

# 思春期・青年期心のケア推進事業Ⅲ

～実績報告及び今後の取組みについて～  
日南保健所

# I はじめに

## 目的

- 地域における思春期・青年期の心の健康に関する相談支援体制を構築すること。

★保健所の相談支援体制の充実

★地域や学校などの関係機関との連携強化

★地域や学校での普及啓発と実態調査

## Ⅱ 事業内容

事業名 * ●実施済み ○継続実施予定	年度		
	16	17	18
実態調査及び予防的介入	●	●	—
支援体制づくり関係機関連携強化(連絡会・研修会)	●	●	○
思春期・青年期心のケア教室(ひきこもり当事者の会)	—	●	○
思春期青年期保護者教室(ひきこもり保護者教室)	●	●	○
普及啓発	—	●	○
思春期青年期心の健康支援ハンドブック作成	—	●	—

## Ⅲ 事業結果

# 1 実態調査及び中学校での予防的介入の試み

## 〔方法〕

- ・心の健康の授業(50分×8回)を中学校1校で実施。
- ・授業は担任教諭が行う。
- ・実施にあたっての指導は宮崎大学教育文化学部の協力を得る。(授業実施前後に介入群と対象群でアンケート調査実施。)

## 〔授業内容〕

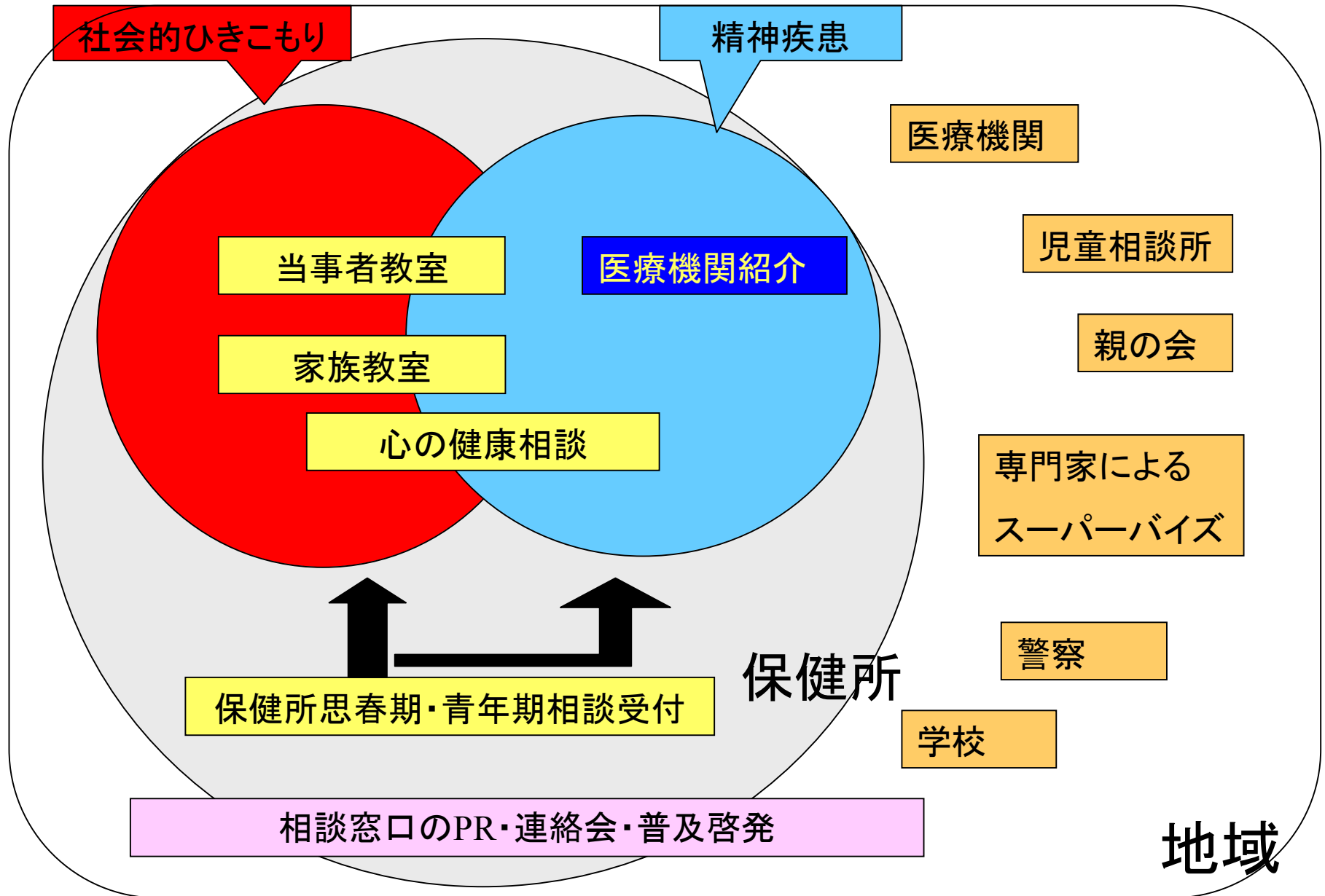
- ・ソーシャルスキル、 認知行動療法

## 予防的介入結果

### ～教師、生徒の感想より～

- 社会的なスキルが未熟な生徒は増えているという印象がある。スキル教育の必要性については感じるが、授業時間の確保など課題は多くそれらをクリアしないと実施は難しい。
- 『上手な断り方』『リラックス方法』『上手な頼み方』の授業が好評であった。
- 学校の授業の中にどのように取り入れてもらえるのか、いかに継続していくかが課題。

# 保健所の相談支援体制イメージ



## 2思春期・青年期心のケア教室 (ひきこもり当事者教室)

### 〔目的〕

思春期・青年期の対人不安、こだわり、抑うつ、ひきこもり等の症状があつて暮らしにくさを感じている者を対象に、生活技能訓練(SST)や話し合い、レクレーションなどのグループ活動を通して、仲間づくりを促し、本人の社会生活への自信をとりもどすことを目的とする。

## 心のケア教室 内容・結果

	内容	スタッフ	人数
1	教室準備	・臨床心理師 ・保健師	0
2	・個別面接		1
3	・自己紹介ポスターづくり		1
4	・スポーツ		2
5	・調理 ・ヨガ など		3

実施回数－5回 参加者数－実3名、延7名

## 心のケア教室：結果

- 社会的引きこもり者を想定して実施したが、参加者は中学生・高校生の不登校者であり、学校との連携が必要であった。
- 今後は社会的ひきこもり者の掘り起こし、学校卒業、中退後の地域でのフォローが課題
- まだ定着しておらず、地域の関係機関にも十分には認識されていない。地域で広くPRし続けること、また教室を継続していくことが必要。

### 3思春期・青年期保護者教室 (ひきこもり家族教室)

〔目的〕思春期・青年期の不登校やひきこもり等の心の健康問題をかかえる子どもをもつ家族同士の交流をとおして、問題解決のための知恵を出し合い、家族としての成長を通じて本人の変化を生み出す契機となることを目的とする。

# 保護者教室：内容・結果

	内容	スタッフ	人数
1	家族教室とは ひきこもりとは	臨床心理師 保健師	2
2	コミュニケーションの悪循環を絶つ		3
3	家族の対応 ～やる気を引出す会話～		3
4	ひきこもりについて	医師	3
5	親が楽になるのは	臨床心理師	3

## 保護者教室：結果

- 参加者4名中3名は不登校の親の参加。しかし、対応方法の多くは共通しており不登校の親にとっても有効であった。
- 参加を重ねるたびに参加者の表情は明るくなり、子供にも少しずつ変化が見られた。
- 引きこもりの対応について詳しい臨床心理士に継続して参加してもらったことで円滑にプログラムを実施でき、保健師自身の勉強になった。

## IV 考察

★保健所の相談支援体制の充実

★地域の関係機関や学校との連携強化

★地域や学校での普及啓発と実態調査

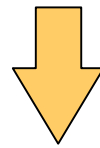
# 1. 保健所の相談支援体制の充実

★保健所で継続的に支援できる場ができた

- ①保健師のひきこもりに対する相談支援技術について習得できた。
- ②家族支援の場ができた。
- ③当事者支援の場ができた。

## 2. 地域の関係機関や学校との連携強化

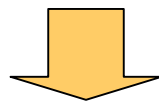
- 心の健康問題についての研修会開催
- 情報交換（中学校・高校では心の健康問題についての情報交換の場を求めている。）



・学校から相談が来るようになった。

### 3. 地域や学校での普及啓発と 実態調査

- 講演会の開催
- 相談窓口のPR
- 実態調査と学校での予防的介入



- 普及啓発は継続していくことが必要
- 学校での予防的介入の効果について確認できた。

# V 今後の課題

## ①保健所の相談支援体制の充実・継続

相談窓口の積極的なPR、ひきこもり当事者の教室、ひきこもり家族教室を継続、相談者の相談支援技術に対するスーパーバイズ。

## ②関係機関との連携

保健所が支援できることについて明確にし、積極的に情報提供していくことが必要