

## 命のセイフティネットワーク事業

### ＝「こころの安全パトロール隊員養成講座」＝

(実施期間) 平成 22 年度～

(基金事業メニュー)

人材養成事業・普及啓発事業

(実施経費) 平成 26 年度 7,012 千円

(実施主体)

( 6,022 千円 )

特定非営利活動法人心の SOS サポートネット

#### 【事業の背景・必要性・目的】

和歌山県の自殺者数は平成 23 年まで 250 人前後を推移し、自殺死亡率は全国平均を上回っていた。自殺の背景には精神疾患の罹患があるといわれるが、自ら病であると気づきにくい。自殺予防には周囲が精神疾患を知り理解を深めることで当事者の心理的孤立に気付き、支援につなげる必要がある。

そのためには継続的に一般向講座、実務者向講座、フォローアップ研修を行い、地域で活動するゲートキーパーの技術を深め、ゲートキーパー同士や地域での横のつながりを作りやすいよう後方支援し、人材養成体制を年々整備改善する必要がある。加えて自殺予防活動を身近に感じ、当事者自身の声が聴ける普及啓発事業や、経営者側へは社員の労働生産性を上げるためにも大変重要な職場のメンタルヘルス対策の具体対策方法や理解を深める事業も並行して行うことが重要となる。

全世代が心の健康を保ち、お互いが命を見守る住みやすい地域社会を作ることを目的とする。

#### 【和歌山県における自殺者の推移（内閣府 都道府県別集計）】

居住地	平成 21 年	平成 22 年	平成 23 年	平成 24 年	平成 25 年	平成 26 年
自殺者数(人)	285	279	251	196	211	186
自殺死亡率	27.4	27.0	24.4	19.2	20.7	18.3

#### 【事業目標 事業内容】

「こころの安全パトロール隊員養成講座」＝ゲートキーパー養成講座

◆目標は和歌山県の人口比率を考え、1万人の「隊員」が周囲100人を見守り、全人口をカバーすることである。今後も中長期的に実施し、きめ細やかな支援につなげる。

◆ベーシックコース：一般向け。平成 23 年（2011 年）より 4 年間で 19 回、ほぼ同じ内容の講座を県内各地で開催。内容はうつ病・統合失調の講義と援助のロールプレイ。住民一人一人が精神疾患を理解する「隊員」として自殺予防の主役になるよう取り組むことが目的である。さまざまな立場・職種・役割・施設などを超えた連携による協働が幅広い年代・背景をもつ自殺者を減らす。

◆アドバンスコース：実務者及び隊員向け。平成 25 年より 2 年間で 5 回開催。内容は双極性障害などの講義と症例検討。知識と理解を更に深め、ゲートキーパー活動の一助となるように開催。

◆フォローアップ研修：平成 26 年より開始。気軽に参加できるカフェ方式で開催。各々の経験・知識や工夫点を共有し、多くの人の知恵につなげることを目標。

「いのち・たいせつキャンペーン／シンポジウム」

◆9月の自殺予防週間、3月の自殺対策強化月間に開催。自殺予防普及啓発事業として開催。

「職場のメンタルヘルス講座」

◆経営者・人事担当者向け。メンタル不調予防対策の実施により生産性向上につながることを、具体事例・実践方法を用い提示。法の視点からも対策の必要性の啓発を目的とする。

### 3 早期対応の中心的役割を果たす人材を養成する②

#### 【事業実施にあたっての運営体制】

各講座共に NPO が詳細を計画、実施。

「こころの安全パトロール隊員養成講座」は NPO 所属の臨床心理士及び精神科医が行う。  
知識を深めるため外部有識者を招いての講義も取り入れる。

#### 【事業の工夫点】

##### 「こころの安全パトロール隊員養成講座」

- ・同講師陣による同内容の講義を定期的に県内各地で行うことにより、知識の均一化を図っている。
- ・受講者全員に受講前と受講後に精神疾患の同内容のテストを行い、理解度を数値化。
- ・受講前と受講後 3 か月間の援助数の統計を取っている。

##### 「いのち・たいせつキャンペーン／シンポジウム」

一般向けの心の病や心の健康についてのわかりやすい講演などに加え、当事者による朗読や体験談など、支援者・当事者共に参加しやすく、自己回復力を高め引き出せるように工夫。

#### 【事業成果、その他特筆すべき点】

- ◆和歌山県の平成 20 年～25 年の自殺減少率は全国一（-38%）であった。

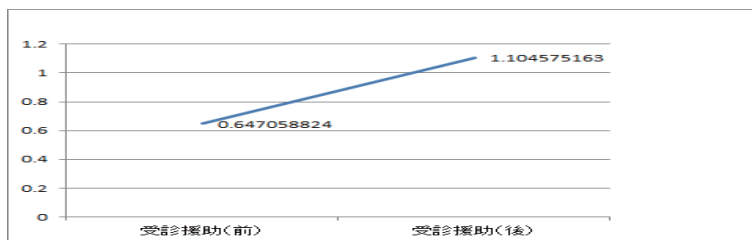
地域住民を中心とした官民一体の様々な活動が功を奏した結果と考えられる。

##### 「こころの安全パトロール隊員養成講座」

- ◆ベーシックは平成 23 年より 4 年間で 19 回、隊員数は 790 名となった。（和歌山市 6 回、田辺市 5 回、新宮市 2 回、有田市 1 回、岩出市 1 回、御坊市 1 回、那智勝浦町 1 回、串本町 1 回、橋本市 1 回、みなべ町 1 回）
- ◆アドバンスは平成 25 年より 2 年間で 5 回開催。述べ 150 名以上が参加。
- ◆第 1 回フォローアップには年代も背景も違う 28 名が参加。活発な意見が出され、隊員同士の連携も作ることができた。バーンアウト予防にもなると考えられる。

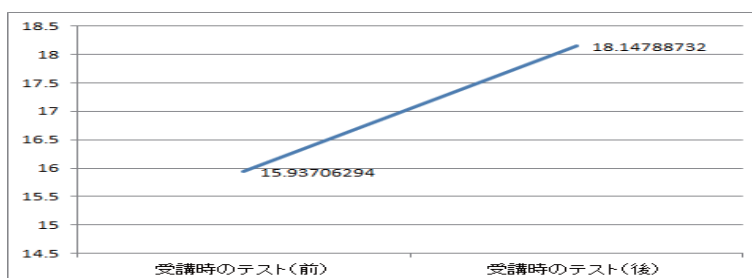
- ◆受講前 3 か月間と受講後 3 か月間の受信援助数の変化

一人 0.6 件⇒1.1 件へ増加。



- ◆受講前と受講後の精神疾患の知識

平均 15.9 点⇒ 平均 18.14 点に。（20 点満点）



### 3 早期対応の中心的役割を果たす人材を養成する②



〇こころの安全パトロール隊員養成講座



〇実践！職場のメンタルヘルス講座



〇いのち・たいせつキャンペーン

- ◆補助事業の他、平成 24 年より地域 FM 局（エフエム和歌山）の取組「いのちたいせつキャンペーン」の一環「心のやまいを知ろう」を月～金の毎日 10 分間、月毎のテーマに沿い 4～5 種ローテーション放送。精神疾患や心身の健康維持のコツなど、精神保健普及啓発の一助となるよう継続放送中。

#### 【今後の課題】

##### 「こころの安全パトロール隊員養成講座」

- ◆各地での関心が高まり定員を超える回も多い。募集の倍の 100 名超が参加した回もあった。担当講師は現在 2 名のため、今後は認定講師を養成し、講座回数・開催地を増やし、更に多くの地域住民に参加してもらえるよう活動を広げたい。
- ◆日本一自殺の少ない地域にするため、地域をあげて一層官民の連携が重要になる。

##### 「いのち・たいせつキャンペーン／シンポジウム」

- ◆普及啓発活動の一つとして今後も地域に根ざした当事者参加型事業として継続開催を予定。

(問合せ先) 和歌山県障害福祉課 こころの健康推進班 和中  
TEL: 073-441-2641 (直通)  
E-mail: wanaka\_k0002@pref.wakayama.lg.jp  
URL :