



創刊
第100号

岩手県自殺対策推進センター ニュースレター No.100 2022.9.7

発行：岩手県精神保健福祉センター・岩手県自殺対策推進センター

100号記念
小井田顧問に
特別インタビュー!!

このニュースレターは、県内に拡がりつつある自殺対策支援の輪を強化するため、地域の自殺対策のノウハウに関する情報を発信していきます。

トピックス 岩手県自殺対策推進センター ニュースレター配信による普及啓発事業の歩み

岩手県精神保健福祉センターでは、平成21年に自殺予防情報センターを開設し、その取組の一つとして、『岩手県自殺予防情報センター ニュースレター』の月1回配信を開始しました。ニュースレターは、岩手県の自殺対策を推進するため、支援者を中心に岩手県の自殺対策のノウハウを共有することを目的とし、県内各地の取組の紹介や地域精神保健、依存症支援、自死遺族支援等様々なテーマを取り上げ配信してきました。

平成23年には、東日本大震災対応で一旦配信は停止しましたが、第1号発行から、14年経過した現在も配信を継続しています。令和4年9月発行の本号は記念すべき第100号となりました。

今後も皆様の関心が高い、岩手県の実情や課題などを取り上げ、自殺対策の推進に必要な情報を発信していきますので、ご期待下さい。

お知らせ 9月は「「こころに寄り添い いのちを守る いわて」月間」です！

岩手県では、『岩手県自殺対策アクションプラン』により、包括的な自殺対策プログラムを全県で推進し、自殺の多い年代を対象とした重点的な対策や震災関連自殺の防止に、官民一体となり取り組んできました。

こうした取組により、令和3年の自殺者数193人、自殺死亡率16.2と、前年から大幅に減少し、岩手県自殺対策アクションプランの年次目標である自殺死亡率17.0を下回る結果となりました。

一方で、長期化するコロナ禍において、失業や生活困窮などの社会的要因による自殺リスクの高まりが懸念されます。

岩手県では、これまで、自殺防止月間等の名称を用いて活動を推進してまいりましたが、活動名称が自殺行為を誘発させかねないなどの意見により、活動名称を「こころに寄り添い いのちを守る いわて」といたしました。より一層の普及が図られるよう、ともに自殺予防に取り組んでいきましょう！

ニュース

令和4年8月10日に厚生労働省から発表された「警察庁の自殺統計に基づく自殺者数の推移等」によると、全国の令和4年7月の自殺者数は1,689人（速報値）で、対前年比40人（約2.3%）減になりました。岩手県の令和4年7月の自殺者数は28人（速報値）で、**対前年比8人（約40.0%）増**になりました。

全国に比べ、岩手県は増加いたしました。より一層の取組が必要です！！

	令和3年7月（確定値）		令和4年7月（速報値）		自殺者数対前年比	
	自殺者数 （人）	自殺死亡率	自殺者数 （人）	自殺死亡率	自殺者数 （人）	増減率 （%）
全国	1,729	1.4	1,689	1.3	△40	△2.3
岩手	20	1.7	28	2.3	8	40.0

発表されたデータはこちらのページから参照できます。厚生労働省）～自殺対策）～）自殺の統計：最新の状況
http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/shougai/shahukushi/jisatsu/jisatsu_new.html/

100号記念

特別インタビュー!!

「岩手県の自殺対策の現状と今後求められる自殺予防対策」

岩手県精神保健福祉センター 精神保健福祉顧問

小井田 潤一先生にインタビュー

今回は、創刊第100号をむかえる記念すべき発行号であり、長年、岩手県の地域精神医療・地域精神保健活動に取り組んでこられた小井田顧問にインタビューいたしました。

小井田 潤一（こいだ じゅんいち）

《略歴》

1953年 一戸町生まれ
1977年 弘前大学医学部卒
2012年 一戸病院院長
2020年～ 一戸病院理事
2022年～ 岩手県精神保健福祉センター
精神保健福祉顧問



Q. 県北地区で実践してきた自殺対策の活動について（浄法寺地区での介入事業等）教えてください。

昭和57年に岩手県立北陽病院に勤務となり、地域の自殺率が高いことを知り、精神科医として、何か対策を打てないものかと考えたのがスタートラインになりました。当時の自殺にまつわるイメージは、『隠すべきもの、触れてはいけないもの』という感じでした。

そこで、二戸警察署に掛け合い、自殺死亡の調査をして実態把握をしました。そこから、二戸管内では高齢者の自殺死亡者数が多いことがわかりました。昭和59年から浄法寺町（現在二戸市）と一緒に、精神保健相談を月1回開催し、加えて、地域ごとに公民館などで講演など啓発活動をして、抑うつ度調査を行いました。また、亡くなった方の家族に、直接お話しをお聴きするために訪問しました。その結果、亡くなられた方の特徴として、決して経済的に貧しいからということではなく、何らかの病気があり、そのことで家族に負担をかけるのが申し訳ないという気持ちが強いということがわかりました。そして、自殺行動をとる前には、抑うつ的となり、未遂行動をとっていることも多いことがわかりました。そこで、自殺未遂者への支援を強化するなど、様々な活動を継続し、少しずつ自殺率が低下してきました。

Q. 岩手県の自殺の現状をどうとらえていますか？令和3年の自殺死亡率が減った背景はなんでしょう？

自殺予防対策担当の皆さんの活動の効果があらわれてきたことがあると思います。ただ、コロナ禍では、コロナ救済措置で、生活困窮者は社協から貸付を受けたりコロナの給付金が入ったりしたこともあります。また、みんなが大変な中、自分が大変さがちょっと一時的に薄まるという、そういうことが抑止につながったのかとも考えられ、今後も注視していく必要があると思います。

Q. コロナ禍が長期化しており、自殺のリスク要因が高まると考えられます。今後、予測される動向について教えてください。

全世代にリスクがかかるかという点、実はそうではなくて、社会的な弱者の女性が厳しいのではないかと思います。たとえばシングルマザーなどですが、今は正々堂々とシングルマザーでも生きていけるなど、多様性を認める社会になってきています。いい側面はありますが、一方でやはり経済的に弱い人が多いです。支援してもらえる社会資源はいろいろとありますが、知らない人も多いです。

もっと、分かりやすく、具体的なアクセスのチャンネルへの回路を示す必要があります。相談に行っても、「うちじゃない」とたらい回しにされたりすれば、助けてくれないと見放された感がでてしまいます。

まず、1度話を聴いて、きちんと連携するためにも、コーディネーター的な役割の存在が不可欠と考えます。

Q. 岩手県は全国の中でも自殺死亡率が高く推移している県であり、県民も一体となって自殺対策に取り組んできましたが、今後、さらに必要とされる取組はありますか。

「人の手当とお金の手当」は絶対必要です。現在の体制で、今と同じ活動量を維持するのは非常に厳しいと感じています。少なくとも、当センターでは、あと数人は必要です。そして、その人たちの給与に見合うお金を出していかないと。マンパワーの確保と、その業務に見合う手当が必要だと思います。

自殺者が出たことによる損失は、私が10年ぐらい前に聞いた試算だと何億だったか、すごい金額でした。その損失を出さないための対策として、例えば、自殺によって失う50億に対して、その10分の1の5億でも、自殺対策の手当にすれば言いわけです。岩手県だけで5億とは言いませんが、そのような考えで行政体として準備してほしいです。

市町村などでも、コロナでワクチン業務が増大し、コロナ前からマンパワー不足もあったのですが、やはり今回それが深刻になったという話もききます。そうすると自殺対策の事業や、ケース対が少々、おろそかになってしまっている印象です。県もそうなんですけれど、市町村も、「人の手当とお金の手当」をしてほしいです。

コロナなどの感染症対策は、現在の対応に、即効性があります。一方、自殺予防は、私は40年やっていますが、具体的に効果がみえるのが40年後ぐらいとしか言えません。そんなところにお金を出せるかという話になるかもしれませんが、明日の成果ではなく、10年20年後の成果という意味です。すぐには目に見えないことだけれど、大事なことだと申し上げたいのです。

Q. 岩手県の自殺対策に取り組んでいる支援者へのエールをお願いします。

皆さんの取り組みの成果で、自殺予防が進んで、数としては減ってきておりますので、今後も、よろしくお願いしたいです。知事さんもよろしくお願いします。

自殺予防対策支援者向け情報

第17回北東北生きる支援フォーラム ※ 今年も、秋田市での開催です。

日時：令和4年10月15日（土）16日（日）

会場：協働大町ビル会議室（秋田市大町3-2-44）

10月15日（1日目） 基調講演 清水康之氏（NPO法人ライフリンク代表）
討論 「生きる支援の現状と展望」

10月16日（2日目） 第1分科会 「孤独・孤立を考える」
第2分科会 「活動の活性化を考える」

「創刊100号を迎えて。岩手県自殺対策推進センターの今後の展望」

岩手県精神保健福祉センター 次長 原 勝雄

令和3年8月に厚生労働省が行った自殺対策に関する意識調査によると、悩みを抱えたときやストレスを感じたときに、悩みを相談したり助けを求めたりすることに、ためらいを感じる方が38.8%いる一方、対面や電話による相談機関へ相談できる方は8.6%でした。また、27.2%の方が本気で自殺したいと考えたことがあり、その内13.3%の方が自殺未遂の経験があるとのことでした。

行政の相談窓口や支援機関の専門家に相談したくてもハードルが高かったり、そもそも相談できることを知らなかったり、身近な人に相談したくても相談できない悩みだったりすることもあると思います。

岩手県自殺対策推進センターは、一人で抱えきれない悩みになったときに相談しやすいよう、容易なアクセスを模索したり、相談できたときに、意味がなかったと嫌な思いをさせないように、関係機関の相談スキル向上に向けた取り組みを継続して行っていきたいと思います。その取り組みの一つとしてニュースレターがありますが、10年以上継続し、ついに100号となりました。その時々話題や様々な分野で、いのちを支えている方の紹介などを掲載していきますので、今後ともご覧いただきたいと思います。感想などをいただければ作成側のモチベーションも上がり、より充実した内容になりますので、ぜひお願いしたいと思います。

ニュースレター作成スタッフ

大森 保健師 竹花 相談員



原 次長

小井田 顧問

インフォメーション

◆令和4年度 自死遺族交流会公開講座 『自死で家族を亡くしたあなたに伝えたいこと』

日時：令和4年9月30日(金) 13:30～16:15

場所：エスポワールいわて 1階イベントホール（盛岡市中央通1-1-38 Tel. 019-623-6251）

《 講演会 》 13:30～15:10

対象：自死遺族、支援者、一般県民

（ご遺族のみ会場に参集。支援者、一般県民はオンラインでの受講となります。）

講演：「家族を自死で亡くしたあなたに伝えたいこと～悲嘆とケア～」

講師：岩手県精神保健福祉センター 精神保健福祉顧問（精神科医）小井田 潤一

《 自死遺族交流会 ～わかちあい～ 》 15:15～16:15

同じ経験を持つ遺族が集い、ご自身の経験や想いを語り合う場です

対象：自死遺族の方のみ

※ 詳細は当センターホームページに掲載しています。

【お問合せ・お申込み先】

〒020-0015 盛岡市本町通3丁目19番1号 岩手県精神保健福祉センター

担当：大森、牧野 電話 019-629-9617 ファクス 019-629-9603

主催 岩手県精神保健福祉センター・自死遺族自助グループりんどうの会

共催（予定）盛岡市保健所・県央保健所