

精神保健福祉だより にいがた

No. 139

新潟県精神保健福祉センター

〒950-0994 新潟市中央区上所2-2-3

新潟ユニゾンプラザハート館

TEL: 025-280-0111 (代)

FAX: 025-280-0112

E-mail: ngt043040@pref.niigata.lg.jp

ホームページアドレス:

<http://www.pref.niigata.lg.jp/sec/seishin/>

2026. 3. 23 発行

巻頭言 あらためて自殺率を考える(その6)

新潟県精神保健福祉センター 所長 阿部 俊幸

巻頭言「あらためて自殺率を考える」(その6)では、新潟県内精神科入院患者自殺調査報告書第2版をご紹介します。

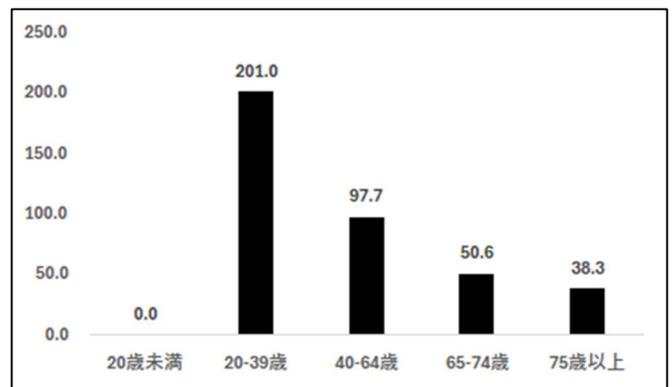
この調査は当センターと新潟市こころの健康センターが協働し、入院患者の自殺を調査し予防に役立てることを目的に、令和元年度から6年度までの県内精神科病院事故報告を分析したものです。

把握された自殺は30人で、自殺率は68.7(入院患者10万人当たり)と平成18年度からの6年間を調査した前回150.7(同)の半分以下でした。

第2版の対象期間は、令和2年1月に始まったいわゆるコロナ禍の期間を含んでおり、クラスター発生防止を目的とする病棟間移動・外出・外泊制限の強化が減少の一因と考えられます。また、年齢階級別の分析では、高齢者に比べ若年者の自殺率が際立って高いことが確認できました(図)。

しかし、前回より減ったとはいえ、同期間の全県の自殺率20.3の3倍強と依然高く、患者さんご自身にとっての不幸であることはもとより、関係者の心理的負担も考えると、さらなる減少に向けて各病院及び関係各位の一層のご尽力をお願いする次第です。

図：年齢階級別自殺率(入院患者10万対)



目次	●巻頭言 あらためて自殺率を考える(その6)..... 1
	●特集 当事者・家族の声を聴こう
	1 入院者訪問支援事業について..... 2
	2 精神障害者ピアサポート事業について..... 3
	3 ひきこもり経験 当事者・家族の思い..... 5
	4 高次脳機能障害「当事者のつらい・家族のつらい」..... 7
	●報告 「新潟県精神医療・保健・福祉関係者合同実践セミナー」..... 8

1 入院者訪問支援事業について

新潟県福祉保健部障害福祉課いのちとこころの支援室

令和4年12月に改正された精神保健福祉法では、「精神障害者の権利擁護」が法律の目的として明記され、それに伴い、医療保護入院のしくみの見直しや、精神科病院での虐待防止の取組など、精神障害者の人権を守るための新しい制度が整えられています。その一つが「入院者訪問支援事業」です。

この事業は、精神科病院に入院している方のうち、とくに外部の人との交流が途切れやすい方を対象に、希望に応じて訪問支援員が病院を訪れ、気持ちや体験を誠実かつ熱心に聴く（傾聴）ほか、入院中の生活に関する相談について必要な情報提供を行い、孤立感や自尊心の低下を和らげることを目的としています。

県では令和7年度から事業化し、同年11月より訪問支援員の派遣受付を開始しました。訪問支援員の担い手として、精神障害のある当事者の方や地域で支援に関わる専門職、精神保健福祉を学ぶ学生などを対象に養成研修を行ったところ、多くの方に受講いただき、45名の方に登録いただいています。

令和6年度予算額 187,569千円 → 令和7年度予算額 187,569千円

入院者訪問支援事業

- 精神科病院で入院治療を受けている者については、医療機関外の者との面会交流が特に途絶えやすくなることを踏まえ、入院者のうち、家族等がない市町村長同意による医療保護入院者等を中心として、面会交流の機会が少ない等の理由により、第三者による支援が必要と考えられる者に対して、希望に応じて、傾聴や生活に関する相談、情報提供等を役割とした訪問支援員を派遣するもの。
- 実施主体は都道府県、政令指定都市（以下「都道府県等」という。）

【支援対象者】

(1) 市町村長同意による医療保護入院者であって、本事業による支援を希望する者

(2) 地域の実態等を踏まえ、(1)と同等に支援が必要として都道府県知事が認め、本事業による支援を希望する者

【訪問支援員】

○ 都道府県知事が認めた研修を修了した者のうち、都道府県知事が選任した者

○ 支援対象者からの求めに応じて、入院中の精神科病院を訪問し、支援対象者の話を誠実かつ熱心に聞く（傾聴）ほか、入院中の生活に関する相談や、支援対象者が困りごとを解消したり、希望する支援を受けるためにはどうすれば良いのかを対象者に情報提供する。

【精神科病院に入院する方々の状況】
医療機関外の者との面会交流が特に途絶えやすく、孤独感や自尊心の低下、日常的な困りごとを誰かに相談することが難しく、支援を受けたいが誰に相談してよいか分からないといった悩みを抱えることがある。

【入院者訪問支援事業のねらい】
医療機関外の第三者が、支援対象者と会話を交わし、支援対象者の話を傾聴することにより、様々な悩みを解消し、対象者が自らの力を発揮できるよう、対象者の立場に立ち寄り添うもの。

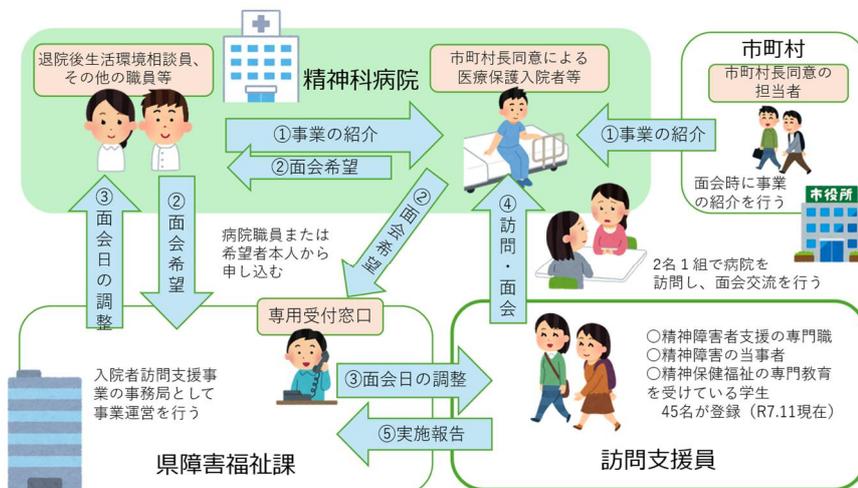
【留意点】
・令和6年度より法定事業として位置づけ。（守秘義務等）
・訪問支援員について、特設の資格等は不要。※研修修了は義務。
・訪問支援員が対象者に代わって対象者の困りごとを解決することや、訪問支援員が医療・介護・障害福祉サービスの利用を調整したりサービスを自ら提供することは、本事業の支援として意図するものではない。

精神科病院に入院している支援対象者の自尊心低下、孤立感、日常の困りごと等の解消が期待される。

訪問件数(2月末時点)はまだ2件と少ないものの、ご本人や病院の方からは「また来てほしい」、「普段の支援者とは違う立場の人に話を聞いてもらえたことで、ご本人と支援者との間に風が入り、支援者側に少し余裕が生まれた」といった感想をいただいています。また、訪問支援員からは、「先入観を持たず、一人の人としてただただ傾聴したことで、ご本人も自分のペースで話すことができたとお話しされていた」という声も寄せられています。

この「傾聴を中心とした支援」は、これまでの事業や福祉制度にはない新しい形の支援です。関係者からは「それだけでご本人の満足につながるのか」という声もありましたが、実際いただいた感想からは、病院の外から誰かが訪ねてきて、気持ちに寄り添ってくれることを求めている方がいることが窺われます。そこに、この事業の価値があると考えられます。

事業の周知等、まだ課題がありますが、病院をはじめとした関係者の皆さんと協力しながら、この事業を育てていきたいと考えています。精神科病院に入院されている方が、院外の人と話をする権利を保障する事業として、今後ともご理解とご協力をお願いいたします。



訪問支援を受けた方の声

また来て欲しい

普段の支援者とは違う立場の人に話を聞いてもらえたことで、ご本人と支援者との間に風が入り、支援者側に少し余裕が生まれた

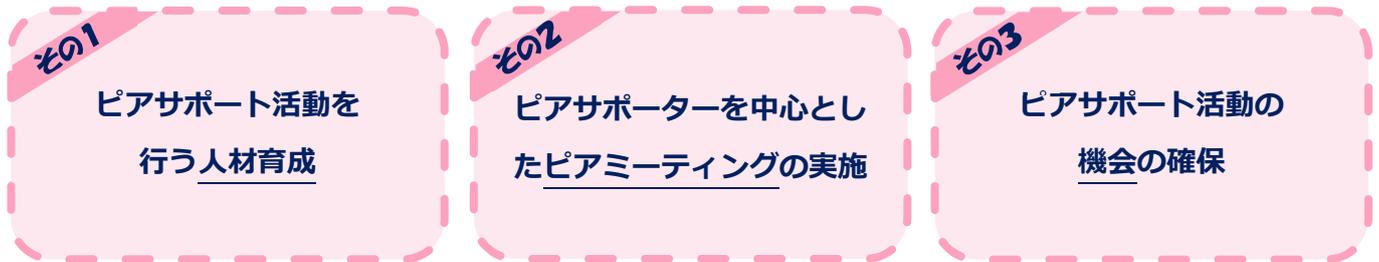
県庁ホームページは [こちらから](#) →

【お問い合わせ】
 新潟市外病院の方：県福祉保健部障害福祉課いのちとこころの支援室 電話 025-280-5201
 新潟市内病院の方：新潟市保健衛生部こころの健康センター 電話 025-232-5580

2 精神障害者ピアサポート事業について

令和4年度より、精神障害のある方のリカバリーを推進するため、障害福祉圏域ごとに1法人へ委託し、ピアサポート活動の取り組みを進めています。令和7年度は7圏域のうち5圏域で事業を実施しました。

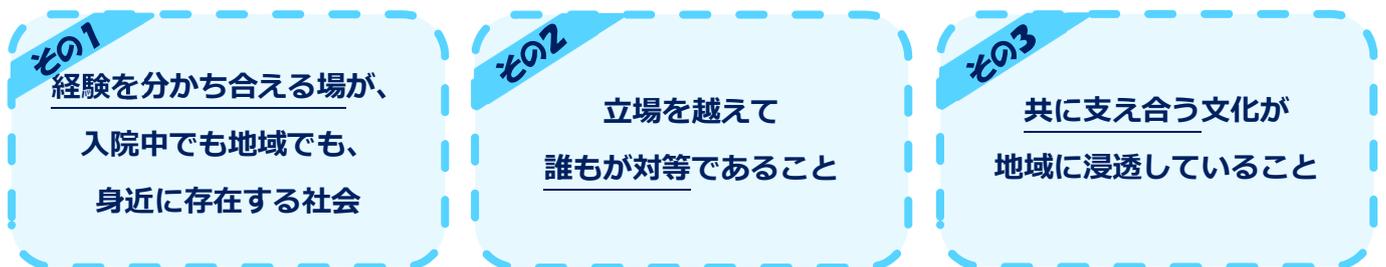
事業内容



●令和6年度ヒアリング結果から整理された「めざす姿」

ヒアリングでは、委託法人、活動に関わる当事者、保健所から多様な意見が寄せられました。その内容を踏まえ、ピアサポート活動が目指す姿は次の3点に整理されました。

めざす姿



期待されること

ピアサポートが地域文化として根付くためのきっかけ・後押しとなること



ゴール

委託事業が終了しても、地域にピアサポートが当たり前存在する状態

交流研修会について

年1回、委託事業者と関係当事者が集まり、活動状況や今後の取り組みについて情報交換を行う「交流研修会」を開催しています。これは、県内のピアサポート活動の活性化を図り、当事者・支援者の区別なく支え合う文化の浸透を目指すものです。

令和7年度交流研修会の概要

[日時]令和7年11月11日(火) 12:30~15:00

[場所]燕三条地場産業振興センター

[参加者]6圏域より34名

(当事者17名、支援者14名、県機関5名)



今年度は上越圏域ピアサポート実行委員の皆様にご協力いただきました。また、委託事業によらず独自にピアサポート活動を行う県央圏域・魚沼圏域の皆様にもご参加いただきました。

参加者の声

- ・ 他地域との交流ができて良かった
- ・ 課題の共有が今後の活動のエネルギーになる
- ・ ピアサポートの広がりを実感できた
- ・ 県全体でピアを推し進めている感覚が力になった
- ・ 共通の話題で語り合える場が楽しい
- ・ ピアがまだ十分浸透していない現状も感じた
- ・ 圏域ごとに違いはあるが共通の課題も多い
- ・ オンラインも含め、継続的に意見交換できる場がほしい



今後も各圏域の状況に応じた取り組みを継続し、委託事業所等と連携しながら事業を推進していきます。

活動紹介

各圏域で、地域の状況に合わせた様々な取り組みが行われています。今回は上越圏域と中越圏域の取り組みについて一部ご紹介します。

人材育成

上越圏域

- ・ ピアサポート講座を開催
(講師：埼玉県立大学 相川章子教授)
- ・ 圏域で活動するピアサポーターの育成を目的とした養成講座を実施

活動機会の確保

- ・ 3組の個別友愛訪問を実施
- ・ 人材派遣ネットワークを運用し、希望者とピアサポーターをマッチング

中越圏域

活動機会の確保

- ・ 「精神障害者リカバリーストーリー発表会」を開催(今年度3回目)

柏崎市役所にサテライト会場を設置し、オンライン同時配信を実施。基調講演(東洋大学 吉田公爾教授)と当事者2名のリカバリーストーリー発表を実施。

3 ひきこもり経験 当事者・家族の思い

「ひきこもり支援ハンドブック～寄り添うための羅針盤～」(2025年 厚生労働省)では、支援者は、ひきこもり状態にある人やその家族の尊厳を守り、寄り添いながら丁寧な相談支援を行うことが求められています。そのためには、当事者・家族の思いをしっかりと聴き、受け止めることが大切です。

令和7年10月16日(水)に開催した「令和7年度新潟県ひきこもり支援従事者研修会」にて、ひきこもり経験のあるご本人とご家族に、これまでの経験や思いを語っていただきましたので、ご紹介します。

話し手：当事者の立場から 穂刈^{ひろな}央那さん
家族の立場から トモニーながおか 代表 穂刈厚子さん
聴き手：長岡崇徳大学 客員教授 斎藤まさ子 先生



聴き手	最初に自己紹介と今の思いをお話ください。
央那さん	穂刈央那です。中学2年生で学校に行かなくなりました。通信制高校を卒業後、少しサポステに通い、アルバイトも経験しました。今は大学生です。自分のペースでいろいろなことを身につけたいと思っています。
厚子さん	穂刈厚子です。夫と2人の息子がいます。 現在は「トモニーながおか」という団体で不登校・ひきこもり当事者、家族の居場所と親の会を運営しています。「すだちの杜 家族会」も引き継いで活動しています。 今は、家のことや私の活動を息子に支えてもらっており、感謝の気持ちです。
聴き手	感謝に至るまでの苦しい時期について、当時のお話を聞かせてください。
厚子さん	最初は「学校に行くのが当たり前」と考えていました。学校から連れてくるように言われ、車で無理に連れていったこともあります。毎朝、友達への対応、学校への欠席連絡、職場や義理の両親への説明と、一日中「すみません」と謝っていました。夫の理解も乏しく、「今日学校に行ったか」と本人に詰めるのがつらく、「私が休ませた」とかばう日々でした。結局、私が「しばらく休ませます。毎日の連絡はしません。」と学校や家族に宣言して、そこから完全に不登校になりました。
聴き手	央那さんは、その間のお母さんの苦勞を知っていましたか？
央那さん	今、初めて知りました。学校に行かなくなったのは、特定の問題というより、「行くか行かないか自分で決めたい」という気持ちからでした。無理に行かされるほど反発が強まりました。
聴き手	その時の心境の変化は？
央那さん	中学3年生頃には、「もう学校には行かない」と覚悟して安定しました。通信制高校では、周りを見て大学進学や就職を考えましたが、毎日勉強する習慣がなく、大学で難しい勉強ができるか疑問でした。あと、中学3年生頃から周りの友達と同じ空間とか時間を共有したい気持ちがなくなっていて、新しく友人をつくる欲求が当時あまりなく、「家で自分のペースで学ぶ方がいい」と思っていました。
聴き手	お母さんはその間、どう受け止めていましたか？
厚子さん	最初は追い詰めていました。仕事を続けながら、理解のない祖父母と日中3人であることが心配で、休憩時間に家に戻っていました。相談機関にも通いましたが、どこでも「今のままでいい」と言われ、意味が分からず混乱しました。仕事と家で切り替えがうまくできず、うつ状態になり、その期間の記憶はほとんどありません。 その後、講演会をきっかけに家族会と出会い、そこで「自由に話していい」「無理に問わない」という場に救われました。同じ経験をした人たちに「うちもそうだった」と受け止められ、初めて「わかってもらえた」と感じました。身近な生死の出来事も重なり、「生きているだけで十分」という考えに変わっていきました。

聴き手	家族内の変化や気づきはありましたか。
厚子さん	長男(兄)の存在が大きかったです。ずっと弟への接し方が変わらず、普通に遊ぶ。私たち親は不登校の対応を知らず身構えてしまうのに、兄は自然体でした。その姿が、「学校に行かないのもあり。行けるときに行けばいい。」と思えるきっかけになりました。親の前では笑わないのに、兄といるときはよく笑っていたのも印象的でした。
聴き手	支援で役に立ったこと、合わなかったことはありますか。
厚子さん	役立ったのは「家族の理解が同じ方向にそろったこと」と「家族会」です。先輩家族のたくさんの事例から、自分にできることを少しずつ試せました。 合わなかったのは、当時の相談機関で「一般論を一方的に言われる」「選択肢がない」ところでした。納得感が持てませんでした。
聴き手	央那さん自身が役立った支援はありますか。
央那さん	不登校・ひきこもりの支援者との関わりはあまりなく、サポステで紹介されたボランティアがよかったです。長岡市の市民講座の受付・設営で短時間。自分の興味あるものを事前に申し込むので、完全に自由ではなく、約束事として少し責任を持ちつつ無理なく関われるのが合っていました。「家では子ども／サポステでは利用者」という立場だけでしたが、幅広い年代の人と接するなかで、子どもと社会人の中間みたいな扱い方をされ、社会と自分の距離感をつかむきっかけになりました。
聴き手	家族に対してどのように考えていましたか。
央那さん	当初は、意見が一致しない相手で、敵に近い感覚でした。その後、送迎やサポステの紹介などの支えがあり、考えが変わってきました。今は家のことや母の活動を一緒に手伝う中で、一緒にできる楽しさも感じています。
聴き手	支援を受け入れやすいタイミングはどんなときですか。
央那さん	何もしていない隙間の時期に、「将来のために何かしよう」という気持ちが芽生えたとき。そこに無理のない提案が入ると受け入れやすかったです。
聴き手	お母さんにとっては、いつも支援が要るわけではなかったですか。
厚子さん	家の中が安定し、私自身が困っていない時期は特に必要ありませんでした。 ただ、家にいること自体を問題視するご家庭も多いと思います。そこは人それぞれです。
聴き手	「これからの支援に期待すること」と「困っている人へのメッセージ」をお願いします。
央那さん	家族や支援者は問題を解決したいが、当事者は自分のリズムを守りたいというように、前提のズレが大きいと思います。まずは、ニーズのズレを埋めることが大事。また、時間感覚も違う。状態の改善には5から10年単位でかかることもあるのに、支援は年度とか半年で結論をもとめがち。年単位でみてほしい。 家族の人には、手探りで時間をかけながらやっていくしかない伝えたいです。
厚子さん	選択肢を示してくれ、具体的な成功事例などを教えてくれると助かります。 相談に行くのはハードルが高いが、講演会などは参加しやすく、情報も得られる。私もそれがきっかけで家族会につながることもできたので、講演会などの機会があるといいです。 支援のスピードを合わせることも大事。支援者が一生懸命すぎる関わりだと、当事者や家族が引いてしまうこともある。その人のペースに合わせてほしい。
聴き手	家庭内では自然体でいられる安心・安全を整える。外部の支援は、選択肢の提示、成功事例の共有、年単位の伴走、スピードの調整、そして受け入れやすい時期に、無理のない提案をすることが大事ということですね。ありがとうございました。

新潟県精神保健福祉センターでは、ひきこもり支援に関する情報をホームページに掲載しています。

ひきこもり支援について詳しくお知りになりたい場合は、こちらをご覧ください。

【新潟県精神保健福祉センターホームページ】「ひきこもり」について



4 高次脳機能障害者「当事者のつどい」・「家族のつどい」

高次脳機能障害とは…

脳梗塞や脳出血、事故等の頭部外傷による後遺症

脳の損傷が原因で、記憶力、注意力、計画的に物事に取り組む能力や意欲が低下したり、感情のコントロールができにくくなったりする状態を「高次脳機能障害」と呼んでいます。



当事者のつどい

相談支援を行う中で自助グループの要望や問合せがあることから、当事者同士による交流や情報交換を通じて障害についての理解の促進、孤立感の解消及びストレスの軽減を図ることを目的に、平成28年から試行的に開始しました。徐々に参加人数も増加する中で、現在、新潟会場、長岡会場ともに年2回ずつ関係機関から協力を得ながら開催しています。

開始当初は、専門職による講義を取り入れたりもしましたが、現在では、参加者が日ごろ感じていることや悩んでいること、情報交換などの語り合いを主として行っており、ご自身の日ごろの振り返りや情報収集の場として活用していただいています。

つどいで話すと自分の困っている
感じをわかってもらえる

参加者の声

同じ症状に悩んでいる人の気持ちを
聞いて良かった



家族のつどい

ご家族同士での語り合いを通して、障害についての理解を深めるとともに負担感や孤独感を軽減し、対応力の向上を図ることを目的に、県内6か所(新潟、三条、長岡、南魚沼、上越、佐渡)で開催しています。毎回新たな参加者の方を継続して参加されているご家族がお迎えしながら、家族同士の支えあいの場として活用されています。

つどいで1話すと10わかって
もらえる感じがする

参加者の声

制度の利用について具体的に聞く
ことができ参考になった



報告

新潟県精神医療・保健・福祉関係者合同実践セミナー

社会参加の多様性について考える ～一人ひとりの“らしさ”が輝く社会をめざして～

令和7年2月20日にオンラインで開催された本セミナーでは、基調講演とシンポジウムを通して「社会参加の多様性」について多角的な議論が行われました。

基調講演では、社会参加は一つの形に限定されるものではなく、本人が望む活動や意味づけに基づいて多様に存在すること、そしてその選択を支える意思決定支援の重要性が示されました。

シンポジウムでは、当事者・企業・福祉サービス・就業支援の各立場から実践が語られました。働くことは、収入の確保だけでなく、役割の再獲得や自己肯定感の回復につながるという視点が共有され、就労の場で“その人らしさ”をどう守り、どう活かすかが議論されました。また、ピアサポートは専門職を目指すものではなく、経験に基づく支援だからこそ生まれる信頼や共感があることが強調されました。

議論を通して浮かび上がったのは、「多様性とは個別性である」という視点です。社会参加の形が人それぞれ異なるように、リカバリーの形もまた一人ひとり違います。就労支援においても、働き方や役割の選択は本人の価値観に基づくべきであり、支援者に求められるのは、その人が大切にしている価値やペースを丁寧に汲み取り、選択と参加を後押しする姿勢です。

全体を通してそれぞれが大切にしている価値観を軸に意見を交わし、共通の視点で支援を語り合う姿に強く心を動かされました。多様な実践が交わる場に立ち会い、支援の未来に向けて前向きな力をもらえるセミナーでした。

令和7年度

新潟県精神医療・保健・福祉関係者合同実践セミナー

全体テーマ
「社会参加の多様性について考える
～一人ひとりの“らしさ”が輝く社会をめざして～」



日時 令和8年2月20日(金)
午前10時30分から午後3時30分まで

オンライン配信

主 新潟県精神医療機関協議会・NPO法人新潟県精神保健福祉家族会連合会
新潟県精神保健福祉士協会・新潟県精神障害者社会福祉施設協議会
催 新潟県精神保健福祉センター

表紙の絵

作品名：「サバンナを駆ける」

作者：たまごやき

お知らせ

日本高次脳機能障害者の会全国大会 2026in 新潟 開催

高次脳機能障害者の家族会が運営する全国大会が新潟市を会場に開催されます。家族会員でなくても参加できますので、ぜひご参加ください。

開催日時：令和8年10月3日(土)

会場：ANAクラウンプラザホテル新潟

テーマ：「一人じゃないよ！～途切れない寄り添う支援をめざして～」

