

若狭地域自殺対策連絡協議会の取組

＝「相談窓口における相談者チェックシート」・『トイレ』を活用した住民啓発＝

(実施期間) 平成 24 年度～ (基金事業メニュー) 普及啓発事業
 (実施経費) 平成 26 年度 137 千円 (実施主体) 福井県
 (137 千円)

【事業の背景・必要性】

主体的に自殺対策に取り組む地域基盤づくりを目的として、平成 22 年度に若狭地域自殺対策連絡協議会(以下、「協議会」)が設立され、構成機関が協働して自殺対策を推進している。

【地域の特徴・自殺者数の動向】

嶺南振興局若狭健康福祉センター(以下、「当センター」)は、福井県南西部の1市3町を所管し、管内人口は約5万7千人である。年間自殺者数は10~15人で、人口あたりの自殺死亡率は県平均よりやや低い。当管内のような農村部では、自殺問題が表面化することは少ない。

【事業目標 事業内容】

自殺者数の減少のために、協議会を構成する機関が住民を支え、住民自身も不調に気づいて声をかけ合う地域になるという目標を共有し、以下の活動を行った。

1. 『相談窓口における相談者チェックシート』(以下、「チェックシート」)の作成と活用

自殺を未然に防ぐためには、各種窓口の担当者が自殺のリスクが高い住民(以下、「ハイリスク者」)に気づいて、適切な相談機関につなぐ必要があると考え、チェックシートを作成した(図1)。活用するためのガイドブックを作成し、研修会で使用方法を訓練した。訓練後には業務での活用を促し、併せて地域の相談機関紹介集も配布した。

ハイリスク者は、平成 20 年 NPO 法人ライフリンクが提唱した自殺の危機経路に基づき、「自殺の危機要因が3つ以上ある方」、または「3大危機要因が1つ以上ある方」と定義した。

図1 相談窓口における相談者チェックシート(表面) (裏面)

『相談窓口における相談者チェックシート』

このシートは、相談窓口担当者が急のため全相談者をチェックして、「リスクをもつ方」を見逃さないためのものです。

1. 相談者に「気がかりなサイン」はありませんか? 該当する項目すべてに☑

(外見や態度に投影されるもの)

□身振りの乱れ □投げやりな態度 □妙に明るい振舞い □感情不安定 □リストカット

(※うつ状態・うつ病が疑われるチェック項目)

□不眠 □身体不調の訴え □食欲低下・体重減少 □興味がわかない
 「ちゃんと眠れていないか?」 「寝れどれない、だるい」 「食事や家事はこれまでどおりこなしていますか?」 「周囲の人から、あなたの性格が変わった、話になることが強えていませんか?」 「以前は楽しんでいたことが楽しめない」 「体重は変わりましたか?」

(尋ねてみなければ表面化しないメンタル不調)

□孤独感 □欠勤・遅刻・早退 □仕事の業績が落ちる □性格の急変 □激しい口論
 「あなたの話を聴きに「仕事は多分うつつに行けてい「周囲の人から、あなたの性格が変わった、話になることが強えていませんか?」 「周囲の人から、仕事の進捗が落ちている、と云われていることありますか?」 「話になることが強えていませんか?」

□多量飲酒 □ひきこもりがち □その他
 「お酒の量は減らしましたか?」 「人と会うのが億劫になっ「お酒が飲めなくなればら「お酒が飲めなくなればら」

『相談窓口における相談者チェックシート』

2. 相談者の主な相談内容は何でしたか?
 他に抱えている悩みがありませんでしたか? 該当する項目すべてに☑

危機要因

□アルコール問題 □DV □犯罪被害
 □仕事の悩み □いじめ □失恋
 □家族の死亡 □進路に関する悩み □子育ての悩み □被害者
 □病苦 □借金の取立苦 □ひきこもり □介護・看病疲れ
 □その他()

□職場環境の変化 □職場の人間関係 □過労 □事業不振
 □身体疾患 □失業 □負債

3大危機要因

□うつ状態・うつ病 □生活苦 □家族の不和

危機要因が3つ以上 または 3大危機要因が1つ あればハイリスクであると判断して対応する

対応結果を『ハイリスク相談記録票』に記入する

2. 『トイレ』での住民啓発

相談先を記した名刺サイズの持ち帰り用こころの相談カード(以下、「カード」)を、透明なカードホルダー内に収めた啓発媒体を男女別に作成して(図2)、管内コンビニと協議会構成機関のトイレ等に掲示した。カードの減少数と電話相談件数を当センターで定期的に取りまとめ、その結果を構成機関と共有している。

図2 掲示媒体 【男性向け】



【女性向け】



【事業実施にあたっての運営体制】

協議会は30機関で構成しており、全体会では協議会としての活動を計画・評価し、検討部会では普及啓発等の具体策を立案した。

- (医療) 総合病院、精神科病院、医師会 (司法) 法律事務所、司法書士会 (警察・消防) 警察署、消防本部
- (金融) 銀行、信用金庫、労働金庫 (福祉) 社会福祉協議会、相談事業所
- (労働) 労働基準監督署、メンタルヘルス対策支援センター、公共職業安定所、商工会議所・商工会
- (行政) 消費生活センター、市町(保健・福祉・高齢者などの担当者)、健康福祉センター<事務局>

【事業の工夫点】

「チェックシート」には自殺のサインを個条書きにし、チェックボックスを付した。尋ねてみなければ表面化しないサインを見逃さないよう、投げかけるべき質問例も記載した。シートにはラミネート加工を施し、繰り返し使用できるようにした。

『トイレ』の啓発媒体に収納した「カード」の補充や減少枚数の報告等は、各構成機関に任せた。

【事業成果及び評価、今後の課題、その他特筆すべき点】

2年3か月間分を集計した結果、「チェックシート」の活用によって、窓口来訪者のうち212件がハイリスク者と判定され、そのうち92件(43.4%)が相談機関に紹介された。「チェックシート」は、窓口でハイリスク者に気づく方法として有効であると思われ、今後も業務での活用を促したい。

『トイレ』での住民啓発は、その密室性に着目し働き盛りの不特定多数をねらった戦略であり、平成26年12月までの9か月間で、213個の掲示媒体から計2,468枚のカードが持ち帰られた。コンビニの男性トイレでの減少数が顕著で、従来の啓発手法では情報を届けにくかった男性にも有効にメッセージを届けられた。同じ期間に電話相談は31件、月平均3.4件あった。

自殺者数の減少という最終アウトカムまでは至っていないが、多分野の機関が地域の課題および目標を共有して多くの住民にメッセージを届けることができ、協議会が主体的に自殺対策に取り組む基盤は整備されたと考えられる。協議会がさらに協働活動を発展・深化させられるよう、事務局としても参画していきたい。

(問合せ先) 福井県嶺南振興局若狭健康福祉センター 地域保健課
 TEL: 0770-52-1300 FAX: 0770-52-1058
 E-mail: w-fukusi-c@pref.fukui.lg.jp
 URL: <http://www.pref.fukui.lg.jp/doc/wakasa-hwc/>