

平成 22 年 心といのちを守る県民運動(概要)

日 時:平成22年10月19日(火)午後 1 時 45 分から 3 時まで

場 所:とりぎん文化会館(第3会議室)

<会議のまとめ>今後の取組について

普及啓発:

中部の「眠れてますか?キャンペーン」を全県に広げてほしい
啓発グッズの提案(ポスター、携帯クリーナー等)があった
医療機関にかかりやすい情報提供の仕方について医師会で検討したい

世代ごとの働きかけについて検討していくこと:

40代~60代の男性に絞った自殺予防活動について強化するよう検討する
若者世代への啓発方法について検討する
高齢者に対しては介護保険関係機関と連携して働きかけをする

自死遺族支援:

今後意見交換の場をもつ

<内容>

(1)自殺対策に向けた各団体等の取組

日南町: 22年度は身近な相談員ということで、仏教界の方を対象に、研修会を開催予定。今年度は、17年に自殺対策の調査をしてから5年目、活動の評価として、20~74歳の方に調査を実施している。自殺対策の普及啓発等の評価をしていきたい。

啓発を地道に続けていくことが大切であると思っている。マンネリ化しないように媒体の工夫をしていきたい。鳥取県自殺対策情報センターから、全国の動きやデータや媒体の情報提供があり、大変助かっている。

鳥取市:平成 17~18年に、「あいさつ隊」という団体が高齢者のうつの劇をし、それをDVDにし、地域で劇(DVD)を観てもらい、うつや高齢者の心の健康について啓発を実施。鳥取市の元気プランが今年見直しの年、心の健康についてもアンケートを実施したが、なかなか普及していないのが現状。

ゲートキーパーとなる民生委員が、日々の相談を自分で抱えこんでしまっている。どこに相談にいったら、どういふときにいけばいいかということも、伝えていく必要がある。推進体制については、管内の保健所と相談したい。

中部福祉保健局:鳥取県自殺対策情報センター、精神保健福祉センターの協力を得ながら「眠れてますか、睡眠キャンペーン」を、中部1市4町共同で自殺対策とし、普及啓発及び人材育成、研修会等を実施。その都度担当者会議を開き実施主体を確認しながら進めてきている。

医師会:現時点では、保健師よりも市町村の方が主体的に動いてもらうような意識付け、技術的な支援、市町村を通した働きかけを強めていただくような、市町村等住民の生活の場に近いところですそ野を広げていく時期に達していると思う。

鳥取労働局:毎年4月に安全衛生管理活動計画書を30人以上の事業所に送り、その中でメンタルヘルス対策の取組状況について尋ねている。今年度2年目。「何らかの取組をやっている」がまだ半数までいっていない。

メンタルヘルス対策支援センターを奨めている。会社の中で、管理職や部下の変調に気付く体制を組み、心の健康づくり計画を立てていただくことを奨めている。

消費生活センター:多重債務の状況について、平成20年度まではずっと右肩上がり、平成21年度から全国的にも約2割、鳥取県でも約2割減少している。22年度、前半は多重債務減少傾向だった。改正貸金業法が施行された今年の6月18日後、少しずつ増える気配があり、非常に懸念をしているところ。

当センターは、今年度から新たに、県の臨床心理士会の協力をいただき心理カウンセリングを実施している。これは多重債務に特化したもので、多重債務者の心理的な負担を軽減する、あるいは多重債務に陥るのを未然に防ぐ、再発予防というものである。多重債務者の掘り起こしというのは非常に難しく、市町村の消費生活相談部門、福祉部門と連携を取りながらぜひ掘り起こしをして心理カウンセリングにもつないでいただきたい。

精神保健福祉センター:国では自殺予防情報センターというが、予防だけでなく、自死遺族支援を含めて自殺対策ということで、鳥取県の場合は「自殺対策情報センター」ということになっている。精神保健センターの中に自殺情報センター的機能を作るという意味合いのもの。主な活動は、普及啓発、情報提供。

鳥取県は、全県的にすべての市町村が何らかの取組をしているが、市町村だけで実行することは難しいところもあり、各市町村が互いの活動の情報交換をしたり、国レベルでの活動、国からの統計等の情報提供を自殺対策情報センターで実施している。先月、鳥取県の自殺の主な統計を配布した。

当県の場合、精神保健福祉センター自身が電話相談に多くのっており、面接相談につないだり、市町村へつないだりということをしてほしいので、精神保健福祉センターの方で相談を継続して受けたいと思っている。このほかにも、いのちの電話、自死遺族の会等の活動と連携を取り、情報提供もすることを考えている。

(2)平成23年度予算要求に向けて意見交換

事務局:基本的には22年度事業を継続して新たなものを考えていく。具体的には、担当者連絡調整会議で議論していく。事務局案として、各圏域における取組事業の支援の充実などを考えている。

3年間で1億 2,000 万円の国からの基金があり、平成 21,22 年の2年間で、約半分しか執行の予定がなく、来年度 23 年度で約 6,300 万程度使える基金が残っているという状況。繰越はない。

日南町:①県中部で「睡眠キャンペーン」を、保健所を中心に1市4町で取組をされている。これが全県下に広まると良い。自殺対策をしようと思うと、目に見えない事業がたくさんあり時間がかかる。大体兼務だが、もう少し自殺対策に重点が置けるような業務調整が必要だと考える。

②キャラクターの活用について、中部は各町村のキャラクターを作っている。若い人に関心を持ってもらうために、シンボルマークやキャラクターの活用が良い方法だと思う。

③啓発を重点に取り組んでいく必要があると実感している。

・保健師学生、町の包括支援センター・福祉保健課の若い 30 代の男性、20 代の保健師等に意見を聞いた。ポスター掲示について、若者が行く場所に貼って見たらどうかということで、ガソリンスタンド、デパートのキャッシュコーナー、美容院や理容院、薬局やドラッグストア、医療機関も内科や眼科、歯科医院等にも貼るといいという意見が出た。

・すべての市町村の保健師や県の保健師、心といのちを守る県民運動のメンバー、職員等が、名札のところに啓発用バッジを付けるとよいと、若い職員から意見が出た。

去年と今年、クリアファイル(県作成)を自殺週間のときに配布。教育委員会等が活用してくれてとてもいいと思う。

・「眠れてますか? 2週間以上続く不眠はうつサイン」というかわいい絵が入った携帯クリナーが普及啓発に役に立つ。若い人から高齢者まで、携帯にずっと付けて活用できる。

・中部福祉保健局が作成されたDVD(人形劇)は、啓発用に配布してほしい。

・県民、町民の皆さんから上手な気分転換の方法の事例を集めてみようと思った。

・ポスターを今後作ることがあれば、下部に医療機関が掲載してあればよいと思う。すると受診行動に直接結びやすいのではないかと思う。

鳥取市:懸垂幕を作ったり、窓口相談カードを作成したりしている。市の中でも関係窓口が集まって検討するが、最終的にはもっと住民が関係する部局が集まって、きっちりと自殺対策をしなければならぬと思っている。そのために、中部のように圏域で統一したテーマを考えると進めやすいと思った。

医師会:医療機関にかかりやすく、医療機関の情報が分かりやすく、住民の方に伝わるようにというようなことで、うつ病は精神科・心療内科以外にも、内科の先生もかなりしっかり治療される先生も増えている。

かかりつけ医のうつ病対応力向上研修を受けた方について、医師会のホームページ上でももう少し分かりやすい掲示の仕方ができないか、医師会の内部でも検討してみたい。

いよいよ切羽詰まって死にたいという気持ちになってから初めて動きだすよりも、もっと早い段階でご自分の健康の崩れに気付いて受療行動、健康の回復の行動につなげてあげることが大事。医療機関に初期にかかっていたきやすい情報提供についても、医師会としてぜひ今年度のうち

に考え、また地区医師会とも相談しながら提案できるようにしたい。

日南町：鳥取県自殺対策情報センターの、鳥取県の自殺の概要版について見ますと、鳥取県は40、50、60の男性に絞った活動を少し強化していけばよいと思う。無職との関係はあるのか、クロス集計をすればより絞れるのではないか。女性の場合は高齢者なので、介護保険関係や介護の方と連携しながら、取り組みばよいと思っている。もう少し絞った活動も大事ではないか。

精神保健福祉センター：一昨年鳥取県で自殺者数が非常に増えて、全国で5位6位というあたりになったが、増えているのは中高年男性であった。やはり中高年の男性をターゲットに当てて対策をしていかなければいけない。

中小企業で働いておられる方の場合、家族が気付くことが多いので、中高年の自殺対策の大切さと、うつに早く気付くこと等を地域啓発の中で行い、司法書士関係や消費生活センター等の経済関係との連携も重要。

また、図書館が最近メンタルヘルスに取り組まれているので、今年は図書館に協力いただき、経済的な問題とも並行して、相談会を実施している。比較的相談件数も上がっている。

いのちの電話：自殺対策緊急強化基金を活用しながら、昨年の12月から毎月20日と30日、鳥取県から発信される電話代は無料ということで、電話相談を受けている。利用者は、1回に2～3人。22年度は9月の1カ月間毎日、フリーアクセスで無料という電話にしたが、1カ月間通じて70数件。

いのちの電話のPRを、新聞社4社に広告を出したり、県からお知らせを出している。PRについて考えているが、いい案が浮かばない。

23年度は現在の毎月20日30日と9月1カ月間、無料化を予定。相談員が60数名のため24時間体制にできないこともあり、相談員養成受講者を増やすための養成講座の補助を希望。

コスモスの会：前回の会議から、コスモスの会に参加してくれる人が二人ほど増えている。潜在的には鳥取県内でも年々増えている。シンポジウムとパネル展の開催時にはかなりの人数来ていただいたが、コスモスの会の存在自体は知らないという方がほとんどだった。今年は基金を活用しながらPRの方に力を入れていきたい。来年度もパネル展のような大勢が集まれるような場所を作りたいと考えている。

医師会：60代が20年度は自殺率が非常に高くなって、21年度ではまた低くなっていう中では、60歳代が減っているのが要因の一つかなという分析もできる。また、日本医師会の武見セミナーで、自営業の人とそうでない人、同じ年代でも自営業の方のほうが自殺率が高いというデータを報告されたこともあるので、背景にある要因、経済的な問題、家庭的な問題、少し可能な何か要因の分析をしながら有効な対策に生かせればと思っている。しかし、データについて幅広く得るのは難しい面があるかもしれない。

精神保健福祉センター：鳥取県の場合は非常に数が少なく、絶対数が少ないので、パーセンテージは高いけどもよく見れば二人だけだったというようなことがある。

実際に活動している市町村とか、包括支援センターの人たちと意見交換をしながら、市町村、あるいは圏域の中での課題や、啓発手段を考えていきたい。

医師会：鳥取県は70代80代の方の自殺者が減少傾向にあるということも一つ注目すべきこと。介護保険サービスも高齢の方の自殺者減少にかなり役立っているのではないかと。一方では50代60代を支えるケアマネジャー的なことがないことが問題、何か年代ごとに有効な対策を考えることも今後必要。また、郡部と都市部でのアプローチも23年度の検討課題ではないか。

日南町：若い方は「受付の仕方から、病院の中に入ることから、どうしたらいいのか分からない」と言われて、随分意識の違いがあるなということに気付いた。どうしたら気軽に受診できるかを病院の方から紹介していただきながら、少しずつPRしていこうかなと思っている。

精神保健福祉センター：高齢者の場合、包括支援センターや高齢者とかかわる人への啓発的な研修会を少し密に開催している。

また、世界的に使っている睡眠チェックシートを在介センター等で活用していただき、チェックが高得点の人をスクリーニングして、どのように医療機関や、市町村へ結び付けていくかということなどを、今年度から少し取組たいと考えている。基本的には、普及啓発というのは、早期相談、早期窓口への介入が並行して行われるというのが前提なので、普及啓発をする一方で、早期介入のシステムを作っていきたいと思っている。

中高年の場合も、基本的には市町村の中での、ご家族の方への啓発である。家族の中の誰かに情報が伝われば、その家族の中に入っていけるのではないかと考えている。いろいろな切り口からやっていければいい。

医師会：①うつが入り口に早く気付くということに関しては、地域における認知症の予防活動の中で、うつがおそらく相当引っ掛かってくる可能性がある。地域包括支援センター及び介護保険サービスのキーパーソンであるケアマネジャー、在介センターは、今後もやはり役割をどんどん広げていただけたらと思っている。

②眠れないという自覚症状はあっても次の受療行動にスムーズにいくだろうかということに関しては、研修に参加された先生方と専門の医療機関について、住民の方の目に触れやすいような掲示の仕方、情報提供の仕方を考えてみたい。ぜひ行政もそういう情報を活用していただきたい。

鳥取労働局：メンタルヘルス対策ということで、職員に対する研修をやっているが、分野に応じた先生方の、講師の方の紹介をしていただけないか。

医師会：産業保健推進センターの方で、講師の推薦はしてもらえらると思う。

精神保健福祉センター：講師リストのような形での講師紹介は、実際的に困難。基本的には、研修を通じて、どういふシステムができるのか、教育できる人を増やしていくかである。市町村の中に精神保健福祉センターが入っていくのも、市町村の保健師さんたちと共同して進めていくところがある。企業に入っていくのであれば企業との協働の中でシステムができていかないと、単に便利な講師ということなら困難。医師会も講師の紹介事業所ではないので、非常に難しい。

鳥取産業保健推進センター：労働局から依頼を受けて、メンタルヘルスに関する研修会を今年度から積極的にやっている状況。事業所に対してのメンタルな支援に関しては、専門家7人が、東中西部の事業所へ行き、メンタルに対する取組の支援を実施。

(3)その他

事務局：自死遺族支援のあり方について：県で、自死遺族の支援として「自死遺族の集い」を開催。場所は鳥取市、米子市。鳥取市は毎月1回、米子市は隔月。

自死遺族支援団体に対する補助金ということで、コスモスの会に対し、分かち合いの場の運営事業、人材養成事業に対し補助金を出している。

自死遺族に対する支援の在り方について、ご意見をいただけたらと思う。

お知らせ：自殺対策フォーラムということで、11月7日(日)に計画。午前の部は、映画『精神』という度キュメンタリー映画を上映。午後には自殺予防総合対策センター長の竹島先生に基調講演。自死遺族の支援活動の報告、人形劇等、パネルディスカッションを計画。

コスモスの会：「今後の自死遺族支援のあり方について」という項目があるが、今日話し合われた内容は対策の方が中心で、ほとんどこれについての話がなかったというのは、ちょっと残念だった。

ほかの各団体が今どういふことをしているのかが少しでも分かればよかったと思う。本当に遺族支援ということであれば、それぞれの各団体と個別に話をする機会を持ちたいと会の方では思っている。そうすることで、お互いに何ができて何ができないのかが分かるので、それが分かった時点でまたこういう会に挙げて、ほかでできるところがないかを探られたらいいと思っている。

座長：この場ではできないかも分かりませんので、もう一回よく意見交換をしてください。

精神保健福祉センター：当事者の方がおられるということで安心して相談に来られるという経過があるので、コスモスの会などを支援していきながら、お互いに協力し合いながら、学び合いながらやっていきたい。また、コスモスの会の案内等につきまして、警察の協力と連携を取って、ご家族の方に何らかの情報提供をしていただくなどの方法もよい。日ごろの市町村の活動をきちんとしていくことによって、自分たちが話ができるような雰囲気を作っていければと思うので、自死遺族支

援の取組は、県レベルの中から動いているところもあるが、市町村の中でも動いていければと思う。ただ、こういう会があるからぜひ出て来なさいという会ではないので、5年 10 年たってからでもふと行きたくなる、そういう会を絶えずどこかでやっていることが重要。またいろいろなところからご意見をいただいて取組たいと思っている。

日南町：自死遺族の方の支援の一つとして、仏教界の方に理解していただくというのも大事ということで、日野郡の 34 名の和尚さんを対象に 11 月に研修会を予定。少しでも多くの方が対応できればいいと考えている。できれば遺族の方がどんなことをしてほしいということを教えていただくと、私たちはより具体的に活動ができると思う。