

2019年度（令和元年度）

# こころの健康センター所報

（第31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31年／令和元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。

この「はじめに」を執筆している現在は、令和2年の8月であり、まとめられる所報は昨年度分ということになります。世情はめまぐるしく動いており、昨年度の所報でありながら現在(令和2年8月)の状況からの挨拶になることをご容赦下さい。

コロナ禍は、令和2年の1月中旬より消長を繰り返しながらも止むことはありません。オリンピック・パラリンピックは延期となりました。国民に我慢を強いる状況は延々と続いています。多分次年度の所報では、コロナ禍における当センターの実務の様子が記録として残ると思いますが、時の移ろいにより状況も考えも変わりますので現時点でのコロナ禍における私の感想を列記してみます。

①入院等の強制性について…精神科領域では、精神保健福祉法に規定される強制入院は当然のように運用されます。実は感染症医療にも行政には強制権が与えられていますが、この点に関してはメディアも行政もあまり国民に情報伝達はしません。新型コロナウイルス感染症は1類に近い指定感染症であるため、大半の検査陽性者に対する入院要請は、専ら公衆衛生的隔離であり、治療のためではありません。強制権を発動することはほとんど無いようですが、人権問題も含めもっとニュースになるべき側面と感じます。

②災害弱者について…新型コロナウイルス騒動は正しく災害医療、災害精神医療と言えます。平時には十分意識されなかった災害弱者対策の脆弱さが露呈します。障害児施設、精神障害者、高齢者等優先的に支援すべき人たちへの対策は後回しにされます。行政の弱者に対する無意識から来る差別が感じられます。

③不要不急について…「不要不急の際は自粛を。」と国も自治体も要請します。何処から何処までが不要なのか要なのか？考えを深めれば哲学的になってしまいましたが、私にはとても嫌な言葉に感じられます。しかも自粛の要請って何でしょう。

④同調圧力、誹謗中傷、差別…一方では世の風潮に自ら従い、その風潮に従わない少数者を攻撃することにより、自らの感情を正当化しようとする。今回のコロナ禍での騒動を見回すと、決して日本特有の事象ではなく、世界のあちらこちらで生じているようです。人各々の生き方を尊重する、なんていざとなると容易くはないのですね、悲しいですね。

さて、私は前回、前々回の所報でも「群馬県こころの健康センターが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。」と記しました。エンパワメントとは人各々が持つ自身の潜在力を発揮することです。こころの健康センター単体で群馬県の精神保健医療福祉を向上させることは無理ですが、当センターが当事者、家族、支援者等関係する多くの人たちをエンパワすることにより、大きい力になる可能性はあります。引き続きよろしくお願いたします。

令和2年8月

群馬県こころの健康センター所長 佐藤浩司

# 目 次

<b>I 事業トピックス</b>	
1 自殺未遂者支援のネットワークづくり . . . . .	1
2 依存症相談拠点の設置 . . . . .	2
<b>II 概 要</b>	
1 沿革 . . . . .	4
2 所在地と施設概要 . . . . .	5
3 組織 . . . . .	6
4 職員内訳 . . . . .	7
<b>III 実施状況</b>	
<b>第1 精神保健福祉センター業務</b>	
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 . . . . .	27
8 自殺対策事業 . . . . .	28
9 精神障害者保健福祉手帳 . . . . .	34
10 自立支援医療費(精神通院医療) . . . . .	34
11 精神医療審査会 . . . . .	35
12 退院請求等の受付 . . . . .	36
13 関係機関との連携及び組織の育成 . . . . .	38
14 こころの緊急支援事業 . . . . .	41
15 ひきこもり支援センター事業 . . . . .	42
<b>第2 精神科救急情報センター業務</b>	
1 精神科救急情報センターの活動 . . . . .	47
2 精神科救急情報センターの体制 . . . . .	47
3 精神科救急情報センターの主な業務 . . . . .	47
4 精神科救急情報センター業務の実績 . . . . .	48
5 措置入院者の退院後支援 . . . . .	55
<b>IV 学会発表・調査研究</b>	
1 学会発表等一覧 . . . . .	57
<b>V 実習・視察</b>	
1 実習及び視察等一覧 . . . . .	58
<b>VI 公表資料・印刷物</b>	
1 公表資料・印刷物一覧 . . . . .	59

# I 事業トピックス

## 1 自殺未遂者支援のネットワークづくりについて

### <自殺未遂者支援のネットワーク作りの必要性>

自殺未遂者については、研究によれば、自殺された方の5倍から10倍いると言われており、未遂者を支援することは自殺対策の大きな課題です。再企図を防止するためには、そこに追い込まれるに至った様々な要因を解消するための支援が必要となりますが、自殺未遂者に関わる支援機関は多岐にわたり支援の幅も非常に広いことから、関係機関で連携して多様な支援を行うことが求められています。しかし、現場で関わっている支援者は「命は助かったが、このまま家に帰して大丈夫だろうか」、「精神科の治療につなぎたいが容易ではない」など様々な不安を感じているのが現状です。

身体科救急と精神科医療の連携や社会資源同士の連携の形は、医療体制や社会資源の有無により地域ごとに大きく異なっていることから、地域ごとのネットワークを構築し、その中で支える仕組みをつくる必要があります。

### <自殺未遂者支援ネットワーク研修会>

援者が自殺未遂者への介入の契機を捉えて対応することの重要性と多職種連携の必要性を理解し、地域の顔の見えるネットワークを構築することを目的に、次のことを目標とした研修会を開催しました。

- ・救命救急センターを中心とした支援の流れを理解する → 地域ごとの特性の理解
- ・地域の支援者同士で自殺未遂者への対応の現状を共有する → 地域の課題共有
- ・各関係機関の役割を知る（出来ること、出来ないことを知る） → 役割分担
- ・実務者の顔の見える関係 → 繋がりやすさ・安心

県内を3ブロックに分け、各ブロックの三次救急医療機関の救命救急センターを中心として「西毛地域」は平成29年度から、「東毛地域」は平成30年度から、「中北毛地域」は令和元年に順次研修会を立ち上げ、年に1度開催しました。（ただし、「東毛地域」は、令和元年度は新型コロナウイルス感染拡大を受け開催予定を急遽中止としました。）

### <研修会を開催して>

各地域80名前後の参加者があり、関心の高さがうかがえるとともに、研修会後のアンケートでは「継続開催を望む」「身近な他職種などからの意見や情報交換ができてよかった」など、95%前後の人が研修会について「よかった」と回答しており、地域ごとにネットワークを構築する重要性を改めて感じました。

今後も関係者同士、支援機関同士の連携を密にすることで、地域の自殺対策を推進していけるよう、本研修を展開してまいりたいと思います。



研修会の様子

## 2 依存症相談拠点の設置

こころの健康センターは、平成31年4月より、アルコール、薬物、ギャンブル等の「依存症相談拠点」に指定されました。

依存症は、問題を抱える本人や家族が病気であるという認識を持ちにくいことから、本人を治療に繋げることが難しい特性があります。また、受診すれば治る病気ではなく、本人が支援者と繋がり続けることで回復すると言われていています。

そのため、当センターは「依存症相談拠点」として、既存の対策を継続しつつ、医療機関、自助グループ、回復施設等との連携を強化し、問題を抱える本人とその家族が支援に結びつくための対策を行っています。

### <継続している取り組み>

#### (1) 依存症相談

こころの健康に関する電話相談で依存症の相談を行う他、精神科医師による「来所相談」を実施しています。

#### (2) 依存症者への支援

覚せい剤依存症の治療を目的に開発されたプログラム（SMARRP）を一部改変して「依存症からの回復支援塾」を実施しています。

#### (3) 家族への支援

CRAFTを参考に作成した『ぐんま依存症ファミリートレーニング（GIFT）』のテキストを使用して「依存症家族教室」を実施しています。教室では、本人への接し方や、家族自身の生活を豊かにする方法等を一緒に考えます。

#### (4) 人材育成

医療、保健、福祉、介護等の従事者を対象に、依存症者やその家族支援に関する技術の向上を目的として、研修会を開催しています。

#### (5) 関係機関との連携

「依存症地域連携会議」を開催し、医療機関や行政機関、自助グループなどの民間団体等の担当者による意見交換をし、関係機関との連携を強化しています。

#### (6) 普及啓発

依存症リーフレット及び相談カード（図①）を作成、配布しています。その他、「依存症県民セミナー」の開催や関係機関からの依頼に応じて講義を実施しています。

### <平成31年度からの新たな取り組み>

#### (1) 相談窓口の周知

依存症地域連携会議で各機関からの協力を得て「群馬県内自助グループ・回復施設マップ」（図②）を作成しました。マップは当センターホームページに掲載しています。

#### (2) 関係機関と連携して実施した事業

薬務課主催の依存症回復支援フォーラムにおいて、各依存症自助グループ等の回復支援機関が合同で相談会を実施しました。各機関がブースを作ったことで、参加者に支援機関を知っていただく機会となりました。

<今後に向けて>

令和2年度では関係機関とのさらなる連携、支援体制の構築を図ります。新たに「依存症地域生活支援者研修」を実施し、地域で適切な支援ができるよう人材育成を強化します。

依存症に関する普及啓発では、「依存症セミナー」を実施し、自助グループや関係機関と連携して県民への周知を図ります。また、「出前なんでも講座」に依存症についての講座を新たに登録しました。「出前なんでも講座」をとおして、地域での活動団体などに向けて、依存症に関する周知を図ります。

依存症問題を抱える方とその家族への継続的な支援ができるよう、関係機関と協力しながら、引き続き取り組みを進めていきます。

依存症相談カード

(表)

(裏)

群馬県内自助グループ・回復施設マップ

## 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
平成31年	4月	1日	依存症相談拠点機関指定

## 2 所在地と施設概要

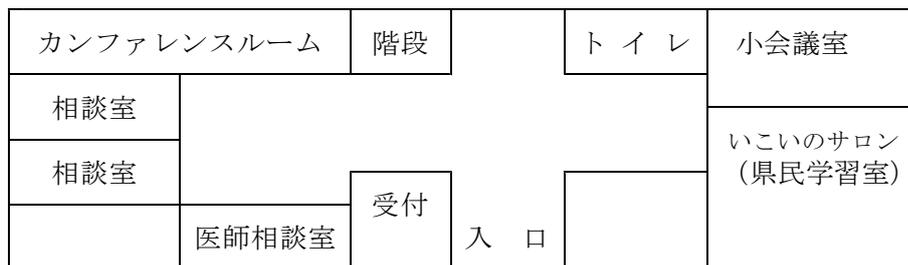
- (1) 所在地 〒379-2166 前橋市野中町368
- (2) 電話等  
代表電話 027-263-1166  
電話相談専用 027-263-1156  
FAX 027-261-9912
- (3) ホームページ <http://www.pref.gunma.jp>
- (4) e-mail [kokoro@pref.gunma.lg.jp](mailto:kokoro@pref.gunma.lg.jp)
- (5) 敷地面積 3,454㎡
- (6) 建築面積 延べ970.90㎡（1階553.26㎡、2階314.03㎡、会議室(別棟)103.61㎡）
- (7) 構造 鉄筋コン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



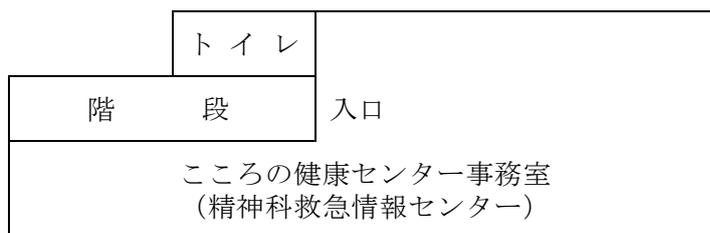
建物写真

(8) 平面図

1階



2階

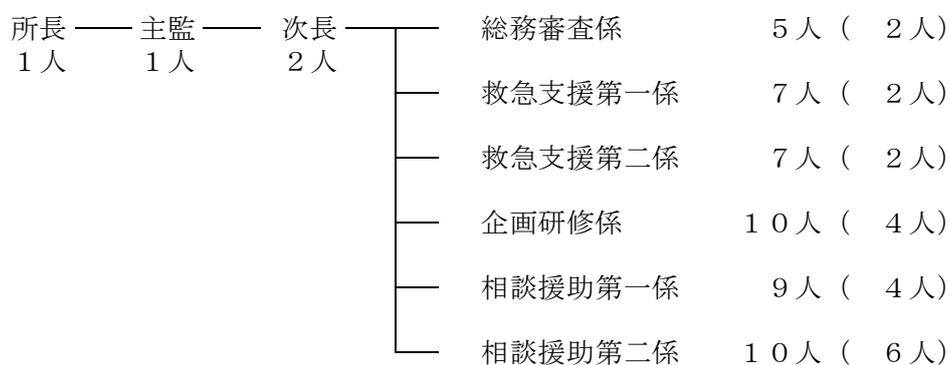


別棟



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 人数は令和2年3月31日現在

注2 ( )内は非常勤職員で内数

#### 4 職員内訳

令和2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）
	主幹	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 3 医師 1 保健師 1 心理 2（2）
	部長	精神科医師	1			1	
	主幹	事務	2			2	
	主任	事務	1			1	
	嘱託	心理		2		2	
計		5	2		7		
救急支援第二係	係長	事務	1			1	事務 6（2） 医師 1
	技師長	精神科医師	1			1	
	主幹	事務	1			1	
	主任	事務	1			1	
	主事	事務	1			1	
	嘱託	事務		2		2	
計		5	2		7		
企画研修係	係長	事務	1			1	事務 2 保健師 5（1） 看護師 1（1） 心理 1（1） 精神保健福祉士 1（1）
	主幹	保健師	2			2	
	主任	事務	1			1	
	技師	保健師	2			2	
	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	技師長（係長）	保健師	1			1	医師 2（2） 保健師 3 看護師 1 心理 4（3） 精神保健福祉士 1（1）
	主幹	保健師	1			1	
	主幹	看護師	1			1	
	主幹	心理	1			1	
	技師	保健師	1			1	
	嘱託	精神科医師		2		2	
		心理		3		3	
精神保健福祉士			1		1		
計		5	6		11		
相談援助第二係	技師長（係長）	保健師	1			1	医師 4（3） 保健師 3 看護師 1（1） 心理 1（1） 精神保健福祉士 1（1）
	技師長	精神科医師	1			1	
	技師	保健師	2			2	
	嘱託	精神科医師		3		3	
		看護師		1		1	
		心理		1		1	
精神保健福祉士		1		1			
計		4	6		10		
合計	精神科医師		4	5		9	
	事務		14	2		16	
	保健師		12	1		13	
	看護師		1	4		5	
	心理		1	7		8	
	精神保健福祉士			3		3	
	合計		32	22		54	

## 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 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 R1 5/14 (火)	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 群馬県市町村会館 大会議室	132人
	研修Ⅱ 5/22 (水)	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 群馬県勤労福祉センター 第1、第2会議室	99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 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）	R2 3/10 (火)	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 「精神科病院の退院支援に向けた実際」 講師 県立精神医療センター 精神保健福祉士 「地域移行支援と地域定着支援の実際」 講師 社会福祉法人アルカディア 精神保健福祉士 「ピアサポーターの活動・当事者体験」 講師 大島病院 作業療法士 NPO法人F-next職員 ピアサポーター 会場 群馬県社会福祉総合センター8階ホール	—

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止

### 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 等	出席者
県内の相談機関で電話相談に従事する者	R2 1/21 (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	32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的中枢機関として、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

令和元年度の技術指導・援助件数は28件、対象者別出席者数は延べ1,676人だった。

No.	実施日	事業内容	主催者	対象者	出席者	対応職種
1	R1 5/17(金)	障害認定区分認定調査員研修	県障害政策課	障害認定区分認定調査員	100人	保健師:1人
2	5/31(金)	群精社協 令和元年度総会 特別研修事業	群馬県精神障害者社会復帰協議会	群精社協所属施設・事業所職員	100人	医師:1人
3	6/ 3(月)	ひきこもり支援関係者連絡会研修会	安中市	ひきこもり支援関係者連絡会メンバー	15人	精神保健福祉士:1人
4	6/13(木)	甘楽・富岡学校保健会講演会	甘楽・富岡学校保健会	学校3師、学校管理職、養護教諭等	60人	医師:1人
5	6/19(水)	ケアマネジャーネットワーク会議:「ひきこもり～私たちにできること～」	桐生市地域包括支援センター社協	介護支援専門員、介護サービス事業所、障害者相談支援員、民生委員等	27人	医師:1人
6	6/27(木)	県民相談相互支援ネットワーク連絡会議における講演:「精神障害者の理解と対応について」	県警本部広報広聴課	ネットワーク連絡会議構成員	47人	医師:1人
7	7/ 1(月)	生活困窮者自立相談支援機関情報交換会:「依存症相談事業について」	群馬県社会福祉協議会	県内の自立相談支援機関担当者	40人	保健師:1人
8	7/ 9(火)	群馬県精神障害者家族会連合会役員等への講話	群馬県精神障害者家族会連合会	家族会役員、会員	17人	医師:1人
9	7/23(火)	取調べ技能専科	県警本部刑事企画課	警察官	47人	医師:1人
10	8/ 8(木)	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	教職員	40人	医師:1人
11	8/29(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)	県訪問看護ステーション連絡協議会	訪問看護師	127人	医師:2人
12	8/30(金)	精神科訪問看護基本療育費算定要件研修会(精神科訪問看護技術)	県訪問看護ステーション連絡協議会	訪問看護師	70人	保健師:1人
13	9/ 7(土)	群馬県人権啓発講座	群馬県人権啓発講座実行委員会	行政・教委・企業・県民など	50人	医師:1人
14	9/12(木)	生活保護担当職員等研修会:「精神疾患を抱えている方への支援について」	県健康福祉課	査察指導員、地区担当者、面接相談員等	56人	保健師:1人

No.	実施日	事業内容	主催者	対象者	出席者	対応職種
15	9/18(水)	自立支援研究部会研修会 :「ひきこもり～私たちに できること～」	桐生市民生委 員児童委員協 議会	民生委員児童委 員（自立支援研 究部会）	60人	医 師:1人
16	10/ 3(木)	令和元年度群馬県生活困窮者自立 支援制度関係現任研修:「ひきこ もりについての概要や基本的な対 応」	県健康福祉課	市町村職員、社 教職員等	30人	精神保健福 祉士:1人
17	10/25(金)	令和元年度人権擁護事務担当者打 合せ会:「精神疾患を有すると思 われる方への対応」	前橋地方法務 局人権擁護課	前橋地方法務局 職員、人権擁護 委員	15人	保健師:1人
18	10/30(水)	子ども・若者行政にかかる意見交 換会:「8050問題やひきこもり問 題に関して」	伊勢崎市市民 部市民活動課	困難を抱える子ど も・若者の相談支 援に関係する職員	11人	保健師:1人
19	11/11(月)	消防職員専科教育第25期救急 科講義:「精神障害の救急医 療」	群馬県消防学 校	消防学生及び公 開講座参加者	74人	医 師:1人
20	11/18(月)	地域ケア圏域会議（ネットワーク 会議）:「8050問題やひきこもり 問題に関して」	伊勢崎市地域 包括支援セン ター豊受	地域団体代表・ ケアマネ他	25人	保健師:1人
21	12/ 6(金)	SST普及協会第24回学術集 会群馬大会:「依存症回復 支援とSST」	SST普及協会 北関東支部	依存症回復支援 に従事する関係 者	50人	保健師:1人
22	12/ 6(金)	ひきこもりに関する支援 について（専門職向け）	桐生市長寿支 援課	介護支援専門員 等	81人	医 師:1人
23	12/ 8(日)	SST普及協会第24回学術集 会群馬大会:「依存症の家 族支援」	SST普及協会 北関東支部	依存症回復支援 に従事する関係 者	50人	医 師:1人
24	R2 1/17(金)	地域連携研究会地域シンポジウム 「ひきこもり～私たちにできるこ と～」	NPO法人手を つなごう	市民、支援者、 学校関係者など	46人	医 師:1人
25	1/20(月)	群馬大学医学部保健学科専門 教育科目講義「群馬県こころ の健康センターについて」	群馬大学医学 部	看護学生	78人	保健師:1人
26	1/24(金)	第3回高崎地区高等学校生徒指導 連絡会:「ひきこもり、不登校傾 向及び発達障害の生徒への対応」	高崎地区高等 学校生徒指導 連絡会	高崎地区高等学 校生徒指導主事	20人	医 師:1人
27	2/ 8(土)	特定非営利活動法人山脈 創立15周年記念事業 「東日本大震災と障がい者」	特定非営利活 動法人山脈	地域住民、医療 福祉、行政等関 係者	300人	医 師:1人
28	2/18(火)	福祉講演会:「ひきこもりへの 理解と支援方法」	群馬県社会福 祉士会北毛地 区協議会	社会福祉士会会 員、一般市民	40人	保健師: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31年 4月	・アルコール依存症について
令和 元年 5月	・思春期（不登校）について
6月	・精神障害者の社会復帰について
7月	・統合失調症について
8月	・精神障害者保健福祉手帳について
9月	・自殺（予防）対策について
10月	・依存症について
11月	・ひきこもりについて
12月	・退院（処遇改善）請求について
令和2年 1月	・うつ病について
2月	・自立支援医療（精神通院医療）について
3月	・自殺対策について

##### 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 428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 「母さんがどんなに僕を嫌いでも～『逆境力』を考える～」  
期 日 令和元年11月2日(土)  
会 場 前橋テルサ ホール  
講 師 作家・漫画家 歌川 たいじ 氏  
参加者 203人
  
- 2) テーマ 「知ることからはじめる『ひきこもり』」  
期 日 令和2年1月25日(土)  
会 場 群馬県社会福祉総合センター ホール  
講 師 筑波大学医学医療系社会精神保健学教授 斎藤 環 氏  
参加者 267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。

対象によって、一般回線でも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6,139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70.0%と最も多く、以下「子供」12.0%、「配偶者」3.8%、「親」3.4%、「その他の親族」3.4%である。

#### ①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31.9%と最も多く、次いで、「新聞・広報等」16.8%、「保健・福祉関係」14.3%である。

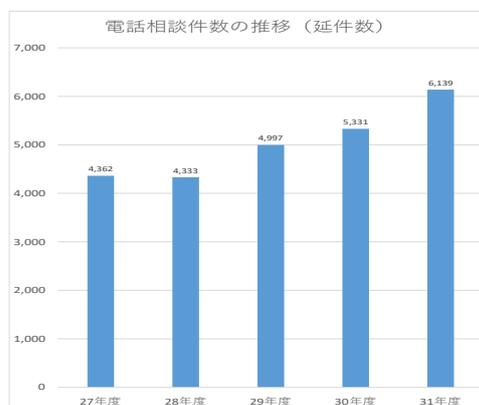
#### ③相談内容

対人関係及び心理的な悩みに関することが63.6%を占め、その内訳は「話したい(頻回利用)」40.3%、「心理的な相談・自分の性格」15.4%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」7.6%、行動上の問題に関する「ひきこもり」6.1%である。

電話相談件数の推移

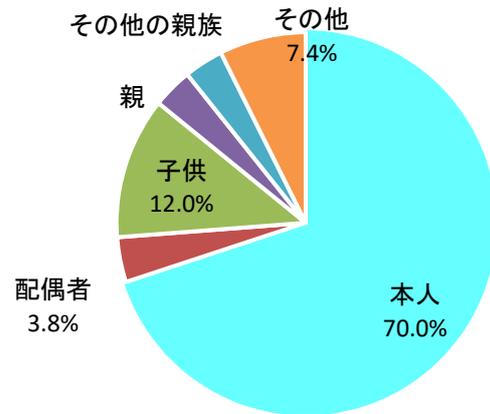
年度	延件数
27年度	4,362
28年度	4,333
29年度	4,997
30年度	5,331
31年度	6,139



### 相談対象者別相談件数

被相談者	延べ	
	件数	率(%)
本人	4,297	70.0%
配偶者	233	3.8%
子供	739	12.0%
親	209	3.4%
その他の親族	207	3.4%
その他	454	7.4%
計	6,139	100.0%

### 相談者対象者別件数(延べ)

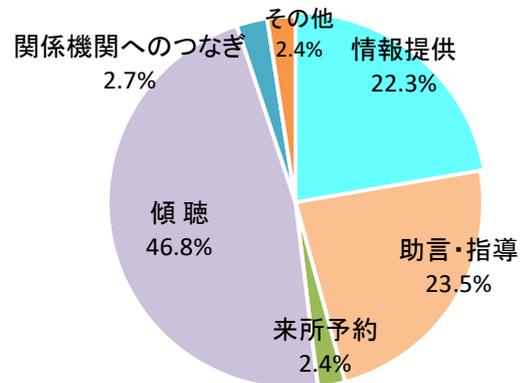


※パーセンテージについては四捨五入処理しているため、計が100.0にならないことがある。以下の統計表についても同じ。

### 対応別相談件数

対 応	延べ	
	件数	率(%)
情報提供	1,366	22.3%
助言・指導	1,441	23.5%
来所予約	146	2.4%
傾聴	2,875	46.8%
関係機関へのつなぎ	163	2.7%
その他	148	2.4%
計	6,139	100.0%

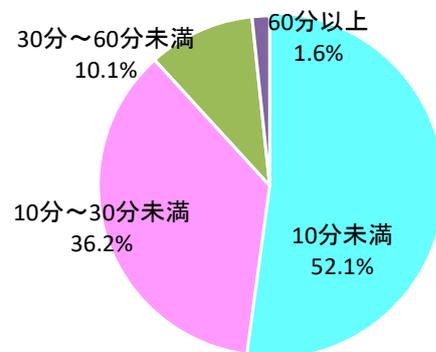
### 対応別相談件数(延べ)



### 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	195	3.2%
保健・福祉関係	878	14.3%
教育関係	64	1.0%
警察・法務関係	92	1.5%
新聞・広報等	1,031	16.8%
電話帳	32	0.5%
インターネット	1,958	31.9%
その他	429	7.0%
不明	1,460	23.8%
計	6,139	100.0%

### 相談時間別相談件数(延べ)

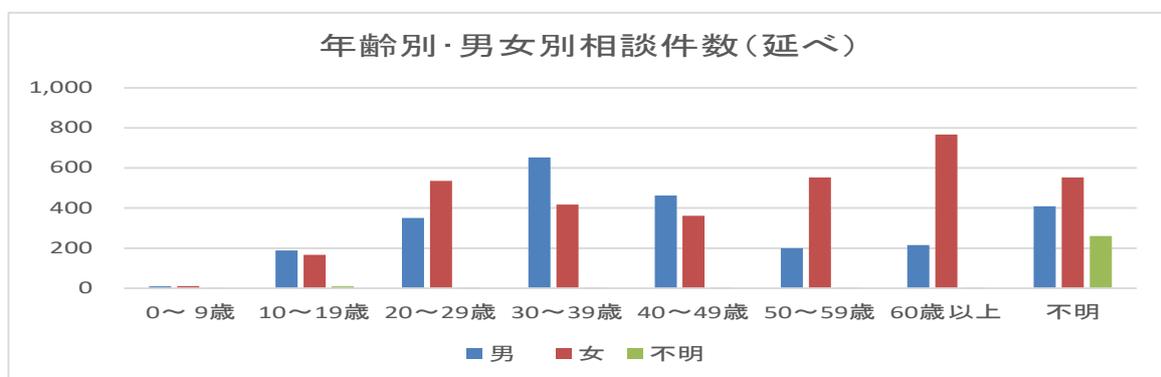


### 相談時間別相談件数

相談時間	延べ	
	件数	率(%)
10分未満	3,200	52.1%
10分～30分未満	2,220	36.2%
30分～60分未満	618	10.1%
60分以上	101	1.6%
計	6,139	100.0%

相談対象者の年齢別・性別相談件数

年齢区分	延べ					
	件数			率(%)		
	男	女	不明	男	女	不明
0～9歳	10	11	1	0.4%	0.3%	0.3%
10～19歳	189	167	9	7.6%	5.0%	3.1%
20～29歳	350	535	4	14.1%	15.9%	1.4%
30～39歳	652	417	3	26.2%	12.4%	1.0%
40～49歳	463	362	4	18.6%	10.8%	1.4%
50～59歳	200	552	4	8.0%	16.4%	1.4%
60歳以上	215	767	3	8.6%	22.8%	1.0%
不明	409	552	260	16.4%	16.4%	90.3%
計	2,488	3,363	288	100.0%	100.0%	100.0%
男女比	40.5%	54.8%	4.7%			



相談内容別相談件数

相談内容	H31延べ		H30延べ		H29延べ		
	件数	率(%)	件数	率(%)	件数	率(%)	
行動上の問題に関する事	高次脳機能障害	3	0.0%	4	0.1%	11	0.2%
	若年認知症	1	0.0%	2	0.0%	4	0.1%
	ひきこもり	374	6.1%	327	6.1%	271	5.4%
	不登校	96	1.6%	60	1.1%	65	1.3%
	家庭内暴力	26	0.4%	27	0.5%	23	0.5%
	依存	343	5.6%	276	5.2%	165	3.3%
	問題行動	84	1.4%	98	1.8%	109	2.2%
対人関係及び心理的な悩みに関する事	家庭内のこと	346	5.6%	325	6.1%	315	6.3%
	友人・近隣・恋人	62	1.0%	68	1.3%	59	1.2%
	職場内のこと	81	1.3%	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)	2,476	40.3%	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	466	7.6%	491	9.2%	482	9.6%
	経済的なこと	41	0.7%	40	0.8%	58	1.2%
	就労	73	1.2%	55	1.0%	91	1.8%
	日常生活	108	1.8%	166	3.1%	308	6.2%
	その他の法・制度	45	0.7%	43	0.8%	57	1.1%
教育に関する事	学校	17	0.3%	14	0.3%	20	0.4%
	子育て・養育	45	0.7%	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	133	2.2%	145	2.7%	206	4.1%
その他	その他	372	6.1%	356	6.7%	423	8.5%
計	6,139	100.0%	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80件であった。

### ①相談の内容

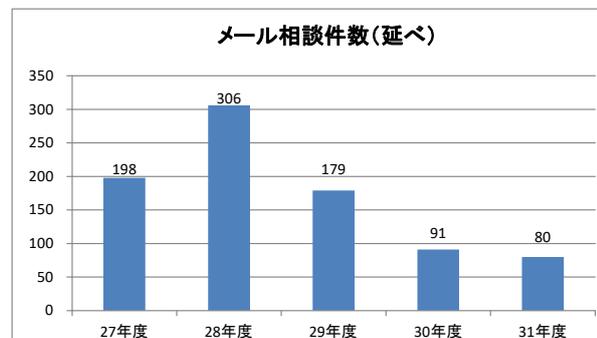
対人関係及び心理的な悩みに関する「心理的な相談・自分の性格」が22.5%と最も多く、次いで行動上の問題に関する「依存」が16.3%、「問題行動」が15.0%の順となっている。

### ②受付時間帯

最も受信件数が多い時間帯は12時01分～17時と17時01分～22時00分とでそれぞれ32.5%、次いで22時01分～8時59分の21.3%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5割強を占めている。

メール相談件数(延べ)

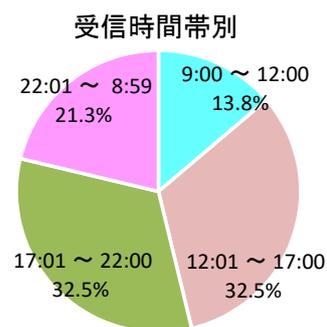
27年度	198
28年度	306
29年度	179
30年度	91
31年度	80



相談内容別相談件数

内 容		H31延べ		(参考)H30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	0	0.0%	1	1.1%
	若年性認知症	0	0.0%	0	0.0%
	ひきこもり	3	3.8%	5	5.5%
	不登校	3	3.8%	1	1.1%
	家庭内暴力	2	2.5%	0	0.0%
	依存	13	16.3%	13	14.3%
	問題行動	12	15.0%	0	0.0%
	対人関係及び心理的な悩みに関する事	9	11.3%	6	6.6%
対人関係及び心理的な悩みに関する事	家庭内のこと	9	11.3%	6	6.6%
	友人・近隣・恋人	5	6.3%	3	3.3%
	職場内のこと	1	1.3%	0	0.0%
	心理的な相談・自分の性格	18	22.5%	34	37.4%
	話したい(頻回利用)	0	0.0%	3	3.3%
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	3	3.8%	10	11.0%
	経済的なこと	2	2.5%	0	0.0%
	就労	0	0.0%	1	1.1%
	日常生活	2	2.5%	3	3.3%
	その他の法・制度	5	6.3%	5	5.5%
教育に関する事	学校	0	0.0%	1	1.1%
	子育て・養育	0	0.0%	0	0.0%
当センターに関する事	当センターに関する事	2	2.5%	2	2.2%
その他	その他	0	0.0%	3	3.3%
計		80	100.0%	91	100.0%

受信時間	延べ件数	率(%)
9:00～12:00	11	13.8%
12:01～17:00	26	32.5%
17:01～22:00	26	32.5%
22:01～8:59	17	21.3%
計	80	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31年度の相談件数は、実126件、延べ157件である。

相談ごとの詳細は、各事業に再掲する。

#### ①来所者

実件数の内、「家族のみ」が52.4%で最も多く、以下「本人のみ」34.1%、「本人と家族」8.7%であり、本人が来所した割合は42.8%である。

相談の対象者は、「男」が70.6%と多く、年齢では「30代」が23.9%、次いで「20代」21.4%である。

#### ②来所経路

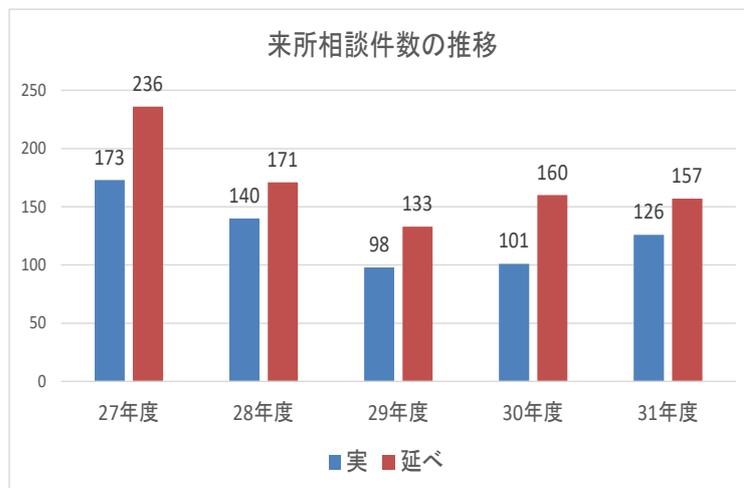
来所のきっかけ（初回）は、「インターネット」が29.4%で最も多く、次いで「その他の相談機関」7.1%、「新聞・広報等」4.0%である。

#### ③相談の内容

内容は、「依存」が実46.0%、延べ38.2%と最も多く、次いで「ひきこもり」が実23.0%、延べ29.9%である。

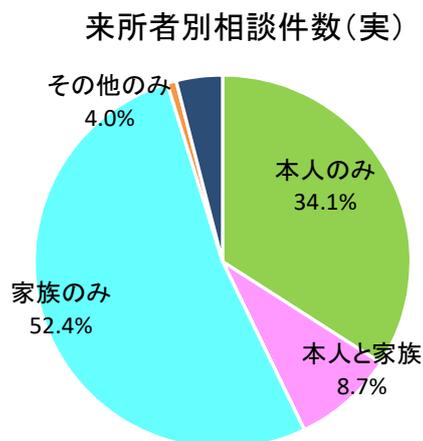
来所相談件数の推移(単位:件)

年度	実	延べ
27年度	173	236
28年度	140	171
29年度	98	133
30年度	101	160
31年度	126	157



来所者別相談件数

来所者	実		延べ	
	件数	率(%)	件数	率(%)
本人のみ	43	34.1%	58	36.9%
本人と家族	11	8.7%	14	8.9%
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	66	52.4%	77	49.0%
家族とその他	1	0.8%	1	0.6%
その他のみ	5	4.0%	7	4.5%
計	126	100.0%	157	100.0%

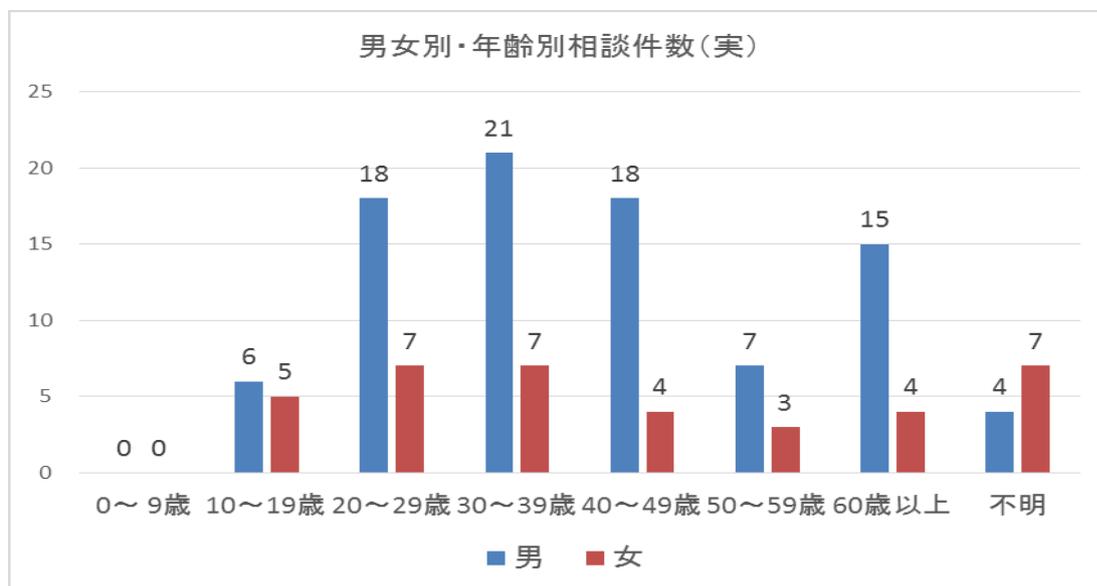


初回相談経路(相談のきっかけ)

経路	件数	率(%)
精神科医療関係	3	2.4%
精神科以外の医療関係	1	0.8%
保健所	3	2.4%
保健所以外の保健福祉関係	1	0.8%
市町村	3	2.4%
教育関係	4	3.2%
警察関係	0	0.0%
司法関係	1	0.8%
その他の相談機関	9	7.1%
新聞・広報等	5	4.0%
電話帳	0	0.0%
インターネット	37	29.4%
メール相談	0	0.0%
その他	46	36.5%
不明	13	10.3%
計	126	100.0%

男女別・年齢別相談件数

	年齢区分	件数			率(%)			計	
		男	女	不明	男	女	不明	件数	率(%)
実	0～9歳	0	0		0.0%	0.0%		0	0.0%
	10～19歳	6	5		6.7%	13.5%		11	9.4%
	20～29歳	18	7		20.2%	18.9%		25	21.4%
	30～39歳	21	7		23.6%	18.9%		28	23.9%
	40～49歳	18	4		20.2%	10.8%		22	18.8%
	50～59歳	7	3		7.9%	8.1%		10	8.5%
	60歳以上	15	4		16.9%	10.8%		19	16.2%
	不明	4	7		4.5%	18.9%		11	9.4%
	計	89	37	0	100.0%	100.0%	0.0%	126	100.0%
	男女比	70.6%	29.4%						
		男	女	不明	男	女	不明	件数	率(%)
延べ	0～9歳	0	0		0.0%	0.0%		0	0.0%
	10～19歳	8	6		7.0%	14.3%		14	12.0%
	20～29歳	21	9		18.3%	21.4%		30	25.6%
	30～39歳	38	8		33.0%	19.0%		46	39.3%
	40～49歳	21	4		18.3%	9.5%		25	21.4%
	50～59歳	7	3		6.1%	7.1%		10	8.5%
	60歳以上	16	4		13.9%	9.5%		20	17.1%
	不明	4	8		3.5%	19.0%		12	10.3%
	計	115	42	0	100.0%	100.0%	0.0%	157	100.0%
	男女比	73.2%	26.8%						



相談内容別相談件数

相談内容		H31				H30参考			
		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	0	0.0%	0	0.0%	2	2.0%	2	1.5%
	若年性認知症	0	0.0%	1	0.6%	0	0.0%	0	0.0%
	ひきこもり	29	23.0%	47	29.9%	40	40.8%	70	52.6%
	不登校	4	3.2%	5	3.2%	3	3.1%	7	5.3%
	家庭内暴力	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	依存	58	46.0%	60	38.2%	30	30.6%	42	31.6%
	問題行動	3	2.4%	4	2.5%	5	5.1%	8	6.0%
対人関係及び心理的な悩みに関すること	家庭内のこと	2	1.6%	2	1.3%	3	3.1%	3	2.3%
	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	2	1.6%	3	1.9%	3	3.1%	4	3.0%
	話したい(頻回利用)	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	1.5%
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	3	2.4%	3	1.9%	1	1.0%	2	1.5%
	経済的なこと	2	1.6%	2	1.3%	0	0.0%	0	0.0%
	就労	4	3.2%	5	3.2%	0	0.0%	1	0.8%
	日常生活	13	10.3%	15	9.6%	8	8.2%	10	7.5%
	その他の法・制度	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
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%	0	0.0%	0	0.0%
当センターに関すること	当センターに関すること	0	0.0%	0	0.0%	2	2.0%	2	1.5%
その他	その他	6	4.8%	10	6.4%	4	4.1%	7	5.3%
計		126	100.0%	157	100.0%	101	100.0%	160	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	0	0.0%	0	0.0%
F1 精神作用物質による障害	25	31.3%	26	26.5%
F2 統合失調症・統合失調症型障害 非定型	1	1.3%	1	1.0%
F3 気分障害	3	3.8%	4	4.1%
F4 神経症・ストレス関連障害・身体表現性障害	2	2.5%	4	4.1%
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	15	18.8%	15	15.3%
F7 知的障害	0	0.0%	0	0.0%
F8 心理的発達の障害	4	5.0%	11	11.2%
F9 小児期・青年期の障害	0	0.0%	0	0.0%
その他	3	3.8%	4	4.1%
診断保留・未診断	27	33.8%	32	32.7%
異常と認めず	0	0.0%	1	1.0%
計	80	100.0%	98	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・ギャンブル等関連問題事業

平成31年4月より「依存症相談拠点」として、今まで実施してきた依存症相談や家族教室・本人向け回復プログラムなどの継続の他、研修やリーフレット等による情報提供、ホームページの充実による支援機関の周知、各機関との会議や共催事業を実施して連携を図るなど、当センターの事業と地域の社会資源を結びつけた依存症支援の強化を目指している。

### (1) 依存症医師相談

アルコール、薬物、ギャンブル等の依存症問題で困っている当事者及びその家族等を対象に、精神科医師による来所相談を実施している。

依存症問題を持つ当事者と依存問題に影響された家族の回復を目的とし、適宜、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：月2回（偶数月は3回）
- 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	ギャンブル等 借金・買い物	その他
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
31年度	40	2	1	0	0	16	17	4

### (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(G I F T)」を実施している。G I F TはC R A F T（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  
※3月は、新型コロナ感染拡大により、開催を中止した。
- 3) 内容：家族支援プログラムG I F T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：90人

## G I F Tプログラム

回	家族支援プログラムG I F T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：午後1時30分～3時 年間4回実施
- 2) 内容：新情報の提供、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5人、延6人

※依存症者の家族のつどいは平成31年度で終了し、令和2年度以降は家族教室内での交流で対応することとした。

### (4) 依存症からの回復支援塾

平成28年度から、依存症当事者を対象とした「依存症からの回復支援塾」を開催。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）
- 5) 参加者数：実15人、延61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 －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	回復の道のりと合法ドラッグと してのアルコール	第9回	スケジュールの大切さと休日のリ スク
第5回	回復への行動を増やそう －思考、感情、行動－	第10回	強くなるより賢くなろう

### (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。

- 1) 日 時：令和元年11月10日（日）
- 2) 場 所：群馬会館ホール
- 3) 対 象：一般県民
- 4) 参加者：137人
- 5) 内 容：第1部 講義「依存症の基礎知識」  
講師 こころの健康センター 今井医師  
第2部 公演「酔うと化け物になる父を持って～娘の立場から～」  
講師 漫画家 菊池 真理子氏

### (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>

- 1) 日 時：令和元年12月12日（木）
- 2) 場 所：群馬県社会福祉総合センター大ホール
- 3) 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
- 4) 参加者：100人
- 5) 内 容：講義
  - ①「依存症の特徴と赤城高原ホスピタルの治療プログラムについて」  
講師：赤城高原ホスピタル 副院長 松本 功 氏
  - ②「こころの健康センターの回復支援塾プログラムの実際」  
講師：こころの健康センター職員
  - ③「当事者からのメッセージ」  
当事者：A A（アルコール依存症）まえばしグループメンバー、  
群馬ダルクスタッフ、G Aまえばしグループメンバー

### <第2回>

- 1) 日 時：令和元年12月18日(水)
- 2) 場 所：群馬県社会福祉総合センター大ホール
- 3) 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
- 4) 参加者：79人
- 5) 内 容：講義
  - ①「依存症者をもつ家族の支援について」  
講師：こころの健康センター 今井医師
  - ②「家族からのメッセージ」  
家族：F A (ファミリーアニアニス) メンバー

### (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連携会議を開催した。

### <第1回> ※ギャンブル等依存症のみの情報交換会

- 1) 日 時：令和元年6月11日(火)
- 2) 議 題：各機関の現状や課題を情報共有し、意見交換
- 3) 参加者：赤城高原ホスピタル  
群馬県立精神医療センター  
GAまえばしグループ  
NPO法人全国ギャンブル依存症家族の会群馬  
公益社団法人ギャンブル依存症問題を考える会群馬支部  
NPO法人消費者支援ひまわりの会  
群馬弁護士会  
群馬司法書士会  
関東財務局前橋財務事務所  
県消費生活課  
県障害政策課  
こころの健康センター

### <第2回>

- 1) 日 時：令和元年10月31日(木)
- 2) 議 題：各機関の取組を情報共有し、今後の連携会議のあり方等を意見交換
- 3) 参加者：赤城高原ホスピタル  
群馬県立精神医療センター  
AAまえばしグループ

群馬県断酒連合会  
藤岡ダルク  
群馬ダルク  
GAまえばしグループ  
FA（ファミリー・アノニマス）  
前橋保護観察所  
県消費生活課  
県障害政策課精神保健室  
県薬務課  
こころの健康センター

<第3回> ※新型コロナウイルスの影響により規模を縮小して開催

- 1) 日 時：令和2年3月5日（木）
- 2) 議 題：「依存症回復支援フォーラム」の振返りや、次年度の連携会議の運営について意見交換
- 3) 参加者：群馬ダルク、県薬務課、こころの健康センター

#### (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。

##### 1) 講話・研修会等

- ①薬務課主催の依存症フォーラムの中でアルコール・薬物・ギャンブル等依存症の各自助グループと合同で相談会を開催した。
- ②ギャンブル等依存症自助グループ主催の講演会を共催で3月に計画したが、新型コロナウイルス感染拡大のため中止になった。
- ③刑務所や保護観察所など、関係機関への講師派遣

##### 2) 回復支援のための協力

ダルク・専門病院・保護観察所との回復プログラムの共有や情報交換・見学等

##### 3) 情報発信

- ①新聞・ラジオ・研修会を活用した依存症の啓発
- ②依存症リーフレットや依存症相談カードの配布・相談窓口の周知

## 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
31(元)年度	18	26	7	11	4	5	0	0	7	10

#### 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」の普及

平成30年度に作成した「群馬県中学生版『SOSの出し方に関する教育』プログラム」を普及するため小中の各生徒指導対策協議会において中学校約170名、小学校約320名の生徒指導主事に対し、実際に県教育委員会義務教育課の指導主事が担任教師役、当センター保健師が保健師役となって模擬授業を行ったほか、市町村保健師を対象とした模擬授業を実施した。

##### 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：令和元年7月30日、令和元年8月6日

参加者：24人（7月30日）、24人（8月6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

若年層の自殺対策を強化するため、群馬県内の高校生を対象に、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。

令和元年度実績は4件で、112人の参加があった。

	日 時	対象者	参加人数
1	令和元年6月28日（金）	桐生女子高等学校	25人
2	令和元年7月18日（木）	前橋商業高等学校	17人
3	令和元年8月20日（火）	吉井高等学校	38人
4	令和元年9月 9日（月）	伊勢崎興陽高等学校	32人

内容 講義「自分の気持ちを相手に伝えて人間関係を円滑にできるコツ」

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

##### 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）を平成29年度に制作し、YouTube群馬県公式チ

チャンネルで公開している。

令和元年度からは、若い世代に積極的に視聴してもらうため、9月「自殺予防月間」及び3月「自殺対策強化月間」の期間に、高崎市の協力を得て「高崎駅中央改札前」、「高崎オーパ」、「L A B I 高崎」に設置されているデジタルサイネージにおいて朝・夕の通学・通勤時間帯を中心に放映をした。

## 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開催した。

#### ア 中北毛地域自殺未遂者支援ネットワーク研修会

日 時：令和元年7月30日（火） 18:00～20:00

会 場：前橋赤十字病院 1階 講堂

参 加：74人

内 容：「前橋赤十字病院における自殺未遂者への対応について」

高度救命救急センター集中治療科・救急科センター長兼救急科部長

中村光伸 氏

精神科部長 小保方馨 氏

医療社会事業部地域医療連携課 課長(SW) 中井正江 氏

ソーシャルワーカー 井上景子 氏

#### イ 西毛地域自殺未遂者支援ネットワーク研修会

日 時：令和2年1月20日（月） 18:00～20:15

会 場：高崎総合医療センター 地域医療センター視聴覚室

参加者：80人

内 容：「高崎総合医療センターにおける自殺未遂者への対応」

高崎総合医療センター 救急部長・救命救急センター長

小池俊明 氏

精神科部長 井田逸朗 氏

地域医療支援・連携センター(SW) 高橋紀貴 氏

#### ウ 東毛地域自殺未遂者支援ネットワーク研修会

（令和2年3月2日（月）開催の予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止）

### 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。

令和元年度の警察からの情報提供は4件。（ほかに中核市への情報提供2件）

### ③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。

日 時：令和元年12月1日（日）午後1時00分～5時30分

場 所：群馬県庁29階 291会議室

参加者：63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）

「認知行動療法の仕組みとうつ病への対応方法について」

群馬大学医学部附属病院精神科神経科 病院講師

小野 樹郎 氏（医師）

「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 大学教育・学生支援機構 健康支援センター

副センター長 竹内 一夫 氏（医師）

### ④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：令和2年2月2日（日）午後2時～5時15分

場 所：群馬県庁 2階ビジターセンター

参加者：59人

内 容：講演「高齢者のアルコール依存の特徴と対応」

講師 久里浜医療センター 中山 秀紀 氏

講演「アルコール当事者の体験談」（A Aの紹介含む）

講師 A A（アルコホーリクス・アノニマス）メンバー3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を通じて、自殺対策に関する情報提供・助言など地域の特性に応じた対策の支援を行った。

回数：10保健福祉事務所で10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、令和元年度の相談件数は延べ2,146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：157件（うち自殺関連13件） 電話：6,139件（うち自殺関連635件）

メール：80件（うち自殺関連7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 61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木曜日（予約制） 従事者：精神科医師、保健師

相談件数：9件13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を対象に実施）

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35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：67人（1回目22人、2回目21人、3回目24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	令和元年 6月26日（水）	健康福祉課	健康福祉部新任職員	85人
2	令和元年 8月23日（金）	安中市	安中市役所職員	32人
3	令和元年12月13日（金）	障害政策課	県職員	17人
4	令和 2年 1月17日（金）	障害政策課	県職員	17人
5	令和 2年 2月 7日（金）	障害政策課	県職員	22人

（参考）保健福祉事務所及び市町村開催（上記5回含む）

開催回数：34回

参加者数：1,033人

### 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

教員、行政職員、ケアマネージャーや相談員を対象とする研修会に講師を派遣。

	日 時	主 催	対 象 者	参加人数
1	令和元年 9月12日（木）	健康福祉課	生活保護関係職員等研修	56人

（参考）保健福祉事務所及び市町村開催（上記1回含む）

開催回数：60回

参加者数：2,239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：4,000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：9,680部

### ⑥ゲートキーパー指導者等養成研修会

ゲートキーパー研修の講師を担える保健師等職員を養成するため、県内4カ所で研修を開催した。

開催回数：4回

参加者数：104人

### ⑦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：令和元年9月29日（日）午後2時00分～4時00分

場 所：群馬県社会福祉総合センター ホール

参加者：110人

演 題：「自分のいのちと心を守るには」

一般社団法人リヴオン 代表 尾角 光美 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「ひとりの命大切ないのち」 23,000部作成
- ・自殺予防啓発ポケットティッシュ 85,000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）

- ・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。

放映場所：群馬県庁32階展望ホール及び県民駐車場

高崎駅中央改札口前、高崎オーパ、L A V I 1 高崎

期 間：令和元年9月1日（日）～9月30日（月）

### イ 自殺対策強化月間（3月）

- ・デジタルサイネージでの啓発活動

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。

放映場所：群馬県庁32階展望ホール及び県民駐車場、関東財務局前橋財務

事務所、高崎駅中央改札口前、高崎オーパ、L A V I 高崎

期 間：令和2年3月1日（日）～3月31日（火）

- ・J R 東日本高崎支社と協働した活動

自殺対策強化月間（令和2年3月1日～3月31日）に、高崎駅、前橋駅、新前橋駅、安中駅構内のトイレに「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27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	平成31年度
申請		4,997	5,498	6,208	6,754	7,812
承認		4,973	5,454	6,164	6,696	7,739
承認内訳	1級	2,009	2,097	2,296	2,259	2,391
	2級	2,303	2,527	2,968	3,402	3,872
	3級	661	830	900	1,035	1,476
不承認		24	44	44	58	73
年度末時点の手帳保有者数 (診断書+年金証書)		10,037	10,927	12,073	13,105	14,412

## 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27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	平成31年度
申請		24,001	24,022	27,409	28,549	30,261
認定		23,998	24,015	27,400	28,547	30,253
内訳	新規	3,426	3,585	3,840	4,146	4,222
	継続	17,688	17,529	19,362	20,642	22,174
	変更	2,884	2,901	4,198	3,759	3,857
不認定		3	7	9	2	8
年度末時点の認定者数		20,401	21,503	22,703	24,269	25,713

## 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28件、医療保護入院者の定期病状報告が1,458件、医療保護入院者の入院届が3,061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
平成31年度	審査件数	28	1,458	3,061	4,547
	返戻件数	3	57	126	186

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37件、処遇改善請求が0件、計37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き、30年度からの繰越を含め、退院請求36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33件、他の入院形態への移行が適当が3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	—	—	—	—	—
平成31年度	退院請求	37	6	2	33	3	0	—	—
	処遇改善請求	0	0	0	—	—	—	—	—

注:平成30年度退院請求件数のうち8件は平成31年度へ繰越し。31年度の請求のうち1件は令和2年度へ繰越し。

## 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	
平成31年度	294	27	142	37	0	1	1	12	

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
平成31年度	0	10	8	1	3	0	2	1	27	22

（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
平成31年度	294	27	143	37	1	86

### 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315人

令和2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	吾妻郡中之条町五反田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運営や事業企画等への支援を行った。

### ②会員数

45人（令和2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。

- 1) 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

2) 会 場 当センター会議室

3) 内 容

	開催日	主 な 議 題
第1回	令和元年 7月16日	(1)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)自傷行為による警察官通報からみえる自殺対策の取組 (3)ひきこもり対策について (4)精神科救急業務について
第2回	令和元年 10月15日	(1)各所属の取組を共有して相談活動の連携に生かす(ナビダイヤル、ひきこもり支援センター、発達障害者支援センター、児童相談所) (2)保福データベースの使用状況について (3)措置入院者退院後支援について (4)情報提供「オープンダイアログ」「若者のSNS相談及び地域自殺対策連絡会議の動き」
第3回	令和2年 2月4日	(1)精神障害者にも対応した地域包括ケアシステムの進捗と今後について(疑問や課題、館林モデルの取り組み) (2)精神保健室からの報告(職員向けゲートキーパー研修の結果、指導監査関係の伝達、災害訓練への地域精神科病院の参加促進) (3)依存症からの回復支援塾の実際 (4)伝達講習「構成機関における相談業務に関する研修」 (5)地域共生社会とこれからの精神保健福祉活動

## 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（クライシス・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

令和元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

	H27	H28	H29	H30	R1
実件数	263	257	255	226	289
延件数	508	497	472	459	528

##### イ：相談者内訳（延件数）

	H27	H28	H29	H30	R1
本人	64	64	79	72	65
本人以外	444	433	393	387	463

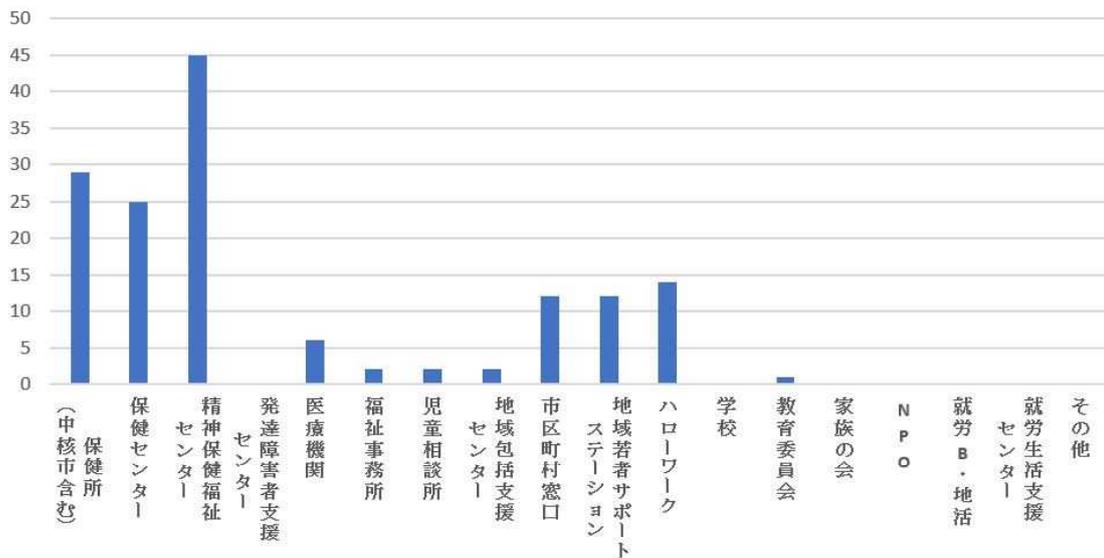
ウ：当事者性別（実件数）

	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
男	1 7 7	1 6 5	1 7 3	1 3 7	1 9 2
女	6 2	8 1	6 5	5 4	7 3
性別不明及び個別相談でない	2 4	1 1	1 7	3 5	2 4

エ：当事者年代（実件数）

	10代未満	1 0 代	2 0 代	3 0 代	4 0 代	5 0 代	60代以上	不明
H 2 7	0	4 6	6 9	6 5	2 8	1 3	2	4 0
H 2 8	0	6 3	6 6	5 2	3 0	1 4	4	2 8
H 2 9	0	2 9	7 9	6 0	3 9	8	1	3 9
H 3 0	0	3 4	4 3	4 5	2 6	1 2	1	6 5
R 1	1	4 2	6 2	6 3	5 0	1 8	6	4 7

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）

	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
実件数	3 8	3 6	3 2	4 6	3 5
延件数	7 2	6 0	4 5	6 6	5 3

注) H27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）

	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
本人	2 2	1 0	9	1 9	2 1
本人以外（複数来所）	7 6	8 1	5 8	7 9	5 2

当事者性別（実件数）

	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
男	3 2	3 0	2 3	3 7	2 5
女	6	6	9	9	9

当事者年代（実件数）

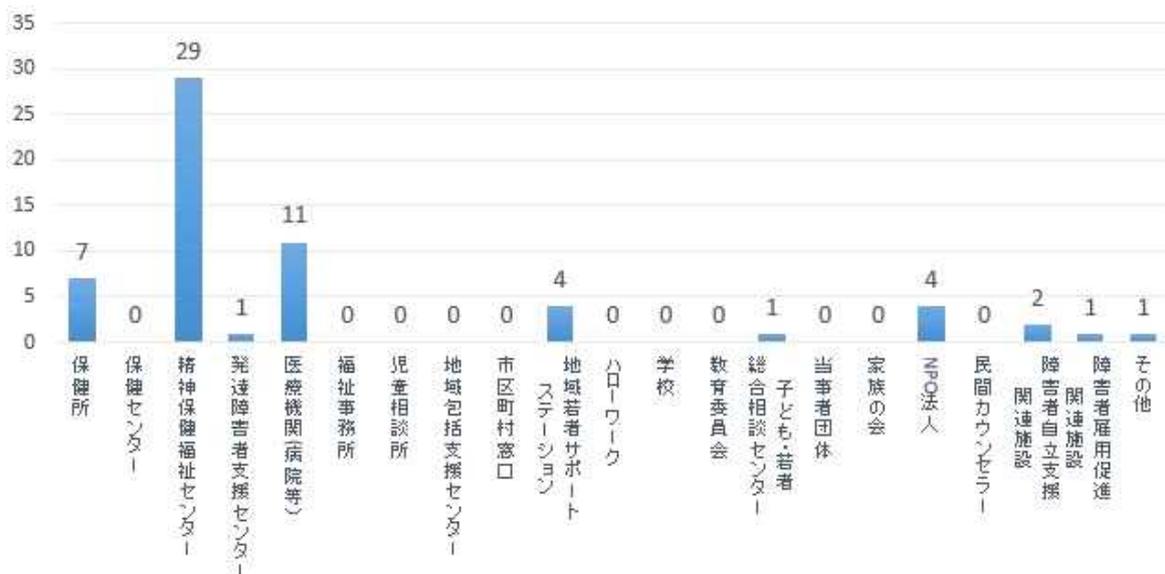
	10代	20代	30代	40代	50代以上	不明
H 2 7	6	1 6	1 3	1	2	0
H 2 8	7	1 7	1 1	0	1	0
H 2 9	6	1 5	8	3	0	0
H 3 0	7	1 7	2 0	1	1	0
R 1	6	1 4	1 0	2	0	2

ウ：対応（～H 2 9：実件数、H 3 0～：延件数）

	H 2 7	H 2 8	H 2 9	H 3 0	R 1
情報提供	1 9	2 1	2 1	6	2
助言指導	1 4	7	6	3 2	1 2
傾聴	0	0	0	5	3
予約	5	8	5	9	7
関係機関 への繋ぎ				1 4	2 9

※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)

2) 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：原則第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38人、延113人（関係者見学：延25人）

場所：こころの健康センター いこいのサロン

内容：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

備考：R1年度下期にテキストを作成

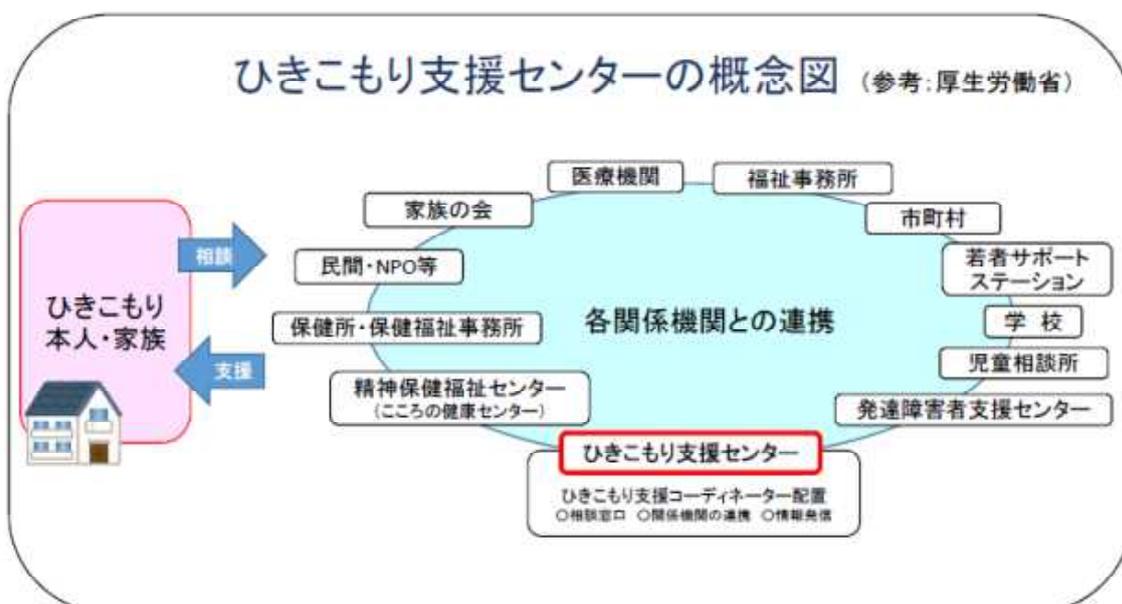
日程		内容
4月25日	10月24日	ひきこもりとは・オリエンテーション
5月23日	11月28日	会話の工夫
6月27日	12月19日	関わり方の工夫
7月25日	1月23日	生活を豊かにする
8月22日	2月27日	外部講師による講座

※2月27日は新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため開催中止

### 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"> <li>・群馬県子ども・若者支援協議会（代表者会議、実務者会議）</li> <li>・群馬県若者自立支援ネットワーク会議</li> <li>・青少年自立・再学習支援事業 G-SKY Plan 進路相談会（2か所）等</li> </ul>
研修会等 講師	<ul style="list-style-type: none"> <li>・群馬県・市町村青少年相談担当職員研修会</li> <li>・ひきこもりケース・コンサルテーション ケース件数 計4件</li> </ul>



### 4) 人材育成（ひきこもり支援関係職員研修会）

日 時：令和元年9月20日（金）

内 容：「明日から活かせる家族相談の進めかた」

講 師：大正大学 心理社会学部 近藤直司 教授

対象者：相談支援に従事する保健・福祉、市町村、医療等の関係職員

参加数：106名

### 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、各保健福祉事務所・中核市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。

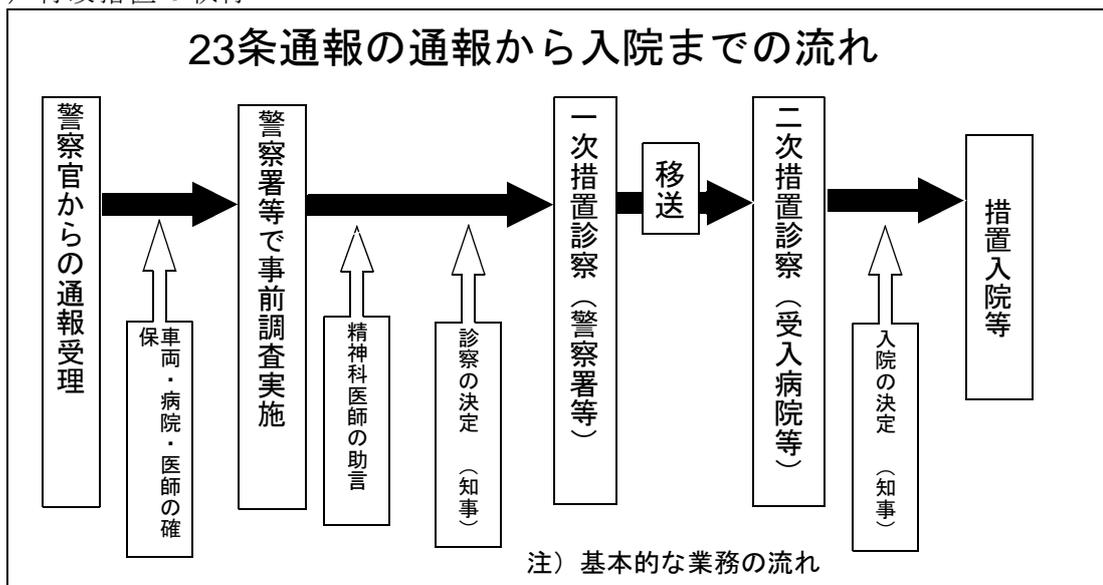
平成27年7月から、精神科診療所の協力のもと、精神保健福祉法第27条による県の診察並びに群馬県精神科救急医療システムによる基幹病院及び輪番病院の夜間・休日の診察が円滑かつ適切に行われることを目的として、夜間・休日における精神科救急情報センター等からの問い合わせ体制が運用開始となった。(21診療所が協力)

## 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31年度(令和元年度)は、通報等総数547件のうち、警察官の通報(23条)が最も多く、449件(82.1%)で、次いで、矯正施設の長の通報(26条)が69件(12.6%)、検察官の通報(24条)28件(5.1%)、精神科病院管理者の届出(26条の2)が1件(0.2%)の順になっている。一般人の申請(22条)、保護観察所の長の通報(25条)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。

##### 1) 申請・通報・届出の時間帯別発生状況 (単位：件)

区 分			平成29年度	平成30年度	平成31年度
申請・通報 ・届出全体	合 計		403	515	547
	平 日	日 中	208	230	242
		夜 間	56	85	76
		深 夜	54	72	77
	休 日	日 中	28	51	53
		夜 間	28	34	38
深 夜		29	43	61	
内 訳：					
2 2 条 (旧23条)	小 計		0	1	0
	平 日	日 中	0	1	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	
2 3 条 (旧24条)	小 計		278	397	449
	平 日	日 中	89	113	144
		夜 間	50	84	76
		深 夜	54	72	77
	休 日	日 中	28	51	53
		夜 間	28	34	38
深 夜		29	43	61	
2 4 条 (旧25条)	小 計		41	49	28
	平 日	日 中	35	48	28
		夜 間	6	1	0
		深 夜	0	0	0
	休 日	日 中	0	0	0
		夜 間	0	0	0
深 夜		0	0	0	
2 5 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	
2 6 条	小 計		84	68	69
	平 日	日 中	84	68	69
		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	
2 6 条の2	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	
2 6 条の3	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	

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31年度(令和元年度)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395件で通報総数547件の72.2%であった。

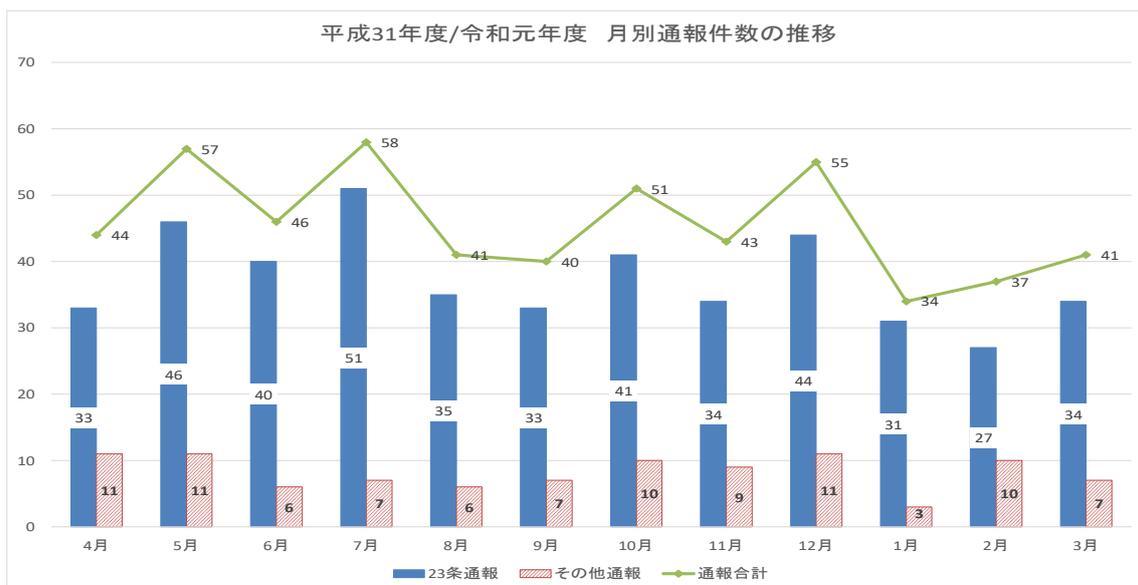
また、措置診察を実施し措置入院となったものは80件で、緊急措置入院後、診察により措置入院になった46件を合わせると126件となり、全通報件数の23.0%であった。措置診察（緊急措置診察含む）にて措置不要と判断され医療保護入院となったものは99件で、緊急措置入院後、医療保護入院となった47件と合わせると146件となる。緊急措置入院後、任意入院となったもの2件、入院とならなかったもの52件、措置診察を実施し任意入院となったものは1件、入院とならなかったものは38件であった。

入院病院は、入院した総数278件のうち、県立精神医療センターへの入院が195件(70.1%)、その他の病院は83件(29.8%)であった。

## 2) 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29年度			平成30年度			平成31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	54	1	55	45	6	51	58	11	69
		民間病院	43	24	67	54	24	78	50	7	57
		小計	97	25	122	99	30	129	108	18	126
	医 療 保 護 入 院	県立病院	68	3	71	117	1	118	121	0	121
		民間病院	11	5	16	23	0	23	24	1	25
		小計	79	8	87	140	1	141	145	1	146
	任 意 入 院	県立病院	4	0	4	3	2	5	5	0	5
		民間病院	0	0	0	1	1	2	0	0	0
		小計	4	0	4	4	3	7	5	0	5
	応 急 入 院	県立病院	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		民間病院	0	0	0	0	0	0	1	0	1
		小計	0	0	0	0	0	0	1	0	1
	入 院 計	県立病院	126	4	130	165	9	174	184	11	195
民間病院		54	29	83	78	25	103	75	8	83	
小計		180	33	213	243	34	277	259	19	278	
帰 宅 ・ そ の 他		56	3	59	99	12	111	112	5	117	
計		236	36	272	342	46	388	371	24	395	
措 置 診 察 不 実 施			37	86	123	54	71	125	76	73	149
通 報 取 り 下 げ			5	3	8	1	1	2	2	1	3
合 計			278	125	403	397	118	515	449	98	547



3) 23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
平成31年度	46	31	135	34	62	2	16	17	27	0	0	79	449

(注) 各コード内容

- |                     |                      |
|---------------------|----------------------|
| F0 器質性精神障害          | F6 人格障害              |
| F1 精神作用物質使用による精神障害  | F7 精神遅滞              |
| F2 統合失調症・妄想性障害      | F8 心理発達障害            |
| F3 気分(感情)障害         | F9 小児・青年期障害及び特定不能の障害 |
| F4 神経症ストレス関連身体表現障害  | G40 てんかん             |
| F5 生理的障害等に起因する行動症候群 | その他 不明               |

4) 23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
平成31年度	140	71	19	40	19	132	9	15	4	0	449

(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。

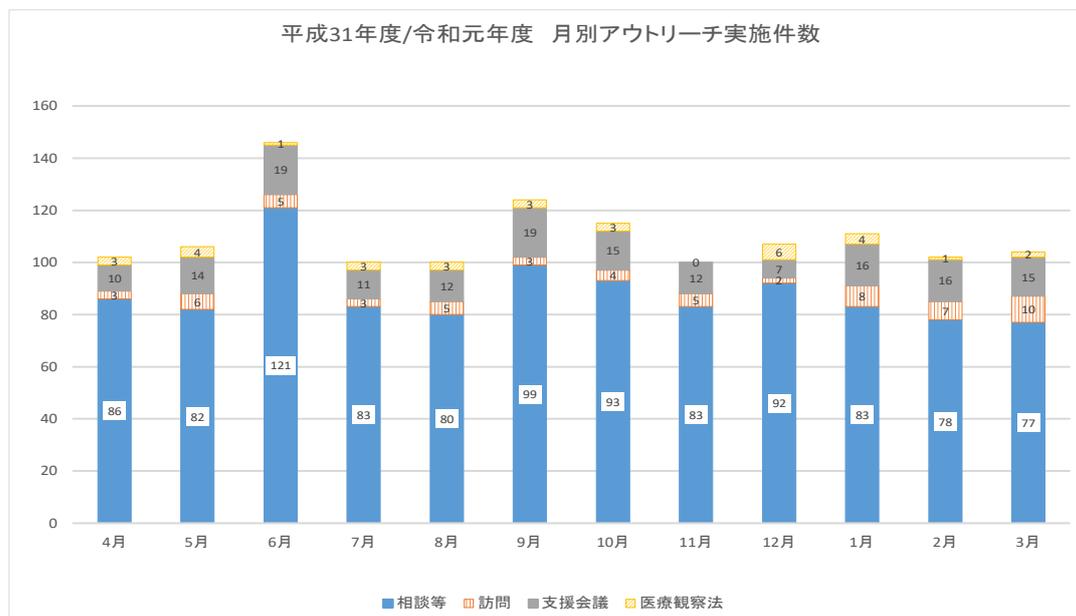
## (2) 精神科アウトリーチ活動（相談・訪問・支援会議・医療観察法）

### 1) 年度別活動件数（平成17～31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31年度	1,057	61	166	33

※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

- 1) 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。
- 2) 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、保健所代表（2カ所）、群馬県庁保健師会代表、障害政策課（課長・精神保健室長）、こころの健康センター（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

#### 3) 開催状況

	開催日	事例の内容
第1回	令和元年 5月30日	大麻使用者の23条通報対応に苦慮した事例
第2回	令和元年 7月18日	身体科入院中に暴力行為があり警察官通報となった事例
第3回	令和元年 9月19日	脳疾患があり窃盗を繰り返し処遇困難となりつつある10代の事例
第4回	令和元年 11月21日	医療観察法処遇終了者で、その後、警察官通報となった事例
第5回	令和2年 2月20日	日本語の通じない外国人の検察官通報事例

### (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

- ①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。

#### ②開催内容

開催日	主な議題	出席者
令和元年 12月17日	<b>【精神障害者措置移送業務等連絡会議】</b> 1 警察署との精神科救急業務勉強会について 2 措置入院患者に緊急の身体科受診が必要になった場合の対応について 3 外国人患者の措置診察の実施について 4 各病院との意見交換 5 報告事項 ・平成30年度通報・申請・届出・結果について ・令和元年度通報・申請・届出・結果について（令和元年11月末まで）	21人

## 2) 精神科救急業務検討会

①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。

②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

### ③開催内容

	開催日	主な議題	出席者
第1回	令和元年 9月11日	1 情報提供 ・精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの概要 ・精神科救急業務に関するセンターの実績 ・措置入院者退院後支援の実施状況 ・措置入院者退院後支援の今後の方向性等 2 措置入院者の退院後支援について 3 退院後支援に係る意見交換 4 輪番当番病院について	34人
第2回	令和2年 2月21日	<午前> 1 精神障害にも対応した地域包括ケアシステムモデル地域(館林地域)の取組 2 措置入院者退院後支援の実施状況 3 精神科救急業務に関するセンターの実績 4 前橋赤十字病院からの説明 <午後> リフレクティング研修会 講師 福島県立医科大学総合科学 教育研究センター 教授 三澤 文紀先生	43人

## 3) 刑務所との地域連携情報交換会

①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とともに、出所後の地域支援を円滑に行えるよう連携を強化する。  
(平成30年度から開催)

②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

③開催内容 令和2年3月12日に開催を予定していたが、新型コロナウイルス感染症により中止とした。

## 4) 検察庁との情報交換会

①目的 24条通報の対応を行う精神科救急情報センター職員、起訴の対応にあたる検事及び副検事、社会復帰や再犯防止の対応を行う捜査官、それぞれの業務について情報交換や意見交換を行うことにより、対象者

の地域支援を円滑に行えるよう、連携を強化する。

(令和元年度から開催)

- ②出席者 前橋地方検察庁職員(検事及び副検事、事務官、捜査官)  
精神科救急情報センター職員

③開催内容

開催日	主な議題	出席者
令和元年 11月28日	1 意見交換 ・24条通報の流れ ・再犯防止、社会復帰支援の概要 2 その他	10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。

日程	主な内容	出席者
平成31年 4月 3日	○精神疾患の理解 ○こころの健康センター・精神科救急情報センター業務について ○こころの健康センターの勤務体制 ○安全管理指針 ○精神科アウトリーチ活動について	15人
4月 4日	○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 ・DVD視聴 23条通報受理から出動まで ・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 ・事前調査票の作成について ・聞き取り内容 ・助言の受け方、決定の受け方、診察医への報告の仕方等 ・書き方のポイント ○質疑応答、感想 ○庁舎管理・案内	15人

## 5 措置入院者の退院後支援

### (1) 経緯

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、試行を開始し令和元年10月から本格施行とした。

対応の詳細は以下のとおり。

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対応方針を説明
8月	各精神科病院の相談担当者（PSW）に基本方針案を説明 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「退院後支援のあり方に関するワーキンググループ」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	県実施要領制定、試行開始
令和元年10月	本格施行

\* 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增大すると思われる措置入院者のイメージを聞いた

### (2) 県実施要領の概要

#### 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。

#### 2) 本人の意向の確認

入院先病院は、本人が意向確認に応じられる状態になったと判断された段階で速やかに当センターに連絡を行う。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。

#### 3) 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。

#### 4) 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出席を求める。

退院前の支援会議で計画案、困ったときの対処を確認し、必要に応じて修正を行った上で、本人・家族及び支援者へ交付する。

#### 5) 支援及び計画の見直し

対象者が退院した後は、帰住先の保健福祉事務所・中核市が中心となって支援を行う。

#### 6) 計画に基づく支援の終結

帰住先の保健福祉事務所・中核市は、計画の有効期間が満了する前の適切な時期に、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、支援終結の妥当性について協議する。

#### 7) その他

計画作成及び退院前の支援会議開催まで、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いる。

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31年度実績

- ・計画に基づく支援を行うことについて、説明した対象者 16名
- ・うち、同意した対象者 15名

管轄保健所	説明した対象者	うち同意した対象者
前橋市	1名	1名
高崎市	3名	3名
伊勢崎	2名	2名
安中	1名	1名
吾妻	1名	1名
利根沼田	1名	1名
太田	2名	1名
桐生	2名	2名
館林	3名	3名

## IV 学会発表・調査研究

## 1 学会発表等一覧

令和元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) 高山泰一 山田行子 岡田三千恵 丹羽由香里 松元千明 今井航平 齊藤良  
佐藤浩司  
当センターにおける依存症当事者支援プログラム（回復支援塾）実施の取り組み  
第55回全国精神保健福祉センター研究協議会(高知市 2019.10)
- (2) 大舘実穂 坂爪恵美 宇津木尚子 中澤彩香 榊原通子 今井航平 齊藤良  
佐藤浩司  
群馬県こころの健康センターと「ひきこもり」  
第44回群馬精神医学会(前橋市 2019.11)
- (3) 松元千明 山田行子 岡田三千恵 高山泰一 丹羽由香里 今井航平 佐藤浩司  
群馬県こころの健康センターにおける依存症当事者支援プログラム  
～回復支援塾の現状と課題～  
第7回群馬県地域保健研究発表会(前橋市 2020.3)  
\* 発表会中止により紙上発表
- (4) 中澤彩香 宇津木尚子 坂爪恵美 大舘実穂 榊原通子 佐藤浩司  
群馬県こころの健康センターのひきこもり家族教室の変遷  
第7回群馬県地域保健研究発表会(前橋市 2020.3)  
\* 発表会中止により紙上発表

# 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	R1.4.17~R1.3.25	36	129
初期臨床研修医	R1.4.17~R1.3.11	19	24
群馬大学医学部公衆衛生学講座	R1.6.11	1	9
公衆衛生に関する実地修練 (保健所実習の一部)	R1.6.26	1	1
研修医の実習(病院実習の一部)	R1.5.23~R1.6.7	5	5
県立中央中等教育学校2年生	R1.7.12	1	8
保健所長会	R1.8.7	1	21
群馬県庁インターシップ実習生	R1.8.21	1	2
医療法人友愛会千曲荘病院	R1.8.28	1	3
前橋地方検察庁司法修習生等	R1.8.29	1	20
群馬県立精神医療センター新人看護職員	R1.10.3	1	10
自治医科大学・獨協医科大学5年生 (保健福祉事務所実習の一部)	R1.10.30	1	5
群大・精神医療センター医師	R1.11.21	1	4

## 1 公表資料・印刷物一覧

令和元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	1
2	ひとりの命 大切ないのち	3
3	あなたも今日からゲートキーパー	7
4	ゲートキーパー手帳（冊子・表紙）	11
5	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）	12
6	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）	13
7	依存症相談「こころの健康センター相談ダイヤル」（案内カード）	14
8	いのち・つなぐ相談機関情報ガイドブック（冊子・表紙）	15
9	こころの健康に関する小冊子「みんなは、悩んでないのかな？」（冊子・表紙）	16
10	「ひきこもり」に悩んでいる方へ（冊子・表紙）	17
11	ひきこもり～正しい理解と支援のために～	18

# 2019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。  
(相談は秘密厳守で行います)



## 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、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)

- 電話で相談内容をおうかがいし、医療機関のご案内、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。
- 電話でのカウンセリングや継続的な相談はお受けしていません。
- 相談が集中した場合、電話がつながりにくい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。

### 自死遺族交流会

大切な人(家族・婚約者・親しい友人など)を自死で亡くした方々が、匿名で安心して思いを語り合える会です。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・相談の後に会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。教室では、ひきこもりに関する知識や情報、本人への関わり方の工夫などを学びながら、ご家族自身の気持ちにゆとりを持っていただく機会としています。

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。

原則として、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

全国では年間約2万人の方が自らの命を絶っています  
その一人ひとり、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人弱で推移しています。

平成30年中の自殺者は339人(\*) (男238人、女101人) で、ほぼ毎日おひとりの方が自殺で亡くなっていることになります。

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。

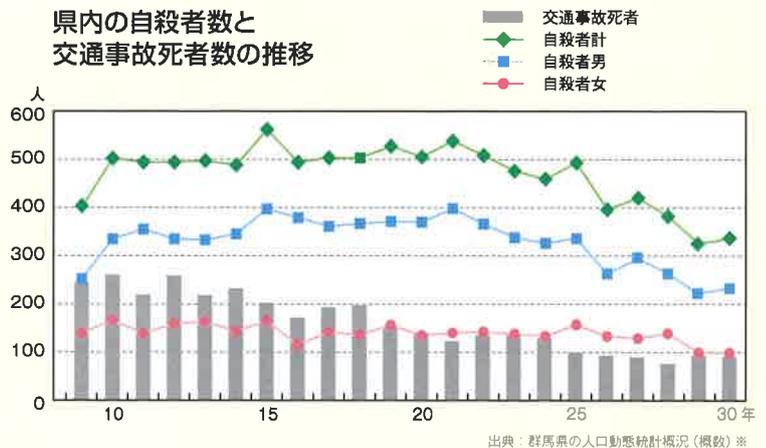
また、自殺による死者数は、同年中の交通事故による死者の約3.5倍となっています。

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。

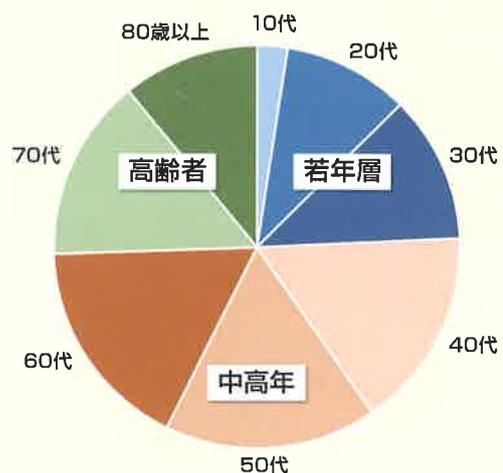
一方、10代では横ばいの状況が続いており、ここ数年、10~30代の死亡原因の1位は「自殺」となっています。

\*概数(R1.6公表)のため、確定数(R1.9公表)とは異なることがあります。

県内の自殺者数と  
交通事故死者数の推移



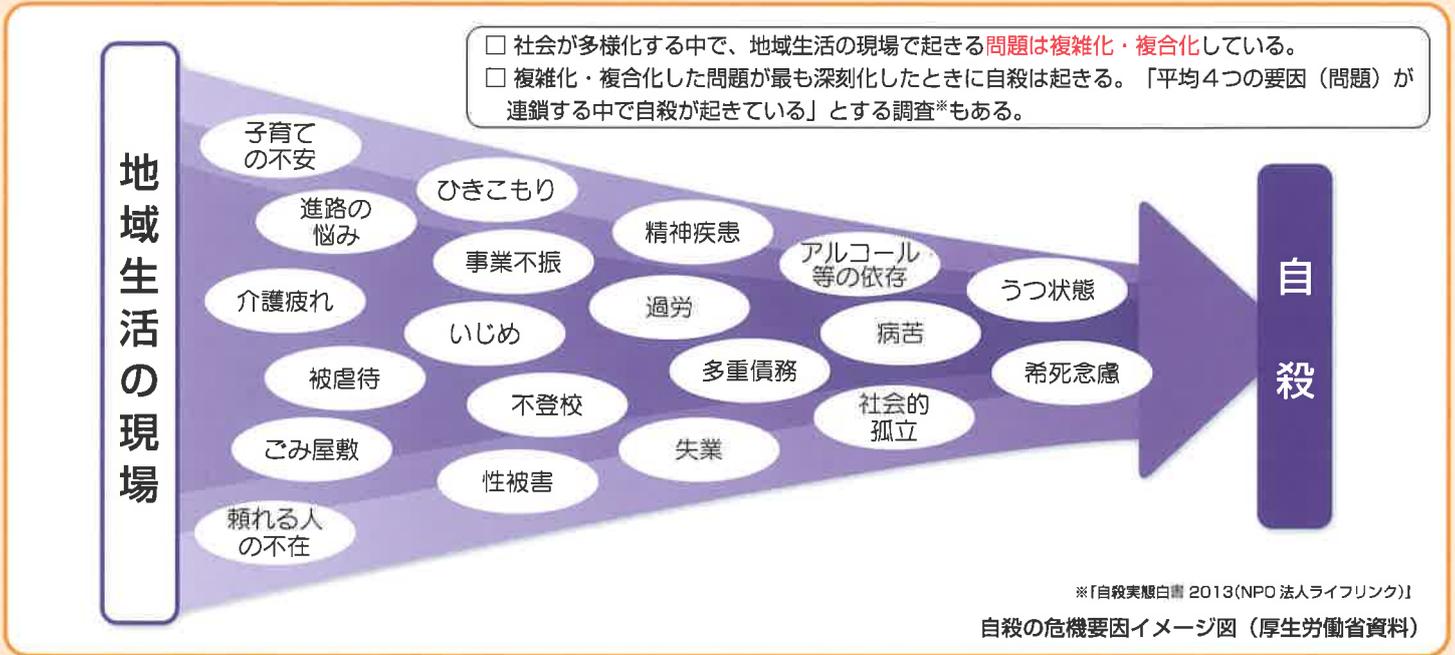
年代別自殺者数 (H25~H29年合計)



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

# 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、社会的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。



## 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見られる。
- 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2週間以上続き、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
- 身なりに気を使わなくなった
- 体調不良の訴えが多くなった
- 仕事や家事の能率低下、ミスが増えた
- 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。

## 飲酒と自殺の関係

自殺で亡くなった人の3人に1人は、直前に飲酒していたことが分かっています。

飲酒は、以下のようなことから、自殺を後押しすることがあります。

- 心の視野を狭め、死にたい気持ちを高めてしまう
- 不満や不安などの感情から、自分を攻撃する気持ちになる
- 衝動性が高まって自分の行動がコントロールできなくなる

うつ症状がある人や自殺に傾いている人に、お酒をすすめてはいけません。



アルコール依存症による「こころ・体・生活への影響」から、命に関わることもあります。

## 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、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	
<b>精神保健</b>	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	
<b>自死遺族</b>	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)	
<b>心の悩み</b>	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)	
	よりそいホットライン	0120-279-338	24時間対応	
<b>労働</b>	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)	
	働く人の「こころの耳電話相談」 (メンタルヘルス不調、ストレスチェック制度、健康障害防止対策など) ※発信者番号を通知して御相談ください。	0120-565-455	17:00～22:00(月・火) 10:00～16:00(土・日)	
働く人のメンタルヘルス相談 ※電話で事前に予約をしてください。	0120-546-010	相談予約受付 9:00～17:15(月～金) 相談日 13:00～16:00(第2・4火)		
<b>多重債務</b>	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)	
<b>法的トラブル</b>	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)	050-3383-5399	9:00～17:00(月～金)	
	法テラス・サポートダイヤル	0570-078-374	9:00～21:00(月～金)、9:00～17:00(土)	
<b>犯罪被害</b>	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)	050-3383-5399	9:00～17:00(月～金)	
	公益社団法人被害者支援センターすてっぷぐんま	027-253-9991	10:00～16:00(月～金)	
	群馬県性暴力被害者サポートセンター(SAVEぐんま)	027-329-6125	9:00～16:00(月～金)	
<b>生活困難</b>	各市町村福祉担当課	各市町村役場		
<b>心配ごと</b>	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)	
<b>高齢者</b>	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)	
	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)	
<b>女性</b>	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)	
	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)	
<b>青少年子ども</b>	「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	
	チャイルドライン(18歳までの子ども専用)	0120-99-7777	16:00～21:00(毎日) 12月29日～1月3日は休日	
	前橋地方法務局「子どもの人権110番」	0120-007-110	8:30～17:15(月～金)	
		- 6		

\* 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。

# 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、多くの人々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
- 表情が乏しくなる
- 投げやりになる
- 興味があったことに関心を示さなくなる
- 身なりに構わなくなる など

##### 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。

#### ○ 声をかけるときのポイント

- 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？」



## ◆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んですね」  
 「つらかったですね」  
 「よく耐えてきましたね」

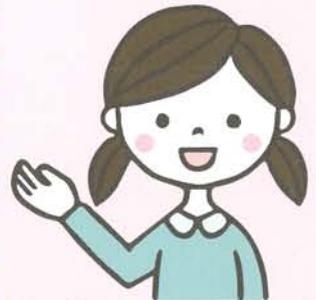
### ○避けたい言葉がけ



(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ない」  
 「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!

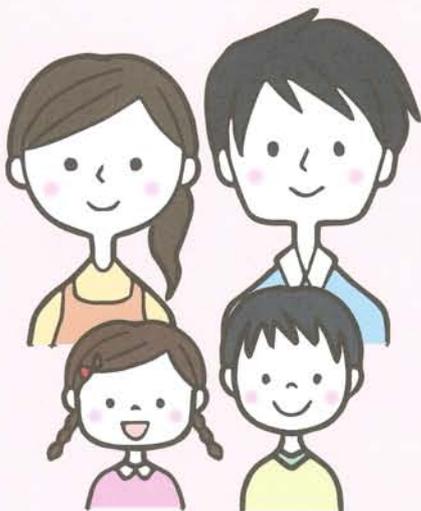


### ○「死にたい」と言われたら…

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と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。

## 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55人）を超える方が自殺で命を落としています。
- ◆ 10代～30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。

令和元年6月

群馬県



群馬県のマスコット  
「ぐんまちゃん」

**「依存症」は回復する病気です**  
まずは相談してみませんか？



群馬県こころの健康センター  
ホームページ

相談ダイヤル

**027-263-1156** 9:00 ~ 17:00  
月～金曜日(祝日・年末年始をのぞく)

群馬県  
こころの健康センター  
(依存症相談拠点)  
前橋市野中町 368



やめたくてもやめられない…  
それ、「依存症」かもしれません

相談  
無料

秘密  
厳守

家族  
だけでも  
OK

群馬県こころの健康センター  
相談ダイヤル

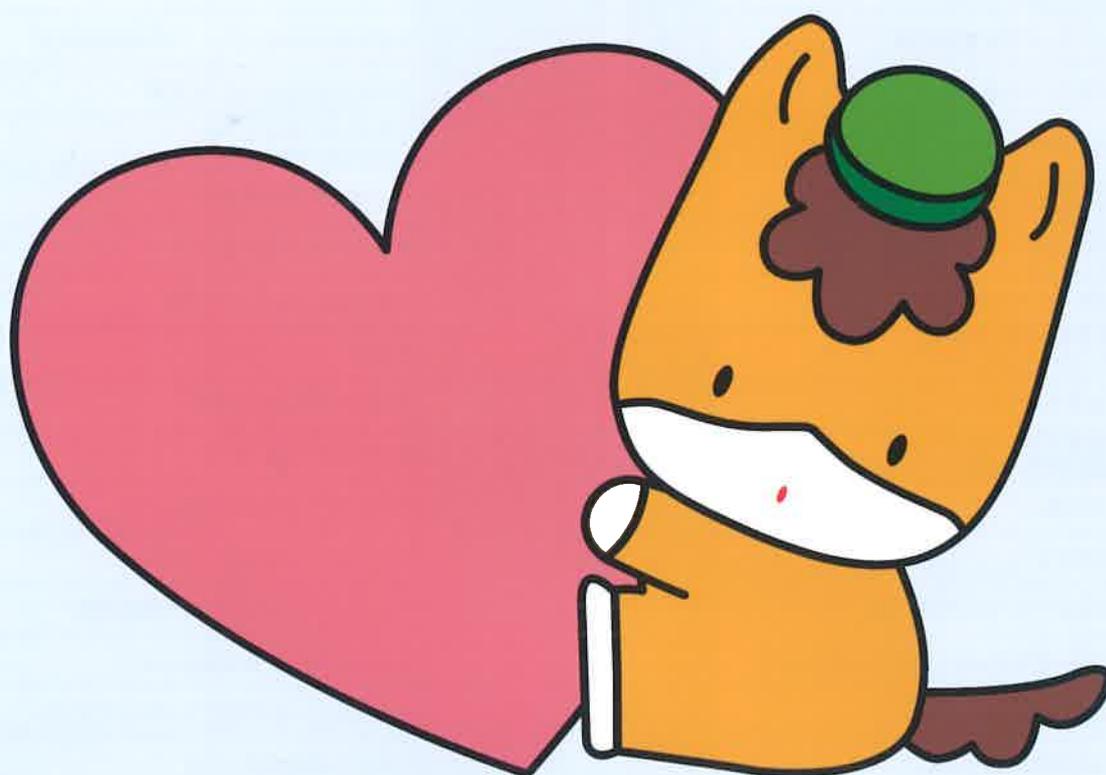
**027-263-1156**

9:00 ~ 17:00 月～金曜日(祝日・年末年始をのぞく)

・ 悩みを抱えた方々を適切な支援機関につなぐために ・

# いのち・つなぐ 相談機関情報ガイドブック

〈第3版〉



令和2年3月

群馬県こころの健康センター

# みんなは、悩んでないのかな？

だれもが悩みを持っています。ひとりひとりが自分らしさを見つけて、育てていく中学生の時期に、落ち込みや悩みが大きくなるのは自然なことです。でも、悩んだことは心の成長の元になります。大切なのは、悩みにふりまわされるのではなく、それを活かせる対応を身につけることです。自分の悩みと向き合ってみませんか。

## ① なんかモヤモヤしちゃって…

### Ken's Case



# 「ひきこもり」に 悩んでいる方へ



～小さな一歩を踏み出すために～

監修／恩賜財団母子愛育会愛育相談所 所長  
齊藤万比古



群馬県

# ひきこもり

～正しい理解と支援のために～

監修／恩賜財団母子愛育会愛育相談所 所長  
齊藤万比古



内閣府が行った調査によると、全国のひきこもりの子ども・若者(15～39歳)は、およそ54万人にのぼると推計されています。しかし、ひきこもりに対する周囲の無理解や偏見が、当事者たちを苦しめているケースも少なくありません。ひきこもりに対する正しい知識をもち、社会全体で支援の輪を広げていくことが大切です。

## 「ひきこもり」ってどんな状態のこと?

「ひきこもり」という言葉をよく耳にしたり、ふだん何気なく口にしている人は多いことでしょう。でも、実際にどんな状態かを理解している人は意外と少ないのではないのでしょうか。

### ■「ひきこもり」の定義

さまざまな要因の結果として社会的参加（義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交遊など）を回避し、原則的に6ヵ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態（他者と交わらない形での外出をしてもよい）を指す現象概念

（厚生労働科学研究による「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」）



👉 具体的には、次のような行動パターンが見られます

学校を卒業・中退したまま、  
仕事をしないですっと家にいる

仕事を突然辞めてしまい、  
家にこもるようになる

1日中自分の部屋に閉じこもって、  
インターネットばかりしている

昼夜逆転の生活をしているが、  
夜中にコンビニには出かけて  
いるらしい

家族との会話がほとんどなく、  
顔を合わせても避けようとする

## どうして、ひきこもりになるの?

ひきこもりになる原因はさまざまです。成績の低下、両親の不和、受験の失敗、いじめ、職場不適応、病気などが原因となるケースが多いと考えられますが、原因やきっかけがはっきりしないことも少なくありません。

しかし、ひきこもりの原因を追及するよりも、いかにしてひきこもりの状態から脱することができるのかについて考えることが、より重要な課題といえるでしょう。



### ひきこもりは、“病名”ではありません

ひきこもりは、状態を指す言葉であり、病気の名前ではありません。ただし、何らかの精神疾患や発達障害が原因のひとつである場合があります。

また、ひきこもりは必ずしも「治療」の対象ではありませんが、ひきこもりが長期に及ぶ場合には、本人や家族の自助努力だけで解決するのは難しいケースが多いのが現状です。

ひきこもりに悩んでいるとき、専門の相談機関や医療機関などに相談することは、重要な解決策のひとつとなります。



## ひきこもっている本人の気持ちって？

ひきこもっている本人は、どんな気持ちで毎日を過ごしているのでしょうか？

多くの方は自信が持てず、物事を悲観的に考えがちです。また、社会や家庭の中で一定の役割を果たせていないことを、たいへん気にかけています。そして家族に負担をかけることを心苦しく思いながら、なかなか行動を起こせず、そんな自分の本当の気持ちを理解して欲しいという思いを抱いているものなのです。



## ひきこもりに対して、家族はどう接すればいいの？

ひきこもりの人に対して、家族はどのように接すればよいのでしょうか。まずは、本人の気持ちを理解するように努めることが大切です。

前述したように、ひきこもっている本人は、誰よりも自分自身がいちばん苦しい思いをしています。そうした気持ちに寄り添って、ひきこもりの状態にあることを決して非難したりしないことが大切です。

### ❖ひきこもりの人に対応するときの心構え❖

- ひきこもりを否定せず、温かく見守ることを心がけましょう
- 解決には時間がかかると考え、焦らずに接するようにしましょう
- 朝晩の挨拶など、小さなコミュニケーションをとることを心がけましょう
- 周囲の人たちが孤立せず、健康であることが大切です。相談相手や仲間を探し、愚痴をこぼしたり、聞いてあげたりしましょう



### 自分を責めない、焦らない

子どもがひきこもりになってしまうと、親は「自分の育て方が悪かったのではないか」と自分を責めたり、世間体を気にして「一刻も早く今の状態から脱け出さなくては」と焦ったりしてしまいがちです。

しかし、ひきこもりは決して恥ずかしいことではありません。また、ひきこもりを解決するには、ゆっくりと時間をかけて対処していくことが必要であることを、周囲の人たちは理解しておきましょう。



# 自分たちで解決できないときは 専門の相談機関へ

ひきこもりは、本人や家族の努力だけでは解決できないケースが多いものです。思い悩んだときは、第三者に相談してみることが、解決の手がかりになります。なお、本人が嫌がっているときは無理に連れ出したりせず、まずは家族など周囲の人が、専門の相談機関を訪ねてみるようにしましょう。

支援センター



## \*群馬県内のひきこもりの相談窓口\*

### ひきこもり支援センター

ひきこもり相談専用ダイヤル …………… 027-287-1121

受付時間 平日 9:00～17:00

住 所 前橋市野中町368 (群馬県こころの健康センター内)

電話相談、来所相談(予約制)により、相談内容を整理し、ご本人にとってよりよい生き方を一緒に考え、身近な相談機関等へおつなぎします。

### 保健福祉事務所・保健所(管轄地域)

受付時間 平日 8:30～17:15

こころの健康やひきこもり等の相談に応じます。

渋川保健福祉事務所 (渋川市、北群馬郡) …… 0279-22-4166

伊勢崎保健福祉事務所 (伊勢崎市、佐波郡) …… 0270-25-5066

安中保健福祉事務所 (安中市) …………… 027-381-0345

藤岡保健福祉事務所 (藤岡市、多野郡) …… 0274-22-1420

富岡保健福祉事務所 (富岡市、甘楽郡) …… 0274-62-1541

吾妻保健福祉事務所 (吾妻郡) …………… 0279-75-3303

利根沼田保健福祉事務所 (沼田市、利根郡) …… 0278-23-2185

太田保健福祉事務所 (太田市) …………… 0276-31-8243

桐生保健福祉事務所 (桐生市、みどり市) …… 0277-53-4131

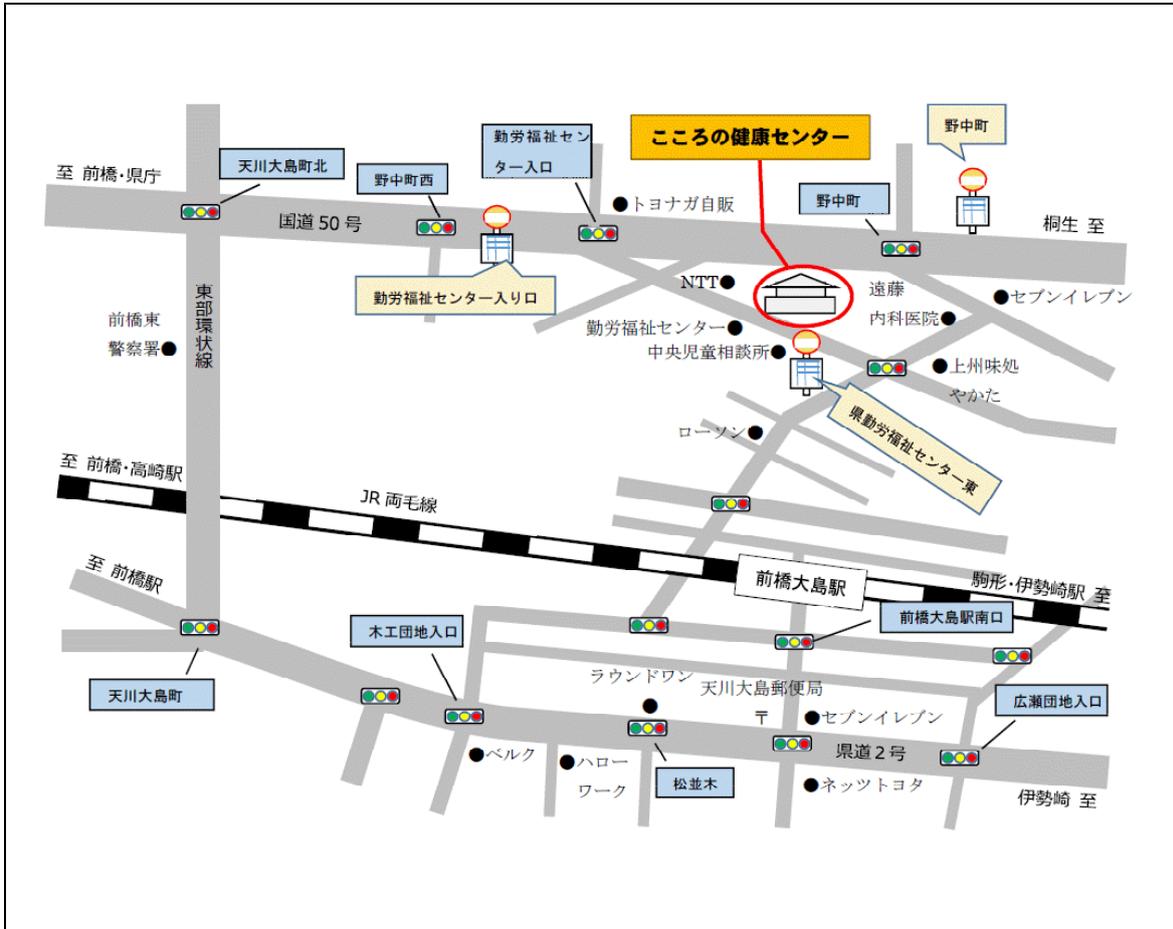
館林保健福祉事務所 (館林市、邑楽郡) …… 0276-72-3230

前橋市保健所 (前橋市) …………… 027-220-5787

高崎市障害福祉課 (高崎市) …………… 027-321-1358

(平成31年3月現在)

# 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

2019年度（令和元年度）

## こころの健康センター所報

（第31号）

令和2年12月21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](mailto:kokoro@pref.gunma.lg.jp)