

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。

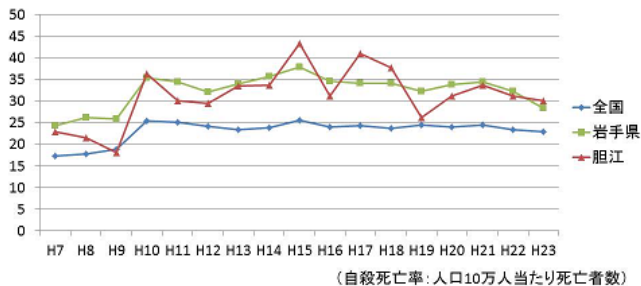
**毎月15日号は、岩手県における地域自殺対策戦略介入プログラム「久慈モデル」について特集します。**

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。

## 奥州保健所管内の状況（自殺の現状）

胆江地域の自殺死亡数の推移（平成7年～23年）をみると、平成10年に54人と前年の約2倍となり、平成15年には最も多い64人となりました（厚生労働省人口動態統計）。平成19年から23年の5年間は約40人前後で推移しています。男女比率は男性7対女性3の割合で男性が多い状況です。平成7年以降の胆江地域の自殺死亡率は、県平均とほぼ同様の割合で推移しています。

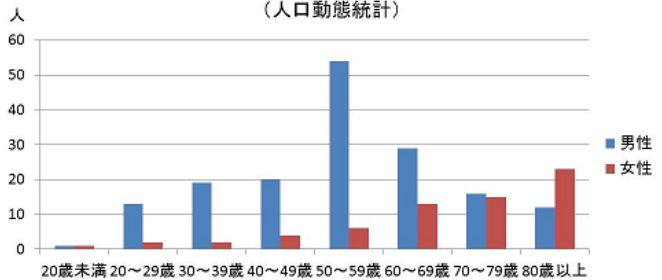
自殺死亡率の年次推移【総数：全国・県・胆江保健医療圏】  
（人口動態統計）



（自殺死亡率：人口10万人当たり死亡者数）

平成18年～22年の5年間の自殺者数を性・年齢階級別にみると、男性は50歳代、女性は加齢とともに増加し80歳代が最も多くなっています。

性別・年齢階級別自殺者数 H18～H22合計  
（人口動態統計）



### 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、奥州保健所管内の全2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」「ネットワークづくり（庁内連絡会）」で、いずれも全2市町で実施されていました。実施率が低いのは「ネットワークづくり（実務者レベル）」の1か所でした。実施している骨子数でみると、6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1か所でした。

## 胆江地域自殺対策アクションプラン

奥州保健所管轄である胆江地域は、県南部に位置し、1市1町を有しています。管内には、県内最大の工業団地があり、製造業が盛んな地域です。管内に本社を置く企業も多数あります。

そのような特徴から、保健所では以前から「職域へのアプローチ」に重点を置いています。働き盛り世代へのアプローチとして、「健康づくりサポート事業」として身体の健康づくりと併せた心の健康づくりについて、企業へ出前講座を行うなど、県内でも率先して取り組んできました。

当地域は、大規模企業はもとより中小企業でも自殺対策に意識が高く、労働衛生週間に併せメンタルヘルスについての講義を行うなど、積極的な姿勢が見られます。

また、県南部の放射能汚染の問題から、放射線物質の健康影響に関する出前講座を開催するなど、地域の課題に応じた取り組みもされており、今後も継続して行われる予定です。

今般策定したアクションプランでは、目標を「自殺死亡率の減少」として全国自殺死亡率を目標数値としています。特に、自殺死亡率の高い50歳代の農家や中小企業等の男性及び80歳代以上の女性の自殺死亡を減らすための取組を強化し、次のとおり、各関係機関・団体と連携

した具体的な取組を行うこととしています。

1. 統計分析データの提供
2. 企業、事業所、地域等への出前講座の開催
3. 企業内や地域でのゲートキーパー養成研修の実施、傾聴ボランティアの活動支援
4. こころのケアナースの養成
5. うつ対策に関するネットワークの整備
6. 自殺予防民間団体等の育成・支援
7. 関係機関等実務者ネットワーク連絡会の開催

今回のアクションプランの策定に際しては、自殺対策推進連絡会議での協議の他、実務者のネットワーク連絡会を新たに組織し、地域の現状、課題、取組方向性等について何度も協議を重ねたことが、当地域プラン推進の大きな力となると感じています、と担当者は語っていました。

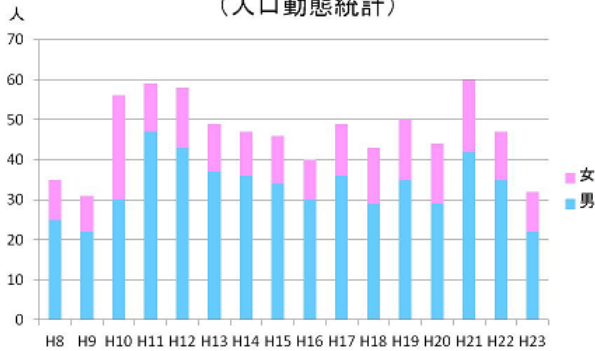
#### 引用文献

胆江地域自殺対策推進連絡会議：胆江自殺対策アクションプラン.2012

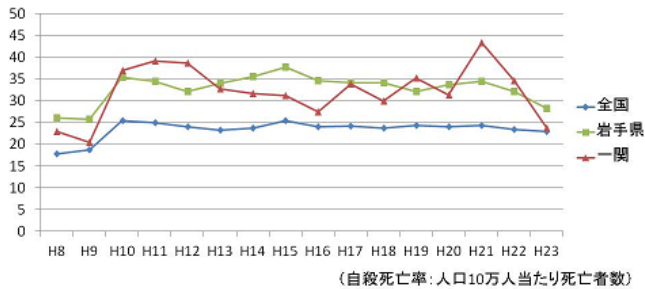
## 一関保健所管内の状況（自殺の現状）

一関地域の自殺者は、平成 10 年に 56 人（前年比 25 人増）と急増し、平成 13 年から 20 年までは 40 人から 50 人の間で推移していましたが、平成 21 年には過去最高の 60 人となりました（厚生労働省人口動態統計）。ほとんどの年次で、男性の死亡率が女性の約2倍となっています。

一関保健所管内自殺者数の推移  
（人口動態統計）



自殺死亡率の年次推移【総数：全国・県・一関保健医療圏】  
（人口動態統計）



平成 18 年～22 年の5年間の自殺率を年齢階級別にみると、男性では一関市は 50 歳から 60 歳代、平泉町は

20 歳代及び 80 歳以上が高い死亡率となっています。女性では両市町とも 50 歳代から、年齢の増加と共に死亡率が高まり、一関市は 50 歳代及び 70 歳代が、平泉町は 50 歳から 60 歳代及び 80 歳以上で高い死亡率となっています。早世予防の観点から、65 歳未満総数での死亡原因別年齢調整死亡率（人口 10 万比：全国は平成 22 年、それ以外の地域は年次変動が大きいことに鑑み、平成 20 年から 22 年までの 3 年間の平均）をみると、「自殺」による死亡は、全国・岩手県及び一関市で「がん」に次いで第 2 位となっています。しかし、平泉町では、「がん」を大きく上回り、死亡原因の第 1 位となっています。

順位別死因と年齢調整死亡率（65歳未満の死亡）

| 区分  | 第1位     | 第2位     | 第3位        |
|-----|---------|---------|------------|
| 全国  | がん 49.2 | 自殺 20.3 | 心疾患 15.3   |
| 岩手県 | がん 50.1 | 自殺 26.5 | 心疾患 19.9   |
| 一関市 | がん 46.7 | 自殺 28.2 | 心疾患 22.9   |
| 平泉町 | 自殺 71.4 | がん 54.3 | 脳血管疾患 29.3 |

### 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、一関保健所管内の全2市町で久慈モデルを実施しています。

「六つの骨子」別に実施状況を見ると、実施率が高かった骨子は「一次予防」「二次予防」「ネットワークづくり（庁内連絡会）」で、いずれも全2市町で実施されていました。実施率が低いのは「ネットワークづくり（実務者レベル）」の0か所でした。実施している骨子数でみると、6つの骨子を実施しているのは1か所、3つを実施しているのは1か所でした。

## 一関地域自殺対策アクションプラン 「つながり・見守り・つたえあい」

一関保健所では、平成 21 年に一関地域の自殺者が急増したのを受け、保健所と市町との役割分担及び連携した取組が重要と考え、「一関地域の自殺対策連携概要図」を作成しました。地域の主な相談・治療体制や自殺対策・連携等協議機関についてフロー図で示し、明確にしています。

また、地域において、うつ状態が疑われるハイリスク者への早期介入、早期受診のためには、地域と紹介先となるかかりつけ医や精神科医療機関との連携体制の確立が重要と考え、「うつとこころの相談体制」を整備し、地域の自殺者の減少を目標に取り組んでいます。平成 22 年度に一般診療医師へ行ったアンケート結果では、「過去6か月間にうつ病、うつ状態の診断をしたことがあるか」については、63.8%が「ある」と答えています。

今回策定したアクションプランでは、専門医や関係機関とのネットワークにより、うつ状態が疑われるハイリスク者への支援体制がより充実し強化されることを目指します。

### 地域の目指す姿

アクションプランでは、次の3つの柱を地域の目指す姿と

1 見守り、支え合える地域づくり

2 うつ病等自殺の要因となる精神疾患の早期発見・早期治療

3 情報の的確な分析と自殺対策への反映

して定め、「一関地域自殺対策推進連絡会議」「自死とうつに関するケアネットワーク会議」「市町等こころの健康づくり事業担当者連絡会」が中心となってすすめていくこととしています。前回策定のアクションプラン（H21～H23）は「ネットワークづくり」をキーワードに策定しましたが、今回策定のアクションプランは、「人材育成」をキーワードとしました。特に一般診療科、相談機関、学校等での活躍を担う傾聴スキルを身につけた「こころのケアナース（相談員）」の養成及びゲートキーパーの養成が今回のアクションプランの主軸となると担当者は語っていました。

引用文献：岩手県一関保健所、一関地域自殺対策推進連絡会議、一関地域自死とうつに関するケアネットワーク会議：一関地域自殺対策アクションプラン.2012

## <フィールドレポート>市町村の取組状況

両保健所管内の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。

### 金ヶ崎町

町の基幹産業は農業ですが工業の発展もめざましく、町内には岩手県内最大の工業団地があります。この工業団地には、トヨタ自動車工場や塩野義製薬等があります。

町では、昨年度自殺対策推進協議会を立ち上げ、4回会議を開催しました。委員の中には、商工業関係者も出席し、企業の実態やメンタルヘルス対策への取組について情報交換するなど、職域と地域との連携が図られています。

また、今年度は一次予防として、町と自殺対策推進協議会で作成したパンフレットを3回全戸配布したほか、企業へも配布しています。

こういった取組は、自殺対策協議会で話し合い、評価をしながら計画的に推進されています。来年度も、自殺対策協議会が中心となり、総合的な自殺対策の推進が展開される予定です。金ヶ崎町の自殺者数はここ数年5人以上で推移していましたが、平成24年は1人と、激減しました。担当者は、自殺者が減ったことに対し、「長期的な視点で見なければいけないと思う。」と語ります。自殺対策は地道な取組の継続が大切であり、金ヶ崎町民で悲しい思いをする人が減ってほしいと、協議会の委員は思いを共有させていました。【ネットワークづくり、一次予防：一般住民向け普及啓発】



### 平泉町

平泉町では、若年層への取組として、幼児期から生命の誕生や命の尊さについて勉強する機会をもってもらおうと、学校保健会と連携し平泉町性教育事業を展開しています。将来を担う子供たちが、生涯心身ともに健康な生活を送ることを目的として、幼児期(幼稚園児・保育所児)では、生命の誕生や命の尊さについて、紙芝居を媒体とした講話を行っています。思春期(中学生全学年)では、各学年に応じ性についての正しい知識の習得や、生(生きる)について、生命の重みについて学んでいます。

若年者のハイリスクアプローチとして、中学校と連携し、さまざまな事業を行っていく中で対応策を協議しながらよりよい対応を目指して活動しています。

町では自殺対策庁内連絡会議を定期的で開催しています。町三役も出席して町の自殺対策について議論し、自殺対策への取組について共有しています。

平成24年9月には、傾聴ボランティア『e-はあとの会』が立ち上がりました。12月にはサロンを開設し、定例会に合わせてサロンを開催しています。

世界遺産として知られている平泉町の、さらなる自殺対策の取組の発展が期待されます。【若年層への取組、ネットワークづくり、一次予防：一般住民向け普及啓発】



### 奥州市

奥州市では、若年層への取組として、「夜回り先生いのちの授業」講演会を開催しました。「夜回り」を通して少年の非行防止や更生に取組む活動をされている水谷修先生。これまでに会った子供たち、戦争や災害に耐えて命をつないだ先人の営みなどにふれながら「命は預けられたものであり、次の世代に返す義務がある。」「君たちが生きているのは人類が誕生から一度も命の糸が絶えることなく紡がれてきたため。原爆や(東日本大震災の)津波の中で、どれだけ多くの方が身を捨てて子どもを守り散っていったか。そんな人々の無念さを考えたら命は無駄にはできない。」と子どもたちに命の大切さを訴えました。講演会には、市内外の一般と中高生、教育関係者らを含む約900人が参加しました。自殺予防は0次予防からの取組も重要であり、リスクが発生する前の段階、特に若年層へのアプローチが必要との考えからの開催でした。今後は、学校との連携により、中学生を対象とした『いのちの大切さ』の講演を行っていく予定です。

そのほか、新規事業として「家族のうつ病教室」がスタートしていました。家族が学び、悩みや思いを語り合える場を継続して提供していく予定となっているようです。【若年層へのアプローチ、精神疾患へのアプローチ】



### 一関市

一関市では、平成22年度から臨床心理士によるこころの健康相談を開設しています。市民がより身近な場所で気軽に、専門家に相談ができる機会として、1月末現在で45回開設し、延べ57人が相談に訪れました。うつ状態の方や自殺未遂者など、相談者は様々で、相談への助言の他、心理教育も行われています。

市では自殺未遂者への支援も行っています。救急搬送した消防隊員から連絡を受け支援を行った事例や、内科の病院を退院した方を、病院から連絡をもらい地域で見守っている事例など、支援のシステムとしては構築されていないものの、事例を通し実務者レベルでのネットワークが形成されています。

傾聴ボランティア・ゲートキーパー養成にも積極的に、ゲートキーパー養成研修は、民生委員、理容組合の他、高校生や大工組合にも行われました。今年度、傾聴ボランティア「ともしび」が結成され、活動交流会や定例会を定期的に行うなど活動支援を行っています。藤沢地域傾聴ボランティア「かだつてみっぺし隊」は藤沢病院の門前薬局で傾聴を行うなど、活動の場所を開拓しています。薬局からも『待ち時間で聞いていただいているので、患者さんを待たせなくてすむし、何より、話を聞いてほしいという高齢者が多数います。』とのことで、相談者は勿論、双方にとってメリットがあるようです。【二次予防：ハイリスク者支援、一次予防：一般住民向け普及啓発】

