

こころの健康 第15号



サポートします！こころの健康

2013年12月

発行

三重県こころの健康センター

〒514-8567 津市桜橋 3-446-34

三重県津庁舎保健所棟 2 階

TEL: 059-223-5241(代) FAX: 059-223-5242

Mail: kokoroc@pref.mie.jp

URL: <http://www.pref.mie.lg.jp/KOKOROC/HP/>

三重県こころの健康センターです。

今号では、10 月に開催しました全国精神保健福祉センター研究協議会についてお送りします。



CONTENTS

- ◆ 特集記事 第49回全国精神保健福祉センター 研究協議会レポート
- ◆ 連載コラム
「災害とこころのケア」その 10 「災害を想定した研修会の開催！！」
- ◆ ひきこもり地域支援センター 地域の相談機関紹介
障がい者(総合)相談支援センター
- ◆ センター掲示板 ひきこもり講演会・薬物フォーラム開催のご案内



第49回全国精神保健福祉センター 研究協議会レポート



平成 25 年 10 月 22 日～23 日、全国から精神保健福祉センターの職員が三重県に集まり、研究協議会が開催されました。この研究協議会は毎年全国持ち回りで開催されており、今年度は三重

県が当番県でした。日頃、各精神保健福祉センターで取り組まれている事業の成果発表や情報交換を行いました。
参加者は130名でした。



<プログラム>

会場 三重県教育文化会館

- (1日目) 「精神保健福祉行政の動向」 厚生労働省精神・障害保健課
「伊勢の神宮と遷宮」 皇学館大学文学部神道学科 櫻井治男 教授
(2日目) 「研究協議会 演題発表」 44演題を発表

1日目の、「精神保健福祉行政の動向」では、厚生労働省の担当者から、精神保健医療福祉の現状や精神保健福祉法の改正に向けた最新情報、自殺対策など、幅広いお話がありました。



また、皇学館大学文学部神道学科 櫻井治男教授から「伊勢の神宮と遷宮～森と清流に生かされて～」と題してお話をいただきました。伊勢神宮とそこで行われる20年に一度の大きな祭りごとである「式年遷宮」を通して見出される、自然環境に生か

れている人間の姿、神宮林や五十鈴川・宮川といった清流とのかかわり、そのなかではぐくまれてきた心の文化について気づきをいただくと共に、全国からの参加者に三重県を知っていただく良い機会になったと思います。

2日目は、全国の精神保健福祉センターから提出された44演題について、5つのカテゴリーに分けて日頃の業務の成果や課題の発表を行い、活発な意見交換・情報交換が行われました。
(カテゴリー:「制度・プログラム」、「ひきこもり・依存症」「精神科医療」、「自殺対策」、「地域生活支援」)





当番県である当センターからも、これまでの業務で取り組んできた成果の中から、次の3つを発表しました。

＜三重県こころの健康センターの発表＞

- ① 精神保健福祉相談の相談支援体制について
～精神保健福祉センターにおける専門相談化への移行～
- ② 三重県における「医療観察制度支援システム」構築に向けた取り組み（紙上発表）
- ③ メンタルパートナー養成事業報告（紙上発表）

研究協議会の後、参加者からたくさんのお礼と感想が寄せられました（一部紹介します）。

- とてもよい協議会でした。発表では様々な課題の解決のヒントが見つかりました。
- これからは分科会の検討も必要かと思うくらいに多様な発表でした。
- 伊勢神宮の話では、日本という国とそこで過ごす人々の「こころ」について、改めて考える機会となりました。

＜協議会を終えての感想＞

全国から大勢の方をお迎えして事業の成果発表をしていただくということで、発表の調整や資料の準備は大変でした。当日はスタッフ一同、「おもてなしのこころ」を持って運営を行いました、その結果、大きなトラブルもなく、無事終えることができました。

たくさんの意見交換や情報交換ができた2日間だったと思います。全国のセンターの取り組みには特筆すべきものも多くありましたので、少しでも今後の活動に取り入れ、その成果を支援者の皆様にも還元できるよう、今後もよりよい活動に取り組んでいきたいと感じました。

連載コラム

「災害とこころのケア」その10 「災害を想定した研修会の開催！！」

災害時の「こころのケア」は特別なことではなく、保健活動の中に存在します。災害発生直後は救急救命等の医療活動が優先されますが、同時に被災や避難所生活に伴うストレスについて、対策を講じる必要があります。「こころのケア」という視点で初期対応・支援を行うことで、そ

の後の被災者の立ち直りを促進すると言われています。

「平時にできないことは有事にはできない」ことを念頭に、災害が起こった時にどう動くか、そのためには今、何が必要か、を所属や地域単位で考え準備しておくことが大切です。

紀北地域では、「災害時の保健師活動」をテーマに、被災した場合に保健師がどう動くかを考え、訓練する機会として研修会が開催されました。

その様子をお伝えしたいと思います！



『尾鷲保健所管内保健師研修会』

テーマ ～大規模災害時の保健師活動について～

平成25年10月30日の研修会には、紀北地域の市町・地域包括支援センター・尾鷲保健所の保健師が、(災害時を想定して)活動できる服を着用のうえ、各々が災害用荷物を持参して参集しました。健康づくり課・こころの健康センター、午後からは紀北地域活性化局の職員も加わり、総勢17名の参加がありました。

研修会は午前と午後の二部構成でした。午前中は、「被災地の保健師の活動を具体的にイメージすること」をねらいとしてグループワークを行い、被災地での保健活動経験のある保健所保健師の話に耳を傾けました。午後からは、地震発生翌日と発生後1週間目を想定し、参加者全員がそれぞれの所属の立場で、図上訓練に参加しました。

災害時は停電になり、電気が使えないことも・・・それに備え

尾鷲保健所では

☆保健師活動に必要な物品(血圧計、体温計、ヘルメット、マスク等)をケースにまとめて準備

★要支援者台帳、活動に必要な記録用紙、パンフレット類を印刷しファイリングされていました。



～第1部～ 『事例報告』



平成 16 年新潟中越地震・平成 23 年東日本大震災での保健活動の経験を報告

- ★平常時の準備が災害直後の混乱を軽減
- ☆平常時の地域保健活動の^{ありよう}有様が災害時に浮き彫りになる
- ★こころのケアの視点を持って保健活動を行うことの大切さ

平成 16 年紀北町水害、被災地の保健師として、保健活動の経験を報告

- ☆活動のまとめと評価
- ★保健師自身のこころのケアの大切さ
- ☆平時から危機意識を持って準備することの大切さ



～第2部～ 『災害想定に基づく各所属の保健活動の展開・連携』



図上訓練に取り組む様子

- ★図上訓練は初めてという参加者がほとんどでした。

情報をもとに所属で検討

- ★災害時は全員が集まるとは限らない。地域住民の健康を守るには、今の状況でどう動くか・・・頭を悩ます。



参加者の意見

- ・ 被災地に派遣された経験がない中、体験者の話を聞くことで、被災した際の活動のイメージをもつことができた。今回のような図上訓練を繰り返し行うことが大切だと感じた。
- ・ 平時から準備をしておくことが大切だと感じた。今の気持ちを持ち続けたい。

こころのケアについて

☆こころの健康センターと本庁障がい福祉課は、被災地の市町・保健所が「こころのケア活動計画」の方針や方向性を決める際の相談先となります。

★また、「こころのケアチーム」(こころのケアを専門的に行う、外部からの支援チーム)の派遣調整窓口となります。

「こころのケアチーム」を地域住民や支援者のために、是非活用して欲しいと思います。

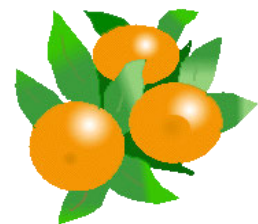
☆今回の図上訓練では、残念ながら「こころのケア」はあまり取り上げられませんでした。

今後、訓練を繰り返す中で、「こころのケア」に焦点を当てた取り組みが広がることを期待します。そのために、当センターとしても「こころのケアの大切さ」について、一層啓発していきたいと思います。

当センターがお役に立てることがあれば、是非お声かけください。

☆今回の研修会は、保健所・市町・地域包括支援センターが一同に介し、地域の実情に合った具体的で実効性のあるすばらしい内容でした。このような機会をもつこと、そして繰り返し行っていくことの大切さを感じました。

紀北地域の皆さん、ありがとうございました！





ひきこもり地域支援センター 地域の相談機関紹介

障がい者（総合）相談支援センター



前回は就労支援の機関として、「地域若者サポートステーション」を紹介させていただきました。

今回は地域で暮らしていく上での福祉・就労を中心とした相談やサポートを行っている「障がい者（総合）相談支援センター」を紹介させていただきます。

1 「障がい者（総合）相談支援センター」ってどんなところ？どこにあるの？

障がい者（総合）相談支援センターは障がい者（児）が地域で自立した日常生活を営むことができるよう、障がい者および障がい児の保護者などからの相談に応じ、必要な情報の提供等や権利擁護のために必要な支援を行うところです。

市町の委託を受けた事業者等により運営されています。

身体・知的・精神に障がいのある方やご家族、支援関係者が利用できます。地域ごとに開設されており、県内各地にあります。精神障がいをもった方の支援を行っているセンターは平成25年11月時点で県内に19か所あります。

2 「障がい者（総合）相談支援センター」ではどんなサービスが受けられるの？

生活や福祉、就労についての相談窓口です。ひきこもりの相談もできますが、具体的なサービス内容については、センターごとに異なりますので、事前にお問い合わせになるとスムーズです。



3 「障害者総合相談支援センター あい」でお話を聞いてきました！！

今回は、鈴鹿市・亀山市の相談を担当している「障害者総合相談支援センター あい」を訪問させていただき、ひきこもりの方への支援の実際についてお話を聞かせていただきました。

「あい」では本人やご家族との面接相談、家庭訪問、親の会「すずらんの会」の運営支援などを行っています。

□ 本人・家族との面接相談、家庭訪問

主にご家族からの相談をお受けしています。その後、家庭訪問をさせていただくこともあります。本人に会えることはほとんどなく、ご家族との面接が中心です。しかし、本人には会えなくても、「訪問者が来ている」とことは気配で感じてくれていると思います。「訪問した」ことを伝えるために、パンフレットや手紙などを置いてくるようにしています。

「あい」まで来ることができる方には、「あい」で本人面接をおこなっています。定期的に面接し、うまく過ごせている面を見つけて、フィードバックしています。



鈴鹿市役所西館2階にあります。



入口の看板です。

□ 「あい」での相談につながるまでの期間

ひきこもって間もない方か、もしくは長期間経過した方かの二極化傾向にあります。長期間経過した方は、親が高齢になり、自分たちが亡くなった後のことを気にかけて相談につながるが多いです。

様々な機関から紹介されて相談につながっています。「あい」は障がい者の相談支援センターですが、相談者は「障がい者」の相談とは捉えずに来所されることも多いです。「あい」では障がいのはっきりわからなくても支援の必要があると判断した場合は相談に応じています。

□ すずらんの会の支援

ひきこもり親の会「すずらんの会」の運営を支援しています。福祉サービスや社会資源などの情報提供も随時おこなっています。ご家族には、どんな活用できる資源があるのかを「知ってもらう」ことが大切と考えています。

□ 「あい」での「ひきこもり支援」について

「あい」では多くのひきこもりの方の支援をおこなっています。ひきこもりことを認める支援、安心してひきこもっていただける支援が大切だと思います。また、ひきこもり支援はご家族への支援が重要です。ひきこもっている方にとって、ご家族の役割はとても大きいものです。ご家族が支援を受けることを望んでいないと相談も続かないことが多いです。



面接室です。明るいお部屋でした。

4 お話を聞かせていただいて

地域で生活を営んでいる人への支援の一つとして、「ひきこもりの方への支援」をされている印象を受けました。障害者総合相談支援センターは、本人や地域の「困りごと」に対して、相談者のペースに合わせて一緒に考えていただける機関だと感じました。ひきこもりの方へ、長期間の訪問を継続されていて、スタッフの熱心な想いが伝わってきました。

「あい」の皆さま、どうもありがとうございました。



センターではこれからも関係機関との連携に力を入れていきたいと考えています。皆さまのご協力をお願いします。ひきこもり支援についての情報がありましたら、情報提供をお願いします。

このメールマガジンでは、今後もひきこもりについての記事を掲載していく予定です。

センター掲示板

講演会・フォーラム開催案内

ひきこもり講演会

「ともに生き ともに育つ ひきこもり支援」

講師 山本 耕平 氏

(立命館大学産業社会学部 教授)

12月26日(木) 13:30～16:00

三重県津庁舎6階 大会議室

薬物フォーラム

シンポジウム

「今どきの依存症事情」～もっと依存症を知ろう～

平成26年2月8日(土) 10:00～12:30

三重県人権センター 多目的ホール

◆編集後記◆

センターではこれから年度末にかけて、各事業で講演会やシンポジウムが開催されます。日に日に寒さが増していますが、寒さに負けずに、みなさまぜひご参加ください！！

編集担当