デイホスピタル開設 50 周年記念イベント「DH のこれまでとこれから」報告書

はじめに

東大病院精神科では 1966 年から統合失調症を出来る限り外来通院で治療する方針をとり、その結果、大幅に入院率が減少したことがわかった。しかし、一方で無為自閉的生活を送っているものが、多数存在することも明らかになった。これらの患者を対象にしてデイケアを行うことが提案され、1974 年に通過型デイケアとして、東大病院精神科デイホスピタルが開設された。認可後は精神科からリハビリテーション部の所属となり、東大病院リハビリテーション部精神科デイホスピタル（以下 DH）となった。その当時からの「生活臨床・治療共同体」の考えを引継ぎ、現在も実践している。

2024 年 11 月 23 日、DH の開設 50 周年を記念するイベント「DH のこれまでとこれからが開催された。このイベントは、単なる記念式典ではなく、臨床実践に直結する重要な取り組みとして位置づけられ、DH で行われてきた実践や課題について、DH の利用者、利用を終えた人、家族、DH に関わった全ての専門職など様々な立場の参加者と共に検討し、その成果を現在の DH 利用者に還元することを目的とした。

本報告書では、イベントの準備段階から当日の内容、参加者からの感想、事後の振り返りまでを記録し、DH の今後の発展に貢献することを目指す。

事前準備

イベントに向けて、まずは全メンバーを対象にしたディスカッションのテーマに関するアンケートを実施した。そのアンケートを基に利用者を中心に複数回の話し合いが行われた。11 月 1 日と 11 月 12 日の話し合いでは、パネルディスカッションのテーマについて具体的な意見交換が行われた。

特に「優しさと厳しさ」というテーマに関して、参加者から様々な意見が寄せられた。メンバーの多くが DH を優しい場所と捉えている一方で、社会との基準とのギャップに不安を感じる声も上がった。DH で通用したことが社会では通用しないかもしれないという懸念や、社会に出る準備として、ある程度の「厳しさ」も必要ではないかという意見、厳しさのイメージができていないため DH で体験できた方が助かるという意見が出された。

「厳しさ」の内容についても議論された。相手が成長できるような言葉がかけられるかが重要であるという意見や単なる叱責ではなく、タスクを課すことや目標値を上げることなど、必ずしも悪いものではないという見方や、愛情のある指導とただの叱責は違うという指摘もあった。また「優しさ」と「厳しさ」の両立することの難しさや心を休めつつ活動量を増やすことの難しさが指摘された。

これらの事前準備を経て、当日のパネルディスカッションのテーマとして、以下の 3 つが設定された。

1. 「DH という場の在り方。優しさと厳しさについて、どのように考えているか？」
2. 「50 年後まで DH を継続させるためには、何が必要か？」
3. 「人生において重要なことは何か？」

当日の概要

参加者

イベントには合計 100 名が参加した。内訳は以下の通り。

- DH の元メンバー：30 名
- 現役メンバー：6 名
- 家族：15 名
- 東大職員：8 名（元スタッフを除く）
- 元研修生：10 名（現スタッフを除く）
- 元スタッフ：8 名（研修生と重複を除く）
- 関係機関：5 名
- 現スタッフ：14 名
- その他：2 名

プログラム

イベントは以下のプログラムで進行した。

- 13:00 開会の言葉（司会：DH メンバー、DH スタッフ　藤枝氏）
- 13:10 挨拶（リハビリテーション部教授　緒方医師）
- 13:20 社会福祉法人本郷の森監事・DH 元職員　浅井氏、
  DH の元メンバー　A 氏からの話
- 14:00 活動報告（DH 管理医　森田医師）
- 14:20 スタッフ紹介、休憩
- 14:50 パネリスト紹介（DH 元職員　浅井氏、家族会　赤城氏、
  ピアスタッフ　西村氏、DH 管理医　森田医師）
- 15:00 パネルディスカッション（3 テーマ）
- 16:30 参加者からの質問
- 16:50 まとめと挨拶（精神神経科教授　笠井医師）
- 17:20 閉会の言葉
- 17:30 終了

パネルディスカッションの内容

テーマ 1:「DH という場の在り方。優しさと厳しさについて、どのように考えているか？」

このテーマでは、DH の環境における「優しさ」と「厳しさ」のバランスについて活発な議論が交わされた。

パネリストからは、「優しさの方が人間として本質的であり、厳しさはスキルアップでなんとかなること」という意見や、「優しさに裏打ちされていないと、厳しさは辛く、自己否定につながる」という意見があった。

議論の中では、「世の中は厳しい＝世の中が遅れているのではないか」という問いかけもあった。その中でも DH の優しさを基盤として成長していきたいという気持ちがあることは素晴らしいという意見もあり、厳しさがなくとも人は成長できるという可能性が示唆された。また、何をもって優しさとするか、甘えと優しさの分岐点や違いなどの視点からも考えさせられた。

集団と個人への支援の観点からは、「DH として集団の支援においては、集団が厳しくなるとうまくいかない。温かい集団であることが重要。一方で、個人支援においては、個人の支援者が必要に応じて厳しさをプラスすることが有効」との意見が共有された。

厳しさの伝え方についても話し合われ、「まず一旦受け入れる」「自分の意見を問いかける」「心がオープンになったときに言う」など自分の感情に任せずに伝えることが大切といった具体的なアプローチが提案された。

テーマ 2:「50 年後まで DH を継続させるためには、何が必要か？」

50 年後の DH の在り方について、「メンバーが利用してくれること」「目標を達成していくこと」という基本的な要素に加え、「世の中の厳しさに触れたとき、DH で話を聞いてほしいという場所が残ってほしい」という希望が語られた。また DH が 50 年後まで継続させるにはどのような変化が必要かなどの意見交換がなされた。

特に注目すべき意見として、「変わることより変わらないことが大切」という指摘があった。時代とともに方法や形態は変化しても、DH の理念を継続していくことの重要性が強調された。他にも「DH を継続させることが重要ではなく、みんなでサポートできるような世の中を目指すことも大事」という社会に対する変化の必要性も語られた。

また、将来の社会において「当事者と専門職で知識・情報の差は小さくなる」という予測がある中で、専門職が必要とされる場面では、「経験を力にすること」「経験を蓄積し、集合知・集団に対する効果を見ること」が重要になるだろうという展望が示された。

DH 存続の危機（1993 年認可されるまでの財政難や人材確保の問題）を乗り越えた経験も共有され、「結果主義にならず最善努力を続けていく」「一人で抱え込まず、包み隠さず、スタッフ同士が話し合う」「メンバーを信じる」ことの大切さが語られた。

テーマ 3:「人生において重要なことは何か？」

人生における重要なことについて、様々な視点から意見が交わされた。

時代の変化とともに価値観も変わることについても議論された。昔は「キャリアなどが大切」であったが、今は「自分の周りにいる身近な人、家族、友人を大切にすること」と考え方が変化してきているといった意見があった。また「昔は自分に誇りを持つ、信念、向上心」が重視されていたが、「今は毎日を丁寧に、意識的に生きること」の大切さに変わってきているという意見もあった。その他に、「普通に朝起きることの素晴らしさ」といった日常の小さな喜びを大切にする視点も共有された

特に、病気や困難を抱えるときに、家族だけでなく DH や家族会のような支援の場の存在の大きさが指摘された。

また、「義理」「等価交換」の概念から、「人に与えることができない人はいない。人から与えられていない人もいない。それをしっかりと返していくことが自分にも相手にも大切」という人間関係の在り方についての考えも示された。

参加者の反応とアンケート結果

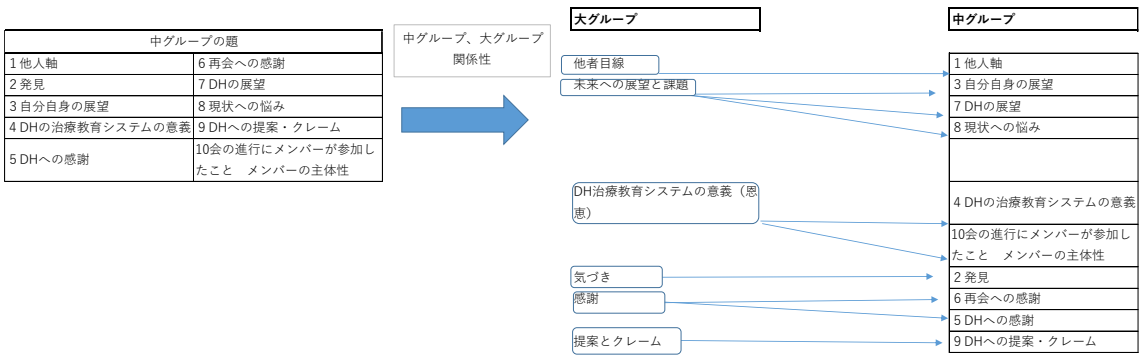
イベント参加者からのアンケート結果は非常に好意的なものであった。回答者 56 名のうち、「非常に満足」が 33 名、「満足」が 19 名と、約 93%の参加者が満足を示した。

参加者からは次のような感想が寄せられた。

- OB の方の現在の生活や苦労を知ることができ、心配と同時に希望も感じた
- 「丁寧に生きることが大切」という言葉が印象に残った
- 様々な立場の人の意見を聞くことができて有意義だった

特に印象的だったのは、自由記述のコメントを KJ 法で分析した結果、「他者目線」「未来への展望と課題」「DH 治療教育システムの意義（恩恵）」「気づき」「感謝」「提案とクレーム」という大きなテーマに分類できたことである。これは、参加者が DH について多角的に考え、その意義を深く認識していることを示している。（表１）

（表１）



イベント後のフォローアップ

イベント終了後、現在の DH メンバーとスタッフで内容を共有し、特にテーマ 1「優しさと厳しさ」について話し合いが行われた。メンバーからは次のような意見が出された。

- 厳しさの裏には優しさがないといけないと聞いて安心した
- 感じていたことを言葉にしてもらえて承認された気持ちになった
- DH 外の人の厳しさは必ずしも優しさに裏打ちされていないことがある
- 優しさの後に厳しいことを言われると受け入れにくい
- DH はリハビリの場であり、リラックスできる場所が良い
- 両立も可能で、優しさがベースの上で、就労を目指す人には個別に負荷をかけるべき

まとめと今後の展望

東大病院精神科デイホスピタル開設 50 周年記念イベント「DH のこれまでとこれから」は、単なる祝賀行事にとどまらず、DH の過去、現在、そして未来について深く考える機会となった。100 名を超える参加者が集い、その多様な立場から貴重な意見が交わされたことは、DH のコミュニティの広がりと深さを示すものであった。

パネルディスカッションにおける「優しさと厳しさ」「DH の継続」「人生における重要なこと」という 3 つのテーマを通じて、DH が提供してきた環境の特徴とその価値、そして将来に向けての課題が明らかになった。特に、優しさを基盤としながらも、個人の成長に応じた適切な「厳しさ」をどう取り入れていくかという問いは、今後の DH 運営において重要な指針となるだろう。

また、「変わることより変わらないことが大切」という指摘は、時代とともに変化する医療環境の中でも、DH の理念や価値観を継承していくことの重要性を改めて認識させるものであった。

今回のイベントで得られた知見や気づきを、今後の DH の運営に生かしていくとともに、参加できなかったメンバーへの共有やフィードバックを継続していくことが、DH の発展につながると考えられる。

結びに、多くの参加者が語ったように、DH は単なる医療機関ではなく、人々の「人生の回復」を支える場であり続けている。これからもその役割を果たし続けるために、今回のような対話と振り返りの機会を大切にしていきたい。

文責： 竹下保稔、森田健太郎　 2025/5/19