



わかやま

No.46

和歌山県精神保健福祉センター 2011年 2月

「職場におけるメンタルヘルスと労働事件」

和歌山県精神保健福祉審議会委員 弁護士 中川利彦

私は弁護士として、長年、個人間の紛争から会社関係の事件まで様々な紛争・事件にかかわってきましたが、ここ数年、労働者と会社（使用者）間の労働事件が増えています。その中でも労働者のメンタルヘルスに関係する事件が増えてきました。配置転換や昇進あるいは職場内での人間関係が原因でうつ病になったと主張して会社に対して損害賠償を請求したり、疾病の原因は仕事とは無関係でも、治療の後の復職をめぐる紛争が生じることも少なくありません。

メンタルヘルスに関係する労働事件にかかわっていて感じるものの一つは、医療と労働現場との連携がとれていないことによる問題です。

例えば主治医が復職可能と判断してその旨の診断書を書く場合でも、ほとんどの場合主治医は患者の話だけしか聞いておらず、実際の職場環境やその患者がしなければならない業務の詳細を客観的に把握していません。一方会社側も主治医のところまで直接話を聞きに行くケースは少なく、職場の上司も同僚も精神医学的な知識が不十分なため、本人の疾病や状態を正確に理解できないことが少なくありません。

その結果、復職可能という主治医の診断書に基づいて復職したのに実際の業務をこなすことができなかつたりうまく適応できず、すぐに休業するというケースがしばしば見られます。結局、会社側は復職可能という本人と主治医の判断を疑うことになり、本人は会社側の無理解が原因と主張することになりかねません。

また主治医が、「休職前と同じ職場で、最初のうちは1日5～6時間の勤務」などと診断書に復職の条件を記載するケースもありますが、中小企業ではそのような不完全な就労を受け入れる余裕がない職場が多いのが実情です。

労働安全衛生法には、健康診断で異常所見があると診断された労働者については、その健康を保持するために必要な措置について医師等の意見を聞かなければならない、という規定があります。主治医は、職場復帰のタイミングを図る際、患者の同意を得て、患者とその使用者や上司と一緒に呼んで会社側の話を十分聞いた上で、プライバシーに配慮しつつ患者の心身の状態や職場復帰の方法などについての的確なアドバイスをすべきでしょう。尤も、待合室に患者があふれかえっている現状では、そのような時間をとることは実際上難しいのかもしれない。

厚労省は、昨年9月「職場におけるメンタルヘルス対策検討会報告書」を公表し、労働者のプライバシーに配慮しつつ医師の意見を職場に反映させるための新たな仕組みを提案しています。多くの中小企業には精神科を専門とする産業医はおらず、厚労省報告書でも地域産業保健センターの活用などがうたわれていますが、今後は医師が労働現場のことを十分把握し、一方使用者や職場の同僚は疾病のことを理解するように務めることが何より重要だと思います。

もくじ

- P1 「職場におけるメンタルヘルスと労働事件」
- P2 シリーズセンター長だより④/ 開設案内ジョブサロンすてっぷぽーと
- P3 機関紹介NPO法人かたつむりの会 / 思春期・青年期ひきこもり家族教室
- P4 自殺対策事業関連
- P5 和歌山メンタルヘルスニュース
- P6 はーとふるねっとわーく/研修等のお知らせ

和歌山県精神保健福祉センター

〒640-8319 和歌山市手平二丁目1番2号 県民交流プラザ“和歌山ビッグ愛”2階

☎ (073) 435-5194 FAX (073) 435-5193

http://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/040400/050301/

シリーズ センター長たより ④

和歌山県精神保健福祉センター所長 小野善郎

和歌山はガラパゴス！？ ～ ひきこもり対策研修から ～

今年度の厚生労働省の思春期精神保健研修事業として、1月24日と25日の2日にわたって「ひきこもり対策研修」が東京の日本橋で開催されました。昨今の「ひきこもり」への関心の高さを反映して定員の倍以上の参加希望があり、会場も熱心な受講者でいっぱいでした。今回この研修の1コマをいただいて「ひきこもりの地域総合支援システム(和歌山県での実践)」について90分間たっぷりお話してきました。和歌山のひきこもり支援の特徴はなんといっても民間の支援者の献身的な活動です。それは障害者の共同作業所や地域リハビリテーション活動や不登校支援など、30年以上の歴史の上に築き上げられた支援ネットワークであり、世界に誇れる実践です。ところが、この話が全国から参加した人たちの心にはもうひとつ届きません。「そんな熱心な人ばかりいない」とか「民間にまかせたら何をするかかわらない」という不信感を持っている人など、和歌山の実践は素直には理解されません。そんな空気の中で和歌山の実践にも詳しいひきこもり支援で高名な某精神科医は「和歌山はガラパゴスだから」と発言しました。つまり、和歌山のひきこもり支援は「独自の進化」をしてきたということですが、他の地域の状況を見るとたしかにそうかなと思います。でも、それは決して悪い意味ではなく、とても誇らしい褒め言葉だと思います。なぜなら、和歌山の人たちの優しい、暖かい心が育んだ「独自の進化」だからです。ガラパゴス発言には「簡単に和歌山の真似はできない」という意味も含まれています。進化には長い時間がかかるように、和歌山の実践も一朝一夕に出来上がったものではありません。長年にわたる努力の積み重ねがあってこそそのものです。もちろん、和歌山にもまだまだ課題は山積していますが、地域の支援者の方々の「熱いところ」をこれからも全国に紹介していきたいと思います。

< 開設案内 >



- 就業に向けてのスキルを身につけ、自信を持ちたい
- 一緒に悩み、励まし合う仲間と安心できる居場所が欲しい
- 社会とのつながりを持ち、将来の不安を解消したい。

このような方々に対し、以下のような支援を行っています。

● サロン（居場所）

仲間や支援者とともにゲームや談笑したり、1人でのんびりと読書や音楽を聴いたり、資格習得に向けての勉強をしたり、時には悩みを共有したり、励ましあったりと若者が安心できる居場所を提供します。また、居場所の仲間達とカフェを企画・運営し、ものを作っていき楽しさや難しさ、また自身の課題の発見など、様々な経験を通して仲間とともに成長していきます。さらに地域のイベントなどにも参加したり、自分たちで企画したりということも行っています。

● ソーシャルスキル・トレーニング

まずは若者が抱えている悩みを受け止めます。それを克服するために必要なスキルを獲得するための目標を一緒に立てて、少しずつ課題を克服できるような訓練を無理のない程度に行っていきます。

● 職業訓練体験事業

地域の商店などと連携し、若者と支援員と一緒に商店などに行き、共に働きながら自分の強みや弱みなどを発見し、次の就業ステップに向かえるようサポートしていきます。

● アウトリーチ事業

外出が困難な方や何らかの事情でサロンに来ることができない若者のために自宅に訪問し相談にのったり、若者が生活している地域と協力することで、社会とのつながりを強化していきます。

● その他

就労後も居場所としていつでも遊びに来たり、悩みがある時は1人で悩まず相談に来てください。また、保護者の方も気軽に訪れてください。

対象年齢 概ね15歳～40歳未満
 開館時間 月～金 10:00～18:00
 (原則) 土 13:00～17:00
 休 館 日曜・祝日
 年末年始 (12/29～1/3)
 お盆 (8/13・14・15)

料 金 無料

〒640-8108 和歌山市雑賀町36
 TEL (073)412-1840
 FAX (073)412-1844
 Blog <http://ameblo.jp/jobsalon>

NPO法人かたつむりの会は、

- 「田辺市のまちなかに、活気を取りもどしたい」「支援を必要とする若者の就労場所をつくりたい」「環境保護の活動に寄与したい」という思いから、2007年に活動を始め、2008年2月NPO法人認可されました。
- 2007年12月から2008年3月まで、若者の**職場体験実習**にとりくみました。
梅農家さん、パン屋さん、ペットボトルリサイクル工場、市立図書館、田辺郵便局などの協力を得て、現場で実習させていただきました。
仲間とともに働くこと、職場の雰囲気を感じることが出来ました。
- 2008年3月から12月まで、**ピザを焼く石窯を手作りしました**。
週に一回から二回、いろんな方が集まって無報酬で汗を流してくれました。
白浜の陶芸家さんが設計図を書いてくださり、指導もしてくれました。
毎回、10人くらいの方が集まってくれました。
- 2009年2月から、『**町家カフェ上屋敷二丁目**』をオープンしています。
テーブルも大工さんに教えてもらって自分たちで色を塗りました。
座布団カバーは、不要になった布を手縫いしました。カーテンや暖簾も手縫いです。
手作りのあたたかさ、ほんのり感を大切にしています。



天然酵母手作りパン、石窯で焼く手作りピザ、手作りランチ、手作りスイーツが自慢の店です。
ちいさなお子さま連れのお母さん、ご高齢の方などが気軽に来店してくれます。地域のコミュニティ空間として機能出来たら嬉しいです。

働くひとりひとりが、それぞれに力を出し合って、共に成長していければと思っています。応援よろしくお願い致します。



住所：田辺市上屋敷2丁目6-31
電話：0739-20-5595

思春期・青年期ひきこもり家族教室の開催

精神保健福祉センターでは、県内4箇所、ひきこもりの問題を抱えるご家族を対象に、「思春期・青年期ひきこもり家族教室」を開催しています。昨年10月から今年1月にかけては、御坊保健所と湯浅保健所において、それぞれ3回シリーズで開催しました。「ひきこもりからの回復に向けて」がテーマの回では、和歌山大学保健管理センター所長の宮西照夫医師が、「ひきこもっている本人は、しんどい状況を変えたいと思っても手段がわからない場合が多い。どこに行けば支援を受けられるか等についての周囲が本人に情報を伝えてあげることが大切」等と話されました。また、ひきこもり経験のある男性から、「同じ体験を持つ仲間と出会えたことで、苦しんでいるのは自分だけじゃないとわかり、孤独がやわらいで少しずつ社会参加の歩みを進めることができました」との体験談を聞く回もありました。家庭でのコミュニケーション法を学ぶ回では、臨床心理士の森崎雅好氏が、「おりにふれ“ありがとう”の言葉を伝えるなどして、本人に、自分の存在そのものに価値があると気づかせることが大切」「家庭をなるべく本人にとって心地よい場所できるとよい」等と話されました。シリーズ最終回は、小野センター所長がアドバイザーとして加わり、家族どうしの交流会をおこないました。参加者からは、「他の家族や専門家の話を聞くことができ参考になった」「困っているのは自分たち家族だけではないと知り、安心できた」等の感想が寄せられました。



お知らせ

3月7日(月) 13:30～、岩出保健所で、ひきこもり家族教室(第3回)を開催します。家族どうしが気持ちや情報をわかちあう交流会の回となり、小野善郎センター所長(精神科医)がアドバイザーとして加わります。この回のみのご参加も可能です。ご希望の方はお申し込みください。

〈開催報告〉



こころの健康講座「自殺予防に求められるもの～脳科学の視点から～」

1月8日(土)、和歌山市内のホテルグランヴィアにおいて、近畿大学医学部の白川治教授(精神科医)を講師に開催しました。講演会では、脳や神経細胞の働きが精神のあり様や自殺とどう結びついているか等についてお話いただきました。白川教授は、「自殺については、社会心理面に加えて、医学的な視点からも検討すべき」と話されました。約80名の方にご参加いただき、「科学的なデータをもとにした人間の行動や精神の話が聞けて興味深かった」等の意見を寄せていただきました。

〈ご案内〉

自死遺族の思いを知る講演会 および 自死遺族の方のための交流会



〈自死遺族の思いを知る講演会〉

現在、日本の自殺者数は年間3万人を超えており(※)、深刻な社会問題となっています。このことは、かけがえのない人を亡くし、心に大きな痛みや苦しみを抱えて生きる人の数も年々増え続けていることを意味します。

自死遺族の方の思いを知り、わかちあい、そして自分たちに何ができるかを、ひとりひとりが考えていけるような講演会を開催します。

(※)警察庁資料

日 時 : 平成23年3月9日(水) 13:30~15:00 (開場 13:15~)

場 所 : 和歌山県立情報交流センターBig・U 研修室3

対 象 : 県民一般(定員35名) **※要申込**

〈自死遺族の方のための交流会〉

大切な人を自死(自殺)で失った悲しみや苦しみを安心してわかちあうことができる、ご遺族どうしの交流会を開催いたします。

日 時 : 平成23年3月9日(水) 15:30~16:30

場 所 : 和歌山県立情報交流センターBig・U 内

対 象 : 大切な人(家族、知人、友人)を自死で亡くされた方に限ります。 **※要申込**

平成22年の自殺者数について(平成22年度12月末の暫定値)

※警察庁統計

	1月	2月	3月	4月	5月	6月
全 国	2,535	2,445	2,956	2,581	2,782	2,780
和 歌 山	11	31	18	30	17	27
	7月	8月	9月	10月	11月	12月
全 国	2,871	2,556	2,486	2,444	2,803	2,416
和 歌 山	30	26	20	21	26	29

合計…和歌山 286人 全国 31,655人

3月は、「自殺対策強化月間」です

～ こころのサインに気がついて ～

自殺を考えている人は、悩みを抱え込みながらも、多くの場合なんらかのサインを発しています。家族や友人、職場の同僚など、身近な人はこのサインを見逃さないでください。大切なこと、それは一

気づき

家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

傾聴

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

つなぎ

社会的・精神的問題を抱えているようであれば専門家に相談するように勧める

見守り

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

県内の精神保健福祉関連の最新情報と当センターの活動をお知らせします。

〇こころの健康講座〇

「依存症ってどういうこと？…治せるの？」

12月12日(日)に、県民の方を対象にビッグ愛にて開催しました。NPO法人ギャンブル依存症ファミリーセンターホープヒル理事長 町田政明氏に、ギャンブル依存症を中心とした依存症についての理解について講演いただきました。町田氏は、「依存症の人は、現実を否認した自分中心の考えから、他者や周囲を思いやる生き方に変えることが大切。そうすることで、大きく自分を成長させていくことができる」等と話されました。参加者からは、「(依存症者を)尻ぬぐいせずつき放してみる、という対応の話聞いて参考になった」「依存症は、市民がもっと関心を持たないといけないテーマだと感じた」等の意見が寄せられました。

の対処の仕方、ひきこもり支援サービスのあり方、精神障害とひきこもりの関連等についてご講義いただき、後半はひきこもり事例についての検討会をおこないました。

〇精神保健福祉専門研修〇

「生きづらさを抱えた人々への支援

～アルコール依存症の理解を中心に～

2月19日(土)、精神保健福祉に携わる職務者や、当事者支援者26名を対象に、プラザホープにて開催しました。心身障害者のパフォーマンス集団「こわれものの祭典」の代表であり、作家やラジオパーソナリティとしてイベント主催や自殺予防活動をされている月乃光司氏に、不登校や対人恐怖、アルコール依存、自殺未遂等の様々な困難を抱えていた状態から一歩ふみ出したプロセスについてお話していただきました。「サバイバー」をテーマにした自作の詩の朗読もしていただきました。参加者からは、「当事者の気持ちがよくわかり、生きづらさを抱えている人々との関わりのヒントがもたらえた」等の感想が寄せられました。

〇依存症研修〇

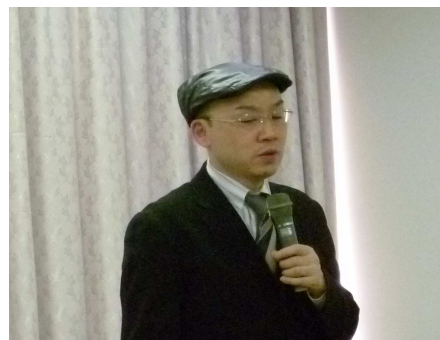
「依存症の理解と関わり方」

12月13日(月)に、精神保健福祉に携わる職務者13名を対象に開催しました。NPO法人ギャンブル依存症ファミリーセンターホープヒル理事長 町田政明氏に、依存症者の支援の仕方について講義していただきました。町田氏は、「依存症者を支援するには、まず支援者自身が依存症について理解し、支援のネットワークを構築していく必要がある」等と話されました。

〇ひきこもり従事者研修〇

「ひきこもりの理解と支援～実態調査をふまえて～」

12月20日(月)、県内のひきこもり支援に関わる職務者34名を対象に、ビッグ愛にて開催しました。前半は、大阪大学非常勤講師の井出草平氏に大学生の不登校・ひきこりの実態とそ



月乃 光司 氏

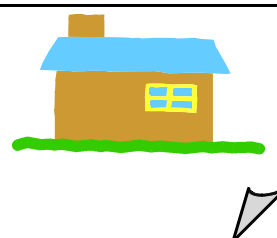
うつ病学習会を開催しました

ストレスの多い現代社会、うつ病の人が増えていると言われていています。うつ病は本人の力だけでは治りにくい病気で、回復するには周囲のサポートが必要となってきます。今回、うつ病の方のご家族や友人、知人を対象に、橋本保健所、海南保健所、和歌山ビッグ愛の3箇所ですうつ病学習会を開催しました。うつ病を専門とする精神科医や臨床心理士、精神保健福祉士の講師の方に、うつ病の症状の基礎知識や家族のリラゲゼーション法、社会復帰への道筋等についてご講義していただきました。参加者からは、「症状には波があることを知り、うつ病の本人に症状にあわせどう関わったらよいかわかった」「家族がリラックスする時間を持つことの大切さを学ぶことができた」等の感想が寄せられました。

お知らせ

精神保健センターのホームページに、下記の内容を掲載しました。

- 〇ひきこもり支援機関・団体活動内容
- 〇市町村ひきこもり相談窓口
- 〇平成21年度センター所報
- 〇保健福祉施設一覧(更新)



精神保健福祉の第一線で働く関係スタッフの紹介コーナーです。
今回は、あすなる共同作業所サービス管理責任者 岩本 匡史さんです。

はーとふるネットワーク



ーあすなる共同作業所に勤められてどのくらいになりますか？

平成18年6月にあすなる共同作業所が開所した時に就職したので、今年で5年になります。

ー普段はあすなる共同作業所でどんなお仕事をされていますか？

サービス管理責任者として通所されているメンバーさんが作業しやすい環境づくりや相談支援をしています。医療や保健所、行政、他の関係機関との連絡調整も行なっています。

ー福祉に携わる仕事に就こうと思われたきっかけは？

あすなる共同作業所に来る前、4年間精神科の病院で働いていたのですが、当時は地域にどんな資源があるのか全く知りませんでした。地域の作業所へ行けば早く知ることができるのではと思い、ちょうどその時、あすなる共同作業所ができると聞いて、現在に至っています。

ー仕事をしていてやりがいを感じたり、良かったと思うことはどんな時ですか？

メンバーさんと一緒に立てた目標が達成できた時に感じます。勿論うまくいかなかったことも多々ありますが各関係機関の方々から指導を頂いて、メンバーさんと再チャレンジすることもやりがいを感じています。

ー仕事をしていて苦労する点はどのようなことですか？

障害者自立支援法に対して。午前就労、午後作業所といった使い方ができないケースがあったり、精神障害者通所授産施設の時より事務的な仕事が増えたりしています。

ー気分転換やストレス解消法は？

野球観戦です。熱狂的な阪神ファンで甲子園には度々足を運んでいます。球場で叫ぶとかなりストレス解消ができます。

ー休日はどのように過ごされていますか？

家でゴロゴロとすぎて、もったいないことをしたなあと後悔する日もあれば、車で大阪や神戸まで買い物に行ったりする日もあります。

ー今後の抱負を教えてください。

メンバーさんが日常生活を楽しく送れるように、日々努力と勉強をしていかなければならないと思っています。

ー次の方の紹介をお願いします。

紀の川市貴志川町にあります、NPO法人ふきのとうの職員代表、北村さんを紹介します。

研修等のお知らせ

精神保健福祉専門研修

「システムズアプローチにおける

家族療法と支援者のメンタルヘルスケア」

日時:3月4日(金)、5日(土)10:00~16:00

場所:ビッグ愛201会議室(4日)

ビッグ愛6階601会議室(5日)

内容:①システムズアプローチの基礎知識について

～いろんなワークをとおして、基礎的な対応を身につけよう～

②支援者のメンタルヘルスケアについて

～CISを中心とした現状とストレスマネジメント～

講師 龍谷大学大学院 教授 吉川悟 氏

対象:行政・医療・福祉士悦関係者 50名

自殺対策研修

「自死遺族支援の実際」

日時:3月11日(金)10:00~16:00

場所:ビッグ愛801会議室

内容:身近な人との関係が絶たれ生きること困惑する人、特に自死遺族の方への援助を学びます。自死遺族とは、悲嘆と悲哀、悲しみの表現、聴くことの意味、グリーンカウンセリングの留意点と限界等の主題を講義と演習から広く学びます。

講師 東京福祉大学 教授 鈴木康明 氏

対象:県内の精神保健福祉関連業務に携わる職務者
自殺対策関連の職務者等

編集後記

2月19日に開催した研修会「生きづらさを抱えた人々への支援」では、テレビやラジオでもご活躍されている月及光司氏に講師としてはるばる新潟からお越しいただきました。会場でお会いした際、「和歌山は太陽が照っていいですね。明るい感じがします」とおっしゃっていたのが印象的でした。