

# 精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に係る検討会報告書（概要）

（令和3年3月18日）

- 精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に際しては、精神障害者や精神保健（メンタルヘルス）上の課題を抱えた者等（以下「精神障害を有する方等」とする。）の日常生活圏域を基本として、市町村などの基礎自治体を基盤として進める必要がある。また、精神保健福祉センター及び保健所は市町村との協働により精神障害を有する方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を構築することが重要。

## 精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に係る基本的な事項

- 精神障害にも対応した地域包括ケアシステムでは、精神障害の有無や程度にかかわらず、誰もが安心して自分らしく暮らすことができるよう、重層的な連携による支援体制を構築する。
- 「地域共生社会」は、制度・分野の枠や、「支える側」と「支えられる側」という従来の関係を超えて、人と人、人と社会のつながり、一人ひとりが生きがいや役割を持ち、助け合いながら暮らしていくことのできる包摂的なコミュニティや地域社会を創るという考え方であり、「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」は「地域共生社会」を実現するための「システム」「仕組み」と解され、地域共生社会の実現に向かっていく上では欠かせないものである。
- 重層的な連携による支援体制は、精神障害を有する方等一人ひとりの「本人の困りごと等」に寄り添い、本人の意思が尊重されるよう情報提供等やマネジメントを行い、適切な支援を可能とする体制である。
- 同システムにおいて、精神障害を有する方等が必要な保健医療サービス及び福祉サービスの提供を受け、その疾患について周囲の理解を得ながら地域の一員として安心して生活することができるよう、**精神疾患や精神障害に関する普及啓発を推進することは、最も重要な要素の一つであり、メンタルヘルス・ファーストエイドの考え方を活用する等普及啓発の方法を見直し、態度や行動の変容までつながることを意識した普及啓発の設計が必要である。**

## 精神障害にも対応した地域包括ケアシステムを構成する要素

### 地域精神保健及び障害福祉

- 市町村における精神保健に関する相談指導等について、制度的な位置付けを見直す。
- 長期在院者への支援について、市町村が精神科病院との連携を前提に、病院を訪問し利用可能な制度の説明等を行う取組を、制度上位置付ける。

### 精神医療の提供体制

- 平時の対応を行うための「かかりつけ精神科医」機能等の充実を図る。
- 精神科救急医療体制整備をはじめとする精神症状の急性増悪や精神疾患の急性発症等により危機的な状況に陥った場合の対応を充実する。

### 住まいの確保と居住支援

- 生活全体を支援するという考えである「居住支援」の観点を持つ必要がある。
- 入居者及び居住支援関係者の安心の確保が重要。
- 協議の場や居住支援協議会を通じた居住支援関係者との連携を強化する。

### 社会参加

- 社会的な孤立を予防するため、地域で孤立しないよう伴走し、支援することや助言等を行うことができる支援体制を構築する。
- 精神障害を有する方等と地域住民との交流の促進や地域で「はたらく」ことの支援が重要。

### 当事者・ピアサポーター

- ピアサポーターによる精神障害を有する方等への支援の充実を図る。
- 市町村等はピアサポーターや精神障害を有する方等の、協議の場への参画を推進。

### 精神障害を有する方等の家族

- 精神障害を有する方等の家族にとって、必要な時に適切な支援を受けられる体制が重要。
- 市町村等は協議の場に家族の参画を推進し、わかりやすい相談窓口の設置等の取組の推進。

### 人材育成

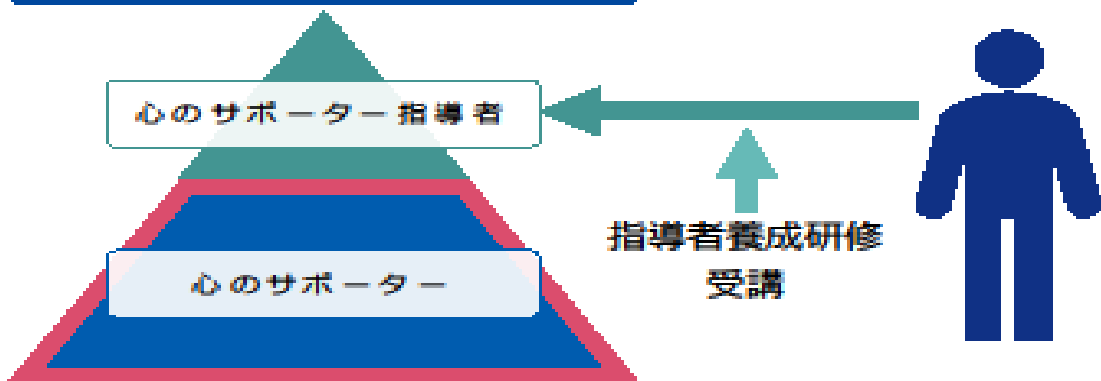
- 「本人の困りごと等」への相談指導等や伴走し、支援を行うことができる人材及び地域課題の解決に向けて関係者との連携を担う人材の育成と確保が必要である。

# 心のサポーター養成事業

- 世界精神保健調査では、我が国の精神障害へ罹患する生涯有病率が22.9%であり、精神疾患は誰でも罹患しうることが報告されている。
- 「精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に係る検討会」においても、地域住民への普及啓発を進めるにあたり、メンタルヘルス・ファーストエイドへの賛同が既に得られている。※メンタルヘルス・ファーストエイドとは、地域の中で、メンタルヘルスの問題をかかえる人に対し、住民による支援や専門家への相談につなげる取り組み。
- 今般、新型コロナウイルス感染症に係る心のケアの充実が求められている中、平時からの心の健康への対策や普及啓発は急務である。

## 心のサポーター養成の仕組み

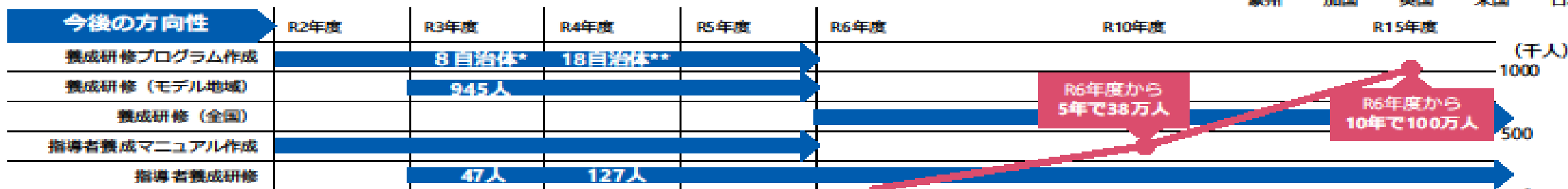
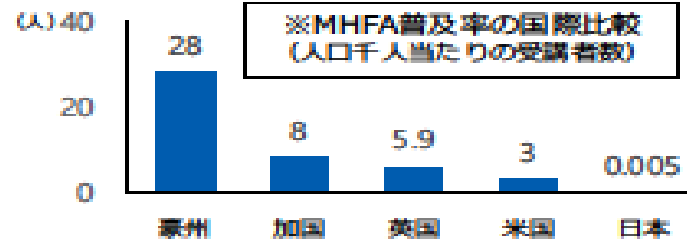
- ※心のサポーターの養成体制
- 心のサポーター指導者
    - 精神保健に携わる者
    - または心の応急処置に関する研修をすでに受講している者
    - 2時間の指導者養成研修を受講
  - 心のサポーター
    - 2時間の実施者養成研修を受講



- 医師、保健師、看護師、精神保健福祉士、公認心理師等の精神保健に携わる者
- メンタルヘルス・ファーストエイド等の心の応急処置に関する研修を既に受講している者等

## 心のサポーターとは

「メンタルヘルスやうつ病や不安など精神疾患への正しい知識と理解を持ち、メンタルヘルスの問題を抱える家族や同僚等に対する、傾聴を中心とした支援者」(小学生からお年寄りまでが対象)  
 ⇒メンタルヘルス・ファーストエイドの考え方に基づいた、  
**2時間程度で実施可能な双方向的研修プログラムを使用**(座学+実習)



\*R3年度：福岡県、埼玉県、神奈川県、京都府、和歌山県、福岡県、川口市、名古屋市

\*\*R4年度：岩手県、福岡県、神奈川県、和歌山県、福岡県、川口市、松戸市、文京区、世田谷区、板橋区、横須賀市、新潟市、名古屋市、豊中市、吹田市、枚方市、尼崎市、広島市

# メンタルヘルス・ファーストエイド

- 心理的危機に陥った方に対して、専門家の支援が提供される前にどのような支援を提供すべきか、どのように行動すべきか、という対応法を身につけるプログラム
- 地域の中で、メンタルヘルスの問題を抱える人に対し、住民による支援や専門家への相談につなげる取り組み

メンタルヘルス・ファーストエイドの考え方を活用している例

- 自殺対策におけるゲートキーパー養成
- 認知症サポーター養成
- **心のサポーター**養成

## 「心のサポーター」とは



**NIPPON**  
**COCORO**  
**ACTION**

こころは見えない。だから、聴く。

- 正しい知識と理解に基づき、身近な人に対して、傾聴を中心とした支援を行う
- メンタルヘルスや精神疾患への正しい知識を持ち、地域や職域でメンタルヘルスの問題を抱える人や家族に対してできる範囲で手助けをできる人

**NIPPON COCORO ACTION**として、2033年までに  
日本全国で100万人の「心のサポーター」養成を目指している

- モデル地区を拡大、文京区は前年度に引き続き参加
- 今年度文京区では2回実施
- モデル地区30自治体で3450人養成（最新2023.3.31時点）

# 「心のサポーター」 養成研修

こころは見えない。だから、聴く。

文京からメンタルヘルスの理解を全国に広げていく

[主催] 厚生労働省、文京区  
[実施] 国立精神・神経医療研究センター

メンタルヘルスや精神疾患への正しい知識を持ち、地域や職域でメンタルヘルスの問題を抱える人や家族に対してできる範囲で手助けをできる「心のサポーター」の養成研修を実施します。

講義を修了した受講者には「心のサポーター認定証」を発行します

参加無料

	日時	会場	定員 (申込順)	対象	申込期間
1	10月10日(火) 14時～16時半	ZOOM (オンライン 会議ツール)	50名	区内 在住・ 在勤・ 在学者	9月1日 (金) から 10月2日 (月)
2	10月11日(水) 14時～16時半	障害者会館AB (文京シビック センター3階)	20名		

ホームページにアクセスの上、お申し込みください  
<https://www.city.bunkyo.lg.jp/hoken/kenko/yobotaisaku/seshin/cocorosupport.html>



NIPPON COCORO ACTION は  
こころの不調に悩む人をサポートする「心のサポーター」  
を日本全国に広げていく取り組みです。



NIPPON  
COCORO  
ACTION  
こころは見えない。だから、聴く。

協議会でいただいた意見を基に

## 「文京からメンタルヘルスの理解を 全国に広げていく」

をテーマに養成研修を今年度計2回実施

- ・ オンラインと対面実施
- ・ 合計70名参加（認定証発行者68名）

# 令和6年以降の心のサポーター養成事業における都道府県等の役割

