

# 令和7年度 メンタルヘルス不調の予防に関する取組

資料5

担当局（室）	担当課	事業名	事業概要	対象者	実施回数 (予定回数含む)
(1) 講座・研修関連					
健康局	こころの健康センター	こころの健康講座	誰にでも起こり得る危機である自殺や精神疾患に対する正しい知識の普及啓発を目的とした市民向け講座を開催	市民・企業向け	全2回
健康局	こころの健康センター	心のサポーター養成研修	メンタルヘルスやうつ病や不安など精神疾患への正しい知識と理解を持ち、メンタルヘルスの問題を抱える家族や同僚等に対する、傾聴を中心とした支援者を養成する研修を実施	市民・企業向け	全4回
健康局	こころの健康センター	大阪産業保健総合支援センターや労働基準監督署等と情報共有等の連携を強化	大阪産業保健総合支援センターとの共催による心のサポーター養成研修、ゲートキーパー研修を実施	市民・企業向け	全2回
健康局	こころの健康センター	ゲートキーパー専門研修	精神保健相談員及び保健師等に対し、地域保健分野におけるゲートキーパーとして必要な自殺防止の知識や自殺未遂者への関わり方について研修を実施	市民・企業向け	全2回
健康局	こころの健康センター	若年層（学生等）向けゲートキーパー養成研修	高校生・大学生・専門学校生等を対象として、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる「ゲートキーパー」を養成	市民向け	全3回
健康局	こころの健康センター	市民向けゲートキーパー研修	地域における早期対応の中心的役割を果たす人材（ゲートキーパー）としての必要な自殺防止の知識や、自殺念慮をもつ人へ具体的な関わり方やコミュニケーションスキルを身につけることを目的とした市民向け講座を開催	市民向け	全30回
健康局	健康づくり課	地域健康講座（こころ）	生涯を通じた健康づくりを推進するため、地域の実態を踏まえて、睡眠・休養、こころの健康のほか、生活習慣病の予防等健康に関する事項について講座を開催	市民向け	29回 (R6実績)

担当局（室）	担当課	事業名	事業概要	対象者	実施回数 (予定回数含む)
福祉局	地域福祉課	メンタルヘルス研修	社会福祉事業従事者を対象として、メンタル不調のメカニズムを理解し、職場内でのバーンアウト（燃え尽き症候群）による離職を防ぐことを目的に、セルフケアとラインケアのコースに分けて研修を実施	市民・企業向け	全2回
福祉局	地域福祉課	メンタルヘルス出張研修	社会福祉事業従事者のメンタル不全防止の取組みを組織的、総合的に進めていくことで、離職防止を図ることを目的にアウトリーチ型の出張研修を実施	企業向け	依頼に応じて実施
市民局	ダイバーシティ推進室 雇用女性活躍推進課	事業所のメンタルヘルス推進担当者研修会 ※大阪府主催（本市は共催）	府内事業所のメンタルヘルス推進担当者（人事・労務など）を対象に、企業の安全配慮義務や職場環境改善、復職支援、ストレスチェック制度等に関する研修会を実施する ※大阪市域労働ネットワーク事業	企業向け	2回
教育委員会事務局	指導部 教育活動支援担当 生活指導グループ	自殺予防教育研修	児童生徒における「SOSの出し方教育」の推進や、教職員におけるSOSの受け止め方等にかかる研修を実施	その他	全4回
(2) 普及啓発関連					
健康局	健康づくり課	すこやか大阪21のHP作成	大阪市健康増進計画「すこやか大阪21（第3次）」の取組項目について健康づくりに役立つ情報を掲載	市民・企業向け	随時
健康局	こころの健康センター	ホームページへ「大阪市の自殺防止」の記事掲載 SNS（Facebook、X（旧ツイッター）等）にて発信	ホームページやSNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）等のインターネットを活用して、自殺関連問題についての正しい知識、本市の自殺の状況等の周知に努める	市民向け	随時
健康局	こころの健康センター	街頭啓発キャンペーン	広く市民に啓発を行うことを目的に、啓発物品（相談窓口の電話番号を記載したポケットティッシュ）を街頭で配布する	市民向け	全3回
健康局	こころの健康センター	啓発ステッカー・カード等の作成	自殺防止対策事業用啓発ステッカー・カード等を作成し、公的機関の視認性の高い場所に設置することで、広く自殺防止相談等の窓口を周知	市民向け	全3回

担当局（室）	担当課	事業名	事業概要	対象者	実施回数 (予定回数含む)
健康局	こころの健康センター	自死遺族に対する情報提供	大切な人を失った際の悲嘆への正しい知識や、自死遺族を対象とした自助グループや支援団体の情報提供等をリーフレットやホームページを活用して実施	市民向け	随時
教育委員会事務局	中央図書館利用サービス担当	2階図書展示「こころを守る いのちを守る」展	3月の「自殺対策強化月間」にあわせて関連図書を展示	市民向け	年1回
市民局	人権啓発・相談センター	人権・啓発DVDの貸し出し	市民企業職員に対し、メンタルヘルスにかかわるDVDの貸し出し（メンタルヘルス職場を元気にするコミュニケーション等）	市民・企業向け	随時
こども青少年局	企画部青少年課	冊子「リアルな社会の歩き方」の配布	若者自立支援事業の取組の一つで、高校1年生向けに将来の生活設計に早期に取り組み始めることや、相談機関の情報を伝えるため、自立啓発冊子「リアルな社会の歩き方」を作成し、市内の高校に配付 中学校卒業後に向けた進路指導や別室（保健室）登校指導の際の参考資料として各市立中学校に5部ずつ配付	市民向け	年1回
(3) 相談事業関連					
経済戦略局	企業支援課	大阪産業創造館における経営相談	中小企業経営者の相談に対応するため、大阪産業創造館の経営相談を休日、夜間も予約制で実施	市民・企業向け	随時 (R6：6219回)
福祉局	地域福祉課	福祉職員のメンタルヘルス相談事業	社会福祉事業従事者を対象として、来所・電話・オンラインによる相談を受付	市民・企業向け	毎週土曜日及び第1・3水曜日
福祉局	地域包括ケア推進課	介護予防地域健康講座・健康相談	閉じこもり・認知症・うつ等の予防、生きがいや社会参加など精神的充足感を持てる生活の重要性等の介護予防に関する正しい知識の普及と行動変容に向けた主体的な取り組みを促進し、心身の健康相談に応じることにより、家庭における健康管理を行えるよう必要な指導・助言を行う	市民向け	384回