

第96号 2018年2月 発行



しあわせ信州

心のたより

長野県精神保健福祉センター

〒380-0928 長野市若里 7-1-7
TEL 026-227-1810 / FAX 026-227-1170
E-mail withyou@pref.nagano.lg.jp
http://www.pref.nagano.lg.jp/seishin

こころのぎやらりー



作品名： 「カラフルな上田じょうにミステリーハンターの石井さんがきてロケをしているところ」
名 前： しみずたいすけ 掲載協力： NPO 法人リベルテ

作品によせて： 黒のマジックで絵の輪郭線を書き、お気に入りの色鉛筆をつかってカラフルに絵を仕上げます。上田城にミステリーハンターになったスタッフの石井さんが取材に行くところです。この上田城には天守閣があり、シャチホコの顔をスタッフにしてみました。

も く じ

● こころのぎやらりー	1	● はじめに	2
● 平成29年度精神保健福祉センターの事業から	3		
● 平成29年度精神障がい者スポーツ大会の報告			
「発達障がい支援のための資源ハンドブック第3版（2018）」発行に向けて			5
● 〈特集〉長野県における愛の鞭ゼロ作戦の展開	6		

はじめに

保健医療総合計画、自殺対策推進計画、アルコール健康障害対策推進計画などについて

長野県精神保健福祉センター所長 小泉 典章

医療計画の五疾患に精神疾患が入ってから、精神疾患医療体制の構築などを検討した本県における医療計画策定は2回目になります。当事者の状態に応じて、精神科医療や地域生活を支える機能や専門医療が提供できる機能について、他の疾患と同様に協議されるようになったことは、医療計画に精神疾患が加わった意義があったと考えられます。今回の計画では、精神疾患や施策に対しての受診可能な医療機関や拠点病院をできるだけ、明示できることが目標になっています。

国の自殺総合対策大綱が示され、都道府県が自殺対策推進計画を策定し、市町村も来年度中には計画策定することになります。長野県と県内の3か所のモデル市町村は今年度中に計画が策定されます。全国と同様、全体の自殺率が減っているにもかかわらず、本県でも、未成年の自殺率の高さがあげられます。そのために、中高生への「SOSの出し方に関する教育」の普及が計画されています。また、県が9月に2週間、中高校生から自殺やいじめなどの相談を「LINE（ライン）」上で受け付けたモデル事業では多くの相談が寄せられました。電話相談以上に、会員制交流サイト（SNS）で、「死にたい」という気持ちが示されることの重大性を考えなくてはなりません。ツイッターで自殺念慮がある人と悪意ある者が連絡を取ってしまうというような事件を絶対に防がなくてはなりません。

県アルコール健康障害対策推進計画では、アルコール健康障害の発生、進行、再発の防止とアルコール関連問題など飲酒によって起きる問題の解決のための対策が必要です。アルコール健康障害対策推進会議では、アルコール依存症患者が肝臓疾患などを患った場合、内科の受診にとどまり、依存症の治療をする精神科を受診できていない現状が指摘されました。そのために、今度の推進計画では、内科医と精神科医が連携するため、かかりつけ医向けの研修会を開催する提案が示されました。1月には当センターで企画し、久里浜医療センターの樋口進院長を講師に、長野市医師会でかかりつけ医向けの研修会を試行しました。

精神保健の虐待予防とも関係しますが、子育てでの体罰を無くすため、厚生労働省が今年度から展開している「愛の鞭ゼロ作戦」の全国初の検証を当センターと県内の数市町村とが協働し、実施しています。本号の巻末の特集頁をご覧ください。

平成29年度 精神保健福祉センターの事業から



社会復帰支援事業

「精神障がい者の社会復帰」は、「入院医療中心から地域生活中心へ」という基本理念のもと取り組まれています。また、地域の様々な関係機関が連携して「精神障がい者の社会復帰」を推進していくことが求められています。

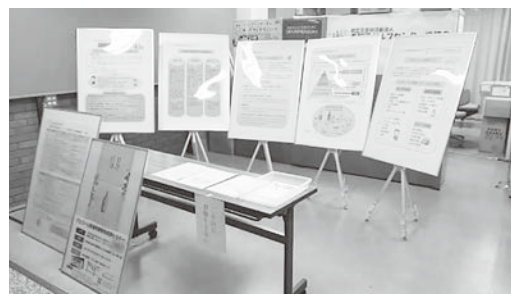
当センターでは、平成29年12月15日（金）に「精神障がい者地域移行推進研修会」を開催しました。また平成30年2月15日（木）に「精神障がい者就労支援研修会」を開催する予定です。



依存症対策事業

アルコール関連問題啓発週間：11月10日（金）～16日（木）

アルコール関連問題啓発週間に合わせて、当センターでは、アルコール関連問題に関するパネル展示および各種チラシの設置を行いました。



依存症関係機関研修会

※詳細は、ホームページをご覧ください。

（こころの医療センター駒ヶ根と共催）

日程・会場：平成30年3月3日（土）10：20～15：15 こころの医療センター駒ヶ根2階 大会議室
「アルコール関連問題の地域連携」をテーマにシンポジウム、事例検討を行う予定です。



自殺対策推進センター事業

第3次長野県自殺対策推進計画

現行の自殺対策推進計画が平成29年度に最終年度を迎えることから、平成30～34年度を期間とした第3次長野県自殺対策推進計画を策定中です。「誰も自殺に追い込まれることがなく、皆が幸せに生きることができる信州」の実現に向けて、基本施策と重点施策、9分野の生きる関連施策で構成されており、その中には、自殺対策推進センターの事業や役割も盛り込まれています。

市町村の自殺対策推進計画の支援

自殺対策推進センターの役割の1つとして、市町村自殺対策計画の策定及び、進捗管理・検証等への支援があります。それを受け、平成29年11月15日（水）に自殺防止地域関係者研修会を開催し、自殺総合対策推進センター長の本橋豊氏に「自治体における自殺対策推進計画の策定と実施方策」という演題でご講演いただきました。この中で、地域の自殺実態を把握し、地域特性に応じた市町村の自殺対策計画を策定するための具体的な方策について触れていただきました。

自殺企図者支援関係者研修会

※詳細は、ホームページをご覧ください

日程・会場：平成30年3月9日（金）13：30～16：00 県社会福祉総合センター3階 研修室
講師：長野赤十字病院医師 矢崎健彦氏 / 山梨県立中央病院精神保健福祉士 佐々木由里香氏



ひきこもり支援センター事業

ひきこもり支援関係者研修会

平成29年7月3日（月）、ひきこもり支援関係者研修会を開催しました。講師に徳島大学大学院社会産業理工学研究部准教授の境泉洋氏をお招きし、「CRAFTに基づくひきこもりの家族支援」と題して講演をしていただきました。その中で、家族自身の機能回復、ひきこもり本人と家族の関係回復、ひきこもり本人と社会をつなげる、ということをも目的とした家族支援の重要性を講義していただき、本人の望ましい行動を増やす家族の関わりについて、演習により学ぶことができました。

参加者の多くの方から、具体的な支援の方法を学ぶことができた、参考になったと評価していただき、家族支援の実践についての理解を深める研修になりました。



発達障がい者支援センター事業

発達障がい支援実践報告会について

平成29年11月16日（木）、信州大学松本キャンパス内の旭総合研究棟講義室をお借りして、実践報告会を開催しました。実践報告会は、毎年、県内各地の多様な支援の取り組みについて発表していただき、参加された方々に新しい支援のヒントを得ていただければと考えて企画しているものです。今回は、長野市にある「児童発達支援センターにじいろキッズらいふ」の支援と連携の取り組み、塩尻市の「元気っ子応援事業」の取り組み、上伊那圏域で行われている「上伊那圏域特別支援教育連携協議会」の地域連携の取り組みについて、ご発表をいただきました。各発表後の質疑応答の時間には、それぞれ活発なやりとりがかわされ、参加された方々の関心の高さが如実に表れていました。3題の発表後、信州大学医学部附属病院子どもこころ診療部部長本田秀夫氏に、発表に対するご助言とまとめの講義をいただきました。様々な領域の支援者や保護者の方々等131名の方が参加され、研修後アンケートでも多くの良い感想をいただきました。



市での「元気っ子応援事業」の取り組み、上伊那圏域で行われている「上伊那圏域特別支援教育連携協議会」の地域連携の取り組みについて、ご発表をいただきました。各発表後の質疑応答の時間には、それぞれ活発なやりとりがかわされ、参加された方々の関心の高さが如実に表れていました。3題の発表後、信州大学医学部附属病院子どもこころ診療部部長本田秀夫氏に、発表に対するご助言とまとめの講義をいただきました。様々な領域の支援者や保護者の方々等131名の方が参加され、研修後アンケートでも多くの良い感想をいただきました。

「発達障がい家族支援研修会」について

平成29年12月21日（木）、横浜市総合リハビリテーションセンター「ぴーす新横浜」園長日戸由刈氏から、「将来を見据えて子どもの今にとって何が必要か～家族を支援する専門職の役割と方法」というテーマでご講演いただきました。年末にも関わらず定員の倍以上の申し込みがあり、やむなく人数制限をさせていただきました。

発達障がいのお子さんを抱える家族にとって、今どう対応したらよいか重大な関心事であり、なかなか長期的な見通しを持つまでには至りません。支援者にはお子さんが成人となり社会に出たときにどんな姿で成長しているかという視点が不可欠です。今回の講師には、長期的な支援と幅広い年代の支援のご経験に基づき、その基本的で重要な視点について、お話しをしていただきました。



平成29年度精神障がい者スポーツ大会の報告

今年度の精神障がい者スポーツ大会（ソフトバレーボール競技）は例年どおり6月の地区大会から始まりました。今回参加した15チームは、県内3ヶ所で開催された地区大会で、県大会めざして好プレーを繰り広げました。どの会場でも、参加した選手の皆さんは日頃から一緒に活動している仲間とともに爽やかな汗をかき、楽しく過ごされた様子でした。そして、平成29年9月10日（日）、松本市を中心に第17回長野県障がい者スポーツ大会が開催されました。ソフトバレーボール競技は、朝日村を会場とし、地区大会を勝ち上がった7チームが熱戦を繰り広げました。7チームを2ブロックに分けて予選リーグを行い、それぞれ上位2チームが決勝トーナメントに進出しました。白熱したゲーム展開の末、見事に優勝を勝ち取ったのは、攻守ともに安定した力を発揮したRainbow 絆（絆の会）で、2年ぶりの栄冠を手に入れました。



《県大会結果》

- 1位 Rainbow 絆（絆の会）
- 2位 村井エンジェルズ（村井病院）
- 3位 ソーレ・リベルファ（篠ノ井橋病院）

全国大会へとつながる北信越・東海ブロック予選会は、平成29年6月17日（土）18日（日）に岐阜県で行われ、昨年度県大会優勝チームのチーム・メイプル（南信地域生活支援センター）が出場しました。チーム・メイプルは大会1日目の予選トーナメントで岐阜県代表チーム、浜松市代表チームを2-0のストレートで降し、大会2日目の決勝リーグに進みました。決勝リーグは3チームによる総当たり戦となり、チーム・メイプルは第1試合で名古屋市代表チームにストレート勝ちしましたが、第2試合は三重県代表チームに惜しくも敗れ準優勝となりました。三重県代表チーム、名古屋市代表チームはともに昨年度も決勝に進出したチームであり、本県代表チームの実力を感じさせてくれる結果となりました。最後に、大会運営にご協力いただいた皆様に感謝申し上げるとともに、今後も多くの方がスポーツを通じた交流に参加していただきますよう願っています。



「発達障がい支援のための資源ハンドブック第3版（2018）」発行に向けて

当センターでは、県内の支援情報をまとめた冊子を3年ごとに発行しており、現在最新の情報を掲載する「発達障がい支援のための資源ハンドブック第3版（2018）」の発行に向け準備を進めています。主な内容は、身近な地域で相談に対応していただける市町村・圏域の窓口情報のほか、医療、教育、就労等の支援機関、家族会等の情報も掲載する予定です。今回、発行に関わる調査を行うなかで、発達障がい診療を行っていただける医療機関が増えてきていることと、学齢期の発達支援の場である「放課後等デイサービス事業所」が増えてきていることは特筆できる点といえます。また、まだ数は少ないながらも、地域の中で工夫しながら活動している「当事者会」が数か所あり、その情報も把握できた範囲で掲載したいと考えています。

支援が必要な方々に適切なタイミングで的確な情報が提供されていくために、地域でお持ちの情報と併せて当ハンドブックをご活用いただければと考えています。加えて、県内の他の地域の支援の状況にも関心を持っていただき、新たな資源の拡充や、支援者並びに支援機関同士の連携を深めていくうえでもお役立ていただければと思います。ホームページにも掲載を予定しています。



〈特集〉長野県における「愛の鞭ゼロ作戦」の展開

児童虐待を疑い、児童相談所へ通告するケースは増加の一途をたどっています。今年度発行された「子どもを健やかに育むために～愛の鞭ゼロ作戦～」のリーフレットは、厚生労働科学研究班が虐待予防向けに作成した初めての啓発用資料です。

「愛の鞭ゼロ作戦」のリーフレットの前書きから引用します。

一見、体罰や暴言には効果があるように見えますが、恐怖により子どもをコントロールしているだけで、なぜ叱られたのか子どもが理解できていないこともあります。最初は「愛の鞭」のつもりでも、いつの間にか「虐待」へとエスカレートしてしまうこともあります。

このリーフレットでは、子育ての5つのポイントとして、①子育てに体罰や暴言を使わない、②子どもが親に恐怖を持つとSOSを伝えられない、③爆発寸前のイライラをクールダウン、④親自身がSOSを出そう、⑤子どもの気持ちと行動を分けて考え、育ちを応援、と述べられています。県内の児童相談所のスタッフによれば、「しつけか、虐待か」に悩んでいる親にとっても、このリーフレットはとても参考になるそうです。

保護者向けリーフレットの活用による行動変容について、長野県で国内初の予備的な検証をしました。（第23回日本子ども虐待防止学会学術集会ちば大会シンポジウムで発表）平成29年6月から、新生児訪問（こんにちは赤ちゃん事業）でリーフレットを配布しました。その後の4か月児健康診査時に得られた「健やか親子21」の虐待に関連する問診項目の回答を平成28年度のデータと比較したところ、「この数カ月の間にご家庭で『感情的な言葉で怒鳴った』ことはありましたか」という項目で明らかな減少が認められました。県内の近隣の同規模の市町村の同時期の比較データを調べたところ、前年とほとんど変わりありませんでした。リーフレット配布の介入の効果を示唆する結果でした。

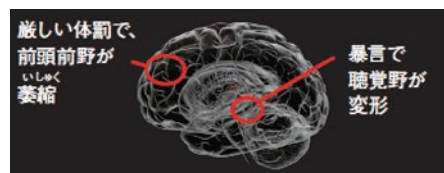
この作戦の先駆けとして協力してくださった、小諸市、佐久市、川上村、御代田町、立科町、東御市、駒ヶ根市、塩尻市、須坂市、千曲市の皆様に心より感謝します。



体罰・暴言は子どもの脳の発達に深刻な影響を及ぼします。

脳画像の研究により、子ども時代に辛い体験をした人は、脳に様々な変化を生じていることが報告されています。親は「愛の鞭」のつもりだったとしても、子どもには目に見えない大きなダメージを与えているかも知れないのです。

●子ども時代の辛い体験により傷つく脳



提供：福井大学 友田明美教授

- ・厳しい体罰により、前頭前野（社会生活に極めて重要な脳部位）の容積が19.1%減少
(Tomoda A et al., Neuroimage, 2009)
- ・言葉の暴力により、聴覚野（声や音を知覚する脳部位）が変形
(Tomoda A et al., Neuroimage, 2011)



愛の鞭ゼロ作戦のリーフレットは、健やか親子21のホームページにアップしています。

<http://sukoyaka21.jp/poster>

