

施 策	: 1 2 3	こころと身体 <span>の健康対策の推進</span>
基本事業	: 1 2 3 0 2	こころ <span>の健康づくりの推進</span>

### 主な取組内容

・県民一人ひとりのこころの健康を保ち、健やかに生活できるよう、うつ・自殺対策を推進します。

## 1 普及啓発事業 自殺予防対策

こころの健康づくり・自殺予防に関する普及啓発を自殺対策強化期間に重ねて、津庁舎1階ロビーでのパネル展示や津市のイベント開催時に啓発物品の配布を行いました。

開 催 日	内 容	開 催 場 所	対 象
平成24年9月10日	自殺予防週間における街頭啓発	近鉄津新町駅前	市 民
平成24年9月7日 ～9月14日	自殺予防週間における啓発コーナーの設置	津庁舎1階ロビー	庁舎利用者
平成25年3月1日	自殺対策強化月間街頭啓発	近鉄津新町駅前	市 民
平成25年3月15日 ～3月22日	自殺対策強化月間における啓発コーナーの設置	津庁舎1階ロビー	庁舎利用者

## 2 人材育成事業

### (1) メンタルパートナー養成研修

保健所実施のみ

開 催 日	対 象 者	回 数	受講者数
平成24年4月1日 ～平成25年3月末日	医・看護・栄養他学生等	6回	22名
	理美容関係者	3回	237名
	事 業 所 等	4回	165名
	県 職 員	6回	274名
	合 計	19回	698名

### (2) こころの健康づくり研修（出前授業）

早期からこころの健康について理解する場が望まれ、出前授業等を通しこころの健康づくりに取り組みました。

開 催 日	内 容	開 催 場 所	対 象	人 数
平成24年6月29日	大切な体とこころ	津市立村主小学校	6年生	21名
平成24年7月13日	いのちの教育「生と性」	三重県立久居農林高等学校	2年生	16名
平成24年7月19日	いのちの教育「生と性」	三重県立みえ夢学園	午前午後の部	160名
平成25年2月8日	大切な体とこころ	津市立櫛形小学校	5年生	22名
平成25年3月11日	いのちの教育「生と性」	三重県立みえ夢学園	夜間の部	110名

### (3) 先進地視察

開催日	内容	行き先	対象
平成24年12月 17日～18日	うつ・自殺対策における認知行動療法について	沖縄県立総合精神保健福祉センター	4名 (内1名市職)

### (4) 精神保健福祉研修

津地域自殺・うつ対策ネットワーク組織研修会

開催日	内容	開催場所	対象	人数
平成25年 1月18日	講演「うつ・自殺対策における認知行動療法について」 講師 沖縄県立総合精神保健福祉センター所長 仲本 晴男 氏	三重県 勤労者 福祉会館	保健・医療・ 福祉関係者 こころ津 むぎねっと	111名

津市こころの健康づくり研修会に共催

日時：平成25年3月2日

参加者：260名

内容：講演と笑いヨガ実技：「笑いはこちらの栄養」、健康づくり展示

講師：高田 佳子 氏（日本笑いヨガ協会代表 一級建築士）

## 3 関係機関との連絡調整

### (1) 津市自殺対策事業担当者会議への参画及び事業への協力

#### ア 普及啓発事業

こころの健康づくりやうつ病についての啓発と、関連する相談機関の紹介をするチラシの作成やリーフレットの配布等による啓発の実施。

こころの健康づくり講演会の開催

#### イ 人材育成事業

津市の実施するメンタルパートナー養成研修

津市職員対象研修会

### (2) 三重県内自殺予防対策情報共有の会への参加

県内の保健所・市町の自殺対策についてどのような取組を行っているのか、自死遺族の会等居住地を越えた情報提供、効果的な取組等意見交換に参加しました。

## 4 相談事業

「こころの病気や悩み相談」窓口を、ホームページ並びに津市広報同時配布相談窓口一覧に掲載し周知を実施しました。