

精神保健福祉総合センター 所 報

令和 6 年度版
(令和 5 年度実績)

京都府精神保健福祉総合センター

目 次

I センター概要

1	目 的	1
2	沿 革	1
3	組織等	2
4	施 設	3
5	決 算	4

II 事業概要

1	技術援助・技術指導	6
2	教育研修	12
3	普及啓発	14
4	精神保健福祉相談	18
5	調査研究	22
6	組織育成	23
7	依存症・摂食障害相談指導事業	24
8	思春期・青年期精神保健福祉相談業務	30
9	自殺対策事業	31
10	精神障害者アウトリーチ関連事業等	33
11	心の健康づくり推進事業等	35
12	通報処理	37
13	実地指導・実地審査	39
14	精神医療審査会	40
15	自立支援医療費（精神通院医療）	41
16	精神障害者保健福祉手帳	42
17	精神障害者就労支援	43
18	デイ・ケア事業	44
19	災害支援	54
※	京都府精神保健福祉総合センター 一般用リーフレット（平成25年度作成）	56
※	京都府精神保健福祉総合センター 一般用リーフレット等（令和4年度作成）	57
※	京都府精神保健福祉総合センター パンフレット（平成30年度改訂版）	59
※	新型コロナウイルスの感染拡大に関するところの健康について（令和2年度作成）	60
	医療従事者の皆さまへ（令和2年度作成）	61

巻 頭 あ い さ つ

(発刊にあたって)

当センターの令和5年度の実績を、所報としてお届けいたします。当センターの活動に御協力いただきました関係各位に深く感謝申し上げます。以下に、令和5年度の新たな取り組みや、拡充した業務をご紹介します。

令和5年度は、その前年度から立ち上げた「依存症で悩んでいる方の家族教室」の実施回数を年間4回から6回へ増やし、充実を図りました。2か月ごとの開催となったことで、継続的にご参加いただきやすくなったり、家族教室に来所された折に悩みごとを職員へタイムリーに相談して下さったりといった手ごたえを感じております。

2点目に、「こころの健康推進員」の活動活性化のため、推進員の方々がどのような思いを持って活動されているか、各圏域ごとにお聞きしました。この制度は平成10年度に京都府独自の制度として始まり、保健所や市町村と連携し、精神障害者や家族からの身近な相談に応じたり地域生活を支援したりするとともに、精神保健福祉に関する正しい知識の普及を図っていただくものです。現在、推進員の皆さまにはさまざまな活動をしていただいておりますが、各圏域・市町村により活動の場や機会が異なっているのが現状でしたので、今後皆さまにさらに活発に活動していただけるよう、今年度も検討を進めてまいりたいと思います。

3点目に、「高次脳機能障害に対する精神障害者保健福祉手帳診断書の書き方セミナー」（京都府リハビリテーション支援センター主催）に当センター職員が出講する機会を得ました。高次脳機能障害の臨床に携わる医師らに精神障害者保健福祉手帳の制度を知っていただき、手帳の診断書作成に対する理解を深めていただくことで、高次脳機能障害者の方々が手帳にもとづく福祉サービスをスムーズに利用できるようになることを期待しております。

このように、令和5年度も地道に課題に取り組んでまいりました。今後も、「障害のある人もない人も共に安心して生き生きと暮らしやすい社会」の実現へ向けて、当センターが果たすべき役割を考えながら真摯に取り組んでまいります。府民の皆さま、関係機関の皆さまには引き続きご協力を賜りますようお願い申し上げます。

令和 6年 7月

京都府精神保健福祉総合センター

所 長 中 村 佳 永 子

1 目 的

(平成12年 京都府条例第3号)

京都府精神保健福祉総合センターは、「精神保健及び精神障害者福祉に関する法律」(昭和25年法律第123号)(略:精神保健福祉法)第6条第1項の規定により設置された機関であり、京都府行政機関設置条例(平成12年京都府条例第3号)において、その名称、位置及び所管区域を定めている。

名 称	京都府精神保健福祉総合センター
位 置	京都市伏見区
所管区域	京都市を除く府の全区域

2 沿 革

- ★ 昭和56年11月 4日 京都府精神衛生センター建設工事着工
- ★ 昭和57年 3月25日 同工事完成
- ★ 昭和57年 3月29日 京都府精神衛生センター条例公布
(昭和57年6月17日施行)
- ★ 昭和57年 6月17日 京都府精神衛生センター開設
常勤職員6名、非常勤職員5名、計11名
(療養取扱機関(全国取扱)・保険医療機関・生活保護法による医療機関)
- ★ 昭和60年10月12日 デイ・ケア施設整備事業工事着工
- ★ 昭和61年 3月25日 同工事完成
- ★ 昭和61年 3月31日 京都府立精神衛生総合センター条例公布
(昭和61年6月17日施行)
- ★ 昭和61年 6月17日 「京都府立精神衛生総合センター」と改称
(京都府組織規程の一部を改正する規則)
相談指導課、デイ・ケア課の2課制
常勤職員10名、非常勤職員12名、計22名
- ★ 昭和61年 8月 1日 デイ・ケア通所開始
- ★ 昭和61年12月 1日 健康保険法による運動療法等の施設基準
(精神科デイ・ケア)の実施承認
- ★ 昭和63年 7月 1日 精神保健法施行と併せ「京都府立精神保健総合センター」と改称(京都府組織規程の一部を改正する規則)
- ★ 平成 3年 3月28日 「心の相談電話」設置
- ★ 平成 4年 9月 2日 「京都府立精神保健総合センター10周年記念式典」挙行
- ★ 平成 7年 7月11日 精神保健法の一部改正に併せ「京都府立精神保健福祉総合センター」と改称(京都府組織規程の一部を改正する規則)
- ★ 平成14年 4月 1日 精神保健法の一部改正に併せ「京都府精神保健福祉総合センター」と改称(京都府組織規程の一部を改正する規則)
- ★ 平成15年 4月 1日 「デイ・ケア課」を「医療福祉課」と改称
- ★ 平成17年 6月15日 「京都府ひきこもり相談支援センター」設置
- ★ 平成18年12月 7日 「自殺相談」開始
- ★ 平成21年10月 1日 「自殺ストップセンター」を当センター内に開設
(平成24年度～ 地域福祉推進課所管)
- ★ 平成22年 6月 1日 「京都府ひきこもり相談支援センター」が家庭支援総合センター内に移転
- ★ 平成25年 6月 3日 発達障害者支援センター「はばたき」が当センター内へ移転
(運営 社会福祉法人京都府社会福祉事業団)
- ★ 令和 4年 4月 1日 「自殺ストップセンター」が地域福祉推進課内に移転

3 組織等

(1) 機構及び課別所管業務

所長 一次長	相談指導課長	<ol style="list-style-type: none"> 1 庶務・経理等の事務等に関する事。 2 精神保健福祉関係機関に対する技術指導・技術援助に関する事。 3 精神保健福祉業務従事者に対する教育・研修に関する事。 4 精神保健福祉相談に関する事。 5 精神保健福祉の知識の広報普及及び調査研究に関する事。 6 精神保健福祉関係協力組織の育成・指導に関する事。 7 特定相談指導事業に関する事。 8 精神科病院における虐待通報対応に関する事。(令和6.4.1～) 9 精神科病院の指導監督に関する事。 10 自殺予防及び自殺対策事業に係る技術指導及び技術援助に関する事。 11 通報処理及び措置入院・措置解除に関する事。
	医療福祉課長	<ol style="list-style-type: none"> 1 精神医療審査会の事務に関する事。 2 自立支援医療費(精神通院医療)の公費負担事務に関する事。 3 精神障害者保健福祉手帳交付事務に関する事。 4 精神障害者の就労支援に関する事。 5 デイ・ケア事業に関する事。 (1) 生活指導に関する事。 (2) 作業指導及び作業療法に関する事。 (3) 通所者及び家族の相談指導に関する事。 (4) 地域関係機関との連絡調整及び技術援助に関する事。 (5) 退所者の相談指導に関する事。 (6) 社会復帰に係る相談及び関係機関に対する教育・研修に関する事。

(2) 職種別勤務職員数

(令和6年7月1日現在 単位:人)

職種 区分	医師	精神保健福祉 相談員等	臨床心理 技術者	看護師	作業療法士	事務職員	運転技術員	計
職員 (うち再任用)	3	3	2	1	1	3(1)	0	13(1)
会計年度任用	0	4	1	4	0	2	1	12
非常勤特別	2	0	0	0	0	0	0	2
計	5	7	3	5	1	5(1)	1	27(1)

(注) 精神保健福祉相談員等には、就労支援アドバイザーを含む

4 施 設

(1) 所在地 京都市伏見区竹田流池町120番地

(2) 敷地面積 2,881.08㎡

(3) 建 物

種 別	構 造	建築面積 (㎡)	延床面積 (㎡)
本 館	鉄筋コンクリート造2階建	830.24	1,597.22 セーター部分 591.80 テイクア部分 1,005.42
車 庫	鉄骨造平屋建	19.95	19.95
自転車置場	鉄骨造平屋建、軽量鉄骨造平屋建	14.31	14.31
L P G 庫	コンクリートブロック造平屋建	2.99	2.99
焼 成 室	コンクリートブロック造平屋建	5.48	5.48
倉 庫	鉄筋コンクリート造地下1階建	4.99	38.90
計		877.96	1,678.85

5 決 算

令和5年度の収支状況 (一般会計収入)

(単位：千円)

区 分	調定額	収入済額 A	前年度 収入済額 B	収入済額 の増減 A-B	比率 A/B (%)	増 減 の 主な理由
(分担金及び負担金)	2	2	2	0	100.0	
公衆衛生費負担金	2	2	2	0	100.0	
(使用料及び手数料)	10,850	10,850	8,623	2,227	125.8	診療報酬の増
公衆衛生使用料	10,850	10,850	8,623	2,227	125.8	
(諸 収 入)	380	380	0	380	—	
雑 入	380	380	0	380	—	
合 計	11,232	11,232	8,625	2,607	130.2	
前 年 度 合 計	8,625	8,625				
差 引 増 減	2,607	2,607				

(一般会計支出)

(単位：千円)

区 分	公所 配当額	支出済額 A	前年度 支出済額 B	支出済額 の増減 A-B	比率 A/B (%)	増 減 の 主な理由
衛 生 費	59,290	59,290	49,227	10,063	120.4	報酬の増
民 生 費	2,127,905	2,127,905	2,031,510	96,395	104.7	扶助費の増
総 務 費	0	0	0	0	—	
合 計	2,187,195	2,187,195	2,080,737	106,458	105.1	
前 年 度 合 計	2,080,737	2,080,737				
差 引 増 減	106,458	106,458				

<衛生費の主なもの>

・報酬（審査会・鑑定分）	3,875 千円
・報償費	11,885 千円
・旅費	1,775 千円
・需用費	9,053 千円
・役務費	3,290 千円
・扶助費	27,159 千円

<民生費の主なもの>

・委託料（自立支援医療（精神通院））	25,483 千円
・委託料（庁舎清掃等）	2,593 千円
・扶助費	2,099,829 千円

凡 例

1. 特にことわりのない場合、令和5年度（令和5年4月から令和6年3月）の状況を令和6年3月31日現在でまとめたものである。
2. 敬称は略す。

事業概要

1 技術援助・技術指導

(1) 目的

地域精神保健福祉活動を推進するため、保健所、市町村及び関係諸機関に対し、専門的立場から、積極的な技術指導及び技術援助を行う。

(「精神保健福祉センター運営要領」平成8年1月19日、健医発第57号)

(2) 事業の内容

① 技術援助・技術指導件数の推移

年度	保健所	市町村	福祉事務所	医療施設	その他	合計
3年度	6	9	3	9	221	248
4年度	1	7	0	5	180	193
5年度	3	3	0	6	136	148

② 技術援助分類別

	老人精神保健	社会復帰	アルコール	薬物	ギャンブル	思春期	心の健康づくり	ひきこもり	自殺関連	犯罪被害	災害	その他	合計
保健所	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	3
市町村	0	0	0	0	0	0	1	0	2	0	0	0	3
福祉事務所	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
医療施設	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	3	6
介護老人保健施設	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
障害者支援施設	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
社会福祉施設	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
その他	0	26	8	5	0	7	9	0	3	0	0	77	135
合計	0	28	9	6	0	7	11	0	6	0	0	81	148

③ 技術援助対応状況

電話	来所	出張	オンライン	その他	合計
26	1	96	23	2	148

※その他はメール、書面での技術援助対応。

④ 技術援助・対象機関別形態内容

区 分	保健所	市町村	福祉 事務所	医療 施設	介護老人 保健施設	障害者 支援施設	社会 福祉施設	その他	合計
精神保健福祉事業 の企画指導	4	0	0	1	0	0	0	0	5
精神保健福祉事業 の運営指導	1	0	0	0	0	14	0	1	16
ケース コンサルテーション	1	0	0	0	0	0	0	7	8
事例検討	0	0	0	1	0	0	0	2	3
研修会講師派遣	0	0	0	0	0	0	0	37	37
委員会等出席	0	2	0	1	0	0	0	40	43
学生講義	0	0	0	0	0	0	0	2	2
知識・情報の提供	2	1	0	4	0	0	1	26	34
その他	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計	8	3	0	7	0	14	1	115	148

※今年度からデイ・ケア連絡会は組織育成として計上

⑤ 委員会等出席・援助内容（※構成役員としての出席を含む）

委 員 会 等	回数	出席者
京都府社会福祉協議会 契約締結審査会	12	所長
京都府メンタルヘルス専門委員会	10	所長
京都府社会福祉審議会 児童福祉専門分科会	1	所長
京都府社会福祉審議会 児童福祉専門分科会 措置審査部会	6	所長
京都精神保健福祉協会 理事会、総会、表彰選考委員会、大会	3	所長
亀岡市セーフコミュニティ 自殺対策委員会（WG会議）	2	所長
京都府保健医療計画策定ワーキンググループ（精神）	2	所長
京都府薬物乱用対策推進本部会議	1	所長
きょうと健康長寿推進府民会議 役員会	1	所長
京都デイ・ケア連絡会 運営委員会	4	医療福祉課長
京都府犯罪被害者支援連絡協議会 通常総会	1	相談指導課員
近畿地区薬物中毒対策連絡会議	1	相談指導課員
府民相談相互連絡ネットワーク会議	1	相談指導課員
てんかん治療医療連携協議会 運営委員会	1	相談指導課員
京都府依存症等対策相談機関連携会議	1	相談指導課員
合 計	47	

⑥ 講師派遣 37件

日時	会場	実施内容	参加者
令和5年4月19日(水) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「自分の特徴を伝える①」 コミュニケーションセミナー 「自分の特徴を伝える②」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 5名 5名
令和5年5月6日(土) 13:00~17:00	ひとまち交流館 (京都市)	ギャンブル依存症を学ぶセミナー 京都府精神保健福祉総合センターの紹介 相談指導課 主査 山口 徹	約170名
令和5年5月24日(水) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「ケアレスミスを何とかしたい① ～段取り編」 コミュニケーションセミナー 「ケアレスミスを何とかしたい② ～パソコン作業編」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 5名 5名
令和5年6月27日(火) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「自分の強みを再確認しよう」 コミュニケーションセミナー 「自分の価値観を再確認しよう」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 5名 5名
令和5年7月11日(火) 13:30~15:30	山城北保健所 (宇治市)	令和5年度第1回山城北圏域 精神保健福祉業務意見交換会 精神障害者にも対応した地域包括ケアシステム ～今後の市町における精神保健福祉業務～ 相談指導課 主査 山口 徹	関係機関職員 11名
令和5年7月11日(火) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「上手な気持ちの伝え方」 コミュニケーションセミナー 「上手に断る」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 6名 6名
令和5年8月29日(火) 13:30~15:30	京都保護観察所 (京都市)	京都保護観察所アドバイザー研修 精神保健福祉法第23条通報(警察官通報)の対応について 相談指導課 主査 山口 徹	関係機関職員 12名

日 時	会 場	実 施 内 容	参 加 者
令和 5 年 8 月 29 日(火) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「心の役割を外す」 コミュニケーションセミナー 「価値を再確認する」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 6名 6名
令和 5 年 9 月 26 日(火) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「怒りとうまく付き合うために① ～怒りの仕組み～」 コミュニケーションセミナー 「怒りとうまく付き合うために② ～自分の怒りを振り返る・対処策を考える～」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 5名 4名
令和 5 年 9 月 29 日(金) 13:30~15:30	山城北保健所 (宇治市)	令和 5 年度第 2 回山城北圏域 精神保健福祉業務意見交換会 精神障害者にも対応した地域包括ケアシステムの 構築について 相談指導課 主査 山口 徹	関係機関職員 11名
令和 5 年 10 月 10 日(火) 13:30~15:30	宮津市福祉・教 育総合プラザ (宮津市)	令和 5 年度宮津市介護支援専門員研究会 (第 2 回) アルコール依存症に関する知識や一般的な支援に ついて 相談指導課 主査 山口 徹	宮津市介護支援専門員 28名
令和 5 年 10 月 24 日(火) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「怒りとうまく付き合うために③ ～相手に伝える～」 コミュニケーションセミナー 「怒りとうまく付き合うために④ ～怒りを向けられた時の対処～」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 6名 6名
令和 5 年 11 月 7 日(火) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「お金の悩みを何とかしよう① 無駄遣い、貯金、急な出費編」 コミュニケーションセミナー 「お金の悩みを何とかしよう② カードの使い方、外食、引き落とし編」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 6名 6名

日 時	会 場	実 施 内 容	参 加 者
令和5年12月20日(水) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「自分の強みを確認しよう」 コミュニケーションセミナー 「自分の価値観を再確認しよう」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 6名 6名
令和5年12月21日(木) 15:00~16:00	舞鶴医療センター (舞鶴市)	令和5年度第1回虐待防止研修会 全人的医療推進のためのヒント ～全ての人を救う虐待防止～ 相談指導課 主査 山口 徹	舞鶴医療センター職員 32名
令和5年12月22日(金) 13:00~16:20	全国健康保険協会 京都支部 (京都市)	特定保健指導者研修会 相談支援の玉手箱 相談指導課 主査 山口 徹	特定保健指導者 17名
令和6年1月11日(木) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「役割について整理しよう」 コミュニケーションセミナー 「今後の働き方について考える」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 5名 5名
令和6年1月16日(火) 15:00~17:00	京都障害者職業センター (京都市)	京都障害者職業センター 職員研修 利用者・スタッフ全ての人々が安心・安全に活動するために 相談指導課 主査 山口 徹	京都障害者職業センター職員 21名
令和6年1月18日(木) 10:10~11:10	花ノ木医療福祉センター (亀岡市)	花ノ木医療福祉センター 職員研修 自分の健康を守ろう！ ～自身のメンタルヘルスを考える～ 相談指導課 主査 山口 徹	花ノ木医療福祉センター職員 20名
令和6年1月19日(金) 10:00~11:30	ウイングス京都 (京都市)	宇治城陽久御山養護教諭部会 精神保健福祉(依存症、自殺対策)について 相談指導課 副主査 吉村 理世	養護教員 21名
令和6年1月26日(金) 13:30~15:00	京都テルサ (京都市)	京都府社会福祉協議会 京都府こころの健康推進員について 相談指導課 主査 山口 徹	京都府社会福祉協議会職員 27名
令和6年1月26日(金) 10:00~11:30	八幡市文化センター (八幡市)	八幡市精神保健福祉のつどい 依存症について理解を深めよう 相談指導課 副主査 吉村 理世	八幡市民 50名

日 時	会 場	実 施 内 容	参 加 者
令和6年2月10日(土) 15:00~16:00	京都府立大学 稲盛記念会館 (京都市)	第133回近畿精神神経学会 行政における自殺対策と依存症対策 ～京都府の取組を例に～ 所長 中村 佳永子	近畿精神神経学会会員 11名
令和6年2月15日(木) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「自分の悩みは自分の心が作っている」 コミュニケーションセミナー 「思い込みに囚われないようにする」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 5名 5名
令和6年3月22日(木) 13:00~14:30 15:00~16:30	京都テルサ (京都市)	JP はあとふるカレッジ コミュニケーションセミナー 「心のフックを外す」 コミュニケーションセミナー 「自分の価値に沿った3つのエクササイズ」 医療福祉課 就労支援アドバイザー	はあとふるコーナー利用者 6名 6名

2 教育研修

(1) 目的

保健所、市町村、福祉事務所、社会復帰施設その他の関係諸機関等で精神保健福祉業務に従事する職員等に、専門的研修等の教育研修を行い、技術的水準の向上を図る。

(「精神保健福祉センター運営要領」平成8年1月19日、健医発第57号)

(2) 事業の内容

① 教育研修件数の推移

※デイ・ケアの実習・見学を含む

年度	研修会		学生講義・実習		関係機関職員見学		合計	
	延日数	参加延人数	延日数	参加延人数	延日数	参加延人数	延日数	参加延人数
3年度	6	316	0	0	1	5	7	321
4年度	7	425	0	0	0	0	7	425
5年度	6	374	8	61	3	23	17	458

② 研修会の開催

新任精神保健福祉業務担当者等研修 会場：京都府精神保健福祉総合センター

	日時	実施内容	参加人数
1日目	令和5年6月14日(水) 9:00~16:00	講義：精神保健福祉行政の現状と課題 講師：京都府健康福祉部障害者支援課 課長補佐兼係長 八尾 博士 講義：精神保健福祉法第23条（警察官通報）の対応について 講師：京都府精神保健福祉総合センター相談指導課 主査 山口 徹 講義：精神保健福祉総合センターの業務について 講師：京都府精神保健福祉総合センター相談指導課 副主査 高田 亮 医療福祉課 副主査 茶谷 友一 講義：保健所における精神保健福祉業務について 講師：京都府山城南保健所福祉課 主査 時澤 久美子 講義：精神疾患と治療 講師：京都府精神保健福祉総合センター医療福祉課 主任医師 松本 佳大 講義：精神科病院での精神保健福祉相談員の実践 講師：京都府立洛南病院医事課 副主査 服田 将史 講義：家庭支援総合センターにおけるひきこもり支援の実際 講師：京都府家庭支援総合センター相談・判定課 主査 廣田 和之	9名

精神保健福祉基礎研修 ※オンライン

	日時	実施内容	参加人数
1日目	令和5年7月19日(水) 13:00~16:30	講義：京都府における精神保健福祉行政について 講師：京都府精神保健福祉総合センター相談指導課 主査 山口 徹 講義：こころの病気の理解と対応 講師：京都府精神保健福祉総合センター医療福祉課 主任医師 松本 佳大 講義：精神保健福祉の歴史と現状 講師：京都府乙訓保健所福祉課 副主査 光井 貢	60名

2 日目	令和5年7月20日(木) 12:40~17:00	講義：地域で使える社会資源について 講師：京都府山城南保健所綴喜分室福祉課 主査 矢田 和也	68名
		講義：市町村・保健所の実践 講師：京都府中丹東保健所福祉課 課長 熊取谷 晶 綾部市福祉保健部障害者支援課 主任 吉松 正人	
		講義：相談援助における面接をするための工夫～基礎を振り返って実践に活かす～ 講師：京都府精神保健福祉総合センター相談指導課 副主査 高田 亮	

※「精神障害者の障害特性及びこれに応じた支援技法等に関する研修」と併せて実施

精神保健福祉実践研修 ※オンライン併用 会場：ルビノ京都堀川

	日時	実施内容	参加人数
1 日目	令和5年9月14日(木) 10:00~16:00	講義：何をすることが家族の支援になるのか 講師：京都ノートルダム女子大学 現代人間学部 教授 佐藤 純	118名
		講義：家族の支援をすすめるために 講師：京都精神保健福祉推進家族会連合会 会長 塚崎 直樹 副会長 東 秀子	
		講義：社会的ひきこもりの本人をケアする家族の集い（みつばちの会）の実践から（その2） 講師：京都文教大学 臨床心理学部 准教授 松田 美枝 家族スタッフ 鈴木 美帆	
		講義：精神疾患の親をもつ子ども達の理解と支え 講師：佛教大学 保健医療技術学部 准教授 田野中 恭子	
2 日目	令和5年9月15日(金) 10:00~16:40	講義：メリデン版訪問家族支援の実際 講師：まるいクリニック スタッフ 松元 雄太	95名
		講義：ケアラーアセスメント票の活用について 講師：京都府精神保健福祉総合センター相談指導課 副主査 高田 亮	
		講義：ロールプレイ「家族面接」 講師：京都ノートルダム女子大学 現代人間学部 教授 佐藤 純	
		講義：グループワーク「家族の支援をすすめるために」 講師：京都ノートルダム女子大学 現代人間学部 教授 佐藤 純	

※「家族支援実践研修」と併せて実施

精神保健福祉専門研修（精神障害にも対応した地域包括ケア）※オンライン

	日時	実施内容	参加人数
1 日目	令和6年3月5日(火) 14:00~16:00	話題提供：精神保健福祉法改正と京都府における「にも包括」の動向 講師：京都府精神保健福祉総合センター相談指導課 主査 山口 徹	24名
		講義：市町村における活動報告 (1) 八幡市の精神保健に関する取組みについて (2) 綾部市版精神障害者にも対応した地域包括ケアシステムについて	
		講師：八幡市役所障がい福祉課 主任 轟 絵理 綾部市役所障害者支援課相談支援担当 主任 吉松 正人	
		質疑応答、情報交換	

3 普及啓発

(1) 目的

都道府県規模で一般住民に対し、精神保健福祉の知識、精神障害についての正しい知識、精神障害者の権利擁護等について普及啓発を行うとともに、保健所及び市町村が行う普及啓発活動に対して専門的立場から協力、指導及び援助を行う。

(「精神保健福祉センター運営要領」平成8年1月19日、健医発第57号)

(2) 事業の内容

① 当センター発行の広報物（既刊を含む）

- ・ 京都府精神保健福祉総合センターのごあんない
- ・ 京都府精神保健福祉総合センターご相談のしおり（三つ折りタイプ）
- ・ 依存症は回復する病気です（京都府精神保健福祉総合センター依存症の取り組み）

《三つ折りリーフレット（既刊）》

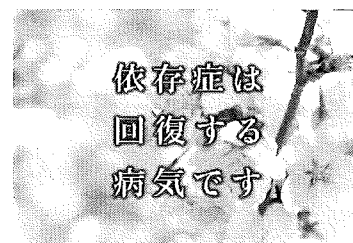
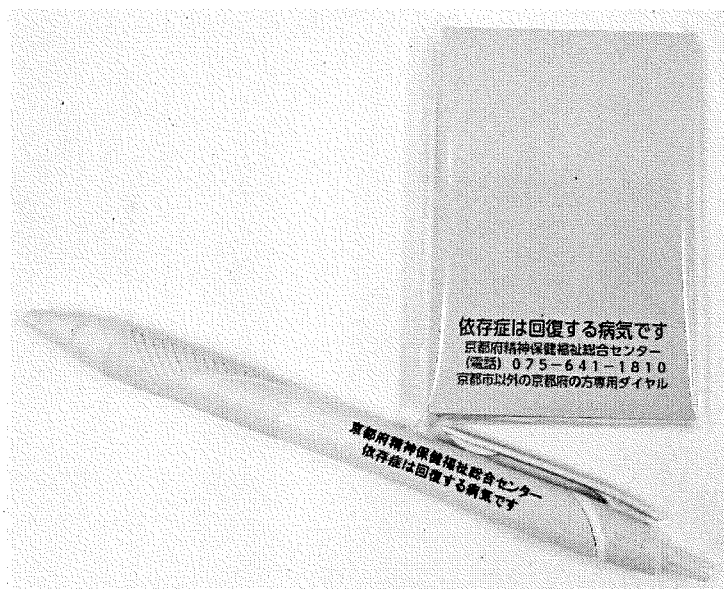
② コロナ関連のメンタルヘルスケアに関する普及啓発冊子

正しく知って予防しよう「ギャンブル依存症になる前に」 ギャンブル依存症啓発冊子
 （いずれも（A4版、見開きA3版）ライズファクトリー社）
 精神疾患の理解に関する普及啓発冊子（A5版、見開きA4版）（社会保険出版社）



③ 依存症相談啓発グッズの作製 (既存を含む)

「依存症は回復する病気です」(ボールペン全3色、付箋、啓発カード付ポケットティッシュ)



まずは知ることから

アルコール、薬物、ギャンブル等の依存症は、症状をコントロールできなくなる際の「病気」です。また、病気であると自覚できないまま、取り巻く人も気づきにくく、しかし、適切なサポートでは回復できます。ご本人やご家族だけで悩まず、専門相談機関に相談してください。
まずは、相談相談の一歩から。

京都府精神保健福祉総合センター

TEL 076-646-6155 FAX 076-646-6156

〒612-8585 京都府京都市中京区西ノ京1-1-1

⑤ ホームページ「こころの健康のためのサービスガイド」

精神保健福祉の普及啓発と関係情報の提供、あるいはストレスや不安を早期に発見して、適切に対処することを目的に、平成16年度からホームページを開設している。

平成30年7月に依存症相談拠点機関に認定されてから、「依存症でお悩みの方へ」のボックスアイコンを掲載し、依存症で悩む方の相談アクセスの利便性を高めている。

令和2年度からは、新型コロナウイルスの感染拡大を受け、府民や医療従事者に向けた心の健康に関するリーフレットを作成し、ホームページ上に公開している。

(HP <http://www.pref.kyoto.jp/health/>)

京都府精神保健福祉総合センター
心の健康のためのサービスガイド

検索
文字サイズ 拡大 縮小 元に戻す

心の健康について センターの仕事 自殺対策 社会資源一覧 お役立ちサイト アクセス

■ 新着情報

- ※ 自立支援医療費（精神通院医療）料等のプランを作成しました。
- ※ 【セミナー案内】令和5年度（前期）京都府こころの健康セミナー（オンライン開催）
- ※ 令和5年度依存症で悩んでいる方の家族教室のご案内。(PDF 350KB)
- ※ 令和5年度大切な人の突然死で悩んでいる方の家族教室のご案内。(PDF 370KB)
- ※ 精神保健福祉課の相談申請予定者から多く寄せられる質問のQ&A（令和3年11月25日現在）が毎年更新版ホームページに掲載されました。
- ※ 令和4年度所轄を掲載しました。(PDF 6.4MB)
- ※ 【重要】自立支援医療費（精神通院）経費的負担及び経過措置の適用期間が延長となりました。(PDF 90KB)
- ※ 【重要】診療明細書（レセプト）を取り扱う事業者さまへ～請求上の注意～。(PDF 210KB)
- ※ 新型コロナウイルスの感染拡大に関するこころの健康について。
- ※ 最近のデイ・ケア活動。
- ※ デイ・ケア利用のご案内。(PDF 5MB)
- ※ 薬師岡専門プログラムのご案内。(PDF 2.8MB)
- ※ 精神障害者保健福祉手帳及び自立支援医療費に関する最新情報作成上の留意点。(令和5年度現在)(PDF 200KB)

■ 過去のお知らせ

- ※ 令和4年度前期こころの健康セミナー（オンライン開催）のご案内。
- ※ 令和4年度アルコール依存症問題セミナーのご案内。
- ※ 令和4年度後期こころの健康セミナー（オンライン開催）のご案内。
- ※ 令和4年度薬物依存症支援者研修会のご案内。
- ※ 令和4年度アルコールと健康について考えるセミナーを開催します。/h>
- ※ 令和4年度精神保健福祉課業務研修（家族支援研修）のご案内。
- ※ 令和4年度精神保健福祉課基礎研修（精神障害者の障害特性及びこれに対応した支援方法等に関する研修）のご案内。
- ※ 令和4年度認知症対応セミナーのご案内。
- ※ こころの健康推進委員の研修について（申し込み期間を延長しました）。
- ※ 小学生（中学生含む）へのレジリエンスプログラム（メンタルヘルス予防教育プログラム）の京都府における事業終了に伴う窓口業務のお知らせ。

■ サービスガイド

こころの健康

※ 思春期・青年期の心の健康
※ 中年期の心の健康
※ 社会生活
※ 認知症
※ 介護
※ パニック障害
※ 引きこもり等
※ 依存症等の問題
※ ストレス
※ 災害を体験された方へ
※ 東日本大震災被災地支援 京都府心のケアプログラム 活動報告

センターの仕事

※ こころの相談電話
※ 求所相談
※ 精神障害者保健福祉手帳
※ 自立支援医療費
※ 精神科クリニック
※ 救済相談
※ 技術研修
※ 精神医療推進委員会
※ 精神保健福祉課の申請・届出

お役立ちサイト

※ こころの健康のための「お役立ちサイト」(外部リンク集)

アクセス

※ 地図・交通機関

依存症でお悩みの方へ
(相談窓口)

おこもり支援情報
ホームページ

みんなのメンタルヘルス
ホームページ

令和2年度の
こころもメンタルしよう

最新版
サービスガイド
「心の健康のためのサービスガイド」は、携帯電話対応サイトをご利用しております。
<http://www.pref.kyoto.jp/health/>

検索
戻る
進む

PDF版をご覧になる場合は、Acrobat Readerが必要です。お持ちでない方は下記よりダウンロード（無料）してください。

京都府精神保健福祉総合センター (〒612-8416 京都市伏見区竹田池町120)
TEL 075-641-1810 / FAX 075-641-1819 / E-mail mtc_d@pref.kyoto.lg.jp
※ メールでの相談・ご質問にはお答えできませんので、ご了承ください。
(心の健康のための相談には、別途専用電話をご利用しております)

- 16 -

⑥ 講演会等

- ・京都府こころの健康セミナー（P 2 5 参照）
- ・アルコールと健康を考えるセミナー（南部・北部）（P 2 6 参照）
- ・自殺予防と自死遺族支援啓発イベント キャンドルナイト「ライフ in 灯（ライト）
きょうと2023」（P 3 2 参照）

4 精神保健福祉相談

(1) 目的

センターは、精神保健及び精神障害者福祉に関する相談及び指導のうち、複雑又は困難なものを行う。心の健康相談から、精神医療に係る相談、社会復帰相談をはじめ、アルコール、薬物、思春期、認知症等の特定相談を含め、精神保健福祉全般の相談を実施する。センターは、これらの事例についての相談指導を行うためには、総合的技術センターとしての立場から適切な対応を行うとともに、必要に応じて関係諸機関の協力を求めるものとする。

(「精神保健福祉センター運営要領」平成8年1月19日、健医発第57号)

精神保健センターにおいて、専門知識を有する者による面接相談及び電話相談（こころの電話）の窓口を設置し、地域住民が気軽に心の健康づくりについて相談できるような体制を整備する。

(「心の健康づくり推進事業実施要領」昭和60年6月18日、健医発第727号)

(2) 事業の内容

① 精神保健福祉相談件数の推移

年度	電話相談	面接相談	
	延件数	実件数	延件数
3	3,343	78	269
4	3,499	104	248
5	3,511	79	259

※電話相談：こころの健康相談電話

② こころの健康相談電話

* 性別・地域別相談件数

区分	合計	男女別			居住地別			
		男	女	不明	京都市	京都府	他府県	不明
延件数	3,511	1,987	1,520	4	69	3,355	40	47

* 電話相談内容

○主たる内容

区分		延人数	(構成比)
老人精神保健		50	(1.4%)
社会復帰		2,545	(72.5%)
依存症	アルコール	53	(1.5%)
	薬物	5	(0.1%)
	ギャンブル	34	(1.0%)
	ゲーム	0	(0.0%)
思春期		37	(1.1%)
こころの健康		641	(18.3%)
うつ・うつ状態		58	(1.6%)
摂食障害		33	(0.9%)
てんかん		3	(0.1%)
その他		52	(1.5%)
合計		3,511	(100.0%)

○従となる内容 (複数回答可)

区分		延人数	(構成比)
依存症	アルコール	4	(3.5%)
	薬物	3	(2.6%)
	ギャンブル	1	(0.9%)
	ゲーム	0	(0.0%)
ひきこもり		2	(1.7%)
発達障害		59	(51.3%)
自殺関連		34	(29.6%)
自死遺族		0	(0.0%)
犯罪被害		0	(0.0%)
災害		0	(0.0%)
その他		12	(10.4%)
合計		115	(100.0%)

* 相談時間

区分	件数	(構成比)
0分～10分	1,555	(44.3%)
11分～20分	929	(26.5%)
21分～30分	491	(14.0%)
31分～60分	498	(14.2%)
61分～	38	(1.1%)
合計	3,511	(100.0%)

* 相談対象者

区分	件数	(構成比)
自分自身	3,251	(92.6%)
親	22	(0.6%)
配偶者	43	(1.2%)
子ども	116	(3.3%)
その他家族・親類	42	(1.2%)
友人・知人	15	(0.4%)
その他	13	(0.4%)
不明	9	(0.3%)
合計	3,511	(100.0%)

* 処遇

区分	件数	(構成比)
来所相談へ	49	(1.4%)
他機関紹介	60	(1.7%)
情報提供	180	(5.1%)
助言指導	1,625	(46.3%)
傾聴のみ	1,592	(45.3%)
その他	5	(0.1%)
合計	3,511	(100.0%)

③ 面接相談

※訪問も含む

※家族教室の参加人数も含む

* 面接相談内容

○主たる内容

区分	実件数	(構成比)	延件数	(構成比)	
こころの健康	26	(32.9%)	51	(19.7%)	
精神障害	3	(3.8%)	40	(15.4%)	
社会復帰	5	(6.3%)	13	(5.0%)	
うつ・うつ状態	0	(0.0%)	0	(0.0%)	
依存症	アルコール	9	(11.4%)	29	(11.2%)
	薬物	12	(15.2%)	62	(23.9%)
	ギャンブル	17	(21.5%)	51	(19.7%)
	その他依存	0	(0.0%)	0	(0.0%)
摂食障害	0	(0.0%)	0	(0.0%)	
思春期	2	(2.5%)	6	(2.3%)	
老人	1	(1.3%)	1	(0.4%)	
その他	4	(5.1%)	6	(2.3%)	
合計	79	(100.0%)	259	(100.0%)	

○従となる内容

ひきこもり	0	(0.0%)	0	(0.0%)
自殺関連	1	(1.3%)	1	(0.4%)
自死遺族	0	(0.0%)	0	(0.0%)
発達障害	5	(6.3%)	6	(2.3%)
犯罪被害	0	(0.0%)	0	(0.0%)
災害	0	(0.0%)	0	(0.0%)

* 相談形態

区分	実件数	(構成比)	延件数	(構成比)
来所	79	(76.0%)	259	(81.7%)
訪問	0	(0.0%)	0	(0.0%)
電話	25	(24.0%)	58	(18.3%)
合計	104	(100.0%)	317	(100.0%)

※「電話」については、面接相談に至った方の電話相談への対応。

5 調査研究

(1) 目的

地域精神保健福祉活動の推進並びに精神障害者の社会復帰の促進及び自立と社会経済活動への参加の促進等についての調査研究をするとともに、必要な統計及び資料を収集整備し、京都府、保健所、市町村、支援団体等が行う精神保健福祉活動が効果的に展開できるよう資料を提供する。

(2) 事業の内容

① 著書

- i. Matsumoto Y, Ayani N, Oya N, Kitaoka R, Watanabe A, Yoshii H, Kitaura Y, Inoue S, Narumoto J. Frequency and predictors of perioperative psychiatric symptom worsening in patients with schizophrenia spectrum disorders. Gen Hosp Psychiatry. 2024 Mar-Apr;87:148-150.
(松本 佳大、綾仁 信貴、大矢 希、北岡 力、渡辺 杏理、吉井 ひろ子、北浦 祐一、井上 真一郎、成木 迅 「統合失調スペクトラム障害患者における周術期精神症状悪化頻度と予測因子」)

② 学会・研究会等発表

- i. 松田 美枝、田中 稔一、玉置 陽子、高田 亮、南 紗音、石井(上間) 美穂 「精神の危機的状態からのリカバリーと当事者の社会貢献および自殺予防についてのアクションリサーチ」 2023年度地域志向教育研究ともいき研究助成事業 地域共同研究教育センター地域志向協働研究 (オンデマンド配信)
- ii. 高取 歩 「京都府精神保健福祉総合センターデイ・ケアにおけるコロナ禍以降のプログラム変化について」 京都集団療法研究会 2023.12.2 京都

③ 図書資料室

精神医学、心理学から社会科学一般までを含む専門図書や精神医療に係る実務者及び統計資料並びに啓発用メディア等を収集し、センター内での調査研究や関係機関が実施する精神保健福祉に関する学習、啓蒙活動、調査研究等の支援にあたっている。

6 組織育成

(1) 目的

地域精神保健福祉の向上を図るためには、地域住民による組織的活動が必要である。このため、センターは、家族会、患者会、社会復帰事業団体など都道府県単位の組織の育成に努めるとともに、保健所、市町村並びに地区単位での組織の活動に協力する。

(「精神保健福祉センター運営要領」、平成8年1月19日、健医発第57号)

(2) 事業の内容

組織育成件数の推移

年度	3年度	4年度	5年度
組織育成件数	47	44	38

※「1 技術援助・技術指導」における「精神保健福祉事業の企画指導及び運営指導」を件数に含む。

協力組織・団体等	内容	回数
依存症の自助団体・回復施設	・知識、情報の提供 ・精神保健福祉事業の企画、運営等への協力	13
その他の組織・団体等	・知識、情報の提供 ・精神保健福祉事業の企画、運営等への協力	25
合 計		38

7 依存症・摂食障害相談指導事業

(1) 目的

アルコール健康障害、薬物依存症、ギャンブル等を含む依存症（以下「依存症」という。）について、医療機関や精神保健福祉センター、保健所、市町村、民間団体・回復施設、保護観察所等が相互に有効かつ緊密に連携し、その責任、機能又は役割に応じた包括的な支援を提供することで、依存症患者、依存症に関連する問題を有する者、依存症が疑われる者、依存症になるリスクを有する者及びその家族等の地域におけるニーズに総合的に対応することを目的とする。

（依存症対策総合支援事業実施要綱 平成 29 年 6 月 13 日、障発 0613 第 2 号）

当センターは、平成 30 年 7 月に京都府の依存症相談拠点機関（アルコール、薬物、ギャンブル等に指定されており、さらに、依存症と関連のある摂食障害についても、適切な治療と支援により地域で支障なく安心して暮らすことができる体制の整備を推進することが求められている。

(2) 事業の内容

① 依存症に関する相談（再掲・重複を含む）（P19、21 参照）

1 こころの健康相談電話（主たる内容・従たる内容の合計数）

区分		延人数
依存症	アルコール	57
	薬物	8
	ギャンブル	35
	その他(買い物・ゲーム等)	0
摂食障害		33
合計		133

2 面接相談

区分		実人数	延人数
依存症	アルコール	9	29
	薬物	12	62
	ギャンブル	17	51
	その他(買い物・ゲーム等)	0	0
摂食障害		0	0
合計		38	142

② 京都府こころの健康セミナー

目的： 依存症セミナーでは、ギャンブル、薬物、アルコール等の依存症に関する正しい知識の普及と依存症の方の社会復帰の促進を図り、また摂食障害セミナーでは、依存症と関連があり死亡率も高いと言われている摂食障害に関する正しい知識の普及を図ることを目的とする。

さらに、依存症や摂食障害の方の家族等が自分自身の悩みや不安を軽減し、心の健康の回復や家族関係の修復を図ることが、依存症や摂食障害がある方自身の回復にも寄与することを学ぶ。

対象： ギャンブル依存、薬物依存、アルコール依存、摂食障害がある方、その家族、保健・医療・福祉関係者

会場： オンライン (Zoom)

区分		実施内容	参加者
依存症セミナー	ギャンブル依存	令和5年 5月29日(月) 14:00~17:00 講義 テーマ：ギャンブル障害の実際 ～脳画像研究を交えて～ 講師：京都大学医学部附属病院 助教 鶴身 孝介 氏 団体紹介・体験発表：京都マック、GA、ギャマノンの方々	30名
		令和5年 11月17日(金) 14:00~17:00 講義 テーマ：ギャンブル問題で苦しむ本人や家族に伝えたい、回復の希望 講師：大谷大学 名誉教授 滝口 直子 氏 団体紹介・体験発表：京都マック、GA、ギャマノンの方々	16名
	薬物依存	令和5年 6月29日(木) 14:00~17:00 講義 テーマ：薬物依存症の治療と回復 講師：京都桂病院 精神科副部長 宮城 嵩史 氏 団体紹介・体験発表：京都ダルク、木津川ダルク、ナラノンの方々	33名
		令和5年 12月1日(金) 14:00~17:00 講義 テーマ：薬物依存症～回復と自己尊重感、孤立感～ 講師：京都ダルク カウンセラー 友杉 明日香 氏 団体紹介・体験発表：京都ダルク、木津川ダルク、ナラノンの方々	15名
	アルコール依存	令和5年 9月28日(木) 14:00~17:00 講義 テーマ：知って治そう、アルコールと依存症 講師：広兼医院 院長 廣兼 元太 氏 団体紹介・体験発表：AA、断酒会、京都マックの方々	60名
		令和6年 3月7日(木) 14:00~17:00 講義 テーマ：アルコール依存症と回復について ～支援につなげること～ 講師：いわくら病院 精神科認定看護師 杉山 昌儀 氏 団体紹介・体験発表：AA、断酒会、京都マックの方々	46名
摂食障害セミナー	摂食障害	令和5年 7月27日(木) 14:00~17:00 講義 テーマ：摂食障害セミナー 講師：のまこころクリニック 院長 野間 俊一 氏 団体紹介・体験発表：あかりプロジェクト、OA七条大宮グループ 京都マック、SEEDきょうとの方々	52名
		令和6年 2月16日(金) 14:00~17:00 講義 テーマ：摂食障害の“こころ”について理解を深めよう ～回復をあとおしするために～ 講師：安東医院 臨床心理士 工藤 悠世 氏 団体紹介・体験発表：あかりプロジェクト、OA七条大宮グループ 京都マック、SEEDきょうとの方々	36名

③ アルコールと健康を考えるセミナー(南部)

目的： 本セミナーは平成19年度から京都府・京都市・NPO 法人京都府断酒連合会の三者共催で、京都府民・京都市民を対象に毎年実施している。アルコール関連問題への普及啓発を目的として様々なテーマを設定し、アルコール関連問題に対する認識を深め、正しい知識の普及を図ることにより、アルコール依存症の各種予防対策を効果的に推進し、自助組織の育成に寄与する。

対象： 京都府民・市民、自助グループ会員及びその家族、保健・福祉・医療関係者等

日時	会場	実施内容	参加人数
令和5年 10月7日(土) 14:00~16:00	(会場) ウイングス 京都	令和5年度 アルコールと健康を考えるセミナー テーマ：「依存症 知れば知るほどじぶんごと」 1. 講演「アルコールとの上手な付き合い方、別れ方」 講師：館 雅之氏 (たて内科クリニック 院長) 2. 関係機関紹介 (京都マック、AA、京都府断酒連合会) 3. 体験発表 (京都府断酒連合会会員、家族) 4. ~いま、若者とともに考える~ シンポジスト：京都大学医学部附属病院 精神神経科 稲葉 啓通氏 登壇者：京都大学 近藤毅 氏 京都文教大学 榎本優夏 氏 同志社大学 浅野ひかり 氏 座長：京都市こころの健康増進センター 波床所長	85名

④ アルコールと健康を考えるセミナー(北部)

目的： 北部圏域の当事者及び家族、保健・医療・福祉・行政等職員を対象とし、アルコール依存症とその回復過程について理解を深め、意見交換により関係者相互の連携を強化する。また、北部圏域においてはアルコール依存症者の高齢化や、専門医療機関及び社会資源等が不足しているという課題がある。その中で、地域性を考慮した支援のかたちについて、講演及びグループワークを通して学ぶことを目的とする。

日時	会場	実施内容	参加人数
令和6年 3月14日(木) 13:00~16:30	(会場) 宮津市福祉・ 教育総合 プラザ & オンライン (Zoom)	令和5年度 アルコールと健康を考えるセミナー テーマ：「つなごう支援の“わ”(輪、話、和)」 1. 講演講義：「アルコール依存症に関する基礎知識」 ~保健所の機能、支援の実際~ 講師：中丹東保健所福祉課 専門幹 石原 智 話題提供：「アルコール健康障害相談拠点機関としての取組」 「京都府依存症患者及び家族に対する早期発見・ 早期支援体制づくり事業について」 講師：精神保健福祉総合センター 主査 山口 徹 健康福祉部障害者支援課 主事 山元 萌 2. 体験発表 (京都府断酒連合会会員、家族) 3. 団体・関係機関紹介 (京都マック、AA、京都府断酒連合会) 4. グループワーク	46名

⑤ 大切な人の薬物問題で悩んでいる方の家族教室

目的： 薬物問題を抱えた方について悩まれている家族等が、薬物依存症に関する正しい知識や対応方法を学ぶ。また、そのなかで自身の悩みや不安を軽減し、こころの健康の回復や家族関係の改善を図り、さらに薬物依存症本人の回復にも役立つことを学ぶ機会とする。

対象： 家族等、大切な人の薬物問題で悩んでいる京都府民（京都市以外の京都府民）で、守秘義務等の約束事を守れる方。全回を通しての参加が望ましいが、部分的な参加も可とする。（定員：10名）

会場： 精神保健福祉総合センター

	回	日時	実施内容	参加人数
前期	1	令和5年 4月25日（火） 13:30~15:30	講義 テーマ：「オリエンテーション」「薬物依存症とは」 講師： 当所職員	5名
	2	令和5年 5月23日（火） 13:30~15:30	講義 テーマ：「家族のセルフケア」 講師： 当所職員	4名
	3	令和5年 6月27日（火） 13:30~15:30	講義 テーマ：「コミュニケーション・スキルの練習」 講師： 当所職員	5名
	4	令和5年 7月25日（火） 13:30~16:00	講義 テーマ：「長期的な回復を支え、再発・再使用に備える」 講師： 木津川ダルク 代表 加藤 武士 氏	7名
	5	令和5年 8月22日（火） 13:30~15:30	講義 テーマ：「振り返りと今後の目標」 講師： 当所職員	4名

	回	日時	実施内容	参加人数
後期	1	令和5年 10月24日（火） 13:30~15:30	講義 テーマ：「オリエンテーション」「薬物依存症とは」 講師： 当所職員	4名
	2	令和5年 11月28日（火） 13:30~15:30	講義 テーマ：「家族のセルフケア」 講師： 当所職員	3名
	3	令和5年 12月19日（火） 13:30~15:30	講義 テーマ：「コミュニケーション・スキルの練習」 講師： 当所職員	5名
	4	令和6年 1月23日（火） 13:30~16:00	講義 テーマ：「長期的な回復を支え、再発・再使用に備える」 講師： 京都ダルク 共同施設長 太田 実男 氏	4名
	5	令和6年 2月27日（火） 13:30~15:30	講義 テーマ：「振り返りと今後の目標」 講師： 当所職員	4名

⑥ 依存症で悩んでいる方の家族教室

目的： アルコールや薬物、ギャンブルなど様々な依存症に悩む者を抱える家族が、依存症に関する正しい知識や対応方法を学ぶ機会を提供するとともに、家族自身の悩みや不安を軽減し、心の健康の回復を図るための交流の機会を提供し、もって依存症者の回復につなげることを目的とする。

対象： 依存症者（18歳以上）を抱える京都府在住（京都市以外の京都府）の家族。部分的な参加も可とする。（定員：20名）

会場： 精神保健福祉総合センター

※令和4年度から新設、開始した。

回	日時	実施内容	参加人数
1	令和5年 5月16日（火） 13:30～15:30	講義 テーマ：「依存症に対する正しい知識」 講師： 当所職員	7名
2	令和5年 7月11日（火） 13:30～15:30	講義 テーマ：「家族のセルフケア」 講師： 当所職員	5名
3	令和5年 9月12日（火） 13:30～15:30	講義 テーマ：「コミュニケーションについて」 講師： 当所職員	6名
4	令和5年 11月14日（火） 13:30～15:30	講義 テーマ：「コミュニケーションについて」 講師： 当所職員	7名
5	令和6年 1月16日（火） 13:30～15:30	講義 テーマ：「社会資源の情報・活用」 講師： 全国ギャンブル依存症家族の会 京都 会員	6名
6	令和6年 3月12日（火） 13:30～15:31	講義 テーマ：「振り返りと今後の目標」 講師： 当所職員	4名

⑦ 薬物依存症支援者研修会（年2回）

平成29年度から府内依存症相談従事者が依存症の正しい理解と対応を学ぶため開催している。

日時	会場	実施内容	参加人数
令和5年 10月31日（火） 14:00～16:00	精神保健福祉 総合センター （体育室）	講演「木津川ダルクでの依存者回復支援」 講師：一般社団法人回復支援の会 木津川ダルク 代表 加藤 武士 氏	9名
令和5年 11月21日（火） 15:30～17:00	オンライン （Zoom）	講演「薬物使用障害と小児期逆境体験」 講師：独立行政法人神奈川県立病院機構 神奈川県立精神医療センター 副院長 小林 桜児 氏	26名

⑧ 保護観察所との薬物依存症事例検討会兼交流会（年1回）

平成 29 年度から、京都保護観察所と相互に知り合い、顔の見える円滑な連携体制構築の一助として当所にて開催している。当所の職員研修を兼ねて実施している。

日時	会場	実施内容	参加人数
令和 5 年 12 月 15 日（金） 9:30～11:30	精神保健福祉 総合センター （体育室）	令和 5 年度薬物依存症事例検討会兼交流会 事例検討 〈事例提供：京都保護観察所〉 ・グループでディスカッション、発表 ※参加者は、京都保護観察所職員、京都刑務所職員、 大阪矯正管区職員、京都拘置所、当所職員	14 名

⑨ 技術援助（再掲）（P 6 参照）

区分	アルコール	薬物	ギャンブル	ゲーム
保健所	0	0	0	0
市町村	0	0	0	0
福祉事務所	0	0	0	0
医療施設	1	1	0	0
介護老人施設	0	0	0	0
障害者支援施設	0	0	0	0
社会福祉施設	0	0	0	0
その他	8	5	0	0
合計	9	6	0	0

8 思春期・青年期精神保健福祉相談業務

(1) 目的

精神保健福祉総合センターでは、地域精神保健福祉業務の一環として、思春期精神保健に関する知識の普及や相談指導等の総合的対策を実施することによって、精神発達の途上にある者の精神的健康の保持・増進及び適応障害の予防と早期発見を図ることを目的として事業を行っている。

(2) 事業の内容 (再掲) (P 6、19、21 参照)

① 相談 (再掲) (電話相談：主たる内容・従たる内容の合計数)

相談区分	面接相談	電話相談	合計
実件数	2		2
延件数	6	37	43

② 思春期・青年期技術援助 (再掲)

区分	思春期
保健所	0
市町村	0
医療施設	0
その他	7
児童相談所	0
警察	0
教育関係	7
合計	7

9 自殺対策事業

(1) 目的

京都府自殺対策に関する条例では、府、国、市町村及び府民等が一体となって自殺対策を推進して、自殺の原因となり得る問題に起因する精神的な苦痛を受け、又は当該問題に起因する社会生活上の困難を有する者が孤立することを防止し、もって全ての府民が地域社会の一員として共に生き、共に支え合う社会の実現に寄与することを目的としている。

(「京都府自殺対策に関する条例」平成27年3月20日、京都府条例第20号)

当センターでは、本条例に基づき、自殺を個人的な問題ではなく社会的な問題であり、総合的な対策を実施することで防ぐことができるという認識に基づき諸対策を推進している。

(2) 精神保健福祉総合センターにおける事業の内容

① 技術援助（再掲）（P6参照）

区分	自殺関連
保健所	0
市町村	2
福祉事務所	0
医療施設	1
介護老人保健施設	0
障害者支援施設	0
社会福祉施設	0
その他	3
合計	6

② かかりつけ医・産業医等うつ病対応力向上研修会

当センター、京都市こころの健康増進センター、京都府医師会と三者共催による、内科・産婦人科等のかかりつけ医及び産業医等を対象とした研修会を開催。なお、南部開催のみ衛生管理者も対象としている。

日時	会場	実施内容	参加者
(南部開催) 令和5年 8月31日 (木) 14:00~17:00	京都府 医師会館 (京都市)	講義 ①基礎知識 講師：京都市こころの健康増進センター 所長 波床 将材 氏 ②うつ病の診断と治療 講師：社会福祉法人京都社会事業財団 京都桂病院 副院長 岸 信之 氏 ③リワーク支援の実際 講師：杉本医院からすまメンタルクリニック 鶴 多紀 氏	医師等 26名

<p>(北部開催) 令和5年 11月11日 (土) 14:00~17:00</p>	<p>舞鶴 医師会館 (舞鶴市)</p>	<p>講義 ①基礎知識 講師：京都府精神保健福祉総合センター 所長 中村 佳永子</p> <p>②うつ病の診断と治療 講師：社会福祉法人京都社会事業財団 京都桂病院 副院長 岸 信之 氏</p> <p>③うつ病の治療・ケア・連携 講師：独立行政法人国立病院機構 舞鶴医療センター 精神科部長 山野 純弘 氏</p>	<p>医師等 16名</p>
---	------------------------------	---	--------------------

③ 認知行動療法セミナー

日時	会場	実施内容	参加者
<p>令和5年 11月29日(水) 14:30~17:00</p>	<p>オンライン開催</p>	<p>講義「地域の相談支援にいかす 遷延性悲嘆症の基礎知識」 講師：武蔵野大学客員教授 黒澤 美枝 氏</p>	<p>臨床心理士 精神保健福祉士 府内相談従事者等 56名</p>

④ キャンドルナイト「ライフ in 灯(ライト)きょうと2023」の実施

平成19年度から27年度まで京都市、こころのカフェきょうと、NPO法人自死自殺相談センター(平成23年度から参画)で開催してきた「自殺予防と自死遺族支援のための府民・市民シンポジウム」に代わり、平成28年度から9月10~16日の自殺予防週間中に街頭普及啓発を行っている。

令和5年度は、行政の自殺予防・自殺対策事業及び活動紹介パネル、自死遺族のメッセージ展示等を行った。自身や身近な方のしんどい思いに気づき、相談することができるきっかけづくりを目的とした。

日時	会場	実施内容	共催団体
<p>令和5年 9月8日(金) 15:30~20:00</p>	<p>(第一部) ゼスト御池 河原町広場</p> <p>(第二部) 京都市役所前 広場</p>	<p>・行政の自殺予防、自殺対策事業の活動紹介、パネル展示 ・自死遺族のメッセージ展示 ・スライドショー上映による各団体活動紹介 ・ストレスチェックの実施</p>	<p>【京都府】 健康福祉部地域福祉推進課 精神保健福祉総合センター</p> <p>【京都市】 障害保健福祉推進室 こころの健康増進センター</p> <p>【民間団体】 こころのカフェきょうと NPO法人京都自死・自殺相談センターSotto</p>

10 精神障害者アウトリーチ関連事業等

10-1 長期入院患者等退院後支援事業

(1) 目的

長期入院患者等退院後支援事業は、在宅精神障害者のうち未治療、受療中断している等適切な支援が受けられていない者及び精神科病院における長期入院者等に対し、一般相談支援事業所が精神科病院や保健所等と協力し、医療・保健・福祉等の包括的な支援を多職種、多機関との訪問により実施し、適切なサービスにつなげるほか、長期入院者等の地域移行促進、地域定着及び長期入院の予防を図ることを目的に実施している。（「長期入院患者等退院後支援業務要綱」）

平成23年度～平成25年度までは、精神障害者アウトリーチ推進事業に係る補助金を活用して乙訓、山城北圏域で事業を実施してきた。平成27年度～平成29年度までは新たに京都府地域医療介護総合確保基金を活用としてアウトリーチ推進事業を乙訓、山城北、中丹圏域で実施してきた。

平成30年度から長期入院患者等退院後支援事業（現在は医療法人栄仁会への委託事業）として、山城北圏域で実施している。

(2) 事業内容

○ 職員派遣

会議名	回数	担当
長期入院患者等退院後支援事業運営会議	5	精神保健福祉相談員等
合計	5	

10-2 ピアサポーター養成研修

(1) 目的

この研修は、平成30年度から府域の障害福祉サービス事業所に委託し、精神障害のピアサポート活動の普及啓発を目的として毎年1回行っていた。令和元年度より、委託事業所、本庁所管課及び当センターに加え、精神障害のある当事者団体やピアサポーター、既にピアサポーターを雇用している相談支援事業所等と運営会議を行いながら、研修実施している。また、現在は10-1の長期入院患者等退院後支援事業の一環として位置づけられている。

今年度は、ピアサポート体制加算及びピアサポート実施加算の算定にあたって修了が求められる「障害者ピアサポート研修事業」の専門研修を行った。

(2) 事業内容

① 人材養成研修

	日時	実施内容	参加人数
1日目	令和6年2月2日(金) 10:00~17:30	講義：基礎研修の振り返り 講師：京都市中部障害者地域生活支援センターなごやか 田中稔一氏	86名
		講義と演習：ピアサポートの基礎と専門性 講師：日本自立生活センター 岡山 祐美氏 京都ユーザーネットワーク 桐原 尚之氏	
		講義と演習：ピアサポートの専門性の活用 講師：京都ユーザーネットワーク 白田 幸治氏 京都市中部障害者地域生活支援センターなごやか 田中 稔一氏	
		講義と演習：関連する保健医療福祉の施策の仕組みと業務の実際 講師：立命館大学生存学研究所 長谷川 唯氏	
		講義と演習：ピアサポートを活用する技術と仕組み 講師：相談支援事業所おうばく 山崎 理恵氏 綾部市ピアサポーター 上原 信哉氏	
2日目	令和6年2月9日(金) 10:30~17:00	講義と演習：ピアサポーターとして雇用される 講師：京都ユーザーネットワーク 高見 啓由氏	86名
		講義と演習：ピアサポーターを活かす雇用 講師：相談支援事業所おうばく 太田 智之氏	
		講義と演習：セルフマネジメントとバウンダリー 講師：京都市中部障害者地域生活支援センター「なごやか」 田中稔一氏 なっちゃん氏 chico氏 スナフキン氏	
		講義と演習：チームアプローチ 講師：京都ユーザーネットワーク 白田 幸治氏 訪問型生活訓練 やまさき氏、マーク氏	

② 職員派遣

会議名	回数	担当
運営会議	10	精神保健福祉相談員 臨床心理技術者
合計	10	

1 1 心の健康づくり推進事業等

1 1 -1 心の健康づくり推進事業

(1) 目的

本事業は、近年の社会生活環境の複雑化等に伴い、国民各層の間においてストレスが増大し、ノイローゼ、うつ病等の精神疾患が増加していることにかんがみ、精神保健センターにおいて、これら精神疾患に関する相談窓口の設置、精神保健に関する知識の普及等を行うことにより、国民の精神的健康の保持増進を図ることを目的とする。

(「心の健康づくり推進事業実施要領」昭和60年6月18日、健医発第727号)

(2) 事業の内容

① こころの健康相談電話の設置

- ・月曜日～金曜日（祝日および年末年始を除く）、午前9時～12時、午後1時～4時。
- ・京都府（京都市を除く）にお住まいの方を対象。

② 専門職員による出前語らいの実施 1件（技術援助・技術指導再掲）

日時	会場	実施内容	参加者
令和6年1月18日(木) 10:10～11:10	花ノ木医療 福祉センター (亀岡市)	自分の健康を守ろう！～自身のメンタル ヘルスを考える～ 講師：京都府精神保健福祉総合センター 相談指導課 主査 山口 徹	社会福祉法人 花ノ木職員 約20名

1 1 - 2 京都府こころの健康推進員事業

(1) 目的

保健所や市町村と連携し、精神障害者や家族からの身近な相談に応じ、地域生活を支援するとともに、精神保健福祉に関する正しい知識の普及を図ることによって、精神障害者の社会復帰と自立を促進する。活動期間は2年間。

(「京都府こころの健康推進員設置要綱」平成10年5月12日)

(2) 配置状況(令和6年3月31日現在)

保健所	乙訓保健所	山城北保健所	山城北保健所 綴喜分室	山城南保健所	南丹保健所	中丹西保健所	中丹東保健所	丹後保健所	合計
配置数(名)	5	8	15	6	13	5	12	8	72

(3) 活動状況

活動内容	令和4年度 (件数)	令和5年度 (件数)
①保健所や市町村が実施する行事や事業に参加協力した	887	903
②障害者支援施設等の業務に関する協力支援を行った	403	373
③障害者や家族から相談に応じ、又は助言指導を行った	102	82
④精神障害者に関する正しい知識の普及や偏見・誤解の解消に向けた普及啓発活動を実施又は参加した	35	17
⑤その他(サロン運営・当事者団体への支援など)	524	576

(4) 事業の内容

京都府こころの健康推進員現任者研修

日時	会場	実施内容	参加者数
【南部】 令和5年 12月8日(金)	【南部】 京都府精神保健福祉総合センター 体育室	精神障害のある当事者とその支援者の体験談	【南部】 18名 (動画閲覧数 84名)
【北部】 令和5年 12月13日(水)	【北部】 舞鶴総合庁舎 大会議室	【南部】 講師：相談支援事業所おうばく 山崎 理恵 氏 ピアサポーター じゃまいか氏	
(令和6年1月4日 (木)～1月31日 (水)でYouTubeによるオンデマンド配信)		【北部】 講師：綾部市福祉保健部障害者支援課 吉松 正人 氏 ピアサポーター かぎもと 氏	

1 2 通報処理

(1) 目的

精神保健及び精神障害者福祉に関する法律に基づき、検察官、保護観察所の長及び矯正施設の長の通報を受理し、調査、措置診察の通知や立会及び措置入院の告知を行った。また必要に応じて措置入院のための移送を実施した。(一般人の申請、警察官からの通報及び病院管理者からの届出に関する受理及び調査、指定医診察の立会等については権限移譲により、保健所が実施している。)

また、措置診察の結果に基づき、必要な措置入院の決定にかかる事務を行うとともに、措置入院先である病院の管理者からの届出に基づき、措置解除の決定にかかる事務を行った。

さらには、措置入院先である病院の指定医の診察の結果に基づき、仮退院の許可にかかる事務も行う。

(精神保健及び精神障害者福祉に関する法律第22条～第28条、第29条～第29条の5、第40条)

(2) 事業の内容

① 措置診察と移送

	申請通報届出件数	診察不要	診察実施	診察実施の状況(内訳)			緊急措置入院の状況(再掲)			移送を行った件数		
				29条該当	措置入院以外の入院	入院以外	診察実施	緊急措置入院該当	その後の診察の結果措置入院になった者	調査から1次診察まで	1次診察から2次診察まで	2次診察から病院まで
一般からの申請	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
警察官からの通報	87	15	72	17	19	3	57	24	10	0	1	1
検察官からの通報	8	3	5	5	0	0	0	0	0	0	0	5
保護観察所の長からの通報	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
矯正施設の長からの通報	40	39	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1
精神科病院の管理者からの届出	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
心神喪失等の状態で重大な他害行為を行った者に係る通報	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
申請等に基づかない者(法第27条の第2項)	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0
計	136	57	79	23	20	3	58	25	10	0	1	7

② 検察官通報に係る移送件数及び措置入院者の転院の件数

検察官通報	2次診察場所から 措置入院先病院まで	5件
転院	措置入院病院から転院先 措置入院病院まで	0件
合 計		5件

③ 通報に係る処理件数

措置入院 決 定	緊急措 置入院 決定	措置入院 不 要	鑑定不要	措置入院 解 除	緊急措置 入院解除	仮退院	移送※	転院	合 計
23	25	37	57 (内15件は 保健所にて 処理)	47	15	2	5	0	211

※検察官通報処理に基づく移送

1.3 実地指導・実地審査

(1) 目的

精神科病院における適正な医療及び人権に配慮した運営の確保を図る。

(京都府精神科病院実地指導実施要綱、精神保健及び精神障害者福祉に関する法律第38条の6)

(2) 事業の内容

① 精神科病院の実地指導・実地審査 8病院

実地指導日 (定例実施)	病院名	所在地	精神科病床数 (総病床数)
令和6年 2月26日(月)	一般財団法人長岡記念財団 長岡病院	長岡京市	388 (440)
令和6年 2月1日(木)	一般財団法人療道協会 西山病院	長岡京市	287 (287)
令和6年 2月5日(月)	京都府立洛南病院	宇治市	256 (256)
令和5年 10月10日(火)	医療法人栄仁会 宇治おうばく病院	宇治市	395 (453)
令和6年 2月19日(月)	医療法人芳松会 田辺病院	京田辺市	182 (291)
令和6年 2月29日(木)	特定医療法人福知会 もみじヶ丘病院	福知山市	380 (380)
令和6年 1月9日(火)	独立行政法人国立病院機構 舞鶴医療センター	舞鶴市	120 (399)
令和5年 11月1日(水)	医療法人医誠会 東舞鶴医誠会病院	舞鶴市	255 (255)

② 実地審査 23件

うち措置入院後3箇月を経過した措置入院者 2件
 うち実地指導時の措置入院者 5件
 うち実地指導時の医療保護入院者 16件

1 4 精神医療審査会

(1) 目的

精神医療審査会（以下「審査会」という。）は、精神障害者の人権に配慮しつつ、その適正な医療及び保護を確保するために、精神科病院に入院している精神障害者の処遇等について、専門的かつ独立的な機関として審査を行うために設置されたものである。

（「精神保健及び精神障害者福祉に関する法律第12条に規定する精神医療審査会について」平成12年3月28日、障第209号）

(2) 事業の内容

① 審査の概要

*開催状況

全 体 会	2 回
審 査 会	3 6 回

*審査状況

年 度	定期病状報告		医療保護入院者入院届	前回保留再審査	合 計	退院等の請求
	措置	医療保護				
3	4	701	2,305	0	3,010	90
4	2	717	2,297	1	3,017	104
5	3	707	2,542	1	3,253	95

② 電話相談

*電話相談件数

年 度	退院の相談	処遇改善の相談	そ の 他	合 計
3	118	11	180	309
4	123	30	165	316
5	134	26	106	266

1 5 自立支援医療費（精神通院医療）

(1) 目的及び京都府独自の取り組み

自立支援医療制度は、障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律に基づき、『世帯』にかかる精神障害の医療費負担が過大なものにならないよう所得に応じて指定自立支援医療機関で受けた通院医療費（訪問看護を含む。）負担を軽減するための制度である。当センターでは京都市を除く府内の支給認定手続き（審査、受給者証交付）を行っている。

京都府では市町村と協力して「障害者福祉サービス等利用支援事業」を創設し、国の基準より低い月額上限額を設け、負担の低減を図っている。

京都府の利用者負担上限額（京都市は除く。）

所得階層区分		国月額上限額		京都府・市町村月額上限	
		一般	重度かつ継続	一般	重度かつ継続
生活保護受給世帯		0		0	
非課税世帯 市町村民税	本人の収入が 年間80万円以下	2,500		1,250	
	障害基礎年金1級及び 特別障害者手当のみ	5,000			
	上記以外			2,500	
市町村民税課税世帯	市町村民税所得割 3万3千円未満	医療保険の 負担上限額	5,000	10,000	2,500
	市町村民税所得割 16万円未満		10,000	18,600	5,000
	市町村民税所得割 16万円以上			37,200	
	市町村民税所得割 23万5千円以上	給付対象外	20,000	給付対象外	20,000

(2) 事業の内容

① 申請・承認状況（変更等の申請含む）

年度 (令和)	申請数	承認数
3	23,682	23,678
4	26,333	26,329
5	27,423	27,419

② 各年度末所持者数

年度 (令和)	所持者数
3	18,004
4	18,730
5	19,613

③ 電話相談件数 次ページ参照

1 6 精神障害者保健福祉手帳

(1) 目 的

精神障害者保健福祉手帳（以下「手帳」という。）は、一定の精神障害の状態にあることを認定して交付することにより、手帳の交付を受けた者に対し、各方面の協力により各種の支援施策が講じられることを促進し、精神障害者の社会復帰の促進と自立と社会参加の促進を図ることを目的とする。（「精神障害者保健福祉手帳制度実施要領」平成7年9月12日、健医発第1132号）

(2) 事業の内容

① 精神障害者保健福祉手帳の申請・承認状況・障害等級

年度 (令和)	申請数	承認数	承認数内訳		
			1級	2級	3級
3	5,330	5,308	284	2,360	2,664
4	5,548	5,539	262	2,498	2,779
5	5,856	5,841	304	2,599	2,938

※申請数はコロナ感染症による診断書事後提出がないものを含む。

② 各年度末所持者数

年度 (令和)	1級	2級	3級	合計
3	459	3,903	4,248	8,610
4	463	4,143	4,682	9,288
5	478	4,508	5,016	10,002

※申請数はコロナ感染症による診断書事後提出がないものを含む。

③ 電話相談（自立支援医療費、精神障害者保健福祉手帳等）

電話対応件数（自立支援医療費（精神通院医療）・精神障害者保健福祉手帳）

年 度 (令和)	医療機関・薬局など		市 町 村		申請者など		合 計	
	医 療	手 帳	医 療	手 帳	医 療	手 帳	医 療	手 帳
3	599	121	852	744	61	67	1,512	932
4	658	59	892	714	121	58	1,671	831
5	687	74	912	727	139	64	1,738	865

1 7 精神障害者就労支援

(1) 目的

精神障害者の雇用の義務化（平成30年）を受けて、精神障害者の就労相談が増加する中、主に精神保健福祉の視点から、企業に対する精神障害への理解促進、当事者対応への相談、就労支援機関等への助言を実施し、支援の強化を目指す。

(2) 事業の内容

① 精神障害者就労支援アドバイザー

就労支援機関との会議や研修会の出席、企業等への助言を行った。

② 技術援助、技術指導件数（再掲）

年度	技術指導・援助件数	合計
5	30	30

③ 技術援助・対応状況

電話	来所	出張	その他	合計
0	0	30	0	30

④ 技術援助・対象機関別形態内容

区分	医療施設	福祉事業所	就労支援 機関	企業		その他	合計	
				件数	のべ		件数	のべ
研修会講師派遣	0	0	24	0	0	0	24	24
会議等への出席	0	0	0	0	0	0	0	0
知識、情報の提供	0	0	6	6	6	0	6	6
その他	0	0	0	0	0	0	0	0
合計	0	0	30	6	6	0	30	30

18 デイ・ケア事業

(1) 概要等

(1) - 1: 概要

当センターデイ・ケアの通所者は20～40歳代の若年層が主体である。統合失調症、気分障害の他、不安障害、発達障害等、幅広い精神疾患の方が利用しており、多職種職員で対応するとともに個別担当制を採り他機関と適宜連携して細やかな支援を行っている。通所期間は1期6か月の更新制で最長3年としており、各期初めに通所者自らが目標を設定し、期中（約3か月時点）及び期末に達成度を自己評価し、担当職員からもフィードバックを行っている。通所者は、社会参加の前段階として、生活リズムの改善、対人交流機会の確保、社会的スキルの習得等を目標として通所し始めることが多く、プログラムや他通所者との交流を通して自己についての理解と受容が進み、各種の社会資源を活用して社会参加を果たしていく者も多い。

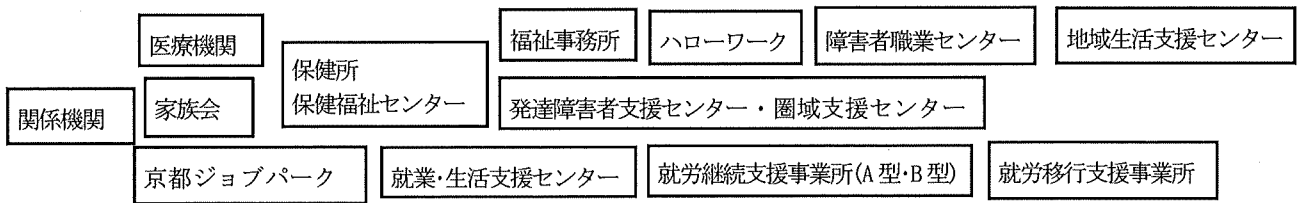
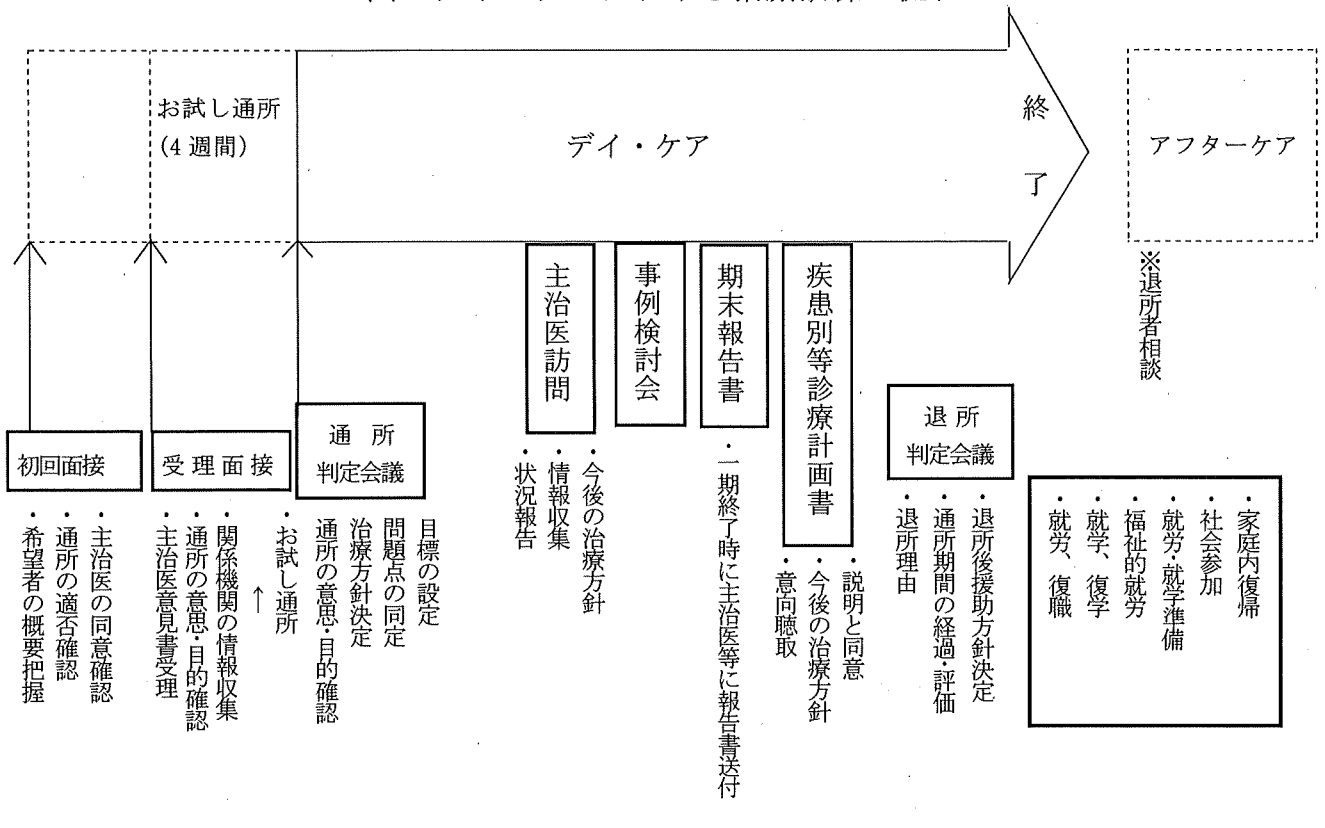
活動内容の例として下表に記している。令和5年5月に新型コロナウイルス感染症が感染症法上5類へ移行したことも受け、基本的な感染予防策を継続しつつも、通所者の回復・成長の可能性が広がるよう、プログラムの内容を見直し工夫してきた。結果として、半日（ショート・ケアとしての利用）でなく1日通して利用する通所者が増えつつある。

通所者の中には、発達障害の特性を背景として就学や就労が困難となり、医療につながった者も多い。「コミュニケーションゼミ（発達障害専門プログラム）」は、自閉スペクトラム症の方を対象に社会的スキルを習得すること、自己理解を深めること、互いの思いや悩みを共有すること、自身に合った処世術を身につけること等を目的として運営しているプログラムである（平成25・26年度厚生労働省障害者総合福祉推進事業により昭和大学発達障害医療研究所が作成した「発達障害専門プログラムパッケージ」を参考にしている）。試行運用を経て平成29年度より本格的に実施しているが、治療効果を得るには一定の言語能力や理解力を要するため、令和3年度よりIQ85以上という条件を設けた。学校や職場での経験を否定的感情とともに振り返ることもあるが、同じ障害を抱える者同士の交流が理解や受容、安心感につながることも多い。

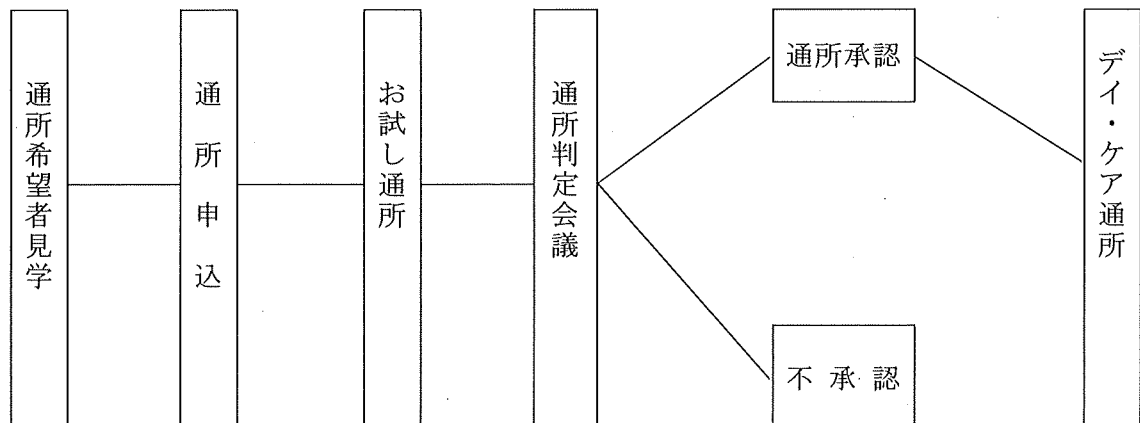
<週間プログラムの例>

	月	火	水	木
午前	コミュニケーションゼミ (発達障害専門プログラム)	ヨガ (月1回 料理)	創作活動 (月1回 音楽)	就業生活セミナー
午後	コミュニケーション セミナー	就業生活セミナー	創作活動 or 朗読 (月1回 パン作り)	エクササイズ (月1回 スポーツ)

図 デイ・ケアにおける治療訓練の流れ



(1) - 2: 入所まで



区分	74期 (4月～9月)	75期 (10月～3月)
入所希望見学者	24人	23人
通所申込者数	13人	14人

(1) - 3 : 通所及び退所者の状況

① 属性

通所実人員	年齢構成	診断名 (*重複障害はダブルカウント)	居住地
51人 [男性 29人 女性 22人]	平均 33.7歳	ICD-10における診断カテゴリー	京都市 32人
	[最少 16歳	F0 0人	京都府内
	最高 58歳	F5 1人	[乙 訓 6人
	[10代 4人	F1 2人	山城北 12人
	20代 16人	F2 10人	山城南 0人
	30代 17人	F3 18人	[南 丹 1人
	40代 8人	F4 14人	他府県 0人
50代 6人		F6 1人	
		F7 1人	
		F8 23人	
		F9 8人	
		G40 0人	

② 参加状況

開設日数	通所延べ人数	1日平均通所者数
183日	2,134人	11.7人

③ 所外プログラム *週間プログラムに関しては18. デイ・ケア事業(1) 概要等を参照

日時	プログラム	行き先	内容	人数
6月16日	社会見学	京都水族館	左記の見学	19人
11月24日	社会見学	京都迎賓館	左記の見学	11人
2月9日	社会見学	京都市市民防災センター	左記の見学	9人

④ 就業生活セミナー

74期

	日 程	内 容	目 的
1	4月11日	オリエンテーション (竹田公園で野点)	就業生活セミナーの目的、内容を確認
2	4月18日	ウォーキング (鴨川河川敷)	季節を感じながら、体力作りとグループ行動
3	4月25日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を知る
4	5月2日	社会でのマナー ～公共の場編～	公共の場で過ごす時の注意事項、マナーを学ぶ
5	5月9日	健康クイズ	健康に対する知識の確認、自らの生活習慣を振り返る、 健康的な生活を心がけるきっかけ作り
6	5月16日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を知る
7	5月23日	ペタンク	通所者同士の交流、コミュニケーション能力の向上
8	5月30日	音楽鑑賞	選曲理由を共有することで通所者同士の交流を図る ストレス軽減とリラックス
9	6月6日	場面の読み取り	ストーリーの読み取りをする、表現の多様性を学ぶ、 表現を通して他者と交流する
10	6月13日	暑中見舞いはがき 作り	季節(6月、梅雨)をテーマに意見交換し、交流を図る はがき作りを通して、創造性、作業能力を高める
11	6月20日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を知る
12	6月27日	音楽鑑賞	選曲理由を共有することで通所者同士の交流を図る ストレス軽減とリラックス
13	7月4日	共同制作 ～作品でつながる～	選択プログラムや通所曜日が異なり交流機会が少ない 通所者と、共同制作を介した交流
14	7月11日	対人関係スキル	視覚情報、聴覚情報がコミュニケーションにどう影響 するか考えるきっかけにする
15	7月18日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を学ぶ
16	7月25日	人との関わり 親切マナー	より良い生き方を求めて人間関係のマナーを学ぶ
17	8月1日	カタカナナーシ	他者にわかりやすい言語表現を、ゲームを通して工夫 することで「伝える力」を養う
18	8月8日	音楽鑑賞	選曲理由を共有することで通所者同士の交流を図る ストレス軽減とリラックス
19	8月22日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を学ぶ
20	8月29日	体力を知る 体力をつける	体力について考え、自身の体力の程度を知り、体力を つける取り組みのきっかけ作り
21	9月5日	苦手をどうする	自分の苦手な状況を確認、苦手な状況の適切な対処法 を考える
22	9月12日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を学ぶ
23	9月19日	振り返り	今期得たことを振り返り、自分の現状を見直す

	日 程	内 容	目 的
1	10月3日	オリエンテーション	目的、内容確認
2	10月10日	ウォーキング	体力作り、心身のリフレッシュ、通所者同士の交流
3	10月17日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を学ぶ
4	10月24日	メタボについて	メタボリックシンドロームについて学び、予防や改善 方法を確認する
5	10月31日	ウォーキング (宝塔寺)	体力作り、心身のリフレッシュ、通所者同士の交流
6	11月7日	有酸素運動と筋トレ	有酸素運動と筋トレを行い、生活習慣病予防を図る
7	11月14日	ウォーキング (安楽寿院)	体力作り、心身のリフレッシュ、通所者同士の交流
8	11月21日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を学ぶ
9	11月28日	自尊心、自己肯定感に ついて	人付き合いにも影響する自己評価の傾向を振り返る
10	12月5日	音楽鑑賞	選曲理由を共有することで通所者同士の交流を図る ストレス軽減とリラックス
11	12月12日	ゲーム、軽運動	他者との交流、気分転換や情動発散の機会
12	12月19日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を学ぶ
13	12月26日	太極拳	体力作り、心身のリラックス
14	1月9日	城南宮へ初詣	新年の目標や抱負の確認、体力作り
15	1月16日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を学ぶ
16	1月23日	腰痛体操	腰痛の予防対策を知る
17	1月30日	オリジナルひな人形	季節を楽しみながら、他者と共同制作
18	2月6日	非言語的 コミュニケーション	自分を客観的に見て自分の知らない自分を知る
19	2月13日	冬の体調管理①	寒い季節の体調管理法を共有 血行改善、免疫力向上の為にセルフボディケアを学ぶ
20	2月20日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を学ぶ
21	2月27日	アサーション	気持ちの表現について考え、自分も相手も大切に するコミュニケーションについて学ぶ
22	3月5日	座ってできる太極拳	体力作り、心身のリラックス
23	3月12日	冬の体調管理②	免疫力と腸の働きを学び日常生活を整える一助とする
24	3月19日	ボディーワーク	自分の体に意識を向ける リラクゼーションの方法を学ぶ
25	3月26日	振り返り ウォーキング	今期得たことを振り返り、自分の現状を見直す 気分転換

⑤ 発達障害専門プログラム

平成 25～26 年度厚生労働省障害者総合福祉推進事業により、昭和大学発達障害医療研究所が作成した「発達障害専門プログラムパッケージ」を元に、「コミュニケーションゼミ」というタイトルで発達障害専門プログラムを平成 29 年度から実施している。対象は①現主治医から発達障害(主に自閉スペクトラム症)の診断を受けている IQ85 以上の者、②集団治療に一定程度適応可能な者としている。

令和 2 年度以降「参加回数が多く、ある程度プログラム内容を理解している」グループと、「初めての参加でプログラムに慣れていない」グループに分かれて実施していたが、初めて参加する通所者が増えたため、令和 5 年度は 1 グループで実施した。4 月～9 月 (74 期) は「発達障害専門プログラムパッケージ」のテキストに沿って、10 月～3 月 (75 期) は参加者の課題に応じたテーマで進めた。

登録者数は、74 期 9 人、75 期 9 人で、平均参加者数は、74 期 4.6 人、75 期 3.1 人であった。

回数	日程		内容	
	74 期	75 期	74 期	75 期
1	4 月 10 日	10 月 2 日	入所式、オリエンテーション	
2	4 月 17 日	10 月 16 日	コミュニケーションについて	障害理解/発達障害とは?
3	4 月 24 日	10 月 23 日	あいさつをする/会話を始める	自分にとっての障害特性①～③ 生活や人付き合いへの影響
4	5 月 1 日	10 月 30 日	会話を続ける	
5	5 月 8 日	11 月 6 日	会話を終える	
6	5 月 15 日	11 月 13 日	会話の復習	自分にとっての人付き合い①～③
7	5 月 22 日	11 月 20 日	障害理解/発達障害とは?	
8	5 月 29 日	11 月 27 日	自分の特徴を伝える①	
9	6 月 5 日	12 月 4 日	ピアサポート①	ストレスについて
10	6 月 12 日	12 月 11 日	ピアサポート②	ピアサポート①
11	6 月 26 日	12 月 18 日	ストレスについて	ピアサポート②
12	7 月 3 日	1 月 15 日	感情のコントロール①不安	目標振り返り、復習
13	7 月 10 日	1 月 22 日	感情のコントロール②怒り	感情コントロール①不安
14	7 月 24 日	1 月 29 日	表情訓練 相手の気持ちを考える	感情コントロール②怒り
15	7 月 31 日	2 月 5 日	相手への気遣い	感情コントロール③対処法
16	8 月 7 日	2 月 19 日	アサーション (非難や苦情への対応)	人に慣れるには
17	8 月 21 日	2 月 26 日	自分の特徴を伝える②	自分の特徴の伝え方を考える①
18	8 月 28 日	3 月 4 日	自分の特徴を伝える③	世の中を知るには
19	9 月 4 日	3 月 11 日	ピアサポート③	自分の特徴の伝え方を考える②
20	9 月 11 日	3 月 18 日	振り返り/卒業式	

⑥ 作品の展示・発表

各期の期末には、創作プログラムで制作した作品を展示する「作品展」および朗読プログラムの「発表会」を開催している。ここ数年は新型コロナウイルス感染症対策のため、来所者への案内を制限していたが、令和5年度は基本的な感染予防は行いつつも徐々に制限緩和を試み、作品展については74期75期ともに通所者と通所者家族全体に案内し、発表会については、74期は通所者と朗読プログラム参加者家族のみ、75期は通所者と通所者家族全体に案内を行う形で開催した。

	作品展	朗読発表会
74期	令和5年9月7日(木)～9月13日(水) ペン習字・手工芸・木工・美術 等	令和5年9月14日(木) 朗読劇「くいな村の一番長い日 ～おじいの非日常～」
75期	令和6年3月7日(木)～3月13日(水) ペン習字・手工芸・木工・美術 等	令和6年3月14日(木) 朗読劇「森の小さなレストラン」

⑦ 社会復帰関連活動 (1) - 3 ③所外プログラムでの活動数も含む

区 分	件 数	対象延べ人員
障害者職業相談室	0	0
障害者職業センター	0	0
京都ジョブパーク	1	2
就業・生活支援センター	0	0
就労移行支援事業所	0	0
就労継続支援A型事業所	5	20
就労継続支援B型事業所	8	16
生活訓練	0	0
デイ・ケア	1	2
保健所、保健センター	1	2
地域生活支援センター、相談支援事業所	0	0
支援団体	0	0
主治医訪問	0	0
医療機関	6	15
実習先・職場訪問	0	0
その他	2	3
合 計	24	60

⑧ 通所者に係る関係機関との連携

	来所相談実人数	来所相談延件数	電話相談延件数
関係機関	25	20	96

⑨ 転帰

区 分	男	女	合計
就労、復職	2	3	5
就学、復学	1	0	1
福祉的就労	3	0	3
就労、就学準備（うち就労移行支援事業所）	1(0)	1(0)	2(0)
社会参加	0	1	1
家庭内復帰	2	1	3
通所意思喪失	2	5	7
病状悪化	0	0	0
その他	0	0	0
継続通所	15	14	29
合 計	26	25	51

⑩ 退所者等援助活動（再掲）

	来所相談延件数	電話相談延件数
退所者	4	226
退所者家族	1	1

(2) 通所者家族支援

① 家族教室

74期家族教室

日 程	内 容	参加人数
4月21日	家族交流会	5
5月19日	精神科医への質問大会	4
6月23日	家族交流会	6
7月28日	自律神経について	6
8月21日～9月1日	家族相談日（担当職員と個別面接）	12
9月7日～13日	家族参加日（作品展、朗読発表会見学）	1

75期家族教室

日 程	内 容	参加人数
10月20日	家族交流会	2
11月17日	家族交流会	3
12月15日	発達障害について	5
1月19日	社会資源	4
2月19日～3月22日	家族相談会（担当職員と個別面接）	15
3月7日～14日	家族参加日（作品展、朗読発表会見学）	6

② 通所者家族来所・電話相談 ※家族教室は除く

	来所相談実人数	来所相談延件数	電話相談延件数
通所者家族	2	2	36

(3) 学生実習(再掲)

区 分	医師	看護師	O T	PSW	その他	合 計
実習件数	7	0	0	0	0	7
実習人数	41	0	0	0	0	41
実習延人数	41	0	0	0	0	41
実習延日数	7	0	0	0	0	7

※新型コロナウイルス感染症の感染症法5類移行に伴い、学生実習の受け入れを再開した。

(4) 関係諸機関との連携（通所者に関連するものを除く）

① 京都デイ・ケア連絡会

京都府内の有志の精神科デイ・ケア施設職員が集い、現場で役立つ実際的な情報交換を目的に平成7年に発足し、令和5年度は30施設会員が加入していた。発足以来当デイ・ケアが事務局を務めており、例会や総会以外に年3回実施している運営委員会にも出席している。通常の活動としては年2回の例会（輪番制で会員施設の見学や概要説明など）と、年1回の総会や講演会、シンポジウムなどを行っていたが、新型コロナウイルス感染症の拡大により令和4年度以降運営委員会や例会等はオンラインで開催するようになり、5類移行後の令和5年度も継続した。

	開催年月日・開催方法・ 参加者数	内容・話題提供担当
87 回	令和5年6月17日（土） オンライン開催 15施設27名参加	1) 三幸会うずまさクリニック デイ・ケアの概要説明 2) 意見交換会「デイ・ケア経験年数別グループ」
88 回	令和5年10月21日（土） オンライン開催 10施設15名参加	1) クリニックまほら デイ・ケアの概要説明 2) 意見交換会「デイ・ケア経験年数別グループ」
89 回	令和6年2月17日（土） オンライン開催 10施設19名参加	1) 第二北山病院 デイ・ケアの概要説明 2) 2024年京都デイ・ケア連絡会総会 運営方法の改革→運営委員の役割廃止や例会日時の変更

② その他（再掲）

内 容	延日数	参加延人数
医療機関職員見学	2	3

1 9 災害支援

(1) 目的

- ・災害時において、被災地域及び他の都道府県の関係機関と連携して精神保健の確保を図る。
- ・平時から災害が起こった時の適正な支援の方法について知識の普及を図る。

(2) 災害発生時の支援等の実績（平成 28 年度以降の実績を記載）

平成 28 年度	<p>●平成 28 年 4 月 14 日以降の熊本地震に関し、厚生労働省（DPAT 事務局）からの要請に基づき、京都府 DPAT チームとして所長（京都府 DPAT 統括者）のもと当センターより精神科医 1 名、PSW 1 名を派遣した。</p> <p>① 活動期間 平成 28 年 4 月 26 日から 6 月 1 日（月）まで、計 7 班 28 名を派遣</p> <p>② 派遣先 熊本県菊池郡大津町避難所</p> <p>③ チーム構成員 精神科医師、看護師、精神保健福祉士・臨床心理士、事務職等 3 名から 5 名程度</p> <p>④ 参加機関 京都府（障害者支援課、少子化対策課、薬務課、京都府精神保健福祉総合センター、京都府立洛南病院）、京都大学医学部、京都府立医科大学</p> <p>⑤ 活動内容 ・避難所の現地巡回業務、診察、相談 ・活動拠点本部業務</p> <p>⑥ 活動報告会 a) 日時：平成 28 年 7 月 28 日（木）16:00～19:00 b) 場所：ルビノ堀川 平安の間 c) 内容 ・第一部 研修 講義：「DPAT 活動の実際」 講師：渡 路子 氏（厚生労働大臣委託事業 DPAT 事務局次長） ・第二部 各チームメンバーより活動報告会</p>
平成 30 年度	<p>●平成 30 年 6 月 18 日 7:58 に発生した大阪府北部地震に対応し、同日、京都府健康福祉部障害者支援課内に DPAT 調整本部を立ち上げた。府内の精神科病院に被災がないこと等、精神保健医療のニーズと提供体制を確認し、6 月 20 日 9:00、DPAT 調整本部を解散した。</p> <p>●平成 31 年 2 月 3 日 近畿地方 DMAT 訓練に府立洛南病院（DPAT 先遣隊）、当センター（DPAT 統括者）、障害者支援課（DPAT 事務担当者）が参加した。DPAT 調整本部機能訓練と DPAT 先遣隊、DMAT との協働訓練を行った。</p>

令和元年度	<ul style="list-style-type: none"> ●京都アニメーション大規模火災関係 京都アニメーション第1スタジオの大規模火災を受けて、令和元年7月26日、被害に遭われた方やその関係者らの心のケアを行う「こころの相談窓口」を設けた。 ●災害医療検討会議 京都府における、災害時の精神医療保健について、京都府立洛南病院、京都府障害者支援課と協議を行った（令和元年8月1日・9月26日）。 ●災害時等対応連絡会議 近畿ブロックセンター長会とあわせて開催し、近畿府県市と災害時の精神保健について意見交換、協議を行った（令和元年9月6日）。
令和2年度	<ul style="list-style-type: none"> ●新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受けて、新型コロナウイルス感染症に関連した心のケアを行う「こころの相談窓口」を設置した。また、「～新型コロナウイルスの感染拡大に関するこころの健康について～」「医療従事者の皆さまへ」というリーフレットを作成し、当所ホームページにて公開した。
令和3年度	<ul style="list-style-type: none"> ●精神科医療機関における新型コロナウイルスクラスター事案の対策共有会議に当センターが参加した（令和3年7月15日）。 ●DPAT 統括者・事務担当者研修に当センターが参加した（令和3年10月3日）。また、DPAT 訓練・体制整備共有会議に参加した（令和4年1月23日）。
令和4年度	<ul style="list-style-type: none"> ●DPAT 統括者・事務担当者研修に当センターが参加した（令和4年11月12日）。 ●京都 DPAT 養成研修に当センターが参加するとともに、当センター所長（DPAT 統括者）が講師を務めた（令和4年10月22日～10月23日）。
令和5年度	<ul style="list-style-type: none"> ●京都 DPAT 技能維持研修の実施に当センター所長（DPAT 統括者）が協力した（令和5年10月21日）。 ●保津川下り観光船事故に対応するため「こころの相談窓口」を設けた。 ●能登半島地震で被災した石川県への DPAT 派遣に関して、当センター所長（DPAT 統括者）が事務局（障害者支援課）と派遣調整協議を行った。

このようなことは
悪いあたりませんか？

からだの変化

- 疲労・めまいを覚える
- 頭痛・肩こり・腰痛
- 吐き気・胃痛
- 食欲不振・過食
- 不眠・悪夢をみる

考え方の変化

- 同じことを繰り返し考える
- 考えがまとまらない
- 記憶力が低下している

気持ちの変化

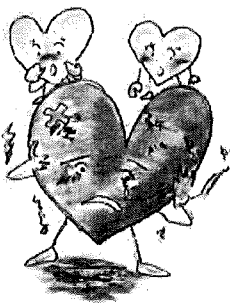
- 気分の浮き沈みが激しい
- 涙もろい・イライラする
- あの時あつすれば良かった
という自責感
- 自分は何もできないという
無力感
- なげやりになったり皮肉な
考え方をする
- 他人に対して怒りを覚える
- 緊張や不安が高い

これらの状態は数週間程度はつづく
ことがありますが続きます

（出典：心的トラウマの理解とケア第2版 産業外傷ストレス研
究会 吉崎 付録10災害時配布のパンフレット見本 P328より
一部引用（特）じほろ）

こころも「ケガ」を
するのです

事故や災害によるショックで、こころは
大きなケガをしてしまいます。
こころがケガをするといろいろな
ことが起こります。
些細なことでイライラする、夜眠れ
ない、その時の夢を繰り返し見る、
その時の光景が何度も思い浮かぶ、
誰とも話さずになれない…などなど
また身体の調子にも影響することが
あります。
これらは多くの場合、自然に回復
していきますが、回復までに時間か
かかることがあります。

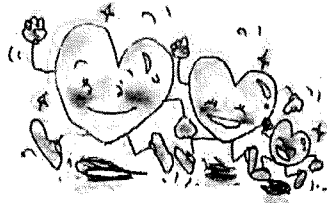


事故後1ヶ月以上
経っても…

事故からしばらくすると、身体や
こころの状態は回復してくるのですが私たち
の「からだ」と「こころ」に非常に強い衝撃
が加わりすぎると、その体験が過ぎ去った後
も記憶のなかに残り、「からだ」と「こ
ころ」に影響を与え続けることがあります

このように災害でもたらされた「こころのケ
ガ」のことを「トラウマ」といいます。

災害の体験によって、引き起こされる
「からだ」と「こころ」の反応は、「災害後
のストレス反応（トラウマ反応）」といえま
す。



おもな災害後のストレス
反応について

事故後のストレス反応のひとつに
PTSD（外傷後ストレス障害）があり次の
ような状態になることをいいます。

①「事故による体験が、自分の意思とは関係
なく気持ちの中に入ってきて、その時と同じ
気持ちがよみがえる。」

②「あらゆる物音や刺激に対して気持ちが強
りつめてしまい、不安で落ち着くことができ
ず、いらだちやすくなりやすくなる。」

③「あたかも事故の体験（トラウマ
体験）が意識から切り離されたようになり、
体験の記憶や実感が乏しくなる。周囲の人々
や自分の未来からも切り離されたように感じ、
人々との自然な交際や、将来の計画ができな
くなる。」

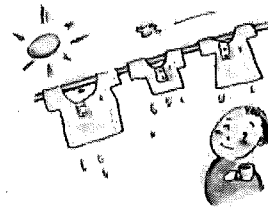
ポイント
災害の後、約1ヶ月たったときに、
上記の状態が続いている場合にはじ
めて
PTSDということが考えられます。

相談窓口

保健所
お近くの保健所では、こころの相談窓口を開設し、精神保健
福祉相談員、保健師などが応じています。

- 乙訓保健所（乙訓市、藤原市、大山町） 電話：075-933-1104
- 山形北保健所（守山町、明野町、久美山町） 電話：0774-21-2183
- 山形北保健所保健分室（川崎町、赤松町、井原町、赤松町） 電話：0774-83-0734
- 山形南保健所（北山町、玉置町、長谷町、新井町、赤山町） 電話：0774-72-0979
- 阿部保健所（塩竈市、赤松町、赤松町） 電話：0771-62-0261
- 中丹西保健所（塩竈市） 電話：0773-22-3903
- 中丹東保健所（塩竈市、赤松町） 電話：0773-75-0255
- 丹波保健所（塩竈市、赤松町、伊勢町、赤松町） 電話：0772-62-4302

事故や災害に巻き込まれたり
目撃された方の
こころの健康について



事故や災害に巻き込まれたり、目撃したり
するとこれまでに感じたことのない気持ちの
変化やからだの不調が起ることがあります。
それらは多くの人が普通に経験するもので、
決して特別なものではありません。つらい体
験は、早く忘れてしまいたいと思うかもしれ
ません。でも、その影響は予想外に長く続く
ことがあります。
症状が長引いたり、気になる症状があるよ
うでしたら、ぜひ相談してください。

京都府

このようなことは
思いあたりませんか？

からだの変化

- 疲労・めまいを覚える
- 頭痛・肩こり・腰痛
- 吐き気・胃痛
- 食欲不振・過食
- 不眠・悪夢をみる

考え方の変化

- 同じことを繰り返し考える
- ちがいがまとまらない
- 記憶力が低下している

気持ちの変化

- 気分が浮き沈みが激しい
- 涙もろい・イライラする
- あの時あずれば良かった
という自責感
- 自分は何もできないという
無力感
- なげやりになったり皮肉な
考え方をする
- 他人に対して恨りを覚える
- 緊張や不安が高い

このような状態が数週間つづくことがありますが、多くは一時的なもので、正常な反応です。
もし、長期間にわたって同じ状態が続くとき、期間があまり長くなくても、程度が過ぎて日常生活に支障が出るときなどは、我慢せずに、適切な相談機関、医療機関などに相談しましょう。

生肉・生の卵・ツマミの摂取に気を付け、食中毒を予防しましょう。また、手洗いや消毒も忘れずに行いましょう。

からだとこころの健康のために

できるだけ身体を休めましょう

やらなければならないことがたくさんあって、体も心も疲れてきます。疲れを感じたら短時間でも横になるようにしてください。※眠れないからお酒に頼るのは考えものです。お酒による睡眠の質が悪く、すぐに覚めなくなり、不眠が続く場合は、早めに治療を受けましょう。

時々体を動かしましょう

ときどき身体を動かすことで、緊張がほぐれ、血行がよくなります。少し歩いたり、深呼吸やストレッチをこころがけてください。入浴が可能なら、入浴でリラックスしましょう。

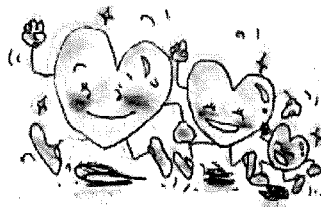
不安を一人でかかえこまずに、
安心できる人と話しましょう

誰でも心配ごとが増えたり不安になったりするのは、一人がかかえこまず、安心できる人（家族や友人、近所の人など）と話してみませんか。話すことで気持ちが少し楽になると思います。電話相談を利用してみるのも一つの方法です。

こんなときは早めの相談を

つぎのような状態が続くときは、早めに相談することをおすすめします。

- 疲れているのに眠れない
- 食欲不振が続き体重が減少している
- 考えが先に進まず何もする気がしない
- 恐怖の記憶が勝手によみがえりパニックになる



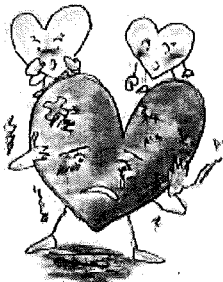
京都府精神保健福祉センター（京都市東山区）にて作成

こころも「ケガ」を
するので

事故や災害、大切な人を亡くしたことによるショックで、こころは大きなケガをすることがあります。

こころがケガをするといういろいろなことが起こります。些細なことでイライラする、夜眠れない、その時の夢を繰り返し見る、その時の光景が何度も思い浮かぶ、誰とも話す気になれない…などなどまた身体の調子にも影響することがあります。

これらは多くの場合、自然に回復していきますが、回復までに時間がかかることがあります。

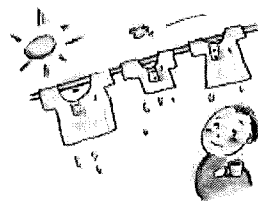


相談窓口

京都府精神保健福祉センター
京都府精神保健福祉センターでは、こころの健康相談窓口を開設しています。
国庫による精神保健福祉相談（精神保健福祉相談員、臨床心理士等）も行ってまいります。まずはお電話ください。

- こころの健康相談電話 075-845-6155
- 月曜日～金曜日 9:00～12:00/13:00～16:00
- 土曜日・年末年始を除く

大きな事故や災害に
遭遇したり、
大切な人・身近な人を
なくしたとき…



事故や災害に遭遇したとき、あなたの大切な人や身近な人を突然亡くしたとき、これまでに感じたことのない気持ちの変化やからだの不調が起こることがあります。

それらは多くの人が経験するもので、決して特別なものではありません。つらい体験は、早く忘れてしまいたいと思うかもしれませんが、でも、その影響は予想外に長く続くことがあります。

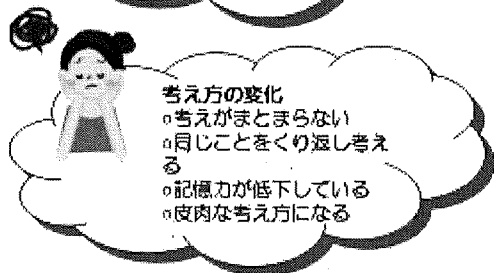
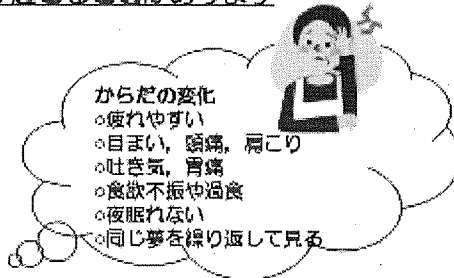
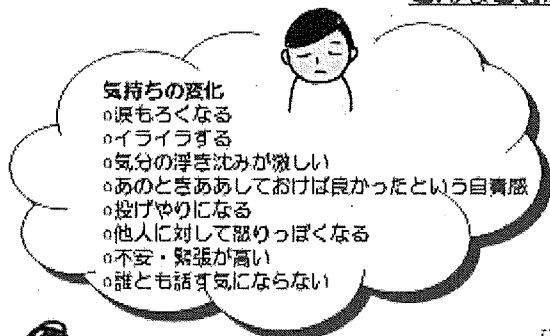
そのような状態が長引いたり、気になる状況があるようでしたら、ぜひ相談してください。

京都府

大きな事故などに遭遇したり、 大切な人・身近な人をなくしたとき...

大きな事故や事件に遭遇したとき、あなたの大切な人や身近な人を突然の病気や事故で亡くしたとき、
そういうとき、こころも「ケガ」をして、気持ちやからだや考え方に影響が出る場合があります。

こんなことが起こることがあります



◦このような状態が、数週間続くことはありますが、多くは一時的なもので、正常な反応です。
◦もし、長期間にわたって同じ状態が続くとき、期間があまり長くなくても、程度が強くて日常生活に支障が出るなどときは、適切な相談機関、医療機関などに相談しましょう。

相談することで辛さが和らぐことがあります。
お一人で抱え込まず、御相談ください。

■ 京都府精神保健福祉総合センター

- こころの健康相談電話 075-645-5155
月曜日～金曜日 9:00～12:00 / 13:00～16:00
※祝日・年末年始を除く

京都府精神保健福祉総合センターでは、面接による精神保健福祉相談（精神保健福祉相談員、臨床心理技術者など）を行っています。まずはこころの健康相談電話からご予約ください。

こころの健康相談電話

・こころが疲れていませんか？
 ・家族のことで悩んでいませんか？
 ・青年期のこころの危険信号はみられませんか？

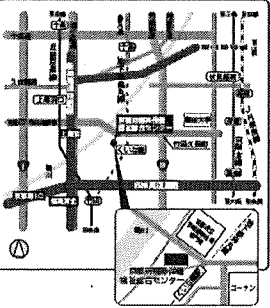
・仕事のことで悩んでいませんか？
 ・お酒や薬物などで悩んでいませんか？

◎こころの健康に関する相談をお聞きします。
 ※来所相談のご予約の後もこちらにお電話ください。
 ※京都府（京都市を除く）にお住まいの方の相談窓口です。

TEL/075-645-5155
 （月曜～金曜・年末年始、祝日除く）午前9時～12時、午後1時～4時

◎京都市にお住まいの方は、
 京都市こころの健康増進センター TEL/075-314-0874 にお電話ください。
 （月曜～金曜・年末年始、祝日除く）午前9時～12時、午後1時～4時

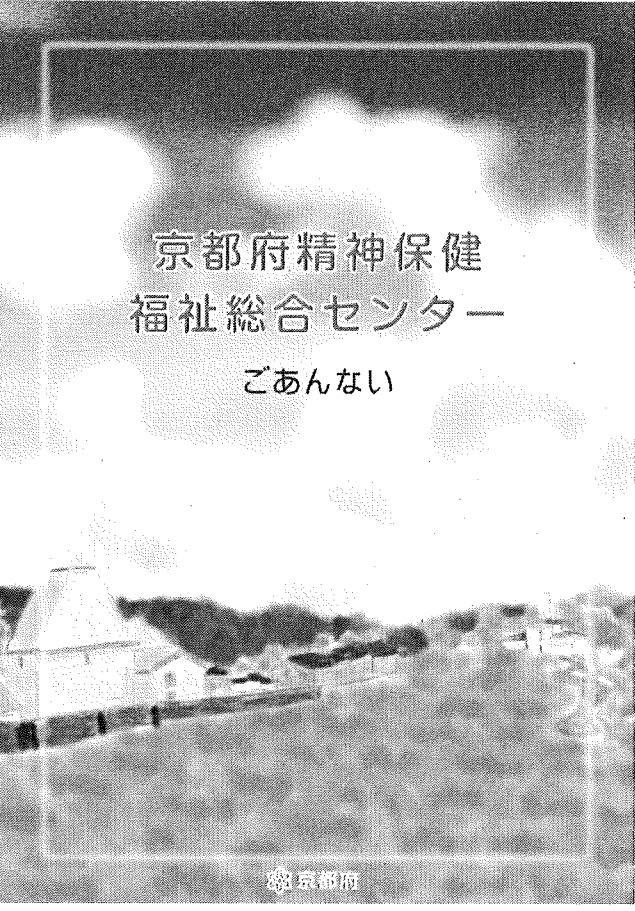
お問い合わせ内容	電話番号
こころの健康相談電話、来所相談に関して	TEL/075-645-5155
遊園地等に関して	TEL/075-841-2160
精神科リハビリ施設等に関して	TEL/075-841-1890
普及啓発（講演依頼）等、地域精神保健福祉活動に関して	TEL/075-841-1810
・精神障害者保健福祉手帳に關して （相談窓口、申請方法など詳しくはこちらをご覧ください） ・自立支援医療（精神通院）の支給認定、受給者証に關して （対象者、給付内容、申請方法など詳しくはこちらをご覧ください）	お住まいの市町村 担当課



京都府精神保健福祉総合センター
 〒612-8418
 京都市伏見区竹田流池町 120
 TEL/075-841-1810 FAX/075-841-1819
<http://www.pref.kyoto.jp/health/>

利用交通機関

◎地下鉄「くいの森駅」下車 北口（1番出口）すぐ
 ◎近 鉄「上奥羽口駅」下車 東へ徒歩10分
 ◎京 阪「深草駅」下車 西へ徒歩15分
 ◎バ ス 京都市バス「竹田久野」下車 西へ徒歩6分



業務のごあんない

◎ 精神保健福祉法（昭和30年法律第123号）に基づき、こころの健康増進を目的として、こころの健康相談電話、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を実施しています。

◎ こころの健康相談電話（075-645-5155）
 24時間受付の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進センター（TEL/075-314-0874）
 京都市にお住まいの方の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進施設（TEL/075-841-1890）
 こころの健康増進センターに併設して、こころの健康増進施設を実施しています。こころの健康増進施設は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進事業（TEL/075-841-1810）
 こころの健康増進センター、こころの健康増進施設を通じて、こころの健康増進事業を実施しています。こころの健康増進事業は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ 精神保健福祉法（昭和30年法律第123号）に基づき、こころの健康増進を目的として、こころの健康相談電話、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を実施しています。

◎ こころの健康相談電話（075-645-5155）
 24時間受付の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進センター（TEL/075-314-0874）
 京都市にお住まいの方の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進施設（TEL/075-841-1890）
 こころの健康増進センターに併設して、こころの健康増進施設を実施しています。こころの健康増進施設は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進事業（TEL/075-841-1810）
 こころの健康増進センター、こころの健康増進施設を通じて、こころの健康増進事業を実施しています。こころの健康増進事業は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康相談電話（075-645-5155）
 24時間受付の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進センター（TEL/075-314-0874）
 京都市にお住まいの方の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進施設（TEL/075-841-1890）
 こころの健康増進センターに併設して、こころの健康増進施設を実施しています。こころの健康増進施設は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進事業（TEL/075-841-1810）
 こころの健康増進センター、こころの健康増進施設を通じて、こころの健康増進事業を実施しています。こころの健康増進事業は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康相談電話（075-645-5155）
 24時間受付の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進センター（TEL/075-314-0874）
 京都市にお住まいの方の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進施設（TEL/075-841-1890）
 こころの健康増進センターに併設して、こころの健康増進施設を実施しています。こころの健康増進施設は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進事業（TEL/075-841-1810）
 こころの健康増進センター、こころの健康増進施設を通じて、こころの健康増進事業を実施しています。こころの健康増進事業は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康相談電話（075-645-5155）
 24時間受付の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進センター（TEL/075-314-0874）
 京都市にお住まいの方の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進施設（TEL/075-841-1890）
 こころの健康増進センターに併設して、こころの健康増進施設を実施しています。こころの健康増進施設は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進事業（TEL/075-841-1810）
 こころの健康増進センター、こころの健康増進施設を通じて、こころの健康増進事業を実施しています。こころの健康増進事業は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康相談電話（075-645-5155）
 24時間受付の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進センター（TEL/075-314-0874）
 京都市にお住まいの方の相談窓口です。お電話で相談することができます。相談内容は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進施設（TEL/075-841-1890）
 こころの健康増進センターに併設して、こころの健康増進施設を実施しています。こころの健康増進施設は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

◎ こころの健康増進事業（TEL/075-841-1810）
 こころの健康増進センター、こころの健康増進施設を通じて、こころの健康増進事業を実施しています。こころの健康増進事業は、こころの健康増進センター、こころの健康増進施設、こころの健康増進事業を通じて対応いたします。

～新型コロナウイルスの

感染拡大に関するこころの健康について～

新型コロナウイルスの感染拡大により、不安や恐怖、疲れを感じている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。さらに今は感染拡大防止のため、隔離や自宅待機、外出自粛などの対策がとられています。行動の自由を制限されると、気持ちやからだ、考え方にさまざまな変化が現れることがあります。

自由が制限される
ことで怒りや
不安を感じる

自分の体調や仕事、
将来について
心配になる

イライラしたり、
腹をたてたり
しやすくなる

他の人との交流が
制限されているために、
孤独や寂しさを感じる

食欲が落ちたり
眠れなかったりする

～これらの反応が生じるのはとても自然なことです

こころの健康を保つために大切な事をいくつかご紹介します～

□ こころとからだの健康を保つ生活をしましょう

- ・電話などで親しい人と話す、互いにねぎらうなどしましょう。
- ・睡眠や食事など規則正しい生活を送りましょう。
- ・人混みを避けた場所で、適度な運動を心がけましょう。
- ・自宅でできる活動(読書、映画鑑賞、創作活動など)を楽しみましょう。

□ 「正確な情報」を「適切な量」で取り入れましょう

- ・たくさんの情報に触れることで、不安が高まる場合があります。
- ・1日のうち決まった時間に、国や自治体が紹介しているものなど情報源が
明らかな情報と知識を得るようにしましょう。

□ デマ・偏見・差別を防ぐために

- ・感染拡大による不安からしばしば「不正確な噂やデマ」「偏見」が発生することがあります。受け取る時は、一呼吸おいて情報源が確かか、正しいものかどうかを
チェックしましょう。
- ・新型コロナウイルス感染症にかかった人を治療している医療従事者は、患者の命を
救い、皆さんの安全を保つため、最前線で頑張っておられます。
医療従事者の果たしている役割に感謝し、敬意を払いましょう。

※このリーフレットは、愛知県精神保健福祉センター作成リーフレット、日本赤十字社「感染症流行期にこころの健康を保つために～隔離や自宅待機により行動が制限されている方々へ～」を参考に作成しました。

(令和2年4月京都府精神保健福祉総合センター作成)

医療従事者の皆さまへ

医療の最前線で新型コロナウイルス感染症の対応にご尽力いただき、ありがとうございます。
皆様は、感染リスクの不安、多忙、見通しの立たなさなどから、心身に不安を抱えながら、日々業務に携わっていらっしゃると思います。また、皆様やご家族の中には、周囲の偏った知識や思い込みから、心無い言葉や扱いを受けている方もいらっしゃるかもしれません。

こういった状況の中、重い責任や多忙のあまり、ご自身の健康管理を後回しにして仕事に打ち込んでおられないでしょうか。

今後も大切な支援を続けていくためには、ご自身の健康管理にも十分な注意を払う必要があります。

起こりうる心身の変化や不調（一例）

- ・気分が落ち込む
- ・物事に集中できない
- ・イライラしやすくなる
- ・よく眠れない
- ・食欲がなくなる
- ・ミスや忘れ物が増える
- ・孤立感や見離された感覚
- ・精神的消耗や疲れやすさ
- ・過度な情報収集
- ・活動への緊張感
- ・「自分が感染したら／感染させたらどうしよう」という不安

このような心身の変化や不調は、職種や経験年数を問わず、誰にでも現れることがあります。これは様々なストレスに対する正常な反応で、ごく当たり前のことです。

ご自身の健康を保って業務を続けるために、参考になりそうなことをまとめました。

おすすめすること

- ・できるだけ毎日のリズムを保ち、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけましょう。
- ・悩みや不安を一人で抱え込まず、家族・友人・同僚・上司等で信頼できる人に話を聴いてもらいましょう。
- ・意識して少し体を動かしましょう。また、可能な範囲で趣味や日課の時間を持ちましょう。気持ちを落ち着かせ、リフレッシュすることに役立ちます。
- ・工作中やシフトの合間にできる限りの休息を確保しましょう。
- ・これまでうまくいったストレスの対処法を思い出し、試してみましょう。

心にとめておいていただきたいこと

- ・アルコールやタバコの摂りすぎには注意しましょう。
- ・休憩を取らない等、過度に働くことは避けましょう。
- ・一人でできる範囲を超えた仕事をこなそうとすることは避け、上司や同僚に相談しましょう。

※このリーフレットは、茨城県精神保健福祉センター作成リーフレット、愛知県精神保健センター作成リーフレットを参考に作成しました。
(令和2年4月京都府精神保健福祉総合センター作成)

京都府精神保健福祉総合センター 所報

令和6年7月発行

編集・発行 京都府京都市伏見区竹田流池町120

郵便番号 612-8416

電話 (075) 641-1810

F A X (075) 641-1819