



豊中市 メンタルヘルス計画

2017年3月
豊中市

策定にあたって

豊中市長 浅利 敬一郎



平成 25 年（2013 年）4 月、4 大疾病（がん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病）に精神疾患を加え「5 大疾病」とした医療計画がスタートしました。いまや精神疾患は、生涯を通じて 4 人に 1 人が罹るとも言われる身近な病気となっています。本市においても、こころの健康づくりや精神疾患の予防、回復への支援は自殺対策やアルコール健康障害対策等とともに喫緊の課題となっております。

本市の財産である「人」が輝き、明るいまちの未来を創造するためには、「メンタルヘルス」の視点が不可欠です。「メンタルヘルス」とは、精神疾患のあるなしではなく、一人ひとりが可能性を実現し、生活していく上で通常のストレスに対処し、その人らしく働き、また地域に貢献することができる状態のことであり、本市では、全国自治体に先駆けて、市民のメンタルヘルス向上をめざした考え方や施策等を取りまとめた『豊中市メンタルヘルス計画』をここに策定いたしました。

本計画においては、子どもから高齢者までそれぞれのライフステージにかかわる保健、福祉、教育、産業・労働等各分野に共通するメンタルヘルスの課題に対して、必要な基本的施策ならびに当面の重点目標を設定し、総合的かつ効果的な施策の推進に取り組むこととしております。また、こころ豊かで生き生きとした地域・まちの実現のため、保健、医療、福祉、教育、産業・労働等の各施策間の連携を充実させるとともに、市民・産業界・各種団体・行政等、さまざまな主体がメンタルヘルスについて理解と関心を深め、それぞれの責任と役割を果たすとともに、互いに連携・協働することをめざしております。

最後に、本計画の策定にあたり、ご協力ご尽力をいただきました関係機関・団体、研究者、実務家の皆さまをはじめ、パブリックコメント等に際して貴重なご意見をいただきました皆さまに、厚くお礼を申し上げます。

平成 29 年（2017 年）3 月



目 次

第1章 計画の策定にあたって.....	1
はじめに.....	1
1 計画策定の背景.....	2
2 計画策定の趣旨.....	6
3 計画の位置づけ.....	6
4 計画の期間.....	7
COLUMN1 メンタルヘルスはみんなの仕事.....	8
第2章 メンタルヘルスを取り巻く現状と課題.....	9
1 精神保健医療福祉施策の近年の動き.....	9
2 現状.....	10
3 豊中市の取組み.....	22
4 課 題.....	26
第3章 基本的な考え方.....	32
1 基本理念.....	32
2 基本的な視点.....	33
COLUMN2 誰もが自分らしく暮らせるこころのバリアフリー社会を目指して.....	35
第4章 基本施策.....	36
1 一次予防（こころの健康づくりとこころの不調や精神疾患・自殺を予防する取組み）..	36
COLUMN3 今を生きるためのヒントを得て.....	38
2 二次予防（こころの不調や精神疾患の早期発見と早期対処、必要な医療の確保）.....	40
COLUMN4 社会とのつながりの中で生きる.....	42
3 三次予防（リハビリテーションとリカバリー*）.....	44
COLUMN5 ひとりぼっちじゃなくなった理由.....	44
4 家族の支援.....	45
COLUMN6 ひきこもり家族交流会に参加して.....	46
5 こころがつながる地域づくり.....	47
COLUMN7 「支え合う」ことのできる、あたたかい「まち」をめざして.....	48
6 各分野別計画との連携.....	49

第5章 当面の重点テーマ.....	50
1 ライフステージに応じたメンタルヘルスの向上を図ります.....	50
(1) 子ども・若者のメンタルヘルス.....	50
COLUMN8 児童青年精神科医からのお願い.....	53
(2) 女性のメンタルヘルス.....	54
COLUMN9 あなたは、あなたのままで.....	55
(3) 中高年のメンタルヘルス.....	57
COLUMN10 中高年のメンタルヘルス.....	58
(4) 高齢者のメンタルヘルス.....	59
(5) 働く人のメンタルヘルス.....	60
COLUMN11 ストレスチェック制度の有効活用を！.....	61
2 病院等からの地域移行と地域生活の継続を支援します.....	62
COLUMN12 入院医療中心から地域生活中心へ.....	64
3 アルコール依存症の予防と治療、回復を支援します.....	65
COLUMN13 ‘お酒’の理解を深め 健康的な生活を！.....	67
4 追い込まれた死「自殺」を防ぎます.....	68
COLUMN14 追い込まれた死「自殺」を防ぐ.....	70
5 災害や事件、事故後のこころのケア体制をつくります.....	71
第6章 計画の推進に向けて（PDCAサイクルの確保）.....	74
1 多様な主体の連携と協働.....	74
2 包括的メンタルヘルス対策の推進.....	78
3 PDCAを踏まえた計画推進.....	79
◆ 参考資料.....	83
1 策定会議.....	83
2 策定に係る意見聴取.....	86
3 主な用語等.....	88

