

今後の対策の方向性と平成24年度の計画について

1 今後の対策の方向性

1) 自殺対策の基本的な考え方

自殺に至るまでには、いくつかの要因が複雑に絡みあい、最終的には自殺者の約9割が、うつ病などの精神疾患を発症して自殺に至っていることが明らかになっている。

自殺のリスクが高い者を、精神科医療に適切につないでいく必要がある一方で、そこに追い込まれ、孤立状態に陥る前に、相談機関につなぎ問題が解決をされることで、精神的な負担の軽減が図られ、自殺を予防することは可能である。

医療的なアプローチ【自殺に直結しかねない精神疾患の早期発見と適切な治療】
コミュニティによるアプローチ
【こころの健康に関する普及啓発、相談機関の情報提供、援助希求スキルの向上】

2つのアプローチを両輪で長期的に実施。

2) 今後の方向性について

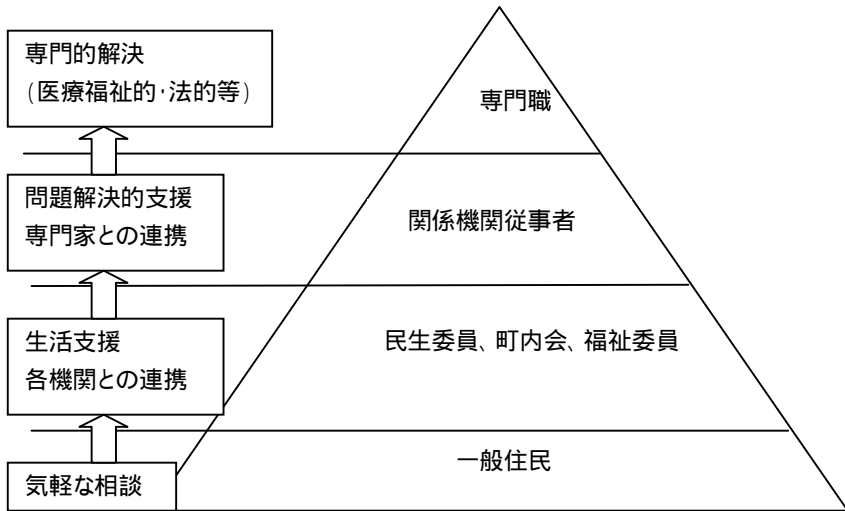
これまで本市では、関係機関・団体と連携し自殺対策に取り組んできたが、本市における自殺の現状をふまえ、また、今般の自殺総合対策大綱の見直しも参考に、関係機関や関係団体との連携をさらに強化しながら、次のとおり自殺対策に取り組んでいく。効果的な普及啓発の実施

自殺予防に関する知識の普及啓発により、自殺に対する偏見をなくし、市民一人ひとりが身近な問題として自覚できるようにする。より効果的な啓発を実施するために、当面は、以下に対象を絞り、戦略的に啓発を行うことが有効と考えられる。

- ・若年層向けの啓発
- ・壮年期男性向け(働き盛り世代)の啓発
- ・被災者向けの啓発

地域におけるゲートキーパーの養成

自殺ハイリスク者においては、地域の様々な窓口にアクセスしていることが考えられるため、支援の階層(図2)に合わせたゲートキーパー養成を行うことで、対象者にとって適切な支援にたどり着けるようなしくみを作っていく必要がある。



ゲートキーパーとは…
 悩みをもつ人の変化に気付
 き、話しを聞き、適切な人や
 機関につなぎ、問題解決のき
 っかけとなる役割を担う。自
 殺リスクに応じて求められる
 役割が変わってくる。リスクが
 高くなるほど、専門的な知識
 が必要とされる。

図2 支援の階層モデル(大塚耕太郎:岩手医科大学医学部災害・地域精神医学講座)より引用

関係団体および民間団体等との緊密な連携のもと、対象者ごとの自殺リスクに応じた総合的な自殺対策の推進を基盤とし、より効果的な対策を講じていくために、以下の項目について戦略的に実施していく。

1) 効果的な普及啓発の実施

【若年層向けの啓発】(精神保健福祉総合センター)

市内の大学の協力を得て、学生と共に、若年層に向けた啓発の方法についての検討する機会を設定した上で、若年層向けの啓発を実施する。かつ、その検討会を通じて、学生自身の心の健康についての関心を高め、若年層への対策の裾野を拡大するきっかけとする。

【壮年期男性向けの啓発】(健康増進課)

「働く市民の健康づくりネットワーク会議」と連携して働き盛り世代を対象としたメンタルヘルスのリーフレットを作成する。働き盛り世代は、多様な悩みや心の健康課題が多く見られるが、早期の相談に結びつきにくい世代であることから、ネットワーク等の関係団体と連携して心の健康の啓発を推進する。

【被災者向けの啓発】

(精神保健福祉総合センター)

広報誌「はあとぼーと通信」の中で、震災後のメンタルヘルスに関する啓発の記事を掲載。一般市民の他、復興定期便により被災者に配布予定。

(障害者支援課)

一般市民向けに震災後のメンタルヘルスに関するパンフレットを作成する予定。(内容は、「はあとぼーと通信」との整合性をはかる)

2) 地域におけるゲートキーパーの養成

表. 支援階層別ゲートキーパー養成の内容

支援の階層	内 容	平成 24 年度計画
一般市民	・自殺予防やメンタルヘルスに関する正しい知識の普及	“孤立予防”をキーワードに「気づく」「聴く」「つなげる」「見守る」を基本にした啓発を行う。(自殺予防週間(9月)、自殺対策強化月間(3月)) ・精神保健福祉総合センターホームページ ・各区保健福祉事業の中での啓発
地域のキーパーソン 民生委員 町内会 福祉委員 等	・悩みを抱えた人に対する適切な対応 ・相談窓口の周知	民生委員児童委員協議会H24年度理事・評議員移動研修会(11月)において、知識の普及啓発を図る。 ゲートキーパー養成プログラムの整備 区保健福祉活動の中で、民生委員や町内会地域のキーパーソンに対する研修への技術支援 【講師派遣、資料の作成】
市職員 地域の相談窓口職員 地域包括支援センター 障害者相談支援事業所 等 社会福祉協議会	・自殺リスクの把握 ・他の相談窓口への適切なつなぎ方	自殺対策ゲートキーパー養成講座(9月) 地域自殺対策研修講座(年2回予定)
専門職 保健師 精神保健福祉士 心理職 司法書士 弁護士 医師 精神科医師 等	・自殺ハイリスク者への適切な介入 ・関係機関との連携 ・地域の自殺対策のしくみ作り	司法書士を対象としたメンタルヘルス研修 かかりつけ医うつ病対応力向上研修