

分科会 15

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

IMR 2017 ~ いまから みんなで リカバリー ~

出演者: 中村亮太 (横浜市大精神医学)

IMR 利用者数名、佐野瞳、中村正子、山口雅弘 (鷹岡病院)

岸貴雅、齊藤祥子 (藤沢病院)

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

IMR 利用者数名 (各施設から)

渡辺厚彦 (横浜市大センター病院心理室)

司会: 吉見明香 (横浜市大病院精神科)

企画委員: 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 1 人の目標をつくり、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。

この分科会では 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、当事者と実践者が話しました。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、今回は 150 名近くの方が参加されました。各々の発表内容を簡単に紹介します。

○「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、大切にしたい姿勢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。当院の利用者、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。デイケアの利用者が「結婚したい」という目標をたて、そのテーマについて利用者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発表されていました。

○「IMR を病棟でやってみて～実践スタッフからのメッセージ」 岸貴雅、齊藤祥子

藤沢病院では入院患者さんを対象に病棟で IMR を実践しています。今回は病棟での IMR に参加した実践スタッフから発表が行われました。プログラムを進めていく中での参加者の変化や、実践者の感想が語

られました。実践者側からの率直な感想を聞くことができ、病棟でこれからIMRを行うことを考えている人にとって役立つ内容でした。

○「IMRを地域の生活支援センターでやっています」 横浜市生活支援センター西の皆さん

地域の場でIMRを始めて5年目となりました。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…とか、私のリハビリゴールに向けた取り組みや頑張っていること、IMRをやってみての感想など、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、お互いにリハビリを理解し、実践していることが伝わる内容でした。

○「IMR卒業生の声」 IMR利用者の皆さん

IMRを修了した4名の卒業生から、卒業後の生活、IMRで学んだこと、今の目標、会場へのメッセージなどが発表されました。

修了後の生活の変化が卒業生の声で語られ、IMRの効果がよくわかる内容でした。

● 会場との意見交換 渡辺厚彦ほか

IMRを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。

質問は当事者、家族、ピアスタッフや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。