

うつ病対策・予防事業の推進【島根県邑南町】

= 高齢者のうつ予防に取り組んで =

(実施期間) 平成22年度～24年度 (基金事業メニュー) 普及啓発事業
 (実施経費) 平成24年度 882千円 (実施主体) 島根県邑南町

【事業の背景・必要性・目的】

邑南町は平成16年の合併当時から自殺死亡率が全国・県平均より高く、年代別にみると老年期の自殺死亡率が高い状況であったが、特に自殺に注目した取り組みは行っていなかった。そこで、まずは高齢者の自殺者を減らすことを目的に、平成21年度より自殺対策事業に取り組みはじめた。

総人口	年齢3区分別人口		
	年少(0～14歳)	生産(15～64歳)	老年(65歳以上)
11,803	1,208	5,830	4,765

(出典：住民基本台帳統計資料：H25年2月28日現在)

【地域の特徴・自殺者数の動向】

高齢化率40.37%で高齢化が進んでいる。また、精神関連の症状等に関する偏見が高齢者に強く見受けられる。自殺年齢調整死亡率は27.5('08中心5年平均)で、全国や県平均より高い。特に老年期女性は県平均より1.5倍も高い。

【事業目標 事業内容】

- ・うつ病の知識の普及・啓発に努め、うつ予防に対する住民の理解を深める。
- ・高齢者のうつを早期発見(スクリーニング)・早期対応していくための体制・システムを確立することを目標に取り組んだ。

＜うつ予防の啓発を中心とした出前講座＞

平成21年度に行った意識調査でうつについての認識が十分でないことがわかり、こころの健康づくりに関する健康教室を地域や職域に出向き行う「出前講座」を平成22年から取り組んでいる。初年度は地域を中心に行い、21回639人の参加があった。なじみやすくわかりやすいようにと紙芝居を作成し、啓発に努めた。紙芝居をみることで、自分のこととして考えやすく、うつが身近な問題と感じてもらった。その結果、参加者が自分の経験を話したり、参加者同士で活発に意見交換がなされるようになった。また、媒体を作成したことでもどの職員でも同じレベルの講座が出来るようになった。



＜ハイリスク者に対する個別対応＞

平成23年から島根大学と連携し、特定健診にあわせて受診者全員に対してうつ状態のスクリーニングを行っている。平成24年度は902名に実施し、内うつのハイリスク者が167名（18.5%）あり、保健師による個別対応を行った。まず、健診結果報告会で個別に面接（100名）をし、ここで会えなかった方には訪問面接（67名）を実施した。ハイリスク者の内12名は、継続的に支援が必要な状態であった。また、基本チェックリストを活用したスクリーニングも行っており、前期高齢者でうつに関する5項目中4項目以上の該当者（38名—22名は2次予防事業参加者のため除く）に対して訪問面接を実施した。継続的に支援が必要な方が1名あった。

【事業実施にあたっての運営体制】

事業を推進していくために、健康増進計画の策定、進行管理を行う「健康長寿おおなん推進会議」の「心の健康づくり・生涯現役部会」で具体的対策について検討し、各所属組織に出前講座の取り組み等の働きかけを行った。

ハイリスク者に対する個別対応については、スクリーニングのツールやハイリスク者の決定など島根大学と連携して行っている。

【事業の工夫点】

地域のつながりを意識して、地域の拠点である公民館と連携して出前講座を行ったり、保健事業で行っている運動教室や生活習慣病予防教室でもミニ講座としてうつ予防に関する啓発を行うなど、より多くの方へ聞いてもらえるよう工夫した。

【事業成果、その他特筆すべき点】

出前講座を地域に出向き行うことによって、うつ予防についての理解や相談窓口の周知等について浸透しつつある。平成23年度の意識調査を見ても心の病気は誰でもかかりうる病気であることを知っている人は約9割、相談窓口として保健師を紹介する人は約3割と平成21年度調査と比べて2割程度増加した。年代別にみると、壮年期は若干減少していたが、高齢者は2割程度増加した。また、自殺予防対策を保健課や行政だけでなく、健康長寿おおなん推進会議の方々など地域の方と一緒に取り組めるようになったことで、地域で心の問題が話しやすくなり、関心を持っている方が増加している。住民や関係機関とともに取り組む基盤は出来たが、住民の日常的な取組にはつながっておらず、今後は壮年期対策や地域主体の取組につながるよう支援していきたい。

スクリーニングでの継続支援者は、本人の心の不調だけでなく介護の問題など、本人を含めた家族として問題があった方が多かった。今後は総合的に関係機関と連携して支援していきたい。そして、これらのスクリーニングからハイリスク者を把握するだけでなく、関係機関との連携の中で早期にハイリスク者を発見し、対応できるように体制づくりが必要と考える。

(問合せ先) 島根県邑南町役場保健課
TEL:0855-83-1123
E-mail: yasuda-yuko@town.ohnan.lg.jp
URL: //www.town.ohnan.lg.jp/