

自殺に追い込まれないまちを目指して

自殺予防対策委員会

セーフコミュニティは、関係団体や市民の皆さんと一緒に安全・安心なまちづくりを目指す取り組みです。5月は、最も自殺件数が多いため、「自殺予防対策委員会の取り組み」をご紹介します。

人口動態統計から死亡率を見ると、外因（病気を除く死亡原因）において最も多いのが「自殺」です。自殺は、経済・生活問題、家庭問題等さまざまな悩みが原因で心理的に追い詰められた末に起こります。自殺に至った人の直前の心理状態は、抑うつ状態や、うつ病などを発症するなど、正常な判断を行えない状態にあります。

こうした状況を踏まえ、当委員会では、自殺問題とうつ病に対する理解を深め、自殺問題を秩父地域全体で考えることを目的として、住民を対象とした「秩父地域自殺予防フォーラム」を



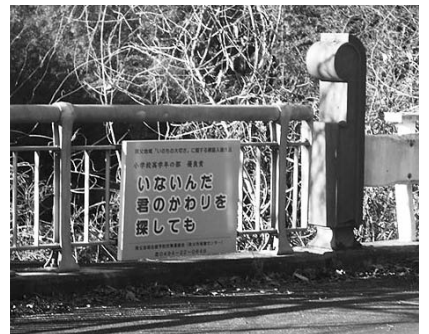
年1回実施しています。

また、啓発活動では、市民が関心を持ち、手軽に手に取りやすいチラシ、ポケットティッシュ、リーフレットなどを駅や各種保健事業等実施時に配布し、自殺予防の啓発を行っています。



保健センターまつり

次に、秩父地域では、橋やダムでの投身自殺が多いことから、危険と思われる橋へ、小中学校から募集した「命の大切さに関する標語を記載した看板」を設置しています。この看板を設置してから、実際に投身自殺者数がピーク時より減少しています。また、厚生労働省のデータを見ますと、秩父市に住んでいない方の自殺者数も多いことから、鉄道、ダム管理所、警察、消防などの自殺のホットスポットに、関係する機関が連携しながら、取り組みを行っています。



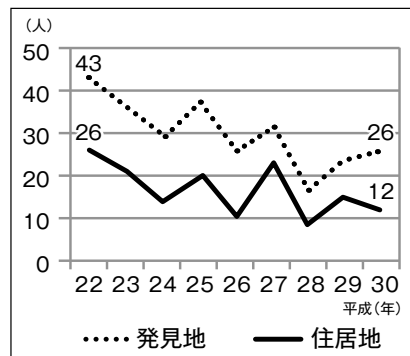
標語入り看板の設置

さらに、地域住民や家族の自殺のサインに気づき、専門の相談窓口へつなげる「ゲートキーパー」の養成に取り組んでいます。これまでに、地域で相談を受ける機会が多い民生児童委員や健康推進員などを対象に講習を実施しました。悩んでいる方に声をかける、話を聴く、見守るなどを行う自殺予防のゲートキーパーに、多くの方がなっています。ただ、多くの方がなっています。



ゲートキーパー養成講習

こうした取り組みの結果、秩父市の自殺者数は、平成22年は26人でしたが、増減を繰り返しながら、平成30年は、12人と減少しています。



秩父市の自殺者数の推移
出典:厚生労働省

現在、当委員会では、平成31年3月に策定した「秩父市自殺対策計画」に基づいて、どのようなことができるか検討しています。また、自殺対策について多くの方に興味・関心を持ってもらい、ゲートキーパーを担う人材の育成に、特に力を入れています。

皆さんもぜひゲートキーパーとしてご協力をお願いします。なお、ゲートキーパーの詳細については、保健センターまでお問い合わせください。

今後関係機関と連携し、自殺者数の減少に向け、活動を展開していきます。

問 危機管理課 ☎ 22-2206
保健センター ☎ 22-10648

