

2018年度（平成30年度）

こころの健康センター所報

（第30号）

群馬県こころの健康センター

は じ め に

このたび、群馬県こころの健康センターの平成30年度事業の取り組みにつきまして、所報を作成しましたのでお届けします。

私自身は当センターに平成30年4月より着任しましたので、平成30年度所報の「はじめに」を執筆している現在は、所長を拝命して1年半が過ぎるところになります。この間に少しずつ自分の立場、こころの健康センターの役割が見えるようになりました。臨床医として30年間当事者に向き合った時間とは、立ち位置の大きく違う業務です。群馬県の「精神保健医療福祉」を如何により良いものに構築していくかを考える毎日です。臨床医の立場は、医療を媒介にした当事者、家族との関わりという、ミクロの視点から「精神保健医療福祉」を見つめるものですが、行政職となった現在は、マクロの視点から見つめる必要性が出てきたということです。

平成16年に「精神保健医療福祉の改革ビジョン」が取りまとめられ、その基本理念は「入院医療中心から地域生活中心へ」というものでした。それ以降、国(厚労省)は、平成20～21年度「精神障害者地域移行支援特別対策事業」、平成22～26年度「精神障害者地域移行・地域定着支援事業」、平成23～25年度「精神障害者アウトリーチ推進事業」、平成27～28年度「長期入院精神障害者地域移行総合推進体制検証事業」、そして平成29年度より「精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築推進事業・構築支援事業」を施行しています。群馬県も遅ればせながら、令和元年度よりこの事業に参入しました。この事業の概要は、これまでの「入院医療中心から地域生活中心へ」、言い換えれば「入院中心主義」VS「地域医療主義」という2項対立ではなく、精神保健医療福祉を関係諸機関のより良い連携の元に向き上げ、精神障害者がリカバリーを主体とした豊かな人生が歩めるような地域を構築しようとするものです。例えば精神科医療は、欠かすことのできない重要ではあるが、様々な支援の一つということです。「事業の内容が分かりにくい。」「結局、精神科病院の病床削減施策の一つだろう。」等批判も多く聞かれます。私もこの事業にコミットしていますが、「言うは易く行うは難し。」の感は否めません。ただこの事業の有り様とこころの健康センターの有り様は極めて重なり合うものであり、私自身は、この事業を縦割りで見るとはならず、横串を刺すつもりで関わってまいりたいと考えています。

さて、群馬県こころの健康センター内では、精神保健福祉センターとしての実務、精神科救急情報センターとしての実務も質、量とも右肩上がりが増加し、その一方でスタッフの増員はなかなか望めない多忙な状況が続いております。そのような中でも、前回の所報で記したように、皆様のエンパワメント・センターと成れるように努力してまいります。改めて関係の皆様のご支援を感謝すると共に、今後のご理解、ご協力をお願いいたします。

令和元年10月

群馬県こころの健康センター所長 佐藤浩司

目 次

I 事業トピックス

- 1 平成30年度依存症県民セミナー 1
- 2 群馬県中学生版「SOSの出し方に関する教育」
プログラムの作成 2

II 概 要

- 1 沿革 4
- 2 所在地と施設概要 5
- 3 組織 6
- 4 職員内訳 7

III 実施状況

第1 精神保健福祉センター業務

- 1 教育研修 8
- 2 技術指導及び技術援助 10
- 3 広報普及活動 12
- 4 こころの県民講座 13
- 5 精神保健福祉相談 14
- 6 アルコール・薬物・ギャンブル関連問題事業 22
- 7 思春期相談 26
- 8 自殺対策事業 27
- 9 精神障害者保健福祉手帳 33
- 10 自立支援医療費(精神通院医療) 33
- 11 精神医療審査会 34
- 12 退院請求等の受付 35
- 13 関係機関との連携及び組織の育成 37
- 14 こころの緊急支援事業 40
- 15 ひきこもり支援センター事業 41

第2 精神科救急情報センター業務

- 1 精神科救急情報センターの活動 46
- 2 精神科救急情報センターの体制 46
- 3 精神科救急情報センターの主な業務 46
- 4 精神科救急情報センター業務の実績 47
- 5 措置入院者の退院後支援 54

IV 学会発表・調査研究

- 1 学会発表等一覧 56

V 実習・視察

- 1 実習及び視察等一覧 57

VI 公表資料・印刷物

- 1 公表資料・印刷物一覧 58

I 事業トピックス

1 平成30年度依存症県民セミナー

平成31年2月24日（日）、初めての「依存症県民セミナー」を群馬会館で開催し、一般県民や医療・保健・福祉関係者など、285名の参加がありました。

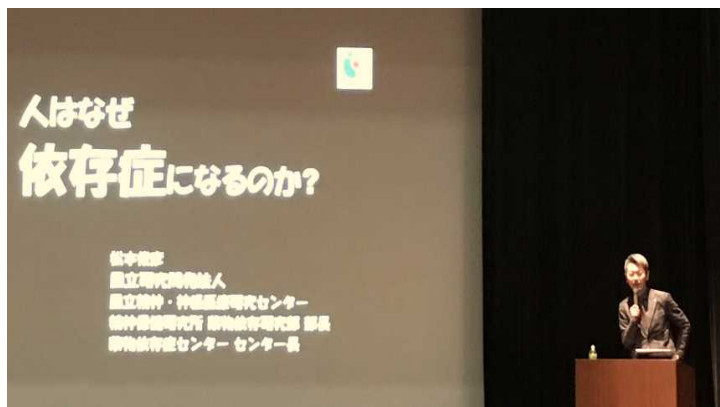
依存症は、治療的対応が必要な病気であるにもかかわらず、当事者は病気との認識にいたらないことが多く、家族や身近な人は暴力や違法行為を含む様々なトラブルから相談に繋がりにくい特徴があります。そこで、支援者を含む多くの県民に、まずは依存症やその回復について知っていただこうと「知って欲しい！依存症のこと」をテーマに開催しました。

第1部は、「ダルクにおける回復支援」と題し、NPO法人アパリ群馬ダルク代表 山本大氏からは、「1回で上手くいく人は少ない。失敗は回復のプロセスと考え、失敗に寄り添うこと、孤立させないこと、仲間と繋がることが大切。その人に合った人生や居場所を探せばよい。」との講演がありました。



また、薬物依存症から回復している人を知って欲しいと藤岡ダルクメンバーによるエイサー演舞の披露がありました。素晴らしい演舞で、アンケートからは「笑顔がとても感動」「自信に満ちあふれた顔が印象的」「思わず泣いた」など、多くの感想が寄せられ、93%が満足と回答しました。

第2部は「人はなぜ依存症になるのか」と題し、国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所薬物依存研究部の松本俊彦氏に御講演いただきました。松本氏は「依存することで、痛み、悩み、不安を軽減させている」とネズミの実験を例に示し、辛い現実があると回復しにくいこと、豊かな回復のためには同じ問題を抱えながら伴奏してくれる仲間が必要であることを講義され、支援者には多くの回復者の姿を見てほしいと話されました。アンケートは、分かりやすい説明、熱意に引き込まれましたなどと、94%が満足と回答しました。



2 群馬県中学生版「SOSの出し方に関する教育」プログラムの作成

<プログラム作成の経緯>

若年者の自殺対策は重要な課題であり、自殺総合対策大綱や文部科学省初等中等教育局児童生徒課長と厚生労働省大臣官房参事官の連名により発出された「児童生徒の自殺予防に向けた困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育の推進について（通知）」（平成30年1月23日付）において、「SOSの出し方に関する教育の推進」が明記されました。

そこで、当センターは、学校現場でのSOSの出し方に関する教育の取り組みを支援するため、「SOSの出し方教育検討会」を立ち上げ、群馬県教育委員会の協力の下、中学生版プログラムを作成することとしました。

<「SOSの出し方教育検討会」の設置とプログラム作成の経過>

SOSの出し方教育検討会（以下「検討会」という。）は、当センターの保健師2名、事務職1名及び義務教育を所管している群馬県教育委員会義務教育課と学校保健を所管している同教育委員会健康体育課の職員1名ずつ、そして義務教育課に依頼し、スクールカウンセラーとスクールソーシャルワーカー1名ずつを推薦してもらい、計7名で検討を行いました。

既に、いくつかの自治体等で取組が始まっており、群馬県版プログラムは、東京都教育委員会が作成したSOSの出し方に関する教育プログラム「自分を大切にしよう」を原案として検討を進めました。

検討会は、平成30年6月、7月、8月に1回ずつ開催し検討を行い、プログラム（案）を作成し、平成31年1月から2月にかけて県内の中学校3クラスにおいてモデル授業を実施しました。モデル授業実施後に意見交換を行い、プログラムをブラッシュアップし最終的な完成に至りました。

<プログラムの内容>

1 題 材

「自分を大切にしよう ～こころのSOSの出し方、受け止め方～」

2 ねらい

自分がかげがえのない存在であることに気づくとともに、ストレスへの様々な対処方法を理解し、現在起きている危機的状況、又は起こり得る危機的状況に対応するための援助希求行動について考えることができる。

3 流 れ

導入講話前半（7分）⇒ ワーク（20分）⇒ 講話後半（10分）⇒ ^{まとめ}実践目標の決定（13分）

4 プログラムの特徴

- ・授業の1コマで実施できる
- ・ティーム・ティーチングで行う
- ・パワーポイントで写した映像に沿って、原稿を読み上げながら授業を進める
- ・途中でワークを行い、ストレスに関する様々な対処法などを友だちと共有する
- ・スクールカウンセラー等が授業に参加することで、相談できる大人がたくさんいることを知ることができる
- ・授業の終わりに相談機関の一覧を配布することで、家庭や学校の他にも相談できる場所があることを知ることができる

5 教材の内容

- ・パワーポイント
- ・学習指導案
- ・コンテ
- ・ワークシート
- ・相談機関一覧
- ・SOSカード

<関係機関への周知等>

1 指導用資料の作成及び配布

作成した教材を掲載した冊子に、教材のファイルを保存したCDを添付した「指導用資料」を関係機関へ配布しました。

配布先は県義務教育課・健康体育課等の教育委員会各課や市町村教育委員会、各教育事務所、小中学校、高等学校、特別支援学校の他、保健福祉事務所や市町村としました。学校関係の配布にあたっては、県義務教育課・高校教育課・特別支援教育課のご協力をいただきました。

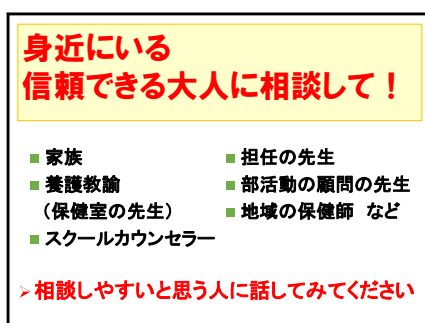
2 普及啓発（令和元年度実施）

県義務教育課が開催する「中学校生徒指導対策協議会」「小学校生徒指導対策協議会」において、プログラム作成の経緯と目的等を説明し、実際に県義務教育課の指導主事が担任教師役、センター保健師が保健師役となって模擬授業を行いました。出席者の感想から、先生方の関心が高いことが伺えました。

また、センターからは各市町村に対し、中学校からの依頼があった際には可能な範囲で協力してもらえようお願ひし、市町村の連絡先窓口を県義務教育課を通じて中学校へ情報提供しました。

この他、市町村保健師等を対象とした「ゲートキーパー養成等指導者研修会」を県内4カ所で開催する際に、このプログラム使用した模擬授業を実施し、イメージしてもらえよう働きかけました。

[スライド]



II 概要

1 沿革

昭和60年10月11日	「群馬県精神衛生センターの設置及び管理に関する条例」制定
昭和60年12月10日	群馬県精神衛生センター竣工
昭和60年12月17日	「群馬県精神衛生センターの設置及び管理に関する条例 施行規則」制定
昭和61年 1月 1日	群馬県精神衛生センター開設
昭和63年 7月 1日	群馬県精神保健センターに改称
平成 2年11月 5日	こころの電話相談開始
平成 3年 4月 1日	アルコール来所相談開始
平成 7年10月17日	群馬県精神保健福祉センターに改称
平成11年 4月 1日	思春期来所相談開始
平成12年 4月 1日	薬物依存来所相談開始
平成13年 4月 1日	群馬県精神科救急情報センターを設置
平成14年 4月 1日	群馬県こころの健康センターに改称
平成14年 4月 1日	メール相談開始
平成14年 4月 1日	精神保健福祉法の改正により精神医療審査会事務が移管
平成14年10月 1日	高次脳機能障害来所相談開始
平成16年 1月 1日	群馬県精神科救急情報センターを規則により設置
平成16年 4月 1日	群馬県精神科救急情報センターが本格的に稼働
平成16年 4月 1日	ひきこもり相談開始
平成17年 4月 1日	組織改正により群馬県こころの健康センターと群馬県精神科救急 情報センターを一体化
平成18年10月 1日	若年認知症来所相談開始
平成20年 1月11日	自死遺族来所相談開始
平成20年 3月14日	自死遺族交流会開始
平成22年 2月 1日	こころの緊急支援事業（CRP）試行開始
平成22年 9月30日	会議室（別棟）竣工
平成22年10月 1日	こころの緊急支援事業（CRP）開始
平成26年 6月 1日	ひきこもり支援センター開設
平成29年 4月 1日	自殺対策推進センター開設

2 所在地と施設概要

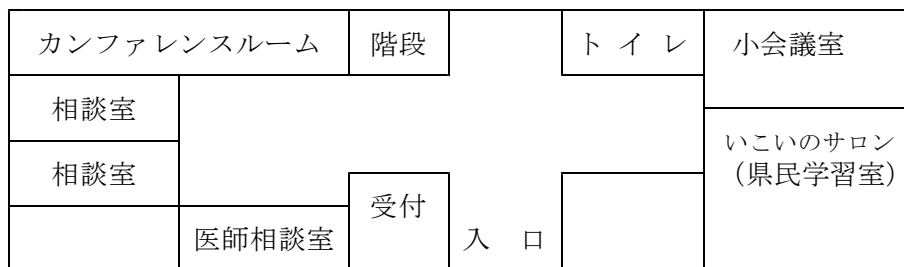
- (1) 所在地 〒379-2166 前橋市野中町368
- (2) 電話等
代表電話 027-263-1166
電話相談専用 027-263-1156
FAX 027-261-9912
- (3) ホームページ <http://www.pref.gunma.jp>
- (4) e-mail kokoro@pref.gunma.lg.jp
- (5) 敷地面積 3,454㎡
- (6) 建築面積 延べ970.90㎡（1階553.26㎡、2階314.03㎡、会議室(別棟)103.61㎡）
- (7) 構造 鉄筋コンクリート造2階建、軽量鉄骨造1階建（会議室(別棟)）



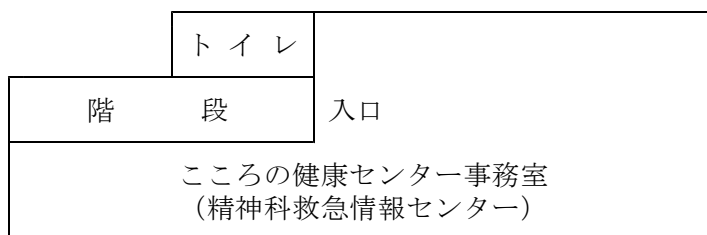
建物写真

(8) 平面図

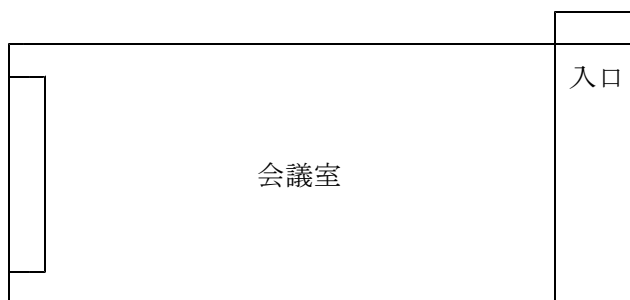
1階



2階

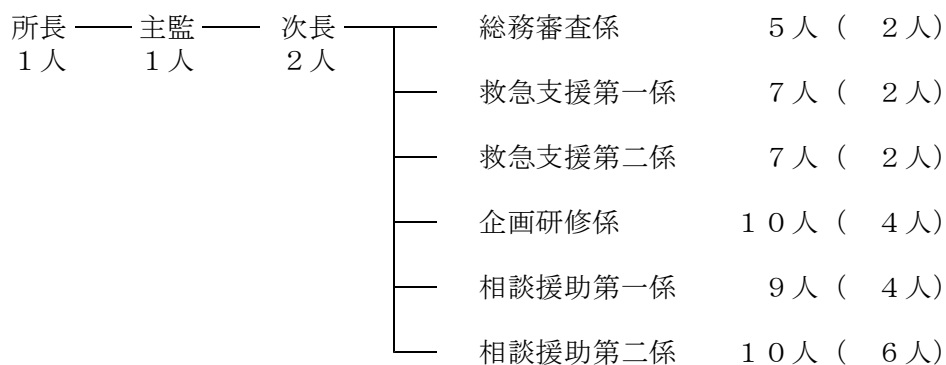


別棟



3 組織

業務の特性に応じ、次の6係で事業を推進した。
 なお、救急移送業務については、全職員体制で実施した。



合計 52人 (20人)

注1 人数は平成31年3月31日現在

注2 ()内は非常勤職員で内数

4 職員内訳

平成31年3月31日現在 (単位:人)

係名	職名	職種	常勤	非常勤		計	備考 ()は、非常勤職員で内数	
				嘱託	臨時			
所属長	所長	精神科医師	1			1		
	主監	事務	1			1		
次長	次長	事務	1			1		
	次長	保健師	1			1		
総務審査係	補佐(係長)	事務	1			1	事務 3 看護師 2(2)	
	主任	事務	1			1		
	主事	事務	1			1		
	嘱託	看護師		2		2		
	計		3	2		5		
救急支援第一係	技師長(係長)	保健師	1			1	事務 4(1) 医師 1 保健師 1 看護師 1(1)	
	技師長	精神科医師	1			1		
	主幹	事務	2			2		
	主事	事務	1			1		
	嘱託	看護師			1			1
		事務			1			1
計		5	2		7			
救急支援第二係	係長	事務	1			1	事務 4(1) 医師 1 保健師 1 看護師 1(1)	
	技師長	精神科医師	1			1		
	主幹	事務	1			1		
	主任	事務	1			1		
	技師	保健師	1			1		
	嘱託	看護師			1			1
		事務			1			1
計		5	2		7			
企画研修係	係長	事務	1			1	事務 3 保健師 4(1) 看護師 1(1) 精神保健福祉士 1(1) 心理 1(1)	
	主幹	保健師	2			2		
	主幹	事務	2			2		
	技師	保健師	1			1		
	嘱託	保健師			1			1
		看護師			1			1
		心理			1			1
		精神保健福祉士			1			1
計		6	4		10			
相談援助第一係	係長	保健師	1			1	保健師 3 看護師 1 心理 4(3) 精神保健福祉士 1(1)	
	主幹	看護師	1			1		
		保健師	1			1		
	主任	心理	1			1		
	技師	保健師	1			1		
	嘱託	心理			3			3
精神保健福祉士				1		1		
計		5	4		9			
相談援助第二係	係長	保健師	1			1	医師 4(3) 保健師 3 心理 2(2) 精神保健福祉士 1(1)	
	技師長	精神科医師	1			1		
	主幹	保健師	1			1		
	技師	保健師	1			1		
	嘱託	精神科医師			3			3
		心理			2			2
		精神保健福祉士			1			1
計		4	6		10			
合計	精神科医師		4	3		7		
	事務		14	2		16		
	保健師		12	1		13		
	看護師		1	5		6		
	心理		1	6		7		
	精神保健福祉士			3		3		
合計		32	20		52			

Ⅲ 実施状況

第1 精神保健福祉センター業務

1 教育研修

(1) 事業の目的

精神保健福祉行政を円滑に推進するため、精神保健福祉業務に従事する市町村、保健福祉事務所及び関係施設の職員等を対象に、資質や技術の向上を目的に基礎研修や専門研修等を実施した。

(2) 事業の実績

1) 精神保健福祉初任者研修Ⅰ、Ⅱ

対 象	日程	内容・講師等	出席者
新任の精神保健福祉担当者（市町村、保健福祉事務所、精神障害者福祉サービス事業者等の精神保健福祉業務に従事する新任（着任概ね3年以内）の職員）	研修Ⅰ H30 5/7 (月)	①精神疾患の理解を深める こころの健康センター職員 ②精神科病院の入院治療と退院後支援の枠組み 県立精神医療センター職員（精神保健福祉士） ③精神障害者のエンパワメント 社福）明清会 相談支援事業所 相談支援専門員 ④当事者からのメッセージ 精神障害当事者（ピアサポーター） 会場 群馬県立産業技術センター 第1・第2研修室	139人
	研修Ⅱ 5/21 (月)	①地域精神保健福祉相談の進め方と実際 こころの健康センター職員 ②精神障害者から相談を受ける（電話相談編） こころの健康センター職員 ③精神障害者から相談を受ける（対面相談編） こころの健康センター職員 会場 前橋市総合福祉会館 第1・第2会議室	97人

2) 精神保健福祉分野別研修（統合失調症の理解と地域支援）

対 象	日程	内容・講師・会場等	出席者
精神保健福祉担当者（関係行政機関並びに精神保健福祉関係業務に従事する職員等）	H31 2/20 (水)	①講義 「統合失調症を理解する」 講師 こころの健康センター所長 ②実践報告 「訪問看護による支援の実際」 講師 県立精神医療センター 訪問看護師 「相談支援事業所の支援の実際とピアサポーター活動から、地域での支援のあり方を考える」 講師 ヌア・リーベ相談支援事業所 相談支援専門員・ピアサポーター 会場 群馬県社会福祉総合センター大ホール	206人

3) 精神保健福祉専門研修（電話相談員研修会）

対 象	日 程	内 容 ・ 講 師 ・ 会 場 等	出 席 者
県内の相談機関で電話相談に従事する者	H30 12/11 (火)	講義・演習・グループワーク 「電話相談の基本と困難事例の対処方法」 講師 NPO法人メンタルケア協議会 理事 西村 由紀 氏 会場 群馬県健康づくり財団 大会議室	36人

2 技術指導及び技術援助

(1) 事業の目的

地域精神保健福祉活動を推進するため、精神保健福祉の専門の中核機関として、保健福祉事務所をはじめ各種関係機関に対して技術指導及び技術援助を行っている。

(2) 事業の実績

平成30年度の技術指導・援助件数は27件であり、対象者別出席者数は延べ2,004人であった。

No.	実施日	事業内容	主催者	対象者	出席者	対応種
1	H30 4/27(金)	公立高等学校・公立中学校・県立特別支援学校教育相談対策協議会講義：「みんなで取り組む自殺対策」	群馬県総合教育センター	県内公立高等学校の教育相談担当職員	110人	医師:1人 保健師:5人 事務職:2人
2	5/12(土)	さく心の健康講座：「自殺の予防について考える」	NPOウィズハートさく	一般住民、精神保健福祉関係者	250人	医師:1人
3	5/18(水)	障害支援区分認定調査員研修	県障害政策課	市町村、事業所の職員	94人	保健師:1人
4	6/15(金)	生活安全任用科教養における講義：「精神疾患の理解を深める」	県警本部生活安全部生活安全企画課	生活安全任用科生	12人	医師:1人
5	6/21(木)	自殺対策計画策定に伴う勉強会における講義：「精神科救急情報システム」	玉村町	玉村町職員	35人	保健師:1人
6	6/25(月)	みどり市自殺対策行動計画ワーキングにおける講演：「これからの自殺対策」	みどり市	みどり市職員	25人	保健師:1人
7	6/29(金)	人身安全関連事案対策専科教養における講義：「精神疾患の理解を深める」	県警本部生活安全部子ども・女性安全対策課	人身安全関連事案対策専科生等	22人	医師:1人
8	7/17(火)	発達障害及び知的障害を有する者に対する取調べ要領	県警本部刑事部刑事企画課	取り調べ担当警察官及び警察学校の学生	35人	医師:1人
9	8/ 7(火)	教育相談中級研修講座：「児童期・青年期の精神保健」	群馬県総合教育センター	教員	56人	医師:1人
10	8/ 9(木)	新任生徒指導主事研修：「悩みを抱える生徒への対応と関係機関との効果的な連携」	群馬県総合教育センター	教員（新任生徒指導主事）	57人	保健師:3人
11	9/ 6(木)	精神科訪問看護基本療育費算定要件研修会（精神科治療の動向・訪問看護技術）	県訪問看護ステーション連絡協議会	訪問看護師	70人	医師:1人 保健師:1人
12	9/ 7(金)	精神科訪問看護基本療育費算定要件研修会（精神科治療の動向）	県訪問看護ステーション連絡協議会	訪問看護師	70人	医師:1人
13	10/ 1(月)	日常生活自立支援事業専門員研修：「精神障害者の理解・特性」	群馬県社会福祉協議会	市町村社協職員	29人	保健師:1人 PSW:1人

No.	実施日	事業内容	主催者	対象者	出席者	対応種
14	10/ 9(火)	群馬つつじ会常任・理事会ミニ講演会：「群馬県の精神救急について」	群馬つつじ会	つつじ会会員	13人	医師:1人
15	10/20(土)	群馬精神医学会生涯教育研修会特別教育講演：「群馬県の精神科医療の現状と課題」	群馬大学医学部臨床大講堂	群馬精神医学会会員	100人	医師:1人
16	11/ 2(金)	消防職員専科教育「精神障害の救急医療」	消防学校	消防学校学生及び現役消防士	69人	医師:1人
17	11/ 2(金)	千代田町自殺対策ネットワーク推進協議会：「これからの自殺対策」	千代田町	ネットワーク推進協議会会員	23人	保健師:1人
18	11/ 9(金)	榛東村人権同和公開保育研究会講演会：「大人のひきこもりを防ぐ地域、行政、教育のあり方」	榛東村教育委員会	学校園教職員、保護者、一般村民	200人	医師:1人
19	11/19(月)	若年認知症ぐんま家族会 11月定例講演会：「群馬県こころの健康センターの役割」	若年認知症ぐんま家族会	若年認知症ぐんま家族会員	27人	医師:1人
20	11/29(木)	調整担当者研修：「子どもの成長・発達と生育環境」	群馬県中央児童相談所	市町村児童福祉担当部局職員	30人	医師:1人
21	11/30(金)	DV被害者を支援する人のための実務講座：「パーソナリティ障害の基礎知識と対応のポイント」	群馬県女性相談センター	女性相談員、市町村DV担当者	80人	医師:1人
22	12/12(水)	群馬地方協議会：「自殺対策について」	日本司法支援センター-群馬地方事務所	当事務所の関係機関	73人	保健師:1人
23	12/17(月)	県・市町村青少年相談担当職員研修会：「思春期・青年期の不登校・ひきこもり状態の理解と支援を考える」	群馬子ども・若者支援協議会	県内公立中学・高等学校の生徒指導担当教諭等	300人	医師:1人
24	12/21(金)	群馬大学医学部保健学科教育科目における講義：「群馬県こころの健康センターについて」	群馬大学医学部保健課	看護学生2年	79人	保健師:1人
25	H31 1/25(金)	全国健康保険協会群馬支部所属保健師等研修会：「精神疾患の基礎知識と支援者としての心構え」	全国健康保険協会群馬支部	保健師、管理栄養士	15人	医師:1人
26	2/14(木)	安中市自立支援協議会全体会：「ひきこもり支援について」	安中市自立支援協議会	障害福祉施設、相談支援事業所、行政職員等	60人	医師:1人
27	2/23(土)	学校教育相談実践発表・交流会：「こころの健康相談の概要とその対策について」	日本学校教育相談学会群馬県支部	教員、スクールカウンセラー、生徒指導支援員等	70人	医師:1人

3 広報普及活動

(1) 事業の目的

県民に対し、精神保健福祉に関する正しい知識の普及を図るため、各種の事業や広報媒体を通じ、全県的規模で広報普及活動を実施した。

(2) 事業の実績

1) 「こころの相談Q & A」の新聞掲載

電話相談や来所相談で相談の多い事例について、毎月第1月曜日に上毛新聞の「生活」面に記事を掲載した。

掲載月	テ　　ー　　マ
平成30年 4月	・対人恐怖症について
5月	・認知症と免許証について
6月	・統合失調症について
7月	・精神障害者保健福祉手帳について
8月	・自立支援医療（精神通院医療）について
9月	・自死遺族について
10月	・ギャンブル依存症について
11月	・ひきこもりについて
12月	・退院請求について
平成31年 1月	・てんかんと精神障害者保健福祉手帳について
2月	・躁うつ病について
3月	・高齢者から死にたいと言われたら

2) ホームページ

当センターの事業の紹介や案内、統計資料の公表をホームページにより行った。
ホームページアドレス：<http://www.pref.gunma.jp/07/p11700016.html>

3) 図書等の貸出（貸し出し不可の書籍等も含む）

蔵 書 全冊数 1, 5 1 3 冊

4 こころの県民講座

(1) 事業の目的

現代社会が抱える精神保健福祉に関わる諸問題をわかりやすく取り上げ、県民に対する精神保健福祉の知識の普及や意識の高揚を図る。

(2) 事業の実績

1) テーマ 「行動分析学で子どもの問題行動を対処する方法」

期 日 平成30年7月28日(土)

会 場 群馬会館 ホール

講 師 学校法人西軽井沢学園 理事長

奥田 健次 氏

参加者 274人

2) テーマ 「こころの病と回復への道しるべ～自身と家族の病気に向き合った、精神科医からのメッセージ～」

期 日 平成31年1月19日(土)

会 場 群馬会館 ホール

講 師 医療法人やきつべの径診療所

夏莉 郁子 氏

参加者 261人

5 精神保健福祉相談

県民からこころの悩みや不安についての相談を受け、必要に応じて、支援機関や当センター事業を紹介、地域への繋ぎなどを実施している。

(1) 電話相談

1) 相談日 平日（祝日及び年末年始を除く）午前9時～午後5時

2) 従事者 嘱託相談員3人を配置し、専用回線で行っている。

このほか一般回線でも必要に応じて保健師等が電話相談を行っている。

3) 事業の実績

電話相談の延べ相談件数は5,331件で、年々増加している。

① 相談対象者

「自分」のことに関する相談が71.2%と最も多く、以下「子供」12.3%、「その他」7.3%、「配偶者」3.5%、「その他の親族」3.2%、「親」2.5%である。

② 相談経路

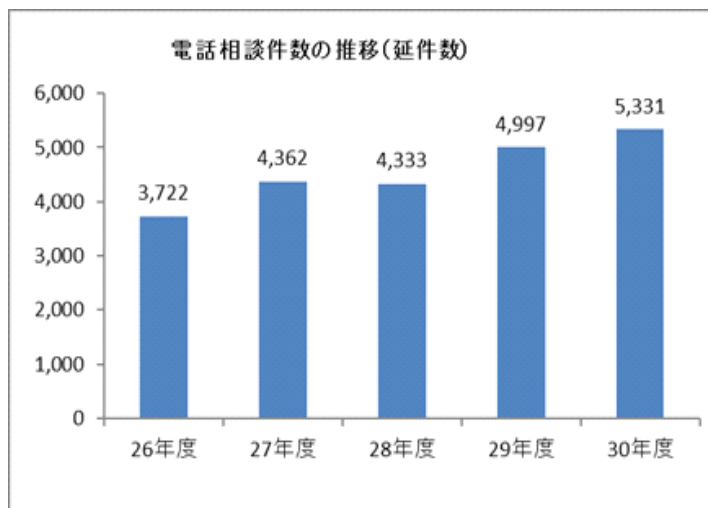
電話相談に至ったきっかけ（経路）は、「インターネット」が35.8%と最も多く、次いで「保健・福祉関係」13.8%、「新聞・広報等」9.5%、「その他」7.1%である。

③ 相談内容

対人関係及び心理的な悩みに関することで半数を占め、「話したい(頻回利用)」35.6%、「心理的な相談・自分の性格」14.9%となっている。次いで医療機関に関する「医療機関・関係機関に関すること」9.2%、その他の6.7%である。

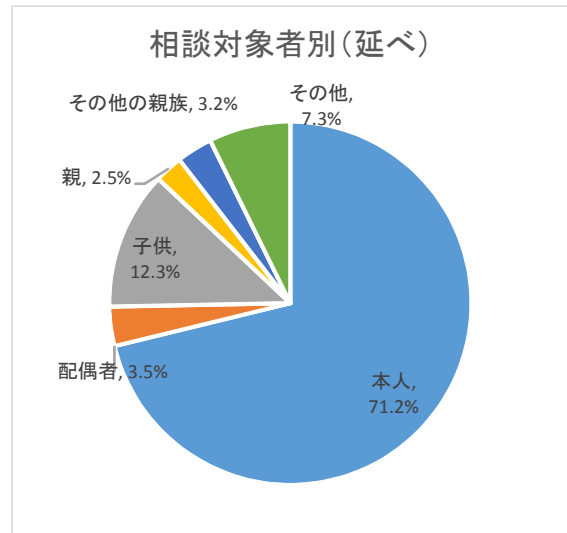
電話相談件数の推移

年度	延件数
26年度	3,722
27年度	4,362
28年度	4,333
29年度	4,997
30年度	5,331



相談対象者別相談件数

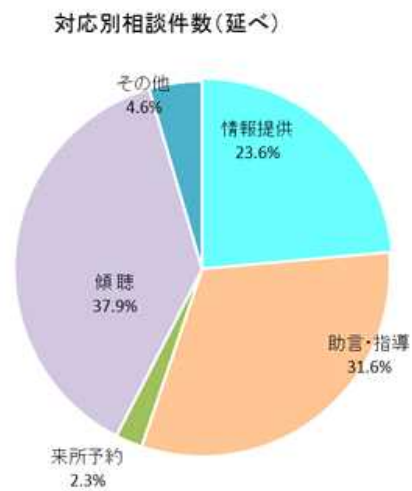
被相談者	延べ	
	件数	率(%)
本人	3,797	71.2%
配偶者	185	3.5%
子供	655	12.3%
親	135	2.5%
その他の親族	170	3.2%
その他	389	7.3%
計	5,331	100.0%



※パーセンテージについては四捨五入処理しているため、計が100.0にならないことがある。
以下の統計表についても同じ。

対応別相談件数

対応	延べ	
	件数	率(%)
情報提供	1,257	23.6%
助言・指導	1,687	31.6%
来所予約	124	2.3%
傾聴	2,020	37.9%
その他	243	4.6%
計	5,331	100.0%

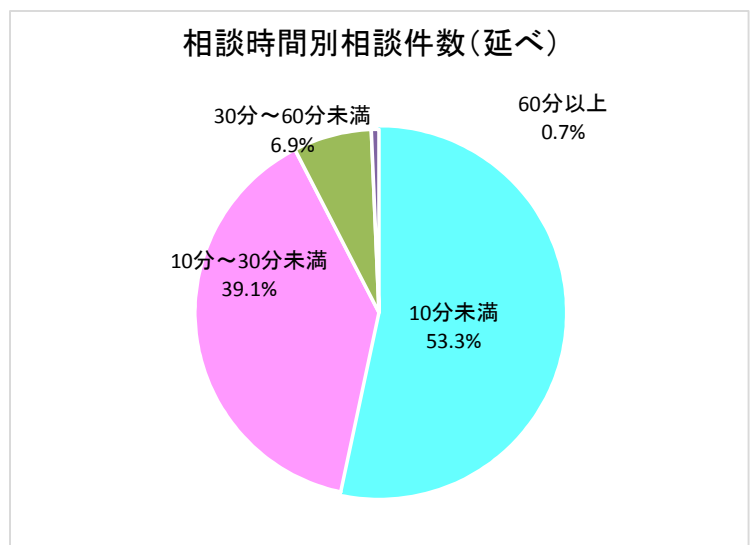


相談経路別相談件数

相談経路	延べ	
	件数	率(%)
精神科医療関係	200	3.8%
保健・福祉関係	734	13.8%
教育関係	40	0.8%
警察・法務関係	57	1.1%
新聞・広報等	505	9.5%
電話帳	87	1.6%
インターネット	1,910	35.8%
その他	380	7.1%
不明	1,418	26.6%
計	5,331	100.0%

相談時間別相談件数

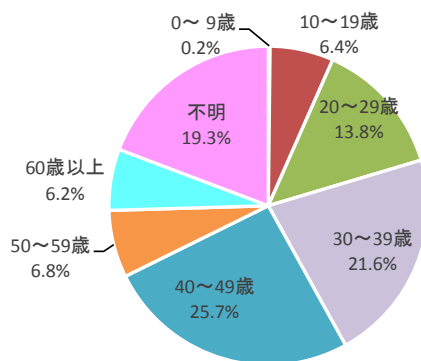
相談時間	延べ	
	件数	率(%)
10分未満	2,844	53.3%
10分～30分未満	2,084	39.1%
30分～60分未満	367	6.9%
60分以上	36	0.7%
計	5,331	100.0%



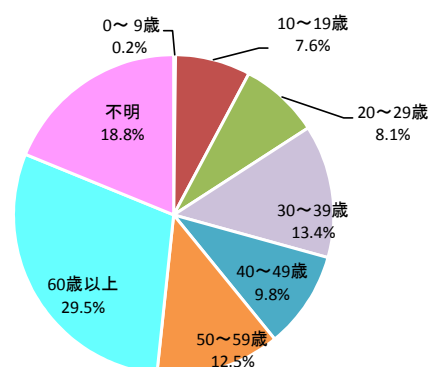
相談対象者の年齢別

年齢区分	延べ					
	件数			率(%)		
	男	女	不明	男	女	不明
0～9歳	4	5	3	0.2%	0.2%	1.1%
10～19歳	148	210	15	6.4%	7.6%	5.6%
20～29歳	317	223	1	13.8%	8.1%	0.4%
30～39歳	496	371	1	21.6%	13.4%	0.4%
40～49歳	592	272	3	25.7%	9.8%	1.1%
50～59歳	157	346	0	6.8%	12.5%	0.0%
60歳以上	143	815	4	6.2%	29.5%	1.5%
不明	443	520	242	19.3%	18.8%	90.0%
計	2,300	2,762	269	100.0%	100.0%	100.0%

電話相談性別・年齢別(男)



電話相談性別・年齢別(女)



相談内容別相談件数

相談内容		H30延べ		H29延べ	
		件数	率(%)	件数	率(%)
行動上の問題に関する事	高次脳機能障害	4	0.1%	11	0.2%
	若年認知症	2	0.0%	4	0.1%
	ひきこもり	327	6.1%	271	5.4%
	不登校	60	1.1%	65	1.3%
	家庭内暴力	27	0.5%	23	0.5%
	依存	276	5.2%	165	3.3%
	問題行動	98	1.8%	109	2.2%
対人関係及び心理的な悩みに 関すること	家庭内のこと	325	6.1%	315	6.3%
	友人・近隣・恋人	68	1.3%	59	1.2%
	職場内のこと	108	2.0%	83	1.7%
	心理的な相談・自分の性格 話したい(頻回利用)	1,896	35.6%	1,496	29.9%
他機関・福祉制度に関する事	医療機関・関係機関に関する事	491	9.2%	482	9.6%
	経済的なこと	40	0.8%	58	1.2%
	就労	55	1.0%	91	1.8%
	日常生活	166	3.1%	308	6.2%
	その他の法・制度	43	0.8%	57	1.1%
教育に関する事	学校	14	0.3%	20	0.4%
	子育て・養育	36	0.7%	63	1.3%
当センターに関する事	当センターに関する事	145	2.7%	206	4.1%
その他	その他	356	6.7%	423	8.5%
計		5,331	100.0%	4,997	100.0%

(2) メール相談

1) 相談日 メールは24時間受信し、2週間以内に返信を行っている。

2) 従事者 精神科医師、心理士、保健師

3) 事業の実績 相談件数は延べ91件であった。

① 相談の内容

対人関係及び心理的な悩みに関する「心理的な相談・自分の性格」が37.4%と最も多く、次いで行動上の問題に関する「依存」が14.3%、他機関・福祉制度に関する「医療機関・関係機関に関する事」11.0%の順となっている。

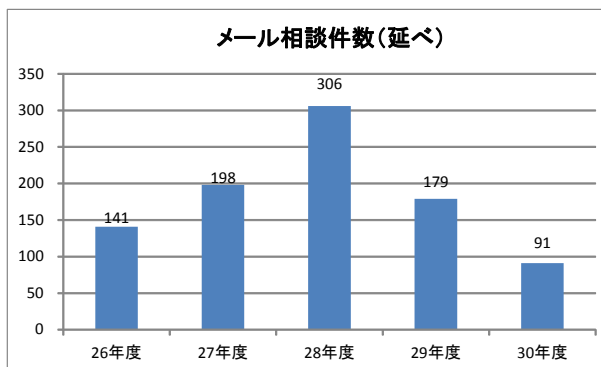
今年度は、「家庭内こと」の相談が昨年度に比べ減少している。

② 受付時間帯

最も受信件数が多い時間帯は17時01分～22時00分で全体の33.0%、次いで12時01分～17時00分の28.6%の順となっており、電話相談等の相談窓口開設時間外（17時01分～8時59分）の受付が全体の3分の2を占めている。

メール相談件数(延べ)

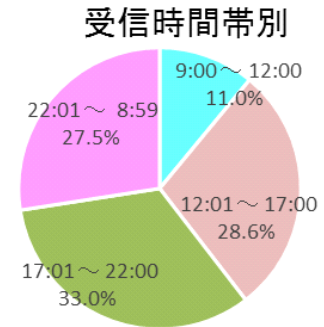
26年度	141
27年度	198
28年度	306
29年度	179
30年度	91



相談内容別相談件数

内 容	H30延べ		(参考)H29延べ		
	件数	率(%)	件数	率(%)	
行動上の問題に関する事	高次脳機能障害	1	1.1%	0	0.0%
	若年性認知症	0	0.0%	2	1.1%
	ひきこもり	5	5.5%	4	2.2%
	不登校	1	1.1%	0	0.0%
	家庭内暴力	0	0.0%	0	0.0%
	依存	13	14.3%	7	3.9%
	問題行動	0	0.0%	0	0.0%
対人関係及び心理的な悩みに関する事	家庭内のこと	6	6.6%	63	35.2%
	友人・近隣・恋人	3	3.3%	2	1.1%
	職場内のこと	0	0.0%	8	4.5%
	心理的な相談・自分の性格	34	37.4%	40	22.3%
他機関・福祉制度に関する事	話したい(頻回利用)	3	3.3%	1	0.6%
	医療機関・関係機関に関する事	10	11.0%	30	16.8%
	経済的なこと	0	0.0%	1	0.6%
	就労	1	1.1%	2	1.1%
	日常生活	3	3.3%	0	0.0%
教育に関する事	その他の法・制度	5	5.5%	7	3.9%
	学校	1	1.1%	1	0.6%
当センターに関する事	子育て・養育	0	0.0%	0	0.0%
	当センターに関する事	2	2.2%	12	6.7%
その他	その他	3	3.3%	0	0.0%
計	91	100.0%	179	100.0%	

受信時間	延べ件数	率(%)
9:00～12:00	10	11.0%
12:01～17:00	26	28.6%
17:01～22:00	30	33.0%
22:01～8:59	25	27.5%
計	91	100.0%



(3) 来所相談

- 1) 事業内容 思春期、依存症及びひきこもり等の特定相談を行っている。
- 2) 従事者 精神科医師、保健師、看護師、心理士、精神保健福祉士
- 3) 事業の実績

平成30年度の延べ相談件数は160件で、平成26年度をピークに減少していたが、わずかながら増加した。相談ごとの詳細は、各事業に再掲する。

① 相談の来所者

実相談件数で見ると、「家族のみ」が56件（55.4%）で最も多く、以下「本人のみ」24件（23.8%）、「本人と家族」10件（9.9%）であり、相談のために本人が来所した割合は33.7%である。

また、相談対象者の年齢は、実数で「30代」が24.8%と最も多く、次いで「20代」22.8%である。

② 来所経路

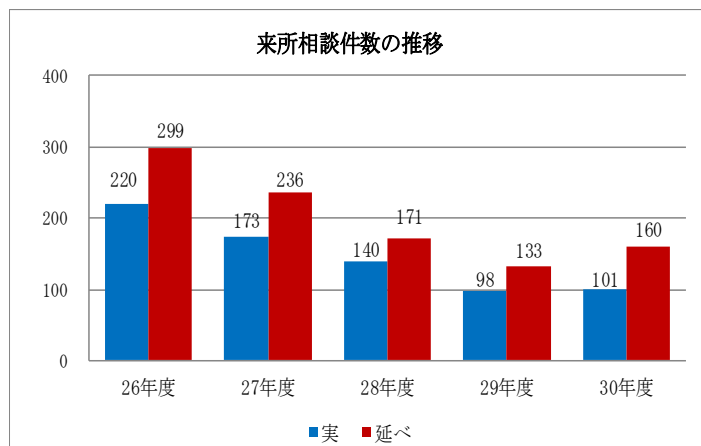
来所相談のきっかけ（初回の経路）は、「インターネット」が27.7%で最も多く、次いで「保健所」6.9%、「新聞・広報等」5.9%、「精神科医療機関」5.0%である。

③ 相談の内容

延べ相談件数で見ると、行動上の問題に関することの「ひきこもり」が増加して70件（52.6%）、次いで行動上の問題に関することの「依存」42件（31.6%）、「日常生活」10件（7.5%）である。

来所相談件数の推移(単位:件)

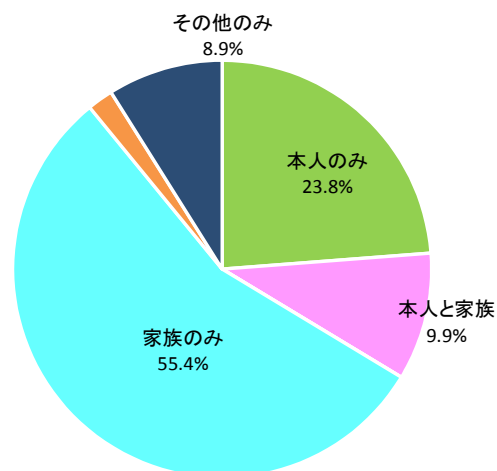
年度	実	延べ
26年度	220	299
27年度	173	236
28年度	140	171
29年度	98	133
30年度	101	160



来所者別相談件数

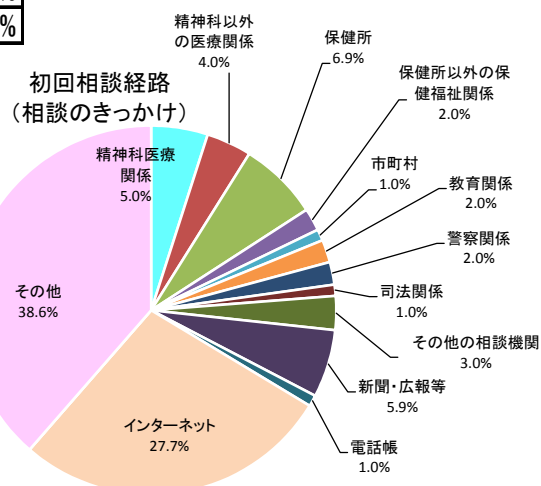
来所者	実		延べ	
	件数	率(%)	件数	率(%)
本人のみ	24	23.8%	41	25.6%
本人と家族	10	9.9%	19	11.9%
本人と家族とその他	0	0.0%	0	0.0%
本人とその他	0	0.0%	0	0.0%
家族のみ	56	55.4%	85	53.1%
家族とその他	2	2.0%	3	1.9%
その他のみ	9	8.9%	12	7.5%
計	101	100.0%	160	100.0%

来所者別相談件数(実)



初回相談経路(相談のきっかけ)

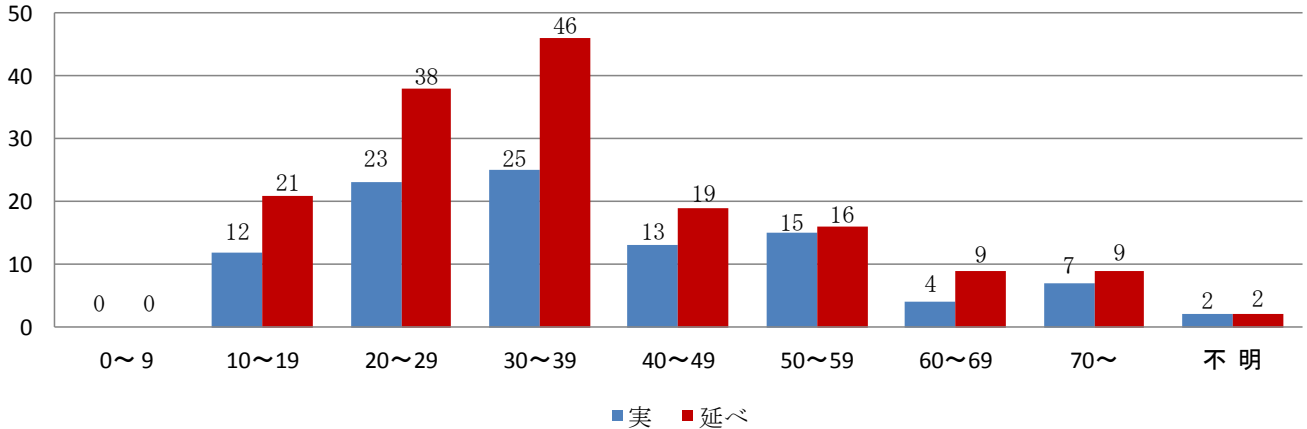
経路	件数	率(%)
精神科医療関係	5	5.0%
精神科以外の医療関係	4	4.0%
保健所	7	6.9%
保健所以外の保健福祉関係	2	2.0%
市町村	1	1.0%
教育関係	2	2.0%
警察関係	2	2.0%
司法関係	1	1.0%
その他の相談機関	3	3.0%
新聞・広報等	6	5.9%
電話帳	1	1.0%
インターネット	28	27.7%
メール相談	0	0.0%
その他	39	38.6%
計	101	100.0%



相談対象者の年齢

	年齢区分	男性		女性		計	
		件数	率(%)	件数	率(%)	件数	率(%)
実	0～9	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	10～19	10	13.9%	2	7.4%	12	11.9%
	20～29	17	23.6%	6	22.2%	23	22.8%
	30～39	18	25.0%	7	25.9%	25	24.8%
	40～49	9	12.5%	4	14.8%	13	12.9%
	50～59	13	18.1%	2	7.4%	15	14.9%
	60～69	1	1.4%	3	11.1%	4	4.0%
	70～	4	5.6%	3	11.1%	7	6.9%
	不明		0.0%		0.0%	2	2.0%
	小計	72	100.0%	27	100.0%	101	100.0%
延べ	0～9	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	10～19	19	15.4%	2	5.7%	21	13.1%
	20～29	32	26.0%	6	17.1%	38	23.8%
	30～39	37	30.1%	9	25.7%	46	28.8%
	40～49	13	10.6%	6	17.1%	19	11.9%
	50～59	14	11.4%	2	5.7%	16	10.0%
	60～69	4	3.3%	5	14.3%	9	5.6%
	70～	4	3.3%	5	14.3%	9	5.6%
	不明		0.0%		0.0%	2	1.3%
	小計	123	100.0%	35	100.0%	160	100.0%

年齢別相談件数



相談内容別相談件数

相談内容		H30				H29参考			
		実		延べ		実		延べ	
		件数	率(%)	件数	率(%)	件数	率(%)	件数	率(%)
行動上の問題に関すること	高次脳機能障害	2	2.0%	2	1.5%	3	3.1%	3	2.3%
	若年性認知症	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	ひきこもり	40	40.8%	70	52.6%	28	28.6%	42	31.6%
	不登校	3	3.1%	7	5.3%	2	2.0%	3	2.3%
	家庭内暴力	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	依存	30	30.6%	42	31.6%	36	36.7%	41	30.8%
	問題行動	5	5.1%	8	6.0%	5	5.1%	6	4.5%
対人関係及び心理的な悩みに関すること	家庭内のこと	3	3.1%	3	2.3%	1	1.0%	4	3.0%
	友人・近隣・恋人	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	職場内のこと	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	心理的な相談・自分の性格	3	3.1%	4	3.0%	5	5.1%	12	9.0%
	話したい(頻回利用)	0	0.0%	2	1.5%	0	0.0%	0	0.0%
他機関・福祉制度に関すること	医療機関・関係機関に関すること	1	1.0%	2	1.5%	1	1.0%	1	0.8%
	経済的なこと	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	就労	0	0.0%	1	0.8%	0	0.0%	0	0.0%
	日常生活	8	8.2%	10	7.5%	8	8.2%	11	8.3%
	その他の法・制度	0	0.0%	0	0.0%	1	1.0%	1	0.8%
教育に関すること	学校	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	子育て・養育	0	0.0%	0	0.0%	1	1.0%	1	0.8%
当センターに関すること	当センターに関すること	2	2.0%	2	1.5%	1	1.0%	1	0.8%
その他	その他	4	4.1%	7	5.3%	6	6.1%	7	5.3%
計		101	100.0%	160	120.3%	98	100.0%	133	100.0%

診断区分(ICD10)別相談件数

診断	実		延べ	
	件数	率(%)	件数	率(%)
F0 症状性を含む器質性精神障害	1	1.3%	1	0.9%
F1 精神作用物質による障害	23	30.3%	34	29.6%
F2 統合失調症・統合失調症型障害 非定型	2	2.6%	2	1.7%
F3 気分障害	1	1.3%	1	0.9%
F4 神経症・ストレス関連障害・身体表現性障害	8	10.5%	13	11.3%
F5 生理的障害・身体的要因に関連した行動障害	0	0.0%	0	0.0%
F6 成人の人格・行動の障害	4	5.3%	6	5.2%
F7 知的障害	0	0.0%	0	0.0%
F8 心理的発達の障害	3	3.9%	5	4.3%
F9 小児期・青年期の障害	0	0.0%	0	0.0%
その他	3	3.9%	3	2.6%
診断保留・未診断	31	40.8%	50	43.5%
異常と認めず	0	0.0%	0	0.0%
計	76	100.0%	115	100.0%

※面接相談のうち、医師診察を行ったもののみ計上

6 アルコール・薬物・ギャンブル関連問題事業

(1) 依存症相談

アルコール、薬物、ギャンブルの依存症問題で困っている当事者及びその家族等が問題の解決を図れるよう、精神科医師による相談を実施している。依存症問題を持つ当事者の回復はもちろんのこと、当事者の依存問題により影響された家族の心身の健康回復も目的とし、適宜、当センター実施の依存症家族教室や依存症からの回復支援塾（本人向け）及び地域の社会資源に結びつけている。

- 1) 開催：精神科医による相談日を月2回設けて相談を実施
- 2) 従事者：精神科医師、保健師、看護師、心理士
- 3) 事業の実績

相談件数 (単位：件)

	相談件数	相談内容内訳						
		違法薬物	処方薬	市販薬	有機溶剤等	アルコール	ギャンブル・借金・買い物	その他
26年度	42	7	3	1	0	21	8	2
27年度	39	3	3	0	0	16	12	5
28年度	28	4	1	0	0	17	6	0
29年度	33	2	1	0	0	7	21	2
30年度	31	4	1	3	0	12	10	1

(2) 依存症者の家族教室

平成25年3月より家族支援プログラムとして「ぐんま依存症ファミリートレーニング(GIFT)」を実施している。GIFTはCRAFT(コミュニティ強化と家族訓練)を参考に作成したもので、6回1クール、年に2クール実施している。

- 1) 目標：家族が本人についての考え方や行動の仕方を整理し、実践練習することを通して、①家族が苦勞を減らすこと、②本人の依存症問題を減らすこと、③本人が依存症に向き合うこと、を達成することを目標とする。
- 2) 開催：毎月第4水曜日 午後1時30分～4時30分 年間12回
- 3) 内容：家族支援プログラムGIFTの実施と参加者同士の話し合い
- 4) 従事者：精神科医師、保健師、心理士
- 5) 延べ参加者数：94人

【GIFTプログラム】

回	家族支援プログラムGIFTの学習テーマ
第1回	トラブルマップで問題を解決する
第2回	暴力への対応と限界設定
第3回	ポジティブコミュニケーション
第4回	関わり方の整理
第5回	自分の生活を豊かにする
第6回	本人に治療を勧める

(3) 依存症者の家族のつどい

平成26年度から、家族教室での学習を一通り終えた家族及び教室参加中の家族の話し合いの場として、家族のつどいを開催している。

- 1) 開催：5月、7月、11月、2月の第4水曜日午後1時30分～3時30分
年間4回実施
- 2) 内容：参加者同士の話し合い
- 3) 従事者：保健師、心理士
- 4) 参加者数：実8人、延17人

(4) 依存症当事者支援

平成28年10月から、依存症当事者を対象とした「依存症からの回復支援塾」を開始した。本事業は、集団治療回復プログラムを提供するとともに、その普及を図ることを目的としている。

- 1) 目標：参加者が自己肯定感を高め、自分自身に合った社会資源（専門医療機関や自助グループ等）を利用しながら、その人らしい安定した生活を継続して送ることができるよう、以下を目標とする。
 - ①依存症に関する知識を習得し、対処行動等についての具体的スキルを身につける。
 - ②ロールモデルとの出会いや参加者同士の話し合いを通して、依存対象をやめ続ける気持ちを持続できる。
 - ③広く日常の中で、思考や感情を理解し言語化する力や、他者への相談・支援を求める行動ができる力を伸ばす。
 - ④健康的な対人関係を積み重ねることができる。
- 2) 開催：毎月第1・3金曜日の13時30分～15時
- 3) 内容：物質使用障害治療プログラムS M A R P P（Serigaya Methamphetamine Relapse Prevention Program）16を10回1クールに一部改編したもの。
年間2クール実施。
- 4) 従事者：精神科医師、保健師、看護師、心理士
コ・ファシリテーター 回復者（藤岡ダルクスタッフ）
スーパーバイザー 国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所薬物依存研究部 松本俊彦部長、近藤あゆみ室長、引土絵未研究員、米澤雅子研究員
- 5) 参加者数：実13人、延64人

【回復支援塾プログラム】

回	内容	回	内容
第1回	依存症ってどんな病気？	第6回	回復のために一信頼、正直さ、仲間
第2回	引き金と欲求	第7回	再発を防ぐには
第3回	あなたの引き金と錨	第8回	再発の正当化
第4回	回復の道のり 合法ドラッグとしてのアルコール	第9回	これから先の生活のスケジュールを立ててみよう 休日と回復
第5回	回復への行動を増やす道のり	第10回	強くなるより賢くなるろう

(5) 依存症県民セミナー

アルコールや薬物、ギャンブルの依存症について広く知ってもらうことを目的として実施した。

日 時：平成31年2月24日（日）

場 所：群馬会館ホール

対 象：一般県民

参加者：285人

内 容：第1部

講義「ダルクにおける回復支援」

講師：NPO 法人アパリ藤岡ダルク 代表 山本 大 氏

公演 エイサー演舞

演者：藤岡ダルクメンバー

第2部

公演「人はなぜ依存症になるのか？」

講師：国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 薬物依存研究部
部長 松本 俊彦 氏

(6) 依存症回復支援者研修会

地域における依存症支援者の援助技術の向上を図り、本人や家族のニーズに応じた相談体制の充実強化を図ることを目的として実施した。

<第1回>

日 時：平成30年12月14日（金）

場 所：群馬県社会福祉総合センター大ホール

対 象：県内で依存症の相談対応等に従事する機会のある保健、医療、福祉、教育、司法、警察などの関連機関の職員等

参加者：115人

内 容：講義「依存症の特徴と治療、回復の過程を理解する。」

I. 「依存症の理解と支援について」

～アルコール・薬物・ギャンブル依存症の特徴と治療、SMARPP（物質使用障害治療プログラム）の概要～

講師：群馬県こころの健康センター部長・齊藤 良医師

II. 「医療機関でのSMARPPの実際」

講師：赤城高原ホスピタルSMARPPスタッフ

III. 「当事者からのメッセージ」

当事者：AA（アルコールクスアニマス）、藤岡ダルク代表者

<第2回>

日 時：平成30年12月18日（火）

場 所：群馬県社会福祉総合センター大ホール

対 象：県内で依存症の相談対応等に従事する機会のある保健、医療、福祉、教育、
司法、警察などの関連機関の職員等

参加者：98人

内 容：講義「家族に対する効果的な支援方法を理解する。」

I. 「依存症者をもつ家族への支援について」

～個別面接の進め方～

講 師：国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所

薬物依存研究部診断治療開発研究室長 近藤あゆみ氏

II. 「家族からのメッセージ」

家 族：群馬D A（ドラックアクション）家族会、F A（ファミリーアノニマス）

代表者

（7）連携会議運営事業

依存症患者に対する包括的な支援を実施するため、行政、医療、福祉、司法を含めた関係機関が密接な連携を図るとともに、地域における依存症に関する情報や課題の共有、研修計画の調整等を行うことを目的に依存症地域支援情報交換会を開催した。

参加者の構成	赤城高原ホスピタル（精神保健福祉士） 群馬県立精神医療センター（医師、精神保健福祉士） 前橋保護観察所（保護観察官） 藤岡ダルク（薬物依存当事者） A A（アルコール依存当事者） 群馬県障害政策課精神保健室（事務担当者） 群馬県こころの健康センター（医師、保健師、看護師、心理士）
--------	--

回 数	議題等
第1回 (H31.1.31)	各機関の取り組み状況や課題について情報共有し、意見交換
第2回 (H31.3.7)	前回に引き続き、現状と課題について情報交換、意見交換 次年度の連携会議の開催方針について協議

（8）その他

県内における依存症関連問題自助グループや関係機関との連絡調整、助言等を随時行っている。

7 思春期相談

(1) 事業の目的

思春期精神保健に関する知識の普及や相談等総合的な対策をとることにより、精神発達の途上にある者の精神的健康の保持増進および適応障害の予防と早期発見等を図る。

(2) 事業実績

1) 来所相談

思春期に対する専門医師による相談と必要に応じた心理検査の実施により、本人特性を踏まえながらアドバイスを行っている。

相談件数の内容は統計上、主なもので分類しているが重層的な内容が多い。

(単位：件)

	相談件数		相談内容							
			ひきこもり		不登校		発達障害		その他	
	実	延べ	実	延べ	実	延べ	実	延べ	実	延べ
28年度	26	33	2	2	9	9	2	2	13	20
29年度	18	29	5	12	2	2	1	1	10	14
30年度	12	21	4	8	4	5	0	0	4	8

2) 児童思春期講演会

児童思春期をテーマに年間1回「こころの県民講座」として開催。詳細については、13ページに記載。

8 自殺対策事業

(1) 事業の目的

地域の状況に応じた自殺対策を総合的かつ効率的に推進する拠点として、平成29年4月1日、こころの健康センター内に「群馬県自殺対策推進センター」を設置した。既存の事業を活かしながら、若年層への支援、ハイリスク者への支援及び地域の特性に応じた対策の支援等の事業を実施した。

(2) 事業の実施

1) 若年層への支援

①群馬県中学生版「SOSの出し方に関する教育プログラム」の作成

学校現場でのSOSの出し方に関する教育の取り組みを支援するため、県教育委員会の協力の下、「SOSの出し方教育検討会」を立ち上げ、中学生版プログラムを作成した。

プログラム案の段階で、県内の中学校でモデル事業を行い、その授業評価を元にプログラムを修正し、完成させた。

作成したプログラムの教材は、学習指導案、コンテ、パワーポイント、ワークシート等とした。

<作成スケジュール>

時 期	内 容
平成30年5月	「SOSの出し方教育検討会」設置
平成30年6月	第1回検討会開催（方向性の共有）
平成30年7月	第2回検討会開催（群馬県版の素案の提示・検討）
平成30年8月	第3回検討会開催（最終案の提示・検討）
平成31年1～2月	モデル事業の実施及び授業評価、プログラムの最終修正
平成31年3月	プログラムの完成・指導用資料の作成

②教職員向け自殺危機初期介入スキルワークショップ

自殺危機初期介入スキル研究会の協力を得て、教諭・養護教諭等を対象に、ロールプレイを用いた参加型の実践的なワークショップを実施した。

日時：平成30年8月7日、平成30年8月23日

参加者：23名（8月7日）、24人（8月23日）

メイン講師：福島 喜代子 氏（ルーテル学院大学 総合人間学部教授）

サブ講師：鈴木 紋子保健師 鈴木 浄美保健師（こころの健康センター）

③こころの元気サポーター養成事業の実施

ア 高校生・専門学校生等を対象とした事業

若年層の自殺対策を強化するため、群馬県内の高校生や専門学校生等を対象に、SST（ソーシャルスキルトレーニング）を用いたこころの元気サポーター養成事業を実施した。

平成30年度実績は9件で、268人の参加があった。

	日 時	対象者	参加人数
1	平成30年 5月30日（水）	桐生市立商業高等学校	30人
2	平成30年 6月 8日（金）	桐生市立商業高等学校	26人
3	平成30年 7月17日（火）	県立藤岡工業高等学校	29人
4	平成30年 8月30日（木）	桐生市立商業高等学校	36人
5	平成30年10月 5日（金）	県立館林商工高等学校	25人
6	平成30年11月30日（金）	SUBARU健康保健組合 太田高等看護学院	39人
7	平成30年12月 6日（木）	安中市立安中第二中学校	32人
8	平成30年12月20日（木）	前橋東看護学校	31人
9	平成31年 2月19日（火）	高崎健康福祉大学	20人

内容：講義及び演習

講義「こころの元気サポーターは、こころの元気を創る手伝いをします」

講師 群馬大学健康支援総合センター 浅見 隆康氏

演習（グループワーク）

リーダー；一般社団法人SST普及協会会員、こころの健康センター職員

サブリーダー；こころの健康センター職員他

イ 高校・専門学校等の教員を対象とした事業

本事業の今後の普及の広がりを目指し、高校や専門学校等の教員向けの研修を開催し、スキルの習得と校内での実践を促した。

中学校、高等学校、専門学校、大学の教員10人の参加があった。

日時 平成30年7月24日（火）

会場 群馬県庁昭和庁舎21・26会議室

講義「コミュニケーションスキル、SSTについて」

講師 代々木病院精神科長 天笠 崇氏

演習（グループワーク）

講師 群馬大学健康支援総合センター 浅見 隆康氏

④若い世代に向けた自殺対策動画の制作

若者に対して県の相談窓口に関する情報を届け、自殺を未然に防ぐために、若い世代に向けた自殺対策動画（2本）を制作、公開している。

公開日：平成30年2月1日（木）

公開方法：群馬県公式 YouTube チャンネル「ぐんまちゃんTV」（県政トピックス）において公開（URL：<http://www.i-gunma.tv/contents/kensei.html>）

2) ハイリスク者への支援

①地域自殺未遂者支援ネットワーク研修会の開催

地域毎の自殺未遂者支援に関わるネットワーク構築のため、救急告示医療機関や精神科医療機関の職員、救急隊、警察官、行政職員等を対象とする研修会を実施した。

ア 西毛地域自殺未遂者支援ネットワーク研修会

日時：平成30年11月5日（月）午後6時00分～8時00分

場所：高崎市総合保健センター 2階 第1会議室

参加者：61人

内容：「自殺未遂者のケア」 高崎総合医療センター ソーシャルワーク室長 篠原 純史 氏

「救命救急センターにおける自殺未遂者に対する危機介入から継続支援まで」

高崎総合医療センター 精神科部長 井田 逸朗 氏

ソーシャルワーカー 高橋 紀貴 氏

「精神科病院における自殺未遂者支援の取り組み」

群馬病院 精神保健福祉課長 齋藤 章一 氏

イ 東毛地域自殺未遂者支援ネットワーク研修会

日時：平成30年12月21日（金）午後6時30分～8時30分

場所：太田記念病院 2階 会議室4

参加者：57人

内容：「群馬県の自殺の現状」 群馬県自殺対策推進センター職員

「太田記念病院における自殺未遂者への支援について」

太田記念病院 救急看護認定看護師 小暮 佳奈 氏

「太田記念病院での自殺未遂者への対応について」

三枚橋病院 理事長（精神科医師）檀原 暢 氏

②自殺企図者相談支援事業

自殺未遂者の再企図を防ぐため、警察、県及び中核市（前橋市、高崎市）が連携して、未遂者や家族に対する相談支援を行った。

平成30年度は、警察からの情報提供2件であった。（ほかに中核市への情報提供0件）

③自殺未遂者こころの支援事業

自殺未遂者の再企図を防ぐため、救急指定病院と連携して帰宅後の未遂者や家族の支援を行った。

平成30年度は、病院からの情報提供0件であった。

④かかりつけ医うつ病対応力向上研修会の開催

うつ病の早期発見・早期治療による自殺対策の推進を図るため、県内のかかりつけ医や産業医を対象に、うつ病の基礎知識、診断・治療等に関する研修会を開催した。

日 時：平成30年11月11日（日）午後1時00分～5時30分

場 所：群馬県公社総合ビル 2階 第2会議室

参加者：54人

内 容：「うつ病の基礎知識」

群馬大学大学院医学系研究科神経精神医学 教授 福田 正人 氏（医師）

「うつ病の治療の実際とケア」

中泉メンタルクリニック 院長 黒崎 成男 氏（医師）

「企業における精神疾患の問題とその対応」

群馬産業保健総合支援センター 早川 洋子 氏（保健師）

「産業保健におけるかかりつけ医、精神科医との連携」

群馬大学 名誉教授 椎原 康史 氏（医師）

⑤かかりつけ医うつ病対応力ステップアップ研修会の開催

かかりつけ医・産業医が更なるメンタルヘルス対策向上に資することができるよう「認知行動療法に基づくうつ病患者への基礎的な知識および実際の診療・面接技術」について演習を含めた実践的な研修会を開催した。

日 時：平成31年3月17日（日）午後2時00分～4時30分

場 所：群馬県庁 29階294会議室

参加者：34人

内 容：講義「認知行動療法の仕組み」

講義「うつ病で用いられる技法」

演習「セルフモニタリングとフィードバック」

群馬大学医学部附属病院精神科神経科病院講師、

厚生労働省認知行動療法研修事業スーパーバイザー 小野 樹郎 氏（医師）

⑥アルコール問題対応力向上研修会の開催

アルコール依存症者の自殺率は高いという現実を踏まえ、治療に結びついていない問題飲酒者の早期発見・早期介入のために何をすべきか、診療・健康指導の場面で生かせるアルコール問題への対応方法についての研修会を開催した。

日 時：平成31年1月27日（日）午後2時～5時

場 所：群馬県庁 2階ビジターセンター

参加者：52人

内 容：講義「アルコール問題のある方を身体科から精神科へつなぐタイミング、

つなぎ方 ～減酒外来の取り組み～」

講師：久里浜医療センター 湯本 洋介 氏

アルコール当事者の体験談（AAの紹介含む）

講師：AA（アルコールリクス・アノニマス）メンバー2人

3) 地域の特性に応じた対策の支援

保健福祉事務所が開催する地域自殺対策連絡会議や市町村自殺対策担当者ワーキングを通じて、市町村自殺対策計画の策定に関する情報提供・助言など地域の特性に応じた対策の支援を行った。

①地域自殺対策連絡会議

各保健福祉事務所が開催する地域自殺対策連絡会議において、情報提供や助言等を行った

回数：10保健福祉事務所で10回

②市町村自殺対策担当者ワーキング

対象：各保健福祉事務所管内の市町村自殺対策担当者

内容：「市町村自殺対策計画策定の手引き」の解説

「地域自殺実態プロファイル」、「地域自殺対策政策パッケージ」の解説

県および市町村間の情報交換

回数：10保健福祉事務所まで延べ14回

4) 相談体制の充実

①こころの健康相談統一ダイヤル おこなおう まもろうよ こころ 0 5 7 0-0 6 4-5 5 6

全国共通の電話番号による自殺予防のための電話相談を行った。

相談時間は平日の午前9時～午後10時（ただし、祝日及び年末年始を除く）で、平成30年度の相談件数は延べ1,423件である。

②精神保健福祉相談（詳細については14ページに記載）

面接、電話及びメールによる精神保健福祉相談を実施した。

面接相談：160件（うち自殺関連12件）

電話相談：5,331件（うち自殺関連365件）

メール相談：91件（うち自殺関連4件）

③「多重債務者相談会」における「こころの相談」の実施

県消費生活課と市町村消費生活センター等で開催する相談会において、各保健福祉事務所や中核市の保健師の協力を得て、相談者に対する「こころの相談」を実施した。

10会場 43件

④自死遺族相談の実施

身近な人を自死で亡くされた方を対象に自死遺族相談を実施した。

相談日：毎月第1火曜日（予約制）

従事者：精神科医師、保健師

相談件数：8件11人（上記②面接相談の内数）

⑤自死遺族交流会の開催

自死により家族等を亡くした遺族のための交流会を実施した。（上記④を受けた者のうち希望者）

開催日：毎月第2金曜日

従事者：精神科医師、保健師

参加者：延32人

5) 人材育成

①自殺危機初期介入スキルワークショップ

自殺危機初期介入スキル研究会の協力を得て、相談業務に従事する保健福祉関係職員、教諭・養護教諭を対象に、ロールプレイを用いた参加型の実践的なワークショップを実施した。

開催回数：3回

参加者数：69人（1回目22人・2回目24人・3回目23人）

②群馬県版ゲートキーパー手帳を活用した研修会の実施

・講師を派遣し行政職員を対象に研修会を開催した。

	日時	主催	対象者	参加人数
1	平成30年 6月21日（木）	玉村町	玉村町職員、精神関連事業所職員等	35人
2	平成30年 8月31日（金）	安中市	安中市職員	30人

（参考）

・保健福祉事務所及び中核市（前橋市・高崎市）開催

開催回数：36回（上記2回含む）

参加者数：1,018人（上記2回含む）

③群馬県版ゲートキーパー手帳を利用しないゲートキーパー養成研修

・講師を派遣し教員、行政職員、ケアマネジャーや相談員を対象に研修会を開催した。

	日時	主催	対象者	参加人数
1	平成30年 6月27日（水）	群馬県警察本部 警務部広報広聴課	県民相談相互支援ネットワーク 構成員	53人
2	平成30年 7月27日（金）	高崎市養護教諭会 高等学校部会	高崎市養護教諭会高等学校部会 会員	17人
3	平成31年 2月 7日（木）	みどり市 教育委員会	みどり市小中学校教育相談主任、 養護教諭、校長、教頭	25人
4	平成31年 3月 5日（火）	障害者就業・生活 支援センター	障害者就業・生活支援センター 職員	19人
5	平成31年 3月13日（水）	カウンセリング 研究会2000	カウンセリング研究会2000の メンバー	7人
6	平成31年 3月13日（水）	草津町社会福祉協 議会	草津町・長野原町・嬭恋村社会福 祉協議会の生活支援員、地域包括 支援センター職員、ケアマネ等	17人
7	平成31年 3月19日（火）	下仁田町教育委員 会	教員、学校相談業務担当職員、教 育委員会職員、下仁田町・保福保 健師等	23人

（参考）

・保健福祉事務所及び中核市（前橋市・高崎市）開催

開催回数：13回

参加者数：706人

④群馬県版ゲートキーパー手帳の作成

上記研修会のテキストとして群馬県版ゲートキーパー手帳を作成し、研修を実施する保健福祉事務所、中核市等に提供した。

作成部数：3,500部

⑤ゲートキーパーリーフレットの作成

簡易的な研修資材としてリーフレットを作成した。また、外国語（英語、中国語、スペイン語、

ポルトガル語)版のリーフレットも作成し、ホームページに掲載した。

作成部数：5,000部

⑥自殺予防講演会の開催

自殺対策の推進及び充実を図るため、先進的な自殺予防対策に取り組んでいる講師による講演会を、群馬県自殺予防月間(9月)に開催した。

日 時：平成30年9月15日(土)午後2時00分～4時00分

場 所：群馬会館ホール

参加者：99人

演 題：「「助けて」と言えない若者たち～私たちひとりひとりがゲートキーパー～」

特定非営利活動法人OVA 代表理事 伊藤 次郎 氏

6) 広報啓発

①自殺予防啓発リーフレット等の作成及び配布

群馬県自殺予防月間(9月)や自殺対策強化月間(3月)等における啓発活動に使用するために、下記の啓発物品を作成し、各種事業で活用した。

また、県内市町村等の要望に応じて配布し、活用を依頼した。

・自殺予防啓発リーフレット「ひとりの命大切なのち」 28,000部作成

・自殺予防啓発ポケットティッシュ 80,000個作成

②自殺予防啓発事業の実施

(ア) 群馬県自殺予防月間(9月)

・県庁での啓発活動

群馬県庁2階県民センター情報発信コーナーで自殺予防啓発等に係るパネル展示や啓発物品の提供を行った。

期 間：平成30年8月17日(金)～9月18日(火)

群馬県庁32階展望ホール及び県民駐車場に設置してあるデジタルサイネージで若い世代に向けた自殺対策動画を放映した。

期 間：平成30年9月1日(木)～9月30日(土)

(イ) 自殺対策強化月間(3月)

・県庁での啓発活動

群馬県庁 32 階展望ホール及び県民駐車場に設置してあるデジタルサイネージで若い世代に向けた自殺対策動画を放映した。

期 間：平成31年3月1日(金)～3月31日(日)

・JR東日本高崎支社と協働した活動

啓発活動：平成31年3月1日(金)に新前橋駅で啓発活動を実施

相談窓口の案内：強化月間中に高崎駅、前橋駅、新前橋駅構内のトイレにこころの健康相談統一ダイヤル案内カードを配置し、相談窓口を周知した。

(ウ) その他

新聞・FMラジオでこころの健康センター統一ダイヤルの周知等を行った。

9 精神障害者保健福祉手帳

精神障害者保健福祉手帳交付申請のうち、診断書を添付して申請があったものについては月2回診断書を審査し、年金証書を添付して申請があったものについては、障害の種別・等級を年金事務所等に照会し、適当と認められるものについて手帳を交付した。

(単位：件)

		平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度
申 請		4,393	4,997	5,498	6,208	6,754
承 認		4,376	4,973	5,454	6,164	6,696
承認 内訳	1 級	1,716	2,009	2,097	2,296	2,259
	2 級	1,940	2,303	2,527	2,968	3,402
	3 級	720	661	830	900	1,035
不 承 認		17	24	44	44	58
年度末時点の 手帳保有者数 (診断書+年金証書)		9,444	10,037	10,927	12,073	13,105

10 自立支援医療費（精神通院医療）

自立支援医療費（精神通院医療）の支給認定申請について、月2回、申請書等を審査し、適当と認められるものについて、自立支援医療受給者証（精神通院）を交付した。

(単位：件)

		平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度
申 請		22,194	24,001	24,022	27,409	28,549
認 定		22,193	23,998	24,015	27,400	28,547
内 訳	新 規	3,399	3,426	3,585	3,840	4,146
	継 続	16,300	17,688	17,529	19,362	20,642
	変 更	2,494	2,884	2,901	4,198	3,759
不 認 定		1	3	7	9	2
年度末時点の 認定者数		19,444	20,401	21,503	22,703	24,269

11 精神医療審査会

精神医療審査会では、精神科病院に入院中の者の人権擁護と適正な医療の確保のために、措置入院者及び医療保護入院者の定期病状報告並びに医療保護入院者の入院届の審査と、入院患者等からの退院・処遇改善の請求に関して審査を行っている。

(1) 審査会委員数及び開催状況

精神医療審査会は、4つの合議体で審査し、各合議体の構成は次のとおりとなっている。
合議体は、原則毎月第1水曜日・第3水曜日の月2回、当センター内において開催された。

(単位:人)

	委員数	法律家委員	学識経験委員	医療委員
第1合議体	5	1	2	2
第2合議体	5	1	1	3
第3合議体	5	1	1	3
第4合議体	5	1	1	3
合計	20	4	5	11
予備委員			2	6

審査会回数	24
全体会議回数	1

(2) 定期の報告等に係る審査状況

審査件数は、措置入院者の定期病状報告が15件、医療保護入院者の定期病状報告が1,457件、医療保護入院者の入院届が2,749件であった。審査結果は、全て「現在の入院形態が適当である」と判断された。

(単位:件)

年度	届出書類種別	措置入院者の定期病状報告書	医療保護入院者の定期病状報告書	医療保護入院者の入院届	合計
平成27年度	審査件数	17	1,571	2,447	4,035
	返戻件数	6	177	331	514
平成28年度	審査件数	22	1,547	2,526	4,095
	返戻件数	2	160	297	459
平成29年度	審査件数	17	1,560	2,813	4,390
	返戻件数	1	137	332	470
平成30年度	審査件数	15	1,457	2,749	4,221
	返戻件数	2	64	148	214

注:上記表の審査結果は、全て「現在の入院形態が適当」。意見聴取はなし。(返戻後の再審査を含む。)

(3) 退院・処遇改善命令請求に係る審査状況

請求件数は、退院請求が47件、処遇改善請求が1件、計48件であった。そのうち、請求の取下げや患者の退院により審査が行われなかったものを除いて、退院請求21件(処遇改善請求はなし)の審査が行われた。

審査結果は、入院継続が16件、他の入院形態への移行が適当が5件、退院が適当は0件であった。

(単位:件)

年 度	内 容	請求件数	取下件数	退院済	審査結果				
					退院請求			処遇改善請求	
					入院適当	形態移行	退院適当	処遇適当	改善必要
平成27年度	退院請求	68	19	3	45	1	0	—	—
	処遇改善請求	5	2	0	—	—	—	3	0
平成28年度	退院請求	50	21	0	27	2	0	—	—
	処遇改善請求	3	1	0	—	—	—	2	0
平成29年度	退院請求	37	10	2	21	1	0	—	—
	処遇改善請求	3	1	0	—	—	—	2	0
平成30年度	退院請求	47	12	6	16	5	0	—	—
	処遇改善請求	1	1	0	—	—	—	—	—

注:平成29年度退院請求件数のうち3件は平成30年度へ繰越。

12 退院請求等の受付

専用電話（【退院請求専用電話】）により精神科病院の入院患者やその保護者から、退院や処遇改善等の受付を行った。

(1) 相談の内容

(単位:件)

年 度	合 計 A+B+C	退 院 請 求 (A)					処 遇 改 善 (B)		
		措置入院	医療保護入院	任意入院	緊急措置入院	形態不明	他の入院形態への変更	病棟移動及び隔離解除	
平成27年度	182	25	104	16	0	12	0	0	
平成28年度	154	23	64	10	1	8	2	5	
平成29年度	164	18	75	13	0	32	2	4	
平成30年度	199	21	126	6	0	29	3	13	

年 度	その他（主な訴えの内容）（C）									
	入院理由が納得できない	病院職員の接遇態度への不満	病院設備に対する不満	主治医の変更希望等	治療内容に納得できない	入院が長期化している	家のことが心配である	入院費の不満	審査会の問い合わせ	その他
平成27年度	0	2	0	0	1	0	0	0	3	19
平成28年度	4	6	3	1	3	0	0	0	7	17
平成29年度	1	4	2	1	3	0	0	0	2	7
平成30年度	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1

（２）相談者の入院形態

（単位：件）

年 度	合 計	措置入院	医療保護入院	任意入院	緊急措置入院	形態不明
平成27年度	182	29	114	20	0	19
平成28年度	154	29	86	13	1	25
平成29年度	164	20	89	17	0	38
平成30年度	199	23	135	8	0	33

1 3 関係機関との連携及び組織の育成

(1) 組織の育成

1) 群馬県精神障害者家族会連合会（通称 群馬つつじ会）への支援

群馬県精神障害者家族会連合会は、県内の各家族会の連合会として昭和62年6月に発足し、群馬県内の精神障害者の社会復帰、医療、福祉及び社会的理解の向上を図るため、地区家族会活動との連携、家族同士の支え合い、障害特性・制度等の学習を通じて、会員への啓発と交流を推進している。

① 支援内容

役員会、理事会において、家族会運営や事業企画等への助言を行った。

② 県内家族会

15家族会 会員数331人

平成31年3月31日現在

会の名称	事務局所在地	設立年月
あゆみ会	伊勢崎市上田町253	昭 41. 4
やよい会	伊勢崎市境女塚2883-12 やよい作業所	昭 48. 4
ひとつばな会	甘楽郡南牧村大字大日向1098 南牧村保健福祉課	昭 53. 11
のびる会	伊勢崎市国定町2-2374 県立精神医療センター	昭 61. 5
ひまわりの会	太田市長手町26 麦の家	昭 61. 5
ポプラの会	高崎市石原町3267-7	昭 63. 4
たけのこ会	館林市苗木町2452-1 館林市総合福祉センター2階	平 2. 3
プラムの会	安中市安中3-19-27 プラム作業所	平 2. 5
いずみ会	渋川市金井1841-1 あすなろ作業所	平 4. 4
よつば会	伊勢崎市下植木町499 伊勢崎保健福祉事務所	平 6. 7
わたらせ虹の会	桐生市元宿町9-38 虹の作業所	平 7. 12
あざみ会	前橋市日輪寺町176-1 地域活動支援センターピアーズ	平 8. 4
あおぞら会	沼田市東原新町1801-40 工房あおぞら	平 8. 5
もみじ会	富岡市富岡1528-1 プレパレ作業所	平 10. 10
しらかば会	中之条町五反田3891 しらかば作業所	平 11. 3

2) 若年認知症ぐんま家族会への支援

若年認知症ぐんま家族会は、平成18年6月28日に発足し、群馬県内の若年認知症患者家族同士の交流により、患者本人と家族の安息並びに心豊かな生活づくりを目指して、専門治療や福祉介護等の充実を図るための活動を行っている。

① 支援内容

総会、役員会、家族会交流会において、家族会運営や事業企画等への助言を行った。

② 会員数

45人（平成31年3月31日現在）

3) 群馬県精神保健福祉ボランティア連絡協議会への支援

群馬県精神保健福祉ボランティア連絡協議会は、県内のボランティアグループの連合組織として平成17年4月に発足した。精神保健福祉の向上に寄与するため、各地域での精神保健福祉活動に対し、関係機関との連携を図りながらボランティア活動を展開している。

平成20年度以降は、障害者自立支援法（現「障害者総合支援法」）でボランティア養成が市町村の業務として位置づけられていることと、連絡協議会の活動も定着化してきたことから、当センターの直接的支援は終了し、講師派遣や研修会での支援を行っている。

4) 群馬県精神保健福祉協会との連携

群馬県精神保健福祉協会は、群馬大学を中心として設立準備が進められ、関係団体の意見交換を経て、平成14年3月26日に設立された。県民の精神保健福祉の向上を図ることを目的に、県民と地域社会の「こころの健康づくり」の推進をめざし、精神保健福祉に関する知識の普及・啓発、精神障害者への理解を深めるための活動及び精神障害者の社会参加の推進などの活動を行っている。こころの健康センターでは、各種事業の運営等支援を行っている。

(2) 精神保健福祉業務連絡会議

保健福祉事務所、児童相談所、発達障害者支援センター、中核市等と精神保健福祉業務、特に児童思春期関連業務の情報を共有し相互理解を深め課題や問題等を検討し、事業の充実及び円滑な業務の推進を図るために実施した。

【出席者】 保健福祉事務所 精神保健福祉業務関係職員
児童相談所 関係職員
発達障害者支援センター 関係職員
障害政策課 精神保健室関係職員
前橋市保健所 精神保健福祉担当職員
高崎市 障害福祉課職員

【開催内容】 会場：当センター会議室

	開催日	主 な 議 題
第1回	平成30年 7月17日	(1)伝達講習「精神障害者にも対応した地域包括ケアシステムについて」 (2)地方公共団体による精神障害者の退院後支援に対するガイドラインについて
第2回	平成30年 11月20日	(1)伝達講習「精神障害者地域包括支援研修」 「依存症相談対応指導者養成研修」 (2)「群馬県における措置入院者退院後支援実施要領（案）」等について (3)第3次群馬県自殺総合対策行動計画（素案）について (4)群馬県アルコール健康障害対策推進計画について
第3回	平成31年 2月19日	(1)伝達講習「構成機関における相談業務に関する研修」 (2)措置入院者の退院後支援の実践に向けて ・講義「病院における疾病プログラム」 ・関係機関との連携（児童相談所、発達障害者支援センター） ・グループワーク

14 こころの緊急支援事業

(1) 事業の目的

群馬県こころの緊急支援事業（「CRP（クライス・レスポンス・プロジェクト）」）は、小学校、中学校、高等学校、中等教育学校、特別支援学校及び高等専門学校の児童・生徒又は教職員等の自殺事案が発生した概ね1週間程度経過後、こころのケアを必要とする対象者がいる学校からの要請により群馬県こころの緊急支援チームを派遣し、実際にこころに大きな衝撃を受けた児童・生徒及び教職員のこころのケアを行うことでストレス障害の予防や軽減を図るとともに二次的な自殺を防止することを目的としている。

(2) 事業の実績

平成30年度は派遣実績なし

15 ひきこもり支援センター事業

(1) 事業の目的

平成26年6月にこころの健康センター内にひきこもり支援センターを設置し、「ひきこもり相談専用ダイヤル」を開設した。ひきこもりに特化した第一次相談窓口を設け相談窓口を明確化し適切な機関へつなげることにより、相談者の掘り起こしや、初期的な状況での支援によって、長期化や深刻な状態となる重度化の減少を目的としている。

主に、相談支援、関係機関との連携、人材育成、情報発信について事業を行っている。

(2) センターの概要

名称：ひきこもり支援センター

開設：平成26年6月1日

場所：群馬県こころの健康センター内

時間：電話相談は月曜日～金曜日 午前9時～午後5時（祝日、年末年始は除く）

来所相談は予約制

体制：ひきこもり支援コーディネーター（専任・嘱託）1人

保健師（兼務・正規）

(3) 事業実績

1) 相談支援

専任のひきこもり支援コーディネーターを配置し電話相談等に応じている。

相談内容に応じて、来所相談（保健相談・医師相談）や家族教室、他の適切な支援機関につないでいる。

① 電話相談（ひきこもり支援センター分再掲）

ア：電話件数

	H26	H27	H28	H29	H30
実件数	245	263	257	255	226
延件数	510	508	497	472	459

イ：相談者内訳（延件数）

	H26	H27	H28	H29	H30
実件数	90	64	64	79	72
延件数	420	444	433	393	387

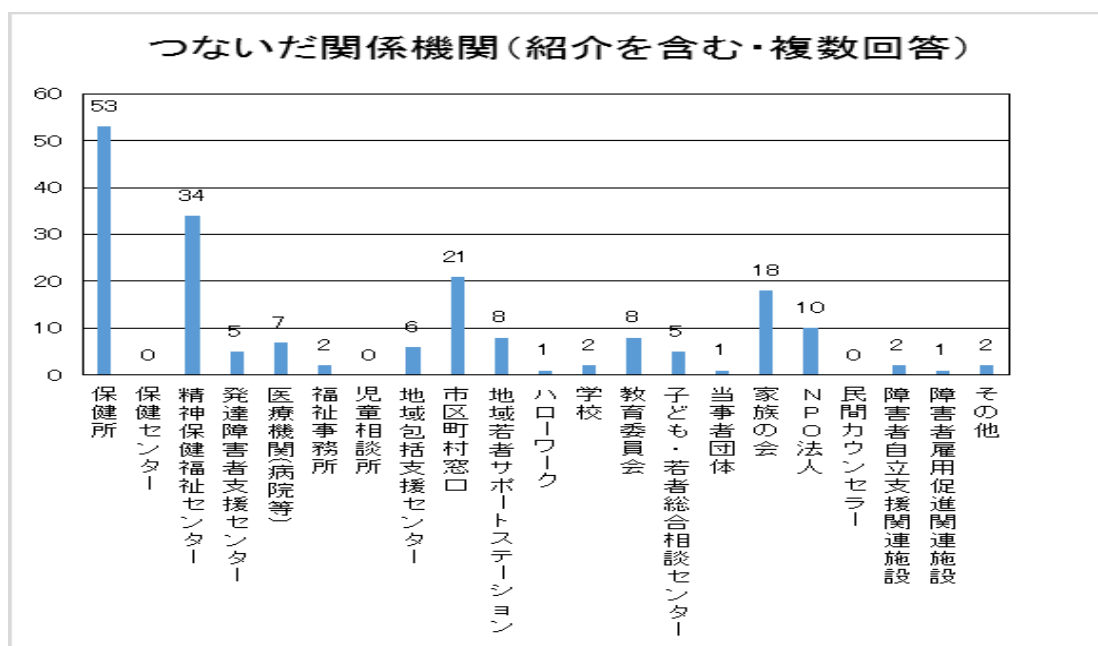
ウ：当事者性別（実件数）

	H26	H27	H28	H29	H30
男	160	177	165	173	137
女	64	62	81	65	54
性別不明及び個別相談でない	21	24	11	17	35

エ：当事者年代（実件数）

	10代 未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代 以上	不明
H26	0	53	58	60	31	7	7	29
H27	0	46	69	65	28	13	2	40
H28	0	63	66	52	30	14	4	28
H29	0	29	79	60	39	8	1	39
H30	0	34	43	45	26	12	1	65

オ：関係機関へつないだ件数（複数計上）



注) ひきこもり支援センターが精神保健福祉センターに配置されており、そのまま精神保健福祉センターで支援している場合は、精神保健福祉センター欄にカウント(厚生労働省統計に準ずる)

②来所相談（ひきこもり支援センター分再掲）

ア：来所件数（予約制）

	H26	H27	H28	H29	H30
実件数	58	38	36	32	46
延件数	84	72	60	45	66

注) H26.27年度は手紙も来所に含まれる

イ：相談者内訳

相談者（延件数）

	H26	H27	H28	H29	H30
本人	35	22	10	9	19
本人以外（複数来所）	85	76	81	58	79

当事者性別（実件数）

	H26	H27	H28	H29	H30
男	40	32	30	23	37
女	18	6	6	9	9

当事者年代（実件数）

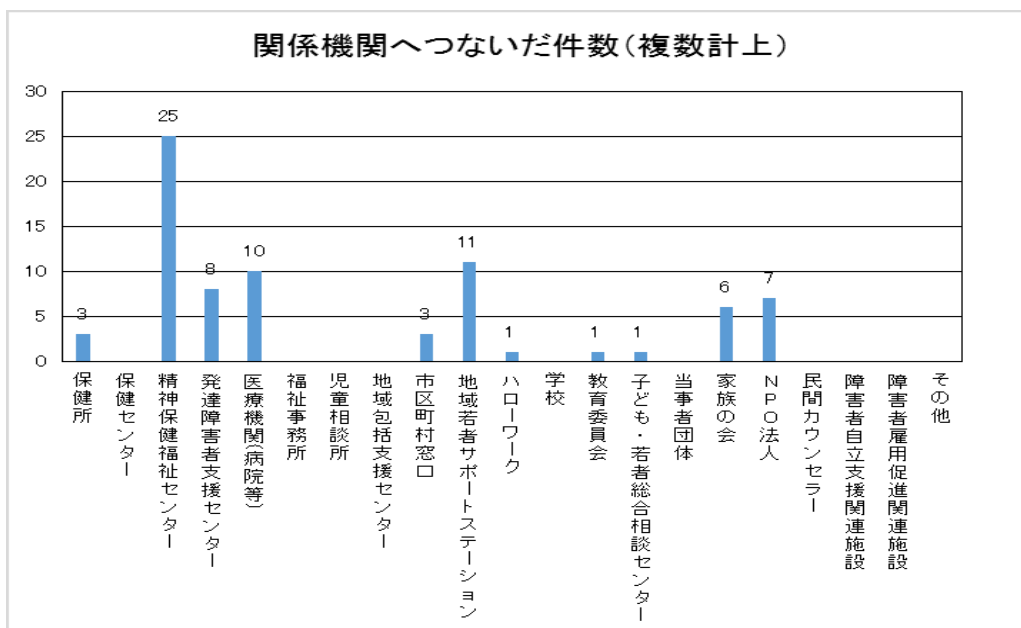
	10代	20代	30代	40代	50代以上	不明
H26	11	24	17	5	0	1
H27	6	16	13	1	2	0
H28	7	17	11	0	1	0
H29	6	15	8	3	0	0
H30	7	17	20	1	1	0

ウ：対応（実件数）

	H26	H27	H28	H29	H30
情報提供	35	19	21	21	6
助言指導	10	14	7	6	32
傾聴	1	0	0	0	5
予約	12	5	8	5	9
関係機関への繋ぎ					14

※ H30から項目に『関係機関への繋ぎ』を新設

エ：関係機関へつないだ件数（複数計上）



注) ひきこもり支援センターが精神保健福祉センターに配置されており、そのまま精神保健福祉センターで支援している場合は、精神保健福祉センター欄にカウント(厚生労働省統計に準ずる)

1) ひきこもりの家族教室

目的：ひきこもりに関する知識や対応の工夫を学んだり、家族自身が気持ちのゆとりを持つ機会を提供する。

開催：第4木曜日 午後1時30分～4時

従事者：精神科医師、保健師、精神保健福祉士（嘱託）、心理士（嘱託）

参加者数：実46人、延149人（関係者見学：延41人）

場所：こころの健康センター 会議室

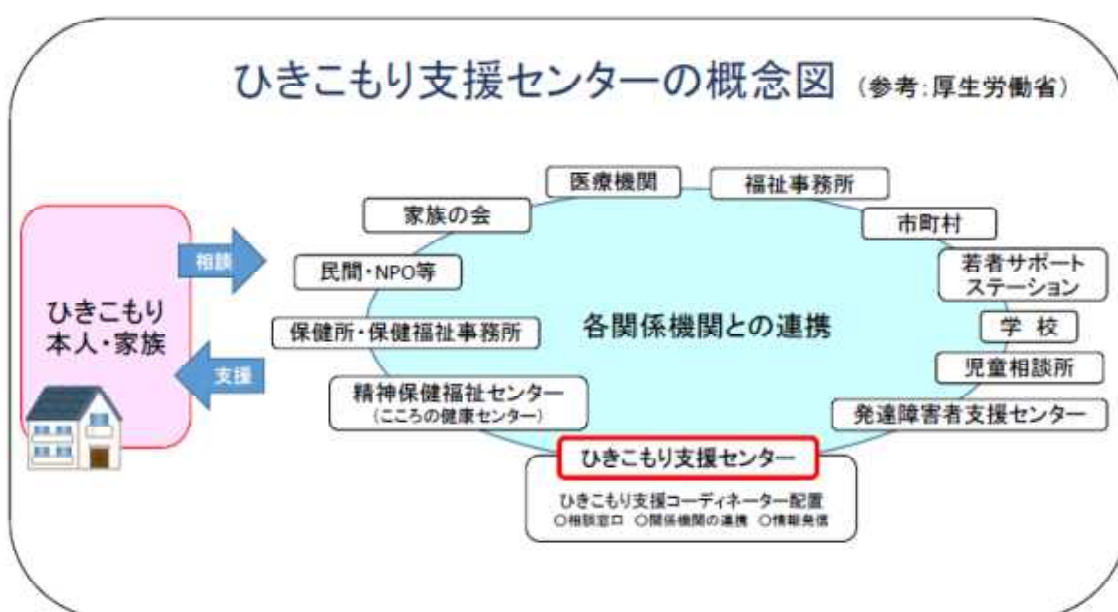
内容：H30年度は、ひきこもりに関する知識や情報、声かけの工夫等を学ぶ情報提供型とした。

月日	テーマ	講師
4月26日 10月25日	ひきこもりの理解	群馬県こころの健康センター
5月24日 11月22日	地域の社会資源について	アリスの広場、NPO法人CCM 社会福祉法人明清会
6月28日 12月27日	こんなときどうする？	フリーム★カンパニー 群馬県こころの健康センター
7月26日	言葉を使って気持ちを伝える	群馬大学 浅見隆康医師
8月23日	自分らしく生きたい	NPO法人楽の会リーラ 大橋史信ひきこもりピアサポーター
2月28日	DVD上映会＋座談会 NHK厚生文化事業団福祉ビデオ シリーズ「ひきこもりからの回復」	NPO法人楽の会リーラ 大橋史信ひきこもりピアサポーター

3) 関係機関との連携

関係機関の会議や研修会等を通して、ひきこもり支援センターの紹介や情報交換を行った。また、関係機関を訪問し、相互に役割や機能の理解を深めた。さらに、個別ケースへの切れ目のない支援のための連携を図った。

会議出席	<ul style="list-style-type: none"> ・群馬県子ども・若者支援協議会（代表者会議、実務者会議） ・群馬県若者自立支援ネットワーク会議 ・青少年自立・再学習支援事業 G-SKY plan 進路相談会（2か所）等
研修会等 講師	<ul style="list-style-type: none"> ・群馬県・市町村青少年相談担当職員研修会 ・ひきこもりケース・コンサルテーション ケース件数 計6件 (藤岡保健福祉事務所等)



4) 人材育成

年月日	内容	対象者	参加数
平成 30年 9月 27日	ひきこもり支援関係職員研修会 「ひきこもりー知ることから始める支援ー」 講師：こころの健康センター 大館医師、 ひきこもり支援センター 坂爪コーディネーター	相談支援に 従事する 保健・福祉、 市町村、 医療等の 関係職員	91

5) 情報発信

- ①新聞、ラジオ、研修会等での広報活動
- ②ひきこもり支援センターのリーフレット配布
- ③メルマガ掲載（子ども・若者支援協議会）

第2 精神科救急情報センター業務

1 精神科救急情報センターの活動

平成16年1月から、精神科救急情報センターが拡充され、県内の精神保健福祉法第23条通報から法第26条の3の通報・届出までを一括して受理し対応している。

特に法第23条通報においては、24時間体制となっている。

また、通報対象となるような地域の処遇対応困難者に対して、地域生活の安定と再度の通報の予防を目的に、各保健所・保健福祉事務所等と連携し地域支援活動として「精神科アウトリーチ活動」を実践している。この活動により、生活支援の届かなかった精神障害者に地域ケアを行うことで、行政サービスの徹底を図っている。

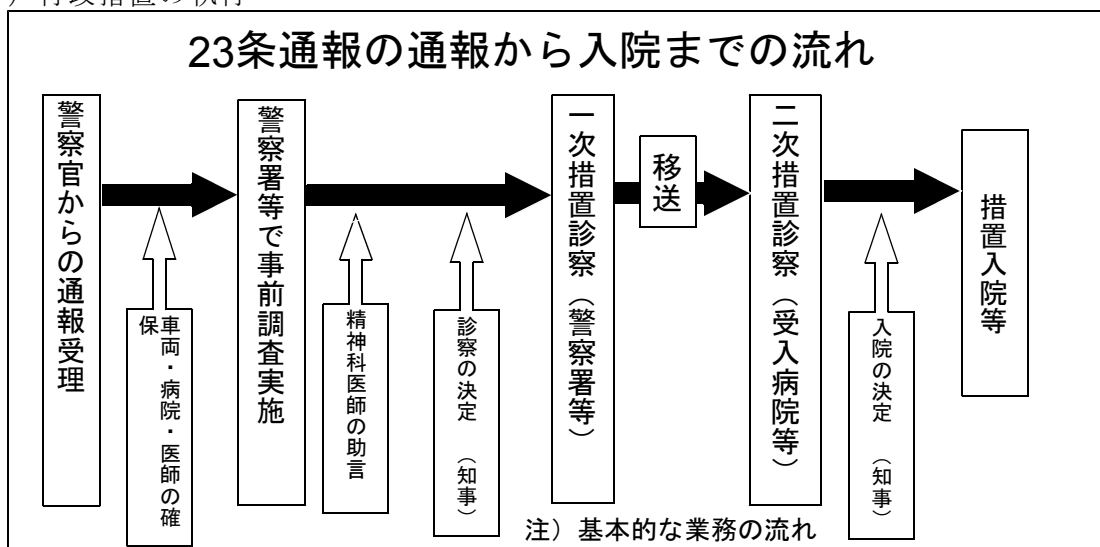
平成27年7月から、精神科診療所の協力のもと、精神保健福祉法第27条による県の診察並びに群馬県精神科救急医療システムによる基幹病院及び輪番病院の夜間・休日の診察が円滑かつ適切に行われることを目的として、夜間・休日における精神科救急情報センター等からの問い合わせ体制が運用開始となった。(21診療所が協力)

2 精神科救急情報センターの体制

- (1) 24時間体制で職員が通報等に対応する。
- (2) 日中から夜間帯(8:30~22:00)は、23条通報に、保健師1人、事務職員2人が通報のあった警察署等に出向き事前調査を行い、措置診察の要否決定を経て措置診察・立会いを実施している。
- (3) 深夜帯(22:00~翌朝8:30)は、職員が通報受理から診察の手配まで電話で対応し、移送は警察官の協力を得て行っている。
- (4) 通報対象者の移送は、群馬県ハイヤー協会と委託契約し、委託車両(10人乗りのワゴン車)により行っている。(職員同乗)
- (5) 移送業務については、県立精神医療センター看護師もしくは嘱託警察官OBの計2人の協力を得ている。

3 精神科救急情報センターの主な業務

- (1) 精神障害者の措置入院のための移送業務
 - 1) 通報等の受理
 - 2) 事前調査の実施(警察署等に出向いて面接(深夜帯は電話調査))
 - 3) 精神科医師の助言
 - 4) 措置診察の精神保健指定医・受け入れ医療機関の確保
 - 5) 措置診察の実施・立会い
 - 6) 被通報者の移送(委託車両による)
 - 7) 行政措置の執行



- (2) 精神科アウトリーチ活動の実践
- (3) 精神科救急情報センター事例検討会議

4 精神科救急情報センター業務の実績

(1) 移送業務

平成30年度は、通報等総数515件のうち、警察官の通報（23条）が最も多く、397件（77.1%）で、次いで、矯正施設の長の通報（26条）が68件（13.2%）、検察官の通報（24条）49件（9.5%）、一般人の申請（22条）1件（0.2%）の順になっている。保護観察所の長の通報（25条）、精神科病院の管理者の届出（26条の2）及び心神喪失等の状態で重大な他害行為を行った者に係る通報（26条の3）は0件であった。

申請・通報・届出の時間帯別発生状況

(単位：件)

区 分			平成28年度	平成29年度	平成30年度
申請・通報 ・届出全体	合 計		444	403	515
	平 日	日 中	210	208	230
		夜 間	69	56	85
		深 夜	62	54	72
	休 日	日 中	43	28	51
		夜 間	29	28	34
深 夜		31	29	43	
内 訳：					
22条 (旧23条)	小 計		0	0	1
	平 日	日 中	0	0	1
		夜 間	0	0	0
		深 夜	0	0	0
	休 日	日 中	0	0	0
		夜 間	0	0	0
深 夜		0	0	0	
23条 (旧24条)	小 計		341	278	397
	平 日	日 中	113	89	113
		夜 間	63	50	84
		深 夜	62	54	72
	休 日	日 中	43	28	51
		夜 間	29	28	34
深 夜		31	29	43	
24条 (旧25条)	小 計		28	41	49
	平 日	日 中	23	35	48
		夜 間	5	6	1
		深 夜	0	0	0
	休 日	日 中	0	0	0
		夜 間	0	0	0
深 夜		0	0	0	
25条 (旧25条の2)	小 計		0	0	0
	平 日	日 中	0	0	0
		夜 間	0	0	0
		深 夜	0	0	0
	休 日	日 中	0	0	0
		夜 間	0	0	0
深 夜		0	0	0	
26条	小 計		73	84	68
	平 日	日 中	73	84	68
		夜 間	0	0	0
		深 夜	0	0	0
	休 日	日 中	0	0	0
		夜 間	0	0	0
深 夜		0	0	0	
26条の2	小 計		1	0	0
	平 日	日 中	1	0	0
		夜 間	0	0	0
		深 夜	0	0	0
	休 日	日 中	0	0	0
		夜 間	0	0	0
深 夜		0	0	0	
26条の3	小 計		1	0	0
	平 日	日 中	0	0	0
		夜 間	1	0	0
		深 夜	0	0	0
	休 日	日 中	0	0	0
		夜 間	0	0	0
深 夜		0	0	0	

注1)
休日とは、土日
・祝日法による
休日・年末年始
の休日

注2)
日中時間帯
8時30分～
17時15分
夜間帯
17時15分～
22時00分
深夜帯
22時00分～
翌朝8時30分

平成30年度申請・通報・届出全数のうち、法第27条第1項の規定による事前調査の結果により、措置診察を実施したものが388件で通報総数515件の75.3%であった。

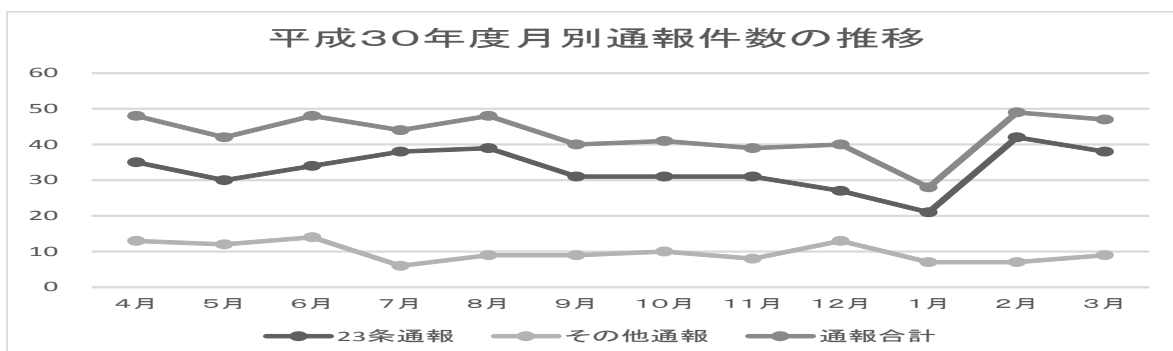
また、措置診察を実施し措置入院となったものは85件で、緊急措置入院後、診察により措置入院になった44件を合わせると129件となり、全通報件数の25.0%であった。措置診察（緊急措置診察含む）にて措置不要と判断され医療保護入院となったものは95件で、緊急措置入院後、医療保護入院となった46件と合わせると141件となる。緊急措置入院後、任意入院となったもの3件、措置診察を実施し任意入院となったものは4件、入院とならなかったものは111件であった。

入院病院は、入院した総数277件のうち、県立精神医療センターへの入院が174件（62.8%）、その他の病院は103件（37.2%）であった。

措置診察の実施状況及び措置診察の結果

（単位：件）

区 分			平成28年度			平成29年度			平成30年度		
			23条	その他	小計	23条	その他	小計	23条	その他	小計
措 置 診 察 実 施	措 置 入 院	県立病院	42	5	47	54	1	55	45	6	51
		民間病院	51	13	64	43	24	67	54	24	78
		小 計	93	18	111	97	25	122	99	30	129
	医 療 保 護 入 院	県立病院	102	2	104	68	3	71	117	1	118
		民間病院	18	3	21	11	5	16	23	0	23
		小 計	120	5	125	79	8	87	140	1	141
	任 意 入 院	県立病院	0	0	0	4	0	4	3	2	5
		民間病院	1	0	1	0	0	0	1	1	2
		小 計	1	0	1	4	0	4	4	3	7
	応 急 入 院	県立病院	1	0	1	0	0	0	0	0	0
民間病院		1	0	1	0	0	0	0	0	0	
小 計		2	0	2	0	0	0	0	0	0	
入 院 計	県立病院	145	7	152	126	4	130	165	9	174	
	民間病院	71	16	87	54	29	83	78	25	103	
	小 計	216	23	239	180	33	213	243	34	277	
帰 宅 ・ そ の 他		69	4	73	56	3	59	99	12	111	
計		285	27	312	236	36	272	342	46	388	
措 置 診 察 不 実 施		56	76	132	42	89	131	55	72	127	
合 計		341	103	444	278	125	403	397	118	515	



2 3 条通報年度別通報等の疾患診断（ICD-10）分類

（単位：件）

	F0	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	G40	その他	計
平成27年度	24	16	135	28	47	0	17	9	19	5	1	73	374
平成28年度	23	28	131	27	46	0	9	8	10	0	0	59	341
平成29年度	22	19	103	17	39	0	12	11	11	0	0	44	278
平成30年度	40	23	136	26	48	0	22	18	21	1	0	62	397

（注）各コード内容

F0 器質性精神障害

F1 精神作用物質使用による精神障害

F2 統合失調症・妄想性障害

F3 気分（感情）障害

F4 神経症ストレス関連身体表現障害

F5 生理的障害等に起因する行動症候群

F6 人格障害

F7 精神遅滞

F8 心理発達障害

F9 小児・青年期障害及び特定不能の障害

G40 てんかん

その他 不明

2 3 条通報となった自傷他害行為の内容

（単位：件）

	自傷	他 害								その他	計
		家族内				家族外					
		迷惑	物損	暴力	傷害	迷惑	物損	暴力	傷害		
平成27年度	87	39	22	79	12	106	7	17	5	0	374
平成28年度	87	32	22	72	9	99	5	12	3	0	341
平成29年度	69	35	9	49	9	84	9	13	1	0	278
平成30年度	85	75	6	46	14	135	11	19	6	0	397

（注1）自傷他害行為が複数の場合は、主たるもので計上した。

（注2）自傷は、自傷行為や徘徊及び異常体験により警察署に助けを求めたもの。

（注3）他害行為は、概ね同居している親族（内縁も含む）を家族内、それ以外を家族外とした。

（注4）迷惑行為は、暴言・威嚇など人に直接触れないもの、あるいは対物暴力で物の破損に至らないもの、特定の人に「死んでやる。」と言う場合等とした。

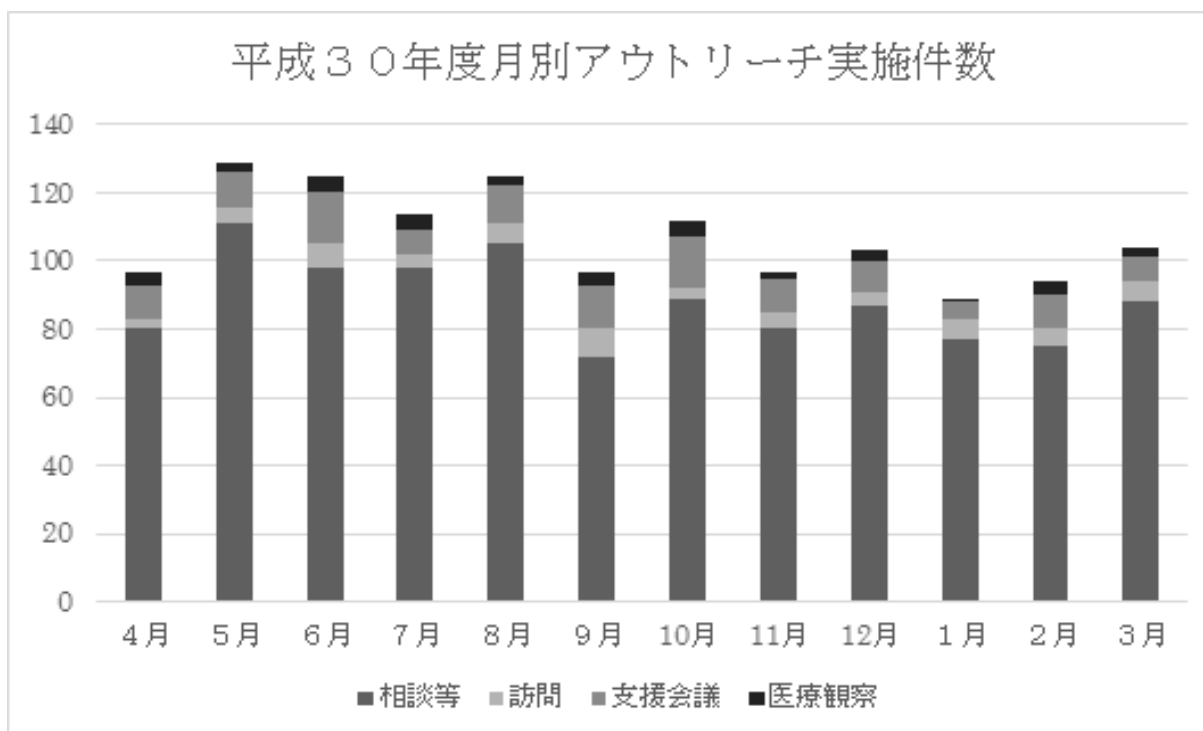
（注5）暴力行為のうち、概ね治療が必要な程度の負傷があったものを傷害とした。

（注6）通報時の自傷他害行為が複数の場合は、他害行為を自傷に優先し、対他人を対家族に優先させ、傷害、暴力、物損、迷惑行為の順に優先した。

(2) 精神科アウトリーチ活動（相談・訪問・支援会議・医療観察法）
 年度別活動件数（平成17～30年度）（単位：件）

年 度	相談等	訪 問	支援会議	医療観察法
平成17年度	1,212	110	144	—
平成18年度	909	135	165	—
平成19年度	1,584	138	190	29
平成20年度	1,322	83	145	21
平成21年度	674	71	126	35
平成22年度	598	74	135	41
平成23年度	763	71	137	45
平成24年度	859	84	141	41
平成25年度	895	61	149	43
平成26年度	670	47	111	34
平成27年度	893	53	117	43
平成28年度	1,205	56	147	54
平成29年度	1,074	68	143	38
平成30年度	1,060	62	122	42

※平成16.1.19から、現行の精神科救急情報センターが稼働



(3) 精神科救急情報センター事例検討会議

【目的】 救急移送の対応困難事例を通して、課題を抽出し検討することにより救急移送システムが円滑に機能するよう関係機関相互の調整を図る。

【構成員】 群馬大学精神科教授、民間精神科代表（5病院）、前橋地方検察庁検事、弁護士会代表、県警本部生活安全企画課、市町村代表（2市）、消防代表、県立精神医療センター院長、保健福祉事務所代表（2市）、群馬県庁保健師会代表、障害政策課（課長・精神保健室長）、精神科救急情報センター（所長・精神保健主監）、こころの健康センター所長が特に認める者 計21人

【開催内容】

	開催日	事例の内容
第1回	平成30年 5月17日	自傷行為から23条通報となり、その後通報取り下げとなった事例
第2回	平成30年 7月19日	第26条(矯正施設の長の通報) 対応に関するQ&A
第3回	平成30年 9月20日	二次救急と三次救急のはざまに関する検討～事例を通して～
第4回	平成30年 11月22日	短期間に23条通報が繰り返されている十代男性の事例
第5回	平成31年 2月21日	刑事司法と精神科医療の間のグレーゾーン事例

(4) その他（関係機関との連絡調整会議等）

1) 医療機関（県立精神医療センター、三枚橋病院及び群馬病院）との調整会議

【目的】 安全で円滑な移送業務の推進を図るため、県内精神科三次救急の受け入れ先であり移送の協力をいただいている県立精神医療センター、三枚橋病院及び群馬病院の関係職員並びに障害政策課精神保健室関係職員と、措置移送業務全般について協議する。

【開催内容】

開催日	主な議題	出席者
平成30年 12月12日	<p>【精神障害者措置移送業務等連絡会議】</p> <p>1 警察署との精神科救急業務勉強会について</p> <p>2 措置入院患者の退院後支援について 退院後支援の概要 退院後支援の具体的な手順 質疑応答</p> <p>3 各病院との意見交換</p> <p>報告事項</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成29年度通報・申請・届出・結果について ・平成30年度通報・申請・届出・結果について (平成30年10月末まで) 	27人

2) 精神科救急業務検討会

【目的】 県内精神科病院と精神科救急業務について情報を共有し相互理解を深めるとともに、精神科救急業務における課題や問題等を検討し、地域精神保健福祉業務の充実及び円滑な推進を図る。

【出席者】 精神科病院地域精神保健福祉担当職員
障害政策課精神保健室関係職員

【開催内容】

	開催日	主 な 議 題	出席者
第1回	平成30年 8月31日	1 群馬県精神科救急情報センター業務の実際 2 地方公共団体による精神障害者の退院後支援に関するガイドラインについて 3 ガイドラインについての意見交換 4 輪番病院について	42人
第2回	平成31年 2月13日	1 措置入院者退院後支援の概要 2 措置入院者退院後支援の実際 3 グループワーク ①オリエンテーション ②事例紹介 ③ニーズアセスメントチェック ④総合アセスメント作成 ⑤退院後支援に関する計画に係る意見書 ⑥病状が悪化した場合の対処方針 ⑦各グループからの発表、感想 ⑧まとめ 4 意見交換	38人

3) 刑務所との地域連携情報交換会

【目的】 矯正施設の長からの通報による精神科救急業務の円滑な推進を図るため及び出所後の地域支援を円滑に行えるよう連携を強化するため

【出席者】 前橋刑務所処遇部企画部門分類担当職員
精神科救急情報センター職員

【開催内容】

開催日	主 な 議 題	出席者
平成31年 3月8日	意見交換 ・休日出所日が重複する際の措置診察（二次診察）の対応について ・特別調整の流れについて ・特別調整者、就労支援対象者との関係調整について	8人

(5) こころの健康センター新任者研修

業務の円滑な推進を図ることを目的に、異動により新しく配属された職員及び嘱託職員を対象に研修を実施した。

【開催内容】

内 容	日 程	対 象 者
○こころの健康センター・精神科救急情報センターの業務について ○安全管理指針 ○こころの健康センターの勤務体制 ○精神疾患の理解 統合失調症、躁うつ病、神経症、認知症、依存症、パーソナリティ障害等	平成30年 4月3日	平成30年度 新規配属職員9人
○センターDBについて ○精神科救急情報センター業務の実際 ・業務マニュアル ・移送業務における通知等の書き方等 ・警察からの23条通報の受け方 ロールプレイ ・事前調査の作成について ・聞き取り内容 ・助言・決定の受け方、診察医への報告 ○精神科アウトリーチ活動について ・目的 ・実際の業務（支援会議、訪問、相談等） ○質疑応答、感想	4月4日	新規配属職員7人

(6) 群馬県立精神医療センター初任者研修

平成25年度から県立精神医療センターの依頼で新人看護職員を対象に移送業務が円滑に実施されることを目的として研修会を開催した。

日 時：平成30年10月5日（金）9時00分～12時00分

場 所：こころの健康センター カンファレンス室

参加者：新規採用者9人、担当師長1人

内 容：1 研修

- (1) 講義「群馬県こころの健康センター業務」
- (2) 所内見学及び説明
- (3) 講義「群馬県精神科救急情報センター」

2 意見交換

5 措置入院者の退院後支援

(1) 経緯について

精神障害者が退院後にどの地域で生活することになっても、医療、福祉、介護、就労支援などの包括的な支援を継続的かつ確実に受けられるようにすることを目的とし、平成30年3月に厚生労働省が「地方公共団体による精神障害者の退院後支援に関するガイドライン」を発出した。

このガイドラインを受け、本県では精神保健福祉法第23条から第26条の3に基づく通報・届出への対応を当センターで行っていることから、県精神保健室と当センターが中心となって検討を重ね、平成30年12月に「群馬県における措置入院者退院後支援実施要領（試行版）」を制定した。対応経過は以下のとおり。

時 期	概 要
平成30年3月	厚生労働省がガイドラインを発出
4月	厚生労働省が自治体向け説明会を開催
5～6月	県精神保健室とこころの健康センターで対応方針を協議
7月	保健福祉事務所及び中核市担当者へ基本的な対応方針を説明
8月	各精神科病院の相談担当者(P S W)に基本的な方針案を説明 各精神科病院へ調査*への協力を依頼 保健福祉事務所担当者とワーキングを開催
10月	保健所長会、中核市、精神科病院協会等の関係団体へ対応方針を説明（県精神保健室）
12月	県要領制定、試行開始

* 調査の概要；「退院後支援の対象者のイメージに係る参考調査」として、支援の必要性をより具体的に判断するため、臨床の立場から退院後に必要となる支援量が増大すると思われる措置入院者のイメージを聞いた

(2) 県要領の概要について

1) 支援対象者

措置入院者とし、緊急措置入院者は含めないこととする。

当センターの地区担当者が、帰住先の保健福祉事務所・中核市の担当者とともに病院を訪問し、対象者の同意を得る手続きを行う。

2) 計画作成

計画作成は帰住先の保健福祉事務所・中核市と相談しながら当センターが行う。

3) 退院前の支援会議の開催及び計画の交付

入院先病院の協力を得て、当センター主催で退院前に支援会議を開催する。会議には本人及び家族、帰住先保健福祉事務所・中核市及び市町村の他、入院先病院、退院後に支援予定の通院先医療機関・相談支援事業所・障害福祉サービス事業所・訪問看護ステーション等の担当者の出席を仰ぐ。

会議で計画案等を確認し、必要に応じて修正を行った上で、計画等を本人・家族及び支援者へ交付する。

4) 支援及び計画の見直し

帰住先の保健福祉事務所・中核市が中心となって行う。

5) 計画に基づく支援の終結

帰住先の保健福祉事務所・中核市が主催となり、可能な限り本人・家族及び支援者による支援会議を開催し、協議する。

6) その他

計画作成及び支援会議の開催まで、当センターで行うこととしているが、平成31年度からは中核市分は中核市で行ってもらう予定である。

保健福祉事務所分については、当面の間、当センターが行うこととする。

(3) 平成30年度実績 (H30.12.25施行)

・計画に基づく支援を行うことについて、説明した対象者 4名

・うち、同意した対象者 3名

※計画の作成及び支援会議の開催等は平成31年度に実施

管轄保健所	説明した対象者	うち同意した対象者
高崎市	2名	1名
伊勢崎	1名	1名
安中	1名	1名

IV 学会発表・調査研究

1 学会発表等一覧

平成30年度中に発表を行った主な各種学会等は下記のとおりである。

- 1 山崎雄高 齊藤良 大館実穂 佐藤浩司 浅見隆康
警察官通報における自傷群と他害群の相違点
第114回日本精神神経学会（神戸市 2018.6）

- 2 山崎雄高 入澤美幸 鈴木紋子 佐藤浩司
群馬県における自傷のおそれによる警察官通報者と他害のおそれによる警察官通報者の相違点
第54回全国精神保健福祉センター研究協議会（福島市 2018.10）

- 3 入澤美幸 鈴木紋子 山崎雄高 佐藤浩司
群馬県における自傷のおそれによる警察官通報者と自殺者の背景の比較
第54回全国精神保健福祉センター研究協議会（福島市 2018.10）

- 4 山崎雄高 入澤美幸 鈴木紋子 佐藤浩司
群馬県における自傷のおそれによる警察官通報者と他害のおそれによる警察官通報者の相違点
第6回群馬県地域保健研究発表会（前橋市 2019.3）

- 5 鈴木紋子 入澤美幸 山崎雄高 佐藤浩司
群馬県における自傷のおそれによる警察官通報者と自殺者の背景の比較
第6回群馬県地域保健研究発表会（前橋市 2019.3）

V 実習・視察

1 実習及び視察等一覧

地域保健実習の協力、実地研修・視察等として、医学生、研修医、病院職員、司法修習生、行政職員等を受け入れた。

区 分	期 間	日数	人数(実)
群馬大学医学部4.5年生	H30.4.18~H31.3.27	35	133
初期臨床研修医	H30.5.9~H31.3.6	20	27
群馬大学医学部公衆衛生学講座	H30.6.12	1	6
公衆衛生に関する実地修練 (保健所実習の一部)	H30.7.11	1	1
群馬県庁インターシップ実習生	H30.8.30	1	2
群馬県立精神医療センター新人看護職員	H30.10.5	1	10
前橋地方検察庁司法修習生等	H30.10.15	1	24
自治医科大学医学部5年生 (保健福祉事務所実習の一部)	H30.11.14	1	4
館林市青少年センター	H30.11.30	1	21

VI 公表資料・印刷物

1 公表資料・印刷物一覧

平成30年度中に作成した公表資料・印刷物は下記のとおりである。

- 1 群馬県こころの健康センター相談のご案内
- 2 ひとりの命 大切ないのち
- 3 あなたも今日からゲートキーパー
- 4 大切なご家族を亡くされた方へ
- 5 群馬県中学生版「SOSの出し方に関する教育」プログラム（冊子・表紙）
- 6 ゲートキーパー手帳（冊子・表紙）
- 7 自殺予防の電話相談「こころの健康相談統一ダイヤル」（ポケットティッシュ）
- 8 自殺予防の電話相談「こころの健康相談統一ダイヤル」（案内カード）

平成30年度 群馬県こころの健康センター相談のご案内

こころの健康センターでは、県民のみなさまからの
こころの健康に関する相談(精神保健福祉相談)に応じています。

面接相談(完全予約制)

申込ダイヤル 027-263-1156

- 薬物・アルコール・ギャンブル等の依存症全般、思春期、ひきこもり、自死遺族に関する面接相談を行います。
- 相談は秘密厳守で行い、相談料はかかりません。
- 電話で事前に相談内容をおうかがいし、必要な方に相談日を予約していただきます。
- ひきこもり面接相談の予約は、ひきこもり支援センター(027-287-1121)へおかけください。

電話相談

相談ダイヤル 027-263-1156

相談は月曜日～金曜日の9時～17時(祝日及び年末年始を除く)

- ① 電話で相談内容をおうかがいし、医療機関へのご案内、受診方法を助言します。相談内容により、適切な相談機関をご案内します。
- 相談は秘密厳守で行います。
- 継続的な相談はお受けしていません。
- 電話でのカウンセリングではありません。
- 相談が集中した場合、電話がつながりにくい状態となることがありますので、ご了承ください。
- ひきこもりに関するご相談は、ひきこもり支援センター(027-287-1121)へおかけください。



メール相談

メールアドレス kokoro@pref.gunma.lg.jp

- メールで相談内容をおうかがいし、適切な相談機関をご案内します。
- 相談は秘密厳守で行います。
- 相談は群馬県在住の方に限り、お一人1回限りのご利用とさせていただきます。
- 緊急性のあるもの、継続的な相談、カウンセリングについては対応していません。
- 相談は24時間受信していますが、返信は1～2週間程度かかります。2週間経過しても返信がない場合には、相談ダイヤル(027-263-1156)へお問い合わせください。
- 当所からの返信が受信できるよう、機器の設定環境をよくご確認ください。

ご相談の際は、以下の項目を明記して送信してください。

- ・ 件名は「相談希望」
- ・ 返信先アドレス
- ・ 相談者の年齢、性別、お住まいの市町村
- ・ 相談内容(具体的かつ簡潔にまとめてください)

各種支援事業

依存症の家族教室

薬物やアルコール、ギャンブル等の依存症のある方のご家族を対象とした教室です。ご家族が依存症について正しい知識を持つことで元気を取り戻し、本人を回復につなげることができるよう家族支援プログラムを実施しています。

参加ご希望の方は、事前に**申込ダイヤル(027-263-1156)**からお申し込みください。面接・相談の後に教室をご案内しています。



依存症からの回復支援塾

薬物やアルコール、ギャンブルの依存症当事者を対象としています。依存症から回復するためには、依存症を知り、再使用しなくてすむ方法を身に付けることが効果的です。回復支援塾では、アルコールや薬物、ギャンブルのない生活を送り続けたいと願う方を対象にテキストを使った再発予防プログラムを実施しています。

参加ご希望の方は、事前に**申込ダイヤル(027-263-1156)**からお申し込みください。面接・相談の後に事業をご案内しています。

ひきこもりの家族教室

ひきこもりとは自宅などに閉じこもることが多くなり、人との関わりや社会参加が困難になっている状態をいいます。教室はひきこもりについての学習や家族間の情報交換の場です。

参加ご希望の方は、事前に**ひきこもり支援センター(027-287-1121)**からお申し込みください。面接・相談の後に教室をご案内しています。

交通のアクセス

■自動車をご利用の場合

- ・前橋市街地から
国道50号線を桐生方面に進み、東部バイパスを通過し、「勤労福祉センター入口」信号を右折し、200m先左側。「群馬県勤労福祉センター」向かい。
- ・桐生方面から
国道50号線を前橋市街地方面へ進み、「勤労福祉センター入口」信号を左折し、200m先左側。「群馬県勤労福祉センター」向かい。

■電車をご利用の場合

- ・JR両毛線「前橋大島」駅下車。北口を出て左に進み、最初の交差点を右折し直進。「味処やかた」のある交差点を左折し、「群馬県勤労福祉センター」の向かい。徒歩約15分。タクシー(のりばは南口)で約5分。

■バスをご利用の場合

- ・JR両毛線「前橋」駅北口から永井バス「東大室線」に乗車。(4番のりば)「勤労福祉センター入口」で下車し、桐生方面へ進み、「群馬県勤労福祉センター」信号を右折し、200m先左側。「群馬県勤労福祉センター」向かい。
- ・JR両毛線「前橋大島」駅南口から永井バス「石関町学園中央循環線(前橋大島線)」に乗車。「県勤労福祉センター東」で下車し、「味処やかた」のある交差点を左折し、200m先右側。「群馬県勤労福祉センター」向かい。



群馬県こころの健康センター 〒379-2166 前橋市野中町368 TEL : 027-263-1166
FAX : 027-261-9912

群馬県こころの健康センター

で

検索



ひとりの命 大切ないのち

全国では年間2万1千人近くの方が自ら命を絶っています
その一人一人は、かけがえのない大切な命です
あなたの身近に悩みを抱えている人はいませんか？

声をかけ、耳を傾け、そして相談を！

県内の自殺の現状

県内の自殺者数は平成15年の562人をピークに、おおむね右肩下がりの傾向で、ここ数年は400人前後で推移しています。

平成29年中の自殺者は330人(男229人、女101人)で、県内でほぼ毎日おひとりの方が自殺で亡くなっていることとなります。

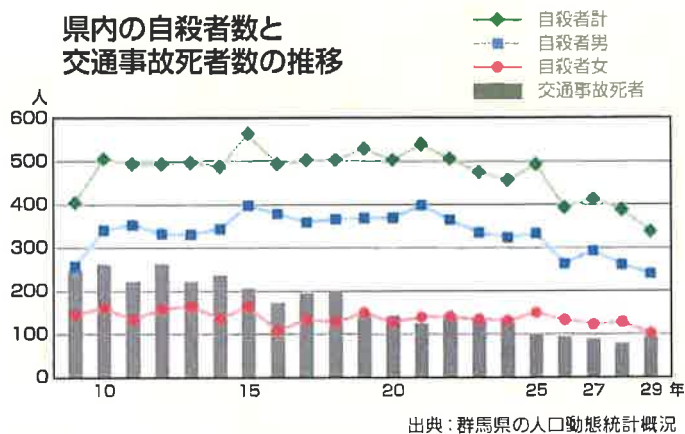
男女別にみると、男性が女性に比べ2倍以上多くなっています。

また、自殺による死者数は、同年中の交通事故による死者の約3.5倍となっています。

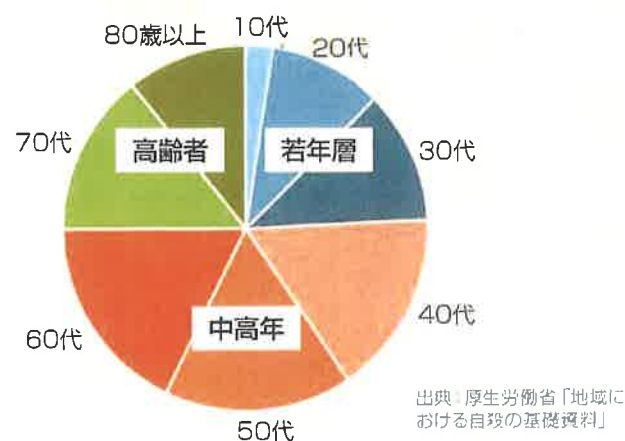
年代別にみると、40～60代の中高年が約半数を占めていますが、ここ数年では減少傾向にあります。

一方、10代では横ばいの状況が続いており、自殺は10～30代の死亡原因の1位となっています。

県内の自殺者数と交通事故死者数の推移



年代別自殺者数の割合(平成24～28年合計)



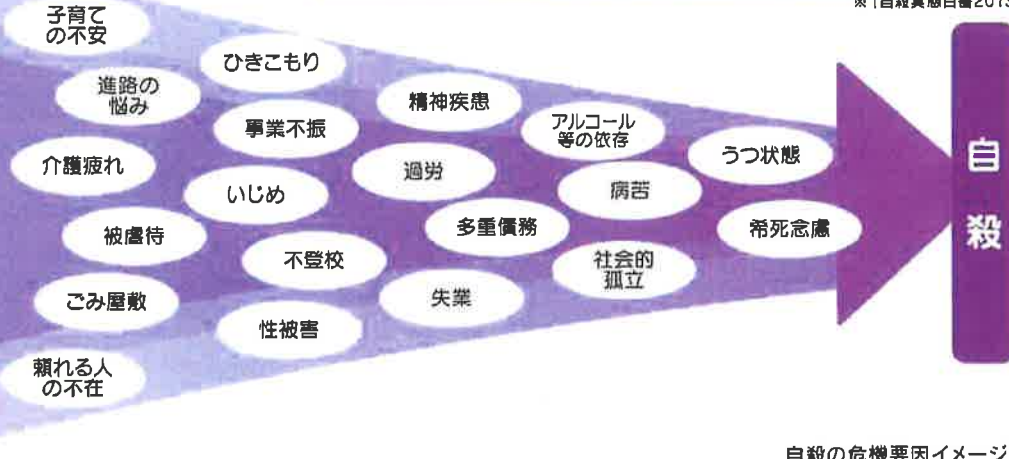
自殺の原因

自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。
 背景には、こころの問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があることが知られています。
 自殺は、「誰にでも起こり得る危機」です。

- 社会が多様化する中で、地域生活の現場で起きる問題は複雑化・複合化している。
- 複雑化・複合化した問題が最も深刻化したときに自殺は起きる。「平均4つの要因（問題）が連鎖する中で自殺が起きている」とする調査※もある。

※「自殺実態白書2013（NPO法人ライフリンク）」

地域生活の現場

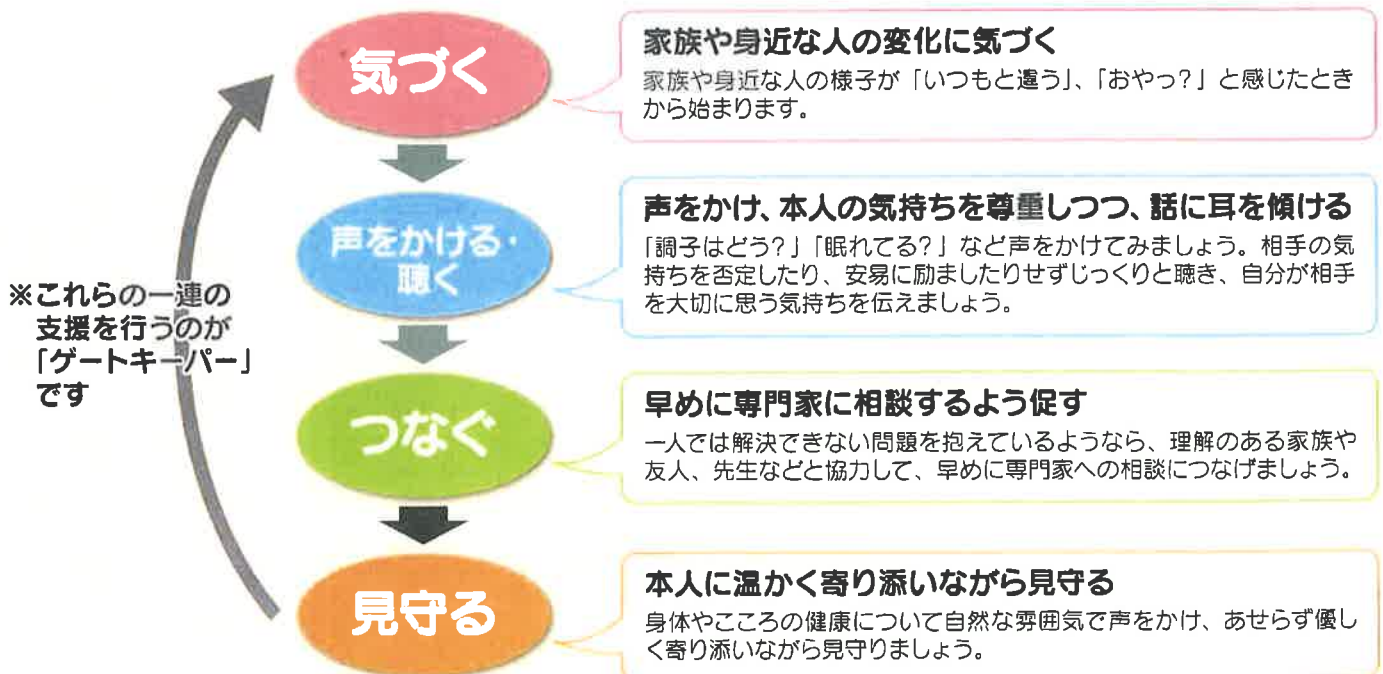


自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料）

身近な人のこころのサインに気づいたら

自殺を考える人は、しばしばサインを示すことがあります

- 思いつめた様子、うつ病のような症状がみられる
- 以前より、表情が乏しくなった、身なりに構わなくなった
- 他人との関わりを避ける
- 最近、眠れていない、不安や不眠が原因で、飲酒量が増えている
- 自殺をほのめかす



うつ病って何？ 言葉は聞いたことはあるけれど…

人は悲しいことや大きな失敗を体験すると、気分が落ち込んだり、憂うつになります。多くは時間が経てば回復しますが、以下のような状態が毎日続き、日常生活に支障が出ている場合、うつ病の可能性がります。



《自分で感じる状態》

- 悲しい憂うつな気分、沈んだ気分
- 何事にも興味がわかない、やる気が出ない
- 食欲がない、よく眠れない
- 集中できない
- イライラして、落ち着かない
- 他人と関わりたくない

《周囲から見た状態》

- 以前と比べて表情が暗く、元気がない
- 身なりに構わなくなった
- 体調不良の訴えが多くなった
- 仕事や家事の能率低下、ミスが増える
- よく眠れていないようだ
- 飲酒量が増えている
- 人付き合いを避けるようになった

原因は悲しいことだけでなく、昇進、結婚、出産、進学、転居など、日常生活の様々なことがきっかけとなります。うつ病は治療により改善しますので、早めに医療機関（かかりつけ医、精神科、心療内科など）へ相談しましょう。

最近、お酒の量が増えていませんか？



お酒はうつ病や自殺との関係も指摘されています。

- 「わかっているけど、お酒をやめられない」と感じる事はありますか？
「気分を変えよう」「よく眠れるように…」とお酒に頼りすぎていませんか？
- お酒を飲み続けていると、段々と飲酒量が増え、健康に害を及ぼす可能性が高くなります。
- 自殺した人の約3人に1人の割合で直前の飲酒が認められています。

あなたの命を守るためにも、適正飲酒を心がけましょう。

アルコール依存症の自己チェックをしてみましょう

- ① 今までに、お酒の量を減らさなければならなかったことがある
- ② 今までに、飲酒を批判されて、腹が立ったり、いらだったことがある
- ③ 今までに、飲酒に後ろめたさを感じたり、罪悪感を持ったことがある
- ④ 今までに、朝酒や迎え酒を飲んだことがある



《アルコール依存症スクリーニングテスト CAGE》

2項目以上あてはまる場合は、依存症の疑いがあります。
専門家への相談をおすすめします。

相 談 機 関 一 覧

分 類	窓 口	電 話 番 号	受 付 時 間	
精神保健	群馬県こころの健康センター (うつ、依存症、思春期等のこころの相談)	027-263-1156	9:00~17:00 (月~金)	
	「こころの健康相談統一ダイヤル」(自殺予防の電話相談)	0570-064-556	9:00~22:00 (月~金)	
	ひきこもり支援センター (ひきこもりについての相談)	027-287-1121	9:00~17:00 (月~金)	
	《県保健福祉事務所及び中核市の相談窓口》			8:30~17:15 (月~金)
	渋川保健福祉事務所	0279-22-4166	利根沼田保健福祉事務所	0278-23-2185
	伊勢崎保健福祉事務所	0270-25-5066	太田保健福祉事務所	0276-31-8243
	安中保健福祉事務所	027-381-0345	桐生保健福祉事務所	0277-53-4131
	藤岡保健福祉事務所	0274-22-1420	館林保健福祉事務所	0276-72-3230
	富岡保健福祉事務所	0274-62-1541	前橋市保健所	027-220-5787
吾妻保健福祉事務所	0279-75-3303	高崎市障害福祉課	027-321-1358	
自死遺族	群馬県こころの健康センター (自死遺族の相談)	027-263-1156	9:00~17:00 (月~金)	
心の悩み	群馬いのちの電話 (死にたい辛さを受け止めます)	027-221-0783	9:00~24:00 (毎日) 第2・4金 9:00~翌日9:00	
	フリーダイヤル 自殺予防 いのちの電話	0120-783-556	毎月10日 8:00~翌日8:00	
	連合群馬「ライフサポートぐんま」 (キャリア形成、仕事によるストレス・うつ病など)	0120-797-052	14:00~19:00 (木・土)	
労 働	群馬県労働政策課、高崎及び太田行政県税事務所 「県民労働相談センター」	0120-546-010	9:00~17:15 (月~金)	
	群馬労働局雇用環境・均等室「総合労働相談コーナー」	027-896-4677	9:30~17:00 (月~金)	
	群馬産業保健総合支援センター	027-233-0026	9:00~12:00、13:00~16:00 (月~金) 当日の相談受付はHP・電話でご確認ください。	
	連合群馬「なんでも労働相談ダイヤル」 (働くうえでの悩み)	0120-154-052	9:00~17:00 (月~金)	
多重債務	関東財務局前橋財務事務所「多重債務相談窓口」	027-221-4495	8:30~12:00、13:00~16:30 (月~金)	
	群馬弁護士会総合法律相談センター	027-234-9321	相談予約受付 9:00~12:00、13:00~17:00 (月~金)	
	司法書士総合相談センター	027-221-0150	10:00~16:00 (月~金)	
	群馬県消費生活センター	027-223-3001	9:00~17:00 (月~金) 9:00~12:00、13:00~17:00 (土)	
法律扶助相談	法テラス群馬 (日本司法支援センター群馬地方事務所) (労働、多重債務、高齢者も含む)	0503383-5399	9:00~17:00 (月~金)	
法的問題	法テラス・サポートダイヤル	0570-078374	9:00~21:00 (月~金)、9:00~17:00 (土)	
犯罪被害	警察安全相談	027-224-8080 027-224-4356	24時間対応 (上段のみ) 下段は女性相談者専用電話 (女性のみ) で 8:00~17:15 (月~金) となります。	
	法テラス群馬 (日本司法支援センター群馬地方事務所) (女性、青少年・子ども)	0503383-5399	9:00~17:00 (月~金)	
生活困難	各市町村福祉担当課	各市町村役場		
心配ごと	群馬県社会福祉協議会 (家族関係、財産問題等暮らしに関わる悩み)	027-255-6032	相談予約受付 9:00~17:00 (月~金) 相談日 10:00~12:00 (第2・4木)	
高 齢 者	群馬県高齢者総合相談センター (高齢者のみ) 弁護士による法律相談あり	027-255-6100	一般相談 9:00~17:00 (月~金) 法律相談 14:00~16:00 (毎週金及び第2水)	
女 性	群馬県女性相談センター (パートナーからの暴力、女性の様々な悩み)	027-261-4466	9:00~20:00 (月~金) 13:00~17:00 (土・日・祝日)	
	とらいあんぐるん相談室 (女性の自立や能力開発、性差に関する悩みなど)	027-224-5210	9:00~12:00、13:00~16:00 (火~金) 9:00~12:00 (土・日)	
	前橋地方法務局「女性の人権ホットライン」 (セクハラやDV等の人権侵害)	0570-070-810	8:30~17:15 (月~金)	
青 少 年 子 ども	群馬県総合教育センター 「子ども教育・子育て相談」 (教育や子育てに関する相談)	0270-26-9200	9:00~17:00 (月~金)、 9:00~15:00 (第2・4土)	
	「24時間子供SOSダイヤル」 (いじめ問題やその他の子供のSOS全般)	0120-0-78310	24時間対応	
	中央児童相談所「こどもホットライン24」 (児童虐待、子育て相談、心身の発達など)	0120-783-884 携帯電話からは 027-263-1100	24時間対応	
	群馬県生涯学習センター 家庭教育電話相談「よい子のダイヤル」	027-224-4152	10:30~12:30、13:30~15:30、 16:30~18:30 (火~土、ただし祝日、休館日を除く)	
	前橋地方法務局「子どもの人権110番」	0120-007-110	8:30~17:15 (月~金)	

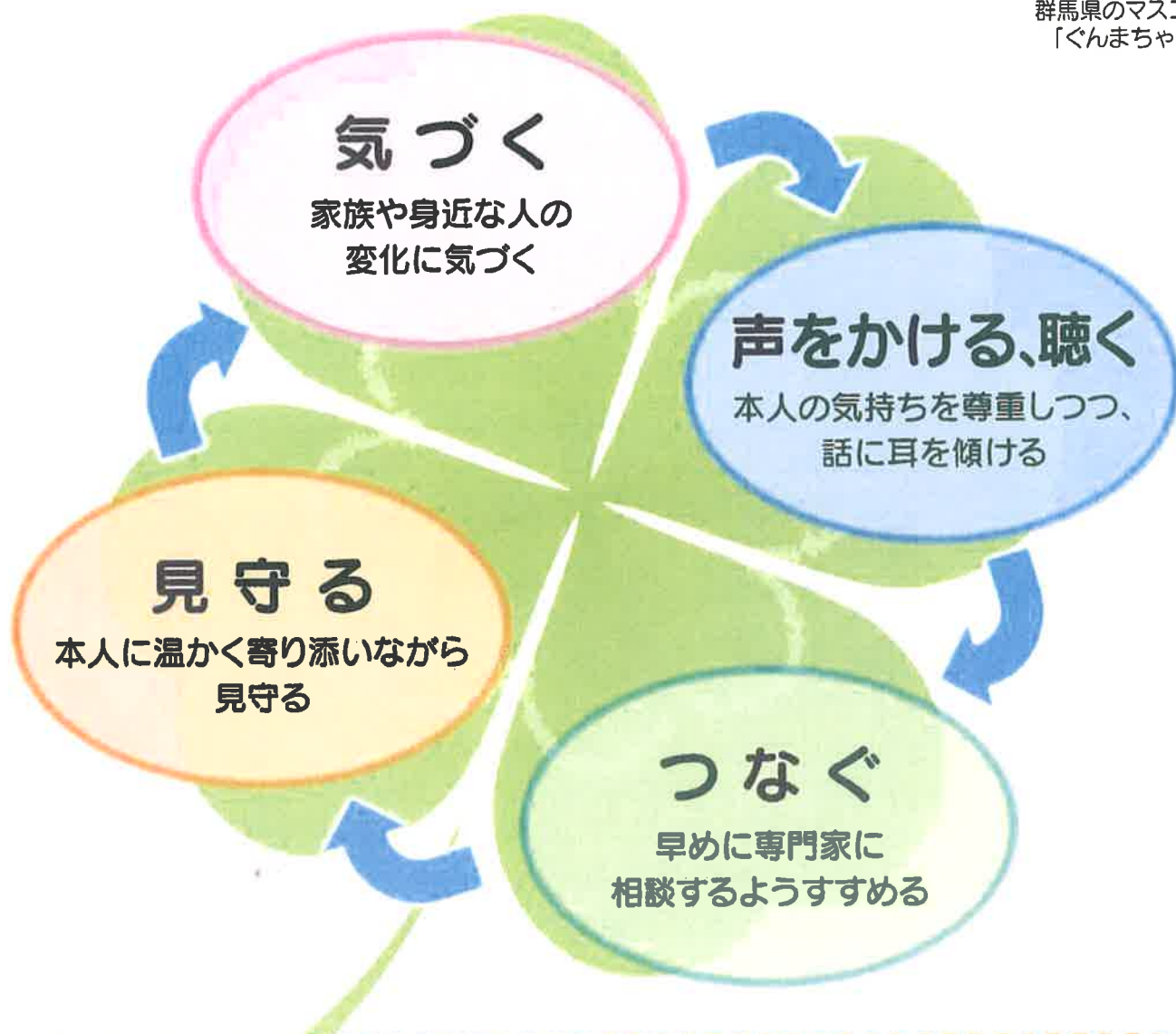
*受付時間欄に特別の記載がない場合は、祝日、年末年始に受付を行っていません。

H30.4.1現在

あなたも今日から ゲートキーパー



群馬県のマスコット
「ぐんまちゃん」



ゲートキーパーとは、身近な人の自殺のおそれなどのこころの危機に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことをいいます。ゲートキーパーによる気づきは、悩みを抱えた人を、多くの人のネットワークで支えるための入り口となり、かけがえのない命を守る手助けになります。専門的な資格は必要ありません。いくつかのポイントを押さえ、少しの心掛けで、あなたも今日からゲートキーパーに！

気づく

◆ 家族や友人の様子が「いつもと違う」と感じたことはありませんか？

悩みを抱え、自殺を考えている人は、それまでと様子が変わったり、死についてほのめかしたりと、何らかのサインを発していることがあります。そのサインから「いつもと違う」ことに気づくことが大切です。

○ 周囲が気づくところの変化

発言

- 「もう消えてしまいたい」
- 「もうこれ以上耐えられない」
- 「生きていくのが嫌になった」
- 「自分は誰からも必要とされていない」 など

態度

- 感情が不安定になる
- 投げやりになる
- 身なりに構わなくなる など
- 表情が乏しくなる
- 興味があったことに関心を示さなくなる

行動

- 仕事や家事が今まで通りにできない
- 不眠を訴える
- 酒や薬物を大量に摂取する
- 人づきあいが減り、ひきこもりがちになる
- 極端に食欲がなくなり、体重が減少する など



声をかける

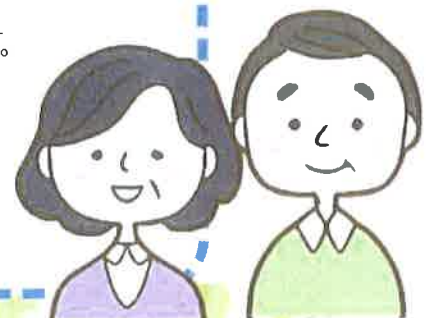
◆ いつもの様子と違うと気づいたら、ためらわずに声をかけてみましょう。

悩みはなかなか自分からは打ち明けにくいものです。周囲の人からのちょっとした声かけが、悩みを打ち明けるきっかけになるかもしれません。

○ 周囲が気づくところの変化

- 安心して話せる環境を作ります。静かで周囲に人が少ない場所が良いでしょう。
- 穏やかで温かみのある表情、声で話しかけましょう。
- 心配しているという気持ちを伝え、提案型のメッセージを送ります。

(例) 「なんとなく元気がないようだけど、何かあったの？」
「最近疲れているようだけど、調子はどう？」
「私で良ければ話を聴かせてくれない？」
「何か力になれることはありますか？」



聴く

◆相手の話に耳を傾ける。

悩みは人に話すだけでずいぶん軽くなるものです。悩みを打ち明けられたら、まずは相手の話すことに耳を傾け、相手の気持ちを受け止めます。そして、打ち明けてくれたことや今までの苦勞を労いましょう。

○相手の気持ちを受け止める言葉がけ



(例) 「それは本当に大変でしたね」
「とてもつらい思いをしているのですね」
「つらかったですね」
「よく耐えてきましたね」

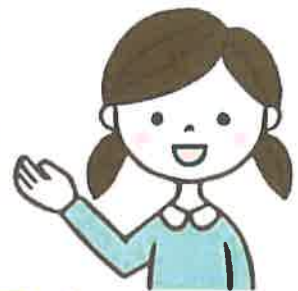
○避けたい言葉がけ



(例) 「頑張ろうよ」「なんとかなるよ」
「あなたにも問題があるよ」
「つらいのはあなただけじゃない」
「命を粗末にしてはいけません」
「時間が解決してくれるよ」

ポイント

「相づち」をうつなど、こちらが真剣に聴いているという姿勢を相手に伝えることが大切!

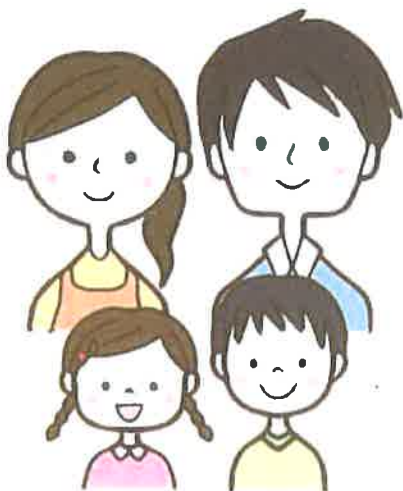


○「死にたい」と言われたら…

死にたい気持ちは、誰にでも話せるわけではなく、無意識に話せる相手を選んでいるとも言われています。

気持ちを打ち明けられたときは、話をはぐらかさず、耳を傾け、「相手の気持ちを受け止める言葉がけ」を使うとよいでしょう。

死にたいと言う人も、「死にたい」気持ちと「生きていたい」気持ちの間で揺れ動いています。つらい心境をじっくり聴いてもらうことで、本人の気持ちは楽になります。



つなぐ

◆専門の相談機関につなぐ

自殺の危険がある場合は、話を聴き、その場で相談機関へつなぐことが大切です。本人が直接相談できるのであれば、相談窓口を伝えてください。本人が相談できない場合は、本人に同意を取り、ゲートキーパーが相談窓口へ連絡するとよいでしょう。

見守る

◆温かく寄り添いながら見守る

相談機関につなげてひと安心。でも日々の生活の中で「おやっ？」と再び気づくことができるのもゲートキーパーだからです。あいさつなど普段通りのコミュニケーションをとりながら見守ります。表情や会話での反応などに注意し、新たな気づきにつなげましょう。



こころの相談窓口一覧

群馬県こころの健康センター	027-263-1156	9:00~17:00(月~金)	
こころの健康相談統一ダイヤル(自殺予防の電話相談)	0570-064-556	9:00~22:00(月~金)	
<県保健福祉事務所及び中核市の相談窓口>		8:30 ~17:15(月~金)	
前橋市保健所	027-220-5787	富岡保健福祉事務所	0274-62-1541
高崎市障害福祉課	027-321-1358	吾妻保健福祉事務所	0279-75-3303
渋川保健福祉事務所	0279-22-4166	利根沼田保健福祉事務所	0278-23-2185
伊勢崎保健福祉事務所	0270-25-5066	太田保健福祉事務所	0276-31-8243
安中保健福祉事務所	027-381-0345	桐生保健福祉事務所	0277-53-4131
藤岡保健福祉事務所	0274-22-1420	館林保健福祉事務所	0276-72-3230

* 祝日、年末年始は受付を行っていません。

必要な手続き

大切な方が亡くられたときに必要となる主な手続きは次のとおりです。
必要な手続きは多く、人によっても異なるので、事前に各窓口でお問い合わせください。

市役所・町村役場 / 年金事務所

- 死亡届(7日以内)
- 埋火葬許可申請書提出
- 世帯主の変更
- 健康保険資格喪失届
- 埋葬費の受け取り
- 年金受給停止の手続き
- 遺族基礎年金受給の手続き

税務署

- 故人の所得税準確定申告手続き
- 相続税の申告

銀行・郵便局・カード会社など

- 預貯金の相続手続き
- 公共料金の引き落とし口座変更など
- クレジットカードの解約

その他

- 生命保険の受け取り手続き(生命保険会社)
- 債務、ローンなどの整理(消費生活センター)
- 運転免許証の返却(警察署)
- 不動産の相続登記(司法書士)
- 遺言書の開封(弁護士、司法書士)
- 勤務先、学校などへの連絡

大切なご家族を 亡くされた方へ



思いを語れる場所があります

群馬県こころの健康センター

前橋市野中町368

☎027-263-1166

大切な人を自死で亡くしたとき、
こころや身体にいろいろな変化が起こります。
それは誰にでも起こることです。

なぜ
どうして
自責の念
罪悪感

現実感がない
自分のことではないように
感じる

楽しめない
やる気が出ない

知られたくない
言えない

人と会いたくない
うまく付き合えない

食欲の変化
眠れない
疲れやすい
集中できない

これらは自然な反応ですが、上記のような
状態が長く続き、日常生活に支障が生じる
ようなら、一人で抱え込まず医療機関や
相談機関に相談してください。

どこに相談したらいいかわからないとき

群馬県こころの健康センター 電話相談

☎027-263-1156

月～金曜日 9:00～17:00
(祝日・年末年始を除く)

そのお気持ちを話してみませんか
ここに話せる場所があります

こころの健康相談統一ダイヤル

☎0570-064-556

月～金曜日 9:00～22:00

(祝日・年末年始を除く)

*通話料の他に利用料がかかります。

こころの
電話相談

精神科医師・保健師がお話をうかがい、
秘密は堅く守られます。

対象：ご家族などを自死で亡くされた方
(家族・婚約者・親しい友人など)

日時：毎月1回

場所：群馬県こころの健康センター

費用：無料

申込み：☎027-263-1156

*事前予約が必要です。

日時：毎月1回

場所：群馬県こころの健康センター

費用：無料

*匿名でご参加いただけます。
*上記相談を受けていただいた後のご案内
になります。

遺族交流会

全国の主な民間団体には
以下のようなところがあります



全国自死遺族連絡会

<http://www.zenziren.com>



全国自死遺族総合支援センター
<http://www.izoku-center.or.jp>

自死遺族相談ダイヤル

☎03-3261-4350

毎週木曜日 11:00～19:00



自死遺族ケア団体全国ネット

<http://www.jishicare.org>



自死遺族支援弁護士

<http://www.jishiizoku-law.org>

全国自死遺族法律相談ホットライン

☎050-3786-1980

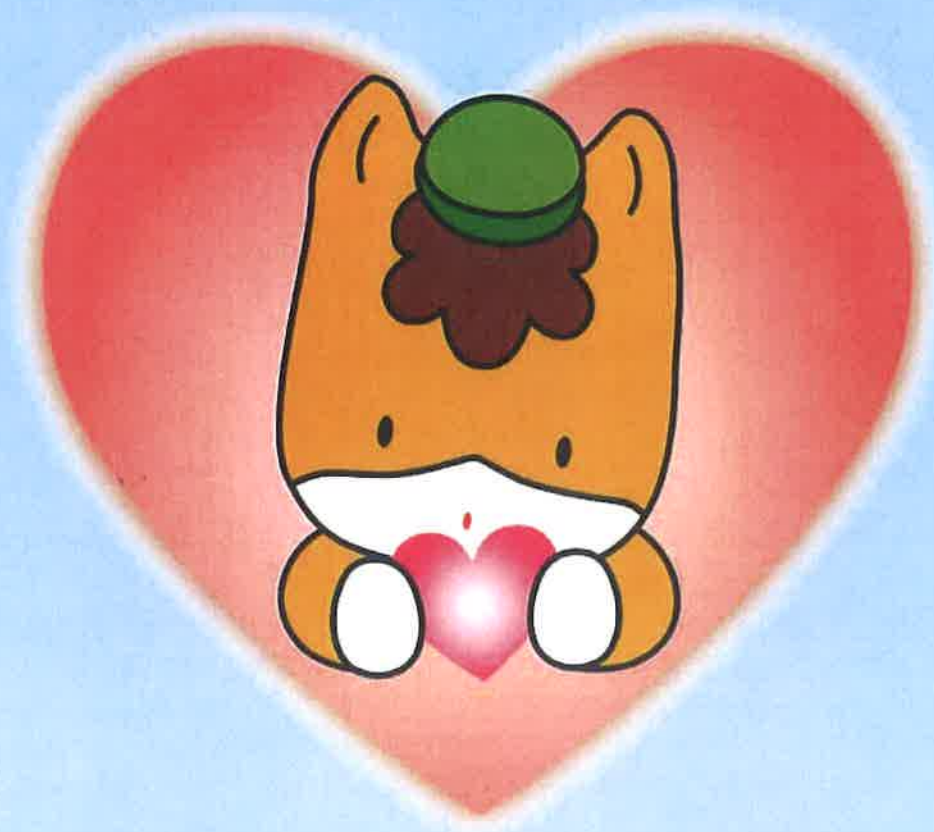
毎週水曜日 12:00～15:00



群馬県中学生版
「SOSの出し方に関する教育」プログラム

自分を大切にしよう

～こころのSOSの出し方・受け止め方～



群 馬 県

大切な命を守るためにできること

ゲートキーパー手帳

- ◆ 日本では、1年間に約2万人（毎日56人）を超える方が自殺で命を落としています。
- ◆ 10歳代～30歳代では、自殺が死亡原因の1位です。
- ◆ 自殺者の多くは、複数の原因からうつ状態に陥り、死にとらわれ、他の選択肢が考えられない心理状態になっていたといわれています。
- ◆ 自殺予防のためには、周囲の人が悩みや困り事に「気づき」、「声をかけ」、話を「聴き」、専門機関に「つなぎ」、「見守る」ことが大切です。

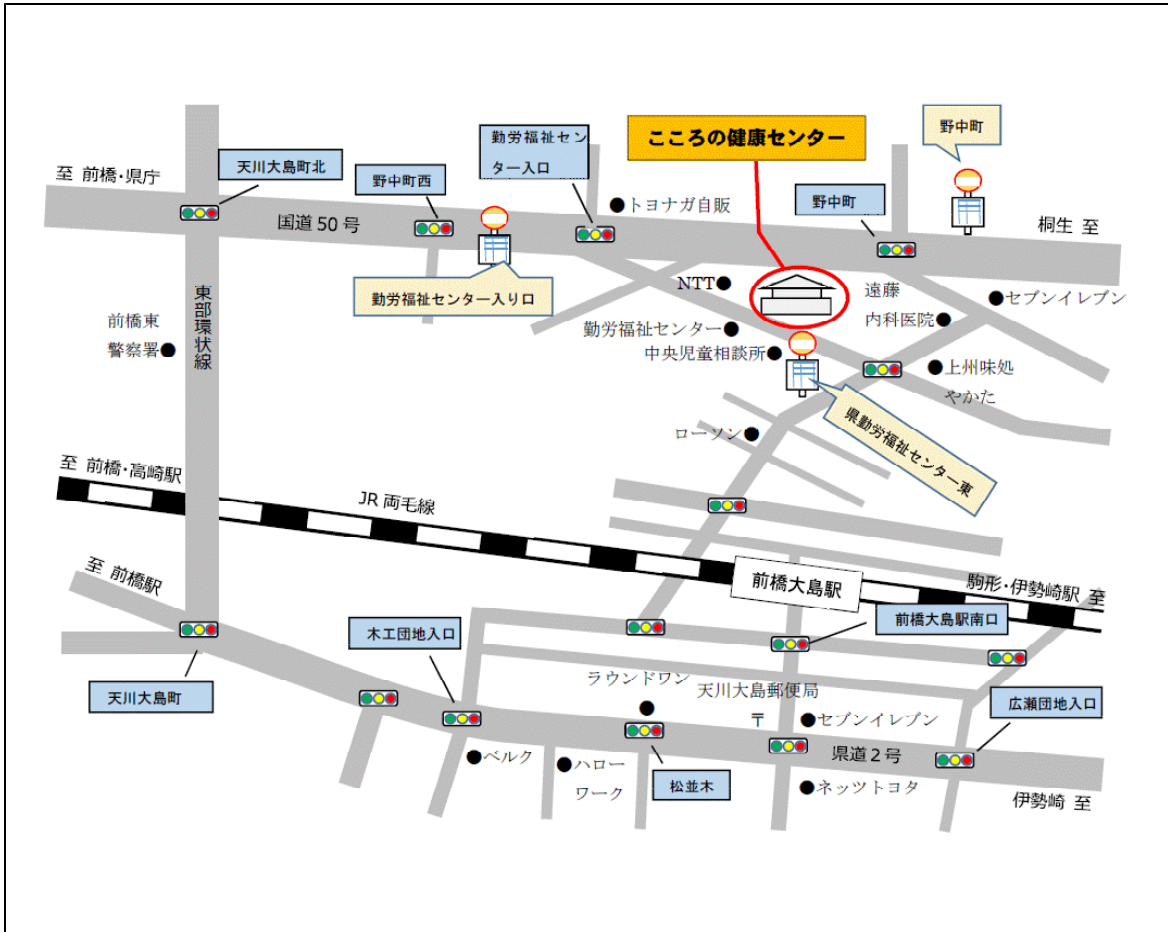
平成30年10月

群馬県



群馬県のマスコット
「ぐんまちゃん」

案内図



交通案内

- ・ JR前橋大島駅北口から徒歩15分
- ・ JR前橋駅北口から永井バス「東大室線」利用の場合
群馬県勤労福祉センター入口下車
徒歩3分

2018年度（平成30年度）

こころの健康センター所報

（第30号）

令和元年10月31日発行

編集・発行 群馬県こころの健康センター

群馬県前橋市野中町368

電話：027（263）1166

FAX：027（261）9912

ホームページアドレス：<http://www.pref.gunma.jp>

e-mail：kokoro@pref.gunma.lg.jp