

【事例 H29-39】山梨県

高齢者見守り体制の整備

～民生委員児童委員へのゲートキーパー養成研修・ゲートキーパー手引きの作成～

【概要】日頃、民生委員児童委員（以下、民生委員）の活動においては、生活上に様々な困難を抱える地域住民に対して支援活動を実践している。そのような民生委員がゲートキーパーの役割を取り入れながら活動ができれば、地域住民の悩みや変化に気づき、支援を必要とする住民が適切な相談機関に繋がることで、ひとりで悩まない地域づくりの実現となりうる。また、作成したゲートキーパーの手引きには、民生委員が一貫した対応ができるような気づきのポイントや声のかけ方、繋ぎ先である相談機関等を掲載し、各民生委員に配布した。

【大綱の分類】

4. 自殺対策にかかる人材の確保、養成及び資質の向上を図る
5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
7. 社会全体の自殺リスクを低下させる

【政策パッケージ分類】

- 基本 2-2) 一般住民を対象とする研修
 基本 3-1) リーフレット・啓発グッズ等の作成と活用
 重点 5-1) 包括的な支援のための連携の推進

【事業実施年度】2018 年度

【事業予算】 13,000 円（2018 年度）

【利 点】

- ▼ 住民と接する機会の多い、民生委員へ地域の自殺予防対策の意識啓発ができる。
- ▼ ゲートキーパーとしての正しい知識を理解し、意識をもって活動ができれば、支援を必要とする住民が、適切な相談機関につながり、ひとりで悩まない地域を築ける体制整備につながる。
- ▼ ゲートキーパーの手引きは、声かけ方法やつなぎ方に悩む支援方法の 1 つの指標となる。

【実施に至るまで】

民生委員を対象にする理由

- ① 市川三郷町の高齢化率は約 37%であり、ひとり暮らしや高齢者のみの世帯が増加し、閉じこもりや孤立している高齢者も多いと想定される。また、高齢期においては、友人や親族との死別など喪失体験が多く、うつ症状に陥りやすいと考えられる。
- ② 2006 年～2018 年の町の自殺者数は 65 名。年齢別自殺者割合では、60 歳代以上の高齢者が約 45%を占め、管内や県と比較すると高い傾向にある。その内訳として、男性が 7 割で同居者がいる場合が多い。
- ③ 民生委員は生活上に様々な困難を抱える地域住民に対して支援活動を実践している。住民にとって民生委員は身近な存在であり、民生委員の見守りや声かけは有効であると考えられる。1 人でも多くの方にゲートキーパーの意識を持って専門性の有無に関わらず、それぞれの立場でできることから進んで行動できれば自殺予防につながる。
- ④ 気づきのポイントや声かけ方法、つなぎ方の支援等の指標となるようゲートキーパーの手引きを作成し、配布し、支援活動に役立ててもらおう。

計画を立てる上での工夫

- ① 地域ケア会議等の場で地域課題として他部署に町の自殺の現状と対策について協議する時間を設けた。町、保健所、県の自殺防止センターで構成する検討会議と連動して庁内体制の構築に取り組んだ。(3回)
- ② ゲートキーパー養成研修会開催前に民生委員の理事会にて目的等を伝え、研修の賛同を得た。ゲートキーパーの手引き作成時にも民生委員に素案をはかり、意見等をもらって手引き作成に役立てた。(2回)

ゲートキーパー養成研修

▼ 研修会は120分間

- ・町の自殺の現状や、自殺対策の必要性 5分
- ・ゲートキーパーとは 20分
- ・自殺の心理的メカニズムやうつ病等の精神疾患との関係 15分
- ・ゲートキーパーとしての心得、対応方法について 80分
グループワーク(いつもと様子が違う人の声かけ方法、話を聴く際に気をつけていること、相談窓口につなげる場合はどのようにすればよいか等)
- ・講師は町の保健師、保健所の精神保健福祉士が実施した。

▼ フォローアップ研修会は150分間

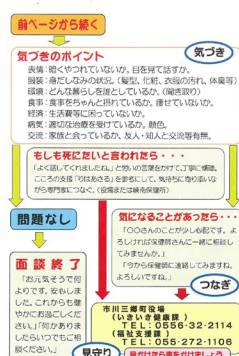
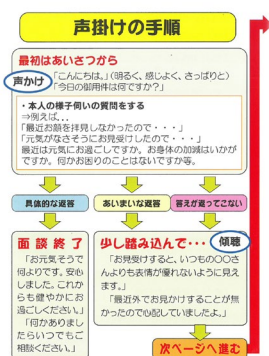
- ・自殺対策の必要性 20分
- ・町の自殺の現状 20分
- ・ゲートキーパー手引きの活用方法について 10分
- ・休憩 10分
- ・大学教授より講義「話を聴くということ」、ロールプレイ「自分で体験してみよう」90分

▼ ゲートキーパーの手引き(冊子の内容)

- ・ゲートキーパーの役割
- ・自殺に傾いている人の理解
- ・「死にたい」「自殺したい」と言われたとき(心得、声かけの対応、傾聴ポイント)
- ・訪問時の声かけ手順(フローチャート)
- ・つなぎ先(町の相談先や県のいのちのセーフティネット相談窓口)

【成果】

- ▼ 民生委員のゲートキーパー養成研修会：1回実施し、50名が参加。傾聴スキルなどの向上が図られた。
- ▼ 民生委員のフォローアップ研修会：1回実施し、40名が参加。講義だけでなく、ロールプレイで体験したことにより、傾聴のスキルと相談機関へのつなぎ方を中心に実践力向上につながった。
- ▼ 「ゲートキーパーの手引き」を作成し、高齢者の見守り支援に携わる人材の役割意識の醸成につながった。



【補 足】

- ▼ 2017年度に山梨県自殺対策事業「高齢者見守り体制整備事業」のモデル市町村として、県立精神保健福祉センター（自殺防止センター）及び管轄の峡南保健所と共に、関係者の体制づくりや人材の養成研修の内容について検討してきた経過がある。

【課 題】

- ▼ 気づきのポイント、傾聴のスキル、声かけ方法、つなげ方の支援等、研修の頻度を上げることに加え、具体的なシミュレーションを活用した内容の見直しを図る必要がある。
- ▼ 自殺予防やゲートキーパーとしての役割を民生児童委員が担うことへの責任の重さや負担があるとの意見も多く挙げられた。民生委員の精神的な負担を軽減するためにも、支援者を支援するための研修が必要である。自殺の危機にある人への対応は、医療従事者でも難しいとされているため、ゲートキーパーとしての役割や、行うべき範囲等を明確にすることで支援者の負担軽減を図りたい。

【事業種別】	研修実施
【準備期間】	31日
【人数】	12人（事業実施に関わった人数）
【参加者数】	ゲートキーパー養成研修会：50人/75名中（参加率：66.6%） フォローアップ研修会：40名/75人中（参加率：53.3%）
【人口規模】	15,810人
【財政規模】	11,447,535,000円
【自治体負担率】	80%（手引きは町負担、講師料は県負担）
【事業対象】	民生委員児童委員
【支援対象】	地域住民
【委託の有無】	有
【実施主体・問合せ先】	市川三郷町役場 いきいき健康課 TEL：0556（32）2114 Mail：ikiiki@town.ichikawamisato.lg.jp

【参考資料・文献】

- (ア) 山梨日日新聞（2018年1月11日）
- (イ) 民生委員児童委員75名に対し、今後の自殺予防対策や住民支援のあり方を検討するためにアンケート調査を実施。（回答者：55名 回答率：73.3%）

