

長浜市健康づくり推進協議会 心の健康専門部会について

1. 自殺対策計画策定(H31年3月)後の部会の取り組み

【第1回】(令和元年10月7日)

- ・長浜市における各機関の取り組み、長浜市の現状について改めて情報共有をした。(下記2参照)
- ・委員それぞれの立場から課題について話し合い、二次予防の中で特に「声かけ・見守り・気づき・つなぎ」ができる人の育成が大切であるとの意見が多く出た。

【第2回】(令和2年2月27日)

- ・「声かけ・見守り・気づき・つなぎ」ができる人「ゲートキーパー」の育成にどのように取り組むか、誰に積極的に介入するかを検討した。(裏面3参照)

【第3回】(令和2年8月25日開催)

- ・第2回会議で決定した「ゲートキーパー育成」の取り組みに対し、委員や組織でそれぞれができることについて協議する。(裏面3参照)

【第4回】(令和2年度冬 開催予定)

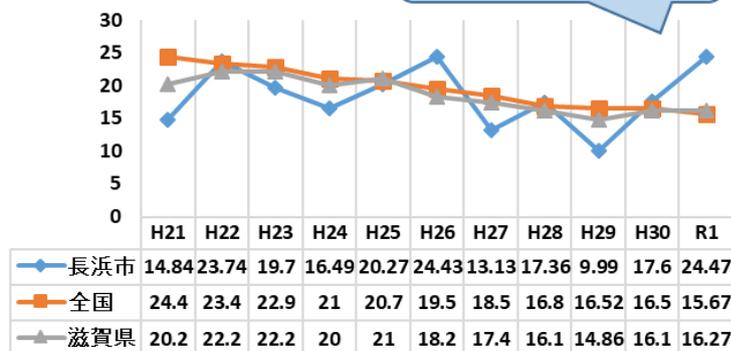
- ・第3回会議で話し合った「ゲートキーパー育成」の取り組みの進捗確認を行う。

【第5回】(令和3年度夏 開催予定)

- ・「ゲートキーパー育成」に取り組んだ評価、気づき等をまとめ、健康づくり推進協議会へ報告する。

2. 長浜市の現状

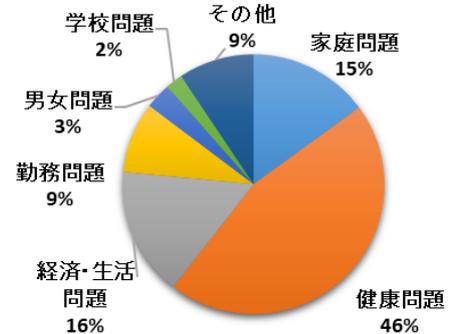
① 自殺死亡率※ (全数) (国・県との比較)



※人口10万人当たりの自殺者数(人)

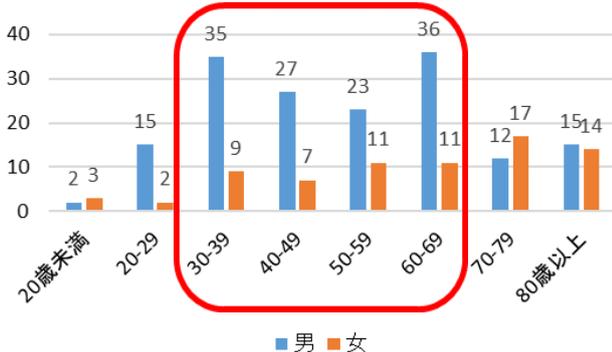
「厚生労働省 地域における自殺の基礎資料」より

② 自殺に至った主な原因・動機 (H21~R1 全数)



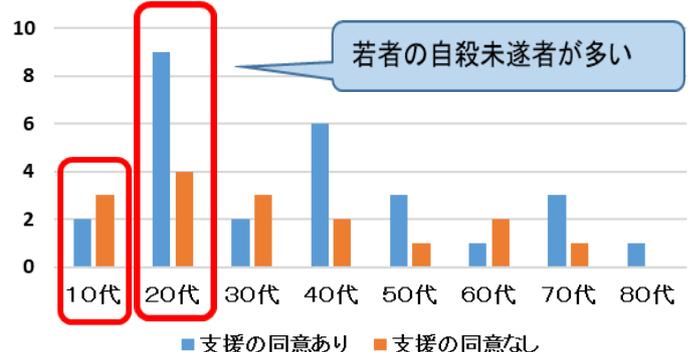
※「長浜市地域自殺実態プロファイル」より

③ 長浜市における自殺者の年齢構成 (H21~R1)



※「厚生労働省 地域における自殺の基礎資料」より

④ 湖北いのちのサポート(自殺未遂者支援)事業 長浜市分の内訳(H29~R2.6現在)



※「湖北いのちのサポート事業集計結果」より

3. 第2回・第3回 心の健康専門部会(令和2年2月27日・令和2年8月25日) まとめ

重点的に取り組むこと：「声かけ・見守り・気づき・つながりができる人の育成」

自殺やこころの健康の知識をもつ「ゲートキーパー」の養成研修の受講者を増やす			
特に重点的に働きかける層	働きざかり世代 (20代～60代)	若者(主に10代)	
その理由	・市内で、上記世代(特に男性)の自殺者数が特に多い。	<ul style="list-style-type: none"> ・数自体は多くはないが、全国的に減少傾向にある自殺者数の中で、あまり大きな変化がない。 ・精神疾患の初発年齢となることがある。 ・これから社会に出ていく世代であり、今後新たな世代を育む世代でもあることから、必要な時は周囲に「SOS」を出すなど、こころの健康の土台づくりが必要。 	
働きかける先	中小企業	教育関係者	保護者
その理由	<ul style="list-style-type: none"> ・市内の従業員の6割が中小企業に所属している。 ・大きな企業に比べ、メンタルヘルス対策にばらつきがあったり、十分でない可能性がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・10代を中心とした若者に日常的に接する機会が多い。 ・学校のサポートにより受診につながる生徒が多いことから、重要なキーパーソンの役割を果たしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭内で、子ども(若者)の様子に気づく機会が多い。
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・メンタルヘルスの知識を得ることで、自分の体調を振り返ることができる。 ・ゲートキーパーの知識を得ることにより、従業員同士、心身の変化に早期に気づくことができる。 ・悩みに対し、適切な相談場所を知ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲートキーパーの役割や精神疾患の理解を深めることで、早期発見・対応の大切さを知ることができる。 ・悩んでいる生徒に対応する際に、自信を持つことができる。 ・生徒がSOSが出せるような声かけや環境づくりを促進できる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭の中で子供の異変に早く気付くことができる。 ・医療機関受診の必要性を知ること、精神科受診に対するハードルが下がり、必要時に受診を促すことができる。

課題：新型コロナウイルス感染症の影響でゲートキーパー研修会の開催が難しい現状も見えてきた	
令和2年度の取り組み：研修の開催は推進しつつ、「ゲートキーパーとは何か」「悩みに対する相談窓口」のチラシを作成してゲートキーパーの周知をはかる	
周知内容	※詳細については今後検討※ ①(意見)ゲートキーパーとは何か、ゲートキーパーの役割、こころのチェックリスト ②(意見)相談の具体例、守秘義務を守った上で相談できること、具体的な相談先
周知したい先	①家族や友人をはじめ、悩む人の身近にいるゲートキーパーになり得る者 ②悩んでいたり、ゲートキーパーを必要とする者