

コロナ禍でメンタルヘルスを思う

日本デイケア学会第25回年次大会 大会長 西脇 健三郎
医療法人志仁会西脇病院 理事長・院長

社会に未曾有の混乱と不安をもたらした今回の新型コロナウイルス禍は、社会、経済の停滞と疲弊とともに、人の心に荒廃を招くなど、メンタルヘルス(精神保健)にも影響を与えている。私は、そのための「治療、回復のための切れ目ない支援体制の整備が不可欠だ」と訴えたい。

当院では、今年3月末から、「相談」「外来」「入院」の項目別に新型コロナ関連の精神疾患の動向をまとめている。まだコロナ禍の8月現在、コロナ禍が直接的に影響したと推測される患者数は大きく伸びていない。だが、自然災害時にも見られるが、今後2、3年のうちに急増する。とくに今回は、医療従事者、介護職、そしてエッセンシャルワーカーと呼ばれる人たちが気がかりだ。その使命感が強ければ強いほどうつ病やもろもろの依存症といった精神疾患に罹患することが懸念される。

現在の精神疾患は、大きく二つの流れに分けられる。一つは統合失調症で、戦後しばらくはこの患者がほとんどを占めていたが、現在は激減。代わって、新たに台頭してきたのが、うつ病とアルコールやギャンブルなどの依存症である。

精神疾患は今やがんや脳卒中などと並ぶ五大疾病の一つに数えられるほど、その割合は増えているものの、現在の精神医療は、「こうした疾病構造の変化に対応できていない」。

その原因について「精神科医がうつ病もだが、もろもろの依存症の的確な診断と治療のすすめ方を身に付けて

いない」と指摘したい。近年、同院に他の精神科や心療内科からの紹介で受診する依存症患者の6割以上が依存症以外の診断名で治療が行われていた。また、当院に何とか受診してきた患者(依存症者)は、他の精神科や心療内科を掲げる医療機関で「門前払い」、「まともに相手にされず、治療が中断」のケースが少なくない。特に、プライドなどから自分の病を受け入れられない「否認」の問題を抱える依存症を治療につなげるのは難しい。そのために臨床の実践知が問われ、経験豊富なノウハウが重要となる。

このコロナ禍、そしてこれから、とプライド「否認」について考察を加えてみると、「社会活動の停滞、コロナ国債、今後の経済に対する影響が著しいことは多くを語る必要はない。国民の多くは、そんな現状、未来の経済的な課題のみでなく、彼らがこれまで培ってきた誇り、プライドも打ち砕かれている。そんな状況から立ち直るのは容易ではない」といっていいだろう。「そこで立ち直りがかなわなかったり、または克服するのに多くのエネルギーを要する場合、`喪失、あるいは`燃え尽き、からうつ病、もろもろの依存症に陥るのは自明のことだ」。そして、「その先の自殺が…」その対策は急務である。

このような状況下、来年の日本デイケア学会もオンラインを活用した運営が求められている。

一つ、これを機に運営のみでなく、学会内容も疾病構造の変化を踏まえた新たな進化を目指したいものである。

新型コロナウイルス感染症がデイケアに及ぼす影響とデイケアの在り方を共有する

日本デイケア学会 理事長 原 敬造

新型コロナウイルスの感染拡大により、デイケアは大きな影響を受けている。日本デイケア学会においても本年度の長崎大会を延期せざるを得なかった。大会を準備して下さった皆様の努力は無駄になることはないと確信している。西脇健三郎先生をはじめ実行委員の皆様、発表を準備して下さった皆様には、延期した大会で力を発揮されることを願う。

さて新型コロナウイルス感染症の拡大の状況下において、デイケアの利用者は大幅に減少し、感染のリスクの高まりの中で休止や縮小を余儀なくされている施設もある。また利用者やスタッフが感染した施設もあるなどデイケアは大きな影響を受けている。

このような感染のリスクの高まりの中であっても、利用者のQOLの改善と社会参加の機会を確保・拡大していくためにも細心の注意を払いデイケアを続けていく必要がある。

施設における感染症対策について

日頃から感染症対策は取っているが、新型コロナウイルス感染症では、細心の注意が必要である。マスク着用・検温・消毒・問診（体調確認や県外移動状況の確認等含む）やソーシャルディスタンスの確保（座席の調整等）は当然のことであるが、院外活動の制限なども現状ではやむを得ない状況である。

受付など対面する場所にはビニールカーテンなどにより飛沫を防止し、院内では多人数集まらない、一緒に食事をとらないなどの配慮が必要である。また、デイケア利用者や、外来患者の出入口を区別するなどのゾーニングも可能な限り実施する。

デイケアにおける感染症対策について

デイケアでは、マスク着用（用意できない場合は作る）・検温・手洗い・消毒（手指・物品）・換気などの対策は当然のことであるが、三密対策としては、座席の調整や、外来患者や院内のデイケアスタッフ以外となるべく接しないよう受付方法や受付場所の変更、施設開放時間などに配慮が必要である。

外出プログラムや外部実習など外部との接触があるもの、人が多く集まるプログラム、同行支援などが制限や変更を余儀なくされる。

昼食時は、向かい合わせにならない、共用の食器は使わない、水分補給の際は紙コップ使用するなどの配慮も必要である。

プログラム終了後は、施設内の消毒も欠かせない。

プログラムにおける工夫について

感染予防のため、プログラムの実施に当たっては、内容と実施方法を変更するなどの工夫を要する。

例えば、“スポーツ”などは室内施設を利用せず、屋外施設を利用する、“映画鑑賞”も映画館の利用を中止し、院内で「DVD鑑賞」を実施する、“食事会”は外食を中止し、人数制限を設け院内で実施する、カラオケや合唱などは飛沫を避ける配慮をして実施する、すべてのプログラムにおいてソーシャルディスタンスに配慮する。

デイケアでは、様々なグループ活動を行っている。とりわけグループセラピーは特に密になりやすいので細心の配慮が必要である。メンバー全員にマスクの着用を徹底し、約2mの間隔を開け互い違いに座席を配置するなど飛沫に注意しながら実施し、状況に応じて人数を制限し、密集・密接を回避するような配慮も必要である。

新型コロナ関連の学習にも取り組む必要がある。新型コロナウイルスに関する知見は日々更新されており、学習内容も日々更新する必要がある。

スタッフの動きや配置における工夫について

スタッフは、感染予防の徹底に留意し行動する、メンバーの感染予防に配慮した行動をとり、プログラムや昼食時などメンバーが三密にならないように意識的に行動する、スタッフ間の食事時間や休憩時間を調整し、スタッフが三密にならないようにする、共有部分の消毒や換気を定期的におこない、個別面接では換気に注意し密にならないよう配慮する。

この状況下でデイケアを継続するにあたって

デイケアの目標は明確である。新型コロナ感染症の流行によって、中断があってはならない。デイケアの利用者や家族は、感染の広がりにより不安を強め、利用を控える傾向にあるが、通所時や日常生活での感染症予防対策などについて、本人と家族を交え話し合うことによって不安の解消に努めることも必要である。

三密を防ぐためプログラムを行うことで制限が多く、楽しみや新たなことに挑戦する機会など「やりたいこと」をプログラムに反映できにくい状況ではあるが、感染症対策を取りながら、新たにプログラムを開発していく必要もある。また、通信機器を利用したグループワークなどにも挑戦していく必要がある。

WHOは新型コロナが終息するまでに10年程度はかかるとの見解を示している。新型コロナの影響によりデイケアの必要性が損なわれるわけではないが、感染症を見据えた新たなデイケア活動を模索する必要がある。

デイケア 西から東から、北から南から…

手作業を通して見えてくるもの

松下 恵

介護老人保健施設つかまの里は長野県松本市の市街地からほど近く、古くからの農地に囲まれた場所に位置しています。施設周辺からは三千メートル級の山々が連なる北アルプス、美ヶ原などがある筑摩山地を一望でき、雄大な自然を堪能できる恵まれた環境です。定員は入所八十名、通所五十名で、理学療法士・作業療法士合わせて十名のリハビリスタッフがご利用者の心身機能の維持向上を目指し、日々の業務に当たっています。

当施設のご利用者様は農家出身の方が多く、この素晴らしい松本の地で仕事をし、現在も生活している方がほとんどです。住み慣れている土地やご自宅に思い入れがあり、出来る限り長く在宅生活を続けたいと思っっている方が多いと思います。私は通所リハビリテーション専従の作業療法士として、ご利用者が自分らしく在宅生活を長く継続出来ることを目標の一つにしています。そんな中、以前より作業療法の一つとして、身体機能だけでなく精神機能に対しても良い影響がある手作業に興味がありました。手作業は取り組むことで達成感や充足感を得ることが出来る活動です。そこで、手作業の提供により達成感や充足感を通して、ご利用者の自分らしい在宅生活を送るための手助けをしていきたいと考えました。

実際に始めてみると若い頃に手芸や編み物をしていた方も多く、ご利用者様にとって馴染みやすい活動であると感じました。しかし、現在も自宅で手作業を行なっている方がいらっしゃる一方で、ほとんどの方は材料の調達が困難なことや認知機能の低下など、様々な理由により自宅での手作業が難しいことにも気づきました。そこで以前のように好きな作業が出来ない方や新しいことに挑戦したい方など、多様なご利用者が楽しみながら参加できるように工夫をしました。材料

は端切れや牛乳パック、貝殻など、用意しやすい物を使用し、自宅での手作業の参考になればと考えました。また、ご利用者様の中には片麻痺の方や巧緻動作が困難な方もいらっしゃるため、全員が参加出来るように難易度の調整を行ないました。そのような中で片麻痺の方が文鎮を使用し、片手でハサミを操作しながら器用に手作業に取り組む姿を見ることがあります。また、認知機能の低下をきたし表情が乏しい方に、手作業を進めるうちに表情の変化が見えたり、「昔は着物も子供服も全部手縫いで作っていたの」など、懐かしい記憶が蘇り、昔話に花が咲くこともあります。手作業を通じて、ご利用者様の普段とは違う一面や笑顔を見ることが多くあり、とてもやりがいを感じています。作品と一緒に作り上げていく中で、ご利用者様との関係性やご利用者様自身の変化を身近で感じる事が出来る点も面白味があります。

毎年、ご利用者様の作品は地域の公民館で行なわれる文化祭に展示をさせて頂いており、地域の方にも当施設の取り組みを知って頂ける良い機会になっています。ご利用者様には自分の作品を見せる喜びを感じてもらえ、作品作りを続けるモチベーションになっているのではないかと思います。

今後の展望は、手作業をご自宅でも続けられることを目指していきます。また、ご利用者様の中には長年手作業に取り組んできた方や手芸の講師を務めていた方もいらっしゃいます。そうした方に講師となって頂き、ご利用者様同士の交流を図ることが出来ればと希望を膨らませています。私は手作業をご利用者様の変化や過去との繋がり、現在の能力、さらには希望が見える素晴らしい活動だと感じています。

(社会福祉法人国際保健支援会 介護老人保健施設つかまの里 作業療法士)

日本デイケア学会入会申込みについて

日本デイケア学会は、デイケアの発展と向上を意図し、学術研究の促進と会員相互の交流の推進を目的に、平成8年に研究会として設立され、その後平成10年に学会に名称変更され、現在約1,000名の会員がおり、精神科デイケア、高齢者デイケア・デイサービスの分野で業務に従事している方が大部分を占めております。

1. 入会申込書 下記入会申込書にご記入の上、FAX か郵送で下記事務局までお送りください。

2. 入会金および年会費

正 会 員：入会金 1,000円 + 年会費 8,000円

団体会員：3名までは、入会金 5,000円 + 年会費 20,000円(登録者名の変更は適宜可能)

(3名を越えるときは、1名につき年会費 5,000円を加算してください)

振 込 先：郵便振替 名称：日本デイケア学会 口座番号：00170-8-167337

3. 資格(会則の一部を引用します)

正会員は、医療、保健、福祉、教育等の分野において、デイケアおよび関連業務に従事または従事しようとする個人で、本会の目的に賛同し会費を納めるものとする。

団体会員は、デイケア業務をおこなう団体、施設、法人等で、本会の目的に賛同し会費を納めるものとし、一定数のデイケア従事者を登録することができる。

4. 事務局 〒113-0033 東京都文京区本郷2-17-13 広和レジデンス2F (有)エム・シー・ミュージズ内

日本デイケア学会事務局

TEL & FAX : 03-3813-6368

E-mail : info@daycare.gr.jp URL : http://www.daycare.gr.jp

----- キリトリ線 (ご記入いただき、郵送あるいは FAX で事務局までお送り下さい。) -----

入会申込書

(正会員用)

申込日 令和 年 月 日

氏名		性別	男・女	生年月日	T・S H	年	月	日

職種		所属先名称 (勤務先)	
----	--	----------------	--

所属先所在地	〒	電話番号	()
--------	---	------	-----

(団体会員用)

団体名		代表者	
-----	--	-----	--

所在地	〒		
-----	---	--	--

種別		TEL	()	FAX	()
----	--	-----	-----	-----	-----

会員登録(計 名) ※会員登録される方を下記に記して下さい。

氏名	フリガナ	氏名	フリガナ
氏名	フリガナ	氏名	フリガナ