

27. 美作地域におけるリカバリー志向を基盤とした コ・プロダクション(共同創造)の構築

- 中岡 恵理 (社会医療法人高見徳風会 希望ヶ丘ホスピタル)
定森 亘威 (社会医療法人高見徳風会 希望ヶ丘ホスピタル)
大畑 貴広 (旧所属 社会医療法人高見徳風会 希望ヶ丘ホスピタル・
現所属 国立療養所 長島愛生園)
芦田 和昭 (社会医療法人高見徳風会 希望ヶ丘ホスピタル)
菅原 明美 (美作大学 社会福祉学科)

【研究目的】

イギリスで発展してきた『リカバリーカレッジ』を、当該地域の精神保健福祉の専門職やその養成課程の教員・学生、また、精神保健福祉のユーザーや地域住民で共同して企画し、運営していく。その経過において、この活動に関わった人を対象にそれぞれのリカバリー志向性の変化や互いの関係性に及ぼした影響について調査し、明らかにする。

【研究の必要性】

国が精神保健福祉施策の改革ビジョンを提唱し、精神病床の削減と精神障害者の地域移行を目指すようになって、10 年以上が経過している。その間、精神科病院では退院促進の動きが活発になり、地域においては就労支援や生活支援の事業が確かに増えてきた。精神保健福祉分野における「リカバリー」という概念は、欧米よりはるかに遅れを取りながらも少しずつ浸透しようとしている。しかし、真の「リカバリー」がこの分野の専門職およびユーザーに浸透するには、従来の“治療”や“福祉”の枠組みや組織、ひいては地域全体の変革が必要で、そのためには臨床に携わる専門職自身、ユーザー自身、またその人達の相互の関係性や交流の在り方に着目する必要がある。アメリカを源流にして、英国で 2009 年に始まったリカバリーカレッジは精神疾患の体験を持つ当事者と精神保健福祉の専門職が互いの“専門性”を活かしながら共に運営しており、医療モデルでも福祉モデルでもない、教育モデルとして英国のリカバリー概念の浸透に寄与してきた。さらにそれらは、専門職と当事者とが対等で相互の立場を尊重しあうことを基盤とし、信頼関係を築き、それぞれの長所・持ち味を発揮しあう協働の取り組みを推進するコ・プロダクション(共同創造)モデルへと発展している。つまり、リカバリー概念の浸透が、地域レベルだけでなく、国家レベルでサービスの在り方自体の変革を起こしているのである。我が国においても、このような変革を起こそうとする仕掛けが必要で、とりわけ美作地域(岡山県北東部)のような一地方都市こそ、未だやってきていないリカバリー志向性への転換を受身で待っているのではなく、ユーザーを含む精神保健福祉に関わる全ての人たちで変革のための

実践を始めていかなければならない。この実践で、リカバリー概念の浸透が促進されれば、精神疾患を持つ方の地域移行や就労継続にも大きな良い影響が期待できるだろう。

【研究計画】

〈対象者〉①「リカバリーカレッジ」の企画運営スタッフ(精神保健福祉領域の専門職およびユーザー)

②「リカバリーカレッジ」の講座受講者

〈方法〉①「リカバリーカレッジ」の開講

②企画運営スタッフに対するアンケート調査の実施(開講前後)

③受講者に対するアンケート調査の実施(開講前後)

④アンケート結果の量的・質的分析

〈調査内容〉① リカバリーに対する意識調査

②専門職とユーザーそれぞれに、互いの関係性についての意識調査

③「リカバリーカレッジ」に対するニーズ調査

【実施内容・結果】

1. 実行委員会の組織と開講準備

2018 年度はリカバリーカレッジに関心を持つ美作地域の精神保健福祉領域の専門職およびそのユーザー、地域にある大学の福祉学科の学生の有志で『リカバリーカレッジみまさか実行委員会』を結成した。実行委員会では月に 1～2回の定例会を開催し、「リカバリーカレッジみまさか」の講座内容の検討や広報の方法、役割分担、運営方法などについて協議した。それと同時に、互いにリカバリーカレッジの意義について話し合ったり、この取り組みで目指していることを共有したり、リカバリーストーリーを発表し合うグループワークを実施するなど、リカバリー志向性の高い取り組みとなるよう方法論についての検討だけではなく、理念の共有にも力を入れた。また、リカバリーカレッジの重要な要素であるコ・プロダクション(共同創造)を基盤とした運営になるよう、話し合いやグループワークの運営においても専門職とユーザーがチームになって事前に打ち合わせをして企画を考え、ペアで司会をするなどの工夫を欠かさないようにした。

2. 体験講座の開催

「リカバリーカレッジみまさか」の開講が 2019 年春と決定したのち、地域の方々にリカバリーカレッジについて知ってもらうために、2018 年 12 月には 1 日体験講座を開催した。この体験講座では①『リカバリーカレッジとは』（必修科目）、②－1『RC みまさか演劇部』、②－2『私のトリセツ』（選択科目）、③『フットサル講座』を準備し、地域から参加された 11 名の方々とともに講座担当以外の実行委員とともに学び、受講体験をした。体験後に行ったアンケートの結果を見ると、多くの参加者がリカバリーカレッジについて「よかった」と評価しており、「受講したい」という意見も多く見られた。実際、体験講座に参加された方の約半数の方は本講座への参加申し込みをしている。

3. 「リカバリーカレッジみまさか」の開講

2019 年 4 月中旬、「リカバリーカレッジみまさか」を正式に開講し、6 月末までの約 2 か月半で全 11 講座（計 26 時数）を準備したところ、計 26 名の参加があった。参加者の多くは美作圏域の精神保健福祉のユーザーだったが、県外を含む遠方からの参加者もいた。また、精神保健福祉のユーザーだけではなく日頃は支援する側の立場にある専門職やユーザーの家族、また精神保健福祉に関わりのない方の参加もあったが、基本的には所属や立場について申し込みの時点であえて問うことはせず、立場に関わらず一市民として各自のリカバリーについて学ぶ機会となることを意識した。開講講座は表1の通りである。

講座名	時数
リカバリーカレッジとは（必修科目）	1
ディープなリソースマップ	3
自分のトリセツ	2
ジブン研究	3
セリフがいない演劇部	4
コミュニケーション講座	2
見せる？いや魅せる！ファッション講座	2
蹴ってみる？みる！フットサル講座	2
WRAP（元気回復行動プラン）	3
ヨガ de リフレッシュ	2
This is my リカバリーストーリー	2

表1. リカバリーカレッジみまさか 2019 講座一覧

講座内容については、実行委員会の中で専門職およびユーザーの両方から自由に意見を出し合い、多くの時間を使ってグループワークや協議を重ね、実行委員全員で決定した。また、講座担当者もできるだけ様々な立場の方が協力し合えるように工夫したが、基本的には専門職・ユーザーのどちらも各自の体験や強みを活かして講座を運営できることを大切にしている。どの講座も、座学の講義よりもグループワークによる意見の分かち合いや体験を重視し、それぞれが自身の経験を活かしながら互いのリカバリーについて学び合えるように工夫して実施した。

期間の開始時と終了時には、それぞれ開講式と修了式を実施し、リカバリーカレッジを受講するにあたっての目標や感想などもその場にいる受講生同士および実行委員と共有するようにした。また、受講前後に受講生と実行委員の両方にアンケートを行い、各講座の参加後にも感想を問うアンケートを行った。受講前後のアンケート結果からは受講生においては、“健康への積極性”が高まり、“孤独感”が軽減されたとされる有意な結果が得られ、実行委員についてはセルフコンパッション尺度における“自分へのやさしさ”が有意に高まったとされる結果が得られた。また、各講座のアンケートには学んだ内容に関してのみならず「一人ではできないことが、みんなと話し合うことでできた」、「自分のことを喋れてよかったし、人の体験も聞けてよかった」、「自分のことが知れた」、「友達ができてよかった」といった講座を体験したことへの肯定的な評価が多く記載されていた。受講生や実行委員に対しての振り返り調査では、「水平な立場で取り組むことができた」、「講座を運営する側にとっても、自身のリカバリーについて考える機会になった」、「自身の経験を語ることで自分のことを大切に思う心を取り戻すことができた」、「はじめはやや受け身な参加の仕方だったが、次第に主体的に携わるようになった」、「リカバリーを実感した」といった意見が得られている。

【考察と今後の課題】

「リカバリーカレッジみまさか」は、美作圏域の精神保健福祉の専門職とユーザー、福祉を学ぶ大学生が立場を超えて、協働で運営を行った。そのための工夫としてユーザー、学生、専門職を問わず意見を出し合いながら講座内容を検討し、分担してそれぞれの役割を担うようにしたこと、実行委員会の会議の場を含む様々な場面で“呼ばれたい名前”で呼び合い、日常の支援する側—される側の関係性ではなく、対等な関係性を常に意識したことが挙げられる。専門職主導でニーズを把握して、プログラム構成を考えてきたこれまでの医療や福祉の枠組みとは異なり、ユーザーの意見やこれまでの経験を重視して講座内容を決め、一つ一つの講義の中でも学問的な知識の向上よりも経験的な学びを重視していることも、リカバリーカレッジの特徴と言える。コ・プロダクション（共同創造）の姿勢を崩さないよう、どのような意見もないがしろにせず、実行委員も受講生も安心して学び、自分の体験を語り合える場づくりには特に力を注いだ。このようなプロセスがあったからこそ、リカバリー志向性や主体性が高まり、互いのことだけではなく自分自身のことを尊重する気持ちが増すという結果に繋がったものと思われる。

本格的にリカバリーカレッジを開講し、1年間の準備期間と2ヵ月半の実施期間という短い期間であるが、実行委員として携わった人々には多くの学びや気づきが得られている。次期開講に向けて実行委員も再編成され、2019年春に受講生として参加していたユーザーなど新しいメンバーも加わり、真のリカバリーを目指したコ・プロダクション(共同創造)の取り組みとなるよう活動を開始しているところである。一方で、2019年春の取り組みから、少なからず課題も見えてきた。継続してこそ意義がある、このような取り組みは、より地域に浸透したものにしていかなければならない。そのためには、活動のための資金や拠点となる場所、また精神保健福祉分野以外の立場からの理解や実質的な支援、協働者も必要となってくる。広報の方法や他の国内のリカバリーカレッジ実施団体との繋がり、相互のフィデリティ評価やスーパービジョンを受けながらの実施も重要であろう。加えて、現段階では実行委員の多くが、それぞれに仕事や生活上の多忙さ、精神的な困難など様々な事情を抱えながらの取り組みであることにも配慮しながらの活動となることも課題と言える。これらを解消していくためにも、今以上にこの地域でのネットワークを広げて、この取り組みへの理解者、協力者を増やしながら、今後誰もが住みやすい地域づくりを意識して、メンタルヘルスについて主体的に学べるリカバリーカレッジの取り組みを継続していきたい。

【参考文献】

宮本有紀ら 2019 リカバリーカレッジの理念と実践例(リカバリーカレッジ ガイダンス) 日本医療研究開発機構(AMED)障害者対策総合研究開発事業 精神障害分野 「当事者を含めた多職種によるリカバリーカレッジ運用のためのガイドラインの開発」

【経費使途明細】

使 途	金 額
研修費(会議2名分旅費・勉強会2名分参加費)	148,160 円
印刷費(パンフレット・申し込み用紙・調査票)	46,429 円
講座実施用会場費および備品使用料	53,000 円
外部講師謝金	25,000 円
物品費	19,568 円
通信費(パンフレット郵送費)	8,970 円
合 計	301,127 円
大同生命厚生事業団助成金	300,000 円