

# I 精神保健福祉センターについて

# 1 徳島県精神保健福祉センター

- ・ひきこもり地域支援センター『きのぼり』
- ・とくしま自殺予防センター
- ・徳島県依存症相談拠点

精神保健福祉センターは、県民の「こころの健康」の保持増進や精神障がい者の社会復帰、社会参加の促進を図るために、精神保健福祉活動の専門的機関として、次の事業を行っています。

## 業務内容

- ① 企画立案  
精神保健福祉に関する提案、意見具申等
- ② 技術指導・技術援助  
保健所、市町村及び関係諸機関への専門的技術指導・援助
- ③ 教育研修  
精神保健福祉関係職員等へ専門的教育研修
- ④ 普及啓発  
精神保健福祉全般及び権利擁護等普及啓発
- ⑤ 調査研究  
精神保健福祉に関する調査研究
- ⑥ 精神保健福祉相談  
複雑困難な精神保健福祉相談（ひきこもり、依存症、自殺、思春期等）
- ⑦ 組織育成  
精神保健福祉関連支援団体及び自助グループの組織育成
- ⑧ 精神医療審査会に関する事務
- ⑨ 精神障害者保健福祉手帳及び自立支援医療（精神通院医療）の判定及び事務

〒770-0855 徳島市新蔵町3丁目80

電話 088-625-0610

ファクシミリ 088-652-2327

E-mail seishinhokenfukushisenta@pref.tokushima.jp

ホームページ <https://www.pref.tokushima.lg.jp/ippannokat/kenko/shougai Fukushi/2013061800050>

## (1) 精神保健福祉センター各種相談

### ○こころの相談

心理職、精神科医、保健師等による個別面接・家族相談を実施しています。

- ・精神障がいに関すること
- ・ひきこもりや家庭内暴力に関すること
- ・依存に関すること（アルコール・薬物・ギャンブル・ゲームなど）
- ・自殺関連・自死遺族に関すること
- ・新型コロナウイルス感染症に関するメンタルヘルスに関すること
- ・その他、精神保健福祉に関すること・・・など

※本人だけでなく、家族の相談も可能です。関係機関の方からの相談も可能です。

※相談の内容等、秘密は厳守します。

### ○専門医による相談

特定の日時において、専門の医師による相談を行っています。

種類	日時	備考
依存症相談	第2・4月曜日 (午後3時から午後5時まで)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・依存症に関する相談（アルコール・薬物・ギャンブル・ゲーム等）</li> <li>・本人の相談、家族だけでの相談も可能</li> <li>・関係機関の方からの相談も可能</li> </ul>
思春期精神保健相談	毎週木曜日（午後）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本人の相談、家族だけでの相談も可能</li> <li>・対象は15歳～20歳</li> <li>・関係機関の方からの相談も可能</li> </ul>

※休日、祝祭日及び年末年始は除きます。また、都合で変更になる場合がありますので、お問い合わせください。

### ○お酒に関する何でも相談

酒害相談員（長年断酒をしており、相談経験も豊富な断酒会会員）による、アルコール問題の相談を行っています。

種類	日時	備考
お酒に関する何でも相談	第1・3水曜日 (午後1時から午後3時まで)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アルコール依存症に関する相談 予約は不要</li> <li>・本人の相談、家族だけでの相談も可能</li> </ul>

※休日、祝祭日及び年末年始は除きます。

### ○相談を利用するには

受付時間：月曜日から金曜日までの午前9時から午後4時まで  
(祝祭日及び年末年始を除く)

- ・相談は原則として来所相談で予約制です。  
事前にお電話による申し込みをいただき、都合のよい日時を決めさせていただきます。  
その際に、相談したいことについて簡単にお聞かせいただく場合があります。

相談受付電話番号    088-602-8911

※当センターは医療機関ではないので、お薬を出すことはできません。

※相談内容によって、医療機関やほかの相談・支援機関を紹介させていただく場合があります。

## (2) ひきこもり地域支援センター『きのぼり』

平成22年度から精神保健福祉センターにひきこもり地域支援センター『きのぼり』が開設されました。

きのぼりでは、ひきこもりで悩んでいる本人や家族の相談に応じています。お電話で簡単に相談されたい内容をお聞きしてから、相談の予約を取らせていただいています。

また、本人や家族のための集団のプログラムも実施しています。まず個別相談にてお話をうかがった上で、プログラムへの参加が役立つと思われる方に案内します。

### ○ひきこもりに関する相談

～相談の希望・お問合せ～

受付時間：月曜日から金曜日までの午前9時から午後4時まで（祝祭日及び年末年始を除く）

電話番号（相談専用）：088-602-8911

ホームページ：<https://www.pref.tokushima.lg.jp/ippannokata/kenko/shogaifukushi/2010090300148>

### ▽サテライト相談事業

南部、西部圏域の各保健所でも定期的にサテライト相談を開設しています。

各保健所で相談日時が異なります。電話でお問い合わせください。

※相談は原則として来所相談です。お電話にて予約ください。

※本人が来られない場合でも対応は可能です。まずは家族だけでも相談ください。

※きのぼりは医療機関ではないので、お薬を出すことはできません。

※相談内容によって、医療機関やほかの相談・支援機関の案内も行っています。

### ○当事者向けプログラム

当事者が自信を回復し、社会参加に向けての準備をしていく場とするために、以下のプログラムを実施しています。

#### ▽ひきこもり当事者グループ活動

参加者の希望をもとに内容を組み立て、主体的に活動していくことを目標に、スタッフがサポートしながら活動を行っています。（活動内容例：スポーツ、料理、音楽など）

#### ▽SST（ソーシャルスキルトレーニング）

自分の意思や要件をうまく伝えたり、他者からの働きかけに応えるなどのスキルを身につけるためのプログラムです。他者との適切な関わり方を学ぶことで、対人的なコミュニケーションへの苦手意識を低減し、社会参加の可能性を高めていきます。

#### ▽その他

社会見学や「目で見える精神保健展」への参加、作業訓練なども実施しています。

### ○家族向けプログラム

#### ▽ひきこもり家族教室

ひきこもりの方を支える上で、家族に必要な基礎的知識や対応のヒントなどを身につけることを目的としたプログラムです。スタッフによる講義形式です。

#### ▽ひきこもり親の会

共通した悩みを持つ家族同士で語り合い、家族自身がゆとりを取り戻していくことをサポートするための会です。

### ○関係機関の方へ

きのぼりでは、相談窓口としての機能のほかに、次の事業も行っています。

#### ▽関係機関からの相談への対応

#### ▽ひきこもり支援関係者を対象とした研修・会議の開催

・ひきこもりサポーター養成研修

・ひきこもり対策連絡会議

#### ▽情報発信

・ホームページの運営

・リーフレット、パネル等の作成

### (3) とくしま自殺予防センター

平成21年度から、精神保健福祉センターに、とくしま自殺予防センターが開設され、関係機関と連携を図りながら、自殺を考えている方やその親族等からの相談に応じるとともに、地域の自殺対策関係者に研修等を行っています。

#### ○自殺に関する相談

- ・「生きていくのが辛い、苦しい」と悩んでいる
- ・大切な人がもしかしたら自殺するのではないかと心配している
- ・すでに大切な方を自殺で亡くして辛く苦しい思いを抱えている・・・など

#### ○自死遺族交流会（わかちあいの会）の開催

大切な人を自死で亡くされた方が安心して思いを語れる場、自らの痛みと向き合うことのできる場として、自死遺族交流会を行っています。

対象者：大切な人を自死で亡くされた家族等  
(スタッフが進行役として同席します。)

日 時：毎月第4金曜日 午後1時30分から午後3時まで

- ・プライバシーを守りながら進めていきます
- ・話したくないときにはパス可能
- ・匿名でも参加可能

#### ○研修会等の開催

自殺関連の精神疾患への理解を深め、相談対応スキルの向上を図ることを目的に、地域の自殺対策関係者を対象にした研修会等を実施しています。

#### ○連絡調整会議の開催

地域における関係機関のネットワーク強化を図り、総合的な自殺予防対策を検討することを目的に、徳島県自殺対策連絡協議会等を実施しています。

※相談、問合せの際は、まずはお電話ください。

(相談は原則として来所相談で予約制)

受付時間：月曜日から金曜日までの午前9時から午後4時まで（祝祭日及び年末年始を除く）

電話番号（相談専用）：088-602-8911

ホームページ：<https://www.pref.tokushima.lg.jp/jisatsuyobou/>

