

若者のメンタルヘルス普及啓発事業（愛媛県新居浜市）

【概要】

親元を離れ独り暮らしを始める前の高校3年生を対象に、心の健康や相談先を中心に性感染症、防犯、消費者トラブル、健康な食生活など独り暮らしに必要な正しい情報を伝えるために、「独り立ちサポートブック」を作成し、市内の高等学校・高等専門学校を通じて配布する。

【大綱の分類】

- 2) 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す
- 11) 子ども・若者の自殺対策を更に推進する

【政策パッケージ分類】

- 基本3-1) リーフレット・啓発グッズ等の作成と活用
- 基本5-1) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育の実施
- 重点1-2) 若者の抱えやすい課題に着目した学生・生徒への支援の充実
- 重点1-6) 社会全体で若者の自殺のリスクを低減させるための取組

【事業実施年度】 2020年度事例（2012年度～2020年度）

【事業予算】 291,000円（2020年度）

【利点】

- ▼独り暮らしのノウハウの情報を盛り込んだ内容にすることで若者が興味関心を持ち、こころの健康や相談先についての正しい知識を得る機会となる。
- ▼市内高校・高等専門学校の養護教諭と連携を図ることで、学校でのメンタルヘルスの現状や必要なメンタルヘルス対策について聞き取りを行い、情報共有できる場となっている。

【実施に至るまで】

対象を高校3年生とする理由

- ①新居浜市の自殺者の年齢階層別構成比をみると、10歳代の自殺率はごくわずかであり、20歳代からの自殺率が増加傾向にある。
- ②高校卒業後、進学・就職に伴い親元を離れる場合が多く、家族や教員といった身近な見守りの目が減少してしまうため、10～20歳代での心の健康に関するセルフケアや生活上の困難についての対処方法などを身につけることが重要となる。
- ③独り暮らしを近い未来として実感している高校3年生であれば、自分事として捉え興味を持って読みやすいと考えられる。

計画を立てる上での工夫

- ①学校側へ協力を依頼：開始初期は市内高校・高等専門学校を訪問し、生徒へのサポートブックの趣旨説明を行い、教員・保護者・学校医にも学校保健委員会などを通じて若者の自殺や自殺対策事業についての説明を行い、理解を得た。
- ②内容について：先行自治体の取組を参考に第1版を作成し、その後2年に1度内容の見直しを行っている。内容の校正を関係機関や関係各課に依頼し、より具体的で正確な情報を掲載できるように努めた。

具体的な内容

▼記事の内容

- ・心の健康について（心の病気のサイン、若年者に多い心の病気、ストレス、ゲートキーパー、アサーティブコミュニケーション、電話・SNS相談窓口（QRコードも掲載））

- ・ 飲酒・喫煙について
- ・ 性感染症について
（月経、男女に多い性に関する悩み、性感染症、避妊方法、子宮頸がん）
- ・ ドメスティックバイオレンスについて
- ・ 防犯について（犯罪、防犯対策）
- ・ 消費者トラブルについて（相談窓口、クーリングオフ）
- ・ 防災について
- ・ 違法薬物について
- ・ 食事について（バランスのよい食事、調理方法、調理器具など）

▼配布数実績

- ・ R2 年度 1,140 冊（市内高校 5 校、高等専門学校 1 校）
- ・ R1 年度 1,185 冊
- ・ H30 年度 1,239 冊

【成 果】

- ▼市内高校・高等専門学校と連携することができ、自殺対策事業への理解が得られ、生徒への自殺予防に関する出前講座の実施など新たな事業につながった。

【補 足】

- ▼対象者以外の市民でも目を通しやすいよう、市のホームページにも掲載するとともに、希望者には配布を行っている。
- ▼事業開始初期は各学校に担当が活用方法や趣旨の説明に伺っていたが、現在は各学校の養護教諭がその役割を担っている。



【課 題】

- ▼高校卒業後に地元である新居浜市を離れる場合が多く、サポートブックの利用や効果の評価が困難である。

【事業種別】	普及啓発事業
【準備期間】	240 日
【人 数】	2 人
【人口規模】	117,439 人（2021.3 月末現在）
【財政規模】	¥50,000,000,000
【自治体負担率】	33%（愛媛県地域自殺対策強化事業費補助金）
【事業対象】	市内高校・高等専門学校 3 年生
【支援対象】	市内高校・高等専門学校 3 年生
【委託の有無】	無し
【実施主体・問合せ先】	新居浜市保健センター TEL : 0897 (35) 1070 Mail:hoken@city.niihama.lg.jp

【参考資料・文献】

1. 厚生労働省HP こころもメンテしよう（若者を支えるメンタルヘルス）
2. 「思春期の性、いま、何を、どう伝えるか」 岩室紳也 大修館書店
3. 「アサーション入門 自分も相手も大切に自己表現法」 平木典子 講談社