

# 精神保健福祉瓦版ニュース No.216 冬号

2022.12



福島県精神保健福祉センター

TEL 024-535-3556 / FAX 024-533-2408

こころの健康相談ダイヤル 0570-064-556 (全国統一ナビダイヤル)

URL <http://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/21840a/>

この「精神保健福祉瓦版ニュース」は、精神保健福祉についての情報及び関係機関等の活動内容などを紹介するため、年4回程度発行しています。

## 主な内容

- 【特集】ピアサポーター活動支援事業の歩みと今後の展望 NPO 法人アイキャン
- 【トピックス】依存症相談拠点事業について 精神保健福祉センター依存症相談員
- 【トピックス】アウトリーチ推進事業研修会実施報告 地域精神保健福祉連携支援チーム
- 【コラム】「共感」は社会問題の対策を支える 自殺対策連携推進員 上里 彩夏
- 令和5年度事業計画(1~3月予定)



## 【特集】ピアサポーター活動支援事業の歩みと展望

～ 精神障がい者の「自助」と「援助」の両側面を備え持つ活動について ～

NPO 法人アイ・キャン

### 1. 精神障がい者ピアサポート事業の経緯

2011年、NPO法人アイ・キャン(以下、当法人)は福島県から事業委託を受け、ピアサポーター養成のための研修を開催しました。「障害のある人生に直面し、同じ立場や課題を経験したことを活かして仲間として支えること(岩崎、2017)」は、「自助」と「援助」の両側面に高いニーズがあり、その後、フォローアップ研修や事業所に向けた理解促進研修の実施に至りました。2016年からは、全国的にはまだまだ少数ではありましたが、有償でのピアサポート活動にも力をいれました。ピアサポーター養成研修を修了して障害福祉サービスを提供する事業所でピアサポーターとして雇用される取り組みです。事業所側へのニーズ調査では「雇用の必要性は理解できるが、継続雇用出来るかが不安」と意見をいただき、具体的なイメージづくりのための雇用促進を目的とした研修会や職場体験を計画して、数名のモデルケースを作ることが出来ました。当法人でも2名のピアサポーターが地域活動支援センター等で活躍し、ピアだから出来る

「視点」と「支援」は、大変有効なものであります。

2018年には、「つながり」をキーワードとし、多くのピアサポーターが様々な圏域で活躍できるように、交流会や情報交換会を積極的に取り入れました。その「つながり」のニーズは県内全域から県外にもひろがり、他県のピアサポーター団体との交流会も実現しました。

多くの活躍の場とサポーター同士の輪が広がり、未来への様々な展開を描いていましたが、2019年以降は、台風19号による豪雨災害や新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、事業として制限しております。積極的な取り組みが行えない状況ですが、「ピアサポーターになりたい」のニーズは非常に多く聞かれるため、今できる形で今年度も取り組んでおります。

## 2. 今年度の取り組みについて

今年度の運営チーム作りを行い、開催方法、日時、場所、内容に関して協議を行いました。今年度も初任者養成研修をはじめ、雇用促進研修を行いたいと考えております。

今年度計画は下記の通りです。

| 12月 | 1月 | 2月   | 3月     |
|-----|----|------|--------|
|     |    | 養成研修 | 雇用促進研修 |

コロナ禍での研修となるため、感染対策を行いながら皆さんが安心して参加できるよう心がけていきます。

## 3. 今後の展望

年々ピアサポーターの理解が深まってきてはいますが、今年度の障害福祉サービス報酬改定の中で、一部のサービスではピアサポーターの配置を加算要件としており、更に幅広い方にピアサポーターの存在を知っていただく機会となったかと思えます。

今後は、県内の福祉事業所や医療機関とより一体となり、ピアサポーターの役割の創出や雇用に対する体制作りに努めていきたいと考えています。



相談支援専門員 吉田真也  
三重堀綾華

## 【トピックス】依存症相談拠点事業について



依存症相談員

精神保健福祉センターでは、国の通知を受け、アルコール・薬物依存症等は「特定相談事業」として位置づけられた業務があり、依存問題に関する啓発普及、専門相談、研修、技術協力、組織育成などに取り組んできました。依存症相談というとこれまではアルコールや薬物などの物質依存症への対応が主な内容でしたが、ここ数年は、ギャンブルやネット、ゲームなどのプロセス依存症の相談が増加してきています。コロナ禍での『アルコール依存が増えた。』とか、『ネット・ゲームに依存的になっている子どもが増えた。』とか、まことしやかに言われ、依存症関連問題がコロナ禍と相まって社会問題としてさらに表面化してきているようにも感じます。

2020年4月に、当センターは福島県依存症相談拠点機関に指定されました。現在、依存症相談員2名（公認心理師・精神保健福祉士）を配置し、事業を展開しています。

### ① 依存問題の相談状況

昨年度からの電話相談、来所相談ともに、傾向としてアルコール、薬物問題のほかにギャンブル問題の相談が増加しています。また、最近では、ネット・ゲームの相談も急増しており、買い物、盗癖などの相談も寄せられています。それぞれの相談内容に応じて、スムーズに対応できるようスキルアップが求められます。

### ② 依存症患者・家族支援

ギャンブル等の問題を抱える本人の回復支援グループのプログラム（SAT-G）を実施しています。本人に対し、ギャンブル問題についての知識提供と問題改善のための適切な対応ができるようになること、また、同じ問題を抱える仲間と一緒に、ギャンブルに頼らない生き方について考える機会を提供することを目的として開催しています（プログラムの詳細については、当センターのHPをご参照ください。）。また、本人が利用している事業所のスタッフと一緒に参加できるプログラム（SAT-Gライト）も行っています。

薬物問題を抱える本人の回復プログラムとしては、SMARPP（スマープ）を実施しています。SMARPPは2006年に旧せりがや病院で開発され、その後全国に普及した薬物再使用防止プログラムです。内容としては、「依存症のメカニズムを学ぶ」、「欲望、渴望への対処法を身に着ける」、「回復への道のりを知る」など全24回になっています。参加者が共に語り合い、新しい生き方を互いに認め合いながら依存症からの回復を進めています。

依存症問題は家族を巻き込まれることが多く、家族は対応に苦慮されます。そのため、家族支援としてギャンブル家族ミーティング、薬物家族教室を開催しています。本人との向き合い

方、対処方法などCRAFTプログラム（Community Reinforcement And Family Training:コミュニティ強化法と家族トレーニング）を用いて実施しています。CRAFTは認知行動療法の理論と手法に基づくプログラムで、参加をとおして本人とのより良いコミュニケーションの方法を身につけ、家族自身も健康を取り戻すことが目標です。薬物家族教室のほうは、磐梯ダルクリカバリーハウスのご協力を得ながら実施しています。また、今年8月からは、ネット・ゲーム依存家族ミーティングも新たに開催し、参加者も増えてきています。

依存症の回復のためには自助グループへのつながりも重要です。センターではGA（ギャング・ブローズ・アノニマス）のオープンミーティングの場を提供しています。

### ③ 依存症専門相談

精神科医による専門相談、回復施設スタッフ（磐梯ダルクリカバリーハウス）による薬物に特化した専門相談を実施しています。相談には支援者（通所作業所、司法機関等）も同席されることもあり、本人の回復支援に携わっている複数の機関で情報共有し、今後の支援体制を話せる機会、依存症のコンサルテーションとの機能も担っています。

### ④ その他、関係機関とのネットワークづくり

2か月に1回、アディクションスタッフミーティングを開催し、依存症関連問題に携わる関係機関との顔の見える関係づくりを行っています。そうした連携を基盤に、福島保護観察所の「薬物再乱用防止プログラム」や「身元引受人会」「保護司会」への協力、福島刑務支所への「再犯防止プログラム」への協力など実践しています。

また、県内には、断酒会やアノニマスのグループなどたくさんの依存症関連の自助グループがありますが、それぞれのミーティング開催日を『アディクション伝言板』として、毎月発行し市町村、医療機関、相談機関に情報提供しています。コロナ禍でそれぞれの自助グループもミーティングの開催にあたっては本当に苦勞されていました。仲間の顔を見て、分かち合うことが命綱であるミーティング。コロナ禍で会場の閉鎖や参加人数制限、ソーシャルディスタンスでのミーティングはこれまでとは勝手が違っています。もちろん、オンラインミーティングなども開催されていますが、それを利用できる人ばかりでもないということも現実です。ミーティングがどれほど重要な存在であるかを痛感された方々も多かったと思います。そうした方々への支援の必要性があります。

これらの業務を通して、依存症問題でお困りの方々に対して、生活支援と医療が提供されるような連携体制の必要性を感じています。特にコロナ禍のための行動制限があり、タイムリーな支援が受けられないという相談がいくつもありました。それぞれの地域における依存症に関する情報や課題の共有を図り、支援の構築するしくみづくりが必要です。

先の見えないコロナ禍で、依存症が深刻化し、自死を選ぶ人も出てくるかもしれません。だからしないとか性格の問題とか家族が甘いなど依存症関連問題に関しての世間の偏見もありま

す。依存症関連問題が及ぼす影響は、本人、家族、社会にまで及びます。失業、貧困、犯罪、暴力(DV)や子どもの虐待などがからむ場合も多く、これらの問題を依存症者本人や家族はそのまま抱えて相談に来所されます。センターだけでは解決することはできません。複数の支援機関が連携してそれらの問題に対応しなければなりません。相談拠点として、関係機関とネットワーク・連携できるような体制をつくり、依存問題を抱えるご本人・ご家族への支援ができるよう努めていきたいと考えています。

どうぞ、今後の進め方について、ご意見やご希望をお聞かせください。そして、ご協力よろしくお願いたします。



## 【トピックス】アウトリーチ推進事業研修会実施報告



精神保健福祉センターアウトリーチチーム

レムキヤット  
ReMWCAT

地域精神保健福祉連携支援チーム

## アウトリーチ研修会

### を開催、

## 全国精神保健福祉センター研究協議会への参加

令和4年9月21日、今年度第1回目となるアウトリーチ研修会をオンライン形式で開催しました。県内各機関（市町村、医療機関、相談支援事業所、地域包括支援センター、保健福祉事務所等県機関など）から110名の方にご参加いただきました。

講師に、岡山県精神保健福祉センター所長 野口 正行先生をお迎えしました。「アウトリーチ支援における多重課題事例の対応」というテーマで、支援者としてどのように情報を整理し、関わりの方向性を見出すことができるのかについて、具体的な実践の紹介を交えながらご講演いただきました。

講演では、アウトリーチ支援における複合的な課題を抱えた精神障がい者への関わりや精神保健福祉の連携状況、ネットワークの目指す方向など、地域共生社会を目指す包括的な支援体制のあり方について幅広く学びました。

参加者からは、どのようにしたら支援者が多くなりチーム作りに繋がるか。個人情報はどこまでどなたと共有するものか。など多くの質問が出されました。野口先生からは、まず市の保健師と協力してやっていき、制度的に市町村との連携がスタートになること。支援者間での情報共有が必要な場面が多く悩ましいが、岡山県では本人の同意を得ることが難しい場合でも、必要に応じて「サービス調整会議」として情報共有しているとのことをお言葉をいただきました。また、複合的課題を有する事例へのアウトリーチ支援は、にも包括における重層的支援体制構築のための有効なツールで、アウトリーチとネットワークづくりのノウハウも今後一層の蓄積が望まれるとの総括をいただき大変実りの多い研修会となりました。

また、令和4年10月4日から6日にかけて山梨県で開催された、令和4年度全国保健福祉センタ

一長会、第58回全国精神保健福祉センター研究協議会へ参加しました。私たちは一般演題発表プログラムで、「福島県精神障がい者アウトリーチ推進事業の取組と評価-多機関ケース会議後に見立てたストレングス・支援計画の考察-」の発表を行いました。

参加者から、分析したデータの結果内容は、現場の実践から感じるものと同じかどうか。また福島県の今後のアウトリーチの展開についてうかがいたいとのご質問をいただきました。

私たちは、データの結果は現場の所感と概ね一致するものであるが、対象者の評価は絶対的な指標が存在しないので難しい側面があること。今後も多職種連携を行いながら、対象者を個別に評価し質的研究と連動しながら事業評価に結び付けたい旨を回答させていただきました。

他県の演題から学ぶことで全国の精神保健福祉行政の動向を理解する契機になり、さらに全国の精神保健福祉行政の関係者とコミュニケーションがとれる場があることは、私たちの事業を振り返るよい機会に繋がりました。

ここで得た知見を事業に活かし、地域生活の定着を促進するための支援体制の構築へ還元していきたいと思います。

#### 進捗状況

各圏域保健福祉事務所・中核市保健所より依頼を受け、アセスメント同行訪問・ケース会議・継続的同行訪問等の支援を行っております。

令和4年11月末日現在

支援件数68件(うち、支援継続中21件・支援終了47件)

アセスメント同行訪問 112回実施 109時間25分

ケース会議 515回実施 565時間20分

継続的同行訪問 353回実施 390時間50分

※今後とも私たち ReMWCAT の活動にご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます※



## 【コラム】「共感」は社会問題の対策を支える

自殺対策連携推進員 上里 彩夏

いじめ、虐待、DV、性暴力などの被害を受けたり、事件や災害について見聞きして不安になったり、生きづらさを感じたりしたとき、できるだけ早い時期に湧きあがった気持ちや苦悩を誰かに話すことが心の傷を回復するカギになります。

話すためには、話を聴いてくれる人、気持ちを受け止めてくれる人が必要ですが、その人は専門的な知識を持った医療関係者やカウンセラーである必要はありません。身の回りに居る誰か(例: 家族、学校の先生、友だち、近所の人)でよいのです。

優先すべきは原因究明や事実確認でなく、そのときどのような気持ちだったか当事者の話を共感的に聴くことです。

「共感」は、「あなたはそう思うんだね」と相手の気持ちを受け止める・認める・理解しようとする態度です。「同感」は、「わかるわかる!私も同じ気持ち!」と相手と同じように感じているという発信です。言葉自体は似ていますが、異なります。時折「相手の発言が受け入れられないときはどうすればよいのか」という悩みが挙げられますが、「共感」と「同感」を混同していると思われます。

一人ひとり考え方や感じ方は違うものです。家族関係でも友だち同士でも支援の場面においても、「同感」ではなく「共感」がポイントです。

共感的に話を聴くときに注目するのは、気持ち(感情)を表す言葉です。本人が感じた、不安、腹が立つ、悲しい、悔しい、寂しい、怖い、恥ずかしい、妬ましい、などの感情を、傷ついたときできるだけ早い段階で率直に表現することができないと、心の自然治癒力(レジリエンス)が失われていきます。無気力になったり、乱暴になったりして、時には自分や他人を傷つけることもあります。

悲しい気持ちになった時に「悲しかった」と言葉にして、身の回りに居る誰かに「悲しかったんだね」と受け止めてもらえたか。恥ずかしい気持ちになった時に「恥ずかしかった」と言葉にして、身の回りに居る誰かに「恥ずかしかったんだね」と受け止めてもらえたか。原因究明や事実確認やお説教や指導の前に、気持ちに共感してもらえた(受け止めてもらえた)かどうか、回復や問題解決に向かう支えになります。

できるだけ早い段階で気持ちを表現すること、併せて共感的に話を聴くことが両輪で推進されると、いじめ、虐待、DV、性暴力、依存症、自殺など様々な社会問題の予防や早期解決がしやすい社会になっていくと思います。



精神保健福祉センター令和5年1月～3月事業計画

| 項 目                             | 内 容   |
|---------------------------------|---|
| 特定相談                            | 日 時:1/5(木)1/19(木)2/2(木)2/16(木)3/9(木)開催予定<br>内 容:思春期における心の健康(対人関係の悩み・不登校など)<br>アディクション等に関する精神科医による相談 完全予約制   |
| テーマ別研修会                         | <b>【第2回】</b><br>日時:令和5年1月24日(月)午後<br>内容:ネット・ゲーム依存と発達障害<br>講師:愛知県医療療育総合センター中央病院<br>児童精神科 吉川徹先生<br><b>【第3回】</b><br>日時:令和5年2月1日(水)午後<br>内容:思春期のメンタルヘルス<br>講師:ふくしま医療センターこころの杜<br>副院長 井上祐紀先生 |
| 依存症専門相談                         | 日 時:精神科医相談:1/18(水)2/15(水)3/15(水)13:00～<br>専門相談員:1/11(水)2/1(水)3/1(水)13:00～<br>内 容:薬物等の乱用・依存に関する相談(本人・家族等)  |
| 薬物家族教室                          | 日 時:1/11(水)2/1(水)3/1(水)13:30～15:30<br>内 容:薬物問題等を抱えている家族の教室(CRAFT)   |
| ギャンブル<br>回復プログラム<br>(SAT-G、ライト) | 日 時:毎月1回程度開催 完全予約制<br>当センターでの事前面接が必要<br>内 容:本人対象のギャンブル依存からの回復プログラム  |
| ギャンブル家族<br>ミーティング               | 日 時:1/11(水)、2/8(水)、3/8(水)13:30～15:30<br>内 容:家族のための教室とミーティング(CRAFT)  |
| ネット・ゲーム依存家族ミ<br>ーティング           | 日 時:1/27(金)、2/24(金)13:30～15:30<br>内 容:家族のための教室とミーティング(CRAFT)  |
| アディクション<br>スタッフミーティング           | 目 的:依存症対応に関わる機関のスタッフの情報交換の場<br>日 時:2/17(金)場所:(当センター等)Zoom<br>内 容:事例検討、情報交換、講義、その他   |
| アディクション<br>伝言板                  | 依存症自助グループや行政が開催する事業などの情報提供<br>月1回発行   |

|                |                        |
|----------------|------------------------|
| 自殺対策<br>JJメルマガ | 支援者向けメールマガジン 月 1 回程度発行 |
|----------------|------------------------|

\*詳細はお問い合わせください。 連絡先 ☎024-535-3556\*