



# わかやま

No.43

和歌山県精神保健福祉センターだより 2010年5月

## 「精神保健の錬金術師!？」

和歌山県精神保健福祉センター所長 小野 善郎



平成22年4月より和歌山県精神保健福祉センターの所長に就任しました。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

さっそくですが、現在、日本のすべての地域は医師不足に苦しんでいます。山村や漁村だけでなく大都市の公立病院でも医師不足は深刻です。和歌山県でも精神科医の不足は切実な状況にあります。私の専門とする児童青年精神科の専門医となるとほとんど「絶滅危惧種」の状況にあります。先ごろ発表された平成22年4月1日現在の日本の子ども（15歳未満）の数は1694万人で、同じ時点での日本児童青年精神医学会の認定医の数は153人でしたので、およそ11万人の子どもあたり一人の児童精神科医がいるという計算になります。

私の経験では週5日、1日8時間の児童精神科の診療をした場合、1年間で診療できる子どもの数は200人が限界でしたので（子どもの診療は大人の何倍かの時間が必要です）、550人に1人（約0.2%）の子どもだけしか診療できないこととなります。実際のニーズから考えると、これはかなり厳しい状況です。

専門医の不足は、日本中どこでも同じような状況ですが、地域間の医療格差の問題もあります。和歌山県も例外ではありませんが、わが国には今でも必要な医療を受けることに対して非常に不利な場所で生活している人たちがたくさんいるのは事実です。かつて「無医村」の解消が保健行政の大きな課題でしたが、それは今でも課題として残っていると云わざるを得ません。むしろ、より専門的で高度な医療が普及するにつれて、医療へのアクセスの格差は大きくなっているかもしれません。

この医療格差をどうしたらいいのでしょうか。もう一度児童精神科医療を例にとって考えてみましょう。かつて子どもの精神科医療は非常にマイナーな医療でしたが、子どもの発達や情緒・行動面の問題への関心が高まるにつれ、児童精神科医療のニーズは飛躍的に高まってきています。しかし、いくらニーズが高まってきても専門医の養成には長い時間がかかるので、簡単に何倍にも増やすことはできません。となると何か工夫が必要になります。

(2ページに続く)

### もくじ

- P 1 / 2 精神保健の錬金術師!?
- P 2 精神保健福祉センターの相談案内
- P 3 各種資料を作成しました
- P 4 こころのフェスティバル in 熊野2010 / 平成22年度研修予定
- P 5 和歌山メンタルヘルスニュース / 自立支援医療（精神通院）の申請手続きが変わりました
- P 6 は一とふるネットワーク「国保日高総合病院 鳥淵 聡さん」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/

(1 ページから続く)

何年か前に、私は児童精神科の遠隔医療のことを少し勉強し、実際にハワイ大学の遠隔医療システムを見せてもらったことがあります。専門医のいるクリニックと遠隔地を高速インターネット回線で結んで診療を行う方法で、心電図や画像診断、病理診断などではよく使われていますが、精神科医療ではまだ一般的ではありません。しかし、児童精神科医は世界中で不足しているため、さまざまな工夫をしながらアメリカや北欧などでは普及し始めています。わが国では医療制度上の検討が残っているので、すぐに普及するのは難しい状況ですが、和歌山県でも今後活用できるかもしれません。

遠隔医療システムといえども患者のアクセスの負担は軽減できても、やはり専門医がいなければ診療はできません。患者が診察室にいるのか遠隔サイトのTVカメラの前にいるのかが違うだけで、専門医が1日に診療できる患者数は変わりません。したがって絶対的な専門医の不足は遠隔医療システムでは解消できないので、別な方法が必要になります。

昨年、北海道の小さな町にある定時制高校を2回訪れることができました。文部科学省のモデル事業として発達障害のある生徒たちを教員と地域の専門職の人たちでしっかりサポートし、卒業、就職へつなぐ努力が行われていました。児童精神科医は年に数回スーパーバイズに来るだけで、あくまで学校での支援が基本でした。この学校の教育実践に触れて、とても大切なことに気がつきました。それは精神保健の支援は専門医だけで行うことではないということです。教師、心理士、ソーシャルワーカーなどの専門職はもちろん、親も近所の人、バイト先のおじさんも、みんな大切な支援の資源なのです。一人ひとりの支援者の持っている良さ(ストレングス)を活用すれば、地域の精神保健活動はとても充実する可能性があるのです。つまり、専門医に依存しない精神保健活動です。それはあたかも錬金術師のような怪しい雰囲気があるかもしれませんが、専門医のいない地域での精神保健ニーズにこたえていくためには有望な方法論ではないでしょうか。地域の人々の持っている力を信じながら子どもの心を守るシステムが実現できればすばらしいと思います。

そんなことを考えながら、これから県内をあちこち歩き回ってみようかなと思っています。

## 平成22年度 精神保健福祉センターの相談 案内

### 自死遺族相談(要予約)

自死(自殺)により大切な人を亡くされた方を対象に、死別による悲しみからの回復をお手伝いする相談をおこなっています。

対象: 自死(自殺)により大切な方を亡くされた方  
(家族・知人・友人)

日時: 毎月 第2月曜日 16:00~20:00  
第4月曜日 13:00~17:00

\*都合により、日程が変更される場合があります。

### わかちあいの会和歌山「うめの花」(要申込)

自死(自殺)により大切な人を亡くされた方ですが、悲しみや苦しみを安心して語ることができるわかちあいの会を開催しています。

対象: 自死(自殺)により大切な方を亡くされた方  
(家族・知人・友人)

日程: 5月22日(土)、7月24日(土)  
9月25日(土)、11月27日(土)  
1月22日(土)、3月26日(土)

時間: 13:30~15:30

\*一時保育有り(1歳~小学校2年生までのお子さんをお預かりします。事前にお申し込みください)

### 思春期・青年期 特定窓口相談(要予約)

専門の医師が、思春期・青年期に特有の悩みや精神疾患、不登校・ひきこもり等の相談に応じます。

対象: 思春期・青年期の問題を抱える当事者やご家族  
日時: 毎月第3金曜日 9:30~11:30

\*都合により、日程が変更される場合があります。

### 青年のつどい・フリースペース

対人関係やひきこもりの問題を持つ方を対象に、自由に過ごせる憩いの場を設けています。

対象: 和歌山県在住の概ね16歳~40歳までの方  
日時: 毎週火曜日 13:00~16:00

申込: まずは精神保健福祉センターにご連絡ください。  
スタッフが個別相談に応じます。

### ひきこもり家族のつどい

ひきこもりの問題を抱える家族どうしが、気持ちのわかちあいや情報交換のできる場をもうけています。

対象: ひきこもりの問題を抱えた家族

日時: 毎月第3水曜日 13:30~15:30

申込: 不要

### 精神保健福祉一般相談(要予約)

精神保健福祉士、保健師、臨床心理士が、こころの相談に応じます。

平日: 9:00~17:45

### こころの電話相談(073-435-5192)

精神障害や人間関係のストレス、ひきこもり等のこころの健康に関する電話相談を行っています。

平日: 9:30~16:00

(12:00~13:00を除く)



## 各種資料を作成しました

※精神保健福祉センターのホームページからダウンロードできます（「各種資料」で検索）。



①メンタルヘルスガイドブック



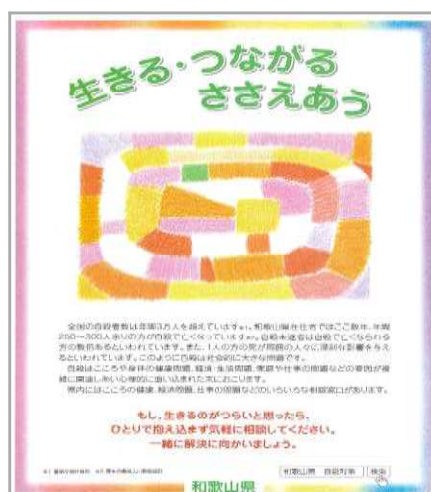
①別冊（社会資源記載）



②こころのサインに気がついて～自決を防ぐために～



③うつ病を知っていますか？



④生きる・つながる ささえあう  
（リーフレット・ファイル）

\*資料①(別冊)・④のリーフレット及びファイルの記載事項に、一部誤りがありました。

**【誤】**

和歌山県子ども・女性・障害者相談センター（女性のさまざまな相談）  
電話番号：**073-445-0739（誤）**

**【正】**

和歌山県子ども・女性・障害者相談センター（女性のさまざまな相談）  
電話番号：**073-445-0793（正）**

訂正前の資料を配付させていただいた先には、お手数ですが、訂正をお願いいたします。  
たいへん申し訳ございませんでした。  
（ホームページには訂正後の資料が添付されています）

○ 開催しました ○

## 「こころのフェスティバルin熊野2010」

2010年3月6日（土）13：00から那智勝浦町福祉健康センターにて東牟婁振興局健康福祉部（新宮保健所）が主催のイベント「こころのフェスティバルin熊野2010」を開催し、関係者を含め81名の参加がありました。

今年は「ひきこもりを理解する」というテーマで、①基礎知識②地元の現状③身近な地域（田辺市）のモデル、この3点を理解して、新宮・東牟婁地域の目指すべき方向を共有することを目的として開催しました。

まず①基礎知識については、東京三鷹で活動され、内閣府の「子どもと若者総合支援勉強会」検討委員として活躍されていた佐藤洋作先生を招いて「ひきこもりの基礎的理解と拠点の必要性」について講演していただきました。心に残ったフレーズをいくつか紹介します。

- ・『 ひきこもっている人の多くは「感謝される仕事がしたい」と思っている。また同じ比率で「仕事をしていないと後ろめたい」と思っている 』
- ・『 他者と関わる中で、自己認識が変わる。対人不安を乗り越えることが重要 』
- ・『 高学歴の人の中にもひきこもりがある。やりたいことが見つからないまま進学している。昔はそれでも学校さえ出れば何とかだったが、今は内定取り消しが続出するなど、学校から社会へ出ることが難しくなっている 』
- ・『 学校から外れても、社会に出ても学び直せることが必要 』

次に、②地元の現状については、ひきこもりに関わっているであろう方々に報告していただきました。

以下、パネリストの報告です。

- ・ 不登校を防ぐために学校でグループ作業を取り入れています。（県教育センター学びの丘の木村教育主事）
- ・ 訪問先ですぐに会えない時には、私が安心できる人であることを伝えるよう心がけています。  
（南紀若者サポートステーションの南訪問支援員）
- ・ 親の肩の荷を下ろすことを心がけています。（不登校を考える親の会山田さん）
- ・ 就職の失敗体験からひきこもり状態となっている相談を良く受けます。  
（障害者就業・生活支援センターあいちの坂本さん）
- ・ 障害者の相談を受け、調整やケース会議を開いていますが、ひきこもりに関してはチームを組んで関わることを心がけています。（障害児・者相談センターゆずの大前さん）
- ・ 精神疾患があり、精神科病院の受診が必要と思われる相談を良く受けています。このままじゃいけないという自覚をどのように持ってもらうかを家族と作戦を練ったりしています。（新宮保健所木村）



パネルディスカッションを通じて、それぞれの分野ごとにひきこもりにアプローチしていること、すでに連携して対応しているケースがあることなどが確認されました。

最後に、③身近な地域（田辺市）のモデルについて、NPO法人ハートツリーの酒井理事長にはこれまでの歴史を、同法人のスタッフ長瀧さんから近況を語っていただきました。短くまとめると、親の会などが議会や行政にアプローチして市役所にひきこもり窓口ができたこと、それと同時に障害者小規模作業所の制度をベースに居場所を作っていたこと、そこでクッキーを製造したり包装作業をしたりしていることなどが紹介されました。

会場外では、各団体の作品や紹介パネルなども展示され、休憩の間も話し声が絶えない活発なフェスティバルとなりました。



平成22年度 研修予定（精神保健福祉センター）※開催の時期等、詳細については、追ってお知らせします

- こころのレスキュー隊に関する研修
- 思春期セミナー研修（思春期の問題等への対応・支援技術の向上をはかるための研修）
- 自殺対策関連研修  
（希死念慮対策、多重債務対策、自殺遺族支援、傾聴研修、未遂者ケア等に関する研修など）
- 精神保健福祉専門研修（精神保健福祉に従事する職務者の技量を高めることを目的にした研修）
- ひきこもり関連研修（ひきこもり支援者を対象にした、支援技術向上のための研修）
- その他

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。

### ○ ひきこもり従事者研修

3月2日(火)、ビッグ愛にて開催しました。山梨県立精神保健福祉センター所長の近藤直司氏を講師に、「ひきこもりの理解と支援—新ガイドラインをふまえて—」というテーマでご講義及び、ケースワーク(事例検討)のご指導をいただきました。参加者からは、「支援のネットワークづくりの大切さを感じた」「支援方針決定時の見極めの大切さを学べた」等の感想が寄せられました。

### ○ 災害時のこころのケア研修

3月5日(金)、ビッグ愛にて開催しました。新潟市こころの健康センター所長福島昇氏に、「大規模地震時における「こころの支援」について」ご講義いただきました。参加者からは、「災害時の支援のための訓練の必要性を感じた」等の感想が寄せられました。

### ○ 自殺対策研修(自死遺族支援研修)

3月13日(土)、ビッグ愛にて開催しました。聖学院大学大学院教授の平山正実氏に、「自死遺族の心理とその支援方法」についての講義とワークショップをおこなっていただきました。参加者からは、「自殺予防、自死遺族、それぞれに配慮して、当事者の支援を考えていかなければならないこと等がわかった」等の感想が寄せられました。

### ○ 社会復帰関連問題研修

3月22日(月)、ビッグ愛にて開催しました。国立精神・神経センター精神保健研修所の松本俊彦氏に「薬物依存の理解と援助」について、和歌山県立こころの医療センター医師眞城耕志氏に「県立こころの医療センターでの実践」について、それぞれご講義及び事例検討におけるご指導をいただきました。参加者からは、「実践経験豊富な先生のお話が聞けてとても勉強になった」「講義を受けて、自分自身のなかに薬物依存症への偏見があったことに気づいた」等の感想が寄せられました。

### ○ うつ病家族教室

うつ病の問題を抱えておられる家族の方を対象に、3月1日(月)及び3月15日(月)の2日間、ビッグ愛にて開催しました。県立医科大学医学部教授の鶴飼聡氏に、「うつ病の理解と治療」「家族の対応について」ご講義をいただきました。

### ○ ひきこもり家族教室

ひきこもりの問題を抱えておられる家族の方を対象に、3月12日(金)、3月19日(金)の2日間、ビッグ愛にて開催しました。NPO法人ハートツリー訪問支援員の南芳樹氏に「ひきこもり者との関わりのなかで—社会参加への一歩に向けて—」というテーマで、当事2名の方に、「自分なりの歩み—小さなきっかけをもとに—」というテーマでそれぞれ話をさせていただきました。

## ～自立支援医療(精神通院)の申請手続きが変わりました～

**更新時における診断書の提出が原則2年に1度になりました。(平成22年4月1日～)**

有効期間が平成22年4月1日以降となる更新申請をおこなう際に、診断書の提出が、原則2年に1度になりました。

(「2年に1度」の提出ですので、診断書を添付せずに更新申請された場合、次回の更新申請の際には、診断書の提出が必要となります。)

<！ご注意！>

- ◆ 受給者証の有効期間は1年間です。(更新申請は毎年必要です。)
- ◆ 診断書の提出が「2年に1度」になるのは、更新申請の方のみになります。有効期間が過ぎてからの再開申請は、診断書が必要となりますのでご注意ください。更新の手続きは、有効期間終了日の3ヶ月前から行うことができます。
- ◆ ただし、前回申請時から病状などに変化がある場合は、診断書の添付が必要となります。ご自身で判断が難しい場合は、主治医にご相談ください。

**精神障害者保健福祉手帳と自立支援医療受給者証の有効期間終了日を合わせることができます。**

手帳と受給者証の有効期限が異なるために、手帳用の診断書を使った同時申請ができない場合、受給者証の有効期間を手帳の終期に合わせて期間短縮できます。

手帳と受給者証の有効期間終了日が同じになれば、以降の更新申請は2年に1度の手帳用診断書の添付で申請できますので、自立支援医療用診断書の提出が不要となります。

<！ご注意！>

- ◆ 申請時に手帳の有効期間が1年未満である場合に限りです。(通常1年である受給者証の有効期間が短縮されます。)

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、国保日高総合病院で作業療法士をされている鳥淵 聡さんです。

## はーとふるネットワーク



### ー 作業療法士になられてどれくらいになりますか？

2年目です。

### ー 普段は、日高総合病院で、どんなお仕事をされていますか？

入院している患者さんを中心に作業療法を実施しています。

### ー 作業療法士になろうと思われたなられたきっかけは？

リハビリテーションに興味を持ち、内容的にも作業療法士が自分自身に合っていると思ったからです。

### ー この仕事をしていて良かったと思う時はどんな時ですか？

患者さんの笑顔を見れた時です。

### ー 仕事をしていて苦勞する点はどのようなことですか？

患者さんや他部門のスタッフの皆様に助けて頂き、苦勞する点は少ないです。

### ー 鳥淵さんの、気分転換やストレス解消法は？

音楽を聴いたり、ライブに行ったりして気分転換しています。最近は釣りを始めたのでそれも良いストレス解消になっています。

### ー 休日はどのように過ごされていますか？

最近は、ほぼ海へ釣りに行ってきます。

### ー 今後の抱負を教えてください。

とあるバンドの歌詞で「弱い時こそ真価を計る」とあるんですが、その精神で仕事に取り組んで行きたいです。

### ー ありがとうございます。



## 研修等のお知らせ

### ① 自殺対策講演会

日時：6月12日(土) 15:30~17:00 (開場15:00)  
勤労福祉会館プラザホープ2階 多目的室  
内容：講演『こころとからだのSOSを知る』  
～中高年のゆとり・やすらぎ・元気のために～  
講師：石蔵 文信 氏 (内科医)  
大阪大学大学院医学系研究科 准教授  
対象：県民一般  
定員：先着100名 ※要申込  
※ 県民啓発事業のため、マスコミへの報道もあります。  
予めご了承ください。

### ② 自死遺族のための交流会

日時：6月12日(土) 17:30~19:00  
勤労福祉会館プラザホープ3階 特別会議室A  
内容：『大切な人を自死(自殺)で亡くした悲しみをわかちあう』  
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  
※ マスコミによる当日の取材等は、お断りさせていただきます。

申込先：

①②共通 和歌山県精神保健福祉センター  
電話もしくはFAXでお申込ください。参加費無料。  
一時保育あり。  
(1歳~小学校二年生までのお子さんをお預かりします。  
ご希望の方は、6月4日(金)までにお申込ください。)

## 編集後記

和歌山城に沿う三年坂を自転車で通ると、季節の移ろいを感じます。甘いかおりを放っていた色とりどりのツツジにかわり、今はまぶしい新緑から、さわやかな風が伝わってきます。新年度の環境の変化に伴うストレス解消に、少しの運動とリフレッシュの時間が効くと実感するひとときです。

### ○ 精神保健福祉関連 新任者研修

日時：6月24日(木) 25日(金)  
対象：精神保健福祉業務に従事して概ね5年以内の担当者(医療機関関係職員を含む)  
内容：  
(第1日目) 6月24日 和歌山ビッグ愛801会議室  
(10:30~15:30 受付10:00~)  
「精神疾患と精神障害の理解」  
精神保健福祉センター所長 小野善郎  
「精神障害者と人権」  
財団法人 信貴山病院ハートランドしぎさん  
看護部師長 大谷 須美子  
(第2日目) 6月25日 和歌山ビッグ愛201会議室  
(10:00~15:00 受付9:30~)  
「障害福祉サービスの提供について」  
精神保健福祉センター主査 太田 順子  
「相談の受け方の実際」  
高野山大学文学部 臨床心理士 森崎 雅好

### ○ 精神保健福祉協会講演会

日時：7月12日(月) 和歌山ビッグ愛201会議室  
内容：講演『今日も、明日も、あさっても  
～問題だらけでいいじゃない～』  
講師：向谷地 生良 氏  
(べてるの家理事)