

令和元年度版

こころの健康センター所報

三重県こころの健康センター
(精神保健福祉センター)

はじめに

平素は、三重県こころの健康センターの業務に対してご支援、ご協力をいただき、ありがとうございます。令和元年度版三重県こころの健康センター所報をお届けします。

令和元年12月から報告されている新型コロナウイルス感染症は、現在も全世界に影響を与え続けており、もちろん精神保健の上にも大きな影を落としています。平成22年以降減少していた全国自殺者数と同様、三重県でも近年自殺者数は減少していましたが、増加の方向へ向かうという懸念があります。

ひきこもり支援に関しては、保健、医療、生活困窮、労働など種々の分野からのアプローチが進んでいます。ひきこもりというテーマは、「何のために生きるのか」「何を幸せと考えるのか」という根源的な問いを私たちに突きつけ、簡単な解法はないということを知させます。ひきこもっている方がすなわちこころの病気に罹患しているわけではありません。しかし、相談をお受けするに際して、状態像の把握、ご本人やご家族への支援方法など、精神保健医療の素養を支援者が身に着けていることで、適切で質の高い支援になっていくと思われまます。三重県ひきこもり地域支援センターとして、ご本人、ご家族、関係機関のお役に立てるよう引き続き努力をしていきたいと考えています。

平成30年10月から実施している島根ギャンブル障がい回復トレーニングプログラム(SAT-G)を用いた、「ギャンブル障害集団プログラム」は順調な経過です。医療機関、自助グループ、相談機関等様々な場所でギャンブル障害について語れるようになったことに隔世の感を持ちます。依存症(嗜癖)に関して苦手意識がある支援者の方も少なくないと思いますが、更に多くの方に、関心を持っていただくことを期待しています。

精神医療審査会、精神障害者保健福祉手帳・自立支援医療費支給認定の判定については、相変わらず事務作業量は膨大ですが、引き続き公正な処理を継続していきたいと思ひます。

近年の日本の精神保健医療領域における重要な概念の1つに、「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」があります。当事者の方やご家族のために今何をすべきなのかについて、日々の制約の中においても考え続けられる支援者が増えてくださることを希望しています。小組織ではありますが、相談、研修会等日常の業務を通じてお伝えできるならば幸いです。今後もよろしくお願ひ致します。

令和3年2月

三重県こころの健康センター
所長 楠本みちる

目 次

I こころの健康センター概要

1	沿 革	1
2	業 務	1
3	施設の概要	4
4	組織及び職員構成	5
5	県内の市町と人口	6

II こころの健康センターの活動概要

1	技術指導・技術支援	7
	(1) 関係機関への技術指導・技術援助		
	(2) 保健所精神保健福祉相談担当者会議の運営		
	(3) 「保健所における精神危機管理・危機対応ハンドブック」の情報共有		
	(4) 研修会・勉強会等への職員講師派遣		
2	教育研修	13
	(1) 精神保健福祉研修		
3	普及啓発	16
	(1) こころの健康センター案内リーフレットによる啓発		
	(2) 「こころのケアガイドブック」の作成		
	(3) 「ひきこもり社会資源情報」「依存症社会資源情報」の発行		
	(4) ホームページによる普及啓発		
	(5) メールマガジンの発行		
	(6) 職員による講演活動（再掲）		
4	精神保健福祉専門相談	20
	(1) 専門電話相談		
	(2) 専門面接相談		
	(3) 全体の相談件数		
	(4) 特定相談指導事業（再掲）		
	(5) こころの傾聴テレフォン		
5	組織育成・支援	27
	(1) 家族会への支援		

(2) 精神保健福祉ボランティアへの支援	
(3) 当事者会・当事者グループへの運営支援	
6 薬物相談ネットワーク整備事業	29
(1) 依存症専門相談	
(2) 家族教室	
(3) 依存症フォーラム	
(4) NPO法人との協働委託事業	
(5) ギャンブル障害集団プログラム	
7 ひきこもり対策事業（三重県ひきこもり地域支援センター）	32
(1) ひきこもり専門相談	
(2) 家族教室・家族のつどい	
(3) 講演会・研修会	
(4) 関係機関との連携	
(5) 普及啓発	
(6) 地域におけるひきこもり事例検討会	
8 自殺対策事業（三重県自殺対策推進センター）	36
(1) 自殺予防・自死遺族相談	
(2) 講演会・研修会	
(3) 普及啓発事業	
(4) 自死遺族支援	
(5) その他関係機関との連携及び技術支援	
(6) 自殺対策推進部会 作業部会の開催	
(7) その他	
9 精神医療審査会の審査に関する事務	44
(1) 入院届・定期病状報告の審査	
(2) 退院請求・処遇改善請求の審査	
(3) 参考資料（精神科病院一覧、病床数、入院患者の状況）	
10 精神障害者保健福祉手帳交付の判定及び承認事務	49
(1) 令和元年度 交付状況	
(2) 手帳の所持者数（各年度末）	
(3) 保健所別 手帳所持者数及び所持率	
11 自立支援医療費（精神通院医療）支給認定の判定事務	52
(1) 受給者証認定申請件数（令和元年度）	
(2) 受給者証所持者数（年度別）	
(3) 受給者証所持者数（年齢別）	

(4) 受給者証所持者数（疾患別）	
(5) 受給者証所持者数及び所持率（保健所別）	
12 その他	54
(1) 心神喪失者等医療観察法関連	
(2) 地域障害者自立支援協議会（精神部会・地域移行部会等）への運営支援	
(3) 三重県障害者自立支援協議会への参加	

Ⅲ 資料集

1 メールマガジン（第36号～第39号）	56
2 令和元年度 三重県こころの健康センター業務の方向性	63

I こころの健康センター概要

1 沿革

三重県こころの健康センターは、精神保健及び精神障害者福祉に関する法律第6条の規定に基づいて設置された地域精神保健福祉活動の技術的中核機関である。

- 昭和61年5月 三重県津庁舎保健所棟1階（津市桜橋3丁目446-34）に開設。保健環境部保健予防課の分室としてスタート。
- 昭和63年10月 三重県久居庁舎（久居市明神町2501-1）の完成に伴い、同庁舎1階に移転。
- 平成元年4月 県健康対策課の地域機関として独立。「三重県条例第5号」
- 平成11年8月 保険医療機関開設。「三重県条例第5号の一部改正」
- 平成13年7月 三重県津保健福祉部久居支所の廃止に伴い、保健所支所跡に事務所移転（久居庁舎内）。
- 平成14年4月 精神障害者保健福祉手帳、精神通院医療費の判定・承認業務、精神医療審査会事務局が業務に加わる。
- 平成19年5月 こころの傾聴テレフォン開始。
- 平成20年4月 三重県津庁舎保健所棟2階（津市桜橋3丁目446-34）に移転。
- 平成23年4月 精神保健福祉相談を専門相談化。
- 平成23年4月 三重県自殺対策情報センターを開設。
- 平成25年4月 三重県ひきこもり地域支援センターを開設。
- 平成30年3月 三重県自殺対策情報センターから三重県自殺対策推進センターに名称変更

2 業務

三重県こころの健康センターは、「精神保健福祉センター運営要領」（健医発第57号厚生省保健医療局長通知、平成8年1月19日）に基づき、県内全域を管轄し次の業務を行っている。

（1）企画立案

地域精神保健福祉を推進するため、県の精神保健福祉主管課及び関係機関に対し、専門的立場から社会復帰の推進方策や地域における精神保健福祉施策の計画的推進に関する提案、意見具申をする。

（2）技術指導及び技術支援

地域精神保健福祉活動を推進するため、保健所・市町及び関係機関に対し、専門的立場から積極的な技術指導及び技術援助を行う。

（3）教育研修

障がい者相談支援事業所、障がい福祉サービス事業所、医療機関、市町、保健所、

その他の関係機関等で、精神保健福祉業務に従事する職員等に専門的研修を行い、人材の育成及び技術的水準の向上を図る。

(4) 普及啓発

精神保健福祉の知識、精神障がいについての正しい知識、精神障がい者の権利擁護等について普及啓発を行うとともに、保健所及び市町が行う普及啓発活動に対して専門的立場から協力、支援を行う。

(5) 精神保健福祉専門相談

精神保健及び精神障がい者福祉に関する相談及び指導のうち、複雑または困難なものを行う。このためセンターでは、「ひきこもり」「依存症」「自殺予防・自死遺族」の各専門相談を行う。また、相談指導を行うにあたり、必要に応じて関係諸機関の協力を求めるものとする。

(6) 組織育成・支援

地域精神保健福祉の向上を図るためには、地域住民による組織的活動が重要である。このためセンターは、県単位の家族会、当事者会、福祉事業所連絡会等の育成支援に努める。

(7) 薬物相談ネットワーク整備事業

薬物相談や依存症専門の対応ができる人材を育成するための研修や、依存症問題家族教室を開催するとともに、センターの依存症相談機能を充実する。また、薬物相談ネットワークを構築することにより、薬物相談に総合的に対応する体制を整備する。

(8) ひきこもり対策事業（三重県ひきこもり地域支援センター）

ひきこもり地域支援センターにおいて、ひきこもり相談ができる人材を育成するための研修や、ひきこもり家族教室・つどいを開催するなど、センターのひきこもり専門相談機能を充実する。また、ひきこもり支援ネットワークを構築することにより、ひきこもり相談に総合的に対応する体制を整備する。

(9) 自殺対策事業（三重県自殺対策推進センター）

自殺対策推進センターにおいて、自殺予防・自死遺族への相談対応ができる人材を育成するための研修や、自死遺族のつどい（わかちあいの会）を開催するなど、センターの自殺予防・自死遺族の相談機能を充実する。また、地域自殺・うつ対策ネットワークを構築することにより、総合的な支援体制の整備を行う。

(10) こころの健康危機管理事業

こころの健康危機管理に対応できるよう、人材育成の研修を行うとともに、こころのケアに対する支援体制の整備支援を行う。

(11) 精神医療審査会の審査に関する事務

「精神保健及び精神障害者福祉に関する法律」第12条の規定により設置された精神医療審査会の開催事務及び審査会の審査に必要な事務を行う。また、同法第38条の4の規定による退院等の請求に関する審査に必要な事務を行う。

(12) 精神障害者保健福祉手帳の判定及び承認事務

「精神保健及び精神障害者福祉に関する法律」第45条第1項の規定による精神障害者保健福祉手帳の交付申請に関する判定業務及び承認業務を行う。

(13) 自立支援医療費（精神通院医療）支給認定の判定事務

「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律」第53条第1項の規定による自立支援医療費（精神通院医療）の支給認定の申請に関する判定業務を行う。

(14) その他

① 調査研究

統計及び資料を収集・整備し、県、保健所、市町等が行う精神保健福祉活動が効果的に展開できるよう資料を提供する。

② 心神喪失者等医療観察法関連

心神喪失等の状態で重大な他害行為を行った者の医療及び観察等に関する法律による地域社会における処遇について、地域精神保健福祉業務の一環として実施されるため、保護観察所等関係機関相互の連携を図り必要な支援を行う。

3 施設の概要

(1) 所在地

三重県津市桜橋3丁目446-34 三重県津庁舎保健所棟2階

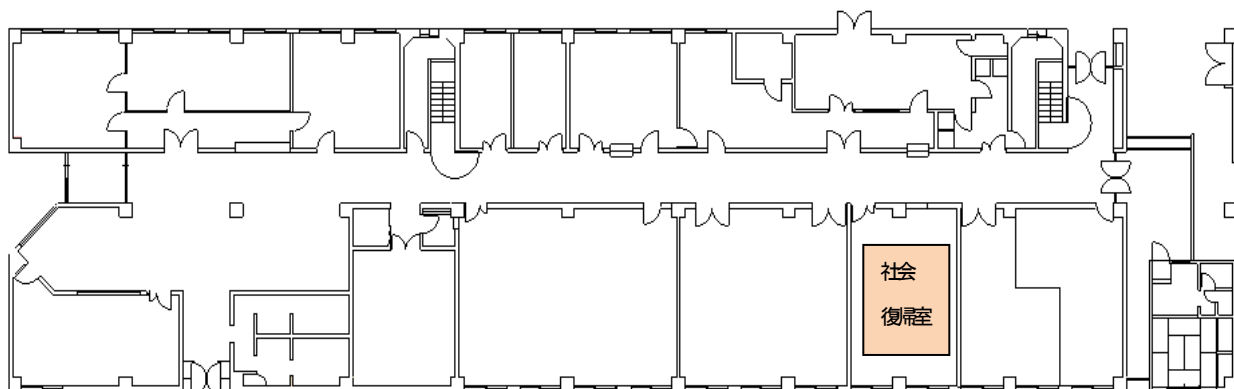
(2) 施設の状況

- ① 敷地面積（津庁舎） 23,879.63㎡
- ② 建物面積（保健所棟） 延床面積 3,447.68㎡
- ③ 建物構造（保健所棟） 鉄筋コンクリート造3階建
- ④ 各室面積
 - 事務室（電話相談室） 110.63㎡、 事務・作業室 53.24㎡、
 - 第1相談室（診察室） 29.12㎡、 第2相談室 24.00㎡、
 - 第3相談室 23.68㎡、 図書資料室 38.40㎡、
 - ストレスケアルーム 38.40㎡、 地域交流室 19.20㎡、
 - 倉庫 19.20㎡、 社会復帰室（保健所棟1階） 50.97㎡

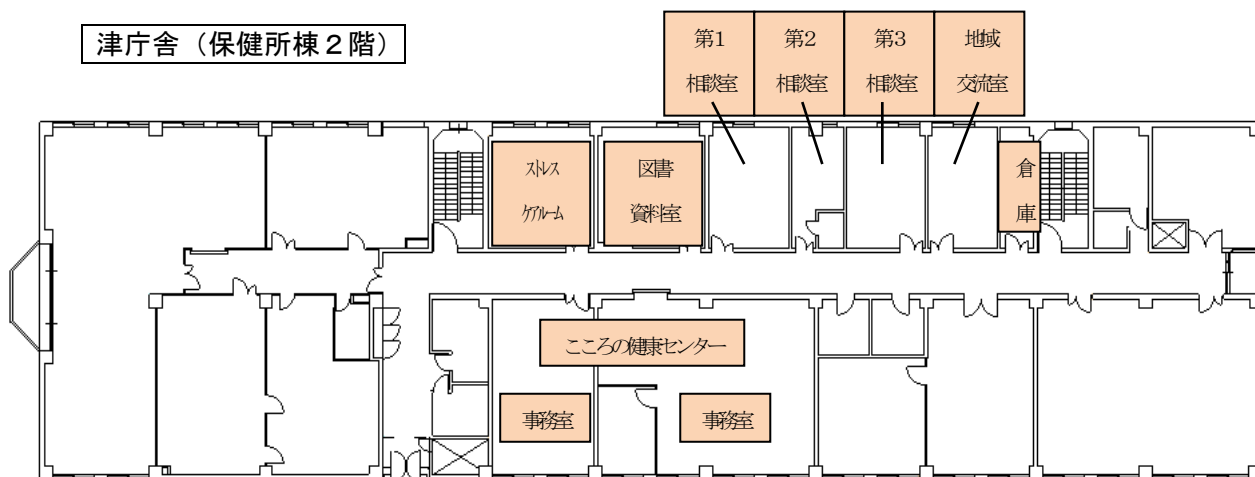
計 406.84㎡

(3) 平面図（平成31年4月1日現在）

津庁舎（保健所棟1階）



津庁舎（保健所棟2階）



4 組織及び職員構成 (平成31年4月1日現在)

(1) 組織及び所掌事務

所 長	審査総務課 (4名)	センター管理・総務・予算・経理 精神障害者保健福祉手帳事務 自立支援医療費(精神通院医療)事務 精神医療審査会事務局 センター長会、センター研究協議会 精神保健福祉協議会事務局
	技術指導課 (5名) 嘱託員	精神保健福祉に関する技術指導・技術支援 教育研修の企画立案と実施 精神保健福祉に関する普及啓発 精神保健福祉専門相談 協力組織育成・支援 薬物相談ネットワーク整備事業 こころの健康危機管理事業 ひきこもり対策事業 (三重県ひきこもり地域支援センター) 自殺対策事業(三重県自殺対策推進センター)

(2) 職員構成

職 名	職 種	人 数
所 長	医師	1
副参事兼審査総務課長(事務吏員)	一般事務	1
副参事兼技術指導課長(技術吏員)	保健師	1
主 幹 (事務吏員)	一般事務	2
主 幹 (技術吏員)	保健師	1
主 査 (事務吏員)	一般事務	2
主 査 (技術吏員)	精神保健福祉士	1
主 任 (技術吏員)	看護師	1
嘱託員	自殺対策推進センター支援員	(1)
嘱託員 (非常勤)	こころの傾聴テレホンリスナー	(15)
計		10(16)

5 県内の市町と人口

令和2年4月1日現在



市町名	人口 (人)
県計	1,771,855
津市	273,638
四日市市	310,019
伊勢市	122,894
松阪市	158,997
桑名市	138,976
鈴鹿市	195,328
名張市	76,074
尾鷲市	16,214
亀山市	49,904
鳥羽市	17,617
熊野市	15,789
いなべ市	45,420
志摩市	46,161
伊賀市	86,306
木曾岬町	6,111
東員町	25,664
菰野町	40,335
朝日町	11,033
川越町	14,987
多気町	14,244
明和町	22,519
大台町	8,786
玉城町	15,118
度会町	7,822
大紀町	7,811
南伊勢町	11,042
紀北町	14,556
御浜町	8,024
紀宝町	10,466

Ⅱ こころの健康センターの活動概要

1 技術指導・技術支援

(1) 関係機関への技術指導・技術援助

地域精神保健福祉活動を推進するため、保健所、市町及び関係諸機関に対して、企画助言、情報提供、ケース援助、事例検討、研修会・研究会、連絡調整、委員会・会議等、精神保健福祉に関する技術指導・技術支援を行った。

関係機関への技術指導・技術援助 (令和元年度 実施回数)

企画助言	情報提供	ケース援助	事例検討	研修会・研究会	連絡調整	委員会・会議	その他	合計
33	30	21	15	36	22	32	7	196

内容別内訳

(令和元年度延べ件数)

区分	内 容												合計
	老人精神保健	社会復帰	アルコール	薬物	ギャンブル	思春期	心の健康づくり	ひきこもり	自殺関連	犯罪被害	災害	その他	
保健所	0	59	6	7	6	0	0	4	10	0	1	0	93
市町	0	56	5	5	5	1	2	8	10	0	0	0	92
福祉事務所	0	2	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	6
医療機関	0	59	7	7	6	0	2	3	4	0	2	1	91
介護老人保健施設	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	3
障害者支援施設	0	19	0	0	0	0	2	4	1	0	1	1	28
社会福祉施設	0	4	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	5
その他	1	101	13	13	10	2	7	15	10	1	1	3	177
合計	2	300	32	33	28	3	14	34	37	2	6	5	495

(2) 保健所精神保健福祉相談担当者会議の運営

精神保健福祉相談担当者会議は年4回開催した（原則偶数月第2月曜日）。基本的には午前は障がい福祉課が運営し、午後は当センターが保健所への技術支援として運営している。

精神危機管理・危機介入業務に対応する職員のスキルアップのため、保健所の役割や対応・考え方について意見交換を実施している。

開催年月日	運営・協議の内容
平成31年 4月15日（月）	* センターの業務の概要、専門相談の紹介等
令和元年 6月3日（月）午後のみ	* 事例検討 * 意見交換
令和元年 10月15日（火）	* 措置業務担当者会議と合同 * 依存症関係 * 事例検討
令和2年 2月17日（月）	* 自殺予防関係 * 事例検討 * 意見交換

※ 保健所（精神保健福祉相談担当者）、県健康づくり課（精神保健福祉班）が参加

(3) 「保健所における精神危機管理・危機対応ハンドブック」の情報共有

保健所精神保健福祉相談担当者会議で行った研修会や事例検討を基に、保健所の役割や対応・考え方についてまとめ、平成22年度に「保健所における精神危機管理・危機対応ハンドブック（暫定版）」を作成・発行した。

過去に保健所で対応した多くの危機事例とその対応、考え方等を掲載しており、保健所で有効に活用され、精神危機管理・危機介入業務がスムーズに実施できることを目的としている。

保健所の精神保健福祉相談担当者にハンドブックの活用を周知した。

(4) 研修会・勉強会等への職員講師派遣

関係機関への技術支援や精神保健福祉に関する知識の普及・啓発を目的とし、下記の研修会や勉強会に職員を講師として派遣した。

① 保健所

年月日	名称・テーマ	実施主体	対象	人数	対応者
令和元年 7月18日	令和元年度第1回尾鷲地域自殺対策ネットワーク会議 「三重県の自殺の現状と対策について」	尾鷲保健所	尾鷲地域自殺対策ネットワーク委員	25	保健師
令和元年 9月27日	令和元年度精神保健福祉連絡協議会 「依存症の基礎知識」	伊賀保健所	精神保健福祉連絡協議会委員	12	看護師
令和元年 10月1日	令和元年度第2回鈴鹿地域精神保健福祉連絡会 「自殺の現状と対策 地域でできる取り組みについて」	鈴鹿保健所	精神保健福祉連絡会委員等	25	保健師
令和2年 2月13日	津地区薬物乱用防止指導者協議会第2回研修会 「依存症の基礎知識」	津保健所	薬物乱用防止指導者協議会委員等	20	看護師

② 市町

年月日	名称・テーマ	実施主体	対象	人数	対応者
令和元年 7月12日	志摩市第1回こころの健康づくり及び自殺予防対策ネットワーク会議 「自殺の現状～三重県の状況につ	志摩市	ネットワーク会議委員	20	保健師
令和元年 7月24日	名張市まちの保健室全体打合せ 「依存症に関する基礎知識」	名張市	まちの保健室職員、地域包括支援センター職員、保健	50	看護師

令和元年 9月25日	まちの保健室研修会 「ひきこもりを理解し、対応支援 について学ぼう」	名張市	地域包括支援 センター、保 健師、行政職 員	60	精神保健 福祉士
令和元年 11月6日	令和元年度三重県都市社会福祉主 事連絡協議会研修会 「ひきこもり支援のための理解に ついて」	いなべ市	市福祉事務所 生活保護担当 職員	30	精神保健 福祉士

③ 福祉機関

年月日	名称・テーマ	実施主体	対象	人数	対応者
令和元年 5月22日	令和元年度第1回生活福祉資金 貸付事業担当職員研修会 「精神保健の観点から踏まえた窓口 対応について」	社会福祉法人 三重県社会福 祉協議会	市町社会福祉 協議会 生活 福祉資金貸付 事業担当職員	30	精神保健 福祉士
令和元年 6月12日	令和元年度婦人保護主幹係長会議 及び（第1回）女性相談員研修 「精神疾患への理解とその対応に ついて」	女性相談所	県・市婦人 （女性）相談 員、行政担当 者、婦人保護	55	精神保健 福祉士
令和元年 8月5日	三重県地域包括・在宅介護支援セ ンター協議会令和元年度第1回 研修会 「精神保健福祉（こころの病気） に関する支援について～精神保健 福祉領域における支援業務に必要 な基礎知識と連携を学ぶ～」	三重県地域包 括・在宅介護 支援センター 協議会	地域包括支援 センター、在 宅介護支援セ ンター、居宅 介護支援事業 所等	47	精神保健 福祉士
令和元年 8月27日	令和元年度第1回伊勢志摩圏域 自立支援連絡協議会人材育成部会 研修会 「精神疾患の基礎知識」	伊勢志摩圏域 自立支援連絡 協議会人材育 成支援部会	伊勢志摩圏域 障害福祉サー ビス事業者	65	医師

令和元年 9月6日	大台町民生委員児童委員会協議会 9月定例会 「ひきこもりへの支援について」	大台町社会福 祉協議会	民生委員、社 協職員	55	精神保健 福祉士
令和2年 1月28日	三者協働自主研修会 「ひきこもりを理解し、対応支援 について学ぼう」	松阪市社会福 祉協議会	保護司等	50	精神保健 福祉士
令和2年 2月14日	令和元年相談に関する研修会 「ひきこもりの理解とその対応」	三重県社会福 祉協議会	民生委員、児 童委員	280	医師 精神保健 福祉士

④その他

年月日	名称・テーマ	実施主体	対象	人数	対応者
令和元年 6月6日	令和元年度第1回家族研修会 「本人からの家族に対する非難や 攻撃にどのように対応するか」	三重県精神 保健福祉会	三重県精神保 健福祉会会員 等	25	医師
令和元年 6月6日	令和元年度紀北地区薬物乱用防止 指導者協議会総会・研修会 「依存症の基礎知識」	紀北地区薬 物乱用防止 指導者協議 会	紀北地区薬物 乱用防止指導 者協議会員	25	看護師
令和元年 6月28日	三重県学校保健会伊賀支部 令和 元年度総会・研修会 「児童・生徒と家族へのかかわり 方」	三重県学校 保健会伊賀 支部	名張市・伊賀 市小中学校の 養護教諭、保 健主事、校 長、名張市子 育て支援課	65	医師

令和元年 7月12日	四日市市下野地区青少年育成推進 委員会委員学習会 「依存の理解～インターネット、 ゲームを中心に～」	四日市市下 野地区青少 年育成推進 委員会	四日市市下野 地区青少年育 成推進委員	30	精神保健 福祉士
令和元年 9月7日	2019年度「専門職防災研修」 「災害と精神疾患」	県・三重大 学みえ防 災・減災セ ンター	県内看護師、 助産師、介護 福祉士等	17	医師
令和元年 11月8日	三重大学教養教育院講義 「地域とメンタルヘルス」	三重大学	三重大学生	60	医師
令和元年 11月28日	三重いのちの電話協会電話相談員 養成講座 「うつ病について」	三重いのち の電話協会	講座受講生、 職員	15	医師
令和元年 12月25日	令和元年第9回消費生活相談員等 勉強会	三重県消費 生活センタ ー	消費生活相談 員等	16	看護師

2 教育研修

(1) 精神保健福祉研修

相談支援事業所、障がい福祉サービス事業所、医療機関、市町、保健所、その他の関係機関等で精神保健福祉業務に従事する職員などを対象に、基礎・専門研修を実施している。

① 精神保健福祉基礎研修

対象： 精神保健福祉業務に従事しておおむね3年未満の方（初任者向け研修会）

実施日時・場所	内 容	受講者数
令和元年 5月17日(金) 10:00～16:00 三重県庁講堂	精神保健福祉基礎研修【基礎知識編】 講義 「精神保健福祉総論～歴史と理念～」 こころの健康センター 大森 隼一郎 講義 「精神保健福祉総論 ～精神保健福祉の法体系・施策と社会資源～」 こころの健康センター 柳世 大輔 講義 「精神保健の基礎知識～疾患の理解と対応～」 こころの健康センター 所長 楠本 みちる	130
令和元年 5月23日(木) 10:00～16:00 三重県庁講堂	精神保健福祉基礎研修【基礎技術編】 講義 「精神保健福祉相談の対応の基本」 三重県精神保健福祉士協会 三重県立こころの医療センター 山本 綾子 氏 講義・グループワーク 「精神保健福祉におけるソーシャルワーク ～事例をもとに～」 事例提供者 三重県精神保健福祉士協会 特定非営利活動法人よすが 障害福祉サービス事業所いーばしょ 管理者 野田 盛二 氏 三重県精神保健福祉士協会 南勢病院 地域医療連携室 山下 佑助 氏	103
合計(延べ人数)		233

② 精神保健福祉専門研修

対象：精神保健福祉業務に携わっている方（現任者向け研修会）

実施日時・場所	内 容	受講者数
令和2年 2月6日（木） 13:00～16:30 三重県人権センター 大セミナー室	講義 「動機づけ面接 ～どのように関われば、当事者の意欲を引き出せるのか～」 北里大学医学部精神科学講師 澤山 透 氏	60
合計(延べ人数)		60

③ 教育研修

【精神科医療と福祉の連携研修会】

対象：精神科病院、障害福祉サービス事業所、指定特定・指定一般相談支援事業所、障がい者（総合）相談支援センター、地域包括支援センター、訪問看護ステーション、市町・保健所精神保健福祉担当者など

実施日時・場所	内 容	受講者数
令和元年 12月9日（月） 13:30～16:00 三重県津庁舎 大会議室	1. 「当事者支援を通じた地域づくりについて」 講師：社会福祉法人半田市社会福祉協議会 半田市障がい者相談支援センター センター長 加藤 恵 氏 2. グループワーク 「明日からできることを考えてみましょう」	88

【退院後生活環境相談員スキルアップ研修会】

対象：精神科病院、障害福祉サービス事業所、指定特定・指定一般相談支援事業所、障がい者（総合）相談支援センター、地域包括支援センター、訪問看護ステーション、市町・保健所精神保健福祉担当者など

実施日時・場所	内 容	受講者数
令和2年 2月3日（月） 13:30～15:30 三重県津庁舎 大会議室	1. 「名古屋市における精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に向けた取り組み～三層構造による支援体制の構築を目指して～」 講師：名古屋市健康福祉局 障害福祉部 障害企画課 精神保健福祉係 高山 延晃 氏 2. グループワーク 「退院に向けてそれぞれの立場で出来ることはどのようなことがありますか？」	39

【三重 DPAT 研修】

対象：DPAT 登録病院 DPAT チーム（医師・看護師・ロジスティクス等（3～5名））、
精神科病院職員、市町職員、保健所職員、県地方災害対策部担当者、県保健医療
部隊関係者等

実施日時・場所	内 容	受講者数
令和元年 11月30日（土） 9:00～17:30 12月1日（日） 9:00～12:30 三重県松阪庁舎 大会議室	<p>【1日目】</p> <p>①. DPAT 体制について 講師：こころの医療センター</p> <p>②. DPAT 活動における各職種の役割について 講師：榊原病院、こころの医療センター</p> <p>③. 三重県大規模災害における被害想定について 講師：三重県防災対策部 災害対策課 防災訓練班 三重県医療保健部 健康づくり課 精神保健福祉班</p> <p>④. DMAT と DPAT の連携について 講師：三重中央医療センターDMAT</p> <p>⑤. 身体トリアージ START 法・PAT 法 講師：三重中央医療センターDMAT</p> <p>⑥. 災害時における医療情報整理 講師：榊原病院</p> <p>⑦. 情報危機管理について 講師：こころの医療センター、 三重中央医療センター</p> <p>⑧. 災害診療記録 講師：榊原病院</p> <p>【2日目】</p> <p>①大規模災害演習 講師：こころの医療センター 榊原病院、DPAT 事務局 三重中央医療センターDMAT</p> <p>②演習の振り返り</p>	75

④ その他（詳細は各事業該当ページを参照）

- 薬物相談ネットワーク整備事業： 依存症に関する講演会・依存症フォーラム
- ひきこもり対策事業： ひきこもり講演会・支援者スキルアップ研修会
- 自殺対策事業： 相談窓口対応力向上研修

その後、平成18年には障害者自立支援法（現：障害者総合支援法）の施行により、相談支援体制や福祉サービス制度が大幅に改正され、複雑な仕組みに変わった。

そのため、地域での支援に活用していただくことを目的に、平成23年度に社会資源情報を整理し、「こころのケアガイドブック」を改訂・発行した。その後も毎年度改訂・発行を行い、精神保健福祉医療に携わる支援機関に提供している。

掲載項目は「診療機関編」「相談窓口編」「専門相談編」「社会資源編」となっている。令和元年度版については、冊子は作成せず、ホームページに情報を掲載し、その都度変更を加えて最新情報の提供に努めた。



(3) 「ひきこもり社会資源情報」「依存症社会資源情報」の発行

こころのケアガイドブックから情報を抜粋した「ひきこもり社会資源情報」「依存症社会資源情報」を作成し、研修会・家族教室等で配付するとともに、面接相談でも相談者へ提供した。また、ホームページにも掲載している。



(4) ホームページによる普及啓発

平成23年度にホームページの方向性を「啓発・情報発信の中核」と位置付け、充実させていくこととし、センター内事業の情報だけでなく県内の精神保健福祉全般の情報を幅広く掲載するよう取り組んでいる。

また、研修会を開催した場合は可能な限り研修資料をホームページに掲載するよう
にしている。

なお、令和元年度は年間計49回更新し、タイムリーな情報提供に努めた。

アドレス <http://www.pref.mie.lg.jp/KOKOROC/HP/>

本文へ Foreign Languages 文字サイズ変更 元に戻す 縮小 拡大 色の変更 標準 青 黄 黒

三重県 Mie Prefectural Government

Q サイト内検索 検索

健康・福祉・子ども スポーツ・教育・文化 観光・産業・しごと まちづくり 財政・お知らせ情報 組織・業務

現在位置: トップページ > 健康・福祉・子ども > 健康 > こころの健康センター（精神保健福祉センター）
担当所属: 県庁の組織一覧 > 健康保健部 > こころの健康センター

健康

- 健康協会
- 厚生総社
- 年次報告（保健所・福祉事務所）
- 健康づくり
- 食育
- こころの健康センター

LINEで見る 印刷する

こころの健康センター（精神保健福祉センター）

こころの健康センター（精神保健福祉センター）は、精神保健の向上や精神障がい者の福祉の増進を図るための機関として、様々な情報を掲載しています。

新型コロナウイルス感染症に関するこころのケア相談窓口のご案内

- > [こころの健康センターの紹介](#)
- > [審査・自立支援・手帳](#)
- > [三重県内の社会資源情報](#)
- > [ひきこもり地域支援センター](#)
- > [依存症関連情報](#)
- > [精神保健福祉（基礎・専門）研修会の案内](#)
- > [精神疾患の理解と対応](#)
- > [関係機関からの案内](#)
- > [専門相談のご案内](#)
- > [三重県自殺対策推進センター](#)
- > [災害時のこころのケア](#)

(5) メールマガジンの発行

当センターの業務内容や精神保健福祉に関する情報を関係機関に紹介するため、平成22年度からメールマガジン「センターだより『こころの健康』」を発行している。

令和元年度は第36号から第39号まで発行した（「資料編」に掲載）。当センターのホームページにも掲載した。

	発行年月	内 容
第 36 号	令和元年 6 月	・ギャンブル等依存症について
第 37 号	令和元年 12 月	・ひきこもりについて ・自殺に関する報道について
第 38 号	令和 2 年 2 月	・三重 DPAT（災害派遣精神医療チーム）について
第 39 号	令和 2 年 3 月	・自殺対策について

(6) 職員による講演活動（再掲）

関係機関への技術支援や精神保健福祉に関する知識の普及・啓発を目的として、研修会や勉強会に職員を講師として派遣した。（研修会・勉強会の実施主体別に掲載）

4 精神保健福祉専門相談

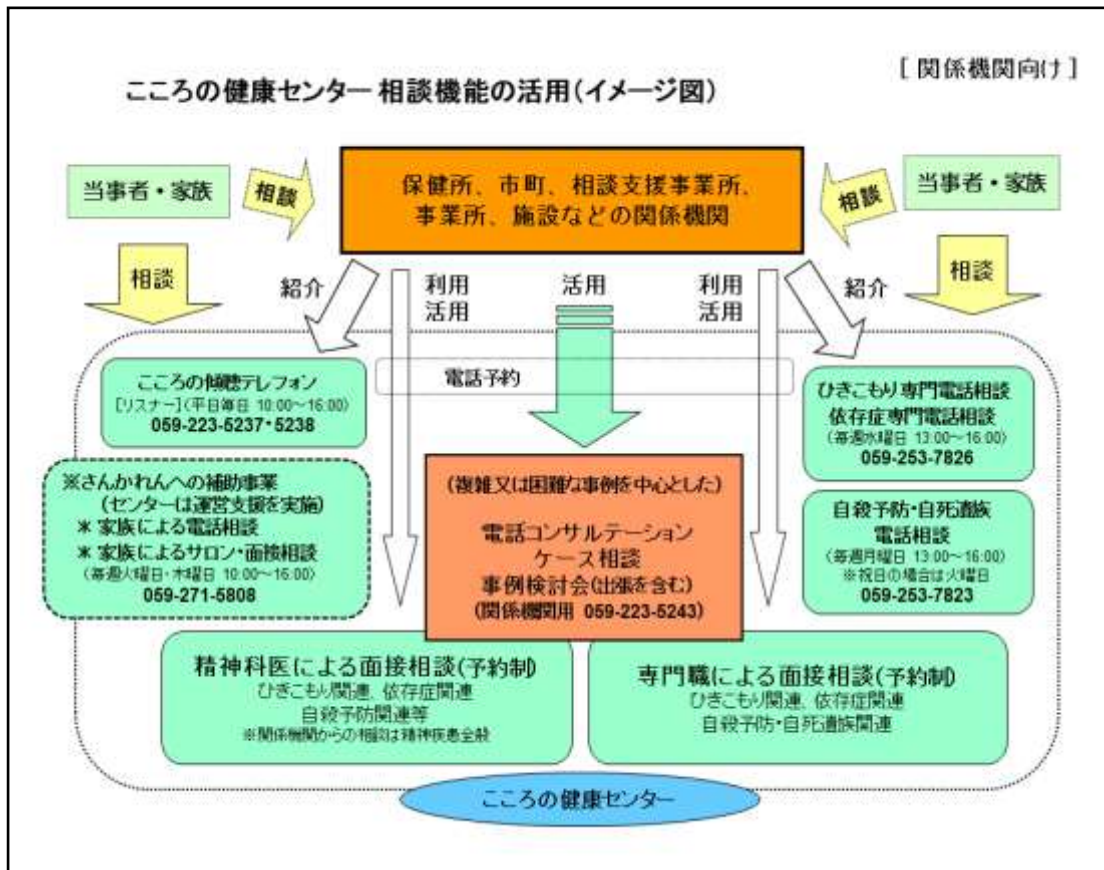
(専門相談へ移行した経緯)

こころの健康センターでは、県民から幅広く相談を受ける「精神保健福祉相談」を実施してきたが、電話相談の大部分は他の相談機関でも対応が容易な「一次的な相談」で占められており、精神保健福祉センターの専門性を活かした機能・役割が十分に発揮されているとは言い難い状況であった。

そのため、平成22年度に県の役割を踏まえた精神保健福祉センターの相談支援体制のあり方について、所内に検討会を設置して1年間に及ぶ検討を行った。県内外の相談機関の現状を把握するとともに、精神保健福祉に携わる県内の支援機関にアンケートを実施（150箇所送付、うち回答105箇所）して、こころの健康センターに求められている役割を調査した。

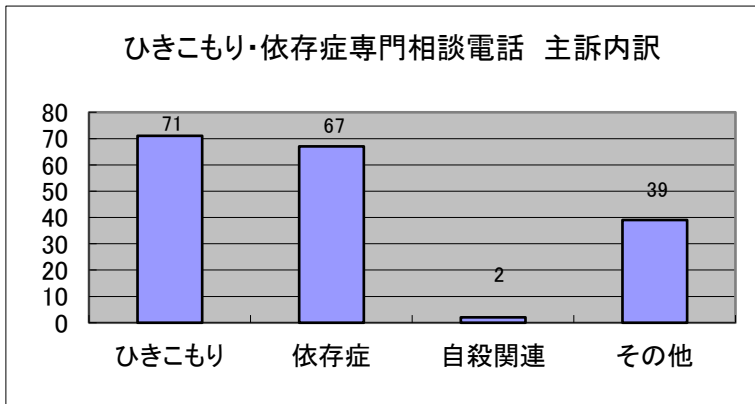
その結果、精神保健福祉センターに求められている「複雑又は困難な相談」「専門的な相談」に対応するため、これまでの相談支援体制を全面的に見直して、専門相談を中心とした新たな相談支援体制を構築し、平成23年度から実施している。

※ 平成23年4月1日からの相談機能（一部修正）



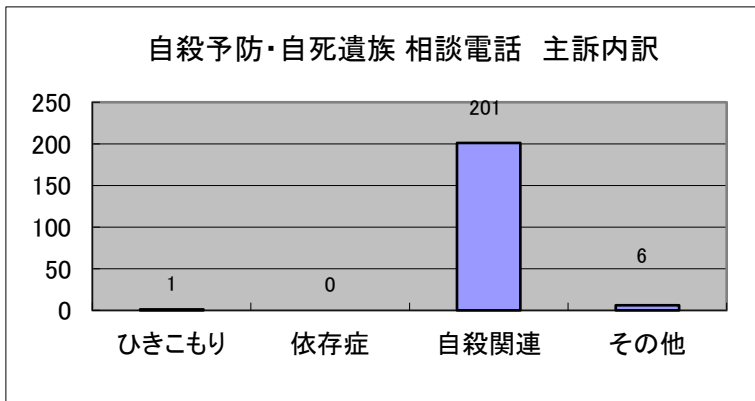
(1) 専門電話相談

① ひきこもり・依存症 専門電話相談 (毎週水曜日13:00~16:00)



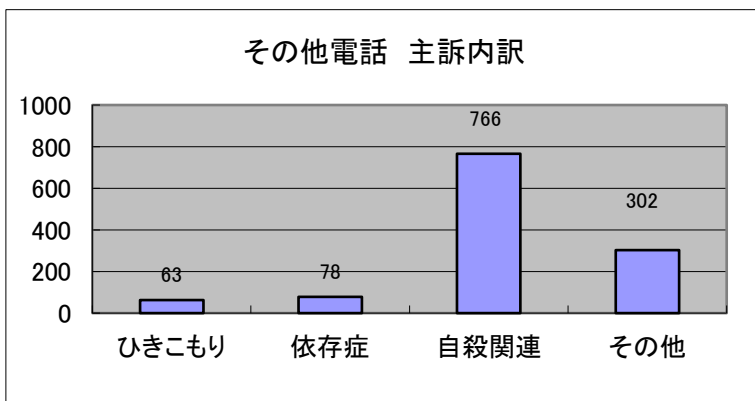
- ★ 開設日数 50 日
- ★ 相談件数 179 件
(全相談件数の 13%)
- ★ 1日平均 3.6 件
(専門相談 3 時間中)
- ★ 主訴が「ひきこもり」「依存症」の割合は計 77%となっている

② 自殺予防・自死遺族 電話相談 (毎週月曜日13:00~16:00 ※祝日の場合は火曜日)



- ★ 開設日数 50 日
(統一ダイヤル相談日を含む)
- ★ 相談件数 208 件
(全相談件数の 20%)
- ★ 1日平均 4.2 件
(専門相談 3 時間中)
- ★ 主訴が「自殺予防・自死遺族」の割合は 97%となっている

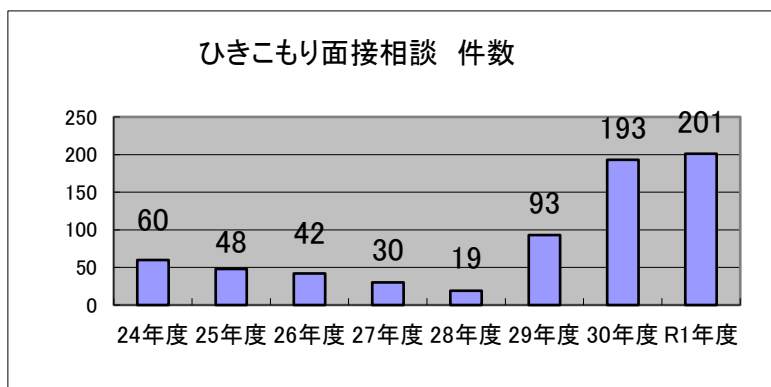
③ その他 (上記以外への電話)



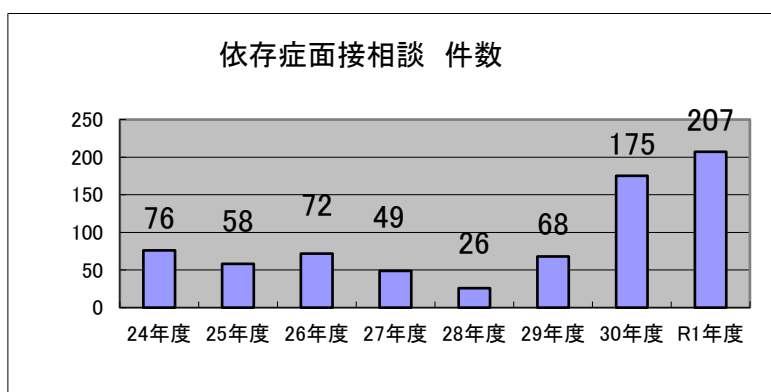
- ★ 相談件数 1,209 件
(全相談件数の 76%)

(2) 専門面接相談

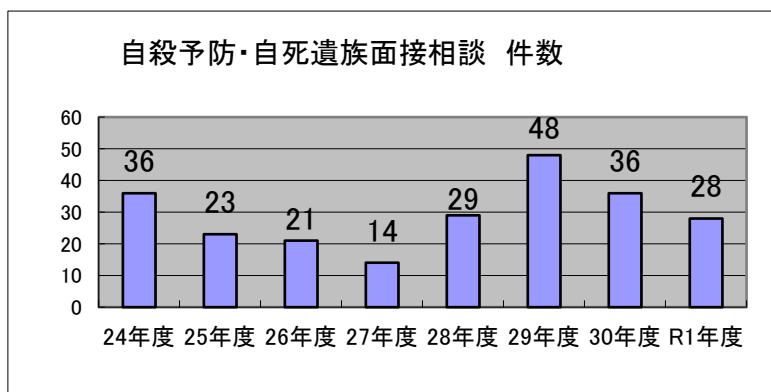
① ひきこもり面接相談



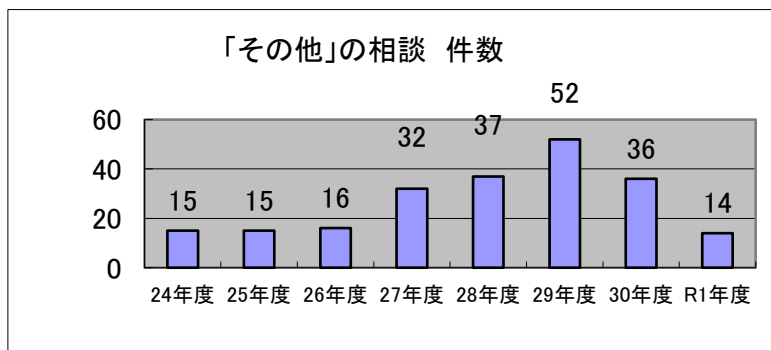
② 依存症面接相談



③ 自殺予防・自死遺族面接相談



④ その他



(3) 全体の相談件数

表1 令和元年度 来所相談の受付経路

区 分	実人数	(再掲) 新規者の受付経路			
		保健所	市町村	医療機関	その他
計	160	2	6	8	81

表2 令和元年度 来所・電話相談の詳細

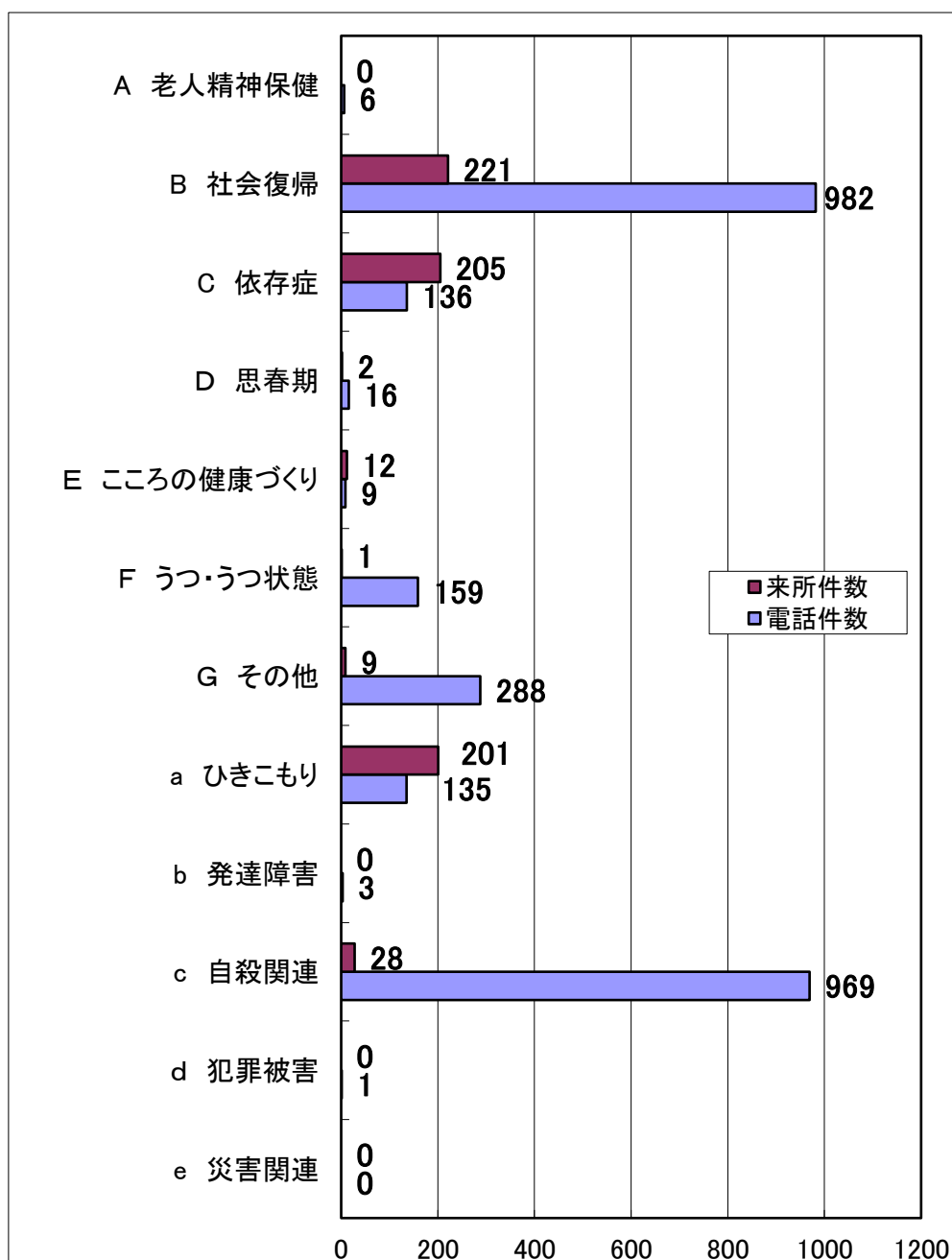
区 分	(再掲) 相 談																			
	実人数	延 人 数													計の再掲					
		老人精神保健	社会復帰	アルコール	薬物	ギャンブル	ゲーム	思春期	心の健康づくり	うつ・うつ状態	摂食障害	てんかん	その他	計	ひきこもり	発達障害	自殺関連	の(再掲)遺族自殺者	犯罪被害	災害関連
来所相談	160	0	221	18	18	154	15	2	12	1	0	0	9	450	201	0	28	21	0	0
電話による相談	—	6	982	20	10	95	11	16	9	159	124	0	164	1,596	135	3	969	121	1	0

表3 相談者別相談件数

	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
来所相談	281 (61)	187 (77)	145 (84)	146 (57)	125 (83)	111 (86)	261 (78)	440 (165)	450 (160)
電話相談 (関係者からの相談含む)	497	433	507	527	758	711	1,066	1,322	1,596

() は新規数、平成23年度からは専門相談の件数

表4 精神保健福祉専門相談（来所・電話）の相談内容別 延べ件数



※ この件数は当センターで受けた全相談件数であり、専門相談日以外にセンターで相談を受けた件数も含む。※ a～eはA～Gの再掲。

(4) 特定相談指導事業（再掲）

①思春期相談（思春期精神保健に関する相談指導等）

令和元年度の相談は延べ18件であった。

ひきこもり地域支援センターの開設、専門相談の実施により、今後相談件数が増加していくことも予想される。

②アルコール相談（アルコール関連問題に関する指導等）

令和元年度の相談は延べ38件であった。

アルコール健康障害対策基本法、飲酒運転0（ゼロ）条例の制定など、アルコール問題への対策が進められており、社会の関心も高まっている。今後も柔軟に相談に対応していく。

（5）こころの傾聴テレフォン

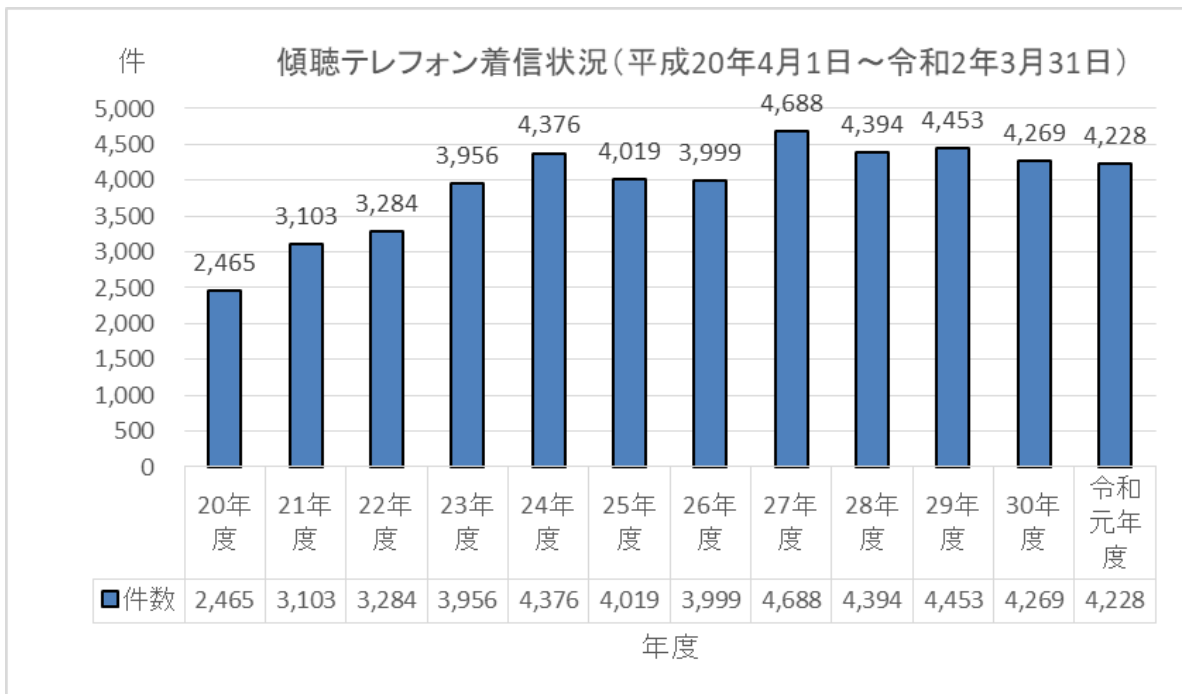
（開設に至った経緯）

平成13年度、こころの健康センターでは青年期・中壮年期におけるこころのケア実態調査を行った。この結果、メンタルヘルスに関する普及啓発、教育研修機能の強化、地域で気軽に相談できる体制づくりと関係者のネットワーク化が望まれていることが明らかになった。

このことから、三重県の健康づくり総合計画「ヘルシーピープルみえ21」の中で、メンタルヘルスが中心課題のひとつと位置づけられた。これに沿って平成14年度から「傾聴できる人・身近で話を聴くことのできる人」としての『リスナー』の養成がなされてきた。

平成19年度から、リスナー養成の目的に沿った「身近にある、話を聴く窓口」となることを目指して「こころの傾聴テレフォン」を開設、リスナーによる傾聴電話が開始された。

傾聴テレフォン着信状況（平成20年4月1日～令和2年3月31日）



平成19年度からの月別通話件数

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
平成19年度	—	2	57	81	88	88	100	148	140	185	178	136
20年度	169	181	210	191	187	217	230	197	228	238	194	223
21年度	220	212	259	263	267	244	362	271	256	243	221	285
22年度	281	275	291	242	277	337	265	291	224	238	253	310
23年度	303	306	376	310	385	343	338	286	275	333	335	366
24年度	345	392	374	343	384	363	383	387	342	367	342	354
25年度	388	305	346	379	377	340	403	325	266	307	282	301
26年度	304	330	328	356	334	347	385	307	331	286	323	368
27年度	376	323	401	422	399	405	407	389	400	355	380	431
28年度	381	360	404	371	392	362	335	362	327	323	362	415
29年度	364	398	416	390	384	377	351	334	339	355	365	380
30年度	379	383	378	361	392	267	369	349	345	340	351	355
令和元年度	375	354	375	386	322	347	369	367	346	326	312	349

※平成19年5月28日開始

5 組織育成・支援

(1) 家族会への支援

① 三重県精神保健福祉会（さんかれん）

昭和44年8月に病院家族会「いすず会」が中心になり、「三重県精神障害者家族会連合会（三家連）」が設立された。社会資源がほとんどない時代から現在に至るまで、精神障がい者の社会復帰を目指した活動・取り組みを継続して行っている。

平成18年4月にはNPO法人化され「三重県精神保健福祉会（さんかれん）」となった。

平成21年度からは住宅保証人制度や就業支援に、平成23年度からは「家族のための家族相談（電話・面接・サロン）」や家族相談員研修会にも取り組んでいる。

② 家族会（地域、病院、施設）

「さんかれん」の会員となっている県内の家族会は、地域家族会11箇所（うち2ヶ所休止中）、病院家族会1箇所、施設家族会2箇所であり、それぞれの地域で活動を行っている。

【支援状況】

センターでは「さんかれん」運営への支援を随時実施するとともに、各種大会・研修会への参加を通じて、家族会への支援を行っている。

内 容	参加・支援回数
「さんかれん」への運営支援・家族相談への支援	随時
家族相談振り返り会への参加・運営支援	8回
理事会・総会・拡大部会への参加	0回
さんかれん大会等の実行委員会への参加・支援	5回

(2) 精神保健福祉ボランティアへの支援

① 三重県精神保健福祉ボランティア連絡協議会（こころのボランティア協議会）

平成11年度に7つの精神保健福祉ボランティアグループで構成する連絡協議会が発足した。現在は、月1回程度の運営委員会を開催し、ボランティア団体の相互の情報交換や障がい者スポーツ大会への協力を行っている。

② 三重てのひら

平成元年から当センターで実施した、精神保健福祉ボランティア教室の修了生により、平成4年に結成された。平成15年度から当センターで実施されていたデイケアを引き継ぎ、毎週月曜日に当事者サロン「ありんこ」を開催・運営している。

【支援状況】

センターでは、こころのボランティア協議会の運営を支援するとともに、「三重て

のひら」が運営している当事者サロン「ありんこ」に参加するなど、ボランティアへの支援を行っている。

内 容	参加・支援回数
こころのボランティア協議会への参加	随時
サロン「ありんこ」への参加・運営支援	随時

(3) 当事者会・当事者グループへの運営支援

近年県内では、当事者会・当事者グループを立ち上げる動きや活動も活発になってきている。

センターでは、「こころのケアガイドブック」へ当事者会・当事者グループの活動内容を紹介するとともに、ホームページへも掲載している。

6 薬物相談ネットワーク整備事業

三重県こころの健康センターは、平成11年度から薬物相談ネットワーク整備事業を実施している。事業では、依存症に悩む当事者への支援だけでなく、その家族や関係者が、依存症について正しい知識を持ち、適切な対応を学ぶことを目的としている。依存症は薬物だけでなく、アルコールやギャンブルと多岐にわたっており、近年、それらに関連する法律が整備され、計画の策定も進められている。依存症については、関係機関が連携し、依存症についての社会全体の関心と理解を深めるとともに、当事者や家族を早期に適切な治療や支援につなげていくことが重要である。

当センターでは、多岐にわたる依存症に関する専門相談に加え、家族教室や講演会、啓発フォーラム等を実施し、これらの問題に取り組んでいる。

(1) 依存症専門相談

- ① 依存症専門電話相談（毎週水曜日） 148件
（専門電話以外に相談のあった件数を含む、依存症相談総数）
- ② 依存症専門来所相談 207件 （相談の内訳）

	薬物	ギャンブル	アルコール	その他
電話相談	10	95	20	23
来所相談	18	154	18	17

(2) 家族教室

薬物だけでなく、様々な依存対象が精神保健福祉上の問題となるため、平成21年度から家族教室の名称を「薬物問題家族教室」から「依存症問題家族教室」と改め、原則、4月を除く偶数月の金曜日に開催している。

	実施日	内容	参加人数
①	令和元年 6月21日	「依存症の理解」「状況を整理する」「安全な対応を考える」 三重県こころの健康センター所長 楠本 みちる 三重県こころの健康センター スタッフ	12
②	令和元年 8月16日 →台風の影 響により、 令和2年 1月17日 に延期	「コミュニケーションを変える」 「望ましい行動を増やす方法/望ましくない行動への対応」 三重県こころの健康センター スタッフ	6
③	令和元年 10月18日	「あなた自身の生活を豊かにする」 京都府立大学 准教授 山野 尚美 氏	12
④	令和元年 12月20日	「怒りのコントロールを学ぶ」 三重県立こころの医療センター地域生活支援部 山元 孝二 氏	9
⑤	令和2年 2月21日	「当事者からみた回復とは」 特定非営利活動法人 三重ダルク代表 市川 岳仁 氏	15

実施回数5回、参加延人数54名

(3) 依存症フォーラム 第21回三重ダルクフォーラム

(NPO法人三重ダルクと共催)

日 時： 令和元年10月12日（土）10:30～16:00

場 所： 三重県人権センター 多目的ホール

内 容： 講演及び対談

テーマ 「依存症自助グループと障害者運動：無力の力、他力と自力」

・講演

講師 東京大学 先端科学技術研究センター 准教授 熊谷 晋一郎 氏

・対談 東京大学 先端科学技術研究センター 准教授 熊谷 晋一郎 氏

特定非営利活動法人 三重ダルク 代表 市川 岳仁 氏

・三重ダルクメンバーの語り

対象者： 県民、当事者、家族、支援者（教育・医療・保健・福祉更生保護などに
従事する者）

→台風の影響により、3月7日（土）に延期

→3月7日（土）、新型コロナウイルスの影響により中止

(4) NPO法人との協働委託事業

地域における相談支援に携わるスタッフが、依存症に関する理解と有効な社会資源情報を共有し、依存症者がより回復への道を歩むことを目的に、平成18年度からNPO法人三重ダルクとの協働委託事業を実施している。

① 「依存症ネットワーク会議」の開催

依存症問題を抱える当事者・家族等を、地域のネットワークで支えられるよう、地域の関係機関が情報交換、情報共有を行うことで、地域の実情に応じた連携強化を図り、依存症問題に総合的に対応できる支援体制の構築を目的としている。

実施地域： 県内5箇所（北勢地域、中勢地域、南勢志摩地域、伊賀地域、東紀州地域）

対 象： 地域の関係機関（市町、保健所、相談支援事業所、精神科病院、警察、保護観察所、保護司会など）

実施地域	実施日時	場 所	参加人数
東紀州地域	令和元年9月26日（木） 13:30～16:00	三重県尾鷲庁舎大会議室	30
伊賀地域	令和元年10月28日（月） 13:30～16:00	三重県伊賀庁舎大会議室	25
中勢地域	令和元年11月25日（月） 13:30～16:00	三重県津庁舎大会議室	37
北勢地域	令和元年12月24日（火） 13:30～16:00	三重県四日市庁舎大会議室	33
南勢志摩地域	令和2年1月24日（金） 13:30～16:00	三重県松阪庁舎大会議室	31

実施回数5回、参加延人数156名

② 依存症に関する講演会

日 時： 令和元年11月5日（火）14:00～16:30

場 所： 三重県松阪庁舎大会議室

内 容：

テーマ 「問題あるギャンブリング

～依存症か？生活習慣病か？必要な支援への新しい視点～」

講師 認定NPO法人リカバリーサポート・ネットワーク（RSN）代表理事

一般社団法人JSRG代表理事

精神科医 西村 直之 氏

対象者： 医療、保健、福祉、教育、更生保護など精神保健福祉および依存症関連問題に従事する者)

参加者数：70名

(5) ギャンブル障害集団プログラム

平成30年10月からギャンブル等の問題で悩んでいる方を対象に、毎月第2土曜日に島根ギャンブル障がい回復トレーニングプログラム：SAT-G（Shimane Addiction recovery Training program for Gambling disorder）を用いた集団プログラムを実施している。

実施日	令和元年 4月13日	令和元年 5月11日	令和元年 6月8日	令和元年 7月13日	令和元年 8月10日	令和元年 9月14日
参加人数	5	4	4	3	2	5
実施日	令和元年 10月19日	令和元年 11月9日	令和元年 12月14日	令和2年 1月11日	令和2年 2月8日	令和2年 3月14日
参加人数	5	3	4	4	5	→新型コロナ ウイルス の影響によ り中止

実施回数11回、参加延人数44名

7 ひきこもり対策事業（三重県ひきこもり地域支援センター）

（事業の経緯）

こころの健康センターでは、平成15年度に「ひきこもり等への相談・支援体制整備事業」により、ひきこもり等の相談事例の収集分析を実施した。その結果、就学終了とともに支援が途切れ、本人・家族共に、家庭内で問題を抱えながら長期にひきこもっている事例も少なくない現状が浮かび上がった。

そこで、平成16年7月から「新たな精神保健分野に対応する相談支援事業」として、ひきこもり相談等の対応困難な事例の支援体制の検討を行うとともに、「ひきこもりサポート事業」としてひきこもり支援を開始した。また、平成17年度からは民間精神科病院（総合心療センターひなが）への業務委託により「サポートセンター」を設置し、対応困難な事例への支援体制を整えた（平成18年度まで2年間）。

平成19年度から「こころの相談機関のためのサポートセンター機能」は当センター内に位置付けられた。また平成19年度から平成22年度までは、県民しあわせプラン第二次戦略計画の「みえ舞台づくり 若者の自立支援プログラム」の『ひきこもる若者の自立支援事業』として事業を実施した。

平成23年度からは「ひきこもり専門相談」を開始し、ひきこもり支援の専任の非常勤職員が配置された（平成24年度まで2年間）。

平成25年度から、地域におけるひきこもり者支援体制の整備を推進すること等を目的として、当センター内に「三重県ひきこもり地域支援センター」が設置され、事業の効果的な実施に努めている。

（1）ひきこもり専門相談

- ① ひきこもり専門電話相談（毎週水曜日） 135件
（専門電話以外に相談のあった件数を含む、ひきこもり相談総数）
- ② ひきこもり専門面接相談（原則、毎週木曜日） 201件

	計	内 訳			
		精神疾患 の疑い	発達障がい の疑い	パーソナリティ障がい の疑い	その他
電話相談	135	38	10	0	87
来所相談	201	74	48	1	78

(2) 家族教室・家族のつどい

① ひきこもり家族教室

ひきこもり問題を抱える家族が、正しい知識や情報、対応方法、社会資源について理解し学ぶことによって問題解決能力の向上をはかり、本人の状態改善に役立てることを目的として実施した。

対 象： ひきこもり状態にある子などを持つ家族

期 間： 令和元年7月～令和2年1月 14時～16時 (全4回)

参加者： 延べ 81名

	日 程	内 容	参加人数
①	令和元年 7月11日	ひきこもりの理解と対応 三重県こころの健康センター所長 楠本みちる	25
②	令和元年 9月5日	家族のグループセッション 三重県立こころの医療センター 公認心理士 榊原 規之 氏	20
③	令和元年 11月14日	ひきこもり当事者の体験発表 特定非営利活動法人よすが 就労継続支援 B 型・日中一時支援事業所いーばしょ 職員・利用者	18
④	令和2年 1月9日	地域の社会資源と社会参加について 三重県こころの健康センター職員	18

② 家族のつどい

ひきこもり問題を抱える家族同士での交流や情報交換を基本とし、共通する悩みや不安について一緒に考えたり、話し合ったりすることを通して学びあうことを目的として実施した。

対 象： ひきこもり状態にある子などを持つ家族

昨年度までの家族教室への継続参加者

日 時： 令和元年5月16日 (木) 14時～16時

参加者： 20名

内 容： フリートーク (家族同士の話し合いや意見交換を中心に行う)

③ 自主的なつどい「虹の会」運営支援

平成25年度「家族のつどい」への参加者を中心に、「自主的なつどい」の開催を働きかけた。

その結果、平成26年1月から毎月開催されるに至り、センターは運営支援を行っている。現在は自主的なつどい「虹の会」として毎月1回開催されている。

開催日：毎月第3木曜日（5月はセンター主催「家族のつどい」開催のため開催せず）

参加者：延べ 75名

（3）講演会・研修会

① ひきこもり講演会

日 時：令和元年11月28日（木）13時30分～15時

場 所：三重県勤労者福祉会館 講堂

内 容：講演 「ひきこもり」経験から考える「生」に直撃する支援
～解決するのではなく、ただつながること～

講師 ウィークタイ 代表理事 泉 翔 氏

参加者：144名

（一般・医療・保健・福祉・行政・教育・就労支援関係者等）

*講演会終了後（15時15分～16時）、講師との「交流会」を実施（参加者：25名）

② 支援者スキルアップ研修会

（第1回）

日 時：令和元年9月9日（月）13時30分～16時

場 所：三重県津庁舎 大会議室

内 容：講演 ひきこもりの理解と対応

講師 三重県こころの健康センター 所長 楠本 みちる

講演 ひきこもり支援に関する事例発表

講師 特定非営利活動法人 いせコンビニネット

事業部長 浦田 宗昭 氏

参加者：102名

（行政・医療・保健・福祉・教育・労働・NPO等自立支援関係者等）

（第2回）

日 時：令和元年10月3日（木）13時30分～16時

場 所：三重県人権センター 大セミナー室

内 容：講演 ひきこもり回復支援の実践

—ひきこもりの長期化を防ぐために—

講師 和歌山大学 名誉教授 精神科医

NPO 法人ヴィダ・リブレ理事長

紀の川病院 ひきこもり研究センター長 宮西 照夫 氏

参加者：25名

（行政・医療・保健・福祉・教育・労働・NPO等自立支援関係者等）

(4) 関係機関との連携

ひきこもり支援ネットワーク会議の開催

県内のひきこもり支援が円滑に推進され、相談内容に応じた適切な支援を行うことができるよう、ひきこもり者及び家族への支援に携わる関係機関が連携強化・支援体制の充実を図ることを目的に開催した。

日 時： 令和2年2月27日（木）13時30分～16時

場 所： 三重県津庁舎 第64議室

参加者： 20名（行政・医療・保健・福祉・労働・NPO等自立支援関係者等）

(5) 普及啓発

① ホームページによる情報発信

「ひきこもり支援情報ポータルサイト」を平成23年4月に開設し、ひきこもり支援に関する情報の発信に努めた。

② 「ひきこもり社会資源情報」の作成・配付

こころのケアガイドブックから情報を抜粋した「ひきこもり社会資源情報」を作成し、研修会・家族教室等で配付するとともに、ホームページにも掲載した。

(6) 地域におけるひきこもり事例検討会

ひきこもり支援に関わる支援者を対象に事例検討会を実施した。

8 自殺対策事業 (三重県自殺対策推進センター)

当県の自殺者数は、平成 10 年に 452 名と大幅に増加（人口動態統計）し、自殺対策の取り組みから、その後は減少し、平成 28 年は 265 名となったが、平成 29 年は 305 名と増加を認め、平成 30 年には 293 名となっている。

三重県における自殺対策を地域社会全体で総合的かつ効果的に推進するため、平成 21 年 3 月に「三重県自殺対策行動計画」が策定された。さらに平成 24 年 8 月に見直された「自殺総合対策大綱」をふまえ、平成 25 年 3 月に「第 2 次三重県自殺対策行動計画」が策定された。その後平成 28 年 4 月に自殺対策基本法の改正、平成 29 年には自殺総合対策大綱が閣議決定されたことをふまえ、平成 30 年 3 月に第 3 次三重県自殺対策行動計画が策定された。

当センターでは、平成 23 年度に「三重県自殺対策情報センター」を設置。専任職員として「自殺対策情報センター支援員」（非常勤 1 名）を配置し、相談機能を強化した。

平成 30 年 3 月に三重県自殺対策推進センターへと名称が変更となった。



三重県自殺対策ロゴマーク

(1) 自殺予防・自死遺族相談

① 自殺予防・自死遺族電話相談（毎週月曜日 ※祝日の場合は火曜日） 208 件

② 自殺予防・自死遺族面接相談 28 件

来所相談の内訳

	本人	家族	その他	自死遺族	合計
面談件数	4	2	1	21	28

③ こころの健康相談統一ダイヤルへの参加

平成 20 年 9 月 10 日より、都道府県・政令指定都市が実施している「心の健康電話相談」等の公的な電話相談事業に全国共通の電話番号を設定する「こころの健康相談統一ダイヤル」に、平成 26 年 11 月から参加している。全国どこからでも共通の電話番号に電話すれば、電話をかけた所在地の公的な相談機関に接続される（ただし、対応するのは三重県自殺対策推進センター 自殺予防・自死遺族電話相談日である月曜日 13:00～16:00）。

(2) 講演会・研修会

① 相談窓口対応力向上研修

目的： 相談窓口対応力向上研修の開催

悩みを抱えた人は、「人に悩みを言えない」、「どこに相談に行ったらよいかわからない」、「どのように解決したらよいかわからない」等の状況に陥ることがあるため、周囲の人々が悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守るなど、支援していくことが大切となる。多くの市町で市町自殺対策計画の中にゲートキーパー養成の計画が立てられ、研修会の要望が多くあったことから、ゲートキーパー研修会を開催した。

日時： 令和元年 7 月 25 日（木） 13：30～16：00

場所： 三重県四日市庁舎 6 階大会議室

対象： 市町・保健所の自殺対策担当者、司法分野・医療分野・保健福祉行政・生活安全・教育分野や民間団体等で相談を担当する者

内容： 講演「ゲートキーパー研修会 ～きづいて よりそい うけとめて つなげる～」

講師： 愛知医科大学病院 こころのケアセンター
古井 由美子 氏（臨床心理士）

参加： 80 名

② 自殺未遂支援者研修会

目的： 都道府県・市町村において、自殺対策計画に基づき、自殺対策の推進が進められているところである。

これまでの日本における自殺対策を振り返りつつ、今後の自殺対策について、考える機会とし、また自殺未遂者の再企図防止に向けた切れ目のない支援体制をつくることを目指し、関係職員の研修を開催した。

日時： 令和 2 年 1 月 9 日（木） 13：30～16：00

場所： 三重県吉田山会館 206 会議室

対象： 市町・保健所の自殺対策担当者、司法分野・医療分野・保健福祉行政・労働分野・生活安全分野・教育分野や民間団体で相談を担当する者、消防関係者 等

内容： 講演 ①「三重県の自殺対策の取組について」
②「自殺発生時の緊急支援～学校危機対応チームの経験から～」
「これまでの自殺対策、これからの自殺対策」

講師： ①三重県医療保健部 健康づくり課 後藤 唯子 氏
②静岡市保健福祉長寿局 保健衛生医療部 理事
静岡市こころの健康センター 所長
松本 晃明 氏

参加： 60 名

③ 自殺対策関係者研修

目的： 自殺対策基本法の改正により市町でも地域の実情を勘案した自殺対策計画を定めることが義務づけられた。計画策定後も、地域の実情の把握は継続して行われ、場合により計画の修正も必要となる。このことから、市町自殺対策担当者が自殺統計データを適正に処理・分析する方法を学べる機会として研修を開催した。

日時： 令和元年 12 月 10 日(火) 13:30～15:30

場所： 三重県津庁舎 6階 64 会議室

対象： 市町及び保健所自殺対策担当者等

内容： 講義 ①「若者の自殺をめぐる状況」
②「地域自殺対策計画の実施における地域実態プロファイル等の活用方法について」

講師： ① 楠本 みちる 氏 (こころの健康センター所長)

② 高橋 裕明 氏 (元 三重県保健環境研究所)

参加： 24 名

④ 災害時こころのケア研修

目的： 万が一の大災害などで、被害を受けたとき、人は広範囲にわたる初期反応(身体的、心理的、行動上などの問題)に苦しめられ、これらの初期反応のなかには、強い苦痛をひきおこすことがあり、対処行動を妨げる原因ともなりうる。

サイコロジカル・ファーストエイド(心理的応急処置)は、共感と気遣いに満ちた支援により、初期反応の苦しみを和らげ、被災者自身の適応機能と対行動を促進するということを目的とした心理的支援法であり、災害時に住民に直接関わりうる支援者を対象に研修会を開催した。

日時： 令和元年 7 月 10 日(水) 10:00～16:30

場所： 三重県人権センター 大セミナー室

対象： 市町保健師及び主に市町住民と直接やり取りをしている市町役場職員・防災担当職員、社会福祉協議会職員、地域包括支援センター職員、災害時支援にかかわることが想定される保健所職員等

内容： 講演「被災者及び被害者を支えるために
～サイコロジカル・ファーストエイド(PFA)を学ぶ～」

講師： 兵庫県こころのケアセンター 研究主幹

大澤 智子 氏(人間科学博士・認定臨床心理士・公認心理士・PFA/SPR
認定トレーナー)

参加者： 29 名

(3) 普及啓発事業

① 県民公開講座

目的： 県民に対し、自分の身体や気持ち（気分）の状態に気づく力を育む方法、ストレスな場面においても否定的な感情や物事にとらわれの見込まれることなく、いつでも自分を取り戻すことができるような、日常生活の中で役に立つ、マインドフルネスを紹介。身体とこころの健康づくりにつなげることを目指した。

日時： 令和元年 12 月 21 日(土) 13:30～15:30

場所： 津市河芸公民館大ホール

対象： 県民

内容： 講演「マインドフルネスでストレス軽減」
～こころをほぐすトレーニング～

講師： ヒューマンウェルネスインスティテュート
石井 朝子 氏（心理学博士）

参加者： 93 名

② 自殺予防週間及び自殺対策強化月間における啓発活動

○ 鈴鹿医療科学大学（白子キャンパス）における啓発

日時： 令和元年 9 月 18 日（水）

令和 2 年 3 月 1 日（日）～令和 2 年 3 月 31 日（火）

場所： 鈴鹿医療科学大学内の学生がよく利用する場所

対象： 鈴鹿医療科学大学学生

内容： 自殺予防週間におけるポスターの掲示及び啓発物品の配布 250 部
自殺対策強化月間におけるポスター掲示

○ 皇學館大学における啓発

日時： 令和元年 9 月 9 日（月）～9 月 30 日（月）

令和 2 年 3 月 1 日（日）～3 月 31 日（火）

場所： 皇學館大学

対象： 皇學館大学学生

内容： 自殺予防週間におけるポスターの掲示
自殺対策強化月間におけるポスターの掲示及び啓発物品の設置 80 部

○ 三重大学における啓発

日時： 令和元年 9 月 9 日（月）～9 月 30 日（月）

令和 2 年 3 月 1 日（日）～3 月 31 日（火）

場所： 三重大学

対象： 三重大学学生

内容： 自殺予防週間におけるポスターの掲示及び啓発物品の設置 100 部
自殺対策強化月間におけるポスターの掲示及び啓発物品の設置 100 部

- 四日市大学における啓発事業
 - 日時：令和元年9月9日（月）～9月30日（月）
令和2年3月12日（木）～3月31日（火）
 - 場所：四日市大学
 - 対象：四日市大学学生
 - 内容：自殺予防週間におけるポスターの掲示
自殺対策強化月間におけるポスターの掲示及び啓発物品の設置 250部
 - 旭美容専門学校における啓発
 - 日時：令和元年9月9日（月）～9月30日（月）
令和2年3月1日（日）～3月31日（火）
 - 場所：旭美容専門学校
 - 対象：旭美容専門学校学生
 - 内容：自殺予防週間におけるポスターの掲示及び教員による啓発物品の
配布 200部
自殺対策強化月間におけるポスターの掲示
 - 伊勢理容美容専門学校における啓発
 - 日時：令和元年9月9日（月）～9月30日（月）
令和2年3月1日（日）～3月31日（火）
 - 場所：伊勢理容美容専門学校
 - 対象：伊勢理容美容専門学校学生
 - 内容：自殺予防週間におけるポスターの掲示
自殺対策強化月間におけるポスターの掲示及び教員による啓発物品の
配布 200部
 - 津庁舎自殺予防普及啓発コーナー設置
 - 日時：令和元年9月9日（月）～9月13日（金）
令和2年2月27日（木）～3月13日（金）
 - 場所：三重県津庁舎ロビー（津保健所と合同設置）
 - 内容：自殺予防ポスター・のぼり・パンフレット・リーフレット・ポケット
ティッシュ等の展示及び配架
 - 県立図書館普及啓発コーナー設置
 - 日時：令和元年8月28日（木）～9月17日（火）
令和2年3月13日（金）～3月31日（火）
 - 場所：県立図書館ロビー（三重県医療保健部健康づくり課と合同設置）
 - 内容：自殺予防のポスター・のぼり・パンフレット・リーフレット・ポケット
ティッシュ・関連図書等の展示及び配架
 - 当センター事業におけるパンフレットの配布・配架
- ③ 自殺予防啓発リーフレット及びティッシュの作成
- 「こころの声を聴かせてください」リーフレット（20,000枚）改訂版・「自死で大切な人を亡くされたあなたへ」リーフレット（1,000枚）を作成した。
 - 自殺予防啓発用ポケットティッシュ（20,000個）を作成し、各保健所に配布を行った。

④ 自殺予防啓発パンフレット・リーフレットの配布

- 「こころの声を聴かせてください」パンフレット・リーフレットを関係機関 87カ所に配布した。
- 平成 30 年度自殺対策作業部会での提案を受け、「こころの声を聴かせてください」リーフレットが地域住民に届くよう、三重県医師会・三重労働局の協力のもと、県内医療機関約 1,356 カ所・県内ハローワーク 9 カ所に配布した。また、職域への啓発のため、労働基準協会の協力のもと、労働安全衛生大会、三重県産業安全衛生大会で「こころの声を聴かせてください」リーフレットを配布した。

⑤ その他の啓発、情報提供

- 自殺対策推進センターのホームページに研修会の案内や相談窓口の掲載、当センターやガーベラ会が開催する「わかちあいの会」の情報などを掲載、また自殺に関する統計情報の提供を行った。
- 「こころのケアガイドブック」改訂版の作成を行い、ホームページ上に掲載し社会資源情報及び相談窓口の周知を図った。
- こころの健康センターで発行するメールマガジンに自殺予防対策に関連する記事を掲載し、普及啓発に努めた。

(4) 自死遺族支援

① 自死遺族の集い（わかちあいの会）の開催

目的：自死遺族の方が突然亡くなった大切な人に対する哀しみや深い思いを語り合える場として、わかちあいの会を開催した。

日時：原則奇数月第 4 土曜日 13：30～15：30

場所：こころの健康センター図書資料室

対象：家族を自死で亡くされた方（自死された方の親・配偶者・兄弟姉妹・子ども）

協力機関：三重いのちの電話協会

参加者数：第 1 回 令和元年 5 月 25 日（土） 7 名（うち新規 1 名）

第 2 回 令和元年 7 月 27 日（土） 台風により中止

第 3 回 令和元年 9 月 28 日（土） 3 名（うち新規 1 名）

第 4 回 令和元年 11 月 23 日（土） 1 名（うち新規 0 名）

第 5 回 令和 2 年 1 月 25 日（土） 6 名（うち新規 0 名）

第 6 回 令和 2 年 3 月 28 日（土） コロナ感染症感染防止対策のため中止

② 自死遺族支援者研修

目的：家族が自殺した後、残された遺族は心身ともに大きなダメージを受ける。悲嘆や自責の念、うつ症状など様々な心の反応がもたらされ、ときには周囲の自殺への理解不足から 2 次被害を受けることもあり、自死遺族について適切な理解と対応が必要となる。そこで、自死遺族に関わる様々な分野の関係者が、自死遺族のおかれている現状と問題・課題、及び悲嘆から再生への過程についての理解を深め、支援者として望ましい対応や心がけについて学ぶことにより、支援者の資質向上を目指すため研修会を開催した。

日時：令和元年 11 月 11 日（月） 13：30～16：00

場所：三重県津庁舎 6 階 65 会議室

対象：市町・保健所の自殺対策担当者、司法分野・医療分野・保健福祉行政・労働分野・生活安全分野・教育分野や民間団体に相談を担当する者、消防関係者等

内容：講演「自死遺族のこころの理解と支援について
～支援者として心がけたいこと～」

講師：自死遺族サポートチーム こころのカフェきょうと

代表 石倉絃子 氏

参加者：25 名

③ 自死遺族支援団体への支援 1 団体

（5） その他関係機関との連携及び技術支援

① こころの健康づくりネットワーク会議

目的：市町と民間団体等が協力・連携し、きめ細かで継続性のある支援体制づくりを行う。

日時：平成31年4月26日(金) 14：30～16：30

場所：三重県津庁舎 大会議室

内容：○ 平成31年度地域自殺対策強化事業について

○ 三重県の自殺の現状について

○ 各機関における自殺対策事業と今後の取組について

対象：市町・保健所自殺担当者・民間団体

参加者：43名

② 保健所における地域自殺対策ネットワーク会議等への支援及び参加

- ・尾鷲保健所：尾鷲地域自殺対策ネットワーク会議（1回）、
- ・熊野保健所：危難地域自殺対策連絡会（1回）
- ・鈴鹿地域うつ・自殺対策ネットワーク会議 支援者スキルアップ研修会（1回）

③ 市町における地域自殺対策ネットワーク会議等への支援及び参加

- ・志摩市：こころの健康づくり及び自殺予防ネットワーク会議（1回）

（6） 自殺対策推進部会 作業部会の開催

目的：三重県公衆衛生審議会自殺対策推進部会の討議を受け、三重県における自殺死亡数の増加に対する現状把握とともに、今後の自殺対策の方向性を検討するため、作業部を開催した。

日時：令和元年5月30日（木） 19:00～20:00

場所：三重県大学 先進医科学教育研究棟 神経感覚医学セミナー室

内容：○ 自殺対策の方向性について

○ 現状把握に関すること

出席者：三重大学精神神経科学教授、三重県医師会理事、三重県医療保健部健康
づくり課職員、三重県こころの健康センター職員

出席者数：9名

(7) その他

- ① 市町からの市町自殺対策計画にかかる問い合わせや依頼事項等への対応（随時）
- ② 市町自殺対策計画にかかるチェックリストに基づく自殺対策推進状況の取りまとめ及び自殺総合対策推進センターへの報告（年3回）
- ③ 地域自殺実態プロファイル2019更新版DVDの配布：
各市町、各保健所、三重県医療保健部健康づくり課
- ④ 自殺総合対策推進センターからの情報の市町への提供（随時）

9 精神医療審査会の審査に関する事務

精神医療審査会は「医療保護入院者の入院届並びに措置入院者及び医療保護入院者の定期病状報告の審査」及び「精神科病院に入院中の者又はその家族等からの退院・処遇改善の請求の審査」を実施している。こころの健康センターは事務局として精神医療審査会の運営・事務を行っている。

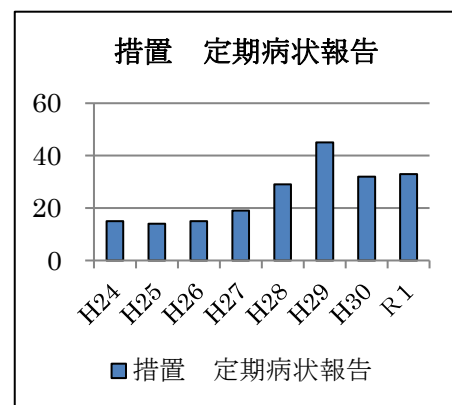
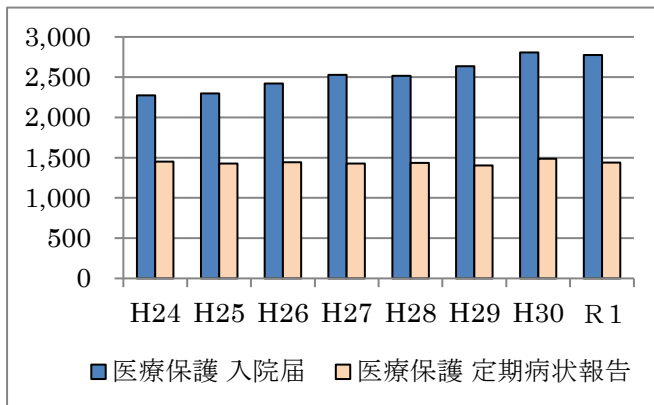
(1) 入院届・定期病状報告の審査

① 入院届・定期病状報告の審査状況

医療保護入院者の入院届	措置入院者の定期病状報告書	医療保護入院者の定期病状報告書	計	審査結果		
				現入院形態での継続	他の入院形態へ移行	入院継続の必要なし
2,776	33	1,439	4,248	4,248	0	0

② 入院届・定期病状報告の審査件数 年次推移

項目 \ 年度	H25	H26	H27	H28	H29	H30	H30	R1
医療保護入院者 入院届	2,275	2,300	2,421	2,529	2,518	2,637	2,808	2,776
結果：他の入院形態が適当	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)
医療保護入院者 定期病状報告書	1,450	1,426	1,443	1,427	1,435	1,403	1,485	1,439
結果：他の入院形態が適当	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)
措置入院者 定期病状報告	15	14	15	19	29	45	32	33
結果：他の入院形態が適当	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)
計	3,740	3,740	3,879	3,975	3,982	4,086	4,325	4,248



令和元年度の審査件数は、医療保護入院者入院届 2,776件、定期病状報告1,439件、措置入院者の定期病状報告 33件であり、審査結果は全て「現在の入院形態が適当である」と判断された。

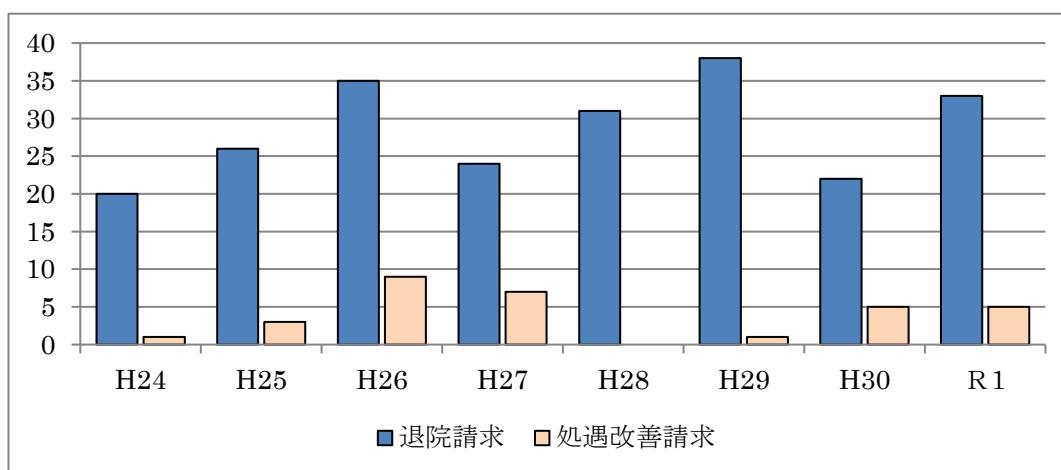
(2) 退院請求・処遇改善請求の審査

① 退院請求・処遇改善請求の審査状況

請求 件数	請求者	請求内容	請求 取下 件数	審査 件数	実地 調査 件数	書面 調査 件数	審査結果
49	入院者本人 46件 入院者家族 3件	退院請求 44件	11	33	29	4	現在の入院形態継続 32件 他の入院形態への移行が 適当 1件
		処遇改善請求 5件	1	4	4	0	現在の処遇適当 4件

② 退院請求・処遇改善請求の審査件数 年次推移

項目 \ 年度	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
退院請求	19	26	35	24	31	38	22	33
結果：入院・処遇が不 適当	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(1)	(0)	(1)
処遇改善請求	1	3	9	7	0	0	5	4
結果：入院・処遇が不 適当	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)
計	20	29	44	31	31	39	27	37



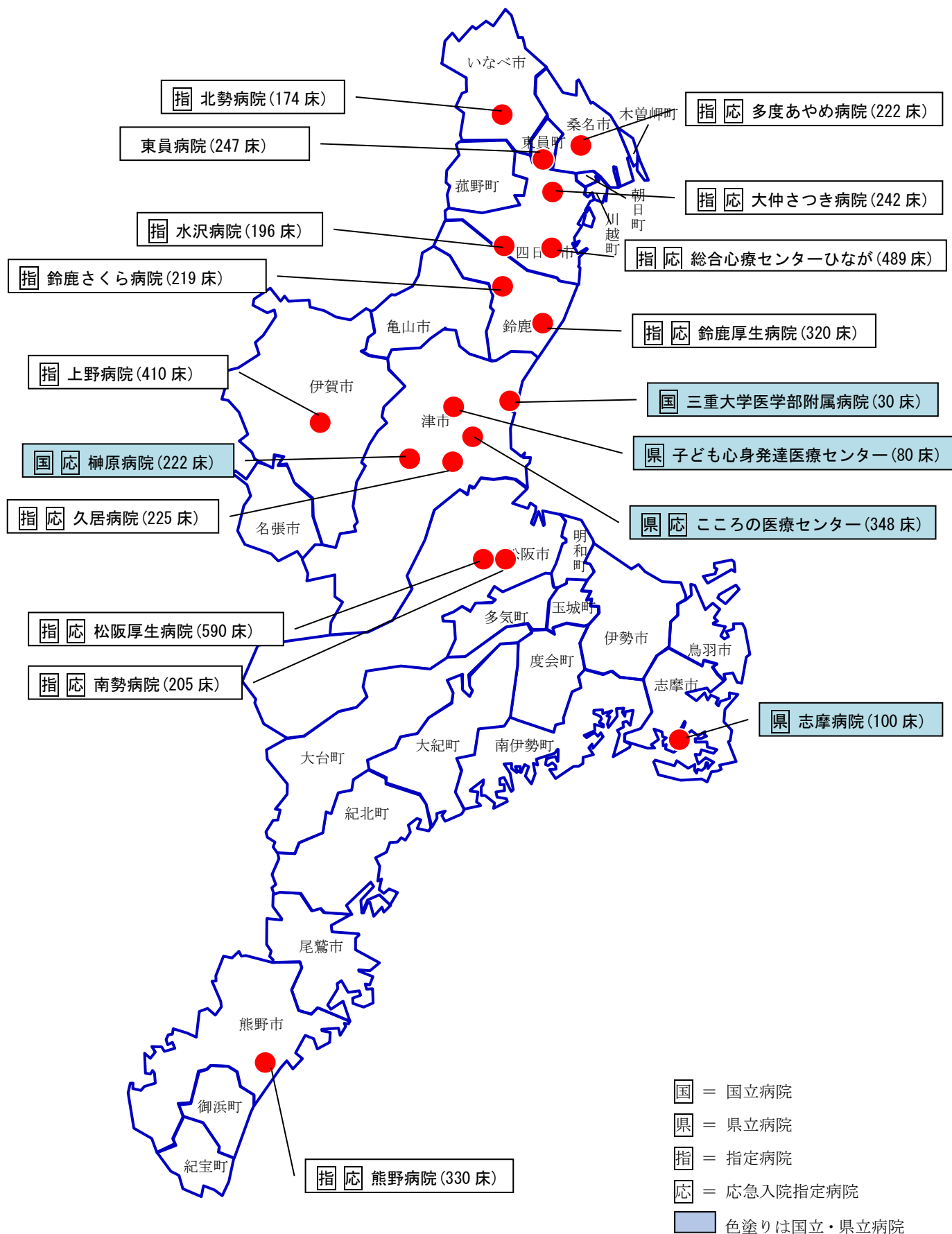
令和元年度の審査件数は37件、うち退院請求が33件、処遇改善請求は4件であった。

退院請求・処遇改善請求 49件のうち、12件は請求取り下げとなり、33件は実地調査（意見聴取）を実施し、前回請求から6ヶ月以内の再請求の場合の書面による調査は4件であった。

審査結果は、36件について「現在の入院形態継続・処遇適当」とし、1件について「他の入院形態への移行が適当」と判断された。

(3) 参考資料

① 三重県の精神科病院一覧 (令和元年6月30日現在) 18病院・4,649床



② 精神科病床数の推移

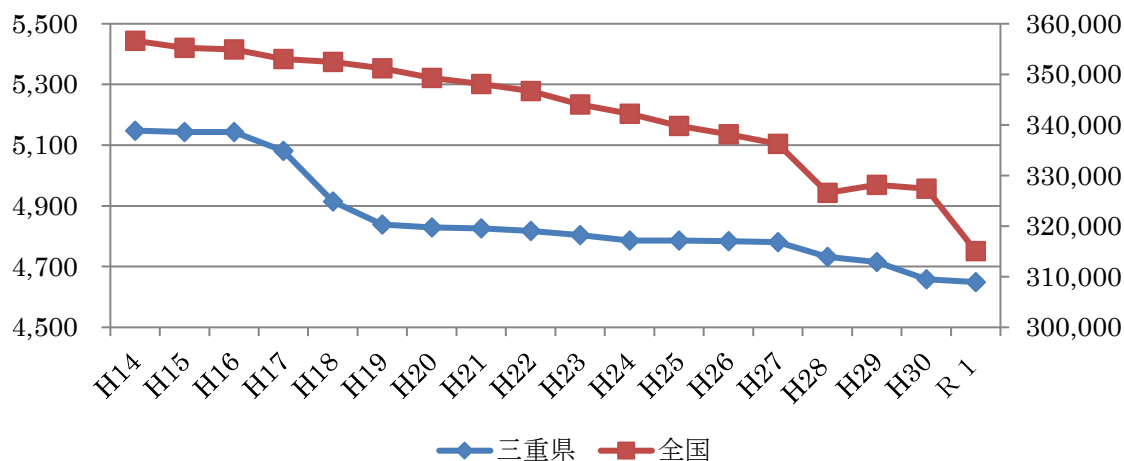
年 度	H14	H15	H16	H17	H18	H19
三重県	5,148	5,143	5,143	5,081	4,914	4,839
全 国	355,923	355,269	354,923	353,028	352,437	351,188

年 度	H20	H21	H22	H23	H24	H25
三重県	4,829	4,826	4,818	4,804	4,786	4,786
全 国	349,321	348,121	346,715	344,047	342,194	339,780

年 度	H26	H27	H28	H29	H30	R 1
三重県	4,784	4,781	4,732	4,715	4,658	4,649
全 国	338,174	336,282	326,564	328,182	327,369	315,068

※ 三重県（H13～）は保護室含む（医療法上の精神病床数）

※ 全国：厚生労働省医療施設調査・精神保健福祉資料（6月30日調査）



③ 入院患者の状況（厚生労働省 精神保健福祉資料 6月30日調査から）

表1 入院患者数の推移（入院形態別）

入院形態 \ 年度	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R 1
措置入院	14	18	14	13	13	23	26	29
医療保護入院	1,998	2,026	2,054	2,023	2,057	2,066	2,117	2,169
任意入院	2,255	2,180	2,112	2,062	2,034	1,997	1,963	1,874
その他	27	24	25	27	24	18	21	17
合 計	4,294	4,248	4,205	4,125	4,128	4,104	4,127	4,089

表2 入院患者数（年齢別）

年代 \ 年度	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
20歳未満	94	81	86	94	82	60	62	68
20～39歳	399	379	345	327	313	312	294	260
40～64歳	1,775	1,737	1,673	1,602	1,568	1,520	1,496	1,431
65歳以上	2,026	2,051	2,101	2,102	2,165	2,212	2,275	2,330
合 計	4,294	4,248	4,205	4,125	4,128	4,104	4,127	4,089

表3 入院患者数（疾患別）

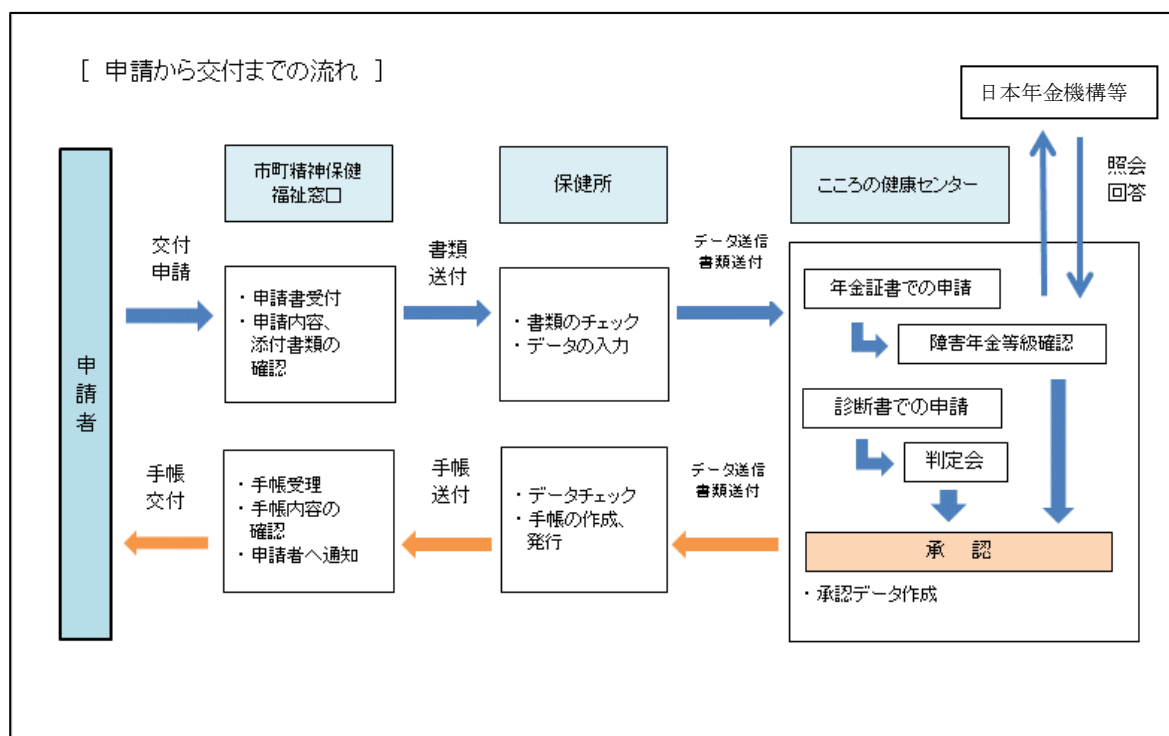
疾患 \ 年度	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
F0 症状性を含む器質性精神障害	799	764	806	852	816	832	894	831
F1 精神作用物質による精神及び行動の障害	143	141	125	113	104	106	105	106
F2 統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	2,675	2,074	2,619	2,490	2,500	2,485	2,433	2,446
F3 気分（感情）障害	326	318	324	337	354	330	333	349
F4 神経症性障害、ストレス関連障害及び身体表現性障害	66	49	59	51	58	55	56	61
F5 生理的障害及び身体的要因に関連した行動症候群	21	17	21	17	17	9	12	22
F6 成人の人格及び行動の障害	13	13	17	16	15	19	16	17
F7 精神遅滞	85	100	96	102	119	109	100	118
F8 心理的発達の障害	57	52	60	68	60	50	65	46
F9 小児期及び青年期に通常発症する行動及び情緒の障害及び特定不能の精神障害	30	28	24	21	32	29	33	33
てんかん (F0に属さないものを計上)	40	34	39	41	33	29	23	23
その他	39	28	15	17	20	51	57	37
合 計	4,294	4,248	4,205	4,125	4,128	4,104	4,127	4,089

10 精神障害者保健福祉手帳交付の判定及び承認事務

精神障害者保健福祉手帳は、一定の精神障がいの状態にあることを認定して交付することにより、手帳の交付を受けた方に対し、各方面の協力により各種の支援策が講じられることを促進し、精神障がい者の社会復帰や自立と社会参加の促進を図ることを目的に交付されている。

精神障害者保健福祉手帳の申請は、「診断書添付」によるものと「年金証書（写）添付」によるものの2種類がある。

「診断書添付」によるものは判定会で判定を行い、「年金証書（写）添付」によるものは日本年金機構中央年金センター等に障害年金受給の有無及び等級などを照会し、各々おおむね月2回の承認事務を行っている。



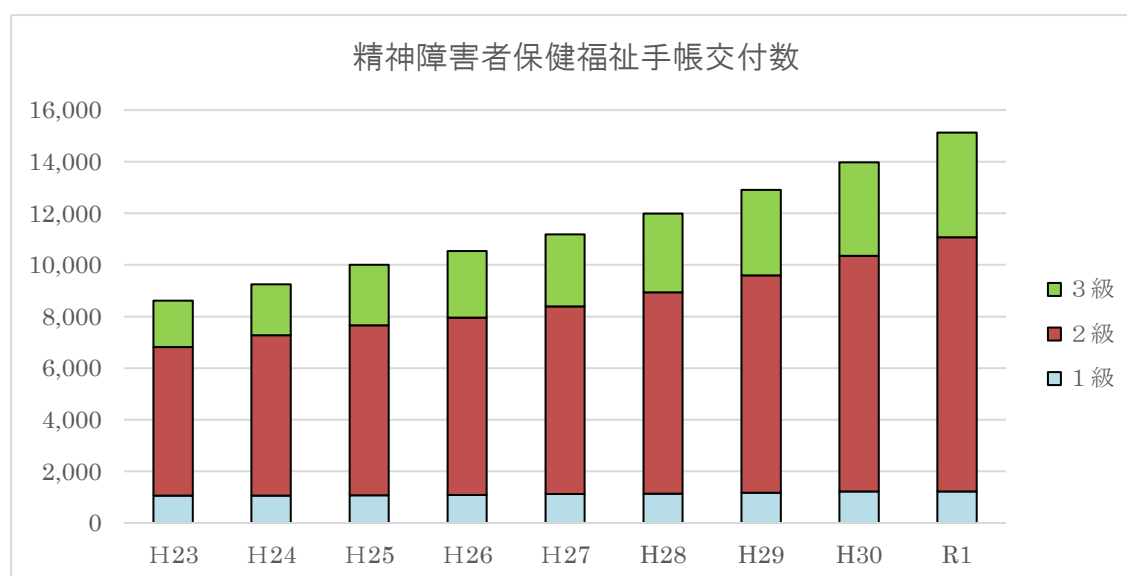
(1) 令和元年度 交付状況

	診 断 書	年 金 証 書	合 計
交 付 者 数	4,791	3,195	7,986
うち新規	1,513	264	1,777
うち更新	3,278	2,931	6,209

令和元年度中の交付者数7,986件のうち、新規は1,777件で22.3%を占めており、昨年度の24.4%に比べ微減となっている。申請の方法は診断書によるものが60.0%、年金証書によるものが40.0%であった。

(2) 手帳の所持者数 (各年度末)

年度 等級	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
1 級	1,060	1,057	1,073	1,088	1,117	1,140	1,170	1,220	1,223
2 級	5,753	6,224	6,585	6,874	7,279	7,794	8,423	9,130	9,845
3 級	1,799	1,963	2,342	2,573	2,784	3,059	3,309	3,621	4,059
計	8,612	9,244	10,000	10,535	11,180	11,993	12,902	13,971	15,127
伸び率	107%	107%	108%	105%	106%	107%	108%	108%	108%



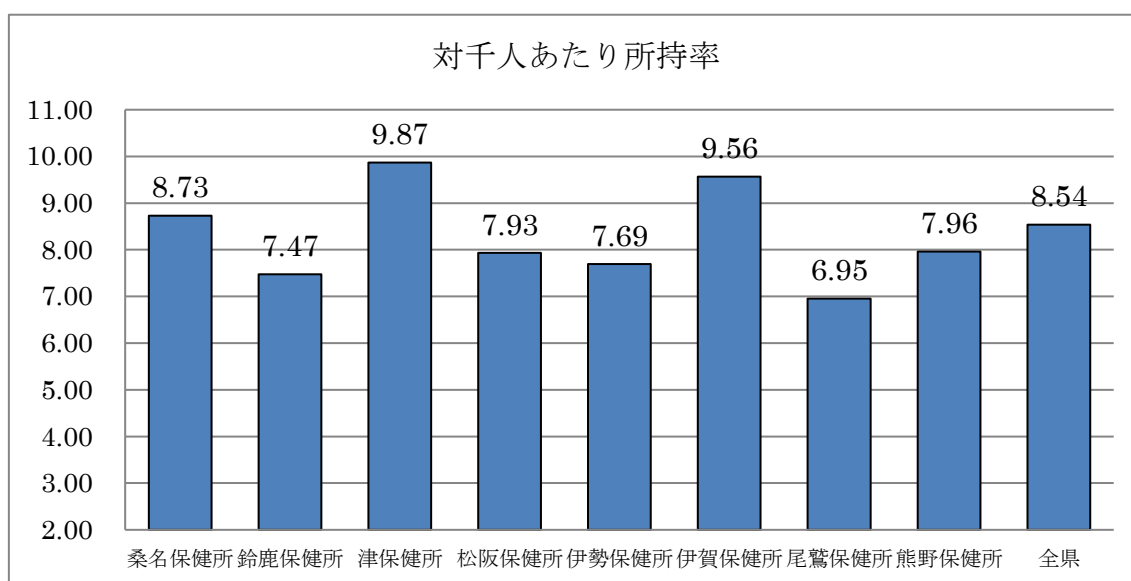
手帳の所有者数は、優遇制度の増加に伴い、平成17年度までは対前年度比で大きな伸び率（17%～32%）を示していた。伸び率は平成18年度に初めて一桁台（6%）になり、平成23年度以降も5～8%の伸び率で、手帳所持者の増加傾向が続いている。

(3) 保健所別 手帳所持者数及び所持率

(令和2年3月末現在)

保健所名	等級			合計	対千人あたり 所持率 ※
	1 級	2 級	3 級		
桑名保健所	526	3,412	1,235	5,173	8.73
鈴鹿保健所	123	1,153	557	1,833	7.47
津保健所	213	1,754	733	2,700	9.87
松阪保健所	84	1,046	493	1,623	7.93
伊勢保健所	97	1,097	564	1,758	7.69
伊賀保健所	147	1,035	371	1,553	9.56
尾鷲保健所	13	150	51	214	6.95
熊野保健所	20	198	55	273	7.96
全 県	1,223	9,845	4,059	15,127	8.54

※ 管内人口は令和2年4月1日現在



1 1 自立支援医療費（精神通院医療）支給認定の判定事務

平成14年度から精神通院医療費公費負担制度の「判定事務」及び「承認事務」を行っていたが、平成18年度に同制度が「障害者自立支援法」に移行されたこととともに、平成22年度に診断書の内容審査等の「判定事務」はセンターで行い、自給者証の発行等の「承認事務」は各保健所で行うことに整理された。

なお、平成25年度に「障害者自立支援法」は「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律」に移行されている。

この制度は、精神障がい者の社会復帰の早期実現をめざし、精神障がい者が病院等で適正医療を受けやすくするために、医療費の90%に相当する額を保険給付とあわせて公費で負担する制度である。

(1) 受給者証認定申請件数（令和元年度）

単位：件数

申請件数	承認件数		不承認	取下げ	保留
	新規	更新			
19,927	19,809	4,211	22	6	90
		15,598			

注) 承認件数には、前年度に保留となり承認された件数を含む。

(2) 受給者証所持者数（年度別）

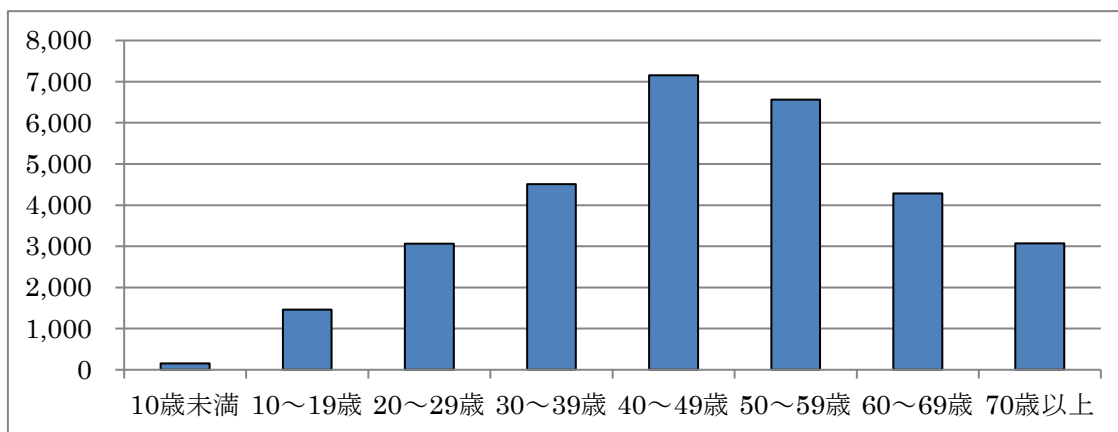
単位：人

年度	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1
所持者数	22,906	23,739	24,563	25,460	26,017	26,972	27,883	28,866	30,263
対前年度 伸び率	1.03	1.04	1.03	1.04	1.02	1.04	1.03	1.04	1.05

(3) 受給者証所持者数（年齢別）

単位：人

10歳 未満	10～19 歳	20～29 歳	30～39 歳	40～49 歳	50～59 歳	60～69 歳	70歳 以上	計
153	1,461	3,064	4,513	7,155	6,564	4,283	3,070	30,263



（４）受給者証所持者数（疾患別）

疾 患 名			人数	割合
1	器質性精神障害	(F0)	901	3.0%
2	精神作用物質使用による精神及び行動の障害	(F1)	526	1.7%
3	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	(F2)	7,748	25.6%
4	気分障害	(F3)	12,258	40.5%
5	神経症性障害、ストレス関連障害及び身体表現性障害	(F4)	3,263	10.8%
6	生理的障害及び身体的要因に関連した行動症状	(F5)	119	0.4%
7	成人の人格及び行動の障害	(F6)	150	0.5%
8	精神遅滞	(F7)	482	1.6%
9	心理的発達の障害	(F8)	1,650	5.5%
10	小児期及び青年期に通常発症する行動及び情緒の障害	(F9)	892	2.9%
11	てんかん	(G40)	2,078	6.9%
12	分類不明		196	0.6%
合計			30,263	100.0%

（５）受給者証所持者数及び所持率（保健所別）

（令和２年３月末現在）

保健所名	項目	令和元年度	管内人口	千人あたり所持率
桑名保健所		10,900	592,545	18.40 ‰
鈴鹿保健所		4,204	245,232	17.14 ‰
津保健所		5,117	273,638	18.70 ‰
松阪保健所		3,098	204,546	15.15 ‰
伊勢保健所		2,988	228,465	13.08 ‰
伊賀保健所		3,028	162,380	18.65 ‰
尾鷲保健所		443	30,770	14.40 ‰
熊野保健所		485	34,279	14.15 ‰
全 県		30,263	1,771,855	17.08 ‰

※ 管内人口は令和2年4月1日現在

1.2 その他

(1) 心神喪失者等医療観察法関連

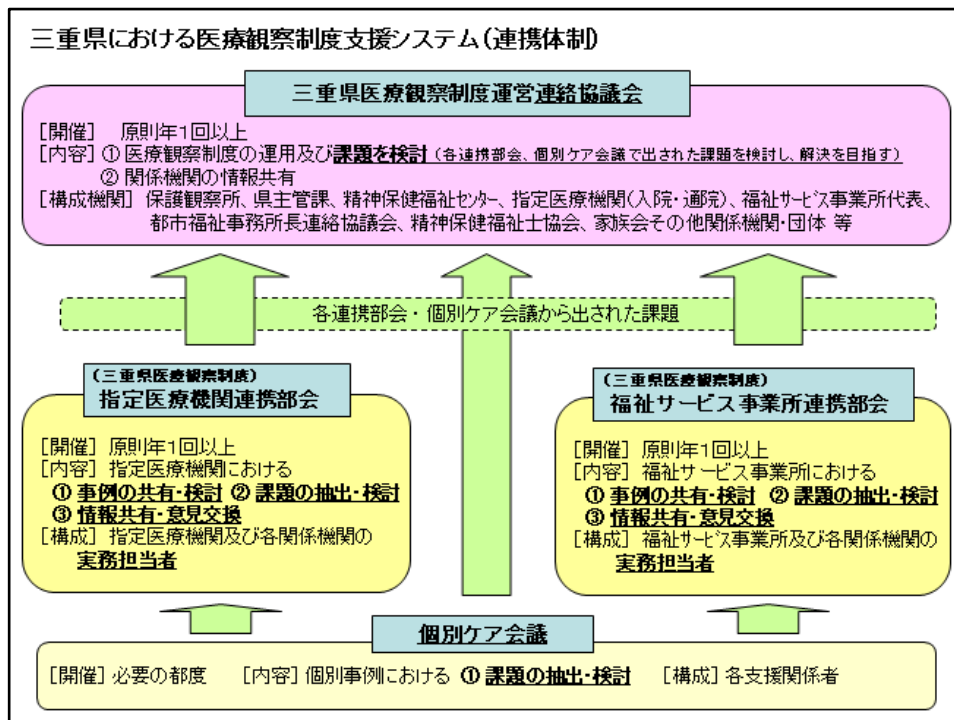
「心神喪失等の状態で重大な他害行為を行った者の医療及び観察等に関する法律（心神喪失者等医療観察法）」は平成15年7月に成立・公布され、平成17年7月に施行された。

同法では、保護観察所が対象者の処遇のコーディネーター役を果たすこととされている。対象者ごとに地域での医療や援助に携わるスタッフによる「地域処遇検討会議」「ケア会議」が開催され、情報の共有や処遇方針の統一を図っている。

【支援状況】

当センターでは、対象者の退院後の地域生活に向けた「地域処遇検討会議」及び「ケア会議」に参加し、各地域機関へ技術支援を行っている。また「三重県医療観察制度運営連絡協議会」「三重県医療観察制度指定医療機関連携部会及び福祉サービス事業所連携部会」等の開催は、津保護観察所と協力して運営を行っている。

内 容	参加・協力等回数
「地域処遇検討会議」「ケア会議」への参加	12回
連絡協議会・部会等への参加	2回



(2) 地域障害者自立支援協議会（精神部会・地域移行部会等）への運営支援

三重県精神障がい者地域移行・地域定着支援事業は、平成15年度からモデル事業としてスタートした。平成18年度からは県内全圏域を対象として相談支援事業所等への委託事業として実施され、各圏域単位で「地域移行支援協議会」が開催された。

その後の制度改正で地域移行支援協議会は廃止されたが、地域支援ネットワークの場合は、各圏域・市町障害者自立支援協議会の「精神部会」「地域移行部会」等に引き継がれ、主に障がい者（総合）相談支援センターなどが中心となって開催している。

【支援状況】

当センターでは、地域づくり（地域支援ネットワークの整備）の視点から、各地域の課題の抽出や課題解決に向けた協議への支援のため、地域の「精神部会」「地域移行部会」等に参加している。

内 容	参加・支援回数
「精神部会」「地域移行部会」等への参加	26回

(3) 三重県障害者自立支援協議会への参加

平成18年度の障害者自立支援法の施行により、県・圏域・市町の各単位で障害者自立支援協議会が開催されることになった。県障害者自立支援協議会の事務局は「県障がい福祉課・健康づくり課・こころの健康センター」となっている。

県障害者自立支援協議会には、「運営会議」のほか、「基幹相談支援センター等会議」「地域移行課題検討部会」「人材育成検討部会」等が位置付けられており、相談支援体制強化・自立支援協議会活性化に向けたシステムづくりに取り組んでいる。

【支援状況】

当センターでは、精神障がい者支援・地域支援ネットワーク（地域づくり）・支援者への人材育成の視点から、県障害者自立支援協議会に参加している。

内 容	参加・支援回数
県障害者自立支援協議会・運営会議等への参加	8回
人材育成検討部会への参加	5回

Ⅲ 資料集

1 メールマガジン（第 36 号～第 39 号）

第 36 号	令和元年	6 月発行
第 37 号	令和元年	12 月発行
第 38 号	令和 2 年	2 月発行
第 39 号	令和 2 年	3 月発行

6月に入り、梅雨の時期になりました。今号は、「ギャンブル等依存症」についてお知らせします。

近年のギャンブル等依存症対策の動き

平成 29 年 8 月、政府において「ギャンブル等依存症対策の強化について」が取りまとめられ、平成 30 年 7 月には、「ギャンブル等依存症対策を総合的かつ計画的に推進し、もって国民の健全な生活の確保を図るとともに、国民が安心して暮らすことのできる社会の実現に寄与すること」を目的として、ギャンブル等依存症対策基本法が成立し、同年 10 月に施行されました。また、基本法に基づき、平成 31 年 4 月には、ギャンブル等依存症対策推進基本計画が策定されました。基本法では、国民の間に広くギャンブル等依存症問題に関する関心と理解を深めるために、**ギャンブル等依存症問題啓蒙週間(5月14日～20日)**が設定されました。



わかっているのにやめられない

ギャンブル等依存症は、脳の機能の変化により、自分ではギャンブル等のコントロールができなくなる疾患です。また、誰でも陥ってしまう可能性があり、「意志が弱い」、「だらしがない」といった性格が原因となる疾患ではありません。

「ギャンブル等依存症」は回復可能

ギャンブル等依存症については、生涯において依存が疑われる人数が約 320 万人といわれている中で、治療を受けているのはたった 3000 人程度という状況です。



アルコール・薬物・ギャンブル等をはじめとする依存症は、適切な治療とその後の支援によって、**回復可能な疾患**でありながらも、依存症に関する正しい知識と理解が得られない上、依存症への偏見もあり、本人やその家族が適切な治療や支援に結びついていないのが現状です。

依存症は「否認の病氣」ともいわれられており、本人は「**自分は病氣ではない**」と否定する、**嘘をついたり、借金をしてまでギャンブル等の行為を続ける**といったことがみられ、治療や支援へのつながりにくさがあります。そのため、最初に相談に来てくれるのは、本人よりもその家族であることが多いです。家族の多くは依存症の影響により疲弊しており、支援を必要としています。家族が正しい知識を持ち、本人に適切に働きかけられることで、本人の治療・回復につながりやすくなります。

「依存症」からの回復のために大切なことは、単に依存対象から離れることではなく、「依存せざるを得なくなった」背景にある本人の「生きづらさ」を理解していくことです。

そして、相談機関に適切につながり続けることが、解決の糸口となり、依存症からの回復につな

がります。

三重県ころの健康センターでは、アルコール、薬物、ギャンブル等をはじめとする依存症問題に悩まれている本人やそのご家族の相談支援にんでいます。

平成 31 年 1 月、当センターは**アルコール健康障害、薬物依存症、ギャンブル等依存症における三重県全体の核となる相談拠点**となりました。

お気軽にご相談ください。



ころの健康センター
依存症・ひきこもり専門電話相談
TEL 059-253-7826
毎週水曜日 午後1時～午後4時
(祝日・年末年始を除く)

ギャンブル障害集団プログラムを実施しています

当センターでは、ギャンブル等の問題で悩んでいる方を対象に、集団プログラムを実施しています。内容は主に、鳥根ギャンブル障がい回復トレーニングプログラム：SAT-G (Shimane Addiction recovery Training program for Gambling disorder)を用います。ギャンブル等の悩みを持つ仲間と一緒にギャンブル等に頼らない生き方を探してみませんか。



お気軽にご相談ください。

担当：三重県ころの健康センター 技術指導課

TEL 059-223-5243



サポートします！
ころの健康

発行：三重県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 2 階

TEL:059-223-5241(代) FAX:059-223-5242

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

みなさん、一段と寒くなりましたが、いかがお過ごしでしょうか。
今号は、「ひきこもり」についてお知らせします。

平成25年4月1日より、こころの健康センター内に「[三重県ひきこもり地域支援センター](#)」を設置し、概ね18歳以上の本人や家族への支援をしています。

当センターで、ひきこもり支援者スキルアップ研修会、ひきこもり講演会を開催しましたので、お知らせします。



**「令和元年度 ひきこもり支援者スキルアップ研修会
(第1回(9/9)、第2回(10/3))」**

今回は、第2回ひきこもり支援者スキルアップ研修会の内容について、ご報告します。
第2回は、『ひきこもり回復支援の実践—ひきこもりの長期化を防ぐために—』と題して、講師に宮西照夫先生(和歌山大学名誉教授 精神科医、NPO 法人 ユイダ・リブレ理事長)をお招きしてご講演を頂きました。

宮西先生は、1982年から2012年まで、和歌山大学保健管理センターに勤務され、大学生のひきこもりを支援されたご経験があります。2002年には「ひきこもり回復支援プログラム」を開発され、訪問活動も開始しました。2010年には、保健管理センター内に居場所、集団療法場所としてテイクケア室を設け、保健師、看護師、精神保健福祉士、臨床心理士がスタッフとしてひきこもり本人の目標設定や就職・基本会話などのテーマでの学習と模擬練習を支援するようにもなりました。ここでの訪問活動の特徴は、本人の理解を得られたら、ひきこもりから回復した若者が「メンタルサポーター・アミーゴ(スペイン語で気心の許せる仲間の意味)」として、自宅を訪問するというものです。本人の気持ちに寄り添える回復者「アミーゴ」の重要性は大きいことでした。

また、その後NPO法人ユイダ・リブレを開発され、居場所、仲間づくり、訪問活動などのひきこもり回復支援活動を継続されています。ここでも、「アミーゴ」が活躍されています。

ひきこもる本人は、自己肯定感が低下し、孤独感・孤立感に悩んでいるので、「仲間づくり」がひきこもりの回復に大切であるとのことでした。また、支援者は本人の趣味などに興味を持ち、回復までの具体的な過程を伝える必要があるとも話されました。



ひきこもり回復支援の1つの実践例として参考にしていただければ幸いです。

「令和元年度 ひきこもり講演会、交流会 (11/28)」

**ひきこもり経験から考える「生」に直撃する支援
～解決するのはなく、ただつなぐること～**

語り手として、ひきこもり経験があり、現在、「ひきこもり」やメンタルヘル스에課題のある方を中心とした「生きづらさ」にフォーカスし、幸せに生きることを目的とし、居場所づくりや自助会、訪問・相談などの活動をされている泉 翔 さん(NPO 法人ユイダ・リブレ代表理事)にお越しいただき、講演をしていただきました。

泉さんから、「ひきこもり」を支援や復帰させるのではなく、そのひとの“存在”が受け入れられて初めて“行動”できるようになり、希望や幸福の気配を感じる声がとても大切であることなどをお話いただきました。

参加者からは、「ひきこもりの問題ではなく、そのようになっていく本人の心のさけびを知らないといけないこと。本人のことを理解していかないといけないと感じました。」、「ひきこもりを支援するのではなく、その人本人と向き合って寄り添えることが大切なのかなと思います。」といった意見をいただきました。

講演会終了後、泉さんと家族との交流会においては、家族から本人への対応などの質問があり、泉さんに答えていただきました。家族からは、「自分一人だけじゃないと思えるのが、1番楽になります。」、「お聞きした話をしっかりと心にとめて、子供に添っていきたいです。」といった感想をいただきました。



●ひきこもり・依存症専門電話相談(三重県こころの健康センター)

TEL 059-253-7826

毎週水曜日 午後1時～午後4時

(祝日・年末年始を除く)

●ひきこもり専門面接相談(予約制)

ひきこもりに関するお困りごとは、ひとりで抱え込まずに、お気軽にご相談ください。

自殺に関する報道について 所長 橋本 みちる

日本の自殺者数は、平成 10 年以降の急増期以後、平成 22 年以降は減少を続けており、平成 30 年は、全国で 20031 人でした(厚生労働省「人口動態統計」確定値)。その中で、20 歳未満の自殺死亡率は横ばいであり、20 歳代、30 歳代の自殺死亡率は、それ以上の年代に比較して減少率が小さいのが課題です。したがって、自殺対策においては若者世代に対する対策の重要性が指摘され、若者の自殺が人々の関心や注目を集めることが多くなっています。

先日、三重県内の生徒の死亡が続いて新聞、テレビ、インターネット上などで報道されることとなりました。その中で、「自殺か」という見出しが見られたり、場所や現場の詳細が伝えられていることがあります。

ある単独の自殺が影響を与えて、他の自殺を引き起こすことを「群発自殺」と言います。1980 年代にあるアイドルの自殺から群発自殺が起こったことは有名です。

自殺に関する報道の指針に関しては、世界保健機構(WHO)から公表されている文書があります。2017 年に最新版が公表され、日本語版「自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識」が自殺総合対策推進センターによって翻訳されています。この手引きにおいて、自殺に関する報道についてはいけないこととして、以下の6項目が列挙されています。

1. 自殺の報道記事を目立つように配置しないこと。また、報道を過度に繰り返さないこと
2. 自殺をセンセーショナルに表現する言葉、よくある普通のこととみなす言葉を使わないこと、自殺を前向きな問題解決策の一つであるかのように紹介しないこと
3. 自殺に用いた手段について明確に表現しないこと
4. 自殺が発生した現場や場所の詳細を伝えないこと
5. センセーショナルな見出しを使わないこと
6. 写真、ビデオ映像、デジタルメディアへのリンクなどは用いないこと

人々の関心に答えたり、報道の自由ということとは大切なことですが、一方、自殺に関しては、その知らせ方に細心の注意を払う必要があります。報道機関のみならず、SNS 利用者においても、また人の死亡について種々の方法で他者に知らせる立場にある人も同様に注意をする必要があると思われれます。特に若年者の自殺については、同世代の注目を集めやすいこともあり、より慎重であることが求められるでしょう。もちろん、遺された家族や親しい人々のお気持への配慮ということも忘れてはならないことです。

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 2 階

TEL:059-223-5241(代) FAX:059-223-5242

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



サポートします！
こころの健康

今号は、令和元年11月30日(土)、12月1日(日)に三重県松阪庁舎で開催した「令和元年度三重 DPAT 研修」についてお知らせします。

DPAT とは

「DPAT (Disaster Psychiatric Assistance Team)」とは災害派遣精神医療チームのことを言います。自然災害や航空機・列車事故、犯罪事件などの集団災害の後、被災地域に入り、被災者及び支援者に対して、精神科医療及び精神保健活動の支援を行う専門的なチームのことです。

三重 DPAT 研修の内容

研修では①DPAT の組織体系・役割の理解②災害時における各職種の役割の理解③災害時における情報管理方法の理解④県内精神科医療機関などのネットワークを広げることを目指す、平成28年度から三重 DPAT 研修を開催しております。具体的には三重県地域防災計画等の体制、平時の精神保健医療サービスの体制、災害医療概論(災害精神医療概論を含む)、DPAT の役割、DMAT の役割、災害現場における指揮命令・安全確保・情報伝達、災害現場における諸機関との連携等について、講義や演習(机上訓練等)を実施しました。

講師及びファシリテーターは DPAT 先遣隊である三重県立こころの医療センターと独立行政法人国立病院機構 榊原病院、独立行政法人国立病院機構 三重中央医療センターDMAT、DPAT 事務局インストラクター、県防災対策部災害対策課、医療保健健康づくり課の皆様に担っていただきました。

研修 1 日目

DPAT 体制や活動における各職種の役割、三重県の大規模災害における被害想定や平時における精神科救急体制、DMAT と DPAT の連携について講義形式を中心に行いました。

また、身体トリアージや災害時における医療情報整理、広域災害救急医療情報システム(EMIS)、災害診療記録(J-SPEED)では、講義に加えて各テーブルにファシリテーターを配置し、演習を行いました。



研修 2 日目

三重県内での大規模災害の発生を想定した演習を実施しました。

演習は庁舎内の階やフロアを分けて、災害調整本部、活動拠点、避難所、病院などの場面を設定しました。参加者の各チームにファシリテーターが入り演習を進行していきます。

演習後は各チームでの振り返りを行い、その後に全体での演習の振り返りを行いました。



2 日間の研修を終えて

研修には11の精神科医療機関の参加がありました。また、市町、保健所、地方災害対策部などの担当者も見学による参加がありました。研修を通じて、「DPAT の流れを理解することができた」「繰り返し訓練を重ねる必要があると改めて感じた」「演習によって、情報のリアルさ、正確さがいかに重要か学ぶことができた」などの感想をいただきました。

<ご案内> センターでは以下の講演会・研修会を予定しています。
詳細は[センターホームページ](#)

令和元年度 依存症フォーラム

「依存症自助グループと障害者運動 無力の力、他力と自力」

令和2年3月7日(土) 10時30分～16時 三重県人権センター 多目的ホール

・講師 東京大学先端科学技術研究センター 准教授 熊谷 晋一郎氏

・対談 東京大学先端科学技術研究センター 准教授 熊谷 晋一郎氏

特定非営利活動法人 三重ダルク 代表 市川 岳仁氏

・三重ダルクメンバーの語り

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 2階
TEL:059-223-5241(代) FAX:059-223-5242
URL: <http://www.prefmie.lg.jp/KOKORO/HP/>



サポートします！
こころの健康

センター日より ころの健康 第3号

令和2年3月発行

この冬はあっという間に過ぎて行きました。春の訪れも早いようで、柔らかな日差しが心地よいです。今号は、「自殺対策強化月間」についてお知らせします。

自殺対策強化月間について

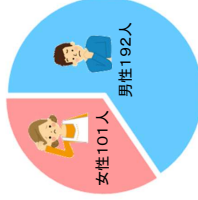
春は進学や就職、職場の配置転換など生活環境が大きく変化する季節です。その変化がストレスとなりやすく、毎年自殺者数が増加する時期でもあることから、3月は自殺対策強化月間となっています。

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、さまざまな面で啓発活動や相談事業が実施されます。

自殺の状況

全国の自殺者数の年次推移は、平成10年に急増し年間3万人前後を推移していましたが、様々な取り組みがなされるなどあり、平成22年以降は減少傾向となっています。しかしなお、平成30年は20,031の方が自殺で亡くなっています。

三重県では平成10年に自殺者が急増以来11年連続して年間400人前後でした。平成22年以降減少傾向にありますが、年により増減を認め、平成30年は年間293の方が亡くなられています。



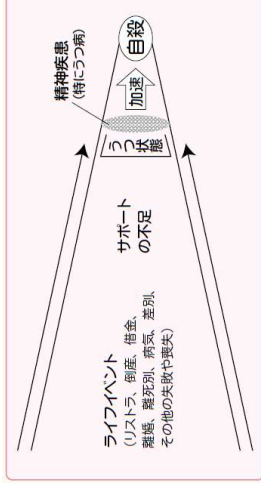
自殺の背景

○ 自殺の背景には、精神保健上の問題だけではなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があることが知られています。



自殺の多くは様々な要因が連鎖しているといわれています...

○ 過去の調査から、自殺時には約90%の人が、うつ病圏を含む何らかの精神科診断がつく状態であったとも言われています。



資料：「自殺プロセス」- 斎藤環『精神科医談』(2012) 114番5号

不調のサインは？

ころのサイン：イライラする、怒りっぽくなる ・気分が沈む、楽しいことがない

・何をやるのにも元気が出ない ・気持ちが悪くなる ・気が落ち着かない、どきどきして心細い ・誰もいないのに声が聞こえる など

からだのサイン：体がだるい、重い、疲れがとれない ・心臓がどきどきする、息苦しい、めまいがする ・頭が痛い、ずっしり重く感じる、ズキズキ痛む

・寝つけない、何度も目が覚める ・おいしく食べられない、何も食べたくない など

ころの健康センターでは県民公開講座を開催しています

ころの健康の普及啓発として、県民の皆様を対象に毎年県民公開講座を開催しています。

令和元年度は、ヒューマンウェルネスインスティテュート 代表・心理学博士の石井朝子先生をお招きして、『マインドフルネス』について、呼吸法など体験も取り入れながらご講演をいただきました。

マインドフルネスは、今の自分に気づき、受容するスキルであるとともに、人間本来有する自己治癒能力としての、ころの力を起動させ、整えるためのスキルと考えられています。マインドフルネスを獲得することによって情動調節がより柔軟になり、またストレス耐性の幅が広がってきます。ストレスな場面においても否定的な感情や物事にとらわれ飲み込まれることなく、いつでも自分を取り戻すことができるような、日常生活の中で役に立つ方法を教えていただきました。

受講された方からは、『不安やストレスを感じたときに、活用してみたい。』『不安や怒りのような負の感情が出る時に、受け流すコツができそう。』といった感想をいただいています。

県民公開講座のご案内は、ころの健康センターのホームページにも掲載いたしますので、是非ご覧ください。



わかちあいの会について

自死でご家族を亡くされた方で集まり、突然亡くなった大切な方への悲しみや深い思いを語り合う場『自死遺族の集い(わかちあいの会)』を開催しています。安心して語り、聴くことで、同じ思いをした方々と思いを共感することができます。

秘密厳守、無理に話さなくても構いません。

開催日時：原則奇数月の第4土曜日 13時30分～15時30分

参加費：無料

その他、三重県内には、自死遺族サポート民間団体『ガーベラ会』わかちあいの会もありません。詳しくはこちらからご参照いただけます。



<http://www.miegabera.jp>

ひとりで悩まず相談してみませんか

もし不調に気づいても、相談するのに勇気がいるかもしれません。でも、誰かと話すことで安心することもあります。あなたのまわりには、あなたの話しに耳を傾けてくれる窓口があります。ひとりで悩まず相談してみてください。

三重県こころの健康センター(三重県自殺対策推進センター)では、自殺対策強化月間の期間中 3月2日(月)～3月6日(金)13:00～16:00に専門電話相談を開設します。Tel.:059-253-7823
その他の相談窓口はこちらから参照いただけます。



<http://www.pref.mie.lg.jp/KOKOROC/HP/36648031909.htm>

こころのケアガイドブック Ⅲ 専門相談編

3 自殺予防・自死遺族 及びその他の相談

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2階

TEL:059-223-5241(代) FAX:059-223-5242

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



サポートします！
こころの健康

2 令和元年度 三重県こころの健康センター業務の方向性

● 三重県こころの健康センター業務全般の方向性

精神保健福祉に関する総合的な技術支援を行う機関として、地域精神保健福祉活動推進の中核となる機能を備え、広い視点で業務を行う。

- ① 他機関の業務に対する支援を行い、各地域のネットワークを有効に機能させる。
（「色々な切り口のネットワーク」を束ねる）
- ② 情報を収集し、さらに提供する。
- ③ 専門的な業務を担い、そこで得た技術を三重県内の支援者に伝える。

● 個別業務ごとの方向性の設定及び具体的取り組み

1 技術指導・技術支援

(方向性)

- ① 保健所・市町を始めとして精神保健福祉に携わる支援機関への支援を行う。
- ② 技術指導・技術支援が、各地域でより活動展開できるような仕組みを整える。

(具体的取り組み)

支援機関からの相談、事例検討などに積極的に応じる。

2 教育研修（精神保健福祉基礎・専門研修）

(方向性)

「精神保健福祉」をテーマにした、関係機関職員のスキルアップを目的とした研修とする。

(具体的取り組み)

精神保健福祉に関して、専門的で時宜を得た内容の研修を企画する。

3 普及啓発（広報啓発・情報発信）

(方向性)

- ① ホームページの充実を図る。
- ② メールマガジンなど、引き続き積極的な啓発・情報発信に取り組む。

(具体的取り組み)

- ① ホームページによる情報発信・情報提供をタイムリーに行う。
- ② 関係機関や県民向けのメールマガジン（年4回発行）を継続する。
- ③ 県民公開講座や街頭啓発などの普及啓発活動を行う。

4 精神保健福祉相談（専門相談）

(方向性)

「ひきこもり・依存症」「自殺予防・自死遺族」の専門相談の体制を継続するとともに、相談の質の向上に取り組む。

(具体的取り組み)

- ① 他の相談機関で実施し難い専門的な相談を受ける。
- ② 疾患、状態像、今後の見通しなどの評価を行い、必要時は適切な関係機関につなぐ。

5 組織育成・支援

(方向性)

三重県内の団体を束ねている機関・組織を対象に、活動が活性化するよう支援を行う。

(具体的取り組み)

種々の当事者団体、家族会などへの支援を行う。三重県精神保健福祉協議会の事務局運営を行う。

6 薬物相談ネットワーク事業（依存症対策）

(方向性)

三重県内の依存症の支援ネットワークが機能するよう、関係機関の連携強化に取り組む。

(具体的取り組み)

- ① 関係機関による依存症支援ネットワークを機能させるため、各圏域でネットワーク会議を開催する。
- ② 依存症相談に対応できる人材を育成するための研修会を開催する。
- ③ 当センターの依存症相談機能を充実させ、家族教室を開催する。

7 ひきこもり対策事業（三重県ひきこもり地域支援センター）

(方向性)

「三重県ひきこもり地域支援センター」としての機能が発揮でき、ひきこもり支援ネットワークが機能するよう、関係機関の連携強化に取り組む。

(具体的取り組み)

- ① 関係機関による「ひきこもり支援ネットワーク」を機能させるため、ネットワーク会議を開催する。
- ② 「ひきこもり社会資源情報」の作成・運用を行う。
- ③ ひきこもり相談に対応できる人材を育成するための研修会を開催する。
- ④ ひきこもり相談機能を充実させ、家族教室・家族のつどいを開催する。

8 自殺対策事業（三重県自殺対策推進センター）

(方向性)

- ① 市町が、地域特性にあった自殺対策計画を策定し、効果的な自殺対策を推進できるよう支援する。

- ② 自殺対策が総合的かつ効率的に推進されるよう関係機関のネットワークの推進を図る。

(具体的取り組み)

- ① 地域でより自殺対策が実施できるよう所管課・保健所等と連携し、市町・民間団体への相談支援、技術的助言、自殺統計等必要な情報を提供する。
- ② 自殺予防に関する各種研修会を実施し、人材育成を行う。
- ③ 関係機関が集まる場を提供し、地域の自殺対策ネットワーク強化に努める。

9 こころの健康危機管理

(方向性)

- ① 関係機関が「災害時のこころのケア」と「DPA T」の役割を理解し、取り組めるように体制づくりを行う。
- ② 災害時のこころのケアについての情報提供と啓発に取り組む。

(具体的取り組み)

- ① DPA Tや災害時のこころのケア等に関する研修会を開催し、災害時精神保健医療に関する知識・技術の普及を図る。
- ② ホームページやメールマガジンなどで情報提供、啓発を行う。

10 三重県精神医療審査会の審査に関する事務

(方向性)

- ① 精神保健福祉法に基づいた適切な対応を可能な範囲内で迅速に行う。
- ② 入院患者の人権擁護の視点を強化していく。

(具体的取り組み)

- ① 精神医療審査会全体会で審査の趣旨を確認し、課題・問題点等を議論する。
- ② 精神医療審査会 退院請求等の意見聴取の調整などを可能な範囲内で迅速に行い、入院患者の人権擁護が滞りなく行われるよう努める。
- ③ 入院患者、家族等からの電話や手紙などには、精神保健福祉法に基づき、適切で丁寧な対応を行う。

11 精神障害者保健福祉手帳交付の判定及び承認、自立支援医療費(精神通院医療)支給認定の判定

(方向性)

精神保健福祉法や障害者総合支援法に基づいて、保健所・市町と連携しながら、適切な業務を行う。

(具体的取り組み)

情報共有の場を持つ(保健所担当者会議の開催など)。

12 その他

(1) 保健所担当者会議の開催

(方向性)

保健所職員に対して精神保健に関する知識や技術について提供し、情報共有を行い、意思疎通を図る。

(具体的取り組み)

保健所担当者会議を実施する。

(2) 三重県精神保健福祉協議会事務局の運営

(方向性)

- ① 三重県精神保健福祉協議会の事務局として、引き続き精神保健福祉の「普及・啓発」及び「団体の育成」を行う。
- ② 三重県精神保健福祉協議会の活動PRに取り組む。

(具体的取り組み)

- ① メンタルヘルスだより「りれいしょん」を発行し、精神保健福祉の普及・啓発を行う。また、助成事業により、団体の育成を行う。
- ② 三重県精神保健福祉協議会会長表彰、三重県福祉関係功労表彰候補者の推薦事務を行う。



令和元年度版
三重県こころの健康センター所報

令和3年2月発行

三重県こころの健康センター
(精神保健福祉センター)

〒514-8567 津市桜橋3丁目446-34
三重県津庁舎保健所棟2階
電話 059-223-5241 (代)