



相談業務に従事する者が自死遺族の気持ちをよく理解し、適切に対応できるように、研修を行うことも大切です。講義だけでなく、傾聴・共感のスキルを身につけ、適切に対応できるようにロールプレイングなどの演習も行います。

**自死遺族支援団体への援助**

- ・地域の自主グループの取り組みを支援
- ・活動の広報
- ・自主企画行事への後援

地域では NPO などの自死遺族の支援組織を支援することも大切です。仙台地域では、地域内の自死遺族支援団体が連携して活動できるように連絡会議を開催しています。

**3 二次予防**

■この章のまとめ

- ・自死遺族に対する支援体制を強化し、皆に応じた相談窓口等の紹介を行う
- ・必要に応じて、自死遺族の精神面(うつ状態等)への支援を行う

ここでは自死遺族支援について取り上げました。自死遺族の支援に地域全体で包括的に取り組んでいきましょう。

## 5. 精神疾患へのアプローチ

	<p>次は精神疾患による自殺の予防についてです。特にアルコール関連障害などの物質関連障害や統合失調症は、気分障害とともに自殺と密接に関連する精神疾患です。自殺対策ではこれらの精神疾患を視野において、これまでに地域で行われている事業や活動の状況を把握して、これらの事業や活動との連携体制を築くようにします。</p>
	<p>地域精神保健の領域では、様々な援助団体があります。AA や断酒会、DARC、アランオン、家族会などの自助グループやボランティア団体などです。保健所や市町村、精神保健福祉センターのほかに、これらの援助団体など地域の社会資源を把握して、連携できるようにします。</p>
	<p>仙台地域では、物質関連障害や統合失調症等の精神疾患による自殺の予防については、ハンドブックやガイドを活用しています。これらを配布することにより、援助機関の周知を図っています。また、ホームページでの周知も有効です。相談機関、援助団体の情報を掲示して、広く周知を図ります。</p>
	<p>南九州(宮崎)地域では、アルコール依存症の症状、飲酒と自殺の関連、回復を支援する援助団体についてわかりやすく解説したパネルを作成しました。精神保健福祉センターに常設掲示したり、イベントの際に会場に展示するなどして、住民に対して正しい知識を啓発するのに役立てています。</p>



秋田地域では、新聞広告に断酒会についての情報を掲載しました。断酒会の目的や実施日時などを紹介し、問い合わせ先を明記したところ、新聞掲載の当日から問い合わせが多数あったようです。



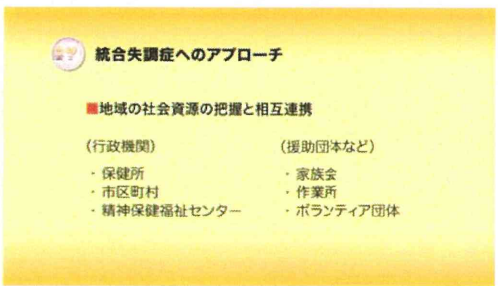
保健所や市区町村、精神保健福祉センター等へは、メンタルヘルスに関連した悩みを受けつける相談窓口を設置します。また、必要に応じて、保健所や市区町村、精神保健福祉センター、訪問看護ステーションなどで訪問指導も行います。



アルコール問題をテーマにしたイベントの開催も行います。飲酒と自殺の関係などを一般住民にも理解してもらうように、専門家に講話や講演をしてもらいます。



地域や職域で、飲酒に関する健康教育を行うことも大切です。専門職を対象に、アルコールをテーマにした研修会を行ったり、民生児童委員、ボランティアなどを対象に講話を行います。未成年者に対して飲酒教育を行うことも大切です。



統合失調症の自殺予防に関しても同様に、地域の社会資源を把握し、それらの機関と連携体制を築きます。家族会、作業所、NPO 法人、ボランティア団体などの地域の支援団体を把握したり、保健所や市区町村、精神保健福祉センターなどの社会資源を有効に活用できるようにします。

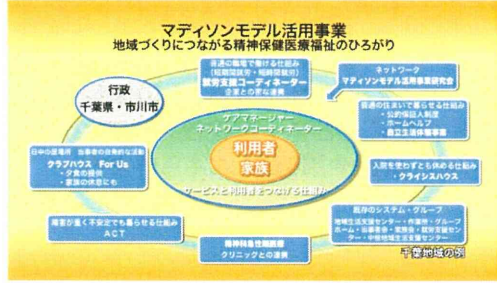




北九州地域では、産業医科大学が中心となって、統合失調症などの精神疾患に関するパンフレットや研修教材資料を作成しました。ご本人だけでなくご家族など周囲の方にも正しい知識と情報を持っていただくことが大切です。



岩手地域の実務者ネットワークでは、精神科医を交えて事例検討を行い、自殺の危険性のある精神疾患患者に対するケース・マネジメントを学ぶという取り組みも行っています。困難を抱えた地域の精神障害者に対して、精神医療の実践、福祉サービスの活用、生活支援などを行うためにケース・マネジメントの視点が重要です。



千葉地域では、ケアマネージャーやネットワークコーディネーターが、統合失調症を抱えた当事者や家族と、地域の精神保健医療福祉サービスを繋げる仕組みを作っています。単身生活を目指して自立生活を体験でき、家族等と一時的に距離をおく際に利用する宿泊場所(クライシスハウス)、当事者のステーション的な場(クラブハウス)、自立生活体験事業、復職支援コーディネーターなどの様々な社会資源やサービスを、当事者のニーズに合わせて有効活用できるように工夫しており、有効に機能しています。



統合失調症患者に対する支援について、千葉地域の長竹教夫さんにお話を聞かせていただきました。  
〔中略〕

**物質関連障害(アルコール関連障害等)、統合失調症等の精神疾患による自殺の予防**

■この章のまとめ

- 自治体やNPO等で実施している既存の事業や地域の自助グループ活動の状況を把握し、連携体制を築く

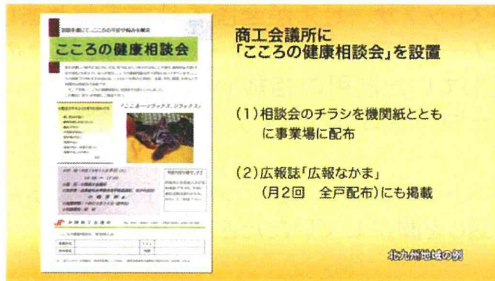
ここでは、アルコール関連障害などの物質関連障害や統合失調症等の精神疾患による自殺の予防について取り上げました。非常に重要な領域ですので、今後さらに対策を進める必要があります。

## 6. 職域へのアプローチ

	<p>次は職域へのアプローチです。勤労者や離職者のメンタルヘルスの不調を予防するとともに、早期発見・早期治療へつなげます。</p>
	<p>地域の事業場のリストを作成して、パンフレットやDVDなどの啓発媒体の配布を行います。仙台地域では、心の健康度チェック票や医療機関リスト、相談窓口一覧などを啓発資料に掲載して地域の事業場へ配布しています。</p>
	<p>秋田地域では、事業場向けのポスターも作成しました。ポスターのサイズを小さめに作成し、事業場でも掲示しやすいようにするなど工夫をし、「のしろ健康 21 推進委員会」に配付を依頼したり、医師会、薬剤師会、ハローワーク、JA、労働基準監督署、商工会議所などの窓口に配置しました。</p>
	<p>北九州地域でも、事業場向けのポスターを作成し、商工会議所を通じて中小企業に配布しました。</p>



	<p>職域でこころの健康やうつ病に関する研修会も行うことも大切です。また、産業医などの産業保健スタッフと協力してうつ病のスクリーニングなども実施し、ハイリスク者の早期発見に繋がります。</p>
	<p>岩手地域の洋野町では、職員や関連機関の従事者に対して、産業医と協力して職場の労働衛生とメンタルヘルスのチェックを行い結果報告会を開きました。悩みがあるときにお酒で紛らわすなど誤った対処行動をとることなどの問題が明らかになりました。ハイリスク者に対しては産業医の健康相談に結びつけました。</p>
	<p>北九州地域では、約 500 名の市の職員に対して研修を行ったり、市内の小中学校の職員を対象にメンタルヘルス研修会を実施しました。</p>
	<p>このような職域での自殺対策に取り組んでいる千葉地域の豊田加奈子さんにお話を聞かせていただきました。〔中略〕</p>



北九州地域の中間市では、中小零細企業の登録が多い中間商工会議所と協力して対策を進めています。商工会議所に「こころの健康相談会」を設置し、商工会議所や市の広報誌などを活用して周知を行っています。



この中小零細企業に対する自殺対策の活動について、北九州地域の小嶋秀幹さんにお話を聞かせていただきました。〔中略〕



無職者の自殺数は多く、これらの層を対象とした介入も必要です。一つの方法としては、健康保険や年金の手続きのために来所した無職者、再就職を目指してハローワークに来所した離職者を対象にした介入です。

岩手地域では、ハローワークなどにパンフレット等を配備しています。ハローワーク等の機関でもストレス対処などの研修を実施しているため、研修会の際にも資料を配付させていただきます。このような方法を用いて、ハイリスク者を早期に発見し、医療機関や地域のサポートに繋げていきます。



離職者に対する自殺対策活動について、北九州地域の小嶋秀幹さんにお話を聞かせていただきました。〔中略〕



平成 21 年 11 月、緊急雇用対策としてハローワークにおけるワンストップサービスが全国各地で行われました。ハローワークのワンストップサービスでは、別々の窓口で対応していた雇用の相談や住居の確保、生活支援などを一つの窓口で行います。

実際にワンストップサービスを行った岩手地域の藤尾修さんにお話を聞かせていただきました。  
〔中略〕

**職域へのアプローチ**

■この章のまとめ

- ・事業場、医師会、産業医、地域産業保健センター等とネットワークを形成し、連携して自殺対策に取り組めるようにする
- ・無職者、離職者のうつ状態、自殺の危険性を把握し、健康保険や年金の担当窓口、ハローワーク等での支援を行う

ここでは、職域の自殺対策について取り上げました。ワンストップサービスのような新たな取り組みも行われました。今後職域の対策をさらに進めていくことが求められます。



## 7. 地域責任者による各地域の取り組み状況の紹介

	<p>これまで戦略研究で行ってきた複合的自殺対策プログラムを領域毎に取り上げてきました。ここでは、実際にこの複合的自殺対策プログラムを行ってきた参加地域の責任者にお話いただきます。それでは複合介入グループの取り組みをお話いただきます。</p> <p>青森地域の取り組みについて岩佐博人さんにお話いただきます。〔中略〕</p>
	<p>秋田地域の取り組みについて本橋豊さんにお話いただきます。〔中略〕</p>
	<p>岩手地域の取り組みについて酒井明夫さんにお話いただきます。〔中略〕</p>
	<p>南九州(鹿児島)地域の取り組みについて四元俊彦さんにお話いただきます。〔中略〕</p>



南九州(宮崎)地域の取り組みについて石田康さんにお話しいただきます。〔中略〕



次に、大都市対策グループの取り組みをお話しいただきます。仙台地域の取り組みを栗田主一さんにお話しいただきます。〔中略〕



千葉地域の取り組みについて亀井雄一さんにお話しいただきます。〔中略〕



北九州地域の取り組みについて中村純さんにお話しいただきます。〔中略〕



研究班事務局では地域で自殺対策を担当する実務者を支援するために、研修会やメーリングリスト等による情報の共有化を行ってきました。また、参加地域どうしで地域訪問を行うなどより効果的な自殺対策を実施するための活発な情報交換を行いました。

研究班事務局長の大塚耕太郎さんにお話をいただきます。〔中略〕



本視覚教材の企画は地域介入研究班リーダー大野裕さんと研究班事務局の大塚、田島、田中が担当しました。



本視覚教材の撮影・編集・監督は岩手地域流動研究員の神先真が担当しました。



研究班の研修会に参加した全国7地域(8県)の実務者のみなさんの集合写真です。



この教材は全国の参加地域の実務者の方々の協力を得て、制作されました。本視覚教材テキストが全国の自殺対策従事者の活動の一助となることを期待しています。



## 地域における自殺対策プログラム DVD 作成協力者一覧

### 〔監修〕

戦略リーダー 大野 裕 慶應義塾大学保健管理センター

### 〔作成協力者〕

戦略サブリーダー 酒井 明夫 岩手医科大学精神神経科学講座

### 介入プログラム委員会 (○印；委員長)

○宇田 英典 鹿児島県大隅地域振興局保健福祉環境部 兼 鹿屋保健所  
大隅地域振興局保健福祉環境部志布志支所 兼 志布志保健所  
栗田 圭一 東京都健康長寿医療センター研究所自立促進と介護予防研究チーム  
大塚 耕太郎 岩手医科大学精神神経科学講座  
大山 博史 公立大学法人青森県立保健大学 健康科学部  
田島 美幸 慶應義塾大学医学部ストレス・マネジメント室  
中川 敦夫 慶應義塾大学医学部精神神経科学教室  
本橋 豊 秋田大学大学院医学系研究科 (公衆衛生学講座)  
渡邊 直樹 関西国際大学人間科学部人間心理学科

### 研究班運営委員会 (○印；委員長)

○酒井 明夫 岩手医科大学精神神経科学講座  
栗田 圭一 東京都健康長寿医療センター研究所自立促進と介護予防研究チーム  
飯田 英晴 藍野大学医療保健学部  
石塚 直樹 国立国際医療センター研究所  
岩佐 博人 青森県立精神保健福祉センター/  
弘前大学大学院医学研究科 神経精神医学講座  
大野 裕 慶應義塾大学健康管理センター  
酒井 弘憲 群馬大学大学院医学系研究科  
鈴木 友理子 国立精神・神経センター精神保健研究所  
中村 純 産業医科大学精神医学教室  
本橋 豊 秋田大学大学院医学系研究科 (公衆衛生学講座)  
米本 直裕 京都大学大学院医療統計学  
渡邊 直樹 関西国際大学人間科学部人間心理学科

### 青森地域

岩佐 博人 青森県立精神保健福祉センター/  
弘前大学大学院医学研究科 神経精神医学講座  
須藤 留美子 黒石市役所健康長寿課健康推進係  
岩谷 玲子 青森県立精神保健福祉センター

## 秋田地域

- 本橋 豊 秋田大学大学院医学系研究科（公衆衛生学講座）  
金子 善博 秋田大学大学院医学系研究科（公衆衛生学講座）  
藤田 幸司 秋田大学大学院医学系研究科（公衆衛生学講座）  
佐々木 久長 秋田大学大学院医学系研究科（保健学専攻）  
中田 哲直 能代市市民福祉部健康づくり課  
地主 和子 能代市市民福祉部健康づくり課  
藤田 ひとみ 能代市市民福祉部健康づくり課  
菊谷 文子 能代市市民福祉部健康づくり課  
播摩 優子 能代市市民福祉部健康づくり課  
鈴木 圭子 秋田大学大学院医学系研究科（保健学専攻）  
中村 洋子 秋田大学医学部  
太田 冴子 秋田大学医学部  
遠藤 睦子 潟上市健康推進課  
一ノ関満寿美 男鹿市保健センター  
高杉 富喜子 能代市市民福祉部長寿いきがい課（元健康づくり課）  
佐藤 潔 能代山本広域市町村圏組合消防本部  
沢井 善築 湖東地区行政一部事務組合湖東地区消防署  
杉本 正人 男鹿地区消防一部事務組合男鹿地区消防本部  
その他、ご協力いただいた方々

## 岩手地域

- 酒井 明夫 岩手医科大学神経精神科学講座  
大塚 耕太郎 岩手医科大学神経精神科学講座  
智田 文徳 岩手医科大学神経精神科学講座  
神先 真 岩手医科大学神経精神科学講座  
関合 征子 岩手医科大学神経精神科学講座  
岩戸 清香 岩手医科大学神経精神科学講座  
星 克仁 岩手医科大学神経精神科学講座  
大塚 真由美 岩手医科大学神経精神科学講座  
竹花 美津子 こはくのまちの保健室  
黒澤 美枝 岩手県精神保健福祉センター  
坂田 清美 岩手医科大学衛生学公衆衛生学講座  
鈴木 一幸 岩手医科大学第一内科学講座  
青木 康博 名古屋市立大学予防・社会医学専攻法医学  
太田 聡 岩手県立久慈病院  
小田 早苗 岩手県立久慈病院  
鳥谷 宗正 久慈医師会

長岡 重之 久慈医師会  
 田名場 善明 岩手県久慈保健所  
 藤田 義範 岩手県久慈保健所  
 藤尾 修 岩手県久慈保健所  
 大澤 徹 岩手県久慈保健所  
 藤森 智 久慈市保健推進課  
 藤原 みよ子 久慈市保健推進課  
 日影 由美子 久慈市保健推進課  
 埜崎 葵 久慈市保健推進課  
 大光 テイ子 洋野町種市保健センター  
 平谷 国子 洋野町種市保健センター  
 中家 正一 洋野町大野保健センター  
 野田 智春 洋野町大野保健センター  
 竹内 顕二 岩手県立久慈東高校  
 佐々木 裕之 久慈消防署  
 坂上 恵美子 久慈享和病院  
 鈴木 礼土 地域生活支援センター久慈  
 高橋 和郎 久慈地域傾聴ボランティアこころ  
 金澤 弘幸 社会福祉法人盛岡いのちの電話  
 久慈地域メンタルヘルスサポートネットワーク連絡会  
 久慈地域自殺対策推進ネットワーク  
 岩手県自殺対策推進協議会

#### 仙台地域

栗田 主一 東京都健康長寿医療センター研究所研究部  
 森谷 就慶 東北文化学園大学医療福祉学部  
 本田 春彦 東北文化学園大学医療福祉学部  
 高濱 壮斗 東北文化学園大学大学院健康社会システム科  
 今城 周造 昭和女子大学人間社会学部  
 滑川 明男 仙台グリーンケア研究会  
 高橋 聡美 仙台グリーンケア研究会・リボンバッジ委員会  
 藤原 砂織 仙台市立病院精神科  
 高橋 ふみ 仙台市立病院精神科  
 高橋 修作 仙台市健康福祉局保健衛生部健康増進課  
 小林 浩子 仙台市健康福祉局保健衛生部健康増進課  
 萩原 邦雄 仙台市健康福祉局保健衛生部健康増進課  
 菅原 博子 仙台市宮城野区保健福祉センター管理課  
 太田 みどり 仙台市宮城野区保健福祉センター家庭健康課



高橋 浜子 仙台市宮城野区保健福祉センター障害高齢課  
伊藤 ひな子 仙台市宮城野区保健福祉センター障害高齢課  
遠田 礼子 仙台市宮城野区保健福祉センター障害高齢課  
林 みず穂 仙台市精神保健福祉総合センター

#### 千葉地域

亀井 雄一 国立国際医療センター国府台病院精神科  
長竹 教夫 国立国際医療センター国府台病院 リハビリテーション部  
豊田 加奈子 国立国際医療センター国府台病院 自殺対策事務局  
松崎 順子 市川市保健スポーツ部保健センター 健康支援課  
安井 玲子 国立国際医療センター国府台病院精神科  
芦澤 裕子 国立国際医療センター国府台病院精神科  
貫井 洋 国立国際医療センター国府台病院精神科  
鶴重 順頼 国立国際医療センター国府台病院精神科  
早川 達郎 国立国際医療センター国府台病院精神科  
塚田 和美 国立国際医療センター国府台病院精神科  
下小園 愛 国立国際医療センター国府台病院 自殺対策事務局  
宇佐美 政英 国立国際医療センター国府台病院児童精神科  
岩垂 喜貴 国立国際医療センター国府台病院児童精神科  
大西 豊史 国立国際医療センター国府台病院児童精神科  
伊藤 祥子 市川市保健スポーツ部保健センター 健康支援課  
岡本 博美 市川市保健スポーツ部保健センター 健康支援課  
土橋 正彦 市川市医師会  
鈴木 友理子 国立精神・神経センター精神保健研究所 成人精神保健部  
深澤 舞子 国立精神・神経センター精神保健研究所 成人精神保健部

#### 北九州地域

中村 純 産業医科大学精神医学教室  
小嶋 秀幹 福岡県立大学人間社会学部  
中野 英樹 小嶺江藤病院  
坂田 深一 産業医科大学精神医学教室  
木村 忍 産業医科大学精神医学教室  
宮川 治美 産業医科大学精神医学教室  
竹井 憲一 中間市役所

#### 鹿児島地域

畑中 京子 薩摩郡医師会病院  
津曲 聖子 薩摩郡医師会病院

篠原 和子 日置市役所  
久保 小百合 いちき串木野市役所  
川原 芳子 さつま町役場  
廣田 弘毅 鹿児島県伊集院保健所  
木原 早苗 鹿児島県伊集院保健所  
宇田 英典 鹿児島県鹿屋保健所  
西 宣行 鹿児島県保健福祉部健康増進課  
四元 俊彦 鹿児島県川薩保健所  
多賀 志津子 鹿児島県川薩保健所  
西原 洋子 鹿児島県川薩保健所  
源川 恵里香 鹿児島県川薩保健所

#### 宮崎地域

石田 康 宮崎大学医学部臨床神経科学講座精神医学分野  
本田 澄子 ひばりサロン代表  
高妻 真子 宮崎県精神保健福祉センター  
和田 陽市 宮崎県小林保健所  
蛭原 幸子 宮崎県小林保健所  
田中 美幸 宮崎県小林保健所  
益留 真由美 宮崎県小林保健所  
西 真季江 宮崎県小林保健所  
岩本 直安 宮崎県日南保健所  
杉本 隆史 宮崎県精神保健福祉センター  
吉田 寿生 宮崎県精神保健福祉センター  
松尾 祐子 宮崎県精神保健福祉センター  
森 千栄 宮崎県精神保健福祉センター  
橋口 圭子 小林市役所ほけん課  
山之口 市子 えびの市役所健康保険課  
鞍津輪 雅子 えびの市役所健康保険課  
篠原 弘二 高原町役場ほほえみ館  
下園 八代美 高原町役場ほほえみ館  
山下 久美子 野尻町役場ほけん課

#### 地域介入班事務局長

大塚 耕太郎 岩手医科大学 精神神経科学講座

#### 地域介入研究班事務局

田島 美幸 慶應義塾大学医学部ストレス・マネジメント室  
田中 江里子 慶應義塾大学医学部ストレス・マネジメント室  
守尾 由美子 慶應義塾大学医学部ストレス・マネジメント室

統括推進本部

山田 光彦 国立精神・神経センター精神保健研究所

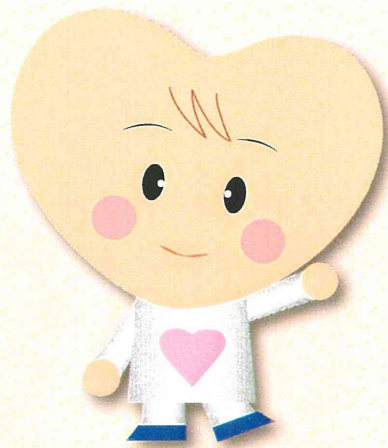
稲垣 正俊 国立精神・神経センター精神保健研究所

戦略研究統括責任者

高橋 清久 財団法人 精神・神経科学振興財団



*Suicide prevention in Japan*



**NOCOMIT-J**

