

ゲートキーパー養成研修等による

身近な地域での「見守り体制」の整備

＝こころの健康づくり見守り隊養成事業＝

(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) 平成 26 年度 299 千円
(299 千円)

(実施主体) 山口県萩市

【事業の背景・必要性】

萩市は高齢化が進み、一人暮らしや高齢者のみの世帯が増加し、近所へ出向けなくなった高齢者は家に閉じこもりとなり、介護する家族の負担も増している。若い世代の引きこもり支援も課題となっており、民生委員や保健推進員等から『身近な私たちには出来ることはないだろうか!』という声が上がっていた。また萩市は自殺死亡率高く、自殺対策が急務となっていた。そこで、平成 22 年度より心の悩みを持つ方やその家族を身近な人が地域で支えることを目指して『こころの健康づくり見守り隊養成』に取り組んでいる。

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)
51,087 人	4,941 人	26,548 人	19,598 人

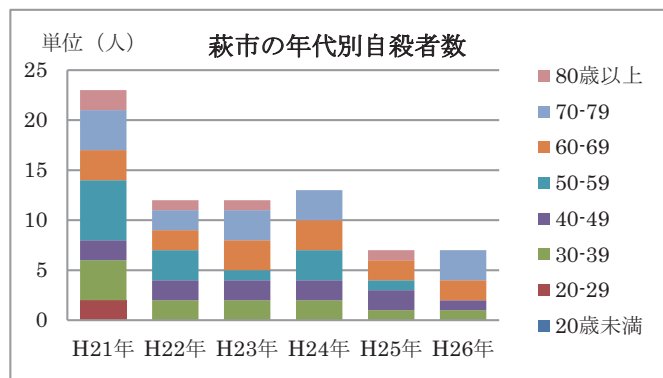
住民基本台帳より (平成27年3月31日現在)

【地域の特徴・自殺者数の動向】

萩市は山口県の北部に位置し中国山脈と日本海に囲まれ、豊かな自然を有している。主な産業は、観光と農林水産業で、高齢化率は 38.4% と高齢化が進んでいる。

自殺者数の動向は、男性が 7 割以上を占め、働き盛りから高齢者にかけて幅広い世代に渡っている。

あらゆる世代を対象とした対策が必要のため、各世代にゲートキーパーを育成することが重要である。



地域における自殺の基礎資料 (内閣府) より

【事業目標 事業内容】

ゲートキーパー『萩市こころの健康づくり見守り隊』の養成は、平成 22 年度から幅広い層の住民が自殺予防の知識を得られるよう工夫して取り組んでいる。講義とグループワーク等で自殺予防に関する基礎知識や実際どのように声かけすればよいかを伝え、日頃困っていることは何かなど、参加者が他の参加者の気持ちを共有できる場を設けている。

- ・平成 22 年度：保健推進員・民生委員・市職員を対象に実施 (1ヶ所)。
- ・平成 23 年度：市内全域 (7 地域) に拡大。
- ・平成 24 年度：対象を一般市民に拡大。職域として理美容組合でも実施。
- ・平成 25 年度：開催地域、回数を大幅に拡充し、地区単位の出前講座としても実施。
理容組合、商工会議所女性部、在宅介護支援センター連絡協議会でも実施。
思春期メンタルヘルスサポーターの養成 (対象：中学生) を実施。
- ・平成 26 年度：一般市民、市職員、理容組合、商工会議所青年部、中学生を対象に実施。

3 早期対応の中心的役割を果たす人材を養成する④

《萩市こころの健康づくり見守り隊養成者数》(実人員)

	平成 22 年度	平成 23 年度	平成 24 年度	平成 25 年度	平成 26 年度
年度末隊員数	130 人	385 人	458 人	906 人	1,138 人

【事業実施にあたっての運営体制】

健康増進課が主管課。平成 25 年度より市および萩健康福祉センターの保健師からなる『こころプロジェクト』を中心に研修の企画・運営を実施。

外部講師は市内や近隣の精神科病院、山口大学医学部附属病院、県内産業医、市内弁護士等へ依頼。中学生を対象とした研修は、教育委員会の協力を得て、小中学校校長会で事業説明を実施し参加校を募っている。

【事業の工夫点】

○市独自のマニュアル等の作成

- ・地区レベルの集まり等でもゲートキーパー研修を開催しやすくするため、萩健康福祉センターとも連携し萩市版の養成マニュアル等の作成に取り組んだ。

中学校でのロールプレイ

友達のことが気になる…そんな時の声のかけ方は？



25 年度①こころの健康づくり見守り隊研修マニュアルを作成
「声かけ名人になろう」「聞き上手になろう」

②災害時保健師活動に活用する必要物品リストを作成

26 年度③思春期メンタルヘルスサポーター養成マニュアル
(中学生向け)を作成…中学校の現場の意見を取り入れながら作成し研修に活用している。

○相談事業の充実による継続的支援の実施

- ・メンタル面での支援を要する者に対しては、個別相談事業も行い、継続的な支援に繋げている。

① こころの相談室

対面相談（週 2 回実施。うち月 1 回は市内精神科病院臨床心理士による相談を実施）

② 幼児健診の親の相談会

育児のストレスや悩みを持つ人への個別相談。1 歳 6 か月児健診時に実施（年 13 回）

⇒①、②とも、必要に応じ、医療機関や専門相談機関へつなげるなど継続支援を実施。

【事業成果及び評価、今後の課題、その他特筆すべき点】

養成研修を受講した成人からは、「基本的知識を学んでとても役に立った。」「講義を聴いて、うつの治療を始めた。」、中学生からは、ロールプレイを見て「声のかけ方によって相手の感じが全く違うことが分かった。」「グループワークで友達の考えが聞けるので、今後も続けて欲しい。」等の声が聞かれた。

今後の課題として、成人向けには継続的養成やスキル向上のために、マニュアルの第 3 弾を作成する予定としている。また、中高生など若年層は、その後のライフステージを通じた自殺予防効果も見込めることから、長期的視点に立った人材養成や支援が必要である。今後、子育て世代を見据え、支援プログラムを活用した産後うつ対策を実施する予定としている。

こころの健康づくりは地域の活性化につながるため、今後も様々な部門と連携しながら取組を進めていく必要がある。

(問合せ先) 山口県萩市役所健康増進課
TEL: 0838-26-0500
E-mail: kenkou@city.hagi.lg.jp
URL: http://www.city.hagi.lg.jp/