精神保健福祉だより にいがた

Ｎｏ．１２８

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/seishin/1219773657991.html

2013. 12. 2 発行

巻頭言

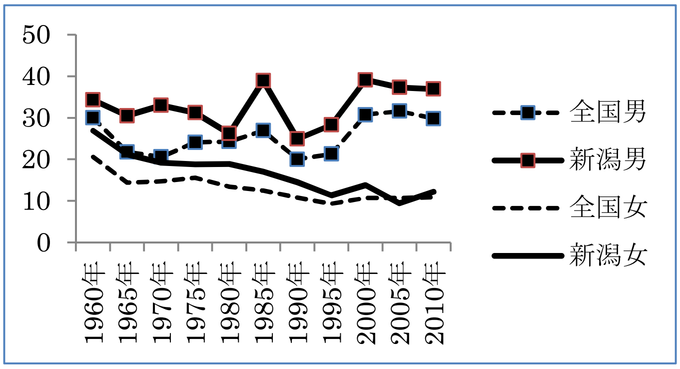
あらためて自殺率を考える

新潟県精神保健福祉センター　所長　阿部　俊幸

先日発表された平成 24 年人口動態統計確定値では当県の自殺率は 26.4（人口 10 万対）で、全国都道府県順位は 47 都道府県中ワースト 2 位でした。

ところで自殺率にはもうひとつ年齢調整自殺率があり、年齢構成の異なる地域の比較にはそちらを用いるのが適切と考えられています。各都道府県別の年齢調整自殺率は 5 年ごとに公表されており、平成 22 年の当県は男性 36.9、女性 12.2 で同順位はそれぞれワースト 6 位、12 位でした。その推移（1960～2010）を全国平均と比較したグラフ（図）は男女でかなり様相が異なっており、男性は全国平均より高いところで推移しているのに対し、女性では差は縮まり、近年は全国平均とほぼ同等です。

この男女の違いはどこから生まれるのでしょうか。やや唐突かもしれませんが、私にはアルコールが関係しているのではと思えてなりません。男性の都道府県別年齢調整自殺率は国税庁が発表する都道府県別の酒類消費量から推定した 1 人あたり純アルコール消費量と正の相関があり（相関係数は 0.58）、また多目的コホート研究（略称、JPHC）でも全国 9 地域の男性約 4 万人を調査した結果、定期的に飲む人では飲酒量の多いグループほど自殺リスクが高くなる傾向を認めています。今後アルコールにどう対処していくかが自殺対策の焦点になっていくのではないでしょうか。



図、性別年齢調整自殺率の推移（全国、新潟県）

目　次

●巻頭言・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1
●特集「ひきこもり支援の取組み」・・・・・・・・・2
・新潟県ひきこもり地域支援センター・・・・・2
・精神保健福祉センターの取組み・・・・・・・3
・家族会について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
●インフォメーション・・・・・・・・・・・・・・・・・・6

特集　ひきこもり支援の取組みについて

平成22年2月に内閣府が行った調査結果では、全国のひきこもりの子ども・若者は70万人に上っています。今回の特集は、新潟県のひきこもり支援の取組みについて取り上げます。

1　新潟県ひきこもり地域支援センターについて

新潟県福祉保健部障害福祉課いのちとこころの支援室

■新潟県ひきこもり地域支援センターの開設

県内のひきこもりの実数は把握できていませんが、ひきこもりは不登校との関連が深く、支援が途切れやすく長期化する傾向にあります。

このため、新潟県では、就学、就労の問題など様々な要因によりひきこもりを続けている当事者やその家族等に対し、専門的な相談を早期に行うなどの支援を一層強化するため、平成25年4月17日障害福祉課内に「新潟県ひきこもり地域支援センター」（以下、「ひきこもりセンター」）を開設しました。

ひきこもりセンターでは、「専門相談」、「関係機関職員等研修」、「ひきこもり対策連絡協議会」、「普及啓発」についての事業を行っています。

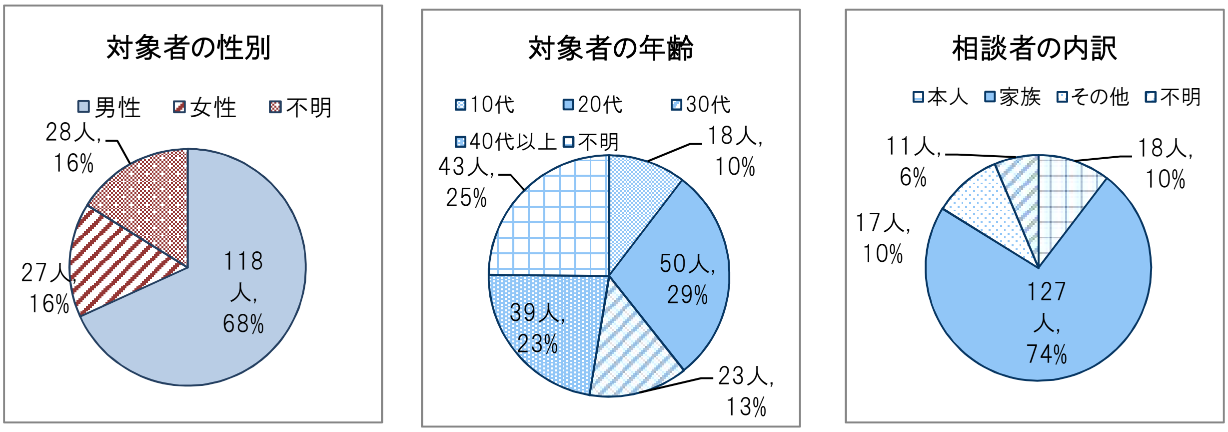
専門相談については、精神保健福祉センターに「ひきこもり相談ダイヤル（相談専用）」を設置し、相談対応を行っています。ご相談に対しては、その内容に応じ、精神保健福祉センターにおいて来所や訪問相談を行っていますが、より身近な相談機関での支援が必要と思われる場合は最寄りの保健所等へつなぎ、連携して対応しています。

■ひきこもり相談ダイヤルの実績

相談実績は、開設から9月末までの間で、延べ173件の相談電話が寄せられています。相談者で一番多いのはご家族ですが、ご本人からのお電話も1割程度頂いています。

また、対象者の性別では女性に比べ男性が多く、全体の68%を占めています。年齢別では、不明を除くと20歳代が最も多く50人で、10～20歳代の若年層の相談が全体の39%を占めています。

ひきこもり相談ダイヤル相談実績（H25.4.17～H25.9.30）



■最後に

これから「ひきこもり講演会」（普及啓発事業）や「ひきこもり対策連絡協議会」の開催等も予定されております。今後ともひきこもりセンターの業務について、ご理解とご協力を頂けますようお願いいたします。また、ひきこもりで悩んでいる方がいらしたら、ぜひ下記の「ひきこもり相談ダイヤル」をご紹介ください。

ひきこもり相談ダイヤル

０２５ ―２８４ ―１００１ （相談専用）

受付時間：月曜日から金曜日 8:30～17:00（祝日・年末年始 除く）
（＊精神保健福祉センターの相談員が対応いたします）

対象者　新潟県内の ひきこもり でお悩みのご本人、ご家族等
＊新潟市内にお住まいの方は「新潟市ひきこもり相談支援センター（受付時間：火～土曜日 9:00～18:00)」をご利用ください。

相談方法　まずは相談ダイヤルにお電話ください。
相談内容に応じ、来所相談や地域での訪問相談、ほかの適切な関係機関とつながるよう支援も行います。
＊相談は無料です。電話代等は相談者の負担となります。

所在地
ひきこもり相談窓口：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

２　精神保健福祉センターにおけるひきこもり支援

当所では、従前より思春期精神保健相談事業の一環としてひきこもりへの支援を行っています。今年４月開設の「新潟県ひきこもり地域支援センター」を支援するため、「ひきこもり相談ダイヤル」を新設するとともに、今年度から一般県民向けの「ひきこもり講演会」を新たに開催を予定し、「支援者向け研修会」の実施についても力を入れているところです。

ご本人やご家族等からの相談

ひきこもりに関するご相談は、「ひきこもり相談ダイヤル」や、当所の相談ダイヤル（電話０２５－２８０－０１１３）でお受けしています。相談内容に応じ、来所相談（要予約）や地域での訪問相談、ほかの適切な関係機関とつながるよう支援も行います。

当事者グループ「シエスタ」

対象：人と付き合うのが苦手、話ができる友達がいない、等の悩みがある方
目的：社会参加のきっかけにする等
日時：毎週水曜午前 10 時から 11 時 30 分まで
内容：グループ活動（話し合い、スポーツ等）

ひきこもり家族交流会

ひきこもりのご家族の集いの場です。近況を報告しあい、家では語れない悩みや迷いを話し合っています（年 3 回実施）。

精神科医師による思春期相談会

【対象】高校生以上

【会場及び日程】

① 当所（原則　毎月第４火曜日）

② 新発田地域振興局健康福祉環境部

（原則　奇数月の第２木曜日）

いずれも予約制です。

電話０２５－２８０－０１１３（相談専用）にお電話ください。

ひきこもり講演会

対象：一般県民

日時：12 月 14 日

講師：筑波大学精神保健学　斎藤環　教授

※詳細は当所ホームページをご覧ください。

支援者向け研修会

思春期やひきこもりに関するテーマを取り上げ、支援者向け研修会を開催しています。今年度は、当所、新発田地域振興局、長岡地域振興局を会場に実施しました。

新発田地域振興局から実施状況について報告いたします。

「思春期研修会」実施報告

新発田地域振興局健康福祉環境部　主任　清野　美佐緒

新発田地域振興局健康福祉環境部では、平成 15 年度に思春期ひきこもり支援事業を立ち上げ、ひきこもり相談や家族教室、研修会等を実施してきました。平成 23 年度からはひきこもりに限定せず、思春期青年期の精神保健福祉に携わる関係者を対象に、支援技術の向上と関係機関のネットワークづくりを目的に研修会を開催しています。

今年度は8月 20 日に当部で開催し、不登校やひきこもりなどにおける家族支援をテーマに、新潟青陵大学看護福祉心理学部看護学科　斎藤まさ子准教授の講義とお子さんが不登校経験のある家族の体験発表を内容に、家族の心理や支援の在り方などについて学びました。参加者からは、これまで知らずにいた家族の思いを理解し、家族への関わり方を見直していきたいとの意見が多く寄せられていました。

また、講義や体験発表をもとに、参加者同士で意見交換も行い、それぞれの機関の機能や支援内容について情報共有しました。参加者は、中学や高校の教諭を始め、若者サポートステーション等の就労支援機関、相談支援事業所、市町保健師と様々であり、普段の業務で顔を合わす機会が少ない関係者同士が情報交換できる貴重な機会となりました。

今年度の研修会では、各々が他の関係機関と連携して支援を進めていきたいとの思いを持ちながらも、連絡しづらい状況にあることから、参加者から関係機関のネットワークの確立を望む意見が出ていました。

これまで、思春期青年期の精神保健福祉に携わる関係者を対象に、年１回研修会を開催し、精神疾患や関係機関の機能などについて理解を深めてきましたが、ネットワークづくりがなかなか進まない状況にあります。しかしながら、思春期青年期精神保健研修会は教育、医療、保健、福祉という様々な関係機関が集まる貴重な場であり、研修会で取り上げるテーマや進め方などを工夫し、思春期青年期の精神保健福祉に携わる関係機関が連携しよりよい支援が展開されるよう継続していきたいと思います。

３　家族会について

ひきこもりは、本人が相談に訪れることが難しく、家族の相談からひきこもり支援が始まることが多くみられます。家族は本人のもっとも身近な支援者ですが、ひきこもりが長期化する等、家族自身もつらい気持ちを抱えていることも少なくありません。家族支援を行っている機関の一つとして、KHJ にいがた「秋桜の会」の活動状況を報告していただきます。

ＫＨＪにいがた「秋桜の会」の活動現状について

ＮＰＯ法人　ＫＨＪにいがた「秋桜の会」理事長　三膳克弥

全国に 39 支部ある、唯一の全国組織のひきこもりの親の会で、当会はその新潟支部です。
「ひきこもり」への支援は、その特異性からいって、相談機関へ当事者が直接訪れることが少なく、親・家族などの相談から始まります。当事者と繋がるのに長い時間がかかりますので、どうしても親・家族への支援が重要になります。つまり親・家族への支援の延長上に当事者との関わりがあることになります。

新潟は南北に長い為、ＫＨＪにいがた「秋桜の会」は新潟本部、新発田支部、長岡支部、十日町支部、上越支部に分かれて各支部において月例会を行っています。活動は、新潟本部は、隔月で講師を招き講演会を行い、他の月は、勉強会、ピアカウンセリングを行っています。他の支部は、勉強会、ピアカウンセリングが中心の活動で、人数は 15～25 人位、会場によっては 4～6 人位の人数の時も有りますが、継続が大切と思います。

月例会でのピアカウンセリングでは、同じ悩みを持つ者同士が出会い、お互いに励まし合い、そして共感し、経験に基づいた話で、安心をして相談が出来て、ピアカウンセリングを通じて、どれだけ心が安らぎ、心強い勇気を貰っているか、それが間接的に当事者の社会参加を促していく活動です。

他の活動では、アウトリーチ事業が有ります。ひきこもり当事者へのアウトリーチは当然の事ですが、親のサポートも必要と思います。私たち親が行うアウトリーチと、他の人が行うアウトリーチの違いは、親の気持ちが解り、本音で話をする事が出来る事です。
尚、ひきこもり本人を支援する場所、支援者は多くいますが、親・家族を支援する場所、支援者が殆どいませんし、いないと思います。親でなければ解らない苦労などが有り、他の支援者には親の気持ちは決して解らない事です。ひきこもり本人が悩み、苦しんでいる事は皆が理解していますが、それと同じか、それ以上悩み、苦しんでいる親・家族が居る事をどの位の人が分かっているでしょうか？

親をサポートする事によって、親の気持ちが軽くなり、笑顔が出て、笑い声が出て、それがひきこもりの当事者に伝わり、天岩戸の神話の話に出てくる様になると思います。

親は最大の支援者だと思って会の活動をやっています。

ひきこもりは、背景も様々であり、教育、医療、保健、福祉という
様々な関係機関が、連携しながら協働して支援を行うことが必要です。
今後ともご協力をお願いいたします。

インフォメーション

●精神保健福祉センター研修会等予定

新潟県精神医療・保健・福祉関係者合同実践セミナー **テーマ「精神障害者の就労支援を考える」** 期日：平成 26 年２月 28 日（金） 会場：新潟ユニゾンプラザ　大研修室 内容：【基調講演】演　題「精神障害者の就労支援のあり方について（仮題）」 講　師　帝京大学医学部精神科学教室　教授　池淵　恵美　氏 【シンポジウム】就労支援の第一線の現場からの報告をもとに、支援のあり方を考える。 座　長　南浜病院　院長　後藤　雅博　氏 助言者　基調講演講師　池淵　恵美　氏
高次脳機能障害支援フォーラム 期日：平成 26 年３月８日（土） 会場：新潟市内（予定） 講師：神戸大学大学院保健学研究科客員教授　関　啓子　氏

●新着図書の御案内　　※貸出については精神保健福祉センターまでお問い合わせください。

自殺危機にある人への初期介入の実際 自殺予防の「ゲートキーパー」のスキルと養成	福島　喜代子　著	明石書店
災害時のこころケア サイコロジカル・ファーストエイド実践の手引き	アメリカ国立子どもトラウマティックストレス・ネットワーク アメリカ国立 PTSD センター 兵庫県こころのケアセンター(訳)	明石書店
精神科退院支援ハンドブック ガイドラインと実践的アプローチ	井上新平・安西信雄・池淵恵美　編	医学書院
ケア会議で学ぶ精神保健ケアマネジメント	野中　猛　著	中央法規
図説リカバリー　医療保健福祉のキーワード	野中　猛　著	中央法規
精神障がいピアサポーター 活動の実際と効果的な養成・育成プログラム	相川　章子　著	中央法規
元気回復行動プラン　WRAP	メアリー・エレン・コープランド著	道具箱
なるほど高次脳機能障害 誰にも起きる見えない障害	橋本　圭司　監修 朝日新聞厚生文化事業団　編	クリエイツかもがわ
「話せない」と言えるまで 言語聴覚士を襲った高次脳機能障害	関　啓子　著	医学書院
ひきこもり　町おこしに発つ	藤里町社会福祉協議会 秋田魁新報社　共同編集	秋田魁新報社
中高生のためのメンタル系サバイバルガイド	松本　俊彦　編	日本評論社
相談援助職の記録の書き方 短時間で適切な内容を表現するテクニック	八木　亜紀子　著	中央法規