



メンタルヘルス 2020 明日への提言

～メンタルヘルス政策を考える 5つの視点～

HGPI が考える メンタルヘルス政策ビジョン

世界保健機関（WHO: World Health Organization）では「メンタルヘルス」を、「人が自身の能力を発揮し、日常生活におけるストレスに対処でき、生産的に働くことができ、かつ地域に貢献できるような満たされた状態（a state of well-being）」と定義している。つまりそれは、特定の疾患の有無を意味するのではなく、社会的動物としての私たちが社会との関係性の中でどのように生きたいと考え、それが実現されているのかという、主観的な概念といえる。その意味でメンタルヘルス政策は、全ての人々がその当事者であり、精神疾患や精神障害といった継続的な医療・保健・福祉による専門的な支援を必要とする段階から、日常の中で感じる「ちょっとした生きづらさ」までを包含とするものといえる。

メンタルヘルス政策が当事者、つまり今を生きる全ての人々の生活の質（QOL: Quality of Life）を高めることに寄与するには、まずは精神疾患に対する固定観念や偏見を取り払うことが出発点といえよう。そして自分自身のメンタルヘルスの微妙な変化に気付くための知識や方法を学ぶのみならず、程度に差はあれ何らかの生きづらさを抱える他者を慮ることが求められている。さらには、専門的な支援を必要とする人々が、必要な時に自らの意思と判断によって保健・医療・福祉のシステムにアクセスできる環境も必要といえる。そしてこれらのシステムは、科学的な根拠に基づき、様々な視点を持つ専門職が連携することによって、常に評価と改善を繰り返しながら、適時適切なサービスを整えることが期待されている。またサービス提供者は、利用者である当事者の声に常に耳を傾けながら、既存の体制にこだわることなく継続的な改善への取り組みが必要不可欠である。さらには当事者も専門職も、常に最新の知見と多様な選択肢の中から最適な支援を見つけることができるよう、政策的なエビデンスの蓄積、研究開発の促進が求められている。メンタルヘルスの向上、私たち1人1人のQOLの向上に向けた一連の取り組みが常により良いものへと進化するためには、マルチステークホルダーが連携し議論し、声を上げることのできる枠組みが重要である。

今回の「メンタルヘルス 2020 明日への提言」では、上記の政策ビジョンの下、現在の現状と課題を整理し、以下の5つの視点からより良いメンタルヘルス政策の実現に向けて具体策を検討した。なお本提言は、2019年度より当機構におけるメンタルヘルス政策プロジェクトでの各種会合やヒアリングをベースに、可能な限り広い視点から作成した。今後は、本提言をベースにより多くのステークホルダーから意見収集を重ねるほか、先進的な海外事例など国際的な潮流も踏まえ、さらに特定のアジェンダに深く焦点を当てることで、当事者のQOL向上に寄与する発信・提言を重ねる予定である。

「メンタルヘルス 2020 明日への提言」5つの視点と具体策

視点 1

当事者活動を促進し社会全体のリテラシーが向上する施策を充実させる

- ①社会全体のメンタルヘルスリテラシー向上のために「当事者活動」を促進する
- ②ライフコースに応じてメンタルヘルス課題に対処できるよう、初等中等教育におけるメンタルヘルスの教育及び支援体制を充実させる
- ③精神疾患を持つ本人の自己決定を促すためにピアサポートの活動を促進する



視点 2

精神疾患を持つ本人のニーズに基づいた地域生活を基本とする医療提供体制を構築する

- ①精神疾患を持つ本人の尊厳・権利の保障を前提とし、ニーズに基づいた入院医療体制を整備する
- ②多職種連携と地域をベースとした入院外医療提供体制を拡充する
- ③「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」に向けた保健・医療・福祉連携を推進する



視点 3

「住まい」と「就労・居場所」を両輪として地域生活基盤を整備する

- ①精神疾患を持つ本人が中・長期的な「キャリア形成」の観点に基づいてライフコースを描くことができるようにする
- ②精神疾患を持つ本人が心身の状態を客観的に把握し、心身の変化に合わせて生活を柔軟に設計できるようにする
- ③地域の住宅事情を踏まえ居住支援協議会と当事者や専門職が連携することで、借りる側も貸す側も納得できる環境を整備する



視点 4

エビデンスに基づく政策決定・政策評価に向けて必要なデータ・情報収集体制を構築する

- ①既存のデータ・研究体制を活用・統合し、様々な精神疾患の病態解明に向けた研究を推進する
- ②当事者のエンパワメントを重視した、福祉サービスまでを含む横断的プラットフォームを構築し、包括的なデータ・情報収集を可能にする



視点 5

メンタルヘルス政策においてマルチステークホルダーが継続的に議論できる環境を構築する

- ①「協議の場」における精神疾患を持つ本人の参画を必須とし、常に本人目線に基づく施策・事業の遂行・評価ができるようにする
- ②精神疾患を持つ本人の視点を重視し、予防～治療～障害福祉を対象とする包括的な政策の推進に向けて「メンタルヘルス基本法（仮称）」を制定する



特定非営利活動法人 日本医療政策機構

〒100-0004 東京都千代田区大手町 1-9-2

大手町フィナンシャルシティ グランキューブ 3階

Global Business Hub Tokyo

Tel: 03-4243-7156 Fax: 03-4243-7378 E-mail: info@hgpi.org