

日本精神保健社会学会

2020年6月15日

THE JAPAN ASSOCIATION OF

事務局：東京都豊島区西池袋 2-39-8

MENTAL HEALTH SOCIOLOGY

ローズベイ池袋ビル 3階 東京メンタルヘルス内

<日本学術会議協力学術研究団体 No. 1001>

日本精神保健社会学会事務局：担当/村上

ニュースレター第 69 号

TEL : 03-3986-3220/ FAX 03-3986-3240

発行人：宗像恒次 編集人：山本美奈子

E-mail:murakami@t-mental.co.jp

第 26 回 日本精神保健社会学会学術大会に向けて

第 26 回 学術大会実行委員長 新行内 勝善

(NPO 東京メンタルヘルス・スクエア カウンセリングセンター長)



今年は全く前例のない、未曾有のコロナ危機のただ中にあり、私たち日本人のみならず、地球上の人々が危機状況にあると言ってもよいでしょう。危機は人を強くする（成長させる）、ピンチの後にはチャンスあり、失敗は成功の母、火事場のクソ力など、追い込まれた状況が私たちのこれまでの限界を突破することは、多くの人々が生きてきた中で得てきている人生の不思議さと言っていいでしょう。まさに今回の学術テーマは、その人生の不思議さにスポットライトをあてます。

まず基調講演で当学会宗像会長（SAT情動認知行動療法研究所所長/筑波大学名誉教授）より、学際的な豊富な知見を交え、テーマを社会学的に掘り下げていきます。

次に、シンポジストとして、当学会理事の中嶋一恵（筑波大学発ベンチャーSDS SAT情動認知行動療法研究所）より、今話題のWEB会議システムZOOMを使ったメンタルヘルスカウンセリングについて発表します。ZOOMを使って危機状況をどのように脱していくのか大変に興味深いところです。そして、同じく理事であり、実行委員長の私、新行内勝善より、コロナ禍においても途切れることなく続けることができたSNS相談の実践を紹介させていただきます。感染拡大危機を回避しつつ相談を続けた実践についての話です。実はここからが当学会大会のメインイベントとっていいかと思いますが、参加者の皆さんとのフロアディスカッションです。フロアディスカッションで意見を交わし、私たち一人一人

が何がしかの刺激を受け、ヒラメキ、あるいは考えを深めたり、場合によってはさらに成長できる機会となればこれ以上の喜びはないと考えております。

なお、今回はオンライン上で開催する本学会初の学術大会となります。こちらにも危機と捉えるならば、当学会もさらに力をつけていけるチャンスとなるようにと、乗り越えるべく準備を進めております。ご協力を何卒よろしくお願いいたします。

第 26 回 日本精神保健社会学会学術大会・総会のお知らせ（第 1 報）

今年度の学術大会・総会は、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の終息が見通せない状況から、オンラインでの開催となります。研究発表は、発表要旨集を学会ホームページに掲載し、掲載をもって学会発表を行ったこととして扱います。

●開催日時：2020年11月23日（月）祝日、13時～16時30分

●大会テーマ：メンタルヘルスにおける乗り越え力を高める危機状況

—個人の危機と社会の危機—

①基調講演 宗像 恒次 学会長

②シンポジスト

○中嶋 一恵氏

（筑波大学発ベンチャーSDS SAT 情動認知行動療法研究所）

○新行内 勝善氏

（NPO 東京メンタルヘルス・スクエア カウンセリングセンター長）

●ツール：ビデオ会議システム（Zoom）を用いて開催

●参加申込：学会事務局にメール（本ニュースレター 1 ページ右上に記載）にて、氏名、メールアドレス、電話番号を記載のうえ、お申込ください。

●参加費：2,000 円

●参加振込み：2020年11月13日（金）までにお振込みください。

振込名には、個人名および「参加費」とご記載ください。振込み確認後、学術大会・総会前日までに、招待メールをお送りします。運営の都合上、当日での参加はできませんので、ご理解、ご協力をお願い致します。

●振込み先：ゆうちょ銀行 加入者名 日本精神保健社会学会 00170-6-613036

基調講演のご案内

宗像 恒次 学会長

(筑波大学発 (株) SDS 情動認知行動療法研究所 筑波大学名誉教授)



2020年11月23日の学会大会において基調講演「メンタルヘルスにおける乗り越え力を高める危機状況—個人の危機と社会の危機—」をするように求められた。危機状況とは、個人においても社会においても、その状況を乗り越えることはこれまでとは異なる対処システムパターンに変化していくありようを意味する。

それゆえ危機状況はネガティブなストレス反応を予期され、個人レベルでは恐怖感、怒り、無力感、社会レベルでは混乱、争いが生じやすいが、効果的な対処システムパターンに変化することで乗り越え力が高められる。

社会レベルでは、新型コロナウイルスの集団感染やクラスターの発生による混乱や争いなどを予防するために企業におけるテレワークが進んできている。個人レベルでは、新型コロナウイルスの感染に関連した行動制限などで、ストレスをかかえている人も多いだろう。そのような時に、これまでのように友達と会って話をしたり、外食をしたり、ジムで運動をしたりといったことが難しい。そこで、講演ではいつでも、どこでもすぐに気持ちを前向きにできる情動変容の方法を伝えたい。それは「光イメージあるいは顔イメージを眺めて自分のストレスを自分で解消する」という個人レベルの乗り越え力を高めるストレス解消対処システムという私が提唱している「SAT法」を紹介する予定である。

★研究発表の募集★

1. 発表の申込み

発表希望者は、演題名と代表者名、連絡先（電話およびメールアドレス）を記載のうえ、**9月23日（水）**までにお申込みください。

2. 申込み方法

学会事務局にメールにてお申込みください（本ニュースレター 1 ページ右上に記載）。

3. 抄録

9月末までに学会事務局から受理の連絡を致します。受理の連絡後、抄録を記載し学会事務局へメールにて添付し、ご送付ください。

抄録は、本学会の定型「実践報告型」、「科学研究型」のいずれかにて、A4、2枚を記載して頂きます。定型フォーマットは、本学会ホームページ <http://www.jamhs.org/>の「学術大会のお知らせ」にあります。提出期限は、**10月31日（土）**とします。

4. 発表要件

1) 学会費の納付

発表者全員が本学会の会員であること。また、2019年度の年会費（2019年10月1日～2020年9月30日）と2020年度の年会費（2020年10月1日～）の納付済みであることを要件とします。

2) 研究発表の参加費

研究発表の参加費は、別途2,000円が必要となります。振込みは、**2020年10月31日（土）**までをお願い致します。

3) 振込み先

ゆうちょ銀行 加入者名 日本精神保健社会学会 00170-6-613036

振込名には、個人名および「研究発表」とご記載ください。

2020年度「学会奨励賞」募集のお知らせ

今年度も「学会奨励賞」を募集いたします。エントリーを希望される方は、本学会ホームページの「日本精神保健社会学会奨励賞内規」の選考基準を充たしているかご確認のうえ、学会事務局にお問い合わせ下さい。ご希望の方に必要書類をお送りしますので、書類作成のうえ、9月末日までにご応募ください。

機関誌「メンタルヘルスの社会学 Vol. 26」の原稿募集

年報編集委員会では、会員の皆様からの原著論文を募集しております。また、総説、研究報告、実践報告、短報、研究ノート、資料等もお待ちしております。論文の書式は年報の執筆要項をご覧ください。なお、タイトル、抄録の英文についてはネイティブチェック(専門校閲)を必ず受けるようにしてください。

1. 原稿締切：2020年7月10日(金) ※受付は締め切りました
2. 送付方法および送付先

* 郵送のみの受付となります。 詳細は、投稿規定をご確認ください。

「NPO 法人道草の家」は、和田ミトリ氏が代表で、主に引きこもりの方の支援に長年取り組んでこられています。その活動は、本学会学術大会においても長年において毎年発表して頂いています。第 25 回の発表では、「NPO 法人道草の家」が存続の危機に陥ったというお話からスタートしました。わが国では、引きこもりが長年社会問題になっている状況のなか「NPO 法人道草の家」の活動をぜひ、会員の皆様にも知って頂きたいと思い、理事の江藤氏にご執筆を頂きました。

○ 江藤 俊雄（NPO 法人道草の家 理事）

—卒業後に就いた仕事—

私は、大学を卒業した後すぐにグループホームの介護士として就職しました。私の大学は工業系だったため、私は介護士としての技術も全く無く、他の職員の指導を受けながら日々の業務をこなしておりました。当時の私は職場の環境に疑問を抱く事もありましたが、過度なストレスを感じる事は無く毎日を過ごしていました。

私の体調が変化する要因となったのが、就職 1 年目の事です。それは今まで介護主任を務めていた職員が辞めてしまった事です。当時の職場では夜勤と日勤を行える職員は私しかおらず、施設長を除いて正職員は私しかいませんでした。そのため私が介護主任の辞令が下る事となりました。仕事を始めてから 1 年経ったとはいえまだまだ教わる事も多い状態でしたので、とても困惑したのを覚えています。周りの職員もまだまだ未熟で教えていた側が上司になる事に対して納得できない部分もあったかと思えます。とはいえ、社会人として辞令を下された以上は断る選択肢は無いという考えからお受けする事に致しました。

主任になってから周りの目は、一変しました。事あるごとに何かと文句や業務の妨害を受ける事となりました。まだ余裕がある時期には施設長に主任の立場が上手くいかない事を相談して社長に取り次いでもらいましたが、返ってきた答えはオブラートには包んでいたものの現場が上手くいってなくても職員がいれば仕事はまわる。主任は職員を辞めさせないように不満を受け止めることが仕事であるというものでした。主任は 1 年弱勤めさせていただきましたが、常に体の寒気、嘔吐を経ての出勤が続き出勤が困難になり辞職させてもらう事となりました。

—道草の家に辿り着くまでの過程—

仕事を辞めた後はそのショックから1月程行動が出来ない状態でしたが、少し余裕が出始めると何か仕事をしなければという焦りが生まれました。ただ連続して仕事が続かなかった事、またその期間ほとんど外出していなかった事を考え、同じような悩みを抱える方々が集まる自助会やフリースペースに通ってみようと思いたちました。けれどその時は仕事をしていない期間を長く作りたくないという思いから、仕事を長く続ける解決を探すよりも社会に出ていなかった期間のリハビリに重点を置いていました。

私の調べ方が悪かったせいか千葉県で直近の日に開催される自助グループが発見出来ず、まずは都内でいくつかの自助グループをまわってみる事にしました。その結果、私自身自助グループに参加した経験も無く、家族以外には自身の病気の事を隠して生活していたので、素の自分をさらけ出す事と他人と悩みを共有する事で気持ちがとても楽になる事に初めて気づかされました。発見はそれだけではなく、どの自助グループに通っても焦らずしっかり回復してから就職を考えた方が良いと言われた事です。確かに私は他人の目を気にしすぎて自分の体調よりも就職を優先しすぎていましたので、大切な事を気づかせてもらえたと思えました。ただ不安だったのは、仕事を始めた際に自身の体調が悪くなりそうな際、頼れる場所が近くに発見できるかというところでした。

—道草の家と出会ってから①—

働いてる当時は、自分の体調を考えている余裕や思考力がありませんでしたが、退職して気持ちにわずかな余裕が持てるようになって病院に通った結果、鬱病と診断されました。

その後は社会福祉士にも合格したので、現場では無く成年後見人事業と施設の相談員を経験しましたが、現場でのトラウマから職場で特に強いストレスを感じていなくても突発的に襲ってくる出勤前の寒気及び嘔吐感から長く務める事無く辞めてしまいました。それに伴い、自身の職に対する将来への不安と途中で仕事を投げ出してしまった事に対する罪悪感及び情けなさにさいなまれる事となりました。

自助グループを巡りその重要性を気づいてからの私は、体調が回復して就職してからも通える範囲に自身の癒しになれる場所が無いかを探しました。そこで目に留まったのが道草の家でした。一月の開催回数も多くとても魅力的に思いましたが、ホームページを拝見した限り引きこもりの方の支援をされている団体という体制のようでしたので、就職した場合は通わせてもらえないのではないかという思いがあり、訪問してみることにしました。

初めて道草の家を訪れた時は、少し驚かされました。都内ではどこに行っても誰かしら人がいたのに私以外、人がいなかったからです。今までは当事者同士でコミュニケーションをとっていたので、代表である和田さんとだけ話す事に対して始めは戸惑いがありました。しかし、とても話しやすい方でいつの間にか悩みだけでなく世間話等で楽しませてもらえておりました。この場所だったら就職した後も安らげる場所になるのではと思い、和田さんにその旨をお願いしたところ、心良く受け入れて頂けたので感謝と共にとても嬉しく思いました。

世間話も弾んだところで、和田さんが NPO 法人は今年度で終わりにしようと思っているという事を話されました。私は落胆しましたが、和田さんが考えて決めた事なら仕方無い事だとその時は思いました。和田さんからは、本当は続けたいけれどパソコンを扱える人が居なく、前年度報告書を提出する事が出来ないためとの事でした。その話を聞かされた後、私で良ければ報告書をお作り致しましょうかと話したところ、任せて頂ける事となりました。また失礼かとは思いましたが、普段はどの程度人が訪れているのかを訪ねたところ日曜日は 3 人程度、平日は 1 人か 2 人との事でした。以前はもっと人が多かった事も聞かされつつ、お金よりもやりがい欲しいという言葉はとても心に響きました。差し出がましい申し出という事は承知で、和田さんにサービス内容の見直し等、人を増やすため良いところは残しつつ手を加えさせてもらえないかをお願いしたところ、それも快諾して頂きました。とはいえ和田さんの許可無く変更する事は失礼に当たるため、一つ一つ和田さんの許可を得て行う事を約束して作業に当たりました。

変更につきましては、まず広告であるホームページの変更を行いました。ホームページは以前通われていた方が作られていたものらしく、パスワードも紛失していたため一度破棄して、自助グループに出向きニーズの調査及び現在道草の家に通われている方の意見、また私が通う前にホームページを観て知りづらかった点についての変更。具体的には、引きこもりの方には、精神疾患や発達障がいを患っている方が多く、その方も訪れられるように。また引きこもり予備軍の防止のため、社会での生活を抱えている方も訪れられるようにはっきりと明文化。人が訪れやすくするため、料金の改正。自助会やイベントの開催の告知。なるべく訪れて下さった方が迷わないように地図や写真に文章を交えてのページ。人と関わる事に慣れていない方のための好きな時に一人になれるための個室づくり。サービス内容が一目で解るようにトップページに各種サービス内容とアクセス方法を書き、作

り直しました。

—道草の家と出会ってから②—

次にサービス内容は、競合なく協力しあえる NPO 法人との提携をおこないました。まだ改善案はあっても、実行できているのは前途にあげた位の事しか出来ていませんが、NPO の活動に携わるといふ役割を頂けた事、和田さんや他の利用者との心温まる交流と道草の家に訪れてからとても充実した日々を送らせて頂いております。

今のところの成果としては、電話と相談の件数が以前よりも増えた事。千葉県の子協の職員の方がホームページを観て、ボランティアコーディネーター養成講座の講師に選んで下さった事です。和田さんの願いである利用者の増加と定着にはいまだ届いてはおりませんが、少しずつでも道草の家に人が集まって下さるように、また和田さんが充実した生活を送れるように私が就職してからも協力させて頂ければと思っております。また道草の家での交流は、NPO の今後についての話でも世間話でも、私にとっては和田さんを含めそこに訪れる人と話す事自体が今となつては癒しになっています。これからもお世話にならせて頂ければと願っております。

理事たちの現場 -発達障がい学生の支援と産学官連携の取組みについて-

○ 山本 美奈子（山形大学）

私は、キャリア教育やインターンシップ教育に携わり、進路・就職支援等を行っています。そのなかで、発達障がいの学生の就職支援も行っています。本稿では、私が本務校で取り組んでいる発達障がい学生に対するキャリア支援および学内外の連携についての実践事例をご紹介します。

まず全国の大学、短期大学、高等専門学校（大学等）に在籍する全体の学生数のうち、障がい学生数は37,647名で全学生の1.2%を占め、そのなかでも発達障がいの割合が年々増加しています。また彼らの卒業後の進路状況は「就職」が36%であり、「進学」は14%、就職でもない進学でもない「その他」が50%（文部科学省,2017）という状況であることから、彼らの就職支援は大きな課題の1つといえます。さらに障がい者枠で就職を考えた場合、学生自身が障がい特性を受け入れ、障害者手帳を取得することへの心理的抵抗感や葛藤があり、時間を要します。このような状況に対して、就職活動前の早い段階から「働

くこと」を意識させる支援が必要であると感じています。

そこで、私は学内外の専門機関との連携強化を図り、発達障がい学生の就職支援に力を入れて取り組んでいます。2019年度には、障がいなどの特性によって悩みを抱える学生を対象に、早期から働くために必要な職業準備性に関する講座を実施しました。この取り組みは、本学会の2019年の第25回学術大会にて、「官学連携による多様な学生への就職支援—職業準備性を高めるための学生ニーズ分析—」として発表しました。受講学生の満足度は8割近くあり、キャリア意識が向上し、職業準備性への気づきがあるといった一定効果が得られました。今後の講座に対するニーズも、働くことを意識した要望が多くありました。この取り組みを通し、学生への早期支援の重要性を認識するきっかけとなりました。今後は、働くことを実践できる経験として、業務内容や環境設定を調整しやすい学内での短期インターシップを試行的に行う予定にしています。

一方で、発達障がい学生を採用する企業に対する働きかけにも取り組んでいます。障がい者雇用を積極的に受け入れている企業は、首都圏や都市部に集中する上場企業や特例子会社が多く、身体障がいや知的障がいの雇用が9割（厚生労働省,2017）を占める状況です。実際に本学と提携する地方圏の企業の採用担当者にアンケート調査を行った結果では、個別対応が大変であることや社員の理解が得られるか不安であるといった内容が多く、障がい者雇用の理解を深めることが雇用促進につながると考えられました。このような経緯から、2020年2月には、障がい者雇用を積極的に取組んでいきたいとする山形県中小企業家同友会の「障がい者雇用学習会」に講師として招かれ、大学の取組みと学生の状況をお伝えしました。当日は、20社以上の企業にご参加頂き、障がい者雇用についてぜひ検討したいなどの回答を頂くことができました。

本学の取組みは、始まったばかりです。発達障がい学生の就職支援は、早期から働くことが意識できるような働きかけを学内外の専門機関と連携し体系的に行っていくことが必要です。また、発達障がいのある学生の特性が活かされる地域になるためには、産学官連携として地域をつなぐコーディネーターが必要だと考えています。

会費納入のお願い

本学会の活動は、会員の皆様の会費によって支えられています。**2019年度の年会費は、2019年10月1日から2020年9月30日の期間**です。また、**2020年度の年会費は、2020年10月1日から2021年9月30日の期間**です。2019年度の年会費納入がまだの方は、速やかに納入くださいますようお願いいたします。会費、振込み先は以下の通りです。

会費 通常会員 5,000円 学生会員 3,000円

振込み先 ゆうちょ銀行 加入者名 日本精神保健社会学会 00170-6-613036

なお、前年度の未納分を併せてお振り込み頂く場合、本年度会費に未納会費を加えた金額を記入の上、通信欄に「〇〇年度分と2年分」とご記入下さい。その他ご不明な点がございましたら、学会事務局にお問い合わせ下さい。

