

ゲートキーパー養成研修について

第1次草津市自殺対策行動計画

基本方針4 自殺予防の体制づくりを行います

目標指標:各種相談窓口担当者に対し専門的な見地から相談対応できるゲートキーパーを養成するための研修会を年間1回以上開催し、毎年50名以上の受講者を目指します

⇒目標指標は達成

草津市ゲートキーパー養成研修会 参加状況(H27～H30)

単位:人(延べ数)

	市民等対象		職員等対象			
	開催回数	参加人数	初級編		ステップアップ編	
	開催回数	参加人数	開催回数	参加人数	開催回数	参加人数
H27年度	1	122	1	136	1	128
H28年度	1	81	2	99	1	70
H29年度	2	118	2	115	1	57
H30年度	1	3月10日 開催予定	2	102	1	48

【関係課会議で出された意見】

・市職員全体の研修と別に、相談業務を担当する職員のスキルアップを図る内容で開催すれば、内容も深められるので、参加者も増えるのではないか。

・関係課の関係団体にも、広く周知し、参加を促すことも必要ではないか。

【来年度のステップアップ研修】

⇒今までのステップアップ編研修に加え、新たに別に事例検討等を通してスキルアップできるような内容を取り入れた研修を開催する。

	対象	内容
ステップアップ編A	職員全体等	現ステップアップ編
ステップアップ編B	相談業務職員、関係団体相談業務職員等	事例検討等を通して、スキルアップを目指す。

ゲートキーパー養成研修について

平成30年度職員等対象ゲートキーパー養成研修の実施報告

【初級編】

目的：職員一人ひとりが、市民への窓口対応、相談や支援の際に、市民の心の不調のサインに気づき、適切に対応し、関係部署・機関につなぐことができる。また、同僚や自身のメンタルケアを行うことができるよう、基本的なメンタルに関する知識を得る機会とする。

対象：市職員、自殺対策推進会議委員、健康づくり推進協議会委員、市内大学、地域包括支援センター、障害児(者)自立支援協議会構成団体、市内介護保険事業所、市議会議員等。

特に、自殺対策関係課会議の関係課において所属初年度の職員。

実施日：12月11日(火)午後・14日(金)午前

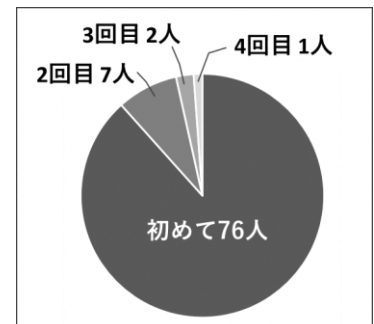
講師：梅花女子大学 看護保健学部 看護学科 西田大介助教

内容：自殺に関するデータ、自殺の原因・動機等。自殺の危険因子、自殺に至る要因、自殺に向かう人の心理。ゲートキーパー手帳から、ゲートキーパーに期待される役割。傾聴の基本を体験するロールプレイ。自殺念慮のリスク評価。

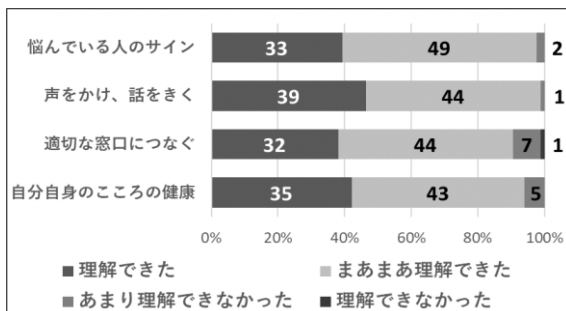
参加者数：102人

アンケート結果：

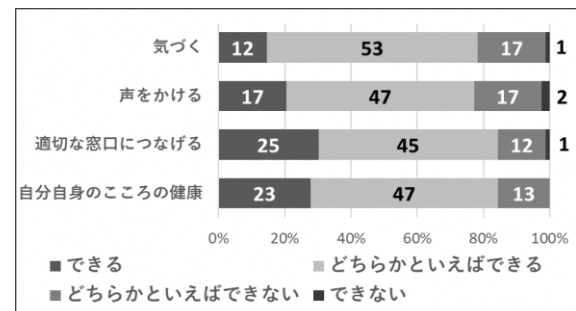
◆受講回数



◆内容の理解



◆実際に行動できますか？



【自由記載】

●ゲートキーパーとして行動できない理由

- ・実際に行動しようとする、いろいろ考えてしまい、難しい。
- ・理解も共感もできるけど、余計なことを言ってしまう。
- ・話を聞くことや解決方法を一緒に考えて促すことなどはできるが、本当に解決の方向に導けるのかが不安。

●できそうなこと

- ・気づきや声かけを意識すること、丁寧に話を聞いて、受け止めること。
- ・孤独にさせない。自尊心を高める声かけをしたい。
- ・無断でも専門家・専門機関につなぐ。傾聴して適切な相談窓口につないでいけるようにしたい。
- ・自殺を考えるリスクは誰にでもあることで、他人ごとではない。身近な人との関わりを大切にしたい。

●対応に困った内容

- ・傾聴は大事だと思うが、自分自身が疲れてしまう。
- ・市や県のどこの窓口を頼ったらいいか、わかりにくかった。

結果：ゲートキーパーとしての基本的な知識や役割の理解は、一定進んだが、実際に行動できるかという問いには、2割近くの方が「どちらかといえばできない」という回答であり、より実務に近い具体的な内容を取り入れる必要がある。

アンケートによると、実際の対応の中でこのような対応でよかったのかと後々まで悩まれている方もあるため、改めて職員への支援が必要である。

【ステップアップ編】

目的：職員一人ひとりが、市民への窓口対応、相談や支援の際に、市民の心の不調のサインに気づき、適切に対応し、関係部署・機関につなぐことができる。ステップアップ編として、これまでのゲートキーパーとしての学びや相談支援を振り返り、より具体的に事例等を通して対応についての学びを深める。また、相談支援を行うストレスの高い状態にあると思われる、自身あるいは同僚や部下のメンタルケアを行うことができるよう、知識を得る機会とする。

対象：市職員、自殺対策推進会議委員、健康づくり推進協議会委員、市内大学、地域包括支援センター、障害児(者)自立支援協議会構成団体、市内介護保険事業所、市議会議員等で、ゲートキーパー養成研修を以前に受けたことがある人。

実施日：12月19日(水)午後

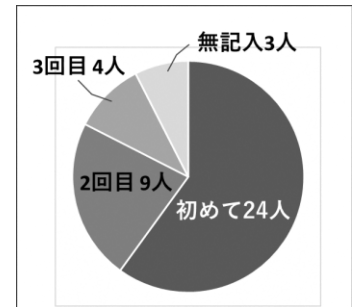
講師：滋賀県立精神保健福祉センター 辻本哲士所長

内容：今後の精神保健福祉の方向性。新型うつ病とうつ病の違い。国の自殺対策。ゲートキーパーの役割。自殺を考える人の心理状態。「死にたい」気持ちを開くロールプレイ。支援者のメンタルヘルス。

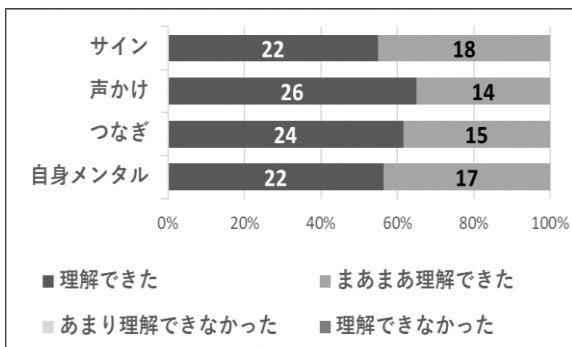
参加者数：48人

アンケート結果：

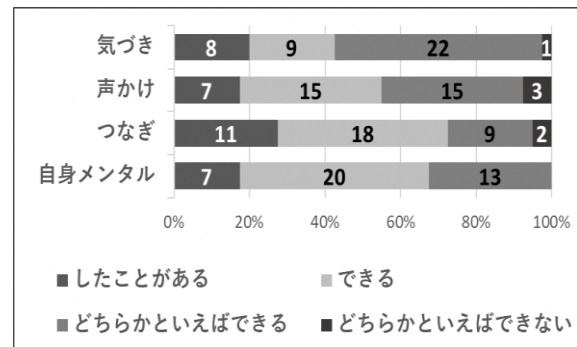
◆受講回数



◆内容の理解



◆実際に行動できますか？



【自由記載】

●ゲートキーパーとして行動できない理由

- ・日常業務に追われて、デリケートな感覚でいられるかわからないため。
- ・いろんなパターンを憶測してしまうので、はっきり判断して相手にとって良いことを伝えられるかわからない。

●できそうなこと

- ・傾聴してリーフレットを活用して、適切な相談窓口につないでいけるようにしたい。
- ・セルフヘルプについての関わりもしていけるようにしたい。
- ・できる限り、相手の話をしっかり聞くこと。相手が考えを整理していけるように話を聞きたい。

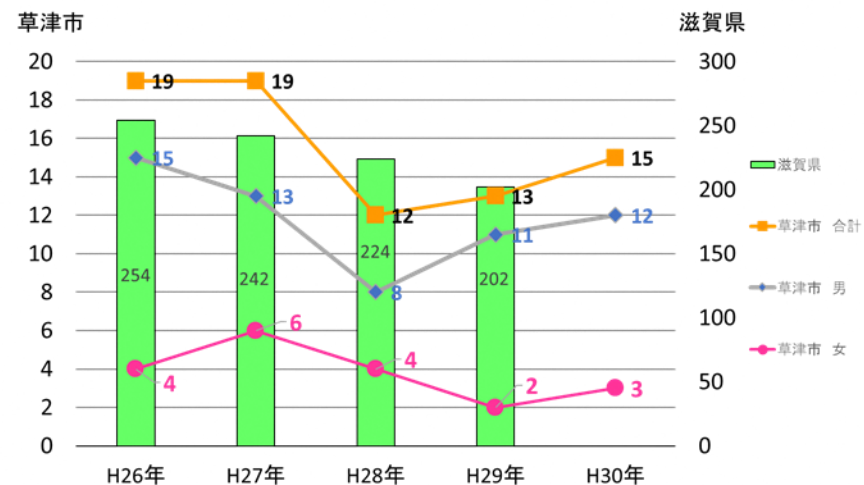
●対応に困った内容

- ・「誰にも言わないでほしい」と言われ場合、講師の方が「言えない理由」を聞くとよいと対応方法の説明があり、今後の相談業務に活かしたい。

結果：ゲートキーパーとしての役割について、アンケート回答者のほぼ全員が「理解できた」「まあまあ理解できた」という回答であり、一定理解が進んだが、年々受講者が減少しているため、事例や連携の実際を紹介したり、支援者同士のつながりを作るためのグループワークをするなどの工夫が必要である。

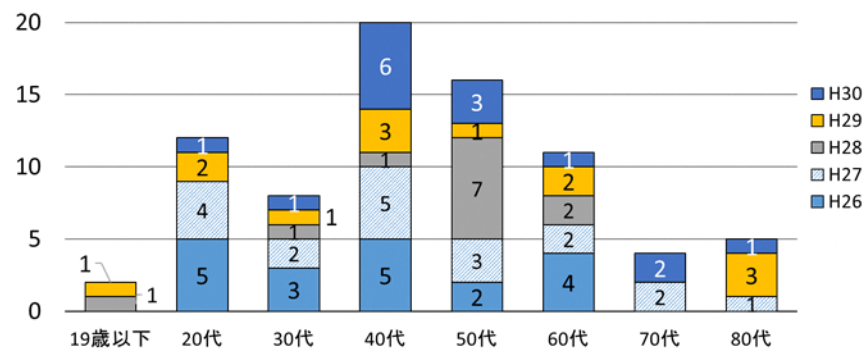
平成30年 草津市の自殺者の状況について

1. 滋賀県・草津市の自殺者数の推移(人)



草津市: 死亡小票 滋賀県: 厚生労働省人口動態統計

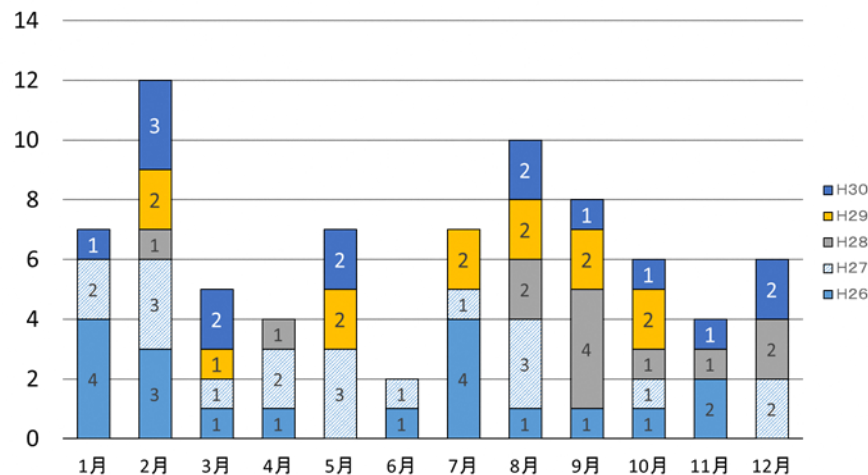
2. 草津市年齢階級別自殺者数(人) (H26年~H30年)



H30年は、H26年と比較し、20代・30代は減少していますが、40代・50代は変化がなく、多い状況です。

草津市: 死亡小票

3. 草津市月別自殺者数(人) (H26年~H30年)



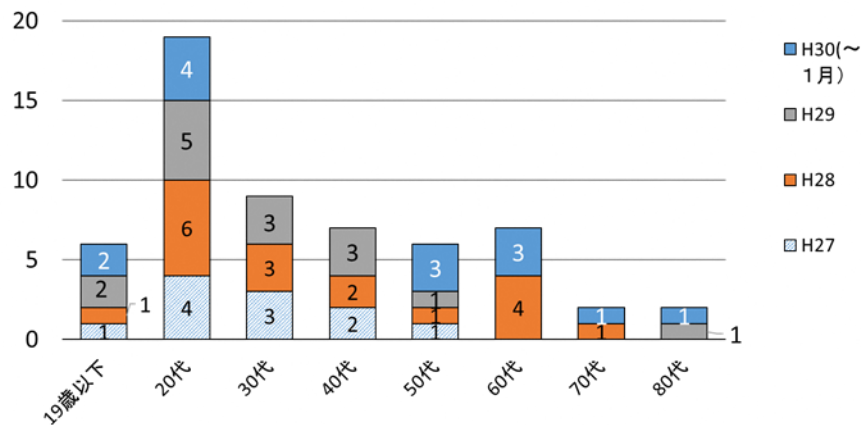
草津市: 死亡小票 1

草津市 未遂者支援の状況について

平成26年度から、湖南圏域において「湖南いのちサポート相談事業」が開始され、救急告示病院を受診した自殺未遂者への相談支援を行うとともに、支援者間での自殺リスクアセスメント、支援の方向性や役割分担の共有を目的とし、アドバイザーを交えて支援会議を実施しています。

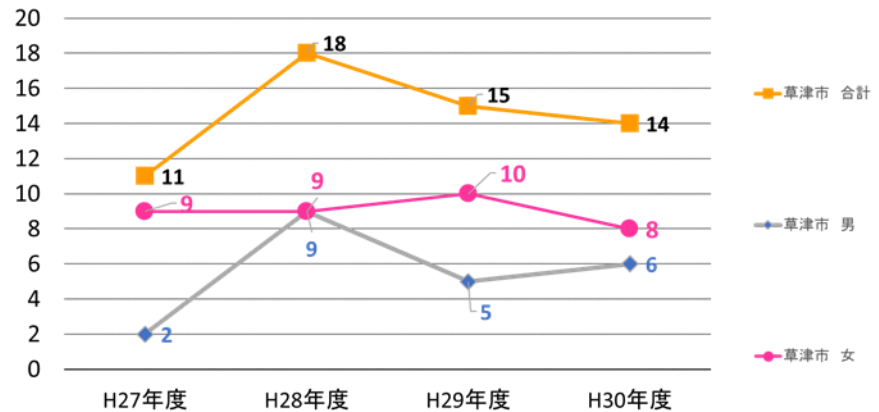
平成30年度は、いのちサポート相談事業として、10人、事業以外のルートでは、4人の未遂者が相談支援につながっています。

2. 年齢階級別新規自殺未遂者支援数(人) (H26年度～H30年度(1月まで))



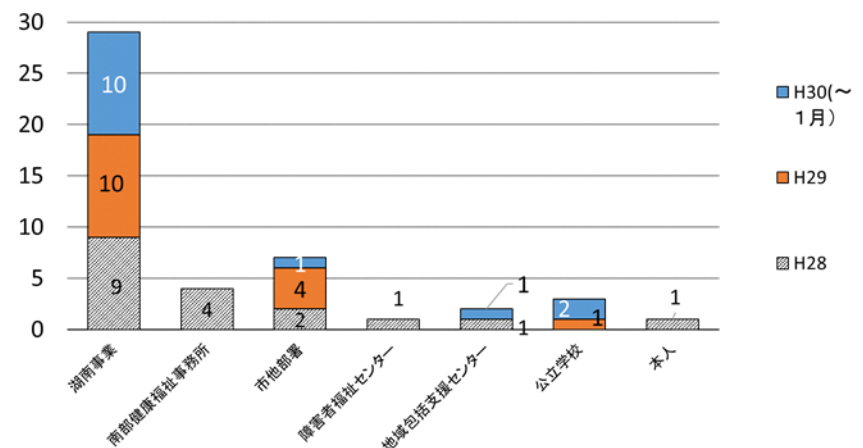
H30年自殺者が最も多かった40代は、H30年度の未遂者支援は0人、自殺者が減少している20代は、未遂者支援が最も多い状況です。

1. 新規自殺未遂者支援数の推移(人) (H26年度～H30年度(1月まで))



自殺者は、男性が多いですが、未遂者支援で関わる方は、女性が多い状況です。

3. 新規自殺未遂者支援の連絡経路(人) (H28年度～H30年度(1月まで))



平成30年度は、湖南いのちサポート相談事業における連絡に次いで、市他部署からの連絡が多い状況です。また、他部署には、民生委員や警察の方から連絡が入っています。

自殺対策の推進に向けて

【自殺者の状況】 40歳代男性が6名

- ・ 欠勤が続き職場関係者が訪問して発見された。
- ・ 障害があり、人にだまされて損失を受けた。
- ・ 生活苦できょうだいに相談していた。

【未遂者の状況】

30歳代、40歳代は、0名

50歳代は、男性1名、女性2名

60歳代は、女性3名

- ・ 幼少期から父のアルコール問題、暴力、配偶者からの暴力があった。（座骨神経痛・脊柱管狭窄症・うつ病）
- ・ 株の投資などによる借金がある。（糖尿病・頸椎ヘルニア・適応障害）
- ・ 長時間勤務等によりうつ病を発症し、精神科病院の入退院を繰り返している。
- ・ 統合失調症
- ・ リウマチ性多発筋症
- ・ 悪性リンパ腫、骨髄移植された方

【実態から想定できる自殺者・未遂者の背景】

- ・ 職場以外にながりがない状況。
- ・ 障害があって孤立しやすい状況。
- ・ 生活苦があって孤立しやすい状況。
- ・ 家庭内で暴力等の問題がある状況。
- ・ うつ病や統合失調症などの精神疾患があり、さらにストレスが強くなるような状況。

【実態からの課題】

本人(働き世代)

- ① ころの健康づくりに取り組む。
- ② 必要な時に相談機関を利用できる。

職場・企業

- ① 従業員に対して、ころの健康づくりの啓発を行う。
- ② 労働環境を改善する。

周りの人・相談窓口

- ① 孤立しない地域づくりを行う。
- ② 気づき、適切な相談機関につなげることができる。
- ③ 専門の相談機関のネットワークを強化する。

第2次計画における関連施策

基本施策3. 健やかなころをはぐくむ

- ◆ ころの健康づくりについての啓発
 - ・ みんなでトーク・出前講座
 - ・ 街頭啓発、広報等で周知啓発
- ◆ 職場におけるころの健康づくりの推進
 - ・ 企業内同和教育推進事業
 - ・ 健康経営推進事業
 - ・ 働き方改革、ワークライフバランスに関する啓発
- ◆ 社会参加といきがづくりの推進

基本施策5. 気づいて行動できる人をふやす

- ◆ 地域住民を対象とした研修の実施
 - ・ ゲートキーパー養成研修、出前講座等

基本施策6. 孤立しない地域づくりを行う

- ◆ 地域での孤立化防止への取組
 - ・ 近所力アップ講座など
 - ・ 学区の医療福祉を考える会議

基本施策7. 相談支援のネットワークを強化する

- ◆ 相談窓口のわかりやすい情報発信
 - ・ 相談窓口の周知活動
 - ・ わかりやすい情報発信の検討など
- ◆ 相談支援のネットワーク体制の充実
- ◆ 民間団体との連携強化
 - ・ 自死遺族会、いのちの電話等民間団体の活動との連携・協働を推進する
- ◆ 各関係機関や福祉分野での人材育成の実施
 - ・ ゲートキーパー養成研修
- ◆ 相談窓口担当者等支援者のころのケアへの取組