障害の特性と職業生活上の課題（精神障害）

らしく、はたらく、ともに
独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構
埼玉支部　埼玉障害者職業センター

精神障害とは

「精神障害」の法律上の定義

精神保健及び精神障害者福祉に関する法律

第五条　この法律で「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。

障害者基本法

第二条　この法律において、次の各号に掲げる用語の意義は、それぞれ当該各号に定めるところによる。

一　障害者　身体障害、知的障害、精神障害（発達障害を含む。）その他の心身の機能の障害（以下「障害」と総称する。）がある者であつて、障害及び社会的障壁により継続的に日常生活又は社会生活に相当な制限を受ける状態にあるものをいう。

二　社会的障壁　障害がある者にとつて日常生活又は社会生活を営む上で障壁となるような社会における事物、制度、慣行、観念その他一切のものをいう。

障害者の雇用の促進等に関する法律

第二条（用語の意義）

一　障害者　身体障害、知的障害、精神障害（発達障害を含む。第六号において同じ。）その他の心身の機能の障害（以下「障害」と総称する。）があるため、長期にわたり、職業生活に相当の制限を受け、又は職業生活を営むことが著しく困難な者をいう。

『施行規則』

（精神障害者）

第一条の四　法第二条第六号 の厚生労働省令で定める精神障害がある者（以下「精神障害者」という。）は、次に掲げる者であつて、症状が安定し、就労が可能な状態にあるものとする。

一　精神保健福祉法第四十五条第二項 の規定により精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている者

二　統合失調症、そううつ病（そう病及びうつ病を含む。）又はてんかんにかかつている者（前号に掲げる者に該当する者を除く。）

統合失調症①

○症状

- 陽性症状：幻覚・妄想　など
- 陰性症状：感情の平板化、自発性の低下　など
- 認知機能障害：記憶、注意、視覚-運動処理、実行機能　など

○原因

- 未解明だが、脳内の神経物質（ドーパミンやグルタミンなど）の異常が症状に関係すると考えられている
- もともと神経系の発達障害があり、何らかのきっかけが作用して発症する説が有力

（参考図書：加藤忠史「脳と精神疾患」2009、新・精神保健福祉士養成講座「精神医学」2009）

統合失調症②

○発症

- 生涯罹患率は約0.8%
- 過半数が20歳前後に発症（16～40歳が多い）

○治療・予後

- 薬物治療中心。抗精神病薬は陽性症状に特に有効
陰性症状に有効な新薬も出てきている
- 社会参加に向けたリハビリテーションが重要
- 症状は一過性の場合もあるが再発を繰り返す者もいる
陰性症状が固定化する場合もある
- 過半数が社会参加できる

（参考図書：加藤忠史「脳と精神疾患」2009、新・精神保健福祉士養成講座「精神医学」2009 ）

気分障害①

○症状

- うつ･･･抑うつ気分、興味と喜びの喪失、食欲低下、睡眠障害、罪責感、思考力低下　など
- そう･･･高揚した気分、饒舌、社交的、病識欠如、抑制の欠如した言動　など
- 双極性と単極性に大別される

○原因

- 未解明だが、脳内神経物質（セロトニン、ノルアドレナリン、ドーパミンなど）との関係が想定されている
- さまざまな要因に環境要因（ライフイベントなど）が影響して発症すると言われている

（参考図書：加藤忠史「脳と精神疾患」2009、新･精神保健福祉士養成講座「精神医学」2009 ）

気分障害②

○発症

- うつ病の生涯罹患率は７％、双極性は０．６％
- うつ病は中高年齢、双極性は20～30歳代での発症が多い

○治療・予後

- 薬物治療が主体
- 精神療法（認知療法など）も重要
- うつ病は適切な治療で多くは寛解する（５割は再発）
- 双極性の場合、ほぼ生涯にわたって予防療法が必要になるとも言われている

（参考図書：加藤忠史「脳と精神疾患」2009、新・精神保健福祉士養成講座「精神医学」2009 ）

双極性障害の方によくあること

「躁」のときは、患者さんは「調子が良い」と思っているため、受診しようとはしません。

「うつ」のときには、「躁」を経験していても、本人に病気の自覚がないため主治医には伝えません。

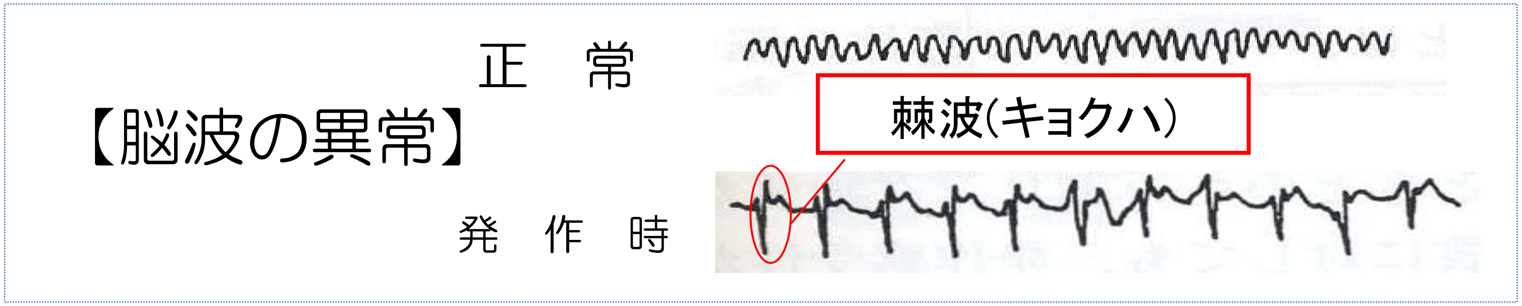
てんかん①

○症状

- 発作は多種多様。けいれんや意識障害が起こるもの、味覚や嗅覚の錯覚があるもの、無意識に歩き回るもの、転倒するものなど。前兆がある場合もある
- 発作が反復することで二次的な脳損傷が生じることもある

○原因

- 発作は、脳の神経細胞の過剰な興奮により引き起こされる（基本は神経回路の異常）



（参考図書：臨床精神医学講座「てんかん」1998、松浦雅人訳「てんかんハンドブック」2004）

てんかん②

○発症

- 累積発病率は3%といわれている（様々な報告があり、調査方法や年齢分布、地域の違いにより差が大きい）
- 大部分は小児期に発症。高齢期にも増加

○治療・予後

- 抗てんかん薬による治療が中心（服薬により60～90%の人は発作が抑制される）
- 適切な薬物治療にも関わらず難治の場合は外科手術が有効な例もある

（参考図書：臨床精神医学講座「てんかん」1998、松浦雅人訳「てんかんハンドブック」2004）

精神障害者の職業的課題

- 疲労しやすい
- 新しいことや変化に不安が強い
- 細かな指先の動作や複雑なことが苦手
- 波がある

精神障害者の支援のポイント

疲労しやすいことへの対応

- 短時間勤務の選択、短時間の勤務からの段階的なチャレンジ等の工夫
- 体力等の状況に応じた職業選択・環境調整

新しいことや変化に不安が強いことへの対応

- 可能な範囲で変化の少ない環境を選択
- 採用の前後、労働条件・職務内容が大きく変わるタイミング、人事異動の時期等には気分・体調面の変化に注意
- 生活場面の変化にも注意

細かな指先の動作や複雑なことが苦手なことへの対応

- 理解力、判断力、手先の巧緻性に応じた無理のない職務内容を検討する
- 難易度や責任の大きさ等は段階的に引き上げる
- 雑多な情報を整理・構造化し、不確実な事柄をできるだけ予測可能にすることで作業遂行力の向上を図る

波があることへの対応

- 通院と服薬の機会が確保できる職場環境、労働条件を整える
- 周期によって、勤務時間・仕事量を柔軟に調整
- 体調記録表を作成しチェックする

（まとめ）精神障害者の障害特性と具体策

障害特性	雇用管理の視点	具体策
疲労しやすい	疲労具合見極め	就業時間、就業日数の調整
		休憩時間の設定
不安を感じる	不安内容の確認 フィードバック	日誌をつける
		定期面談で話を聞く
		おすみつき(報告と確認等)
複雑なことが苦手	伝達する情報量の見極め	仕事の難易度は段階的に
		整理・構造化してから伝達
波がある	周期や振幅の見極め	体調記録表をつけさせる
		周期によって仕事量の調整

【参考】
職場における具体的な支援

「業務振り返りシート」の例 ～大東コーポレートサービス株式会社

業務の振り返り　　　　○○○○年　○　月　○日～
名前：

質問項目	○で囲んでください					その時の状態
① 体調はいかがでしたか?	良い	まあまあ良い	普通	あまり良くない	悪い	
② 疲れ具合はいかがですか?	すごく疲れた		程よい疲れ	疲れていない		
③ 2 週間の目標を意識できましたか?	できた	だいぶできた	普通	あまりできなかった	取り組めなかった	
④ 仕事は集中して取り組めましたか?	取り組めた	だいぶ取り組めた	普通	あまり取り組めなかった	取り組めなかった	
⑤ 他社員との対人関係はいかがでしたか?	できた	だいぶできた	普通	あまりできなかった	できなかった	
⑥ 業務やその他で困りごとはありましたか?		あった		なかった		
⑦ 具体的に何に困りましたか?						
⑧ 質問項目以外に話したいことはありますか?						

※留意点

・傾聴を意識　・定期的に相談時間を設定　・職場全体の雰囲気を和やかに

・休憩時間などに無理にコミュニケーションをとろうとしない

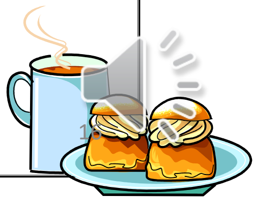
（出典：精神障害者のための職場改善好事例集、2009）

ありがとうございました

当機構では、各障害に関する理解を深めていただくため、マニュアル、情報誌、リーフレット等を作成し、提供しています。
ホームページでご覧いただけますので、ご興味がありましたらご覧ください。

https://www.jeed.go.jp/disability/data/handbook/index.html

トップページ　→　障害者の雇用支援　→　各種資料　→　ハンドブック・マニュアル等

独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構　埼玉障害者職業センター

〒338-0825　さいたま市桜区下大久保136-1
Tel：048-854-3222
https://www.jeed.go.jp/location/chiiki/saitama/index.html