

# 岩手県自殺対策推進センター ニュースレター

No.90 2020.9.1

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 9月は岩手県自殺防止月間です

自殺対策基本法では、9月10日から16日までを「自殺予防週間」と定めており、岩手県では9月の1ヶ月間を「岩手県自殺防止月間」として取り組みを強化しています。

令和2年8月11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7月の自殺者数は、1,786人（速報値）で、対前年比7人（約0.4%）減となりました。岩手県の令和2年7月の自殺者数は、24人（速報値）で、

対前年比2人（約7.7%）減となり、令和元年9月から減少傾向が続いています。

しかし、県内でも新型コロナウイルスの感染が確認され、不安な気持ちを強めている方や、差別・偏見に悩んでいる方、経済的な問題から心理的に追い込まれている方がいるかもしれません。一人でも多くの自殺を防ぐために、私たち一人一人が、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、寄り添いながら見守っていきましょう。



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。

	令和元年7月（確定値）		令和2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	1,793	1.4	1,786	1.4	△7	△0.4
岩手	26	2.1	24	2.0	△2	△7.7

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」～自殺者の統計：最新の状況  
[http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/shougaisishahukushi/jisatsu/jisatsu\\_new.html/](http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/shougaisishahukushi/jisatsu/jisatsu_new.html/)

## トピックス 自死遺族支援の取り組み

大切な人を亡くした時、生きていくことが難しいと感じるほどの、深い悲しみや苦しさを抱えることがあります。特に、自死で大切な人を亡くした際には、誰にも話すことができず、心理的・社会的に孤立してしまうことも少なくありません。

岩手県では、精神保健福祉センター、各保健所、ソ-

シャルサポートセンターもりおかで、個別での相談や、ご遺族が集って語り合う「自死遺族交流会」を開催しています。お住まいの地域に限らず、ご希望の会に参加できます。ご遺族が、必要な相談やケアの場につながるよう、みんなで支えていきましょう。

（詳細はこちら：<https://www.pref.iwate.jp/seishinhoken/annai/1015897.html>）



## インフォメーション 9月～プログラム等のご案内

### ◆家族教室

◇うつ病家族教室 後期(10/29～)各5回 月1回木曜日  
うつ病という病気について学習会と話し合いにより、対応方法を一緒に考えていきます。

◇依存症家族教室 後期(10/8～)各6回 月1回木曜日  
アルコール依存症や薬物依存症の正しい知識を学び、ご家族の健康回復と対応の工夫を一緒に考えていきます。

詳細はホームページでご案内しております。

申込書、チラシをダウンロードできます。

ご不明な点、ご質問等は、お電話でお問合せ下さい

お申込み・お問い合わせ

岩手県精神保健福祉センター

☎ 019-629-9617

平日9時～16時30分（土日祝日、年末年始を除く）

FAX 019-629-9603

### ◆地域ケア検討会

場所：岩手県福祉総合相談センター 4階大会議室  
助言者：岩手医科大学附属病院

精神科医師 福本 健太郎 先生

### ◇第91回地域ケア検討会

日程：令和2年9月17日(木) 14:00～16:00

内容：ミニレクチャー「認知症」／事例検討1例

### ◇第92回地域ケア検討会

日程：令和2年10月15日(木) 14:00～16:00

内容：ミニレクチャー「気分障害」／事例検討1例

### ◆当センターで貸出可能な資料について

県内の精神保健福祉活動の普及・啓発の一環として、精神保健に関する資料を、県民の皆様に貸し出しております。遠隔地の方には郵送で貸出をしております。なお、貸出は岩手県在住の方に限らせていただいております。

- ・貸出本数：3本以内
- ・貸出期間：借りた日の翌日から14日以内
- ・貸出DVD：精神疾患、精神保健、自殺対策、アルコール・薬物関連、ひきこもり関連、認知行動療法、SST、震災関連等