

# イギリスの家族支援視察

## メリデン・ファミリー・プログラム

特集

当会副理事長・公益社団法人兵庫  
庫真精神福祉家族会連合会会長  
本條義和

ファミリーワークの説明を受ける（左…ファミリー所長、中央…ピーターさん）



メリデン・ファミリー・プログラム研修所の建物



3月18日〜22日の5日間、家族への訪問型支援を実践しているイギリスのバーミンガム&ソリハル精神保健NHSのメリデン・ファミリー・プログラム（研修所）を訪ね、スタッフの実践や家族の感想、地域の医療機関や事業所の見学をしました。ファミリーワークという訪問型の家族支援を学ぶとともに、それを日本でも広げていきたいという思いで、今回の視察をしてきました

日本では桜のつぼみが膨らみだし、すっかり春めいた3月17日、日本を出発しました。この視察旅行は、京都ノートルダム女子大学の佐藤純先生をリーダーとし、淑徳大学の伊藤千尋先生、当会の木全義治副理事長、

本條（筆者）、鈴木紀善事務局長の5人が参加しました。

さて日本においても近年は精神障がい者本人に対する支援とともに、家族支援も重要視されるようになってきています。しかし、その場合の家族支援はあくまで介護者としての家族支援であり、支援を必要としている当事者、言いかえれば生活者としての家族支援ではありません。

メリデン・ファミリー・プログラム（以下、研修所という）は、支援を必要としている家族全員に対し専門職の人が家庭を訪問して支援していく訪問型家族支援技術の研修機関であり、この支援技術を普及すべく1998

年より約15年間支援プログラムの開発を行っています。また、同プログラムにより訓練されたサービス提供者は4558名、トレーナーは331名におよび、この種のプログラムでは世界最大と言われています。

### ファミリー所長とピーターさんに会う

3月18日朝、バーミンガムのホテルを出発し、バーミンガム&ソリハルメンタルヘルスNHSの研修所を訪れました。グレイン・ファミリー所長と、

スタッフで、ご自身が精神が被害者家族でもあるピーター・ウッドハムさんから、「訪問による家族支援技術」であるファミ

ミリーワークの概要の説明がありました。

### ファミリーワークの特徴

ファミリーワークとは、スタッフが自宅を訪問し個々の家族の話聞き、困っていることや解決したいことをスタッフと一緒に解決していくとともに、必要に応じて、病気や治療についての説明、家族間のコミュニケーションの支援、家族会議の支援、再発危機のサインの確認などを行います。

日本でも家族教室（家族心理教育）をおこなっていますが、集団での家族教室であるのに対し、ファミリーワークは各家庭

を訪問し個別セッションを行います。そこが日本とは大きな違いだと思います。

さて、ファミリーワークは専門職による家族に対する支援ですが、ピーターさんがスタッフに入っているように、スタッフの中には、専門スキルを身に付けた家族も入っています。そしてそれだけでなく、専門職から支援を受けている利用者および家族全員がともにプログラムにかかわっていくという姿勢が垣間見られました。ピーターさんもファミリーワークを以前受けられたのですが、支援を受けているということを感じないほど自然であったと言われたのが印象的でした。

だけでなく、治療者との連携、専門職との連携も大切等大変わかりやすくお話しされました。  
**ケアラー（家族、介護者）とは**

また、ケアラーズ法（1995年）の話もありました。すでにお話ししたように、イギリスの家族支援への方針転換は、ファルーン教授等の研究結果によるところが大きいのですが、もう一つ忘れてはならないことは、元首相ブレアの存在です。ブレアは自分の子供時代に心臓発作に倒れた父親を介護した母親に触れ、「ケアラーズは、イギリスにおいて讃えられていないヒーロー (unsung hero) であ

もうひとつは、エビデンスベースド（研究結果に基づくもの）であるということです。もともとイギリスで家族支援が進んだのはファルーン教授等の「1年後の統合失調症の再発率」の研究結果（エビデンス）、すなわち本人自身に対する支援より家族全員に対する支援の方がはるかに効果があると言うことを受け、イギリスが方針転換したのですが、そのプログラムの開発者こそファルーン教授なのです。

それをファルーン教授とともに「メリデン版訪問型家族支援」プログラムへと発展させたファルーン所長ですから、大変わかりやすく説明されました。

「と位置づけ、次々と家族支援策を打ち出したのでした。

なお、ここでケアラーについて言っておきますと、日本では家庭で本人をケアするのは家族がほとんどですのでケアラーを家族と訳していますが、イギリスでは介護する人が、狭義の家族の他、親族や友人・隣人も比較的多いのです。そこで、イギリスではそういう介護する人をインフォーマルケアラーと呼んでいるのです。

### スタッフの実践を聞く

3月18日、昼からは、3人のスタッフが、具体例を挙げて説明してくれました。あるスタッフは、約30人のファミリーワー

なかでも家族に今、何が起きているのか、何が提供されているのか、家族に気づきを与えることや、自分の身内だったらどう思うか、スタッフが家族の大変さに共感し感情表出が高いと責めるのではなくこれからどうしていくかを家族とともに考えていくことの大切さなど、本人・家族と分けるのではなく、一体的なものとしてみることを強調して話されました。

そして、小さなことでも困っている問題を一つ一つ解決していくこと。患者や家族の思いを聞くこと。なぜなら患者は病気についての専門職であり、家族は家族という立場の専門家だから。ただし家族だけで工夫する

カーを担当し、2週間から4週間に一度ファミリーワークを行います。大家族（たとえば9人家族）であっても、1人ずつ面接し、最後は全体でも面接します。このとき、何人かのキーパーソンを見つけていることがポイントだとのこと。

次の例では、兄20歳、弟19歳の兄弟（キーパーソン）に注目し、間に入りながら微調整していったそうです。

プラン（支援計画）は、ファミリーワーカーと家族が相談しながら作るということです。

また、家族に情報を伝える大切さを強調されていました。家族は時に困難に陥り、これからどうなっていくのか不安に思う

ことがあります。このような時に、必要な情報を伝えることがポイントであるという話でした。決まったプログラムを押し付けるのではなく、家族の必要としていることにあわせて支援していくこと、また、本人だけでなく、家族にも目標を作ることが



リンドンクリニック (写真上)  
偏見をなくそう「4人に1人 精神保健の問題を経験する」のポスター (写真下)

大切であるという話も印象に残りました。みんなねっとでも家族は3つの孤立(情報からの孤立、社会からの孤立、支援からの孤立)に苛まれていると指摘していますが、初期に適切な情報を伝えることの大切さを再認識いたしました。

その他、スタッフ全員が、「ある世帯の全メンバーが世帯内でのストレス管理の改善を目指す介入プログラムに関与しない限り、その成果は期待できない」とのプログラム創始者の理念を共有していることと高い技術を持つておられることに驚きました。

### ソリハルのクリニックを訪ねる

3月19日は、バーミンガムの隣、ソリハルのリンドンクリニックを訪問し、スタッフより丁寧な説明を受けました。

イギリスでは、精神科病院や精神科クリニックに直接行きませぬ。GP(かかりつけ医)の診察を受け、GPからメンタルヘルス

に問題のある人が紹介されます。

リンドンクリニックのデイホスピタルでは、統合失調症だけでなく、不安障害やうつ病のグループ治療も行っています。また、治療だけでなく、回復に向け、買い物支援や病院同行支援を実施しており9割が訪問支援だそうです。入院中心の医療である日本との違いをここでも感じました。

### 家族から体験を聞く

午後は3組の家族からお話を伺いました。

最初は、2人の年が少し離れた兄弟の患者の家族でした。同じ精神疾患であったのに医療の対応が全く違っていたため、その後が全く異なってきたとのこと

です。お兄さんの方は、大人の精神科病棟に入れられ、思春期精神病としての配慮が見られず、治り方が限定的であったと話されていました。それに対し、弟さんは小児専門医にかかりその後家でファミリーワークの支援を受けたので、兄に比べても大変良くなった。スタッフからは教育支援も受け、大学院の修士号を取得できるまでになったそうです。

中でも印象的だったのは、スタッフがポジティブ(前向き)な見通しをしてくれたので、リラックスできたという話でした。

2組目は、娘、母親、父親の3人が体験を話してくれました。娘と母親に精神疾患がある

親子ですが、最初に娘さんが話されました。娘さんの話で印象的だったのは、幻聴があったときにお母さんに電話をするとお母さんから「私も経験した」と言われて少し落ち着き状態がよくなったという話でした。お父さんも、最初は良くなるだろうと思っていたのにこんなに元気になってと喜んでおられました。

3組目は、お母さんから、最初の精神科医とは合わなかったが、別の精神科医になって良かったと話がありました。また、ファミリーワークによりスタッフの方が、家まで来てくれていろいろな知識を与えてくれた、子供を外出できるようにしてくれた



など、訪問のサービスが非常に役に立ったと話されたのが特に印象に残りました。

みなさんの話を聞いて、コミュニケーションや問題解決の技術が役に立ったこと、家族が知識を得ることで前向きになり自信を得たこと、病気の話を家族全体で話題にできるようになったことなど、ファミリワークの効果を実感しました。

### ジニアセンターを訪問

3月20日は、急性期と外来のジニアセンターを訪問しました。ベッドは、男性16床、女性16床と少人数なのに対し多くのスタッフがいっぱい驚きました。

また、院内の雰囲気も病院と違っていかかということについても意見を言うことができるという事です。

本人支援も入院直後から退院支援が始まりますし、入院についても、複数の精神科医師が入院と判断してもソーシャルワーカー一人が反対すれば入院出来ないようになっていそうです。もっとも、実際には、ソーシャルワーカーが医師に再考を促すと言いますかアドバイスする程度だそうです、それにしても手厚い権利擁護システムが築かれていると感じました。

### ケアラーを支援するセンターを訪問

3月21日、ソリハルケアラー



急性期と外来のジニアセンター

いうより施設のような感じで、造形や調理の作業療法を行う部屋や音楽療法を行う部屋もありました。一番驚いたのはスポーツジムまであったことです。

宗教行事を行う部屋もありましたが、いろんな宗教に対応できるようになっていました。このさまざまな宗教に対する対応は

ズセンターを視察しました。このセンターは、慈善団体で運営されている民間団体です。同センターは、ケアラーを、5歳〜18歳（ヤング）、19歳〜30歳（ヤングアダルト）、31歳以上（アダルト）の3グループに分けています。どんな影響があるかによつて、サポートを分けているのです。

それぞれ担当するスタッフが、支援していますが、障がいのある親や祖父などケアしている子ども（ヤングケアラー）にも支援の手を差し伸べていることが印象的でした。

スタッフは、実際に子どもが困っていることの相談に乗ったり、宿題が出来ない子どもには

食事においても配慮が見られました。「この宗教ではこういうものは食べてはいけない。だからその食材はやめておこう」と、個別に配慮がなされているとのことでした。

また、ここでも家族への情報提供が重視されていることが伺えました。センターから訪問家族支援を行います。家族が面会に行った時には、家族だけで過ごせる特別な部屋が用意されていました。この家族面談室でも面会も行いますが、家族係から情報提供をもらったり、プラン（支援計画）についても意見交換することができます。さらに驚くことには医局会議にも参加でき、これからの治療をどう

勉強を教えたりします。また、一緒に遊んだり、旅行に連れて行ったりもするそうです。

また、直接支援が必要でない子どもに対しても、映画館やプールなどが無料で入れるケアラーズカードを発行しているとのことでした。

さらに、このセンターにはボランティア部門もあり、ボランティアリーダーがいて育成に力をいれています。スタッフにボランティアとしてかわる人が多く、この日もボランティアの方から説明がありました。

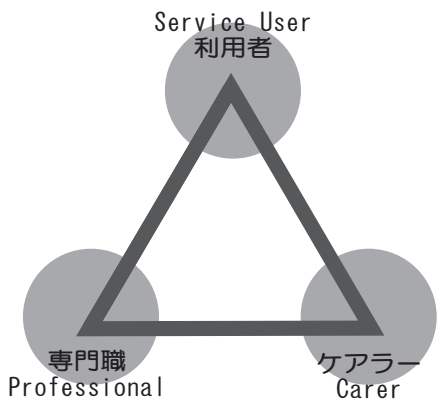
現在約20名がボランティアとして活動していますが、そのうち14人は自分自身がケアラーか、子どものときケアラーだったそ

うです。ボランティア活動が自然な形で根付いていることを感じました。

### 就労の施設を訪ねる

3月22日には、B I T A パスウェイを訪問しました。日本であれば就労支援施設のような感じですが、ワンストップという考え方が特徴です。多様なニーズにこたえ、いろいろなことがここで解決できるように、作業の種類を多く開拓したり、縫製や園芸など直接仕事に結びつけるための訓練をしたりしています。施設内だけでなく、地域の社会企業家とどうつながるかを意識しているそうです。

縫製工場では、電動ミシンの



※メリデンファミリープログラム訪問は、現地のニュースレターでも取り上げられました。

参考書籍…「家族のストレス・マネージメント 行動療法的家族療法の実際」著者 イアン・

中に1台だけ足踏みミシンがありB I T A パスウェイの50年の歴史を感じました。

### 家族スタッフ、ピーターさんとその妻マーガレットさんの話を聞く

最後に、ピーターさん夫妻から体験を聞きました。

「最初は精神疾患について理解することや技術を習得することとは大変だった。また、息子の状態が悪くなると、私たちも落ち込んだ。しかし、ファミリールークを受けているうちに、息子自身が自分をよくしたいと思えるようになった。早い時期に支援を受けてよかった、この支援にととても感謝している、家族が

前向きに生きていく上でとても役立っている」と話しました。

また、ケアのトライアングルということを強調されました。図のように、サービスユーザー（本人）やケアラー（家族等）が専門職から支援を受けるだけでなく、専門職・本人・家族すべてが協働していくことの大切さを強調されていたのが心に残りました。

みんなねつとでは今回の視察を視察だけに終わらせるのではなく、本年度中にイギリスからスタッフを招いて東京・京都で講演会を実施し、翌年度からトレーナーズ育成に向け数年計画で研修を実施していきたいと考えています。

R・H・ファルーン、マーク・ラポータ、グレーン・ファデン、ヴィクター・グラハム・ホール  
監訳 白石弘巳・関口隆一  
金剛出版

### メリデン版家族支援（ファミリールーク）導入のための寄付のお願い

この度、当会では、メリデン版家族支援（ファミリールーク）を日本に導入するため、海外から講師を招いたり講演会や専門職の養成研修会を開催していきます。しかし、開催には多くの費用が掛かり、当会の運営状態では困難な状況です。そこで、研修会開催のための資金を集めるため、寄付金をお願いすることにいたしました。ご支援くださいますよう、お願いいたします。

銀行口座名、郵便口座加入者名  
「みんなねつとメリデン募金」

■銀行口座番号  
三井住友銀行 池袋東口支店  
普通 8729724

■郵便口座番号  
00180-1-513048