

沖縄精神保健福祉だより

# おきなわ No. 31



沖縄県立総合精神保健福祉センター

〒901-1104 沖縄県南風原町字宮平212-3 TEL:098-888-1443 FAX:098-888-1710

HP : <http://www.pref.okinawa.jp/site/hoken/seishinhoken/index.html>

E-mail : [xx031151@pref.okinawa.lg.jp](mailto:xx031151@pref.okinawa.lg.jp) 発行：平成 30 年 3 月



## 火焰木を支えた気持ちでがんばっています

沖縄県立総合精神保健福祉センター  
所長 宮川 治

当センターの象徴となっていたグラウンドの火焰木(カエンボク)が倒れたため昨年 12 月ついに撤去しました。火焰木は一般的に赤い花を咲かせますが、この木は黄色い花を咲かせ更に大木なので専門家からも注目されていました。当センター印刷物に何度も登場したので覚えておられる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。撤去直前には職員総出で大木を惜しみつつその幹を支えるスタイルで記念写真を撮りました(右上の写真です)。グラウンドは寂しくなりましたが、事業の方は目白押しです。

平成 29 年度の当センター重点事業を列挙します。

### ① 依存症対策

作業療法と認知行動療法を組み合わせた依存症ショートケア 1 クール 20 回を 2 クールを実施しました。徐々に成果が現れていますので、更に実績を積んで県内医療機関に広めていく予定です。

依存症対策は一つの機関だけで完結するものではありません。医療機関、保健所等の公的機関、施設、自助グループの連携があってこそその成果を得ることができます。その一助として、アディクションフォーラムや支援者研修会を開催しました。

### ② ひきこもり対策

平成 28 年 10 月にひきこもり専門支援センターを開所してから、相談件数がうなぎ上りに増加しました。新聞・テレビで報道された後の数日

間は相談の電話が通じない状況が生まれました。相談以外に研修会や事例検討会を開催するなど地域での啓発活動及び支援者を支える活動を行いました。

### ③ DPAT(災害派遣精神医療チーム)体制整備事業

一昨年は熊本地震に沖縄県DPATを派遣しました。災害時に迅速かつ適切に対応出来る体制整備の必要性を改めて感じています。今年度は県内で災害が起こった場合訓練や研修、またマニュアル改訂作業を行いました。今後も各関係機関との連携、体制整備を進めていきたいと考えています。

### ④ それ以外の事業

自殺対策、自死遺族支援、思春期対策、精神科救急医療情報センター、地域移行・地域定着支援などの事業を継続展開しました。常時電話相談や来所相談にも対応しています。

また、退院請求、処遇改善請求、自立支援医療、精神障害者保健福祉手帳認定等の法定業務も行っています。

事業の詳細は次項以降をご参照下さい。

4 月からは所長 3 年目となります。精神保健福祉は限られた専門家だけではできないことを痛感しております。3 年目は更に広く協力関係を築いていくつもりです。火焰木を支えたときのように職員一同心を一つにして「こころ安らぐ沖縄県」を目指してがんばります。

## 薬物・アルコール依存症ショートケアの取り組み

薬物・アルコール依存症と診断された方に対して、認知行動療法に基づく治療・回復プログラム等によるリハビリテーションを実施し、社会参加及び生活の質の向上を図る目的で行われています

### ◆ 対象者 ◆

薬物・アルコール依存症と診断された方。概ね18歳以上の方

### ◆ 実施日 ◆

毎週木曜日 9:30～12:30  
第1期:4～9月/第2期:10月～3月  
1クール20回・年間2クール

### ◆ 内容 ◆

前半：作業療法（陶芸、革細工、  
ヨガなど）  
後半：認知行動療法（SMARRP）  
を用いた学習とミーティング

※SMARRP=物質使用障害治療プログラム



飲酒カレンダー



### ◆ ショートケアの参加動機 ◆

お酒の力を借りずに、コミュニケーションが取れるようになりたい

アルコール依存症から回復したい、  
薬物依存から回復したい

お酒をやめ続けるための知識が欲しい、  
普通の生活がしたい



### ◆ 修了者の声 ◆

#### ◆ ショートケアに通う前後で気持ちに変化はありましたか？

お酒をのまないように心がけることができた。  自分自身と向き合うことができ、過去の自分を受けとめ 未来へ明るく過ごしていこうという気持ちになれた。

#### ◆ SMARRPを学んだことで、生活リズムに変化がありましたか？

スリップ（再使用、再飲酒）が減った。生活リズムが少し良くなった。  
 自分の飲酒に繋がる行動パターンが少し理解できた。

#### ◆ 回復者（回復施設職員）との交流は役に立ちましたか？

過去をストレートに発言し、立ち直っている人の話を聞き「自分もこうなりたい」と思った。

#### ◆ 作業療法を通して気づきはありましたか？

酒以外のリフレッシュ方法が学べた。  新たな趣味の発見ができた。

#### ◆ ショートケアに対する感想

止めたいという気持ちがあれば！  同じ仲間と勉強していくので新たな自分に出会えた。  
 人それぞれ病気の強弱や悩みは違うが、依存症の基礎から学ぶことができとても良かった。



## アディクション連絡会議

平成13年より始まり、相談機関の件数報告、関係団体の活動実践報告、事例検討、情報交換を行っています。平成28年度からは、要望により年2回開催しています。

内容

平成29年度	「回復施設の活動報告」（依存症回復施設）
7/19(水)	「臨床現場における依存症支援」（精神科クリニック）
11/15(水)	「IR実施に向けた法整備とギャンブル依存」（NPOリカバリーサポートネットワーク）

参加団体

精神科医療機関/市町村/県衛生業務課・地域保健課/保健所/女性相談所/児童相談所/  
男女共同参画センター/県警/青少年センター/家庭裁判所/保護観察所/刑務所/少年院/  
女子学園/少年鑑別所/更生保護団体/いのちの電話/クレサラ貧困被害をなくす会/  
アディクション自助組織（沖縄県断酒連合会、沖縄県断酒協議会、NA沖縄エリア、  
ナラノン、ギャマノン）/回復施設/障害福祉サービス事業所 【約50機関・60名程度】



## ひきこもり専門支援センター

ひきこもり相談、ひきこもり支援に関する普及・啓発、地域の支援者との連携を行っています。

### 相談・支援

ひきこもり相談では、電話、来所(面談)、手紙、同行支援、訪問支援等、様々なかたちの支援を実施しています。開所した平成28年10月からの1年間で相談延べ数は1,228件です。



### 家族教室を実施しました

相談中の家族を対象に、ひきこもりについて学ぶための家族教室を実施しました。前半はひきこもりに関する講話や体験談、後半はCRAFTに基づいたワークに取り組みました。

開催日	内容	参加家族
第1回 7月5日	①講話「ひきこもりとは」講師:心理士 ②ワーク「家族自身の行を振り返る」	9家族13人
第2回 8月2日	①講話「ひきこもりの長期化と心の病気」講師:所長 ②ワーク「気になる行動と望ましい行動」	17家族28人
第3回 10月11日	①講話「ひきこもり当事者の体験談」 ②ワーク「ポジティブなコミュニケーションスキル」	22家族32人
第4回 11月8日	①講話「家族(家族会会員)の体験談」 ②ワーク「家族自身の生活を豊かにする」	17家族25人

### ひきこもり ケア

ひきこもり専門支援センターで相談を受け、当センター所長が診察し、通所を必要と認めた方を対象に、毎週火曜日に実施しています。

### ひきこもり支援 地域連絡協議会

地域の支援者向けに、ひきこもり支援に関する講話、事例検討等を実施しています。今年度は、八重山地区、宮古地区、北部地区で開催しました。

## 地域移行・地域定着支援者研修会 H29.12.7



山形県立保健医療大学  
保健医療学部  
准教授 安保寛明 氏

テーマを「実践から学ぶ地域移行の鍵」とし、岩手県の「未来の風せいわ病院」で地域移行を実践された安保先生にご講演頂きました。

地域移行は、精神科に入院している患者さんの人権に関わる大切なテーマですが、実践に移すとすると困難に捉えられがちです。

高齢化が進み、何もしなくともベッドが減少していく時代に入った背景、病院経営にも関わる内容に触れ、地域移行をどう進めたのか、周囲の反応や様子を交えて具体的にイメージしやすい内容でお話し頂きました。地域移行は楽しむこと、チームメン

バーは職種よりも個人的な魅力やストレンクスが重要であること、退院してしまうと楽ではないが楽しみが待っていることを伝えること、長期入院の患者さんにとって退院は引っ越しである等、大切な視点を教えて頂きました。講演後の座談会にも多くの支援者にご参加いただき、迷いはありながらも真摯に取り組まれている様子を垣間見ると共に院内で研修会を開催する計画が立った等、具体的な反響も聞かれ実りの多い研修会となりました。



参加者59名・17病院・9機関  
医師・看護師・PSW・OT・  
心理士・保健師 等



### 医療機関の地域移行をやった方がよい理由！

- 理由1: 精神科の入院患者の年齢は上昇傾向、新規入院患者数は減少傾向にある  
→いつかは病床数を減らさないといけない
- 理由2: 地域移行した方が好意的な視線でみられるようになるので、職員も働きやすくなる
- 理由3: 楽しい (講演資料より抜粋)



# こころの掲示板



## 薬物・アルコール依存症 ショートケア

毎週木曜日 9:30~12:30  
 会場：当センター デイケア室  
 費用：医療保険・自立支援(精神通院)適用  
 内容：作業療法・認知行動療法(SMARPP)  
 1クール20回(どの回からでも参加可)  
 依存の問題から回復したいと願う方を応援するため、回復支援プログラムを用いて回復へのサポートを行っています。

◆問合せ先：098-888-1443 (相談指導班)

## ひきこもり 専門支援センター

098-888-1455(専用電話)

電話相談 月~金(土日祝祭日等を除く)

10:00~12:00

13:00~16:00(※来所は要予約)

ひきこもり状態にある、ご本人・ご家族、関係機関の支援者からのご相談をお受けするとともに医療・保健・福祉・教育・就労などの適切な関係機関におつなぎします。

その他、地域の支援者を対象に事例検討会や研修会、関係機関との連絡協議会の実施、情報発信も行っています。

## こころの電話相談

098-888-1450

月・水・木・金(土日祝祭日等を除く)

9:00~11:30

13:00~17:00

こころに関するご本人・ご家族からのご相談を、専門の電話相談員がお受けしています。

全国統一こころの健康相談ダイヤル

0570-064-556

## 自死遺族の 「分かち合い」の会

毎月第3土曜日

14:00~16:00(受付13:30)

会場：当センター デイケア室

費用：200円(茶菓子代)

大切な人をなくされた方を対象に分かち合いの場を設けています。

直接会場へお越し下さい(予約不要)

◆問合せ先：098-888-1443 (相談指導班)

## 精神障害者の 退院請求・処遇改善請求

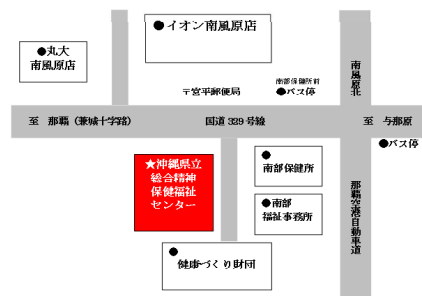
098-888-2978(専用電話)

月~金(土日祝祭日等を除く)

8:30~17:15(昼休みを除く)

県内の精神科病院に入院中の方又は、その家族等から退院等の請求に関わる電話相談として、専用電話を設置しています。詳しくは入院中の病院の職員又は当センターの代表電話へお問い合わせ下さい。

## 沖縄県立総合精神保健福祉センター



〒901-1104 沖縄県南風原町字宮平 212-3  
 TEL:098-888-1443/FAX:098-888-1710  
<http://www.pref.okinawa.jp/site/hoken/seinhoken/index.html>



来所相談の必要な方は、上記の「こころの電話相談」にて、ひきこもり相談については、「ひきこもり専門支援センター」にて、ご予約下さい。

