

## 住民主体の健康寿命延伸と専門職支援のあり方～公認心理師の立場から～

JCHO 埼玉メディカルセンター 心理療法室

主任心理療法士 花村温子

(日本臨床心理士会 常務理事／日本公認心理師協会 理事  
／チーム医療推進協議会理事)

### 1. 心理職とは～「臨床心理士」・「公認心理師」とは

心理職は、心理学という学問をベースとした立場から、カウンセリング、心理検査といった心理的支援を行う専門職である。長年国家資格がなく、診療報酬上では「臨床心理技術者」と記載され、民間資格の「臨床心理士」などが多く活動してきた。

平成 27 年 9 月に「公認心理師法」が成立し、念願の国家資格化が実現した。平成 29 年 9 月に施行、平成 30 年 9 月に第 1 回国家試験が行われ、約 28000 名が合格した。第 2 回国家試験は令和元年 8 月に実施され、合格発表を待っているところである。

### 2. 健康寿命延伸に向けて、公認心理師は何ができるか

厚生労働省(2000)は、「21 世紀における国民健康づくり運動(健康日本 21)の推進について」という文書の中で「21 世紀の我が国を、すべての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会とするためには、従来にも増して、健康を増進し、発病を予防する「一次予防」に重点を置いた対策を強力に推進することにより、壮年期死亡の減少、痴呆や寝たきりにならない状態で生活できる期間(健康寿命)の延伸等を図っていくことが極めて重要となっている。」と記している。その中では疾病対策のみならず、こころ健康の重要性について触れており、その方針は、第 2 次健康日本 21(2013～)の中でも強調されている。健康に向けての活動を推進し維持していくためには、メンタルヘルス対策が両輪の輪として不可欠になる。食事や運動が健康維持に欠かせなくても、気持ちがふさいでいては、望ましい活動に気持ちを向けることができず、不健康な行動に向かってしまう場合も多い。そこで、多職種とともに公認心理師が心理支援を行うことで、行動変容に向かう気持ちを支えることができる。

地域で暮らしている方々を支えるためには、「医療から地域へ」「地域から、または他機関から医療へ」と支援の中心がその状態やライフステージに応じて移っていく場合が多いが、そのどんな場面においても、必要な支援体制がすぐに構築できることが重要と考える。幸い公認心理師は様々な領域で働いているため、(主要 5 分野は保健医療分野・教育分野、福祉分野、司法・犯罪分野、産業・労働分野)様々なシーンでの心理支援が可能である。もちろん、公認心理師だけでできることではないので、多職種とともに、必要な心理的支援がシームレスに行えるようにしていきたい。

当日は、演者が勤務先で行っている多職種連携のチームの一員としての心理支援や、地域に密着した医療機関として、地域包括支援センターとともにやっているチーム支援の取り組みなどを紹介しながら、今後取り組んでいくべき役割についても皆様とともに考えていきたい。