

滋賀県精神保健福祉協会だより

編集発行：滋賀県精神保健福祉協会
〒525-0072 草津市笠山八丁目4番25号
滋賀県立精神医療センター気付
TEL/FAX 077(567)5250
http://www.mental-shiga.com
E-mail smental@ex.biwa.ne.jp

コロナ禍におけるメンタルヘルス

バイオメンタルクリニック 石黒 淳

二〇一九年十二月に新型コロナウイルスに
イルスに関する報道が始まった際
には、殆どの人が直接自らの生活に
影響することは無いと感じていた
ことでしょうか。しかし、事態はあつ
とつ間に変化し、全世界の人々の
社会活動や生活様式に多大なる影
響を及ぼすこととなりました。そ
の様な急激な変化の中で、人々は
様々な形で何らかのストレスを感
じざるを得なくなってきました。

コロナ感染症を恐れるということ
だけではなく、感染することで周囲
から疎外されるのではないかとの
不安、新しく登場したワクチンを接
種することへの不安、またコロナウ
イルスに対する衛生観念の差異に
よつて生じる人間関係の亀裂、行動
制限に伴つての経済不安、更には他
者との交流が制限されることでの

社会的孤立、など多種多様な心労
を抱えるに至つてきています。私た
ちはこのコロナ禍において、どの様
に考え、どの様に日常の生活を送つ
ていけばよいのでしょうか？

まず、大切なことは、メディアを
通じて二方向的に流される情報をそ
のまま受け止めるのではなく、表に
出ない情報を能動的に把握してい
こうとする姿勢であろうかと思ひ
ます。例えば、「東京で〇人感染者
が出ました」という情報は、「東京
の人口約一四〇〇万人の中で〇人の
陽性者が出ました」という風に受
け止める必要があります。「コロナ
禍でこれまでに△人の方が亡くな
りました」という情報を見る時に
日本では通常でも年間▲人の方が
亡くなつている中での△人であると
いうことを知っておかなければな

りません。世界に目を向けても、コ
ロナ陽性者数、死者数だけではなく、
世界中でどれだけの方がその他の
理由で亡くなつていのかを知つて
おくことはとても大切なことです。
災害や人災、貧困などの問題がど
れほど多くの命を奪つているのか、
そういつたこともこの機会に併せ
て学んでおくべきであると思ひま
す。人間は不安になると視野が狭
くなるものですから、絶えず視野
を広げておくことを意識するだけ
で、様々な不安に対して上手く対
処できるようになるものです。

更に「コロナ禍であるからこそ再確
認できることがあります。コロナ差
別とかコロナ警察とか、そういった
言葉が生み出される世の中だから
こそ、社会が分断しない様に、他者
を理解しようとする姿勢や他者へ
の思いやりなどの基本的な人間関
係の大切さに思いを馳せていく良
い機会にできるならば、禍を越えて、
私達はとても意義深い経験をして
いることになるでしょう。

統合失調症の理解に向けて

— 高校生の保健体育に統合失調症が追加されました —

滋賀医科大学 精神医学講座 尾 関 祐 二

令和四年度から高等学校生に対して新学習指導要領が実施されました。その中の一つ、保健体育偏で精神疾患が具体的に取り上げられるようになり、注目されています。具体的には「うつ病、統合失調症、不安症、摂食障害など」と記載されています。これまでも精神疾患はいわゆる偏見の対象となってきました。統合失調症もその一つです。

されています。つまり、多少なりとも後遺症が存在します。幻覚や妄想といった症状もあります。こうした症状は理解が難しく、何かしら避けて通りたくなるような印象があるようです。

もちろんその偏見が誤解に基づいていることは、実際にかかわる人たちは知っています。誤解の理由の一つは、症状を実感して理解することが難しいためかもしれません。

こうした症状・状態を上手く伝え、理解を得てゆくことが、社会復帰や自立と社会参加の促進における一つの要素のように思われます。身体障害の人たちの行動を例に見てみたいと思います。新潮新書の『人生はそれでも続く』には白井のり子さん（辻典子）のお話が出てきます。「典子は今」（松山善三監督）という映画を覚えておられるかもしれません。この本によるとのり子

さんが、二〇二二年ロンドンパリリンピックの際に「障害を一つの個性として捉えるようになった」「私の役目は終わったかな」と感じたそうです。のり子さんや多くの人たちの活動が実を結んだのだと思います。「五体不満足」というベストセラーで知られる乙武洋匡さんは、残念ながら社会から批判されるような立場になった時期がありました。

この時私は「乙武さんは手足の無い同情されるべきひと」といった雰囲気や世間からは全く感じませんでした。これは、乙武さんや周囲の人たちの行動が乙武さんを「普通の人」にしたのだと思います。

そしてその結果、「普通の義務」も生じることになりました。もちろん他者とは違った特徴に対して支援は必要で、まだまだ不十分な点があります。もちろんそうした働きかけが大切です。それを前提とした上で、一人の個性を持った人間

が「個性の一つとして病気にかかっている」状態になることが「本当の」理解の最終目標になるように感じます。

こう考えていくと、皆ができる範囲で交流の機会を作り続けることが新しい学習指導要領の目的である理解に達する道の一つになるのかもしれません。



家族の思い

～発病から九年の歩み～

滋賀県精神障害者家族会連合会 さざなみ じゅん

妻が激しい幻聴に襲われ眠れない日が続き、統合失調症で三ヶ月入院したのは九年前です。入院当初、何から始めたらいいのか、相談に乗ってくれる所はどこか分からず困ってしまっただが、入院家族の心理教室に参加し、ワーカーさんには自立支援サービスの手続き、障害年金や日頃の困り事まで聞いて頂きかなり落ち着きました。退院後はケア会議と呼ばれ本人と家族の思いをしっかりと聴いて頂き、今は通院と居宅介護、訪問看護、就労支援(B型)を受け、症状も大きく改善しています。

液検査と体重測定に加え、食事の糖質と脂質には注意し散歩も励行できるようにになりました。QOLシート(視える化)への記入は本人の励みとなっています。(四)家族会に誘われ「本人と家族にとって何でも話せ、信頼できる人があることが回復を早める大きな要因になる」とのPSWさんの言葉を信じてきた事などです。

この間、心が折れそうな時もありましたが、家族会のメンバーに聞いて頂き、私自身は趣味で気がぬける時間帯があり、病気のみ振り返られることが少なかった事も幸いでした。

これからも、二人三脚「諦めず、少しずつ」病気と付き合いたいと思っています。

項目	月	日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
生活日誌														
家族会														
通院														
就労														
散歩														
食事														
体重														
血糖														
脂質														
糖質														
その他														

地域生活を支える訪問看護

訪問看護ステーション和来やす 尾崎景子

訪問看護では、利用者さんが『自分らしく』自身の生活を組み立てていけるよう支援しています。利用者さんひとりひとりに合わせた生活(過ごし方)の工夫を一緒に考えることが重要な役割です。具体的には、「五時間以下の睡眠が二日続いている。悪化のサインかも…」「歯茎に痛みが出てきた。疲れのサインだから早めに休もう」など、その人特有の悪化の兆候や良い状態を保つための工夫を利用者さん自身が見つけていくことや上手な手の抜き方を知ることなどが挙げられます。良い状態の自分であるために、『自分で考え、判断し、行動していく』ための練習を生活の場で積み重ねるといふことを看護師と一緒にやります。また、日々の失敗や成功を一緒に経験し「ここにおいても大丈夫」と安心感が持てるよう支援を行っています。

切になります。だからといって、病気が生活の中心ではありません。地域で生活していくためには、病気や自分の特性とうまく付き合いつながら、大事にしている趣味や仕事、そして他者との交流が大切になります。利用者さんと家族の「こうなりたい」に寄り添い、「一緒にチャレンジし成長していく」ことを訪問看護では大切にしています。

訪問看護は主治医の指示によって利用できます。ぜひ、主治医や地域の市・町役場などに相談してみてください。

精神の病気は、早期に悪化の兆候に気づき、再発を防ぐことが大



精神科デイケアの目的と役割

滋賀県立精神医療センター 加藤 郁子

精神科デイケアとは、精神科医療機関に通院中の方が集まり、様々なプログラムを活用し、社会復帰・社会参加を目指し、リハビリテーションを行うところです。一九七四年に日本で初めて開始され、もうすぐ半世紀の歴史があります。

当時は家以外の居場所や再発防止の目的でのデイケアが多かったのですが、だんだんと疾患別、年代層別のように特化したデイケアも増えてきました。当センターにおいても、発達障害専門デイケアを立ち上げるなど、より利用される方のニーズに合ったプログラムを展開するよう工夫を重ねています。

担当職員は、医師、看護師、作業療法士、精神保健福祉士、公認心理師と多職種にわたり、支援をおこなうのも大きな特徴です。それぞれの専門性を活かしつつ、時に専門分野を超えたかわりが求められながらもチームで二丸となり支援していきます。私は作業療法士として、業務にあたっていますが、『人は、人や活動で元気になる』というコンセプトの下、作業療法士は常

に生活の観点から、その方にあつた活動を分析し提供することが専門です。そして環境、人が集まる集団の機能なども併せてさまざまな介入を考えることができます。

ここ数年は福祉サービスが充実し、地域に多くの社会復帰施設が出来てきました。医療と地域の中間的位置づけとして、利用者の病状をみながらも健康的な面を大事に利用者と共に希望をもって『地域で暮らす』を応援したいと思えます。



地域包括ケアシステムにおける多様な支援

認定NPO法人サタデーピア 夢工房 i f 廣部 哲也

現在、国が推進している「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」では、精神障害の有無や程度にかかわらず、地域の一員として安心して自分らしい暮らしをすることができるよう、医療、障害福祉・介護、住まい、社会参加（就労）、地域の助け合い、教育が包括的に確保されたシステムの構築が目指されています（参考：厚生労働省HP）。

この地域包括ケアシステムの中で「働く」ことは重要な機能のひとつであり、身近な場所での思いに対応できる多様な「働く場所」や多様な「働き方」を創出していくことが課題となります。

令和三年度障害福祉サービス等報酬改定で、就労移行支援・就労継続支援について、「在宅でのサービス利用」が一定の条件の下、報酬算定の対象となりました。

筆者の勤務する事業所においても、当初は新型コロナウイルス感染症防止の外出自粛等やむを得ず利用される方が多かったです。現在では

利用者それぞれが生活のペースや仕事内容から、自ら「在宅利用」を選択する流れに変化してきています。

また、上記改定においてピアサポーターの専門性、有効性が評価され、就労支援事業所等に「ピアサポーター体制・実施加算」が新設されました。経験者としての視点で、リカバリー体験を活かした助言や共に行動する支援の効果が期待されており、当事業所では今年度、県内で先駆けてピアサポーター実施加算に係る認可を受けました。ピアサポーターの役割（ロールモデル）を活かして、利用者一人一人の希望に沿った様々な支援を模索中です。

精神疾患（障害）は、疾患と障害を併せ持つと言われています。疾患に対する治療（医療サービス）はもちろんです、障害の程度に応じた支援（福祉サービス）も必要となるため、当事業所も地域のネットワークの一員として連携し、その役割を果たしていきたいと考えています。

救急病院における自殺未遂者支援事業

長浜赤十字病院 池田 周平

令和二年度小中高生の自殺者数は過去最多でした。令和三年度もそれに次ぐ自殺者を数え、コロナ禍を経て依然として高い数値を示しており、追い詰められてしまった若者たちの心を想うと痛ましく思います。

前号でご紹介させていただいたように当院における自殺未遂者支援の取り組みの中で、さまざまな状況に置かれた十代の若者の自殺未遂者に出会ってきました。その背景は各々異なるものの複雑なものばかりです。虐待を背景とした事例や、障害を抱える中で孤立した心境に置かれている事例など。

ご本人の同意のもとで、退院後ないし帰宅後の支援として自治体保健師との連携を図るべく病室を訪ねるのですが、その多くは大人への不信感が非常に強く、同意を得ることが困難です。急性期の医療機関であるため、時間をかけた信頼関係の構築が困難な背景もあるのですが、複雑な成長過程で培われた心のガードを下げることの難しさを日々感じています。また、家族が精神科受診や保健師支援を拒んでしまつていふ事態もありました。自殺、

精神科というワードが社会的スティングマとして作用してしまうことを恐れているのかもしれない。

そのような背景から、支援介入の同意は得られない中で、児童虐待防止法の適用と考え、虐待による要保護児童ないし環境調整が必要な要支援児童として、自治体の家庭児童相談室に協力を求めるといふ流れが多いのが実態です。

若者の自殺未遂者支援の実態を書き連ねましたが、大人の自殺未遂者の背景に被虐待歴等不適切な養育環境の中で過ごしてきた生活史が見出されることがあります。やはり誰かを頼ったり、自己表現を苦手にされているように見受けられるのです。

平成二十八年に改定された政府の自殺対策大綱の重点施策として「子ども・若者の自殺対策を更に推進する」が挙げられています。自殺未遂者支援の現場と実体験から、子ども若者への支援がひいては社会全体の自殺者数の減少につながるように感じています。これから子ども若者の十年後を想像して未来を諦めずに細く長い支援を紡いでいきたいと思えます。

社会復帰調整官と医療観察制度

大津保護観察所 社会復帰調整官 松永知行

社会復帰調整官は法務省の出先機関である全国の保護観察所に配置され、「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」に基づく医療観察制度の対象となつた人（以下「対象者」といいます。）の社会復帰を促進するため、医療機関や地域の関係機関等と連携しながら、その人の生活状況を見守りつつ、通院や服薬が継続できるよう適切な助言や指導を行ったり、地域において必要な支援を確保するためのコーディネートを行う専門職です。

そのため、対象者を見守りつつ、必要な助言や指導を行うほか、家族等からの相談に応じたり、関係機関等とケア会議を開催し、関係機関相互間の連携確保を図る「精神保健観察」があります。

①裁判所の求めに応じ、対象者の生活を取り巻く環境について調査を行う「生活環境の調査」、②指定医療機関に入院した対象者が、退院後の居住地等において円滑に社会復帰できるよう、関係機関とも連携しながら、退院後の住居や通院先の医療機関を確保するとともに、地域生活を支えるための援助体制の整備を進める「生活環境の調整」、③地域において継続的な医療を確保す

県内の医療観察の事件について、家族が被害者となるケースが多いという特徴があり、その結果、退院後被害者である家族との同居が困難で、新たな住居を確保しなければならぬ場合があります。また、対象者の精神疾患や障害のみならず、DVや高齢の親が要介護状態にあるなど、家庭内に多くの問題を抱えていることも少なくなく、地域関係機関の皆様と対象者を含めた家族全体の支援のあり方を検討しています。悩むことも多々あります。

社会復帰調整官は、対象者の社会復帰のために様々な機関に連携及び協力を依頼させていただいております。今後、当庁から御相談させていただいた際には、是非お力添えをいただくと幸いです。

(別 添)

令和4年度 事業計画

精神保健福祉に関する知識の普及啓発や調査研究および情報の提供等を広く県民に対し行なうことにより、精神医療保健福祉に関する理解を深め、精神しょうがい障がい者の社会復帰および自立と社会参加の促進を図っていきます。

障害のある人もない人も共に暮らしよい社会づくりを目指すことを目的とする精神医療保健福祉に関する普及啓発や精神障がい者の自立と社会参加の推進など、県民の精神医療保健福祉の保持および向上に寄与する事業を行ないます。

I 会議等の開催

- (1) 令和4年6月30日(木) 理事会 (県立精神保健福祉センター 研修室)
- (2) 令和4年7月 総会 (書面開催)

II 精神医療保健福祉に関する知識の普及啓発事業

- (1) 機関紙「滋賀県精神保健福祉協会だより」の発行
- (2) 精神医療保健福祉に関するリーフレットの発行
- (3) 若年層 自殺予防普及啓発事業の実施 (県委託事業)

III 精神医療保健福祉事業に功績のあった、者および団体への表彰

本協会長表彰を実施するとともに、厚生労働大臣、滋賀県知事、日本精神保健福祉連盟会長の各表彰に係る候補者を推薦する。

表彰式 期日未定 (自殺予防普及啓発事業と同一日で実施)

IV 精神保健福祉関係機関・団体等との連携および協力

こころの健康づくり、精神医療保健福祉の増進に寄与する関係事業について、積極的に共催・後援し、推進を図かる。

- (1) 日本断酒連盟
- (2) 滋賀県断酒同友会
- (3) 滋賀県精神障害者家族会連合会
- (4) 滋賀県障害者社会参加推進協議会
- (5) 滋賀県社会福祉協議会
- (6) 高政労働省、滋賀県、県内の地方公共団体
- (7) 滋賀県で開催される学会等の主催団体から依頼があったもの
- (8) 関連団体への理事等の派遣
- (9) 滋賀県障害者社会参加推進協議会主催 「障害者社会参加推進協議会会議」

令和4年度 滋賀県精神保健福祉協会 歳入歳出予算

(期間：令和4年4月1日から令和5年3月31日)

〔歳入〕

(単位：円)

項目	当 初 予算額	前年度当初 予算額	比較増減	積算説明 (内容)				
				会則の額		今年度の会員	歳入見込み	
会費	280,000	250,144	29,856	団体会員	10,000	円	登録 37件	15件
				個人会員	1,000	円	登録 90名	65名
				賛助団体	20,000	円	登録 4件	3件
				賛助個人	1,000	円	登録 5名	5名
助成金	500,000	560,000	△ 60,000	日本精神科病院協会滋賀県支部他				
広告料	60,000	60,000	0	広告および寄付等				
補助金	627,000	643,000	△ 16,000	県補助金				
受託事業費	1,500,000	1,500,000	0	委託事業費 (自殺予防・啓発資料作成)				
雑収入	9	9	0	預金利息				
前年度繰越金	941,349	1,092,071	△ 150,722	前年度からの繰越金				
合計	3,908,358	4,105,224	△ 196,866					

〔歳出〕

(単位：円)

項目	当 初 予算額	前年度当初 予算額	比較増減	科目 (内容)
1.運営費				
事務費	1,434,000	1,373,000	61,000	事務局職員賃金
	233,000	221,630	11,370	事務局職員共済費
	0	0	0	事務局職員退職金共済会費
	28,000	20,000	8,000	事務局職員出張旅費
	30,000	20,594	9,406	事務用消耗品 (文房具・修繕費等)
	188,000	200,000	△ 12,000	通信運搬費 (郵送料・電話代等)
	0	50,000	△ 50,000	備品購入費
	50,000	35,000	15,000	全国精神保健福祉協議会会費・各種負担金
	10,000	10,000	0	総会・理事会費 (湯茶・旅費等)
	50,000	10,000	40,000	理事会・全国精神保健福祉協議会等参加費
2.事業費				
啓発事業費	1,200,000	1,200,000	0	自殺予防啓発事業費
	500,000	503,000	△ 3,000	啓発資料作成費,会報誌、調査研究、その他の事業
3.予備費				
予備費	185,358	462,000	△ 276,642	
合計	3,908,358	4,105,224	△ 196,866	

電話相談

[こころんだいやる] 077-524-2030
滋賀県子ども・子育て応援センター<受付時間:午前9時~午後9時>
[24時間子供SOSダイヤル]0120-0-78310

子どものこと
子育てのこと

自分のこと
家族のこと
友達のこと
いじめのこと
学校のこと
こころのこと

ひとりで
悩まないで

滋賀県

こころのサポートしが LINE相談



下のQRコードから
友だち登録待ってます!

<相談受付日時> 令和5年3月31日(金)まで
毎日 午後4時~午後10時



相談は無料です。相談内容など相談者の秘密を守ります。

つぶやき

◆コロナ禍がなかなか収まりません。3年目に入って、新しく登場したオミクロン株は、重症化率は低いものの、強い感染力で私たちの生活に浸透してきました。この夏、滋賀県でも1日感染者数が3000人を超える日がありました。猛暑の中エアコンをつけながら換気を徹底する生活が

続きました。秋口になってようやく第7波の陰りが見えてきましたが、冬場には第8波の到来が予想されます。コロナ後遺症として「咳」「息苦しさ」「倦怠感」「集中力低下」などがあるようです。ロング・コビットと呼ばれ、自己免疫反応等が関係している可能性があります。精神疾患の悪化、遷延化などと考えられてしまうかもしれません。

◆北京冬季オリンピックの終了を待つかのように、2月24日ロシアがウクライナ侵攻を始めました。東部の非ナチ化のための特別軍事作戦だというのですが、ウクライナのあらゆる生活基盤への無差別な攻撃を行っているようです。このような露骨な侵略行為が21世紀になっても堂々で行われることに驚きを禁じえません。国連安保理の常任理事国による国連憲章無視という事態に、国連の機能不全が明らかになりました。ロシアは西欧によるNATO軍事同盟の東方拡大を非難してきましたが、この侵略によってこれまで中立を守ってきたフィンランド、スウェーデンまでもNATO加盟申請するという逆効果を引き起こしています。

◆参議院選挙の最中の7月8日、街頭演説中の安倍元首相が銃撃され死亡しました。選挙期間中の事件のため、民主主義を蹂躪する暴挙と思われましたが、旧統一教会(世界平和統一家庭連合と改名)による法外な献金によって、家庭崩壊させられた被害者による復讐劇であったようです。この事件によってはからずも教団と政界との深いつながりが明るみに出ることになりました。国会議員だけでなく首長や地方議員にも、選挙などを通して深い関係が広がっているようです。政府自民党は、旧統一教会とは今後関わらないと表明していますが、この事態に対する納得のいく説明はなされておらず、漠然とした不安感が漂っています。

◆「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」の構築に向けた検討が進められています。今日では、いじめ・不登校、母子保健・子育て、高齢・介護、生活困窮者支援等の様々な領域において、メンタルヘルスの問題が表面化してきています。それらは、必ずしも精神障害とは言えないかも知れませんが、諸制度の谷間で苦しむことの無いようにする必要があります。精神障害の有無や程度にかかわらず、身近な地域で切れ目なくサービスを利用しながら、安心して暮らせるような社会システムを構築することが目指されています。

◆とりわけ、子どもをとりまく状況は深刻で、少子化、人口減少に歯止めがかかりません。子ども白書によれば、令和2年度には、児童虐待の相談対応件数や不登校、いわゆるネットいじめの件数が過去最多となったそうです。また子どもの自殺も増加傾向にあります。子どもの利益を第一に考え、子どもに関する取組・政策を我が国社会の真ん中に据えるべく、来年4月から「こども家庭庁」が創設されます。子どもと家庭は利益相反する場合もあることから、名称に家庭が入ったのは旧統一教会の影響があったという疑念を払拭し「こどもまんなか社会」に向けて進んでいければと思います。

(滋賀県精神科診療所協会 上ノ山)