

委員会活動報告:多職種連携・教育委員会

報告者:認定特定非営利活動法人日本若手精神科医の会 理事

奈良県立医科大学 山口泰成

■活動理念

精神科医はもちろん、学生・初期研修医、身体科医、医師以外の医療従事者から家族を含めた当事者まで多種多様な方々と連携し、精神医療の教育・普及・啓発活動を行う。

■実際の活動:以下の3本柱を中心に行っている。

1.メンタルヘルス・ファーストエイド(Mental Health First Aid: MHFA) (担当; 入来)

Basic Life Supportなどの身体的な初期対応プログラムは、医療者だけでなく一般の方々にも広く浸透し、支援を受けることができるようになっている。その一方でメンタルヘルスの問題で不調になっている人を発見した時の初期対応を学ぶプログラムはこれまで無く、介入されにくかった現状がある。メンタルヘルスの問題で不調になった人を見つけた時に好ましい初期対応が可能になれば、その人のその後の治療や生活がより良いものになるという観点からオーストラリアで開発されたのがMHFAである。MHFAは、うつ・精神病・不安の問題・不適切な薬物使用の4領域を中心に、メンタルヘルスの問題を抱える人に好ましい初期対応を行うために、各疾病領域の概要と5つのステップからなる行動指針を用いて初期対応を学ぶ教育プログラムである。現在では日本を含め世界20か国以上で展開されている。日本ではJYPOを卒業された先生方がオーストラリアで研修を受け、そのメンバーが中心となってMHFA Japan (<http://mhfa.jp/>)を立ち上げ講習会を開催し、MHFAに関する書籍を出版している。現役メンバーも精神保健福祉センターなどで開催されている研修会をサポートしており、引き続きこの活動を日本中に広め、困った時にすぐに手当てができる・してもらえる社会を目指している。

2.こころのバリアフリー研究会(担当; 俊野)

アンチスティグマを目標にする研究会であり、いわゆる「こころのバリア」に気づき、それを減らしていくための活動や研究を報告している。会員は精神疾患を抱える家族を含む当事者や医療保健福祉の関係者などである。背景が様々な方が一堂に会しているが、お互いに遠慮せずフラットに付き合う姿勢で会は運営されており、社会的地位が高い人に対しても「先生」などと呼ばず、あえて「さん」で呼ぶというルールがある。各々の立場を超えて忌憚のない意見が飛び交う場となっており、時に心配になる場面もあるが、議論を深める中で実りのあるものへ変わっていく、刺激的で不思議な研修会となっている。毎年6月に開催されており、当委員会からはプログラム委員として参加し、「若手精神科医へのこころのバリアフリー研修」などの企画・運営を行っている。関心のある方はwebサイト(<http://www.jsbfm.com/>)を見て頂き、是非一緒に参加していただきたい。

3.日本精神神経学会 サマースクール(担当;山口)

日本精神神経学会が毎年夏に主催している、学生・研修医に精神科医療の醍醐味を知ってもらうことを目的とした風物詩的なイベントである。当委員会はありがたいことに当初より運営の一端を担わせて頂きながら、毎年ワークショップを企画・運営している。参加者に満足してもらえるよう企画をメンバー全員で1年かけて練り、ファシリテーションも含めて委員会全体で取り組んでいる。これまでの開催報告は学会 web サイトに掲載されているので、是非ご覧になっていただきたい。(https://www.jspn.or.jp/modules/residents/index.php?content_id=16)
またこのイベントをきっかけに平成 28 年度から「医学生・研修医会員」が実現している。会費は無料であり奮ってご参加いただきたい。

■報告者の感想

当委員会は、JYPO において教育・連携に関しての中心的な役割を担っている。報告者は、活動を通じて様々な人と関わり考え方に触れる中で視野が広がり、自身の内面に潜んでいたスティグマが軽減していくのを実感している。そして何よりの財産は、この委員会で日本中の熱く得難い仲間達と出会えたことだと考えている。COVID-19 により対面のイベントが中止となっていたものが多かったが、サマースクールなど現地で開催するイベントが増えてきている。オンラインでの関わりも合理的で便利ではあるものの、現地開催では現地でないといわれない高揚感や、人と関わる中で温かみを感じた。今後もそういった人と人を結ぶ活動を持続していければと考えている。委員会活動に興味を持っていただいた方は、是非ご一報いただきたい。個性豊かな意欲と魅力にあふれたメンバーが、皆さんと共に活動できることを心待ちにしている。(nari0076@naramed-u.ac.jp)。

■活動メンバー

入来晃久(大阪精神医療センター)
大木絵美梨(松沢病院)
北岡淳子(垂水病院)
黒田真奈(南堺病院)
櫻井飛鳥(聖隷三方原病院)
清水俊宏(埼玉県立精神医療センター)
錫谷研(福島県立医科大学)
出利葉健太(砂川市立病院)
俊野尚彦(高岡病院)
宮田潮(湊川病院)
宮野史也(北海道立向陽ヶ丘病院)
山口博行(国立精神・神経医療研究センター)
山口泰成(奈良県立医科大学)

横山健气(北海道大学)