

## メンタルヘルスサポーター「ほっと♥️まむろ川」の育成支援

(実施期間) 平成 22 年度～

(基金事業メニュー) 人材養成事業

(実施経費) 129,780 円 (129,000 円)

(実施主体) 山形県真室川町

### 【事業の背景・必要性・目的】

平成 14 年から、心の健康づくり講演会の開催や、先進地への視察研修、各種研修会への住民参加により、啓発啓蒙を行ってきたところ、平成 22 年 12 月に住民から「様々勉強させていただいたので、自分たちにできることがないだろうか」との声が上がり、「ほっと♥️まむろ川」の立ち上げとなった。

住民自ら活動したいという意欲、また、活動の継続、住民への PR のため、町が「ほっと♥️まむろ川」を支援していく。

### 【地域の特徴・自殺者数の動向】

山形県の北の玄関口。山林が 79% を占め 1 日の寒暖差が大きく、また、年間を通じて日照時間が短く、冬季の降雪量が多い。働き盛り世代の中には生活に寂しさを感じている方や、高齢者の中には地域生活で孤立しがちな方がいることから、人と人のつながりや地域とのつながりが必要になっている。

総人口	年齢 3 区分別人口 (割合)			自殺者の動向 (人)				
	年少 (0~14 歳)	生産 (15~64 歳)	老年 (65 歳以上)	H21	H22	H23	H24	H25
8,861	10.1	56.4	33.5	5	4	3	2	2

出典：人口 H25. 4. 1 現在

自殺者の傾向として、男性は 40 歳代以上の全世代、女性は 70 歳代以上に多い。

### 【事業目標 事業内容】

「ほっと♥️まむろ川」では、平成 25 年 1 月からコーヒーサロン「陽だまり」を設置し、月 2 回何げなく立ち寄れる場、無駄話ができる場を提供している。日中お一人で過ごされている方やそのお友達等次第に参加者が増え、毎回 9 人から 10 人がテーブルを囲み昔話に花を咲かせている。

また、サロン等で紙芝居「聞き耳頭巾」による啓発活動を実施し、うつやその対応への理解を求めている。さらに、他団体との交流や各種研修会への参加を通じて、心の健康づくり支援に係るスキルアップを図っている。住民自ら地域のつながりを作っていくとする活動に対し、行政として支援・強化していくことが求められる。

### 【事業実施にあたっての運営体制】

活動内容は住民主導で行っているが、必要経費等を行政が支援している。また、スキルアップやモチベーションアップにつなげるため、山形県主催の「心の健康づくりサポーター等フォローアップ研修会」に参加し、他市町村との情報交換、他傾聴ボランティア等との交流を行っている。町が研修開催等を情報提供し、共に参加するなど共通理解出来るよう努めている。

### 【事業の工夫点】

会員の協議により事業内容を決定し、活動している。

### 【事業成果、今後の課題、その他特筆すべき点】

コーヒーサロン「陽だまり」の参加者が次第に増え、定着してきている。

会員の増加が好ましいが、活動に協賛し、活動を理解してくれる住民をいかに増やしていくかが課題である。

(問合せ先) 真室川町福祉課

TEL: 0233-62-3436

E-mail: fukushi@town.mamurogawa.yamagata.jp