

小牧市の自殺対策に関する主な取り組み

1 ゲートキーパー養成講座（平成 24 年度～）

- 対 象：保健連絡員や民生委員、ボランティア、市職員
 目 的：日頃市民から相談を受ける機会の多い保健連絡員や民生委員、ボランティア等を対象に講座を開催することで、悩んでいる人に気づき、話を聴く力を養い、うつ・自殺予防につなげる。

(人)

年度	H24	H25	H26	H27※	H28	H29	計
保健連絡員	220	71	86	74	65	79	595
市職員	89	55	79	79	75	60	437
市民	－	－	－	68	130	193	391
計	309	126	165	221	270	332	1,423

※平成 27 年度からは、ゲートキーパーをより多く養成し、身近に悩む人を支える担い手を増やせるよう、市内のボランティアや民生委員、ゲートキーパーに関心のある方など一般市民向けの講座も開催した。

2 心の相談窓口パンフレットの配布・周知（平成 21 年度～）

- 目 的：多岐に渡るためこころの相談を受ける者が内容に応じ、適切な機関につなぎ、問題解決につなげるとともに、関係機関の連携を図る。

内 容：相談内容、相談先、相談時間、相談場所、相談員、問合せ先などを一覧にした「心の相談窓口パンフレット」を関係機関に配布し活用してもらう。

配 布 先：市役所関係部署、まなび創造館、春日井保健所、小牧警察署、小牧消防署、小牧商工会議所、ハローワーク、各市民センター、各コミュニティーセンター、各障害者相談支援事業所、各児童館、各地域包括支援センター等

3 うつ・自殺対策相談窓口ネットワーク会議（平成 21 年度～）

- 目 的：自殺者は複数の問題を抱えていることが多く、ひとつの機関だけでなく、関係機関が連携を図ることで、相談者の問題解決につなげ、自殺予防につなげる。

内 容：小牧市の自殺の現状報告
 各関係機関自己紹介と相談状況
 精神科医、臨床心理士による講義と事例検討

参加機関：市役所関係部署、春日井保健所、社会福祉協議会、地域活動支援センター、小牧市民病院、障害者相談支援事業所、消防署等

4 こころの体温計(平成 27 年 7 月～)

目 的：自分のストレス状態を把握して、精神症状の早期発見、医療機関につながるよううつ・自殺予防につなげる。

内 容：小牧市ホームページにて自分のストレスをチェックして、相談窓口や医療機関を紹介するツール

年 度	総アクセス数 (件)
平成 27 年度(7 月～)	3 9, 2 5 4
平成 28 年度	1 6, 5 6 6
平成 29 年度	1 1, 3 9 9

5 うつ・自殺予防に向けた啓発（健康こまきいきいきプラン内で実施）

（１）メンタルヘルスセミナー

（２）メンタルヘルス講演会・シンポジウム

（３）啓発グッズの配布

こころのカレンダー作成配布、自殺対策啓発ティッシュ配布

（４）睡眠に関する「しおり」を作成し、薬剤師会を通じて配布

（５）啓発用エコバックの作成配布

6 自己肯定感醸成を目的とした取り組み

（１）小牧市独自の親子健康手帳の作成

（２）自己肯定感獲得動画の作成、啓発

（３）生と性のカリキュラム＝親・地域版＝の推進

・保健連絡員及び保健連絡員 OB による赤ちゃん訪問

・出前講座「育てよう！自己肯定感」の実施

（４）生と性のカリキュラム＝小学校・中学校版＝の推進

・小学校 2 年生、中学校 3 年生、高校と連携し、健康教育を実施

7 関係機関での取り組み

（１）市内中学校での健康教育

平成 27 年度から中学校の生徒に対し、自殺予防について、学級活動などの時間に、指導案を基に養護教諭、担任が指導する。

県が生徒（中学生）向けと保護者向けリーフレットを作成し、配布した。

中学教職員向けの自殺に関する研修を毎年実施している。