



シラカバ

# SAITAMA 精神保健福祉だより



〒362-0806 埼玉県北足立郡伊奈町小室818番地2

- ・埼玉県メンタルヘルスセンター  
(埼玉県立精神保健福祉センター) TEL 048-723-3333 (代表) FAX 048-723-1550  
ホームページ <http://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/b0606/index.html>
- ・埼玉県立精神医療センター TEL 048-723-1111 (代表) FAX 048-723-1550  
ホームページ <http://www.pref.saitama.lg.jp/seishin-c/>

## CONTENTS

- (1) 『生きづらさ』にどう寄り添うか  
～越谷らるごの実践を通して、ひきこもりについて考える～ 1  
草加保健所 保健予防推進担当
- (2) 埼玉県ひきこもり相談サポートセンターが開設されました… 3  
企画広報担当
- 2 専門看護師・認定看護師の活動について …… 4  
精神医療センター 精神専門看護師 矢内 里英  
精神科認定看護師 青柳 雄三
- 3 公認心理師法について …… 5  
埼玉県臨床心理士会 会長 枝久保 達夫
- 4 (1) 障害年金の初診日を確認する方法が広がりました …… 7  
企画広報担当
- (2) 精神障害者福祉手帳の体裁変更等について …… 8  
審査担当

No.87  
平成27年12月

※当たよりは、埼玉県メンタルヘルス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。(http://www.pref.saitama.lg.jp/b0606/tayori/index.html)

## 1 (1) 『生きづらさ』にどう寄り添うか

～越谷らるごの実践を通して、ひきこもりについて考える～

草加保健所 保健予防推進担当

### 1 はじめに

平成27年11月9日(月)、草加保健所が主催し、ひきこもりの理解と対応について学ぶ機会とするために、上記のタイトルをテーマとした公開講座を開催しました。当日は、ひきこもりを経験した当事者、ご家族、若者自立支援や保健・福祉分野の支援関係者など、42名の参加がありました。

講師として、NPO法人越谷らるご理事長の増田良枝さん、相談員の木村さん、ボランティアとして関わる中島さんをお迎えし、越谷らるごの実践報告と、当事者、ご家族の立場からの体験報告を伺いました。

以下は、公開講座の内容について紹介します。

### 2 越谷らるごについて

越谷らるごは、1990年に開設した不登校の子どもたちが集まる場「フリースペースりんごの木」を前身として、2001年に設立されました。現在、越谷らるごが運営する「フリースクールりんごの木」は、小学校3年生～20歳の方が利用しています。そうした活動を経て、20歳を超えた方の居場所を求める声が挙がり「ほっとりんご」が始まりました。

「ほっとりんご」は、『生きづらさを抱えている20歳以上の人』の居場所として、月2回の夕方(18時～20時)に、ゲームや料理・スポーツ・カラオケ・茶話会など様々な活動を行っています。その他、親の相談や学習会・講演会の開催もしています。

そして、平成27年11月2日からは、埼玉県の委託を受け、「埼玉県ひきこもり相談サポートセンター」の運営を開始したところです。

### 3 大切にしていること

「寄り添う」「ともに生きる」という理念のもと、当事者の状態をそのまま受けとめることを考えます。相手のことと状況を「分かりたい」という思いから関わりを始めるので、評価したり、責めたりはしません。

### 4 ひきこもり状態をどう受けとめるか

家族がひきこもりになったとき、親の思いとしては、「なぜ自分の子だけ…」と感じることは避けられないかもしれませんが、他者と比べることで本人が孤立していくことがあります。本人には家族の一員として関心を示し続け、本人が何かを「する」か「しない」かよりも、本人で「在ること、居ること」そのものを受けとめようとしています。もちろん、家族が受けとめることが出来れば良い訳ではなく、ひきこもりは社会全体の問題でもあります。

長期化しそうな場合は、家族の生活の質（QOL）を考えます。お互いが気分良く生活するためにはどうするかを考えると、やはりコミュニケーションが大切です。孤立させないという意味でもこれは重要ですが、大変難しいことでもあります。一緒に悩んでいこうという姿勢、家の中でまずどう気分良く過ごせるかを考えること、言葉だけでなく相手の発する何かを受けとめようとする、ヒントになるかもしれません。相談支援者の方には、本人と家族の両者のあり方を支えて欲しいと思います。

就労や社会参加に関心を示し始めたときは、外部の支援機関に「つなぐ」ことを考えます。外につながるチャンスですが、周囲は先を急がず、控えめに関わるようにします。

もし精神科受診を考える必要があるときは、家族は支援者と相談しながらタイミングを考える必要がありますが、そのためにも、まず家族が相談機関の情報を得てつながってみることは役立ちます。家族もまた、孤立しないことが必要です。

### 5 「見守る、待つ」とは

家族にとって、待つことはとても辛いことです。何もしないというのではなく、コミュニケーションを工夫してみると同時に、受けとめられない家族自身のあり方や価値観を振り返ることも必要かもしれません。子の悩みを親は全て知らないし、知らなくて良いと思います。「人との関係をどう作っていくか」ということが大切です。

### 6 体験報告と意見交換

木村さん（家族の立場から）：娘さんの不登校・ひきこもりについて、最初に感じた戸惑いと「なぜ学校に行かないの？」という思い。出口の見えないトンネルにいるような中、親の会などで気持ちを分かち合いながら、ご自身と家族について振り返り、向き合ってきたプロセスを丁寧に語って下さいました。家族のストレス対処方法は？との質問には、「苦しかった時でも、美味しいものを食べて美味しいねと言いあえる仲間がいたことが良かった」と。

中島さん（当事者の立場から）：小学校時代に不登校に。フリースクールに通い、高校卒業した後、数年間は家での生活が続いたという経験を、飄々とした語り口でお話しして下さいました。現在は病院で調理の仕事に就きながら、ボランティアとして越谷らるごとの関わりを続けられているとのこと。「今思うと、らるごは居場所になっていた気がする」「意外となんとかなるものです」との言葉が印象的でした。



## 7 おわりに

草加保健所では、管内（草加市・八潮市・三郷市・吉川市）にお住まいの方を対象に、ひきこもり専門相談（臨床心理士による個別相談、毎月実施）、家族の集い（家族の分かち合いの

グループ、隔月実施）を実施しています。今後、越谷らるごが運営する「埼玉県ひきこもり相談サポートセンター」とも連携を深め、支援体制を厚くしていきたいと思えます。

# 1 (2) 平成27年11月2日から、「埼玉県ひきこもり相談サポートセンター」(運営主体:特定非営利活動法人 越谷らるご)が開設されました

企画広報担当

## 埼玉県ひきこもり相談サポートセンター

主として6歳以上でひきこもりの状態にある方、そのご家族、関係者

- 1 所在地：越谷市千間台東1-2-1白石ビル2F
- 2 運営主体：特定非営利活動法人 越谷らるご
- 3 相談体制

(1)対象地域：埼玉県内（さいたま市を除く県内全域）

(2)相談時間：毎週 月・水～土曜日 10:00～18:00

※センターは、毎週 火・日曜、祝日、年末年始はお休みしています。

(3)相談方法

電話 048-971-5613

E-mail center@k-largo.org

来所（原則として、電話・メールで予約をおとりください）

ひきこもり支援に関する県内の相談窓口については、以下のURLもご参照ください。

<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0705/hikikomori.html>



## 2 精神看護専門看護師・精神科認定看護師の活動について

精神専門看護師 矢内 里英  
精神科認定看護師 青柳 雄三

### 1 精神看護専門看護師と精神科認定看護師

精神看護専門看護師（以下：専門看護師）は公益社団法人日本看護協会が認定する資格で、現在全国では207名、埼玉県内には5名が登録されています。精神科認定看護師（以下：認定看護師）は一般社団法人日本精神科看護協会が認定する資格で、全国では611名、埼玉県内には23名が登録されています。認定看護師の役割は、①質の高い精神科看護を実践すること、②精神科看護に関する相談に応じること、③精神科看護に関する指導を行うこと、④精神科看護に関する知識の発展に貢献することがあります。これに加え、専門看護師は教育や研究、調整、スタッフのメンタルヘルスケアなどの活動も行っています。

認定看護師は昨年度までは10領域に細分化されていましたが、今年度から領域が統合されました\*。この背景には、近年の精神医療では多様な課題をもつ対象者が増え、複数の領域の看護実践が求められていることがあります。

\*精神科認定看護師は、「行動制限最小化」「退院調整」「うつ病看護」「精神科訪問看護」「精神科薬物療法看護」「精神科身体合併症看護」「薬物・アルコール依存症看護」「司法精神看護」「児童・思春期精神看護」「老年期精神障害看護」の10領域の専攻領域があったが、平成27年度から専攻領域がなくなり統合された。

### 2 埼玉県立精神医療センターの専門看護師・認定看護師の活動

埼玉県立精神医療センター（以下：当センター）では、現在、1名の専門看護師と7名の

認定看護師の計8名が活動をしています。専門看護師は、認定看護師の活動を統括しながら、スタッフに対しての教育、研究指導、メンタルヘルスケアなどを主に行っています。認定看護師も患者さんのケアを行いながら、患者さんやご家族、スタッフ、関係機関からの相談を受けています。当センターのように、これだけの人数の専門看護師と認定看護師が配置されている施設は全国でも稀です。しかし、多く配置しただけで病院の看護の質が上がるわけではありません。今年度から、当センターの専門看護師・認定看護師は、より効果的に活動ができるように活動方法を変えました。

専門看護師や認定看護師は、自分の所属する病棟で活動をする「病棟配置の認定看護師」、すべての病棟をラウンドしながら横断的に活動する「横断専門・認定看護師」に分かれています。病棟配置の認定看護師は病棟内で患者さんにケアを行いながら、患者さんやスタッフからの相談に応じます。また、個別の相談だけでなく、病棟全体で抱えている課題にも率先して取り組んでいます。相談の内容によっては、他の専門看護師や認定看護師のコンサルテーションにつなげます。横断専門・認定看護師は、すべての病棟をラウンドし、患者さんやスタッフに声をかけながら、コンサルテーションにつなげた方がよい事例がないかを確認しています。また、各病棟の動きを把握して、個別事例だけでなく病棟全体が抱える問題も見ていきます。

当センターのこの活動方法のメリットは、コンサルテーションを受けたほうが良い事案を埋もれさせないことです。以前の当センターを含め、多くの病院における専門看護師や認定看護師のコンサルテーションは、スタッフ自ら依頼を出すところから始まります。しかし、障がいを抱えた患者さんが自ら相談することは難しい

ですし、スタッフも“担当の患者さんのことは自分で解決しなくてはならない”と考え、専門看護師や認定看護師への相談をためらうことが多いようです。そこで当センターでは、日ごろから専門看護師や認定看護師が、患者さんやスタッフとコミュニケーションをとりながら信頼関係を築き、自然な形からコンサルテーションにつなげられるようにしています。

上記のような活動に加え、院内外での教育活動も大切な役割になっています。近年、精神障がい者の生活の場の中心は、病院から地域生活へと移り変わっています。また、薬物療法だけでなく、様々な治療プログラムが開発されたり、チーム医療、ピアサポートの重要性が強調されてきています。このような時代の変化についていくために、各学会や研修会に参加したり、全国の専門看護師・認定看護師のネットワークを活用して知識を高めています。そして、院内の患者さんやスタッフ向けの勉強会や研修会を実



施したり、院外では大学や他施設、職能団体における研修会の講師を行ったりしています。

### 3 今後の課題

現在、当センターの専門看護師や認定看護師の活動の場は、ほとんどが当センター内にとどまっています。しかし、県内の精神医療の質を高めていくためには、他施設の医療関係者の方々にも、新しい治療プログラムなどを広めるような活動も、積極的に行わなくてはなりません。また、県民の皆様にも県民講座などを行い、精神障がい者やその家族、精神医療や福祉に対する理解を広めていくことも重要です。

また、精神保健福祉の舞台が病院（施設）から地域に変わってきていることから、病院に所属する専門看護師や認定看護師であっても、外に目を向けなくてはなりません。精神科病院で働く看護師は、患者さんを治すこと（医療）には一生懸命ですが、地域で生活すること（福祉）についての理解が不足しているように感じます。地域でどのように精神障がい者が生活し回復しているのか、支援者はどのようなケアをしているのか理解するところから始めていきたいと思えます。

各研修会の講師依頼など、当センターの専門・認定看護師を活用していただける機会がありましたら、是非お問い合わせください。

## 3 公認心理師法について

### はじめに

平成27年9月9日心理専門職にとって悲願であった国家資格を定める「公認心理師法」が成立しました。論戦の続く国会の状況から成立が心配されましたが、国会上程後、衆議員文部科学委員会で審議が始まってから参議院での可決に至るまでは、あっけにとられる程あつという

埼玉県臨床心理士会会長 枝久保 達夫

間でした。ニュースを見た時にあまりのあっけなさに、本当に決まったのか実感がありませんでした。

ここに至るまでには日本臨床心理会の執行部の先生方をはじめとして、三団体（臨床心理職国家資格推進連絡協議会・医療心理師国家資格制度推進協議会・日本心理学諸学会連合）の先生方の粘り強い活動があり、国会議員の皆様

御理解が進んだこと、同時に「心理職の国家資格化を推進する議員連盟」会長の河村建夫先生、会長代行の鴨下一郎先生、事務局長の山下貴司先生方をはじめとする国会議員の皆様、関係団体関係省庁の方々、関連領域の皆様方の御支援のおかげとっております。もちろん埼玉県選出の国会議員の皆様にも温かい応援を頂きました。今後は、関連領域の皆様、国民の皆様にも「国家資格ができて良かった」と言っていただけのように精進せねばと身の引き締まる思いでおります。またこうした思いは臨床心理士共通のものではないかと思えます。

## 1 国家資格化の経緯

国家資格化が難しい状況の中で、国家資格化を念頭に置きながら民間資格としてまず臨床心理士資格認定協会が1988年に設立されました。臨床心理士認定協会によれば平成27年4月1日現在で29,690名の臨床心理士が認定されています。認定開始から27年が経過し、今ではその存在と活動については社会の中で認知されるようになってきました。しかし法的に正式な存在ではない臨床心理士では、行政の中での活動に限界があることも現実です。その後国家資格化の運動は紆余曲折を経ましたが、平成23年10月に三団体の合意による『心理師（仮称）』の国家資格の創設要望書がまとまり、国会議員への陳情活動が始まりました。その結果自民党の「心理職の国家資格化を推進する議員連盟」の立ち上げがあり、次いで民主党の議連もでき平成26年6月に「公認心理師法案」が議員立法として国会に提出され、山下貴司議員による衆議院文部科学委員会で「公認心理師法案」の主旨説明がなされましたが、11月21日の衆議院解散により廃案となってしまいました。そうした状況の中でも法案再提出に向けての陳情活動を進めた結果、平成27年7月に「公認心理師法案」が衆議院議員提出法律案として再提出されました。その後9月2日に衆議院の文部科学委員会、9月3日同院本会議での可決を経て、9月8日に参議院文教科学委員会、9月9日に同院本会議

で可決され、9月16日に公布されました。

法案は両院の委員会、本会議とも超党派での全会一致でした。

## 2 法の概要

公認心理師法は、五十条の本文と十条の附則から成る法律で、主務大臣は文部科学大臣と厚生労働大臣です。資格は名称独占資格で、診療補助職ではありません。

### (1) 法の提案趣旨

「近時の国民が抱える心の健康の問題等をめぐる状況に鑑み、心理に関する支援を要する者等の心理に関する相談、援助等の業務に従事する者の資質の向上及びその業務の適正を図るため、公認心理師の資格を定める必要がある。これが、この法律案を提出する理由である。」と提案趣旨が述べられています。

### (2) 業務内容

業務内容は、第二条（定義）で示されていますが、領域を限定しない汎用性を持ったものと定義されています。業務内容は現在の臨床心理士の活動している内容と分野そのものです。

「第二条「公認心理師」とは、第二十八条に規定される登録を受け、公認心理師の名称を用いて、保健医療、福祉、教育その他の分野において、心理学に関する専門的知識及び技術をもって、次に掲げる行為を行うことを業とする者をいう。

- 一 心理に関する支援を要する者の心理状態を観察し、その結果を分析すること。
- 二 心理に関する支援を要する者に対し、その心理に関する相談に応じ、助言、指導その他の援助を行うこと。
- 三 心理に関する支援を要する者の関係者に対し、その相談に応じ、助言、指導その他の援助を行うこと。」

### (3)受験資格・経過措置

試験は、毎年1回以上、文部科学大臣及び厚生労働大臣が行うことになっています。受験資格は、第七条で決められており、①から③までの三タイプに分けられます。

- ①はメインルートで大学院卒になります。
- ②は大学卒業者で、指定された施設での実務経験が必要になります。
- ③は外国の大学・大学院を卒業した者がこれに当たります。

現任者については、最初の数年は、附則第二条に示される経過措置がとられます。法の施行の際公認心理師の業務を行っている現任者、施行前に大学や大学院に在籍している者は経過措置を受けられることとなります。経過措置を受けられる期間は、法施行から5年間になります。

### (4)名称独占資格である

名称の使用制限があります。公認心理師でない者が名乗ることはできないのはもちろんですが、心理師、〇〇心理師のように下に師がつく紛らわしい名称の使用は禁止されます。なお〇

〇心理士は使用できますので、従来どおり臨床心理士の名称は使用可能です。

### (5)国家資格化に伴い法的な責任が生じる

信用失墜行為の禁止、秘密保持義務が課され、違反に対しては当然罰則が付随します。

以上公認心理師法の概要を述べました。今後公認心理師の国家資格化により多くの領域で心理専門職が法的な枠組みの中に組み入れられ活動できることを期待しています。同時に研修や倫理規定等を持った自立した職能団体も求められるでしょう。近い将来、関連団体との協議を経ながら臨床心理士会から公認心理師を主体にした職能団体へと舵を切ることも課題となってくる考えられます。



## 4 (1) 障害年金の初診日を確認する方法が広がりました

企画広報担当

障害年金の請求については、受給要件を満たしているか確認するために、初診日を明らかにできる書類（診断書等の医療機関の証明）の添付が必要です。

平成27年10月1日からは、初診日を証明する書類が添付できない場合であっても、次のような書類を添付した場合には、本人の申し立てた日を初診日と認めることができるようになりました。

- ①初診日について第三者（隣人、友人、民生委員など）が証明する書類があり、他にも参考資料が提出された場合
- ②初診日が一定の期間内にあることを示す参考資料が提出され、保険料納付要件など一定の条件を満たしている場合

なお、過去に障害年金の請求が、初診日不明により却下とされたケースについても、平成27年10月1日以降、再申請された場合には、この初診日確認の新たな取り扱いに基づいて審査されます。

詳しくは、次ページの年金事務所等にお問い合わせください。

電話相談をご希望の方は、

**ねんきんダイヤル (0570-05-1165)**  
**(050で始まるお電話からおかけの場合は**  
**03-6700-1165)**

まで、お問い合わせください。

## 【埼玉県内の年金事務所等一覧】

・浦和年金事務所	048-831-1638
・大宮年金事務所	048-652-3399
・街角の年金相談センター大宮（来所相談のみ）	048-647-6721
・春日部年金事務所	048-737-7112
・街角の年金相談センター川口（来所相談のみ）	048-227-3899
・川越年金事務所	049-242-2657
・街角の年金相談センター川越（来所相談のみ）	049-291-2820
・熊谷年金事務所	048-522-5012
・越谷年金事務所	048-960-1190
・秩父年金事務所	0494-27-6560
・所沢年金事務所	04-2998-0170



## 4 (2) 精神障害者保健福祉手帳の体裁変更等について

審査担当

### ① 精神障害者保健福祉手帳の体裁変更について

埼玉県では、平成27年10月から、3種類の障害者手帳（身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳）の大きさ、色、表記を統一しました。

内容は、大きさがこれまでの身体障害者手帳の大きさ（タテ約8cm、ヨコ約11cm）、カバーの色が紺色（文字は金色）、カバーの表記が「しょうがいしゃてちよう障害者手帳 埼玉県」となっています（写真は縮小版）。



このため、平成27年10月1日以降に交付された精神障害者保健福祉手帳は、新しい大きさ、色、表記のものとなっております。

なお、有効期限の残っている今までの体裁の

精神障害者保健福祉手帳は、そのままご利用いただけますが、新しい体裁の手帳に替えることを希望される場合は、お住まいの市町村の障害福祉担当課にご相談ください。

また、さいたま市が交付する精神障害者保健福祉手帳については、取扱いが異なりますのでご注意ください。

### ② マイナンバー（個人番号）の記載に伴う申請書等の様式変更について

平成28年1月から、マイナンバー（個人番号）の利用が開始されます。

このため、精神障害者保健福祉手帳の申請・届出及び自立支援医療費（精神通院）の申請・届出の際には、申請書・届出書にご本人等のマイナンバー（個人番号）を記載していただくこととなります。

現在、申請書・届出書の様式については、12桁のマイナンバー（個人番号）が記載できるよう新しいものを作成中ですが、出来上がるまでお時間をいただくため、しばらくは従前の申請書・届出書にマイナンバー（個人番号）をご記載いただくようになります。

皆様のご協力をお願いいたします。