

# こころの健康 創刊号



サポートします！こころの健康

2010年5月

発行

三重県こころの健康センター

〒514-8567 津市桜橋 3-446-34

三重県津庁舎保健所棟二階

TEL: 059-223-5241(代) FAX: 059-223-5242

Mail: kokoroc@pref.mie.jp

URL: <http://www.pref.mie.jp/KOKOROC/HP/>

## こころの健康センターメールマガジン創刊！

こんにちは。三重県こころの健康センターです。このたび、センターでは関係機関のみなさんとの情報共有をはかるため、メールマガジンを配信することになりました。センターの活動方針や取り組みをお知らせし、みなさんとともに県民のこころの健康に貢献していきます。まずは、記念すべき創刊号をお届けします。



### CONTENTS

- ◆ 「創刊にあたって」…三重県こころの健康センター所長 井上 雄一郎
- ◆ 平成 22 年度研修事業実施計画
- ◆ センター掲示板
- ◆ 編集後記

## 創刊にあたって

三重県こころの健康センター 所長 井上雄一郎

### はじめに

「こころの健康メールマガジン」記念すべき第1号をご覧の皆様、こんにちは。三重県内の精神保健福祉に関する部署や機関の皆様へ三重県こころの健康センターの業務に関する情報をお伝

えする目的で平成22年度よりメールマガジンを発行することになりました。こころの健康センター(精神保健福祉センター)や精神保健福祉をより身近に感じて頂けたらと思っております。

このメールマガジンは、半分私の思いつき(+センター職員の皆さんのご協力)、半分関係機関の皆様のご意見・ご要望、をもとに発行することになりました。皆様のご意見・御要望というのは、ヘルシーピープルみえ21(詳しくは <http://www.pref.mie.jp/kenkot/hp/hpm21/> をご参照下さい)の中で毎年県内の各保健福祉事務所から当センターを評価して頂いてますが、「こころの健康づくりの先進事例や最新の動向の提供が十分なされていない」、という意見が多かったことで当センターの広報啓発機能をより充実させる必要性を感じたことによります。

内容や頻度、配布方法につきましては、センター内で協議をした結果、予算もないことからメールを利用し、内容につきましてはセンターの業務・研修のお知らせ、研修内容の報告や多くの方に知って頂きたいことを中心に、A4版で数ページ程度、頻度は(担当の樋口さん他)スタッフの負担増加につながらず、かつ忘れられない範囲の季刊(年4回)程度、ということになりました。当所は第1号が4月中発行の予定でしたが、言い出した私の入稿遅れのため5月となっております。

今号は初回ですので、私からは平成21年度のこころの健康センターのミッション(あるべき姿)とビジョン、業務の概要をお伝えしようと思います。ちなみに、ミッションやビジョンという言葉は三重県職員以外の方には耳慣れないかもしれませんが(私も昨年初めて聞きました)が、各管理職は毎年率先実行取組を作成し、所属・職員の業務目標を明確化することになっています。また、21年度と謳っているのは、平成22年度の健康福祉部の部長・局長・理事の率先実行取組が決まり次第、私たちの分を作成することになっているからです。

## ミッション

1. 三重県内に、こころに関する情報を幅広く提供します。
2. 三重県内で、こころの問題の専門職の資質向上に貢献します。
3. 三重県内で、こころに関する複雑または困難な事例についての相談・指導を通じ、県内関連機関職員と協働し、支援します。
- 1、2、3を通じ、三重県内の皆様のこころの健康に貢献します。

## ビジョン

1. 皆様に信頼されるセンターをめざします
2. こころの健康文化を育むセンターをめざします。
3. 県民のみなさま、関連機関のみなさま、こころの問題の専門職のみなさまに満足していただけるよう、活動を続けます。
4. 幅広く質の高いこころの情報を提供します。
5. 職員が、やりがい・誇りを感じる職場をめざし、センターの価値の向上をめざします。

(本題とは関係ありませんが、「三重県、ミッション」と言う単語を Google で検索すると、なぜか当センターがトップに出てきます。)

## 業務の概要

このミッション、ビジョンに基づいて行っている業務の概要ですが、大きく分けて 7 つあります。

### 1. 研修・広報部門

関係機関等で精神保健福祉業務に従事する職員対象に行う教育研修、当センターの所報やリーフレットの作成、ホームページの更新や講演活動があります。

### 2. こころのケアネットワーク推進部門

3 つからなり、①こころのケアネットワークづくり、②ひきこもる若者の自立支援事業、③依存症対策があります。

①では、「ヘルシーピープルみえ 21」のこころの健康づくりを推進するための研修会・連絡会議を行ったり、災害時等こころの危機管理事業(災害、事故、事件などの際に生じるストレス障害や PTSD などに対応できる体制づくり)、自殺対策事業を進めています。自殺対策は多数ありますが、第 3 号のニュースレターで詳細に説明予定ですので、簡単に申します。当センターには三重県自殺予防対策推進部会の事務局があり、活動を推進しています。また、自死で家族を失った遺族が哀しみや深い思いを語り合える場所として「わかち合いの会(自死遺族の集い)」を奇数月の第 4 土曜日午後に開催しています。059-223-5243 までお問い合わせ下さい。

②のひきこもり支援事業では、家族教室を毎月 1 回、6 回シリーズを行ったり、講演会や支援者向けの研修会を行います。

③の依存症対策ではアルコール、薬物、買い物、ギャンブル、対人依存などの相談、家族教室(月 1 回、6 回シリーズ)、研修、普及啓発を行います。

### 3. 相談部門

センター職員(保健師、心理職、精神保健福祉士)が平日午後 1-4 時に電話による相談を受け付けています。専用電話番号は 059-223-5245 です。来所相談が必要な方には予約の上、行います。

### 4. 地域支援部門

地域の精神保健福祉活動を推進するため、保健福祉事務所、市町、教育、司法関係機関、精神保健福祉関係団体等に対して専門的立場から技術援助を行っています。例えば、各地域で開催される精神保健福祉連絡協議会、事例検討会で助言を行ったり、研修会(市町主催や学校の先生対象など)での講師を行ったりします。

## 5. 企画・情報部門

その時々精神保健福祉の課題に対して、取り組むための情報提供、事業を企画するための提案を行います。こころの健康の増進から精神障害者の地域生活支援に至る、非常に幅の広い対応が求められています。

## 6. 審査部門

精神医療審査会に関する業務、精神保健福祉手帳の交付事務、自立支援医療費(精神通院)支給認定の判定事務、の3つからなっています。では、自分の意志ではない入院(医療保護、措置入院)の方の人権を担保するための入院・定期病状の書類審査の事務(年間3,500件)や退院・処遇改善請求の審査を行うための事務をしています。は年間約4,000件の交付、は約20,000件の判定を行っています。

当センターのホームページには、精神保健福祉手帳の市町での優遇措置や診断書様式が、自立支援医療(通院精神)の申請書、診断書兼意見書などの様式が載っておりダウンロードできます。ぜひご活用下さい。

## 7. 社会復帰援助部門

家族会、断酒会、当事者会、ボランティア団体などの組織の活動への協力や、精神科病院に長期入院している方の地域移行支援事業への参加も行っています。三重県は平成22年2月に三重県精神障がい者地域移行支援事業ハンドブックを作成しました。

<http://www.pref.mie.jp/KENKIKI/SOGOHO/details/index.asp?cd=2010030178&ctr=navi&key=s04772>からダウンロードできますので、ご参照・活用下さい。

当センターの業務としては都道府県の精神保健福祉に関する技術的な中枢機関として、県民への直接サービスよりも地域で精神保健福祉活動を行う機関への技術援助・指導的な役割に重点が置かれていることをご理解いただけたらと思います。また、書いてみると、長ったらしくて読みにくいのですが、センターに必要とされる業務の拡大によるものですので、お許し下さい。これらの業務は、職員10名(定員は11名ですが、医師1名が不足しています)で行っております。精神保健福祉には、現在の業務以外にも大切な分野は多数あるのですが、人・時間・予算の枠内で現在の形となっております。

一言付け加えますと、上のミッションで「県内の皆様のこころの健康に貢献します」と書いた「こころの健康」とは、病気や障がいの有無に関係なく、あえていうと病気や障がいをもったからこそ、より良く、前向きに生き生きと有意義に生活を送るようなあり方を意味します。このような「こころの健康」を目指すような精神保健福祉活動を推進するために、センターとしても活動をしたいと思っています。

有効かつ有機的、総合的に活動するためには、最終的な対象(三重県では顧客といいます)と

なる県民を常に念頭に置きながら、各関係諸団体と顔の見える連携を進めることが一番重要と考えております。それぞれの業務の接点から線、面、立体となって三重県の精神保健福祉活動、より良く生きるための援助ができれば幸いです。そのための一つの手段としてこのメールマガジンが少しでも役立つことを願っております。

最後に、こころの健康センターホームページ(<http://www.pref.mie.jp/kokoroc/hp/>)には他にも役立つ情報を載せておりますし、これからもより充実したものになりたいと思っております(「こころの健康センター」で検索すると、Google で 1 番目、Yahoo! で 2 番目に出てきます)。是非ご活用下さい。

## 平成 22 年度 研修事業実施計画

こころの健康センターでは、平成 22 年度に以下のような研修を予定しています。多くの精神保健福祉関係者の皆様のご参加をお待ちしています。(対象:精神保健福祉業務関係者等)

| 研修名              | 日時  | 概要  |
|------------------|---|---|
| 精神保健福祉基礎研修(後期)   | 9月8日(水)<br>13:30~16:00  | 「精神保健福祉におけるケースワーク～事例をもとに～」<br>【講師】下方 宏明 氏(障害者相談支援センター ソシオ)      |
| 精神保健福祉研修会①       | 6月24日(木)<br>13:30~16:00   | 「おとなになった発達障害をかかえる方への支援～二次障害への対応を含めて～」<br>【講師】根来 秀樹 氏(奈良教育大学)    |
| 精神保健福祉研修会②       | 7月25日(日)<br>13:00~16:30   | 「うつ病の正しい知識と対応方法～事例をもとに認知行動療法を学ぶ～」<br>【講師】大野 裕 氏(慶應義塾大学保健管理センター) |
| 精神保健福祉研修会③       | 11月18日(木)<br>13:30~16:00  | 「パーソナリティ障害に悩む方を地域で支える～支え手としてゆらぐとき～」<br>【講師】平尾 文雄 氏(上野病院)        |
| 嗜癖(依存症)問題対策研修会   | ■回復者編:8月5日(木)<br>■回復者編:8月27日(金)<br>■援助職編:9月15日(水)<br>■司法分野:10月5日(火)<br>■福祉分野:10月21日(木)<br>いずれも<br>13:30~16:30 | 企画中   |
| ひきこもり支援者スキルアップ研修 | 7月9日(金)・8月10日(火)<br>・10月8日(金)   | 【講師】長谷川 俊雄 氏(白梅学園大学)  |
| こころの健康危機管理研修会    | 調整中   | 企画中   |



|                   |                          |  |
|-------------------|--------------------------|--|
| 自死遺族支援者<br>向け研修会  | 11月25日(木)<br>10:00~16:00 | 「分かち合いの場をつくるファシリテーター実践」<br>【講師】西田 正弘 氏(全国自死遺族総合支援センター<br>研修担当)             |
| 自殺対策研修会           | 6月17日(木)<br>14:00~16:00  | 「メンタルヘルス対策~うつ病と自殺予防~」<br>【講師】崎山 忍 氏(鈴鹿国際大学)<br>井上 桂 氏(いのうえ心身クリニック) ほか      |
| 自殺対策研修会           | 12月2日(木)<br>午後           | 「不眠とうつについて」<br>【講師】井上 雄一 氏(東京医科大学) ほか                                      |
| 自殺対策シンポ<br>ジウム    | 12月頃予定                   | 企画中  |
| ひきこもり講演会          | 11月6日(土)<br>13:30~16:00  | 「ひきこもり」をどうとらえるか~これからの支援のために<br>~(案)<br>【講師】齊藤 万比古 氏(国立国際医療研究センター国<br>府台病院) |
| 薬物(三重ダ<br>ル)フォーラム | 11月28日(日)PM              | 企画中  |

◆日時・内容など変更となる場合があります。

◆詳しい日時や場所等、決まり次第それぞれご案内させていただきます。また、お申し込み方法など詳しいことはセンターホームページをご覧ください。

## センター 掲 示 板

### ひきこもり・思春期問題を かかえる家族教室

「ひきこもり」や不登校などの  
思春期の問題をかかえる方  
のご家族が集い、対応につ  
いて学んだり、家族同士が交  
流できる場です。

原則第2木曜日  
14:00~16:00

### 依存症問題家族教室

アルコール・薬物・ギャン  
ブル・買い物等への依存の問  
題でお困りのご家族が集  
い、対応について学んだり、  
家族同士が交流できる場  
です。

原則第3金曜日  
14:00~16:00

### わかちあいの会 (自死遺族の集い)

自死でご家族を亡くされ  
た方が集い、大切な人  
に対する哀しみや深い思  
いを語り合える場です。

奇数月第4土曜日  
13:30~15:30

## 編集後記

最後までお読みいただき、ありがとうございます。突然のメルマガに驚かれた方もいらっしゃるかもしれませんが、こころの健康センターでは今年度からこのメルマガを通じてみなさんに様々な情報をお知らせしていきます。しばしば「こころの医療センター」と間違われてしまう当センター。よく似た名前がいけないのか、それともこれまで少し控えめ(?)だったのか?ともあれ、まずは皆さんにセンターについてもっともっと知っていただくお手伝いとしてがんばっていきたいと思います。次回はセンターのスタッフ紹介を予定していますので、どうぞご期待ください!

このメルマガについてのご意見や感想などあればお知らせいただくと幸いです。また、当センターホームページ(<http://www.pref.mie.jp/kokoroc/ho/>)でも随時情報をお知らせしていますので、そちらもあわせてご覧ください。

編集担当 技術指導課 樋口