

メンタルヘルス対策事業

＝地域職域連携と地域支援体制の検討（ワーキング、意識調査、パンフレット）＝

（実施期間）平成 23 年度～

（基金事業メニュー）強化モデル事業

（実施経費）437 千円（437 千円）

（実施主体）香川県東讃保健福祉事務所

【事業の背景・必要性・目的】

管内の自殺死亡率は、平成 23 年 33.3、平成 24 年 18.1、平成 25 年 16.6 と年々低下しているが、実数は前年とほぼ変わらないため、その対応を地域と職域が一緒になって検討する必要がある。労働者のうつ予防に関するアンケート調査の結果、70%がストレスを感じ、ストレスチェックの数では 20 歳代が高い結果であった。ストレス解消法は 80%が必要と考えているが、その内 30%は解消法を持っていない等の結果や相談することがこころを健康にする方法の 1 つであることを特に男性へ周知することの必要性が見えてきた。また、労働者のこころの健康に関する意識調査結果をワーキングで検討した結果、具体的な相談窓口や若年からの予防策について情報提供の必要性が表出してきた。このことから、地域と職域の連携を強化し、地域支援体制のあり方について検討及び周知していくことを目的に取り組んだ。

【地域の特徴・自殺者数の動向】

管内は、香川県の東部 2 市 1 町と瀬戸内海の岡山に近い島 1 町を管轄している。管内人口 114,751 人、老年人口 31.9%、生産人口 56.1%の地域である。(H25 年 10 月現在)

自殺死亡率は、H23 年 33.3、H24 年 18.1、H25 年 16.6 と低下しているが、H19～24 年の自殺者累計を見ると 50 歳代の自殺者数が一番多く、60 歳代も 2 番目に多いが、20 歳代から 50 歳代の働く世代の自殺者が多い地域である。



(人口動態統計)

また、警察庁の自殺統計(平成 24 年)において、管内の自殺未遂歴がない人の割合は 66.7%であり、国(59.0%)、県(55.7%)と比較して高い地域であった。

【事業目標 事業内容】

1)メンタルヘルス対策ワーキングによる検討

目 標:地域の中で、職域におけるこころの健康づくり(自殺予防対策等)を推進する為、医療・保健・職域との連携のあり方が検討できる。

メンバー:精神科医(産業医)、地域産業保健センター(地区医師会医師)、産業保健師、臨床心理士、商工会代表(会長)、労働監督署(署長)、市町精神保健担当者、保健所長 他

内 容:①地域の自殺者の状況や、意識調査等の結果から事業所への取組み提案の検討、及び自殺予防に関する普及啓発について検討した。

②意識調査結果と今後の取組みへの提案を作成し、13協力事業所、商工会へ報告・説明

2)「うつ予防講演会」平成 26 年 3 月 9 日(日)開催

目 標:地域住民や関係者に自殺の現状と自殺予防・こころの健康づくり対策の理解を促進し、自己管理(解消法の体験)と関係者はその役割を確認できる。

内容:

- (1)講演 テーマ「前向きに生きる(ポジティブシンキング)」
～笑いヨガ体験とこころの健康づくり～
- (2)掲示 自殺の現状(統計)、自殺予防や地域資源等関係
- (3)こころの健康測定

参加者: 講演+笑いヨガ体験 87名
こころの健康測定 30名



3)自殺予防に関する相談支援パンフレット作成と活用

目標:労働者が自己チェックでき、地域の相談窓口や支援等具体的内容の情報把握でき、必要時に活用しやすいパンフレットを作成し、活用方法を検討・実施できる。

内容:作業部会を3回開催。(メンバー:産業保健師、臨床心理士、障害者相談支援員、市町等)

掲載内容:ストレスチェックと対応、相談窓口一覧、
周囲の方への対応 等

活用:協力事業所や商工会、関係機関等にて配布、活用中
ホームページに掲載



(パンフレット抜粋)

【事業実施にあたっての運営体制】

東讃保健福祉事務所健康づくり推進協議会の中に設置している地域・職域部会において、自殺予防対策に関する各事業の具体的な内容等をメンタルヘルス対策ワーキングで検討し、その実施内容等について、健康づくり推進協議会で報告や助言を得る体制ですすめた。

【事業の工夫点】

管内の自殺者の傾向から労働者の自殺を中心に、労働関係など関係団体等現場の状況や意見を交換、統計情報を提示しながら進めることで、地域で自殺予防対策が必要である等の動機付けを図った。また、ワーキングに継続して参加し検討することにより、各委員から本音や具体的な意見、現状、考え方を共有できるようになった。また、意識調査等の媒体を活用して検討を深めることに努めた。

パンフレットの作成は、産業保健師や相談支援員等の協力を求めることで地域の連携の拡大に努めた。

【事業成果、今後の課題、その他特筆すべき点】

意識調査結果等から地域の事業所での取り組みがまだまだ進んでいない状況や事業所規模により特徴が見られたことから、今後も、ストレスチェックを活用し定期的な自己管理の推進や職場環境の改善等の普及啓発を強化していく予定である。

また、先駆的事业等や国の施策の情報を収集しながら、職域対象にモデル的個別相談体制のあり方等を含め、関係団体を巻き込みながらワーキングで検討していく予定である。

(問合せ先)	香川県 東讃保健福祉事務所 安全・安心対策班
	TEL: 0879-29-8252
	FAX: 0879-42-5881
	E-mail: tosanhoken@pref.kagawa.lg.jp