

Assertive Community Treatment
Guide



発行日 = 平成22年3月30日

発行者 = 特定非営利活動法人 地域精神保健福祉機構・COMHBO

〒272-0031 千葉県市川市平田3-5-1 Tel:047-320-3873 Fax:047-320-3871

URL:http://www.comhbo.net/act_ips_center/

編集 = LA MAPPA企画 / デザイン = 後藤圭介[OUTSIGHT GRAPHICS] / イラスト = 西谷 久 /

印刷 = 高千穂印刷株式会社

ACT
Assertive Community Treatment
Guide

ACTガイド

包括型地域生活支援プログラム



NPO法人地域精神保健福祉機構(コンボ)

目次

ACTはどんなサービスなの?	01
日本のACTの現状は?	01
ACTとは	02
いつ?・どこで?・だれに対して?	03
なにを?	04
どのように?・だれが?	05
ACTが大事にしていること	06
ACTの取り組みが 全国で広がっています	08
ACTプログラムの「質」を 評価するには?	09
[ACTチーム紹介]	10—23
01 ACT-J (千葉県)	10
02 ACT-K (京都府)	12
03 CSPおとふけ (北海道)	14
04 S-ACT (宮城県)	15
05 KUINA (茨城県)	16
06 ぴあクリニック (静岡県)	17
07 ACTおかやま (岡山県)	18
08 ACT-Zero岡山 (岡山県)	19
09 NACT (島根県)	20
10 ACT-U (愛媛県)	21
11 富山市民ACT (富山县)	22
12 ACT-G (富山县)	23

Assertive

Community

Treatment



新しくACTを
立ち上げたいときは? ————— 24

COLUMN
さまざまな研修の機会を
活用するには ————— 25

[立ち上げ準備中 ACTチーム紹介]

ACT-A(仮) / ACT銚子 /
略称未定 / AOT / Q-ACT ————— 26

ACTのサービスを
向上するために ————— 28

ACTの実践に必要な
技術と姿勢 ————— 29

コンボ・ACT-IPSセンター
について ————— 32

「ACT全国ネットワーク」
入会申込書 ————— 卷末

ACTはどんなサービスなの?

日本のACTの現状は?

—皆さんの疑問にお答えするガイドブックです—



伊藤順一郎

国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所
NPO法人地域精神保健福祉機構(コンボ)共同代表

「ACT(アクト/AssertiveCommunityTreatment:包括型地域生活支援プログラム)」
という言葉が少しづつ、精神保健医療福祉分野の人々に広がり始めています。

「訪問中心の多職種チームによる、24時間365日のサポート」、「重症の精神障がい
をもった人々が対象」というような枠組みについては、お聞きになった方も多いかも
しませんが、「実際に何をしているのか」「何を目指しているのか」「日本のどこで行
われているのか」というようなことになると、情報はまだ十分には伝わっていません。

そこで、私たちはこのたび、厚生労働省の「平成21年度障害者保健福祉推進事業」
の一部を活用して日本のACTの実態について調査をし、このガイドブックを作成いた
しました。ご一読いただいて、日本のACTの輪郭をつかんでいただければと思います。

ところで、「地域生活中心の精神保健医療福祉へ」という方向性が施策の中で謳
われてきながら、地域社会に出向きそこを拠点にして働く医療スタッフ、福祉スタッ
フの数はまだまだ少数です。

本気で取り組むのであれば、多くのスタッ
フが白衣を脱いで病棟を出て、地域社会
の中で利用者の方を支えることに十分時
間を使えるようにする必要があるのです。

ACTはこのような動きを促進でき
る支援プログラムです。どうか、みな
さん、ACTの普及をこれからも応
援してください。



ACTとは

Assertive Community Treatment

「ACT(アクト/Assertive Community Treatment:包括型地域生活支援プログラム)」とは、重い精神障害を持つ人が、住み慣れた場所で安心して暮らしていくように、様々な職種の専門家から構成されるチームが支援を提供するプログラムです。



ACTの「Assertive」という言葉には、もともと支援者が利用者の方に積極的にかかわるという意味が込められていたようです。一方、最近では、利用者の方の主体性を大切にするという考え方から、「自分が積極的に自己のやりたいことを探す」「主張をする」などという解釈もあります。実際にACTでは、利用者の方の希望に基づいたプランを利用者の方と支援者が一緒に作り、そのプランに沿ったサービスを提供しています。

ACTは、1960年代後半、アメリカのウィスコンシン州マディソン市から発展しました。標準的なケアマネジメントよりも、「入院期間の短縮」「地域生活の安定」「利用者の方の満足度」について明らかな効果が多くの国で報告されています。日本では、平成15年度より千葉県市川市国府台地区で日本版ACT(ACT-J)が初めて開始されました。現在は、日本におけるACTの実践が、それぞれの地域・システムのなかで摸索され、日本全国にだんだんと広まりつつあります(詳しくは、8頁をご覧ください)。

02

03



いつでも応援してくれる人とのつながりで、安心して暮らします
24時間365日体制で、オーダーメイドのサービスを提供します

ACTは、24時間365日体制で、緊急時はもちろん、利用者の方のためにオーダーメイドのサービスを提供します。原則的に期限はありませんが、回復してきてACTが必要なくなった場合には、他のサービスに移行することもできます。



自宅や会社、公園etc…、必要に応じて来てくれるのを助かっています

利用者の方や関係者の方が「生活している場」「地域・街」に直接訪問してサービスを提供します

ACTは、病院や施設などの保護的な環境だけではなく、利用者の方やそのご家族、関係者の方などが「生活している場」「地域・街」に直接訪問して、サービスを提供するのが特徴です。また、必要に応じて職場や学校などいろいろな場所へ積極的に出向いて行きます。



入退院を繰り返していた私が、一人暮らしをするようになりました

従来の治療では改善しにくい、統合失調症や躁うつ病などの重い精神障害を持つ方を対象としています

ACTは、統合失調症や躁うつ病などで重い精神障害を持ち従来の治療では改善しにくい方——長期の入院を余儀なくされてたり、精神科救急サービスを頻繁に利用する、入退院を繰り返している、またそのために、既存の地域精神保健医療福祉サービスの利用が困難な方たちを対象としています。



スーパーにいっしょに行って、
買い物を手伝ってくれました

利用者の方が希望する生活を実現していくように、
それぞれのニーズに応じてサービスを提供します。

ACTの対象となる方は、重い症状や障害のために、外来受診や買い物などの外出、ご家族との会話などに困難を感じる場合があります。ACTのスタッフが訪問してだんだんと信頼関係を作っています。そのため、もし病状が再発するなどの危機の場合にも、そのサインに気づいて利用者の方が早めに対処できるように支援をします。そして、一人暮らしや就職など、利用者の方が希望する生活を実現していくように、いろいろな場面でオーダーメイドのサービスを提供します。以下はACTで提供しているサービスの例です。

〈ACTで提供しているサービス例〉

- ① 住居を探したり、家主との調整を図るなどの住居に関する支援
- ② 買い物、料理、交通機関の利用、近隣関係など日常生活に関する支援
- ③ 就労について、利用者の方の希望を実現するための支援
- ④ 年金や生活保護の利用や金銭管理のアドバイスなどの
経済的サービスに関する支援
- ⑤ 公共施設などの社会資源の利用やグループ活動への参加など、
利用者の方を取り巻く周囲の社会ネットワークとの関わりの回復と維持のための支援
- ⑥ 利用者の方のご家族のための支援
- ⑦ 精神科治療を継続するため、診察や処方、自宅への薬の持参などの支援
- ⑧ 病気のこと、服薬のことなど、病気を自己管理するための支援
- ⑨ 危機状況時の介入や一時的な入院の間の支援
- ⑩ カウンセリング
- ⑪ 身体的健康に関する支援



エントリー、関係づくりから
支援計画の見直しまで、
利用者の方と協働で行うACTのサービス

私のペースで、“私のしたいこと”が
だんだんと実現していきます



ACTでは、以下のような7つのプロセスがあり、これらを基本に
サービスが提供されます。

〈ACTのサービスのプロセス〉

- ① 利用者の方のエントリー
個々のACTチームで定められた加入基準を満たす利用者の方が、紹介されます。
- ② 関係作り・契約
ACTのスタッフが利用者の方にプログラムを説明し、プログラム利用の同意を得ます。
- ③ 初期アセスメント(30頁参照)・初期計画作り
利用者の方が、「今、必要としていること」と目標を明確にします。
- ④ 包括的アセスメント
ACT導入後、一緒にいろいろな経験をしながら、「これからしたいこと」を考えていきます。
- ⑤ 支援計画の作成
包括的アセスメントに基づいて、長期・短期の目標を作ります。
- ⑥ サービスの実施・モニタリング
支援計画に基づくサービスを提供し、それらがどのように行われているかをモニタリングします。
- ⑦ 支援計画の見直し・既存のサービスへの移行
支援計画は少なくとも半年ごとに見直されます。必要に応じて無期限のサービスを受けることもできますが、生活状況が安定してきて、利用者の方がサービスの終了を望んでいる場合には、移行期間をおき、ACT以外の既存のサービスに引きついでいきます。



先生、看護師さん、福祉士さんetc…
いろいろなスタッフが私を応援してくれます！

多職種の専門家によって、
様々なサービスを直接提供します。

看護師、作業療法士、精神保健福祉士、就労支援の専門家、
医師などの多職種の専門家によってACTチームは構成され、
保健・医療・福祉のサービスの大部分を直接提供することで、
サービスの統合性を図っています。また、サービスの質を保つために、10名程度のスタッフに対して、100人程度の利用者の方を上限とするという比率を保っています。

ACTが大事にしていること



1.希望を持ち人生を楽しむことができること — リカバリー (Recovery)

「リカバリー」を直訳すると「回復」ですが、たんに治癒や回復のみを意味するものではありません。「障害を抱えながらも、希望や自尊心を持ち、可能な限り自立し意味のある生活を送ること」、そして、「社会に貢献することを学ぶ過程」などを意味しています。精神の病を経験していても、主体は、疾病ではなく、支援者でもなく、なんらかの困難さを持っている利用者の方自身です。

この概念がACTのスタッフ側に、改めて問い合わせているのは、「誰もがリカバリーは可能である」と信じる姿勢です。ACTのサービスの目標＝ゴールは、利用者の方のリカバリーを応援することです。そのために、ACTチームのスタッフは、精神の病を経験している人々の可能性を信じ、希望を失いかけている人に、希望を伝えることを大切にしています。

2.本人や環境の強み・長所を大事にすること — ストレンジス (Strength)



ストレンジスを直訳すると、「強み・長所」などとなります。ACTでは、強みに注目した考え方＝「ストレンジスモデル」を大事にしている、疾患や障害、問題点などではなく、利用者の方や自身を取り巻く環境が持っている健康な部分や可能性に焦点を当てています。また、利用者の方が持つ関心や願望も「ストレンジス」ととらえます。

「すべての人々が、自分の生活について判断し決定を

ACTのサービスの目的は、利用者の方が希望する生活を送れるよう、応援していくこと。そのため、ACTのスタッフが大切にしている3つの考え方、「リカバリー」「ストレンジス」「地域を中心とすること」をご紹介します。

行う権利と能力を持っている」という共通理解を持つことも必要です。なぜなら、精神障害といつても、判断能力を全部失うという事態は例外的な状態であり、すべての人と自身を取り巻く環境には、可能性・目標・才能・自信・資源などの強みが備わっているからです。



3.病院や施設ではなく、地域で自分らしく暮らすこと — 地域を中心とすること



精神の病を経験している人にとって、生活をする場所は、病院や施設の中ではありません。障害を持つ・持たないにかかわらず、「地域での生活を中心とすること」は本来あたりまえのことです。入院は急性期の治療のための例外的な状況であることが、共通認識とされるべきです。

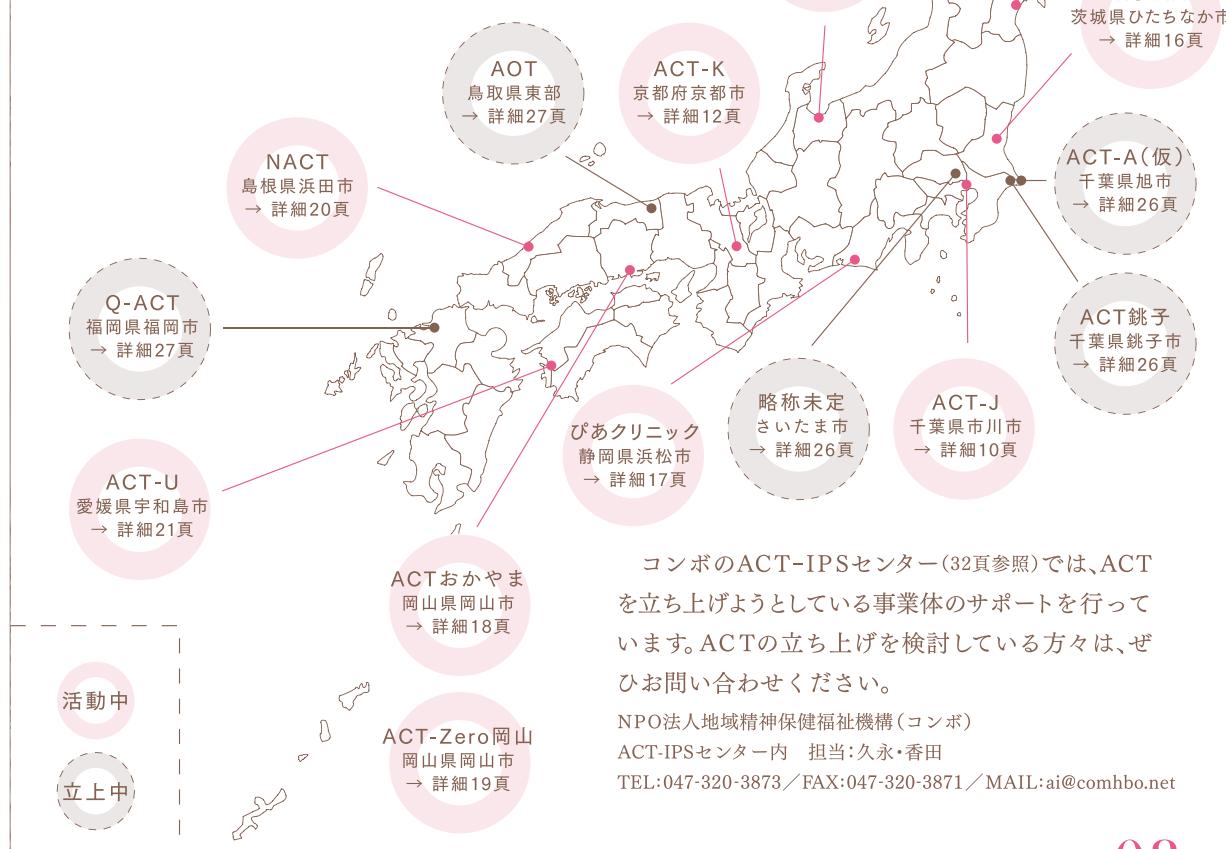
だからこそ医療・保健・福祉等のサービスは、もっと地域に主力をおく必要があり、入院治療機関の役割は限定されるべきです。入院は「緊急避難」であり、ケアはその地域において、よりきめ細やかに行なわれる必要があります。ACTは、利用者の方自身が、地域の中で自分らしい生活をしていくことを、応援しています。

ACTの取り組みが 全国で広がっています

～もっと全国にACTを広げよう！～

平成15年に日本初のACTチームが誕生してから、現在は、地図にあるように10数カ所のACTチームが誕生し、新たにACTチームの立ち上げを準備しているところ数カ所があります。

しかし、日本でACTチームが必要な数は1,200カ所とも言われていますので、まだまだ少ないので実情です。全国各地でACTのサービスを利用することができるように、ACTチームをさらに増やしていく必要があります。



ACTプログラムの 「質」を評価するには？

積極的に評価することで、サービスの質が向上します

利用者の方の希望する生活を送れるようサポートできるよう、ACTのプログラムは原則にそって実行することが求められます。そのために行うのが、「フィデリティ評価」です。フィデリティは直訳すると「忠実度」などの意味で、「フィデリティ評価」は、個々のACTチームのサービスの質が原則通りに保たれているかを、第三者に評価してもらい、今後のチームの成長の糧とするシステムです。

下図は、実際のフィデリティ評価の表です。このような評価を行うことで、ACTの原則が守られ、質の高いACTチームができ上がっていきます。点数が高いほど良い活動をしているという評価になり、一般的には各項目で4点以上の点数があることが期待されています。

ご家族に対する支援

利用者の方の身近な援助者としてご家族がいる場合には、直接関わりをもち家族支援を提供します。その項目は7つあり、そのうちの6~7項目が行われている場合に5点となります。

利用者の方のリカバリー重視と 自己決定の尊重

ACTでは、ケア計画作成などの支援過程に利用者の方が参加し、その方のリカバリーと自己決定を尊重することが大切です。この項目ではそれが行われているかを評価します。

ストレングスに基づいた包括アセスメント

ストレングスマodel(29頁参照)に基づき、利用者の方の強みなどを記述した包括アセスメント(30頁参照)の実施を評価する項目で、全6項目がすべて行われていると、5点となります。

ケースマネジメントのプロセス

ACTチームでは、ケースマネジメントのプロセス(過程)の実施について合意され文書化されていることが前提です。プロセスの全6項目がすべて行われていると、5点となります。

治療チームにおける コンシューマーの役割

この項目では、ACTのチームの中にコンシューマー(精神疾患の経験者)が参加し、ACTチームのメンバーの一員としてどのように関与しているかを評価します。

地域ベースのサービス

ACTのサービスは、利用者の方が実際に生活をする地域で行われることが大切です。利用者の方とのコンタクトが地域で行われる割合が80%以上であると、5点となります。

積極的エンゲージメントの仕組み

信頼関係を構築のための努力をしているかどうかを評価します。利用者の方がサービスを拒否している場合でも、支援を受け続けられるよう継続的に関係づくりを行うことが重要です。

サービスの量

サービスに費やす時間は、利用者の方の必要度に応じて長さを決める必要があります。利用者の方1人当たり平均週2時間以上のコンタクトがあると、5点となります。

関わりの頻度

関わりの頻度は利用者の方一人ひとりの必要に応じて決まり、頻度が高さが成果の向上に関連すると考えられています。利用者の方1人当たり平均週4回以上の関わりで、5点となります。

私的サポートシステムと ともに関わる

ACTは利用者の方だけでなく、支援のネットワーク(例:ご家族、家主、雇用主)にも支援を提供し関わります。支援ネットワークとの関わりが利用者の方一人当たり月平均4回以上で、5点となります。



ACTチーム紹介 01

ACT-J

NPO法人 リカバリーサポートセンター ACTIPS

所在地 〒272-0034 千葉県市川市市川4-11-25-101
TEL:047-373-4433 / FAX:047-373-4435

訪問範囲 千葉県市川市全域・松戸市南部

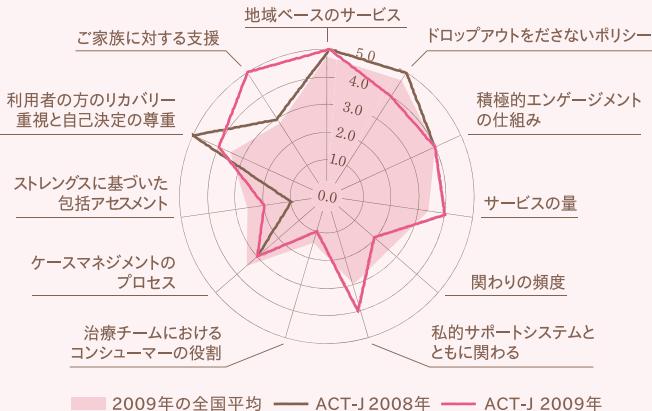
A C T
あなたの暮らしにとことんこだわる
リカバリー耕作隊！

活動内容

日本初のACTチームとして、
さまざまな活動をしています

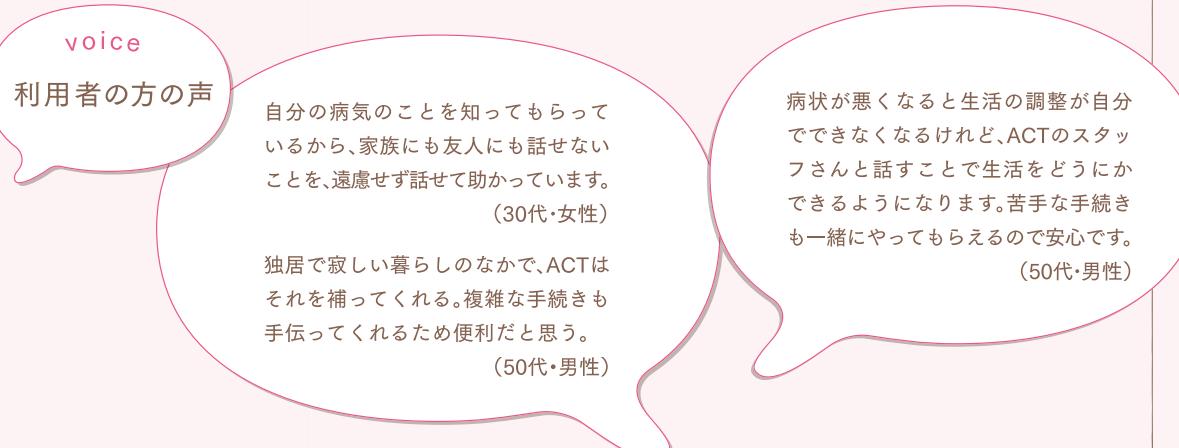
日本で最初のACTチームとして、臨床活動だけではなく、日本でのACTの標準版の追求とACTが日本の医療・福祉サービスとして定着するための普及啓発活動や技術協力にも力を入れています。

何回も入院を繰り返している方から長期入院の方の退院促進、さらに未受診・治療中断をしている方への対応と、対象となる方の加入基準を徐々に広げ、地域のニーズに応えられる活動を意識しています。



ACT-Jが大切にしている理念

- 利用者の方の可能性を信じ、彼らが希望を持ってリカバリーのプロセスを歩むよき伴走者となる
- チームの中でそれぞれの職種の持ち味や個性を生かしながら、協調して利用者の方の夢や希望の実現をめざす
- 利用者の方の地域生活を準備する視点よりも、地域生活を楽しむ視点を大切にする
- 利用者の方を管理したり依存を助長させるのではなく、その方々のエンパワメント(自分で自分の力を引き出し、コントロールできるようになること)と自立を心がける
- 利用者の方の障がいに焦点を当てるのではなく、ストレングスを最大限に伸ばすことができるような実践を行う
- リカバリーの大切さを周囲に伝え、リカバリーが実現しやすい地域作りに関与する



ACTチーム紹介 02

ACT-K

たかぎクリニック・ねこのて訪問看護ステーション・
NPO法人京都メンタルケア・アクション

所在地 〒604-0981 京都府京都市中京区御幸町通竹屋町上る毘沙門町557-2
MAIL: act-k@mbox.kyoto-inet.or.jp

訪問範囲 事務所から車で片道30分以内

人と地域の可能性を信じ続ける
愛と志を持った元気な芸能集団!!

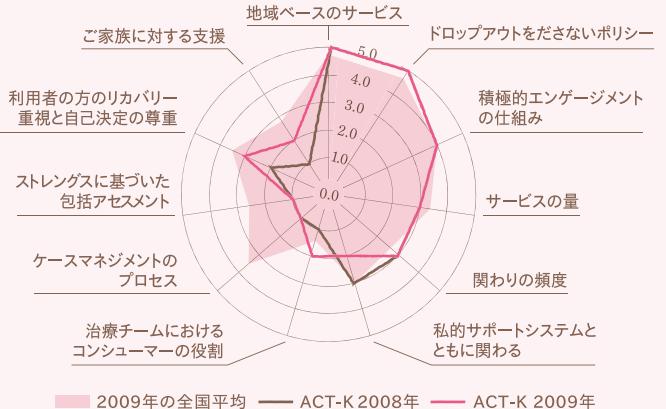
活動内容

しなやかに、したたかに、
その人らしさを最大に尊重した支援

ACT-Kの特色は、未来と利用者の方の可能性を信じるポジティブシンキングでしょう。これは利用者の方、スタッフ相互のストレングス(強み・長所)をフルに活用しようというチームの方針にも表れています。

スタッフは多種多彩で、個性と芸能を備えた大家族のようなチームです。それぞれの持ち味を生かしながら生き生きと活動をしていることが、スタッフの定着率の高さにつながり、そのこともチームの自慢の一つです。

そんなスタッフは、京都の街中で利用者の方やそのご家族とともに生きることに喜びを感じています。



精神保健医療福祉に変革の風を!

ACT-Kは、往診専門診療所、訪問看護ステーション、NPOの民間の3機関が協働して、臨床チームと研究チームを構成しています。このような取り組みは、日本で初めてになります。現在、多様なサポートを地域で展開中です。最近のニュースは、NPOの理事である大学教員を含めたスタッフによる、ご家族への強力な支援に取り組んでいることです。

ACT-Kの最大の特徴は、地域の中の誰でも、何でも資源としてどんな欲に活用するということ。福祉サービスや、医療サービスというような枠に縛られない——それが、利用者の方がふたたびあたりまえの生活ができるようになる、そのサポートにもなっていくのです。

voice

利用者の方の声

20年以上も長時間かけて通っていた通院からACTのサービスを受けるようになり、ゆっくり話せて本当のしんどさ(個人的なこと)を話すことができるようになった。また、生活にハリが出て、元気が出てくるようになった。(60代・男性)



ACTチーム紹介 03

CSPおとふけ

北海道立緑ヶ丘病院附属
音更リハビリテーションセンター

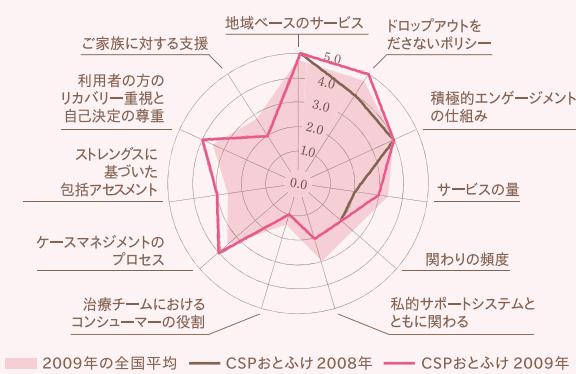
所在地 〒080-0334 北海道河東郡音更町緑が丘1番地
TEL:0155-42-4166 / FAX:0155-42-4239

訪問範囲 北海道十勝の管轄地域内全域

限りなくつづく青い空と緑の大地
笑顔と希望の未来を届け隊!!

活動内容

精神科医療、福祉における
ベテランスタッフが支援します



CSPおとふけは、「人は、たとえ重い精神障がいを持ちながらも、自らの望む地域において、自らの望む生活をし、人間としての尊厳を全うする権利を持っている。これらを実現するために彼らの可能性を信じ、長所を最大限に伸ばすような“エンパワメント”と“自立”を心がけた実践、安定した居住環境、生活、社会的役割の獲得を含む医療・保健・福祉などの包括的な支援を行う」をチームの理念として活動しています。精神科医療、福祉のベテランスタッフが、北の大地ならではの、最大片道100kmの訪問も行っています。

voice 利用者の方の声

助かっています。女一人暮らしで、家族も離れているので、どうしても一人でできないこともありますが、ACTのスタッフさんに手伝ってもらっています。
(50代・女性)



14

ACTチーム紹介 04

S-ACT

東北福祉大学せんだんホスピタル

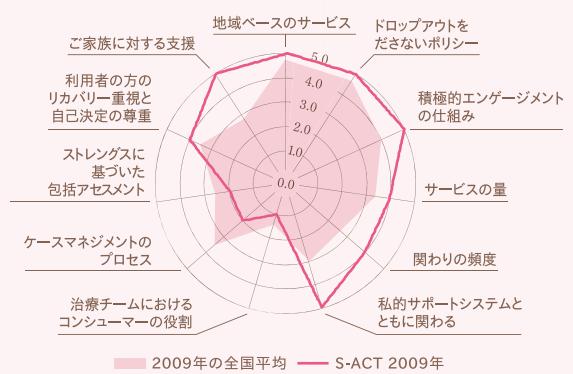
所在地 〒989-3201 宮城県仙台市青葉区国見ヶ丘6-65-8
TEL:022-303-0125 / FAX:022-303-0126

訪問範囲 東北福祉大学せんだんホスピタルから車で片道30分以内

さくっと退院!
さくっと訪問!
さくっと就労!

活動内容

一人ひとりの自己実現を
支援するために



S-ACTは、たとえ精神障害を持っていても、その人が望む地域で、その人が望む生活を実現していくためのサポートチームです。私たちの活動の目的は、①「急性期の方でも入院を回避して地域で支えること、②「入院が必要な方でもできる限り早期の退院につなげる」として、③「その人の自己実現を支援していくこと」です。利用者の方の生活を支えるためには、精神保健医療福祉の領域にとどまらない社会資源も活用しています。

voice ご家族の方の声

娘の病気で長い間苦戦をしておりましたが、S-ACTの方々にきめ細かな訪問をしていただくようになってから、家族皆の会話も円滑になり、安定できるようになりました。
(70代・男性)

