

令和2年度
東海村障がい理解促進シンポジウム

令和3年3月12日（金）

精神障がいったてなんだらう？

よくある質問

- ・「知的障がい」と「精神障がい」は同じでしょ？
- ・精神障がいの人に、会ったことがない
- ・精神障がいの人にどうやって話しかければいいかわからない

精神障がいて？①

精神保健及び精神障害者福祉に関する法律 第5条

「精神障害者」とは、統合失調症、精神作用物質による急性中毒又はその依存症、知的障害、精神病質その他の精神疾患を有する者をいう。

精神障がいて？②

日常生活や社会参加など、
今までできていたことが、

精神疾患のため、

困難をきたしている状態のこと

* 精神疾患 = 精神障がいではない

*** 知的な発達の遅れではない**

精神疾患って？

- ・ 統合失調症
- ・ 気分障害（うつ病、双極性障害）
- ・ 強迫性障害
- ・ 依存症（薬物、アルコール）
- ・ 摂食障害

などなど

* 多くは思春期以降にみられる

*** 外見からはわからない**

統合失調症①

- **誰もが**発症する可能性がある

- 罹患率：100人に1人（全国419.3万人）

令和元年精神保健福祉白書より

- 発症は、思春期～青年期、10歳代後半から30歳代が多い

- 原因：決定的なものはない

脳の神経伝達物質？→薬が有効

- 陽性症状（健康な時にはなかった状態が現れる）と陰性症状（健康な時にはあったものが失われる）がある

統合失調症②

陽性症状（健康な時にはなかった状態が現れる）

①幻覚：幻聴、幻視

→周りの人には、聞こえないし、見えないが、本人としては現実のもの

②妄想：被害妄想、関係妄想

→訂正がきかない

③思考障害：話がまとまらない

*薬が有効

統合失調症③

陰性症状（健康な時にはあったものが失われる）

①意欲の減退：自分から何か行動しようとしたり、何かを持続することが難しい
集中力が続かない

②感情鈍麻：喜怒哀楽が乏しくなる

③思考の低下：会話の量が減る、理解力が低下する

④自閉的：人との関わりが減る

*薬だけでは×。適度なリハビリが必要。

その他の精神疾患

- 気分障害（うつ病、双極性障害）
- 強迫性障害
- 依存症（薬物、アルコール）
- 摂食障害

精神障がいに通ずること①

- ①精神疾患がある→外見ではわかりづらい
- ②専門科（精神科、心療内科）に通院が必要
→気の持ちよう、根性ではよくなるらない
- ③継続的な治療（服薬）が必要
→症状の波がある、治療中断は再発率が高い

精神障がいにも共通すること②

通院、服薬しながら、

社会生活を送ることができる！

発達障がいってなんだろう？

発達障がいでって？

- ・ 自閉症スペクトラム障害
（自閉症、アスペルガー症候群など）
- ・ 注意欠如・多動性障害(ADHD)
- ・ 学習障害

など

* 生まれつき脳の一部の機能の発達が通常と異なる

* 病気ではない

自閉症スペクトラム障害の特徴例

- こだわりが強い
- 集団行動が苦手
- コミュニケーションが一方的
- 臨機応変や急な予定変更は苦手
- 空気を読んで行動することが難しい

注意欠如・多動性障害(ADHD)の特徴例

- うっかりミスが多い
- 課題や作業の段取りが下手
- 整理整頓が苦手
- 忘れ物や紛失が多い
- 気が散りやすい

発達障がいにも共通すること

- ①外見からはわからない
- ②生まれつき持っている特性
- ③知的な発達の遅れがみられるわけではない
- ④その人の能力の得意、不得意に合った環境があれば、持っている本来の力がしっかり生かされる

精神障がいの方との関わり方

わたし = ○○な人

明るい？ 物静か？

運動好き？ 音楽好き？

てきぱき？ おっとり？

怒りっぽい？ おおらか？ など

①

②

③

統合失調症の症状①

陽性症状（健康な時にはなかった状態が現れる）

①幻覚 ②妄想

話を肯定も否定もしない

自分にとって「それが現実であるならば」と想像してみる

*本人にとっては現実のことである

③思考障害：話がまとまらない

丁寧に聞く

本人の言葉を待つ

統合失調症の症状②

陰性症状（健康な時にはあったものが失われる）

①意欲の減退

無理をせず、本人のペースを尊重する
疲れやすいので、こまめに休憩する

②感情鈍麻

相手の表情や反応が乏しくても、気にしない
話しかけられるのが嫌なわけではないことが多い

統合失調症の症状③

陰性症状（健康な時にはあったものが失われる）

③思考の低下

説明は簡潔に、伝えたいことは1つずつ
話が続かないことも多い

④自閉的

自分からコミュニケーションを図るのは苦手
こちらから話しかけてみる

その他の精神疾患の症状①

- 気分障害（うつ病、双極性障害）
 - 叱咤激励は避ける
 - 気分の波があることを忘れない
- 強迫性障害
 - 何度も同じことを繰り返すかもしれない
 - 無理に止めようとせず、声かけ、見守る

その他の精神疾患の症状②

- 依存症（薬物、アルコール）
お酒をすすめない
「一杯だけなら」は×
- 摂食障害
体のことについて話をしない
「やせているから大丈夫」は×

発達障がいの方との関わり方

自閉症スペクトラム障害の特徴例①

- こだわりが強い
→興味がある分野には能力を発揮
- 集団行動が苦手
→まずは誘ってみる
参加を無理強いしない
- コミュニケーションが一方的
→本人が話す時間が長い（短い）かもしれない

自閉症スペクトラム障害の特徴例②

- 臨機応変や急な予定変更は苦手
→前もって伝える
- 空気を読んで行動することが難しい
→あいまいに伝えない

注意欠如・多動性障害(ADHD)の特徴例①

- うっかりミスが多い
 - 誰もがミスを少なくできるには？
- 課題や作業の段取りが下手
 - 優先順位をつける
 - 1つずつ伝える

注意欠如・多動性障害(ADHD)の特徴例②

- 整理整頓が苦手
→何をどこに片づけるのか、目で見てわかるように
- 忘れ物や紛失が多い
→どんな状況で起きているか？
- 気が散りやすい
→周囲の音や動き、刺激から離れてみる

まとめ①

- ・ 精神障がいのもとになっている
精神疾患の症状は、人それぞれ
- ・ 発達障がいの特性は人それぞれ
- ・ その人によって、日常生活を送る上で
生活のしづらさが異なる

まとめ②

「本人 = 精神障がいの方」

「本人 = 発達障がいの方」

ではない。

「本人 = ○○な人」