

第2回 仙台市自殺対策連絡協議会	
資料2-1 別添資料	令和2年3月24日
仙台市精神保健福祉総合センター	若年者向け普及啓発活動

【重点対象1】 若年者

取組みの名称 若年者向け普及啓発活動 (No. 19)

## 取組みの実施状況

1 大学生を対象とした自死に関する適切な理解の促進と、メンタルヘルスの啓発 [方向性 1: 一人ひとりの気づきと見守りの推進]

### 1) 「はあとケアサークル YELL」

若年者が悩みやストレスを抱えた際に、セルフケアの実践や相談希求行動につなげるための普及啓発を効果的かつ重点的に実施するため、大学生によるボランティアサークルにおいて以下の活動を展開している。現在のサークルは仙台市内及び近郊の宮城大学、仙台白百合女子大学、東北福祉大学の学生で構成されている。

#### ◆若年者向けの普及啓発のための検討会

月1回、普及啓発に関する様々な意見交換を実施。参加実人数 30名・延人数 68名

- 内容：・大学講義を活用した学生自らが学生にセルフケア等の説明を行う、ピア・エデュケーションの手法を用いた啓発  
・ピア・エデュケーションの際に用いる啓発媒体の作成  
・学園祭等のイベントでの啓発活動 など

#### ◆啓発媒体の作成・配布

学生の視点を多く取り入れた普及啓発媒体について検討し、ピア・エデュケーションの際に活用するプレゼン用スライドやクリアファイル、リーフレットを作成し、様々な啓発活動で説明、配布している。

#### ◆講義を活用した啓発

各大学の講義を活用し、メンバーが大学生に向けて、メンタルヘルスやセルフケアの大切さ、相談希求行動の重要性について啓発授業を実施した。啓発内容には、相談を受けた場合の対応を加え、ピア・エデュケーションの視点での内容をより深めたほか、市外在住の学生でも可能な相談先を掲載する等、啓発対象に合わせた内容を盛り込んだ。

啓発授業を実施した大学	啓発活動(回)	啓発人数(人)
東北福祉大学(保健福祉学部保健看護学科・総合福祉学部社会福祉学科)	2	142
東北文化学園大学(医療福祉学部保健福祉学科)	1	47
仙台白百合女子大学(人間学部心理福祉学科・健康栄養学科・グローバルスタディーズ学科)	4	201
宮城大学(看護学群看護学類)	1	58
合計	8	448

- ・「自分の調子が悪くなった時のサインを知っている」「相談窓口があることを知っている」「悩んでいるときや困ったときは、だれかに相談しようと思う」「悩んでいる人が身近にいたら、声をかけようと思う」「悩んでいる人が身近にいたら、相談窓口を紹介したいと思う」の項目で、統計学的に望ましい方向に変化した。
- ・特に、「悩んでいる人が身近にいたら相談窓口を紹介したい」が最も望ましい方向への変化が大きく、「ゲートキーパーとしての役割」に関する意識変容があった。この傾向は、看護系や福祉系の学生のみならず、メンタルヘルスに関する基礎知識に関する講義が少ない学部学生のみで分析しても、同様な傾向がみられた。

◆せんだい防災のひろば

「災害後のこころのケア」に関するブースを出展し、メンバーもスタッフとして参加した。啓発媒体配布とパネル展示を実施し、若年者の市民にも声をかけながら啓発を行った。

◆大学祭での啓発

仙台市白百合女子大学のサークルメンバーが主体となり、大学祭でこころのセルフケアに関するブースを出展し、啓発を行った。

◆その他

- ・第 58 回宮城県精神保健福祉大会（令和元年 11 月 8 日） 研究協議会（テーマ「若者のこころの危機を支える」－現代の若者のメンタルヘルス－）において、メンバーが YELL の活動について話題提供を実施した。
- ・青葉区メンタルヘルス勉強会（令和元年 11 月 22 日）（対象：専門学校職員）において、メンバーが普及啓発活動の紹介及びサークル活動の感想発表を実施。

2) 自死予防に関する図書館キャンペーンの実施

自死に関する理解を深め、日頃のメンタルヘルスやストレスケアの重要性を啓発することを目的に、大学の図書館にご協力いただき、関連書籍や普及啓発媒体の設置、ストレスに関するパネル展示を行った。

実施大学	実施期間	効果等
宮城大学 (大和キャンパス図書館)	5/20～6/14 (精神的不調が現れる学生が増える 6 月前後に実施)	・マインドフルネスや自分の考え方に着目した気軽に手に取りやすい本を多くしたことにより、看護学部以外の学生への貸し出し数が増え、反響は例年より大きかった。 ・学内版で太白キャンパス図書館でもミニ展示を実施。
仙台白百合女子大学 (学修支援センター) ※カフェスペースがある学修支援センターで実施	6/24～8/2 (前期) 9/24～10/18 (後期)	・学生が食事や勉強をしながら啓発物を見ることができる工夫をした。 ・学生だけでなく、教員が関心を示す機会にもなった。
東北学院大学 (泉キャンパス図書館) ※ 大学主催事業への協力	9/17～9/30 (夏季休暇明けに実施)	・学生が周囲の視線を気にすることなく自然にパネルや書籍を見ることができるよう、誰しもが通るトイレの通路、新着図書の際に展示ブースを配置。複数の貸し出し図書があった。

2 大学及び専門学校教員に対するゲートキーパー養成研修の実施【方向性 2：人材の確保と育成】

- ・東北学院大学泉キャンパス 学生の窓口対応勉強会（令和元年 8 月・9 月）「精神障害・自殺予防について－いま、私たちができること－」 大学教職員対象としたゲートキーパー養成を実施（参加者数：105 名）
- ・青葉区メンタルヘルス勉強会（令和元年 11 月 22 日）「若年層メンタルヘルス普及啓発活動の成果」 専門学校教職員を対象に、ゲートキーパー養成研修を内容に含んだ講話を実施（参加者数：10 名）

3 若年者向け普及啓発に関する関係機関への支援【方向性 4：自殺対策に関するネットワークの構築】

各区、総合支所で実施する若年者向け普及啓発活動において、啓発内容について相談に応じたほか、啓発媒体を提供した。