

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 静岡総合庁舎 別館 4 階

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

<http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-845/tayori-syohou.html>

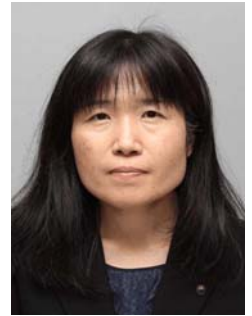
<目次>

- ◆P1 <巻頭挨拶>
- ◆P2 <研修報告> ふじのくにゲートキーパー養成研修
- ◆P3 <本の紹介>
- ◆P4 <研修計画> 令和3年度研修計画



<巻頭挨拶>

静岡県健康福祉部障害福祉課精神保健福祉室長 森下奈津



本年4月から障害福祉課精神保健福祉室長になりました森下奈津と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

さて、この1年、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、私達の生活は大きく変わりました。「ワクチン接種が少しずつ進んでいるものの、まだ終息までには時間がかかりそうです。

コロナ禍で外出自粛により人と接する機会も減少し、不安を抱え社会的に孤立することにより、自殺リスクが高まっていく懸念があるとされていますが、本年6月に、厚生労働省が公表しました令和2年の人口動態統計調査結果では、県内の自殺者数(概数)は、令和元年より19人多い583人となり、5年ぶりに増加しました。

そのような中、去る7月10日、県の施策について県民の皆様から改善に向けたご意見をいただく場であります「ふじのくに」土民協同施策レビュー」が開催され、今年度の対象施策の一つとして「自殺対策の推進」が選ばれました。

県からは、県内の自殺者の状況や県実施の自殺対策についてご説明し、1日をかけて課題の整理等を県民評価者の皆様とともに行いました。

1日の議論の中で最も関心が寄せられ、多くの時間を費やしたのは「ゲートキーパー」についてでした。ゲートキーパーの必要性や、県民一人一人がゲートキーパーの役割を担っていけるようにするための方策などについてご意見をいただきました。また、県実施の相談窓口等の施策について、知らなかったという意見も多く、より一層の周知が必要であることを痛感しました。県民評価者の皆様から「改善提案シート」が提出される予定ですので、今後の県の自殺対策を検討する際に活かしていきたいと思っています。

コロナ禍においては、自殺だけでなく、ひきこもりや依存症についてもリスクが増大しているといわれており、その他にも、精神保健福祉にかかる課題は山積しています。皆様のご協力をいただきながら、より多くの方に必要な支援が届くように、微力ながら進めて参りたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

<研修報告>ふじのくにゲートキーパー養成研修(専門及び講師養成)



令和3年6月29日(火)に、ふじのくにゲートキーパー養成研修を実施しました。

★「専門研修」と「講師養成研修」を同日に実施

専門職や自殺対策関係機関職員等を対象に、悩んでいる人の問題の抽出・解決・連携した対応などの技術を修得を目的とした「専門研修」と、専門研修を修了しゲートキーパー研修の講師となりうる者を対象に「講師養成研修」を同日に実施しました。

専門研修で知識を得て、続けて講師の役割や研修で伝えるポイントを知ることによって、受講者がより講師として話をするイメージを持ち、各地域で活躍していただくことを期待しています。



★ワークを工夫して感染症対策

例年の演習では、DVD(良い例、悪い例)を視聴してロールプレイや意見交換をしましたが、今年度は感染症対策のため、事例を用いた個人ワークと短時間の意見交換を行いました。

個人ワークは「り・は・あ・さ・る」を具体的に理解できるように、①リスクを書き出し、②事例に対してどんな感想を持ったか、どんな声かけをするかを考え、③④どんなサポートにつなげるかを考えました。受講者の満足度も高く、「り・は・あ・さ・る」を意識したケース対応につながると感じました。



「り・は・あ・さ・る」を一つひとつ確認していくことで、問題点が明らかになると感じました。



今までは問題に注目してしまうことが多かったですが、まず相談者の思いを受容し、一緒に考えることが大切だと思いました。

その他、検温、健康状態申告書記入、換気、席の間隔を空ける、意見交換は2人組みで10分で区切る、といった感染症対策を取りました。

★自死遺族支援について講話を実施

自殺対策は、自殺予防と遺された人への支援の両輪で進めていくことが必要です。そのため、「講師養成研修」では、自死遺族支援についても触れました。

参加者からは「自殺未遂者や自死遺族の方々と話す機会があるため、対応方法、社会資源の紹介・活用、グリーフケアについて知り、今後の支援に活かせると感じました。」「今まで自死遺族について深く考えることがなかったが、今回遺族の気持ちに少し触れることができました。」という声が聞かれました。

メンタルヘルス・ファーストエイド

- い** リスク評価
自傷・他害のリスクをチェックしましょう
- は** ほんだん、批評せずに話を聞く
判断・批判せずに話を聞きましょう
- あ** あんしん、情報を与える
安心と情報を与えましょう
- さ** サポートを得るようにつなげる
適切な専門家のもとへ行くよう伝えましょう
- る** セルフヘルプ
自分で対応できる対処法(セルフ・ヘルプ)を勧めましょう

当センター職員“イチオシ”の書籍を紹介し



【支援者向け】
計算論的精神医学:情報処理過程から読み解く精神障害
 国里愛彦ほか著 勁草書房

現在の精神医学が抱える諸問題を克服するための新たなアプローチ
 その可能性と基礎的な知識を、理論、方法論、具体的な適用事例の3部構成により解説



精神疾患は脳の病気であるということについて、異論はないと思います。しかし現在の医学では、それら疾患について診断を下すための客観的な検査法がないのが現状です。それに加え、精神疾患が生じる理由や脳のどこが障害されているかといった問題すら、まだ明確には解明されていません。

最近、上記の問題を解決するための第一歩となるのではないかとされる本が出ました。本の題名の「計算論的精神医学」とは、脳における情報処理プロセスについて、数理モデルを精神医学研究に応用して新しい知見をもたらそうとする研究領域をいうみたいです。本の内容の一部ですが、統合失調症の幻覚・妄想状態とは脳がどのような計算をすると出てくるのかといった内容らしきことが書かれていました。非常に複雑な数式の連続で、結局、理解不能で最後まで読むことができなかつた本ですが、今の精神医学の最前線は凄いことになっているなとびっくりしてしまった本なので、紹介させていただきます m(_ _)m。 (U)



【支援者向け】
地域におけるひきこもり支援ガイドブック
 長期高齢化による生活困窮を防ぐ
 境 泉洋編著 金剛出版



ひきこもりの理解、アセスメント、地域における支援等を、包括的に説明してくれる内容になっています。

多くの知識的な内容を含みながら、家庭訪問をするタイミングはいつか、電話相談で注意する点は何かなど、具体的な支援場面に合わせた解説が細かくされています。この本から、ひきこもり支援に携わるための基礎的な知識を得ることもできますし、ひきこもり支援をする中で、対応に迷った時にこの本を読み返すことで、支援のヒントを得ることもできます。まさにこの本の題名のとおり、ひきこもり支援のための「ガイドブック」の役割を担ってくれる1冊です。 (1)



【家族・支援者向け】
CRAFT ひきこもりの家族支援ワークブック
 若者がやる気になるために家族ができること
 境 泉洋・野中俊介著



ひきこもりの被害と被害者をつなぐために
 ひきこもり被害者への支援と被害者への支援
 ひきこもりの被害者への支援と被害者への支援
 ひきこもりの被害者への支援と被害者への支援

【家族・支援者向け】
CRAFT ひきこもりの家族支援ワークブック
 若者がやる気になるために家族ができること
 境 泉洋・野中俊介著 金剛出版



この本には、ひきこもり当事者に対して、家族や支援者がどのように接することで、より当事者がやる気を出し、また安全で良好な関係を作っていけるかのヒントがたくさん盛り込まれています。CRAFT の考え方を丁寧に、簡易な言葉で解説してくれているため、とても読みやすいです。

本を読んだ家族・支援者のやる気も一緒に引き出してくれる1冊になっています。この本に載っているワークに取り組み、自身を振り返ることで、ひきこもり当事者に対する理解が深まり、自分のどのような言動が、より望ましい未来につながるかを理解することができます。ひきこもり当事者との関わりに悩む家族・支援者にお勧めの1冊です。 (1)

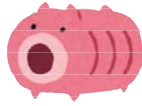
統合失調症を知り、心療内科でテキスト



【家族・支援者向け】
統合失調症を知る心理教育テキスト
 家族版 じょうずな対処 今日から明日へ 学びあい 支え合いリカバリー
 伊藤順一郎・福井里江編集
 認定 NPO 法人 地域精神保健福祉機構

この本は、私が当所に着任した際の頃に「統合失調症とはどんな病気か、当事者やその家族はどんな状況にいるのか、わかりやすく書かれているよ」と、先輩からオススメされた本です。

統合失調症の症状や治療、リカバリーなどについて、イラストや図を用いて説明されているため、精神保健福祉業務の初心者や当事者の御家族にとっても読みやすいです。特に、当事者にとって統合失調症はどんな体験なのか、どんな周囲の方の支援が安心できるのかについて詳しく書かれているため、病気の理解を深めたい方や自分の支援を振り返りたい方の助けになる本だと思います。 (Y)



静岡県精神保健福祉センター 令和3年度研修計画

令和3年8月以降の
研修予定です。

| 研修名 | | 対 象 | 目 的 | 日程及び会場 |
|--------------|--------------------------|---------------------------------------|--|--|
| ひきこもり | ひきこもり支援従事者養成研修 | 行政、社会福祉協議会等でひきこもり支援に関わる者 | CRAFTを学び、ひきこもりの理解を深め、家族支援の方法を学ぶ。事例検討、情報交換も行う。 | 令和3年9月9日(木) (オンライン) |
| | ひきこもり講演会 | 一般県民、行政、社会福祉協議会等でひきこもり支援に関わる者 | 静岡県内でも年々相談件数が伸びているひきこもり問題について正しい知識や対応方法を学ぶ。 | 令和3年10月4日(月) (一般県民:静岡総合庁舎、関係機関:オンライン) |
| 自殺対策 | ゲートキーパー講師フォローアップ研修 | ゲートキーパー講師養成研修を受講し、ゲートキーパー養成研修の講師を務める者 | ゲートキーパー研修受講者の理解を深める研修の進め方、内容の充実等、研修実施に係る技術及び研修内容の向上を図る。 | 未定 (静岡総合庁舎) |
| | 自殺未遂者ケア研修 | 精神科医療機関の医師、看護師、精神保健福祉士、保健所職員等 | 精神科医療関係者に対して、改めて自殺未遂者ケアの基本及び対応の流れを学ぶ研修会を開催し、対象者が自殺未遂者ケアについてのスキルアップを図ることにより、自殺予防に資する。 | 令和3年11月14日(日) (静岡総合庁舎) |
| | 若年層自殺対策研修会 | 若年層の自殺予防対策に関わる者 | 地域で若年者支援に取り組めるよう、現代の若者の現状や若年層の心理的特性等について共有し支援のあり方を考える。 | 未定 (静岡総合庁舎) |
| 災害 | 災害時のメンタルヘルスケア研修会【PFA研修】 | 精神科医療機関職員、行政職員等 | PFA研修を通して、安全で、被災者を傷つけない支援について学び、今後の活動に役立てる。 (WHO版サイコロジカル・ファーストエイド(PFA)とは:心理的応急処置と訳され、災害等の際、被災者に対応するときの基本的な姿勢) | 未定 (静岡総合庁舎) |
| | 災害時のメンタルヘルスケア研修会【行政職員対象】 | 市町及び県健康福祉センターの職員 | 市町及び県健康福祉センターの職員が災害時の心のケアの基礎知識及び対応等を学び、自らの機関の支援や役割を考え、今後の業務に活かす。 | 未定 (静岡総合庁舎) |
| 依存症問題従事者研修 | | 依存問題を抱える人や家族の相談支援に従事する者 | 依存症に関する理解を深め、相談対応力の向上を図り、地域で依存問題を抱える人を効果的に支援できるようになる。 | 令和3年10月12日(火) (静岡総合庁舎) |
| こころの緊急支援活動研修 | | 学校関係者、医療機関職員、行政職員等 | 学校等における危機発生時に児童生徒等のこころのケアを実践できるよう、学校現場や関係機関等の職員がこころの緊急支援活動に関する基礎的な知識を習得し、活動の実際について体験する。 | 未定 (オンライン) |

* 実施日が未確定の研修については、時期及び会場を変更する場合がありますので、御承知おきください。

研修内容については、各研修の開催通知で確認をお願いします。

