

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
〒525-0072 滋賀県草津市笠山八丁目4番25号
<http://www.pref.shiga.lg.jp/seishinhoken/>

令和6年3月

第29号

目次

- 退院後支援マニュアルにて「簡易介入ツール」を作成・・・・・・・・・・1、2
- 自殺予防週間 街頭啓発・・・・・・・・・・3
- 知的障害者等支援の連絡会・研修会を開催・・・・・・・・・・4

退院後支援マニュアルにて「簡易介入ツール」を作成

平成26年度、滋賀県では地域精神保健福祉活動の一環として、措置入院者フォローアップへの取り組みを開始しました。平成30年3月の厚生労働省の退院支援に関するガイドラインの通知を受けて、平成31年3月、滋賀県でも県内医療機関、保健所の参画を得て、「滋賀県精神障害者の退院後支援に関するマニュアル」を策定しました。

令和元年度に県内の精神科病床を有している12病院に対して、書面にてマニュアルの使用状況を調査し、県内保健所に対して、書面・ヒアリングにて調査を実施。令和2年度上半期には、県内保健所に対して、ヒアリングにて実施状況および課題を確認しました。同年度下半期、「令和2年度 滋賀県精神障害者の退院後支援に関するマニュアルに基づく退院後支援ならびに滋賀のみんなで作る地域精神保健医療福祉チーム事業連絡会」を開催し、県内の実施状況および課題の共有を図りました。

本県がマニュアルを使用して2年が経過し、ヒアリング等を通して実態を把握した中で、措置入院者に対して非同意入院であることから支援への同意が得られず計画に繋がらない者が多いことや、各機関で措置フォローの取り組み状況の共有が十分ではないことが明らかとなりました。また、マニュアル(作成書類および本人への説明資料)の活用のしづらさや様式を使用することの負担感も浮き彫りとなりました。

このことから、退院後支援マニュアル・様式の改訂や非同意者に簡易介入を行うツールの作成、さらには各圏域で使用されている連携シート等の共有と有効活用に向けた見直しが必要であると考えました。この取組を通して、措置入院者が退院後に状態悪化した際、円滑に医療に繋がり、非同意入院の予防や地域で生活している時間の延伸を図りたいと考えています。

令和5年4月から、滋賀県内では、新しいマニュアルで運用を開始しています。令和6年4月から、精神保健福祉センターが令和5年度の実施状況を確認・評価を実施し、措置入院者が地域で安心して暮らせる支援体制の確保に向けて、意義あるマニュアルとしてブラッシュアップさせていく予定です。

リーフレットは
次のページへ→

簡易介入ツールは、A4サイズを三つ折りにしたリーフレットになっています。

図1は、リーフレットの外側となり、一般的に具合が悪くなった場合の対処方法等を載せています。

図2は、リーフレットの内面になります。リーフレットの内面は、カンファレンス等の場で本人と支援者で作成します。リーフレットの内面の内容は、「自分の不調のサインを考えてみましょう」、「自分に合った対処方法を見つけましょう」、「自分に合った対処方法を記入してみましょう」、「相談できる連絡先を確認しましょう」の項目があり、危機介入を意識した内容となっています。

滋賀県精神障害者の退院後支援に関するマニュアルにて計画書を作成する際は、本人の同意が必要となります。計画書作成の同意が得られない方に対しても、退院後に安心した地域生活を送って頂くため、カンファレンスにて自身の不調のサインや対処方法を振り返ってもらい、同意が得られない方へも介入を行っていく予定です。

●滋賀県精神障害者の退院後支援に関するマニュアル 簡易介入ツール

図1. 簡易介入ツール 外面

夜間や休日に
具合が悪くなってしまっ
たら・・・



- お薬（定期薬）を決められたとおり服用しましょう。服用後、落ち着いた環境で過ごし、2時間は様子をみましょう。
- 頓服薬を決められたとおり服用しましょう。頓服薬とは、食前、食後、就寝前などのように定期的に内服するのではなく、症状に応じて服用する薬のことです。頭痛・不眠・発作・イライラ時等の症状に応じて、あらかじめ主治医から処方された薬を服用します。
- 自分に適した対処方法を試みましょう。
- 家族や周囲の人に、今の状態を伝えましょう。
- 支援者や通院先の病院に対応方法を相談しましょう。



●精神科救急医療相談電話とは
滋賀県内にお住まいで、夜間・休日の緊急な医療を必要とする精神疾患を有する方や、そのご家族などから精神医療相談を電話にて受け付けています。相談内容から、必要に応じて医療機関の紹介や受診指導を行います。

●電話をされる前に確認してください
かかりつけの医療機関のある方は、まずそちらにご相談ください。
平日昼間の精神科救急医療に関する相談は、お住まいの地域の保健所など、関係機関へ相談してください。

●ご利用にあたって
休日または夜間に急に具合が悪くなり、急いで精神科の治療を受ける必要がある際にご利用ください。必要に応じて緊急の受診先を紹介することもあります。ご希望に沿えない場合もありますので、ご了承ください。
緊急的な医療に関する相談に対応しています。時間をかけた継続的な相談にはお応えできませんので、ご了承ください。

滋賀県精神科救急医療電話相談
077-566-1190

受付時間
平日（月～金）：17:15～21:30
休日 及び 祝日：9:30～12:00
13:00～21:30


病院を退院される方へ



図2. 簡易介入ツール 内面

～退院に向けて～
退院後の落ち着いた生活を送るために、必要なことを一緒に考えていきましょう

- 良い状態の継続方法を考えましょう
良い状態を継続するには、安定しているときの状態、不安定なときの状態（不調のサイン）を把握しておきましょう。
- 自分のストレスを把握しましょう
何にストレスを感じるかは人それぞれです。何にしんどくなるかを知ることが、体調管理をするために大切なことです。
- 不調のサインを振り返ってみましょう
不調のサインを知ることは、今後の体調管理に大切なことです。不調のサインがあった際、何か困りごとはありましたか？不調のサインを見逃さずに対処しましょう。
- 不調のサインに対処してみましょう
不調のサインがあった際、何をすると落ち着きますか？静かな場所で過ごす、音楽を聴く、コーヒーを飲む、など、自分にあった対処方法を考えましょう。
- 家族や支援者に相談してみましょう
自分で対処しても不調のサインが無くならない場合、家族や支援者に相談してみましょう。人に悩みを話すだけでも、気持ちが楽になることがあります。



- 自分の不調のサインを考えてみましょう
「眠れない」「すぐにイライラしてしまう」「食欲がない」「生活のリズムが不規則になる」「頭痛がする」「やる気が起こらない」「集中力が続かない」「感情が抑えられない」等、不調のサインに気づいたら、できるだけ早く対処しましょう。

不調のサインを記入してみましょう

- 自分に合った対処方法を見つけましょう
静かな場所で過ごす、音楽を聴く、温かい飲み物を飲む、ベッドで横になる、カフェに行く等の自分に合った対処方法を考えましょう。自分に合った対処方法があると、体調管理に役立ちます。また、頓服薬を飲むことも、対処方法の1つです。

自分に合った対処方法を記入してみましょう



- 相談できる連絡先を確認しましょう
自分のことをよく知っている人に相談すると、適切な助言をもらえたり、適切な対処に繋がります。

連絡先を記入してみましょう

・通院先 電話番号（ _____ ）

・ _____

・ _____

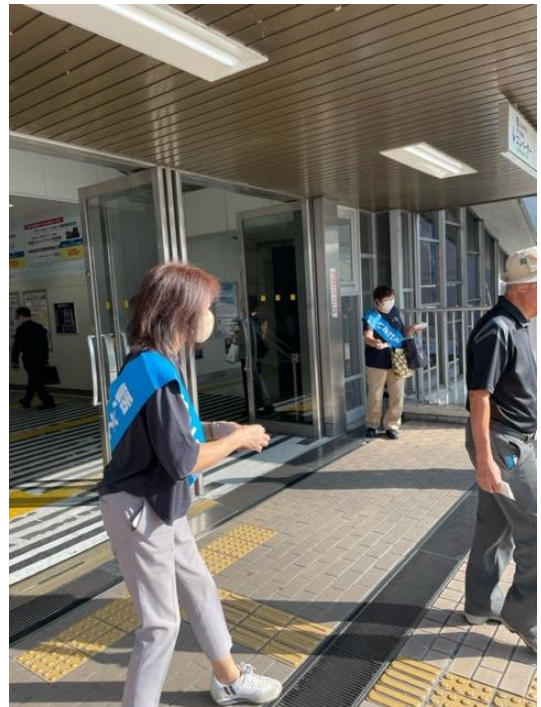



自殺予防週間(9月10日～9月16日) 街頭啓発

国の自殺総合対策大綱にて、「自殺予防週間(9月10日から16日まで)及び自殺対策強化月間(3月)において国、地方自治体、関係機関、民間団体等が連携して、『いのち支える自殺対策』という理念を前面に打ち出して啓発活動を推進する」ことが明記されています。

自殺対策推進センターにおいても「滋賀県自殺対策計画」に基づき、毎年、自殺予防週間に自殺や精神疾患についての正しい知識の普及や、これらに対する偏見の解消を目的に啓発活動を行っています。令和元年度以前は自殺予防週間においては関係機関と連携しながら、商業施設や駅などで街頭啓発を行い、予防週間の周知を行っていましたが令和2年度以降、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、対人接触を避けるため街頭での啓発を中止していました。

今年度は各保健所や様々な団体の協力を得て、9月8日に大津駅前、9月11日に草津駅前、9月12日に平和堂今津店、9月13日にアル・プラザ長浜にて相談電話が記載されたカードが入ったポケットティッシュを配布しました。



知的障害者等支援の連絡会・研修会を開催

◎知的障害者等の支援にかかる市町担当者連絡会を開催しました

例年、各市町や健康福祉事務所から障害福祉担当の方にお集まりいただき、連絡会を行っています。

第1回	令和5年6月9日(金)10:00 計17名の方にご参加いただきました。第1回は初任者の方がおられることも踏まえて、前半は知的障害者更生相談所や療育手帳に関する基本的な説明と、知的障害者更生相談所の活用方法について紹介しました。後半では担当業務ごとのグループで情報交換を行い、他の市町の状況や業務の課題を共有する場となりました。
-----	--

◎知的障害者等支援にかかる研修会を開催しました

【基礎編】	令和5年8月29日(火)14:00~16:20 「知的障害がある人への理解を深める」講師:阿星山診療所 本谷研司氏 知的障害に関わる事業所や社会福祉協議会、地域包括支援センター、市町職員など計75名の方にご参加いただきました。会場定員を超過してご参加いただけなかった方には後日動画配信にて受講していただきました。
【応用編】	令和5年10月18日(水)14:00~16:20 「知的障害がある人の加齢に伴う問題」講師:阿星山診療所 本谷研司氏 会場参加と動画配信のハイブリッド形式で企画し、会場では計15名のご参加がありました。動画配信についても、40件の申し込みを頂いております。



研修会の様子

◎ホームページを更新しました

滋賀県立精神保健福祉センターのホームページにて、知的障害者更生相談所や療育手帳判定に関するページを更新しました。更生相談所の業務内容のほか、お問い合わせの多かった来所いただく際の道案内などを記載しています。

<http://www.pref.shiga.lg.jp/seishinhoken/333048/329253.html>

