

# 令和5年度 自殺対策の取組み（保健予防課）

資料4

## 1 研修

### (1) ゲートキーパー研修（現時点）

大綱13関連

日 時	会 場	参加者(人)	備 考
4.6 (木) 14:00 (実施済)	市庁舎11階	65	新規採用職員研修 市職員 1時間
5.30 (火) 13:10 (実施済)	前橋地方検察庁	102	出前講座 検察庁職員 1時間
6.6 (火) 13:10 (実施済)	前橋地方検察庁	82	出前講座 検察庁職員 1時間
6.21 (水) 13:30 (実施済)	第二コミセン	38	自殺予防実務者研修 市職員 1.5時間
8.29 (火) 13:30	第二コミセン	60	公募 一般成人 1.5時間
9.11 (月)	総合福祉会館	150	理容士協会 30分
9.28 (木) 14:00	第二コミセン	60	市民健康講座 一般成人 1.5時間
9.1 (金) ~30 (土)	動画配信	30	公募 一般成人 県作成動画 1時間
10.	前橋国際大学	100	寄付講座 学生 1.5時間
11.7 (火) 13:30	市庁舎11階	25	自殺予防実務者研修 市職員 1.5時間
2.19 (月) ~3.10 (日)	動画配信	30	公募 一般成人 県作成動画 1時間
3.4 (月) 13:30	第二コミセン	60	公募 一般成人 1.5時間
計		802	

## (2) YouTube動画によるゲートキーパー研修

- ・前橋市公式YouTubeチャンネルにて研修動画を継続して公開。

### 【参考】

動画タイトル	公開日	動画時間	平均視聴時間	視聴回数	
				～R4.3.31	R4.4.1～R5.3.31
大切な命を守るためにできること	R3.8.30	7:27	2:06	259	306
メンタルヘルスファーストエイド	R3.10.22	4:31	1:50	195	368
自殺を考えている人の心理	R3.11.19	4:44	1:43	1,437	9,143
自殺の危険因子、防御因子	R3.12.16	4:19	1:31	256	252
避けたい対応編	R4.3.6	3:08	1:22	90	141
正しい対応編	R4.3.6	4:01	1:30	71	100

- ・ショート動画（15秒程度）を作成し公開予定（新規）



### (3) 心のサポーター(通称：ここサポ) 養成事業

新規事業

大綱13関連

令和5年度より心のサポーター養成事業（厚生労働省事業）を実施。

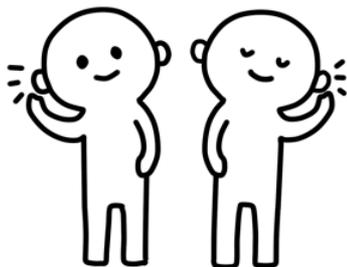
#### 〈概要〉

日時：10月31日予定

会場：第二コミュニティセンター

定員：30名

#### こころサポーターの役割



つらいとき、苦しいときに  
誰かがそばにいてくれるだけで  
こころが軽くなることがありますよね

身近な人のこころの不調に気づき、  
耳を傾け、“てあて”をすること

それがこころサポーターの役割です



## 2 周知啓発活動

### (1) 自殺予防相談カードの設置（令和4年度～）

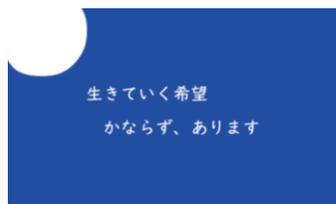
設置場所の拡大を行う（ドラッグストア、大型商業施設等）。

\* R5.4.19 クスリのマルエ市内8店舗×各100枚＝計1,600枚設置依頼（済）

\* R5.6.30 フレッセイ市内12店舗に1,000枚の追加設置依頼（済）

大綱13関連

男性トイレ用



女性トイレ用



## 令和4年度実績

### 1 設置依頼

- ・ R4.11.28 フレッセイ市内12店舗 ×各100枚＝2,400枚
- ・ R4.11.28 市庁舎・市有施設11か所×各100枚＝1,200枚

### 2 設置後相談件数 計11件

#### (1) 相談者属性

性別		年代						相談手段	
男性	女性	40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	不明	電話	来所
6	5	0	1	3	2	0	5	9	2

#### (2) 相談内容

分類	就労関係	親族関係	人間関係 (職場・親族以外)	生活困窮	体調不良	自身の考え方	新型コロナ
延計	4	2	1	1	1	4	1

## (2) 大学への働きかけ

各大学に出向きメンタルヘルスを含む健康相談体制を確認するとともに、前橋市における精神保健相談業務及び相談機関一覧について情報提供を行う。

	学 校 名		備 考
1	群馬大学	健康支援センター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・相談体制の確認</li> <li>・相談機関一覧について情報提供</li> </ul>
2	前橋工科大	保健室	
3	群馬医療福祉大学	前橋校保健室	
4	前橋国際大学	保健室	

## (3) 職域への働きかけ

機 関 名	内 容
ウエルネス企業	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康増進課が発行している「ウエルネス通信」にメンタルヘルス、自殺予防についての記事を掲載（6月号）。</li> <li>・ゲートキーパー（動画）研修の案内を配信。</li> </ul>
前橋市 商工会議所	<ul style="list-style-type: none"> <li>・商工会議所が発行している情報誌「糸都」に、メンタルヘルス、自殺予防及び企業向けゲートキーパー研修の案内記事を掲載（9月号）。</li> </ul>
ジョブセンター前橋	<ul style="list-style-type: none"> <li>・相談体制の確認、相談機関一覧について情報提供。</li> <li>・ゲートキーパー研修の案内。</li> </ul>
職業安定所	
障害者職業センター	
障害者就業・生活支援センター	

大綱13関連

等



### 3 相談対応の構築

大綱13関連

うつ病ココロの相談+の実施

新規事業

「最近眠れない」「楽しめていたことが楽しめなくなった」「食欲がなくなった」「療養のコツはなにかあるかな」「家族がどのように対応したらよいのか」等のうつ病・自殺に関する相談に対応

- 日程：毎月第2火曜日 13:30~15:30  
(広報上は上記、随時実施も可能)
- 方法：電話・面接  
保健師・精神保健福祉士が対応
- 事業周知：広報・ホームページ

ココロ 足す

うつ病ココロの相談+

- 最近眠れない・楽しめていたことが楽しめなくなった・食欲がなくなった
- 療養のコツはなにかあるかな
- 家族がどのように対応したらよいのか
  
- 毎月第2火曜日13:30~15:30
- 保健師・精神保健福祉士の相談です  
お電話ください

こころの健康係  
☎ 027-220-5787