

## 【事例 H29-32】佐賀県

## 若年層に対するこころの訪問相談

【概要】若年出産や育児支援環境が整わない等の理由で、子育てをきっかけに精神面が不安定なるが、子育て中は育児に追われて相談や通院に行くことが困難である。母子手帳交付のアンケートや、産後2ヶ月の赤ちゃん訪問時に行うメンタルヘルススクリーニングにより、必要と判断した方に助産師等が訪問し自宅でじっくり話を聞き、育児のことなど目の前の気になること一つ一つに丁寧に相談にのることで、安心感を与え、孤独と不安を解消させ、適切な機関につなげ見守る。産後うつ等のため不安や悩みのある方に、助産師等が訪問して自宅でじっくりと悩みを聞く。

## 【大綱の分類】

5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
7. 社会全体の自殺リスクを低化させる

## 【政策パッケージ分類】

該当なし（その他、妊産婦）

【事業実施年度】 2018年度事例（2018年度から2019年度）

【事業予算】 36,000円（2018年度）

## 【利 点】

- ▼ 外出することに抵抗がある方に対し、自宅に行くことで安心して話をするができる。
- ▼ 相談日を設けても決まった日に行くのは困難な方に、希望日に訪問できる。
- ▼ 産後うつ等の場合は不安の内容が育児や産後の体の変化に関することが多いので、助産師等が話を聞くことで、細かい不安を解消することができる。

## 【実施に至るまで】

**産後うつ等のある方へ訪問相談を実施する理由**

- ① こころの相談（月に1回）の利用者が少ないが随時の電話相談は多い
- ② 相談したいと思っても、産後は外出しにくく孤立している方が多い
- ③ 産後は子育てなどやることが多く、細かいことが気になり不安が蓄積する
- ④ 産後の体の変化や子育てについての専門家の方が適している
- ⑤ 精神科既往歴ありの妊産婦は増加しているが利用できるサービスがない

**計画立てる上での工夫**

- ① 母子保健担当に事業の趣旨を伝え、母子手帳交付時のアンケートや赤ちゃん訪問時のメンタルヘルススクリーニングにより、該当するケースがあれば連絡をもらうようにした
- ② 訪問をお願いする助産師等に趣旨を伝え、理解を得て依頼した
- ③ 初回に利用者（ケース）や家族と話をし要望や体調に合わせて実施できるようにするが、概ね1・2ヶ月に1回のペースで6ヶ月を目処に行い、必要なら延長するようにした

**具体的な内容**

- ▼ 母子保健担当から情報提供
  - ・事業の対象として適切かどうか判断
  - ・家庭環境や医療状況の確認
- ▼ 利用者（ケース）への趣旨説明
  - ・精神保健担当者と母子保健担当と同行訪問
  - ・利用者（ケース）へ事業の趣旨説明
- ▼ 実際に訪問する助産師等に事業内容説明（同日に実施）
  - ・利用者（ケース）の詳細説明
  - ・精神保健担当者と同行訪問
- ▼ 実際に訪問する助産師等による継続訪問
  - ・訪問の実施（利用者との日程調整含む）
  - ・経過報告（記録の提出・今後の関りの検討）

**【成 果】**

- ▼ 実績 10月1件、3月1件
- ▼ 利用者（ケース）の不安の軽減
- ▼ 医療機関との連携・調整
- ▼ 福祉サービス等の利用促進
- ▼ 家族が利用者との接し方を理解し、声掛けや家事等の支援が得られる。

**【補 足】**

- ▼ 自殺対策強化月間広報内容

3月は自殺対策強化月間です～自殺者全体は減少傾向ですが、若年層は横ばい状態です  
自殺を少しでも防ぐためにできること

- 気付き**：家族や仲間の変化に気付いて、声をかける
- 傾聴**：本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- つなぎ**：早めに専門家に相談するよう促す
- 見守り**：温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

**こころの健康相談**

毎月第2木曜日 9:30～12:00

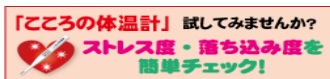
Tel.0954-66-9120

嬉野保健センター（要予約）

\* 訪問による相談も行っています。お気軽にご利用ください

「こころの体温計」でメンタルヘルスチェック！してみませんか？

- ・パソコンからの利用は、  
<https://fishbowlindex.jp/ureshino/>  
または市ホームページの以下のマークをクリック！
- ・携帯電話・スマートフォンからの利用は、  
QRコードをご利用ください。



利用料：無料  
通信料：自己負担

結果画面(例)

**こころの体温計 (本人モード)**

ご本人の健康状態や人間関係、住環境などの4択式の質問13問に回答していただくと、ストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。

**【赤金魚】自分の病気などのストレス**  
※レベルが上がる毎にケガをしていきます

**【水の透明度】落ち込み度**  
※レベルが上がる毎に水が濁っていきます

問い合わせ先 塩田庁舎 健康づくり課 0954-66-9120

【課題】

- ▼ 利用者（ケース）の掘り起こしが困難。
- ▼ 利用者（ケース）の人数や訪問回数の予測がしにくい。
- ▼ 実際に訪問する助産師等の確保が困難。

【事業種別】	若年層に対するこころの訪問相談	
【準備期間】	60日	
【人数】	2人	
【人口規模】	26,000人	
【財政規模】	15,000,000円	
【自治体負担率】	66%	
【事業対象】	若年層	
【支援対象】	若年層	
【委託の有無】	無	
【実施主体・問合せ先】	嬉野市健康づくり課	TEL : 0954 (66) 9120 Mail: hoken@city.ureshino.lg.jp

【参考資料・文献】

- (ア) 妊産婦メンタルヘルスマニュアル：公益法人日本産婦人科医会：2017年7月
- (イ) 嬉野市ホームページ：<https://www.city.ureshino.lg.jp>