

## 【資料4】

11月19日 セミナー参加人数 96名 アンケート回収数72名

### 自殺予防セミナーに対する調査結果

#### 1 セミナー全体の印象。

良かった	まあまあ良かった	あまり良くなかった	良くなかった	無回答
26名 (36.1%)	43名 (59.7%)	0名	0名	3名 (4.2%)

#### 2 研修時間について。

長い	やや長い	ちょうどよい	やや短い	短い
2名 (2.8%)	14名 (19.4%)	55名 (76.4%)	1名 (1.3%)	0名

#### 3 研修内容のについて。

易しい	やや易しい	ちょうどよい	やや難しい	難しい
4名 (5.5%)	10名 (13.9%)	57名 (79.2%)	1名 (1.3%)	0名

#### 4 この研修はあなたの事業場の自殺予防対策を進めるうえで参考になりますか。

参考になる	参考にはならない	どちらともいえない	無回答
64名 (88.9%)	0名	7名 (9.7%)	1名 (1.3%)

※アンケートは原文のまま記載。

#### 5 セミナーに対する意見・要望。

- ・繰り返し研修を受ける事が必要だし、内容についても新しい考え方も教えて頂き、大変勉強になります。ぜひ、続けてください
- ・事例を多くした、現実の対応を講義してほしい
- ・講義型よりも各グループ毎に話し合いをしてまとめていく方が身につくのではないかな。
- ・質問事項の回答時間を多くしてほしい
- ・結局 どうしたらいいかわかったような、わからないような 質問時間をながく取って頂くか、もしくは事前にとって講義内容に盛り込んでいただく、とかしてもらってもよかったかと思えます
- ・ビデオを取り入れる(フィクション・物語風・ドラマ演出) 講義ばかりだと飽きる
- ・今回のような内容と合わせ、リラクゼーション法などの講話など多岐に組み合わせていただけるとよい。半日でなく、1日間の研修はできないのでしょうか
- ・経営者、施設長には、多くの管理者に出席させるようながしてください(このセミナーは管理者の教育だということをもっと明確に打ち出してください)
- ・事業場の自殺予防対策に保健所として何ができるかを考えるため、参加させて頂きました。お世話になりました。労働者への対応が事業場であれば、労働者の家族への対応は、地域保健でも担えると感じています。産業保健との連携が必要
- ・産業保健スタッフ設置の法制化、義務化・管理職へのメンタルヘルス対応能力向上研修の義務化・過重労働者(表面化しない人)への対策



図 I -1. 管理職マニュアルについて【資料5-1】

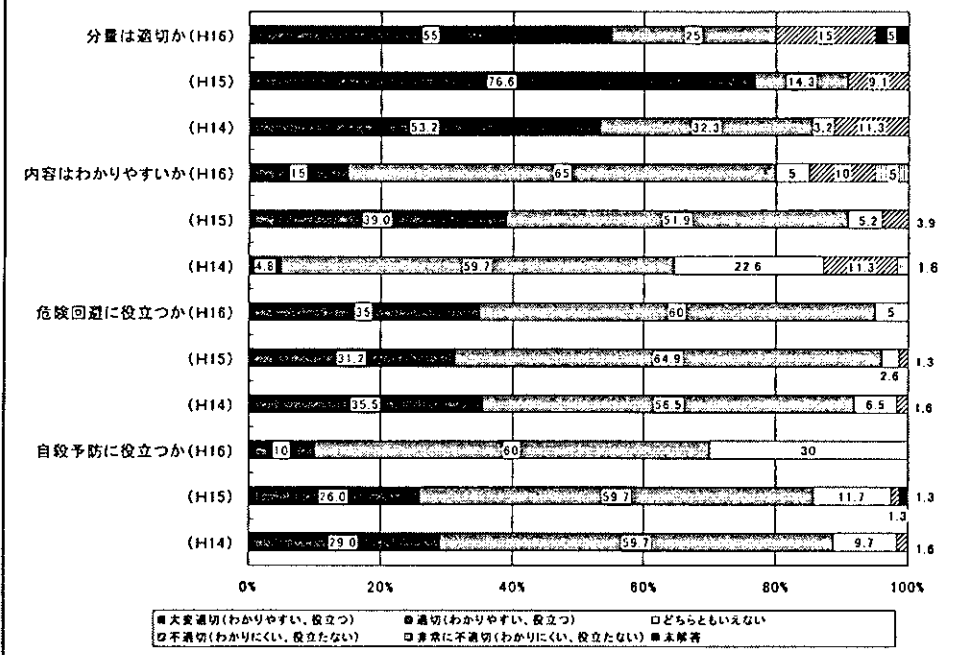


図 I -2. 一般職マニュアルについて【資料5-1】

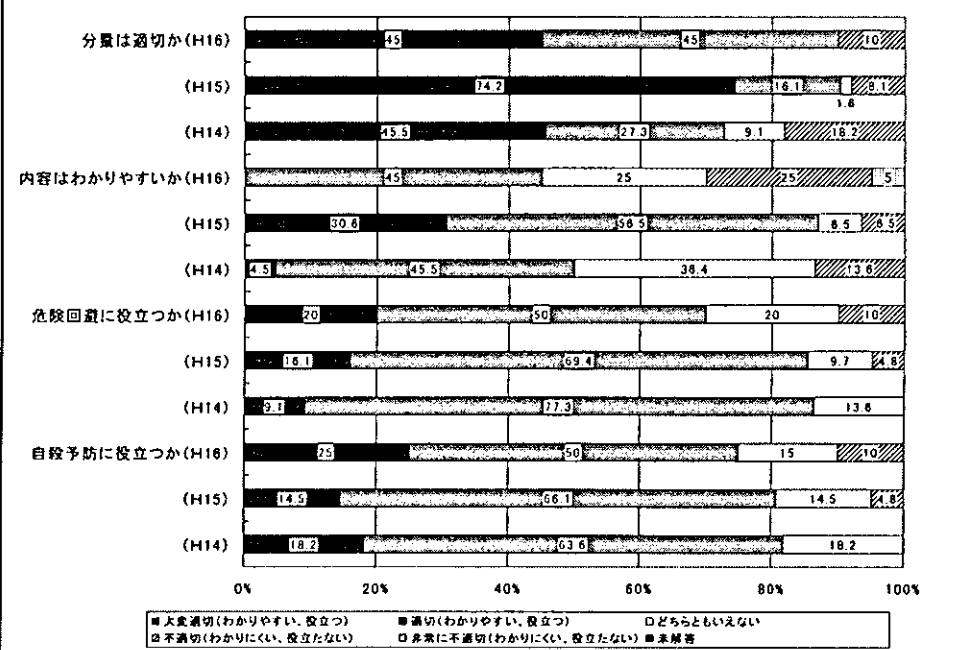


図 I -3. 家族マニュアルについて【資料5-1】

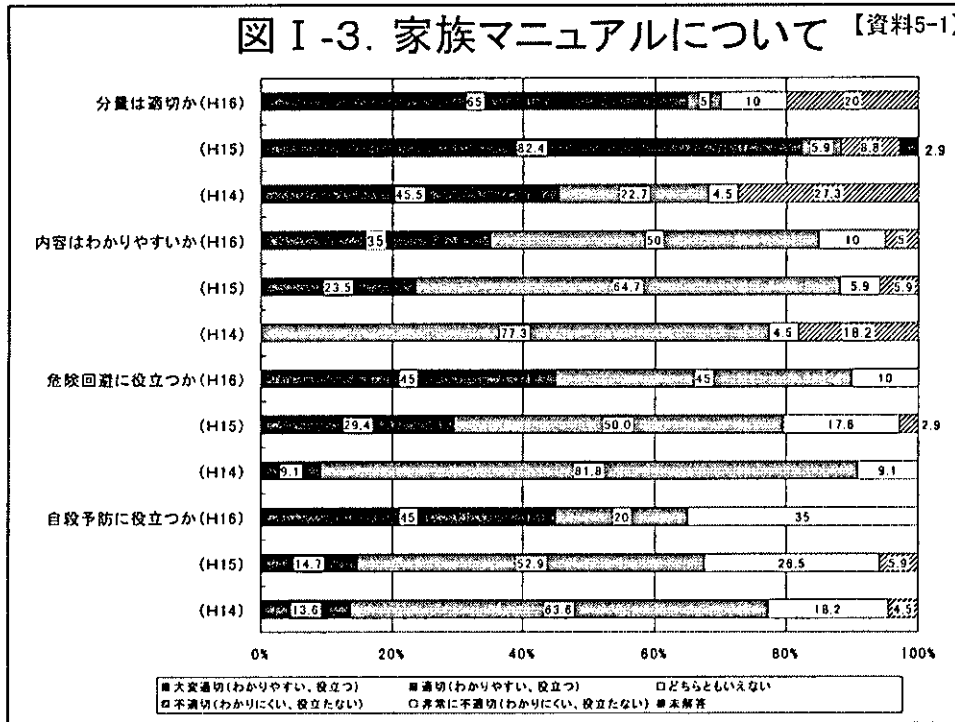
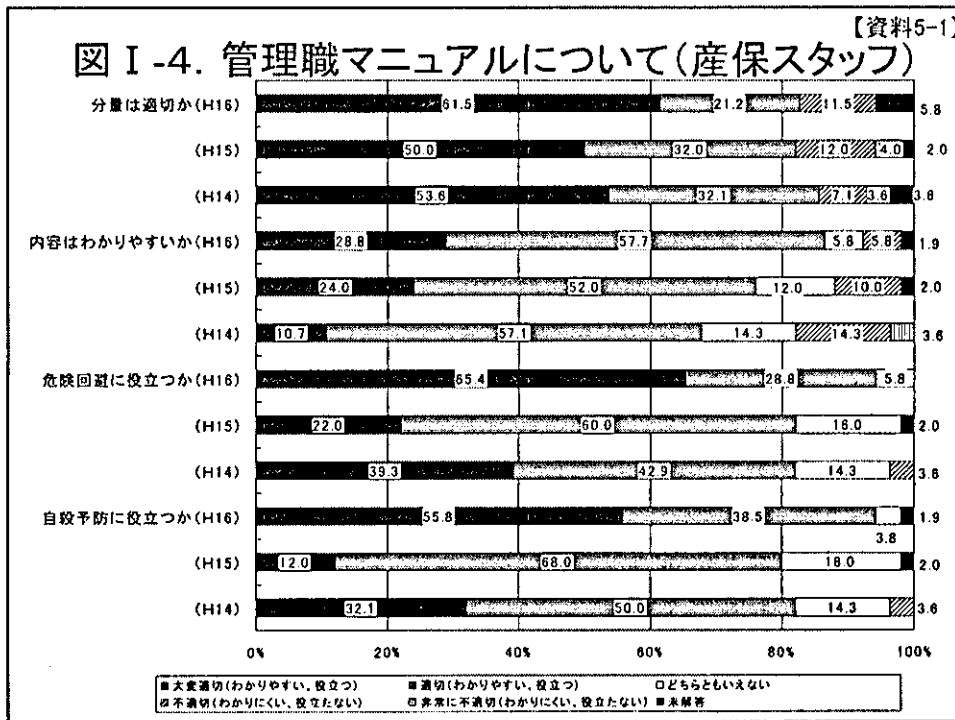
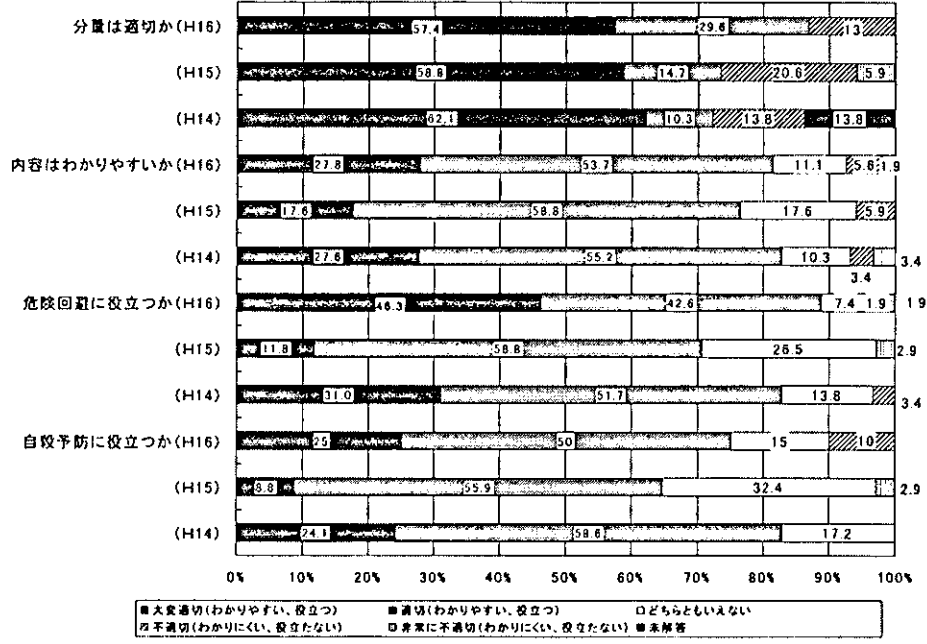


図 I -4. 管理職マニュアルについて(産保スタッフ)【資料5-1】



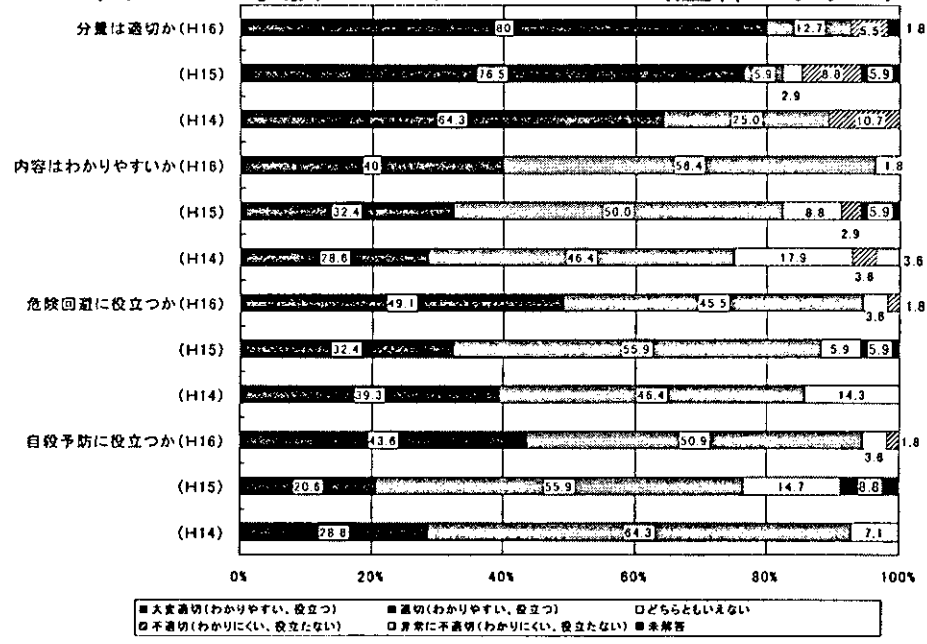
【資料5-1】

図 I -5. 一般職マニュアルについて(産保スタッフ)



【資料5-1】

図 I -6. 家族マニュアルについて(産保スタッフ)



## 1) 管理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			具体的な聞き方もありわかりやすい。緊急連絡先の情報は最後のページ(もしくは裏面)の方がよいのでは?
2	P8表1-6のチェックを管理者教育中に実施すると、時々合計5つ以上となる人がいてフォローに困っています。		実務面では、P9休業を勧めても「まだ頑張りたい」と言われる方、P11休業後復帰意欲が出ても労働能力が回復していない方への対応に苦勞します。管理者教育用資料として、内容・量とも使いやすいマニュアルで助かっています。
3		P14心の健康づくり指針について…前後の流れから不自然 全体的に文章が多すぎる	講師による講演での資料としてはよいが、あまりにも色々な内容が盛り込まれすぎていて、例えば講演の後で改めて見ようとは思えない感がある。勤労者マニュアルにプラスして自殺の兆候のある際の接し方、周囲との係り方があるだけでもよいのではないか。
4			色々なパターンを具体的に記載してあるので実際に困ったとき直に役立つと思う。
5	対応者の心構え。相談を受けることにより「どうにかしなければ」という気持ちが強すぎて反対に対応者に負担になるものでは?		光って見づらい。(蛍光灯の下では)
6	うつ病以前の日頃から職場の人間関係をよくするのための、普段の部下との関係で部下に対して絶対には言っていない言葉、上司としての態度等をもっと具体的に記載して欲しい。	勤労者用マニュアルとのセットで丁度良いと思われる	字の行間が詰まりすぎていて見にくい。ずいぶん空白部分があるので、もう少し、行間を空けたほうが良いと思う。
7	全国統一の内容で作成されているので難しいと思うが、各種相談窓口には各県の情報を詳しく連絡先等示した方がもっと活用できると思います。		配布して終わりではなく、説明しながら配った方がよいのでは?と思います。
8	P34については身近なところが知りたい		管理職になったためにおちいったうつ病についてと、部下のために気をつける部分とがごっちゃになっているような感じがする部分がある。部下のためならば、きちんとした方がよいのでは?マニュアルと共に研修会などにも必要と思う。

		9. 気づいた点や要望など	
9	資料の中の情報は、全国版ばかりなので福岡県（ホームページだけでなくTELばんごうもいれて）の情報もあれば・・・	8. 簡単にした方がよい内容 文字がびっしり詰まっっていて読みにくいと感じました。せつかく良い内容であっても読まなければもったいないと思います。	9. 気づいた点や要望など 管理職にこのマニユアルを使っっての研修の機会も必要では・・・ 身近な相談先、病院など、福岡地域レベルでの情報が欲しい 内容が多いので素人向けとしては少し難しい気がします。P34資料については各都道府県別のTEL番号を載せて欲しいです。
10			
11		P4.12.13学問的な部分は多少省いても良いのではないのでしょうか？素人の方は心の病氣の方を抱えたときにどの様に対処したらよいかという事を1番知りたいと思っっておられます。もう第1章のストレスについてもお知らせが良い。	
12			
13		内容はとても充実していると思いますが、もう少しポイントを上っげて簡潔にした方がわかりやすいのではないかと思います。	表を用いているところはとてもわかりやすいと思います。
14			よくまとまっっていると、思っいます。
15		全体的な意図・目的がわかりにくいので、もう少しポイントを絞ったらどうかと思っいます。	全体的に丁寧なマニユアルだと思っいますが、量・文字数が多いので意識の高い方ではないと思っいます。みこなし理解するのは難しいかと思っいます。
16	他のマニユアルでもそうだが、文字がもう少し大きくしてほっうが読みやすい。同じ内容が違っう項目で何度も出てくる。大切なことなどは分かるが、それは文字の大きさをや色、図などで強調し同じ内容を何度も繰り返さない方が良くと思っう。	(表1-3参照)などという注があるができればページ数も載せて欲しい。	他のマニユアルにもいえるが、クイックマニユアルの順番や項目がわかりづらい。例えばメンタルヘルスやストレス等の健康維持に関するものから始まっって自殺が発生した場合が最後までいったふうなときに使いやすいと思っう。
17	テクノ症候群(依存症・不安症)等も少し加えると良いと思っう。		文章の中の大切な部分が太文字になっっていませんが、その量が多く何処により大事な部分か分からなくなっることがあっったので、さういうところは色文字にしたりすると良い。
18	第2章でセクハラ・パワハラについても述べてほっしい。具体的にどんな言動を慎むかなど。		
19	守秘義務(飲み会の席などで失言することもある。また異動などで直属の上司ではなくなっっても医療情報を知らうとする)。声かけのタイミングなど(場所・時間・状況など)。部下の問題に対する具体的な介入方法。		産業スタッフでは気づかない職場の潜在的な問題に気づくことができないので管理職のマニユアルをもっと充実させて教材にできるようにして欲しい。

	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
20			事例を先にあげてマニエアル作りをしてみたらどうでしょう？ 普通の会社には産業医や保健師がいない。会社の上司はこういった内容についての勉強はされないため理解がなく連携プレイできないのではないのでしょうか
21			自殺が既遂された事例紹介は必要ないのでしょうか。既遂例を知ると身の回りの人にもう少し優しく敏感になれると思いますし、職場を去った人のことについても思いやれると思います。そういう感性が次の不幸を防ぐことにつながるのではないのでしょうか。
22			第6章の自殺予防事例は大変参考になりました。管理監督者の自覚を促すため労働衛生教育研修が必要と考えられます。
23	1Pに仕事は「あがるく・たのしく・まえむきに(頭)」を挿入したらどうかかなと思います。		私は衛生管理者・衛生工学管理者ですが、管理者の方でメンタルヘルスのガイドライン(指針)を知らない人が多く事業主にもっと研修を受講するよう義務付けそして政策的な問題かもしれません。が、「管理職」には研修を終え「終了証」を持った人を事業主に選任するようにしたら自殺者は減ると思います。
24	部下の管理の仕方にポイントが置かれているようですが、実際は管理職の人自身の問題・・・管理職を管理してくれる人がいないという問題が多いと思います。管理職自身のメンタルを守るようなものがあればよいと思います。		
25	P10「産業保健スタッフがいらない職場」で本人に確認して主治医の意見を聞くことや本人が受診を拒否した場合の対処方法や無理強いをしないことを加えても良いかなと思います。		
26			伝えている情報量(内容)は多いが全て必要な内容なので、文字や挿絵のバランスをもう少し考慮して第3-5章を読みやすくして欲しい。
27			レイアウトの工夫があるとなお良いと思われま
28			カラーの図や事例があることでわかりやすかつた。



	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
29			P20次の表2-6を自分の手で・・・とかかかれて いるが2-5の間違い。
30	管理監督者自身が健康であるために自己チェックも必要なことや何処に行ったら気にすることなど相談できるか知っておくことは大切とマニユアルの2章に含まれているとよいのではな いかと感じた		事例があるのはとても良い。部下の話を聴くとはどういふことなのかなど体験で感じてもらう場所の紹介などがあると良いと感じました。産業カウセンセラ一養成講座やワーキングシヨブなど。
31	管理職の中にはまだ部下のメンタルヘルスについて自分自身の仕事ではない又は関係ないと思っ ていらつしやる方がいると思うのでP17のよう な管理監督者の責任、安全配慮義務について 少し詳しく載せた方がよいと思います。		
32		P9-10休養のすすめかた・・・落ち込んでいる のに休めないと思っている人にどんな風 に本人が安心して休もうという気持ちに なるか。休め休め、仕事はいいか、と言 うと不要な人材なのでないかと思っ てます落ち込んでいる人に対しての上 手な言い方があればよい。休んでい る人から落ち着いて休める、かつ、会 社とのつながり方) P16日常生活のズレ ・・・それがその方の良い言葉づか い。社会的基準からのズレでは不規則 な生活や行動(アルコール・私生活の乱 れ・お金づかいなど)	企業の組織改革のもと、中間管理職の 仕事は繁雑化し本人のセルフケアと ライオンケアが行われなければならない ことは忘れられがちです。自 防・安全配慮義務があるとは思 いつつ、実際にできない所が大 半だと思っます。職場で心の問 題が起つてから行動することがほと んどだと思います。観察や気配り・ 思いが起つてから行動するとい うことを強調してはどうか。何か 変だ、と感じてから部下を 飲みに誘う、と答える上司は まだ多いです。心から落ち込 んでから誘ってあげるという ことでも活かしてはくれ ませぬよね。いつもわかっ てくれているよという メッセージを送ることが もつと大事だと思 う。
33	うつ病についての説明をメカニズム的な内容 をいれ気分転換や気持ちの持ち方 で乗り越えて欲しい。対処できない 場合があることを追加して欲 しい。予防として、日頃から自 分の認知の仕方について考 える機会を持つたり人との関 わり方を振り返ることを入 れてほしい。	P2のクイックマニユアルは不要。P3 ・・・概略ではなく目次とし、本文 の文面とそろえた方がよい。 (P3はストレスと病気になる のがP4はストレスとうつ病を 含めたストレス病の発生である) 強調の太文字が多いので見づ らい。P10 1. したほうがよい こと(1)の原因について聴くは正 しいのでしようか。本人の 気持ちを理解しようと思っ て聴くのはよいのでは。原因 を探ることが第1ではないので。	役に立つと思うが、見づらく読 んで見ようという気は起こりに くい。P12-13は見やすい。
34			文字が極太で見にくかった。

	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
35			新任管理職研修等でとても役立つと思いましたが。研修時の資料にしたいです。全管理職に熟読して欲しいマニュアルです。
36	管理職自身がどういうタイプなのか自己分析でみるシートみたいなものがあったもよいかなど思いました。		3冊全てのマニユアル、非常にカラフルで(文字ばかりでなく) 親しみがもてました。

## 2) 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			P11文字ばかりで余白が少なくウツときまますが、読み進めば良い内容の文章とします。
2		P6-9の活字量が多く圧迫感あり。この本を手にする人はどんな人かを想像したときに紙面いっぱい必要なのだろうか。同じ内容にしても字の色を変えたり単純化することで伝わる事もあるような気がする。	ストレスが全てマイナスと感じてしまいそうな気がする。社員でも「ストレス全くないです」と答える人がいると進め方が難しい。P17あたりで補足があっても良いかと思う。ストレスを否定しないで受け入れられるような工夫をお願いしたい。
3			全体的に表を中心にまとめてありわかりやすい。特に、P1にこのマニュアルとの係り方を書いておもしろい。
4	全体的に文字が多すぎて固いイメージがある。「管理者」「家族向け」くらいにイラスト挿入を増やした方が良いと思う。	P1の導入部分はややくどいので読もうとする意欲がなえる。省略しても良いのでは？	P19表3「仕事その他ないか」→「なにか」の間違い？P1の下から3行目「5Pの文章」→「6P」「7P目」→「6P」「3上から5行目以降の「左のページ」は25ページの間違い？目次の数字は「P」を前につけた方がわかりやすいのでは？ほとんどゴシック体なので目が疲れ読みにくい。強調したいものだけにしでは？
5			編集に問題があるのではないのでしょうか？まずP3はP24と対になるのではないかと思います。クイック目次と目次が離れているのはわかりにくいと思います。P2～P4の目次については後にでも良いのではな
6	字が小さく見にくい		印刷が光って見づらい
7			1頁にページ記載の誤り。3ページにTEL番号がない。
8			白体が濃いゴシック体で埋まっって見にくい。

	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			緊急時対応情報。医療機関の情報。まず身近に相談できる情報等具体的に欲しい。所属ごとに折込情報でも良いと思う。
10			ゴシック体の圧迫感があって全体的に読みづらく感じます。もう少しメリハリをつけただらどうでしょうか？
11	P25などもっと身近に利用されるところを紹介して欲しい。	内容はとてもよく読みこなすととても良いものであると思うが、現実には自分自身のことになった時には読みたくなかったと思う。もっと簡単である方が良い。勉強用と2冊が必要。	P8のチェック項目が全て1.2.3なのでわかりにくい。A.B.Cなどの利用も考えたほうが良いのでは。
12	P25の情報はもう少し具体的なものがあればよいと思います。日頃状態の良いときにはホームページを開いていざというとき備えている人はあまりいませんので、いざというときすぐに問い合わせや相談できるTEL番号や受診できる医療機関等の資料(古賀市近隣もしくは福岡県で)があればよいと思います。	内容的にはパターン別にページを誘導したり、点数表があったりと工夫されていますし、説明も十分だと思えます。しかし、逆に文字が詰まりすぎていていざというとき読めないと思います。(特にP8.9.11等)良い内容でも読めなければ活用できないので大事なところはもう少し空欄や絵、文字を大きくする等してみては？	P1の下の枠→5ページの文章をあなたの今の知識で完成させてみてください、と書いてありますが、P5は目次ですか？P3→あなた自身の中にも”電話番号は左の中に書いてあります”とありますが、左のページに電話番号が載っていません。
13		声かけと相談でうまくいったケースの内容を省略し、概要だけにして欲しい。チェックリストが多すぎて絞ってもらわないと見れない。	福岡県レベル等身近な情報を添付して欲しい。字の大きさが小さすぎて見れない。絵を増やして空を空けて欲しい。指示されるページを見るとその情報がない(P1の下の四角の指示、P3TEL番号は左のページにはない)
14	自殺に直面している本人に対するメッセージに(自殺しか)方法がないと感じている結果疲れているが、あなたは今までとても頑張った結果疲れているので、いざというとき休んでみたら別の方法が見えてくるかもしれない。〇〇に話してみたら少し気持ちも楽になるかもしれないなど加えては？	自殺に関するグラフが多いと思います。増えているというグラフを1つ出してあとはフアクターごとの事実をいくつかが大きな字で書くほうがインパクトがあるのでは。	目次と実際のページの一致していません。症例の多くは目次と一致していません。症例の多くは目次と一致していません。症例の多くは目次と一致していません。
15	P21のストレスへの対処法について具体的な方法をイラスト入りで紹介してみたいか？		P25の資料についてですが、会社や課程でインターネットができない方もいらっしゃるかもしれないので、各都道府県別に近隣の連絡先(TEL番号)を入れた方が良いのではないのでしょうか？例えば福岡県であれば県内の施設のTEL番号を・・・。
16		P13-21はもう少し簡単にした方が良い。表・グラフは不要。	全体に文字が多く見にくい。
17		”うつ病うつ状態・注意・チェック”の所についてもう少し読みやすくなれば良いと思います。	グラフなどが用いられており分かりやすいところもありました。文章の量が多いのでそこを工夫していただけたらと思います。

	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
18	クイック目次というアイデアは良いと思うが目次が見にくい気がする。全体の構成を、うつ病の章・自殺予防の章・ストレス対策の章などに分けてみてはどうか。	目次の前に標語や自殺に直面した人向けに記事を入れた方が良いか疑問。2Pの標語だけに1P使わなくとも良いのでは。	IPごとの内容が濃いページごとの内容のつながりが分かりにくい。本当に疲れている人がこの量の細かい字のを読むだろうか。もっと読みやすい導入編ともう少し詳しい上級編を2冊作っても良いのかもしれない。3P目だけ読んでもどうしたらよいか分かりにくい。
19		P21の図については一般の方にとっては難しいのではないかと思います。本人的には難しすぎるし全体的にまとまりがないと思います。	全体的に内容盛りだくさんで文字が多く、読み手にはかなりのエネルギーが必要になると感じた。チェックリストもたくさんあったが、最少量にとどめてより簡略化されたほうが手にとりやすい。
20	ストレスを受けやすい人その2のよく使う言葉や考えを別の言葉や考え方に変えるときの例(もしくはヒント)があっても良いのではないだろうか。		P3「あなた自身なら」の左のページは何処ですか。その他指示ページに誤りがなければ気持ちに余裕がない人ももっとスムーズに見れると思います。
21		P7の字が多いので太字の部分の色を変えるなどしたら読みやすくなるのではないか。または答えを1か2にするなど。内容は大変良いのではないかと思います。	
22	事例等をもっと知りたい。事例のポイントをもう少し詳しく書かれていたとわかりやすい。		文字の大きさがばらばらで少し見づらい所がありました。
23	ケース紹介を多くした方が良いと思います	具体的に行動する方法等ではないチェック(検査項目)はたくさん紹介してもそれを見るだけで疲れそうです。	
24			8頁のうつ病チェックの部分は皆さん興味のある部分だだと思います。そして大事な部分とも思いますが、もう少し目を引くように工夫していただけたら見やすいと思います。箇条書きのみだと見る気がなくなる様な気がします。
25			2P長寿の秘訣として、かつとしない・きにしなない・よくよしない・けんかをしなない・こせこせしない、を挿入されたら良いかもしれません
26			P11の事例は大変参考になりました。
27		厳選された情報量と思いますが、量が多すぎるように感じます。エネルギー低下をきたし始めた人も読めるような量にして欲しいです。	読みやすいように太字で印刷されたと思いますが、私にはかえって読みづらいく感じました。ゴシック体は量が多くなると目障りに見えます。

	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
28	16Pの自殺の危険因子を見逃すなは、文章全部気になる所です。チェックしても次のどうしたらよいかも少し入れてたほうが良い気がします。20Pのようなじやあ……してみましようのように。		
29	P25(各種相談窓口とホームページ)「いのちの電話」は東京以外の地域も載せた方がすぐ活用できてよいと思う。インターネットはいまや当たり前です。が環境等によつてはすぐに調べられない方もいると思うので。		P17ストレスについて イラストはハートが壊れた状態の絵のみですが、正常なハートの絵もつけた方が分かりやすいし印象が良いと思う。例えばゴムまりのような絵は一見するとストレスが悪いものとしてみ捉えられてしまいか。またポイントを先にあげてみてはどうでしょうか。文字は大事な所を太字にしてはどうでしょうか。 勤労者にとつて分かりやすいと思います。
30			
31		ストレスを受けやすい状況やその後なりうるストレス性疾患や自殺のデータが多い。職場はもつとストレス反応や対応策などを求めているのでその内容をもつと加えた方がよいのではないのでしょうか。	
32			P8の4管理監督者用マニュアルのように1.2を太字にした方が分かりやすいような気がします。P7ポイントを赤字や青字にした方が分かりやすいと思います。
33	P3「左の頁に書いてあります」とありますが、左のページには書いてないようです。P1の保険の話の内容で何を言おうとされているのか、もうすこし説明があるとよいと思います。	P1このマニュアルを手にされた方へはこのマニュアルは必要な時に見るもののように感じました。それでよいのでしょうか。省略か別の表現方法がよいと感じます。特に「できればこのマニュアル……望みます」	カラー表示はとも見やすくインパクトがあつてよいです。データは調査のつど差し替えられるのでよいか。差し替えた方がよいと思います。このマニュアルは今まででない構成で作られていて知りたい部分がすぐ分かるようになっていて使いやすいです。クイック目次や目次はあさりして使えますが「管理監督者用」のように工夫があるほうがよいと思います。P6の「しつておいて」は「知つておいて」P9の「相談に行きましよう」は次のページの頭にあつたほうがよいと思います。
34			P11の上から7行目「たことAさんは」は「たことAさんは」だとも思います。全て読む時間のない人のためにP2と3の標語を表紙にもつてきてはどうでしょうか。
35	このマニュアルを手にされた方へを最初の頁にもつてくるほうがよいのでは。字が多く小さい。絵が小さい。		家族向けのような字の大きさ、間合い、絵があると見やすいと思います。というか見てくれると思います。
36			字の大きさが同じなのでやや見にくいと感じました。

	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
37		□で囲んだタイトルは固い印象を与える。	内容的にはよいと思うが読みたい、とは思わない。表が多すぎる。P17-18は表にしないでよい。自分の項目と周囲の人の項目を分けた方がよい。
38			文字が極太で見づらいページが数ページありました。
39		P6.7.11などかなり字の多いページは字体や行間を工夫すると更に見やすく分かりやすいし読む気にさせると考える。	
40			心療内科を受診したときの診察内容(一般的なもので可)があってもよいのではと思いました。
41	P11うまぐいったケースの症例をあと2,3例加えては。		

### 3) 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			本人と家族との人間関係が問題の背景にあることもあり、時には家族の方にこそ治療やカウンセリングが必要なのでは、と思うケースが見受けられます。
2	心の不調を抱えている本人だけでなく、それを支える家族自身の健康(二次被害)について少し触れても良いかなと。家族の方が疲れている場合も結構あり。		
3		家族に対してこの予防マニュアルをどういう形で配布するかにもよると思いますが、なかなか家族へはこのマニュアルを使ってみてきちんとした話を聞いて頂くのは難しいのが現状と思われ、内容のボリュームがありすぎるのでは？というのが率直な感想です。	「うつ」である家族に対して適切に対応することは「自殺」を予防することにもつながると思っておりますが、家族に「自殺に関する気持ちをありのまま話してもらおう」ための質問は家族に求めるのはその時の動揺を考えると難しいことだと感じました。
4			P4の本人へ尋ねるときの言葉は具体的すぎて実際には聞きづらいのでは？たとえば「いつもより元気がないように見えるけどどうしたの？」「顔色が優れないようにただ寝れないの？」等のほうが話し掛けやすいのではないのでしょうか？
5			家族向けはページ数も少なく、字も大きく読みやすいように工夫されていると思います。
6			光って見づらい
7	外部の専門的組織・医療機関についての情報をもっと詳しく記載するとわかりやすい	P13 5行目 以下の～を削除	
8	うつの治療には通院医療費公費負担(32条)の制度があるのでそれも付け加えていただきたい		回復事例、特にアルコール関係等があれば是非付け加えて欲しい
9			夫婦で同じ職場にいることのほうが一般的には少ないと思うので配偶者は職場の状況が分からないと思うので、上司等と話せるような仕組み等も必要だと思います。



	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	P16は身近なところを紹介して欲しい	P14.15の事例は読みにくい。行間を空けて1文の区切りをもっと短くしたほうがよい。行を間違えて読んでしまう。	3つのマニユアルの中で1番読みやすくわかりやすい。
11	資料として(P16)身近な(古賀市近隣や福岡県内)専門医療機関、相談、問い合わせ窓口の情報があればいいと思います。本への掲載が難しいときは別紙をばさめておくだけでもいいと思います。ホームページで調べてP13に書くことではないのでは？	P14事例はもう少し読みやすいようまとめると良いと思います。	管理職・本人・家族向けの3種類のマニユアルの中では1番家族向けが見やすく感じました。このくらの文字で色分け等されていれば他のマニユアルの少し読みやすくなると思います。
12			事例紹介は良いと思うが、字が多すぎて読みづらい。改行を入れるなど行間を広げては？
13			P16の資料については各都道府県別にTEL番号を載せたほうが親切だと思います。
14			よくできていると思います。
15			もう少し文章をすっきりさせて全体的に読みやすいようになればいいなと思いました。
16	どのような言動があれば緊急性があると考えたほうが良いか。緊急対応をとった方がよいかかわかる指標があるとよい。		うつ病に関連する書籍を本人の目に届く所においてことについて本人に「気が向いたら読んでみて」など声かけしてから置くなどにしてはどうか。これ見よがしに置くとかえって本人が反発することもありそう。
17		第7章について文章だけなので少し見にくい。全体的に編集にまとまりがないように思う。	全体的に見やすく読みやすいと思う。
18	家族用チェックリストなどがあると家族にとっては分かりやすく行動しやすいと思う。		
19	休日に子どもの相手をしてもらったり家事を手伝ってもらっているなど家庭での役割がある場合はできるだけ少なくし負担を減らす		自殺予防の内容が多くうつ病＝自殺と直結しやすい感じを受ける。それよりも心の健康を保つためには具体的にはどうしたらよいか家族も含めたセルフケアの内容も取り入れたいのではないか。
20			イラストのタッチが様々で統一感があまりない。ごちゃごちゃした印象を受ける。

	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
21	マニュアルの流れからうつ病の治療につながるために、とにかんじなで相談機関として各自自治体が行っている「心の健康相談」を紹介しては？精神保健福祉センターが行っており専門職が対応しているという所が多いです。	事例の部分は強調する部分を色を変えるなどしてはつきりさせた方が読みやすい。他の部分は挿絵も多く見やすいのでかえって事例が読みにくいです。	
22			読みやすかったです
23	家族間のコミュニケーションの必要性		各家庭に1冊必要なマニュアルであると感じた
24			まだ地方においてはマニュアル等整備されていません。厚生労働省も大事ですが勤労者の配偶者などには地元の保険所のスタッフが研修会を実施したりパンフを配布することにより家族間でのうつ病に対する知識を向上させることが自殺の予防につながると思います。市町村とのタイアップも必要です。
25			具体的な言葉かけの方法や対応の仕方などが書かれていて分かりやすいと思いました。家庭に1冊置いておきたい冊子だと思いました。
26			とても読みやすかった
27			黒太文字と赤文字がみやすいようではあるけれども多すぎる気もした
28	うつには波があることや時間がかかること経済的な相談についてもふれておいてもよいかなと思った。		中の絵がいびつ
29	転職や退職をしたがった時のことを入れてもよいと思う		
30			自分で言葉を考えながら進むので参加しながらマニュアルを読んでいるという実感がわいてよかった
31			管理監督者用マニュアルのほうが対応方法がわかりやすかった。家族の方への自己予防のしかた(精神面・身体面)があればよいと思います。うつ病の方を持つ家族の方のストレスも大きいと思うので。

	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
32			家族にかけてあげられる言葉が具体的な例をあげて書いてあり分かりやすくなっていると思います。
33			第1章の表現などはかたい。内容的にはよいが、前作の心のリスクマネジメントの方が見やすい。
34			事例紹介のページで文字ばかりで見づらい。もつとイラスト等を使ってはどうかと思う。
35			具体的な事例が載っておりとても良いと感じました。事例については2,3例載せてもよいかなと感じました。
36			家庭にいる人が読むには少しボリュームがあるような気がしましたが何処を省略したらよいかはわかりません。

### 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	第5章 自殺が発生した場合の対応は簡単にしたいほうが良い	P 31-33の事例は具体的で分かりやすい	
2	事例紹介で具体的なやりとりを示した方が参考になるのでは？		現実には、部下の状況は少しずつ変化をしていくので、どの時点で要注意の状態なのか分かりにくいケースが多いと思われるのでどのようないくミニングをとらえて対応したらいかがの示唆があるとうよいのではないだろうか？
3	せつかくのカラー印刷なので文字の色の使い方を工夫すればもっと見やすくなると思う。	要点を再掲するなどとして強調するところをおさえたいほうが良い。	
4		全体的に文章が多く、又長すぎるので簡単にするべきと考えます。	
5			第1章が「管理監督者が自分の部下を見る場合」という視点で読むとわかりにくい。うつ病の自己評価は第1章に入らないのではないかな？
6	ストレス(うつ病)の原因が仕事や家族を通しての悩みが根底にあると思われ、鹿頃は個人の家庭環境等の生育過程の中で人格のゆがみや問題が生じたときに耐えられる力が不足してきている気がする。解決方法は？	P 5～P 11までのストレス項目とうつ病項目を明確に分類する(表も同様) (例えば、表1-3はストレス病の・・・) (P 7の3、うつ病について)はうつ病の項目にしてストレスから切り離す)第2章の普段からやるべきことを第1章にもってこく方法は？	悩みを相談できる上司に対する信頼関係が1番の条件(第2章)であるが、それが職場にとどまらず組織として解決されなければならぬ。また、プライバシーは保護されるのか？そのような天も理論付けてはいかがかな？
7	気になる部下についての対応として、職場外の人間関係。具体的に家族がある場合等のかかわり方について。		家族との具体的な連携が知りたい。
8			
9			組織としての対応→職場の上司→部下の関係だけでなく、情報の共有化とプライバシーの関連の精通
10	16Pの1. 日常活動の・・・に続くのは20Pの2. 緊急時のための・・・になるのですか？そうすると18Pの3. 同僚との関係・・・は17Pの表2-3の中に入るのでは？ミスプリントですかね？		管理職自身(=中高年)のうつ病・自殺者も多い。部下或は同僚のうつ病・自殺を防ぐマニュアルに拡大して欲しい。