

分科会5

(IMR = Illness Management and Recovery: 疾病管理とリカバリー)

IMR ～いまから みんなで リカバリー～

出演者：中村亮太（横浜舞岡病院、横浜市大精神医学）

IMR 利用者数名、佐野瞳、中村正子（鷹岡病院）

IMR 利用者数名、山本圭介、明谷大毅、嶋崎喜美子（横浜舞岡病院）

IMR 利用者数名、永瀬 誠、塚田尚子、内山繁樹、他（横浜市生活支援センター西）

渡辺厚彦（横浜市大センター病院心理室）、藤田英美（横浜市大病院心理室）

司会：吉見明香（横浜市大病院精神科）

企画：加藤大慈（戸塚西口りんどうクリニック）

Illness Management and Recovery（IMR：疾病管理とリカバリー）は、リカバリーにとっても有用なプログラムです。

IMR は、アメリカ連邦政府による EBP（Evidence-Based Practices）実施・普及ツールキットシリーズのひとつで、ACT や家族心理教育、援助付き雇用とともに、科学的根拠にもとづいた実践とされています。日本では、2009 年に日本精神障害者リハビリテーション学会から発刊され、全国各地で普及が進んでいます。

IMR では最初にリカバリーについて話し合い、1 人ひとりの目標をつくり、それを実現するために、病気やストレスの対処などについてみんなで語り合いながら学んでいきます。

IMR の説明のほか、IMR を実践している施設から、IMR がリカバリーにどう役立ったか、また率直な感想や体験談を当事者と実践者が語りました。会場との意見交換も行いました。

2009 年以来毎年行っているこの分科会ですが、例年のように会場には 150 名近くの方に参加して頂きました。各々の発表をごく簡単ですが紹介します。

● 「IMR の概要」 中村亮太

IMR は、リカバリーを志向する科学的根拠のある心理社会的介入プログラムです。その時点での目標を設定し、症状を自己管理するための情報と技術を身につけ、夢や希望を持った自分らしい生活の実現を目指します。IMR で大事にしている価値観、内容、実践方法、効果などが発表されました。

● 「IMR のデモンストレーション」 鷹岡病院の皆さん

鷹岡病院デイケアでは、2010 年 4 月より IMR に取り組んでいます。利用者、職員で、教材 8 「諸問題や持続性の症状への対処」のなかの、「段階的な問題解決の方法と目標の達成」のデモンストレーションが行われました。デイケアから就労を目指すというテーマで、利用者と職員が意見を出し合いました。実際のセッションを進める様子がわかりやすく紹介されました。

● 「IMR をやってみて～参加者からのメッセージ 2016」 横浜舞岡病院の皆さん

横浜舞岡病院では 2012 年から病棟で、2014 年からはデイケアでも、IMR を始めました。今回はデイケアの IMR 参加者と、実践したスタッフが発表しました。実践したスタッフがインタビューする形式で、参加者が IMR に参加したきっかけや、役に立ったところ、IMR に参加して変わったことを語りました。参加者からの率直な意見や感想を聞くことができ、IMR の効果が伝わる内容でした。

● 「IMR を生活支援センターでやってみました」 横浜市生活支援センター西の皆さん

地域場で IMR を始めて 4 期目となりました。こんな生活をしていきたい、こんなことができるようになりたい…等、1 人ひとりのリカバリーゴールに向けた取り組みや頑張っていることなど、メンバーとスタッ

フの声が発表されました。IMR は、メンバーのみならずスタッフの支援にも有効に活用され、お互いにリカバリーを理解し、実践していることが伝わる内容でした。

● **会場との意見交換** 渡辺厚彦、藤田英美ほか

IMR の導入方法について、実践していく中で気になることなど、様々な質問がありました。質問は医療スタッフや当事者など多くの方からあり、意見交換をすることで、IMR についての理解が進みました。IMR をこれから実践していくうえで役立つ意見交換となりました。

《中村亮太（横浜舞岡病院、横浜市大精神医学）》