

(以下「心の健康相談」という)等を受けることを勧めるようにします。「心の健康相談」では、より詳細なアセスメントを実施し、その結果に基づき、うつ病が疑われる高齢者に関しては、医療機関への受診勧奨をし、それ以外のうつ傾向のある高齢者には、精神保健福祉センター等と連携して訪問等により経過観察を行います。

2. 2. 3 三次予防としてのうつ対策

三次予防は、病気によって残った障害を最小限にし、その制約のもとで充実した生き方ができるように支援するもので、「[介護予防特定高齢者施策](#)」や市町村等が行う「心の健康相談」等に対応します。集団でのケアが可能な場合には、通所型介護予防事業やインフォーマルサービス事業を活用して、うつにかかっている人への支援も行います。ただし、うつにかかっている人、家族や自殺未遂をした人の家族等への支援等は、プライバシーに十分配慮した対応が求められることから、健康相談、訪問指導を通じた個別ケアが大切になります。

2. 2. 4 活動全般に対する注意点 (図4)

① 倫理的な問題に配慮しましょう

うつや自殺など精神医学的な問題は個人情報に関する重要な課題であるため、情報の取り扱い、同意、プライバシーの保護等について地域で十分に検討し、個人に不必要な負担がかからないよう十分に配慮する必要があります。

② うつ対策についての知識及び技術を習得し、向上するよう努力しましょう。(資料1、2、7参照)

アセスメントをはじめとする地域介入や住民に対する普及・啓発活動はもちろんのこと、うつ状態にあると考えられる地域住民への援助にあたって、より質の高いサービスを行うためには、保健師、看護師、介護支援専門員、社会福祉士等の関係者の能力を高める努力を続けることが不可欠です。

そのためには、保健師等が相談の基本的な態度や面接方法を学び、住民の精神状態を把握して必要に応じて援助・介入を行えるような技法の習得を目的とした研修を行う必要があります。

- 医師、保健師、看護師、助産師、管理栄養士等の保健医療従事者が習得することが望ましいことを以下に挙げます。(資料1、2、7参照)
 - 1) うつに関する正しい知識とうつ者への相談対応における一般的留意点(プライバシーの保護、共感的・受容的傾聴、相手に無理強いすることなく、相手のペースで、相手のニーズに沿った相談の進め方、等)
 - 2) うつに関する基本的知識を相手にわかりやすく説明する方法
 - 3) 相談における留意点・事例の見たて方(面接技法、うつアセスメント方法)
 - 4) 関係機関とのネットワーク構築方法、精神科医療機関への紹介の仕方と連携の取り方
- 介護保険従事者、居宅介護支援事業所、訪問介護(ヘルパー)、通所サービス事業所等の高齢者福祉サービスの従事者、その他の保健福祉従事者等が習得することが望ましいことを以下に挙げます。
 - 1) うつに関する正しい知識
 - 2) 高齢者や障害者のうつの気づき方、対応の仕方