

**【事例 H27-02-03】 秋田県大仙市****思春期こころの健康講演会**

市内全中学校(11校)の生徒を対象に講演会を実施し、思春期の精神保健に関する理解を促進し、思春期におけるこころの健康づくりと自殺予防を推進した。臨床心理士に講師を依頼し、思春期に特有の発達課題や対処方法の知識や技術について、生徒の理解や習得を促した。平成26年度は898名の生徒が受講した。

**【実施主体】** 秋田県大仙市

**【大綱の分類】** 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す

**【事業予算】** 平成26年度 383,000円 (383,000円)

**【利点】**

▼相談窓口一覧が掲載されたパンフレットを配布することで、生徒が自分だけでは解決できない問題に直面した際に、一人で問題を抱え込まず、専門家に相談できるようにしている。

**【実施に至るまで】**

**【背景・必要性・理由の概要・等】**

・思春期はこころの悩みを抱えやすい年代であり、放置するとその後の人生に悪影響を及ぼす可能性がある。そのため、早期からこころの健康について対策を講じる必要があった。

**【計画を立てる上での工夫・等】**

・講演会では講義に加え、アサーショントレーニングなどを取り入れ、生徒が体験的に学ぶことができるメニューを充実させている。

・講演内容は学校からの要望や参加する生徒の特徴などを踏まえ、学校毎に調整をしている。

・自殺予防の啓発や相談機関の周知を図るため、県内の相談窓口一覧が印刷されたパンフレットやこころの健康をテーマとした標語が印字されたボールペンなどを作成し、配布している。

**【具体的な内容・実施の過程】**

・大仙市教育委員会へ依頼し、実施にあたっての協力を得ている。実施については大仙市健康増進センターが講師との日程調整や講師謝礼支払い等の手続を行う。

・各中学校では授業や学校行事の一環として実施している。

**【成果】**

▼講演会に参加した生徒へのアンケートには「ストレスが溜まった時にできる解消法が聞けてよかった」、「コミュニケーションはウマイ、ヘタではなく、技術と知識だということがわかった」、「リラックスできる呼吸法を知れてよかった」などの意見が多く、約9割の生徒が「参考になった」と回答した。

【補 足】講演会を実施した中学校の教職員からも「生徒が上手なコミュニケーションのとり方を学ぶことができよかった」といった意見が寄せられるなど高い評価を得ている。

【課 題】思春期特有の問題を抱えた相談者への適切な支援ができるよう、支援者側もスキルアップをしていく必要がある。

【事業種別】 普及啓発事業

【準備期間・人数】準備期間：1年 人数：8人

【予防段階】 1次

【自治体規模】人口 84千人（H26 秋田県衛生統計年鑑） 財政規模 一般会計約472億円

【自治体負担率】0%

【事業対象】 中学生

【支援対象】 中学生

【実施主体・問合せ先】

大仙市 健康福祉部 健康増進センター

TEL：0187-62-9301、

E-mail：kenkou@city.daisen.akita.jp

【参考資料・文献】 厚生労働省「人口動態統計」

【作成日】 2014/4/17