

だより

《目次》

- P1 所長あいさつ
- P2~3 特集記事
「ギャンブル障がい(SAT-Gのご紹介)」
「精神障害者保健福祉手帳」
- P4 情報コーナー
「連載企画『あいサポート運動』」
各種相談のご案内・編集後記

「おともだち」 大野ヤエミ
平成28年度 島根県障がい者アート作品展 金賞



所長あいさつ

島根県立心と体の相談センター所長 小原圭司

ここからだより第4号をお届けします。平成28年度は、熊本の地震、相模原の障がい者施設における事件と、大きな出来事が続きました。亡くなられた方々に対しまして、心から哀悼の意を表します。また、被災されました方々、事件で負傷されました方々の一刻も早い回復を心よりお祈り申し上げます。

今回の熊本の地震におきましては、島根県から DPAT（災害派遣精神医療チーム）が2隊派遣され、熊本市において活動しました。チームを構成したのは主として県立こころの医療センターの医師、看護師、事務担当者（ロジスティックと呼ばれます）でしたが、当センターからも、医師1名が参加し、避難所でのこころのケアなどの支援をさせていただきました。DPATは、東日本大震災で、孤立して支援が進まなかった精神科病院があったことの反省から、先行して整備されていた DMAT（災害派遣医療チーム）にならって2013年に作られた制度です。これまでに広島の大規模土砂災害、御嶽山の噴火、茨城の水害に主として地元のチームが出動してきましたが、今回の熊本地震では、島根を含む多数の都道府県のチームが出動しました。現在は、島根県内での大規模災害を想定した DPAT の受け入れ体制について、障がい福祉課と当センターにおいて検討をしているところです。

また、7月に起きました相模原の事件の後、厚生労働省で「相模原市の障害者支援施設における事件の検証及び再発防止策検討チーム」が立ち上がり、12月8日には「報告書」が発表されました。その中では、措置入院された方が退院後地域でしっかりと支援を受けられるような仕組みづくりが求められており、今後、国の動きを注視しながら、島根県における支援体制について検討していくことになります。

皆様のご支援をどうぞよろしくお願いいたします。

特集記事

1

島根から発信する新たな
ギャンブル障がい支援プログラム

SAT-Gのご紹介

SAT-Gとは

SAT-Gとは、島根ギャンブル障がい回復トレーニングプログラム（Shimane Addiction recovery Training program for Gambling disorder）の略で、ギャンブルの楽しみ方に問題がある方を対象とし、ギャンブルに頼らない生活を取り戻すことを目指したプログラムです。

本プログラムは、SMARPP（せりがや病院外来覚せい剤依存症治療プログラム）を参考とし、ギャンブル障がいに特化した、島根発のプログラムです。

当センターでの実施状況

内容：ワークブックを活用した全5回のセッションで構成されたプログラムです。

対象：以下の2点を満たす方

- ①自身のギャンブルの楽しみ方を改めたいと願う方
- ②当センターでの事前面接の結果、本プログラムを受けことが適当と認められた方

実施方法：月1回（第3火曜日13：30～15：30）
集団プログラムとして実施

SAT-Gの特徴（関係機関の皆様へ）

1) 職種を問わず誰でも使えるプログラムです。

- ・ワークブックを用いたプログラムであり、職種や専門性の有無を問わず、どなたにも使っていただけるプログラムです。
- ・本プログラムを使用できる方は、当センターが開催する本プログラムの「使い方研修」を受講した方です。
詳しくは、当センター相談判定課までお問合せください。

2) 個別面接でも活用いただけます。

- ・集団プログラムに限らず、個別相談でも活用いただけます。

3) 当事者の目標達成を強く後押しするプログラムです。

（※以下は、H27.11.1～H28.10.31のデータです。）

- ・プログラム受講者20名の内、離脱者は0です。
- ・プログラムの理解度に関する受講者の評価は、100点満点で平均95.1点でした。
- ・プログラムを重ねるにつれ、当事者の目標達成への自信が高まっていきます（図1）。
- ・プログラム修了者13名中、断ギャンブル達成者は10名で、残り3名もプログラム当初と比べギャンブルの程度は改善していました（図2）。

SAT-G（全5回のプログラム）

ワークブック



- 【第1回】あなたのギャンブルについて整理してみましょう
- 【第2回】引き金から再開にいたる道すじと対処
- 【第3回】再開を防ぐために
- 【第4回】私の道しるべ
- 【第5回】回復への道のり

目標達成の自信（平均値）

H28.10末現在

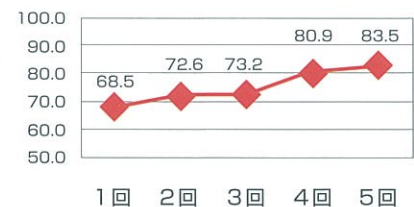


図1

終了時の状況

（修了者13名の自己申告）

H28.10末現在

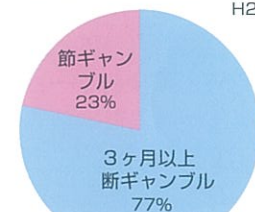


図2

※本プログラム受講者の声を山陰中央新報（平成28年11月10日掲載）で紹介されました。
新聞掲載記事を心と体の相談センターホームページ「依存症」コーナーにてご覧いただけます。

特集記事

2

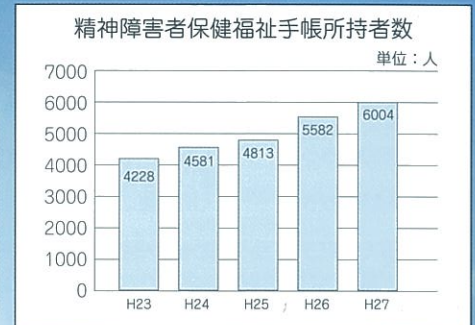
「精神障害者保健福祉手帳」

当センターでは、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を発行しています。本号では、精神障害者保健福祉手帳制度を紹介します。

- 島根県の手帳所持者数 【H28.3.31現在】
6,004人（1級 1,388人、2級 3,428人、3級 1,188人）
- 対象者
何らかの精神疾患により、長期にわたり日常生活又は社会生活への制約がある方

〈対象疾患の例〉

- ・統合失調症
- ・うつ病、躁うつ病などの気分障がい
- ・てんかん
- ・ストレス関連障がい
- ・アルコール関連障がい
- ・発達障がい
- ・認知症等の脳機能障がい
- など



※各年度末現在の手帳所持者数

制度の内容

○障がいの状態により、1級～3級の等級があります。

1級	精神障がいであって、日常生活の用を弁ずることを不能ならしめる程度のもの。
2級	精神障がいであって、日常生活が著しい制限を受けるか、又は日常生活に著しい制限を加えることを必要とする程度のもの。
3級	精神障がいであって、日常生活若しくは社会生活が制限を受けるか、又は日常生活若しくは社会生活に制限を加えることを必要とする程度のもの。

○手帳を持つことで各種サービス等が受けられます。

- ・税金（所得税、住民税、相続税、自動車税等）の控除・減免
 - ・公共料金等（NHK受信料、携帯電話料金）の割引
 - ・公共交通機関（電車、バス、旅客船等）運賃の割引
 - ・県立施設（美術館、博物館、水族館、体育館等）の利用料の減免
 - ・福祉医療費助成制度（入院及び入院外医療費の自己負担額を軽減）
 - ・市町村独自のサービス（各種手数料の減免、通院交通費の助成、公営住宅の優先入居等）
- ※手帳の等級によりサービスの内容が異なる場合があります。

平成26年10月
から新たに対象
になりました。

申請手続き……以下の必要書類を、お住まいの市町村の担当窓口へ提出してください。

- ・申請書（様式は市町村窓口等にありませう。）
- ・添付書類（A、Bのどちらか片方）
 - A) 医師の診断書（精神障害者保健福祉手帳用）
※初診日から6か月経過後に作成されたもの
 - B) 精神障がいを支給事由とする障害年金等の年金証書、直近の振込通知等の写し
- ・写真（たて4cm×よこ3cm）
- ・印鑑
- ・個人番号及び申請者の身元確認ができる書類
⇒ 詳細は市町村の担当窓口へお問い合わせください。

自立支援医療（精神通院医療）と一緒に申請する場合、手帳用の診断書で自立支援医療用の診断書を兼ねることができ、1枚の診断書で両方の申請ができます。

○手帳の有効期間は2年間です。有効期限の3カ月前から更新申請ができます。



当センター業務に関連する豆知識やお役立ち情報などをお届けします♪

【連載企画】

「あいサポート運動(あいサポーター)」

「あいサポート運動」とは、県民誰もが、「多様な障がいの特性」「障がいのある方の困りごと」「障がいのある方への必要な配慮」などを理解し、必要なときにちょっとした手助けができる“やさしくて温かい地域社会づくり”をめざす県民運動です。
今号では、「盲ろう」について、障がいの特性や配慮して欲しい点などを紹介します。

第4回 盲ろうについて

あなたに知ってほしいこと

盲ろうとは

視覚と聴覚の両方に障がいがあることを「盲ろう」といいます。

盲ろうは、大きく分けて、次の4つのタイプがあります。

- ・全盲ろう 全く見えず、全く聞こえない状態
- ・盲難聴 全く見えず、少し聞こえる状態
- ・弱視ろう 少し見えて、全く聞こえない状態
- ・弱視難聴 少し見えて、少し聞こえる状態

また、「盲ろう」になる経緯も様々で、大きく次の4つに分けられます。

- ・盲ベース盲ろう 視覚障がいがあり、のちに聴覚障がいを発症したもの
- ・ろうベース盲ろう 聴覚障がいがあり、のちに視覚障がいを発症したもの
- ・先天的盲ろう 先天的に、あるいは乳幼児期に視覚と聴覚の障がいを発症したもの
- ・成人期盲ろう 成人期以後に視覚と聴覚の障がいを発症したもの

様々なコミュニケーション方法の一部を紹介します

- ・手書き文字 手のひらに指先等で文字を書き伝えます。
- ・触手話 相手の行う手話に触れて、手話の形で読み取ります。
- ・指点字 点字タイプライターのキーの代わりに、盲ろう者の指を直接たたいて点字を表します。6本の指を点字の6点に見立てます。

こんなことに困っています

情報入手・コミュニケーション・移動などの様々な場面で大きな困難が生じます。自分の力だけで、情報を得たり、人と会話したり、外出・移動することが困難です。このため社会から孤立してしまうこともあります。

社会参加をするためには、情報入手・コミュニケーションの支援や移動の介助が不可欠です。そうした支援を受けて社会で活躍している人もたくさんおられます。

生活環境や視覚障がいと聴覚障がいの程度、またその障がいの発症時期により、コミュニケーションの方法が一人ひとり異なります。

家族や周りの支援者が、手のひらに文字を書いたり、触手話や指点字など、それぞれにあったコミュニケーション方法を生み出す努力と工夫をしています。

こんな配慮をお願いします

まず、話しかけてみましょう

まず、肩にそっと手を触れて話しかけてみましょう。聴力が使える人もあります。相手が気づいてくれたら、やさしく手を取って、手のひらに文字を書いてみましょう。この方法でコミュニケーションを取ることができる人もあります。このように、いろいろ試行してその人にあったコミュニケーション方法を見つけましょう。

周りの状況を説明することも大切です

盲ろう者は、お互いの会話の内容だけでなく、周りの状況も分かりません。他の人の発言や、「道沿いに赤い花が咲いている」などの情景や、その場の状況を知らせることも大切です。

様々な支援があることを伝えてください

コミュニケーションを取ることが難しいので、社会的に孤立してしまいます。困難な状況にある方をみかけたら、様々な支援があることを伝えてください。

障がいを知り、共に生きる —まず、知ることからはじめましょう—

各種相談のご案内

心と体の相談センターでは、各種相談に応じています。相談は無料、個人の秘密は固く守ります。

ひとりでも悩まずにご相談ください。



電話相談

《心のダイヤル》 0852-21-2885

心の健康全般 ～ひきこもり・薬物・ギャンブル・アルコールの問題、対人関係や性格の悩み、家庭や家族の悩み、職場の悩み、思春期の問題 など～
※来所相談にも応じます。(予約制)

《自死遺族のための相談ダイヤル》

0852-21-2045 自死遺族の方の悩み など

「ここから だより 第4号」 2017年3月発行

発行：島根県立心と体の相談センター

〒690-0011

島根県松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根2F

TEL:0852-32-5905・5908 FAX0852-32-5924

ホームページ <http://www.pref.shimane.lg.jp/kokoro/>

編集後記

暦の上では春ですが、まだまだ冷たい風に身も心も縮こまってしまう日が続いています。春の訪れが待ち遠しいですね。

春の暖かな日差しは、心と体の緊張をといてリラックスさせてくれます。人の笑顔も同じ。いつもいいことばかりではないけれど、笑顔を忘れずにいきたいと思えます。(担当O)

機関紙名称「ここからだより」について

「ここから」は当センターの名称にもある「心〔こころ〕」と「体〔からだ〕」を略した言葉で、「ここから(この機関紙から)センターの業務や障がいへの理解を深めていってほしい」という願いを込めています。