

## 「岩手県自殺予防宣言」

～ みんなでつなごう いのちとこころの絆 ～

本県では、行政、保健・医療、教育、労働など49の関係機関・団体が集結した「岩手県自殺対策推進協議会」を設置するとともに、数次にわたって「自殺対策アクションプラン」を策定し、官民一体となって、自殺対策に積極的に取り組んできました。

また、東日本大震災津波で甚大な被害を受けた本県では、県内の関係機関・団体による取組のほか、国内外から、こころのケアや健康づくりなどに関する数多くの御支援、御協力をいただき、自殺防止の取組が行われております。

こうした取組もあって、自殺者数が最も多かった平成15年の527人から令和2年は256人と、271人減少し、長期的には、減少基調にあります。

また、人口10万人当たりの自殺死亡率も、全国平均との差が平成15年の12.3ポイントから4.8ポイントに縮小しており、関係機関・団体の御尽力が、これらの成果につながっております。

一方で、令和2年の自殺者数は、全国と同様、前年比増となり、自殺死亡率は6年ぶりに全国で最も高くなりました。新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、経済情勢の悪化など社会的要因により、自殺リスクが高まることが懸念されることから、社会経済情勢の変化などに適切に対応した取組を推進していくことが必要です。

SDGs（持続可能な開発目標）<sup>\*1</sup>が掲げる「誰一人として取り残さない」という理念も踏まえ、悩みを抱えた人を孤立させず、遺族に寄り添い、一人でも多くの自殺を防ぐため、本協議会の構成機関・団体はもとより、行政、関係団体、学校、職場などが、積極的に連携・協力し合って、それぞれの役割に応じて、県民とともに自殺予防に取り組む社会づくりの更なる推進に向けて、次のとおりアピールします。

### 1 理解の輪を広げる

県民一人ひとりが、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因が、深刻な心の悩みの原因となることを認識し、自分や身近にいる人の心の不調に気づき、寄り添いながら、問題に応じた専門機関につなぐなど適切に対処できるよう、セルフケア<sup>\*2</sup>の普及やゲートキーパー<sup>\*3</sup>などの自殺対策の担い手を養成し、理解の促進を図ります。

### 2 連携の輪を広げる

それぞれの地域が自らの地域の課題に対応した自殺対策を推進するため、地域の様々な分野の関係機関・団体によるネットワークを構築し、それぞれが自殺対策の一翼を担っているという意識を共有しながら、連携して取り組みます。

### 3 行動の輪を広げる

関係機関・団体がそれぞれの役割を担い、自殺を防ぐ活動が全県に広がるよう、積極的な普及啓発活動などに取り組みます。

令和3年7月26日  
岩手県自殺対策推進協議会

※1 SDGs（エス・ディー・ジーズ）（持続可能な開発目標）

発展途上国と先進国が共に取り組むべき国際社会全体の普遍的な目標であり、平成 27 年（2015 年）9 月の国連サミットで全会一致で採択された、「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」に記載されている国際目標です。

持続可能な世界を実現するための 17 のゴール・169 のターゲットで構成され、誰一人として取り残さないことを理念としています。

※2 セルフケア

メンタルヘルス（心の健康）を健全に保つために、第一段階として、ストレスに対処する知識や方法を身につけて、自分自身で管理することです。

※3 ゲートキーパー

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。

国の「自殺総合対策大綱」においては、かかりつけの医師を始め、教職員、保健師、看護師、ケアマネージャー、民生委員、児童委員、各種相談窓口担当者など、関連するあらゆる分野の人材にゲートキーパーとなっただけよう研修等を行うこととされています。