

## 【事例 H26-04-01-02】香川県東讃保健福祉事務所

### 自殺防止対策モデル事業 ～自殺予防活動機関連携強化事業～

労働者を対象に職場に起因すると思われるストレスによる自殺予防のために事業所への取組み提案の検討をおこなった。また労働者自身が活用しやすいストレスチェックや相談窓口を記載したパンフレットを配布した。

【実施主体】香川県東讃保健福祉事務所

【大綱の分類】心の健康づくりを進める 職場におけるメンタルヘルス対策の推進②

【事業予算】437 千円（437 千円）

【利 点】

- ・地域の職域の連携強化につながり、若い世代への働きかけが可能となる
- ・地域住民や職域等の関係者に自殺予防・こころの健康づくり対策の理解が促進し、自己管理とその役割を理解できるようになる。
- ・相談窓口や支援等の具体的内容の周知や連携を含めた関わりの活性化を図ることができる。

【実施に至るまで】

【背景・必要性・理由の概要・等】

- ・管内の自殺死亡率は平成 23 年から低下傾向にあるが、実数は前年とほぼ変わらないため、その対応を地域と職域が一緒になって検討する必要がある。
- ・労働者のうつ予防に関するアンケート調査の結果、70%がストレスを感じ、ストレスチェックの数では 20 歳代が高い結果であった。
- ・こころを健康にする方法を、特に男性へ周知することの必要性が見えてきた。
- ・意識調査結果をワーキングで検討した結果、具体的な相談窓口や若年からの予防策について情報提供の必要性が表出。

【計画を立てる上での工夫・等】（不明）

【具体的な内容・実施の過程】

1) メンタルヘルス対策ワーキングによる検討

目標：地域の中で、職域におけるこころの健康づくり（自殺予防対策等）を推進する為、医療・保健・職域との連携のあり方が検討できる。

メンバー：精神科医（産業医）、地域産業保健センター（地区医師会医師）、産業保健師、臨床心理士、商工会代表（会長）、労働監督署（署長）、市町精神保健担当者、保健所長 他

内容：①地域の自殺者の状況や、意識調査等の結果から事業所への取組み提案の検討、及び自殺予防に関する普及啓発について検討した。

②意識調査結果と今後の取組みへの提案を作成し、13 協力事業所、商工会へ報告

2) 「うつ予防講演会」平成 26 年 3 月 9 日（日）開催

目標：地域住民や関係者に自殺の現状と自殺予防・こころの健康づくり対策の理解を促進し、自己管理（解消法の体験）と関係者はその役割を確認できる。

内容：①講演 「前向きに生きる（ポジティブシンキング）」

～笑いヨガ体験とこころの健康づくり～

②掲示 自殺の現状（統計）、自殺予防や地域資源等関係

③こころの健康測定

参加者：講演+笑いヨガ体験 87名、こころの健康測定 30名

3) 自殺予防に関する相談支援パンフレット作成と活用

目標：労働者が自己チェックでき、地域の相談窓口や支援等具体的内容の情報把握でき、必要時に活用しやすいパンフレットを作成。

内容：作業部会を3回開催。（メンバー：産業保健師、臨床心理士、障害者相談支援員、市町等）

掲載内容：ストレスチェックと対応、相談窓口一覧、周囲の方への対応 等。

活用：協力事業所や商工会、関係機関等にて配布、活用中。ホームページに掲載。

#### 【成果】

- 1) メンタルヘルス対策ワーキングによる検討：各委員から本音や具体的な意見、現状、考え方を共有できるようになった。
- 2) うつ予防講演会：アンケート結果から、職場や地域単位で実施したいとの声が多く聞かれ、また、自殺統計等の掲示やこころの健康測定器に対する高い関心が認められた。また、相談窓口の情報の拡大も確認できた。
- 3) 自殺予防に関する相談支援パンフレット作成と活用：商工会や事業所から、説明がしやすいレイアウトであり、チェックリストが設けられていることから継続して活用できるとの声が寄せられた。また、作成の過程で連携が強化され、パンフレットの活用が拡大した。

#### 【課題】

- ・今後も、ストレスチェックを活用し定期的な自己管理の推進や職場環境の改善等の普及啓発を強化していく。
- ・職域対象にモデル的個別相談体制のあり方等を含め、関係団体を巻き込みながらワーキングで検討していく。

【事業種別】強化モデル事業

【準備期間・人数】（不明）

【予防段階】1次

【自治体規模】人口 1,010千人 財政規模 256,938,557千円（平成25年度）

【自治体負担率】0%

【事業対象】

- 1) 精神科医（産業医）、地域産業保健センター（地区医師会医師）、産業保健師、臨床心理士、商工会、労働基準監督署、市町精神保健担当者、保健所、障害者相談支援員等
- 2) 県民
- 3) 協力事業所、商工会、市町等

【支援対象】 県民（特に働く世代）

【問合せ先】 香川県健康福祉部障害福祉課

TEL:087-832-3294

E-Mail : shogai-fukushi@pref.kagawa.lg.jp

【参考資料・文献】 自殺予防に関する相談支援パンフレット

<http://www.pref.kagawa.jp/tosanhoken/contents/category/13soudan/10kokorosoudan/kokorosoudan.html>