

# 分科会17

## IMRでリカバリー！ ～病気を理解し希望をもって生きる～

(IMR = Illness Management and Recovery: 疾病管理とリカバリー)

演者：内山繁樹（関東学院大学看護学部）  
IMR 利用者、渡辺厚彦（横浜市大センター病院臨床心理室）  
鈴木一広、吉見明香（横浜舞岡病院）  
IMR 利用者、デイケア職員（鷹岡病院のIMR グループ）  
IMR 利用者、星竜平、水野直武（日向台病院のIMR グループ、曾我病院）  
司会：浅野克己（IMR 利用者）、加藤大慈（横浜市立大学附属病院精神科）

Illness Management and Recovery (IMR: 疾病管理とリカバリー)は、精神疾患をもつ人が、自分に適した方法で自らの精神疾患を自己管理し、リカバリーゴールを目指すために必要な情報や技術を獲得することを目指す、パッケージ化された心理社会的介入プログラムです。アメリカ連邦政府による EBP (Evidence-Based Practices) 実施・普及ツールキットシリーズのひとつであり、ACT や家族心理教育、援助付き雇用とともに、科学的根拠にもとづいた実践とされています。日本では、2009 年に日本精神障害者リハビリテーション学会から発刊され、少しずつ普及しています。分科会では、IMR の説明や、初めて導入した施設の報告、IMR のデモンストレーション、IMR を実践した当事者とスタッフの人たちからの体験談やそれぞれのリカバリーについてのお話なども報告されました。会場には 120 人以上の方に参加していただきました。

### ●「IMR ってなに？」 内山繁樹

IMR について概要と、IMR 利用者が取り組んだリカバリーゴールを紹介しました。

### ●「IMR～はじめの一步 (Q&A)」 渡辺厚彦、IMR 利用者（音声出演）

IMR をやってみたくと思うと、その一方で「何を用意したらいいの」「テキストが厚すぎる」などいろいろな疑問や心配が頭に浮かぶかもしれません。そのような疑問にお答えするべく、参加したメンバーに事前インタビューした報告をしました。

### ●「はじめてみました IMR」 鈴木一広、吉見明香

病棟への導入はなかなか難しいと思われる方が多いですが、横浜舞岡病院では病院全体のプログラムとして IMR を導入しました。大変だった事、楽しかった事などや、参加者、スタッフの声が報告されました。

### ●「目標づくり；みんなで作ればなんとかなるさ」 鷹岡病院の IMR 利用者と職員

鷹岡病院デイケアでは、2010 年 4 月より IMR に取り組んでいます。病院が貸切バスを出して下さり希望者がフォーラムに参加し、今年はメンバーさんと職員で、「目標達成のための計画づくり」のデモンストレーションをしました。テキストだけではわかりにくい実際の様子が伝わり、とても好評でした。

### ●「IMR を経験した人からのメッセージ 2013」 IMR 利用者、星竜平、水野直武

“IMR のその後”をテーマに、現在の生活で IMR が役立っているところや、当事者を支える家族や周りの支援者の声が報告されました。会場の利用者さんのご家族からの発言もあり、大きな拍手がわきました。

IMR は、参加者が“リカバリー”を知り、実際にリカバリーしていくことを助けるプログラムであり、さらに既存の施設や周囲の人をリカバリー志向に変えていくことが出来るツールと再確認できました。

《加藤大慈（横浜市立大学附属病院精神科）》