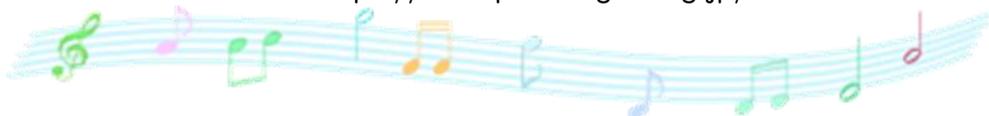


心のたより

長野県精神保健福祉センター

第106号 2024年7月発行

〒381-8577 長野市下駒沢 618-1
TEL 026-266-0280 / FAX 026-266-0502
E-mail withyou@pref.nagano.lg.jp
https://www.pref.nagano.lg.jp/seishin



こころのぎやらりー



作品名
『ぼくのワンちゃん
サファリに行く』

作者名
清水ティラパット (19歳)

作品に寄せて
「サファリ! サイヤキリン 動物いっぱい
ぼくは 百獣の王 ライオンが好き
でも ぼくのパートナー
切り絵犬の「ワンちゃん」ぼくの力作!!
いつでも一緒
優しいライオンの代わりに
「ガオー」と吠えます」

<掲載協力>
大町市社会福祉協議会
指定者障害福祉サービス事業所
ひまわりの家

目次

- こころのぎやらりー 1
- はじめに (所長) 2
- <特集>精神保健福祉法改正について..... 3~4
- 令和6年度精神保健福祉センターの取り組みについて..... 5~7
- 令和6年度研修会等日程 8

はじめに

長野県精神保健福祉センター所長 矢崎健彦

長く続いたコロナ禍が一段落して早々、令和6年元日には能登地方を中心に大きな地震が起こり甚大な被害を生じました。お亡くなりになられた方々のご冥福をお祈りし、ご家族の方々にお悔やみを申し上げますとともに、この地震で被害を受けた方々が一刻も早く笑顔を取り戻せるようにとお祈りいたします。

災害派遣精神医療チーム（DPAT）は被災した精神科病院の患者さんへの対応の他、心的外傷後ストレス障害(Post-traumatic Stress Disorder : PTSD)をはじめとする被災者の精神疾患発症の予防などを支援するための専門チームです。長野県でもDPAT先遣隊として1隊（こころの医療センター駒ヶ根）、ローカルDPATとして5隊が編成されており、これまでも御嶽山の噴火や新型コロナウイルス感染症の集団発生時などに活動を行いました。長野県DPATの統括者として当センタースタッフも委嘱されており、本庁とも協力の上で災害時の心のケアに取り組んでおります。いつ起こるかわからない災害に備え、日頃より準備を怠らぬように心掛けてまいります。

本県ではかねてより若年層の自殺が多いため、重点的に行う対策として「子どもの自殺危機対応チーム」が活動しております。昨年度からはより体制を強化し、県下4地区におかれた地区チームによる支援体制を整備し、危機対応チームの事務局は当センターに移管されています。チームの活動に関する周知が以前よりも進み、各地でより有効な支援が行われているようになったかと思えます。この他にも自殺の再企図を防止することを目的に、救急告示医療機関と連携して対策をとっていくために活動を行っております。自殺対策においては目に見える結果が出るのに、長い時間が必要になることが多いものですが、子どもに限らず「誰も自殺に追い込まれることのない長野県」を目指して引き続き尽力いたします。

当センターで主催する各種の研修会におきましては、ワークショップなど集合形式が適切なものは集合での開催を行う一方で、講義や解説が中心になるものや日時の関係で、特に遠方からの参加が難しいものはオンライン形式で行うようにするなど、日々工夫しながら行っております。その他、従来から行っている依存症対策、ひきこもり支援等の各事業にも引き続き力を入れてまいります。

当センターが県民の皆様にとって、より有益になり、より親しみを持っていただけますように、日々の活動や事業のあり方についても検討を重ねております。今後とも関係各位の皆様の益々のご支援とご鞭撻を賜りますよう、お願い申し上げます。

<特集>精神保健福祉法改正について

1 改正までの経過

精神障がい者の医療と福祉に大きく関わる法律である、「精神保健及び精神障害者福祉に関する法律」（以下「精神保健福祉法」）が令和4年12月16日に一部改正されました。平成25年6月以来、9年6カ月ぶりの改正になります。今回の改正は、令和4年6月に提出された、「地域で安心して暮らせる精神保健医療福祉体制の実現に向けた検討会」の報告書を踏まえて行われたものとなっており、精神障がい者の人権に配慮すると共に、地域生活の促進を図る方向性が示された内容となっています。令和5年4月1日一部施行され、令和6年4月1日全面施行されました。

2 改正の趣旨

今回の法改正の趣旨は、精神障がい者の権利擁護を図るものであることを明確にするとともに、地域生活の支援の強化等により精神障がい者の希望やニーズに応じた支援体制を整備するためのものです。主な改正内容として、精神障がい者の権利擁護の推進、地域における相談支援体制の拡充、医療保護入院制度の見直し、地域生活移行の促進、入院者訪問支援事業の創設、精神科病院における虐待防止に向けた取り組み、などが挙げられます。

3 精神保健福祉法改正の主な内容

(1) 精神障がい者の権利擁護の推進

精神保健福祉法の目的条項である第1条で、「障害者基本法の基本的な理念にのっとり、精神障害者の**権利の擁護**を図りつつ、（中略）その社会復帰の促進及びその自立と社会経済活動への参加の促進のために必要な援助を行い、並びにその発生の予防その他国民の精神的健康の保持及び増進に努めることによって、精神障害者の福祉の増進及び国民の精神保健の向上を図る」とされ、精神障がい者の権利擁護が法律に明記され、権利擁護の理念が大きく前進しました。

(2) 地域における相談支援体制の充実

都道府県及び市町村が実施する精神保健に関する相談支援について、精神障がい者のほか精神保健に課題を抱える者も対象となりました。課題を抱える者としては、保健、医療、福祉、住まい、就労その他日常生活に係る精神保健に関する課題を抱える者となっています。介護、母子保健、生活保護、虐待、自殺対策といった様々な課題を抱えている精神保健に係る相談を、身近な市町村で行っていくこととなりました。また都道府県では市町村の相談支援整備への協力とバックアップ体制の強化をしていくこととなります。

(3) 医療保護入院制度の見直し

①入院期間の法定化

医療保護入院の入院期間が法定化され、入院から6ヵ月を経過するまでの間は上限3ヵ月となり、6ヵ月を経過した後は上限6ヵ月となります。入院期間の更新にあたっては、精神保健指定医の診察の結果、医療保護入院の継続が必要と判断されること及び、医療保護入院者退院支援委員会にて、退院後の地域における生活への移行を促進するための措置について審議され、家族等の同意が得られた場合に更新が可能となります。

②家族が同意・不同意の意思表示を行わない場合の対応

家族が同意・不同意の意思表示を行わない場合、医療機関は市町村長に同意を依頼できるようになりました。

(4) 地域生活への移行の促進

地域生活への移行を促進する措置として、退院後生活環境相談員を、措置入院者にも選任することが義務化されました。また入院者又はその家族等から求めがあった場合、退院にあたって地域援助事業者を紹介することが義務付けられました。

(5) 入院者訪問支援事業の創設

医療機関以外の第三者が、支援対象者と会話を交わし、支援対象者の話を傾聴することにより、様々な思いを受け止め、支援対象者がみずからの力を発揮することができるよう、訪問支援員を派遣することになりました。

支援対象者は、市町村長同意による医療保護入院者等であり、この事業による支援を希望している者になります。訪問支援員は、都道府県等が認めた研修を修了した者のうち、都道府県等が選任した者になります。

訪問支援による面会交流により、孤独感の低減や自尊心低下の改善、病院以外の第三者の誰かに話を聞いてもらいたいといった希望に寄り添うことが期待されます。長野県でも事業を開始できるよう準備を進めています。

(6) 精神科病院における虐待防止に向けた取り組み

精神科病院における虐待防止のための取り組みを、病院管理者のリーダーシップのもと、組織全体で推進することとなり、以下の内容が規定されました。

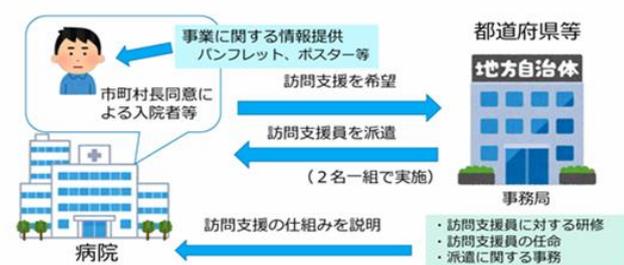
①従事者への研修や虐待防止等のための措置の実施を病院管理者に義務付。

②虐待を受けたと思われる患者を発見した者に、速やかに都道府県等への通報を義務付け、これとあわせて、精神科病院の業務従事者は、都道府県等に伝えたことを理由として、解雇等の不利益な取り扱いを受けないことを明確化。

③都道府県等は、毎年度、精神科病院の業務従事者による虐待状況等を公表。

以上の様に今回の法改正の内容は多岐にわたるものとなっております。長野県精神保健福祉センターでは、今後も国の動向を注視しつつ、精神障がい者の希望やニーズの実現に向け、各事業等の取組を着実にを行うとともに、関係機関とも連携を図っていきます。

入院者訪問支援事業の仕組み



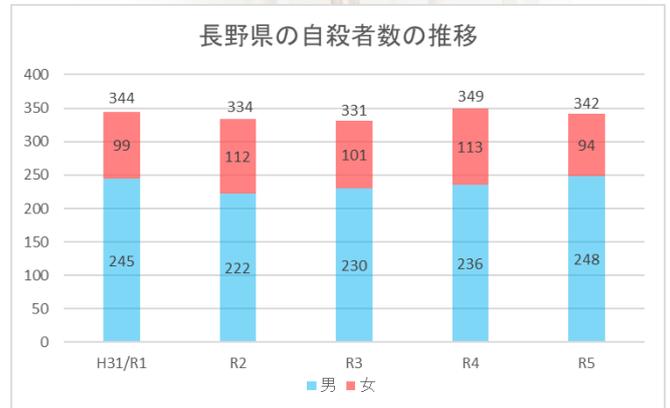
「入院者訪問支援員養成研修」より

令和6年度 精神保健福祉センターの取り組みについて

Ⅰ 自殺対策推進事業

(1) 自殺の現状

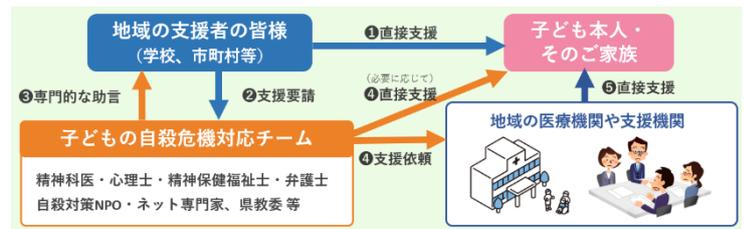
全国の自殺者数は、平成22年以降減少傾向にありましたが、新型コロナウイルス感染症の影響等もあり増加に転じ、令和2年には11年ぶりに自殺者数が前年を上回り、特に女性や小中高生の自殺者が増加しました。長野県では、令和5年の自殺者が342名となり、1日におよそ1人の方が自殺で亡くなっており、多くの方が自殺に追い込まれているという深刻な状況は変わっていません。特に20歳未満の自殺死亡率は全国の中でも高い水準にあることから、重要課題となっています。



(自殺の統計:地域における自殺の基礎資料の「自殺日・居住地」(厚生労働省))

(2) 長野県子どもの自殺危機対応チーム

長野県では、子どもに関わる地域支援者が、希死念慮等を抱えている子どもを支援し、かつ対応に困難を感じている場合、精神科医や心理士、精神保健福祉士、弁護士等、多職種の専門家チーム(県下4地区)から助言等の支援を受けることができます。



(支援体制イメージ図)

チームによる支援を希望する支援機関は、以下のURLから申し込みをしてください。

https://apply.e-tumo.jp/pref-nagano-u/offer/offerList_detail?tempSeq=34647

(事務局:長野県保健・疾病対策課、精神保健福祉センター)

(3) 自死遺族交流会(あすなろの会)

長野県精神保健福祉センター及び保健福祉事務所では、自死遺族交流会「あすなろの会」を定期的に開催しています。家族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。参加ご希望の方はお問合せください。



○開催日時: いずれも 13:30~15:30

【長野】: 毎月第2土曜日 【上田】: 年3回開催 【伊那・松本】: 年4回開催

【佐久】: 年4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)

○お問い合わせ: 「6 ご相談について」(7ページ)をご参照ください。

(4) 普及啓発

県民の方向けのゲートキーパー研修動画



<基礎編>

<https://www.youtube.com/watch?v=Dy8AEqLnTfk>

<自死遺族等普及啓発動画>

<https://www.youtube.com/watch?v=OPIJRo9biVA&t=1s>



2 依存症対策事業

当センターは県の「依存症相談拠点」として、電話もしくは面接での相談を行っています。また、依存症の相談支援技術の向上、体制の充実、関係機関との連携強化等を目的とした研修会や会議などを開催しています。

「第3期信州保健医療総合計画」では、「依存症対策（長野県依存症対策推進計画）」が盛り込まれ、アルコール、薬物、ギャンブル、ゲーム・ネット等の様々な依存症に係る対策を包括的に推進することになりました。依存症への理解が進み、誰もが安心して生活できることを目指した取組みを進めていきます。

令和6年度は「精神保健福祉担当者基礎研修会」に「依存症」の講義を加え、支援者層の充実を図ることとしています。

依存症当事者グループミーティング

アルコール、薬物、ギャンブルに頼らない生き方を目指し、依存症に関する正しい知識や理解を深めるためのグループです。

○開催日時・会場

【長野会場】：

毎月第1・3 火曜日 13:30～15:30

【松本会場】：

毎月1回 木曜日他 13:00～15:00

(※松本会場：長野県松本合同庁舎内)

○対象：アルコール、薬物、ギャンブル等依存症の方



依存症家族グループミーティング

依存症の本人への対応方法等を学習するグループです。また同じ悩みを抱くご家族との分かち合いは、回復に向けて踏み出す支えにもなります。

○開催日時：

毎月第2・4木曜日 13:30～15:30

○会場：日により会場変更があります。

○対象：家族の依存症（アルコール、薬物、ギャンブル等）で悩んでいる方

※ 会場の変更等もありますので、詳細はQRコードを読み取り、ホームページでご確認ください。

グループミーティングは、初回の参加申し込みが必要です。詳細は依存症担当までお問い合わせください。

3 思春期・ひきこもり支援事業

今年度は、過去5年ごとに行っているひきこもり支援実態調査を実施します。これまでの支援を振り返りつつ、地域の支援課題の明確化や当センターの役割等を見直します。また、当センターホームページを活用して、新たに県民向けの普及啓発活動に取り組み、ひきこもりを「自分事」として共に支え合う機運の醸成に努めます。

【参考】ひきこもり支援センターホームページ

<https://www.pref.nagano.lg.jp/seishin/heisetsu/hikikomori/index.html>

更に、支援者向けの研修会や保健福祉事務所や市町村が主催するひきこもり家族教室や家族会への技術支援等にも引き続き積極的に取り組みます。

これまでどおり、ひきこもっているご本人、ご家族等からの相談に応じるとともに、ひきこもりなどで社会参加の機会の少ない若者のグループ活動を行います。ご連絡をお待ちしています（詳しくは次ページをご参照ください）。



青年期グループのご案内

ひきこもりなどにより社会参加の機会が少ない若者に対し、社会参加へ向けて第一歩を踏み出すためのグループ活動を実施しています。レクリエーション、スポーツ、散歩、ソーシャルスキルトレーニング、フリートークなどの活動を通して、人とつながるきっかけの場となっています。
参加にあたっては、事前に当センターにご相談ください。

○開催日時：毎月原則第2・4水曜日 14:30～16:00 ○場所：精神保健福祉センター他
 ○問い合わせ：ひきこもり支援担当



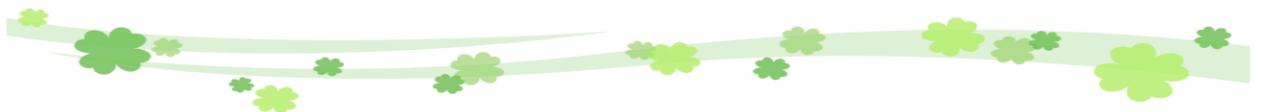
4 ご相談について

お問い合わせ先	電話番号	相談内容
精神保健福祉センター	026-266-0280 平日 8:30～17:15 (終了時間)	・心の健康に関するご相談 ・精神保健福祉に関連する専門的な相談 【依存症/自死遺族（あすなろの会）/ひきこもり支援】 (上記のように担当が分かれています。お悩みに応じて担当をご指名ください。)

自死遺族交流会（あすなろの会）お問合せ先一覧

【問い合わせ受付時間 平日 8:30～17:15】

希望する会場	お問合せ先	電話番号
長野会場	精神保健福祉センター あすなろの会担当	026-266-0280
上田会場	上田保健福祉事務所	0268-25-7149
佐久会場	佐久保健福祉事務所	0267-63-3164
松本会場	松本保健福祉事務所	0263-40-1938
伊那会場	伊那保健福祉事務所	0265-76-6837



令和6年度研修日程

令和6年6月30日現在



- ・精神保健福祉センターでは、精神保健福祉関係者の資質向上のために、研修会等を開催しています。
- ・原則として、対象者は関係機関の支援者です。該当する関係機関にはメール等により通知しています。

	研修会名	期日	会場	内容
全般	災害時等のこころのケア研修会	未定	未定	災害時等のこころのケアについて学ぶ
	精神保健福祉担当者基礎研修会	6月17日 (月) ～7月22日 (月)	オンデマンド	経験年数3年未満の支援者を対象に、基礎知識の習得や対応力の向上を学ぶ
地域生活支援	精神障がい者地域移行推進研修会	未定	未定	地域生活支援等について学ぶ
	精神障がい（発達障がい）者就労支援研修会	未定	オンライン	精神障がい者の就労支援について学ぶ
依存問題	長野県依存症研修会	未定	未定	依存症の理解と回復支援
	※上記以外にも「依存問題」に係る研修会を予定しています。詳細が決まり次第、関係機関等にはメール等により通知します。			
自殺対策	自殺対策地域関係者研修会	7月22日 (月)	オンライン	SOSの出し方・受けとめ方について学ぶ
	自殺関連相談研修会	9月11日 (水)	オンライン	自死遺族等への理解を深める
	自殺企図者支援関係者研修会	8月30日 (金)	オンライン	自殺未遂者への支援スキルについて学ぶ
思春期	思春期精神保健研修会	8月1日 (木)	オンライン	思春期・青年期の摂食障害の理解と支援
ひきこもり	ひきこもり支援関係者研修会	7月19日 (金)	オンライン	社会のしくみからひきこもりについて考える
	ひきこもり相談担当者研修会	未定	オンライン	ひきこもり当事者・家族の支援について学ぶ
	ひきこもりサポーター連絡会	未定	オンライン	ひきこもり支援の実践的な問題について学ぶ