



SAITAMA

精神保健福祉だより

彩の国
埼玉県
埼玉県マスコット
コバトン&さいたまっちゃん



〒362-0806 埼玉県北足立郡伊奈町小室818番地2

・埼玉県立精神保健福祉センター TEL 048-723-3333 (代表) FAX 048-723-1561

ホームページ <https://www.pref.saitama.lg.jp/b0606/tayori/index.html>

CONTENTS

1	ひきこもり支援の取組について	1
	①埼玉県のひきこもり支援施策について 埼玉県保健医療部疾病対策課 精神保健担当	
	②市町村における取組について	
	・行田市における包括的な支援体制整備の取組 行田市健康福祉部 地域共生社会推進室	
	・X市における取組	
	・Y市における取組	
	精神保健福祉部 企画広報担当	
2	自殺対策の取組について	4
	「暮らしとこころの総合相談会」の実施状況と市町村への展開について 夜明けの会	
3	令和4年度子ども・若者のSOSの受け止め方講演会開催報告	6
	精神保健福祉部 企画広報担当	
	みんなねっと埼玉大会(第15回全国精神保健福祉家族大会)の御案内	8
	令和5年度 今後の研修の御案内	8

No.106
令和5年9月



※当機関誌は、埼玉県立精神保健福祉センターのホームページから、全文ダウンロードできます。是非、ご利用ください。

精神保健及び精神障害者福祉に関する法律が改正され、令和5年4月1日から一部施行されました。本改正に伴い、令和6年4月1日からは自治体の相談支援対象が見直され、市町村等が実施する精神保健に関する相談支援について、精神障害者のほか精神保健に課題を抱える者（※具体的には今後省令で定める予定）も対象に含めることになります。またこれらの方への適切な支援を包括的に行うことが明確化されました。

市町村においては、これまでも日常生活を営む上で精神保健に課題を抱えた方やその家族等からの相談を、様々な部署で対応していることと思います。今回の法改正をきっかけとして相談支援が適切にできているか、また様々な部署が連携した包括的な支援となっているか点検することを通じて、支援体制がより一層充実することが期待されています。

他方、当センターが、市町村をはじめとした様々な機関の方々と関わる際、精神保健に課題を抱える方やその家族等からの相談や、その包括的な支援体制整備に関する困難さが話題となることが少なくありません。

そこで今号において、各機関が悩みながら取り組む相談支援の現状を提供し、共有することが、各機関での相談支援や包括的な支援の充実につながるきっかけになるのではないかと考えました。1つ目は、ひきこもり支援に関連するテーマで、埼玉県保健医療部疾病対策課及び県内3市町の取組を、2つ目は、自殺対策に関連するテーマで、埼玉県委託事業「暮らしとこころの総合相談会」の実施状況と市町村との共同開催について御紹介します。

1 ひきこもり支援の取組について

①埼玉県のひきこもり支援施策について

埼玉県保健医療部疾病対策課 精神保健担当

令和4年11月に内閣府により行われた調査では、ひきこもり状態にある方は全国で約146万人に上ると推計されました。これを埼玉県の人口に換算すると、約9万人と推計されます。

埼玉県では、ひきこもり支援施策の一環として令和4年3月29日に「埼玉県ひきこもり支援に関する条例」が施行されました。ひきこもり支援に関する条例としては全国で初めてとなります。この条例では、「ひきこもり支援は、ひきこもり状態にある者の意思を尊重して行わなければなら

ない。」等の基本理念(第三条)、「県は、ひきこもり支援に積極的に取り組む民間支援団体等を周知するものとする。(第六条第2項抜粋)」ということが定められています。この条例の制定により、埼玉県では、県内でひきこもり支援を行う民間支援団体等を公表し、周知するなど、ひきこもり当事者の方やその関係者の方々にとって身近で相談しやすい環境整備に取り組んでいます。

また、埼玉県では、保健所や精神保健福祉センターによる個別相談や当事者・家族のグループ相談の実施、ひきこもりに特化した専門相談をできる場所として「埼玉県ひきこもり相談サポートセンター」の運営、安心して集える場所を提供すること等により社会参加と自立への足掛かりとする「集いの場」事業への活動費補助、訪問や同行支援等を行う「ひきこもり訪問サポート事業」の取組を行っています。

さらに、令和5年3月には、民間のひきこもり支援団体等の活動紹介動画を作成し、周知しました。動画のダイジェスト版は下記のURLからアクセスできるので、ぜひ御覧ください。また、「埼玉県公式チャンネル(サイタマどうが)」にはひきこもり当事者の体験談の動画等もあります。身近に「ひきこもり」について悩んでいる方や支援に関心のある方がおられましたら、ぜひ動画の紹介をお願いします。

【タイトル】

“ひきこもり民間支援団体等の活動周知動画(団体活動紹介ダイジェスト版)”

【視聴方法】

(URL)https://youtu.be/TyOl-_4YAGw



②市町村における取組について

行田市における包括的な支援体制整備の取組

行田市健康福祉部 地域共生社会推進室

行田市では、「ひきこもり」をはじめとした地域住民の複雑化・複合化した支援ニーズに対応する包括的な支援体制を整備するため、令和4年度から「重層的支援体制整備事業への移行準備事業」を実施しています。この事業は、必須事業として「庁内連携体制の構築等の取組」、「多機関協働の取組」があり、令和4年度は、この2つの取組を推進しました。

「庁内連携体制の構築等の取組」としては、主に健康福祉部内での意識統一や、地域共生社会の実現に向けた課題の洗い出し・解決方法の検討、取組の立案等を行う「関係者会議」を2か月に1回程度開催するほか、所属を横断する諸課題について、各所属の実務者が集まり、方針の確認や詳細な運用方法を検討する「部内実務者会議」を開催し、具体的な取組につなげています。このほか、相談対応能力の向上や、他部署・他機関とのスムーズな連携に向け、部内各課職員と社会福祉協議会職員を対象とした、複合課題を持つ世帯に関する「事例検討会」を定期的で開催(令和4年度:24回開催)するなど、庁内で連携し合える体制づくりを進めています。

また、「多機関協働の取組」としては、多機関同士の顔の見える関係や相談・連携しあえる関係の構築に向け、市職員と、高齢・障がい・子ども・困窮・教育といった各分野の関係機関、社会福祉協議会、民生委員等によるワークショップを定期的に行い、連携体制の強化に努めています。

「ひきこもり」に関しては、現状、支援する法整備等は進んでおらず、「制度の狭間」と類型され、単独の支援機関での対応は難しいところです。しかしながら、こうした様々な機関がつながり、連携しあえる関係を構築することで、誰ひとり取り残さない、漏れの無い支援につながることから、こうした体制づくりを引き続き進めてまいります。

X市における取組

精神保健福祉部 企画広報担当

X市では、以前から、精神保健に関する相談や支援について、困難事例への対応の検討や、支援者の相談技術の向上を図る学習の場として、精神保健福祉事例検討会を設置していました。

この事例検討会は、保健センターや障がい者福祉課、市内の医療機関や基幹相談支援センター、生活支援センター等で構成され、さらに、検討事例によっては社会福祉協議会や生活保護の担当部署も参加しており、精神保健の関係機関同士の連携強化としても機能していました。

ひきこもりに至る経緯や脱却できない理由には、心身の疾患や障がい、家庭環境、生活困窮など、様々な要因があることから、ひきこもりに関する相談支援や実態把握には、関係機関同士の連携が重要であると考え、精神保健福祉事例検討会の参加者を軸として、プラットフォームを立ち上げました。

X市では、不登校やひきこもりの家族がいる方を対象に、お互いの悩みや体験等の意見交換を目的とした「不登校・ひきこもり家族の集い」を毎月開催しています。この集いに参加される方の多くが不登校の子供の保護者である一方、不登校から教育課程終了後にひきこもりになった事例も見られることから、教育部門と連携したひきこもり支援も必要と考えています。

このようなことから、これまでの精神保健福祉事例検討会のネットワークを生かしつつ、今後は教育部門のプラットフォームへの参加も視野に入れた支援体制の充実を検討しています。

Y町における取組

精神保健福祉部 企画広報担当

Y町では成人の精神保健の相談を担当する福祉課が、主にひきこもり支援を所管しています。実際の相談は、障がい福祉担当が精神保健の相談、社会福祉担当が生活保護の相談に対応しており、各担当から1名ずつの計2名で相談を受けることを基本としています。これにより、担当する職員の心理的な負担が軽減されるほか、両担当がケースを把握することで、担当者が異動したあとも長く本人に関わることが可能となっています。

現在の支援体制に至るまで、次のような経緯がありました。まず、Y町を管轄する保健所は、長らくひきこもりの集いを主催していましたが、参加者である親の高齢化に伴い、自身の亡き後の本人を心配する声が聞かれるようになりました。保健所が、地元のY町に本人のことを相談するよう勧めると、当初は抵抗があった親も相談を検討するようになりました。そこで精神保健の専門職ではないY町の職員が「ひきこもり」支援について知ることができるよう、Y町職員と保健所職員で家族とのひきこもり相談を開始しました。その中で、ひきこもり本人への声の掛け方や、アセスメントの仕方、家族関係の見立て方について実践的な助言を受けてきました。また、本人が登場しないひきこもり相談について、どのように対応したらよいか悩んでいることをY町から保健所に相談したところ、「家族が元気になることが大事」と助言がありました。これを受け、まずは会うことができる家族から関わろうと相談をしています。

2 自殺対策の取組について

「暮らしとこころの総合相談会」の実施状況と市町村への展開について

夜明けの会

1 はじめに

「暮らしとこころの総合相談会」は、突然の解雇・給料の未払い・サービス残業・リストラ・雇用形態・労働時間などの雇用相談、生活資金や事業資金等で膨らんだ借金などの多重債務相談、眠れない・気分が沈む・やる気がでない・体調がすぐれないなどのこころの相談、リストラなどにより今後の生活ができないなどの生活相談等、現代生活において誰にでも起こりうる複雑な相談を、1人で抱え込まずに相談をしてほしいという思いの下に、平成22年から「地域自殺対策緊急強化基金」による「包括支援相談」事業の一環で、埼玉県の委託により運営主体を「夜明けの会」、共催・協力団体を「さいたま市」・「埼玉弁護士会」・「埼玉司法書士会」・「埼玉県立精神保健福祉センター」・「埼玉いのちの電話」として実施されています。

2 相談日時・場所・内容

相談会の日時は、原則毎週木曜日、午後3時～午後7時であり、場所はJACK大宮5階です。毎回同じ曜日、同じ場所で実施されています。相談内容は、法律相談、こころの相談、生活相談と分かれています。

3 相談体制

法律相談は弁護士・司法書士、こころの相談は精神保健福祉士、生活相談は社会福祉士と各専門家が相談を受けています。当然、「法律相談」と「こころの相談」と「生活相談」と2つ以上の相談を受ける場合もあります。その場合、各専門家（弁護士・司法書士・精神保健福祉士・社会福祉士など）が1つのブースに入り相談を受けています。

4 相談実績

直近3年間の相談実績推移は、下記の表のとおりです。相談者は、暮らしの相談（法律・生活）のみでなくこころの相談を抱えていたり、逆にこころの相談の中に暮らしの相談（法律・生活）も抱えていたりするケースが多くみられます。また、「こころの相談」は、1回の相談では解決は難しく、数回通って専門家がアドバイスをし、また、専門家と相談者が一緒に解決に向けてその方法を話し合っています。

年度	暮らし（名）	こころ（名）	合計（名）	相談会回数
令和2年度	380	199	579	39回
令和3年度	378	225	603	48回
令和4年度	396	226	622	48回

※暮らし：法律相談と生活相談が含まれる。

※「暮らしの相談」と「こころの相談」両方の相談も含む。

5 相談担当（専門家）の連携

従来の相談体制や各専門家のみでの相談の場合、各専門分野に関する相談者の悩みにしか応えることはできません。例えば法律相談のみであれば、弁護士や司法書士で法律的には解決できます。しかし、多くの相談者には、複数の悩み（例えば多重債務に苦しむ相談者は、眠れない、生活ができない、明日の支払いをどうしよう、など）に対し、法律のみでなく生活やこころの相談も必要とされます。これとは逆に、こころの相談のみでなく法律や生活の相談も必要とされる場合もあります。

従来の相談では専門分野以外の相談が見受けられる場合、良くて紹介先を告げることで終了してしまい、その後の相談者の経過が分からなくなってしまうことがあります。

「暮らしとこころの総合相談会」では、法律相談の中でこころの相談が必要と見受けられた場合、法律家がこころの相談を勧めたり、インテイク（聞き取り）の時に生活・こころ・法律の専門家が一緒（3人）にブースへ入り相談を受けたりすることができます。（※相談者の同意の下）

また、当相談会は各相談担当者（弁護士、司法書士、精神保健福祉士、社会福祉士など）の連携が不可欠であり、専門分野以外の対応を情報交換できる場でもあります。

事例では、本来は「こころの相談」を必要としているとみられる相談者本人が、「法律相談」を希望するといったことが多くあります。相談会の流れは、①受付、②インテイク、③弁護士・司法書士による法律相談又は精神保健福祉士・社会福祉士による、こころ又は生活相談となっていますが、弁護士若しくは司法書士による法律相談でも、相談者に眠れない等があれば『こころの相談も受けてみては』などと「こころの相談」を促し、多くの相談者は、『せっかくだから受けてみます』とこころの相談を受けています。この事例の逆もあり、こころの相談から法律相談や生活相談を受ける場合もあります。相互の相談担当者（専門家）が連携する意識を持つことが必要です。

6 市町村への展開と実施状況

県内でも遠方のため、なかなか相談会には来られない相談者も多く、市区町村単位で小規模ながらもこのような包括的相談ができること、そして、市町村で庁内連携が取れ、相談者の受け皿になることが、身近で気軽に包括的な悩みを解決することにつながるものと感じています。

現在、北本市（年3回）・鴻巣市（年4回）・狭山市（年1回）・桶川市（年12回）にて「暮らしとこころの総合相談会」を実施しています。北本市及び鴻巣市で相談会が始まった契機は、職員研修の依頼でした。まず、ある市民について『なぜ税金が納められないのだろう』・『なぜ生活が苦しいのだろう』と福祉課や税務課が気付き、その件について調査をする中で多重債務の課題が浮かび上がりました。対応について各課が相談しあう中で、庁内で多重債務についての理解を深める必要性に気付き、研修の依頼となったとのこと。実際の職員研修では、司法書士による多重債務問題についての講義のほか、当事者の体験談もお伝えしました。中には涙される職員の方もおり、ぜひ小規模でも市内で相談会を開催したい、との声があがりました。北本市での初開催後は、評判を聞いた近隣等の市からも依頼が入るようになりました。また、市の担当者同士も、広報の方法等を相談する等、良い連携が生まれているようです。

これまでの市町村における開催を通して、次の強みがあると感じています。一つ目は、身近で相談会が開催されることによる利便性です。市で開催する相談会は、ほとんどが満席で、キャンセルも減多にありません。身近で安心して相談できる機会を、住民も多く求めていることが考えられます。二つ目は、複合的な課題を抱えた方にも対応できることです。市で法律相談日を設け

ていながらも、この相談会が高い注目を集める背景に、法律や経済的な問題に限定せず、心身の不調も関連した複合的な相談に対応していることがあります。昨今は相続の相談が急増していますが、親族間でこころの不調を抱えている方がいる場合や、相談者自身が長引く相続トラブルで疲弊している場合などに、当相談会は相談しやすい場となるようです。三つ目は、行政とつながるきっかけになることです。実際の相談には市の職員も同席するため、その場ですぐに行政の支援につながるケースも多くあります。実際に来場した相談者からも『地元で相談できるのもっと実施して欲しい』・『市の方が同席してもらって安心だった』等の感想を頂いております。

7 最後に

当相談会は「法律・こころ・生活」の相談に大別されますが、現在は会社の労働問題、年金の悩みなど多岐に渡っています。行政・労働団体・民間団体・専門家などは今以上の連携を図る必要があり、包括的に相談者と接し、受け皿的な場所を作ることが今後も求められています。

「暮らしとこころの総合相談会」は、他の都道府県からも注目されており、事務局には、『自分の県でも実施したい』などの問合せがあります。埼玉県では、行政と民間団体・専門家などとの連携が良く取れていることをこの相談会を通じて感じています。今後もこの連携を密に行い、多くの相談者の悩みに応えられる相談会にしていきたいと思っております。

3 令和4年度こども・若者のSOSの受け止め方 講演会開催報告

精神保健福祉部 企画広報担当

令和3年から若者自殺対策の一環として、一般県民に向け講演会等を開催し、多くの人に知っていただく機会となるようにWeb配信をしております。令和4年度は「こども・若者のSOSの受け止め方講演会」と題して、前防衛医科大学校精神看護学教授の高橋聡美先生に『生きづらさを抱えた若者を支えるために～私たちにできること～』というテーマでお話しいただきました。高橋先生は、全国の小中・高校でSOSの出し方について授業をされているほか、自死遺児のグリーフケアにも長く携わっていらっしゃいます。

講演では、始めに、こども・若者たちを取り巻く状況の変化として、「SNS上のいじめの増加」、「感染を避けるための長期欠席者とは別に不登校に至る割合も増加」、「自殺率の増加」、「摂食障害が低年齢化している」などが伝えられました。自殺に関する統計では、コロナ禍前からこどもの自殺者数が増加していたところに、コロナ禍に入り急増したことを確認し、もともと支援が脆弱なところに、心理的社会的な危機が襲うことで、ハイリスクのこどもたちがより追い込まれたと考えられること、さらに、リスクが低かったこどもたちも、ストレスを解消する場の減少や会いたい人に会えないこと、生活リズムの乱れなどにより、リスクが高まったと解説いただきました。また、こどもたちの自殺の原因は、遺書等がなくそのほとんどが不明であるものの、スマホの内容などを解析した結果からは、いじめなどの学校での要因よりも、家庭での居づらさ等の要因が多いと説明がありました。このため、家庭内で、こどもたちの「日常的な生きづらさ（学業・人間関係・進路）の悩み」を聴き適切な対応ができることが、自殺の予防につながるとお話がありました。

高橋先生が、SOS の出し方教育を全国の学校で行った際の子どもたちの感想は、「弱音を吐いていいということが分かった。」ということが多く、その背景には「親に心配をかけたくない」、「(自分の) 評価が悪くなりたくない」といった子どもたちの心情や、子どもたちが弱音を吐いても大人たちは叱咤激励などの関わりをしてしまう現状が窺え、このままでは子どもたちがSOSを出しづらい状況となってしまおうと説明がありました。

その上で、子どもたちのSOSを受け止める関わりについて、「ジャッジしない」、「アドバイスしない」、「ありのままに受け止める」、「勝手に想像しない (決めつけない)」、「相手の情景を見させてもらう」など具体的にお話いただきました。

私たちは、受容傾聴が大事だと理解しているものの、子どもたちの情景まで見ずに、すぐにアドバイスをしてしまい、実は聴くことがあまりできていないのだそうです。今一度、まるっと受け止める、オウム返しをして聴くに徹する、こどもの情景を見させてもらうことが必要とのことでした。

さらに、松本俊彦先生の著書から、リストカットを繰り返し、又は市販薬に依存する子どもたちの背景やその対応方法について、特定非営利活動法人 ASK の動画を用いて、ゲームばかりやっている場合の親子の対話方法についても具体的にお話いただきました。

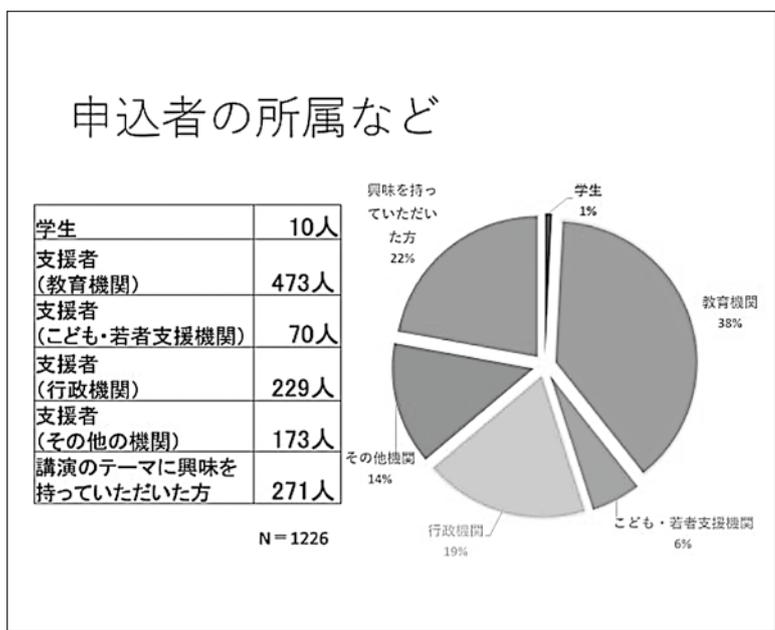
周囲の大人たちは、リストカットや市販薬、ゲームに依存しているこどもの対応に戸惑い「困った人」と感じてしまうこともあると思います。しかし、子ども自身は、日々の生きづらさをそのような行為をすることで何とか踏ん張って生きている「困っている人」として、寄り添い話を聴くことが大切とのことでした。

一人一人の力は限られるけれど、それぞれの立場の人ができることを、「微力ではあっても無力ではない」と続けていくことで、生きづらさを抱えた子どもたちのセーフティネットを強化できるとのことでした。

講演の申込は1,226名にもなり、多くの方に関心を寄せていただけたと思います。内訳としては学校等の教育機関の支援者が最も多く、次いで講演のテーマに興味を持っていた一般の方でした。

アンケートの中には、「子どもたちは、自分が思っていたよりもずっと頑張らなくてはいけなと感じながら日々生きているのだと知ることができました。受容傾聴ができているか、今一度考え直したいと思います。」「専門職だけでなく、保護者等でも聞きやすい内容でした。若者たちにどう接したらいいかヒントがたくさんありました。」といった御意見をいただきました。

自殺未遂やリストカットなどそれぞれの問題に向き合うのは特別な関わりが必要とと思っていましたが、今回の講演を拝聴し日々の丁寧な関わりの積み重ねが大切であると感じました。つつい自分の目線で子どもたちと関わりがちだったことを振り返り、まるっと受け止め、聴くことから始めたいと思います。



みんなねっと埼玉大会 (第15回全国精神保健福祉家族大会)の 御案内

公益社団法人全国精神保健福祉会（みんなねっと）の全国大会が埼玉県で開催されます。精神障害者への誤解・偏見を解消し、家族任せにせず当事者と家族が当たり前で生きていける地域社会を目指し、具体的な体験や実践を通して参加者と共に考えます。

大会テーマ：「家族まかせにしない社会に」

日 程 令和5年10月14日（土）・15日（日）
会 場 RaiBocHall（市民会館おおみや）
主 催 公益社団法人全国精神保健福祉会（みんなねっと）
埼玉県精神障害者家族会連合会（のぞみ会）

詳細はホームページをご覧ください。



令和5年度 今後の研修の御案内

1 精神障害にも対応した地域包括ケアシステム市町村担当者研修（オンライン研修）

日 時 令和5年9月19日（火）午後1時15分～午後4時30分
内 容 法改正等の行政説明、地域精神保健活動の変遷と取組報告
対 象 (1) 市町村の障害福祉主管課、保健センター及び基幹相談支援センター
(2) 各保健所

2 下半期精神保健福祉研修（オンデマンド研修）

日 時 令和5年11月～令和6年1月頃
内 容 メンタルヘルスと精神保健相談、精神疾病等の基本的な理解
※計15講義
対 象 (1) 埼玉県・県内市町村の保健や福祉の相談業務に従事する職員
(2) 県内の精神障害者支援施設職員、介護分野の関係者、訪問看護ステーション職員等

詳細やその他の研修についてはホームページをご確認ください。

