



しあわせ信州

第89号 2014年6月 発行

長野県精神保健福祉センター

〒380-0928 長野市若里7-1-7
TEL 026-227-1810 / FAX 026-227-1170
E-mail withyou@pref.nagano.lg.jp
http://www.pref.nagano.lg.jp/seishin/



こころのぎゅらりー

・・・作者のプロフィール・・・・・・・・・・

作品名：『^{ささき}佐々木 ^{のぞみ}希』(女優さん)
作者名：佐藤孝幸さん (色鉛筆画)
掲載協力：NPO ウィズハートさく
ワークポート野岸の丘(小諸市)

学生時代にアニメキャラクターを描き始める。次第に人の顔に興味を覚え、肖像画を描き始める。将来の夢は肖像画家になること。

他にアーノルドシュワルツネッガーやハリポッター(ダニエル・ラドクリフ)などの作品も描いている。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

お知らせ

今年度、「第27回日本電話相談学会大会」が、下記のとおり開催されます。日頃、電話相談対応をされている方、関心のある方等ご参加お待ちしております。

〈日時〉 平成26年12月6日(土)、7日(日) 〈会場〉 清泉女学院大学(長野市)

〈内容〉 テーマ「子育て、教育と電話相談(仮)」講演、シンポジウム、ワークショップ等

〈大会長〉 清泉女学院・清泉女学院短期大学長 吉川武彦氏 〈大会副会長〉 長野県精神保健福祉センター所長 小泉典章

〈事務局/問い合わせ〉 NPO法人メンタルヘルスビューロー TEL 03-6457-3920

もくじ

- こころのぎゅらりー 1
- 産後うつ病対策の新しい試み、うつ病リワーク実施医療機関の開設 2
- 〈特集〉 精神保健福祉法の改正 Part2 3
- 平成26年度精神保健福祉センターの取り組みについて 4
- 平成26年度研修会等日程 6



産後うつ病対策の新しい試み

《長野県精神保健福祉センター所長 小泉典章》

少子化、高齢出産、ワーキングマザーなど妊産婦の状況は変化しており、周産期のメンタルヘルスの重要性がますます注目されるようになってきています。さらに今日、産褥婦の死因は、自殺が少なからずの割合を占めており、自殺対策が必要となっています。

産後うつ病という病気の啓発活動のために、当センターでは3月に10万部リーフレットを作成し、県内の全市町村、医療機関に配布しました。そこで、このオリジナルな産後うつ病対策のプロジェクトは、市町村、分娩を扱う産科医療機関、産婦人科医会、小児科医会、助産師会、看護協会、精神科看護協会、保健福祉事務所と連携できることになりました。もともと、「エジンバラ産後うつ病質問票（EPDS）を活用する市町村の割合の増加（46.8%、H23）」は、長野県保健医療計画の母子保健のひとつの指標値となっています。このためには産後うつ病を早期発見するのみならず、十分な支援体制を築いていくことが肝要です。



高度周産期医療機関である県立須坂病院では、昨年7月から院内で出産した全妊産婦にEPDSを用い、母親の抑うつ感や不安感を調べています。EPDSのツールだけで判断するのではなく、妊婦を一人で悩ませず、いつでもSOSを出せるようにすることが大切です。

須坂市では、母子手帳交付時に、先のリーフレットをお渡しし、妊産婦と対話することで、きめ細やかな子育て支援を目指しています。さらに、須坂市、小布施町、高山村の須高地域においても、「こんにちは赤ちゃん」事業の訪問例にEPDSを活用し、それをきっかけに、育児の悩みなどを相談できるようになっています。お産の後、育児が困難になっているケースには、乳児と母親と一緒に入院できる母子ユニットあるいは産後ケア入院、等への拡充も考えられています。

このプロジェクトは虐待防止を目標としているわけではありませんが、結果的には防止にも繋がると思われます。月1回、病院と地域関係者が集まり、検討会を開いており、こどもを可愛がることができないといった心配なケースには、訪問や健診で手厚く支援をしています。要保護児童対策地域協議会（要対協）や病院内こども虐待対応組織（CPT）とも関連し、通報が必要なケースはありませんでした。また、今年から県内初の児童家庭支援センターができましたが、これも虐待防止の新たな動きです。

母子保健と精神保健の連携を密にしたプロジェクトにより、安心して、こどもを産めるよりよい支援環境を築く一助になると思われます。

【うつ病リワーク実施医療機関の開設】

企業内でうつ病で仕事を休む社員が増えるとともに、いったんは復職しても再休職する社員が多くみられるようになり復職支援対策が必要となってきました。近年のうつ病は従来のように休養と薬物では復職が困難な場合がしばしばあり、治療法として集団認知行動療法が注目されています。平成9年に秋山剛先生（NTT東日本関東病院）が始めた、職場復帰支援プログラム（RAP）を先駆けとして、各地の医療機関に様々な形で広がりました。リワーク（復職支援）活動を実施している医療機関が会員となって、平成20年にうつ病リワーク研究会が発足していましたが、本県にはこれまで正会員は不在でした。当センターでは秋山先生をお呼びして、RAPをもつ医療機関ができることを期待し、平成25年2月にリワーク講演会を開催しています。今年、本県で初めて南信病院が正会員と認定され、全国地図上の空白県は解消されました。他県の例では、うつ病リワークの拠点ができれば堰を切ったように連携が広がっており、今後の発展が期待されます。

一部を除き平成26年4月1日から改正施行された精神保健福祉法について、前号では保護者制度の廃止と医療保護入院の見直しについて説明しました。今回はそれに基づき策定された指針と精神医療審査会の見直しについて説明します。

（１）良質かつ適切な精神障害者に対する医療の提供を確保するための指針

精神障害者の社会復帰及び自立並びに社会経済活動への参加を促進し、精神障害者が社会貢献できるよう、障害の特性その他の心身の状態に応じた良質かつ適切な医療の提供を確保することが必要です。この指針においては、入院医療中心の精神医療から地域生活を支えるための精神医療への改革の実現に向け、精神障害者に対する保健・医療・福祉に携わる全ての関係者が目指すべき方向性が定められました。この指針は、次に掲げる事項を基本的な考え方としています。

- ① インフォームドコンセント（医師等が医療を提供するに当たり適切な説明を行い、患者が理解し同意することをいう）の理念に基づき、精神障害者本位の医療を実現していくことが重要であり、適切な医療及び保護の確保の観点から、本人の同意なく入院が行われる場合においても、人権に最大限配慮した医療を提供する。
- ② 精神疾患の発生を予防し、発症した場合であっても早期に適切な医療を受けられるよう、知識の普及啓発や精神医療の体制の整備を図るとともに、精神障害者が地域の一員として安心して生活できるよう精神疾患に対する理解の促進を図る。
- ③ 精神障害者同士の支え合い等を行うピアサポートを促進するとともに、身近で支える家族を支援することにより、精神障害者及びその家族が、それぞれ自立した関係を構築することを促し、社会からの孤立を防止するための取組を推進する。

※国の策定した指針からの抜粋のため、「障害」の字は漢字のまま使用しました。

（２）精神医療審査会の見直し

精神医療審査会では、定期病状報告書や医療保護入院者の入院届の書類審査と、退院請求や処遇改善請求について入院継続の必要性の有無や処遇が適切かどうかの審査をしています。やむを得ず本人の同意に基づかない入院を行う場合のある精神科医療においては、適正な医療の確保及び人権擁護の面で重要な役割を担っています。

法改正では保護者制度が廃止されたことに伴い、精神医療審査会に退院請求や処遇改善請求ができる者は、本人のほか「家族等」となりました（平成26年4月1日施行）。退院請求や処遇改善請求の権利については、入院時に伝えることになっています。

また、現在精神医療審査会の委員の構成は、精神科医及び法律家とその他の学識経験を有する者ですが、その他の学識経験を有する者に代えて、新たに精神保健福祉に関する専門家（精神保健福祉士等）が定められ、今後退院支援の観点も加味した審査を行うこととなります（平成28年4月1日施行）。

精神医療審査会の事務局は精神保健福祉センターが行うことになっています。長野県では退院請求等の審査件数は年々増加しており、法改正によるさらなる退院請求等の増加も予測されます。こうした状況から、今年度からは審査会の開催回数を16回から20回に増やし、迅速に対応できる体制づくりに努めています。



★ 精神保健福祉全般

例年行っている「精神保健福祉相談担当者基礎研修会」では、昨年発行した「精神保健福祉ハンドブック」や「精神障がい者支援のための基礎的対応ガイドブック」をテキストに、初心者向けのスキル向上をめざした研修を実施します。また、精神保健福祉法改正の周知を図るとともに、精神科病院の退院後生活環境相談員の業務や、地域援助事業者等の相談援助が円滑に行われるように、長野と松本の2か所で研修を開催します。

★ 依存症対策

アルコール、薬物、ギャンブル依存問題の相談体制強化を図ります。アルコール依存症の地域での相談対応、連携充実のため、昨年12月に成立した「アルコール健康障害対策基本法」を踏まえた研修会を開催すると共にアルコール依存症対応リーフレットを作成します。また、薬物依存症の地域における支援体制の充実強化を目指し、関係する機関との連携を図り研修会等を開催します。さらに、ギャンブル依存問題の普及啓発、相談機関の拡充を図るため、家族講座や研修会を開催します。

★ 自殺予防情報センター事業

長野県の自殺者数は、平成25年に439人（警察庁統計）と5年連続で減少していますが、まだまだ多い状況です。今年度もゲートキーパー養成の取り組みの推進を図るとともに、自殺企図者対策として、関係する機関の連携、相談対応力の更なる向上を目指した研修会を開催します。また、自死遺族支援に関するリーフレットを改訂し、支援の充実を図ります。

当センターのグループ活動の紹介



依存症家族グループミーティング

本人が「依存症」から回復するには、家族が病気に関する正しい知識を学び、本人への適切な対応方法を学ぶことが大きな助けになります。また、同じ悩みをもつ家族と気持ちを共有することで、ご家族自身の気持ちが楽になります。

- 開催日時
毎月第2・4木曜 13:30~15:30

自死遺族交流会（あすなろの会）

大切な人を自死で失った人たちが集まり、安心して自分の気持ちや体験を語り合える場です。

- 開催日時 いずれも 13:30~15:30
北信：毎月第2土曜 中信：奇数月第4土曜
佐久・上田・南信：年数回開催
対象：家族を自死で亡くされた方（自死された方の親・配偶者・兄弟姉妹・子）

依存症当事者グループミーティング

依存症に対する正しい知識や理解を深め、「飲まない」「使わない」生活を目指した仲間づくり、グループ活動を行っています。

- 開催日時
毎月第1・3火曜 13:30~15:30

青年期グループ

ひきこもりなど社会的な適応が困難な状態にある青年が社会参加への一歩を踏み出すためのグループです。ゲームやスポーツ、ソーシャルスキルトレーニングなどを行っています。

- 開催日時
毎月第2・4水曜 14:30~16:30



ひきこもり支援センター事業



長野県精神保健福祉センター内にひきこもり支援センターが設置され5年目になりました。

平成21年に長野県の各市町村、保健福祉事務所でどのようなひきこもり支援が実施されているか調査を行いました。その結果、9割の市町村が面接、訪問等の相談対応が可能であり、一次的な窓口機能を担っていることが分かりました。そのうち実際にひきこもりの相談を受けているのは7割でした。一方、医師による精神保健福祉相談を実施している市町村は4割弱、また、ひきこもり専門のグループや居場所は1割を満たしていない状況でした。市町村単独では実施の難しさがあり、保健所単位でのバックアップが期待されている状況でした。

今年度は、新たに市町村以外の連携機関へもひきこもり支援の調査を実施し、長野県における支援の実態を把握すると共に5年経過後の分析、また、ひきこもり支援センターの今後の役割について検討していきたいと思えます。

皆様のご協力をお願いします。



発達障害者支援センター事業

1 「発達障がい支援のための資源ハンドブック改訂版」作成・発行について

当センターでは、平成23年度に発達障がい支援に関する県内の地域資源についてまとめた「発達障害支援のための資源ハンドブック 2012」を発行しました。地域で提供されている乳幼児健診後の発達支援や、社会生活のための訓練、親支援プログラム、巡回訪問支援等の専門相談・支援に関する情報、また児童発達支援事業所、家族の会、医療機関等の利用できる関係機関・団体の情報が掲載されています。

今年度、このハンドブックの情報を更新するため、新たに各関係機関を対象に資源調査を実施しています。今秋には、地域資源の最新の情報についてまとめたハンドブック改訂版を発行する予定です。

2 発達障がい支援に関する研修会

今年度も、発達障がいに関する支援者の人材養成として研修会を開催します。昨年度からの変更点としては、乳幼児健診の問診票へのM-CHAT（乳幼児期自閉症チェックリスト修正版）導入をはじめとした発達障がいの早期発見と、その後の支援に関する研修会を充実させるために、発達障がい早期発見・早期支援研修会を、基礎研修と応用研修の2コースに分けます。基礎研修は7月、応用研修は12月に予定しています。今後、研修会の詳細が決まり次第、ホームページ等でお知らせします。

3 発達障がい者サポーター養成講座



『発達障がい者サポーター』とは発達障がいについての基本的な知識をもち、発達障がいの方の身近な理解者となる方です。長野県では地域の中で身近な理解者が増えるよう取り組んでいます。

平成26年4月1日現在、県内で104回の『発達障がい者サポーター養成講座』が開催され、サポーター(=受講者)は2,556人養成されています。

上記の発達障がい者支援事業等に関するお問い合わせは、発達障害者支援センター（026-227-1810）までお願いします。

平成26年度 研修会等日程

6月1日現在
長野県精神保健福祉センター

事業	研修・行事等	期 日	会 場	内 容	
全般・社会復帰	退院後生活環境相談員・地域援助事業者等研修	6月25日(水)	県社会福祉総合センター	精神保健福祉法の改正の周知を図るとともに、退院後生活環境相談員の業務や、連携を求められる地域援助事業者及び行政精神保健福祉担当者等に必要スキルの伝達のための研修を実施する	
		7月16日(水)	松本合同庁舎		
	精神保健福祉相談担当者基礎研修会	7月2日(水)	県総合教育センター(塩尻市)	経験年数3年未満の職員対象 講師:小諸高原病院 精神科医師 城甲泰亮氏 他	
	精神障がい者地域生活支援研修会	10月予定	中信予定	当事者を主体とした地域生活支援について学ぶ	
	高齢精神障がい者地域支援研修会	11月予定	東信予定	介護支援相談員等対象	
精神障がい者就労支援研修会	1月予定	長野予定	精神障がい者の就労支援について学ぶ		
依存問題	アルコール問題研修会	8月26日(火)	県安曇野庁舎	アルコール健康障害対策を考える 講師:安曇総合病院 精神科医師 雨宮光太郎氏 講師:厚生労働省 アルコール対策専門官 久里浜医療センター 精神科医師 瀧村剛氏	
	依存症関係機関研修会	11月予定	こころの医療センター駒ヶ根	依存問題における地域連携の方法と事例検討	
	ギャンブル依存問題基礎研修会	12月12日(金)	県社会福祉総合センター	ギャンブル依存問題について、医療、債務問題対応機関の実態から回復に向けた支援を考える。 講師:成瀬メンタルクリニック院長 佐藤拓氏 他	
	ギャンブル依存問題家族講座	1月予定	松本合同庁舎	ギャンブル依存問題の理解と家族の対応	
	薬物依存症回復フォーラム	2月予定	東信予定	薬物依存症からの回復を考える	
自殺対策	自殺予防対策研修会	7月23日(水)	松本合同庁舎	自殺未遂者に関する相談対応について学ぶ 講師:安曇総合病院 心の医療センター安曇看護部長 南方英夫氏	
	自殺防止地域関係者研修会	10月31日(金)	県社会福祉総合センター	地域での自殺対策の推進について学ぶ 講師:岩手医科大学 災害・地域精神医学講座 特命教授 大塚耕太郎氏	
	自殺企図者支援関係者研修会	1月予定	長野予定	自殺企図者に関する支援体制について	
思春期・ひきこもり	思春期精神保健福祉研修会	7月31日(木)	岡谷市文化総合会館(カノラホール)	思春期精神保健に関する講演会 講師:松南病院長 宮坂義男氏	
	ひきこもり相談担当者研修会・中农信地域会議	9月29日(月)	県総合教育センター(塩尻市)	ひきこもりの相談の相談のアセスメントに関する研修及び中农信地域会議(事例検討)	
	ひきこもり相談担当者研修会・東北信地域会議	1月29日(木)	県社会福祉総合センター	ひきこもりの相談のアセスメントに関する研修及び東北信地域会議(事例検討)	
	ひきこもり支援関係者研修会	11月11日(火)	県社会福祉総合センター	ひきこもり支援に関する講演会 講師:大正大学教授 精神科医師 近藤直司氏	
	ひきこもり家族教室	7月18日(金) 8月29日(金)	伊那保健福祉事務所	ひきこもりの理解と家族の対応 (ひきこもりの方を抱える家族対象)	
発達障がい	発達障がい早期発見・早期支援基礎研修会	7月11日(金)	県安曇野庁舎	保健・疾病対策課と共催 発達障がいのアセスメントやM-CHATIに関する講義、M-CHATを導入した自治体の実践報告	
	発達障がい早期発見・早期支援応用研修会	12月予定	中信予定	保健・疾病対策課と共催 発達障がいの早期発見・早期支援に関する講義 M-CHATを乳幼児健診に導入した市町村の情報交換	
	発達障がいアセスメント研修会	9月17日(水) ~18日(木)	中信予定	2日間連続講座 発達障がいのアセスメントや支援技法についての専門的研修	
	ペアレント・メンター養成研修	8月27日(水) 9月10日(水) 10月3日(金) 11月4日(火)	松本合同庁舎	毎月1回、計4回 発達障がい児者親の会の推薦を受けた方を対象とした、発達障がい児の親の相談役となるペアレントメンターを養成する研修	
	ペアレント・メンターフォローアップ研修	6月26日(木) 11月12日(水)	松本合同庁舎	長野県発達障がいペアレント・メンターの認定を受けた方を対象とした、メンター活動に必要な知識やスキル習得のための講義及び実習	
	発達障がい支援実践報告会	12月18日	松本合同庁舎	県内の発達障がい支援の先進的な取り組みの報告 助言者:信州大学医学部附属病院 子どものこころ診療部長 本田 秀夫氏	
普及啓発	心のたよりの発行	6月・2月	—	年2回発行	
	障がい者スポーツ大会 県大会	9月14日(日)	山形村農業者トレーニングセンター	ソフトバレーボール	
組織育成支援	長野県ピアサポートネットワーク	総会及び交流会	4月26日(土)	松本市中央公民館	交流会テーマ「友だちつくろうよ、ピアサポートネットワーク」
		講演会・研修	10月予定	北信予定	
	NPO法人ながのかれん ながのかれんせいしれん	総会及び研修会	5月15日(木)	県社会福祉総合センター	テーマ「一人暮らしをするために」 講師:帝京大学医学部 池淵惠美主任教授
	地区別スポーツ交流会	6月・7月	県下4会場	ソフトバレーボール	

* 講師、会場等の都合により、変更することがありますのでご了承ください。