

# センターだより滋賀

滋賀県立精神保健福祉センター Tel 077-567-5010  
Fax 077-566-5370  
ひきこもり支援センター Tel 077-567-5058  
〒525-0072 滋賀県草津市笠山八丁目4番25号  
<http://www.pref.shiga.jp/e/seishinhoken/>

平成 24 年 3 月

第 10 号

## 目 次

自殺対策について・・・・・・・・・・1 第2回自殺対策シンポジウム 自殺未遂者研修会・・・・・・・・・・2	ひきこもり支援について・・・・・・・・3 ひきこもり啓発講演会 ひきこもり家族教室 in 高島 地域相談支援について・・・・・・・・4
---	--

## 自殺対策について

### 第2回滋賀県自殺対策シンポジウムを開催しました

平成 23 年 12 月 1 日（木）いのちの日に、野洲文化小劇場にて「第2回滋賀県自殺対策シンポジウム」を開催し、236 名の方々にご参加いただきました。

シンポジウムでは「みんなでつくりたいいのちの絆～一人ひとりができること～」をテーマに講演とパネルディスカッションを行いました。

女優の音無美紀子さんが「うつ病が教えてくれたこと」と題しての講演で、ご自身のうつ病の体験を語ってくださいました。後半は、音無さんと東近江保健所の瀬戸所長との対談でした。

乳がんの手術を受けられたあと、病気、仕事、家庭でのさまざまな不本意な出来事が重なり、「死にたい」と考えるようになっていったということでした。「死にたい」とご主人に話すと、その度に「1 日がんばろう。子どもの成長を一緒に見届けてからでも遅くない」と言われ、日々気持ちが変わり、家族の支えを受けて、何気ない日常の出来事から喜びを感じて回復に向かっていったことを話して下さいました。

まだ小さかったお子さんが表情の暗いお母さんを見て小さな心を痛めながら「ママ、おっばいはまた生えてくるから大丈夫！」と必死で励ますくだりは、胸に迫るものがありました。

昔は、うつ病のことも一般には知られていなかった。精神科を受診することの抵抗もあったり、そもそも“自分が悪い”と思っていた。ということも話されました。

パネルディスカッションは、済生会滋賀県病院の救急救命センターの現状と自殺未遂者に対しての看護師の取り組み、野洲市健康を考える会からこころの健康に対する市民の取り組み、断酒会に所属されている自殺未遂経験者の方から体験談と現在の取り組みについて話をいただきました。さまざまな立場で、こころの健康を高めたり、弱ったときに支える活動がされており心強い気持ちになったのではないのでしょうか。



#### シンポジウムを振り返って

自殺予防は、「死にたい」思いが1つの症状として出るうつ病という病気があること、そして、良くなったり悪くなったりしながら回復するという知識を持っていることが大切です。そして、こころの不調で周囲が見えなくなって苦しんでいる人は、なかなかしんどさを人に話すことは出来ません。でも苦しんでいる人は、なんらかのサインを発していることが多いので、周囲が気付いて、寄り添い、話を聴くだけでも大きな支えになる、ということを私たちは発信していかなければ！と再確認したシンポジウムでした。

## 自殺未遂者研修会を開催しました

全国の自殺者数は、平成10年に3万人を超え、高い水準が続いており、滋賀県では、年間300人前後の方が自殺で亡くなっています。また、自殺未遂者の数は自殺者の10倍もいると言われており、平成21年度に滋賀県が実施した「自殺企図者等の対応に関する調査」では、再度の自殺を防ぐための病院内での体制づくりや、病院と地域関係者との連携の必要性が明らかになりました。

そこで当センターでは、今年度救急告示病院に勤務する看護師やケースワーカーを対象としての研修会をそれぞれ2回開催しました。

ケースワーカーでの研修会では、滋賀県下の救急告示病院21病院から延べ34名の参加があり、自殺未遂者への対応についての学習やグループワークを行いました。参加者のアンケート結果からは、「ケースワーカーがゲートキーパーの役割があることを認識した。」、「他病院の自殺未遂者の事例を聞き、今後、自分が関わる機会があった時の対応の仕方について考えることができた。」、「ロールプレイで実際に演じることで未遂者（患者）の気持ちがわかり、よかった。」などの感想がありました。参加者からは、今後も自殺未遂者研修会に参加したいとの声が多くあり、来年度も当センターでは、救急告示病院の職員を対象として自殺未遂者研修会を開催していきたいと考えています。

自殺未遂者研修会（対象：救急告示病院ケースワーカー）

	日時・場所	内容	出席者
第1回	平成23年11月10日（木） 14:00～16:00 草津保健所3階大会議室	1. 講演「滋賀県の自殺対策と自殺未遂者への対応について」 講師：滋賀県立精神保健福祉センター 所長 辻本 哲士 2. グループワーク (各参加者が経験した事例でグループワークを行う。)	16病院 18名
第2回	平成24年1月20日（金） 14:00～16:30 滋賀県立精神保健福祉センター 研修室	1. 事例報告とグループワーク 済生会滋賀県病院と草津総合病院から事例報告。 報告後、事例についてグループワークを行う。 2. 講義と体験学習「自殺未遂者への対応について」 講師：滋賀医科大学附属病院 リエゾン精神看護専門看護師 安藤 光子 氏	14病院 16名



ゲートキーパーとは何ですか？

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる人です。



自殺のサインにはどんなことがありますか？

下記のようなサインを多く認める場合には、自殺の危険がせまっています。



自殺のサイン（自殺予防の10か条）

うつ病の症状に気をつけよう 原因不明の身体不調が続く 酒量が増す  
安全や健康が保てない 仕事の負担が増える、大きな失敗をする、職を失う  
職場や家庭でサポートが得られない 本人にとって価値のあるものを失う  
重症の身体の病気にかかる 自殺を口にする 自殺未遂におよぶ

# ひきこもり支援について

滋賀県ひきこもり支援センターでは、平成 23 年 4 月に開設された高島市子ども・若者総合相談窓口と共催で、高島市障害福祉課、高島保健所の協力を得ながら、高島地域においてひきこもり啓発講演会およびひきこもり家族教室 in 高島を開催しました。

## ひきこもり啓発講演会

平成 23 年 9 月 10 日(土)、高島市の安曇川公民館にて、ひきこもり啓発講演会「ぼくらの不登校・ひきこもり体験談」を開催しました。不登校・ひきこもりを経験され、今は支援者として働くお二人を和歌山県よりお招きし、ご自身の体験や、その時の気持ちを丁寧に語っていただきました。その後、立命館大学教授の山本耕平さんより、ひきこもりの若者の思いや、居場所の意義などについて講演をいただきました。



体験者のお一人、Aさんからは、ひきこもっている間、ひきこもっていることを責めずに受け入れてくれる場所や人が心安らく居場所となったことや、所属する場所がほしい、社会の一員として認められたいという思いを持っていたこと、当事者の居場所が社会参加への足場となったことなどを話されました。

同じく体験者であるBさんからは、ひきこもっている生活の中で、どこか親に申し訳ない気持ちと、いつか捨てられるのではないかという不安があったこと、手かせ足かせをはめられて自由に動けないという思いを抱えながらも、ひきこもりの期間を経てゆっくりと白斑という病気を受けとめる作業を続けてきたこと、仲間や支援者に出会えて良かったことなどを話されました。

山本氏の講演では、日本同様ひきこもりが社会問題の一つとなっている韓国の現状と支援について触れ、当事者が自分と向き合う力を育てるには、少し先を歩く仲間と支え合える居場所があることが大切だという話をされました。

当日は、当事者、家族、支援者ら 130 名を超える参加がありました。参加したご家族からは、「体験者の話が聞けたことは貴重だった」「自分の子どもの気持ちがよくわかった」などの感想をいただきました。また、身近な地域でのひきこもり支援や居場所の充実を求める声を多く記述いただきました。

県内にはひきこもりの当事者の居場所はまだまだ少なく、ひきこもり支援にとって、今後そのような場の充実が必要であることが感じられました。

## ひきこもり家族教室 in 高島

11月24日(木)、12月19日(月)、1月17日(火)の3回シリーズで高島公民館、安曇川公民館を会場に家族教室 in 高島を開催しました。高島市在住の方を中心に12家族16人が参加されました。参加者からは今後もこのような機会を希望される声がありました。

毎回教室終了直後にスタッフミーティングを実施し、参加家族やご本人の状況に合わせた支援を検討しました。各機関での個別相談を継続するとともに、今後は高島地域で家族交流会が実施される予定です。

## 「仲間の会」「作業しませんか」に参加しませんか

ひきこもり支援センターでは、精神保健福祉センター内で、ひきこもりの当事者の方の居場所として、毎月第4水曜日に「仲間の会」、第2水曜日に「作業しませんか」を実施しています。平成23年4月からは畑作業も始めました。参加者も徐々に増えています。ブログに様子を掲載していますので、一度ご覧ください。

仲間の会ブログ <http://nakamasg.exblog.jp/>



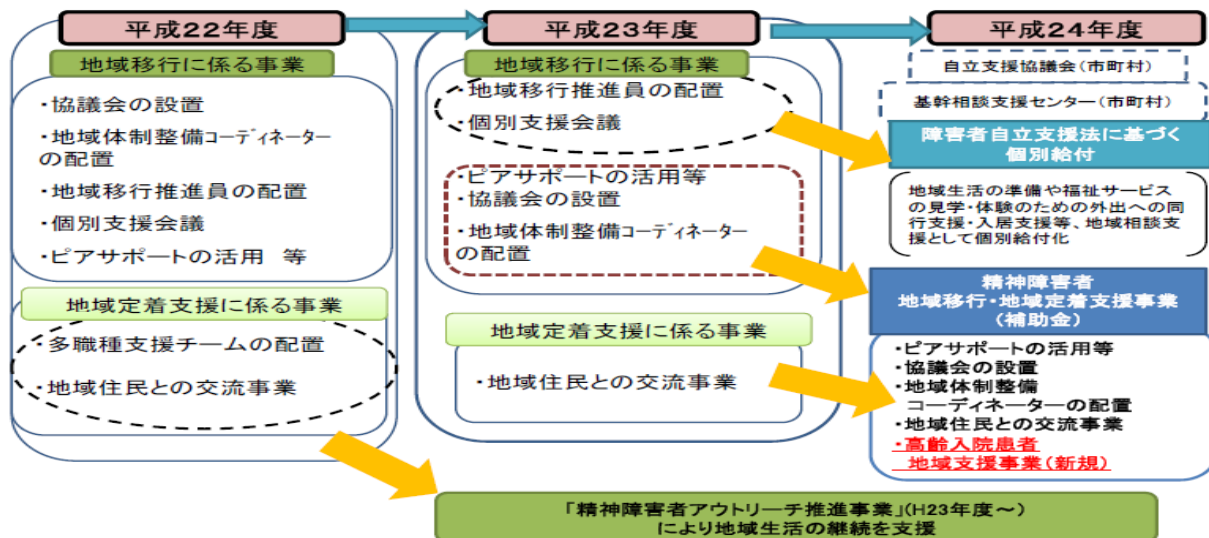
# 平成 24 年 4 月 1 日より、地域相談支援 (地域移行支援・地域定着支援)の仕組みが変わります！

## 精神障害者地域移行支援事業委託事業所の皆様へ

滋賀県では、国の補助事業として「精神障害者地域移行支援事業」という事業名で、平成 19 年より長期に入院されている精神障害者の退院促進に取り組んできました。対象となった 56 名のうち、これまでに 25 名が退院し、地域生活を送っておられます。

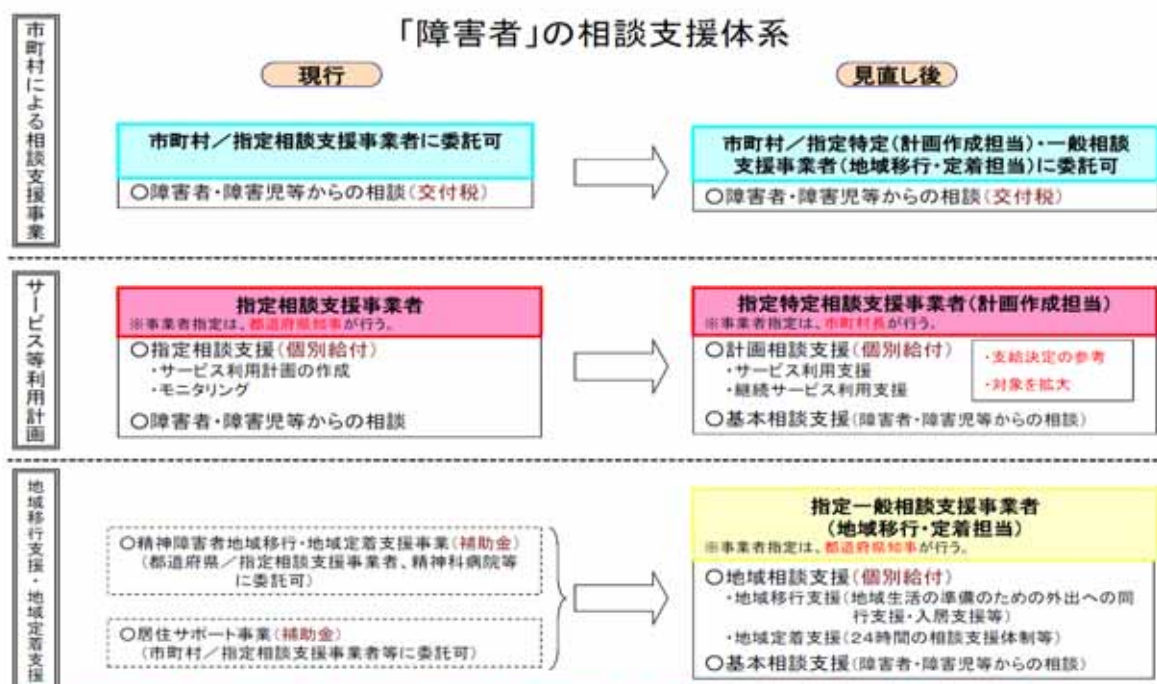
しかし、4 月 1 日からは、障害者自立支援法に基づく「個別給付」に切り替わります（下図参照）。

### 新 平成24年度「精神障害者地域移行・地域定着支援事業(補助金)」の概算要求について



## 指定相談支援事業所の皆さんへ

地域相談支援サービスを実施する事業所は、県の「指定一般相談」の指定を受ける必要があります。既存の指定相談支援事業所は、4 月 1 日より 1 年間は「みなし規定」により「地域相談支援」を実施することができます。同サービスを受けようと希望される方は、市町の窓口において申請手続きを行う必要があります。相談支援体系の変更点は、以下の図のとおりです。



※ 市町村が現行制度において担っている地域生活支援事業の相談支援事業に係る役割については、これまでと変更がないことに留意。