



しあわせ信州

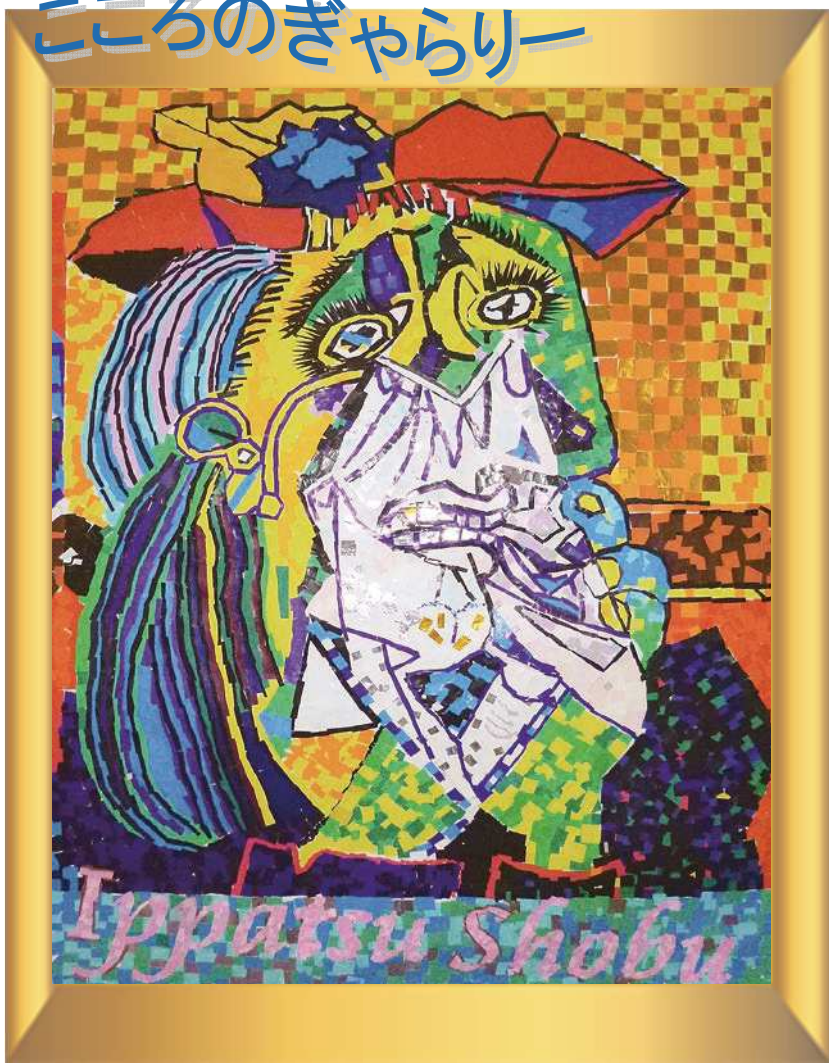
第91号 2015年6月 発行

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/index.html

心のたより

こころのぎやらりー



作品名：コラージュ作品

『Ippatsu Shobu (一発翔舞)』

作者名：長野翔和学園の仲間たち

作品について

昨年度の文化祭でコラージュ（貼り絵）に挑戦!!

ピカソ作『泣く女』を題材に、ピカソを超えようという心意気で仲間とともに共同制作した。

作品名である『Ippatsu Shobu (一発翔舞)』には、「魂を翔け、笑顔が舞う」との意味が込められている。

作品は原作よりも大きなサイズ（110×80cm）の大作となっている。貼り絵特有の鮮やかなコントラストが非常に力強く、女性の感情が迫ってくる。原作を凌ぐ!?インスピレーションを受ける作品。

掲載協力：長野翔和学園

もくじ

- こころのぎやらりー 1
- ひきこもり支援センターの事業評価 2
- 〈特集〉アディクションと治療・回復プログラム 3
- 平成27年度精神保健福祉センターの取り組みについて 4
- 平成27年度研修会等日程 6

ひきこもり支援センターの事業評価



《長野県精神保健福祉センター所長 小泉典章》

長野県は広大で盆地にそれぞれの市町村が点在していることから、県全体の精神保健福祉のニーズに当センターがどのように応えていくのかが常に課題となっています。ひきこもり支援に関して県内の全市町村を対象としたアンケート調査をH21年度に実施したところ、半分以上の市町村がひきこもりの相談や訪問に実績があることがわかりました。

そこで地域の関係機関のネットワークの構築や、教育研修、情報発信、普及啓発を担う県全体を対象としたひきこもり支援の拠点として、H22年4月にひきこもり支援センターが当センター内に併設されました。

ひきこもり支援センター開設後5年目を迎え、県内の市町村のひきこもり支援の現状と課題を探り、今後の支援のあり方やひきこもり支援センターの役割について検討を深めることを目的として、ひきこもり支援実態調査を昨年度に行いました。その結果をみますと、市町村のひきこもり支援の実績は増加傾向にあり、面接、電話相談、訪問等の個別支援は9割以上の市町村で対応が可能でした。市町村の既存事業の中でひきこもり支援の工夫ができる一方、H21年度の調査時と同様に、ひきこもり専門のグループ支援事業の各圏域での実施は困難でした。ひきこもり支援センターへの期待は、相談窓口の充実につながる人材養成、保健所圏域単位での技術援助、当事者・家族へ届く情報発信の拡大等があげられており、今後の課題です。『ひきこもりサポーター事業』については、今年度を実施を検討する市町村があり、当センターで研修・人材養成に協力したいと思います。

また、H27年4月に「生活困窮者自立支援法」が施行されたこともあり、ひきこもり支援の新たな形が求められると考えます。終身雇用で同じ職場で長く働き、経験や技術を身につけるような機会に恵まれないニートにも似た方々が、非正規雇用の増加とともに増えている傾向があります。そういう方が失業すると、仕事探しは難しくなりがちです。その結果、生活に困ったとしても「高齢」「障がい」といった既存の福祉の仕組みからは外れてしまいます。そのため、生活困窮者自立支援制度は制度のはざままで生活苦に陥る人に向けた、新たなセーフティネットとしての役割を果たします。本県でも相談窓口として、「生活就労支援センター（まいさぼ）」ができました。支援員と相談者本人が話し合っ、就労などの目標を設定してプランを作成し、支援が開始されます。就労準備支援に加えて、家計相談支援、子どもの学習支援なども、任意事業ではありますが盛り込まれています。H23年度から3年間県のモデル事業として始まり、自殺対策としても有意義だった信州パーソナルサポート事業の成果が、生かされることを願っています。

ひきこもりサポーター事業とは

この事業は、ひきこもりの長期・高齢化や、それに伴うひきこもりの状態にあるご本人やご家族からの多様な相談にきめ細かく対応し、かつ継続的な訪問支援等を行うことを目的とする事業です。養成と派遣の二つの事業から成り、都道府県等において「ひきこもりサポーター」を養成し、養成された「ひきこもりサポーター」は市町村等によって地域に派遣され訪問支援等を行うものです。

【参考】厚生労働省：ひきこもり対策推進事業等について(H26年度)

＜特集＞ アディクションと治療・回復プログラム



「アディクション（嗜癖）」とは、ある物質や過程（アルコールや薬物、ギャンブル等）に対して強い渴望が生じ、日常生活に支障をきたすほど依存しているにもかかわらず、その依存行動をやめたくてもやめられない状態をいいます。アディクションに対応するためには、次のような点を理解することが大切です。

- ①否認の病である ②進行性の慢性疾患である ③自己破壊的な病である
④家族を巻き込む病である ⑤治療はできないが「回復」はできる

アディクションからの「回復」は、特効薬が開発されていない現時点では、認知行動療法、集団療法、内観療法などを組み合わせた治療によって、依存行動に頼らなくてもよい生き方を再構築し、その人が本来持っている能力を活かして生活することを目標としています。

認知行動療法を用いた治療・回復プログラムの代表としては、薬物依存症者に対する治療・回復プログラムであるSMARPP（Serigaya Methamphetamine Relapse Prevention Program）があります。SMARPPは米国のMatrix Model（中枢刺激薬依存に対する統合的集中型外来治療アプローチ法）の方法論を参考に、神奈川県立精神医療センターせりがや病院で開発されたプログラムです。SMARPPは薬物依存症に対する疾病教育的内容と、薬物使用欲求が発生するメカニズムや使用欲求に対する適切な対処方法についてワーク形式で考える内容により構成されています。最近の研究では、高い治療継続率や自助グループ参加率、高い断薬率といった効果が報告されています。県内では、「地域依存症対策推進モデル事業」を機に、こころの医療センター駒ヶ根において、治療・回復プログラム「KOMARPP」が実施されるようになりました。

当センターにおいても、アディクションからの回復を支援するために取り組んでいます。下図のとおり、昭和55年度からアルコール家族グループミーティングを開始し、現在は対象をアルコール、薬物、ギャンブルに広げた依存問題当事者・家族グループミーティングを実施しています。さらに、今年度からは「依存症者に対する治療・回復プログラムの普及促進事業」に取り組むことになりました。プログラムの名称は、「ARPPS（Addiction Relapse Prevention Program in Shinshu）」とし、当センターの当事者グループミーティングや個別相談での活用の他、将来的には保健福祉事務所等の相談機関への普及を目指しています。アディクションからの回復のためには、幅広く継続的な支援が必要です。プログラムには支援者の知識・技術の向上や支援機関の広がり、自助グループへの動機づけとしての有用性、さらには依存症者が治療・相談機関等につながりつづけるためのツールとしての活用が期待されます。県内での普及をはかり、ARPPSを用いた相談を受けられる環境づくりを目指したいと考えています。

当センターの依存症対策における取組み＜経過＞

実施年度	S55年度	S56年度	S58年度	H6年度	H13年度	H14年度	H21～23年度	H24～26年度	H27年度～
グループミーティング	アルコール家族グループ				アルコール当事者グループ				
	依存問題（アルコール・薬物・ギャンブル等）家族グループ						依存問題（アルコール・薬物・ギャンブル）当事者グループ		
事業						地域依存症対策推進モデル事業		依存症者に対する治療・回復プログラムの普及促進事業	



平成27年度 精神保健福祉センターの取り組みについて



社会復帰促進事業では、地域移行・地域定着支援の推進のため、退院支援体制の確保や連携による地域生活支援を目指す研修会を開催します。また心の健康づくり推進事業では、災害時に支援関係者が迅速かつ適切に心のケアを実施できるよう研修会を開催します。

精神保健福祉センターでは、精神医療審査会の事務局や自立支援医療（精神通院医療）・精神障害者保健福祉手帳の審査・判定・発行業務も行っています。精神医療審査会で実施する入院者からの退院及び処遇改善請求の審査件数は、平成25年度は過去最高の66件でしたが、平成26年度は精神保健福祉法改正の影響か、54件と3年ぶりに減少しました。自立支援医療（精神通院医療）受給者証と精神障害者保健福祉手帳の交付件数は、下図のとおり年々増加し続けています。

交付件数の推移（長野県）	H22年度	H23年度	H24年度	H25年度	H26年度
自立支援医療（精神通院医療）受給者証	26,867	28,390	30,487	31,218	32,061
精神障害者保健福祉手帳	6,392	7,275	7,337	8,308	8,574



依存問題対策事業

アルコール、薬物、ギャンブル依存問題の相談体制強化を目指し取り組んでいます。今年度は依存症者への支援の充実・強化を図るため、体系的な治療・回復プログラム（ARPPS）を作成し、県内での活用を目指します。また「アルコール健康障害対策基本法」を踏まえ、アルコール問題啓発のための研修会を開催します。さらにギャンブル依存問題は、普及啓発の推進、関係機関の連携強化のため、リーフレットを作成し、研修会を開催します。

依存問題当事者グループミーティング

依存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

○対象：アルコール、薬物、ギャンブルの問題を抱えている方

※10月からは松本合同庁舎でも開催予定です。

毎月第2火曜 13:30～15:30

依存問題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、家族が依存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、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

○対象：家族の依存問題（アルコール、薬物、ギャンブル等）で悩んでいる方



自殺予防情報センター事業

長野県の自殺者数は、平成25年まで5年連続減少していましたが、平成26年は増加してしまいました。今年度は、これまでの予防や遺族の方への支援を継続するだけでなく、自殺未遂者の方への支援を重点的に取り組みます。医療や行政等の関係機関のネットワーク強化のため地域の实情に合わせた技術支援や、悩みを抱えた方が相談機関につながりやすい体制を目指し、相談技術向上や地域づくりをテーマとした研修会を開催します。

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）



ひきこもり支援センター事業

ひきこもり支援センター（以下センター）では、『ひきこもり支援の実態調査』を昨年度実施し、センターへの期待として、技術援助や研修会、情報発信の充実等が挙げられました。

技術援助としては、今年度も保健福祉事務所や市町村と連携したひきこもり家族教室の実施、支援者向けの研修会や講演会の開催、支援者の情報共有と意見交換の場としての地域会議開催を通して、支援体制の充実を図っていきます。

また情報発信の充実に関連して、センターでは平成21年にご家族がひきこもりの理解を深め、対応方法や相談先を知るツールとして『ひきこもりサポートブック』を発行しました。今年度は社会の動向や地域資源の変遷を踏まえ、より活用しやすく家族や支援者の対応力向上につながるものとなるよう、『ひきこもりサポートブック改訂版（仮称）』を作成し発行する予定です。

そして今年度から新たに『ひきこもりサポーター事業』の支援を開始します。養成事業はセンターが担い、派遣事業は市町村が主体となって実施していきます。

青年期グループのご案内

ひきこもりなどの社会的な適応が困難な状態にある青年が同世代の仲間との様々な活動を通して、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（※お盆・祝日は休み）



発達障がい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 第2版（2015）」発行について

当センターでは、平成27年2月に地域資源の最新の情報についてまとめた『発達障がい支援のための資源ハンドブック』第2版を発行しました。地域で提供されている乳幼児健診後の発達支援や、親支援プログラム、巡回訪問支援等の専門相談・支援に関する情報を地域ごとにまとめています。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。

購入を希望される場合は、精神保健福祉協議会（026-227-1810）までお問い合わせください。

②「発達障がいペアレント・メンター」をご活用ください



発達障がいのあるお子さんを育てた経験のある保護者の方で、所定の研修を受けて認定された方が『長野県発達障がいペアレント・メンター』として、同じ発達障がいのあるお子さんを育てている保護者が集まる場に行き、不安や悩みに共感したり自分の子育ての経験を話したり、支援機関や子育てに役立つツールなどを紹介します。個別相談ではなく、グループで話をする形式となります。

保護者が集まる場（グループ）への派遣を希望される機関・団体は、当センターへご連絡ください。

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、発達障がいのある方の身近な理解者となっていただく方です。長野県では地域の中で身近な理解者が増えるよう、養成講座の開催を進めています。

平成27年4月30日現在、県内で203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5,216人養成されています。

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

平成27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	精神保健福祉相談担当者基礎研修会	6月17日(水)	長野県立歴史館	経験年数3年未満の職員対象 講師:城甲泰亮氏(小諸高原病院精神科医師)他
	災害時のこころのケア研修会	7月2日(木)	県社会福祉総合センター	災害時のこころのケアについて学ぶ 講師:金吉晴氏他(国立精神・神経医療研究センター)
社会復帰	退院後生活環境相談員・地域援助事業者等研修会	7月10日(金)	県社会福祉総合センター	※2会場とも同一の内容 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を学ぶための研修を実施する。
		9月3日(木)	県総合教育センター	
	精神障がい者就労支援研修会	11月予定	長野予定	精神障がい者の就労支援について学ぶ
	精神障がい者地域移行推進研修会	1月予定	中信予定	アウトリーチ支援について、先行地域の実践例から学ぶ
依存問題	ギャンブル依存問題研修会	10月11日(日)	上田合同庁舎	ギャンブル依存問題について学ぶ 講師:伊波真理雄氏(雷門メンタルクリニック院長) 山岸重幸氏(ながの法律事務所弁護士)他
	アルコール依存問題研修会	10月17日(土)	県社会福祉総合センター	アルコール関連問題について学ぶ 講師:月乃光司氏(「こわれ者の祭典」代表)他
	ギャンブル依存問題家族講座	12月予定	松本合同庁舎	ギャンブル依存問題への理解と家族の対応を学ぶ 対象:依存問題に悩む家族 ※1クール2日間
		1月予定	上田合同庁舎	
	薬物依存問題研修会	2月予定	長野予定	薬物依存問題へ対応するためのスキルを学ぶ 対象:支援者等
自殺対策	自殺予防研修会	8月20日(木)	県社会福祉総合センター	自殺の予防因子を学び地域づくりについて検討する 講師:岡檀氏(和歌山県立医科大学講師)
	自殺関連相談研修会	10月予定	中信予定	自殺未遂者への支援を中心に自殺に関する相談対応を学ぶ
	自殺防止地域関係者研修会	2月予定	長野予定	自殺に対策の先駆的な取り組みについての講義、グループワーク等
思春期・ひきこもり	思春期精神保健研修会	7月29日(水)	松本合同庁舎	思春期精神保健に関する研修会 講師:神庭靖子氏(清水医院精神科医師)
	ひきこもり家族教室	10・11月予定	松本合同庁舎	ひきこもりの理解と家族対応 計2回
	ひきこもり相談担当者研修会・地域会議	8月25日(火)	松本合同庁舎	ひきこもり支援を体系的に学び、関係機関との連携を深める
	ひきこもり支援関係者研修会(講演会)	11月13日(金)	上田合同庁舎	ひきこもり支援について 講師:齊藤万比古氏(愛育病院小児精神保健科医師)
発達障がい	発達障がい早期発見・早期支援研修会	7月16日(木)	県総合教育センター	保健・疾病対策課と共催 発達障がいのアセスメントやM-CHATに関する講義、取り組んでいる自治体の実践報告
	発達障がい家族支援研修会	未定	中信予定	発達障がいのアセスメントから支援技法にわたる専門的研修
	発達障がい支援実践報告会	12月17日(木)	安曇野市 豊科交流学習センター	発達障がいの支援に関する講演と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:本田秀夫氏(信州大学医学部附属病院長子どものこころ診療部部長)
	ペアレント・メンター養成研修	8月26日(水) 9月30日(水) 10月15日(木)	中信予定	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 計3回
	ペアレント・メンターフォローアップ研修	9月25日(金) 10月30日(金) 11月11日(水)	中信 北信 南信	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 計3回

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13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25日(土)	松本市勤労者福祉センター	交流会テーマ「話そう、聴こう、みんなの声を」
		講演会・研修	11月予定	長野市内	ピアサポート研修 ピアサポーター養成
	NPO法人 ながのかれん	総会及び研修会	5月15日(金)	県社会福祉総合センター	講師:肥田裕久氏(ひだクリニック院長)
	ながのかれん せいしれん	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