

【事例 H27-02-04】栃木県

若年層向け自殺予防 DVD・CM 作成事業

＝「こころがツライと感じたら ～ストレスと上手につきあい毎日を楽しく暮らそう～」＝

主に 10～20 代の若年層の自殺予防として、①ストレスとの付き合い方 ②こころのサインの気づき方 ③対人問題への対応 ④精神疾患の知識を柱に、「こころのケア」、「こころの SOS」に関する基本知識や、正しく対処するためのノウハウを分かりやすく学べるコンテンツにまとめ、「こころの健康」に関する普及啓発を図る。また、悩みを抱えている若者及びその周囲の人に対して、適切な相談先へ誘導する。

【実施主体】栃木県

【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 5,178 千円（5,178 千円）

【利点】

- ▼「こころの SOS」への基本知識の解説だけでなく、年代別対応ケースを選択できるようになっているため、その人に合ったより具体的な啓発ができる。
- ▼相談先案内も含まれているため、悩みを抱えている若者やその周囲の人を適切な相談先につなぐことができる。
- ▼動画はホームページからも閲覧することが出来るため、多くの県民に普及啓発ができる。

【実施に至るまで】

【背景・必要性・理由の概要・等】

栃木県における自殺者数を年齢別に見ると、他の世代に比べ 10～20 代については概ね横ばいで推移しており、さらに年齢別死因別順位では、10 代・20 代ともに第 1 位が自殺であり、20 代については、約半数が自殺で亡くなっている。そのような現状を踏まえると、10～20 代の若年層の自殺対策が必要である。

【計画を立てる上での工夫・等】

- ・ DVD 及び CM の内容については、ストレスや精神疾患などの基礎知識やその対応などを取り扱っており、適切かつ効果的な内容とするため、精神科医に監修を依頼した。
- ・ 若年層が親しみやすいシンプルなイラストを採用した。

・中学生、高校生、大学生、社会人と、各年代の事例を取り上げ、各年代で学べるようにチャプター毎に分け、各チャプターを5分間程度に編集し、様々な場面で活用できるようにした。

【具体的な内容・実施の過程】

・「こころのケア」「こころのSOS」をテーマとしたDVDを作成し、栃木県内の中学校・高等学校・大学・市町・健康福祉センター・その他若年層に関わる関係機関で配布した。また、栃木県ホームページ及び動画サイトや自殺関連イベント・講演会等において放映した。

・悩みを抱える人に対して相談を呼びかける内容でCMを制作した。様々な媒体で活用できるようにするため、TV用、ラジオ用、Webサイト用の3パターンを作成した。

・内容の検討及び学校等への配布について、栃木県教育委員会及び栃木県精神保健福祉センターと連携を図った。

【成果】

▼若年層をはじめ、多くの県民の方から反響があった。

【特筆すべき点】

▼学校等の現場で実際に視聴することを想定し、運用しやすい構成になっている。

(中学校で生徒に見せる場合、基本知識から相談先案内までトータル25分で完了)

▼精神科医監修のもと作成しており、悩みやストレスへの具体的な対応方法も盛り込んでいる。

【課題】学校等における活用方法については、各学校に任せているため、今後は効果的な活用方法を検討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】 10ヶ月・不明

【予防段階】 1次

【自治体規模】 人口 197万人 (H27国勢調査から) 財政規模 不明

【自治体負担率】 無 (地域自殺対策緊急強化基金を活用しているため)

【事業対象】 10～20代の若年層及びその周囲の方々

【支援対象】 10～20代の若年層及びその周囲の方々

【実施主体・問合せ先】 栃木県保健福祉部障害福祉課 精神保健福祉担当 TEL: 028-623-3093、 E-mail: syougai-fukushi@pref.tochigi.lg.jp

【参考資料・文献】 とちぎインターネット放送局

(<http://www.pref.tochigi.lg.jp/tib/5ch/kenko/index.html>)

【作成日】 2016/12/27