

岩手県自殺対策推進センター ニュースレター

No.91 2020.11.10

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

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 全国の自殺者数は増加傾向、さらなる取組強化を

令和2年10月21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、令和2年9月の岩手県の自殺者数は、23人（暫定値）で、**対前年比3人（約1.9%）減**となりました。一方、全国の自殺者数は、1,828人（暫定値）で、対前年比166人（約10.0%）増となりました。

全国の自殺者数は、今年1月から6月までは対前年比で減少していますが、7月以降は増加しています。特に

女性の自殺が増加傾向であり、その背景には経済生活問題や勤務問題、DV被害や育児の悩み、介護疲れなどの様々な問題が、コロナ禍で深刻化していると言われていきます。人と接する機会や場が少なくなり、経済的にも不安定な生活が続く中で、今後さらに自殺リスクが高まっていくことが懸念されます。悩みを抱えている人に気づき、声をかけ、適切な支援に繋がられるように、引き続き取組みの強化をお願いします。



岩手県自殺対策キャラクター
「アイばあちゃん」
アイばあちゃんの「アイ」は
支え合いの「アイ」
Iwateの「アイ」
です。

	令和元年9月（確定値）		令和2年9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	1,662	1.3	1,828	1.4	166	10.0
岩手	26	2.1	23	1.9	△3	△11.5

発表されたデータはこちらのページから参照できます。
厚生労働省「自殺対策」の自殺の統計：最新の状況
http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/shougaisahukushi/jisatsu/jisatsu_new.html/

トピックス 11/10～16は アルコール関連問題啓発週間です

秋の味覚とともに新酒を楽しんだり、コロナ禍のストレスを、家での晩酌で解消したりと、適度な飲酒は、日々の生活の潤いになります。しかし、不適切な飲酒は、肝臓病・すい臓病・糖尿病・がん・認知症など、全身の病気を引き起こします。また、気持ちの落ち込みを強めたり、浅い眠りが増えて熟睡しにくくなるなど、気分障害や睡眠障害を誘発する場合があります。本人の心身に影響するだけではなく、飲酒運転による交通事故や、失職

による経済困窮、暴力による問題（虐待・DV・傷害事件）など、家族や周りの人も巻き込んでいきます。

お酒の問題からの回復は、本人や家族だけでは難しく、回復への意欲を引き出し、継続的にサポートしていくことが必要です。当センターでは、電話・来所での個別相談のほか、「依存症家族教室」や「断酒会員によるアルコール相談（会場：県央保健所・久慈保健所）」を開催し、本人や家族の回復を支援しています（インフォメーション参照）。かかりつけの病院、市町村・保健所の保健師、断酒会・AAにも相談できます。お酒の問題に気づいた方が、まずは相談してみましょう。

インフォメーション アルコールの相談窓口のご案内

◆断酒会員によるアルコール相談

◇会場：県央保健所

日程：原則毎月第3木曜日 14:00～15:30
(11/19、12/17、1/21、2/18、3/18)

相談員：岩手啄木断酒会 関村 敬 氏

連絡先：県央保健所保健課 (Tel 019-629-6574)

◇会場：久慈保健所

日程：原則毎月第4木曜日 10:00～11:30
(11/26、12/24、1/28、2/25、3/25)

相談員：久慈断酒新生会 竹中 保夫 氏

連絡先：久慈保健所保健課 (Tel 0194-53-4987)

◆アルコールの自助グループ

断酒継続の大きな助けとなる社会資源として地域の自助グループがあります。定例ミーティングやアルコール関連問題に関する普及啓発活動などを行っています。家族が参加できる場合もあります。

◇全日本断酒連盟 ホームページ

<https://www.dansyu-renmei.or.jp/index.html>

◇AA 東北セントラルオフィス ホームページ

<http://tco.aatohoku.info/home>

お問合わせ

岩手県精神保健福祉センター

☎ 019-629-9617

(土日祝日、年末年始を除く 9時～16時30分)

FAX 019-629-9603