

# 令和4年度 明石市地域自立支援協議会

## くらし部会 リポート Vol.45 令和4年10月17日

発行元：明石市地域自立支援協議会 くらし部会事務局（明石市基幹相談支援センター）

住所：明石市貴崎1丁目5番13号（明石市立総合福祉センター1階）

電話番号：078-924-9155 ファクシミリ：078-924-9134

【意見投稿用アドレス】 [akashi\\_jiritsushien@yahoo.co.jp](mailto:akashi_jiritsushien@yahoo.co.jp)

会員専用のメールアドレスをご用意していますので、皆様からの情報提供やご意見をお待ちしています。

みなさまこんにちは！「ヘルパーのつどい」です。

9月26日に開催致しました、介護技術リスクマネジメント研修～自殺対策 ゲートキーパー研修～についてリポート致します。研修では、NPO 法人 ゲートキーパー支援センターの竹内志津香氏、香川裕美氏をお招きし、講義と演習を行いました。

### 講義で学んだポイント



- ・自殺の要因（健康・学校や職場・お金・家庭・その他）には様々なものがあるが、これらの要因だけではなく、**孤独・孤立であること**が大きく影響し、自殺のリスクが高まる。
- ・危機介入のための4つのステップ（サインに気づく・声をかけ、話を聴く・危険性をはかる・必要な支援につないで見守る）を実行する。
- ・声の掛け方として、相手の悩みを軽視する言葉、感情的な言葉、同情、安易な励まし、否定的な言葉、すぐに自分の話になることを避ける様、注意する。
- ・対人支援においては、共感疲労があること、支援者自身の健康にも目を向けることが必要。



### 受講者の感想

・このような研修を受ける機会はあまりなく、また、自殺をほのめかす利用者に接することはほとんどなかったが、このような場面があった時には、今回の講義やロールプレイを参考にしたいです。

・自殺を口にする利用者様が、本当にそう考えて言っているのかそうでないかの見極めは難しい。しかし、支援者の声掛け一つで、その後の展開が変わる可能性があるので気が抜けないと感じる。今回は zoom での開催となり残念でしたが、講義・演習を通じて真新しさというよりも、振り返りの良い機会をいただきました。利用者様からの自殺をほのめかすような言動は、責任者よりも現場に入るヘルパーがまず耳にする機会も多く、常に気を張っていなければならないヘルパーに対して講義内容の共有と何よりメンタルヘルスケアの重要性を改めて感じました。

ヘルパーのつどいは、年3回程度、対面またはオンラインで集まり、ヘルパー業務に関する意見や情報交換、研修などを行っています。明石市内のヘルパー事業所の方はどなたでもご参加いただけます♪  
 次回のつどいは令和5年1月の予定です！

