令和元年度第３回青森市健康福祉審議会地域保健専門分科会　会議概要

日　　時：令和元年１１月２５日（月）　１８時３０分～１９時３０分

場　　所：青森市保健所（元気プラザ）１Ｆ会議室

出席委員：近井宏樹委員、高谷和彦委員、成田憲雄委員、畑中和紀委員、山崎祐佳委員、
大田真委員、藤林正雄委員
《計７名》

欠席委員：成田祥耕委員、福原智子委員
《計２名》

事 務 局：青森市保健部長　浦田浩美
青森市保健所長　野村由美子
青森市保健部次長兼保健所副所長　山口朋子
浪岡事務所健康福祉課長　小形麻理
保健予防課主幹　長谷川治　保健予防課主幹　白取和子
健康づくり推進課主幹　種市靖子
《計７名》

会議次第

１　開会
２　青森市保健部長あいさつ
３　案件
（仮称）青森市自殺対策行動計画について
４　その他
５　閉会

議事要旨

案件（仮称）青森市自殺対策行動計画について

事務局（保健予防課主幹）から資料１、資料２、資料３、参考資料１、参考資料２に沿って説明。

意見・質疑応答

主な意見は以下のとおり

○（委員）計画案は良くできている。策定後は、PDCA サイクルによって状況に応じて取組を改善していければよい。労災の認定状況などを見ていると、職場でのハラスメントがきっかけとなって精神疾患になってしまうケースも多い。ハラスメントに対する支援がもう少し盛り込んであると良いかもしれない。

・（事務局）本日欠席された委員から事前に寄せられた意見においても、「働く世代への取組が糖尿病やメタボリックシンドロームなどに偏りすぎており、職域の現場ではハラスメントの問題が社員のメンタルヘルスに大きく関係するので働く世代の取組に加えてほしい」との意見があった。保健所は職域保健の側から活用いただける外部資源となるので、地域・職域の連携の取組の中でも対応するようしてまいりたい。

○（委員）この計画がしっかりと運用されれば、相談のしやすさや行き詰まり感を発信しやすくなり、それに対応できるようになることで、自殺死亡率の低下にもつながっていくかもしれない。自殺死亡率低下の要は、窓口が連携できるかが重要。保健所では紹介元の窓口に経過の報告をすることも必要。参考資料の市民アンケートでは『相談できる人がいない』と回答した人が一定数おり、年代では若年層が多かったことを考慮すると、その年代への支援のてこ入れが必要になってくる。特に若者は「親に心配かけたくない」という気持ちから家族に相談することは少なく、近しい友人に相談することが多い。SOS の出し方、キャッチする力を育むことが重要と思う。
・（事務局）児童生徒の SOS の出し方に関する教育の実施、また、SOS に対応した取組の中で対応してまいりたい。

○（委員）こころの体温計の目標値のアクセス数について、自殺の心配のある人がどのくらいいると推定し、それに対してどのくらいのアクセスが必要かという視点もあっても良いのではないかと思うが、事務局の考えをうかがいたい。
・（事務局）毎月のアクセス数はばらつきが大きいため、これまでの月平均値 4,300 件を基準としてそれ以上を目標値とした。不特定多数の人がアクセスするものであることから、自殺の心配がある人がどれくらいかということを推定するのは困難であると考える。
・（委員）不特定多数の人がこころの健康をチェックする機会の一つとして、チャンネルを開けておくということでよいと思う。

○（委員）ゲートキーパー養成講座の受講者は参加を希望した市民か。また、年２回開催する理由はどのようなものか。
・（事務局）受講対象者は一般市民であるが、ケアマネージャー等の専門職や市職員もいる。修了者の中には、もっと詳しく学びたいという方がいるので、フォローアップ編で学びを深めてもらっている。初級編とフォローアップ編で 2 回開催という意味で、どちらもすでに受講済みの方でも再受講できる。

○（委員）ゲートキーパー養成講座修了者が、自殺予防週間の広報などで活動しているか。また、こころの体温計を勧めたことがないという人が約８割いるが、ゲートキーパー養成講座終了後に、やっぱり勧めたほうがいいと思う人はいると思う。実際にこころの体温計をやってみたが、非常にわかりやすかった。
・（事務局）受講者の中には自分自身に行き詰まりを感じて受講している方もおり、活動もそのものが難しい場合もある。受講者には毎回、こころの体温計をご案内している。
・（委員）ゲートキーパー養成講座を受けに来る人は大きく３つのタイプに分けられる。１つ目はゲートキーパーや自殺予防に興味があり、支えたいと思っている人。２つ目は自分自身が行き詰っていて、養成講座に『行き詰まりを解決するヒント』などを求めて参加する人。３つ目は家族や知人等に自殺者がいたり等、自殺に関する体験を有している人。そのような状況なので行政主導で検討するよりも、行政は受講者が何度か参加するうちに受講者同士の関係が成熟するのを見守り、自然と活躍の場を検討していくほうが適切だと思う。

○（委員）アンケートの結果を見ると、民生委員や地域の人に相談するという人が少ない。学校の先生に相談するという回答も少ない。子ども達は学校の先生を相談相手として考えていないのかなと感じた。ゲートキーパーの存在そのものが、市民に認知されていないのだと思う。どんどんゲートキーパーの知名度を高めていってほしい。
・（事務局）子どもの相談については SOS の出し方だけではなく、キャッチする側の力も高めていかなければならないと思っている。今後も学校の先生だけでなく、ゲートキーパーについて学んだ方々を増やし、地域や職域、生活の場で、講座で学んだことを活かしてもらいたいと考えている。

○（委員）計画策定後、市民向けのガイド版のようなものは作る予定はあるか。
・概要版を 3,000 部作成し、関係機関に配布する予定。

○（委員）十数年前から動物とのふれあいをとおして、子ども達に命の尊さを学んでもらおうと取り組んでいるので、学校の先生に相談する人が少ないという結果に驚いた。子どもが自殺をするとメディアで大きく取り上げられるが、それだけ社会の関心が高いということ。ゲートキーパーの存在は重要だと思うが、学校の先生に対しての働きかけもしていってもらいたい。
・（事務局）『命が大切』ということを大人が子ども達に伝えていくことが、自殺予防においても重要と考えている。子どもが大人に相談したがらない背景には、大人に対して心を開いていないということもある。大人が子どもの SOS をキャッチしやすくなるように学校との連携を密にしていきたい。

案件について了承

その他
　事務局（保健予防課主幹）から計画策定までの予定を説明。

閉会