

発行：岩手県精神保健福祉センター・岩手県自殺予防情報センター

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べく、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。

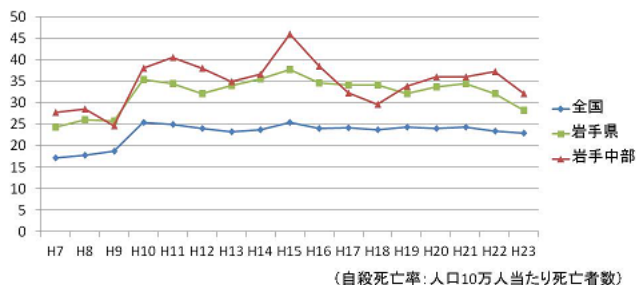
毎月15日号は、岩手県における地域自殺対策戦略介入プログラム「久慈モデル」について特集します。

今回は中部保健所の自殺対策の状況と管内市町村の取組についてレポートします。

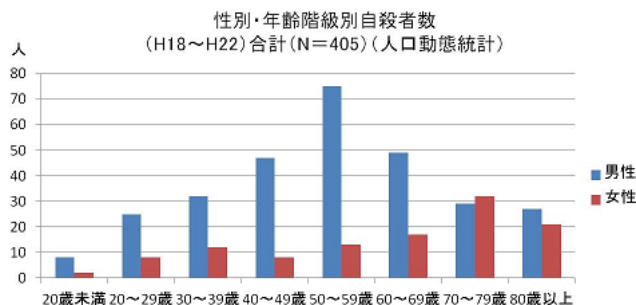
## 中部保健所管内の状況（自殺の現状）

岩手中部地域管内の自殺者は、平成10年に91人（前年比32人増）となり、平成15年には最も多い110人となりました（厚生労働省人口動態統計）。平成10年以降の自殺者数は概ね80人前後で推移しており、各年の自殺者数の約7割が男性となっています。平成7年～23年の自殺死亡率は、総数・男性・女性いずれにおいても全国・県を上回る傾向で推移しています。

自殺死亡率の年次推移【総数・全国・県・岩手中部保健医療圏】  
（人口動態統計）



平成18年～22年の5年間の自殺者数を年齢階級別にみると、男性では50～59歳、女性では70～79歳が最も多くなっています。



### 久慈モデルの実施状況

岩手県精神保健福祉センターが平成24年10月に行った、県内保健所・市町村を対象とした「久慈モデル実施状況調査」の調査結果によると、中部保健所管内の全4市町で久慈モデルを実施しています。

「六つの骨子」別に実施状況をみると、実施率が高かった骨子は「一次予防」「二次予防」「精神疾患へのアプローチ」で、いずれも全4市町で実施されていました。実施率が低いのは「三次予防」「ネットワークづくり（推進協議会設置）」の0か所でした。実施している骨子数でみると、5つの骨子を実施しているのは1か所、4つを実施しているのは2か所、3つを実施しているのは1か所でした。

## 岩手中部地域自殺対策アクションプラン～かけがえのない命を守るために、ともに支えあう地域を目指して～

中部保健所は、平成22年度に花巻保健所と北上保健所が合併し、花巻市、北上市、遠野市、西和賀町の3市1町を管轄しています。

平成22年7月には、『岩手中部うつ病治療連携システム（うつネット）』を構築し、一般診療所を受診して、うつ症状等がある方を精神科医療機関に紹介・逆紹介するネットワークの普及に取り組んでいます。

また、若年層への取組みとして、管内高等学校と連携し、高校生にいのちの大切さ等を伝える思春期講演会を実施しています。

三次予防としては、自死遺族支援「こころサロン北上」を県内で先駆的に導入し、支援を展開しています。保健所の合併前のそれぞれ独自の精神保健事業の強みを生かし、現在の自殺対策に取り入れながら継続して取り組んでいます。

今般策定したアクションプランでは、中部地域での目標を『すべての年代における自殺者の減少を目指します。』とし、具体的な取組みを7つの項目に分けて実施していくこととしました。特にこれまでの自殺対策のほか、新規事業として以下のものに取り組んでいく予定です。

- 【一次予防】高齢者支援にかかわるケアマネージャーや介護職員等に対する研修の実施
- 【二次予防】自殺未遂者の把握およびネットワークづくりに向けた検討およびケア会議の開催
- 【精神疾患へのアプローチ】障害者自立支援法による相談支援体制の充実
- 【職域へのアプローチ】ハローワークと連携した相談および出前講座の実施
- 【ネットワークの構築】自殺対策に関わる市町等の実務者レベルの情報共有の場の開催
- 【被災者支援】支援者の傾聴技術のスキルアップ支援や支援者向けの研修会開催

中部保健所の担当者は、今回のアクションプランは「生きづらさ」を抱える方への支援をキーワードに策定したと話していました

ひきこもりや発達障害についても、居場所づくりや研修を行うなど、きめ細かい事業がされているほか、管内市町と連携し『うつ予防』についての健康教育用パワーポイント教材を発案するなど、独自の取組みが展開されています。（発案した教材の紹介は、別号で掲載予定）

引用文献

岩手県中部保健所：岩手中部地域自殺対策アクションプラン.2013

## <フィールドレポート>市町村の取組状況

中部保健所管内の4市町が、今年度、自殺対策として力を入れて取り組んでいることについて、現地取材をしました。

### 西和賀町

豪雪地帯で知られている西和賀町は、今年、例年にならぬ豪雪に見舞われています。高齢化率は42.1%と県内でも上位にあり、特に75歳以上の後期高齢者は26.8%と、4人に1人という状況です。(※平成24年12月末現在)



豪雪と高齢化率が高いという現状から、町では1月下旬から2月上旬の期間に、町職員が一人暮らしの高齢者宅を訪問し、日常生活及び健康面の聞き取りを行い、その内容について関係する課へ伝え、対応するという取組を行っています。訪問した職員は高齢者からの「施設に入りたい」「保健師に来て欲しい」などの訴えや、訴えがなくても『いつもより元気がなかった』など訪問した中で得られた情報を保健師に伝え、積極的に自宅へ出向き、ハイリスク者へアプローチしています。

豪雪のため、外出が困難な高齢者が多いことから、特に冬場は訪問を強化し住民と顔の見える関係を作り、住民からのSOSをなるべく早期にキャッチしたいと担当者は語ります。この取組は、健診や健康教室などに出てこない住民へつながるきっかけとなっているようです。

また、町では、自立支援医療受給者に対し、所得に応じて医療費の助成を行っています。町独自の、この制度により、患者さんの経済的な負担が軽減されることから、継続した通院が確保されているようです。

【2次予防：相談や訪問等における対応】

### 遠野市

現在、遠野市では『遠野市地域福祉計画2013』の更新作業中です。この計画の推進期間は、平成25年度から27年度までの3年間です。今回の更新にあたって、東日本大震災の経験を通じ住民から「何かをしなければならぬ」といった意見が強くだされ、市民の声を多く取り入れた計画となるよう考慮しています。



計画は、地域コミュニティの形成を重視し、公的サービスのみでは解決できなかった生活における福祉ニーズの明確化と解決を目指し、住民同士の繋がりを作り、助け合い・支え合いにより市民が安心して幸せに暮らせる地域を作ることを基本構想としています。中でも、孤立者・自殺・予防支援プラン及びこころのケア推進プランは、優先的に取り組む事項として掲げています。孤立者・自殺・予防支援プランでは、ライフライン事業者等との連携をあげ、普段から家庭に継続的に関わりのあるガス・電気・水道などの事業者との連絡・連携体制づくりや、さらには新聞業者や宅配業者、配食業者など生活関連事業者まで見守り体制を拡大していくことを明記しています。このシステムの構築により、生活困窮者や悩んでいる人のSOSを見逃さない遠野市を目指します。

引用文献 遠野市：遠野市地域福祉計画2013(平成25年～27年度)。2013  
【ネットワークの構築：システムづくり】

### 北上市

北上市では、こころの健康づくり事業として、自殺防止月間に市職員、民生児童委員、地区交流センター職員、行政区長等がブルーリボンを装着しています。ブルーリボンは自殺対策事業の象徴として、折に触れてPRしています。

また、「いのち」の標語を、市内の小中学校をはじめ市民に広く募集しました。校長会の場で担当者が説明を行い、学校に理解と協力をよびかけたところ、平成24年度は、応募者数338名・応募総数473点が寄せられました。入選者には、12月に開催された「こころの健康づくり講演会」の冒頭で表彰式が行われ、入選作品は、市の広報やホームページへの掲載や、市内の公共施設や学校・郵便局等での掲示がされました。また、市役所の封筒に標語を印刷するなど、普及啓発に活用しています。担当者は、市民が命の大切さについて考え、自殺予防対策への関心を高めるきっかけとなればと話しています。標語の平成24年度最優秀作品を紹介します。



【小学生の部】「だいじょうぶ あなたをわかる 人がいる」  
【中学生の部】「捨てないで 愛がつまった その命」  
【高校・一般の部】「聞いてみて あなたが生まれた日のことを」

【一次予防：啓発グッズの発案・活用】

### 花巻市

花巻市では、平成23年9月に庁内のネットワーク会議を立ち上げ、関係各課の課長補佐レベルの職員が話し合いを行っています。平成24年6月には、窓口対応のスキルアップのための勉強会を開催し、連携のあり方等について検討がされました。その中で、自殺の観点から各課の仕事を書き出し、それぞれが自殺予防に向けた関わりがあることを確認し、『こころの相談窓口ネットワーク』一覧表(関係機関用)を作成することにしました。窓口・相談担当の職員が、具体的な問題解決のため、窓口を把握し、つなぐことで住民のニーズに応えられるのではと考えます。

これまででも、総合窓口で自殺念慮のある住民や、税金の収納窓口で失業による自らの税金の滞納を憂う住民を医療機関へつなぐというケースが見られました。担当者は「今回の取組みは自殺予防の視点で庁内の連携強化を目指すものですが、結果として、市役所全体の行政サービスの向上にもつながるのではないかと語り、今後、より一層の連携が図られる予定です。

また、地域での出前講座等の健康教育で、こころの健康について話してほしいというニーズも多く、市民の関心も高まってきています。

【庁内ネットワークづくり】



次号は3月15日発行です。奥州保健所および一関保健所と管内市町村の取組についてレポートします。