

【事例 H27-04-02-01】北海道天塩町

高齢者のうつ自殺予防対策事業
 = 住民とつくる地域の見守り体制 =

民生委員、町内会役員、警察駐在所署員、農協職員等の支援者を対象に、①相談機関になが判断ができる②地域に“見守り・相談”のつながりができることを目標に講話とグループワークを行った。また、高齢者が集まるサロンでうつ病の学習会を継続的に開催した。

【実施主体】北海道天塩町

【大綱の分類】心の健康づくりを進める

【事業予算】平成 26 年度 217 千円（200 千円）

【利 点】

▼「高齢者のうつ自殺対策」を推進する中で、身近な地域で日常的なつながりが早期発見や支援のきっかけとなることを、住民とともに理解を深めることができた。また、地域の見守りや相談へつながり体制づくりへと活動が広がっていった。

【実施に至るまで】

【地域の特徴・背景等】

総人口 3,335 人、高齢化率 31.7%（平成 26 年 10 月末 住民基本台帳）で高齢化が進んでいる。自殺者数は近年 1、2 名で経過しているが健康づくり計画策定時の町民アンケート（平成 15 年、22 年度実施）では、「心の健康状態が良くない」と答える高齢者の割合が増えている。

【事業の必要性】

高齢者のうつ病に関する町の課題として、①高齢者にはうつ病が無いと思われている②高齢者の不調は「年によるもの」と考えられやすい③専門科（精神科）の敷居が高いと感じている等があり、平成 24 年度から高齢者のうつ病に焦点をあてた取組を始めた。24 年度は町民対象の講演会を開催。知識を定着させ、気づきや相談・受診行動を促していくには重点的な介入が必要との考えから、25 年度より町内にモデル地区を選定し、早期発見・支援につながる地域づくりに取り組んでいる。

【計画を立てる上での工夫・等】

- ・地域につながるの基盤があり、住民が変化に気づきやすく、取組により見守りや相談機能の強化が期待できる地区をモデル地区に選定した。
- ・自殺、うつに関する実態調査を行い、結果を高齢者サロンや支援者研修会で住民に伝え、自分たちの問題と捉えて取り組めるようにした。
- ・支援者研修会の対象を民生委員、町内会役員、警察駐在所署員、農協職員等幅広く設定し、地域で高齢者に関わる役割をもつ人同士の連携・つながりを意識する機会とした。

【具体的な内容・実施の過程】

- ・支援者研修会 平成 25 年度 1 回 参加者 15 名

「高齢者のうつ病の特徴と対応」「地域で暮らす高齢者の現状について」

平成26年度 2回 参加者(延)34名

「地域の見守り・相談の現状」「地域でできる取組について」

「見守りの視点や相談の流れをイメージしたネットワークシートの作成」など

・「見守りネットワークシート」は、モデル地区10町内会の会合に出席し、目的等の説明を実施後に、全戸に配布した。高齢者のいる世帯には各戸訪問を行った。

・町福祉課(保健、高齢者部署)が主体となり、保健所、北海道立精神保健福祉センターの助言、支援を受けて実施している。

【成果】

▼住民が主体的に地域の現状や課題を話し合い、見守りの視点や相談の流れなど地域特性に合った独自の体制を考えることができた。

▼『支援者』として参加する中で互いの役割が再認識され、研修会自体が地域のネットワークづくりになった。

▼「自分にできることを考えるきっかけになった」「高齢化が進むので地域で見守っていきたい」等の意見が聞かれ、一人一人の役割意識の強化につながった。

▼見守りの視点や相談の流れをイメージした「見守りネットワークシート」作成、モデル地区全戸に配布した。

▼閉じこもり傾向の方を「気にかけていても訪問のきっかけがない」「訪ねるきっかけがほしい」との意見があり、「高齢者事業紹介一覧」を作成した。

【補足】

▼平成26年度に高齢者うつ病、気づきや相談の視点について、高齢者サロン(2ヶ所)で学習会を実施した。

【課題】

・「見守りネットワークシート」は、「取組を知らない住民には見張られている感じを与えるのではないか」という意見があったため、地域全体が見守りの目的を理解し、活用されるよう周知の工夫が必要である。

・高齢者のうつ病に関する意識の定着のためには、繰り返し実施することが大切である。

【事業種別】 人材養成事業・普及啓発事業

【準備期間・人数】 平成24年度からの継続事業、福祉課8名

【予防段階】 1次

【自治体規模】 人口 0.3万人(H27国勢調査から) 財政規模 31億5千万円

【自治体負担率】 7.8%

【事業対象】 ①民生委員、町内会役員、警察駐在所署員、農協職員等、②サロン参加者

【支援対象】 モデル地区住民

【実施主体・問合せ先】 北海道 天塩町役場 福祉課地域ケア係

TEL: 01632-2-1001

E-mail: care@teshiotown.com

URL: <http://www.teshiotown.hokkaido.jp/>

【参考資料・文献】資料)モデル地区実態調査、見守りネットワークシート、高齢者事業紹介一覧
文献)内閣府 ゲートキーパー養成研修用テキスト
北海道 自殺予防ゲートキーパー研修の手引き
仙台市抑うつアセスメントプログラム