

静岡県 精神保健福祉だより

No. 109 2013.6

静岡県精神保健福祉センター

〒422-8031 静岡市駿河区有明町2-20

TEL 054-286-9245 FAX 054-286-9249

<http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-810/seishin/index.html>

目次

P1 ご挨拶

平成25年度新体制に向けて

P2~3 特集・お知らせ

ひきこもり支援センター開設

P3 報 告

自殺対策強化月間（ゲートキーパー研修）の実施

P4 お 知 ら せ

特定相談（アルコール・薬物依存相談）日程

自死遺族支援に関して

研修会について

ご挨拶

平成25年度もよろしくお願い致します

静岡県精神保健福祉センター 所長 内田 勝久



新しい年度が始まりました。皆様方におかれましては、ますます御清祥のことと存じます。この紙面を用いまして、センターにおいて今年度新たに始まった事業等について説明させていただきます。

まず、この4月から「ひきこもり支援センター」が開設されました。ひきこもりの問題は、少子高齢化という社会的背景と重なり、現在とても深刻なものとなっています。この問題に対し、各種相談事業等をこれまでも当センターや保健所にて行ってまいりましたが、まだまだ十分とはいえませんでした。「ひきこもり支援センター」の開設により、これまで以上にこの問題解決に向けてお役に立てるよう励みたいと思

います。なお、センター開設の経緯や機能についての詳細は、次ページで紹介していますのでご覧ください。

次に、精神障害者保健福祉手帳と自立支援医療（精神通院医療）に関わる業務（いわゆる「手帳」と「受給者証」の審査、発行に関わる業務等）が、当センターにて一元的に処理されるようになりました。これまでも審査業務は当センターで行われていましたが、審査結果に基づいた手帳等の発行業務は保健所にて行われていました。そのためセンターと保健所間のやりとりなどに時間を要していました。審査から発行まですべての業務を当センターにて一元化したことで、より早い発行手続きが可能になることが期待されます。

うつ・自殺対策の一環で昨年度から始まった「ゲートキーパー」の普及啓発も、引き続きセンターの重点事業と考えています。幸い昨年は例年と比べ自殺者数の減少が見られました。「ゲートキーパー」の普及啓発を通して、この傾向が継続するための一助になるよう努めていきたいと思

います。私たちは、生活環境の変化に適応するため、常に成長、変化していく必要があります。同様に精神保健福祉センターも時代の変化に対応した組織運営が求められています。時代のニーズにあった組織になるよう努力していきたいと思

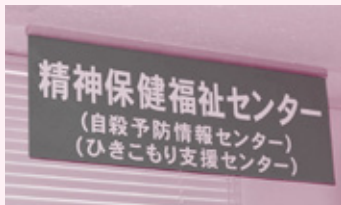
4月8日(月)、静岡県ひきこもり支援センターが開所しました。

このたび、ひきこもりに悩むご本人・ご家族の方の相談窓口として、静岡県ひきこもり支援センターを開設いたしました。開所式には家族会の方をはじめ、関係機関の方にも参列していただき、多数のテレビ・新聞にも取り上げられました。

ひきこもり支援は、これまでも教育委員会や健康福祉センター、家族会や民間団体など、様々な機関がおこなっていましたが、利用する方々から「どこに相談していいか窓口が分



かりにくい」といった声が寄せられました。このため、相談窓口の一元化を狙い、ひきこもり専用の相談窓口を持つ「ひきこもり支援センター」を開設しました。ひきこもり支援センターは、相談を重ねながら適切な支援機関につないでいくこと、また、ご本人も同意されれば、必要に応じて訪問支援を検討していくなどの役割を担います。



ひきこもりって？

厚生労働省の定義では、長い期間（おおむね6ヶ月以上）自宅に留まり続け、仕事に就くことや学校へ通うこと、友人と交流するといった社会生活の再開が難しくなっている状態を「ひきこもり」とよんでいます。

状態は人それぞれで、部屋から全く出ることができない方もいれば、他者と直接的な交流を持たない形の外出（買い物、ドライブ等）は可能といった方もいます。

ひきこもりの原因は、精神的な疾患によるもの、傷つき体験やストレスによるものなど様々で、一つに特定できない場合が多くあります。



ひきこもりに悩む方って多いんでしょうか？

平成22年7月に発表された内閣府の「若者の意識に関する調査」では、「ひきこもり」状態にある人は、全国で23万6千人となっています。理由は「職場になじめなかった」「病気」「就職活動がうまくいかなかった」という順で多くなっています。静岡県内のひきこもりに悩まれているご家庭は、おおよそ7千世帯くらいあると考えられているので、どこにでも生じうる、身近な問題であるといえるでしょう。



ひきこもり支援センターってどんなことをするんでしょうか？

ひきこもり支援センターにご連絡をいただきますと、スタッフが電話や面接でお話をきかせてもらいながら、ご本人への関わりについて一緒に考えたり、状態や内容によっては、医療や教育、労働、福祉などの必要な機関におつなぎしていきます。「ひきこもり」といった特性上、最初の相談はご家族の方が多いですが、ご本人も電話や面接をご利用いただけます。また、ご家族との相談を重ねる中で、ご本人の同意があれば、スタッフがご家庭を訪問することも検討できます。





利用方法を教えてください。

まずは電話にて相談をお申し込みください。電話にて簡単にお話をきかせていただき、面接の予約をお勧めしています。面接場所は、ひきこもり支援センターがある静岡だけでなく、お近くの健康福祉センターを会場に行うことができます。費用は無料です。

まずはお電話ください。ご相談をお待ちしています。

電話受付時間：午前 10 時～ 12 時、午後 1 時～ 3 時（年末年始・祝日除く平日）

電話番号：054-286-9219

対象：政令市以外の県内にお住まいの方で、おおむね 15 歳以上の方とご家族

* 静岡市にお住まいの方は静岡市子ども若者相談センター（054-221-1314）へ、
浜松市にお住まいの方は浜松市精神保健福祉センター（ひきこもり地域支援センター）（053-457-2709）へご相談ください。

報告

3月は自殺対策強化月間、 「あなたもできる！ ゲートキーパー」 として広く普及啓発しました。



全国では、年間 3 万人前後の方が自殺で亡くなるという厳しい状況が続いており、中でも月別自殺者の最も多い 3 月を「自殺対策強化月間」とし、集中的に自殺予防のための普及啓発活動が行われています。

県においては、毎年 800 人前後の方が自殺で亡くなっており、この人数は交通事故で亡くなる方の 3 倍以上と大変多い状況です。自殺の多くは、様々な悩みによる「心理的に追い込まれた末の死」と言われ、いまや、自殺は個人の問題ではなく、社会全体の問題として取り組むことが必要となっています。

このため、県では、『あなたもできる！ゲートキーパー』をキャッチコピーとして、多くの方にゲートキーパーについて知っていただくために、テレビ・ラジオによる CM、パブリシティ、ラジオ番組、ホームページ、新聞広告、交通広告（JR東海道線）、ポスター、パンフレットなど様々な広報媒体による普及啓発を集中的に行いました。

自殺対策で言うゲートキーパーとは、身近な人の変化に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことを言います。悩みを抱えた人は「人には言えない」「どのように解決したらよいかわからない」などの状況になることがあります。このため周囲の人が適切に関わり支えることが必要です。このゲートキーパーの役割は誰でも担うことができ、少しの知識があるだけで悩んでいる人に寄り添い、効果的に支えることができます。このため、この 3 月に各健康福祉センターとともに県下 9 会場で一般の方を対象に、声のかけ方や話の聴き方など対応のコツを学んでいただくための研修会を開催しました。これまでに受講された方からは「相手のペースに合わせて聞くことが、相手の気持ちを楽にでき、大切だと思った。」「これまでの人への対応を振り返りました。今から少しずつできることから実践していこうと思います。」などの感想があげられています。

静岡県では、ゲートキーパーを平成 28 年度までに 30,000 人にすることを目標にしています（平成 25 年 4 月 30 日現在 受講者数 15,498 人）。今後もゲートキーパー研修会を開催していく予定です。みなさんもゲートキーパーの輪に加わりませんか？開催予定の詳細については、県精神保健福祉センターホームページ「ふじのくにゲートキーパー」で、ご確認ください。

お知らせ

アルコール・薬物依存相談のお知らせ

豊富な知識と支援経験を持つ専門相談員が秘密厳守で相談に応じます。
ご自身やご家族だけで悩まずに、ぜひご相談ください。
アルコール依存相談日程：原則毎月第2・第4月曜日 午後1時から5時
薬物依存相談日程：原則毎月第1・第4月曜日 午後1時から5時
場 所：静岡県精神保健福祉センター（静岡総合庁舎 別館4階）
※電話にて前の週の金曜までに予約をお願いします。
電話 054(286)9245

大切な人(家族や友人等)を自死で亡くされた方への支援

ある日突然訪れた悲しみと誰にもわかってもらえない辛さ…、いくら考えても見つからない答え…大切な人を突然自死で亡くすことの悲しみははかりしれません。今年度も静岡県では、静岡県精神保健福祉協会に委託し、大切な人を自死で亡くされた方々を支えるための支援を行っています。

●自死遺族のつどい「東部わかちあい すみれの会」

(大切な人を自死で亡くされた方々が思いをわかちあう場)

日時：原則偶数月第2土曜日 午後1時半～4時(受付 午後1時から)

会場：サンウェルぬまづ 2階 中会議室(沼津市内)

参加方法：事前申込不要、参加費無料、匿名での参加も可能

●個別相談(すみれ相談)

日時：原則 第3水曜日 午後1時～4時

対象：大切な人(家族や友人等)を自死で亡くされた方

申込：開催会場の健康福祉センター精神保健福祉担当課に直接お申し込みください。

費用：無料

相談担当：静岡県精神保健福祉協会スタッフ

場所：東部地域の各健康福祉センター

日程	会場	申込先	日程	会場	申込先
6/19	富士健康福祉センター	0545-65-2155	11/20	東部健康福祉センター	055-920-2087
7/17	東部健康福祉センター	055-920-2087	12/18	富士健康福祉センター	0545-65-2155
8/21	熱海健康福祉センター	0557-82-9120	1/15	東部健康福祉センター	055-920-2087
9/18	東部健康福祉センター	055-920-2087	2/19	熱海健康福祉センター	0557-82-9120
10/16	御殿場健康福祉センター	0550-82-1222	3/19	東部健康福祉センター	055-920-2087

その他：静岡県精神保健福祉協会内(場所：静岡総合庁舎)でも個別相談を随時行っています。水・金曜日に協会(電話 054-202-1220)までご連絡ください。

研修会について

研修名	開催日	対象者	会場等
ひきこもり支援研修会	7～8月	ひきこもり支援従事者	静岡市内
精神障害者地域移行支援研修会	8月29日(木)	精神科医療機関、相談支援事業所、行政機関等の職員	静岡市内

※詳細等のお問い合わせは(電話 054-286-9245)までご連絡ください。