2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

成人期発達障害のﾃﾞｲｹｱ･ｼｮｰﾄｹｱ

障害特性と課題の解決に向けて

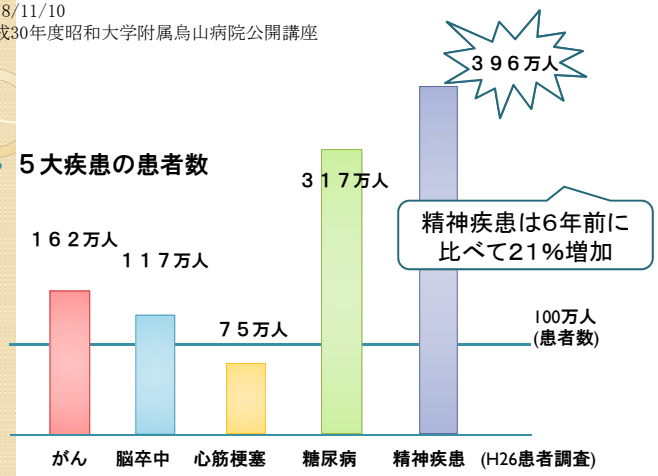
佐賀信之

昭和大学医学部精神医学講座　兼任講師
昭和大学附属烏山病院 医師,医学博士

まずは、精神科疾患の特徴から「デイケア」なるものの意味を考えていきましょう。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

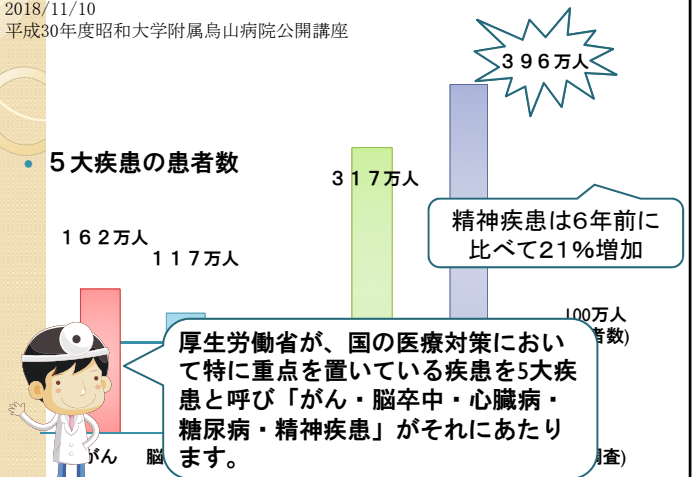
- ５大疾患の患者数



精神疾患は6年前に比べて21％増加

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

- ５大疾患の患者数



精神疾患は6年前に比べて21％増加

厚生労働省が、国の医療対策において特に重点を置いている疾患を5大疾患と呼び「がん・脳卒中・心臓病・糖尿病・精神疾患」がそれにあたります。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

精神疾患全般の特徴

- 仕事や勉強、身の回りの事ができなくなったり、日々の生活そのものができなくなる事がある
- 会社を首になったり、学校を退学する事になったり、病気になることが人生に大きな影響を与えることがしばしばある。
- 自分が病気であることが分からないことがある（病識・病感がない）
- 病気の根本的な原因がハッキリ分かっていない事も多い

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

精神疾患全般の特徴

- 糖尿病や高血圧のようにずっと付き合い続ける病気が多く、治療に長く時間がかかることが多い
- 社会に戻るのに、家族や医療、介護、福祉などの継続的なサポートが必要なことが多い

そして、病気や障害によって失った自信や勇気やヤル気は薬だけでは、必ずしも取り戻せません。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

精神疾患全般の特徴とデイケア

- 糖尿病や高血圧のようにずっと付き合い続ける病気が多く、治療に長く時間がかかることが多い
- 社会に戻るのに、家族や医療、介護、福祉などの継続的なサポートが必要なことが多い
- 社会生活機能の回復をめざし、個々の患者に応じたﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑに従ってｸﾞﾙｰﾌﾟごとに治療するのがデイケア。

薬だけでは得られないものを見つけるために、精神科にはリハビリテーション施設である「デイケア」というものがあります。

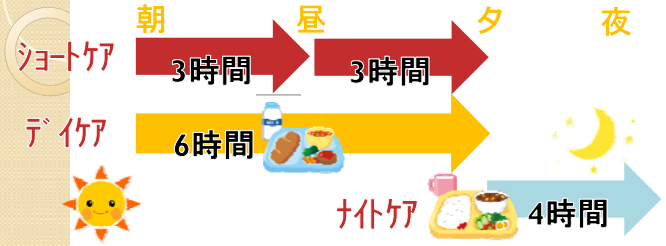
2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

「デイケア」は直訳すると「昼間のケア」という事になりますが、昭和49年に初めて制度化されたのが、昼間6時間を精神科のリハビリなどしながら過ごすやり方。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

午前または午後の半日のみの参加ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑを「短いデイケア」ということで平成18年に「ショートケア」という仕組みができました。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座



烏山病院ではやってませんが、夜の時間を過ごす「ナイトケア」や、朝から夜まで10時間を過ごす「デイナイトケア」という仕組みがある病院もあります。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

精神科デイケアとは

- 社会生活機能の回復をめざし、個々の患者に応じたﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑに従ってｸﾞﾙｰﾌﾟごとに治療するもの。
- 日中６時間のものを「デイケア」
- 日中３時間のものを「ショートケア」

ここまでは、一般的な説明ですが、烏山病院のデイケア・ショートケアには、時間の長さ以外の特徴があります。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

烏山病院のデイケア

- 生活支援ｺｰｽ(週2～)と就労支援ｺｰｽ(週3～)
- 1日70人前後が参加する規模の大きなﾃﾞｲｹｱ
- 参加ﾒﾝﾊﾞｰの半数以上が発達障害圏
- 障害特性を共有/共感できるﾒﾝﾊﾞｰ仲間が多い
- 時間を過ごしたり対人関係を作ってゆく練習の場
- 障害特性を前提とした個別ｻﾎﾟｰﾄ

ﾍﾞｰｽの疾患が違うと、苦手な事も違ってきます。例えば、統合失調症の方は社会性が高いので、統合失調症の方ばかりの環境だと発達障害の方が孤立しかねない事も…

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

烏山病院のデイケア

過ごす
レクリエーション
（自由に過ごす）
集中タイム（集中して過ごす）

趣味
手工芸，散歩，調理，
軽スポーツ，英会
話教室，陶芸，書道，
ガーデニング，
フットサル

企画実行する
デイケア向上プログラム
お楽しみ会
プロジェクトK
委員会活動

心理教育
認知行動療法
疾病別ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ

交流
ｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝｽﾞ（同じﾒﾝﾊﾞｰでﾚｸﾘｴｰｼｮﾝを一緒に行い交流する）
奉仕活動

実践技能
パソコン講座
就労準備
大人の作法

プログラムは色々。無理のない過ごし方からスタートを

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

烏山病院のショートケア

●先程のﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑを半日やって帰ってもいいのですが…

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

烏山病院のショートケア

●「ASD」「ADHD」の各々の専門プログラムがある
●それぞれ平日開催ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑと、土曜開催ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑがある

やはり当院のウリは、ASDとADHDの疾患別ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑなのです。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

烏山病院のショートケア

●「ASD」「ADHD」の各々の専門プログラムがある
●それぞれ平日開催ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑと、土曜開催ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑがある

ASDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑは他の病院にもお願いしてかなり増えてきましたが、ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑを行う所はまだ多くはありません。(疫学的にはADHDの方のほうが多いのですが)

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

烏山病院のショートケア

- 「ASD」「ADHD」の各々の専門プログラムがある
- それぞれ平日開催ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑと、土曜開催ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑがある

同じ発達障害圏でもASDｸﾞﾙｰﾌﾟとADHDｸﾞﾙｰﾌﾟは、雰囲気がかなり違います。この2つを別々にする事で、得られる物の密度が上がります。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

烏山病院のショートケア

- 「ASD」「ADHD」の各々の専門プログラムがある
- それぞれ平日開催ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑと、土曜開催ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑがある

また、同じﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑを、土曜・平日で開催していますが、就労者・非就労者等の背景と、障害ﾚﾍﾞﾙの重/軽が分離して、ﾒﾝﾊﾞｰ同士の話題の共有がしやすくなりました。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

ASD/ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑについて

- 対象
  ﾃﾞｨｽｶｯｼｮﾝが出来る程度の言葉のやり取りが出来る方
  ｸﾞﾙｰﾌﾟに混ざって過ごす事が可能な方
- ﾒﾝﾊﾞｰの特徴
  幼少時には問題が顕在化していなかった。
  就職等ﾗｲﾌｽﾃｰｼﾞの変化によって問題が顕在
  成人になってから受診・診断がついた方が多い

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

ASD/ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑについて

- 目的
  同じ悩みを共有できる人の存在を実感する
  自分の特性や自分自身についての洞察を深める
  生き易くなる為のスキルの存在を知り習得する

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

ASD/ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑについて

●プログラムの構造

講義・実践

- 障害特性の知識
- 心理療法の学習
- 対人関係
- 会話技術
- 社会のルール

ﾃﾞｨｽｶｯｼｮﾝ

- 悩みの共有
- 対処法の検討
- 他のﾒﾝﾊﾞｰからの学び

参加メンバーは10名程度。2名以上のｽﾀｯﾌが司会進行をします。内容はADHDの方がﾃﾞｨｽｶｯｼｮﾝの比率が高く、ASDの方がｽｷﾙの学習の比率が高くなっています。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

ASDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ

第1回 自己紹介・オリエンテーション	第11回 頼む／断る
第2回 コミュニ―ションとは？	第12回 社会資源
第3回 あいさつ／会話を始める	第13回 相手への気遣い
第4回 障害理解／発達障害とは	第14回 アサーション
第5回 会話を続ける	第15回 ストレスについて
第6回 会話を終える	第16回 ピア・サポート②
第7回 ピア・サポート①	第17回 自分の特徴を伝える①
第8回 表情訓練／相手の気持ちを読む	第18回 自分の特徴を伝える②
第9回 感情のコントロール①（不安	第19回 感謝する／ほめる
第10回 感情のコントロール②（怒り）	第20回 卒業式／ふり返り

「大人の自閉症ｽﾍﾟｸﾄﾗﾑのためのｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ・ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ・ﾏﾆｭｱﾙ」2376円
「大人の自閉症ｽﾍﾟｸﾄﾗﾑのためのｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ・ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ・ﾜｰｸﾌﾞｯｸ」1080円
星和書店
成人期発達障害者のためのデイケア・プログラム」に関する調査について
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000099378.html

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

ASDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ

第1回 自己紹介・オリエンテーション	第11回 頼む／断る
第2回 コミュニ―ションとは？	第12回 社会資源
第3回 あいさつ／会話を始める	第13回 相手への気遣い
第4回 障害理解／発達障害とは	第14回 アサーション
第5回 会話を続ける	第15回 ストレスについて
第6回 会話を終える	第16回 ピア・サポート②
第7回 ピア・サポート①	第17回 自分の特徴を伝える①
第8回 表情訓練／相手の気持ちを読む	第18回 自分の特徴を伝える②
第9回 感情のコントロール①（不安	第19回 感謝する／ほめる
第10回 感情のコントロール②（怒り）	第20回 卒業式／ふり返り

説明と実践という部分に比重がおかれた内容で、ﾘﾗｸｾﾞｰｼｮﾝも含めて運用方法が詳細にﾏﾆｭｱﾙ化されています。

ﾆｭｱﾙ」2376円
ｸﾌﾞｯｸ」1080円
星和書店
る調査について
0000099378.html

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

ASDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ

これは非言語的な情報の発信についての単元です。行われる事がﾜｰｸﾌﾞｯｸとして可視化されているので、参加者にもついていき易いかも。

ﾆｭｱﾙ」2376円
ｸﾌﾞｯｸ」1080円
星和書店
る調査について
0000099378.html

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

ASDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ

「大人の自閉症ｽﾍﾟｸﾄﾗﾑのためのｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ・ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ・ﾏﾆｭｱﾙ」2376円
「大人の自閉症ｽﾍﾟｸﾄﾗﾑのためのｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝ・ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ・ﾜｰｸﾌﾞｯｸ」1080円
星和書店
成人期発達障害者のためのデイケア・プログラム」に関する調査について
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000099378.html

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ

第1回 オリエンテーション/アンケート
第2回 ADHDを知る
第3回 認知行動療法/自動思考/認知再構成法
第4回 不注意/ディスカッション
第5回 不注意/計画性・時間管理
第6回 不注意/忘れ物
第7回 多動性/ディスカッション
第8回 衝動性/ディスカッション
第9回 衝動性/金銭管理
第10回 ストレス対処法/気分転換
第11回 対人関係（家族/職場）
第12回 まとめと振り返り/アンケート

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ

第1回 オリエンテーション/アンケート
第2回 ADHDを知る
第3回 認知行動療法/自動思考/認知再構成法
第4回 不注意/ディスカッション
第5回 不注意/計画性・時間管理
第6回 不注意/忘れ物
第7回 多動性/ディスカッション
第8回 衝動性/ディスカッション
第9回 衝動性/金銭管理
第10回 ストレス対処法/気分転換

ADHDｸﾞﾙｰﾌﾟは、ﾃﾞｨｽｶｯｼｮﾝ中心となっており、あまりｶｯﾁﾘとしたﾏﾆｭｱﾙはありません。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ

第1回 オリエンテーション/アンケート
第2回 ADHDを知る
第3回 認知行動療法/自動思考/認知再構成法
第4回 不注意/ディスカッション
第5回 不注意/計画性・時間管理
第6回 不注意/忘れ物
第7回 多動性/ディスカッション
第8回 衝動性/ディスカッション
第9回 衝動性/金銭管理
第10回 ストレス対処法/気分転換

メンバーさんは皆さんお話しをするのが好きな為、沈黙が生じる事はあまりなく、スタッフは話が脱線しないように注意しています。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

× ASD/ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑについて

●プログラム後について

ASDは全20回、ADHDは全12回でプログラムは修了してしまいます。

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

- CAARS（自己評価）　ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ参加者19名（8割以上の参加）
  - 「不注意／記憶の問題」「DSM-IV不注意型症状」得点が有意に低下

	得点(n=19)			
	Pre(SD)	Post(SD)	*p*	
A:不注意	75.4(11.9)	71.8(13.0)	0.009	**
B:多動性	66.9(13.5)	65.3(14.8)	0.306	
C:衝動性	72.9(14.1)	69.9(14.3)	0.139	
D:自己概念	64.2(8.9)	65.3(11.8)	0.359	
E:DSM 不注意	77.5(12.8)	73.5(13.9)	0.018	*
F:DSM 多動性	71.0(15.4)	71.4(15.5)	0.783	
G:ADHD 総合	76.9(14.0)	74.7(14.1)	0.080	
H:ADHD 指標	75.4(10.1)	74.1(10.5)	0.276	

*$p<0.05$, ** $p<0.01$

成人期注意欠如多動性障害者に対する心理社会的支援プログラムの効果検証
横井英樹　五十嵐美紀

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

- STAI　ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ参加者19名（8割以上の参加）
  - 状態不安（その時の不安）、特性不安（慢性的不安）ともに有意に低下

	STAI 得点(n=18)			
	Pre(SD)	Post(SD)	*P*	
状態不安	55.1(12.6)	50.1*(12.9)	0.030	*
特性不安	65.0(9.7)	59.4*(11.5)	0.015	*

*$p<0.05$

成人期注意欠如多動性障害者に対する心理社会的支援プログラムの効果検証
横井英樹　五十嵐美紀

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

- STAI　ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ参加者19名（8割以上の参加）
  - 状態不安（その時の不安）、特性不安（慢性的不安）ともに有意に低下

	STAI 得点(n=18)			
	Pre(SD)	Post(SD)	*P*	
状態不安	55.1(12.6)	50.1*(12.9)	0.030	*
特性不安	65.0(9.7)	59.4*(11.5)	0.015	*

*$p<0.05$

同じような困難を抱えた仲間と出会う事によって孤独さが減るのかもしれません。

成人期注意欠如多動性障害者に対する心理社会的支援プログラムの効果検証
横井英樹　五十嵐美紀

2018/11/10
平成30年度昭和大学附属烏山病院公開講座

- STAI

ADHDﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ参加者19名（8割以上の参加）

- 状態不安（その時の不安）、特性不安（慢性的不安）ともに有意に低下

	STAI 得点(n=18)			
	Pre(SD)	Post(SD)	*P*	
状態不安	55.1(12.6)	50.1*(12.9)	0.030	*
特性不安	65.0(9.7)	59.4*(11.5)	0.015	*

*$p<0.05$

プログラム終了後は、「OB会」という形で、メンバーが集う機会を設けています。

成人期注意欠如多動性障害者に対する心理社会的支援プログラムの効果検証
横井英樹　五十嵐美紀