



1

2

埼玉県 入間市



面積 44.69km²

人口 141,850人(R8.4月)

世帯数 69,006人(R8.4月)

出生 567人 (R7年度)

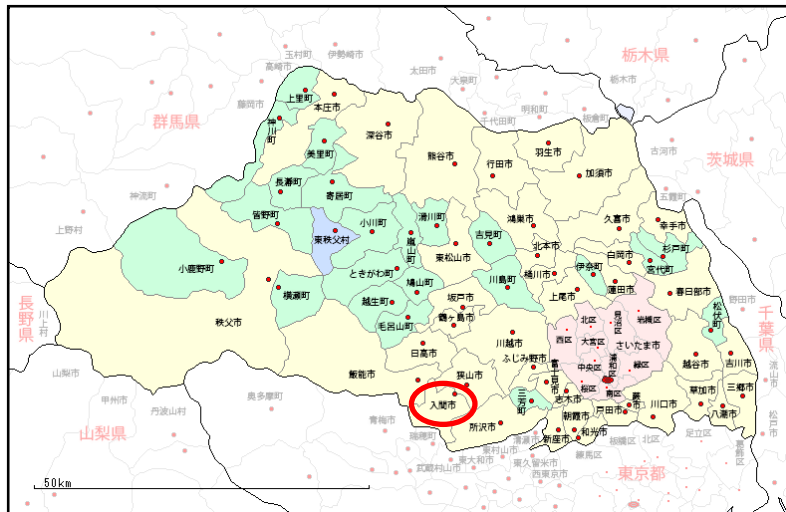
死亡 1792人 (R6年度)

高齢化率 30.52% (R7.4月)

小学校 16校 中学校 10校

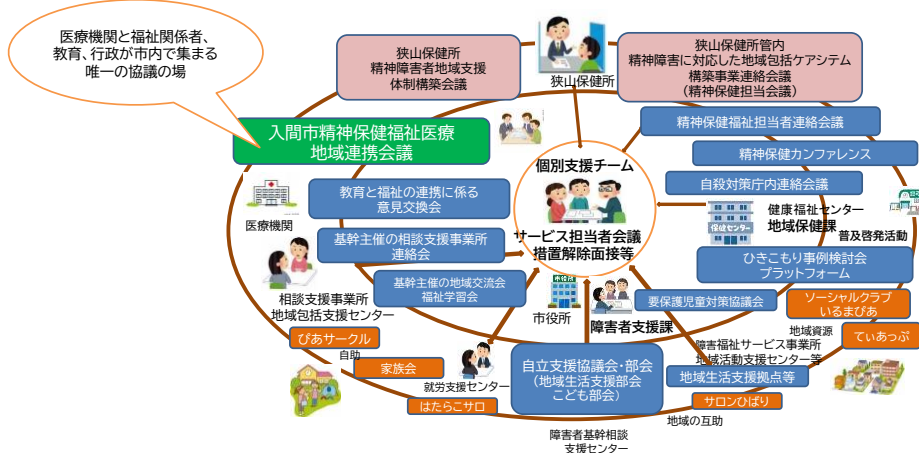
地域包括支援センター 9か所

精神科 病院 1か所
クリニック 5か所



3

入間市における精神保健福祉ネットワーク



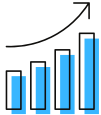
4

健康教育・普及啓発

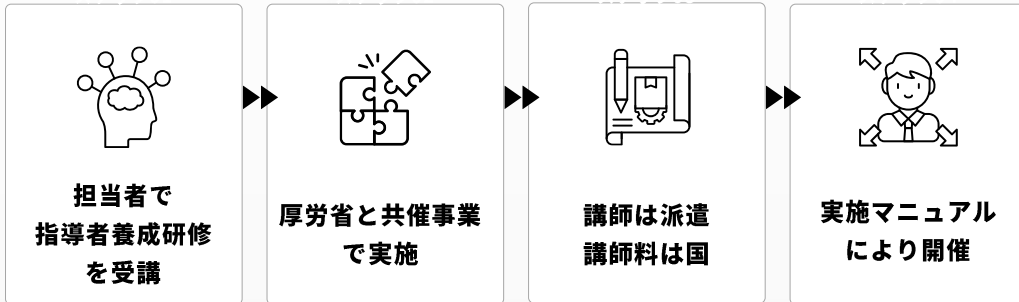
 こころの健康 教室	 かわら版	 講演会	
睡眠 ストレス対処法 リラクゼーション こころとからだの セルフケア	地域の健康課題と 予防方法を市民へ 配布 睡眠の質を高める チラシ	発達障害 うつ病 心の健康講座 ゲートキーパー養成	心のサポーター 養成研修 令和 6 年から開始！

【ココサポ実施の経緯】

第4次健康いるま21計画策定から取組へ

 健康日本21（第三次） 社会環境の質の向上に 関する目標 （100万人目指す）	 第4次健康いるま21 計画策定 「休養・こころ」	 計画の推進 プロモート21
---	--	--

[初年度の動き]



9

[検討事項]

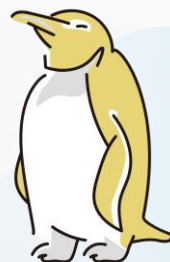


10



自分の心のサポートをしたい

メンタルヘルスに関心がある



2年間ともに申し込み日当日で定員が埋まってしまう程の市民の関心度が高い事業です。

実施年度	講師料	実施日・講師	受講者
令和6年度	国が負担	令和6年11月22日 慶應義塾大学病院医療連携 推進部精神看護専門看護師 木村範子氏	38
令和7年度	市で予算化 地域生活支援事業 (市町村事業) 理解促進研修・啓発事業	令和7年11月28日 市立青梅総合医療センター 精神看護専門看護師 野村智美氏	32

.....[補助金について].....



地域生活支援促進事業
(18 精神障害にも対応した地域包括
ケアシステムの構築推進事業)



地域生活支援事業
(1 理解促進研修・啓発事業)

13

.....[講師について].....

専門性



臨床経験の豊富さ

地域性



聞きなじみのある専門機関

14

[運用の効果・課題]



効果

- ・ 受講した市民からの満足度が高い
- ・ 社会に貢献したい市民が多い
- ・ 実践への動機づけが形成されている
- ・ グループワークを通じた相互作用がある



課題

- ・ 研修時間の延長検討
- ・ 修了後のフォローアップ体制の構築
- ・ 段階的な研修プログラムの設計

[ここサポとゲートキーパーのすみ分け]

	対象	目的	方法
ここサポ	入間市に在住・在勤の方	メンタルヘルスに不調を抱える人やこころの病気を持つ人との偏見のない共生社会を目指すため、こころの不調の早期発見やサポートに役立つ知識やスキルの習得。	講義形式
ゲートキーパー	入間市に在住・在勤の方	自殺の危険性が高い人の早期発見、早期対応を図るため、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図る人材の養成。	講義形式 動画配信

【 今後の展望 】

地域づくりを目指した ここサポへ

事業を打ち上げ花火で終わらせるのではなく、
社会に貢献したい！ここサポ修了生とともに
関係機関と連携しながら持続可能な地域づくりを目指します。

約1200人
目指す

教育現場との
連携

社会福祉協議会
との共催

ボランティアと
の協働

17

【 ここサポ修了生からボランティアへ 】

傾聴スキルを身につけるとサロンの利用
者も楽しいそうに話ができると思う。

いきなりかわることで相手を傷つけて
しまうのではないかと思う。段階を踏んで
学ぶ必要があると感じる。

ボランティアする上で。人とのか
わり方を学ぶことができた。

困った人にお役に立てれば
と思った。
身近なところで何かできないかと
感じている。

わずかなところでもボランティアが
できればと思う。

心の困難と闘っている人とかかわ
ることで、頑張っている姿を見
て自分自身にも力をもらえる。

ここサポ修了時にアンケート調査をし
たところ、ボランティアへの高い関心
や社会貢献への意欲が見られました。



18

[修了生のボランティア活動]

**社会に貢献したい！
ボランティアさんがやるなら
自分もやる！**

ここサポ修了生が精神障害を抱える方やひきこもりの方へを
ボランティア活動を通じてサポートしています。



社会福祉協議会主催
「ていあっぷ」



地域の社長さん
が作業提供



ボランティア
グループ「ひばり」



農作業
ボランティア

ご清聴ありがとうございました

