



ホーム

ニュースセレクト

スポーツ

エンタメ

ライフスタイル

天気

特集

フォト

トップ > 地域ニュース > 神奈川 > 記事

[PR] WAKWAKはオリコンCSランキングフレッツ対応プロバイダ部門第1

神奈川

文字サイズ変更 小 中 大

ツイートする

1

!

おすすめ

チェック

この記事印刷

このころの体温計：「心の健康診断」、平塚市の自殺防止サイトで細分化 / 神奈川

◇「赤ちゃんママモード」「家族モード」追加

平塚市は、自殺防止対策で昨春導入したインターネットによるメンタルヘルスチェック機能「このころの体温計」(<https://fishbowlindex.jp/hiratsuka/>)に、先月から新たに「赤ちゃんママモード」と「家族モード」を加え、「心の健康診断」を細分化した。

赤ちゃんママモードは、慣れない授乳などで睡眠不足が重なり心身のバランスを崩しやすい出産後の女性が対象。「明るく楽しい気分で過ごせた」「日常生活の中で興味のあることがたくさんあった」など5項目について、「半分以上」「ほんのたまに」などの6段階の中から自分に当てはまる状況をチェックすると、「少しお疲れ気味ですね」などと四つの判定が出る仕組み。赤ちゃんを抱く女性の表情が朗らかだったり、涙を流すなどしているイラストとともに表示される。

家族モードは、家族や職場など「本人」の近くにいる人たちがチェックする仕組み。周囲の人たちがアドバイスなどを考えることができるという。

昨年4月から同市が始めた「本人モード」は、1年間で5万8305件の利用があった。同市暮らし安全課は「心の健康は目に見えないので、知らないうちに悪化していることもある。今回は『産後うつ』などをチェックできる分野を増やしたので気楽に利用してほしい」と呼びかけている。【渡辺明博】