

## 【事例 H25-01-38】 島根県邑南町

### うつ病対策・予防事業の推進 ＝高齢者のうつ予防に取り組んで＝

高齢者の自殺者を減らすため、うつ予防の啓発を中心とした出前講座に取り組み、また、特定健診にあわせてうつ状態のスクリーニングを実施し、ハイリスクだった者に対する個別対応の体制を整えた。

【実施主体】 島根県邑南町

【大綱の分類】 うつ病など健康問題への対応

【事業予算】 平成 24 年度 882 千円

【利 点】

- ・うつ病について正しい情報を伝えることにより、セルフコントロール出来る人が増える。また、うつ病が身近な病気と捉える人が増える。
- ・定期的に集っている教室で啓発することにより、自分だけでなく周りの変化に気付くきっかけになる。
- ・健診でのスクリーニングだけに終わらず、個別フォローまで体制を整えることで、タイムリーな受診や、サービスにつなげることができる。
- ・ハイリスク者の背景を把握できたことで、次の対策につなげることが出来る。

【実施に至るまで】

【背景・必要性・理由の概要・等】

- ・邑南町は平成 16 年の合併当時から自殺死亡率が全国・県平均より高く、自殺年齢調整死亡率は 27.5（'08 中心 5 年平均）で、特に老年期女性は県平均より 1.5 倍も高かった。
- ・邑南町は高齢化率 40.37%であり、また精神関連の症状等に関する偏見が高齢者に強く見受けられる。
- ・まずは高齢者の自殺者を減らすことを目的に、平成 21 年度より自殺対策事業に取り組みはじめた。

【計画を立てる上での工夫・等】

- ・地域のつながりを意識して、地域の拠点である公民館と連携して出前講座を行ったり、保健事業で行っている運動教室や生活習慣病予防教室でもミニ講座としてうつ予防に関する啓発を行うなど、より多くの方へ聞いてもらえるよう工夫した。

【具体的な内容・実施の過程】

以下を目標にした対策を進めた。

- ・うつ病の知識の普及・啓発に努め、うつ予防に対する住民の理解を深める。
- ・高齢者のうつを早期発見(スクリーニング)・早期対応していくための体制・システムを確立する。

## 1. うつ予防の啓発を中心とした出前講座

平成21年度に行った意識調査でうつについての認識が十分でないことがわかり、こころの健康づくりに関する健康教室を地域や職域に出向き行う「出前講座」を平成22年から取り組んでいる。

## 2. ハイリスク者に対する個別対応

平成23年から島根大学と連携し、特定健診にあわせて受診者全員に対してうつ状態のスクリーニングを行なっている。また、基本チェックリストを活用したスクリーニングも行っており、前期高齢者でうつに関する5項目中4項目以上の該当者（38名—22名は2次予防事業参加者のため除く）に対して訪問面接を実施した。継続的に支援が必要な方が1名あった。

- ・事業を推進していくために、健康増進計画の策定、進行管理を行う「健康長寿おおなん推進会議」の「心の健康づくり・生涯現役部会」で具体的対策について検討し、各所属組織に出前講座の取り組み等の働きかけを行った。
- ・ハイリスク者に対する個別対応については、スクリーニングのツールやハイリスク者の決定など島根大学と連携して行っている。

## 【成 果】

1. 初年度は地域を中心に行い、21回639人の参加があった。なじみやすくわかりやすいようにと紙芝居を作成し、啓発に努めた。紙芝居をみることで、自分のこととして考えやすく、うつが身近な問題と感じてもらえた。その結果、参加者が自分の経験を話したり、参加者同士で活発に意見交換がなされるようになった。また、媒体を作成したことでどの職員でも同じレベルの講座が出来るようになった。
2. うつのハイリスク者が167名（18.5%）あり、保健師による個別対応を行った。まず、健診結果報告会で個別に面接（100名）をし、ここで会えなかった方には訪問面接（67名）を実施した。ハイリスク者の内12名は、継続的に支援が必要な状態であった。また、基本チェックリストを活用したスクリーニングも行い、前期高齢者でうつに関する5項目中4項目以上の該当者に対して訪問面接を実施した。継続的に支援が必要な方が1名あった。
  - ▼ 出前講座を地域に出向き行うことによって、うつ予防についての理解や相談窓口の周知等について浸透しつつある。平成23年度の意識調査を見ても心の病気は誰でもかかりうる病気であることを知っている人は約9割、相談窓口として保健師を紹介する人は約3割と平成21年度調査と比べて2割程度増加した。
  - ▼ 年代別にみると、壮年期は若干減少していたが、高齢者は2割程度増加した。
  - ▼ 自殺予防対策を保健課や行政だけでなく、健康長寿おおなん推進会議の方々など地域の方と一緒に取り組めるようになったことで、地域で心の問題が話しやすくなり、関心を持っている方が増加している。
  - ▼ スクリーニングでの継続支援者は、本人の心の不調だけでなく介護の問題など、本人を含めた家族としての問題があった方が多かった。

## 【補 足】

## 【課 題】

- ・住民や関係機関とともに取り組む基盤は出来たが、住民の日常的な取組にはつながっておらず、今後は壮年期対策や地域主体の取組につながるよう支援していきたい。
- ・今後は総合的に関係機関と連携して支援していきたい。そして、これらのスクリーニングからハイリスク者を把握するだけでなく、関係機関との連携の中で早期にハイリスク者を発見し、対応できるように体制づくりが必要である。

【事業種別】 普及啓発事業

【準備期間・人数】 準備期間（不明）、準備に関わった人数（健診担当者他、保健師全員で協議しながら行った）、実施に関わった人数（健診結果報告会4～5人、個別訪問2人）

【予防段階】 1次

【自治体規模】 人口 11,849人（H24年10月） 財政規模 156億9040万

【自治体負担率】 0%（地域自殺対策緊急強化基金を使用しているため）

【事業対象】 高齢者

【支援対象】 高齢者

【実施主体・問合せ先】 島根県邑南町役場保健課

TEL:0855-83-1123

E-mail: yasuda-yuko@town.ohnan.lg.jp

URL : <http://www.town.ohnan.lg.jp/>

【参考資料・文献】 人口動態統計、島根大学疾病予知予防プロジェクトセンターの協力を得て実施した。