

## 【事例 H30-19】長野県

## 自殺予防ゲートキーパー養成研修

【概要】地域住民や区の役員、行政職員等を対象に、心の健康や自殺問題への理解・関心を深め、ゲートキーパーの役割を認識する人材を育成するため、佐久地域定住自立圏形成協定事業の一環として、佐久地域の2市5町4村において共同でゲートキーパー養成研修会を実施している。

## ※佐久地域定住自立圏協定

人口減少・少子高齢社会を迎えている中、佐久圏域が将来にわたって安心して暮らすことができる地域として存続できるよう、圏域の市町村が相互に連携・協力し、圏域全体の生活機能の強化等に取り組むことにより、佐久圏域の定住人口の確保と地域の活性化を図る目的のため、2012年度より佐久圏域12市町村において構成し、様々な分野の取組事項において協定を取り交わし実施している事業のこと。必要経費については各市町村参加人数等により経費を按分し、負担している。

- 【大綱の分類】 2. 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す  
4. 自殺対策に係る人材の確保、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。

- 【政策パッケージ分類】 基本2-1) さまざまな職種を対象とする研修  
基本2-2) 一般住民を対象とする研修

【事業実施年度】2019年度事例(2012年度～2019年度)

【事業予算】67,848円(2019年度)

## 【利 点】

- ▼小規模町村においては単独実施の場合に比べ、マンパワーや経費的にも負担が少なく、継続してゲートキーパーの人材育成に取り組むことができる。
- ▼地域住民や区の役員等(民生児童委員、保健指導員等)に研修を受けてもらうことで、地域の見守り体制を構築する環境作りができる。(周りにいる悩みや生活上の困難を抱えている人へ関心を持ち、気になることがあれば声をかけ、話を聴き、必要な人には専門の相談機関につないでもらう)
- ▼行政職員が受講することで、自殺対策の「気づき、傾聴、つなぎ、見守り」の視点を持ちながら日常業務に取り組むことができる。

## 【実施に至るまで】

**事業を実施する背景**

- ①2012年度の自殺死亡率において、全国21.0に比し、佐久地域は22.6と高い割合を占めている状況であった。
- ②将来にわたり、安心して生き心地のよい佐久地域の実現が必要であった。

**体 制**

- ▼協定の申合せ事項により、中心市である佐久市が事務全般を担っている。
- ▼住民等への周知については、各市町村において実施する。
- ▼当日の運営については、各市町村よりスタッフを派遣してもらい協力して行う。

**計画を立てる上での工夫**

- ①時期・会場については、佐久地域の人が集まりやすい時期・会場を選定している。

- ②講師については、地域で自殺対策を連携して取組んでいる地域に精通した講師を選定している。
- ③実施報告については全市町村で共有し、次年度事業へつなげている。

**具体的な内容**

▼ゲートキーパー養成研修会（初級編）

- ・対象者：地域住民、区の役員、行政職員等ゲートキーパーに関心のある方
- ・目的：心の健康や自殺問題への関心・理解を深め、ゲートキーパーとしての『気づき』の視点を促す人材を育成する。
- ・内容：研修Ⅰ「自殺の実態とゲートキーパーについて」（30分間）  
講師：行政保健師  
研修Ⅱ「うつ病・アルコール問題を中心に心の健康の理解について」（90分間）  
講師：精神科医

▼ゲートキーパー養成研修会（中級編）

- ・対象者：初級編受講者で希望者
- ・目的：ゲートキーパーの役割である「傾聴・つなぎ・見守り」ができる人材を育成する。
- ・内容：「ゲートキーパーの役割と『傾聴と受容』の実践について」（120分間）  
講師：ゲートキーパーに精通した精神保健福祉士
- ・その他：中級編修了者には「終了証」を配布

**【成果】**

- ▼2018年度の自殺死亡率において、全国16.2に比し、佐久地域は15.2と低下した。
- ▼初級編・中級編ともに年度に各1回開催し、2012年度～2019年度までに延べ1,348名の方が受講し、ゲートキーパーの輪が広がりにつつある。

**【課題】**

- ・会場より遠い自治体の参加人数が少ない。
- ・研修会の受講者について、経年的に50代・60代の年齢層が多く、若年層の参加人数が少ないため、若い世代へのアプローチが今後必要である。
- ・地域を担う各団体へもアプローチし、継続的にゲートキーパーを担う人材の育成を図っていく必要がある。



【事業種別】	人材育成事業
【準備期間】	6か月
【人数】	各市町村1名
【人口規模】	佐久地域総人口204,719人（2019年4月1日現在） 佐久市98,453人、小海町4,432人、佐久穂町10,385人 小諸市41,505人、軽井沢町19,065人、御代田町15,203人 立科町6,912人、川上村3,909人、南牧村3,184人 南相木村936人、北相木村735人
【財政規模】	不明
【自治体負担率】	1/2（地域自殺対策強化補助金を利用）
【事業対象】	地域住民、区の役員、行政職員等
【支援対象】	地域住民
【委託の有無】	無
【実施主体・問合せ先】	佐久市役所健康づくり推進課 TEL：0267（62）2111（代表） Mail:kenko@city.saku.nagano.jp

**【参考資料・文献】**

- ・「守ろうたいせつないのち ゲートキーパーのためのテキスト 第4版」2019年3月  
長野県精神保健福祉センター 長野県自殺対策推進センター