



# ひとりで悩まないで 誰かに話してみませんか

～自殺対策の一環として導入した  
ストレス専門診療相談の波及効果～

平成23年1月7日(金)

第21回宮崎県地域健康推進研究会  
宮崎県精神保健福祉センター

# 1. 研究概要

「こころの健康アンケート調査」(H17～H18)

就労男性

結果

「助けを求めることへの恥ずかしさ」

「うつ病初期に誰にも相談しない」

H16～H17

自殺対策以前

診療相談Data

「診療相談機能」が  
自殺対策に  
どのように関与したのか？

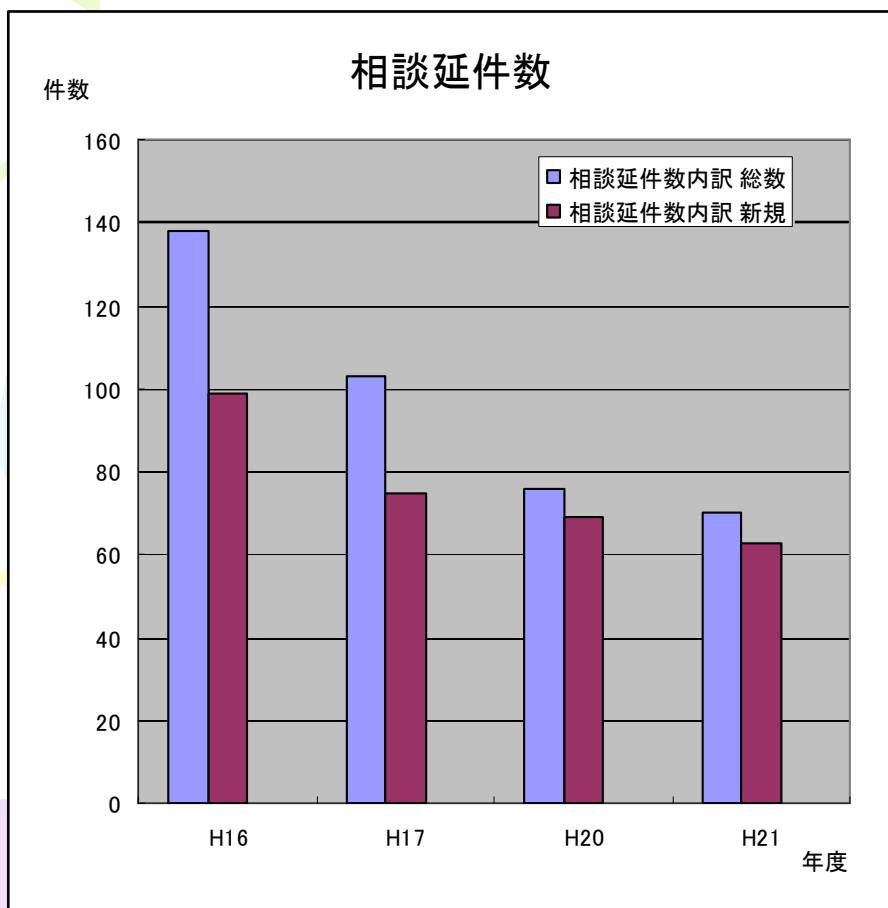
H20～H21

自殺対策本格化後

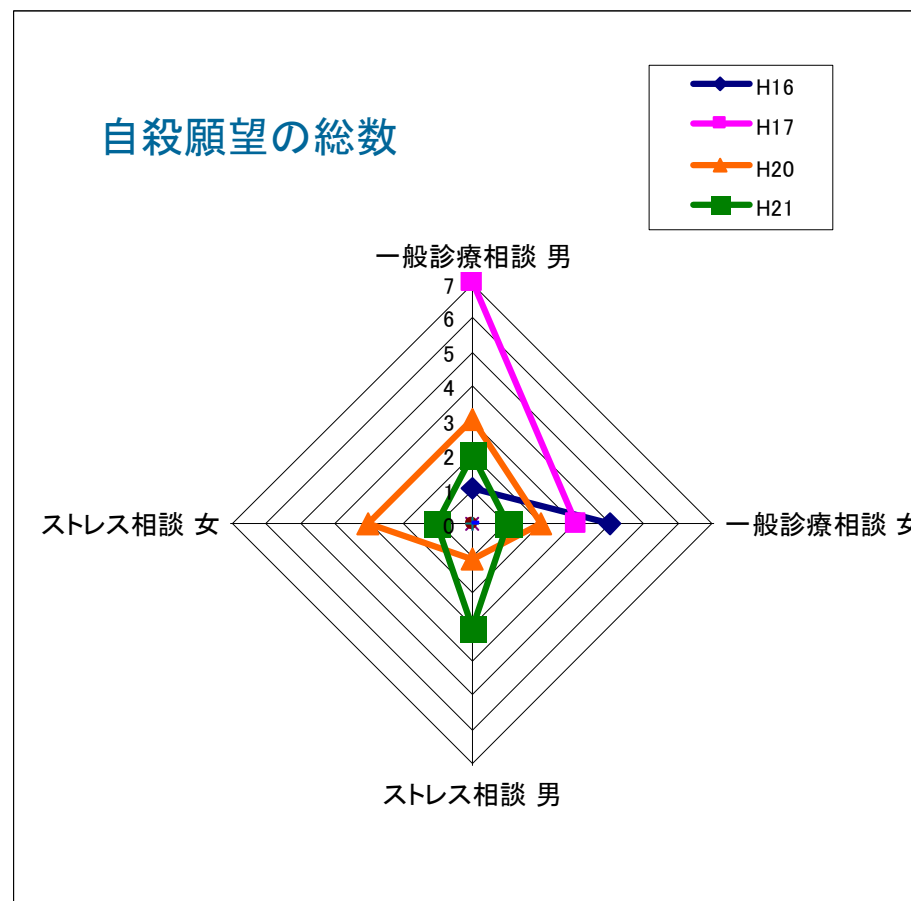
診療相談＋ストレス  
相談Data

比較検討

## 2. 検討結果①

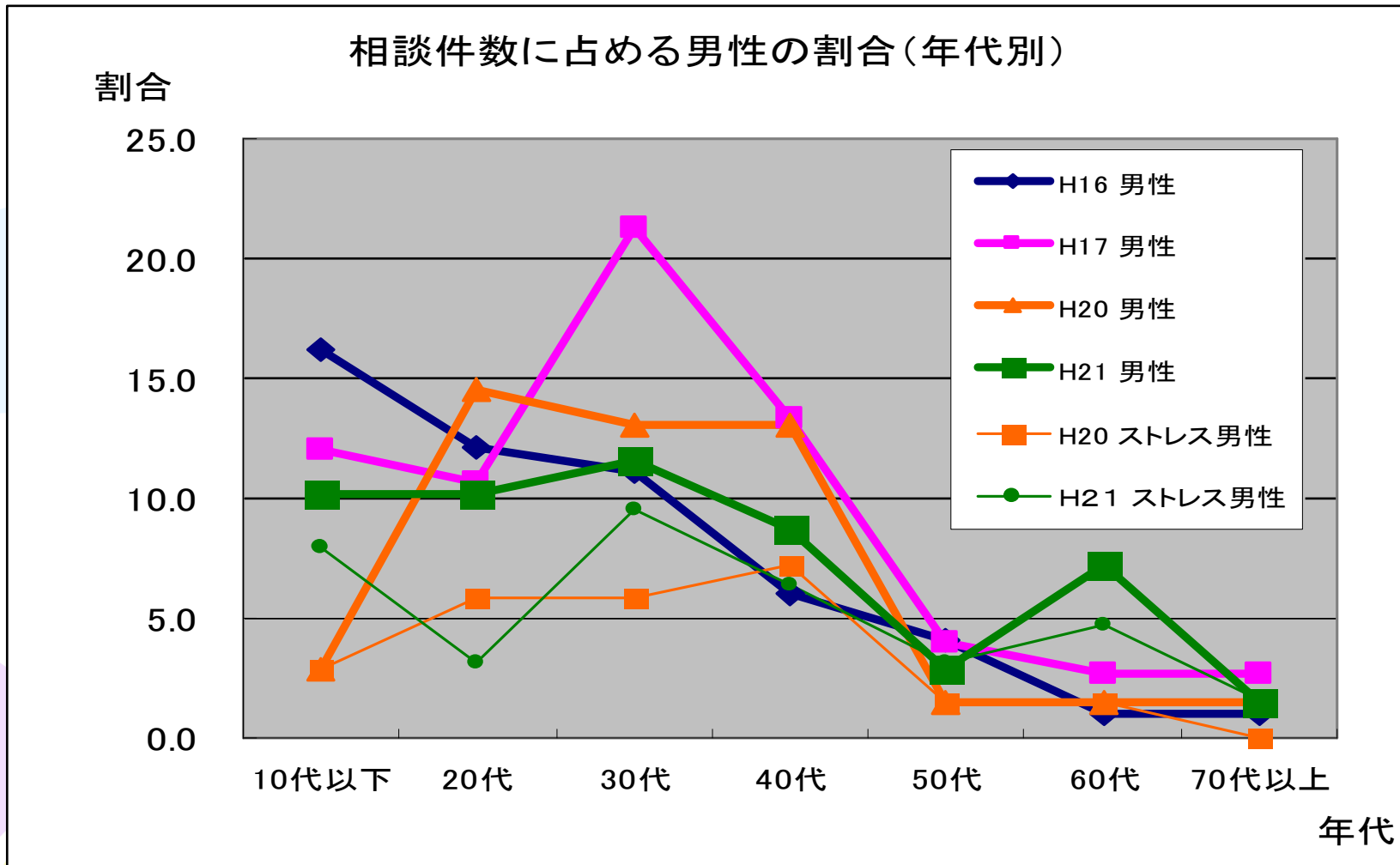


新規者の割合が年々増加し、自殺対策本格化後(H20~H21)は約9割を占める。



紹介元は、医療機関、相談機関等に加え、警察、ハローワーク障害者サポートセンター、自殺防止センター等多岐にわたる。

## 2. 検討結果②



## 2. 検討結果③

	相談 日数	相談 件数	事後対応					
			受診勧奨 (%)	男性	女性	医学的助言・ 指導等のみ	セルフヘルプ グループ紹介	関係機関等紹介
H16	68	138	20 (14.5)	11	9	112	7	1
新規	57	99	16 (16.1)	9	7	75	7	2
H17	64	103	7 (6.8)	5	2	86	7	3
新規	56	75	7 (9.3)	5	2	59	7	2
H20	49	76	30 (39.5)	15	15	43	3	7
新規	49	69	<b>29 (42.0)</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	36	2	2
再)ストレス相談	28	39	14 (35.9)	7	7	24	0	1
H21	40	70	33 (47.1)	21	12	37	5	21
新規	39	63	<b>30 (47.6)</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	32	0	21
再)ストレス相談	28	38	17 (44.7)	12	5	20	0	1

### 3. 考察

「ストレス専門診療相談」導入後以降、診察後の受診勧奨の割合が増加し、こころの不調を感じている人が適切な医療につながる機会が増加していると考えられる。

相談の前後でさまざまな関係者とのつながりを感じ、自殺のプロセス全体を考えると社会的な支援につながっていると考えられる。

## 4. まとめ

当センターの診療相談が自殺対策に関与した点

男性にとって相談しやすい環境(独立機関・ネーミング)

- ①ゆとりある相談時間(聴く)
- ②本人・家族や関係者の相談(気づきを促す)
- ③グレーゾーンの道筋(方向性を示す)
- ④複雑困難な事例への関係機関連携

(つなぐ)