

ゲートキーパー講師養成に向けた取り組み
～ゲートキーパー講師養成研修の事後アンケート調査から～

総合精神保健福祉センター

森谷智恵、山口 恵、新谷典子
東 優美、高石佳幸

1 はじめに

当センターでは市町における自殺対策支援の一環として、令和4年度に政令市を除く県内全市町を対象に、課題等についてヒアリング調査を行った。調査結果からは、ゲートキーパー研修にかかる講師確保の困難さ等が挙げた。また、令和5年3月制定の第3次広島県自殺対策推進計画（いのち支える広島プラン）では、「ゲートキーパー研修に係る講師養成」が基本施策の具体的取組項目の一つに示された。

本計画を踏まえ、予算や人員の状況にかかわらず、市町職員自らがゲートキーパー研修の講師を担うことで研修実施することを目指し、当センターでは令和5年度に「ゲートキーパー講師養成研修」を新規に実施した。次年度以降の取組みに反映させることを目的に、研修受講後の活用状況等についてのアンケート調査を実施したため報告する。

なお、ここでは混同を避けるため、ゲートキーパーを養成するための研修を「ゲートキーパー研修」、ゲートキーパー研修で講師を担う人材を養成するための研修を「ゲートキーパー講師養成研修」（本研修）と表記する。

2 当所でのゲートキーパー講師養成研修の概要

（1）日時・方法

令和5年7月7日（金）13時30分～16時00分・集合形式

（2）受講者

市町、保健所職員 25名

（自殺対策・精神保健福祉担当者等ゲートキーパー養成に関わる職員等）

（3）内容等

| | 内 容 | 講師・説明者 |
|---|-------------------|-------------------|
| ① | いのち支える広島プランの説明 | 当県疾病対策課職員 |
| ② | 講義（ゲートキーパーの役割と対応） | 広島修道大学健康科学部教授 |
| ③ | ロールプレイ | 臨床心理相談センター長 内野悌司氏 |
| ④ | 広島県版テキスト素材の提供 | 当センター職員 |
| ⑤ | 他市町・保健所の事業実施状況 | |

3 事後アンケート調査の内容

（1）実施期間・方法

令和6年2月16日（金）～令和6年3月8日（金）

質問紙法（メールにより回答）

（２）対象者

研修受講者 25 名

（３）調査項目

- ① GKSES（自殺予防におけるゲートキーパー自己効力感尺度）
- ② 所属で実施の研修講師の担い手
- ③ ゲートキーパー研修の講師経験
- ④ 研修の役立ち度
- ⑤ 各内容の必要度
- ⑥ 各内容の活用状況
- ⑦ 意見

４ 調査結果

（１）回収率

68%（17/25）

（２）結果

- ① GKSES（自殺予防におけるゲートキーパー自己効力感尺度）

１「ぜんぜん自信がない」～７「ぜったいの自信がある」の７件法

| | GKSES 項目 | 平均値 | 標準偏差 | 最小値 | 最大値 |
|---|---------------------------------|--------|-------|-----|-----|
| ア | 自殺を行う人の心理について説明できる | 4. 24 | 0. 94 | 3 | 6 |
| イ | うつ病に関する基本的な知識について知っている | 4. 53 | 0. 92 | 3 | 6 |
| ウ | 自殺の可能性のある人に接する上で適切な態度について知っている | 4. 59 | 0. 84 | 3 | 6 |
| エ | 自殺やうつのサインについてわかる | 4. 35 | 0. 84 | 3 | 6 |
| オ | 自殺の可能性のある人の話を傾聴することができる | 4. 71 | 0. 96 | 2 | 6 |
| カ | 「死にたい気持ち」や自殺計画を落ち着いて尋ねることができる | 4. 35 | 1. 13 | 2 | 6 |
| キ | 自殺衝動のある人の相談を受ける場合、落ち着いた対応ができる | 4. 18 | 0. 86 | 2 | 6 |
| ク | 自殺の可能性のある人が用いることができる社会資源を知っている | 4. 29 | 0. 96 | 3 | 6 |
| ケ | 自殺の可能性のある人について必要な紹介先につなげることができる | 4. 47 | 0. 78 | 4 | 6 |
| | 合計得点 | 39. 71 | 5. 81 | 31 | 52 |

② 所属で実施の研修講師の担い手（複数回答）

| | | 自治体職員向け | | | 関係機関向け | | | 住民向け | | |
|----|------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|-------------|-------------|-------------|
| | | R4 | R5 | R6 (予定) | R4 | R5 | R6 (予定) | R4 | R5 | R6 (予定) |
| 講師 | 内部職員 | 2 (12%) | 2 (12%) | 4 (24%) | 2 (12%) | 3 (18%) | 3 (18%) | 10 (59%) | 10 (59%) | 11 (65%) |
| | 外部講師 | 6 (35%) | 8 (47%) | 8 (47%) | 5 (29%) | 6 (35%) | 7 (41%) | 8 (47%) | 8 (47%) | 5 (29%) |
| 計 | | 8 | 10 | 12 | 7 | 9 | 10 | 18 | 18 | 16 |

※（ ）内％は全 17 回答中。以下同様。

③ ゲートキーパー研修の講師経験

- ア 本研修受講前に講師の経験がある 5 (27%)
 イ 本研修受講後に初めて講師の経験をした 0
 ウ 講師の経験はないが、今後予定がある 4 (24%)
 エ 講師の経験も予定もない 8 (47%)

⇒エの理由（複数選択）

- 外部講師が講師を担っている 4 (40%)
 所属でゲートキーパー養成研修を実施していない 2 (20%)
 職員が講師を担う研修の企画が難しい 1 (10%)
 講師を担う自信がない 1 (10%)
 他の職員が講師を担っている 0
 e ラーニングなどの映像教材を活用している 0
 教材が乏しい 0
 その他 2 (20%)

- 機会があれば経験してみたいが、実施業務や講師にあたる職員が現段階では分からない。
- 異動がなければ、講師として担っていきたいと思う。

④ 研修の役立ち度

- ア とても役立った（とても役立ちそう） 11 (65%)
 イ やや役立った（やや役立ちそう） 5 (30%)
 ウ どちらともいえない 1 (6%)
 エ あまり役立たなかった（あまり役立ちそうでない） 0
 オ 全く役立たなかった（全く役立ちそうでない） 0

⑤ 各内容の必要度

| | | とても必要 | どちらかという と必要 | どちらかという と不要 | 不要 |
|---|--------------------|-----------|----------------|----------------|----|
| ア | いのち支える 広島プランの説明 | 11 (65%) | 6 (35%) | 0 | 0 |
| イ | 講義（ゲートキーパーの役割と対応） | 17 (100%) | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | |
|---|--------------------|----------|---------|---------|---|
| ウ | ロールプレイ | 14 (82%) | 3 (18%) | 0 | 0 |
| エ | 広島県版テキスト 素材の提供 | 15 (88%) | 2 (12%) | 0 | 0 |
| オ | 他市町・保健所の 事業実施状況 | 10 (59%) | 5 (29%) | 2 (12%) | 0 |

⑥ 各内容の活用状況（自由記述）

（抜粋）

ア いのち支える広島プランの説明

- 本市の保健師研修会で情報共有を行った。
- 本市の自殺対策計画策定の際の参考資料とした。
- 資料の作成や協議の参考資料として活用した。
- ゲートキーパーの役割（定義）が簡潔に分かりやすく明記されているため、支援者だけでなく市民向けのゲートキーパー研修の導入としても活用することができると感じた。

イ 講義（ゲートキーパーの役割と対応）

- 本市のゲートキーパー養成講座の組み立ての参考にした。
- 本市で行うゲートキーパー養成研修の準備を勧めており、その中で活用している。
- 町広報誌やホームページ等での住民への周知、相談者への対応
- 普段の相談業務の際に活用することができた。（複数）

ウ ロールプレイ

- 研修参加者に合わせた場面設定でゲートキーパーとしての対応を経験してもらうことができるようなロールプレイを考えた。
- 外部講師を依頼する予定だが、その際のロールプレイの内容にも活かしたいと考えている。
- 相談者への対応（複数）

エ 広島県版テキスト素材の提供

- 住民向けのテキスト素材を活用し、研修を行った。
- 広島版をもとに市版を作成し、ゲートキーパー養成講座を実施している。
- 本市で使用するテキストの作成・見直しを行った。
- 来年度以降のゲートキーパー養成研修の資料の作成に活用する予定。

オ 他市町・保健所の事業実施状況

- 他市町の実施状況から、本市でも実施できそうなことを見つけることができた。
- 講師や実施形態など参考にした。
- 各講演会等の講師の選定に活用した。
- 今後の事業展開の参考になった。

⑦ 意見（自由記述）

（抜粋）

- フォローアップ研修が必要か。また、ゲートキーパーを受講した方に、日々の活動で取り組んでいるか状況確認は必要か。
- 他市町がどのように参加者を確保しているのか知りたい。

- より幅広い市民に研修を受けてもらえるような実施方法や周知方法の工夫が必要と考える。保健師が講師をする場合と、外部講師を依頼する場合の違いを明確化する必要がある。
- 研修を受ける側が重くならないような話し方の工夫が必要。
- ゲートキーパー研修の名称をメンタルサポーター研修としており、周知の段階で自殺予防が伝えにくい。研修名をゲートキーパーに改めることも必要か検討中。
- 研修の実施時間が30分等短い時間での実施となった場合、講義とロールプレイをどのように組み合わせたら要点を対象者へ伝えることができるか。
- 1時間程度で講義可能な内容を作成するにあたって必ずおさえておくポイントを知りたい。
- 知識をアップデートするという目的も含め、1〜2年おき程度の間隔で定期的に研修を受講できればありがたい。
- 講師が講義・ロールプレイなどを含めた研修を定期的に受講し、必要な知識や技術を磨き続けること。
- 保健師が講師を務めることに自身が負担を感じている。実態を伝える事は大事だが、話をしていくうちに重たくなってくる。担当者だけではなく、保健師だれもが共通ツールを用いて講座ができるようになればいいと思う。
- ほとんどの講義が講師の講演のみであるのに対し、実際に対面でのロールプレイが出来たことで、自身の課題やできていることを客観的に知ることができましたし、養成する上でどのように組み立てて講義を行ったらよいかを理解できた。
- 学童期の市民にゲートキーパーになってほしい思いがあるが、そのためには、年代にあったテキスト再編集が必要と思われる。

5 考察

GKSES（自殺予防におけるゲートキーパー自己効力感尺度）については、様々な職種を対象とした研究*において、自殺への対応を研修や実践として学ぶ経験のある者ほど高い得点を持つことが示唆されている。本研修後7、8ヶ月後にあたる年度末時点でのGKSES 合計得点平均値（39.71）については、受講前の調査は行っておらず研修効果としての検証はできないものの、研究時の平均値（職業別比較：医師・看護師・臨床心理士などの自殺への対応を専門的に行う職種 27.8、保健・福祉・教育など対人援助に関わる職種 27.3、対人援助とは直接関わらない事務職 23.8、自殺対策の経験別比較：あり 30.76、なし 20.55）のいずれと比較しても高く、今回の受講者が行政職員の中でも保健師中心の専門性の高い集団であることが要因と推測され、講師を担うに当たり必要となるゲートキーパーとしての自信や知識は十分備えていることが窺えた。各項目間には、有意差はみられなかった。

次に、所属で実施のゲートキーパー研修の状況においては、もともと自治体職員向け及び関係機関向け研修が住民向け研修に比べ少ない傾向が見られる。本研修を実施した令和5年度を挟み令和4年度から令和6年度（予定）にかけて、特に内部職員が担う研修に増加傾向が見られた。住民向け研修については、もともと内部職員が担う研修が外部職員よりもやや多い傾向がみられる。受講者自身の講師経験については、今後も予定がない人が8名と約半数を占めた。この理由の内訳としては、既に外部講師が担っていることが最多で4名、次いで、所属での研修実施がないことが2名であった。その他には、研修企画の難しさ、講師を担う自信の乏しさ、担当業務変更や人事異動による不確定さの意見もあった。一方、約1/4に当たる4名は今後初めて講師を担う予定とのことで、本研修が契機と

なった可能性が窺える。

ヒアリング調査を基に構成した研修内容については、核となる「講義」に次ぎ、「広島県版テキスト素材の提供」が、講師を担うために必要な研修内容として高い割合を示した。実際に広島県版テキストを使用し研修を行ったり、所属のテキストの作成や改訂の参考として活用されたようであり、自由に活用できるテキスト素材の提供がゲートキーパー研修実施を後押しするひとつの要素となり得たと考えられる。当センターが作成した『広島県版テキスト素材』の概要については、文末に示す。

6 今後の課題

先に行ったヒアリング調査からは講師を担うことへの不安の声も多く聞かれたが、GKSES の結果からは講師の素養となるゲートキーパーとしての自信や知識は十分備えていることが窺えた。本研修受講後、様々な面で活用されていることも判明したが、必ずしも本研修のみでは講師養成に直結しにくい現状も示唆された。主な要因としては、内部職員が自ら担う研修数の少なさが挙げられる。

しかしその中でも、内部職員による自治体職員向け研修の増加率は高く、まずはこの部分に特化して研修実施を働きかけていくことは有効であると思われる。また、ゲートキーパー研修を広げていくに当たっては、多分野と連携しながら柔軟に実施していくことも重要であり、今後は、実施や周知の方法等の研修企画に関する応用的な内容も必要と考える。さらに、人事異動等により状況が変化しても恒常的にゲートキーパー研修を実施できる体制維持のためには、本研修の継続的な実施が必要と考える。

参考文献

森田展彰ら（2015）自殺予防におけるゲートキーパー自己効力感尺度（Gatekeeper self-efficacy scale, GKSES）の開発『臨床精神医学』44(2):287-299

『広島県版テキスト素材』の概要

1 全般向けテキスト（厚生労働省版）

内閣府作成のゲートキーパー養成研修用テキスト（平成 25 年 8 月作成第 3 版）から抜粋し、パワーポイント資料に修正。主な内容は「自殺対策の必要性」、「支援のポイント（自殺を考えている人の心理、ゲートキーパーとしての心構え等）」、「コミュニケーションについて（傾聴のポイント等、演習含む）」、「メンタルヘルスファーストエイド」、「DVD ワンポイント講座」等。

2 自治体職員向けテキスト（JSCP 版）

JSCP 研修「市町におけるゲートキーパー研修基礎編」（令和元年 10 月実施）より引用。主な内容は「自殺総合対策の基本的な考え方を知る」、「各自治体における自殺対策の現状・自殺対策計画を知る」、「困難を抱え悩んでいる人に対する気づき・つなが方を学ぶ」、「各自治体の相談先につなぐことができるようになる」。

3 住民向けテキスト

当センター作成。主な内容は「ゲートキーパーの役割」、「自殺についての誤解」、「自殺直前のサイン」、「話を聴く時のこころがけ」、「相談機関へつなぐ時のポイント」等。