

特集

「心の健康を支える専門職Ⅱ」



「2024 辰」

毎年恒例のオリジナルカレンダーの表紙を飾る干支のちぎり絵です。新聞広告を細かくちぎり、色を合わせながら仕上げました。完成には多くの人の手と膨大な時間がかかっています。

養南病院の作品



「創作作品」

革細工、ソーイングなどのプログラムで作った作品です。実用的でありながらも自分だけのオリジナル作品はどれも魅力的です。



「夏野菜」

絵手紙と書道がコラボしてできた作品です。書道は講師に手本を書いていただきました。文字の形も野菜の形に見えませんか？



「春らんまん」

折り紙アートで満開の桜を表現しました。



「お手軽キッチン」

調理実習で作ったひなまつりのごちそうです。かわいらしくできました。

特集1

能登半島地震の被災地支援について（1）

のぞみの丘ホスピタル看護師 土松史明

令和6年1月1日に震災が起き、すぐに看護協会から、被災地支援のための看護師が募られました。

当院からは、私含め2名の看護師が、災害支援ナース第2班として、1月9日から1月12日までの4日間、穴水総合病院へ病棟支援（病棟の一般業務対応）として派遣されました。

被災地では、災害急性期の時期でもあり、看護をするにも思うようにいかないことが多々ありました。例えば、病棟は、地震によりひびが入っていたり、段差ができている所もあり、大きな段差は板などを敷いてその上を歩くような状態でした。

当時のライフラインは、電気は通っていましたが、水が完全に止まっていました。断水による影響は考えていたよりも大きく、水が出ないだけでなく、汚水が流せないということは非常に困難な状況でした。流せないトイレへの対応として、洋式トイレの便器に、ビニール袋に入れられたオムツや尿とりパットが敷いてありました。私たちが派遣された日からは、病院敷地内に仮設トイレが設置されました。しかし、利用する方が多くて、一言で言うと、「すごく汚い公衆トイレ」のようなトイレに、すぐになりました。もちろん手は洗えないので、手指消毒で済ませることとなります。

入院患者の皆さんは、身体機能が低下されている方が多く、ほとんどの方は仮設トイレを利用することは出来ない状況で、トイレを使用するのは、病院職員や病院内に避難された方、または病院周辺の近隣住人の方々でした。また、食事については、水がないのでもちろん、調理して通常の食事を提供することはできません。ほとんどの食事が支援物資によるレトルト食品やフルーツでした。嚥下問題がある方には、市販の流動食など支援物資の限られたもので対応している状況でした。

また食後の口腔ケアに対しては、水道が使えないため少量の水とマウスウォッシュを準備し、それによる口腔清拭を行なう程度となっていました。被災後すぐの状況では日常の保清ケア等、全てが制限されており、提供してあげたいことは何一つ十分にできないというのが災害中のケアであると、しみじみ感じました。

それから、病院は近隣地域の避難所にもなっていたため、外来の廊下や椅子にも避難者の方々がたくさんおられました。今回は、病棟支援として派遣されたため、そういった方々の対応は出来なかったのですが、本当は、避難されている皆さんにも公衆衛生や身体的・精神的支援が必要なのではないかと感じました。しかし、なにせ災害急性期であり何もかもが不足している状況であるため、手が回らず、病棟の命を守ることが精一杯であり、支援の限界というものを感じました。

精神科看護師として考えたことは、入院患者様はもちろんですが、現場で働くスタッフへの精神面のフォローが重要だということです。現地スタッフの方々も被災されており、そのショックも冷めやらぬ中で連日の勤務、マンパワー不足、家や家族への心配、今後の不安などにより、表情は暗く、気持ちに余裕がない状態のように感じました。

私たちの派遣期間は4日間と短かく、被災直後であったため、直接関わりを持ち、時間を取ってお話をうかがう等の精神的ケアは出来ませんでした。とにかく現地スタッフの負担を軽減することが第一と考え、日々の業務にあたりました。なかなか手が回らない中で、どれだけ負担を減らせたのかはわかりませ

んが、共に働くことで、少しでも現地スタッフの支えになることができたと思います。

また、私たちは4日間で帰りますが、置き去りにされるのでは、このまま取り残されるのでは、という孤独感・孤立感を与えないよう、私たちの派遣終了後には別のチームが来て、途切れることのない支援が受けられるということを伝えることが大切だと思いました。その上で、私たちは、次のチームにしっかりと引継ぎをして、「支援を繋いでいく」ということが重要な事だと感じました。

特集2

能登半島地震の被災地支援について（2）

地域生活支援センターひびき 精神保健福祉士・相談支援専門員 石川直央

私は、日本相談支援専門員協会等専門職が行う「誰も取り残さない被災者支援プロジェクト」にて、令和6年2月26日～29日の4日間、金沢市に派遣されました。

能登の被災地に直接赴くのではなく、金沢市役所内の基幹相談支援センターを拠点にしての活動です。この時点で金沢市に避難されている約2,000人の方のうち約200人程が、障害を持っておられる方々とのことでした。避難生活の中で、障害を持ちながら誰にも相談できず孤立している方がみえる可能性もあるため、基幹相談センター職員3名で、対象者のアセスメントを行うこととなったそうです。しかし、金沢市も被災しており、余裕のない状況の中「誰も取り残さない被災者支援プロジェクト」に応援を募ったとのことでした。アセスメント期間は2週間で、私はそのうちの4日間活動させて頂き、現地の方と共に、避難所への訪問や電話などで様子をおうかがいしました。

基幹相談支援センターの方によると、一地区丸ごと避難されている所もあり、ご近所に隠してきた障害がばれるのではないかとおびえたり、困りごとを言えず抱え込んでいる方もいらっしゃることで、実際にお話をうかがうと、最初に「私は大丈夫です。他のもっと大変な人の所に行ってあげてください」と言われる方が多いのが印象的でした。そこから先、どのようにお話をうかがったら良いか、どうしたら想いを話して下さるのか、常に悩みながらの活動でした。

避難所では、様々な支援者が、「必要なものはないか」「体調はどうか」等、色々な声かけを行っています。しかし、障害を持つ方の中には、「そこでは話せない」という方もおられます。私達専門職に声をかけられて、「初めて話げできた」と言って下さる方もおられました。

また支援者から、「障害のある方含め一家で避難してみえ、全員が引きこもって昼夜逆転している。心配だがどう声をかけて良いかわからない」と言われている方もみえました。その一家にお話をうかがうと、障害のある方は落ち着いて過ごされており、昼夜逆転に見える生活には彼らなりの考えがあった事が判明し、周りが胸をなでおろした、ということもありました。

災害後2ヶ月近く経ってようやく金沢に避難されて来た方のお話もうかがいしました。どうしてよいかかわからず、がれきの中で何とか生活していたら、支援者から声をかけてもらい、金沢の避難先を確保してもらえたということでした。被災地でも、行政の方や私たちと同じプロジェクトの方が、誰か取り残されていないか、一軒一軒訪問してお話をうかがう活動を行っています。数ヶ月も耐え忍び、声をかけられてようやく助けを求められる方もいらっしゃるのだと実感しました。

やりがいを感じる一方で、継続してお話を聞ける訳ではないので、根掘り葉掘りおうかがいし過ぎるの

も無責任であると感じることもありました。「今お聞きした情報をしっかり基幹の方に伝える」こと、「支援者から声をかけられた際は、ぜひ今回のように心を開いてお話してください」と言うのが精一杯でした。

活動の中で最も考えたことの一つは、『現地の支援者の方々をどう支えたら良いか』です。現地の支援者は自らも被災しており、大変な状況の中で連日活動されています。事態は常に変化し、混乱状態です。ぎりぎりの精神状態の中で活動し、さらに、外部から来た支援者への対応もしなくてはなりません。どうすれば現地の方の負担にならずに支援を行えるのか…。現地の方の背中を支えるイメージで、存在感を消しつつも、必要なタイミングを見逃さず動くことが大切だと感じました。実際は全くできませんでしたが…。

また、今回の派遣で、つなぐことの大切さを実感しました。派遣された支援者はいつか帰りますが、また次の支援者につながり、途切れることはありません。支援者がつながり続け、存在し続けること。寄り添い続けるからこそ、困った時に思い切って相談できるのかもしれないと感じました。

特集3

「希望に寄り添う“つなぐ”支援～相談支援専門員の立場から～」

相談支援事業所ハートブリッジ 相談支援専門員 松田 孝

障害者総合支援法の施行に伴い、障がいを抱える方が利用することのできる福祉サービス事業所も少しずつ増えてきました。現在、障害福祉サービスの利用にあたり、計画の作成が必要とされており、相談支援専門員がその役割を担っています。

今回は、こころの健康を支え、福祉サービスをつなぐ専門職である“相談支援専門員”についてご紹介したいと思います。

相談支援専門員は、障がいを抱える方本人やその家族が障害福祉サービスを活用できるように事業所とつなげたり、生活全般に対する悩みの相談を受けて情報提供や助言を行ったりする職業です。

「障がい」と一括りに言っても、その症状や状況は人それぞれであり、どんな支援サービスが適しているか、どんな支援が必要になるのかをご利用者やその家族が判断するのは困難な場合があります。そのような時に、相談支援専門員が障害福祉サービスに関することをはじめ、住まいや地域生活といった暮らしに関することなど、さまざまな相談に応じ、ご利用者とその家族が安心して生活できるようにサポートを行います。

相談支援専門員の具体的な仕事内容としては、「基本相談支援」「計画相談支援」「地域相談支援」「障害児相談支援」の4種類があります。中でも、障がいのある人やその家族が悩みや問題を抱えているとき、相談に乗り必要な障害福祉サービスへとつなぐためのサポートをするのが、「計画相談支援」です。

ここからは、私が相談支援事業所で働く相談支援専門員としての職務についてお話いたします。当事業所では、主に18歳以上の精神障がい者の方を対象としており、その中で私は、基本相談、福祉サービス利用について計画の作成やモニタリングなどを行っております。

具体的な関わりとしては、精神科病院からグループホームなどへの入所系福祉サービスの利用や、就労継続支援A型などの就労系福祉サービス、居宅介護等の訪問系福祉サービスの利用などがあります。

それらの障害福祉サービス利用にかかる計画書を作成、定期的なモニタリング（振り返り）を通し、現在利用されているサービス等が、ご本人様の希望される生活に近づいているのか、ご本人や家族、関係機関からお話を伺いながらサービスを調整するサポートを行っております。

ご本人が利用されている福祉サービス事業所、申請手続きなどは、行政窓口担当者等と情報を共有しながら、状況によって、特別支援学校や民生委員、病院の相談員などとも情報共有を行い、連携を図ること。また、障害児サービスから障害者サービス、介護保険サービスへの移行など、様々なライフステージに寄り添いながら他職種と連携を行っています。

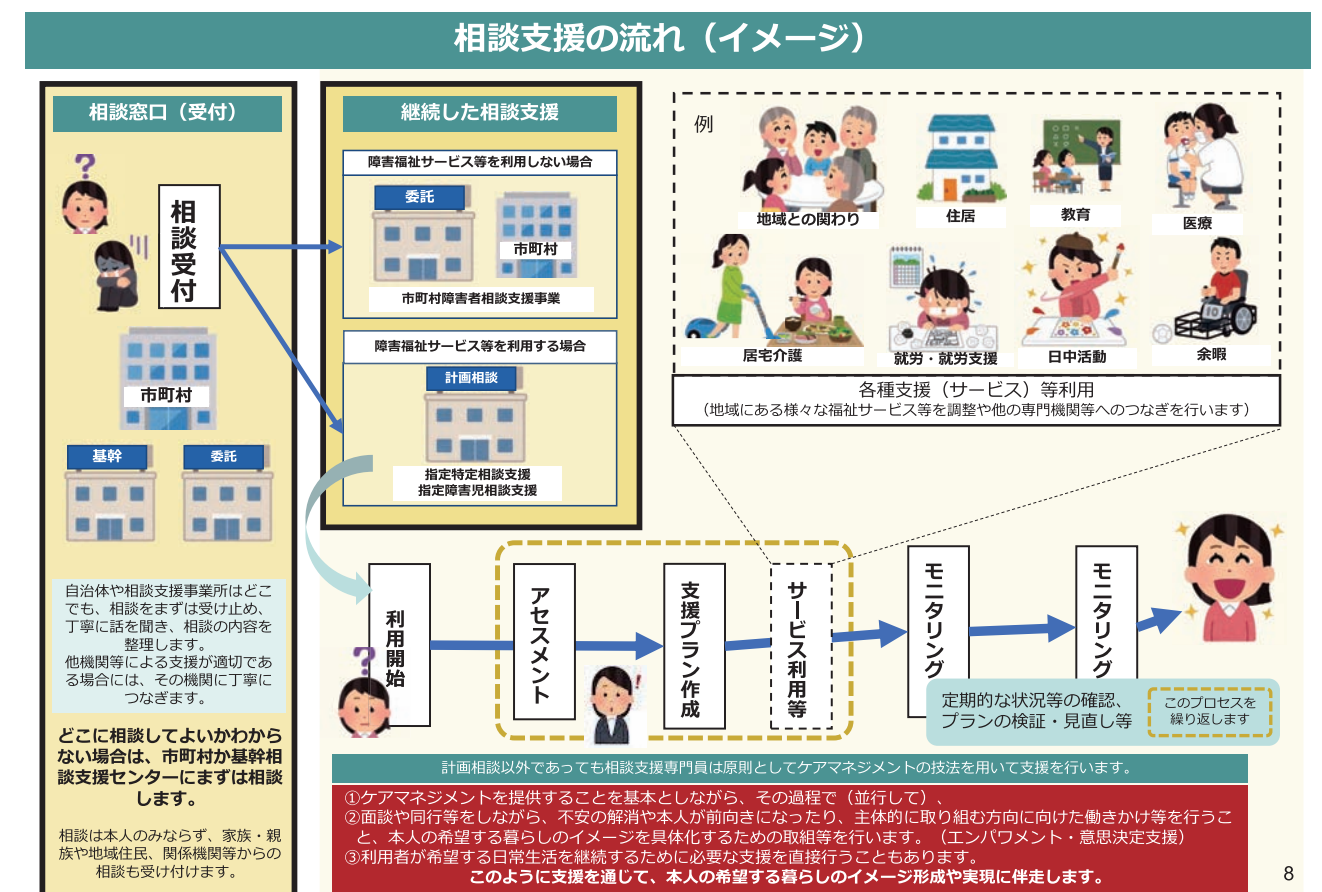
安定してサービスを利用されてみえる方、体調不良や、生活環境の変化によりサービスが利用出来ない方、不安など電話をかけてくださる方、夢や希望を語っていただける方など色々な方がみえます。

私は相談支援専門員として、「ご本人の言葉を聴かせていただく」ことを大切にしています。一緒に悩み、ただただ話を聴かせていただくことも多くあります。

その話の中に出てくる、希望や不安などの言葉を一緒に整理し課題を解決するために、障害福祉サービス等につなぎ、ご本人を中心として、福祉サービス事業所などの関係機関がそれぞれの役割を持ち、共有しながら取り組んでいきます。それは、一時的な関わりではなく、継続した関わりの中で、こころの健康にも配慮を行いながらサポートを行っています。

最近、「にも包括（精神障害にも対応した地域包括ケアシステム）」や、伴走型の支援というワードが相談支援の現場でも語られるようになってきました。

今回、一人の相談支援専門員として紹介させていただきましたが、「相談支援専門員」について興味を持っていただけると幸いです。



出典：厚生労働省 社会保障審議会障害者部会 第127回 資料1「障害者の相談支援等について」 P8

特集4

今日という一日を支える存在に

社会医療法人 緑峰会 養南病院 本田仁美

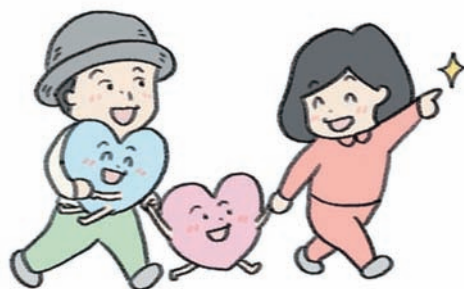
私は単科の精神科病院に勤める精神保健福祉士（以下、PSW）である。この職業に就いて早十数年…振り返るとあっという間に、ただただ目の前の業務を必死にこなしてきたように思う。今回「心の健康を支える専門職」というテーマで依頼を受け、何を書いているのやら…法律や制度など小難しいことは苦手だし…と頭を抱えているが、私なりのPSW像や日々の業務の中で感じていることをありのままに書きたいと思う。

みなさんは「精神保健福祉士」についてどんなイメージをもっているのだろうか。これまでにPSWと関わりがある方はイメージしやすいかもしれないが、「相談にのってくれる人」「制度や福祉サービスについて教えてくれる人」など、問いかけたら様々な答えが返ってきそうである。PSWが働く場は医療機関や障害福祉サービス事業所・行政機関・司法施設など多岐に渡り、機関によってPSWが担う具体的な業務は異なると思うが、共通して言えるのは「安心・安定した地域生活（に向けた）を支える福祉の専門家」ではないかと思う。

そんな私は現在精神科デイケアで、利用者の方々と軽スポーツや創作、調理などのプログラム活動を行ったり、世間話や時には相談にのったりとあっという間に過ぎる毎日を送っている。あくまでも当院のデイケアの場合だが、職種の専門分野に捉われず多種多様なプログラム活動やイベントを計画して行っている。時には、利用者の方々との本気のカラオケや卓球対決が決まると、それに向けて通勤途中の車中で歌の練習をしたり業務後に卓球の練習をして本番当日を筋肉痛で迎えたり…「いったい私は何をしているんだろう」とふと頭によぎることもあるが、私が一番大切にしていることは“笑顔”“安心かつ楽しく過ごせる”ことだ。綺麗事に聞こえるかもしれないが、日々の関わりのなかで観られる利用者の笑顔や楽しそうな様子、やりとりはなんだかとても温かな気持ちになり、なにより私自身も自然と笑顔になっている。もちろん笑顔でいられることばかりではなく、「本田さんは怖い、厳しい」なんて言われることも時々（しばしば？）あるが…。デイケアには悩み事を抱えていたり病気の症状に左右されたりと体調の優れない利用者もいるが、それでもデイケアに来て「楽しかった」「お話しできて、心が少し軽くなった」「気分転換できた」など、少しでも利用者の方々にとって楽しく安心して過ごせる場をつくれたら…と思っている。

最近、「一日一生」という言葉を知った。一日は一生の短縮版であり、一生は一日の積み重ねでしかないのだから、一日を大切に生きることが、一生を大切に生きることにつながる、という意味である。私が利用者の方々と関わるのはデイケアという場しかなく、利用者の方にとっては一生のうちのほんの一日、一瞬に過ぎない。けれど、一生が一日の積み重ねであるのならば、微力ながらもその一日を支える存在のPSWでありたいと強く思う。

だから、私は今日も笑顔でデイケアに来られる皆さんを待っている。



新着情報案内(機関紙・メンタルレター・会報等)

各県の精神保健福祉協会、あるいは関係する他団体より毎年、機関誌、メンタルレター類が送られてきます。事務局ではそれら刊行物を大切に保管していますが、多くは日の目を見ないままいずれ廃棄処分となってしまいます。そこでぜひとも活用していただきたいと、極一部ですが、内容紹介をさせていただきます。

今回は主に、子どもあるいは思春期・青年期に焦点を当てた論文等を紹介します。いわゆる“コロナ開け”、社会全般に様々な問題が噴出しています。とりわけ子どもにまつわる問題は、多様化、深刻化しているようです。一方そんな中、“こどもまん中社会”実現を旗印に、令和5年4月『子ども家庭庁』が発足しました。

こうした状況を受け福岡県精神保健福祉協会では、特集「こどもまんなかメンタルヘルス」①を組んでいます。福島県は〈心うつくしまフォーラム〉②を「子どもの生きる力を育むために」のテーマで開催し、その記録を掲載しています。不登校の子に関わって「相談」の在り方の基調講演がとても興味深く述べられています。北海道の特集は「新たなる挑戦」③ですが、論文5編中3編は子どもに焦点を当てたものです。最近注目されている「ヤングケアラー」の問題も取り上げています。さらに山梨県の特集「多様性と同調圧力のはざままで」④も4編全てが子ども・家庭の問題を取り上げています。家族、とりわけ親子の在り方を取り上げたものが注目されます。

九州大学黒木教授①は、DSM-Ⅲの登場により、子どもの精神医学の研究が著しく進歩をしたと紹介しています。さらにニュージーランド ダニーデン市で行われたコホート研究（注：コホート研究については宮下光弘先生がぎふ精神保健福祉Vol.60で紹介されています）を基に、小児期から成人期に至る過程で連続的に発症しており、将来予測の可能性、また同時に大人の精神疾患について、子ども時代にさかのぼって調べてみることの重要性を説いています。一方、のぞえの丘堀川直希病院長①は「母子健康保健から青年期の精神保健まで含めた連続したサポート体制構築が不可欠」と提案されています。

「日本精神科病院協会雑誌」でも、Vol.43 No.5で、「地域における児童・思春期精神科医療の今」と題し、子どもに焦点を当てた特集が組まれています。

～協会への寄贈図書（一部）～

〈各県精神保健福祉協会機関誌〉

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| ① 福岡県「ふくおか 精神保健 第69号」 | ② 福島県「ふくしま 心の健康 No56」 |
| ③ 北海道「心の健康 第148号」 | ④ 山梨県「せいしんほけん 第59号」 |
| ⑤ 愛媛県「ぷらっと Vol.66」 | ⑥ 徳島県「めんたる・へるす 第72号」 |
| ⑦ 神奈川県「YAMAYURI No.89号」 | |

〈その他〉

- ・「日本精神科病院協会雑誌 Vol.43（月刊）」日本精神科病院協会
- ・「会報 2022年号」全国精神保健連絡協議会

入会のご案内

岐阜県精神保健福祉協会は会員を募集しています

- ◆活動目的 岐阜県における精神保健の向上を図り、県民の福祉を増進すること
- ◆事業 ころの健康フェスティバルの開催
講演会の開催
機関誌の発行
メンタルレターの発行
※会員の方には、上記の催物のご案内と機関誌等を無料配布いたします。



- ◆会費 個人会員 1,000円
団体会員 精神科病院協会所属の精神科病床を有する病院
病床数×1,000円
総合病院、一般企業、福祉法人、任意団体、精神科クリニック等
5,000円～10,000円

- ◆入会の方法 メール、電話、FAXでお申し込みください。
入会申込書をお送りします。(ホームページからダウンロードすることもできます)

★会員の方で住所変更等がありましたら、事務局までご一報ください。

機関誌の原稿を募集しています

本誌では、次号に掲載する原稿を広く募集しています。研究論文、実践報告、随筆、感想文などの形式は問いません。

協会事務局までお気軽にご連絡ください。

岐阜県精神保健福祉協会事務局

〒500-8385 岐阜市下奈良2-2-1

岐阜県福祉・農業会館3F

TEL&FAX (058) 273-5720

E-mail: seisinhoken-ni@friend.ocn.ne.jp

URL: <https://www.seisinhoken.sakura.ne.jp>



令和5年ころの健康フェスティバル芸術展