

# 岩手県自殺対策推進センター ニュースレター

No.104 2023.9.10

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



## ナキウサギ

英名は pika (ピカ)。  
その可愛さはまさに  
あのキャラクター。  
主に寒冷な気候地帯  
に生息します。

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～

令和5年7月17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5年7月の自殺者数は1,716人（速報値）で、対前年比151人（約8.1%）減になりました。岩手県の令和5年7月の自殺者数は27人（速報値）で、**対前年比11人（約39.3%）減**になりました。全国と比べ、今回は岩手県は減少いたしました。このまま減少が継続するよう取り組んでいきましょう。

	令和4年7月（確定値）		令和5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	1,867	1.5	1,716	1.4	△151	△ 8.1
岩手	28	2.4	17	1.4	△11	△ 39.3

発表されたデータは、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 ～令和5年度「こころに寄り添い いのちを守る いわて」月間～

自殺対策基本法では、毎年9月10日から16日までの1週間を「自殺予防週間」と位置づけ、地方公共団体、関係団体等と連携して相談支援・啓発活動に努めています。

岩手県では、総合的な自殺対策を推進するため、平成19年3月に「※岩手県自殺対策アクションプラン」を策定し、普及啓発、相談支援、人材養成等の包括的な自殺対策プログラムの推進のほか、働き盛り世代や高齢者など自殺の多い世代をターゲットとした対策や、震災関連自殺の防止などに官民一体となって取り組んできました。

こうした取組もあり、本県の自殺者数は、平成15年の527人をピークに、平成22年以降は減少基調にあり、令和4年には250人と、ピーク時から277人減少し、半分以下となりました。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3.9ポイントに縮小しています。

一方、令和4年の自殺者数は、大幅に減少した令和3年から増加に転じ、自殺死亡率が全国で2番目に高くなりました。

さらに、新型コロナウイルス感染症や物価高騰に伴う社会情勢の悪化などの社会的要因により、自殺リスクの高まりが懸念されることから、社会経済情勢の変化等に適切に対応した取組を推進していくことが必要です。

岩手県においては、今年度も9月1日から9月30日までの1か月間を「こころに寄り添い いのちを守る いわて」月間（自殺防止月間）とし、一人でも多くの自殺を防ぐため、県民とともに自殺予防に取り組む社会づくりに向けて、各市町村や関係機関・団体とともに、啓発事業や各種相談支援等を行います。

岩手県自殺総合対策ホームページ

<https://www.pref.iwate.jp/kurashikankyuu/fukushi/ryouiku/1004170.html>

※岩手県の現状と課題を整理し、目標を定め、目標達成のための具体的な役割分担と取組を整理集約したもの。計画期間は2019年度から2023年度。

## トピックス ～自殺対策企画担当者研修会を行いました～

令和5年6月19日（月）アイーナにて自殺対策企画担当者研修会を開催し、保健所や市町村の担当者77名が参加しました。県内の多くの市町村が、今年度、自殺対策計画の見直し時期であることから4年ぶりの参集型研修で、これまでの自殺対策計画の評価や見直し作業について理解を深めました。

研修では、県自殺総合対策佐藤特命課長から「岩手県の次期アクションプランの骨子案及び今後の策定スケジュールについて」、岩手医科大学神経精神科学講座の大塚教授から「自殺対策計画の見直し作業の進め方についてご講義をいただきました。演習では、圏域ごとにわかれ、皆さん真剣に意見交換していました。

現在当センターでは、地域に出向いた意見交換を実施しており、10月までに全市町村を訪問予定としています。

【情報提供】いのち支える自殺対策推進センター研修動画「地域自殺対策計画」策定・見直しの手引きを踏まえた計画の策定見直しについての研修動画が視聴可能です。

是非参考にしてください。（保健所・市町村のみ）<https://download.jscp.or.jp/>



## トピックス ～令和5年度ひきこもり公開講座を遠野市にて開催しました～

令和5年8月6日（日）あえりあ遠野にて、ひきこもり公開講座を開催し、164名が参加しました。まず、県内のひきこもり支援の状況や、遠野市の重層的支援体制整備事業による住民協働の地域づくり、人と人とのつながり支援について共有しました。

筑波大学 斎藤環先生の講演では、ひきこもっている人は「たまたま困難な状況にある、まともな人」であること、他者との信頼関係の回復には「対話」が必要であることなどを学びました。

後半は、ひきこもり支援室”ゆきわり”阿部直樹氏の進行のもと、当事者3名から、それぞれの経験や想いを語っていただきました。「ゲームが命綱だった」「好きなことや、人との出会いに癒された」「不登校ひきこもりになっても、可能性はゼロじゃない」など、生きづらさに寄り添う多くのヒントをいただきました。（事後配信申込はこちらから→<https://onl.la/KtUNtHJ>）

【情報提供】岩手県内ひきこもり支援機関一覧はこちら

<https://www.pref.iwate.jp/seishinhoken/1057973/1053178/index.html>



## インフォメーション ～今後の研修等のご案内～

### ✦ 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で開催しています。

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：9/21、10/26、12/7、1/25、2/22 木曜14時～16時

### ✦ 依存症家族教室

依存症についての正しい知識と対処法を学び、回復について一緒に考えていきます。

対象：アルコール依存や薬物依存等の問題を抱える方のご家族。

後期（10/19、11/9、12/21、R6.1/18、2/8、3/7） 木曜午後1時～午後3時30分



全国的に記録的な猛暑となった今年の夏。また、雨による災害も起こりました。被害を受けた地域の方には心よりお見舞い申し上げます。この記録的な暑さを経験した私は、明らかにレベルアップしたはず！と信じ、短いであろう秋を心待ちにしております。

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](http://twitter.com/iwate_seishinhk)