

西諸地域における自殺対策の取り組み

～自殺対策事業実施後の将来像について～

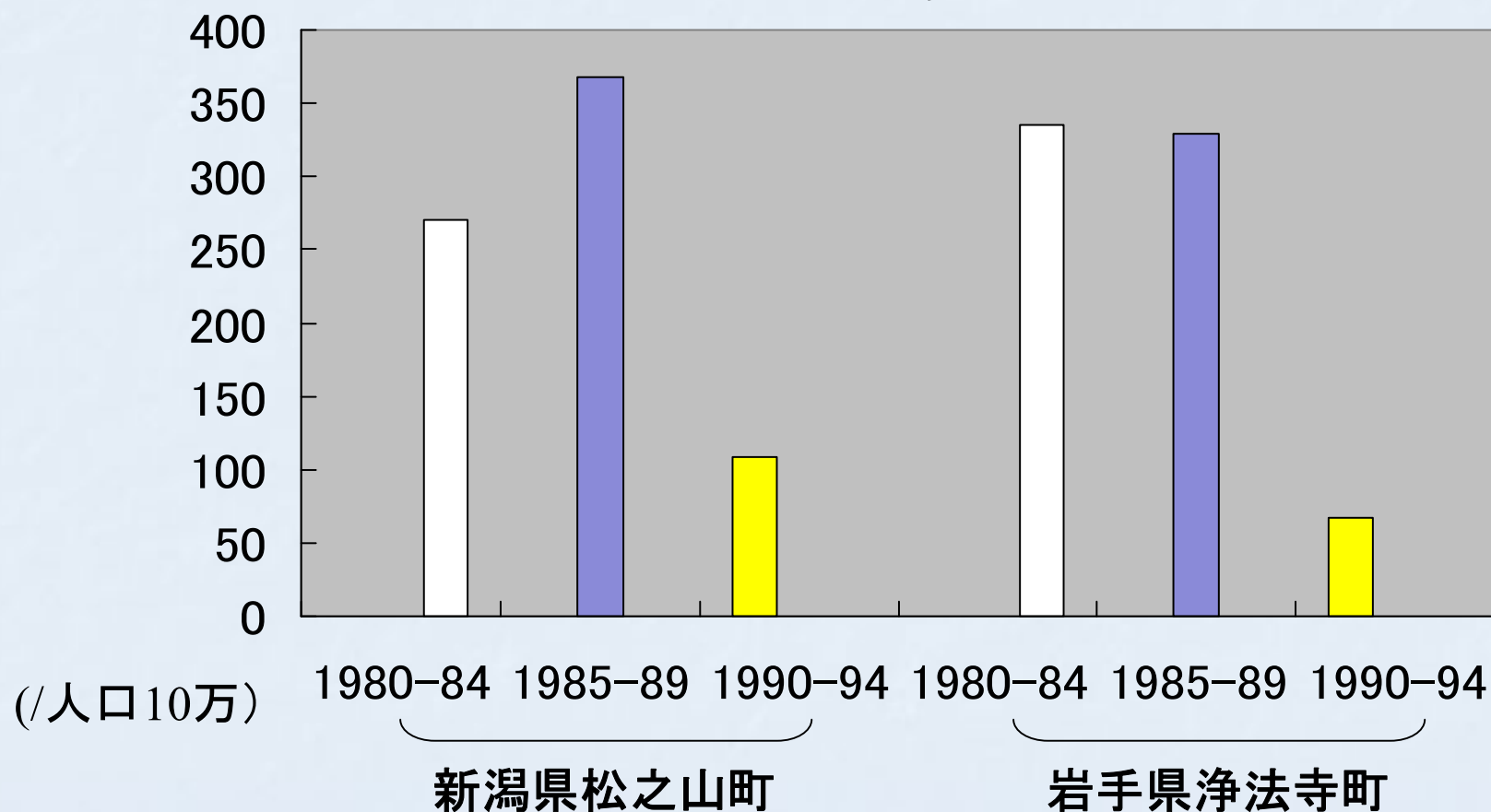
発表者 小林保健所 松尾 祐子

平成19年5月11日(金)

第18回保健所等保健予防関係業務研究発表会

I はじめに

先行地域における取り組みの成果 自殺死亡率の変化



5年平均を比較すると、取り組み後は取り組み前よりも減少！

自殺対策は・・・

- 背景に様々な社会的要因があることを踏まえつつ、
- 単に精神保健的な観点からのみならず、
- 自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。

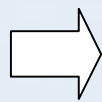
引用：平成18年10月28日施行「自殺対策基本法基本理念」

県の自殺対策事業が3か年計画で実施される！？

3年後、事業終了して、そのままでもいいの？

自殺対策事業が終わっても自殺が減っていくためには
どんなことをやればいいのか？

協議の結果を
まとめたもの



西諸地域自殺対策事業実施後の
将来像

Ⅱ 方法

1. 「こうあったらいいな」を自由に発想し図式化
2. 具体的事業を肉付け
3. 現在の市町村事業と照合
4. 最後、国の戦略研究事業メニューと照合

西諸の人々自身が、自然に心豊かに生活できる

普段の生活の中で、身体的、心理的、環境的、経済的に“何とかなる”と誰もが思える

自分の身体について
気にする事が
少ない

自分の身体が健康である

自分の身体に気になる事があっても、気になる度合いを軽減する方法を知っている

気軽に気分転換できる場が近くにある

「ほぐしたい」
温泉施設
接骨院
鍼灸院
交流サロン

自分の身体のことを
気遣ってくれる人がいる

向き合って話を聞いてくれる人がいる

ご近所
「ぐっちーず」

相談紹介者
「つたえ隊」

自分と周囲の人々との
関係について
気にする事が少ない

自分のことを気にかけてくれる人がいる

心の健康について理解している人が増えている

こころ解説者
「きこうやん」

ピアグループ
「かたっが」

自分のことについて気軽に話せる人がいる

自殺を容認する人が少ない

協力者へのサポーター
「ゆるゆる」

自分の活用する
お金について
気にする事が少ない

自分の金の活用方法が適切である

経済的に困った時に相談できる場がある

専門相談機関
(心の電話・面接相談、かかりつけ医、生活相談など)
「まかっしゃい」

自分のお金について困った時の対処方法を知っている

「ほぐしたい」: 既存の施設や制度等を中心に活用する場

温泉施設、
接骨院、
鍼灸院、
理美容院、
診療所、
交流サロン等のほか、

場 個人が自然に“行きたいな！”と思う場

位置づけ: 個人個人のリフレッシュ広場

活躍者

「ぐっちーず」・・・愚痴発散を聞き、お互いに言い合う仲間

「つたえ隊」・・・悩みの相談窓口を「あそこがいいよ」と伝える者

「きこうやん」・・・相談を受け止める訓練を受けたプチカウンセラー

便利グッズ: パンフレット、ポスター、自己チェック表

その他: リラックスコーナー設置

(活躍者がパラパラいてゆったり過ごしている)

閉じこもり予防の
ための交流の場

高齢者クラブ

ボランティアサー
クル

公民館活動

など

「ぐっちーず」、「つたえ隊」、「きこうやん」:様々な場面で活躍する人々

個人の支援者

「ぐっちーず」…ころについて研修を受けた方々(希望者)

役割: 普段の愚痴発散を聞き、お互いに言い合う仲間

活躍の場: 近所、地区の集まりの場、「ほぐしたい」の場など

その方が普段生活している場

「つたえ隊」…ころについての研修を受けた方々(希望者)

役割: 悩みの相談窓口を「あそこがいいよ」と伝える伝令者

活躍の場: 地区の集まりの場、「ほぐしたい」の場、行政関係等

その方が普段生活している場

「きこうやん」…ころについて研修及び訓練を受けた方々
(推薦選抜者)

役割: じっくり相談を受け止めるプチカウンセラー

活躍の場: 職場・団体の休憩所、病院・診療所待合の場、

飲食店等の静かな場、「ほぐしたい」の場、行政関係等

グループ

「かったが」…個人個人のストレス発散と癒し・楽しみを

役割: ピアカウンセリング 探求するグループ

活躍の場: 近所、集会所、飲食店、温泉など

「ゆるゆる」…「ぐっちーず」、「つたえ隊」、「きこうやん」を

役割: 個々人の活躍を支持・支援し活力を与える 支える協力集団

活躍の場: 個人の支援者の要望に応じて地区集会所など

人

ボランティア

(ボランティア
養成講座)

民生委員・児
童委員等

(各種研修)

各種推進員等

(各種研修)

自殺対策事業の枠組み

<p>一次予防 住民や地域に おける取り組み</p>	<ul style="list-style-type: none">① イベントや広報などを活用した普及啓発活動② 各種講座や研修会の開催③ 地域のキーパーソンの養成④ こころの健康サポーターの募集・育成
<p>二次予防 自殺未遂者など ハイリスク者対策</p>	<ul style="list-style-type: none">① 相談窓口の設置② 保健師などによる家庭訪問③ パンフレット作成④ 医師・看護師などへの研修会開催⑤ スクリーニング実施への支援
<p>三次予防 自死遺族対策</p>	<ul style="list-style-type: none">① 保健師などの家庭訪問② 心理療法士などによるカウンセリング③ パンフレット作成④ 家族会などの結成にむけた取り組み

Ⅲ 結果・考察

1. 基本は「地域づくり」であり、市町村の役割の重要性に改めて気づいた。
2. まずできることは、現在ある既存事業に自殺対策の視点を組み込むこと。
3. 継続性を考えると、公的な事業の他、民間活力を生かしながら、幅広い分野との連携協働を要する。

V おわりに

自殺対策の取り組みは・・・

「地域づくり」

一次予防を継続的に実施。

二次予防・三次予防は一次予防
の観点を含め事業構成評価を要す