

# 静岡県 精神保健福祉だより

No.114 2016.2

静岡県精神保健福祉センター

〒422-8031 静岡市駿河区有明町2-20 静岡総合庁舎 別館4階

TEL: 054-286-9245 FAX: 054-286-9249

<http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-845/tayori-syohou.html>

## <目次>

- ◆ P 1 <巻頭一言>
- ◆ P 2～3 <報告>
  - 平成27年度の取組み・研修会報告
  - ・ **研修**「若者向け自殺予防のための電話相談従事者等研修」
  - ・ **講演会**「ネット依存～スマホ・ゲームを手放せない子どもたち～の現状と家庭・学校のできる予防的取組み」
  - ・ **連携**「静岡県ひきこもり支援団体情報交換会」
  - ・ **研修**「こころの緊急支援研修」
  - ・ **研修**「ゲートキーパー研修」
  - ・ **研修**「自殺未遂者ケア研修会」
- ◆ P 4 <コラム> DPAT について  
<お知らせ> 28年度研修計画



## <巻頭一言>

静岡県精神保健福祉センター所長 内田 勝久

精神保健福祉だよりをお届けします。平成27年度に当センターが行った研修会の報告や、お知らせなどが載っています。是非、お読みいただければと思います。私もひとつコラムを書いていますので、ご参考になれば幸いです。



イラスト：中村直樹

# 27年度のセンターの取組み

## 電話相談

### こころの電話

こころの悩みに関する電話相談をお受けしています。

平日 8時30分～17時  
(年末年始・祝日除く)  
伊豆地域：0558-23-5560  
東部地域：055-922-5562  
中部地域：054-285-5560  
西部地域：0538-37-5560



## 面接相談

### 依存症相談(無料、予約制)

- アルコール依存相談
- 薬物依存相談 など

アルコールや薬物など、依存の問題で悩んでいる本人やご家族の面接相談をおこなっています。まずはお電話でお問合せください。

毎月2回 午後1時～4時

### 精神保健福祉相談(無料、予約制)

こころの問題で悩む本人やご家族の相談

予約先：054-286-9245  
(受付 平日 8時30～17時15分)

## ひきこもり対策(ひきこもり支援センター)

### 連携「静岡県ひきこもり支援団体情報交換会」

H27.12.15 (火) 14時～16時  
参加者数 51名

行政機関、教育関係機関、就労支援機関、社会福祉協議会、障害福祉サービス事業所、家族会等様々な立場からひきこもりに関する支援を行っている機関が集まり、どのような支援を行っているか等情報交換を行いました。参加者の皆さんからも「地域の関係機関がわかってよかった」「つなぎ先の人の顔がわかって安心してつなげられる」等の意見をいただきました。

### 若者こころの悩み相談窓口

～生きるのがつらくなったあなたへ～

「生きるのがつらい」などこころの悩みを抱えた若者(概ね40歳未満)とその家族のための電話相談窓口です。継続的な相談が可能です。これまでも小学生から40代の方まで、人との関係のこと、学校のこと、仕事のこと、家族のこと、病気のこと、いろいろな相談をお受けしています。お気軽にご利用ください。

平日 9時～16時(年末年始・祝日除く)

054-285-7522



### 研修「若者向け自殺予防のための電話相談従事者等研修」

H27.9.8 (火) 10時～16時30分  
参加者数 47名

若者こころの悩み相談窓口の開設をきっかけに、医療機関や地域で若年層の自殺に関する相談に対応している方々を対象に研修会を行いました。

講義の折々に演習を入れた実践的な内容で、研修が進むにしたがって演習の難易度も高くなって行きましたが、講師の西村由紀先生(メンタルケア協議会)のお話は大変説得力があり、講師のレクチャーのもと参加者の方々は熱心に取り組んでくれました。



### 講演会「ネット依存～スマホ・ゲームを手放せない子どもたち～の現状と家庭・学校でできる予防的取組み」

H28.1.7 (木) 14時～16時 参加者数 88名

ネット依存治療を先駆的に取り組む久里浜医療センターの中山秀紀先生をお招きし、一般を対象にネット依存の現状や予防的な取組みを講演していただきました。「依存症になると、依存物を使用していないと不幸になり、依存物を使用しているときが普通になる」という理解や、予防としては学校、部活、趣味、スポーツ、塾など現実場面の様々な活動をバランスよくしていくことが大切というお話にとっても納得しました。参加者の方からも活発に質問が出て、ネット依存だけに留まらず、依存症全般に通じる理解を深めてくださる講演会でした。



### ひきこもり相談(無料、予約制)

#### 電話相談・面接相談・情報提供

受付：平日 10時～12時 / 13時～15時  
(年末年始・祝日除く)

054-286-9219

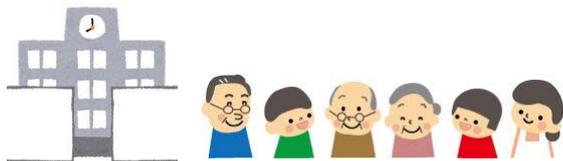
ひきこもりで悩む本人や家族の相談をお受けしています。

また、お住まいの地域で活用できる社会資源(医療、教育、就労支援、福祉機関)と連携をとり、本人の状況や希望にあった機関と一緒に考えていきます。



## こころの緊急支援

学校管理下で大きな事件・事故がおきたときに、混乱した現場にいる大人が落ち着きを取り戻し、子どもたちが安心して生活できる環境が少しでも早く回復することを目指した活動をおこなっています。



## 自殺対策

### 研修「ゲートキーパー研修」

H27.9.7(月) 13時30分～15時(静岡会場)

H27.9.15(火) 14時～16時(浜松会場)

参加者数 24名

一般対象に、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る役割を果たすゲートキーパー養成研修を開催しました。受講者の皆さんは、熱心に聴講し、笑顔でロールプレイに取り組まれました。



### 研修「自殺未遂者ケア研修会」

H27.12.6(日) 10時～16時30分

参加者数 41名

自殺未遂は自殺の最大のリスク要因です。自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐことを目指して、精神科医療関係者を対象に講義とワークショップによる研修会を開催しました。

帝京大学溝口病院の張 賢徳先生による「自殺行動の精神医学的理解と対応」の講義では、「自殺既遂者の90%以上が自殺時に何らかの精神障害の診断がつく状態」であり、「理性的で冷静な判断としての自殺は圧倒的に少ない→“自殺は本人の決めたことだから”と放っておくことはできない」と強調され、精神医学的な評価が重要であると話されました。ワークショップでは、多職種で自殺未遂事例の対応を検討し、参加者には大変好評でした。参加者が学んだ知識を各所属で活かしていくことが期待されます。



#### ●参加者の声

- ・話したいことを話せてスッキリしました。
- ・他の遺族の方とお話できてよかったです。
- ・自分だけでないとほっとしました。
- ・ルールがあるので安心して参加できます。

### 研修「こころの緊急支援研修」

H27.8.11(火) 10時～16時30分

参加者数 109名

学校での重大事件・事故が起こった際に必要な、ストレス障害に関する知識と対応に関する概念や対応方法等を身につけることを目的に開催されました。学校関係者を中心に、多くの参加者で会場が満員になりました。

午後は、事例を基に演習・グループワークを行いました。それぞれの立場から意見を出し合い、また他のグループの意見を見て回り、「実際の対応について考えることが出来た」と参加者からも好評でした。今回の研修をきっかけに、「避難訓練」のように現場で取り組んでいただければと思います。



付箋をつかいながらグループワークで検討しました

自殺予防対策として、研修会などにより啓発をおこなっています。

また、大切な人を自死で亡くされた方の個別の面接相談や、わかちあいの会をおこなっています。

＜大切な方を自死で亡くされた方の相談＞

#### ●すみれ相談(個別相談、無料、予約制)

個別にじっくりとお話を伺います。匿名での利用も可能です。(連絡先は下記)

#### ●東部わかちあい すみれの会(無料、予約不要)

少人数で胸の内を語り合います。プライバシーは守られます。匿名での参加もできます。予約不要で、当日会場にお越しいただければ大丈夫です。参加をお待ちしています。

会場：ぬまづ健康福祉プラザ

サンウェルぬまづ(沼津市)

日程：偶数月の第2水曜日

奇数月の第3土曜日

時間：13時30分～16時

※会場、開催日について変更することもありますのでお問合せください。

連絡先：054-286-9245

(受付 平日 8時30～17時15分)





## DPAT(ディーパット:災害派遣精神医療チーム)

静岡県精神保健福祉センター所長 内田勝久

DMAT(ディーマット)という単語を皆さんは、耳にしたことがありますでしょうか(「パ」ではなく「マ」です)。DMATとは、災害や事故などで多くの傷病者が発生した場合、その現場に緊急に出動する医師や看護師などで構成された医療チームのことで「災害派遣医療チーム」の略称です。このチームの最近の活動としては、昨年9月に発生した鬼怒川の堤防決壊による水害に対してのものがあり、ニュースなどでも取り上げられていたため、ご記憶の方もいるのではと思います。

ところで災害や大きな事故が発生すると、被災地域の各種医療機関などの機能低下ないし医療需要の増加に加え、精神保健医療の機能も一時的に低下してしまいます。さらに被災によるストレス等により、こころのケアを必要とする方たちが数多く生じる可能性もあり、精神医療の需要の増加も考えられます。そして、このような状況に対しすばやく対応できるよう専門的な研修・訓練を受けた災害派遣精神医療チームが、DMATとは別に必要となります。それがDPATなのです。DMATが主に身体的な問題に対する緊急援助を行うことに対し、DPAT(ディーパット)は主に精神医療を担当する組織です。DPATは、「災害派遣精神医療チーム(Disaster Psychiatric Assistance Team)」の略称です。実は、上述の鬼怒川の水害のときにも、DPATは出動して、こころのケア等を行っています。

DMATも同様ですが、DPATの構成要員は普段は各医療機関等で活躍している方たちです。そして、この方たちがなにか出動しなければいけない事案が発生すると、緊急にチームを組織し現場に急行するのです。DMATはDPATと比べ歴史もあり、その組織・体制作りも充実していますが、残念ながらDPATはまだその組織・体制が十分でないのが現状です。静岡県のDPATですが、現在、いろいろな精神保健医療に携わる方たちと共同してDPATの組織や体制作りに取り組んでいます。災害は、いつ発生するのか分かりませんが、いつ起こっても大丈夫な骨太の組織が出来上がることを目指しています。

話は飛びますが、これまで静岡県は、悩みを抱えた人たちに対し、「声をかけ」、「話を聴き」、「つなぎ」、「見守る」という「ゲートキーパー」の養成に力を入れて来ました。災害時には、このゲートキーパーの役割が普段以上に重要になると思います。また、災害時のこころのケアについて、「PFA:サイコロジカル・ファーストエイド」という心理的支援のマニュアルがあります。これは、兵庫県こころのケアセンターのホームページに行くとダウンロードできるようになっています。興味のある方は、ご参照ください。

### 28年度研修計画

来年度開催が予定されている研修計画です。詳細はホームページや案内通知等でご確認ください。

研修内容	開催時期	研修内容	開催時期
精神保健福祉業務基礎研修	5~6月頃	ゲートキーパー講師養成講座	5~6月頃
ひきこもり支援者研修	7月頃	ゲートキーパー講師フォローアップ研修	未定
こころの緊急支援活動研修	未定	災害時メンタルヘルス研修会	未定
自殺未遂者ケア研修	未定	依存症に関する研修	未定