

精神保健福祉ネットワーク KANAGAWA

編集発行：神奈川県精神保健福祉センター No76 2025.1 〒233-0006 神奈川県横浜市港南区芹が谷 2-5-2

電話 045-821-8822 FAX 045-821-1711

<http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f531119/#network>

No.76

目次

- ❁ 地域移行・地域定着支援事業
～ピアサポーターの活動について～ 2
- ❁ 自死遺族の方への支援のお知らせ 6
- ❁ 依存症面接相談のお知らせ 7



当所敷地内の小道です。近隣の方もお散歩コースとして利用されています。

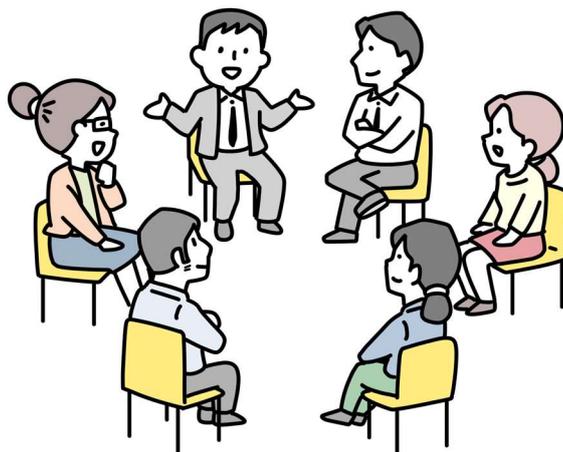
地域移行・地域定着支援事業 ～ピアサポーターの活動について～

地域移行・地域定着支援事業では、長く精神科病院に入院されている方が、住みなれた地域で、ご自身の意向に沿って地域生活を送れるように、関係機関と連携しながら、地域での受け入れ体制を整える取組を進めています。

神奈川県では、県所管地域6事業所に委託をしており、各事業所で養成、登録したピアサポーターの方達が、各事業所職員と協力して活動を行っています。主な事業内容は

- ①精神科病棟へ訪問し、入院患者、病院関係者へ当事者としての体験談を伝え、退院意欲の促進を図る
- ②長期入院患者の状況に応じ、個別に関係性を築きながら地域移行に向けた個別支援を行う
- ③研修会、学校への講師派遣、自立支援協議会への参加を通じ、地域関係者及び地域住民に対して地域移行の理解を促す
- ④定例会、交流会等を通じ、対象者の地域定着の促進を図る

の大きく4つです。



今回、地域生活サポートセンターとらいむのピアサポーターの中島さん、関さんにピアサポーターの活動についてお話を伺いました。

中島さん

○ピアサポーターになったきっかけについて教えてください。

発病してから、多くの方にお世話になる中で、自分自身も社会福祉分野で活躍したいという思いが強くなりました。最初は精神保健福祉士を目指して学校に通っていましたが、病気が再発してしまいました。その後、当時の主治医がピアサポーターを勧めてくれました。

ピアサポーターの養成講座に参加した際、当事者のご夫婦がピアサポーターとして活動しており、お子さんを育てながら生計を立てているという話を聞いて、より一層ピアサポーターになりたいという気持ちが強くなりました。



○活動をしていて良かったことを教えてください。

数は少ないですが、病院訪問先の患者さんが退院されたときです。退院時に同行できていないため、直接感想を聞くことはできませんが、繰り返し病院訪問や茶話会を実施したことが退院に繋がったと実感できることが嬉しいです。

先日、病院訪問を行った病院の入院患者さんから、お手紙をいただきました。

○活動の中で印象に残っていることを教えてください。

一つ目は、入院者訪問支援事業※の訪問支援員となったことです。やっとスタート地点に立ったような気持ちになりました。

二つ目は、2017年に鎌倉保健福祉事務所で、神奈川県のパサポーターとして講演会をさせていただいたことです。講演会では、県所管の事業所も参加しており、各事業所の活動内容について紹介がありました。この講演会は、神奈川県地域移行・地域定着支援事業の中で、自分を知っていただく第一歩になったと感じています。また、さまざまな方々と知り合うきっかけにもなりました。

(※入院者訪問支援事業については、5ページ  をご覧ください)

○今後のピア活動での目標や取り組みたいことを教えてください。

今年度から始まった入院者訪問支援事業での活動実績が欲しいです。また、個別支援にも取り組みたいです。とらいむでは前例があるものの、私はまだ経験がないので、患者さんと一緒に買い物に行ったり、食事をしてみたいです。

病院への訪問件数や入院患者さんの退院実績も大変重要だとは思いますが、ピアサポーターとして入院患者さんに夢と希望を与え、寄り添い、変わろうとする思いや覚悟、そして一歩踏み出す勇気を与えることができたらと思います。

関さん

○ピアサポーターになったきっかけについて教えてください。

6年前に乳がんを患い、がんのピアサポーターの方にお世話になりました。ピアサポーターの方は、乳がんの経験者のため、自分がこれからどのように治療を進めていくのかが、その方のおかげでイメージを持つことができました。

当時がんについて勉強をしましたが、がんのピアサポーターとして活動できるほどの知識はなかったので、病歴の長い精神のピアサポーターになることを志したことがきっかけです。



○活動をしていて良かったことを教えてください。

病院訪問ではピアサポーターの人数に対して、患者さんの人数が多いため、全員に響かなくても構わないと思っています。それでも、体験発表会や茶話会での話が、一人でも何か響いて前向きになってくれればそれでいいと常に考えて活動しています。ピアサポーターの活動で一人一人に寄り添えればと思っています。

○活動をしていて大変だったことや苦労したことはありますか。

私たち自身も体調に波があるため、気をつける必要があると感じます。特に10月はピアサポーターとしての活動が忙しく、体調を崩してしまいました。自分が健康であったり、体を大切にしなければ、ピアサポーターの活動はできないと思っています。

○今後のピア活動での目標や取り組みたいことを教えてください。

様々な場所で体験発表を行いたいです。また、事例検討会や会議等でもっと勉強して、自分のスキルを上げ、意見を伝えられない方々の代わりに、橋渡しのような役割をできたらと思っています。今後はさらに視野を広げていきたいです。

私はWRAP(元気回復行動プラン)ができるので、病院訪問の際に、WRAPの簡単なプログラムを行ってみたいです。

地域移行・地域定着支援事業実施事業所一覧

《横須賀市・鎌倉市・逗子市・三浦市・葉山町》
地域生活サポートセンターとらいむ

🏠 〒248-0014

鎌倉市由比ガ浜2-2-40 KFビル4階

☎ 0467-61-3205

《藤沢市・茅ヶ崎市・寒川町》
地域生活支援センター元町の家

🏠 〒253-0043

茅ヶ崎市元町16-3

☎ 0467-82-1685

《平塚市・大磯町・二宮町》
平塚市障がい者地域生活相談支援センター
ほっとステーション平塚

🏠 〒254-0033

平塚市老松町2-19 読売高野ビル501号

☎ 0463-25-2728

《秦野市・伊勢原市》
相談支援事業所こころの笑顔

🏠 〒259-1313

秦野市松原町2-8杉本ビル2階

☎ 0463-87-5560

《厚木市・大和市・海老名市・座間市・綾瀬市・
愛川町・清川村》

相談センターゆいまーる

🏠 〒252-1124

綾瀬市吉岡2381-1

☎ 0467-79-5112

《小田原市・南足柄市・中井町・大井町・松田町・
山北町・開成町・箱根町・真鶴町・湯河原町》

自立サポートセンタースマイル

🏠 〒250-0105

南足柄市関本403-2

☎ 0465-71-0189

《事業に関する問合せ先》

神奈川県精神保健福祉センター 調査・社会復帰課

🏠 〒233-0006 横浜市港南区芹が谷2-5-2

☎ 045-821-8822



※入院者訪問支援事業とは・・・

精神科病院の入院者の中で、面会交流が途絶えやすくなることが想定される市町村長同意による医療保護入院者からの希望に基づき行う事業です。入院者訪問支援員が訪問し、入院者の体験や気持ちを丁寧に聴くとともに、入院中の生活に関する一般的な相談や必要な情報提供を行うことで、孤独感や自尊心の低下の軽減を図ることを目的としています。

訪問支援員になるための特別な資格はありませんが、訪問支援員養成研修を受講する必要があります。神奈川県ではピアサポーターにこれまでも患者さんに寄り添い、丁寧に支援を行っていただいていることから、研修を受講していただき、本事業にも同じ姿勢で臨んでいただけるよう進めています。

自死遺族の方への支援のお知らせ

家族、友人、職場の同僚等、大切な方を自死で亡くされると、様々な感情の変化が起こり、こころや体の不調をきたすことがあります。孤立しないよう、またご遺族の心理的な苦痛が少しでも和らぐよう、相談窓口（電話・面接）を開設しています。また、同じ体験をした方同士が、安心して思いを語り聞き合うと場として、「自死遺族の集い」を、隔月で開催しています。

○自死で身近な方を亡くされた家族・友人・同僚の方々からの相談をお受けします。

電話 相談

- ・ 水、木曜日 13時30分から16時30分
（年末年始、祝日を除く）
- ・ 電話番号：045-821-6937

匿名でも相談
できます。

面接 相談

- ・ 月～金曜日 9時から16時30分（年末年始、祝日を除く）
- ・ 場所：神奈川県精神保健福祉センター
- ・ 【予約制】045-821-8822(代表)にお電話ください。
（予約受付時間：平日8時30分から17時15分）

○身近な・大切な方を自死で亡くされた家族が集い、安心して気持ちを語り合う場です。話を聞くだけでも参加できます。お住まいの地域は問いません。

自死遺族の 集い (わかちあいの会)

- ・ 偶数月の第1火曜日（4月のみ第3火曜日）
- ・ 14時00分から15時30分
- ・ 場所：旧横浜ゴム平塚製造所記念館（八幡山の洋館）
- ・ 予約は不要です。直接会場にお越しください。
- ・ 問合せ先：神奈川県精神保健福祉センター
045-821-8822（代表）

○右のようなリーフレットも作成しております。

相談先などのご案内を掲載しています。

こちらからご覧ください➡



依存症面接相談のお知らせ

予約制

当所では、平成 22 年度より特定電話相談窓口として、依存症電話相談を行ってまいりました。依存症相談拠点機関の指定を受け、相談体制の充実を図るために令和元年 4 月より依存症面接相談を開設しました。

令和 4 年度 80 件、令和 5 年度 64 件の相談がありました。薬物、ギャンブルの相談が多い傾向にあります。

大切な人が、もしかしたら「依存症」かも…

- ▶ 「やめる」と言うけど、やめられていない…
- ▶ 家族が、薬物を使っているかもしれない…
- ▶ ギャンブルのために、「借金」「隠し事」「うそをつく」を繰り返している
- ▶ 「治療っていほどじゃないと思うけど…」不安がある
- ▶ 回復するためにがんばっているが、つらくなるときがある…

まず、ご相談を



日時

金曜日 9時 00 分から 16 時 30 分まで
(祝日、年末年始を除く)

場所

神奈川県精神保健福祉センター
〒233-0006 横浜市港南区芹が谷 2-5-2

申込

お電話での予約 045-821-8822 (代表)
神奈川県精神保健福祉センター 相談課
(受付時間 8 時 30 分から 17 時 15 分まで)
※ご本人だけでなく、ご家族のみでの相談もできます。

★
電話相談も行っています!

月・火曜日 13 時 30 分から 16 時 30 分まで (祝日、年末年始を除く)
相談電話番号: 045-821-6937