

# 自殺総合対策モデル事業

実施主体：北海道

『第3期北海道自殺対策行動計画第3章 当面の重点施策（9）地域の特性に応じた対策を推進④地域ごとの取組の格差を是正するための対策の推進』

モデル地区における一次から三次までの様々な自殺予防対策を組み合わせた複合的自殺対策プログラムの実施

## 別海町における自殺対策

6つの骨子	これまでの取組	いのち支える別海町自殺対策行動計画 5つの基本施策・重点施策
ネットワーク	別海町自殺対策推進協議会の設置 別海町庁内自殺対策業務連絡会議の設置	<p><b>【5つの基本施策】</b></p> <p>(1) 地域におけるネットワークの強化 (2) 自殺対策を支える人材の育成 (3) 町民への啓発と周知 (4) 生きることの促進要因への支援 (5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育</p> <p><b>【3つの重点施策】</b></p> <p>(1) 子ども・若者への対策 (2) 勤務・経営問題への対策 (3) 無職者・失業者・生活困窮者への対策</p> <p>(計画期間：2019～2023年)</p> <p><b>評価指標の検証・評価</b></p>
一次予防	「町民一人ひとりの気づきと見守りを促す取組」 人材育成、自殺予防の啓発、周知・啓発活動	
二次予防	「ハイリスク者・自殺未遂者の再企図を防止する取組」 うつスクリーニング、精神保健相談	
三次予防	「自死遺族に対する取組」 自死遺族相談、傾聴ボランティアの会との連携	
精神疾患	(精神保健相談)	
職域	(ふれあいトーク 宅配講座及び健康教育) (ゲートキーパー研修)	

○北海道自殺対策推進アドバイザーの助言、大学等の協力のもと、町・道立保健所と活動計画を共有し事業を推進  
道庁障がい者保健福祉課の支援・北海道立精神保健福祉センターの技術支援

- ・既存の取組の評価や強化
- ・庁内連携、意識の醸成への協力

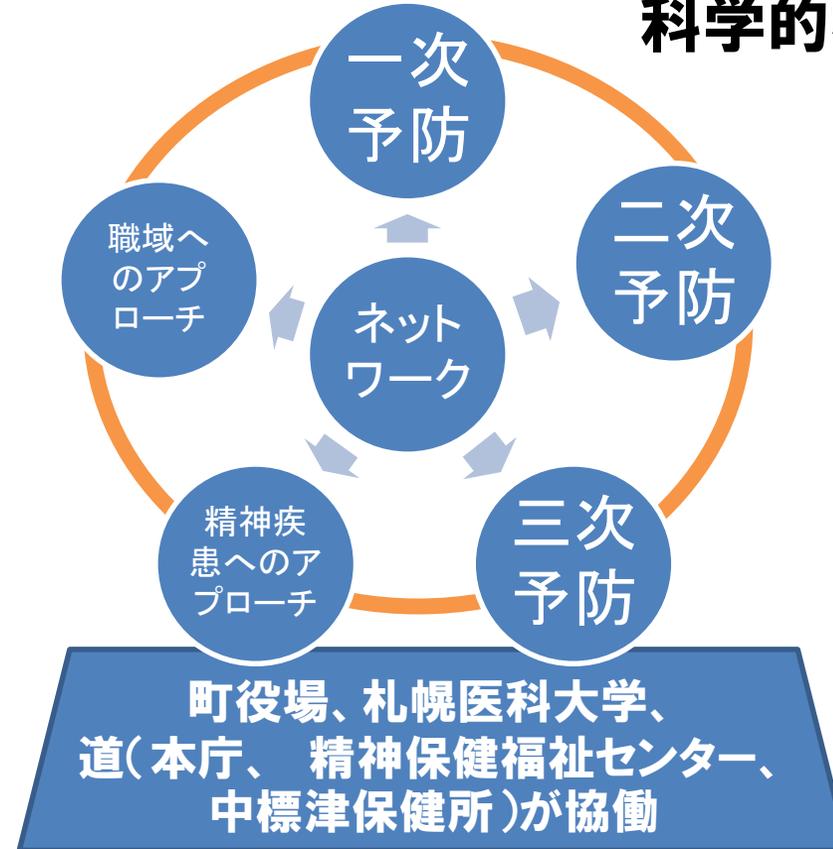
- ・新たな取り組みに対する企画や実践協働
- ・定期的な検証・評価体制

# 「自殺総合対策モデル事業」の実践 ～別海町での展開から～

北海道立精神保健福祉センター

# 自殺総合対策モデル事業概要

科学的根拠に基づく取組



# 総合モデル事業の目指すところ

- 町民一人ひとりの「こころ」と「からだ」の健康を大事にする「自殺が生じることのない」町づくり
- 町民同士、町民と役場の緊密なネットワークの構築  
→災害や他の地域課題にも対応
- 全道・全国に成果を発信  
→別海町モデルの普及

# モデル事業における支援 ～実践と効果～

- (1) ネットワークづくり (トップの理解、町の会議への参画、各種打合せ)
- (2) 一次予防 (新聞折込、啓発グッズ、中高生・教員への講演・研修、GK研修)
- (3) 二次予防 (看護師対象研修、GK研修、教員対象研修)
- (4) 三次予防 (遺族の状況・ニーズ把握、支援検討)
- (5) 職域へのアプローチ (役場衛生管理担当への聞き取り、JA管理職研修)
- (6) 精神疾患へのアプローチ (GK研修、中高生への講演、看護師対象研修)

# モデル事業における支援 ～実践と効果～

## (1) ネットワークづくり

### 町内の基盤づくり

- ・ 町長、副町長、町立病院長に協力依頼
- ・ 役場管理職対象自殺対策研修の開催
- ・ 役場内会議への参画（庁内自殺対策連絡会議・実務者会議、自殺対策推進協議会）
- ・ 町担当者との打合せ、関係者への聞き取り

### 【工夫・効果】

- ・ 当事者意識・主体的に取り組む地域体制づくり（認識共有、部門を超えた協力体制）
  - ⇒ トップダウン、外部介入の強み
  - ⇒ 意識の高いところからつながり一緒に取り組む
  - ⇒ 担当者以外と意識的につながる
  - ⇒ 交流、具体的な問題に対する連携・共同作業

- ・ 情報や相談、協力依頼が入り連携した取り組みも増
- ・ 役場職員全体の研修機会へのニーズ

# モデル事業における支援 ～実践と効果～

## (2)一次予防

- 予防週間、強化月間啓発チラシの新聞折込
- ゲートキーパー研修(民生委員、校長会、JA管理職等)、資源の把握(傾聴ボランティア、サロン活動)
- SOSの出し方教育(中学校)、精神保健講演会(高校)、教育フェスティバルで講演
- 啓発グッズ

### 【工夫・効果】

- 町民一人ひとりの「こころ」と「からだ」の健康を大事にする町づくり

⇒ 町担当者の取組やアイデアをベースに

⇒ モデル事業についても啓発

⇒ 町・保健所の相談窓口の紹介



教育部門からの講演・研修依頼

# モデル事業における支援 ～実践と効果～

## (3) 二次予防

- ・ 看護師対象心のケア研修
- ・ ゲートキーパー研修(民生委員、校長会、JA管理職等)
- ・ 小中学校教職員研修会
- ・ 事例検討会

### 町立病院看護師を対象とした 研修(R1.11.21)



#### 【工夫・効果】

- ・ SOSをキャッチしつなく、支援者の意識醸成と力量形成

⇒ 役場の外部機関を巻き込み後押しにする

⇒ 各機関との認識共有を丁寧に

(モデル事業の説明、現状・問題の共有、ニーズ把握 等)



・ 必要性の実感

・ 認知度・学習意欲・機運の高まり

# モデル事業における支援 ～実践と効果～

## (4) 三次予防

- ・ 遺族と町担当者が全道交流会へ出席
- ・ 遺族支援について助言を得られる場面を設定
- ・ 各研修会で遺族・遺児支援(周りへの影響)について話題にする
- ・ 遺族への丁寧な個別支援

### 【工夫・効果】

- ・ 遺族が孤立化せず、必要時に適切なケアを受けられる地域体制づくり

⇒ 遺族の相談にのる支援者のフォロー、バックアップ

⇒ 自死についての経験や思いを話題にできる  
場面づくり

- ・ 周囲への影響の認識
- ・ 遺族・影響を受けた人への配慮、支援の必要性

# モデル事業における支援 ～実践と効果～

## (5) 職域へのアプローチ

- ・ 役場衛生管理者への聞き取り、復帰支援等への助言を得られる場面づくり
- ・ JA管理職、役員対象メンタルヘルス研修会



### 【工夫・効果】

- ・ 勤労者のメンタルヘルス不調の予防、早期発見・治療につなげる

⇒ 役場担当者が、復帰支援等への助言を得られる場面づくり

⇒ JAとの継続した研修・啓発方法の検討



- ・ 役場内の病休者のスムーズな復帰や再発予防の取組が進行
- ・ 酪農家が抱える問題の共有
- ・ 学習意欲・機運の高まり

# モデル事業における支援 ～実践と効果～

## (6) 精神疾患へのアプローチ

- ゲートキーパー研修(民生委員、校長会、JA管理職等)
- SOSの出し方教育(中学校)、精神保健講演会(高校)
- 看護師対象心のケア研修
- 事例検討会

### 【工夫・効果】

- ・ 精神疾患・精神科治療の理解を広め、早期治療につながる地域体制をつくる

⇒ 教育部門の取組へのバックアップ

⇒ 看護師の意識醸成、期待する役割の明確化

・ 精神科へのイメージの変容

・ 機運の高まり、具体的な役割や体制づくりを求める声

# 令和元年度(2019年度)自殺総合対策モデル事業実績(主な取組・事業)

No	日時	内容
1	H31.4.25(木)	モデル事業企画打合せ(町担当者・保健所)
2	R1.5.30(木)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
3	R1.5.30(木)	町立別海病院 実態及び課題ヒヤリング
4	R1.5.30(木)	別海町庁内自殺対策連絡会議における実態把握及び課題ヒヤリング
5	R1.5.30(木)	別海町自殺対策推進協議会における講義
6	R1.6.14(金)	モデル事業企画打合せ(町担当者・保健所)
7	R1.7.4(木)	SOSの出し方に関する教育講演会
8	R1.7.5(金)	精神保健講演会
9	R1.7.25(木)	町立別海病院 実態及び課題ヒヤリング
10	R1.7.25(木)	JA道東あさひ 実態及び課題ヒヤリング
11	R1.7.25(木)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
12	R1.8.9(金)	モデル事業企画打合せ(町担当者・保健所)
13	R1.8.30(金)	ゲートキーパー研修
14	R1.8.30(金)	上西春別中学校教育フェスティバルにおけるゲートキーパー講演会企画打合せ
15	R1.9	自殺予防週間に合わせたチラシの新聞折込・広報・HP掲載

No.	日時	内 容
16	R1.9.11(水)	モデル事業企画打合せ(JA道東あさひ・保健所)
17	R1.9.21(土)	上西春別中学校教育フェスティバルにおけるゲートキーパー講演会
18	R1.10.17(木)	モデル事業企画打合せ(町担当者・保健所)
19	R1.10.30(水)	モデル事業企画打合せ(校長会・保健所)
20	R1.11.6(水)	別海町庁内自殺対策連絡会議 協議及び活動報告
21	R1.11.21(木)	町総務課 実態及び課題ヒヤリング
22	R1.11.21(木)	町立別海病院打合せ看護職対象心のケア研修会
23	R1.11.26(水)	モデル事業企画打合せ(教育委員会・保健所)
24	R1.12.6(金)	JA道東あさひ管理職メンタルヘルス研修会
25	R1.12.6(金)	別海町校長会ゲートキーパー研修
26	R1.12.6(金)	別海町長面会
27	R1.12.25(水)	モデル事業企画打合せ(町立別海病院・保健所)
28	R2.1.14(火)	別海町教職員対象研修会
29	R2.1.16(木)	別海町自殺対策推進協議会出席
30	R2.1.31(金)	【中止】別海町職員対象ゲートキーパー研修
31	R2.2.28(金)	【中止】町教育委員会 実態及び課題ヒヤリング
32	R2.2.28(金)	【中止】モデル事業企画検討会議 協議及び助言
33	R2.2.28(金)	【中止】町立別海病院、次年度研修企画検討
34	R2.3	自殺対策強化月間に合わせたチラシの新聞折込・広報・HP掲載

# 令和2年度(2020年度)自殺総合対策モデル事業実績(主な取組・事業)

No	日時	内容
1	R2.5.14(木)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
2	R2.6.11(木)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
3	R2.7.8(火)	別海町庁内自殺対策推進協議会
4	R2.7.16(木)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
5	R2.7.21(火)	別海町庁内自殺対策連絡会議
6	R2.8.13(火)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
7	R2.8.25(木)	モデル事業企画検討会 協議及び助言
8	R2.9.1(火)	モデル事業企画打合せ(町担当者・保健所・JA担当者)
9	R2.9.10(木)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
10	R2.9.17(木)	別海町立病院 実態及び課題ヒヤリング
11	R2.9.29(火)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
12	R2.9	自殺予防週間にあわせたチラシの新聞折り込み・広報
13	R2.10	SOS出し方教育打ち合わせ2校(学校長・教頭・町担当者・保健所)
14	R2.10.13(火)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
15	R2.10.29(木)	別海町事例検討会

No.	日時	内 容
16	R2.10.29(木)	別海町長面会
17	R2.11.4(水)	モデル事業企画打合せ(町担当者・保健所)
18	R2.11.12(木)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
19	R2.11.13(金)	SOSの出し方に関する教育講演会 2校
20	R2.12.2(水)	別海町町民意識調査票完成
21	R2.12.7(水)	JA道東あさひ係長・主幹級職員対象ゲートキーパー研修
22	R2.12.22(火)	モデル事業企画打合せ(町担当者・保健所)
23	R2.12	啓発グッズ(チャーム)500作成
24	R3.1.8(金)～ R3.2.5(金)	別海町町民意識調査実施(3000人対象 1300人回収)
25	R3.1.15(金)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
26	R3.1.18(月)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
27	R3.1.25(月)	別海町庁内自殺対策連絡会議・実務者会議メンバー対象ゲートキーパー研修
28	R3.1.26(火)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
29	R3.3.4(木)	モデル事業企画検討会議 協議及び助言
30	R3.3	自殺対策強化月間にあわせたチラシの新聞折り込み・広報・窓口リーフレット作成

※ 別海高校教員対象ゲートキーパー研修・別海町社会福祉協議会職員対象ゲートキーパー研修・別海町職員対象ゲートキーパー研修も予定していたが、新型コロナウイルス感染症の影響等により、中止

# 1年目の成果と課題

## (成果)

- 町職員、関係機関のとらえている自殺やメンタルヘルスに関わる課題、意識を把握、顕在化。取組への反映
- 既存事業の見直し、新たな事業企画
- 担当者へ、町民や関係機関から相談、連絡の増加→自死遺族支援

## (課題)

- モデル事業の評価
- 別海町における対策の推進とともに、地域介入後に町内で活動や取り組みが定着、維持されるような仕掛けと体制整備  
～研修の実施方法、ネットワークづくり
- 全道への普及

# 2年目の成果と課題

## (成果)

- ゲートキーパー研修会(基礎編)の継続→受講者数増加
- 事例検討会の実施→①自死遺族支援の重要性を再認識  
→②町民や関係機関から担当者への相談の増加
- ロードマップを作成し、実施チームの更なる共通認識
- 町民意識調査の実施→町民の意識の把握→対策の方向性
- 評価枠の作成→課題の明確化

## (課題)

- COVID19によるモデル事業実施計画遂行への影響
- 別海町における対策の定着化、維持されるような仕掛けと体制整備
- 医療機関を巻き込んだ体制整備、地域におけるネットワークづくり
- 全道への普及

# 3年目に向けて

- ゲートキーパー研修会（基礎編）のWEB活用による定着化、回数増
- 事例検討会の実施→自死遺族支援の実施（個別支援）
- 町民意識調査結果を町民に還元する場を設定
- 評価枠を使った効果や課題の変化と整理
- 別海町における対策の定着化、維持されるような仕掛けと体制整備の具体化
- 医療機関とのネットワーク整備、強化