岩手県自殺対策推進センターニュースレター

No.88　2020.5.10

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

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。

ニュース　今年度もより一層の対策強化を

令和２年４月13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２年３月の自殺者数は、1,701人（速報値）で、対前年比155人（約4.8%）減となりました。

岩手県の令和２年３月の自殺者数は、28人（速報値）で、**対前年比４人（約12.5%）減**となりました。今年度もより一人でも多くの自殺を防ぐために、一層の取り組みの強化をお願いします。

特に、現在、新型コロナウイルスによって不安やストレスを抱えている方が多く、憂鬱な気分が続く、疲れやすくなるといった、うつ病の症状を訴える人も増えています。今後、失業や収入減などの経済的な問題が顕在化し、精神的に追い詰められる人が増えることも懸念されます。声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、早期に解決できるよう見守りを続けていきましょう。

岩手県自殺対策キャラクター“アイばあちゃん”
アイばあちゃんの「アイ」は支え合いの「アイ」Iwateの「アイ」です。

	平成31年（確定値）		令和２年（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	1,856	1.5	1,701	1.3	△155	△8.4
岩手	32	2.9	28	2.3	△4	△12.5

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/shougaishahukushi/jisatsu/jisatsu_new.html/

トピックス　5月14日～20日はギャンブル等依存症問題啓発週間です

ギャンブル等依存症は、借金などで本人及び家族の生活に支障を生じさせるだけでなく、職場での金銭トラブル、周囲との関係悪化などから行き詰まり、犯罪（窃盗･傷害等）や自殺に至る場合もあります。約８割がパチンコ・パチスロですが、最近はネットでの競馬・競輪・競艇等による相談も増えています。FXや株、宝くじやスポーツくじ、オンラインゲームのガチャも依存を招くリスクがあります。

依存が進行するにつれ、脳の機能も変化し、自分の意志ではコントロールできない状態となります。そのため、借金を精算して「もう繰り返さない」と約束しても、ギャンブル等を再開してしまうことが多いのです。

回復のためには、私たち一人ひとりが正しい知識を持ち、本人や家族を専門機関や自助グループにつなげるとともに、継続的にサポートしていくことが不可欠です。

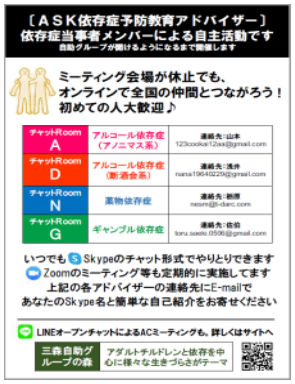
国は、依存症対策全国センターを設置し、依存症についての情報発信や、全国の専門機関・自助グループをお知らせしています（参照 https://www.ncasa-japan.jp/）。

岩手県内では、当センターや各保健所、消費者信用生活協同組合、GAやギャマノンが、本人や家族の回復を支援しています。まずは、問題に気づいた方が、相談してみましょう。

インフォメーション　プログラム等のご案内

◆依存症当事者のオンライン・ミーティング

新型コロナウイルスの影響で各地の自助グループが休止中ですが、オンライン・ミーティングが始まりました。必要な方へ、是非ご紹介ください。
（参照 https://www.ask.or.jp/updates/8423）



◆薬物依存症回復支援プログラム「SMARPP（スマープ）」

全16回のプログラム
薬物を使いたい気持ちへの対処方法等について専門スタッフとともに考えます。相談することで警察に通報されることはありません。安心してご参加ください。

お申込み・お問合わせ
岩手県精神保健福祉センター
☎ 019-629-9617
（土日祝日、年末年始を除く９時～16時30分）
FAX 019-629-9603

岩手県精神保健福祉センター　ホームページ　http://www.pref.iwate.jp/seishinhoken/index.html
岩手県精神保健福祉センター　Twitter　http://twitter.com/iwate_seishinhk