

活動成果報告書

令和4年度（第26回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ コロナ禍における心の健康づくりの取り組みと被災者支援	
グループ名称・氏名(グループの場合は代表者名) あさぎり町役場 健康推進課 代表者：堅野 洋子	
勤務先：あさぎり町役場 所 属：健康推進課 所在地：〒868-0408 熊本県球磨郡あさぎり町免田東1199 TEL：0966-45-7216 FAX：0966-49-9535	

◇活動方針

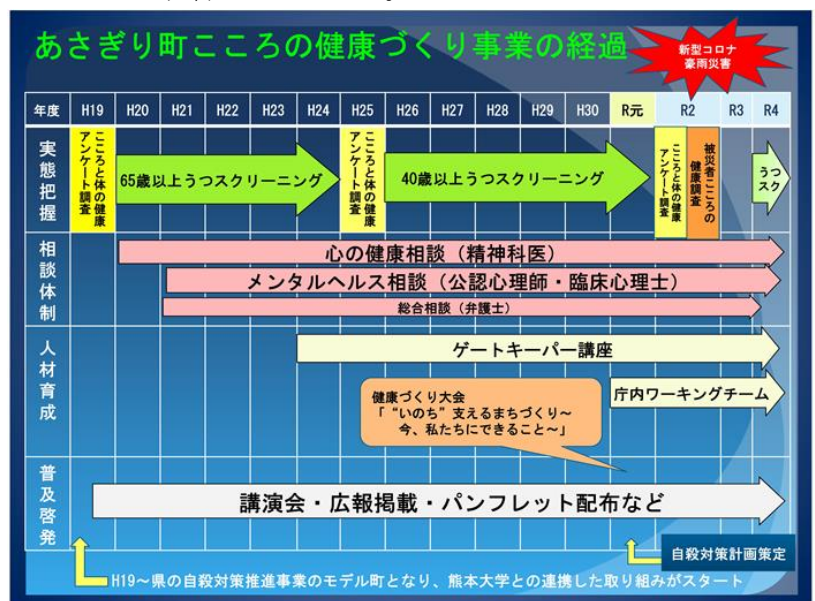
熊本県あさぎり町は県南部の山間地で、近隣に精神科医療機関がなく自殺率が高い地域にある。そこで平成20年度から、熊本大学医学神経精神科の協力のもと、高齢者のうつスクリーニング事業をはじめとする心の健康づくりに取り組んできた。

本町では、平成31年に「あさぎり町いのち支えるまちづくり推進計画（自殺対策計画）」を策定し、町全体で取り組みを進めている。

令和2年以降、新型コロナウイルスの感染拡大が長期化していることは、感染に対する不安や行動変容に伴うストレスから、住民のメンタルヘルスへの影響が懸念される。

また、熊本県南部を中心に甚大な被害をもたらした「令和2年7月豪雨」は、本町においても、被災者のメンタルヘルスに与える影響は大きかったと思われる。

本町では、これまでの大学との取り組みを活かして、令和2年度からコロナ禍におけるこころの健康づくり、および豪雨災害後の被災者のメンタルヘルス支援について取り組んでいる



活動成果報告書

◇活動内容とその成果

<活動内容>

1. 町民の実態把握とハイリスク者の早期発見・早期介入

1) 令和2年度あさぎり町こころとからだの健康づくりに関する調査

・調査対象：20～79歳までの町民1,200人対象（無作為抽出）

・有効回答数：459人（有効回答率38.3%）

・Q1「新型コロナウイルスでの生活の変化」

→「外出することが怖くなり外出が不安になった」と回答した人 50.6%

・Q2：一番ストレスを感じること

→50代以下の世代では、仕事でのストレスが多くを占め、40-50代女性では家庭のことでのストレスが最も高かった。60代以上では、健康・病気および老い・老後のことをストレスだと感じる人の割合が高かった。

2) 令和2年7月豪雨災害被災者支援活動（①健康訪問調査②こころの健康調査）

①健康訪問調査（床上浸水：51世帯、床下浸水：70世帯）

→片付けによる腰痛、足のケガ、脱水、疲労、血圧上昇など。「うちの家よりも隣が大変だったから・・・」と、ボランティアを断る世帯あり。⇒今後、メンタル不調が懸念されたケースあり

②「こころの健康調査」（175名回答/被災者365名中⇒抑うつ傾向・PTSD傾向・・・28名(16%)

⇒実態把握からの今後の課題・・・働く世代のメンタルヘルス対策 ○町民全体への周知啓発

2. 相談体制の継続、他の関係機関との連携

1) 感染対策に努めながら、相談体制を止めずに実施 ⇒毎月1回開催（令和3年度 延べ49件）

2) ケースに応じて、関係機関等との連携 ⇒町民も相談を受けた人も“孤立させない”

3. 自殺対策を支える人材育成

1) ゲートキーパー講座（町内理美容事業所）11名

2) 妊産婦メンタルヘルス支援研修会（町内保育園等、母子保健推進員）30名

3) 「コロナ禍におけるメンタルヘルス」研修会（町ささえ愛福祉ネットワーク代表者連絡会）45名

4) 庁内ワーキングチーム 2回延べ21名

5) 庁内合同研修（安全衛生委員会、庁内ワーキングチーム）「思いやりあふれる職場づくり」12名

【ゲートキーパー講座】



【庁内ワーキングチーム】



グループワーク
テーマ
「どの部署に相談に来られても、必要な支援（窓口）につながるために・・・」

活動成果報告書

4. 普及啓発

1) あらゆる機会を通して、相談窓口の情報や健康二次被害予防についての普及啓発

2) 睡眠を切り口とした「こころの健康づくり」啓発事業

①令和3年度出張睡眠市民講座（睡眠健康推進機構）の開催 33名

②県「人生100年くまもとコンソーシアム」（精神・神経疾患分科会）において、令和4年度モデル町として「睡眠障害予防啓発事業」へ参加 ⇒町で睡眠講座の開催 110名

【ワクチン集団接種会場での待機時間の活用(健康2次被害リーフレット配布)】



【県との連携事業(睡眠講座)】



<活動成果>

- ・調査結果および個別のケース対応を通して、町民の実態が把握でき、コロナ禍および豪雨災害後の町の健康課題がわかり取り組みの方向性がみえてきた。
- ・現状や調査結果など目に見える形で、町内外に発信し続けることで、自殺対策やこころの健康づくりに関心を持つ人が増え、協力が得られることを実感している。
- ・コロナ禍、災害を経験したからこそ、今何が出来るか、何をしなければいけないかを、スタッフおよび関係者と話し合いながら取り組みを進めるようになった。
- ・同じような目的・目標を持つ関係者・関係機関とつながることで、それぞれの事業の推進、課題解決につながる。

◇今後の計画～「自殺対策」は日々の保健活動の積み重ね～

- ・大学をはじめ関係機関とのこれまでのつながりを大切に、今の状況で出来ることは何か？の視点で考え、コロナ禍であっても自殺対策やこころの健康づくりを含めた保健活動の取り組みを止めることなく実施していく。⇒大学と連携し、働き世代を対象にした「睡眠講座」のオンライン開催の計画
- ・関係機関と連携し、目の前に起きている現状から、将来起こりうる健康課題の予測と早めの対応（アルコール等の依存症、ひきこもり、生活困窮、虐待・・・）⇒庁内全体で相談体制の在り方についての検討
- ・今後、起こりうる大規模災害等への備えとして、他の健康づくり事業と連動させながら、平時から住民のセルフケア能力を高めていく ⇒「あさぎり健康21計画」と合わせた事業の推進
- ・個別のケース対応を通し、事例を重ねていくことで、町全体の健康課題の把握、町の施策へ反映 ⇒令和4～5年度、熊本大学と40歳以上を対象にした「うつスクリーニング」の共同実施と、スクリーニング結果を活かした「こころの健康づくり」に関する普及啓発
- ・町民と町民、町民と関係機関、関係機関同士の、それぞれが持つ力を、発揮できるようにつないでいく ⇒個別支援（ハイリスクアプローチ）だけではなく、庁内全体で社会参加を促す環境整備（ポピュレーションアプローチ）