

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
17		全体的に字が多い。(もう少しすっきりするといい) イラスト等入れるとよい。	
18			番号付けは、Ⅰ、Ⅱ、Ⅰ、2、(1)、(2)、①、②、ア、イ、が良いのでは
19	①手順についてフローチャートで図示(よりわかりやすく) ②メンタルヘルスに携わっていない人は、“自殺”に驚くのではないか(メンタルについて触れた方がよいのでは) 傾聴など ③保健スタッフへのバトタッチ(但し、保健スタッフ不在の会社もあるが) ④事例あるとわかりやすい→重要性認識させる(管理者にもいろいろんな人がいる PM、pn) ⑤背景、“なぜ今なのか”	イラスト等あった方がよい	表にもページをつけて、文章中にページをいれるとより引きやすくなる
20			①4ページで「自殺の可能性が疑われる労働者が…」とさし迫った状況を想定しているが、その後を読むと、うつ病についてだとか、情報収集しておこうだとか、書いてあり、結局第2章は何を言いたいかわかからない。また目次を見ると、流れがよくわかるのだが、実査に読んでいくと流れがわからず、結局何かよくわからない。 ②2ページで「家族を対象とする場合」とあるが、本文中にそれに該当する内容がないよう...

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
21			説明無しで自殺の可能性が疑われる労働者であるが、管理者には、わかるものなのではないか？こんな方が自殺をしかねない、とわかりやすい解説を初めに掲載したらいかがでしょうか。サインのキヤッチはこんな方法でとか。
22		文章が多い	もう少し「ポイント」部分が明確にわかるような、見出し化などをしてほしい
23	表7 ストレスとなるライフイベントの中で、# 職場以外でのストレス②自分以外家族・親族の出来事に“親の重い病気や介護”も加わると思っています。	第5章 希望につながる聴き方をすすめる中で、余裕があれば使ってみようの部分はもっと省いてもよいように思います。	管理職用のものも少しはイラスト等がはいっていると言いたいように思いました。管理者自身のところのリスクマネージメントにも気を配ってあげられるような内容が含まれていると良いと思います。

2) 家族用マニュアルへの要望(産保スタッフ)

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
1	<p>①うつ病がほとんどのケースだとは思いますが、統合失調症などの場合についても触れた方がよいでしょう(極軽いこの様なケースには・・・と)</p> <p>②導入のところでも・・・働く人の自殺が増えていること、その予防にはうつ病の予防と対処が不可欠であり、家族のサポートが非常に重要であることなど強調した方がよいと思います(深刻すぎるのもよくないでしょうが・・・)→このマニュアルの目的をはっきり出した方がよいと思います。</p>	<p>①p2の「あなたが1人で・・・」は省略し、家族に対しての内容だけにした方がすっきりすると思います(本人用のマニュアルは別にありますので)</p>	<p>①付録1のライフイベントで(イ)(イ)・・・は見にくく感じました。また(強)(中)(弱)は絵に置き換えるなどした方がよいと思います(例えば ☆☆☆や☆などの表現で)</p>
2		<p>質問や対応法については、チェック項目表のようによいとめるとわかりやすいし見やすいと思います。</p>	<p>可能ならばマニュアル配布時、説明があると良いです。</p>
3			<p>専門知識をかみ砕いて記載しており、非常に読みやすかったです。チェック(知識チェック)できるので、自分の知識レベルが把握できてよかったです。</p>
4	<p>タイトルの「リスクマネジメント」という表現は家族向けには不適切では</p>		<p>自殺予防マニュアル単独ではなく、心の健康づくりマニュアルと一対で対応すべきで自殺予防マニュアルの位置づけがやや不明確な気がする</p>

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
5			p2(5)“産業保健スタッフ”という言葉を家族は知らない人が多いと思われるので、()で産業医・保健師等と入れるか、どういう人が説明した方がよい
6	夫婦の場合、奥さんだけに、負担(精神的負担)がかかりそうです。(Ex「あなたのせいだ息子が・・・」と姑等に言われたり)。ここでも一人で抱え込まないことを追加してはどうでしょうか？		こちらは文の量、質ともに大変読みやすいと思います。
7		予防マニユアルですので、よいのかもしれませんが、早期発見という視点が強く、家族の対応として、よりメンタルの状態をよくする方法を知りたいと思った。	
8	①p4「出来れば医療機関へ家族が付き添うこと」はもっともつと強調すべきと考えます。 ②p4「産業保健スタッフに相談を進めるだけでなく場合によっては家族から見ただけを伝えることも大事だと思えます。」		職場での人間関係が希薄になっている分、家族による対応が(も)重要である点を導入にもつてきてよいと思います。
9		全体的にももう少し簡潔にまとめた方が見やすいと思います。	家族の人にいきなり「自殺向け予防マニユアル」を配ったら、その家族はパニックに陥るのではないかと思います。マニユアルについても、人によってはええ方が違うので、配布する際は、細心の注意が必要だと思われ、タイトル変更が望ましいと考えます。

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
10	特に「家族向け」については、マンガ、イラストの多用、表現の平易化（ひらがなの多用）等のご配慮を頂けると良いかと思われま（例えば、役所が一般市民向けに配布するパンフレット等のイメージです）。		「うけとめよう」という標語は理解。受け入れが容易ですので「更に強調する」か「ポスターとしても使用可能な図案など」があれば、より利用しやすいかと思えます。
11			家族という場合の想定対象者は誰でしょうか。会社員も当然家族ですから、家族向けマニュアルを別に作るよりは、管理者マニユアル、本人向けマニユアルも一緒にしてもよいように思います。
12	①家族が実施するチェックリストがあるとよいのではないかと	①付録は項目毎に重要（代表的）なものだけでよいのではないかと	①付録にページ付与（よりわかりやすく）。付録の一部は本文中にいれては、付録・資料多く、いったりきたり ②A4→A5サイズで文字大きく、イラスト多く
13	“言わない方が良い言葉”だけでなく、適切な言葉掛けの例もあつた方が良いのでは？このまままだと家族は結局なんと言えればいいのかかわからず、戸惑うでしょう。	①ライフイベント、家族向けなら、ここまでくわしくなくてもいいのでは？ ②付録3、家族は“診断”しなくてもよいので、付録2があれば十分なのは？付録3をのせるにしても1と2ぐらいでいいと思う	①その都度、後ろの資料や付録をひっくり返して見るのは、面倒な感じがします。難しいのかもしれません、資料や付録も流れの中に入るといいです。 ②全体的に表現が硬い。
14	もっとわかりやすい表現がよい	(ア) より(1)。。。。	「心のバランスを崩しているようだったら」とあるが、どの様な状態であるのかわかりやすく書いた方がよいと思えます。

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
15			大切な所、すぐに実行可能と思えるような所をもっと強調してわかりやすくしてほしい。
16			非常に盛りだくさんの情報量で細やかに説明されていきますが、このマニュアルはどんな人を対象に配布されるのでしょうか。情報は多すぎてもしまし受け入れられにくいということもあってもいいかもしれません。

3) 一般職用マニュアルへの要望(産保スタッフ)

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
1	実例での説明		
2	日頃から家族・家庭内のコミュニケーションづくりに努めることの大切さ		
3	<p>①p8の「うつ病を見逃すな」の項で心の身体のサインをもう少しわかりやすく(例えば表にするなど)した方がよいと思います。→ストレスチェック表などもあってもよいかも(点数をつけさせるなど)</p> <p>②p10の「ストレスへの対応」を自分で考えさせるのは大変よいと思いますが(例)がもう少し多いか別のページでストレス対応策のヒント集の項を設けてもよいかと思えます→p14のストレスへの対応とも重要なりですが重要だと思います。</p>	<p>p11の「ストレスによくなる」はおもしろいのですが省略してもよいのでは…実際に大変役立つとは思えないので。</p>	<p>導入の部分(質問形式)は大変工夫されており効果的です。とても読みやすい実践に役立つマニュアルができると思いました。</p> <p>その他誤字など記</p> <ul style="list-style-type: none"> ・初めのページ…火災保険の上の行「あな た」 ・p3下から11行…周囲の人のためにも ・p8…頭が痛い、おもしろ
4	ストレスとなるライフイベントの追加…セルフチェックとして有効だと思うからです。		統計をだすことで認識を高めることができていると思います。
5			クイズ形式のものもあり、非常に入り込みやすいと思った。

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
6			<p>①各ページの一番上にある□で囲まれた字体をゴシックにかえた方が見やすい</p> <p>②エマージェンシー編の「周囲の人の異常を感じたら」の“け”に産業保健スタッフという言葉になっているが、一般の人はどういう人かわかりにくい。また「…あなた自身のために」では、健康管理の担当者や産業医・保健師…と書かれており、統一した方がよい。</p>
7			<p>あえて社内の保健師等への相談は入れてないのでしょうか？HPを紹介したり、有効かと思いませんが。</p>
8	<p>自分の「きづき」だけでなく、周囲の人の異常にどう「きづく」か、その時の対応も含めて書いておくとよい。</p>		
9			<p>より平易な表現に心がける。絵やレイアウトの工夫（1ページの分量など）を増やす。だれに配布するのか、その方法により内容のシビアさもかわる方がよいと思う。</p>
10	<p>一般的に（働いている人は特に）自身のサインにわかりにくく言いづらく、実際にうつ病を経験した方と話をすると、「ちよつとした小さな嘘をつくようになる」「小さな嘘はやがて家庭にも広がる」「嘘をついた自分をせめて、さらけ出す」「細かい説明をするのがおつくなる」など言われます。もつと職場の中でイメーजीしやすい様なサインに表現をおきかえては、どうですか？</p>		

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
11	死因順位（年代別）で見ると就業年齢層では“自殺”が第1～3位を占めることを示すとインパクトがあると思う。	p 12-14は省略しても良いと思う。	「最初に次のことをしてください。」の中で「1ページ」→「2ページ」、「2ページ」→「3ページ」にした方が良い
12			内容が適量でわかりやすいが、タイトルの「自殺予防マニュアル」は変更を検討した方が望ましいと思います（職場にあると、タイトルをみて、混乱を招く可能性もあります）。
13			冊子のとじ方が途中から逆さになっていました。 クイズ（質問）から入る方法がとてよよいと思います。文章のみより理解しやすいと思います。
14	「家族向け」同様、漫画、イラストの多用、表現の平易化（ひらがなの多用）等のご配慮を頂くと、更に使い易いかと思います。		
15		①さまざまな病気の要因について、もつと簡略化し、理解しやすいものにした方がよい。（字が多く、気軽に目をとおすには負担） ②アルコールの部分が多すぎ、酒をやめようという訴えに欠ける	草毎に文体、書体が統一されていないので、統一感があるといい
16			個々の内容は大変すばらしいと思いますが、全体のつながりがなくバラバラのように感じます。
17			ストレスに強くなるは、最後にBESTか？ 番号の付け方が…例 1) ①、1はNG 例) ◆ ▲ ? ◇?

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
18	<p>①自殺＝うつ病＝アルコールとの関連性（図示等）</p> <p>②セルフケアは重要な事だと思えます。簡単なリラクゼーション法、ストレス対処法（解消法）など紹介しては</p>	<p>これは専門職が一般労働者への教育で使うのか？それとも配布のみ？それによって違う</p>	
19	<p>これは専門職が一般労働者への教育で使うのか？それとも配布のみ？それによって違う</p>	<p>これは専門職が一般労働者への教育で使うのか？それとも配布のみ？それによって違う</p>	<p>①各ページごとにテーマがあるのですが、通して読んでいくと、流れがつかめな知識チェックがあつたら、その後のながれとして、基礎知識（4～6や12～14ページ）、ストレスへの対処法（9～11）、うつや自殺について（7、8ページ）のほうがりわかりやすいのでは？ それともこれは自殺予防が目的だからあくまでこのページの順番？</p>
20	<p>絵や図をいれて、わかりやすい内容で、専門的な部分は特に！</p>		<p>もっと簡潔にまとめた方が良い（簡条書きで）。長い文章は読まなくなるし、専門的言葉が多い。ストーリーがない。</p>
21			<p>文字の配列などが単調なせい、ここがとてもしっかりなかがわかりにくく、目にとびこんでない</p>
22	<p>ストレスへの対応を身につけようの中で①～④に対する例をもっとのせてもらえらるとよいと思えます。</p>		

4) 管理職用マニュアルへの要望

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
1	絵やチャート等で視覚的な理解ができる様にして欲しい。	利用する側として文字のみで整理や理解しづらい	誤字：マニュアル本文-14 1. (7)最後の方・・・映るかもしれまえん。 表7-2③(ウ)借金返済の遅れ、困難(中)→(強)と 思います。特に09の金融 マニュアル本文-4 初めの所“個人的な対応で自殺 すべきでない・・・自分の本心を伝えられな くなる”とありますが、組織・集団的な取組し た場合は大丈夫でしょうか？(個人の事の様 に思い込まないか?)
2	現実的には個々で対応が異なってくるものと思 います。参照として、実際の事例集等を足した らいかががでしょうか。		“すべきこと”を“してはならないこと”が対 応の段階毎に手引きとして一覧で見れる表があ れば助かります。
3	自殺予防の宣言は勇気を案ずる。何かあったの か、何故今それが必要か等いろいろな憶測を生 む。そこへ持つて行く方法論等具体的にふれた 方がよい。現場の声を生かした方がよい。基本 的には、あたり前のことだが、それを大上段に 宣言するシナリオが必要。	言い方によっては毒にも薬にもなることは、簡 単に触れない方がよいのではないかと。たいてい の場合、部下の信頼を得てない上司が本当はこ のマニュアルが必要で職場の上司であることを 意識すべきである。誤った危険な使い方をされ やすい。リスク管理が必要。	活字が多すぎ。もつと図やイラスト等を使っ て、簡単に理解できるようにすべき。理屈っぽ い。基本的な心の構え方と言って良い表現、悪 い表現の対比が誰にも理解できるようにすべ き。
4	本題としては外れるかもしれないが、うつ病か ら職場復帰した場合の考え方と対応方法。		マニュアルとしては良いが、上司の意識と併せ て取り組む必要がある。

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
5		<p>数多く書くのではなく、ポイントに重要な点を2～3項目に絞り込むべきです。</p>	<p>①内容のエッセンスを簡単な用語で、できるだけ単文で書いてください。とうとうつに箇条書きが出て、後でそれを説明する文章は読みづら い。 ②シナリオ（流れ／構成）を見直していただき。 小学生にも判るように</p>
6	<p>①マニュアルとしては、事例がすぎな過ぎる（いずれにせよ、プロにはならないので、もっと成功事例が知りたい） ②管理職として、どこ迄やるべきかが示されていない（専門家にバトンを渡すなら、イントロの部分でその辺を明記した方がよい。又責任の持ち方 の解説が欲しい）</p>	<p>①全般的に重複分が多すぎる。イントロ部は図式で示した方がよい。 ②各ステップで共通項目があるので、表にした方がよい。</p>	<p>①p11、下から3行目脱字「相談しなく？よいですよ」 ②表4「いろんなことに興味を→がなくなつたり」 ※大変勉強になりました。ありがとうございます。一般論の部分は出来るだけ少なく具体例を多くお願いします。</p>
7			<p>第1章から第6章までの中で、各章のキーポイント、キーワードを教行にまとめてレジメを作成していつでもみれる様にしてほしい。</p>
8	<p>特にありません。 このテーマは自殺予防に限定するものではなく、職場のコミュニケーションマニュアルの形に変えてはどうかでしようか。（日常管理の良し悪しで問題が発生すると思えますので）</p>	<p>省略する部分はありませんが、もう少し簡潔に記載するとういのではないかと感じます。</p>	<p>①マニュアルを読んだだけでは不十分です。繰り返し返し訓練し体得しておくことが必要ではないでしようか。 ②特に重要なポイントを常に身につけておけるようポケットカードを作つたらどうでしようか。</p>
9			<p>このマニュアルを使う人の教育をしたら十分な効果が上がると思えます。</p>

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
10	どういう事業場で発生しているか、実態の提示が欲しい。	字数を少なく、また時も大きく、簡略して欲しい。	
11		各章毎の説明が長い(仕方がないと思います)ので、工夫できればもっと短くした方がよいと思います。また、フローチャート等を上手に使用した方が、わかりやすいかもしれません。	マネジメントセミナー等で使用するものは大変適しているもの、いざという時にもっと早く見ることができよう、見出しの付け方や、説明文(一般の管理者が目を通すには長すぎる)の簡易化を工夫していただきたいと思います。
12	万一、自殺者が事業所内で発生した場合の会社としての被害がどの程度あるのか、民事的と刑事的に具体的事例を説明して欲しい。労災や管理者の責任など		内容は、大変わかりやすく、まとめられていると思います。
13	私は管理職ですが、部下の状態よりも自分の状態の方が心配になることもあります。このマニュアルは対部下であって「自分を見つめ直す」内容がありません。	イラスト入りにして見やすくする。(詳しい説明は不声かけの具体例を増やす。(詳しい説明は不用)	会社の方針は、「がんばれない社員はやめていただく」であり、「休みなさい」「ここまでしておいて良い」などの優しい言葉が少なくなっている。いかにやる気をもたせるかここが問題。
14			父がうつ状態にあり、現在も病院にかかっている。あの父がと思うが、何かがあるはずだ。
15	もう少し具体的に説明が欲しい		もう少しわかりやすい方がいいと思う。
16	うつ病の人や自殺者の側の立場からどうすれば立ち直れるか、また、自殺したい心境や実態を本人の弁をもとに文書にして欲しい		管理者側のマニュアルとしては優れていると思う。
17		全般に、もう少し簡略にした方が読みやすいと思う。	

5) 家族用マニュアルへの要望

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
1			文字が多い、文章が硬い、絵・図等を入れて、視覚に訴えた方が、インパクトがあると思います。 →全体的にもっと優しく、簡潔に。 挿し絵も全体的に堅いですね。
2	してはいけない事、言わない方がいい事はわかりましたが、どういえば良いか。どうすれば良いか、もっと具体的に知りたい。		
3		省略第一章家族と離れて生活している方へ：家族向けには適切でない。どこかにあなたの大切な人が一人暮らしの場合として付け加えれば良い。	途中に付録1とか2を入れると読みにくいで、下線①とか②にして最後に入れる方がいい。 あなた、あなたの大切な人、家族、本人と言う言葉の使い分けがはつきりしていない。 医療関係者が読むわけではないので、全体にシンプルにした方が分かりやすいと思う。
4	じっと耳を傾け、本人の言葉や気持ちを理解した時、かける言葉が難しいと思います。「何も言わないでそばにいる」のところをもっと強調された方が。 ※ 理解するまでは会話が必要だと思うのですが…？		付録集を別とじにして、本章とてらしあわせてみるとよいのではないかと感じました。よい資料と思いますが、一般の方には難しい部分もあると思います。講習会等を開かれるとよりよいものになると思います。
5			初めのページから最後まで続けて見ると、同じ事を何度も言われてる気がした。

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
6			インターネット上で自殺希望者を集ると言うのも、最近も犯罪がありました。そのようなサイトを下さないようにしようか。難しいものではないでしょうか。難しいものではないでしょうか。情報化社会ですからね。
7	目次には第1章、第2章とあるので、各ページのタイトルにもそれを書いた方がわかりやすいのでは	「あなたの知識をチェック」はあえていれなくてもよいのでは？	全体的に付録○を参照というのがちよつと多すぎる気がします
8	医療機関へのかかり方について (よいDrの見分け方や、よくならない場合、いつ頃セカンドオピニオンをもつのがよいかなど)		内容は非常によいのですが、手にされた時「緊急事態だった」ということがあるかもしれせん。目次の文章を考えていただき、家族が目をひくようないいまわしにした方がよいと思います。
9			専門用語が多くわかりにくい。全体的に堅すぎる感じがする。
10			①内容的に適量とは思いますが、文字数が多すぎてあまりインパクトがない。 ②相談できる連絡先が記載されている点はとても役立つ。

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
11	<p>“治療”とはどんなものなのか、具体的に知りたい。 医者以外に相談できるところはないのか。まずどこに相談したらいいか知りたい。(医療機関をどう選んだらいいかわからない) 付録5に記入できない。 具体例(自殺を回避した例、してしまった例など) 相手とどう接したらいいか、もっと具体的に教えて欲しい。家族の場合、友人の場合でも違うと思う。</p>	<p>マニュアルの流れがわかりにくい。 付録を参照するところがありすぎて、読みづら い。いちいちみるのが面倒なので、最後にまとめて読んだ。</p>	<p>相手に“聴くこと”“話すこと”を話し言葉で書くといメジャーしやすい。</p>
12			<p>「一人で生活している時には」の部分は不要</p>
13			<p>付録の部分が別冊になっていたほうが、同時に参照しながらマニュアルをみることができるのかなと思います。</p>

6) 一般職用マニュアルへの要望

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
1	<p>【足りない部分】 配布するとしたら→うつの人…ページが多すぎる →普通の人…くわしくても良い ※ ストレスのチェック表、点数制か何か、全員が興味があるのでは？ 誰に配布するかによって違うのでは？</p>	<p>【省略】 p4,5…簡単に p11…不要</p>	<p>管理職用もほしいです。</p>
2	<p>①ページNoの誤り…最初に次の事をしてください。 ②p14、タイp A行動パターン… A行動の説明がない ③p12-14について…イラストを用いて、容易にないよう理解できるように工夫を ④全体の構成、レイアウト、表現に「読みたいい」「みたい」と感じさせる工夫</p>	<p>p12-14：よりシンプルに、ポイントを絞って見やすく</p>	<p>経済環境の悪い中、企業では、精神神経疾患も増えつつあるように感じます。職場への配布を期待致します。</p>
3	<p>自殺防止に向けた各企業の取組みの現状や自殺を未然に防いだ事例の追加</p>		
4	<p>軽度→重度の簡単な判断、目安のチェックシート</p>	<p>p12-14は文章の構成に一工夫欲しい。11ページまでは理解しやすく検討されているが、12ページ以降は学者スタイルの文の作りである。</p>	<p>初期の症状が表れた時、正常と異常領域の見極め判断が困難であり、同じ状態で周りの人が接している内に手を差しのべる事が遅くなり状況があつかうので、この辺りの処置の仕方を明確に（学問的にも）出来ないものか？</p>

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
5	p11 ストレスにつよくなる項目別の解説を加えた方がよいと思う。	p12-14は図を大きくして簡単な説明の方が、読みやすいと思う。解説の中のV、VIがp10, p11とならないようが重なるので統一してはどうかと思う。	①p7, p8の項目で自己診断のページを設け、本人にチェックさせようかどうか自分のレベルが把握可能。②一般の人は精神科で受診となると抵抗があるので、病院に抵抗なくいけるようなページがあった方がよいと思う。
6	「周囲の人の異変を感じたら」のページはもっと具体的にしたい		
7	内容は非常によいと思うのですが、イラストや文字の形を工夫された方が、より「読んでみよいう」と思えます。一般向けとしては少し難しく、ダイジェストのようなものも先にもって来た方がよいかもしれません。	ストレスについての説明 p12-14は、非常によい内容なのに、一般向けとしては、字が多く、言葉も難しいので、「読もう」というハードルが高いように思います。もう少し絵やキャラクターを使うなど工夫をされた方がよいと感じます。	予算上仕方のないことですが、イラストや、キャラクターを上手に使用して、ふだん活字と縁の薄い人でも「みてみよう」と思えるような冊子に仕上げたいと思います。
8			現代社会において必ずしもストレスがたまるという状態ではない人もいるだろうが、根本的には心のケア・フォローというのが一番重要になってくる部分と思うので、テキストについては、人に説明出来るが、本人の前ではうまく説明できないだろうと思う。こういう状態にまでならない様に自分達は取り組んで行かなければいけないし、個々の良き理解者、指導者として接して行かなければいけないと考える。

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
9		心と健康についてのストレスについて話が長い気がします。なんとなくしんどい感じが頭に入ってきた。	職場のストレスの解決ですが、まわりの上司とか家族、友人に相談できないのだと思います。前向きな考えを持つきっかけや、そう思うような言葉が欲しいと思います。(うまく言えなくてすみません)
10			“自殺の危険因子をみのがすな”から急に“うつ病”にかわりますが、その関係の説明がもう少しあった方が良いのではないかと思います。または、初めに、“ストレス”“アルコー”“うつ病”“自殺”の関係(流れ)がわかる様な簡単な図があれば後の文章が読みやすくなる(理解しやすくなる)のではないかと思います。
11	女性と男性とでは、一概にストレスと言っても大きく違ってくると思う。女性に対するストレスの対応、男性に比べて付け加えてもらえると思う(傾向の違いも含めて)	内容的にはとてもわかりやすく、量も適切だったと思う。無理なく読むことが出来た。	自殺予防マニュアルというものの存在を初めて知った。多くの人がこの様なマニュアルを手にとって見ることが出来るように工夫が必要だと思おう。(配布等の面においても)
12			自殺の危険因子が多数あるとうつ状態になりやすく、うつ状態になると自殺する確立が高いという点、アルコーとうつとの関係はわかりやすいが、ストレスとうつ、自殺との関係が少しわかりにくい。ストレスをうまく処理することが心身の病気(うつだけでなく)を防止、自殺の予防につながるということ？
13			文章を少なくして、イラスト等を増やす。

	7. つけ加えた方がよい内容	8. 簡単にした方がよい内容	9. 気づいた点や要望など
14	<p>近くの相談出来る病院リスト</p> <p>自殺したときの親や友人の反応、心の傷についてふれてもいいのではないかと思いました。</p>	<p>こころの健康についての一般的な知識（P12以降）</p> <p>p12～p14が字が多くて読みづらい（特にp1から読み進めて、疲れてきた頃なので、読むのがつらい）。また、内容の一部はすでにp11までにのべられており、重複しています。</p>	<p>資料の部分を逆に入れる必要はないのでは？</p>
15			<p>文章の間にスペースをおいている文は、今まであまり目にしたことになかったもので、当初違和感を感じました。しかし、読み進めるうちに「ゆっくり読むための間なんだ」と理解しました。しかし、理解したとたんに「（句読点）」が散見され、「スペース」と「、」の使い分けは何だろうかと余計な事を考えてしまいました。「。」のある文章とない文章も混在しています。</p>
16		<p>p12～p14文章が多すぎてあまりよみたくない感じがします。図・表などの方が理解しやすいと思う。</p>	