

## コミュニティにおける自殺予防 —地域精神保健の立場から—

矢田部 裕介

医療法人信愛会 玉名病院



### 略 歴

- 2011年  
熊本大学大学院生命科学分  
野脳機能病態学分野  
特任助教
- 2013年  
熊本大学医学部附属病院  
神経精神科 助教
- 2014年  
熊本県精神保健福祉セン  
ター 次長
- 2017年  
熊本こころのケアセンター  
所長
- 2021年  
医療法人信愛会玉名病院  
常勤医

自殺対策は、生きやすい社会を作る「世直し」と、生きることに困難を抱えている人に寄り添いながら支援する「生きる支援」とに大別される。例えば熊本県では地域住民が気軽に集い、支え合う地域の拠点として「地域の縁がわづくり」に取り組んでいる。これは誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせるよう地域福祉の創造を目指した事業だが、生きやすい社会を作る「世直し」と言える。一方で、精神科診療や行政による精神保健活動、いのちの電話などの電話相談事業は生きる支援に該当するだろう。本シンポジウムではコミュニティにおける「生きる支援」に焦点を当て、熊本県精神保健福祉センターでの取り組みを中心に紹介したい。

自殺予防の取り組みは、事前予防(プリベンション)、危機対応(インターベンション)、事後対応(ポストベンション)に分けられる。熊本県精神保健福祉センターでは事前予防として、ゲートキーパー養成研修や自殺対策従事者に対するストレスマネジメント研修、自殺予防週間や自殺対策強化月間などを通じた啓発を行っている。また、危機対応としては、適切な精神科医療を受けられるように、うつ病や自殺予防を含めたメンタルヘルス課題に対する電話・来所相談を随時実施している。さらに、事後対応として自死遺族支援を行っている。具体的には、自死遺族個別相談や自死遺族グループミーティングを定期的に開催している。

多岐にわたる自殺予防事業の中でも、ゲートキーパー講師養成講座や若者版ゲートキーパー養成プロジェクトなど、熊本県のゲートキーパー養成事業は特色ある展開をみせている。また、平成28年熊本地震では最大4万千人が仮設住宅に入居したが、各地で地域支え合いセンターが立ち上がり、被災者の総合的見守りを担った。ゲートキーパー・スキルは地域支え合いセンター職員が被災者の中長期的心のケアを実施していく上でも有用であった。当日は、演者が地域精神保健活動で経験した自殺念慮を抱えるケースを提示し、実際の対応の流れについても紹介したい。

なお、本発表に関して開示すべき利益相反はなく、事例提示に際しては個人情報保護に配慮し、症例提示の趣旨に差し障りのない範囲で改変を加える予定である。