



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 <報告> 依存症問題従事者研修
- ◆P3 自死遺族支援者研修会、面接相談・自死遺族のつどい
- ◆P4 ひきこもりサポーター養成研修



## <巻頭挨拶>

静岡県精神保健福祉センター所長 内田勝久

平成31年4月より令和2年のこれまでを振り返ってみますと、大雨や台風による災害の多い年度だったという印象があります。具体的には昨年8月の九州豪雨や9月の台風15号による千葉県等での被害、10月の台風19号に対し静岡県を含めた12都県に大雨特別警報が出されるほどの大雨被害等がありました。特に台風19号では、静岡県においても災害対策本部が設置されましたが、残念ながら一部の地域ではかなりの被害が出てしまいました。被害に遭われた方々には、心からお見舞い申し上げます。

また例年、インフルエンザの流行が、寒くなり始める11月下旬から12月上旬頃より始まり、翌年の1月から2月にそのピークを迎えるのですが、今年は2月に入りましても、インフルエンザが流行しているという報告を聞きません。実際、私の周りでもお子さんが学校等に通っている方たちにインフルエンザの様子を聞いても、「今年はあまり流行していないようです。」といった返答が戻ってきます。感染予防のためには手洗いやうがい、咳エチケットの徹底が大切ですが、最近の新型コロナウイルスへの感染予防対策の徹底が、結果的にインフルエンザの感染予防にもつながっているのでしょうか。これは、いかに普段からの予防対策が大切かを如実に物語っているものと思われます。くれぐれもご自身の健康に対する配慮について怠ることのないようお願いいたします。

精神保健だより No. 122 号をお届けいたします。本年度に当センターが主催した研修等について報告をさせていただきますので、当センターが今年度どのような活動をしたのか、皆様の参考になりましたら幸いです。



## <報告> 依存症問題従事者研修



当センターでは、依存症対策として主に4つの取組を行っています。1つ目の依存相談では、県内東・中・西部の3箇所にて、専門の相談員が依存症関連問題にお困りの当事者やご家族からの相談に個別に対応しております。2つ目のリカバリーミーティングでは、県内東部・中部の2箇所で当事者の回復を目指したグループミーティングを行っております。3つ目は支援者に向けた依存症問題従事者研修を開催しています。4つ目に、家族支援を強化するため、令和元年度からアルコール問題を抱える家族向けの講演会と家族の気持ちの分かち合いを企画しました。しかし、新型コロナウイルス感染の懸念から来年度に延期することとなりました。新しい日程が決まりましたら、改めて県民だより等を通じてお知らせをさせていただきます。

先述の4つの中から、依存症問題従事者研修について説明させていただきます。当センターでは年に1回、依存症問題従事者研修を開催しております。県内の依存症問題の支援に従事されている方に向けて、依存症に関する正しい知識を発信することで、依存症のみならず当事者及びその御家族についての理解を深め、支援に活用してもらうことを目的としています。令和元年度は、『現代社会と依存症ーゲーム依存、スマホ依存、ギャンブル依存等ー』をテーマに、医療法人社団美樹会「マリアの丘クリニック」の近藤直樹院長に御講演いただきました。「依存症に関する知識が深まった」、「生活リズム等の基本的な事が大切なのだと分かった」、「分かりやすく学ぶことができた。」などの感想を多数いただきました。令和2年度は、ギャンブル依存症についての研修を行う予定になっております。



日時 令和元年10月10日(木)  
14時~16時  
講師 マリアの丘クリニック  
院長 近藤 直樹 氏

参加人数 94人



依存症問題に関する御相談は、静岡県神保健福祉センター ☎ 054-286-9245 まで御連絡ください。

受付時間：月曜日～金曜日（祝日及び年末年始を除く 8時30分～17時）

## <報告> 自死遺族支援者研修会




日時 令和2年1月21日(火)  
13時30分~16時30分  
内容 ①自死遺族からのメッセージ  
②事業説明 自死遺族支援の取組について  
③グループワーク  
参加人数 44人



静岡県では、1年間に約600の方が自殺により亡くなっています。一人の方が自殺で亡くなると、その数倍の遺された家族や周囲の人々がおり、自死遺族等は深刻な心理的影響を受けると言われ、また自殺のハイリスク者でもあると言われていています。自殺対策における自死遺族支援は大きな柱であり、自殺予防と両輪で進めていくことが必要となります。研修会では、支援者が自死遺族の心情や必要とされる支援を理解し、相談業務に活かすことを目的に実施しました。

参加者からは、「当事者の声を通して、支援する際の状況をリアルに感じ、学びとなった」「関係機関との協力体制が必要」「励ますこと=支援ではない」「居場所となる環境づくりに取り組みたい」「情報提供の仕方を工夫して発信していきたい」との感想が聞かれました。今後も理解者を増やし、各地で自殺対策の裾野が広がっていくように取り組んでいきたいと思えます。



### 自死遺族の方への支援

御家族や友人など、大切な方を失うと、生活だけでなく心や身体に様々な変化が表れることがあります。県では、身近な大切な人を自死(自殺)で亡くされた方を対象に、面接相談「すみれ相談」を行っています。また、御遺族の方々が集まり、想いや体験を語り、わかちあうための自死遺族のつどいとして、「東部わかちあい すみれの会」を行っています。

面接相談「すみれ相談」：原則毎月第1・3水曜日 午後1時~午後4時

(予約制・無料・匿名可)

自死遺族のつどい「東部わかちあい すみれの会」：原則毎月第3土曜日

午後1時30分~午後3時30分(予約不要・無料・匿名可)

お問合せやお申込みは、静岡県精神保健福祉センター ☎ 054-286-9245 まで御連絡ください。受付時間：月曜日~金曜日(祝日及び年末年始を除く 8時30分~17時)





## <報告> ひきこもりサポーター養成研修

令和元年9月から11月にかけて、ひきこもりサポーター養成研修の基礎編と実践編を合計4回開催しました。研修は、ひきこもり状態にある当事者やその御家族の早期発見、早期対応のための基本的な知識や支援方法を習得すること、関係機関が情報交換や事例検討を行う中で互いの役割や機能について理解を深めることを目的に行われました。基礎編66人、実践編43人の合計109人のひきこもり支援に関わる方々に御参加いただきました。多数御参加いただき、ありがとうございました。また、研修会に講師として御協力いただいた、こひつじ診療所の武井陽一先生、県ひきこもり支援センターアドバイザーの江口昌克氏、根本英行氏、三森重則氏、メンターのお二人、発達障害者支援センターの職員の方々につきましても、重ねてお礼申し上げます。



研修会の参加者からは、「ひきこもり支援に当たる心構えが参考になった」「ひきこもりの関連要因が参考になった」「就労がゴールではないという気付きがあった」「メンターさんの実体験を聞くことができ、家族がどのような気持ちでいるのか、何を期待しているのか考えることができた」「多機関、多職種の方とグループワークができて、色々な意見を聞くことができた」などの感想をいただきました。

来年度も、ひきこもりサポーター養成研修では、ひきこもりの理解と支援の実際について学ぶ機会を企画しております。多数の御参加をお待ちしております。



基礎編			実践編
西部 9/19 (木)	東部 9/27 (金)	中部 10/31 (木)	静岡 11/12 (火)
中遠総合庁舎	東部総合庁舎	藤枝総合庁舎	静岡総合庁舎
講義「ひきこもりの評価・支援に関するガイドラインについて」 講義「ひきこもりと発達障害」・「発達障害についての基本知識」 講義「ひきこもり対策とひきこもり支援センターについて」 グループワーク・意見交換			講義「ひきこもりに関する基本知識」 メンター体験談 事例検討・グループワーク

静岡県ひきこもり支援センター ☎ 054-286-9219

受付時間：月曜日～金曜日（祝日及び年末年始を除く）  
10時～12時、13時～15時

