 名
- ・担当職員：6 名
- ・外部講師：あり

◎ねらい

・リラクゼーションやストレス解消、体力作りや健康維持の方法に関する知識・技術を得て、ストレス対処や趣味的活動の幅を広げる。

◎内容および活動の概要

・リラクゼーション、ストレス発散、リフレッシュを目的としたもの、体力づくりや栄養講座等の健康維持・増進を目的としたものを万遍なく取り入れ、幅広い内容を企画した。

・リワークコースと合同での企画を何回か設け、両コースの交流の機会となった。アニマルセラピーといった好みが分かれる内容を実施する際には、事前に別コースを設けた。

実施日	プログラム内容
4/15	ピアノリサイタル（リワーク合同）
4/23	畑作り①：畑を耕す
5/7AM	畑作り②：何を植えるか等話し合い
5/7PM	畑作り③：畑に苗を植える（リワーク合同）
6/13	パーカッション（リワーク合同）

	6/17	体力チェック①
	7/1	タオライアー
	8/2	合氣道を学んでみよう
	8/29	禅のこころにふれてみよう
	9/17	畑作り④：畑の片付け（リワーク合同）
	10/28	アニマルセラピー（リワーク合同）*別コースを設ける
	11/29	大正琴に触れてみよう
	12/3	アロマハンドトリートメントでリラックスしよう
	1/31	栄養講座
	2/10	ボクササイズ（リワーク合同）
	2/28	体力チェック②
	3/16	朗読会で本を楽しもう！

クラブ活動

<p>◎ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・集中力や持続力、生活技能を高め、自信につなげる。</li> <li>・対人交流を通して、協調性、仲間意識、自発性の向上を図る。</li> <li>・プログラムに継続して取り組むことで、達成感や充実感を得る。</li> <li>・様々な活動を通して、趣味的活動の幅を広げる。</li> </ul> <p>◎内容および活動の概要</p> <p>&lt;創作&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・平均参加人数：5名</li> <li>・担当職員：1名</li> <li>・外部講師：あり</li> </ul> <p>&lt;料理&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・平均参加人数：5名</li> <li>・担当職員：4名</li> <li>・外部講師：あり (隔月、管理栄養士)</li> </ul> <p>&lt;合同スポーツ&gt;</p>	<p>&lt;創作（週1回。全37回）&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・編み物や羊毛フェルトを使った創作、レジン、油絵など各々が希望する作業に分かれて活動を行った。なかには、道具を持参して石鹸づくりや粘土細工に取り組むメンバーも見られていた。</li> <li>・希望する作業を見つけられないメンバーは、講師の声掛けや手本を参考にしながら作業に取り組むことができていた。</li> <li>・創作の過程を通して集中力を養うと共に品物を完成させることで、達成感が得られていた。</li> </ul> <p>&lt;料理（月1回。全11回）&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・偶数月は、講師（管理栄養士）が入り、作成された献立に沿って調理し、家庭料理や普段、馴染みのない手の込んだ料理にも挑戦した。</li> <li>・奇数月は、予めメンバーが決めたテーマに沿って栄養バランスや彩りを考えながら献立を作成し、調理した。</li> <li>・3月の料理のプログラムは新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、感染予防のため中止とした。</li> </ul> <p>&lt;合同スポーツ(週1回。全39回)&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「就労支援・社会参加コース」「リワーク準備コース」の2コース合</li> </ul>
---	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>・平均参加人数：5名 (就労支援 2名 リワーク 3名)</li> <li>・担当職員：2名</li> <li>・外部講師：あり</li> </ul> <p>&lt;お茶会&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・平均参加人数：5名</li> <li>・担当職員：4名</li> <li>・外部講師：あり</li> </ul> <p>&lt;音楽&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・平均参加人数：3名</li> <li>・担当職員：2名</li> <li>・外部講師：あり</li> </ul>	<p>同とし、屋外と室内に分かれて実施した。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・屋外はテニス、室内はプログラム参加者の希望で種目を決定し実施した。</li> <li>・月に2回、講師の指導によるテニスを実施した。メンバーからは「テニスの基本を教えてもらい楽しさを知った」等の声が聞かれており、テニスを通し運動することにより気分転換など精神面での効果を実感できた。</li> </ul> <p>&lt;お茶会(全13回)&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・掛け軸と花の確認→割り稽古→茶席(2~3席)の流れで実施した。</li> <li>・独特の緊張感で好みは分かれるものの、プログラムを通して関心を高め、継続参加に繋がっているメンバーもいる。年に数回、略盆点前の形式をとり、抵抗なくお点前を体験できるように工夫した。リワーク準備コースと合同実施の回も設け、コース間の交流やリワークメンバーのリフレッシュに繋がった。</li> </ul> <p>&lt;音楽(週1回。全37回)&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全員で発声練習の後、歌いたいメンバーが講師の伴奏に合わせて歌い、他のメンバーは曲に合わせて好きな楽器・パーカッションを演奏して盛り上げる。</li> <li>・音楽への関心の高まり、ストレス発散、メンバー間の交流の場となっている。</li> </ul>
<b>ここまるタイム(ミーティング)&lt;全31回&gt;</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・平均参加人数：8名</li> <li>・担当職員：4名</li> <li>・外部講師：なし</li> </ul>	<p>◎ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・行事の企画運営をメンバー自身が担うことで自発性や達成感を得る。</li> <li>・行事の話し合いを通して、コミュニケーション能力の向上を目指す。</li> </ul> <p>◎内容および活動の概要</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・各行事に向けた話し合い、作業等を行った。</li> <li>・主張の仕方や異なる意見の折り合い方を学ぶ機会となった。</li> <li>・所内行事はメンバーの中から実行委員を募り、話し合いの進行、書記などを担うことで、主体的に活動できていた。</li> </ul>
<b>自遊時間</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・平均参加人数：5名</li> <li>・担当職員：1~2名</li> <li>・外部講師：なし</li> </ul>	<p>◎ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・診察・面接の待ち時間の過ごし方を自ら計画し、家での余暇活動を含め、自主的に過ごせるようになる。</li> </ul> <p>◎内容及び活動の概要</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・読書、談笑、絵画などが多くみられた。行事が近い時期は、飾り用の花を作るなどの作業を行った。</li> <li>・取り組むことを決められないメンバーにはスタッフが介入してフォローした。</li> <li>・毎回、取り組む内容と感想を記入してもらい、その日の活動の振り返りを行った。</li> </ul>
--	--

### ③ 年間行事

概ね月1回の頻度で実施し、日常のデイケア活動に彩りを添えているのが年間行事である。メンバーの中には、家族や友人と出掛ける機会が少ない者もいて、日頃できないことが体験できる良い機会であるため、行事参加を楽しみにしている者も多い。年間行事の運営にあたっては、メンバーの主体性を大切にしながら、企画から携わり各自に役割を担ってもらい、役割遂行による達成感の獲得や、自己肯定感の向上につながるよう工夫しながら進めている。

#### <令和元年度年間行事実施状況>

開催日	行事名	内容	参加人数
令和元年 5月17日	スポーツフェスティバル	<ul style="list-style-type: none"> <li>・仙台市内のデイケアや福祉関連施設が集まり、スポーツを通して交流を図る毎年恒例の行事。</li> <li>・全5種目の競技のうち、当デイケアはボッチャ、バレーボールに参加した。</li> <li>・ボッチャは決勝トーナメント進出、バレーは3位入賞。コミュニケーションを取り、励ましあいながら終始良い雰囲気で行われ、他施設メンバーの健闘を称えあうなど交流も生まれていた。</li> </ul>	10名
7月11日 ～12日	宿泊訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「行ったことのないところへ」「チャレンジ精神」「ゆったり」をテーマに、山形県天童市・尾花沢市方面へ外出。</li> <li>・1日目は銀山温泉を散策し、舟形若あゆ温泉・あゆっこ村のコテージに宿泊。夕食はバーベキューを行う予定だったが悪天候のため、室内でホットプレートを利用して調理した。夕食後には懇親会を行った。2日目は天童タワー、道の駅天童温泉、フルッティアへ行き、買い物や書き駒体験を実施した。</li> <li>・不調のメンバーには休養を勧めて早めに寝る、医師が診察するなど適宜対応し、全員スケジュールを全う</li> </ul>	10名

		<p>することができていた。2日間やり遂げたことで、達成感や自信の回復につながっていた。</p>	
10月4日	デイケア祭	<ul style="list-style-type: none"> <li>・デイケア活動の成果を発表する場、メンバー同士が協力し合い一体感や達成感を得る機会、地域の方への普及・啓発の機会として毎年開催している。今年度は「楽しく無理なくはあとぽーと仙台ならではの特徴、内容を知ってもらおう」をテーマに内容を計画して進めた。</li> <li>・お茶席やものづくりのプログラム体験、バザー、軽音楽発表を実施した。当センターの紹介コーナーとしてパネル展示やアルコールパッチテスト、クイズラリーを行った。来場者数は137名で、来場者の方々はプログラム体験や展示を通じ楽しんでいる様子が見られていた。また、メンバー間に連帯感が生まれ、達成感や充実感を得ていた。</li> </ul>	12名
11月15日	仙台市精神障害者バレーボール大会	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎月1回体育館スポーツを設け、バレーボールを含め様々なスポーツに取り組み、体力作りに努めた。</li> <li>・壮行会や大会当日には、応援チームをつくり、選手だけではなくデイケア全体の行事として意識づけができるよう工夫した。</li> <li>・大会は4チーム中2位という好成績をおさめ、メンバーは応援チームを含め、喜びを分かちあっていた。メンバー同士の交流を深める機会になり、大会を通して充実感が得られていた。</li> </ul>	10名
12月13日	野外活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バスで宮城県蔵王町・遠刈田方面に行き、コカ・コーラ蔵王工場見学、遠刈田温泉街散策を行った。</li> <li>・「楽しもう！いやされよう！美味しいものを食べよう！」をテーマとし、行き先決め、調べ作業等、企画段階からメンバー主体となって実施した。当日はバスの司会、点呼など役割を担って取り組んだ。</li> <li>・集団行動やバス移動が苦手なメンバーにとっては、不安を抱えつつも乗り越えられたことが自信の回復に役立っていた。</li> </ul>	14名



12月24日	忘年会	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メンバーを中心に、内容や流れについて話し合い、企画した。</li> <li>・午前は料理（グリルチキン、エビチリ、スープ、サラダ）、午後はDVD観賞とゲームに分かれ過ごした。合間にケーキを食べながら交流を図った。</li> <li>・年内最後のプログラムを“みんなで楽しむ”という一体感が生じていた。</li> </ul>	11名
令和2年 1月23日	合同新年会	<ul style="list-style-type: none"> <li>・リワーク合同で新年会を開催し、事前に合同ここまるタイム（ミーティング）を設けた。話し合いは実行委員メンバーを中心に進め、内容を決定した。</li> <li>・当日は午前には護国神社周辺を散策し、午後はカメイ美術館を見学した。道中や昼食時にメンバー同士で声をかけあう姿がみられ、行事を通して普段は接点がないメンバーとも交流する機会となっていた。</li> </ul>	7名
3月19日	春季パーティー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実行委員を中心に「令和最初のありがとう、お疲れ様、これからもよろしくね」をテーマに準備を進めたが、新型コロナウイルス感染症の影響により内容に配慮ながらメンバーと再考し、規模を縮小して実施した。</li> <li>・午前に趣味特技紹介、河原の散策、午後に音楽発表、イントロクイズ、感謝状贈呈、茶話会を行った。</li> <li>・計画通りに進まない落胆や不安を抱えながらも気持ちを切り替えてより良いものをつくりあげる経験や、不安や緊張を互いに共有して労いあい、達成感を得る経験となっていた。</li> </ul>	6名

#### ④ 家族支援

##### ア. 家族懇談会の実施

###### ◎ねらい

- ・病気及び障害の知識・理解を深めるための学習の場を提供する。
- ・当センターと家族との間で情報交換を行い、今後の本人の関わり方について考えていく。
- ・家族同士の交流を図り、相互支援の場とする。

###### ◎実施状況

- ・デイケアメンバーの家族を対象に、年4回（5月・7月・10月・2月）第4水曜日の午後に実施した。
- ・当所のメンバーの多くは家族と同居している。家族支援は、メンバーの社会復帰のための基盤固めであり、家族が病気や障害に関して理解を深めることや、家族との情報交換は、メンバーの治療にとっても欠かせないものである。また、単身生活のメンバーであっても、家族の支持と理解を得ることは、治療をすすめる上で非常に意味がある。
- ・4月の懇談会だよりの郵送時に、家族懇談会の内容に関するアンケートを実施してニーズを把握した。普段参加していない家族は講話形式や個別面談を希望し、参加している家族からはグループ懇談を希望する声があった。そのため、どちらの内容も取り入れて計画した。
- ・講話の回は、講話後に質疑応答や感想を共有する時間を作り理解を深め、日頃の大変さを話して発散したり、他家族の話も聴いて体験を共有できるようにした。

###### <家族懇談会実施状況>

	実施日	内容	参加人数
1	5月22日	年度始めの職員との顔合わせ 茶話会（グループ懇談）	8名
2	7月24日	精神科医による講話 「病気理解と家族の関わり方について」	4名
3	10月23日	デイケアプログラム体験 「ストレス対処とより良いコミュニケーションのために ～ストレスコーピング～」	4名
4	2月26日	はあとぼーと仙台デイケアの先輩による講話	7名

##### イ. 家族懇談会だよりの発行

家族懇談会開催月の前月（4月、6月、9月、1月）に年4回発行した。前回の家族懇談会の実施内容及び参加状況の報告、次回の家族懇談会の案内、メンバーの活動報告・紹介などを掲載し、家族懇談会の周知を図った。

## ⑤ アフターケア（OB支援）

相談件数内訳（延べ件数）

	相談延数	相談内容（重複あり）					
		生活報告	病気・薬	対人関係	再通所	仕事	その他
来 所	6	5	0	1	0	0	0
電 話	38	12	7	7	0	6	6
計	44	17	7	8	0	6	6

- ・デイケア終了後も電話と面接で相談に応じている。実人数は9名。
- ・複数回の相談があった方は、以前から固定している方が2名、終了1年以内の方が3名である。固定している方は単身者で、誰かと繋がっていたいという状況が推測される。
- ・今年度終了した方の中には、卒業後も生活変化や離職など、困った時に相談することができ、多くは困った事柄が解決され終了した。2名は継続的に頻回に相談が続いているが、傾聴や対処法の助言により安心する内容がほとんどであった。単発の相談で終了した者は4名で、問い合わせへの対応や生活報告等への傾聴で安心して終了している。

## ⑥ デイケア通所者についてのケース検討会

◎ねらい

- ・ケースの理解を深め、デイケア指導に生かす
- ・専門機関の職員として、支援に足る資質の向上を図る

◎実施状況

- ・年8回、2時間枠で実施した。
- ・昨年度より2回増やし、研修報告会および次年度プログラムの検討会を行った。知識・技術の共有、また日常業務の所感を踏まえた次年度の検討を行うことができた。
- ・個別ケース検討や集団力動について検討し、デイケアとして個々人にどう働きかけていけばいいのかといった点を話し合い、関わりの視野を広げることができた。
- ・年度末にレビューを実施し、支援方針の確認と今後の方向性を共有した。

<ケース検討会実施状況>

開催日	内 容
4月24日	デイケアの全体像を把握する（集団力動）①
6月26日	ケース検討「生活リズムが定まらず意欲低下が続いているケース」
8月28日	ケース検討「発達障害を理解する」
9月25日	研修報告会
11月27日	令和2年度デイケアプログラムの検討会
12月25日	デイケアの全体像を把握する（集団力動）②
1月22日	ケース検討「実体験が伴わず無力感を強め安定通所に至らないケース」
3月18日	ケースレビュー

## (4) リワーク準備コースの指導内容

### ① 通所者の特性

#### ア. 疾患別分類

うつ病の方が75%を占めている。

疾患名	人数
うつ病	12
適応障害	2
全般性不安障害	1
過敏性腸症候群	1
合計	16

#### ウ. 通所者の状況

休職者を対象者としているが、一部離職者の受け入れも行なっている。

職種			人数
休職者	民間	事務職	4
		技術職	3
		営業職	1
	公務員	事務職	6
		技術職	1
離職者	民間		1
合計			16

#### カ. 紹介元医療機関

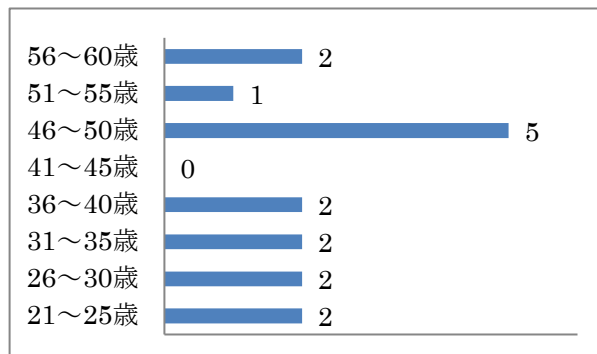
紹介元	人数
病院	5
クリニック	11
合計	16

#### キ. 家族状況

同居家族状況	人数
単身	4
親(+その他家族)	6
配偶者(+子)	5
子	1
合計	16

#### イ. 年齢

平年齢は40.0歳。最年少は24歳、最年長は57歳である。



#### ク. 利用に至った経路

利用に至った経路	人数
医療機関	9
自ら(市政だより・HP)	5
家族の勧め	1
職場の勧め	1
合計	16

#### コ. 学歴

大卒者が9名(60%)である。

学歴	人数
大学卒	9
短大・高等専門学校卒	3
高校卒	4
合計	16

#### ク. 終了時状況

在籍者16名のうち年度内の終了者は12名である。

終了時状況	人数
復職	2
休職継続	9
離職	1
合計	12

## ② プログラム

リワーク準備コースでは原則として4ヶ月（32回）を1クールとし、年間3クールプログラムを実施した。※回数は1クルールの目安回数

プログラム名	内 容
心理教育 (4回)	精神科医の講話を中心に、うつ病への理解を深め病気への対処を学ぶ。今年度は精神科医1名が月1回実施した。内容はリワーク準備コースの通所目的の確認（毎回）と「うつ病について」「うつによって起こる考え」「不調になった時のサインと症状・薬の効果」「職場のメンタルヘルス状況」など。
認知行動療法 (12～13回)	職場でのネガティブなエピソードを認知モデルに沿ってアセスメントし、問題の整理と改善するための目標を設定する。目標に合わせ「認知再構成法」「問題解決技法」を実施する。「認知再構成法」では考え方の幅を広げ、「問題解決技法」で問題解決法の考え方、手順を取得する。前半は個人作業、後半は発表と意見交換を行う。
復職プラン作り (4回)	復職準備チェックシートの記入及び報告とリハビリプランを作成する。リハビリプランは通所期間に応じた内容となり、経過の振り返り、職場復帰に向けた再発予防対策のまとめとなっている。前半はチェックシートの記入・プラン作成、後半はプランを発表し意見交換を行う。
コミュニケーション (4回)	自分の気持ちや意見を上手に人に伝え、人とのコミュニケーションをより良いものにする方法をロールプレイなどを通して学ぶ。「アサーションの基礎」「傾聴」「DESC法」「エゴグラム」など。
セルフケア (4回)	これまでの経験や経過から、自身にとってのストレスについて振り返り、その対処法や今後の体調管理、より良い働き方について考える。前半は個人作業、後半はグループワークを行う。「活動記録表について」「ライフチャート作成」「ストレスリストを作ろう（ライフチャートの振り返り）」「働き方を振り返ろう」「アンガーマネジメント」など。
グループワーク/ ウォーキング (1～2回)	前半はメンバーから話題提供されたテーマに沿った意見交換、後半は施設周辺の散策や、室内で軽運動を行う。
職場復帰の準備 について (1回)	外部講師（職業センターカウンセラー）による講話。復職に対する企業側の考え方や、復職に向け職場と話し合いを行う際の心構えについて学ぶ。
リラクゼーション (1～2回)	スタッフによる講話やリラクセス法の体験と、外部講師によるヨガをそれぞれ1回ずつ行う。

新聞プレゼン (準備 2 回) (発表 2 回)	準備では関心のある新聞記事を要約し、感想・意見のまとめを個別作業で行い、発表では作成した記事のプレゼンテーションと意見交換を行った。準備と発表を 1 セットとし、2 セット実施した。
OB 講話 (1 回)	リワーク準備コース OB による復職体験談を聞き、スムーズな復職活動に役立てることを目的に実施。前半は OB の講話、後半は OB と在籍者とのグループワークを行う。
書道 (4 回)	集中力を養うことを目的に外部講師の指導のもと行う。
合同スポーツ (毎週)	就労支援・社会参加コースと合同で実施。屋外でのテニスか屋内スポーツを選択できることとし、月 2 回は外部講師によるテニス指導を行う。屋内スポーツでは卓球、バドミントン、ボッチャ、ゲートボール等を行う。
食事と栄養 (1 回)	外部講師（管理栄養士）による講話。日常生活に必要な栄養素や、普段の食事で意識する点、手軽に野菜を取り入れる方法などについて聞く。
合同ゼミ (2 回)	就労支援・社会参加コースと合同で実施。セルフケアのため、リラクゼーションやストレス対処の幅を広げられるよう、外部講師の指導のもとパーカッションやアニマルセラピー等を行う。

＊その他

- ・個別面接：月 1 回程度、プログラム終了後に行なう。現在の状態の確認と復職に向けて、今後の課題などについて担当スタッフと話し合う。
- ・週間活動記録表：認知行動療法の一環として毎日記入し、ミーティング時に報告を行う。

### ③ アフターケア（OB 支援）

#### ア．リワーク準備コース OB 会

終了後の状況把握と、終了者同士の交流の場として「OB 会」を年 2 回、青葉区中央市民センターにて開催した。リワーク終了後 1 年以内の方の他、在籍者にも声掛けしている。

＜実施状況＞

1. 令和元年 5 月 10 日 18 時 30 分～20 時 30 分  
参加者数：OB 11 名 在籍者 1 名 計 12 名
2. 令和元年 11 月 22 日 18 時 30 分～20 時 30 分  
参加者数：OB 4 名 在籍者 2 名 計 6 名

#### イ．OB 面接

終了者の復職後の定着支援を主として、電話や直接来所などで相談に応じている。

## ウ. OB へのアンケート実施

終了後の状況把握と、終了者がアンケート調査を機に現在の生活、および心身の状態を振り返り、問題の早期発見、早期対処をし再発予防につながることを目的にアンケートを実施している。今年度は 51 名に対して延べ 61 通を送付し 36 通（59%）の回答があった。

対象者はリワーク準備コース終了後 6 ヶ月、1 年、2 年、3 年経過者である。

### 【内訳（転帰のみ抜粋）】

	発送数	回答数	回答率	転帰			
				復職	休職	離職	再就職
6 カ月後	17	12	71%	8	3	-	1
1 年後	21	13	62%	10	1	1	1
2 年後	9	4	44%	4	-	-	-
3 年後	14	7	50%	6	-	-	1

## ④ リワーク準備コース説明会

リワーク準備コースの広報、及び利用者拡大を図ることを目的に当センター内で開催している。周知方法は市政だよりの掲載、医療機関・市内関係各所への開催案内の送付である。

### <実施状況>

- 令和元年 6 月 18 日 申込者 6 名  
参加者 6 名（うち同伴者 2 名） 通所申込者 1 名
- 令和元年 10 月 29 日 申込者 3 名 1 名欠席（別日対応し申込に至る）  
参加者 2 名 通所申込者 1 名

### 3. 人材育成・教育研修

#### (1) 支援者及び関係機関担当職員を対象とした主催研修

##### ① 精神保健福祉基礎講座（初任者研修）

目的：精神保健福祉関係機関の初任者職員を対象に、地域精神保健福祉活動の実践に関する全般的かつ基本的な知識を提供し、資質向上を図るための技術支援を行う。

対象：精神保健福祉業務に携わる行政及び関係機関の初任者職員（概ね経験3年以内）

開催日時・会場	内容及び講師	参加人数
<p>(前期) 令和元年5月29日 10:00～17:00  会場：仙台市医師会館 研修室</p>	<p>講話1 「精神疾患の理解について」 精神保健福祉総合センター主幹 原田修一郎</p> <p>「気分障害の理解と対応について」 精神保健福祉総合センター主幹 大類真嗣</p> <p>講話2 「精神疾患の理解～当事者の立場から」 健康福祉局障害者支援課 主任 野呂雅人 氏 ピアサポーター2名</p> <p>講話3 「精神障害を持つ方が地域で暮らすことについて」 精神保健福祉総合センター主任 佐藤喬二</p> <p>講話4 「当事者との出会い方～面接・電話の基本～」 東北福祉大学 准教授 志村祐子 氏</p>	<p>125名</p>
<p>(後期) 令和2年1月29日 13:30～16:30  会場：仙台市医師会館 研修室</p>	<p>講話とグループワーク 「支援者としてのステップアップのために ～自分の変化を振り返る～」</p> <p>東北福祉大学 准教授 志村祐子 氏</p>	<p>55名</p>



## ② 精神保健福祉担当実務者研修

目的：各区の精神保健福祉新任担当職員を対象に研修を行い、提供するサービスの内容や質の維持・向上を図る。

対象：各区障害高齢課、総合支所保健福祉課職員

開催日時	内容及び講師	参加人数
令和元年 5月 14日 10:00～15:00  会場：上杉分庁舎 第1会議室	講話1 「精神障害者保健福祉手帳・精神通院医療の事務処理」 精神保健福祉総合センター 庄司吉雄  講話2 「医療保護入院等、精神医療審査会関係業務の事務処理」 精神保健福祉総合センター 菅野美弥子  講話3 「措置入院にかかる緊急対応業務」 障害者支援課障害保健係 野呂雅人 氏  講話4 「移送制度にあたっての実務と対応」 障害者支援課障害保健係 高橋智幸 氏	23名

## ③ 思春期問題研修講座

目的：思春期の事例に関わる教職員や関係機関職員を対象に、思春期精神保健に関する基本的な知識を提供する。

対象：思春期の事例に関わる教職員や関係機関職員

開催日時	内容及び講師	参加人数
令和元年 9月 20日 14:00～17:00  会場：戦災復興記念館 5階会議室	「青年期外来で出会う子どもの姿から見えてくるもの」 第一部 講演 第二部 グループワーク  講師：公益財団法人 慈圭会 精神医学研究所所長 川崎医科大学名誉教授 精神科医 青木省三 氏	99名

④ その他の主催研修（詳細は各事業ページに掲載）

事業名	研修内容	参加人数
地域総合支援事業 (P.66)	地域移行関連研修会 (日本精神科看護協会宮城県支部と共催)	68名
地域総合支援事業 東日本大震災後こころのケア (P.73~74)	震災後心のケア従事者研修会&情報共有会 (障害者支援課主催)	7回 延 252名
	災害時メンタルヘルス研修会	60名
自死予防関連事業 自殺対策推進センター (こころの絆センター) (P.78~79)	自殺対策ゲートキーパー養成講座	56名
	自殺対策専門職研修	2回 延 199名
依存症関連事業 (P.83~84)	依存症関連問題研修会	66名
	アルコール・薬物についての支援者向け 月末勉強会	10回 延 125名

## 4. 技術援助・技術指導

### (1) 保健所及び関係機関に対する技術援助

	保健所	学校関係	障害者 支援施設	病院関係	その他	計
社会復帰	126	0	62	81	45	314
アルコール・薬物	12	0	0	11	15	38
思春期・ひきこもり	18	0	0	0	0	18
被災者支援	188	9	0	0	3	200
自死関連	13	0	0	0	0	13
学生教育実習	0	53	0	0	0	53
精神科病院実地指導	0	0	0	0	17	17
その他	87	0	50	57	0	194
計	444	62	112	149	80	847

### (2) 仙台福祉事業所合同説明会

通所に関心はあるが一步を踏み出せずにいる精神疾患や障害を持つ方の社会復帰を促し、精神保健福祉分野のネットワークを構築する目的で、平成 21 年度から実行委員会を立ち上げ「作業所見学ツアー」を実施してきた。その中で、実行委員会より「より多くの方に、より多くの福祉事業所を知ってもらいたい」という声上がり、平成 26 年度より、市内の障害福祉事業所が集まりブース形式で事業所の紹介を行う、仙台市福祉事業所合同説明会を開催している。合同説明会には、精神保健福祉分野にとどまらない支援団体・事業所の参加・拡充が図られ、知的・身体・難病を含めた様々な障害等を持つ方が来場している。当センターは、福祉事業所から構成される実行委員会の事務局を担い、活動をバックアップしてきた。

令和元年度は、本事業開始から 10 年の節目であり、事業の効果と今後の展開について検討を行った。事業所同士のつながりができ、事業としても定着してきていること、開始当初の課題であった市内福祉事業所のネットワーク構築については一定程度効果がみられていることから、今後は、実行委員会の自主的な活動に移行していくこととなった。

日 時：令和元年 9 月 27 日（金）10:00～15:00

場 所：仙台市福祉プラザ 1 階プラザホール

運営／ブース参加団体：37 団体

来場者：222 名

### (3) 関係機関主催の会議参加による技術援助

自治体または関連機関で主催する会議に参加した実績は以下のとおりである。

(※詳細は各事業ページに掲載)

主要な会議内容	詳細	回数
精神保健福祉ネットワーク事業	仙台市障害者自立支援協議会	4
	各区自立支援協議会	95
	宮城県自立支援協議会	2
医療観察法対象者支援関連 (P. 67)	医療観察法適用者ケア会議	38
	宮城県医療観察制度運営連絡協議会	1
地域移行支援関連 (P. 65, 67)	精神障害者のための地域移行推進連絡会	6
	宮城県立精神医療センター「チーム医療委員会」	12
依存症関連 (P. 85)	薬物依存症地域支援者ネットワーク協議会	10
被災者支援関連 (P. 71)	各区被災者ケースレビュー	34
	みやぎ心のケアセンター運営委員会	2
	こころのケアセンター連携強化会議	1
ひきこもり関連 (P. 88)	ひきこもり支援連絡協議会	11
	ひきこもり支援体制評価委員会	5
その他	仙台市障害者施策推進協議会	3
	仙台市精神保健福祉審議会	1
	仙台市災害弔慰金制度委員会	1
	仙台市教育委員会 仙台市障害児就学支援委員会	5
	仙台市教育委員会 仙台市発達障害児教育検討専門家チーム	5
	仙台市教育委員会 児童生徒の心のケア推進委員会	2
	仙台市教育委員会 仙台市課題のある教員審査委員会	6

## 5. 組織育成

(※詳細は各事業ページに掲載)

事業名	内容
自死予防関連事業 (P.79)	若年層を対象とした自死予防対策普及啓発サークル 「はあとケアサークル YELL」

## 6. 普及啓発

### (1) 広報活動

#### ① 広報紙「はあとぼーと通信」の発行

発行	内容
<第58号> 令和元年9月1日発行	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特集「あなたもゲートキーパーになりませんか？ ～声かけから始まる支え合い～」</li> <li>・仙台市精神保健福祉総合センター（はあとぼーと仙台）の相談</li> <li>・イベント情報</li> </ul>
<第59号> 令和2年3月1日発行	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特集「はあとぼーと仙台 精神科デイケアにきてみませんか？」</li> <li>・デイケア祭を開催しました</li> <li>・ひきこもりの方への支援</li> <li>・お酒や薬物のことで困っていませんか？</li> <li>・これからも震災後のこころのケアを続けていきます</li> <li>・イベント情報</li> <li>・仙台市精神保健福祉総合センター（はあとぼーと仙台）の相談</li> </ul>

#### ② ホームページ作成

専用のホームページを作成し、広報及び普及啓発を行っている。  
来所相談、電話相談の案内や主催講座の案内などのセンター情報の広報のほかに、メンタルヘルス情報のページを作成し、精神保健福祉に関する正しい知識の普及と啓発を図っている。

#### ③ こころの健康づくりキャラクター「ここまる」

平成24年に、仙台市こころの健康づくりキャラクターとして誕生した「ここまる」は、若年層を対象とした自死予防対策普及啓発サークル「はあとケアサークル YELL」の参加学生らによってプロフィールが加えられた。

自殺予防週間ポスター、災害時地域精神保健福祉ガイドライン、各種リーフレット、啓発グッズなど、仙台市におけるこころの健康に関する啓発に、センターの内外を問わず活躍している。



### (2) その他の普及・啓発活動（※詳細は各事業ページに掲載）

- ・長期在院者に対する地域移行支援の啓発
- ・ホームページに災害時メンタルヘルスや仙台市災害時地域精神保健福祉ガイドラインに関する情報を掲載
- ・若年層を対象とした自死予防対策普及啓発サークル「はあとケアサークル YELL」