

## 学習院大学 学生センター 学生相談室ニューズレター

〒171-8588 東京都豊島区目白1-5-1 中央教育研究棟 2階 ☎ 03-3986-0221 内2514

★開室時間 : 月曜 ~ 金曜 9:30~17:00 土曜 9:30~12:30 (昼休みも開室)

学年末試験が終わって気分的に開放されている人も多いことでしょう。また、学部3年生の人や大学院修士課程1年の人たちは就職活動が本格的になってきていると思います。皆様に春休みを有意義に過ごしてもらいたいと思います。

### 開催報告 平成 24 年度 学生相談室主催 教職員対象セミナー

### 精神科医療の最前線 ー早期発見・早期治療のためにー』

日時 : 平成 24 年 12 月 18 日 (火) 18:00~19:30 会場 : 中央教育研究棟 508 教室

講師 : 根本隆洋先生 東邦大学医学部精神神経医学講座 准教授)

#### 【精神科領域における早期発見・介入の重要性】

医学全体における予防と早期発見・早期介入はその疾患の重症化に伴う長い苦痛を最小限にしたいという人として自然の願いです。

近年、精神科領域においても、早期介入について着目する研究が相次いで発表され、様々な援助サービスや治療が模索されています。

今回はその研究実績の中でも特に統合失調症についての早期介入・治療について取り上げます。

#### 【統合失調症とは?】

精神疾患に対しては残念ながら、様々な偏見があります。特に統合失調症(2002年までの呼称:精神分裂病)に対しては、「不治の病」「遺伝性」「人格の崩壊」などという非常に悲観的なイメージをもたれています。しかし、実際はその本態や原因も未解明な部分も多くありながらも、治療可能な主に脳の器質的な原因による病気であると考えられるに至っており、薬物療法が極めて有効であることが実証されてきました。下記の症例は、統合失調症の症状を理解いただくために、実際の症例を元に作った架空の症例です。

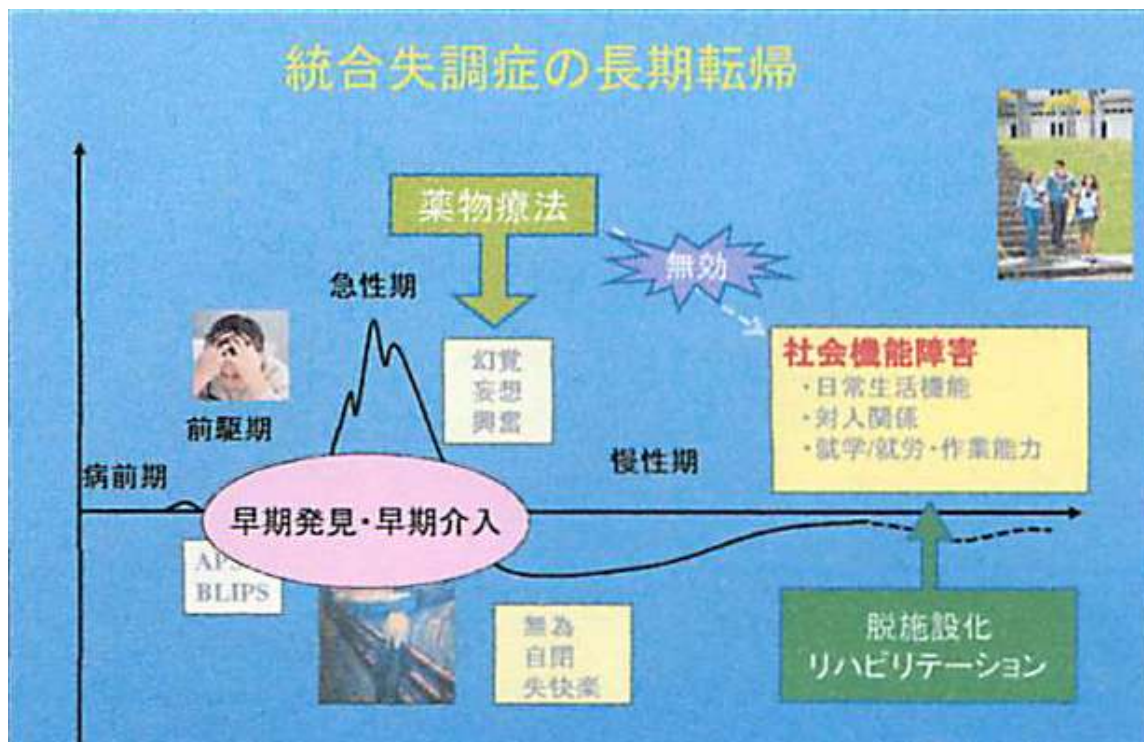
#### 統合失調症 症例



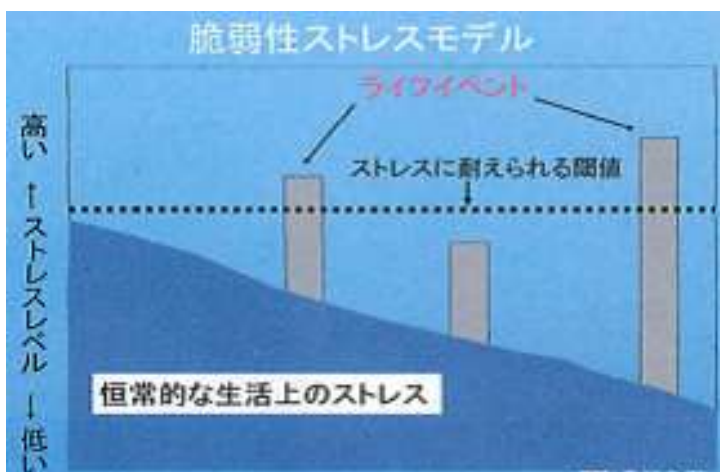
- ・ 22歳の男性。大学4年生、両親に伴われて来院した。
- ・ 両親と同居している。1年ほど前から次第に無口になり、自室に閉じこもることが多くなった。大学へもほとんど行かなくなった。
- ・ 最近、まるで誰かと会話している調子で独り言を言うが、小声で、なんと言っているかは聞き取れない。ときどきニヤニヤと笑ったりもするが、なぜ笑うのかと聞いても、別になんでもないと言う。
- ・ 窓を開けて外を見回し、誰もいないのに「今、外にいたのは誰?」と家族に聞いたりする。
- ・ 数日前、突然家からいなくなり、2日後に戻ってきたが、どこにいたかは語らない。昨日、テレビのアンテナを工具で切断してしまった。

## 症状

- 思考の障害：妄想、滅裂、思考伝播  
⇒考えのまとまらなさ、根拠のないおかしな考え
- 知覚の障害：幻聴、体感幻覚など  
⇒いわゆる「五感」の変化
- 感情の障害：情緒不安定、平板化  
⇒感情も不安定になる
- 行動の障害：意欲低下、無為、自閉  
⇒いわゆる引きこもりになりやすい
- 自我障害：離人感、させられ体験など  
⇒自分が自分でなくなる感じ
- 社会機能障害：コミュニケーション能力の障害、セルフケア能力、余暇の楽しみ方  
⇒日常生活への支障
- 認知機能障害：記憶障害、学習障害、注意障害  
⇒記憶力などいわゆる脳機能が障害される人も少なくない



## 【統合失調症の発症の原因】



統合失調症の発症のきっかけにストレスが関与する割合が高いことは疫学調査で、ある程度検証されています。しかし、同じストレスに晒されても、発症せずすむ場合と発症にいたる場合があります。それはその人の器質的なストレス脆弱性に関与するものと考えられます。

図に示してありますように、ストレスに耐えられる閾値は様々な要因によって規程されています。

特に思春期、第二次性徴期、青年期の親から自立や職業選択など将来への不安を抱える時期に遭遇するストレスは発症のきっかけになりやすいと考えられます。

### 発達段階からみた青年期

E.H.エリクソンの発達理論 (Erikson, 1950, 1957)

発達段階	心理・社会的危機、課題
I 乳児期	基本的信頼 対 基本的不信
II 幼児前期	自律性 対 恥、疑惑
III 幼児後期	積極性 対 罪悪感
IV 児童期	勤勉性(生産性) 対 劣等感
<b>V 青年期</b>	<b>自我同一性 対 自我同一性拡散</b>
VI 成人前期	親密性 対 孤立
VII 成人後期	生殖性(世代性) 対 停滞
VIII 老年期	統合 対 絶望、嫌悪

### 青年期の特徴と心理社会的危機

青年期の特徴  
親への依存関係から徐々に脱し、家族以外の他者と親密な関係を深めていく時期。進路の問題や人生観、価値観の問題など、自分の一生について決定すべき様々な問題に直面する (中島ら、2005)。

### 【統合失調症の早期介入の有効性】

薬物療法・リハビリテーション等の治療により、現在では発症した人の概ね4分の3はほぼ寛解にいたるとWHOの調査では報告されています。現在はより進んで予防と言う観点からの試みがなされており、目覚ましい実績があげられています。

それが以下に示す英国で行われた『バッキンガム・プロジェクト』です。10万人当たり、7人以上の疫学統計上発症予想が、早期介入により0.75人に、つまり10分の1以下に抑えられたという驚くべき効果が示されたのです。(参考文献:『インテグレイテッド・メンタルヘルスケア』RH. Falloon 他 水野雅文他訳 中央法規出版)

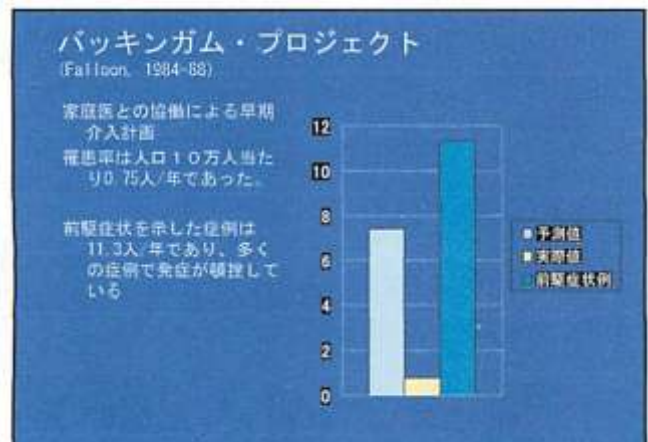
このプロジェクトは、統合失調症の前触れとなる症状を示した症例に対し、早期介入を行うことにより、発症に至らなかったということになります。

### Falloon (1992)による早期介入 バッキンガム・プロジェクトの詳細 1

対象 住民35,000人のバッキンガムシャ  
20,000人が17-65歳

医師 16名(家庭医)  
スタッフ 看護師 12名、精神科医師 2名、  
心理士 1名、PSW 1名、事務員 2名

介入方法  
1 家庭医による早期発見方法のトレーニング  
2 早期症状に対する即時のアセスメント





統合失調症の病気の経過には、発症前の数年間に何らかのサインと思われる前駆症状が表れます。それは近年の脳科学の進歩により画像でも明らかになっています。発症患者の脳表面全体を微細な経時的萎縮を解析する方法を用いて、精神病発症前後における画像を比較すると、前頭前野に顕著な萎縮・容量の減少が認められており、前頭前野を含む神経ネットワークの機能障害が発症と関連すると考えられます。



### 【前駆症状とは？】

下の表の症状が、発症前に表れやすいということが明確になってきています。そのための質問項目セルフチェックシートが東邦大学大森病院のホームページから参照できます。  
<http://www.lab.toho-u.ac.jp/med/omori/mentalhealth/selfcheck/index.html>

**「前駆」症状の疾患非特異性**

◎頻度の高い前駆症状

注意・集中の減弱、意欲減退、抑うつ、不眠、不安、  
 社会的引きこもり、猜疑心、社会的役割機能の悪化、焦燥


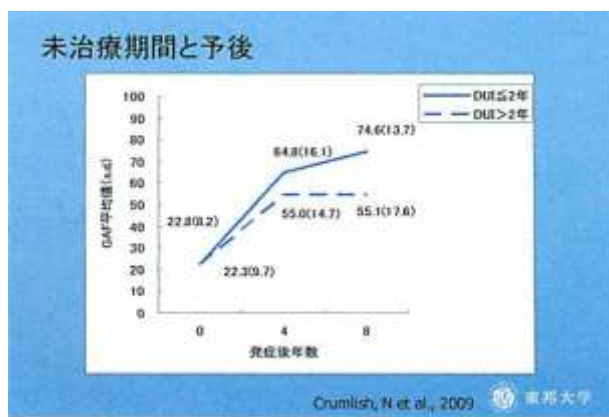
*Yung et al. 1996*

この発症前危機状態を **ARMS (At-risk mental state)** と呼び、精神病に繋がりやすい症状を少しでも早く見出し、専門家に繋ぎ、適切な介入により発症を頓挫させることが必要です。

それに対して発症してしまいがちながらも専門家の介入がなされていない状態を **DUP ( duration of untreated psychosis)** と呼び、その期間が長いほど、下記に示される様々な障害が広がることが示されています。

### DUPと関連する指標

- ・ 転帰が不良
- ・ 治療反応性
- ・ 寛解に至るまでの時間
- ・ 寛解到達レベル
- ・ 再発率
- ・ 認知機能の低下
- ・ QOLの低下

### 【すこやかな青年期を過ごすために】

### 思春期・青年期に対する介入

□ 思春期・青年期前期  
精神疾患の好発年齢  
成長、教育の過程

より早期に適切な介入を行なう必要性

積極的な働きかけと包括的な支援の場が望まれ、世界各国で取り組みが行なわれている



### 【終わりに】

今回の根本先生のご講演により、近年の精神科領域における早期介入の有効性を学ぶことが出来ました。学生相談室は、8000 人余の在学生在がよりよい大学生活を送るため、精神面の健康を守る重要な役割を担っています。**ARS (発症前危機状態)** の特徴は、大学生には身近な行動傾向です。殆どの学生は一時的にこのような状態に陥ることがありながらも無事に過ごすことが出来ています。しかし、中にはそれが病気のサインであるにも関わらず、見過ごしてしまっていることもあるかと思われます。そんなサインを見逃さずに、医療の専門家の介入に繋げ、療学援助 (学生生活を送りながら治療を並行して行い、社会人としての自立生活を目指す援助を行う) というスタンスでの応援を行っていくのが学生相談室の役割です。

今回のご講演を今後の学生相談室の活動のレベルアップのための重要な基盤として生かしていきたいと強く思います。

(相談員: 高橋道子・中野良吾)

## 開催報告 平成24年度 第2回(通算4回) 学生対象スモールセミナー

日時：平成24年10月16日(火)～平成25年2月5日(火) 16:15～17:30

会場：学生相談室 コミュニティスペース

グループワーカー：中村干城(たてき)先生

目標) 社会的スキルの向上を目指すグループトレーニング

ー話し合いにより、イベントを企画し実行するための実習ー

会場) 学生相談室コミュニティ・スペース他

講師) 中村干城氏(都立多摩精神保健福祉センター非常勤グループワーカー)

日程) 平成24年10月16日、10月23日、10月30日、11月6日、11月13日、12月4日、  
平成25年2月5日

今回は、ゲストをお招きし、学外での体験実習を行いました。イベント企画のための話し合いのプロセスを踏むこと、準備段階の役割決定、準備及び下見、などメンバーが何度も話し合いを重ねることにより、主体的にグループワークを行うこと、そのプロセスを楽しむことが出来、12月4日には東京タワーからの夜景を楽しみました。試験終了後の2月5日に反省会と打ち上げを行いました。

(相談員：高橋道子)

## 学生相談室の利用状況について

学生相談室では、「カウンセリングルーム」において学生さんと相談員が対面で個別面談する形での利用が大半を占めます。しかしこの他にも、「コミュニティスペース」を授業の合間などに利用する学生さんも多くみられます。

### 個別面談の利用状況

平成23(2011)年度に、個別面談で利用した学生(学部生・院生・科目等履修生)の実数は、290名(男子126名、女子164名)でした。これをのべ数で見ると約2200回に上りました。1回の利用で悩みが解決する人もいますが、一人が同じ相談事での利用を複数回繰り返すケースも決して少なくはありません。一方、相談室を利用して「あまりしっくりこなかった」「相談員と相性があわなかった」「この先あまり利用を続けても意味がないかもしれない」といった感触を持ったなら、利用を中断するケースも勿論あります。自由な意思が尊重されます。また、一旦利用を見合わせても、しばらくして同じ内容ないしは別のことで相談を訪れる人もいます。利用することに慣れた学生さんからは「在学中、いつでも何回でも気軽に利用できるので、とても身近に感じています」という声が聴かれます。

個別面談に来る学生さんの相談内容や悩みは、実に様々です。「勉強がはかどらない」「学業に集中できない」といった「学業・履修」の問題は全学年に、「緊張しやすく就職活動がうまくいかない」「進路が決まらない」といった「将来・進路」への不安や迷いは、就職活動が本格化する3年生に多く見られます。更に「自分の性格について知りたい」「最近不安で眠れない」「疲れがたまりやる気も出ない」といった「性格・心理・メンタルヘルス」など心の側面や、「深く付き合える友人が見つからない」「人の眼や顔色が気になる」といった「対人関係」の悩みまで、広く多岐にわたっています。近年では、インターネット上のトラブルに

巻き込まれる不安についてなどの相談も増えてきました。犯罪に巻き込まれる可能性のある事柄では、一人ひとりが被害にあわないよう、未然に十分注意したいものです。そしてもし困ったら、一人で抱え込まずどうぞすみやかに私たち学生相談室に相談して下さい。

さて、月別の面談回数では、何月が一番多いと予想しますか？これをのべ数でみると、4月が全体の11.9%と最も多くなっています。これは、4月が新年度はじめということで新入生はもとより、大学生が新しい環境や課題に適応してゆく上でストレスを感じやすい時期であるからだと思われます。

## 個別面談以外の利用状況

平成23(2011)年度の個別面談以外の相談室利用者数(のべ)は、記録に残せた数だけで1655名(男子686名、女子969名)で、昨年度の1287名(男子564名、女子723名)より大幅に増加しました。第一学期中の4月から7月までの利用者数は、合計722名であり全体の約半数を占めています。特に4月の利用者が226名(全体の13.7%)と最も多くなっています。「予約」、「受付での相談」、「各種問い合わせ」、「報告・挨拶」、「各種サービス」が他の月よりも多いことを反映しています。



面談以外の来室の主たる目的や利用方法は、「コミュニティスペース利用」が45.8%であり最も多く、次いで面接の「予約」が27.6%でした。この「コミュニティスペース利用」者数には、相談員の個別面談待ちの人数は含まれず、部屋の利用のみを目的に来室した人数を計上しています。

コミュニティスペースには、大テーブルが2つと、学生用のパソコンを2台設置されており、いわば「多目的フリー・スペース」です。

一学期中の4月から7月までの利用者は、合計336名であり年間全体の44.3%を占めていました。この中には、大学という新しい環境への戸惑いや疲れを感じる新入生が、学生相談室を一時休息の場としたり食事をする場所にしたりと、まだ学内での居場所が見つからない学生さんの利用も多く含まれています。また、新入生に限らず「気持ちが落ち着かない」「イライラする」時などに、また面談までの間(面談後)、しばらく相談室で休みたい時などに利用されています。以上のように、このスペースは利用者の皆さんにとって『一息ついて自分を取り戻す大切な居場所』としての重要な役割を果たしているといえましょう。

このほかに、学生相談室には心理関係の専門書や雑誌等が所蔵されており、またコミュニティスペースと待合室には寄贈図書からなる各種単行本や文庫本、漫画等が備えてあります。

もうすぐ成績も出て、新たな年度を迎えますね・・・、どうぞお気軽に一度覗いてみて下さい。

(相談員：細谷紀江・中野良吾)

## 開催予告 父母等保証人対象 第4回「保証人サロン」

今年度の最後の保証人サロンを開催いたします。

学習院大学 学生センター 学生相談室 主催

平成24年度 第4回

「保証人サロン」ご案内

第1回(6月16日)・第2回(10月6日)・第3回(12月15日)に引き続き、「保証人サロン」を開催いたしますのでお知らせ申し上げます。

大学にお尋ねになりたいこと・気になっていらっしゃることを、当室の専任相談員3名と、また、参加された方々で、お茶を飲みながらくつろいで懇談いたしませんか。キャンパスのご見学かたがたでも、お気軽にお立ち寄りください。

お申し込み、費用などは不要ですが、事前のお問い合わせもお受けいたします。

●月 日 : 平成25年2月23日(土)

●時 間 : 10:00 ~12:00 の時間内に、ご自由に入退室いただけます。

●場 所 : 学習院大学中央教育研究棟 2階 学生相談室

〒171-8588 東京都豊島区目白1-5-1 ☎ 03-3986-0221 内2514

☆ 通常の開室時間・受付時間 : 月曜~金曜 9:30~17:00

土曜 9:30~12:30

— ご参加・通常の開室時間でのご相談は、本学在籍の学生の保証人の方に限らせて頂きます。

どうぞご了承ください。—

学生センター 学生相談室

**編集後記 第7号ニューズレターをお届けしました。ご愛読のほどお願い申し上げます。**

学生相談室では個別の相談をお受けするだけでなく、学生、保証人、教職員を対象としたセミナーや懇談会などを実施しております。これらは関係者の方や関係各部署のご協力のおかげです。

平成25年も今年と同様に微力ながら、学生生活のサポーターとなるべく活動していきたいと考えております。今後とも、何卒、宜しく願い申し上げます。

発行責任者 室長 狩野 智洋(外国語教育研究センター教授) 編集担当 中野 良吾(臨床心理士)