

3. 福祉機関におけるトータルパッケージの活用事例

(1) 精神障害者生活支援センターにおける活用事例

本節では、トータルパッケージを用いたストレス・疲労への対処行動をセルフマネジメント・スキルとして構築するための指導・支援方法について、精神障害者生活支援センターにおける精神障害者を対象とした活用事例を通して検討する。

(ア) 方法

①対象者

A 生活支援センターで支援を受けている精神障害者 7 名を対象に、A 生活支援センターの 2 階の一室でトータルパッケージを実施した。対象者 7 名に対し、常時 3 名の支援者が支援を行った。

表 2－1 4 に対象者の概要を示した。各対象者とも、職歴はあるものの、ストレス・疲労に対する対処行動は「我慢する」「何もしない」等が多く、職場での適切な対処行動への理解は不十分であった。

表 2－1 4 対象者の属性とトータルパッケージの実施状況

対象者	3－A	3－B	3－C	3－D	3－E	3－F	3－G
性別/年齢	女/30代	女/30代	女/30代	女/30代	男/30代	男/30代	男/20代
障害名	統合失調症	統合失調症	統合失調症	統合失調症	統合失調症	人格障害 うつ傾向	高次脳機能障害 統合失調症
主な作業	ラベル作成	数値入力 数値チェック	検索修正	物品請求書 作成	プラクティブ ナプキン折り	数値チェック	ピッキング*
作業時間	70分	50分	60分	50-60分	50分	45-50分	50-60分
休憩時間	10分	15分	10分	10分	15分	10分	10分

図 2－3 6 にトータルパッケージの実施場面を示した。対象者毎の主な作業に応じて、随時、作業机を割り当てた。休憩を取りやすい環境作りとして、ミーティング用の机に、スイーツボックス（数種のお菓子の入った箱）を置いた。

また、1 階には自由に使える給湯設備のある休憩室があり、対象者は休憩時間に自由に休憩室を使うことができた。

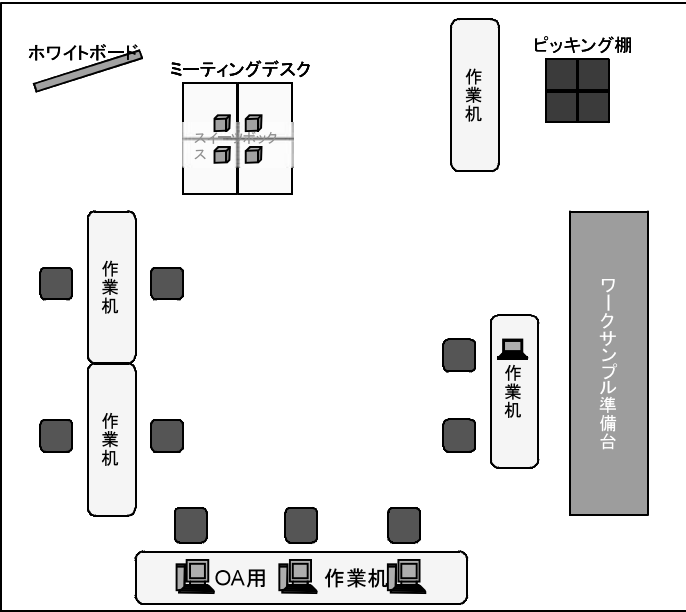


図 2－3 6 トータルパッケージの実施場面

②カリキュラム

トータルパッケージは、4 日間にわたって実施した。図 2－3 7 に全体的なカリキュラムを示す。

	1 日 目		2 日 目		3 日 目	4 日 目
9:30	集 合		集 合		集 合	集 合
9:40	自己紹介、 研究協力の説明、 TPの説明、 同意書へのサイン		グループワーク ・体調確認 ・今日の予定の伝達 ・SFSMTの説明 ・作業課題の希望を確認		グループワーク ・体調確認 ・今日の予定の伝達	グループワーク ・体調確認 ・今日の予定の伝達
10:00	MN訓練	MSFAS記入 の支援	簡易版 一斉実施 実務課題 WCST 3人 OA課題		・訓練版の実施 ・SFSMTの実施	・訓練版の実施 ・SFSMTの実施
10:30	↓	↓				
11:00	↓	↓				
11:30	↓	MSFAS内容 聞き取り				
12:00						
12:30						
13:00	WCST 2人 ↓ WCST 2人	簡易版 個別実施 数値チェック ↓ 物品請求書 ↓ 作業日報 ↓ (ピッキング)	・訓練版の実施 ・SFSMTの実施		・訓練版の実施 ・SFSMTの実施	個別フィードバック
13:30						
14:00						片付け、 M-メモリーノート記入
14:30						グループワーク
15:00	片付け、 M-メモリーノート記入		片付け、 M-メモリーノート記入		片付け、 M-メモリーノート記入	
15:15	グループワーク		グループワーク		グループワーク	
15:30	解散 ・スタッフミーティング		解散 ・スタッフミーティング		解散 ・スタッフミーティング	
16:00	終了		終了		終了	

TP：トータルパッケージ
SFSMT：ストレス・疲労へのセルフマネジメント訓練
MN：M-メモリーノート
MSFAS：幕張ストレス疲労アセスメントシート
WCST：ウィスコンシンカードソーティングテスト

図 2－3 7 トータルパッケージの全体的なカリキュラム

1 日目の最初にオリエンテーションを行い、対象者には、事前に趣旨・目的を説明し研究に対する同意を得た。次に、日々の予定等の自己管理に用いる M-メモリーノートの書き分けのための集中訓練と、ストレスや疲労の生起に関連する情報収集を目的に幕張ストレス・疲労アセスメントシート（以下、MSFAS という）の記入を並行して行った。次に、1 日目後半から 2 日目前半にかけて、認知障害の状況と補完手段の有効性の把握、本人の障害認識の促進のために WCST と、MWS 簡易版を並行して実施した。

2 日目後半から 4 日目にかけては、上述の実施結果等と対象者毎の希望を勘案し、個々に主たる作業種目を決定し、各作業を簡易なレベルから段階的に難易度レベルを上げて作業を行った。

これらの作業では、対象者毎に生じたエラーに対応できるよう補完方法を調整した。また、疲労やストレスに対する適切なセルフマネジメントが行えるよう、休憩を取得しやすい環境を整えると共に、段階的な支援を組み合わせで行った。

(イ) 結果

これらの指導・支援の結果、対象者はそれぞれの主な作業を正確かつ安定して行うとともに、個々の疲労・ストレスの程度に応じた休憩を自発的に取得することができるようになった。

① WCST の結果

3－B さん以外の対象者で補完手段の有効性が確認された。

3－D さん、3－E さん、3－F さん、3－G さんに何らかの認知障害がある可能性が示唆された。

② MWS 訓練版の主な作業の結果

MWS 簡易版や対象者の好み、WCST の結果等から MWS 訓練版の主な作業を決定した（表 2－14）。

それぞれの主な作業の結果は、個々人により到達したレベルは異なるものの、ほぼ 100 %の正答率での作業結果となった。

③ ストレス・疲労のセルフマネジメント訓練の結果

全ての対象者が作業能力の維持のために、休憩が有効かつ必要であることを認識した。また、全ての対象者が、段階的な支援により、最終日には表 2－14 に示したような作業時間・休憩時間を、それまでのトータルパッケージの実施結果として示され、計画を立てるよう促されることで、半日間の作業と休憩を計画し、ほぼその計画に沿って行動できるようになった。

④ MSFAS 等から見たトータルパッケージの効果

トータルパッケージ開始当初と 3 日目に作成した MSFAS の F シートの記入内容及び最終日に作成したトータルパッケージ受講の感想文から、対象者の心理的な変化を整理した。その結果、多くの対象者が、疲労やストレスのサインを具体的に捉えるようになり、また積極的に休憩を取得することが重要であると理解していることが示された。さらに 4 日目午後に行った個別相談では、「自信を回復した」「疲労による障害の現れ方の変化を理解した」等の発言も現れた。

(ウ) トータルパッケージ後の展開

トータルパッケージを実施後、個々の対象者の抱える課題に対して、支援計画の中にトータルパッケージの要素を組み込んで支援を展開した。

① グループミーティング

新規利用・継続相談中の女性対象者 3 名は、トータルパッケージ終了後、福祉的就労に移行した。その時点で、予想される各種適応上の問題や疲労の具合について話し合うことで、利用者本人が事前に準備し対処法の確認ができることを目的に、2 週間に 1 回 1 時間程度のグループミーティングを実施した。このグループミーティングは、3 ヶ月 1 クールで一旦終了とする予定であったが、対象者から継続の希望があり 2 クール目を実施中である。内容は、服薬や病気の管理に関するビデオ鑑賞、就労の感想や疑問、その他情報交換などである。

② M-メモリーノート

M-メモリーノートは、対象者 5 名が日記や手帳として継続して利用している。使い方としては、予定等の記録が主体であるが、様式としては「重要メモ」がもっとも多く、薬や病気のことに関する知識の蓄積に使っているケースが多く、病院などでもらう処方箋を添付する形で利用している対象者もいた。

③ MSFAS

MSFAS については、「情報収集→情報整理→情報共有→ストレス・疲労の機能分析→対処行動の確立→支援計画作成」という一連の過程が、非常に短時間に、タイトでタイムリーに実施できる問題志向型のツールとして、対象者にとっても周辺スタッフにとっても好評である。グループミーティングや個別相談で継続的に活用したところ、MSFAS を通して、明らかになった問題に対して、本人と支援者が協力体制を作りながら対応していくことで連帯感も出てきた。良い体験を文字として目に見えた形で残すことで、振り返りの材料とすることができた。特に、グループミーティングで活用する場合には、対象者の共通の課題が明確な場合に MSFAS が効果的で、感情の処理の仕方やより具体的な対処行動について自発的に話し合いができるようになった。

今後は対象者が自ら活用できるよう、情報が物理的にかさばらずに整理できるよう、例えば、M-メモリーノートに添付する等の工夫の必要性が感じられた。

(エ) まとめ

① トータルパッケージにおけるストレス・疲労の捉え方

トータルパッケージでは、ストレス・疲労という個々人の内的体験について、次のような複数の視点から捉えている。

まず、MSFAS の自己記入によりそのサインや対処行動等の現状を整理する。次に、MWS の実施過程での行動観察や作業結果等との関連性を整理することで、MSFAS に記入された現状を支援者が客観的に捉える。さらに、MWS における支援の中で、作業の補完方法の導入や、作業やストレス・疲労のセルフマネジメントスキルの確立を促し、安定した作業結果につながる行動がストレス・疲労等に与える影響を把握する。

これらのような具体的な観察と支援によって行動の変化を促す視点から、個々人の内的体験を捉えることで、具体的な対処行動の確立に結びつけることが可能となるものと考えられる。

② 精神障害者へのトータルパッケージ実施上のポイント

精神障害者では、ネガティブな体験からではなく、ポジティブな体験から疲労やストレスへの対処を学習することが望ましい。そのためには、トータルパッケージ実施に際し次の様な点に注意を払う必要がある。

まず、実施する MWS の選定に際しては、対象者本人が実施可能と感じている作業を主な作業として選択する。また、作業を実施する際には、より簡易なレベルから作業を開始し、確実な作業の成果を積

み重ねることができるよう支援する。

このような方法により、「できる自分」を維持し崩さないための、疲労・ストレスへの対処行動としてセルフマネジメント行動を確立し、さらに作業能力やモチベーションの向上に繋げていくことが可能となると考えられる。

③精神障害者へのトータルパッケージの効果

今回の試行の結果は、トータルパッケージによる支援が、セルフマネジメント行動の確立だけでなく、自己の障害認識を高め、不安の克服や自信の回復等の、精神障害者が共通して抱える問題に対しても効果的である可能性を示唆している。

トータルパッケージは職務習得段階におけるストレス・疲労の認識を促したり高めたりというアプローチであり、対象者自身がストレス・疲労状況を認識し、それに対する対処を考え試み、成功するという「良い体験」を積むことができるツールとして、非常に有効であった。そして、このような一連の活動が、就労生活を維持するために、あるいは生活していく上で、必要かつ効果的であるということを、対象者自身が実感できたことも特筆すべき点である。その一つの表れとして、対象者が補完手段や専門家からの支援が必要であるとの認識ができ、その後の支援計画に自ら参加するという姿勢にもつながっている。

④今後の課題

精神障害の場合取得したスキルを保持したり般化したりというのが苦手であるといわれ、常に何らかの形で援助の継続が必要であると予想できる。トータルパッケージの試行実施後に、結果を施設側に伝え、ストレス・疲労サインが具体的に周囲に理解されることで、施設側の配慮の仕方に変化がみられたことなどから、疲労状態を表すサインを職場と共有することは対象者理解の促進に役立つ。一方で、かなりのボリュームのあるトータルパッケージを、手軽に日常的に支援活動のなかに組み入れていくには、施設の現場にかなりの工夫が常に求められることとなる。この点が今後の課題と考えられる。

《参考文献》

- 刎田文記他（2005）.精神障害者に対するトータルパッケージの活用 第13回職リハ研究発表会発表
論文集, pp.204-205
- 佐藤修子他（2005）.精神障害者社会復帰施設での就労支援におけるトータルパッケージの活用と展
望—対処行動獲得にむけて— 第13回職リハ研究発表会発表論文集, pp.206-207
- 障害者職業総合センター（2004）. 調査研究報告書 No.57 精神障害者等を中心とする職業リハビリ
テーション技法に関する総合的研究（最終報告書）
- 障害者職業総合センター（2004）. 調査研究報告書 No.64 精神障害者等を中心とする職業リハビリ
テーション技法に関する総合的研究（活用編）

（２）小規模作業所「Ｅ」の活用事例

Ｅ 作業所では、定期的に行われる入所希望者への作業体験実習で **MWS** を活用している。その結果として、**MWS** の実施により対象者がより実際の職業に近い作業を体験できただけでなく、各々の対象者の障害特徴がより明らかになったと報告されている。その詳細について以下に述べる。

（ア）施設の概要

Ｅ 作業所は、知的障害・発達障害者を主な対象としている小規模作業所である。通常の作業種目は、農作業・部品組立・書籍に関する軽作業である。指導体制は、ボランティアの指導者を含めて数名であり、正規の通所者は 5 名程度である。養護学校在学学生等が作業体験実習を行う時には通所生と体験生を含めて 10 名前後の対象者が作業に通っている。

（イ）MWS の活用状況

①活用の目的

Ｅ 作業所のある地域では、従来、農作業や軽作業で就労する知的障害者が多かったが、近年になって、サービス業や倉庫作業・データ入力等での求人が増えてきていた。そのため、それらの作業種への関連性も高い **MWS** の作業を作業種目に取り入れ、さらに就労場面を意識した作業指導を行うことを目的とし、**MWS** を導入・活用することとした。

②具体的な活用状況と結果

定期的に行われる入所希望者への作業体験実習の 1 メニューとして **MWS** を活用した。**MWS** は、5 日～10 日間の体験実習中に、1 回につき、1～3 時間程度（半日）延べ 2～3 日間程度の時間を取って行われた。**MWS** は、課題の仕様を変えることなく実施したものと、障害の個別性に対処するため一部の仕様を変更し活用したものがあつた。各々の作業は、知的障害・発達障害のある対象者毎に応じた作業指示により行われた。

以下、課題毎に具体的な活用状況を示す。

（a）プラグタップ組立

電動ドライバーは使用せず、手動のドライバーで、簡易版「三叉タップ」、訓練版レベル 1「プラグ」の組立を中心に取り組んだ。どの対象者も、組立回数をこなすにつれてドライバー操作が安定し、意欲的に取り組むことが出来た。

（b）ナプキン折り

多くの対象者は、ナプキン折りの教示用ビデオを見ながら折るのが難しかった。そのため、1 工程毎に教示用ビデオを停止し、支援者が補助的な教示を加えながら折り進める方法をとった。

また、課題実施の物品として予め用意してあつたナプキンは、繰り返し使えて耐久性がある厚手の素材であつたがため折り目がつきづらく、ナプキンを折った直後に形が崩れてしまう様子が多く観察された。そのため、折り目がつきやすく折りやすい素材のナプキンを用意して実施した。

課題は、対象者の状況に応じて簡易版の課題とレベル 1・2 から選択した。

(c) ピッキング

仕様を変更して実施した。変更した点は、「物品の特定」と、「棚の配置の変更」である。

「物品の特定」は、レベル 4・5 を除外し、レベル 1～3 の「文房具」について、1 ブロックの試行を 3～5 トライアルに限定して独自の注文書を作成した。注文書の「漢字」は、ルビを振るまたはカナ表記に変更し、引き出しのラベルもそれに応じて貼付しなおした。

「棚の配置の変更」は、図 2-38 のように棚を規定通りに配置すると、裏側に配置した物品を検索するのが難しすぎたため、図 2-39 のように壁面に沿って棚を一行に配置する、さらに、対象者によっては、目線の位置に検索しやすく物品を配置しなおすよう仕様の変更をして実施した。

実施結果は、物品検索がしやすいように仕様を変更していることもあって、物品検索は可能であったものの、対象者の中には物品を規定した数だけピッキングすることが難しい者もいた。

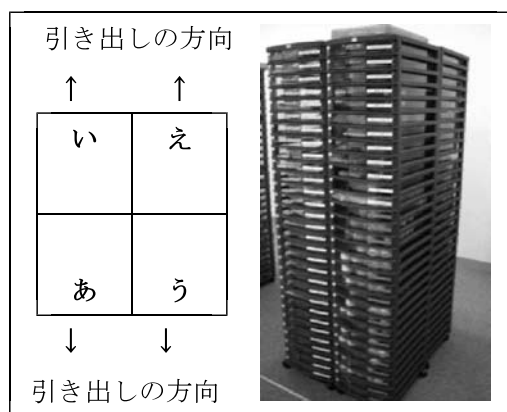


図 2-38 規定通りのピッキング棚の配置

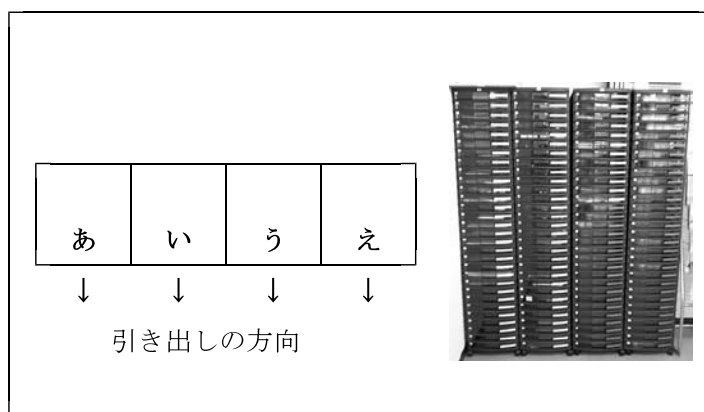


図 2-39 E 作業所でのピッキング棚の配置

(d) 重さ計測

課題の仕様を変更して実施した。変更した点は、「重さの教示」である。個々の対象者に応じて対応できる数量の幅があることを考慮し、1 ブロック 3 試行程度として個々の対象者別に 100g 程度の重さの値を中心として教示内容を作成しなおして実施した。教示は、砂の計測では通常レベル 2 の方法（指示された重さどおり丁度となるように計測する）で行い、ボルトの計測は通常通りの方法で行った。また、一部の対象者には教示した重さをわかりやすくするために、教示した重さをカードにして対象者に示した。

対象者毎に実施する課題の内容を変更したり、教示方法を工夫した結果、概ね課題を実施することができた。

(e) 数値入力

特に設定を変えることなく、対象者の状況に応じてレベル 1～6 まで、1 ブロック 6 試行の設定を基本として行った。

多くの対象者が「練習（トレーニング）」モードで、1 ブロックごとに「○（マル）」のフィードバック（図2－4 0、「正解」の意味）が返されるのを楽しみながら作業に取り組んでいた。

一方、「テスト」モードで行った場合には、最後に発表される成績が「正解（図2－4 1）」と表示される間は根気強く作業に取り組めるが、「不正解（図2－4 2）」と表示された途端に PC に向かって怒りをぶついたり、エラーに落ち込み課題実施の中止を希望する等、一気に作業へのモチベーションを無くす対象者が多くみられた。また、「セルフチェック」モードで実施した場合には、セルフチェックのメッセージが出た時のチェックを面倒に感じる発言や、自分の行っていた作業の流れを理解出来なくなる様子が観察され、課題の実施手続きが不安定になる様子がうかがえた。

これらの理由により、多くの対象者が「練習（トレーニング）」モードでの実施を希望したため、課題実施の最終段階では、なるべく個々の希望にそって「練習（トレーニング）」モードで課題を実施するようにした。



図2－4 0 「○（マル）」のフィードバック例

結果発表			
結果は次の通りです。			
1問目 正解	10.06秒	13問目	秒
2問目	秒	14問目	秒
3問目	秒	15問目	秒
4問目	秒	16問目	秒
5問目	秒	17問目	秒
6問目	秒	18問目	秒
7問目	秒	19問目	秒
8問目	秒	20問目	秒
9問目	秒	21問目	秒
10問目	秒	22問目	秒
11問目	秒	23問目	秒
12問目	秒	24問目	秒

図2－4 1 「正解」のフィードバック例

結果発表			
結果は次の通りです。			
1問目 不正解	3.41秒	13問目	秒
2問目	秒	14問目	秒
3問目	秒	15問目	秒
4問目	秒	16問目	秒
5問目	秒	17問目	秒
6問目	秒	18問目	秒
7問目	秒	19問目	秒
8問目	秒	20問目	秒
9問目	秒	21問目	秒
10問目	秒	22問目	秒
11問目	秒	23問目	秒
12問目	秒	24問目	秒

図2－4 2 「不正解」のフィードバック例

(f) 文書入力

PC 入力が非常に得意な一部の対象者を除き、E 作業所で実施した対象者のほとんどが、片手で「かな入力」による簡単な文字入力が可能だったため、ひらがな、句読点、カタカナ、の入力を組み合わせて5つのレベルを設定した課題を特別に設定して行った。

1 ブロック 6 試行で実施すると、集中力がとぎれがちになる場合が多く見られたため、1 ブロック 2 ないしは 3 試行の設定で実施した。

(g) 検索修正

PC 入力が非常に得意な 1 名の対象者「3－H さん」にのみ実施した。

3－H さんは、他の OAWork の課題（数値入力、文書入力、コピー&ペースト、ファイル整理）は問題なく素早く正確にこなせていた。また、3－H さんはデータ入力作業の職場実習を経験したことがあるため、「検索修正」は「職場実習で担当した作業と似ているので、実施できそうだ」と強い興味を持ち、課題の実施を希望した。

レベル 1 と 2 の評価期（BL）で 3－H さんは、支援者の教示通りに正確な作業が可能だった。レベル 3 の評価期（BL）では「名前」の修正を見落としたため、支援者から入力後の見直しを指示し、訓練期（TR）に移行した。3－H さんは、作業前と入力後に口頭で「見直します」と自発的な自己教示をしながら作業に取り組んだ。その結果、訓練期（TR）と続く評価期（PR）で正確な作業が可能だったため、レベル 4 に移行し評価期（BL）の作業を行った結果、3－H さんは正確な作業が可能だった。

レベル 5 の評価期（BL）で 3－H さんは、「E-mail」「詳細入力」「携帯電話」の項目の入力ミスが頻発した。ミスの原因を 3－H さんに考えてもらったところ、「急いでやったので、見直しが不十分だった」という発言が得られた。そこで、支援者からは、速くやることを一番に大切にするのではなく、正確な作業を行うことを一番の目標にして作業を行うよう指示し、訓練期（TR）に移行した。訓練期（TR）は、最初に「練習」モードで実施したが、十分に見直しをしている様子が観察されなかったため、「セルフチェック」モードに移行し、よく見直しをしながら作業をすすめるよう再教示した。その結果、ミスのない作業ができたため、評価期（PR）に移行した。評価期（PR）の最初のブロックでは正確な作業が出来たが、次のブロックでは、見直しが不十分な様子が見られ、エラーも生じた。また、このエラーが生じたブロックで 3－H さんは、目をこすったり、まばたきをする回数が増えていたため、ブロック終了後に疲労の有無を支援者から確認した。その結果、3－H さんは疲れていることを認めたため、支援者からは、「疲労すると、指示されたことを守って作業ができなくなったり、集中力が低下することがある」と説明し、十分に休憩を取ってもらった。休憩後は、見直しを確実にに行ってもらうために、再度、訓練期（TR）に移行して「セルフチェック」モードにより、十分な見直しをしながら作業に取り組むように再教示した。その結果、正確な作業結果を得ることができた。なお、最後に評価期（PR）を実施する予定だったが、時間が足りなかったため実施できなかった。

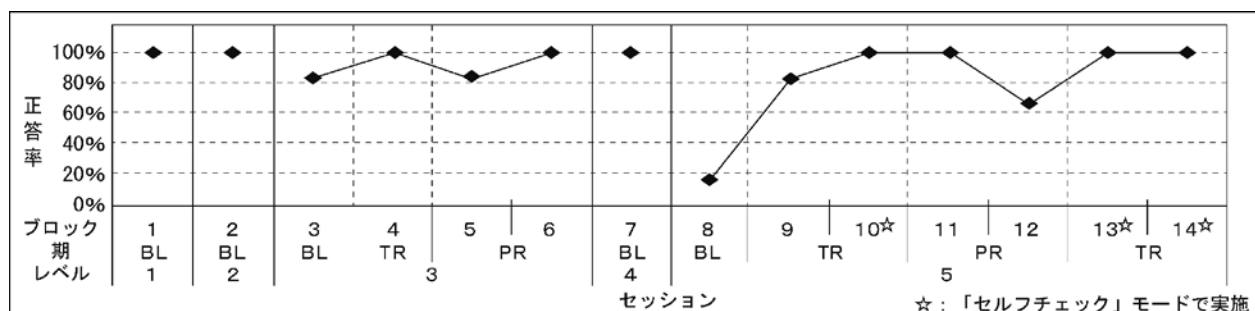


図 2－4 3 3－H さんの「検索修正」結果

(ウ) まとめ

課題を実施する基本的な枠組みを崩さず、対象者の理解度に応じて課題の実施条件を調整して MWS を実施した結果、これまで取り組んでいた E 作業所の作業よりも、対象者がより実際の職業に近い作業を体験できただけでなく、各々の対象者の障害特徴がより明らかになった。特に、3－H さんは、E 作業所でそれまで行っていた作業を全て容易にやり遂げられたため、より注意と集中力を要する課題として MWS に取り組んだことは、支援者にも 3－H さんにとっても貴重な機会となったようである。

また、OA 課題は、ほとんどの対象者が一生懸命に行っている様子は観察されており、知的障害者の PC 操作への興味の高さがうかがえた。しかし、E 作業所の支援では、なぜこの課題を実施するのか、何をトレーニングするのが目的なのか、といったことが伝わりにくい状況が見られ、結果の正否にのみとらわれる傾向が観察された。このことについては、支援方法について十分に検討する必要があると考えられた。

《参考文献》

障害者職業総合センター（2004）．調査研究報告書 No.57 精神障害者等を中心とする職業リハビリテーション技法に関する総合的研究（最終報告書）

障害者職業総合センター（2004）．調査研究報告書 No.64 精神障害者等を中心とする職業リハビリテーション技法に関する総合的研究（活用編）

4. 職業リハビリテーション機関における活用事例

以下のアンケートは、全センターにトータルパッケージのツールが配布されてから約 1 年後に、ツールの活用実態を調査する目的で行ったものである。なお、開発段階での試行実施を行ったセンターは、活用を開始してから数年が経過しており、一方で最終配布を行った時期から活用したセンターは、約 1 年の使用期間が経過していたこととなる。

(1) 広域障害者職業センター・地域障害者職業センターへのアンケート結果から

(ア) 調査対象

地域センター 47 カ所（支所を含む）、広域センター 3 カ所、計 50 カ所（回収率 100 %）。

(イ) 実施時期

平成 16 年 11 月～12 月に実施した。

(ウ) 方法

質問紙をメールで送付し、郵送またはメール返信による回答を求めた。

(エ) 調査内容

実際に使用した質問紙を図 2－4 4 に示す。