

社会全体で考える早期介入 ～統合失調症への早期介入からメンタルヘルスへの早期支援へ(行政分野から)

岡本秀行¹⁾, 岡本浩二²⁾

キーワード: 1. 早期介入 2. 保健所 3. アウトリーチ支援 4. 普及啓発
5. 精神障害にも対応した地域包括ケアシステム

Key words: 1. Early Intervention 2. Public Health Center 3. Outreach Support 4. Public awareness
5. Community-based Integrated Care System including mental disorder

抄 録

川口市は平成30年4月の中核市に移行に伴い、川口市保健所(以下、市保健所とする)を開設し、精神保健に関する業務を行っている。市保健所では予防的な視点を重視し、積極的に保健所から働きかけ、早期支援を行うことで市民のメンタルヘルス課題の重症化予防を意識していることが特徴である。

市保健所における早期支援の取り組みは大きく分けて三つに分類される。第一に相談支援である。「こころの健康」に関する一次相談先としての役割を担い、本人、家族及び関係機関からの相談を受け、訪問支援、来所面接、電話相談による支援を行っている。その際、市職員の直接的支援や各種事業における関係機関との協働による支援を活用し、可能な限り現場に出向き、支援を必要としている方に直接会うことを重視している。

第二に普及啓発の取り組みである。支援を必要としている方に必要な知識や情報を届けることで、「こころの健康」の保持や早期支援につなげる取り組みを行っている。

第三に地域づくりである。市保健所のみで支援を完結させることは困難であり、「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」の構築を目指し、地域全体が協働する仕組みが必要となる。地域全体のメンタルヘルスリテラシーを高めることで、支援を必要とする方を早期に発見し、支援につなげることができることを期待される。

本市の実践から、行政が保健予防の視点を持ち、早期支援に取り組むことの意義や有効性を報告する。

本論文の内容は第26回日本精神保健・予防学会学術集会で発表したものを中心にまとめた。

Early intervention as a society-wide perspective

From early intervention for schizophrenia to early support for mental health (from the government sector)

Hideyuki Okamoto, Koji Okamoto

1) 元川口市保健所, Kawaguchi City Public Health Center

2) 川口市保健所, Kawaguchi City Public Health Center

はじめに

川口市は埼玉県の南端に位置する人口約60万人の都市であり、隣接する東京都心の労働者のベッドタウンとして機能している。一方で、江戸時代から鋳物や植木などの産業が盛んであり、町工場が街の風景として溶け込み、郊外では昔ながらの田園風景が広がっている。

平成30年4月に中核市に移行したことに伴い、市単独で保健所を開設した。埼玉県より精神保健業務が移譲されたことにより、疾病対策課の下に精神保健係を設けて業務に取り組んでいる。

川口市における精神保健福祉支援体制

川口市保健所（以下、市保健所とする）疾病対策課では保健師5名、精神保健福祉士5名、事務職1名の11名体制で精神保健業務を行っている。本人や家族、関係機関からの「こころの健康」に関する相談支援を行うとともに、自殺予防対策事業やメンタルヘルスに関する普及啓発事業活動、市民や関係機関に対する講座や研修の開催、家族教室等のグループ支援等の各種事業に取り組んでいる。また、母子保健、成人保健等の地域保健を担う地域保健センターや健康増進課においても保健師が配属されており、個別支援や検診等の保健指導を通じて、メンタルヘルス対策に関連する業務を行っている。そして、障害福祉課においても精神保健福祉担当として保健師1名、精神保健福祉士3名が配置されており、障害福祉の側面から生活支援を中心とした業務を行っている。

精神保健福祉士と保健師の協働による精神保健業務

市保健所の精神保健業務体制の特徴は、精神保健福祉士と保健師が協働して業務に取り組んでいる点である。市内を4つの地区に分け、地区担当は精神保健福祉士と保健師がペアを組み、訪問、来所、電話による相談支援を行っている。また、各種事業を実施する際にも可能な限り両職種がペア、もしくは混成されたチームを組み、事業の企画立案から運営、その後の評価に至る一連の流れを進めている。メンタルヘルス課題は個人の疾患や健康問題だけでなく多くの生活課題に強く影響しているため、健康と生活の支援が一体的に行われる必要がある。そのため、保健師による「保健予防」の視点と精神保健福祉士による「社会福祉」の視点という異なる職種の専門性を活かすことで、多様な支援ニーズに対応することや、幅広い視点で効果的な事業を検討することにつながっていると考えている。

保健所開設期における緊急事例・孤立事例の多さに対する戸惑いと気づき

平成30年4月に市保健所が開設されると、直後から警察介入等による危機介入事例が多く寄せられ、緊急対応に連日追われるような状態であった。ひきこもり状態で支援に結びついていない方や未治療や医療中断等により必要な治療を受けることができず精神症状が悪化してしまった方が多く、孤立状態にあった本人の姿や、極限までケアを続け心身ともに疲弊している家族の姿を目の当たりにすることになった。また、必要な支援や治療を受けることができたとしても、離職や退学、慣れ親しんだ住居を去せざるを得なくなることや、家族関係にも影響が見られるなど、社会的な孤立が疾病や生活課題の重症化を引き起こしていることを実感することにつながった。市民の健康と生活を守る一番身近な機関である市保健所職員として無力感を感じながら、職場の仲間とともに「何かできたのではないか」と問いを立てる日々を過ごしていた。

市保健所では、このような状況と日々向き合い続けるなかで、重症化・緊急事例は、ある日突然生じるわけではなく、様々な課題が重複し本人や家族等が対処できる範囲を超えた時に事例化されているこ

とに気がついた。実際に多くの事例において、こころと生活の変化が生じていながら、必要な支援につながることがなく時間が経過し、重症化したのちに緊急対応を要する支援対象者として市保健所が出会っていた。その要因として、地域には本人や家族等が、自ら相談することや、必要な支援にアクセスすることができない状態の方が潜在的に多く存在しているにもかかわらず、市保健所の役割が精神科救急や措置入院者等の再発予防に集中していたことから、そのような方々に対する支援に手が付けられていないことに大きな問題があると考えた。

川口市の目指す保健予防の視点を重視した「手を伸ばす」支援

そこで、市保健所に本来求められている「地域精神保健活動」とは何か、また市民が「こころの健康」を保ちながら、安心して暮らすためにできることは何か、という課題意識を職員同士で話し合いを繰り返し行った。その結果、保健予防的なアプローチを重視し、疾病や生活課題の重症化に至る前の支援を重視し、市民からの相談を待つのではなく、市保健所から生活場面に出向き、手を伸ばす支援への転換を図ることになった。このような視点から、症状や生活課題が顕在化し、「困りごと」が顕在化した後に関わりがスタートする既存の「事後対応型」が中心の支援から、メンタルヘルスの視点で早期介入することで、課題の発生を未然に予防する「予防」を重視した「事前対応型」の支援を行うことを目指すことにした。これは単に疾病や課題の発生を防ぐだけでなく、たとえ疾病や生活課題が発生しても、困難さが大きくなる前に必要な治療や支援を行い、疾病や生活課題の重症化を防ぐということも含まれている。一方で、メンタルヘルスの課題は様々な生活課題の背景に分野横断的に存在している。そのため、市保健所だけで予防的支援を完結させることは不可能であり、関係機関と密接に連携し、幅広いニーズに対応する必要があると考えた。

地域の医療機関との協働によるアウトリーチ事業の開始

こうしたなか、平成29年に「精神障害者にも対応した地域包括ケアシステム」が掲げられ（野口、2022）、その実現が各自治体に求められていることもあり、隙間のない支援体制の構築と、多機関多職種連携が重要であると再認識し、市保健所は令和元年5月に地域の医療機関との協働により「川口市訪問支援強化事業（以下、アウトリーチ事業）」を創設した。アウトリーチ事業は本人や家族等が健康と暮らしを維持しながら、地域で安心した生活を送ることができることを事業の目的として掲げ、医師、看護師、精神保健福祉士等により訪問活動を中心とした支援（アウトリーチ支援）を実施している。事業の対象者は精神科医療の中断者や精神疾患が疑われる未受診者、精神疾患が疑われるひきこもり状態の方を中心として、メンタルヘルス支援が必要でありながら、必要な支援や治療を受けることが困難な方を主としている。

また、アウトリーチ事業の実施にあたり、医療機関に委託することで市保健所と医療機関との協働関係をつくり、支援の実施にあたっては地域関係機関（相談支援事業所や障害福祉サービス事業所、市役所内の生活保護や障害福祉担当課の職員等）に対し、積極的に支援チームへの参加を求めた。多機関が関与することで、様々な視点や支援のバリエーションが生まれることだけでなく、人的交流や情報の流れがスムーズになることで関係機関同士の顔の見える関係が構築され、相互理解が促進した。このように、アウトリーチ事業を地域づくりの手段として活用しながら、行政機関が仲介役となり、医療機関と地域関係機関の日常的な連携をより円滑にすることにより、アウトリーチ事業以外の対象者の支援においても円滑な支援が行われることにより、症状や生活課題の重症化を防ぐことにつながっ

ている。このように、市保健所が個別支援や地域づくりに対する責任性を自覚し、地域全体のマネジメントを中心的に行っていることが川口市の地域精神保健活動の特徴である。

アウトリーチ事業の成果と新たな課題

支援開始当初は本人と顔を合わせることもできなかつた方に対して、支援チームは本人のペースに合わせてながら家族と寄り添うことを粘り強く繰り返し働きかけることで、次第に関係性が少しずつ構築され始めた。その結果、社会的孤立状態の方が医療機関や支援機関に「自ら」出向くことができるようになることや、家族との関係性を維持・回復することができる事例が見られるようになり、今ではアウトリーチ事業は地域にとって不可欠な存在になっている。

一方で、多くの事例で「年単位」という長い経過の支援が必要となることや、本人が治療や支援に結びついた後に社会参加を検討する際、本人の年齢や体調、社会経験の乏しさ等の様々な要因により、現実的に活用することができる社会資源や生活上の選択肢が乏しい傾向が見られた。つまり、生活課題(困りごとの状態)が固定されたあとに支援を開始すると、本人や家族、支援者も多く時間や労力を要することや、更に本人のその後の社会参加に関しても、様々な制約が多く、生活上の選択肢も狭くなってしまいう傾向があることが新たな課題として明らかになった。そして、保健予防の意識を更に強化し、本人や家族等の生活課題(困りごとの状態)が固定化をされる前の早期支援を行う必要性を認識することにつながった。

若年者に対するメンタルヘルス支援の取り組みへ

従来から、進学や就職による生活環境の変化が生じる際に、メンタルヘルス課題が見られる傾向は存在していたが、市保健所では、日常的な相談支援やアウトリーチ事業により社会的孤立状態の方と向き合う過程で、多くの方が若年期から「こころの不調」を長い経過のなかで抱え続けていたことを、再認識することになった。

そして、新型コロナウイルス感染拡大による生活様式の変化や先行きが見えない不安は、若年者のメンタルヘルス課題を拡大させることにつながったと思われる。その要因としては、外出自粛や慣れないオンラインによる生活、テレビやインターネットに触れる機会が増加したことによる過剰な情報収集による影響が大きいと考えられる。実際に市保健所には、休校等により外出できない子どもたちの「ゲーム・ネット依存」を心配する相談や、高校生や大学生がオンライン授業に馴染めず休学している事例や若年社会人がテレワークによる業務のなかで周囲とうまくコミュニケーションが取れず休職に追い込まれるといった相談が相次いで寄せられた。

若年者にとって、学校生活や就職時期の躓きがその人生に大きな影響を及ぼすことが多く、早期支援により疾病の予防や重症化を防ぐことや生活課題を解決することで社会生活を維持することが重要であることから、市保健所では若年者に対する早期支援につながる新しい取り組みの必要性を認識することになった。

若年者の相談支援を行うなかでの戸惑い

若年者にとって、既存の相談機関は心理的ハードルが高く、相談を躊躇する事例も少なくない。また言葉や表現の乏しさから相談支援の難易度は高く、さらに、虐待、教育、人間関係、生活困窮等の様々な生活課題が複雑化かつ複合化している傾向が見られ、アセスメントや支援のポイントを把握す

ることが難しい。そして、児童思春期の方が受診することができる医療機関や支援機関は乏しい現実もある。このように若年者の支援では、単にメンタルヘルス課題だけでなく、解決すべき課題が複数あることや、地域の既存の支援や資源では対応できないことが多く、そのため市保健所では支援に多くの困難を抱えており、その解決のためには今までにない支援体制を構築する必要があった。

「こころサポートステーションSODAかわぐち」の開設

このような時に、東邦大学が中心的な役割を担っている取り組みであり、東京都足立区で若年者に対する早期支援に取り組んでいる「SODA」の活動との出会いがあった。実際の施設見学や職員や関係者同士の意見交換を重ねているなかで、課題認識や目指すべき方向性が一致したことが後押しとなり、川口市においてもSODAの活動を展開することができないか検討が始められた。その結果、市保健所では令和4年6月より若年者のメンタルヘルス相談窓口として「こころサポートステーションSODAかわぐち」(<https://www.css-soda-k.com/home>)を開設し、若年者の支援経験が豊富な精神科医をはじめ、公認心理師、精神保健福祉士等による多職種専門チームによる支援を開始した。その際、心理的障壁を下げる取り組みとして、ショッピングモール内に相談窓口を設置し、開所時間も通学通勤の影響を考慮し、土曜日を含む週4日、10時から19時までとした。また、来所面接に加え、メール、SNS等のオンラインを活用した支援を導入する等の工夫を行った結果、多くの若年者から相談が寄せられている状況である。来所に訪れた若年者の相談者から「今まで相談できなかったが、初めて話げできた」「今までどこの誰に相談してよいか分からなかった」という趣旨の声が多く聞かれているように、今まで支援につながっていなかった潜在的な若年者の支援ニーズを受け止めることができていると思われる。また、母子保健や地域保健等の保健部署のみならず、教育機関、就労関係等の機関から多くの支援依頼があり、分野横断的な連携が既に構築されている。このように、「こころサポートステーションSODAかわぐち」は地域における若年者支援において必要不可欠な存在となっている。

早期支援・早期介入を意識した普及啓発活動

コロナ禍を機に、早期にオンラインの活用を積極的に取り入れた普及啓発活動を実施している。これまで対面式で限定した人数を対象として実施していた市民向けの講演会等をオンライン開催に変更したことで、より多くの方を対象とすることができた。対面式では参加をすることが少ない若年者、子育て世代、働く女性に必要な情報を届けることを意識して事業構成を組み立て、オンデマンド方式にすることで、いつでも、どこでも視聴できる体制を整えた。対面式では今まで100名程度の定員であったが、オンラインを活用した再生回数の平均は約1,300回となった。数え方に違いがあるため同列に比較することはできないが、今まで以上に多くの方にメンタルヘルスに関する必要な知識を届けることができていると思われる。

また、パソコンやスマートフォンから気軽にアクセスし、自分の心の状態を知ることができ相談窓口も案内しているメンタルヘルスチェック「こころの体温計」(<https://fishbowlindex.jp/kawaguchi/demo/index.pl>)を周知するため、市役所庁内の連携を活かし、教育・労働関係各課と連携し、2次元バーコード付きの周知文を給食の献立表や商工会の広報誌に掲載することや、チラシを入れたポケットティッシュを市内の全学校に配布したことで、配布対象である「児童・生徒とその両親」「労働者」と想定できる年齢層のアクセスが増加する等の効果が表れている。

「こころサポーター養成講座」の実施

メンタルヘルス課題は近年急速に広がりを見せており、かつ様々な生活課題の背景に分野横断的に存在している。約60万人の人口を抱える川口市において、専門機関のみで全てのニーズの発見に至ることは不可能である。地域全体のメンタルヘルスリテラシーを高め、地域で精神保健を支える担い手を増やし、支援の裾野を広げることが、早期支援につながる効果的な方策であると考えられる。そこで、市保健所では、令和3年度より厚生労働省「心のサポーター養成事業」に参加し、全市民を対象に参加者を募集し研修を実施している。毎年、定員を超える応募者が集まるように、市民の関心も高い状況である。メンタルヘルスや精神疾患への正しい知識と理解を持ち、地域や職域でメンタルヘルスの問題を抱える人や家族等に対して傾聴を中心とした支援ができる人を養成することは、普及啓発とともに、メンタルヘルス不調等の予防、さらには早期介入に繋がることが期待される。

川口市における精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築

近年、メンタルヘルスの課題は広がりを見せており、新型コロナウイルス感染拡大による影響も重なり、減少傾向を続けていた自殺者数が上昇傾向に転じたことなど、その対策は喫緊の課題と言える。

改正精神保健福祉法において、自治体の相談支援の対象拡大と「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム（以下、「にも包括」）」の理念を踏まえた包括的支援を確保することが規定された。拡大するメンタルヘルス課題への対応や、すべての人が住みやすい社会の実現を目指すためには、医療機関も含めた地域の関係機関が分野横断的に連携・協働することが不可欠である。「にも包括」が目指すものは誰もが安心して自分らしく暮らすことができる「地域共生社会」であり、その実現のためにはすべての国民が生活上で起こる困りごとを早期に相談し、必要な支援を受けることで孤立・孤独を防ぐことが重要となる。

川口市では令和元年度から保健、医療、福祉の関係者が一堂に会する「協議の場」を設置し、各事業の取り組み状況を共有するとともに、併せて地域課題の抽出やその解決に向けた取り組みの検討を重ねてきた。「にも包括」を構築するためには、ひとつの機関やひとりの支援者だけが孤軍奮闘するような状況はあり得ない。それぞれの機関が連携協働し、それぞれの強みを活かし、弱みを補うことで、誰もが安心して住みやすい地域が作られるはずである。このような視点から、様々な機関が行う個々の実践のなかで見てきた課題を「地域課題」として共有し、解決に向けた取り組みを「個（人・機関）」でなく「地域・システム（社会・仕組み）」で考えることは重要である。市保健所の保健予防的な取り組みは、市保健所の各職員が個別支援と向き合うなかで必然的に生まれてきたものだと思う。地域課題は個別支援のなかにあると考え、積極的に協議の場に各事業や個別支援の状況を報告し、まだ見ぬ同じ困難さを抱えた人々を想像し、地域における支援ニーズの把握に昇華させる働きかけが重要であると考えられる。

川口市保健所における緊急対応事例の変化

このような保健予防活動を意識した取り組みを積み重ねてきた結果、令和2年度と令和5年度における市保健所の緊急対応事例の件数を比較すると、精神保健福祉法による警察官通報（23条）通報の件数が120件から95件、即日対応を要する受診援助の件数が72件から23件となっており、緩やかに減少傾向に転じている。また、緊急対応事例の内容も統合失調症等の未治療・医療中断事例が減少し、メンタルヘルス領域の課題に起因する自傷や暴力等が増加傾向となっている。しかしながら、緊急対応

を要する事例については複合的な要因が複雑に絡み合っているため、市保健所の取り組みとの因果関係は特定できず、早期支援の評価は今後の課題となっている。

行政が早期介入に取り組む意義

行政が早期介入に取り組む意義は、3段階に分けて考えられる。第1段階として、積極的な地域精神保健活動（保健予防）を実施し、早期介入により市民のメンタルヘルス課題や生活課題を事前に予防・防止することである。第2段階として、市民のメンタルヘルスが向上し、すべての市民が社会参加を実現し、それぞれの社会生活（学校・就労など）を充実させることである。そして、第3段階として、元気で活力ある市民が増えることで社会全体（人・物・経済など）が元気になり、社会全体（全国・各地域）が活性化することである。このように、保健予防に取り組むことは、社会全体を支えることにつながっていると考えられる。

おわりに～川口市保健所の経過から考えること～

市保健所では、市民にとって一番必要な支援を追求し続けた結果、「保健予防の視点を持ち、早期支援・早期介入に取り組むこと」にたどり着いた。これらの活動を積み重ねた結果、単に個人の疾病を予防するだけでなく、生活課題全般について予防することにつながったと考えられ、これらは地域や社会全体を支えていることにつながっている。

この一連の活動は、単一の機関や人だけでは成しえることは不可能であり、社会全体で支えることが重要である。地域の人材や機関・社会資源をつなぎ合わせ、協働の仕組みを作る（ともに活動する舞台を作る）ことは、行政機関の重要な役割であり、醍醐味であると考えている。ひとりでは出来ないことも、みんなで取り組むことで実現できることもたくさんある。全国各地において、手を伸ばしたら見えること、手をつないだらできることを目指して、保健予防を意識した精神保健活動が展開されることを期待している。

利益相反(COI)開示

演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業などはない

【参考文献】

- 1) 野口正行(分担研究者)：精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築にむけた手引き(普及版)～地域共生社会を目指す市町村職員のために～Ver.1. 編集：地域精神保健医療福祉体制の機能強化を推進する政策研究(研究代表者：藤井千代)精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築に関する研究. 2022. <https://www.mhlw-houkatsucare-ikou.jp/archive/guide/r03-cccsguideline-ab.pdf>