

平成23年度

## 自殺予防ゲートキーパー専門研修案内

全国の自殺者は、平成10年以降毎年、ほぼ3万人であり、北海道でも、毎年1,500人前後の方々が自ら尊い命を絶っています。自殺は様々な要因が複雑に関係して、心理的に追い込まれた末の死であり、自殺を考えている人は悩みを抱えながらもサインを発しています。

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。悩んでいる人へのゲートキーパーとなるには、自殺を考えている人の苦しさをよく聴くことや、相談支援のスキルを高める訓練が必要です。

### ◆研修の主旨

北海道では、平成21年度から2年間全道14ヶ所で「自殺予防ゲートキーパー研修」を実施し、保健・医療・福祉、労働、教育等の専門職やボランティア、当事者団体・組織の方々等、地域の各分野で相談・支援や声かけ・見守りを行う方々1,350人が受講されました。

平成23年度においては、受講者などへのフォローアップとして、働く人や高齢者にテーマをしばり、更なるスキルアップを目指して「専門研修」を開催します。

また、民間団体の協力を得て、相談技術を中心としたセミナーや職場での対応技術等の講座を合わせてご紹介しますので、相談技術等の研鑽機会としてご活用ください。



# 専門研修 | 北海道主催

## 「自殺予防ゲートキーパー専門研修」

◆ 主催 北海道（保健福祉部障がい者保健福祉課、道立精神保健福祉センター、道立保健所）

◆ 開催地及び日程等

	テーマ・開催地・開催場所	開催日時	定員	受講申込締め切り
第1会場	<b>働く人の自殺予防</b>	平成23年8月20日（土）	100名	平成22年8月5日（金）
	北見市 端野町公民館	9:30~15:50		
第2会場	<b>働く人の自殺予防</b>	平成23年11月26日（土）	150名	平成23年11月11日（金）
	釧路市 釧路プリンスホテル	9:30~15:50		
第3会場	<b>高齢者の自殺予防</b>	平成23年12月3日（土）	150名	平成23年11月18日（金）
	旭川市 大雪クリスタルホール	9:30~15:50		
第4会場	<b>高齢者の自殺予防</b>	平成23年2月11日（土）	150名	平成24年1月27日（木）
	札幌市 北海道経済センター	9:30~15:50		

※道内4ヶ所の会場で開催します。会場地図は別図を参照ください。

◆ 受講対象 開催テーマに関連する分野の相談等従事者、支援者や関係者であり、次の方々が想定されます。

○平成21年度、平成22年度の「北海道自殺予防ゲートキーパー研修」2日間コースを受講修了した方

○専門研修のテーマ「働く人の自殺予防」、「高齢者の自殺予防」に関する分野で、健康管理や相談・支援業務に従事している方

◆ プログラム概要

「働く人の自殺予防」「高齢者の自殺予防」分野における相談・支援者に必要な、ゲートキーパーとしての専門的知識・技術を習得する内容となっています。

研修の目標 ○高齢者や働く人の心の健康と自殺の現状・課題について知る。  
○自殺の危険性のある人への対応について、危機対応ステップを理解し実践するための技術を学ぶ。  
○今後の自身の業務へのゲートキーパーの役割発揮について整理できる。

9:30	10:00	12:00	13:00	15:50
受付	<b>▼講義</b> 「北海道の自殺現状・対策」、「働く人、高齢者の心の健康と自殺」、「働く人、高齢者の心の健康の実態と課題」	休憩	<b>▼演習</b> 「自殺の危険性のある人への対応、4ステップ」 進行 精神保健福祉センター職員 レクチャー、ロールプレイ、他	<b>▼討議</b> 演習のポイント整理・質疑

※全日程を受講修了した方には、主催者の北海道より修了証書を発行・送付します。

◆ 受講料 受講料は無料です。研修に関するテキスト等も配布します。

◆ 申込み方法・締め切り

- ・別添の「研修受講申込み書Ⅰ」に必要事項を記入し、ファックス、郵送またはメールによりお申込みください。
- ・先着順で受け付け、定員になり次第、受付期間内でも申込みを締め切らせていただきます。（申込みをお断りする場合には、連絡いたします。）

住所 〒060-8588 札幌市中央区北3条西6丁目 北海道保健福祉部福祉局  
障がい者保健福祉課 主査 今川あて

ファックス 011-232-4068

電話 011-231-4111（内線25-736）

※ 北海道のホームページ <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/shf/index.htm> にも研修案内、申込み書を掲載していますので、ご活用ください。

【会場案内図】

**第1会場** 8月20日（土）北見市

端野町公民館（北見市端野町2区471番地11）



**第2会場** 11月26日（土）釧路市

釧路プリンスホテル（釧路市幸町7-1）



**第3会場** 12月3日（土）旭川市

旭川市大雪クリスタルホール（旭川市神楽4条7丁目）



**第4会場** 2月11日（土）札幌市

北海道経済センター（札幌市中央区北1条西2丁目）



## 専門研修Ⅱ 社団法人北海道家庭生活総合カウンセリングセンター主催 「こころの健康づくりセミナー」

「心豊かに生きるための生活作法」として一般の方や専門職の方を対象に、相談技術を中心とした次のような公開講演会・実技研修を開催します。

研修テーマ	開催日時・場所（受付時間含む開始時間）	講師	定員/締切
■1 函館市 若者のうつと 自死予防 サポーター的な 応え方	平成23年7月2日(土) 13:00~18:00 函館市勤労者総合福祉センター「サン・リフレ函館」(函館市大森町2-14)	講演・実技研修講師  傳田健三氏 (北海道大学大学院教授) 飯田昭人氏 (北翔大学大学院准教授)	70名
			6/30
■2 稚内市 家族療法を学ぶ	平成23年7月23日(土) 12:30~17:30 稚内北星学園大学(稚内市若葉台1-2290-28)	講演・実技研修講師  小出英子氏 (札幌学院大学教授)	70名
			7/15
■3 北見市 ナラティブ・セラピーと生活	平成23年8月1日(月) 12:30~17:00 北見市民会館(代替施設:旧北見自動車学校)(北見市朝日町2-45)	講演・実技研修講師  吉野淳一氏 (札幌医科大学教授)	70名
			7/29
■4 帯広市 トラウマケア ~心の傷と向き合う~	平成23年8月13日(土) 13:00~17:00 とかちプラザ(帯広市西4条南13-1)	講演・実技研修講師  鎌田隼輔氏 (札幌こころのセナ-所長) 阿部幸弘氏 (こころのリカバリー支援センター所長)	70名
			8/5
■5 旭川市 発達障がいとの かかわり~面接 を通して~	平成23年9月28日(水)~ 9月29日(木) 各17:30~20:00 旭川市民文化会館(旭川市7-9)	講演・実技研修講師  田中康雄氏 (北海道大学大学院教授)	70名
			9/22
■6 小樽市 生活を整える ~“うつ”と“免疫” を知ってできる ケア~	平成23年10月予定  小樽市予定	講演・実技研修講師  田中 緑氏 (栄社会小原病院副院長)	70名
			10/1

研修テーマ	開催日時・場所（受付時間含む開始時間）	講師	定員/締切
■7新ひだか町 生きる希望をつ なく支援～自立 を支える～ サポーター的な 応え方	平成23年11月11日（金） 13:00～18:00 新ひだか町地域交流センター ピュアプラザ （新ひだか町静内町御幸町2丁目1-40）	講演・実技研修講師  高橋一正氏 （自立援助ホーム「ふくろう の家」ホーム長） 飯田昭人氏 （北翔大学大学院准教授）	70名
			11/4
■8 岩見沢市 統合的心理と 生活援助（仮題） サポーター的な 応え方	平成23年12月22日（木） 12:30～17:00 まなみーる「岩見沢市民文化センタ ー」 （岩見沢市民会観） （岩見沢市9条西4丁目1-1）	講演・実技研修講師  村瀬嘉代子氏（北翔大学大学 院教授） 飯田昭人氏（北翔大学大学院 准教授）	70名
			12/15
■9 釧路市 トラウマティッ クグループ ～心的外傷後成 長とは～	平成24年1月28日（土） 12:30～18:00 釧路市生涯学習センター「マナポッ ト簾舞」 （釧路市幣舞町4-22）	講演・実技研修講師  小西聖子氏（武蔵大学教授）	70名
			1/20

※実技研修は「専門職」と「一般」の2つに分け、分科会方式で実施します。

※開催予定に変更が生じた場合は、センターホームページでお知らせします。

※センターのホームページ <http://www.counseling.or.jp/>

◆ 受講対象 相談・支援業務に従事する専門職、関心のある一般の方

◆ 受講料 受講料は無料です。研修に関するテキスト等も配布します。

◆ 申込み方法・締め切り

- ・別添研修受講申込み書Ⅱに記入し、ファックス、郵送、メールによりお申込みください。
- ・定員になり次第、申込みを締め切らせていただきます。（お断りする場合は、連絡します。）

住 所 〒060-0002 札幌市中央区北2条西7丁目 かでる2・7 5階  
社団法人 北海道家庭生活総合カウンセリングセンター事務局  
電 話 011-251-6408 ファックス 011-271-5068  
メール cocoronokenkou2011@yahoo.co.jp

※北海道のホームページ <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/shf/index.htm>  
にも研修案内、申込書を掲載していますので、ご活用ください。

# 北海道内の相談窓口

大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら、声をかけてみてください。

そして、その人が悩みを話してくれたら、話をそらしたり、「そんなことで」と否定したり、安易に励まさず、じっくりと話を聴いて、相談窓口を紹介してみてください。その後も「何かあったらまた話して」と寄り添い、あたたかく見守ってください。

ここでは、様々な悩み・問題に対する各分野の相談窓口があることを知っていただき、相談としてつなげていただきたいと思います。

北海道「相談・支援者のための自殺予防ゲートキーパー研修相談窓口用手順書」より抜粋

## 【精神保健福祉センター】

相談機関名	電話番号	受付時間・その他
北海道精神保健福祉センター (札幌市民を除く道民の方)	こころの電話相談 0570-064556	月～金 9:00～21:00 土・日・祝日 10:00～16:00
札幌こころのセンター (札幌市民の方)		

## 【保健所こころの健康相談窓口】

相談機関名	電話番号	相談機関名	電話番号
渡島保健所	0138-47-9547	名寄保健所	0165-43-3121
江差保健所	0139-52-1053	富良野保健所	0167-23-3161
八雲保健所	0137-63-2168	留萌保健所	0164-42-8327
江別保健所	011-383-2111	稚内保健所	0162-33-3704
千歳保健所	0123-23-3175	北見保健所	0157-24-4137
倶知安保健所	0136-23-1957	網走保健所	0152-41-0698
岩内保健所	0135-62-1537	紋別保健所	0158-23-3108
岩見沢保健所	0126-20-0121	帯広保健所	0155-21-9110
滝川保健所	0125-24-6201	釧路保健所	0154-22-1233
深川保健所	0164-22-1421	根室保健所	0153-23-5161
室蘭保健所	0143-24-9847	中標津保健所	0153-72-2168
苫小牧保健所	0144-34-4168	市立函館保健所	0138-32-1534
浦河保健所	0146-22-3071	小樽市保健所	0134-22-3110
静内保健所	0146-42-0251	旭川市保健所	0166-25-6364
上川保健所	0166-46-5992	札幌市各区役所保健福祉課へ	

(土・日・祝祭日を除く月～金 9:00～17:00)

## 【24時間対応の心の相談窓口】

相談機関名	電話番号
北海道いのちの電話	011-231-4343
旭川いのちの電話	0166-23-4343

送信先

北海道保健福祉部福祉局  
障がい者保健福祉課 主査（相談支援）今川あて  
ファックス 011-232-4068  
メー ル imagawa.youko@pref.hokkaido.lg.jp

## 研修受講申込み書 I（北海道主催）

# 自殺予防ゲートキーパー専門研修

下記開催地の研修を申込みます。（受講会場に○印）

### 【受講希望会場】

受講希望 地に○印 を記載	開催地	開催月・日	研修テーマ
	第1会場 北見市	平成23年8月20日（土）	働く人の自殺予防
	第2会場 釧路市	平成23年11月26日（土）	働く人の自殺予防
	第3会場 旭川市	平成23年12月3日（土）	高齢者の自殺予防
	第4会場 札幌市	平成24年2月11日（土）	高齢者の自殺予防

### 【必要記入事項】

（ふりがな） 氏 名	（ ）
職種・職名 勤務先（所属団体等）名称	
※研修に関する連絡先 電話・ファックス・メールアドレス（ ）内いずれかに○	電話（自宅・携帯電話・勤務先） — — ファックス（自宅・勤務先） — — メールアドレス（自宅・携帯電話・勤務先）
修了書送付先住所	〒  （勤務先の場合は所属機関名称も明記してください。）
講師等に質問したいこと	

※各会場定員になり次第、申込みを締め切らせていただきます。（受講いただけない場合には、お断りの連絡をいたします。）

※この申込み書に必要な事項を記入し、ファックスまたは郵送により、担当者あてお申込みください。お断りの連絡がない限りは受講可能です。

※個人情報については、取扱いに注意いたします。

送信先 社団法人北海道家庭生活総合カウンセリングセンター事務局  
ファックス 011-271-5068  
メー ル cocoronokenkou2011@yahoo.co.jp

## 研修受講申し込み書 II

(社団法人北海道家庭生活総合カウンセリングセンター主催)

# 「こころの健康づくりセミナー」

(一人1枚使用)

下記開催地の研修を申し込みます。(受講会場に○印)

### 【受講希望会場】

受講希望地に○印を記載	研修テーマ	開催月・日
	■1 函館市 若者のうつと自殺予防	平成23年 7月 2日(土)
	■2 稚内市 家族療法を学ぶ	平成23年 7月23日(土)
	■3 北見市 ナラティブ・セラピーと生活	平成23年 8月 1日(月)
	■4 帯広市 トラウマケア	平成23年 8月13日(土)
	■5 旭川市 発達障がいとのかかわり	平成23年 9月28日(水) 9月29日(木)
	■6 小樽市 生活を整える	平成23年10月23日(日)
	■7 新ひだか町 希望をつなぐ支援	平成23年11月11日(金)
	■8 岩見沢市 統合的心理と生活援助	平成23年12月22日(木)
	■9 釧路市 トラウマティックグロース	平成24年 1月28日(土)

### 【必要記入事項】

(ふりがな) 氏 名	( )
居住している市町村名	
職種・職名 勤務先(所属団体等)名称	
※研修に関する連絡先 電話・ファックス・メールアドレス( )内いずれかに○	電話(自宅・携帯電話・勤務先) — — ファックス(自宅・勤務先) — — メールアドレス(自宅・携帯電話・勤務先)

※席に限りがございますので、各会場定員になり次第、申込みを締め切らせていただきます。(受講いただけない場合には、お断りの連絡をいたします。)

※この申し込み書に必要な事項を記入し、ファックスまたは郵送、メールにより、研修主催機関あて申込みください。お断りの連絡がない限りは受講可能です。

※個人情報については、取扱に注意いたします。

※■6、■7、■8については現在、詳細未定ですので、開催2ヶ月前位から問い合わせください。