愛媛県心と体の健康センター

所　報

【令和６年度　業務報告】



愛媛県イメージアップキャラクターみきゃん

愛媛県心と体の健康センター

は　じ　め　に

令和６年度の愛媛県心と体の健康センター所報がまとまりましたのでお届けいたします。この一年、当センターの活動に御協力をいただきました関係各位に深く感謝申し上げます。

さて、当センターでは、新型コロナウイルス感染症等により WEB を導入しての研修会・会議の開催が定着したことから、令和６年度は、関係機関からの開催要望や研修の効果等を考慮しながら、開催方法を対面やハイブリッド等開催方法を検討したうえで実施しております。

依存症対策では、令和５年５月に「第二次愛媛県ギャンブル等依存症対策推進計画」、令和６年４月には、「第二次愛媛県アルコール健康障害対策推進計画」及び「第二次愛媛県薬物依存症対策推進計画」が策定され、各計画の推進のため人材育成研修、個別相談支援、関係機関への技術援助や自助グループの育成支援等を積極的に実施しておりますとともに、相談者の方が居住地に近い医療機関を知り、早期から回復支援を受けられるように、県内の精神科病院・診療所・内科等で実施する「ギャンブル・薬物・アルコール等への支援」について、ホームページで情報発信しています。一般精神保健福祉相談では、来所相談が 638 件で前年に比べ 63 件増加しましたが、そのうち 80％はギャンブル相談が占める状況でした。近年、ギャンブル相談は増加しており、関係者と情報交換をすすめ、支援体制の構築に努めております。

自殺対策では、令和７年３月に策定された「第３時愛媛県自殺対策計画（R７～11 年度）」に基づいて取組みを行っております。新型コロナウイルス感染症流行期間中に増加していた自殺者は、流行前の状況に落ち着いてきましたが、全国的に若年者の自殺者数が増加していることから、今後も、地域自殺対策推進センターにおいて地域特性を分析しながら、計画に沿って相談体制や関係者への人材育成等に取り組み、自殺予防対策を進めてまいります。

ひきこもり対策においては、市町のひきこもり相談支援体制の強化を図るため、担当者会の開催や市町が主催するひきこもり研修会の講師や事例相談等の実践的な支援を行いました。災害時に向けた取り組みでは、県総合防災訓練や国の大規模地震時医療活動訓練等を通じて DPAT 等の派遣や活動の円滑化、様々な保健医療活動チームの間での多職種連携を学び、実践力を高める必要性を感じております。

最後になりましたが、これからも精神保健福祉の技術的中核機関として、社会状況や地域のニーズを捉えたメンタルヘルス対策に職員一同力を合わせて取り組んで参りたいと考えておりますので、皆様の日頃からの御支援、御協力に感謝いたしますとともに、引き続き御指導、御鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

令和８年３月　吉日



愛媛県心と体の健康センター
所 長　廣瀬　浩美

－目　次－

Ⅰ　センターの概要 …… 1

Ⅱ　事業実績 …… 5

1　自立支援医療費（精神通院）の支給認定及び精神障害者保健福祉手帳の交付決定 …… 5
（1）自立支援医療費（精神通院） …… 5
（2）精神障害者保健福祉手帳 …… 5

2　精神医療審査会の審査事務 …… 6
（1）定期の報告等 …… 6
（2）退院等の請求 …… 6
（3）電話・来所相談 …… 6

3　診療業務 …… 7

4　精神科救急医療情報センター業務 …… 8
（1）実施主体 …… 8
（2）対象地域 …… 8
（3）精神科救急医療情報センター …… 8
（4）精神科救急医療施設（当番医） …… 8
（5）相談件数 …… 8
（6）主な受信内容 …… 9
（7）相談結果 …… 9

5　技術指導、人材育成、普及啓発 …… 10
（1）技術指導及び技術援助 …… 10
（2）人材育成 …… 11
（3）普及啓発 …… 13

6　精神保健福祉相談 …… 14
（1）一般精神保健福祉相談 …… 14
（2）心の健康づくり推進事業 …… 14
（3）思春期精神保健相談事業 …… 15
（4）薬物関連問題相談事業 …… 16

7　ひきこもり支援推進事業 …… 17
（1）事業開始からの取り組み状況 …… 17
（2）相談支援事業 …… 18
（3）支援体制連携強化事業 …… 22
（4）普及啓発・研修事業 …… 22

８　自殺予防対策事業　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２４
（１） 平成23年度からの取り組み状況 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２５
（２） 人材育成 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２５
（３） 技術援助 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２６
（４） 愛媛県地域自殺予防対策連絡協議会及び
地域自殺対策推進センターワーキング部会 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２７
（５）情報分析・情報提供 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２７
（６）相談支援事業 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２７

９　依存症対策事業 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２８
（１）人材育成 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２８
（２）相談支援 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２８
（３）家族教室 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２９
（４）技術援助 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２９

10　その他の相談窓口 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ３２
生涯を通じた女性の健康支援事業 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ３２

11　愛媛県DPAT体制整備事業 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ３３
（１）愛媛県DPATの活動 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ３３
（２）愛媛県DPATに関する訓練（会議） ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ３３
（３）愛媛県DPATに関する研修会 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ３３
（４）普及啓発 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ３３

12　各種委員会 ・・ ３４

Ⅲ　調査研究ほか ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ３５

Ⅰ　センターの概要

1　役割

精神保健福祉センター（以下「センター」という。）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。以下「法」という。）第６条の規定に基づき、都道府県等及び指定都市（以下「都道府県等」という。）が設置する精神保健及び精神障害者の福祉に関する総合的技術センターとして、地域の精神保健福祉における活動推進の中核的な機能を備えるとともに、住民の精神的健康の保持増進、精神障害の予防、適切な精神医療の推進、地域生活支援の促進、自立と社会経済活動への参加の促進のための援助等を行うこととされています。

さらに、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等の一部を改正する法律（令和４年法律第 104 号。以下「令和４年改正法」という。）により、法第 46 条において、都道府県及び市町村が実施する精神保健福祉に関する相談支援においては、精神障害者のみならず精神保健に課題を抱える者も対象として、心身の状態に応じた適切な支援の包括的な確保を行わなければならないことが規定されました。精神障害者等をより身近な地域できめ細かく支援していくためには、市町村が相談支援等の取組をこれまで以上に積極的に担っていくことが求められており、センターは市町村及び市町村を支援する保健所と協働し、精神障害者等のニーズや地域の課題を把握した上で、障害保健福祉圏域等の単位で精神保健医療福祉に関する重層的な連携による支援体制の構築に向け、精神保健福祉センター運営要領に示す各業務を総合的に推進していきます。

2　沿革

昭和 25 年 5 月 1 日	精神衛生法(法律第 123 号)の制定公布
昭和 32 年 7 月 1 日	愛媛県精神衛生相談所を松山保健所内に名目設置 相談業務は県立中央病院内で実施
昭和 38 年 4 月 1 日	松山総合庁舎内に設置
昭和 39 年 4 月 1 日	愛媛県精神衛生相談所処務規程(訓令第 37 号)の制定施行
昭和 40 年 6 月 30 日	精神衛生法の一部改正
昭和 44 年 3 月 24 日	精神衛生センター運営要領の制定施行通知 （衛発第 194 号厚生省公衆衛生局長通知）
昭和 47 年 4 月 1 日	愛媛県精神衛生相談所廃止、愛媛県精神衛生センター設置 同時に愛媛県精神衛生センター処務規程(訓令第 10 号)の公布施行
昭和 47 年 6 月 1 日	愛媛県生活保健ビル内に移転
昭和 63 年 7 月 12 日	昭和 63 年 7 月 1 日精神保健法施行に伴い、愛媛県精神保健センターに名称変更
平成 7 年 7 月 6 日	平成７年７月１日精神保健福祉法施行に伴い、愛媛県精神保健福祉センターに名称変更
平成 8 年 1 月 19 日	精神保健福祉センター運営要領の制定施行通知 （健医発第 57 号厚生省保健医療局長通知）
平成 14 年 1 月 21 日	精神科救急医療情報センターを設置
平成 15 年 10 月 6 日	愛媛県健康増進センタービル内に移転
平成 19 年 4 月 1 日	愛媛県心と体の健康センターに名称変更（健康増進センター廃止） 難病相談・支援センター及び不妊専門相談センターを設置
平成 20 年 9 月 1 日	愛媛県総合保健福祉センター内に移転
平成 23 年 4 月 1 日	ひきこもり相談室を設置

平成 25 年 4 月 1 日	地域自殺予防情報センター設置 （平成 28 年４月１日地域自殺対策推進センターに名称変更）
平成 30 年 4 月 1 日	難病相談・支援センターは愛媛大学医学部附属病院に業務委託
平成 30 年 10 月 9 日	愛媛県依存症相談拠点を設置
令和 4 年 5 月 25 日	不妊専門相談センターは愛媛大学医学部附属病院に業務委託

３　施設

（１） 所在地

〒790－0811
愛媛県松山市本町７丁目２番地
愛媛県総合保健福祉センター３階
電話 089－911－3880
FAX　089－923－8797

・松山市駅、ＪＲ松山駅から市内電車の環状線（城北周り）に乗車、本町６丁目で下車、徒歩５分
・松山市駅から市内電車の本町線に乗車、本町６丁目で下車、徒歩５分



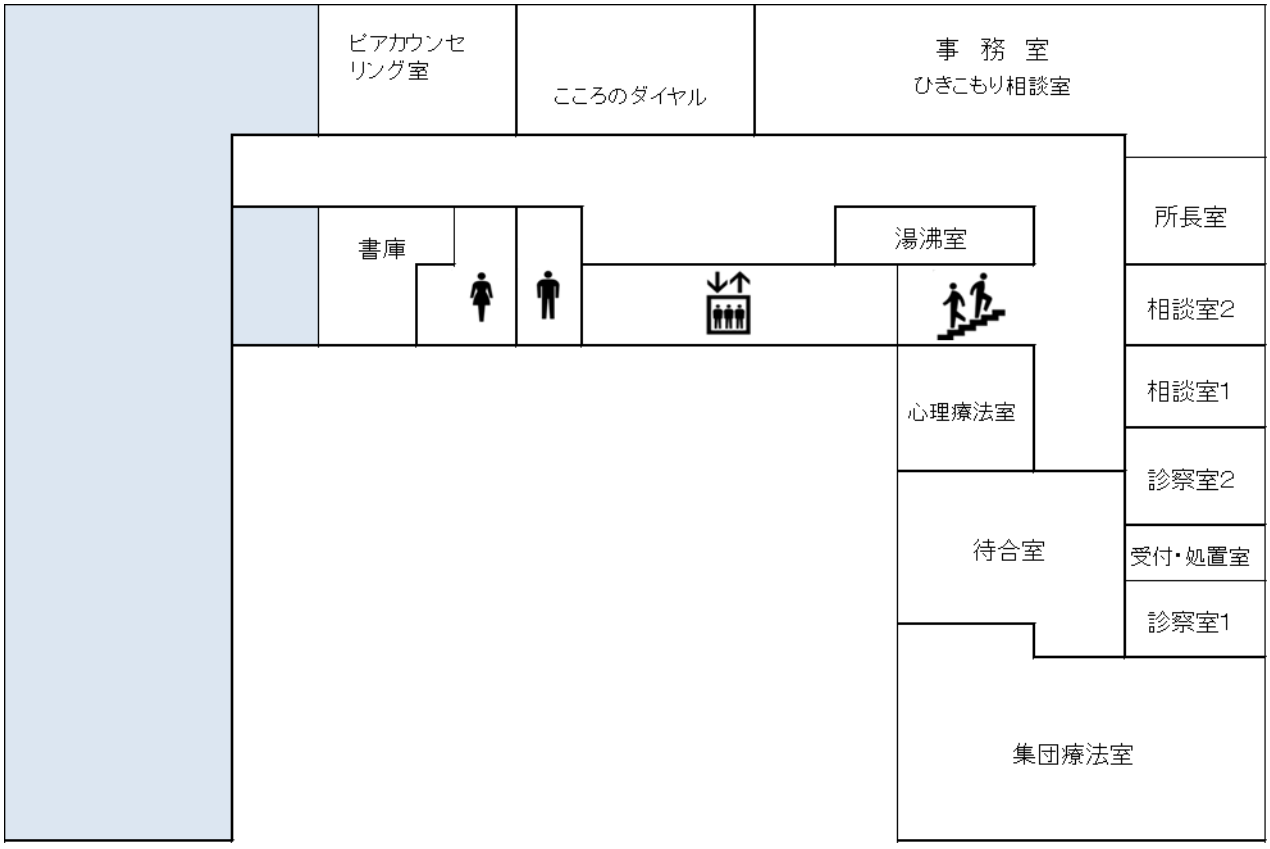
ひきこもり相談室（月～金曜、９：00～17：00）　電話 089－911－3883
こころのダイヤル（月・水・金曜、９：00～15：00）　電話 089－917－5012



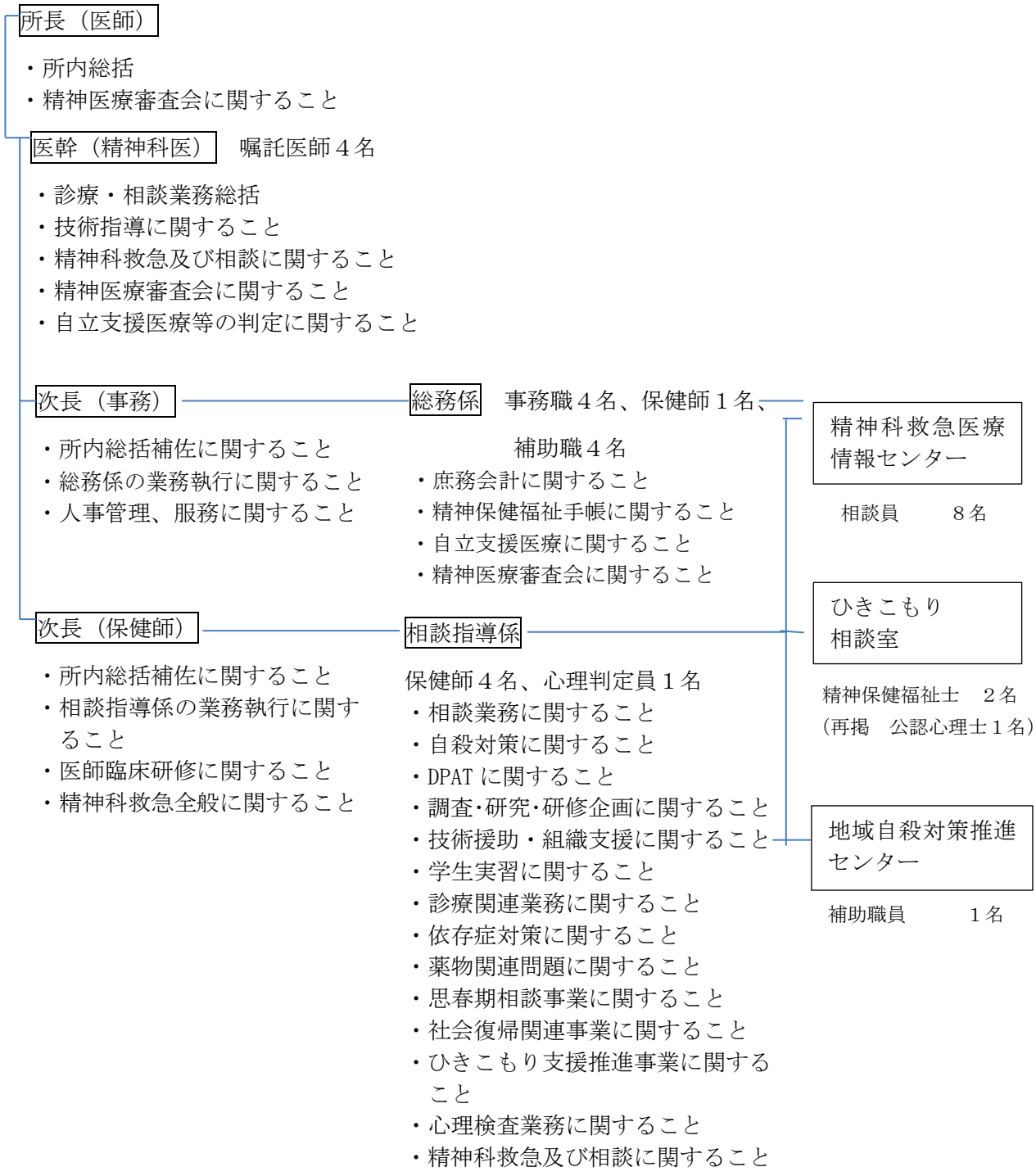


（2） 配置図

愛媛県総合保健福祉センター内　３階
延床面積　675.85 ㎡



４　組織及び事務分掌


所長（医師）
・所内総括
・精神医療審査会に関すること
医幹（精神科医）　嘱託医師４名
・診療・相談業務総括
・技術指導に関すること
・精神科救急及び相談に関すること
・精神医療審査会に関すること
・自立支援医療等の判定に関すること
次長（事務）
・所内総括補佐に関すること
・総務係の業務執行に関すること
・人事管理、服務に関すること
総務係　事務職４名、保健師１名、
補助職４名
・庶務会計に関すること
・精神保健福祉手帳に関すること
・自立支援医療に関すること
・精神医療審査会に関すること
精神科救急医療情報センター
相談員　８名
次長（保健師）
・所内総括補佐に関すること
・相談指導係の業務執行に関すること
・医師臨床研修に関すること
・精神科救急全般に関すること
相談指導係
保健師４名、心理判定員１名
・相談業務に関すること
・自殺対策に関すること
・DPAT に関すること
・調査･研究･研修企画に関すること
・技術援助・組織支援に関すること
・学生実習に関すること
・診療関連業務に関すること
・依存症対策に関すること
・薬物関連問題に関すること
・思春期相談事業に関すること
・社会復帰関連事業に関すること
・ひきこもり支援推進事業に関すること
・心理検査業務に関すること
・精神科救急及び相談に関すること
ひきこもり相談室
精神保健福祉士　２名
（再掲　公認心理士１名）
地域自殺対策推進センター
補助職員　１名

Ⅱ　事業実績

１　自立支援医療費（精神通院）の支給認定及び精神障害者保健福祉手帳の交付決定

（１）　自立支援医療費（精神通院）

障害者総合支援法が平成 18 年４月１日に施行されたことに伴い、精神保健福祉法の「精神障害者通院医療費公費負担制度」より移行した制度である。

申請等に係わる受付事務は市町が担当しており、市町に提出された申請書を保健所がとりまとめ当センターに送付し、センターで支給認定、受給者証発行事務全般を行っている。

自立支援医療費（精神通院）受給者証の支給認定件数　　令和７年３月 31 日現在

	６年度		５年度		A/B
	件数（A）	累計	件数（B）	累計	
4月	4,837	4,837	4,724	4,724	102.4%
5月	4,052	8,889	3,772	8,496	107.4%
6月	4,510	13,399	4,453	12,949	101.3%
7月	3,762	17,161	4,380	17,329	85.9%
8月	3,898	21,059	4,335	21,664	89.9%
9月	4,821	25,880	4,444	26,108	108.5%
10月	4,403	30,283	4,214	30,322	104.5%
11月	4,541	34,824	4,160	34,482	109.2%
12月	4,008	38,832	3,874	38,356	103.5%
1月	4,155	42,987	4,038	42,394	102.9%
2月	4,634	47,621	4,462	46,856	103.9%
3月	4,294	51,915	4,355	51,211	98.6%
計	51,915	51,915	51,211	51,211	101.4%

（２）精神障害者保健福祉手帳

一定の精神障害の状態であることを証明し、各種の福祉サービスを受けやすくする等の目的で、平成７年 10 月から交付が始まった。

自立支援医療費支給制度と同じく、申請等に係る受付事務は市町が担当しており、保健所が市町に提出された申請書を取りまとめ当センターに送付し、センターで交付決定、手帳発行事務全般を行っている。

精神障害者保健福祉手帳の交付決定件数　　令和７年３月 31 日現在

	６年度		５年度		A/B
	件数（A）	累計	件数（B）	累計	
4月	673	673	511	511	131.7%
5月	564	1,237	670	1,181	84.2%
6月	613	1,850	569	1,750	107.7%
7月	656	2,506	629	2,379	104.3%
8月	617	3,123	581	2,960	106.2%
9月	593	3,716	558	3,518	106.3%
10月	592	4,308	611	4,129	96.9%
11月	611	4,919	554	4,683	110.3%
12月	587	5,506	627	5,310	93.6%
1月	591	6,097	568	5,878	104.0%
2月	555	6,652	558	6,436	99.5%
3月	625	7,277	558	6,994	112.0%
計	7,277	7,277	6,994	6,994	104.0%

２　精神医療審査会の審査事務

法改正により、平成 14 年４月から審査会の事務は、当センターで行うこととなり、定期の報告等による審査及び退院等の請求に係る審査を行っている。事務手続きの流れとしては、報告書及び退院等の請求は県担当課で受付け、当センターが審査会を開催し、審査結果を知事に報告することとしていたが、令和２年４月から報告書及び退院等の請求の受付けは当センターに事務移譲されている。

（１） 定期の報告等

令和７年３月 31 日現在

		審査件数（注 1）	審査結果件数			審査中（注 2）
			現在の入院形態が適当	他の入院形態への移行が適当	入院継続不要	
医療保護入院時の届出		1,453	1,406	0	0	47
入院中の定期報告等	任意入院	0	0	0	0	0
	医療保護入院	817	817	0	0	0
	措置入院	8	8	0	0	0
計		2,278	2,231	0	0	47
令和５年度計		2,436	2,381	0	0	55

（注１）　審査件数は、令和６年度末までに精神医療審査会に審査依頼のあった件数を計上しており、同一案件について複数回審査を実施した場合であっても１件として計上。

（注２）　審査中は、令和６年度中精神医療審査会に審査依頼のあったもののうち、令和７年３月 31 日現在で審査継続中になった件数を計上。

（２） 退院等の請求

令和７年３月 31 日現在

	請求件数（注 3）	審査結果件数（注 4）		審査不要（注 5）	審査中（注 6）
		入院又は処遇は適当	入院又は処遇は不適当		
退院の請求	19	15	0	4	0
処遇改善の請求	8	6	0	2	0
計	27	21	0	6	0
令和５年度計	30	22（2）	0	12（2）	0

（注３）　請求件数は、令和６年度末までに精神医療審査会に審査依頼のあった件数を計上しており、同時に退院・処遇改善請求をした者についてはそれぞれ計上している。

（注４）　審査結果件数欄の（ ）書きは、前年度からの繰越分で内書きである。

（注５）　審査不要は、退院や取り下げなどで審査不要となった件数を計上。

（注６）　審査中は、令和６年度末現在に結果が判明せず審査継続中になった件数を計上。

（３）電話・来所相談

令和７年３月 31 日現在

件数	電話相談（内容別）			来所相談
	退院に関する相談	処遇改善に関する相談	その他	
127	44	10	73	0

3　診療業務

直接サービスとして、精神科医師による外来診察を予約制で実施している。

○診療件数　令和７年３月 31 日現在

年 度	延件数
R 6 年度	310
R 5 年度	332
R 4 年度	314
R 3 年度	349
R 2 年度	299
R 元年度	367
H30 年度	387
H29 年度	389
H28 年度	431
H27 年度	492

○月別診療日数・件数　令和７年３月 31 日現在

区 分	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10月	11月	12月	1 月	2 月	3 月	計
延日数	5	4	2	3	2	3	4	2	3	3	2	3	36
延件数	28	35	24	23	20	25	33	24	23	22	24	29	310

診療実人数 44 名（男 27 名、女 17 名）

４　精神科救急医療情報センター業務

休日や夜間に、緊急に精神科医療等を必要とする精神障害者やその家族に対し、迅速で適切な医療の提供や相談、助言を行うために、平成 14 年１月 21 日から救急窓口である精神科救急医療情報センターが設置された。この救急医療システムをより円滑に運用するため、相談員及び精神科指定医を配置し、輪番による精神科救急医療施設を確保して実施している。

（１） 実施主体　愛媛県

（２） 対象地域　中予地域

（３） 精神科救急医療情報センター

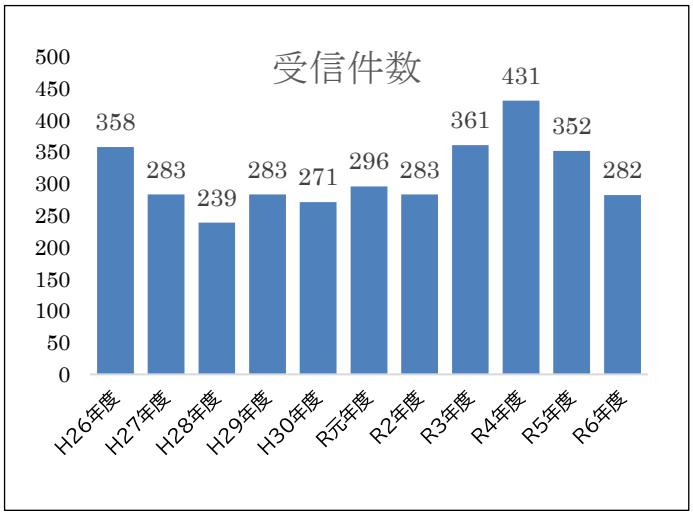
① 運 営	・休日　午前９時から午後５時まで ・平日　午後５時から午後 10 時まで
② 人 員	相談員２名、精神保健指定医（オンコール制）１名
③機 能	精神科救急相談、助言、受入病院の手配、かかりつけ病院・関係機関へ連絡・調整等
④相談員数	在宅　８名
⑤精神保健指定医数（オンコール制）	病院勤務医・開業医等　33 名

（４） 精神科救急医療施設（当番医）

①　運営　　休日　午前９時から午後５時まで
　　平日　午後５時から午後 10 時まで
②　体制　　中予地域の７病院が輪番対応

（５）相談件数　　令和７年３月 31 日現在

年度	受信件数	月平均件数
R ６年度	282	24
R ５年度	352	29
R ４年度	431	36
R ３年度	361	30
R ２年度	283	24
R 元年度	296	25
H30 年度	271	23
H29 年度	283	24
H28 年度	239	20
H27 年度	283	24



（6）主な受信内容

令和７年３月 31 日現在

区　分	診察・入院希望及び受け入れ病院依頼	病院の紹介	不安等相談	対応について	情報提供	計
R 6 年度	116	22	106	34	4	282
R 5 年度	101	16	169	53	13	352
R 4 年度	169	65	135	56	6	431
R 3 年度	137	24	150	37	13	361
R 2 年度	146	23	75	30	9	283
R 元年度	144	26	71	44	11	296
H30 年度	123	18	81	39	10	271
H29 年度	141	13	96	24	9	283
H28 年度	88	9	68	64	10	239
H27 年度	145	5	72	51	10	283

（7）相談結果

令和７年３月 31 日現在

区　分	診察手配				医師に相談・対応				関係機関紹介	相談員の電話相談のみ
	入院	外来診察	受診に至らず	小計	主治医(かかりつけ病院を含む)	当番病院	オンコール	小計		
R 6 年度	49	11	4	64	14	5	4	23	2	204
R 5 年度	61	11	7	79	23	6	11	40	2	257
R 4 年度	65	14	14	93	29	9	1	39	3	296
R 3 年度	70	12	3	85	20	6	6	32	2	266
R 2 年度	66	20	1	87	27	2	6	35	6	174
R 元年度	84	16	5	105	21	7	6	34	2	169
H30 年度	79	11	3	93	29	4	5	38	15	148
H29 年度	70	19	2	91	42	4	4	50	23	153
H28 年度	65	10	2	77	50	2	5	57	9	135
H27 年度	65	23	3	91	34	20	8	62	15	177

＊相談結果は重複あり

5　技術指導、人材育成、普及啓発

（1） 技術指導及び技術援助

・地域精神保健福祉活動を推進するため、個別ケース支援及び事業等について、保健所、市町及び関係諸機関からの依頼に対し、専門的立場から技術指導及び技術援助を行っている。また、精神保健福祉活動に関係する組織・団体に対し直接支援を行っている。

・組織育成においては、依存症相談拠点として当事者グループや各種団体への支援を行っている。

○個別ケースについての技術指導・技術援助　　令和７年３月 31 日現在

区　分	技術指導・技術援助（延件数）									実施件数
	保健所	市町	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	教育関係	その他	
老人精神保健	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
社会復帰	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
アルコール	0	0	0	0	0	0	0	0	4	4
薬物	0	0	0	0	0	0	0	0	6	1
ギャンブル	0	0	0	0	0	0	0	0	4	1
ゲーム	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
思春期	0	0	0	0	0	0	0	3	0	3
心の健康づくり	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ひきこもり	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
自殺関連	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
犯罪被害者	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
災害	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
精神保健福祉法関係	11	0	0	0	0	0	0	0	10	21
その他	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
計	11	0	0	0	0	1	0	3	25	32

○事業等についての技術指導・技術援助　　令和７年３月 31 日現在

区　分	技術指導・技術援助（派遣延人数）									実施件数
	保健所	市町	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	教育関係	その他	
老人精神保健	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
社会復帰	9	0	0	0	0	0	0	0	3	10
アルコール	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2
薬物	0	0	0	0	0	0	0	1	32	20
ギャンブル	0	0	0	0	0	0	0	0	7	5
ゲーム	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
思春期	0	0	0	0	0	0	0	2	2	4
心の健康づくり	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
ひきこもり	13	0	0	0	0	3	0	0	6	12
自殺関連	6	4	0	0	0	0	0	6	12	20
犯罪被害者	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2
災害	0	0	0	0	0	0	0	2	10	6
精神保健福祉法関係	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
その他	3	3	0	0	0	0	0	4	30	32
計	31	7	0	0	0	3	0	15	109	116

○組織育成等　　令和７年３月 31 日現在

区　分	患者会	家族会	依存症の自助団体・回復施設	職親会	その他	計
支援件数（延）	0	0	18	0	0	18

（２） 人材育成等

① 学生実習受入

社会福祉学、看護学、心理学等を専攻する学生や研修医、インターン等を対象として、精神保健福祉に関する講義や当センター内での実習指導を行っている。

令和７年３月 31 日現在

区　分	実習機関数	実習延日数	実習実人数（精神科研修）
令和 6 年度	7	14	67（0）
令和 5 年度	5	13	69（0）
令和 4 年度	7	10	54（0）

※（ ）卒後２年目臨床研修医の精神科研修

② 現任保健師研修

目　的：精神保健福祉施策の概要、精神疾患についての基礎知識、精神障害者や家族への支援に必要な実践能力の習得を図る。

参加者：保健師経験年数１年以上 10 年以内の保健師　９名（修了者 9 名）

令和７年３月 31 日現在

開催日時	場　所	内　容	講　師	参加者数
令和６年６月 12 日～令和６年７月３日	オンデマンド研修	講義「精神保健福祉施策の経緯と現状」	講師 心と体の健康センター 相談指導係長　竹内　竜美	9
		講義「保健師が知っておきたい精神保健福祉法」	講師 保健福祉部　健康衛生局 健康増進課　精神保健係 主任　原　愛穂	
		講義「保健師が知っておきたい障害者総合支援法と精神障害者の地域移行について」	講師 保健福祉部　生きがい推進局 障がい福祉課 障がい支援係長　鈴木 誠二 在宅福祉係主任　續木 太智	
		講義「地域の現場で役立つ精神疾患の理解と対応」	講師 愛媛大学大学院 医学系研究科　精神神経科学 准教授　伊賀 淳一	

開催日時	場　所	内　容	講　師	参加者数
令和 6 年 7 月 19 日	心と体の健康センター	演習 「事例検討」	ファシリテーター 心と体の健康センター4 名 助言者 獨協医科大学看護学部 特任教授　守田 孝恵	9
		講義 「保健師が捉える精神障害者の生活とその支援」～事例を援助していく上でのヒント～	講師 獨協医科大学看護学部 特任教授　守田 孝恵	
令和 6 年 10 月 1 日 ～ 令和 6 年 11 月 20 日	オンデマンド研修	講義 「精神障がい者を支える障害福祉サービス、制度について」	講師 真光園 精神保健福祉士 法野 美和	9
		家族の体験発表 「家族の思い ～発病から現在まで～」	講師 県内の精神障害者地域家族会会員	
		講義 「精神障害者の家族支援を考える」	講師 心と体の健康センター 相談指導係長 竹内　竜美	
		先輩からの実践報告 「地域で問題と出会ったとき」	話題提供者 今治保健所健康増進課 岡本 紗依 愛南町保健福祉課 杉本 萌海	
令和 6 年 12 月 13 日	心と体の健康センター	演習 「援助の経過報告発表」 事例報告会・学びの発表会	ファシリテーター 心と体の健康センター4 名 助言者 獨協医科大学看護学部 特任教授　守田 孝恵	9
		講義 「研修のふりかえり、まとめ」	講師 獨協医科大学看護学部 特任教授　守田 孝恵	

③　精神保健福祉に関するオンデマンド講座
目　的：精神保健福祉施策の概要、精神疾患についての基礎知識の習得
参加者：精神保健福祉に従事する職員（職種・経験年数は問わない）12 名
内　容：現任保健師研修の第１回、第３回（オンデマンド配信部分）と同時開催

④　事例検討会

精神障害者のほか精神保健に課題を抱える者も対象とした包括的支援を推進するため、希望のあった市町を対象に実施

開催日	内　容	助言者	参加者数
令和 6 年 8 月 20 日	①産後うつの既往がある母と乳児への支援 ②ホスト依存のある若い女性への支援	愛媛大学医学部精神科医師　2 心と体の健康ｾﾝﾀｰ医幹　1	市町職員 2 ｾﾝﾀｰ職員 7
令和 6 年 9 月 3 日	①若年出産の母とその家族への支援 ②自立支援ホームで生活する若年者の自立に向けた支援	愛媛大学医学部精神科医師 1 心と体の健康センター医幹 1	市町職員 7 ｾﾝﾀｰ職員 7

（3）　普及啓発

精神障害に対する正しい知識の普及啓発等のため、地域住民や職域・学校関係者に対し講演等を行っている。

また、精神障がい者等の社会復帰や自立等を促進するために、精神障がい者等の家族に対して教室を開催している。

令和７年３月 31 日現在

対　象	回数	参加者数
一般	6	328
障がい者等家族	9	215
職域（自治体職員、企業・施設職員等）	1	20
学校関係	3	175

＊普及啓発は、技術支援及び各事業の再掲

６　精神保健福祉相談

（１）一般精神保健福祉相談

直接サービスとして、主に保健師、心理判定員が相談に対応している。

○相談状況　　令和７年３月 31 日現在

区　分		来所		訪問		電話
		延人数	新規人数	延人数	新規人数	延件数
老人精神保健		2	1	0	0	26
社会復帰		80	16	0	0	1,663
依存症問題	アルコール	28	17	0	0	82
	薬物	35	11	0	0	24
	ギャンブル	231	85	0	0	137
	ゲーム	10	4	0	0	14
	その他	71	17	0	0	45
思春期		51	24	0	0	114
心の健康		124	25	8	1	469
うつ・うつ状態		2	2	8	1	21
摂食障害		0	0	0	0	1
てんかん		0	0	0	0	0
その他		4	4	0	0	87
計		638	206	16	2	2,683
再掲	ひきこもり	85	9	0	0	14
	発達障害	30	5	0	0	379
	自殺関連	15	10	0	0	38
	犯罪被害	0	0	0	0	0
	災害	0	0	0	0	1

（２）心の健康づくり推進事業

広く県民の精神的健康保持増進を図るため、精神保健に関する知識の普及、悩みや不安に対する心の相談窓口として「こころのダイヤル」を設置し、専任の相談員が電話相談に対応している。

① 相談日　　月・水・金曜日（９時～12 時、13 時～15 時）
自殺予防週間（９月 10～16 日）及び自殺対策強化月間（３月）は、土日祝日を除く毎日

② 相談者　　こころの健康づくり相談員　２名

○相談件数　　令和７年３月 31 日現在

	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	計
男	41	44	47	61	45	49	50	46	41	42	43	70	579
女	82	86	83	74	73	83	68	75	71	62	61	117	935
計	123	130	130	135	118	132	118	121	112	104	104	187	1,514

○相談内訳

	老人精神保健	社会復帰	嗜癖問題*	思春期	心の健康	うつ・うつ状態	その他	計
延人数	1	9	7	1	1,372	20	104	1,514

＊嗜癖問題の内訳

薬物	酒害	ギャンブル	ゲーム	その他
0	3	3	0	1

＜再掲＞

ひきこもり	発達障害	自殺関連
1	0	12

（３）思春期精神保健相談事業

平成 11 年度から、思春期に特有な悩みや不安に対する相談体制を整備し、思春期の子どもたちの健全な育成を図ることを目的に専門相談等を行っている。

相談（予約制）

相談員による相談日時　　毎週火曜日　９時 30 分～17 時

○相談員　　臨床心理士・公認心理師　２名

※職員（保健師・心理判定員）による相談は一般精神保健相談として随時行っている。

○思春期精神保健相談件数　　令和７年３月 31 日現在

区分	令和 6 年度						令和 5 年度					
	実人数			延人数			実人数			延人数		
	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計
発達障害	5	0	5	34	0	34	4	0	4	36	0	36
不登校	9	7	16	52	58	110	3	3	6	42	6	48
ひきこもり	1	2	3	8	11	19	1	1	2	11	3	14
適応関連障害	2	6	8	6	30	36	2	8	10	5	73	78
その他	1	3	4	1	9	10	1	2	3	1	4	5
計	18	18	36	101	108	209	11	14	25	95	86	181

（4）薬物関連問題相談事業

薬物関連問題の発生予防・薬物依存者の社会復帰を促進し、薬物乱用防止を図ることを目的に、一般精神保健福祉相談で対応し、さらに専門的な対応が必要な場合は、臨床心理士による相談を行っている。

また、家族を対象に家族教室を実施する。

①個別相談

○相談員による相談日　　原則　第２火曜日　13 時～15 時

○相談員　　臨床心理士１名

令和７年３月 31 日現在

内訳／年度	一般精神保健福祉相談：再掲			臨床心理士による相談
	来所相談		電話相談	
	新規	延数		
令和 6 年度	11	35	24	1

② 家族教室　※２回目以降は依存症対策事業として実施　　令和７年３月 31 日現在

開催日	内　　容	参加者数
令和 6 年 10 月 23 日（水） （ハイブリッド開催）	講演「依存症について ～温情ではなくプライドを高める愛を～」 講師:松山記念病院　精神科医師　山岡　傳一郎	12
令和 6 年 11 月 18 日（月） （ハイブリッド開催）	当事者・家族の体験談 発表者:アルコール依存症ギャンブル依存症の当事者とご家族	21
令和 6 年 12 月 16 日（月） （ハイブリッド開催）	講演「家族が元気でいるために」 講師：愛媛県立医療技術大学 教授 越智 百枝	9

7　ひきこもり支援推進事業

平成 23 年度から、ひきこもり支援推進事業を実施している。ひきこもり相談に関する第一次相談窓口として「ひきこもり相談室」を設置するとともに、関係機関によるネットワークを構築し、相互の連携と支援情報の共有を図っている。また、相談窓口の周知や支援者等を対象とする研修会・事例検討会の実施により、ひきこもりに関する普及啓発と支援者のスキルアップ、関係機関との連携強化に努めているが、令和３年度末に全市町にひきこもり相談窓口が設置されたことから、相談窓口の周知とネットワークの強化の推進に取り組んでいる。

（1）　事業開始からの取り組み状況

事業内容		H23年度	H24年度	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度	H30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度
相談支援事業	電話相談	→													
	来所相談	→													
	同行支援		（必要時）			（積極的）									
	家族教室	思春期事業として実施	家族の集い実施	年５回	年４回	年５回実施（H27から１回目を公開講座（コロナウイルス感染症によりR２～３公開中止。R４再開））									
			研修会と同時開催	所内講師	所内講師	外部講師依頼									
	デイケア			１クール（５回）		２クール	１クール（５回）				通年開催（月１回程度）				
						（計９回）					（コロナウイルス感染症により調整）				
	事例検討会	不定期	月1回（必要時）			月1回定例事業化							（R6年9月～ハイブリット対応）		
		（必要時）				所内検討	外部関係機関にも案内								
	当事者会及び家族会支援	団体の定例会等への参加													
	市町、保健所、障害福祉サービス事業所及び医療機関等との連携	ネットワーク会議等への参加													
連携強化事業 支援体制	連絡協議会	年２回（うち1回は研修会と合同開催）											年１回		
	担当者会					保健所・センターの情報共有							保健所・市町・センターの情報共有		
研修事業 普及啓発・	担当者講習会・研修会	年２回	年３回	年２回									年１回		
	情報発信	ホームページ掲載 リーフレット作成													
技術支援	保健所支援等									保健所単位の担当者会・研修会					
	市町・団体支援等													市町・団体単位の研修会	
事業内容		H23年度	H24年度	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度	H30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度

（2）相談支援事業

ひきこもり相談室において、ひきこもり状態にある本人及び家族の相談に応じている。

○相談日　　月～金曜日　9時～17時（専用電話設置）

○相談員　　2名（精神保健福祉士2名）

① 個別相談

○相談件数　　令和7年3月31日現在

区 分	来所相談				電話相談	
	実件数			延件数	実件数	延件数
		うち新規	うち継続			
R 6年度	58	30	28	280	74	126
R 5年度	62	35	27	270	108	213
R 4年度	67	37	30	296	122	211
R 3年度	61	31	30	283	128	198
R 2年度	52	17	35	305	82	155
R 元年度	76	32	44	539	133	189
H30年度	77	34	43	470	82	160
H29年度	70	34	36	465	88	148
H28年度	69	37	32	465	87	172
H27年度	53	31	22	432	58	136
H26年度	48	33	15	486	76	137
H25年度	46	24	22	550	68	150
H24年度	42	31	11	273	75	143

○新規来所者年代別動向　　令和7年3月31日現在

区 分	10代	20代	30代	40代	50代	計
R 6年度	1	17	6	3	3	30
R 5年度	4	9	11	9	2	35
R 4年度	2	18	8	7	2	37
R 3年度	0	14	7	6	4	31
R 2年度	1	8	4	4	0	17
R 元年度	2	15	8	7	0	32
H30年度	4	16	11	3	0	34
H29年度	1	18	10	5	0	34
H28年度	6	18	7	6	0	37
H27年度	3	17	6	5	0	31
H26年度	2	18	9	4	0	33
H25年度	2	16	4	2	0	24
H24年度	2	10	12	7	0	31

○相談者の続柄　　令和７年３月 31 日現在

	来所相談	電話相談
本人のみ	10	13
本人と家族	13	0
家族のみ	23	52
親戚	12	4
その他	0	5
計	58	74

○ひきこもり本人の性別　　令和７年３月 31 日現在

区 分	来所相談		電話相談	
	実人数	延人数	実人数	延人数
男	38	166	48	82
女	20	114	26	44
不明	0	0	0	0
計	58	280	74	126

○ひきこもり本人の年齢における来所相談者の内訳　　令和７年３月 31 日現在

区 分	10 歳代	20 歳代	30 歳代	40 歳代	50 歳代	計
実人数	1	24	22	7	4	58

○ひきこもり開始年齢（来所相談）　　令和７年３月 31 日現在

区 分	12 歳未満	12～15 歳	16～18 歳	19～22 歳	23～29 歳	30 歳以上	不明	計
実人数	0	6	9	19	18	6	0	58

○ひきこもり期間（来所相談）　　令和７年３月 31 日現在

区 分	1 年 未 満	1年以上5年未満	5年以上10年未満	10年以上15年未満	1 5 年 以 上	不明	計
実人数	4	20	15	11	7	1	58

○不登校の経験（来所相談 令和７年３月 31 日現在

区 分	あり	なし	不明
実人数	32	25	1

※本人来所相談後の経過集計は、令和４年度で終了

③　ひきこもり家族教室

令和７年３月 31 日現在

日　程	内　容	参加者数
令和６年５月 30 日	講話及び質疑応答【ハイブリッド形式で実施】 「ひきこもりの基礎理解」 「ご家族に知ってもらいたいひきこもり状態の背景」 講師　ひきこもり相談室　相談員 講師　心と体の健康センター　精神科医	39
令和６年８月８日	講話及び座談会 「本人とのコミュニケーション・リラクゼーション法」 講師　愛媛県臨床心理士会　心理士	28
令和６年 10 月 10 日	家族の体験談及び座談会 「子どものひきこもりの体験から ～親の思いと家族にできること～」 講師　KHJ 愛媛県こまどりの会　白石副会長	29
令和６年 12 月 12 日	講話及び座談会 「障害の理解及び障害福祉サービス、制度について」 講師　松山市障がい者北部地域相談支援センター 原口綾美　相談支援専門員	31
令和７年２月 13 日	講話及び座談会 「ひきこもり支援 Q&A」回答：精神科医、相談員	20

④　ひきこもりデイケア

令和７年３月 31 日現在

日　　程	内　　容	参加者数
令和６年４月１日	オリエンテーション・軽運動（ラダーゲッター・モルック）	1
令和６年５月１６日	軽運動（モルック）	1
令和６年６月６日	軽運動（ペタンク・ラダーゲッター）	4
令和６年６月２０日	軽運動（モルック）	4
令和６年７月１８日	創作活動（ボトリウム）	6
令和６年８月１日	創作活動（木工）	2
令和６年９月５日	軽運動（モルック・ペタンク）	3
令和６年９月１９日	軽運動（モルック・ラダーゲッター・ペタンク）	3
令和６年１０月１７日	軽運動（バドミントン・卓球）	2
令和６年１１月２１日	創作活動（調理・お好み焼き）	3
令和６年１２月１９日	軽運動（ラダーゲッター・ペタンク）	4
令和７年１月１６日	創作活動（７ならべ・ババ抜き）	3
令和７年２月２０日	軽運動（ラダーゲッター・ペタンク）	2
令和７年３月１３日	創作活動（絵皿）	2

⑤　事例検討会（月１回程度開催）

県内保健所や市町、関係機関に事業を周知し、参加者の事例を持ち寄り、日本看護協会事例検討の手引きを参考に実施する。

令和７年３月 31 日現在

実施回数	参加者数（延人数）	参加者内訳（延人数）								
		心と体の健康センター	県保健所	市町	福祉事務所	地域包括支援センター	医療関係	相談支援関係	社協	その他
８回	130	46	4	23	8	15	1	15	10	8

⑥　市町、保健所、障害福祉サービス事業所及び医療機関等との連携

令和７年３月 31 日現在

事業名	日時・場所	支援先	内容	出席者数	協力職員
令和６年度えひめ地域若者自立支援ネットワーク会議	令和６年 12 月 10 日 13：30～15：30 えひめ若者サポートステーション	えひめ若者サポートステーション	・各関係機関からの活動報告及び情報提供 ・意見交換	14	保健師 相談員
令和６年度関係機関等との連絡会議	令和６年６月 28 日 13：30～15：20 愛媛県身体障がい者福祉センター	えひめ障がい者就業・生活支援センター	・えひめ障がい者就業・生活支援センター業務報告 ・各機関等からの情報提供及び意見交換	50	保健師 相談員
	令和７年３月７日 13：30～15：30 愛媛県身体障がい者福祉センター			53	保健師
ひきこもり相談事業関係機関連絡会	令和７年１月 16 日 14：00～14：50 松山市保健所	松山市保健所	・ひきこもり相談事業の実施状況について ・関係機関の取り組み状況について ・その他、意見交換	17	保健師

⑦ 就職氷河期世代に特化した相談支援

令和７年３月 31 日現在

事業名	日時・場所	支援先	内容	出席者数	協力職員
就職氷河期世代能力開発支援事業	令和６年 10 月 22 日 13：00～16：30 松山市コミュニティセンター	県労政雇用課	・各関係機関による相談支援ブースの設置 ・ひきこもりに関する普及啓発グッズの配布	103	保健師 相談員

（3）支援体制連携強化事業

①　ひきこもり支援推進事業担当者会　　令和７年３月 31 日現在

開催日	対象者	内　　容	参加者数
令和６年 5 月 31 日 オンライン 開催	各保健所、市町 県庁担当者	・情報提供１「ひきこもり支援の動向について」 保健福祉部 健康衛生局 健康増進課 精神保健係 ・情報提供２「ひきこもり支援推進事業について」 ひきこもり相談室の活動状況について ひきこもり相談室　相談員 ・研修報告「令和５年度ひきこもり地域支援センター職員等への人材養成研修」 心と体の健康センター　職員 ・グループ別情報交換 ・その他	49

①　ひきこもり支援関係機関連絡協議会　　令和７年３月 31 日現在

開催日	対象者	内　　容	参加者数
令和７年 2 月 10 日 オンライン 開催	ひきこもり支援に関わる関係機関・団体 (13 機関)	（１）国の動向と県の取組み ・ひきこもり支援推進事業における国の動向 ・ひきこもり支援推進事業における県の取組み ・市町プラットフォームを活用した支援について （２）ひきこもりの支援体制について【非公開】 （３）その他【非公開】	57

（4）普及啓発・研修事業

①　ひきこもりに関する研修会　　令和７年３月 31 日現在

開催日	対象者	内　　容	参加者数
令和６年 11 月 11 日 オンライン 開催	保健、医療、福祉、教育、就労等のひきこもり状態にある当事者を把握する可能性がある職員等	・講演「地域における不登校・ひきこもりの理解と支援 ～ケースの見立て・訪問のポイント～」 講師　神戸市看護大学 看護学部　教授　船越 明子 ・質疑応答	129

② ひきこもり支援推進に関する技術支援　　令和７年３月 31 日現在

支援先	開催日	内　　容	参加者数	協力職員
西条 保健所	令和６年 11 月５日	【ひきこもり支援者連絡会】 ・ひきこもり支援推進事業　活動報告 　西条保健所　健康増進課　精神保健係 ・ひきこもり相談室の活動状況について 　ひきこもり相談室　相談員 　心と体の健康センター　職員 ・意見交換	21	相談員 保健師
宇和島 保健所	令和６年 11 月８日	【ひきこもりに関する研修会】 ・講演「ひきこもり支援について」 　講師 心と体の健康センター　医幹 ・情報提供「ひきこもりの相談窓口について」 　宇和島保健所　健康増進課　精神保健係	30	精神科医 保健師
今治 保健所	令和６年 12 月４日	【今治地域の精神障がい者の地域支援を考える会】 ・話題提供「心と体の健康センター（ひきこもり相談室）の取り組みと事例紹介」 　ひきこもり相談室　相談員 ・講演「家族の体験（支援者へのメッセージ）」 　KHJ 愛媛県こまどりの会　会長　太田 幸伸	22	相談員 保健師
八幡浜 保健所	令和６年 12 月 18 日	【ひきこもり支援者研修会】 ・講話「ひきこもりを理解するために」 　講師 心と体の健康センター　医幹 ・報告「ひきこもり相談室の実績・事例紹介」 　報告者　ひきこもり相談室　相談員 　　心と体の健康センター　職員	51	相談員 保健師
八幡浜 保健所	令和７年 １月 31 日	【ひきこもりに関する連絡会】 ・事例検討会	17	精神科医 保健師
愛媛県 臨床心理士会	令和７年 ２月８日	【2024 年愛媛県臨床心理士会定例研修会】 ・愛媛県における「ひきこもりの現状と理解」 ・支援の実際 ・愛媛県ひきこもり・不登校支援および就労支援協議会（EASSAS）の活動について ・グループワーク、質疑応答	14	保健師 相談員
西条 保健所	令和７年 ３月７日	【ひきこもり支援従事者研修会】 ・情報提供 ・講義「ひきこもり支援につい～発達障害の理解とかかわり方～」 　講師　心と体の健康センター　医幹 ・質疑応答	33	精神科医 保健師

8　自殺予防対策事業

当センターの自殺予防対策事業は、平成 22 年度の人材育成（研修会開催）から取り組みが開始された。人材育成は、平成 22 年度は行政職員（保健師、事務職）を対象としていたが、23 年度は医療機関職員､25 年度からは産業保健分野や教育分野等にも対象を広げ､関係者の資質向上に注力した。テーマもその時々の課題やトピックスを取り入れ、柔軟に変化させていった。令和５年度は、自殺対策計画を改定する市町が多いことから、計画改定をテーマとした研修会を開催した。なお、コロナは収束したものの、研修会の目的に応じてオンラインやオンデマンドなどを取り入れることでより多くの地域の支援者に受講してもらえるよう工夫した。

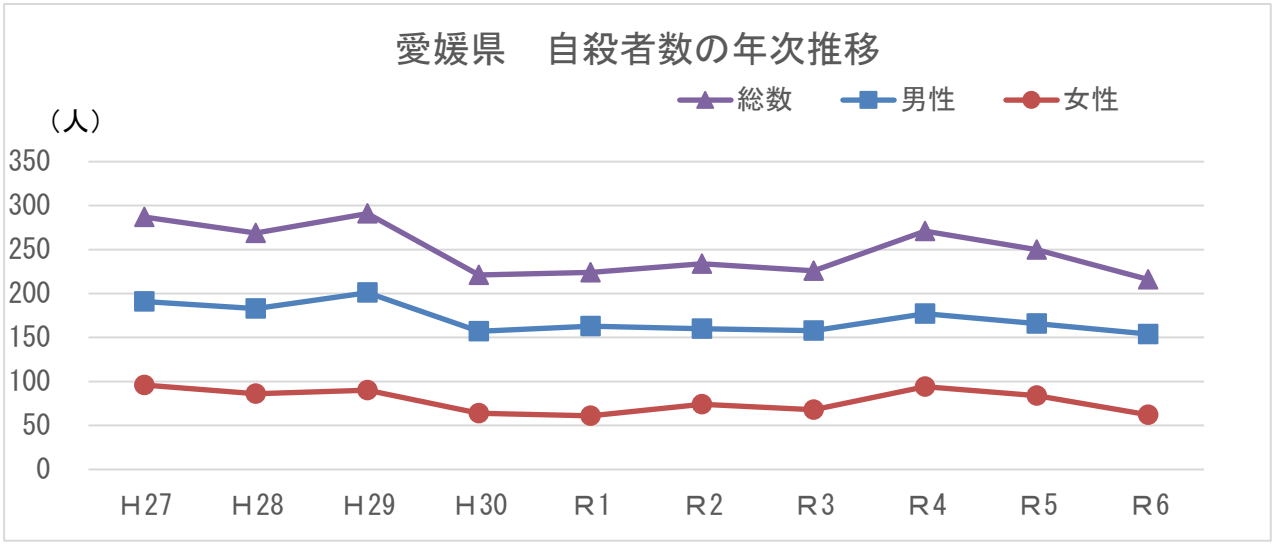
当センターはエリアマネージャーとしての役割を担っており､平成 25 年度に地域自殺予防情報センターが当センター内に設置され、人材育成に加え自殺者数などのデータの収集、分析、保健所への分析結果の提供、相談業務の充実に取り組んでいる。平成 28 年度には、自殺対策基本法の一部改正に伴い地域自殺予防情報センターを改組し、現在の地域自殺対策推進センターとなっている。ワーキング部会で地域の状況を吸い上げ、県全体の状況を整理し自殺予防対策連絡協議会で報告、協議する形で自殺予防対策を推進している。

○自殺対策連携推進員　　補助職員１名

○県内の自殺者数の年次推移

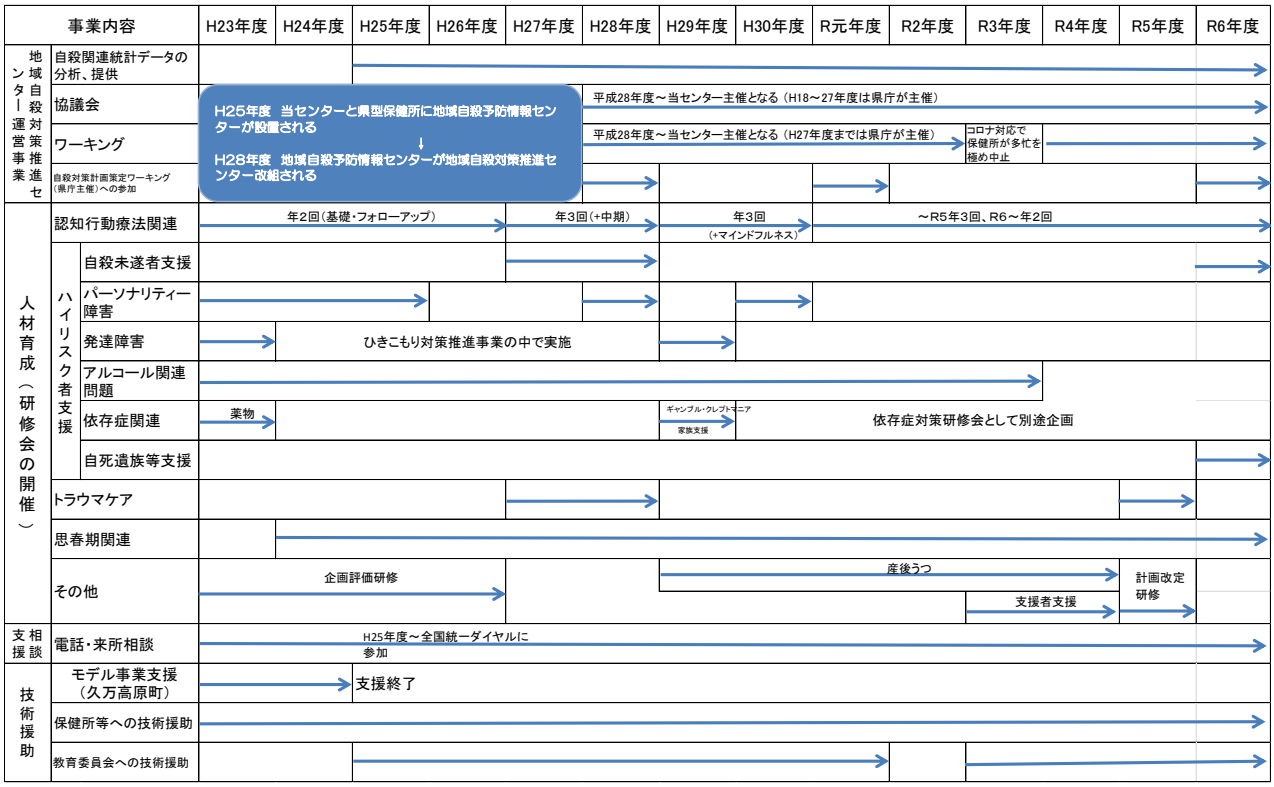
区分	全体	男	女
R 6 年	216	154	62
R 5 年	250	166	84
R 4 年	271	177	94
R 3 年	226	158	68
R 2 年	234	160	74
R 1 年	224	163	61
H30 年	221	157	64
H29 年	291	201	90
H28 年	269	183	86
H27 年	287	191	96





出典：警察庁「自殺統計（自殺日・住居地）」確定値

（1）平成 23 年度からの取り組み状況



（2） 人材育成

令和７年３月 31 日現在

事業名	日・場所	内　　容	参加者数
自死遺族等支援研修会	令和６年 10 月 20 日 愛媛県視聴覚福祉センター	報告「愛媛県の自殺の現状及び自殺対策推進体制について」 心と体の健康センター職員 講義「自死・自殺で身近な人を亡くした方々を支えるために 私たちができること」 いのち支える自殺対策推進ｾﾝﾀｰ自死遺族等支援室 室長 菅沼 舞 話題提供「自死遺族等への関わりの関わりの実際について」 松山市消防局　主幹　北岡　和高 愛媛県警察本部　生活安全企画調査官　佃　和泰 NPO 法人松山自殺防止センター　事務局長　野瀬さゆり	32
対人援助スキルアップ研修	令和６年 ８月 28 日 中予地方局	【ベーシック・セミナー】 講演及び演習　「傾聴、そしてその一歩先へ」 公益財団法人正光会 広小路診療所 所長 渡部 亜矢子	55
	令和６年 12 月５日 愛媛県男女共同参画センター	【アドバンス・セミナー】　「実践者スキルアップ講座」 ・事例コンサルテーション 「事例検討を通して学ぶ難しいケース支援のコツ」 ・講義 「やってみようを引き出す支援　―CT - R について―」 一般社団法人認知行動療法研修開発センター理事長 認知行動療法センター顧問 大野 裕	72

事業名	日・場所	内　　容	参加者数
思春期・青年期の自殺予防セミナー	令和６年 ８月１日～ ９月 17 日 オンデマンド研修 ※R5 のリバイバル配信	―思春期の子どもたちの理解と支え方― 講義１　「思春期メンタルヘルスの理解と対応」 愛媛大学医学部附属病院 子どものこころセンター 医師 井上 彩織 講義２　「子どもの SOS の受け止め方～支援をする上で大切なこと～」臨床心理士 大久保 雅代	191
	令和７年 １月 11 日 愛媛県視聴覚福祉センター	講義及びグループワーク 「子どもを性暴力の加害者にも被害者にもしないために ～支援者ができること～」 一般社団法人もふもふネット　代表理事 藤岡 淳子 愛媛大学大学院医学系研究科　児童精神医学講座 教授 堀内 史枝	59
自殺未遂支援研修会	令和６年 10 月４日 愛媛県視聴覚福祉センター	講義及びグループワーク 「自殺未遂者支援対策とエビデンスに基づく自殺未遂者ケアの実際」 札幌医科大学医学部神経精神医学講座 主任教授　河西 千秋 日本赤十字社松山赤十字病院 精神科・心療内科部長　永井 美緒	26

（３）技術援助　　令和７年３月 31 日現在

事業名	開催日	支援先	内　　容	参加者数	協力職員
松山市自殺対策推進委員会	令和６年 ６月６日 ハイブリット開催	松山市保健所	【第１回】 ・第２次松山市自殺対策基本計画の取組みと評価について ・松山市の自殺の現状と課題について ・第３次松山市自殺対策基本計画の骨子（案）について ・今後のスケジュール	17	保健師１（委員）
	令和６年 ８月９日		【医療・経済・教育部会】 ・医療・経済・教育部会協議 ・協議結果の報告	16	
	令和６年 10 月４日 ハイブリット開催		【第２回】 ・第３次松山市自殺対策基本計画（案）及び概要版について	16	
	令和７年 １月 29 日 ハイブリット開催		【第３回】 ・市民意見公募の実施結果について ・第３次松山市自殺対策基本計画（最終案）及び概要版について	18	

事業名	開催日	支援先	内　　容	参加者数	協力職員
第３次愛媛県自殺対策計画策定委員会ﾜｰｷﾝｸﾞｸﾞﾙｰﾌﾟ会議	令和６年 ８月 27 日 ハイブリット開催	県健康増進課	・愛媛県における自殺の現状について ・第２次計画の概要と評価について ・第３次計画（案）の作成について ・意見交換、その他	11	保健師２
	令和６年 10 月８日 ハイブリット開催		・第３次計画（案）の作成について	10	保健師２
第３次愛媛県自殺対策計画策定検討会	令和６年 ８月９日 総合保健福祉センター	県健康増進課	・自殺対策基本法及び自殺対策大綱について ・愛媛県における自殺の現状について ・第２次計画の概要と評価について ・第３次計画の構成案について ・意見交換、その他	13	精神科医１
	令和６年 11 月 22 日 いよてつ会館		・第３次計画（素案）について	13	精神科医１
松山市健康教育研修	令和６年 ７月 30 日 市教育研修ｾﾝﾀｰ	市教育委員会	【講義】 子どもを取り巻く状況と SOS の受け止め方	88	保健師２
「こころの教育」ﾏｲｽﾀｰ育成事業	令和６年 ９月 20 日	県高校教育課	【講義】 子どもの自殺の現状と学校に求められること	56	保健師１ 心理判定員１
女性相談支援員等研修会	令和７年 １月 31 日	県子育て支援課	【講義】 支援者が知っておきたいストレスケアの基本	51	保健師１ 心理判定員１
久万高原町教職員向け講座	令和７年 ２月 27 日	久万高原町保健センター	【講義】 身近な大人に知って欲しい SOS の受け止め方	31	保健師１ 心理判定員１

（４） 愛媛県自殺予防対策連絡協議会及び地域自殺対策推進センター運営事業ワーキング部会

会議名	日・場所	内　　容	参加機関数
愛媛県自殺予防対策連絡協議会	令和６年 12 月 12 日 ハイブリット開催	・全国・愛媛県の自殺の現状について ・自殺予防対策の取組みについて 　愛媛県の取組みと今後の自殺対策 　関係機関、団体の取組み ・情報交換、意見交換	25
地域自殺対策推進センター運営事業ワーキング部会	令和６年 ６月 14 日 愛媛県総合保健福祉センター	・第２次愛媛県自殺対策計画の進捗状況と第３次計画の改定について ・情報交換(各機関における自殺対策の取組みと課題)	7

（5）情報分析・情報提供

地域の実情に応じた自殺対策を実施する上での参考資料として、自殺統計のデータを分析し県型保健所（地域自殺対策推進センター）及び市町へ毎月、情報提供している。

（6）相談支援事業

一般精神保健福祉相談業務の中での自殺関連相談に加え、自殺予防週間（9 月 10～16 日）、自殺対策強化月間（3 月）において電話相談の開設日数を増やし、相談対応を強化した。

9　依存症対策事業

自殺予防対策事業の一環として依存症に関する研修会等に取り組んできたが、平成 30 年度からは、依存症対策地域連携強化事業として人材育成研修を実施している。従来特定相談として行ってきた酒害相談についても、同年度から依存症相談支援事業の依存症相談員(アルコール)による依存症相談に位置づけ実施している。

平成 30 年３月に「愛媛県アルコール健康障害対策推進計画」が策定され、同年 10 月には当センターに依存症相談拠点が設置された。令和５年５月に「第二次愛媛県ギャンブル等依存症対策推進計画」令和６年４月に「第二次愛媛県アルコール健康障害対策推進計画」及び「第二次愛媛県薬物依存症対策推進計画」が策定され、各計画の推進のため人材育成研修、個別相談支援、関係機関への技術援助や自助グループの育成支援等を積極的に行っている。

（1）人材育成

令和７年３月 31 日現在

研　修	開催日	内　　容	参加者数
依存症対策 研修	令和 6 年 9 月 14 日	講演 「やめさせようとしない依存症支援～信頼関係を築くために～」 講師　埼玉県立精神医療センター副病院長　成瀬暢也	52

（2）相談支援

一般精神保健福祉相談業務の中での依存症関連相談に加え、アルコール健康問題及びギャンブル等依存症に関して依存症相談を行っている。

【アルコール健康問題】

○相談日　　偶数月の第４金曜日（原則）13 時～15 時

○相談員　　１名

○相談件数

令和７年３月 31 日現在

	4 月	6 月	8 月	10 月	12 月	3 月	計
相談件数	2	0	2	0	0	2	6

【ギャンブル等依存症】
○相談日　　奇数月の第３金曜日（原則）13 時～15 時
○相談員　　１名
○相談件数　　令和７年３月 31 日現在

	5 月	7 月	9 月	11 月	1 月	3 月	計
相談件数	2	0	0	1	0	2	5

○依存症関連相談件数　　令和７年３月 31 日現在

区　分		来所		訪問		電話
		延人数	新規人数	延人数	新規人数	延件数
依存症問題	アルコール	28	17	0	0	82
	薬物	35	11	0	0	24
	ギャンブル	231	85	0	0	137
	ゲーム	10	4	0	0	14
	その他	71	17	0	0	45
計		375	134	0	0	302

＊一般精神保健福祉相談の再掲

（３）家族教室　※１回目は薬物関連問題相談事業として実施

開催日	内　　容	参加者数
令和 6 年 10 月 23 日（水） （ハイブリッド開催）	講演「依存症について ～温情ではなくプライドを高める愛を～」 講師:松山記念病院　精神科医師　山岡　傳一郎	12
令和 6 年 11 月 18 日（月） （ハイブリッド開催）	当事者・家族の体験談 発表者:アルコール依存症ギャンブル依存症の当事者とご家族	21
令和 6 年 12 月 16 日（月） （ハイブリッド開催）	講演「家族が元気でいるために」 講師：愛媛県立医療技術大学 教授 越智 百枝	9

（4）技術援助

事業名	開催日	支援先	内　　容	参加者数	協力職員
えひめダルク支援会	令和６年 5月16日 6月19日 7月18日 8月27日 9月24日 10月15日 11月21日 12月20日 令和7年 1月15日 2月12日 3月13日	えひめダルク	※オンラインで実施 ・えひめダルク活動状況報告 ・普及啓発事業（オンラインセミナー）についての協議・検討 ・関係機関との連携、情報・意見交換	124	精神科医 12 保健師 11
えひめダルクオンラインセミナー	令和７年 2月15日	えひめダルク	・テーマ「私、やりすぎ？はまりすぎ？！・・・誰か教えて！」運営支援	47	保健師 2
ＧＡ松山・ギャマノン松山周年記念オープンミーティング	令和６年 4月21日	ＧＡ松山、ギャマノン松山	・テーマ「希望の未来～生きとったらええことあるけん～」 当事者と家族の体験談、講演、運営支援	68	保健師 1
ギャンブル依存を考える会・えひめ	令和６年 6月13日 9月12日 12月12日 令和７年 3月13日	ギャンブル依存を考える会・えひめ	・普及啓発用教材及び啓発事業等についての検討 ・依存症に関するミニ学習会 ・関係機関との連携、情報・意見交換	38	保健師 5
ギャンブル依存症を考えるシンポジウム	令和７年 3月20日	コスモスの会、ギャンブル依存を考える会・えひめ	第６回ギャンブル依存症を考えるシンポジウム開催 パネルディスカッションパネラー 運営補助	90	保健師 2
ギャンブル依存回復プログラム指導	令和６年 9月26日	松山刑務所	・ギャンブル依存からの回復のために地域で利用できる社会資源と日常生活で気を付けること	7	保健師 1
薬物乱用中予地区大会	令和６年 11月14日	中予保健所 薬物乱用防止指導員地区協議会	・表彰式出席及び講演受講	98	保健師 1
薬物依存離脱指導	令和６年 9月４日	松山刑務所	・薬物依存からの回復のために 地域で利用できる社会資源と 日常生活で気をつけること	10	保健師 1
	令和７年 2月19日			10	保健師 1
薬物事犯引受人会	令和６年 9月18日	松山保護観察所	〈薬物事犯引受人(家族・保護司等)対象 ・センターの薬物相談・家族教室等事業紹介 ・家族のためのプログラム（CRAFT）の紹介 ・座談会、個別相談等	25	保健師 1
	令和７年 2月26日			8	保健師 1

事業名	開催日	支援先	内　　容	参加者数	協力職員
薬物中毒対策連絡会議	令和6年 10月29日	山口県山口市	・中四国地区の薬物中毒対策関係機関の連携支援等連絡会議	69	保健師 1
愛媛県医療観察制度運営連絡協議会	令和6年 10月29日	松山保護観察所	・関係機関の基本的役割の確認・共有 ・具体的事例に関する情報共有・今後の支援方針の協議	35	保健師 1
薬物依存のある刑務所出所者等に係る地域支援連絡協議会	令和6年 10月29日	松山保護観察所	・薬物依存のある刑務所出所者等に対する支援について 実情報告、意見交換	23	保健師 1
松山保護観察所における家族のつどい	令和6年 11月12日	松山保護観察所	<医療観察法対象者家族> ・センターの薬物相談・家族教室等事業紹介 ・座談会	7	保健師 1
愛媛県アルコール健康障害対策関係者会議	令和6年 10月20日	愛媛県断酒会	・話題提供（断酒会、専門医療機関、行政機関） ・関係機関の支援と連携について意見交換	40	保健師 1
	令和7年 3月23日			64	保健師 1
依存症対策地域連携強化事業（アルコール）研修会	令和7年 1月20日	中予保健所	・関係機関の基本的役割の確認・共有 ・具体的事例に関するグループワーク	64	保健師 1

10　その他の相談窓口

生涯を通じた女性の健康支援事業

平成 19 年度から当センターに不妊専門相談センターを設置し、医師、助産師等による不妊専門相談センター事業を実施してきたが、令和４年度から愛媛大学医学部附属病院に移転したため、当センターは女性の一般健康相談事業として、保健師や心理判定員が随時、女性のメンタルヘルス全般の相談に対応している。

女性の一般健康相談事業

○相談件数

令和７年３月 31 日現在

	実	延
電話	8	8
面接	3	24

○相談内訳（重複あり）

令和７年３月 31 日現在

主な相談内容	電話	面接
思春期に関すること	1	0
妊娠に関すること	1	0
避妊に関すること	0	0
不妊に関すること	0	0
メンタルケアに関すること	0	0
更年期に関すること	1	0
月経に関すること	0	23
婦人科疾患に関すること	0	7
性感染症に関すること	0	0
夫婦関係に関すること	3	0
ドメスティックバイオレンス	1	0
その他	2	1

11　愛媛県 DPAT 体制整備事業

愛媛県内での活動は、平成 30 年７月に発生した豪雨災害において、７月 12 日に愛媛県 DPAT 調整本部を設置、本庁健康増進課と心と体の健康センター等で愛媛県 DPAT を編成し、宇和島市、西予市及び大洲市で活動を行った。また、同日、被災地専用こころの相談ダイヤルをセンター内に設置して相談に対応した。

令和２年５月に県内の精神科病院で新型コロナウイルス感染症によるクラスターが発生し、DMAT 及び DPAT が協働して病院内に現地指揮所を設置し、四国３県 DPAT の応援を得て活動した。

県外の活動では、令和６年 1 月に発生した能登半島地震において、愛媛県からも先遣隊として松山記念病院及び愛媛大学医学部付属病院の２チームを派遣し、精神科医療及び精神保健活動の支援を行った。

（１）愛媛県 DPAT の活動

令和７年３月 31 日現在

実績なし

（２）愛媛県 DPAT に関する訓練（会議）

令和７年３月 31 日現在

開催日	事業名	内　　容	参加職員
令和６年 9 月 1 日	令和６年度愛媛県総合防災訓練 （場所：愛媛県今治市）	大雨と地震による複合災害 精神的な不安を抱える避難者への対応	台風の ため中止

（３）愛媛県 DPAT に関する研修会

令和７年 3 月 31 日現在

開催日	事業名	内　　容	参加職員
令和６年 12 月 19 日	令和６年度愛媛県 DPAT 研修 （場所：中予地方局）	愛媛県の災害医療体制、災害医療概論、 DPAT の活動理念、ロジスティック概論	精神科医　1 保健師 2 心理職 1

（４）普及啓発

令和７年 3 月 31 日現在

開催日	事業名	内　　容	参加職員
令和６年 11 月 10 日	第 61 回愛媛県精神保健福祉大会 「心のふれあい講座」 （場所：松山市ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ）	ミニシンポジウム 災害とこころのケア （参加者：142 名）	精神科医 1 保健師 1 心理職 1
令和６年 12 月 13 日	学校保健委員会おける講話 （場所：四国中央市小富士小学校）	講演 災害後の心と体の変化 （参加者：56 名）	精神科医 1

12　各種委員会（令和６年度　心と体の健康センターの委嘱されている委員等）

会　議　名　な　ど	職　員
愛媛県精神保健福祉協会常任理事	所長
愛媛県精神保健福祉協会専門委員会支部活動推進委員会委員	所長
愛媛県薬物指定審査会委員	所長
愛媛県地域保健研究集会企画委員会副委員長	所長
愛媛県地域保健研究集会企画委員会構成員	次長（保健師）
東予・中予・南予地方青少年対策班班員	所長
愛媛産業保健総合支援センター運営協議会委員	所長
愛媛県犯罪被害者支援連絡協議会会員	所長
愛媛県性暴力被害者支援連絡協議会会員	所長
愛媛県自殺予防対策連絡協議会会長	所長
愛媛県ひきこもり支援関係機関連絡協議会委員	所長
愛媛県精神医療審査会委員	所長 医幹（精神科医）
愛媛県ＤＰＡＴ運営委員会委員	医幹（精神科医）
愛媛県高次脳機能障害支援連絡協議会委員	医幹（精神科医）
愛媛県いじめ問題対策本部会議構成員	医幹（精神科医）
愛媛県いじめ問題対策連絡協議会構成員	医幹（精神科医）
愛媛県虐待対応検討会議構成員	医幹（精神科医）
愛媛県自殺対策計画策定検討会構成員	医幹（精神科医）
愛媛県てんかん治療医療連絡検討会構成員	次長（保健師）
愛媛県医療観察制度運営連絡協議会構成員	次長
愛媛県精神障害者地域移行支援協議会委員	相談指導係長 （保健師）
愛媛大学医学部附属病院卒後臨床研修管理委員会員	所長
愛媛大学医学部非常勤講師	所長 医幹（精神科医）
愛媛県立医療技術大学非常勤講師	所長
愛媛県産業医	所長
（一社）日本公衆衛生学会代議員	所長
松山市人権啓発施策推進審議会委員	所長
松山市障がい者総合支援協議会委員	所長
松山市要保護児童対策地域協議会代表者会議	所長
薬物依存のある刑務所出所者等に係る地域支援連絡協議会構成員	次長

市販薬過剰摂取の問題を抱える若年者とその母への１年間の支援を振り返って ～回復過程から、当事者・家族への有効な支援について考える～

○中村小夏　片山優季　古川美月　白石知華　竹内竜美　森蓉子
地下俊江　合田栄子　廣瀬浩美（心と体の健康センター）

キーワード　精神保健、市販薬過剰摂取、若年層、家族支援

はじめに

近年、若年層の市販薬過剰摂取（以下、OD という）が社会問題化しているが、繰り返しを防ぐための支援方法について体系だったものはまだ普及していない。

そのような中、当センターは、依存症相談拠点として、薬物関連問題における若年層の個別相談に試行錯誤しながら対応しているところである。

今回、SAT-G（島根ギャンブル障がい回復トレーニングプログラム）及び SMARPP（物質使用障害治療プログラム）の考え方を応用し「引き金を避ける」及び「OD に代わるセルフケアを取り入れる」ことに重点をおき、10 代の当事者、母及び支援者で共に考え、取り組んだ。この事例の経過を振り返り、回復に有効であった支援について考察したので報告する。

当センターにおける薬物相談の現状

令和５年度、当センターの薬物相談（電話・来所相談を含む）延 70 件のうち、覚醒剤や麻薬等の違法薬物の相談が 29 件に対し、市販薬などの使用方法に問題がある相談は 38 件で、市販薬が約半数を占めている。

また、年齢別でみると 10 代、20 代の相談が延 35 件と半数を占め、全員が OD の問題を抱えており、今後も同様のケースが増加していくことが予想される。

事例概要

A 氏　10 代　男性
成育歴：教育熱心な母のもと学業に励む
受診歴：特記すべきことなし
家族状況：両親と３人暮らし

支援経過

A 氏が OD に代わる適切なセルフケアを身につけられることを目的とし、A 氏及び母に月１回程度当センターへの来所相談を勧めた。A 氏と母の面談は、それぞれ別職員が担当し、その都度情報共有しながら関わった。支援内容と経過を、1 混乱期、2 回復前期、3 回復中期、４ 回復後期の４つの時期に分けて振り返り表に示す。

１　混乱期（２か月間）

A 氏及び母と継続した面接による信頼関係の構築を行い、A 氏のやめたい気持ちとやめたくない気持ちに寄り添いながら支援を実施した時期である。

A 氏の OD したい気持ちを傾聴しながら、動機づけ支援として、OD の危険性や、やめるメリットを伝えたところ、OD をやめることに意識を向けられた。

母には OD に関する正しい知識を提供し、A 氏と心理的距離をとることの大切さを伝えることで、母は少しずつ落ち着きを取り戻せた。

表　A 氏及び母への支援内容・経過

	混乱期（2か月間）	回復前期（4か月間）	回復中期（4か月間）	回復後期（2か月間）
状況の要約	A氏及び母と継続した面接による信頼関係の構築を行い、A氏のやめたい気持ちとやめたくない気持ちに寄り添いながら支援を実施した時期	SAT-G及びSMARPPの考え方を応用し「引き金を避ける」及び「ODに代わるセルフケアを取り入れる」について、A氏、母及び支援者で考え、取り組んだ時期	「引き金を避ける」「ODに代わるセルフケアを取り入れる」において、試行錯誤しながら実践し、正直に事実を話しながら適切な対処行動がとれ始めた時期	A氏が安定して対処でき、母も過干渉にならず、A氏の考えや選択を尊重できた時期
A氏	・A氏は母に連れられ相談につながったが、しんどい状況をODで乗り越えてきたため、やめられない	・ODの危険性を理解し「やめたい」という意思はあるが、嘘をついて市販薬に頼る様子もみられる ・「お小遣いを小分けにして渡す」「大きなお金を渡す場合は、レシートを確認しお釣りを返してもらう」というお金のルール（①）に適切に取り組めていないため「ODに代わるセルフケアを取り入れる」に意識を向けられない	・「多忙なスケジュール」にならないためのスケジュール管理や「好きな飲み物を飲む」「好きな動画を観る」といったODに代わるセルフケアに取り組めるようになり、一度やめることができた ・これまで「しんどさ」をセルフケアだけで紛らわしながら過ごしてきたため、自身を多忙な状況に追い込みODを再開してしまう	・適切に「引き金を避ける」及び「ODに代わるセルフケアを取り入れる」に取り組めるようになり、繰り返すことなく過ごすことができている ・進路において自分の意思を示すことができる
母	・A氏がODしてしまうことへの不安から、A氏を監視し叱責するなど過干渉 ・不安が強く落ち着いて物事を考えられない	・ODに関する知識は得ていてもA氏の行動一つ一つに振り回されている ・お金のルール（①）に適切に取り組めていない	・A氏への過干渉は減ったが、A氏の選択を尊重できない	・A氏の行動や選択を見守ることができる
支援者	【A氏に対して】 ・関係性を構築するため来所したことを労い、A氏の思いを傾聴 ・動機づけとして、ODの危険性ややめるメリットについて伝える 【母に対して】 ・関係性の構築のため、母の思いを受容する ・ODに関する正しい知識の提供 ・A氏と心理的距離をとる大切さを伝える	【A氏に対して】 ・少しでも正直に事実を話せた点を評価する ・A氏の考えや日常生活について教えてもらう ・カレンダーにより「引き金」を特定し対処するよう促す ・同時に、「好きな飲み物を飲む」「好きな動画を観る」といった「ODに代わるセルフケア」を一緒に考え取り組むよう促したが、適切に取り組めなかったため、A氏及び母の意見を聞き「母にお小遣いを通帳管理してもらい、毎同伴のもと買い物をする」「大きなお金を渡す場合は、レシートを確認しお釣りを返してもらうことを徹底する」というお金のルール（②）に変更し実施を促す 【母に対して】 ・お金のルール（②）に変更し実施を促す ・できていることを評価する	【A氏に対して】 ・正直に事実を話せた点を評価する ・A氏の選択を応援したいことを伝える ・A氏自身が自身の気持ちを再確認できるようODをやめてよかった点や将来歩んでいきたい人生について考える時間を作る ・しんどさの度合いをスケールを用いて可視化し、「多忙なスケジュールがA氏のしんどさを増すことにつながり、ODで紛らわしていたこと」に気付くよう促す 【母に対して】 ・A氏を否定しない関わりをするよう促す ・A氏への関わりについて振り返りの時間をつくる	【A氏に対して】 ・できていることを評価する ・A氏が改めて引き金について考えられるようカレンダーをもとに振り返る時間を設ける 【母に対して】 ・A氏への関わりを自身で振り返り心理的距離をとることができている点を評価する
支援の結果	【A氏】 ・ODをやめることに不安があるが、ODの危険性ややめるメリットに意識を向けられた 【母】 ・A氏への干渉はやめられていないが、少しずつ落ち着きを取り戻せた	【A氏】 ・正直に事実を話せることが増えた ・引き金を特定できた ・お金のルールに適切に取り組めるようになった 【母】 ・A氏の行動に振り回されている様子も見られるが、ODについて理解し少しずつ干渉を減らすことができた ・お金のルールに適切に取り組めるようになった	【A氏】 ・ODを再開していた事実を正直に話すことができた ・「しんどさ」の度合いが大きいほどODに頼りたくなる気持ちが強くなることに気付き「多忙なスケジュール」を回避できるようになった ・再びODをやめることができた 【母】 ・干渉を減らしながら、A氏に協力することができた ・母自身がこれまでのA氏への関わりを見直すことができた	【A氏】 ・しんどい状況にならないように対処することができ、新たな引き金についても対処を考えられるようになった ・ODが思考に浮かんでも、将来を考え、ODを繰り返すことなく過ごすことができた ・自分の意思を示すことが増えた 【母】 ・A氏への関わりを自身で振り返り、A氏の考えや選択を尊重することが増えた

２　回復前期（４か月間）

「引き金を避ける」及び「ODに代わるセルフケアを取り入れる」について、A 氏、母及び支援者で考え、取り組んだ時期である。

引き金の特定では、カレンダーに OD の状況に応じて色別でシールを貼り、その日の出来事を記入するよう伝えたところ「お金がある」「多忙なスケジュール」「しんどさ」が引き金であることが明確になった。

そのため、A 氏及び母の意見を聞きながら引き金を避けるためのルールを作る時間を設け、親子で相談し実践方法を工夫するよう伝えた。

また、「ODに代わるセルフケア」として、A氏が気分を落ち着かせることができる方法を一緒に考え「引き金を避ける」と同時に取り組むよう促した。しかし、「お金がある」におけるルールに適切に取り組めず、「OD に代わるセルフケアを取り入れる」に意識を向けられなかったため、A 氏及び母の同意のもとで「お金」のルールを見直した。

３　回復中期（４か月間）

「引き金を避ける」「OD に代わるセルフケアを取り入れる」において、試行錯誤しながら実践し、正直に事実を話しながら適切な対処行動がとれ始めた時期である。

A氏は見直し後の「お金」のルールや「ODに代わるセルフケア」に継続して取り組み、約１か月半 OD をやめられていたが、これまで自身の感情を紛らわしながら様々なことに取り組んできたため、引き金である「しんどさ」に気付かず「多忙なスケジュール」に追い込み ODを再開していた。

このため、A氏が自身の行動から「しんどさ」に気付けるよう、紙媒体にしんどさを 10 段階で示し「どういう状況の時にどういう行動をとるか」をA氏とともに書き出した。

また、正直に事実を話せたことを評価し、A氏が自身の気持ちを再確認できるよう、やめてよかった点や将来について考える時間を設けることで、再びODをやめることができた。

母には、A 氏に協力できている点を評価し、母自身が適切な関わり方に気付けるようこれまでのA氏への関わりについて振り返りの時間を設けた。

４　回復後期（２か月間）

A 氏が安定して対処でき、母も過干渉にならず、A氏の考えや選択を尊重できた時期である。

A 氏自身が「しんどさ」に気付き対処できている点や OD が思考に浮かんでも、将来を考え繰り返すことなく過ごせている点を評価した。

また、カレンダーの活用を継続することで新たな引き金を特定し、A 氏自身で対処を考え実践することができた。

母へは、母自身がA氏への関わりを振り返り、心理的距離をとりながら関わることができている点を支援者が評価することで、母はA氏の考えや選択を尊重することが増え、それに伴い A 氏も自分の意思を示せることが増えた。

考察

OD を主訴とした若年の当事者及び家族に対しても、既存の SAT-G 及び SMARPP を活用して支援することは有効であった。

特に若年者で有効であった支援について考察する。

（１）正直に話せる関係づくり

A 氏が回復に向けて行動できた要因の一つに、正直に話せたことが大きかったと考える。

SAT-G 及び SMARPP においても、当事者が人間関係及び生活を安定させていくには正直さが必要と述べられており、支援者はA氏が正直に話すことで支援の方向性を見出せた。当事者が正直に話せるためには、支援者は OD の有無で評価せず、事実を話せたことを支持する。

また、支援者は若年者の考えや日常生活について話す時間を設け、当事者の思いや今後の人生に焦点を当て、伴走者を意識して、当事者がありのままの自分を出せる関わりを行うことが重要であると考える。

（２）家族への心理教育

母の行動の変化に伴いA氏の行動も変化した。依存症支援では、家族支援の重要性が示されているが[1] OD においても家族への心理教育が重要であった。支援者は、母の思いを受容し関係性を構築しながら、ODに関する正しい知識や適切な対応について情報提供し、母と一緒に子どもへの関わりについて振り返る時間を設け、母の行動を見直す機会を作ることにより母の変化を促すことができると考える。

（３）引き金の可視化

A 氏は、自身でも不明確であった引き金や気付かなかった感情を、カレンダーやスケール等の紙媒体を用いて可視化することで、明確にできたと推測する。そのため、口頭による説明や確認よりも可視化することで、当事者自身の気付きや理解を促し有効に支援できると考える。

（４）段階的な支援

「引き金を避ける」を適切に取り組めていない時期は「ODに代わるセルフケアを取り入れる」に意識を向けることができなかったことから、まず「引き金を避ける」に適切に取り組む環境を調整した後に、「OD に代わるセルフケアを取り入れる」ように促すなど段階的な支援を行うことが必要であるとの気付きがあった。

おわりに

支援事例を通して、ODの回復のためには、当事者及び家族に、回復を信じ長期的な支援を行うことが重要であると感じた。

若年者の場合は、家族の関わりの変化が当事者の行動の変化につながりやすいため、今後も OD の背景に潜む心理的葛藤や家族関係などの課題について、当事者や家族と一緒に支援に取り組んでいきたい。

参考文献

１）国立精神・神経医療研究センター：薬物依存症者をもつ家族を対象とした個別面談の進め方（2018）

市販薬過剰摂取の問題を抱える若年者とその母への１年間の支援を振り返って

～回復過程から、当事者・家族への有効な支援について考える～

愛媛県心と体の健康センター
〇中村 小夏
片山 優季　古川 美月　白石 知華　竹内 竜美
森 蓉子　地下 俊江　合田 栄子　廣瀬 浩美

はじめに

令和５年度心と体の健康センターにおける薬物相談の現状
（※来所相談・電話相談を含む延件数）

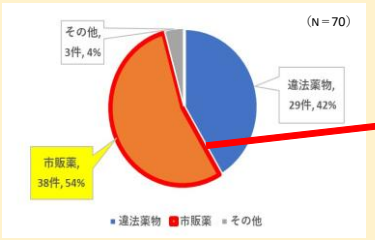


図１　薬物相談の種別件数の割合

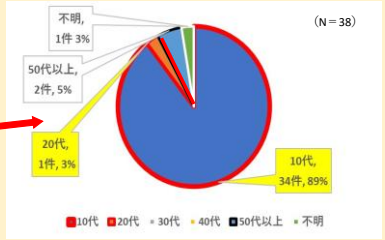


図２　市販薬相談の年齢別件数の割合

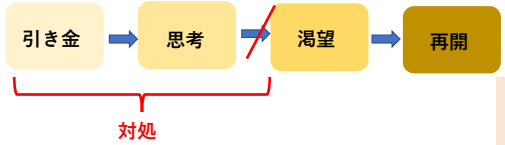
近年、若年層の市販薬過剰摂取（以下、ODという）が社会問題化
⇒当センター（依存症相談拠点）においても…
10代、20代で市販薬などの使用方法に問題のある相談が多い
⇒「既存の依存症回復プログラム等を応用して支援できないか」

依存症回復プログラムとは？

当センターでは、認知行動療法に基づく物質使用障害治療プログラム（SMARPP）やギャンブル障害回復トレーニングプログラム（SAT-G）等を活用している。

回復プログラムでは…
①依存で得たものと、失ったものを整理し、今後の目標を自分で決める。
②「引き金 → 思考 → 渇望 →再開」という流れを学ぶ。
③引き金の避け方、市販薬等に依存をしたくなった際の対処方法を考える。





認知行動療法とは…
考え方のクセを見直し、より柔軟で合理的な考え方を身につけ、行動を変える方法

「引き金を避ける」「ODに代わるセルフケアを取り入れる」という対処に重点を置き、10代の当事者・母・支援者で共に考え、取り組んだ

事例概要

〇事例概要
・Ａ氏　10代　男性
・成育歴：教育熱心な母のもと学業に励む
・受診歴：特記すべきことなし
・家族状況：両親と３人暮らし

〇支援の目的
・今後A氏がODに代わる適切なセルフケアを身につけられるように なること

〇支援方法
・Ａ氏及び母に月1回程度当センターに来所相談を勧め、 A氏と母の面談は、それぞれ別職員が担当し、その都度情報共有しながら関わった。

支援経過

〇支援内容と経過

４つの時期に分けて振り返った。（「回復のロードマップ」[1]を参考）



〇参考文献
1）国立精神・神経医療研究センター：薬物依存症者をもつ家族を対象とした個別面談の進め方（ 2018)

支援経過

1 混乱期（２か月間）

⇒ A氏及び母と継続した面接による信頼関係の構築を行い、A氏のやめたい気持ちとやめたくない気持ちに寄り添いながら支援を実施した時期

A氏	・A氏は母に連れられ相談につながったが、しんどい状況をODで乗り越えてきたため、やめられない
母	・A氏がODしてしまうことへの不安から、A氏を監視し叱責するなど過干渉 ・不安が強く落ち着いて物事を考えられない
支援者	【A氏に対して】 ・関係性を構築するため来所したことを労い、A氏の思いを傾聴 ・動機づけとして、ＯＤの危険性ややめるメリットについて伝える 【母に対して】 ・関係性の構築のため、母の思いを受容する ・ODに関する正しい知識の提供 ・A氏と心理的距離をとる大切さを伝える
支援の結果	【A氏】 ・ODをやめることに不安があるが、ＯＤの危険性ややめるメリットに意識を向けられた 【母】 ・A氏への干渉はやめられていないが、少しずつ落ち着きを取り戻せた

支援経過

2 回復前期（４か月間）

⇒ **「引き金を避ける」**及び**「ODに代わるセルフケアを取り入れる」**について、A氏、母及び支援者で考え、取り組んだ時期

A氏	・ODの危険性を理解し「やめたい」という意思はあるが、嘘をついて市販薬に頼る様子もみられる ・「お小遣いを小分けにして渡す」「大きなお金を渡す場合は、レシートを確認しお釣りを返してもらう」という**お金**のルール（①）に適切に取り組めていないため**「ODに代わるセルフケアを取り入れる」**に意識を向けられない
母	・ODに関する知識は得ていてもA氏の行動一つ一つに振り回されている ・**お金**のルール（①）に適切に取り組めていない
支援者	【A氏に対して】 ・少しでも正直に事実を話せた点を評価する　・A氏の考えや日常生活について教えてもらう ・カレンダーにより**「引き金」**を特定し対処するよう促す ・同時に、**「好きな飲み物を飲む」「好きな動画を観る」**といった**「ODに代わるセルフケア」**を一緒に考え取り組むよう促したが、適切に取り組めなかったため、A氏及び母の意見を聞き「母にお小遣いを通帳管理してもらい、母同伴のもと買い物をする」「大きなお金を渡す場合は、レシートを確認しお釣りを返してもらうことを徹底する」という**お金**のルール（②）に変更し実施を促す 【母に対して】 ・**お金**のルール（②）に変更し実施を促す　・できていることを評価する
支援の結果	【A氏】 ・正直に事実を話せることが増えた ・**引き金（「お金がある」「多忙なスケジュール」「しんどさ」）**を特定できた ・**お金**のルールに適切に取り組めるようになった 【母】 ・A氏の行動に振り回されている様子も見られるが、ODについて理解し少しずつ干渉を減らすことができた ・**お金**のルールに適切に取り組めるようになった

支援経過

3 回復中期（４か月間）

⇒ **「引き金を避ける」「ODに代わるセルフケアを取り入れる」**において、試行錯誤しながら実践し、正直に事実を話しながら適切な対処行動がとれ始めた時期

A氏	・**「多忙なスケジュール」**にならないためのスケジュール管理や**「好きな飲み物を飲む」「好きな動画を観る」**といったODに代わるセルフケアに取り組めるようになり、一度やめることができた ・これまで**「しんどさ」**をセルフケアだけで紛らわしながら過ごしてきたため、自身を多忙な状況に追い込みODを再開してしまう
母	・A氏への過干渉は減ったが、A氏の選択を尊重できない
支援者	【A氏に対して】 ・正直に事実を話せた点を評価する　・A氏の選択を応援したいことを伝える ・A氏自身が自身の気持ちを再確認できるようＯＤをやめてよかった点や将来歩んでいきたい人生について考える時間を作る ・**「しんどさ」**の度合いをスケールを用いて可視化し、**「多忙なスケジュール」**がA氏の**しんどさ**を増すことにつながり、ＯＤで紛らわしていたこと」に気付くよう促す 【母に対して】 ・A氏を否定しない関わりをするよう促す ・A氏への関わりについて振り返りの時間をつくる
支援の結果	【A氏】 ・ODを再開していた事実を正直に話すことができた ・**「しんどさ」**の度合いが大きいほどODに頼りたくなる気持ちが強くなることに気付き**「多忙なスケジュール」**を回避できるようになった ・再びＯＤをやめることができた 【母】 ・干渉を減らしながら、A氏に協力することができた ・母自身がこれまでのA氏への関わりを見直すことができた

支援経過

4 回復後期（2か月間）

⇒A氏が安定して対処でき、母も過干渉にならず、A氏の考えや選択を尊重できた時期

A氏	・適切に「引き金を避ける」及び「ODに代わるセルフケアを取り入れる」に取り組めるようになり、繰り返すことなく過ごすことができている ・進路において自分の意思を示すことができる
母	・A氏の行動や選択を見守ることができる
支援者	【A氏に対して】 ・できていることを評価する ・A氏が改めて引き金について考えられるようカレンダーをもとに振り返る時間を設ける 【母に対して】 ・A氏への関わりを自身で振り返り心理的距離をとることができている点を評価する
支援の結果	【A氏】 ・しんどい状況にならないように対処することができ、新たな引き金についても対処を考えられるようになった ・ODが思考に浮かんでも、将来を考え、ODを繰り返すことなく過ごすことができた ・自分の意思を示すことが増えた 【母】 ・A氏への関わりを自身で振り返り、A氏の考えや選択を尊重することが増えた

考察

ODを主訴とした若年の当事者及び家族に対しても、

既存のSAT-G及びSMARPPを活用して支援することは**有効**であった

〇特に若年者で有効であった支援

（1）正直に話せる関係づくり

・支援者はODの有無で評価せず、**事実を話せたことを支持**

・支援者は若年者の考えや日常生活について話す時間を設け、**当事者の思い**や**今後の人生**に**焦点**を当てる

・**伴走者を意識**して、当事者が**ありのままの自分**を出せる関わりを行う

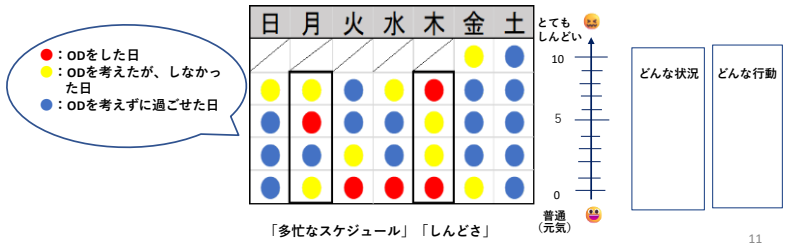
⇒支援者はA氏が正直に話すことで支援の方向性を見出せた

考察

（2）引き金の可視化

・カレンダーやスケール等の**紙媒体を用いて可視化**

⇒口頭による説明や確認よりも可視化することで、不明確であった感情などの引き金を明確にすることができた



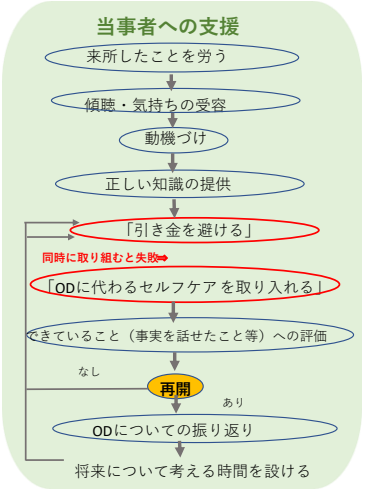
11

考察

（3）段階的な支援

・「引き金を避ける」に適切に取り組む環境を調整した後、「ODに代わるセルフケアを取り入れる」ように促すなど**段階的な支援**を実施

⇒段階的な支援により、ODに代わるセルフケアを取り入れる」にも意識を向けることができ、実践に移せた

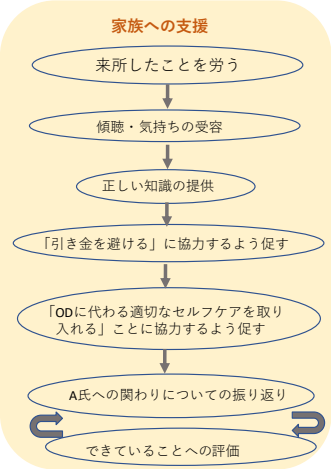


考察

（4）家族への心理教育

・母の思いを受容し関係性を構築しながら、ODに関する**正しい知識**や**適切な対応**について**情報提供**する
・母と一緒に子どもへの関わりについて**振り返る時間**を設け、母の行動を**見直す機会**を作る

⇒母の行動の変化がA氏の行動の変化につながった
⇒依存症支援では、家族支援の重要性が示されているが[1] ODにおいても家族への心理教育が重要であった



〇参考文献
1）国立精神・神経医療研究センター：薬物依存症者をもつ家族を対象とした個別面談の進め方（2018）

おわりに

支援事例を通して…

・ODの回復のためには、当事者及び家族に、**回復を信じ長期的な支援を行うこと**が重要であると感じた。
・若年者の場合、家族の関わりの変化が当事者の行動の変化につながりやすい。今後も**ODの背景に潜む心理的葛藤や家族関係などの課題**について、当事者や家族と一緒に支援に取り組んでいきたい。



愛媛県イメージアップキャラクターみきゃん

愛媛県心と体の健康センター所報　令和６年度実績

令和８年３月発行

発行　愛媛県心と体の健康センター
〒　790-0811
愛媛県松山市本町７丁目２番地
（愛媛県総合保健福祉センター３階）
Tel　（089）911－3880
Fax　（089）923－8797