

令和 5 年度 不眠症状に着目したうつ啓発事業について

1 背景

- ・本市の自殺者数は横ばいであるものの、令和 2 年度以降に男性（特に 40～60 歳代）の自殺者数は増えている。
- ・自殺者の約半数がうつ病に罹患していると言われており、また、うつ病等の気分障害は年々増加傾向にある。
- ・「うつ」と聞くと抵抗を感じる人が多く、うつ病罹患者の 4 人に 3 人は医療機関に受診していない可能性があると言われており、自殺と関係の深いうつ病の早期相談・早期受診を促し、自殺予防対策に努める必要がある。

2 目的

うつ病の顕著な身体症状である不眠症状について、「睡眠」をキーワードに周知啓発を図ることで、不眠症状からうつ病への気づきにつなげ、うつ病の早期相談・早期受診を促進する。

3 令和 4 年度の実施結果

- ・働く世代が多く使用する守山駅では、東口・西口等合わせて 3 か所に掲示し、通勤・通学に使用する多くの人に啓発することができた。
- ・ストレスチェックに関するホームページには、啓発開始後 400 件以上のアクセスがあった。

4 令和 5 年度の実施予定

引き続き、働く世代が多く利用する場所での啓発を重視するとともに、広報誌等で広く不眠症状・こころの健康に関する啓発を行う。

(1) ポスター掲示

場所	対象
駅	勤労者、学生、その他駅を利用する人
自治会掲示板	広く地域で生活する人

(2) 広報紙

自殺予防週間（9 月）に合わせて、不眠症状・こころの健康に関する記事を掲載