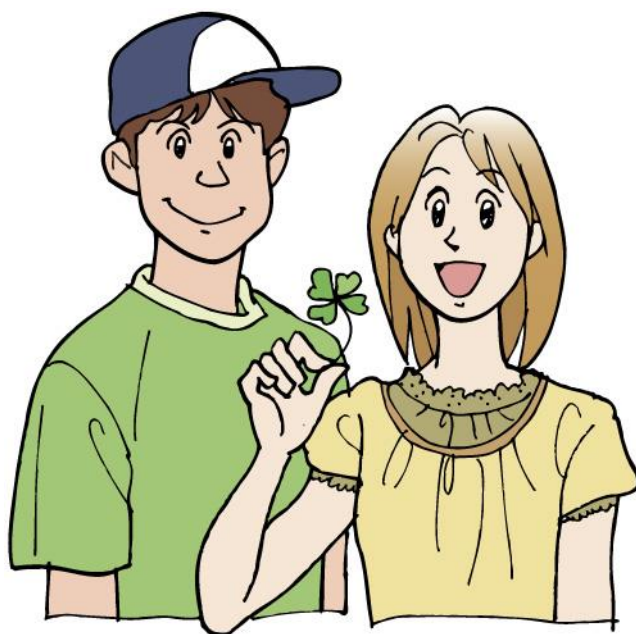


精神障害者保健福祉手帳障害等級判定基準

# 家族のための 手帳取得マニュアル



**名古屋市精神障害者家族会連合会**

事務所 〒458-0041 名古屋市緑区鳴子町2丁目170番地  
連絡先 TEL/FAX (052) 846-5576

# 精神障害者保健福祉手帳障害等級判定基準

## 障害等級の基本的なとらえ方

障害等級を判定基準に照らして判定する際の各障害等級の基本的なとらえ方を参考として示すと、おおむね以下のとおりである。

### (1) 1級

精神障害が日常生活の用を弁ずることを不能ならしめる程度のものである。この日常生活の用を弁ずることを不能ならしめる程度とは、他人の援助を受けなければ、ほとんど自分の用を弁ずることができない程度のものである。例えば、入院患者においては、院内での生活に常時援助を必要とする。

在宅患者においては、医療機関等への外出を自発的にできず、付き添いが必要である。家庭生活においても、適切な食事を用意したり、後片付け等の家事や身の清潔保持も自発的には行えず、常時援助を必要とする。親しい人との交流も乏しく引きこもりがちである。自発性が著しく乏しい。自発的な発言が少なく発言内容が不適切であったり不明瞭であったりする。日常生活において行動のテンポが他の人のペースと大きく隔たってしまう。些細な出来事で、病状の再燃や悪化を来しやすい。金銭管理は困難である。日常生活の中でその場に適さない行動をとってしまいがちである。

### (2) 2級

精神障害の状態が、日常生活が著しい制限を受けるか、又は日常生活に著しい制限を加えることを必要とする程度のものである。この日常生活が著しい制限を受けるか、又は日常生活に著しい制限を加えることを必要とする程度とは、必ずしも他人の助けを借りる必要はないが、日常生活は困難な程度のものである。

例えば、付き添われなくても自ら外出できるものの、ストレスがかかる状況が生じた場合に対処することが困難である。医療機関等に行く等の習慣化された外出はできる。また、デイケア、障害者総合支援法に基づく自立訓練（生活訓練）、就労移行支援事業や就労継続支援事業等を利用することができる。食事をバランス良く用意する等の家事をこなすために、助言や援助を必要とする。清潔保持が自発的かつ適切にはできない。社会的な対人交流は乏しいが引きこもりは顕著ではない。自発的な行動に困難がある。日常生活の中での発言が適切にできないことがある。行動のテンポが他の人と隔たってしまうことがある。ストレスが大きいと病状の再燃や悪化を来しやすい。金銭管理ができない場合がある。社会生活の中でその場に適さない行動をとってしまふことがある。

### (3) 3級

精神障害の状態が、日常生活又は社会生活に制限を受けるか、日常生活又は社会生活に制限を加えることを必要とする程度のものである。例えば、一人で外出できるが、過大なストレスがかかる状況が生じた場合に対処が困難である。デイケア、障害者総合支援法に基づく自立訓練（生活訓練）、就労移行支援事業や就労継続支援事業等を利用する者、あるいは保護的配慮のある事業所で、雇用契約による一般就労をしている者も含まれる。日常的な家事をこなすことはできるが、状況や手順が変化したりすると困難が生じてくることもある。清潔保持は困難が少ない。対人関係は乏しくない。引きこもりがちではない。自主的な行動や、社会生活の中で発言が適切にできないことがある。行動のテンポはほぼ他の人に合わせるができる。普通のストレスでは症状の再燃や悪化が起きにくい。金銭管理はおおむねできる。社会生活の中で不適当な行動をとってしまふことは少ない。

## 1 精神障害者手帳の対象となる疾患

精神障害者手帳の対象となる疾患は以下の7つです。

- ①統合失調症
- ②うつ病、躁鬱病等の気分障害
- ③てんかん
- ④薬物やアルコール等の中毒依存症
- ⑤精神遅滞を除く、器質精神病
- ⑥非定型精神病
- ⑦その他の精神疾患（睡眠障害や行動障害、異常食障害など）

これら7つのうちどれかの疾患であることが診断された日から6カ月経過し、病状が固定している場合に精神障害者手帳の申請を行う事ができます。

例えば、身体の異変に気づき、4月1日に精神科へ通院し、「てんかん」であると診断されたとします。その人は、6カ月後の10月1日に症状の改善が見られなければ精神障害者手帳の申請ができることとなります。

## 2 手帳の申請手続き方法

手帳の申請は、地域の福祉事務所等の担当窓口で申請を行います。

手帳の手続きは申請主義なので、あなたが申請を行わない限り障害者と判定されることはありません。必要書類は以下の3つです。

- ① 精神保健指定医に記述してもらった診断書
- ② 精神障害者手帳の申込書
- ③ 顔写真（縦4cm×横3cm）

申請後、各都道府県の判定会議にかけられ、概ね1～2カ月ほどで判定が下ります。注意したいのが、診断書については必ず指定された医師の診断が必要です。自分の主治医が指定を受けているかを確認し記入の依頼を行いましょう。

## 3 精神障害者保健福祉手帳の等級

手帳の等級は1級から3級までの3つの区分に分けられます。言葉を少し崩して分かりやすく表にまとめてみました。

等級	状態
1 級	日常生活が不能なもの
2 級	日常生活に著しい制限を受けるか、著しい制限を加える必要があるもの
3 級	日常生活や社会生活に制限を受けるか、制限を加える必要があるもの

1級が一番重く、3級が一番軽い障害の程度となります。1級の場合日常生活が全くできない人です。1級レベルになると、単身での生活は不可能に近い状態で、病院や施設に入院入所している方が多くなります。意思疎通ができない場合も多く、精神障害の中では最重度となります。

2級では、引きこもりや未就労状態の方が多くなり、家族の支援やヘルパーの支援で何とか日常生活ができるレベルです。一部はデイケアや作業所などへ何とか通所できている方も含まれる。

3級になると、顕著な引きこもりはなくなり、合理的配慮の下でアルバイトや障害者枠での就労又は一般就労など社会参加ができていますの方が多くなります。

## 4 精神障害者保健福祉手帳取得のメリット

精神障害者保健福祉手帳を取得するメリットは多くありますが、大まかに言うと以下の7つがメリットとしてあげられます。

- ① 障害者の求人枠で仕事を探すことができる
- ② 各種税金の控除が受けられる
- ③ NHK等の公共料金の減免が受けられる。
- ④ 障害者の福祉手当が支給される場合がある
- ⑤ 障害者年金を受給できる場合がある
- ⑥ 自立支援医療(精神通院医療)により医療費が1割負担になる
- ⑦ 生活保護を受けている場合障害者加算が計上される

これ以外にも、名古屋市では手帳があれば地下鉄や市バスなど無料乗車券が受給されます。他障害者同様に手帳1・2級所持者は医療費が全科全額無料となります。

## 5 注意!!更新が必要です

精神障害者保健福祉手帳は、他の療養手帳や身体障害者手帳と違い、2年に一度の更新が必要となります。うっかり更新せずにいると、手当や障害年金の支給までストップしてしまう場合がありますので注意しましょう。

有効期限については手帳の表面に記載があります。有効期限の3ヶ月前から更新を行うことができますので、早め早めの手続きを心がけましょう。

なお、更新時に必要な書類は申請時の書類と同じで、①診断書②申請書③顔写真の3つの書類が必要となります。

## 6 生活保護と障害者手帳

障害者手帳を持っていて、生活保護を受給すると障害者加算が計上されます。障害者加算の金額は障害の等級と地域により、月々1万5千円~2万6千円程度の加算が計上されます。

生活保護と障害の関係については、「家族のための生活保護受給マニュアル」を参考にしてください。

>>障害者が生活保護を受ける場合の条件と優遇措置まとめ

>>生活保護費の金額が優遇される!?受給額が上乗せされる8つの加算

## 医師に診断書を書いて貰うためのポイントをご紹介します

### 医師は診断書を書かなければいけない

医師法第19条2項により、医師は正当な事由がなければ診断書の依頼は断ってはならないとされてい

ます。つまり医師は、患者からの申し出により診断書を書かなければいけないと法律で定められております。

どんな医師でも患者の生活状況を診察室での聞き取りですべて判断することはとても至難なことです。従って、患者又は家族があるのままの生活状態を医師に伝え、診断書の作成を頼むということが必要なのです。

## 生活能力の状態とは

「生活能力の状態」には以下の8項目があります。

1. 適切な食事摂取
2. 身の清潔保持・規則正しい生活
3. 金銭管理と買物
4. 病院と服薬（要・不要）
5. 他人との意思伝達及び対人関係
6. 身の安全保持及び危機対応
7. 社会的手続きや公共施設の利用
8. 趣味、娯楽への関心・文化的社会活動への参加

この8項目は、それぞれ次の4段階の状態チェックがあり、自分が当てはまる状態を記録していくこととなります。

## 4段階の状態チェック

第1段階：自発的にできる⇒非該当

第2段階：自発的にできるが援助が必要⇒顕著な引きこもりはなく日常の家庭内での単純作業や社会参加など合理的配慮（援助）があれば参加ができる方⇒手帳3級に該当

第3段階：自発的にできないが援助があればできる⇒日常生活や社会生活が自発的にできないが援助があればできる⇒日常生活に必要な事柄が自発的にできない、作業所等で働くこともできない…手帳2級該当

第4段階：できない…日常生活や社会生活に必要な事柄が援助してもできない…手帳1級該当

この4段階のチェックをもとに、最終的な総合判断が行われます。

総合判断は、以下の5段階が基準となります。

1. 精神障害を認めるが日常生活及び社会生活は普通にできる
2. 精神障害を認め、日常生活又は社会生活に一定の制限を受ける
3. 精神障害を認め、日常生活に著しい制限を受けており、時に応じて援助を必要とする
4. 精神障害を認め、日常生活に著しい制限を受けており、常時援助を必要とする
5. 精神障害を認め、身の回りのことはほとんどできない

## 精神保健福祉手帳の基準（厚生労働省社会・援護局 障発0303第1号 平成23年3月3日）

1級 精神障害であって、日常生活の用を弁ずることを不能ならしめる程度のもの

### 能力障害の状態

- 1 調和のとれた適切な食事摂取ができない。

- 2 洗面、入浴、更衣、清掃等の身の清潔保持ができない。
  - 3 金銭管理能力がなく、計画的で適切な買物ができない。
  - 4 通院・服薬を必要とするが、規則的に行うことができない。
  - 5 家族や知人・近隣等と適切な意思伝達ができない。協調的な対人関係を作れない。
  - 6 身の安全を保持したり、危機的状況に適切に対応できない。
  - 7 社会的手続をしたり、一般の公共施設を利用することができない。
  - 8 社会情勢や趣味・娯楽に関心がなく、文化的社会的活動に参加できない。
- (上記1～8のうちいくつかに該当するもの)

**2級** 精神障害であって、日常生活が著しい制限を受けるか、又は日常生活に著しい制限を加えることを必要とする程度のもの

### 能力障害の状態

- 1 調和のとれた適切な食事摂取は援助なしにはできない。
  - 2 洗面、入浴、更衣、清掃等の身の清潔保持は援助なしにはできない。
  - 3 金銭管理や計画的で適切な買物は援助なしにはできない。
  - 4 通院・服薬を必要とし、規則的に行うことは援助なしにはできない。
  - 5 家族や知人・近隣等と適切な意思伝達や協調的な対人関係づくりは援助なしにはできない。
  - 6 身の安全保持や危機的状況での適切な対応は援助なしにはできない。
  - 7 社会的手続や一般の公共施設の利用は援助なしにはできない。
  - 8 社会情勢や趣味・娯楽に関心が薄く、文化的社会的活動への参加は援助なしにはできない。
- (上記1～8のうちいくつかに該当するもの)

**3級** 精神障害であって、日常生活若しくは社会生活が制限を受けるか、又は日常生活若しくは社会生活に制限を加えることを必要とする程度のもの

### 能力障害の状態

- 1 調和のとれた適切な食事摂取は自発的に行うことができるがなお援助を必要とする。
  - 2 洗面、入浴、更衣、清掃等の身の清潔保持は自発的に行うことができるがなお援助を必要とする。
  - 3 金銭管理や計画的で適切な買物はおおむねできるがなお援助を必要とする。
  - 4 規則的な通院・服薬はおおむねできるがなお援助を必要とする。
  - 5 家族や知人・近隣等と適切な意思伝達や協調的な対人関係づくりはなお十分とはいええず不安定である。
  - 6 身の安全保持や危機的状況での対応はおおむね適切であるが、なお援助を必要とする。
  - 7 社会的手続や一般の公共施設の利用はおおむねできるが、なお援助を必要とする。
  - 8 社会情勢や趣味・娯楽に関心はあり、文化的社会的活動にも参加するが、なお十分とはいええず援助を必要とする。
- (上記1～8のうちいくつかに該当するもの)

### 等級判定の目安

総合判断における精神保健福祉手帳の等級判断については、大体の目安として以下の通りです。

2・3であれば3級程度

3・4であれば2級程度

4・5であれば1級程度

総合判断で「障害状態が正しく診断書に反映される」には、どうしたら良いのでしょうか？

## 生活能力の状況を書いた用紙を自分で作成し、提出する

医師に適切に自身の生活能力を判断して貰うために、生活能力の状況を自分で用紙に書き、それを医師提出するという方法が挙げられます。

この時のポイントは、診断書の基準は「自分が単身者で暮らしていたら」と仮定して自己判定することです。家族に支えられながら、なんとかやっているという「うつ病患者」の方も多いと思います。しかしこの精神保健福祉手帳の基準は、「単身で生活するとしたらどうか」という基準で見えています。ですから、1人で生活するとしたらどうなるかということを想像して書くことが必要になります。

## 記入例

### 1. 適切な食事摂取

自己判断では「第2段階：自発的にできるが時には助言や指導を必要とする」とします。

例：自分一人の時は食べない時が多い、食べても簡単なもので済まそうとしてしまう。

例：また、たまに味覚がおかしく何を食べているのかが分からなくなってしまう。

### 2. 身の清潔保持・規則正しい生活

自己判断では「第3段階：自発的にできないが助言や指導があればできる」とします。

例：髪を整えたり、爪を切ったりといった基本的なことが億劫で、自分1人では出来ない。

例：夜はほとんど眠れず、早朝覚醒を繰り返すことが多い。

例：薬を飲むと寝てしまい、昼間はほとんど活動できない状態。

例：薬も飲むことを忘れてしまい、家族に注意されて気付いて服用する状態。

というように、1人だったらどうなのかを想像して書いてください。

この生活能力の状態8項目について、できるだけ細かく書きましょう。あとは診断書作成のお願い時に、この用紙を医師に提出するだけです。

医師も当然カルテをもとに診断書を記入しますが、それだけでは診断書を作成できないのです。また医師に提出して、すぐにその場で診断書を書いて貰えるというわけではないので、後からその用紙を参考に、医師に診断書を作成して貰うことになります。ですから用紙を提出することがとても重要なのです。用紙に関しては特に指定の用紙があるわけではないので、メモ書きでも充分です。

## おわりに

医師が患者の普段の生活状況を把握できれば、診断書は作成してもらえます。

嫌がる医師でも、これだけ揃えてお願いすれば殆どの医師が記入する筈ですので、諦めずに提出をしてみてください。手帳が取得できれば、所得税、住民税、軽自動車税などの税金の減額や免除といった経済支援に繋がります。また、地方自治体において全科対象の医療費助成や交通運賃割引、就労支援などのサービスを受けることができます。今後の生活支援のためにも、根気強く諦めないことが大切です。