

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2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												計
	R2 4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	R3 1 月	2 月	3 月	
新規(実人数)	4	3	5	1	6	3	4	4	2	1	0	2	35
再来(延人数)	54	47	62	57	64	64	56	61	51	49	55	59	679
デイケア診察 (延人数)	7	8	9	9	7	4	9	9	7	2	6	2	79
計	65	58	76	67	77	71	69	74	60	52	61	63	793

(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			3	5						8
	カウンセリング			1	2						3
	集団療法										0
	デイケア		4	9	8	2	2				25
他機関紹介	医療機関										0
	保健所										0
	その他		1								1
終 結			1								1
計			6	13	15	2	2	0	0	0	38

(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	6	10	4	3	5	29	
気分障害			9	11	6	4	3	33	
神経症性障害	1	1	15	10	6		2	35	
精神遅滞			1	4				5	
発達障害			5	2	2	1		10	
パーソナリティ障害						1		1	
物質関連性障害				1				1	
器質性精神障害								0	
計	1	2	36	38	18	9	10	114	

(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	31	15	0	1	0	0	47

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、さらなる効果を上げている。

令和 2 年 3 月より、新型コロナウイルス感染拡大に伴い、利用者への検温や体調確認、利用スペースや物品の消毒など、感染対策を講じながら活動を続けている。感染が広がり日常生活の制限が生じる中、利用者にとって、デイケアが拠り所となり精神的な安定に繋がるという役割を担っている。

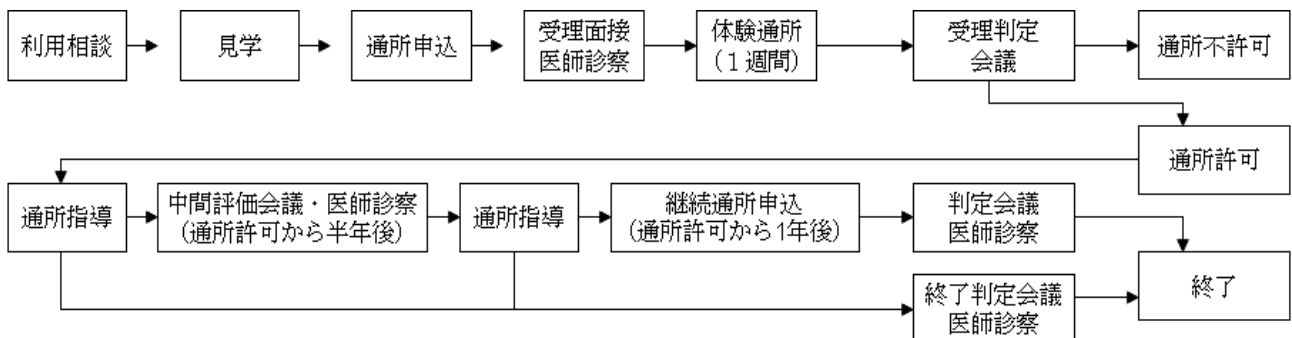
(2) デイケア指導状況

- ・指導期間：令和2年4月1日～令和3年3月31日
- ・指導日数：就労支援・社会参加コース 185日（毎週月・火・木・金、祝日等除く）
リワーク準備コース 96日（毎週月・木のみ）
- ・通所状況：年間の通所者延数は1,821名（うち、ショートケア通所者延数は847名）
「就労支援・社会参加コース」1,564名 「リワーク準備コース」は257名
平均在籍者数は47名。定員に対する充足率は78.3%であった。

令和2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	69	55	14	27	17	10	25	15	10
男性	34	26	8	16	10	6	14	8	6
女性	35	29	6	11	7	4	11	7	4

○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

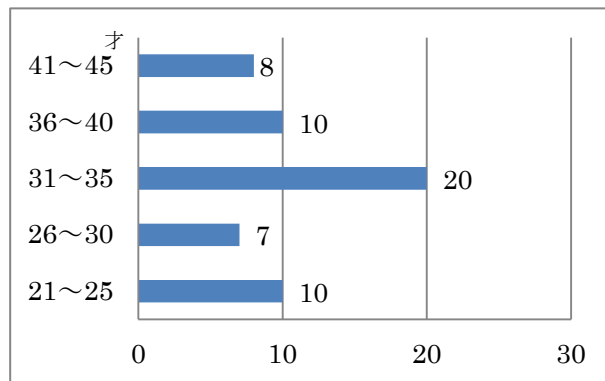
① 通所者の特性（再通所者含む 55 名）

ア. 疾患別分類

疾患名	人数
神経症性障害	19
うつ病(感情障害)	16
統合失調症	15
発達障害	4
アルコール依存症	1
合計	55

イ. 年齢（対象年齢 15 歳～45 歳）

平均年齢は 33 歳、最年少は 21 歳、最年長は 45 歳である。

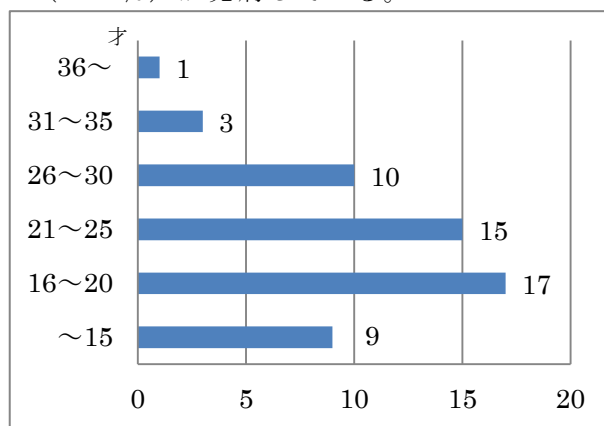


ウ. 利用に至った経路

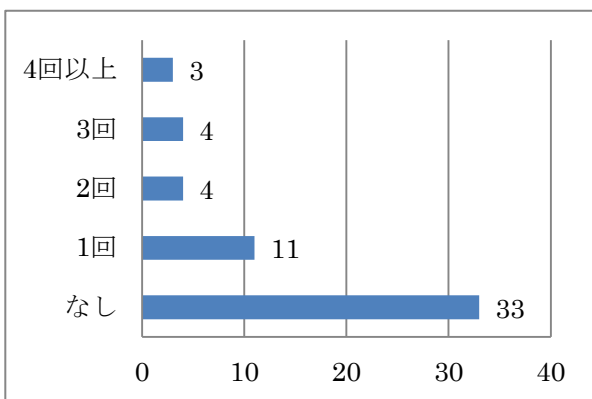
利用に至った経路	人数
病院・クリニック	25
自主来所	10
家族・親戚のすすめ	11
当センター相談係	6
社会復帰施設等	3
合計	55

エ. 発病年齢

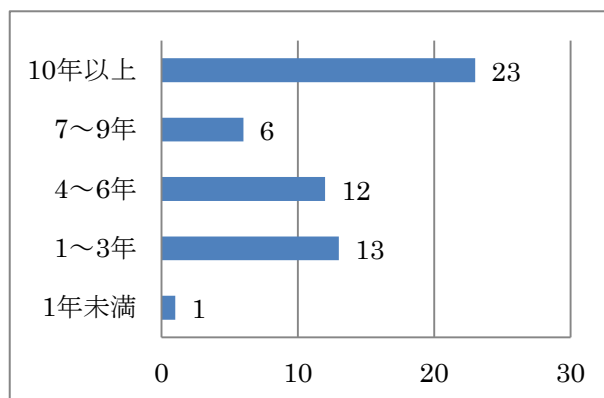
発病平均年齢 21.4 歳で、20 歳までに 26 名（47.2%）が発病している。



オ. 入院回数



カ. 通所開始までの有病期間



キ. 学歴

学 歴	人 数
中学校卒	1
高校卒	19
高校中退	4
専門学校卒	7
短大卒	3
短大中退	1
大学卒	15
大学中退	5
合 計	55

ク. 保険

保険の種類	人 数
生活保護	5
社保本人	8
社保家族	19
国保本人	5
国保家族	16
共済本人	0
共済家族	2
合 計	55

ケ. 紹介元

紹 介 元	人 数
クリニック	27
病 院	25
精神保健福祉総合センター	3
合 計	55

コ. 精神障害者手帳の取得状況

手帳区分	人 数
手帳なし	28
手帳あり	27
1 級	(0)
2 級	(19)
3 級	(8)
合 計	55

サ. 家族状況

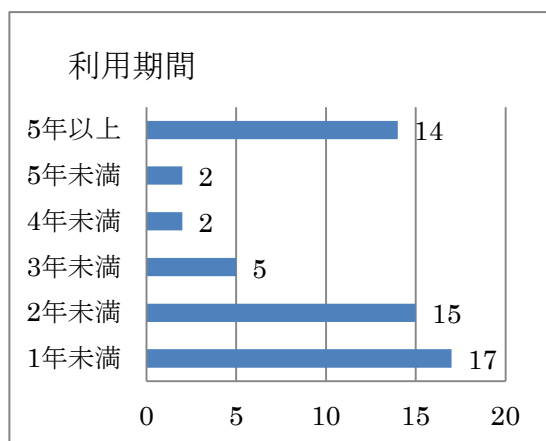
同居家族	人 数
両親(+その他家族)	35(18)
ひとり親(+その他家族)	10(6)
配偶者	2
単身	7
その他	1
合 計	55

シ. 居住地

居 住 地	人 数
青葉区	22
宮城野区	9
若林区	5
太白区	11
泉区	8
合 計	55

ス. 利用期間

平均利用期間は2年9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15名中6名（40％）であった。

平均在籍期間は2年8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	就労	1	0	2	0	3
	就労継続支援A型	0	0	0	0	0
	就労継続支援B型	0	0	1	1	2
	就労移行支援	0	0	0	0	0
	自立訓練施設	0	0	0	1	1
他のデイケア移行		1	0	0	0	1
療養専念	通院	1	1	0	0	2
	入院	0	0	0	1	1
在宅	年齢制限	1	0	1	1	3
	通所意志喪失	1	0	1	0	2
合計		5	1	5	4	15

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、今年度は特に新型コロナウイルス感染拡大による不安や心配な面を確認し、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2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21回）	
<ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：8名 ・担当職員：4名 ・外部講師：なし <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"> ・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。 ・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。 <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、集中力が途切れないようワークを取り入れ、メンバー間でも意見を共有できるようにした。プログラム内容は、主に心理教育的なテーマで、通所するメンバーに必要と思われる内容を選択し、メンバーが理解しやすいように作成したパワーポイントでプレゼンする形式で進めた。2～3回のシリーズものとして実施した内容は、いずれも深めて</p>

ほしいことや一度で理解することが難しいと思われる内容であり、シリーズの2回目以降から参加しても問題がないように、復習の時間を取るなどの工夫をした。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
4/17	お悩み相談会
5/1	よい睡眠取れてますか？
6/12	自分の魅力を再発見①～ほめほめの木～
6/19	自分の魅力を再発見②～趣味・特技紹介～
6/26	自分の魅力を再発見③～あなたのトリセツ～
7/17	お悩み相談会
7/31	アンガーマネジメント①
8/7	アンガーマネジメント②
8/28	医師講話（疾患理解）
9/11	医師との座談会
9/25	不安って何だろう
10/16	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）
11/6	考え方のクセを知ろう①
11/13	考え方のクセを知ろう②
12/1	いろんな自分発見！～エゴグラム～
1/8	医師講話（服薬管理）
1/22	強みを活かしたストレス対処①
1/29	強みを活かしたストレス対処②
2/12	依存って何だろう？
2/26	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）
3/12	医師との座談会

心理教育 コミュニケーション（全18回）

- ・平均参加人数：7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(Social Skills Training)、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。

- ・今年度より、コミュニケーションカードを用いたコミュニケーションの自己理解・他者理解のプログラムを導入し、好評であった。
- ・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
4/13	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
4/20	対人場面で困ったことを練習しよう（問題解決技法）
5/18	対人場面で困ったことを練習しよう（問題解決技法）
5/25	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
6/22	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
7/6	アサーティブな表現のしかたを学ぼう
7/27	上手なコミュニケーションスキルを獲得しよう ～自分の言いたい要点を伝える～
8/3	より良い話の聴き方を学ぼう
8/24	メールや SNS (Social Networking Service) でのコミュニケーションを考えよう
9/14	対人場面で困ったことを練習しよう（問題解決技法）
10/26	上手なコミュニケーションスキルを獲得しよう ～話し合って、折り合う～
11/9	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
12/14	自分と相手のコミュニケーションタイプを知ろう (コミュニケーションカード)
1/4	対人場面で困ったことを練習しよう（問題解決技法）
1/25	上手なコミュニケーションスキルを獲得しよう ～口論せず、相手の意見を聞き気持ちを伝える～
2/1	アサーティブな表現のしかたを学ぼう
2/15	より良い話の聴き方を学ぼう
3/1	対人場面で困ったことを練習しよう（SST）

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
4/9	余暇活動を充実させよう～おすすめの本紹介～
4/14	感染症を防ぐために
5/7	お金の使い方を考えよう①
5/14	ビジネスマナー講座
5/28	お金の使い方を考えよう②
6/11	災害への備え①
6/18	災害への備え②
7/2	将来の自分をイメージしてみよう！
8/20	事業所の話聞いてみよう
9/3	身だしなみチェック
9/10	公共交通機関を利用して外出しよう！（外出）
10/19	身の周りにある社会資源を整理しよう！（エコマップの作成）
10/22	生活スキルを磨こう（片付けのコツを学ぼう！）
11/19	公共交通機関を使って外出しよう（計画）
12/3	公共交通機関を利用して外出しよう
1/7	OB 講話
1/28	宮城障害者職業センターとハローワークの講話
2/18	出張お仕事体験
2/25	履歴書を書いてみよう
3/11	就職面接を体験してみよう

ゼミナール（全 15 回）

- ・平均参加人数：7 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数回設け、両コースの交流の機会となった。

実施日	プログラム内容
4/21	畑作り①：何を植えるか話し合い
4/27	座禅（リワーク合同）
5/11	畑作り②：畑に苗を植える
6/15	体力チェック①
7/20	栄養講座
7/30	パーカッション
8/17	アートセラピー
8/31	華道
9/24	フラダンス
10/29	アニマルセラピー（リワーク合同）
11/5	ピアノリサイタル
12/7	カラーセラピー
1/18	体力チェック（自分の体力を知ろう）&筋肉を伸ばしてリラックス
2/8	楽しく体を動かす～簡単にできる体操シリーズ～
3/15	朗読会

クラブ活動

<p><創作></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：8名 ・担当職員：1名 ・外部講師：あり 	<p>◎ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・集中力や持続力、生活技能を高め、自信につなげる。 ・対人交流を通して、協調性、仲間意識、自発性の向上を図る。 ・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。 ・様々な活動を通して、趣味的活動の幅を広げる。 <p>◎内容および活動の概要</p> <p><創作（週1回。全41回）></p> <ul style="list-style-type: none"> ・革細工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。 ・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。 ・集団の中にながらも1人の時間を過ごすことが可能であり、作品を媒介として会話ができるため、対人コミュニケーションを苦手とするメンバーも比較的参加しやすいプログラムだったと思われる。 ・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。
--	--

<p><料理></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：5名 ・担当職員：4名 ・外部講師：あり (隔月、管理栄養士) 	<p><料理(月1回。9回開催(新型コロナウイルス感染症対策のため3回中止)></p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・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。 ・5、1、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。
<p><合同スポーツ></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：5名 (就労支援 2名 リワーク 3名) ・担当職員：2名 ・外部講師：あり 	<p><合同スポーツ(週1回。全35回)></p> <ul style="list-style-type: none"> ・「就労支援・社会参加コース」「リワーク準備コース」の2コース合同とし、屋外と室内に分かれて実施した。 ・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。 ・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。
<p><お茶会></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：5名 ・担当職員：4名 ・外部講師：あり 	<p><お茶会(全12回)></p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・感染症対策として、茶道具の消毒、換気、距離の確保、道具の使い回しを避けるため、お点前は1人のみとし各自でお茶を点てるようにした。 ・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。今年度は花器に花を入れる体験を実施、花の選び方や生け方を学び、メンバーが楽しんで参加できるよう工夫した。
<p><音楽></p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均参加人数：4名 ・担当職員：2名 ・外部講師：あり 	<p><音楽(週1回。全33回)></p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・講師による音楽理論の講話や、連想ゲームや歌詞にメロディをつけるなどの作詞作曲づくりを通し、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。

ここまるタイム（ミーティング）＜全 40 回＞	
<ul style="list-style-type: none"> 平均参加人数：6 名 担当職員：4 名 外部講師：なし 	<p>◎ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 行事の企画運営をメンバー自身が担うことで主体性や達成感を得る。 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。 <p>◎内容および活動の概要</p> <ul style="list-style-type: none"> 各行事に向けた話し合い、作業等を行った。 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。 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。
自遊時間	
<ul style="list-style-type: none"> 平均参加人数：6 名 担当職員：1～2 名 外部講師：なし 	<p>◎ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 <p>◎内容及び活動の概要</p> <ul style="list-style-type: none"> 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。 パソコン部を設立し、月間プログラムやプログラムの参加者募集等のチラシ作成を行った。メンバー各々がパソコン作業に慣れ親しむ機会となり、技術の向上にもつながった。 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。 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。

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 2 年度年間行事実施状況＞

開催日	行事名	内容	参加人数
令和 2 年 6 月 5 日	メンタルヘルス スポーツフェス ティバル	<ul style="list-style-type: none"> 新型コロナウイルス感染症が拡大している状況に鑑み、大会が中止となった。 大会の中止については、感染状況を考慮して納得しているメンバーがほとんどであった。代替のプログラ 	-

		ムについては、書道、脳トレともに目新しい内容であったため、楽しんで参加している様子が窺えた。	
7月9日～ 10日	宿泊訓練	<ul style="list-style-type: none"> ・新型コロナウイルス感染症が拡大している状況に鑑み、宿泊訓練を中止とした。 ・2日間のプログラム内容について、ここまるタイムを用いてメンバー同士で話し合い、1日目は「かき氷作りとDVD鑑賞」、2日目は「アロマオイルを用いたルームスプレー・リップクリーム作りと仙台市障害者就労支援センターの講話」の代替内容を実施。 ・恒例行事の中止に落胆の声も聞かれたが、感染状況を考慮して納得しているメンバーがほとんどであった。メンバー主体でプログラムを組み立てたことで、準備段階から主体的に関わることができ、また職員としてもメンバーのニーズを把握する機会になった。 	-
10月9日	デイケア祭	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、メンバーの家族、クラブ活動講師、デイケアメンバーOBと周知を限定し開催した。来場者は30名で、各コーナーで楽しんでいる様子が見られていた。 ・展示、お茶会、感想アート、お土産の4つのコーナーを設けた。展示コーナーでは、メンバーが創作した作品や絵画を中心に展示し、メンバーが来場者へ作品の説明を行った。お茶コーナーでは、お茶会の様子を動画撮影し編集したものを再生し、クラブ活動内容を知ってもらう機会となった。感想アートでは、来場者に感想を書いた付せんを木を書いた紙に貼り作成し、来場者からの感謝等が綴られたメッセージがメンバーの達成感に繋がっていた。 ・メンバーが準備段階から主体的に活動することで連帯感が生まれ、達成感や充実感を得ていた。 	12名
11月27日	野外活動	<ul style="list-style-type: none"> ・バスで宮城県松島町に行き、円通院、松島離宮、西行戻しの松公園への見学、松島散策を行った。 ・メンバー同士が話し合い決定した「とにかく楽しく！」をテーマとし、行き先を決め調べる作業等、企画段階からメンバーが主体となって実施した。当日は出発前の司会、各コースの班長、点呼など役割を担って取り組んだ。 	13名

		<ul style="list-style-type: none"> ・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。 	
12月18日	仙台市精神障害者バレーボール大会	<ul style="list-style-type: none"> ・新型コロナウイルス感染拡大の影響により、上半期は体育館スポーツの実施は自粛したが、11、12月は体育館スポーツの回数を増やし、バレーボールの練習にあてた。 ・大会は新型コロナウイルス感染症の影響で2チームのみの出場となったが、体力に自信のないメンバーにとっては、むしろちょうど良い試合ペースとなった。 ・運動が苦手なメンバーも果敢にボールに向かっていき、運動神経の良いメンバーがフォローするなど、メンバー同士の交流を深める機会になり、チームワークを発揮できていた。 	6名
12月24日	忘年会	<ul style="list-style-type: none"> ・メンバーを中心に、内容や流れについて話し合い企画し、午前は調理と、ケーキの受け取りとDVDレンタルとに分かれて活動し、午後はDVD鑑賞とゲームとに分かれて実施した。 ・感染対策として、手洗い、手指消毒、マスク着用、換気、調理道具は共有しないこと、食事は会話をせず距離を置いてとること等を徹底して行った。 ・参加人数も多く、普段関わりの少ないメンバー同士で交流する機会となっていた。 	15名
令和3年 1月21日	新年会	<ul style="list-style-type: none"> ・実行委員メンバーを中心に話し合いを進め、内容を決定した。 ・当日は午前には書道とすごろく等のボードゲームを希望制で選択し、取り組んだ。午後は、今年の抱負や取り組みたいことをメンバーの前で発表した後、大崎八幡宮へ行き参拝した。今回のイベントを通し、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。 	6名
3月19日	春季パーティー	<ul style="list-style-type: none"> ・メンバー同士が話し合い決定した「お疲れ様、そしてありがとう～お世話になった人、もの、自分へ～」をテーマに、新型コロナウイルス感染症への対応策を事前にスタッフ内で検討した上で、メンバー同士の話し合いに臨めるようにした。 ・午前中はほめほめの木、午後は思い出写真上映会、感謝状渡し会、コミュニケーションゲームを実施した。 ・実行委員を中心に、係ごとに準備を行い、各々達成感を得られた様子だった。事前の準備を念入りに行ったことで、当日は穏やかに過ごすことができていた。 	8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（7月・9月・11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。
- ・新型コロナウイルス感染拡大の影響により、5月は中止とした。7月以降は、検温、マスク着用、消毒、換気、距離の確保を徹底し、対策を行いながら実施した。

<家族懇談会実施状況>

	実施日	内容	参加人数
1	7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）	7名
2	9月23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」	5名
3	11月25日	仙台市障害者就労支援センターによる講話 「就労に向けてどんな働き方があるか知ろう」	8名
4	2月24日	はあとぼーと仙台デイケアの先輩による講話	10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、8月、10月、1月）に年5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	0	0	0	0	0	0	0
電 話	11	7	0	0	0	2	2
計	11	7	0	0	0	2	2

- ・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7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2名である。
- ・相談内容は、生活報告が7件と一番多かった。
- ・多くは生活の中での困りごとや不安などを話し、解決されると終結した。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。

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

- ・家族懇談会を一回増やす兼ね合いで、ケース検討会は1回減らし年7回、2時間枠で実施した。
- ・研修報告会では、各々参加した研修での知識・技術を係全体で共有することができ、報告することで参加者の振返りにもなった。
- ・次年度プログラムの検討会を行った。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22日	デイケアの全体像を把握する（集団力動）①
6月24日	ケース検討「自身の価値観で人生の方向性を考えられず葛藤している女性のケース」 「外出への意欲に波があり集団への参加が困難なケース」
8月26日	ケース検討「ひきこもりがちな上に在宅ワークを希望しているケース」 「体調不良と親子関係を理由に将来への回避傾向が強い女性のケース」
10月28日	令和3年度デイケアプログラムの検討会
12月23日	デイケアの全体像を把握する（集団力動）②
1月27日	研修報告会
3月17日	ケースレビュー

⑦ 就労支援・社会参加コース説明会

就労支援・社会参加コースの広報、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・市内関係支所への開催案内の送付である。

〈実施状況〉

1. 令和2年12月21日 申込者2名 参加者1名

(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

疾患名	人数
うつ病	8
適応障害	2
双極性感情障害	2
気分変調症	1
強迫性障害	1
合 計	14

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	7
		その他	3
	公務員	事務職	3
離職者			1
合 計			14

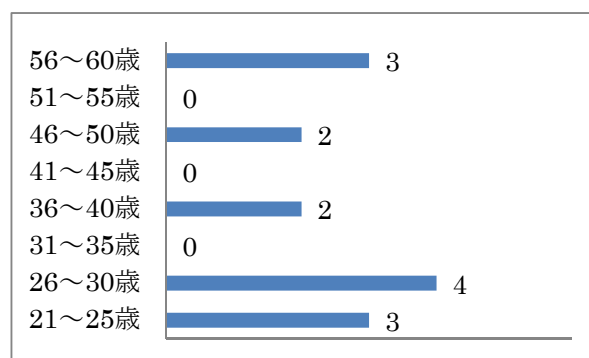
オ. 学歴

学歴	人数
大学卒	9
短大・高等専門学校卒	2
高校卒	3
合 計	14

キ. 家族状況

同居家族状況	人数
単身	6
親(+その他家族)	5
配偶者(+子)	3
合 計	14

イ. 年齢



平年齢は 37.6 歳。最年少は 22 歳、最年長は 57 歳である。

エ. 利用に至った経路

利用に至った経路	人数
医療機関	5
自ら(市政だより・HP)	2
家族の勧め	2
職場の勧め	5
合 計	14

カ. 紹介元医療機関

紹介元	人数
病院	7
クリニック	7
合 計	14

ク. 終了時状況(終了後 7 日時点)

在籍者 14 名のうち年度内の終了者は 10 名である。

終了時状況	人数
復職	1
ならし勤務	3
他機関(リワーク)移行	2
休職継続	4
合 計	10

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。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」「うつ病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。目標に合わせて「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。「活動記録表の振り返り」「ライフチャート作成・振り返り」「ストレスコーピング(終業後の過ごし方を中心に)」「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。
リラクゼーション (1～2回)	スタッフによる講話及び筋弛緩法などのリラックス法の体験、外部講師によるヨガを行う。
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等を要約し、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う。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学ぶ。
合同ゼミ (1～2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。平成31年度以降リワーク終了の方の他、在籍者にも声掛けしている。

<実施状況>

1. 令和2年8月28日 18時30分～20時00分
参加者数：OB 7名 在籍者0名 計7名
2. 令和2年11月20日 18時30分～20時00分
参加者数：OB 6名 在籍者1名 計7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47名に対して延べ51通を送付し35通(69%)の回答があった。

対象者はリワーク準備コース終了後6ヵ月、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	9	8	89%	5	2	1	-
1年後	12	9	75%	4	2	2	1
2年後	21	14	67%	10	2	2	-
3年後	9	4	45%	4	-	-	-

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年2回開催している。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>

1. 令和2年6月26日 参加者7名（うち同伴者4名）
2. 令和2年10月20日 申込者2名（うち同伴者1名）※個別にて対応

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
令和2年9月9日 13:00～17:00 会場：仙台市シルバーセンター 交流ホール	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 大類真嗣 講話2 「支援者へのメッセージ」 健康福祉局障害者支援課 主任 高橋智幸 氏 ピアサポーター1名 講話3 「当事者との出会い方」 東北福祉大学 准教授 志村祐子 氏	94名

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・宮城総合支所障害高齢課、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2年5月12日 10:00～15:00 会場：精神保健福祉総合センター会議室	講話1 「精神障害者保健福祉手帳及び自立支援医療（精神通院）の事務処理」 精神保健福祉総合センター 主事 黒田智子 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 主任 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 主任 高橋智幸 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 係長 佐藤大介 氏	30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2年11月20日 15:30～17:00 会場：エル・パーク仙台 セミナーホール1・2	「不登校児童生徒への支援 ～児童精神科医が語る、とらえと関わりのヒント～」 講師：仙台市精神保健福祉総合センター 所長 児童精神科医 林 みづ穂	96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 東日本大震災後こころのケア (P. 59～63)	震災後心のケア従事者研修会シンポジウム	5回 延 166名
	災害時メンタルヘルス研修会シンポジウム	56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. 65～69)	自殺対策ゲートキーパー養成講座	45名
	自殺対策専門職研修	98名
依存症関連事業 (P. 71～76)	依存症関連問題研修会	26名
	アルコール・薬物についての支援者向け 月末勉強会	8回 延 96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	138	0	99	111	42	390
アルコール・薬物	31	0	4	3	10	48
思春期・ひきこもり	8	42	5	0	17	72
被災者支援	209	0	0	0	2	211
自死関連	116	0	0	0	0	116
学生教育実習	0	43	0	0	0	43
精神科病院実地指導	0	0	0	0	17	17
その他	89	0	16	17	1	123
計	591	85	124	131	89	1,020

(2) 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	64
	宮城県自立支援協議会	2
医療観察法対象者支援関連 (P.56)	医療観察法適用者ケア会議	19
	宮城県医療観察制度運営連絡協議会(書面形式)	1
地域移行支援関連(P.56)	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.76)	薬物依存症地域支援者ネットワーク協議会	7
被災者支援関連(P.60)	各区被災者ケースレビュー	32
	みやぎ心のケアセンター運営委員会	2
	仙台市教育委員会 児童生徒の心のケア推進委員会	3

	仙台市教育委員会 児童生徒の心のケア支援チーム	2
ひきこもり関連 (P.79)	ひきこもり支援連絡協議会	11
その他	仙台市障害者施策推進協議会	3
	仙台市災害弔慰金制度委員会	2
	仙台市教育委員会 仙台市障害児就学支援委員会	4
	仙台市教育委員会 仙台市就学支援の在り方検討委員会	2
	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	6
	宮城県精神保健福祉協会理事会	4
	宮城県精神保健福祉審議会	1
	宮城 DPAT マニュアル検討会	1

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.69)	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 広報誌「はあとぼーと通信」の発行

発行	内容
<p><第 60 号> 令和 2 年 9 月発行</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・特集「あなたの身近な人はネットやゲームと上手に付き合えていますか？～ネット依存・ゲーム依存について～」 ・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 ・ここまるのゲートキーパー講座 ・イベント情報
<p><第 61 号> 令和 3 年 3 月発行</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・特集「東日本大震災後 10 年の節目として」 ・東日本大震災後 10 年の節目に ・震災後心のケアチーム活動報告 ・コロナ禍でこころの健康を保つために ・イベント情報 ～はあとぼーと仙台で主催した講演会やイベントを報告します～ ・お酒や薬物のことで困っていませんか？ ・ここまるのゲートキーパー講座 ・生活困りごとと、こころの健康相談 ・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 ・ここまるが Twitter を始めました

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。

令和2年10月より「ここまる」の Twitter を開設し、主催事業の案内やメンタルヘルス情報、デイケアの活動報告等を定期的に掲載して、精神保健福祉に関する普及啓発を行っている。親しみやすく温かい印象のキャラクター「ここまる」を通してツイートすることで、より一層の普及啓発を図ることを目的としている。

ここまるのプロフィール	
名前	つなぐま科・ここまる
誕生日	12月9日
特技	こころのキャッチボール
好きな食べ物	芋煮、お湯、スイーツ
好きなスポーツ	バドミントン
身長	ハート3個分
体重	ハートいっぱい
住んでいるところ	みんなの心の中にいるよ



(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」