思春期精神保健相談ネットワークの構築

北多摩西部保健医療圏　多摩立川保健所

実施年度	開始　　平成　２０年度、　　終了（予定）　平成　２１年度
背　　景	当保健所では、思春期精神保健の個別相談のほか、親を対象とした家族教室や講演会の開催等の事業を展開している。このような事業を通じて保健所に持ち込まれる相談は、ひきこもり、暴力、自傷行為などさまざまな問題行動を抱え長期化するケースが多い。できる限り早期に対応を開始し、問題の長期化を予防するためには、地域の関係者が援助技術の向上を図り、効果的な相談ネットワークを構築することが必要である。
目　　標	1　ひきこもり、家庭内暴力、精神疾患等の思春期のこころの問題に関する地域課題を明らかにする 2　思春期精神保健相談に関わる地域関係者の相互理解を深める 3　思春期精神保健相談に関わる地域関係者の相談・援助技術の向上を図る。
事業内容	1　関係機関会議（思春期精神保健専門部会）の設置 管内6市の学校関係者をはじめ思春期精神保健に関わる関係者による専門部会を年２回開催し、子どものこころの問題の現状と課題の共有、事例検討会の結果から得られた地域課題の確認、思春期精神保健相談ガイドブックの内容検討を行った。 2　関係者向け講演会の開催 教育関係者を対象とした講演会を開催し、思春期のこころの問題の現状と対応への理解を深め、関係者の資質の向上を図った。 3　事例検討会の開催 6市ごとに養護教諭等との事例検討会を開催し、問題の見立てや相談機関へのつなぎ方等にスーパーバイザーの助言を得て、思春期問題に関する地域課題を抽出した。 4　「思春期精神保健相談ガイドブック」の作成 学校関係者が思春期相談を受けたときに活用できるガイドブックの作成を目的とし、思春期精神保健専門部会での検討に加え、専門部会委員数名からなる「思春期精神保健相談ガイドブック」作成ＰＴを編成して内容の検討を行い、「思春期精神保健相談ガイドブック」を平成22年3月に刊行した。
評　　価	1　地域関係者との思春期課題の明確化と共有 関係機関会議や事例検討会を通し、思春期の子どもたちを取り巻く地域ネットワークの現状を把握するとともに地域における思春期精神保健の課題を抽出し明確にすることができた。 2　地域ネットワークの構築と成長 事例検討会や「思春期精神保健相談ガイドブック」作成ＰＴの実施に加え、実際の個別事例支援において効率的で切れ目なく重層的な関わりをするなかで問題行動が安定した例等を通し、地域関係者のネットワークが効果的に機能することの重要性を再認識し、ネットワークが更なる拡大へと成長を遂げるに至った。今後は、成長した地域ネットワークの維持と発展を目指し、相談支援を通じた養護教諭等地域の関係者との連携の強化、推進、ネットワークの中での効果を検証する場の提案等につなげていく。
問い合わせ先	多摩立川保健所　保健対策課　地域保健係 電　　話　　０４２－５２４－５１７１ ファクシミリ　　０４２－５２４－７８１３ E-mail　　S0000346@section.metro.tokyo.jp

思春期精神保健相談ガイドブック　概要版

作成の目的

思春期のこころの問題は、ひきこもり、暴力、自傷行為等多様な形をとり、様々な機関で相談を受ける状況となっています。相談の実践の中から、早期対応を目指すためには地域関係者の相談支援技術の向上と効果的なネットワークの構築が欠かせないことが明らかになりました。そのため、思春期のこころの問題に対応する関係者が、相互の役割を理解し必要なときに適切な部署と連携しながら相談対応できることを目的に作成しました。

対象者

中学校を中心とした教育関係者や思春期相談に関わる関係者

作成過程

現状把握 → 検討 → 作成

- 管内６市の教育関係者を中心とした思春期精神保健専門部会の開催
- 地域の関係機関、医療機関へアンケート調査の実施
- 養護教諭を中心とした事例検討会の実施

- 思春期精神保健専門部会、思春期ガイドブック作成ＰＴで検討

本ガイドブックの構成

Ⅰ　思春期の基礎知識

思春期の医学的見解がわからない！

思春期の特徴、精神疾患の特徴や対応について掲載

Ⅱ　相談の実際

問題行動別に対応がわかるフローチャートがほしい

事例検討会や思春期専門部会等から教育現場で困っている問題行動をピックアップし、１３項目の子どもの問題行動別フローチャートを作成。学校での対応の基本、児童虐待について掲載。

Ⅲ　相談・援助活動の基本

援助者が気をつけることって何？

相談者へ伝えたい内容を掲載。相談にのる上での援助のポイント、支援者のメンタルヘルス、個人情報の取り扱いについて記載。

Ⅳ　相談窓口一覧

管内の相談機関について知りたい！

管内の相談機関（医療、保健、福祉、教育、他）の一覧の連絡先と活動内容、利用方法等を記載。

Ⅴ　資料

学校で使えるチェックシートがあればいいな。

学校で使用できる子どもの問題行動チェックシート等参考資料

Ⅱ　相談の実際

学校での対応の流れ

ガイドブックでは学校内で子どもの問題行動に気がつき支援するまでの対応について、「A 子どもの問題行動をキャッチ、B 情報収集、C 支援チームで情報を共有、支援方針の決定、D 対応」を柱に整理しました。学校でよく見られる 13 項目の問題行動について具体的な対応を示したフローチャートを掲載しています。

子どもの問題行動別フローチャート

A　問題行動

（1）登校できない

B　情報収集

子どもの状態

子どもが訴えること

- だるさ、頭痛、腹痛がある
- 人の視線が気になる
- 人と関わるのが怖い
- 不安やパニックになる
- 人間関係のトラブルがある

周りから見た子どもの様子

- 勉強についていけなくなる
- 興味や意欲がなくなる
- イライラしている
- 友人との交流が少なくなる
- 昼夜逆転している
- インターネット等で１日中遊んでいる
- 部屋から出てこなくなる

問題行動の背景

心理的・社会的なこと

- 家庭内に問題がある
- 友人や教師との関係がうまくいかない
- 学業不振がある
- いじめを受けている

病気や障害

- 身体疾患
- 発達障害
- 精神疾患

＊不登校の背景に、不安・恐怖群、適応障害群、身体表現性障害群（腹痛、嘔気、発熱、頭痛などの訴え）などの精神疾患が存在することがある。

C 支援するチームで情報の共有･支援方針の決定

D　対応

学校内の対応

- 保護的環境の中で児童が「心の居場所」を確保し、少しずつ社会への関心が芽生えるよう、その児童なりの社会適応の道を見つけられるよう支援しましょう。
- 登校することを無理強いせず、少しずつ登校するようメッセージを送りましょう。
- 登校している努力を認め、子どもを支える友人や教師との関係を作っていきましょう。
- 家庭訪問や電話連絡、手紙等で、子どもとの関係を保つようにしましょう。

学校以外の相談先

- 教育相談室
- 子ども家庭支援センター
- 児童相談所
- 保健所
- 医療機関　　等

※詳しくは、相談窓口一覧（　P）をご覧ください。

＜A　子どもの問題行動をキャッチ＞
ガイドブックでは、保健室や学校に持ち込まれる問題行動を中心に記載しています。

＜B　情報収集＞
フローチャートでは、各問題行動について、情報収集の参考となる項目を示しています。
＊情報収集の参考に「子どもの問題行動チェックシートを(右面参照)」を作成しました。

＜C　支援チームで情報を共有、支援方針の決定＞
学校内で収集した情報を支援チームで共有します。
チームは、学級担任、養護教諭、スクールカウンセラー、特別支援コーディネーター、学校長等で構成します。
その後、問題解決に向けてどのように動くか、学校としての支援方針を決定します。

＜D　対応＞
学校内で対応が難しい場合は、他機関への相談も検討します。フローチャートでは、『学校内の対応』と『学校以外の相談先』を示しています。

＊　現場での情報収集の際の参考資料として子どもの問題行動チェックシートを作成しました。チェックシートは支援チームでの情報共有の際にも活用することができます。

子どもの問題行動チェックシート

☆子どもや親から情報収集する際の参考にして下さい。
まずは、聴ける範囲で聴きましょう。

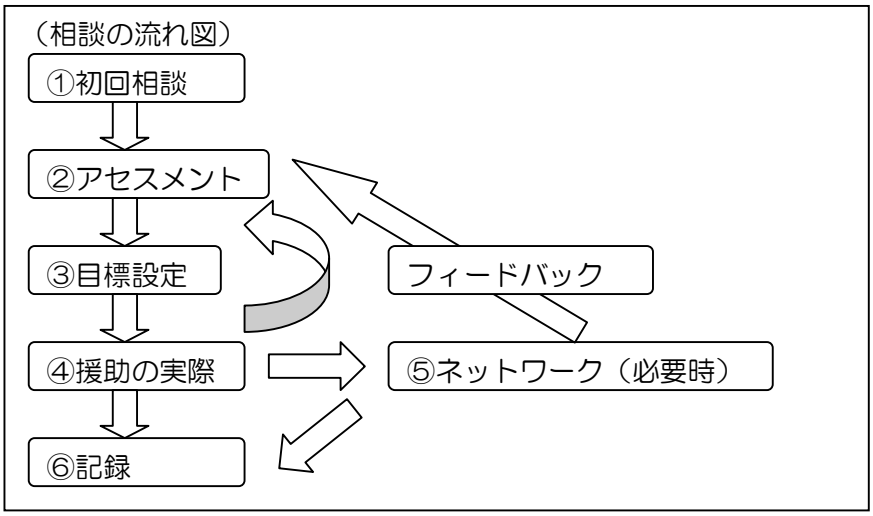
対象者氏名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　性別：男　・　女
住所：（　　）市（　　）町
年齢：＿＿＿＿歳
所属：小学・中学・高校・大学⇒＿＿年生／その他：

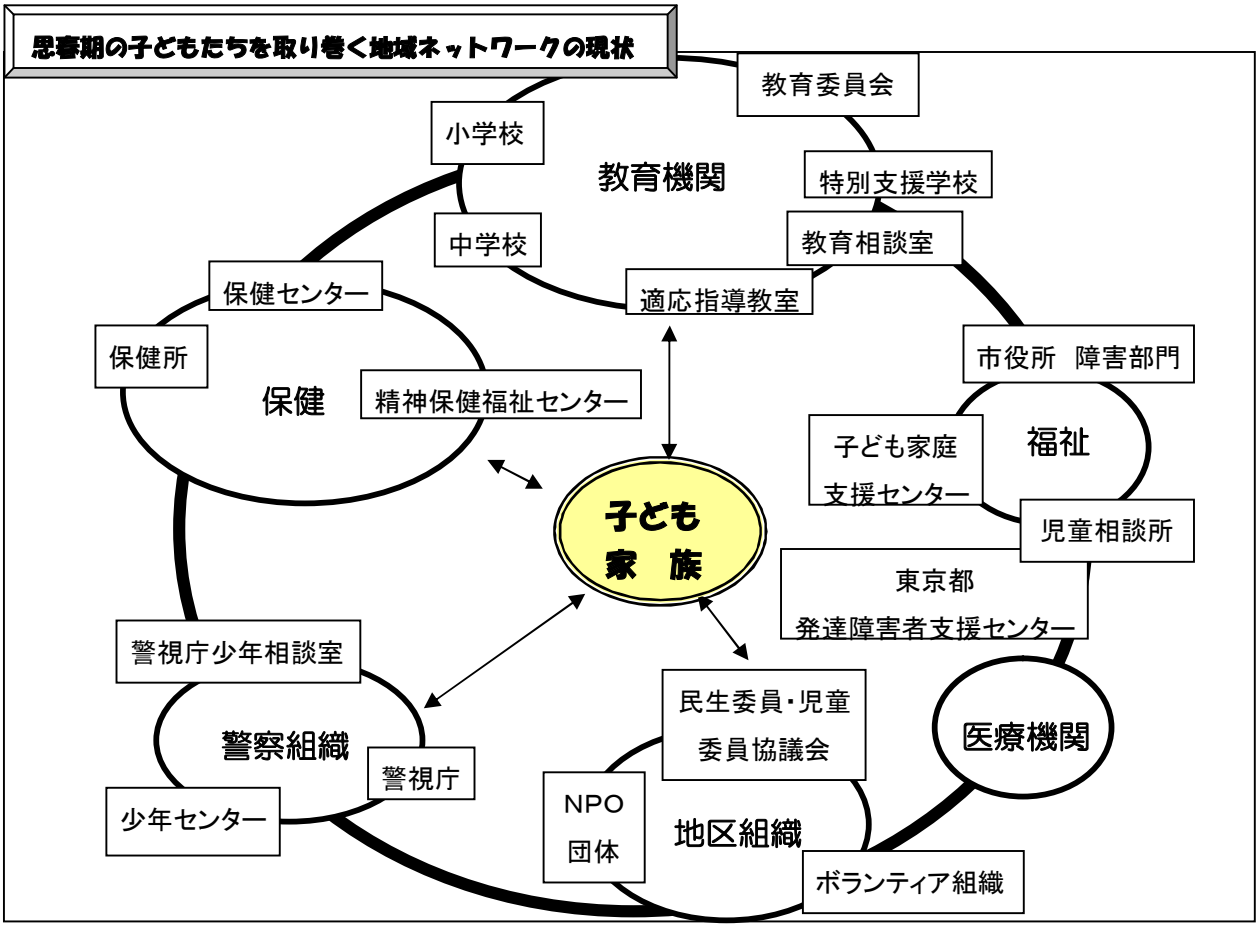
実施日：H　　年　　月　　日

大項目	小項目	内容		
相談内容	相談主訴	相談者：本人・母親・父親・親戚・その他（　　）		家系図 家族構成
		相談内容		
	問題行動の内容	現在の問題行動		
		問題行動の頻度		
		問題行動の経過 （いつ頃から　　） （きっかけ　　）		
	現状	行動観察 （表情　　振舞い　　話し方　　しぐさ　　その他　　）		
		健康状態 （身長　　体重　　その他　　）		
		その他 （気になる点　　）		
	本人のニーズ	本人の現状の捉え方		
		本人の問題行動に対する意識 有　・　無		
		本人の困り事・不安・心配に感じている事		
生活歴	発育発達歴	乳児期・幼児期	発育・発達の状況	問題　なし　・　あり（　　）
			健康状態	問題　なし　・　あり（　　）
			その他	
		幼稚園　保育園	発育・発達の状況	問題　なし　・　あり（　　）
			健康状態	問題　なし　・　あり（　　）
			出席状況	良い　・　普通　・悪い
			友人関係	活発　・　消極的
			その他	
		小学校	発育・発達の状況	問題　なし　・　あり（　　）
			健康状態	問題　なし　・　あり（　　）
			出席状況	良い　・　普通　・悪い
			友人関係	活発　・　消極的
			学習状況	良い　・　普通　・　悪い
			その他	
	病歴	病歴（既住歴）	入院歴　なし・あり 通院歴　なし・あり	⇒診断名　： 診断時期：
生活状況	生活習慣	生活のリズム	規則的　・　不規則　（　　）	
		趣味	なし　・　あり（　　）	
		家族との交流	なし　・　あり（　　）	
	学習状況	学力面での問題	なし　・　あり（　　）	
		友人関係	活発　・　消極的（　　）	
家族状況	家族の様子	家族関係	家族内の様子 精神疾患・アルコール・ギャンブルの有無（なし・あり　　内容　　）	
		経済状況		
		環境変化等について	転居　・家族の病気　・　その他（　　）	
		子どもへの願い・関わり方	願い（　　）関わり方（　　）	
		学校からの支援の受け取り方	受容的　・　拒否的	
社会資源	利用機関・内容	病院・保健所・市役所・児童相談所・教育相談所・その他（　　） 相談内容（　　）		

Ⅲ　相談・援助活動の基本

相談を受けるうえでの基本的な心得、相談の流れ（下図参照）、支援者のメンタルヘルスについて述べています。また、相談を受ける上で問題となってくる個人情報の取り扱いについても掲載しています。



まとめ

地域で子どもたちや保護者を支えるためには、関係機関がそれぞれの役割を理解し、学校のみならず、地域全体で支援していくしくみが必要です（下図参照）。今後は、地域で本ガイドブックを活用していただきながら、思春期精神保健に関わる機関が連携し、効果的なネットワーク作りにつながっていくことを願っています。