

# 岩手県自殺予防情報センター ニュースレター

No.69 2015.12.17

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 年度末に向け、さらなる自殺対策の推進を

### 警察庁の自殺統計に基づく平成27年10月の自殺者数

平成27年11月13日に内閣府から発表された「警察庁の自殺統計に基づく自殺者数の推移等」によると、全国の平成27年10月の自殺者数（1,995人：暫定値）は、対前年同月比238人（約10.7%）減となり、平成27年1月～10月までの累計自殺者数（20,227人：暫定値）は、対前年比1,308人（約6.1%）減となりました。岩手県の平成27年10月の自殺者数（21人：暫定値）は、**対前年同月比17人（約44.7%）の減少となり、増減率では47都道府県のうち5番目に大きく低下しました。**

### 久慈モデルによる取組みの強化を

岩手県では久慈モデルの枠組みによる自殺対策を進めています。久慈モデルは「一次予防」「二次予防」「三次予防」「精神疾患へのアプローチ」「職域へのアプローチ」「ネットワークづくり」の6つの骨子からなる、包括的な自殺対策のモデルです。

岩手県精神保健福祉センターでは、平成27年5月に県内における「久慈モデル」による自殺対策の取組み状況調査を実施しました。県内33の市町村のうち32市町村が久慈モデルによる取組みを実施していると回答、現在、県内殆どの市町村が久慈モデルによる自殺対策に取り組んでいます。

各市町村における骨子別の実施状況では、「一次予防」

「二次予防」「精神疾患のアプローチ」に係る取組みの実施率が高い一方で、「**三次予防**」「**ネットワークづくり**（特に内部組織間の庁内連絡会や自殺対策推進協議会設置）」に係る取組みの実施率は低い傾向が確認されました。**今後、実施率の低い骨子に係る取組み強化が求められます。**

自殺対策における「三次予防」の一つは自死遺族支援です。岩手県では、自死遺族へのケアの場として、県内9か所で自死遺族交流会（わかちあいの会）を開催しています。また、精神保健福祉センターでは、今年度より大切な人を失った方のための集団認知行動療法プログラム「こころサロン ENERGY」を実施しています。各職域や地域では、対象となる方に気づき、声をかけ、確実にケアの場につなげるようにしましょう。

現在では、保健所や市町村等関係機関が協力して、自死遺族支援に取り組んでいる地域が県内に複数あります。このように、自殺対策は個人やひとつの機関で行うのではなく、「ネットワーク」の中で連携して進めていくことが大切です。各市町村における庁内連絡会や自殺対策推進協議会は、地域でのネットワークを強める取組みであり、設置の推進が望まれます。

お困りの状況がございましたら、ご連絡ください。一緒に考え、問題解決を目指します。

	平成26年10月(確定値)		平成27年10月(暫定値)		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	2,233	1.8	1,955	1.6	△238	△10.7
岩手県	38	3.0	21	1.6	△17	△44.7

発表されたデータはこちらのページから参照できます。↓

内閣府\_自殺対策\_自殺の統計  
<http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/toukei/tsukibetsu-h2710.html>

県内自死遺族交流会については  
<http://www.pref.iwate.jp/seishinhoken/annai/006959.html>

## トピックス ひきこもり支援の取組み

ひきこもりは、厚生労働省の定めた「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」において「様々な要因の結果として社会的参加（義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交遊など）を回避し、原則的には6ヵ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態（他者と交わらない形での外出をしてもよい）を指す現象概念」と定義されています。平成22年度における内閣府の調査では、15歳～39歳のひきこもりの若者は約70万人にのぼると推測されています。

ひきこもり事例の多くは何らかのメンタルヘルスの問題を抱えていると報告されており、薬物療法などの生物学的治療を必要とするケースの割合が全体の1/3程度、発達障害やパーソナリティの問題、神経症的傾向を踏まえた心理療法アプローチ、就労支援などの心理-社会的支援が中心になるケースが2/3程度と判断されています。また、これまでの調査から、多くのひきこもり者を抱える家族はストレスを強く感じていることや、必要な援助を求めず社会から孤立していることが危惧されています。「精神疾患」及び「孤立」は

自殺のリスクファクターと考えられており、ひきこもり問題は自殺予防という観点からも対策を講じる対象と考えられます。

平成21年8月、岩手県精神保健福祉センター内に、ひきこもりの状態にあるご本人やご家族が第一次的に相談できる相談窓口として、「岩手県ひきこもり支援センター」が設置されました。当センターでは、電話・来所によるひきこもり相談、当事者の居場所「小さな集まり」の運営、地域のひきこもり対策事業の支援、関係機関のネットワーク強化、情報発信等を行っています。

一口にひきこもりと言っても、背景も状態像も多様であることから、ひきこもりの相談は、精神保健相談窓口に限らず、様々な支援機関に相談が寄せられているものと考えられます。また、状態像の変化に伴い、支援を受ける側のニーズも変化してきます。そのニーズに応えるためには、精神保健、福祉、就労などの多様な視点からの支援を組み合わせた地域ネットワークでの支援が必要です。当センターでは、H25.8に盛岡地域における包括的な支援の展開と、関連機関の中核となる支援者の育成を目的とし、盛岡ひきこもりネットワーク「MOHS（モス）ネット」を立ち上げました。本ネットワークは、盛岡地域のひきこもり支援に関わる機関の実務者で構成されています。今後も地域の関係機関の連携を図りながら、ひきこもり支援体制の充実に向けて取組を続けてまいりますので、ご協力をお願いいたします。

(参考：岩手県精神保健福祉センター 平成26年度ひきこもり公開講座  
齋藤環先生「ひきこもり者における危機介入」講義資料)



11/20 ひきこもり支援者研修②  
「CRAFTを活用した家族支援」の様子

センターホームページでも小さな集まりについてご案内しております。

<http://www.pref.iwate.jp/seishinhoken/annai/006959.html>

チラシをダウンロードすることができますので、ご覧ください。

#### ◆小さな集まり（当事者グループ）

本会は、グループでの話し合いやヨガなどのリラクゼーションを通して、ストレスとの上手な付き合い方を学び、社会復帰や社会生活の不安軽減を目指していく集まりです。

開催日時：原則毎週木曜日 13:30～15:00

会場：岩手県福祉総合相談センター 4階 デイケアルーム

対象：社会復帰や社会生活に不安を抱える人

参加申込み：事前に電話でご連絡をいただき、個別面接を実施した上での参加となります。

お問い合わせ先：岩手県精神保健福祉センター 電話019-629-9617（土日、祝日、年末年始を除く9時～16時30分） お気軽にお問い合わせください。

## インフォメーション 12月～H28年2月のプログラム等のご案内

専門職向け 対象：保健医療福祉関係者等

日程	テーマ・概要等
1 12/18(金) 14:00～ 16:00	<b>地域ケア検討会</b> 助言者：岩手医科大学教養教育センター 人間科学科心理学分野 助教 藤澤 美穂 氏 岩手県精神保健福祉センター 所長 黒澤 美枝
2 1/14(木) 14:30～ 16:00	<b>アルコール・薬物依存症事例検討会</b> 助言者：岩手医科大学附属病院 精神科医師 吉田 智之 氏
3 1/15(金) 14:00～ 16:00	<b>地域ケア検討会</b> 助言者：東海大学文学部 心理・社会学科 准教授 山田 幸恵 氏 岩手県精神保健福祉センター 所長 黒澤 美枝
4 2/12(金) 14:00～ 16:00	<b>地域ケア検討会</b> 助言者：岩手医科大学教養教育センター 人間科学科心理学分野 助教 藤澤 美穂 氏 岩手県精神保健福祉センター 所長 黒澤 美枝

会場：岩手県福祉総合相談センター  
4階 大会議室

※プログラム、申込書等、詳細はホームページをご覧ください。  
ホームページから申込書をダウンロードし記入の上FAXのこと。

申し込み・お問合せ先：  
岩手県精神保健福祉センター  
☎019-629-9617  
FAX019-629-9603

#### 当事者向け

#### ◆大切な人を失った方のための集団認知行動療法プログラム「こころサロンENERGY」

複雑性悲嘆に関連した問題の回復を支援するためのプログラムです。精神科医、臨床心理士など、専門のスタッフが対応しますので安心してご参加ください。事前にお電話でお申込ください。

対象：自然災害被災、自死、犯罪、事故、疾患等により家族等大切な人を亡くし、強い悲しみを常に感じる、失った家族のことが頭から離れないなどの状況が続いている方で、以下の内容に当てはまる方  
・死別後1年以上経過している方 ・基本的に全てのプログラムに参加が可能な方

場所：岩手県福祉総合相談センター 4階 大会議室

日時：隔週土曜日 全5回プログラム 10:00～12:00