

## 奥州保健所の自殺対策の取組みについて

## 1. 経緯

- 厚生労働省の2012年人口動態統計(概数)によると、本県の自殺者数は329人で前年比41人減、人口10万人あたりの自殺死亡率は前年比3.0減の25.3でした。  
全国順位は2011年のワースト2位から4位に改善されました。
- 平成24年12月「胆江地域自殺対策アクションプラン」を策定しました。  
(別添プラン概要版資料)

## 2. 平成24年度 奥州保健所自殺対策事業実績

- (1) 相談窓口の開設
  - ・精神科医師によるこころの相談(毎月第4水曜日) 12回 相談者 16人
- (2) メンタルヘルス出前講座
  - ・事業所等への出前講座 9事業所 393人 ・高等学校への出前講座1校 52人
- (3) ゲートキーパー・傾聴ボランティア養成研修会 8回 240人
  - ・対象 : 商工会・企業クラブ代表者、婦人部、民生委員、介護職員、理美容職員  
振興局職員(林務・農政部)等
- (4) 医師・看護師等保健医療関係者研修会(奥州市医師会共催) 2回 109人
- (5) 自死遺族の会(奇数月第1金曜日) 5回 11人
- (6) 自殺対策会議・担当者連絡会等の開催
  - ・胆江地域自殺対策推進連絡会議 2回
  - ・胆江地域自殺対策実務者ネットワーク連絡会 4回
  - ・市町等担当者連絡会 2回

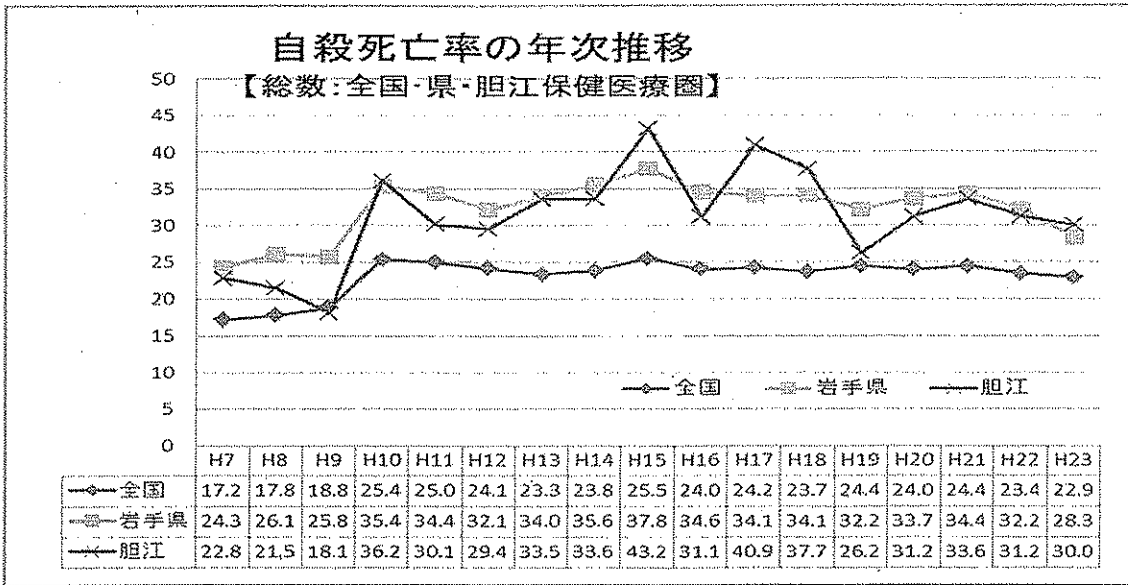
## 3. 平成25年度 奥州保健所自殺対策事業計画(平成24年度事業に追加して)

- (1) うつ病の早期発見・早期治療の体制づくり
  - ・一般診療科(かかりつけ医)と精神科医療機関との連携の仕組みづくり
- (2) こころのケアナース養成事業
  - ・医療機関看護師によるうつ病の早期発見・相談技術の向上
- (3) 「気づいてくださいこころのサイン」関係機関窓口へパンフレットの配架
  - ・住民へのこころの健康に関する相談機関窓口の周知

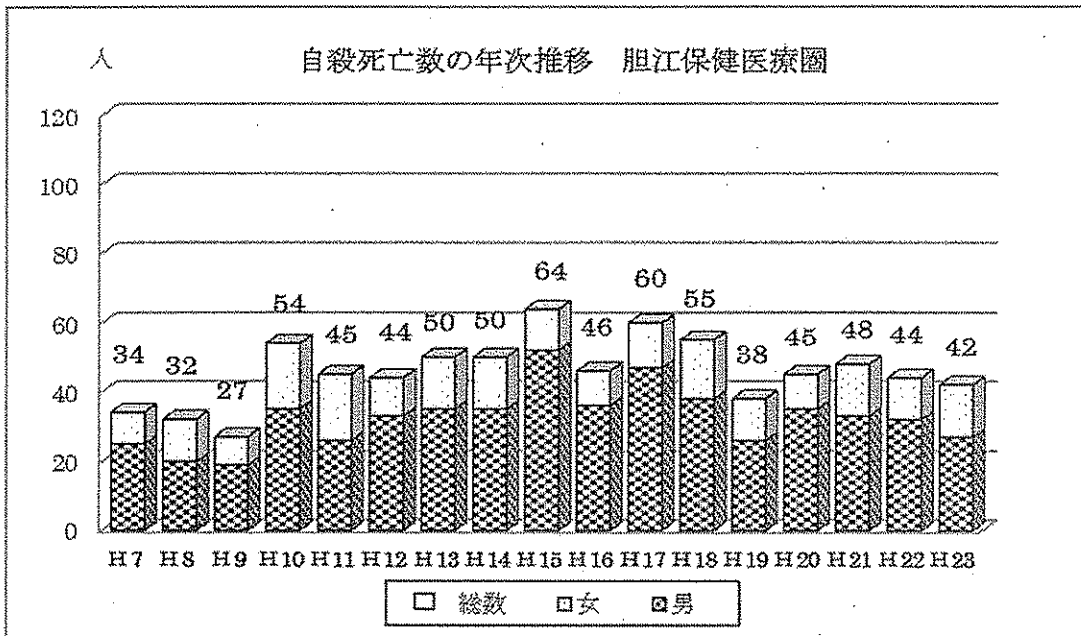
【参考】人口動態統計による自殺者数 ※ ( ) 内は人口10万対自殺率

	平成20年	平成21年	平成22年	平成23年	平成24年
全国	30,229(24.0)	30,707(24.4)	29,524(23.4)	28,874(22.9)	26,400(21.0)
岩手県	454(33.7)	459(34.4)	427(32.3)	370(28.3)	329(25.3)
県南広域局管内(保健所別内訳)					
中部保健所	85(36.1)	84(36.0)	86(37.3)	74(32.2)	H25年9月末 確定
奥州保健所	45(31.2)	48(33.6)	44(31.2)	42(30.0)	〃
一関保健所	44(31.4)	60(43.4)	47(34.6)	32(23.7)	〃

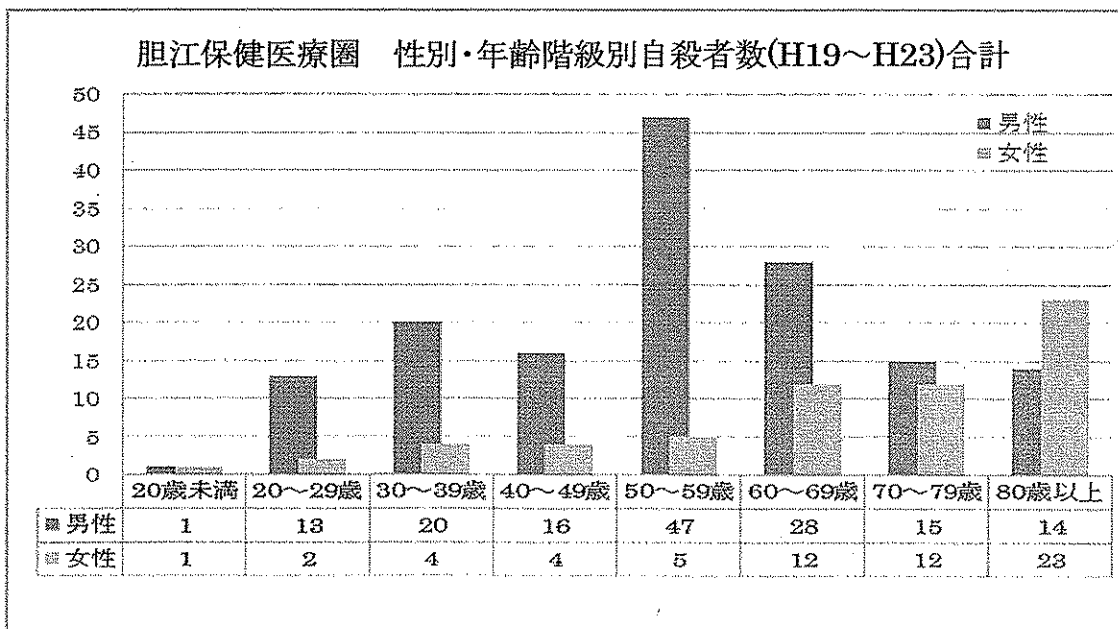
【図1 自殺死亡率年次推移(全国・県・胆江：H7～H23)】(資料：人口動態統計)



【図2 自殺死亡数年次推移(胆江：H7～H23)】(資料：人口動態統計)



【図3 性・年齢別自殺者数(胆江：H19～H23)】(資料：人口動態統計)



# 胆江地域自殺対策アクションプラン（平成24年12月策定）

## 概要版

【推進期間：平成24年度～26年度】

### 目 標

#### 『胆江地域の自殺死亡率の減少を目指します』

胆江地域の自殺死亡率について、全国自殺死亡率（人口10万人対）を目標数値とし、平成23年30.0人を目標年度（平成26年度）までに23.6人（\*）以下とする。（\*全国自殺死亡率平成21年～23年までの3年間の平均値）

### 地域の目指す姿

- ◆ 住民一人ひとりが、自ら心の健康づくりを行い、家庭、職場、地域で生き生きと生活できる地域づくりを目指します。
- ◆ 特にも、自殺死亡率が高い50歳代男性及び80歳以上の女性の自殺死亡を減らすための取組みを強化し、互いに気づき、つなぎ、見守るあたたかい地域を目指します。

### 自殺死亡の現状（別添資料）

- ◆ 自殺死亡率は、全国平均より高く、県平均とほぼ同様の割合で推移。（図1）
- ◆ 自殺死亡数は、男性7対女性3の割合で男性が多い状況。（図2）
- ◆ 自殺死亡者数を性・年齢別でみると、男性は50歳代、女性は加齢とともに増加し80歳代以上が最も多くなっている。（図3）
- ◆ 自殺死亡率の高い年代の世帯別職業をみると、50歳代男性は、農業が最も多く、次いで中小企業勤労者、80歳以上の女性では、農業、無職の順であった。（図4）
- ◆ 自殺死亡者の職業別割合をみると、男性は無職が多く、女性は年金等生活者、無職が多かった。（図5）
- ◆ 自殺死亡者性別原因動機別割合をみると、男性は「健康問題」と「経済・生活問題」がそれぞれ34%と多く、女性は「健康問題」が72%と多い状況であった。（図6）

### 取組みの課題

- ◆ 自殺死亡率の高い性別や年代、一定の職域に対する心の健康づくりについて十分な働きかけができていない。
- ◆ ゲートキーパー（注1）について、一般住民には、まだその意義や役割等十分に周知されていないのが現状。
- ◆ 専門医への受診について、患者及び家族の理解を促進する必要がある。
- ◆ 自殺の原因動機で一番多いとされる健康問題や経済問題等について、家庭で内在する問題を出させ早期に対応する仕組みが必要。
- ◆ 各領域においては、相談窓口が設置されているが、個々の相談窓口に応じた役割や機能に応じた連携は必ずしも十分とは言えない状況。
- ◆ 自殺未遂者やその家族等への支援については、十分な体制が整っていない状況。また、自死遺族の相談窓口について、更に周知する必要がある。
- ◆ NPOやボランティア団体等民間団体等との連携を強化し、自殺予防対策への参画を促進する必要がある。
- ◆ 避難期間が長期化しており、心の健康問題が懸念され、被災により心の不調や自殺が懸念される世帯への対応が求められる。

## アクションプランの重点取組項目

次の10項目（国の自殺総合対策大綱及び県の重点施策）について、自殺死亡数の多い50歳代の農家や中小企業等の男性、80歳代以上の女性に対する主な自殺対策等について、統計データをもとに具体的な取組みを検討し、事業内容の中から「取組みのポイント」として掲載。

重点項目	取組みのポイント	
	50歳代男性	80歳代以上女性
1 自殺の実態を明らかにする	死亡統計等の提供、分析	
2 住民一人ひとりの気づきと見守りを促す	職員、会員へのメンタルヘルス講習会、相談、企業、事業所等への出前講座、農林業、商工業関係分野及び団体等と連携した心の健康づくり事業	地域における心の健康相談充実、地域の気づき見守りを促すための事業、特定の課題をもつ地域における健康教育
3 早期対応の中心的役割を果たす人材の養成	職場の管理監督者研修、相談窓口の周知、相談担当者のゲートキーパー養成研修、こころのケアナース養成（注2）	こころのケアナースの養成、地域の気づき見守りを促すための事業、傾聴ボランティア活動支援
4 心の健康づくりを進める	心の健康づくりに関する職員、会員研修、心の健康づくりに関する事業所への出前講座、相談窓口周知、市町・事業所広報誌掲載等効果的な情報発信	相談窓口周知、気づき、見守り促すための事業（地域心の健康づくり講演会、シンポジウム等）
5 適切な精神医療を受けられるようにする	職員等の健康管理、住民の健康教育の実施、うつ病患者が適切な医療を受けられるよう一般医と精神科医との連携のあり方について検討、相談窓口相談窓口の周知、こころのケアナース養成	
6 社会的な取組みで自殺を防ぐ	相談担当者のゲートキーパー養成研修、関係機関とのケース検討会	介護従事者等のゲートキーパー養成研修、各領域の相談窓口との連携
7 自殺未遂者の再度の自殺を防ぐ	自殺未遂者に対する相談窓口の充実と周知	
8 遺された人の苦痛を和らげる	自死遺族に対する相談窓口、交流会等の開催、自死遺族支援事業研修会、情報発信	
9 民間団体との連携を強化する	経済・生活相談機関、就労支援機関等との相談連携、研修・連絡会による連携	ボランティア等への地域活動支援
10 被災地における包括的な支援により自殺を防ぐ	被災者に対して、必要な関係機関・団体と連携をとり継続的なサポート（被災地からの要請に応じた保健活動支援、内陸避難者への健康相談実施、放射線物質の健康影響に関する出前講座の開催）	

（注1）「ゲートキーパー」：悩んでいる人に気づき、声をかけ、話をきいて、必要な支援につなげ、見守る人

（注2）「こころのケアナース」：医療機関等において看護師等が住民に悩みを聞き、不安やうつ状態を把握し、適切な心理ケアにつなげることを目的として養成。

平成 25 年度

# 胆江地域『こころのケアナース』養成研修会開催の御案内

(仮称)

## 『こころのケアナース』養成研修

医療機関等において、直接患者さんに接する看護師等が、住民に悩みを聞き、不安やうつ状態を早期に把握し、適切な心理ケアにつなげることを目的として実施します。

胆江地域では、平成 25 年度から開催します！

### 対象・内容

◆ 対象：看護師等医療機関の職員等

◆ 研修内容(2 時間×2 回コース)

①自殺死亡の現状、うつ病について正しく知りましょう

②自殺を考えている人の心理状態、声のかけ方、つなぎ方を知りましょう

開催については、医療機関の皆様にあらかじめご案内いたします！

主催：奥州保健所 (電話 22-2831 FAX:25-4106)