



コロナうつのは 対処法は

竹村 仁司議員

身体的、精神的な活動の低下を防ぐ工夫
健康子ども部長



▲メンタルヘルスチェック「心の体温計」

問 コロナうつというこ
とが言われている。どの
ような理解、対処法を取
るのが最善か。

答 感染症を正しく理解
し、ソーシャルディスタ
ンスや3密の回避、マスクの
着用や手指消毒の徹底な
どの感染予防対策を確実
に実施すること、また新
しい生活スタイルにおい
て、身体的、精神的な活動
の低下を防ぐ工夫などが
大切だ。

問 心の病に関しては、
早期発見、早期治療につ
なげる相談窓口が大切だ。
市内の相談窓口はどこか。
また、年間の相談件数は。

答 窓口は健康推進課で、
面接相談30件、訪問相談
10件、電話相談307件
の対応をしている。

問 相談内容として、新
型コロナウイルス感染症
に関するものは。

答 コロナ関係の相談と
しては、発熱等、自らや家
族の体調変化による不安、
外出に対する不安、また
人との接触はどの程度大
丈夫なのかなどが多い。

問 うつ病と自殺は関連
があるので、ゲートキー
パーの存在は大切だ。何
名が研修を受け、その研
修を受けた前と後では、
どのように意識が変わっ
たのか。

問 コロナうつに対する
細かな気配り、精神面の
対策も必要だ。市長の見
解は。

答 人の心にある不安や
ストレスをいかに解消し
ていくのか。まずは、早期
に対応できるようにして
いくことが重要だ。自身
の状況を把握していただ
きたい。心の体温計を利
用していくことも一つであ
る。

愛知県においても、相
談体制の整備を令和2年
11月5日から開始してい
る。市としても、相談でき
る体制などを整えていき
たい。

答 研修は、平成25年度、
26年度に30名ずつが受講
した。窓口業務において、
その人の言動から変化に
気づき、どのように声を
かけ、話を聞くことよいか
など、必要時に相談と支援
先の橋渡しを行うための
知識や方法を身につける
ことができた。