

岩手県自殺対策推進センター ニュースレター

No.105 2023.12.11

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

特大号!!



このニュースレターは、県内に広がる自殺対策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 ～自殺者数の推移～

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」について、令和5年の1月～10月までの状況です。前年令和4年と比較すると、全国では昨年に比べ1,408人減となっているのに対し、岩手県では8人増となっています。全国と比べ岩手県は増加傾向であり、より一層の取り組みが必要です。年末年始を迎え、リスクが高まりやすい時期であり、丁寧な支援を心がけたいものです。

	令和4年1月～10月（確定値）		令和5年1月～10月（確定値）		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	18,535	14.8	17,127	13.7	△1,408	△7.6
岩手	216	18.3	224	18.9	8	3.7

毎月の推移は、厚生労働省のホームページ「自殺対策」内、「自殺の統計」よりご覧いただけます。

トピックス ～市町村自殺対策事業の意見交換が終了しました！～

8月から実施した市町村自殺対策事業意見交換が、11月8日で県内33市町村すべて終了いたしました。御多忙の中、対応いただきありがとうございました。主に、自殺対策計画の進捗状況や自殺対策事業の取組や課題等について、お話を伺いました。その結果についてご紹介します。

①令和5年度自殺対策計画改定状況

県内では、今年度25市町村が計画の見直しとなっており、順次見直し作業を進めている状況でした。意見交換した段階において、庁舎内各課に対する進捗状況調査の実施や住民アンケートの実施、集計作業、素案を協議会に諮る段階など計画的に作業をすすめている市町村がある一方で、業務に追われ、着手できていないところもありました。

②包括的自殺対策プログラム（久慈モデル）取組状況

33市町村全てで実施されており、骨子ごとの取組状況は右の表のとおりとなっております。

すべての骨子に取り組んでいる市町村は8割を超えています。



表1：令和5年度県内市町村における自殺対策計画改定状況

作業状況	市町村
改定作業中	25市町村（76%）
改定時期ではない	3市町村（9%）
改定時期を延期	3市町（9%）
改定済み	2市町（6%）

表2：令和4年度分 骨子ごとの市町村取組状況

実施骨子数	市町村数
6骨子（全て）	28市町村（84.8%）
5骨子	3市町村（9.1%）
4骨子	2市町村（6.1%）
3骨子	0
2骨子	0
1骨子	0
合計	33市町村

③工夫している取組

令和4年度から令和5年度に市町村で実施している先駆的な取組やユニークな取組を紹介します。

骨 子	内 容
一次予防	①庁舎内でゲートキーパー研修を実施し市役所職員が全員受講。 また初級編、中級編に分けて養成している。
	②自殺対策強化月間等の普及啓発事業において、町公式 YouTube に自殺予防に関する動画を町おこし協力隊の協力を得て作成し、担当保健師が出演している。
	③児童向けの SOS の出し方教育を地区担当保健師が講師を務め実施。終了後のアンケートに「悩んでいることがあるか」という問いにより、子どもたちの SOS をキャッチしている。
	④町で自殺予防オリジナルポスターを作成し、町内に掲示している。
二次予防	①自殺の多い地区を重点的に、うつスクリーニングを実施している。
	②教育委員会主導で、若年層の未遂者等ケースの定期的なケースカンファレンスを実施し、若年層のハイリスク者への支援を強化している。
三次予防	①死亡情報を得たら、四十九日を過ぎた頃に、遺族へ全戸訪問を実施している。
	②死亡届の提出の際に、心理教育用のリーフレット『大切な人を亡くした方へ』を配布している。
精神疾患の アプローチ	家族会活動に町独自で補助金をだし、活動支援を実施。障害者事業所のイベント等において、家族会の普及活動を行い、家族が孤立しないよう相談する場であることを発信している。
職域への アプローチ	市内に多くの企業を抱え、働き盛り世代の自殺が多い背景から、庁内の産業雇用関係課と連携し、市内の 80 社に企業訪問を実施し、相談窓口一覧や出前講座のチラシの配布を行っている。
ネットワーク	協議会：実績報告や計画報告など形骸化した協議会の内容を見直し、せつかくの参集機会であることから、出席委員全員が発言できる会議体となるよう工夫している。
	実務者：教育委員会主導型の若年層の自殺未遂等ケースカンファレンスを定期開催し、ケースに関係する機関が参集している。（二次予防へも掲載）
	庁内連携： ①「死にたい」と相談を受けた際の対応マニュアルを作成し、庁内で共有している ②計画策定のため、庁舎内職員のワークショップを行い、計画素案を協議している。 ③重層的支援事業に取り組み、ケース共有・支援がスムーズに行われている。

上記にあげた取り組みはほんの一部です。どちらの市町村でも、限られたマンパワーの中で、工夫した取組をされていると感じました。「自殺対策は日常業務の延長にあるもので特別なものではない」と、ある研修で聞いたことがあります。今できることは何か、既存の事業への組み入れができないか、優先すべき事業は何かを考え、限られた資源やマンパワーの中で工夫していくことが必要と感じます。

また、意見交換の中で、様々な取組に関する課題もあげられました。あげられた課題につきましては、県レベルの会議や研修企画等に反映させるなど、課題解決が図られるように当センターでも支援していきたいと考えています。

トピックス ～令和5年度 岩手県自死遺族支援実務者連絡会を開催しました～

11月10日（金）に県内で自死遺族を支援する関係者26名が出席し、自死遺族支援の取組状況や課題等について意見交換を行いました。

コロナ禍で4年ぶりの開催であり、保健所でのわかちあいの実施もコロナ前の状況に戻つつある中で、抱えている課題等について共有しました。

また、遺族が参加しやすいように工夫している点も報告されました。

今後も、自死遺族支援に係る情報は発信を継続すること、各機関での取組や工夫していることを参考に、少しずつでも取組をすすめていくことを確認しました。

トピックス ～第49回岩手県精神保健福祉大会を開催しました～

第49回 岩手県精神保健福祉大会が11月30日、一関文化センターで開催されました。

「支え合い、励まし合い、笑い合い～地域でつながる笑顔の輪～」をテーマに、4年ぶりの通常開催となりました。

当日は、あいにくの天気でしたが、県内各地から約361名の方が参加しました。



主催者である岩手県精神保健福祉協会長の太塚会長が「今後の相互理解と絆を大切に、実りある大会となることを祈念する」と式辞を述べました。



式典では、表彰が行われ、精神障害者の社会参加や福祉向上などに努めた方々へ表彰状が贈られました。



また、特別講演は、「笑いは健康と幸せへのかけ橋」と題し、秋田県の漫談師の人生亭一門の方々がいき、アトラクションでは、県立南光病院家族会の寸劇と動画投稿サイト・YouTubeなどで音楽活動をしている、みいゆさんがオリジナル曲を披露しました。

来年は、盛岡市で開催予定です。

インフォメーション ～今後の研修等のご案内～

✦「令和5年度岩手県自死遺族交流会公開講座」

日時：令和6年1月19日（金曜） 13時～15時30分（受付 12時30分～）

◎終了後に遺族の方のみ、わかちあいをを行います。

会場：いわて県民情報交流センター（アイーナ）会議室 501 盛岡市盛岡駅西通1丁目7番1号

参加申込み・問い合わせ先：岩手県精神保健福祉センター（担当：大森、福德、牧野）

◎詳細は当センターホームページをご覧ください。

✦「令和5年度自殺未遂者支援研修会～多職種チーム活動とケアマネジメント支援～」

日時：令和6年2月7日（水） 10時～15時30分（受付 9時30分開始）

会場：いわて県民情報交流センター（アイーナ）研修室 812 盛岡市盛岡駅西通1丁目7番1号

参加申込み・問い合わせ先：岩手県精神保健福祉センター（担当：藤澤）

✦地域ケア検討会

精神科医の助言のもと、事例検討会を定期的に開催しています。検討したい事例の提供も受け付けています。

内容：精神疾患に関するミニレクチャー（ZOOM視聴可 約30分）、事例検討（1事例 約60分）

日時：1/25、2/22 木曜 14時～16時

◎詳細は当センターホームページをご覧ください。

インフォメーション ～年末年始も受け付けている相談窓口～

#いのち SOS（特定非営利活動法人 自殺対策支援センターライフリンク）

0120-061-338（フリーダイヤル・無料）

相談時間：日曜日、月曜日、火曜日、金曜日、土曜日 00:00～24:00、

水曜日、木曜日 6:00～24:00（※木曜日 6:00～火曜日 24:00 までは連続対応）

ホームページ：<https://www.lifelink.or.jp/inochisos/>

よりそいホットライン

0120-279-226（フリーダイヤル・無料）

相談時間：24時間

ホームページ：<http://www.since2011.net/yorisoi/>



いのちの電話

0570-783-556（ナビダイヤル受付センターに順次おつながり。）

相談時間：午前10時から午後10時

ホームページ：<https://www.inochinodenwa.org/>



今年も残りわずかです。今年も令和5年が終わります。今年も新型コロナウイルスが5類に引き下げられ、直接皆様と研修で顔を合わせる機会も増え、4年ぶりとなる精神保健福祉大会も通常の集合開催で行うことができました。皆様はどんな一年でしたか？来年も当センターのニューズレターをご覧くださいと思います。

バックナンバーはこちらのQRコードからご覧いただけます。



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 X (旧 Twitter)

http://twitter.com/iwate_seishinhk