

# 取り組み 1

## ■秩父地域自殺予防フォーラムの開催

一般市民を対象に、自殺予防とうつ病に対する理解を深めるとともに、自殺の問題を秩父地域全体で考え取り組んで行くことを目的に、2009年度から年1回開催している



自殺予防フォーラムの様子



精神科医・名越康文先生の講演

SC自殺予防対策委員が、毎年講師の検討から周知、当日の開催を行っています

# 取り組み 1 - 2

## ■関係機関との連携

連絡会において会議や研修会を実施し、秩父地域の自殺対策を推進を図る

年度	活動実績	
2016	会議	秩父地域自殺予防対策連絡会 5回
	研修会	2回（自死遺族の体験談 他）
2017	会議	秩父地域自殺予防対策連絡会 4回
	研修会	3回（遺族の心のケア・SNS被害 他）
2018	会議	秩父地域自殺予防対策連絡会 4回
	研修会	2回（メンタルヘルスファーストエイド 他）



会議の議論の様子



SNS研修会

# 短・中期評価（意識・行動の変化）

## ■「自殺予防フォーラム参加人数」（短期評価・意識の変化）

区分	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年
参加人数	500人	500人	500人	333人	590人

データ：保健センター

○自殺予防フォーラムの認知度 11.1%（2018年：健康長寿に向けたアンケート調査）

## ■「自殺予防について理解が深まった人の割合」（中期評価・行動の変化）

区分	理解できた	どちらとも いえない	理解でき なかった	自分も経験 があるので よくわかる	その他
2016年	85%	11%	1%	2%	1%
2018年	79%	17%	1%	2%	1%

○自殺予防フォーラムアンケート

## ②チラシ、ポケットティッシュ、リーフレットの作成・配布

課題	①外因の原因として自殺が多い ②40～60歳代の男性に自殺が多い	
方向性	うつ・自殺予防のための啓発	
内容等	【内容】	自殺予防の関心を得るため普及啓発品を配布
	【対象】	秩父地域住民
	【実施者】	SC自殺予防対策委員会、西武鉄道など
(短期) 意識・知識の変化	【指標】 自殺対策事業等の認知度	【測定】 アンケート調査
(中期) 態度・意識の変化	【指標】 悩み事やストレスを相談できる人の割合	【測定】 アンケート調査
(長期) 状態・状況の変化	【指標】 自殺者数の減少	【測定】 自殺者数 アンケート調査

# 取り組み 2

## ■チラシ、ポケットティッシュ、リーフレットの作成・配布

自殺予防の関心を得るため、普及啓発品を配布していく。

年度	相談窓口案内の チラシ・リーフ レット等	ポケット ティッシュ	その他
2015	1,000	3,000	ストレスリリーサー 50個
2016	1,000	4,000	-
2017	2,000	4,500	コットンバック 600個
2018	2,000	5,000	ウェットティッシュ 1300個 入浴剤1000個

保健センターまつり



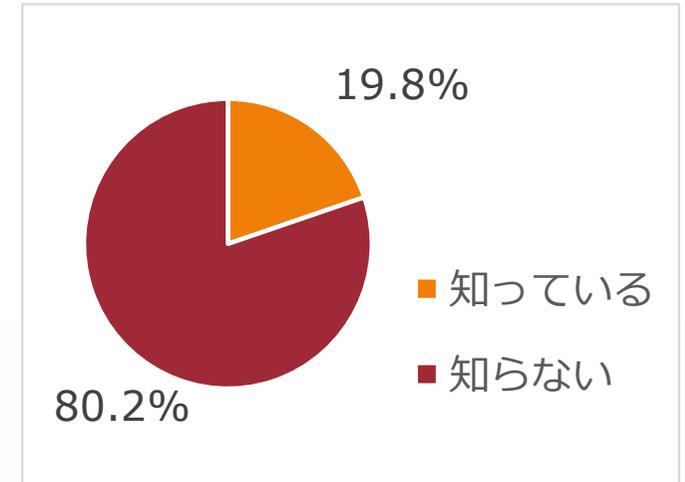
自殺予防キャンペーン

# 短・中期評価（意識・行動の変化）

## ■自殺対策啓発品の作成・配布の認知度（短期評価・意識の変化）

区分	自殺啓発品の作成・配布の認知度 n=1,249		
	知っている	知らない	未回答
2018年	210人	850人	189人

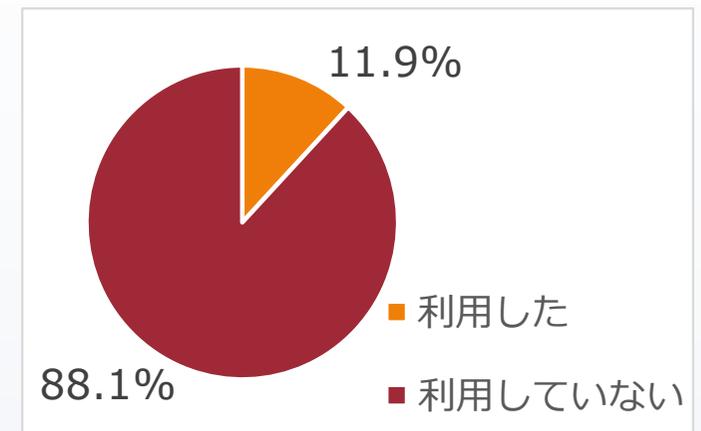
出典：2018年 市民アンケート調査



## ■啓発品をみて自殺予防（相談窓口）を活用した人の割合（中期評価・行動の変化）

区分	啓発品を見て自殺予防を活用した人の割合 n=210	
	活用した	活用していない
2018年	25人	185人

出典：2018年 市民アンケート調査



### ③ゲートキーパー養成講座の実施

<b>課 題</b>	自殺の場所は自宅が多く、自殺者の多くは同居者がいる。	
<b>方向性</b>	自殺予防に関心を持ち適切な対応ができる人材の育成	
<b>内容等</b>	【内容】	ゲートキーパー養成講座の実施
	【対象】	民生児童委員、町会、一般市民 SC自殺予防対策委員会
	【実施者】	SC自殺予防対策委員会（保健センター、秩父保健所）
<b>（短期評価） 意識・知識の変化</b>	【指標】 ゲートキーパーとして何かできそうだと感じた人の割合	【測定】 アンケート調査
<b>（中期評価） 態度・行動の変化</b>	【指標】 悩んでいる人に声かけや傾聴、支援につなげた人の割合	【測定】 アンケート調査
<b>（長期評価） 状態・状況の変化</b>	【指標】 自殺者数の減少	【測定】 厚生労働省自殺データ

# 取り組み 3

## ■ゲートキーパー養成講座の実施

- ・地域で相談を受ける機会の多い民生児童委員、町会、一般市民を対象に実施
- ・2018年度より、精神疾患の理解を促進するためのプログラム「メンタルヘルスファーストエイド」を養成講座に取り入れる
- ・SC自殺予防対策委員が地域における人材育成に役立てるため、ゲートキーパー養成講座を受講

年度	実績
2015	実施なし
2016	実施なし
2017	民生児童委員 3回・86人
2018	町会、一般市民 秩父地域自殺予防対策連絡会 3回・88人

ゲートキーパー養成講座



# 短・中期評価（意識・行動の変化）

## ■ゲートキーパーとして何かできそうと感じた人の割合（短期評価・意識の変化）



出典：2017・2018年度ゲートキーパー養成講座アンケート（n：117人）

## ■悩んでいる人に声かけや傾聴、支援につなげた人の割合（中期評価：行動変化）

ゲートキーパー養成講座を受けたことがあるか

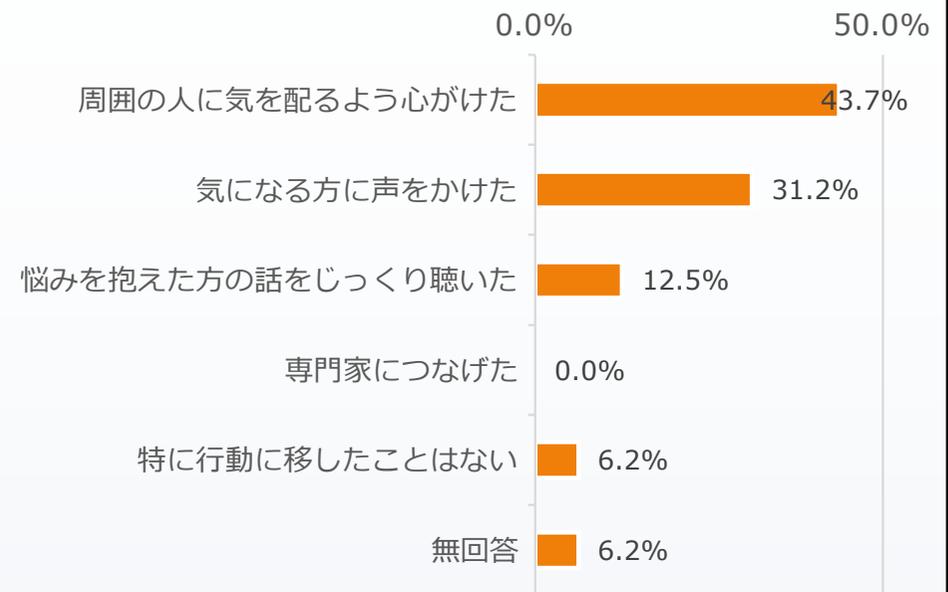
受けたことがある	9
今回初めてである	108

出典：2017・2018年度ゲートキーパー養成講座アンケート（n：117人）

ゲートキーパー養成講座を知っている人の割合

はい	1.6%
いいえ	98.3%

どのような意識の変化があったか（複数回答）



出典：2018年 健康ちちぶ21 健康長寿の実現に向けたアンケート（n：5,096人）

## ④自殺予防標語入り看板の設置・ホットスポット対策への取り組み

<b>課 題</b>	<b>⑤市外からの自殺者が多い</b>	
<b>方向性</b>	関係機関の連携強化と自殺のホットスポット対策への取り組み	
<b>内容等</b>	<b>【内容】</b>	住民が関心を持つことで、橋からの投身自殺を防ぐため、危険と思われる橋へ「自殺予防のための標語を利用した看板」を設置 研修会の実施
	<b>【対象】</b>	住民、各関係機関（自殺の名所と言われる場所に関わる方）
	<b>【実施者】</b>	秩父地域自殺予防対策連絡会、秩父市、S C自殺予防対策委員会
<b>（短期評価） 態度・行動の変化</b>	<b>【指標】</b> 自殺予防看板設置の認識度	<b>【測定】</b> アンケート調査
<b>（中期評価） 態度・行動の変化</b>	<b>【指標】</b> 看板を見て、心配な人に声をかけた人の割合	<b>【測定】</b> アンケート調査
<b>（長期評価） 状態・状況の変化</b>	<b>【指標】</b> 自殺者の減少	<b>【測定】</b> 厚生労働省自殺データ

# 取り組み4

## ■自殺予防標語入り看板の設置

## ■ホットスポット対策への取り組み

住民が関心を持つことで、橋からの投身自殺を防ぐため、危険と思われる橋へ「自殺予防のための標語を利用した看板」を設置

SC自殺予防対策委員会にて  
設置場所及び標語を検討

年度	実績
2014 まで	橋：9か所19枚設置
2015	橋・ダム堰堤： 2か所3枚設置
2017	橋・ダム駐車場扉： 2か所2枚設置
合計	市内13か所・24枚 設置



[自殺予防のための標語を利用した看板]

インターネット上の自殺関連情報対策の要望書を県へ提出

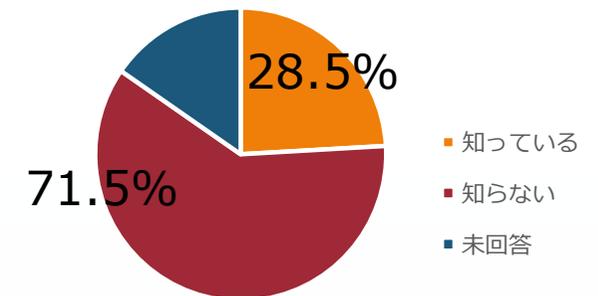
# 短・中期評価（意識・行動の変化）

## ■自殺予防看板設置の認識度（短期評価：意識変化）

区分	自殺予防標語入りの看板の設置 n=1,249		
	知っている	知らない	未回答
2019年	301人	756人	192人

出典：市民アンケート

自殺予防看板の認識度

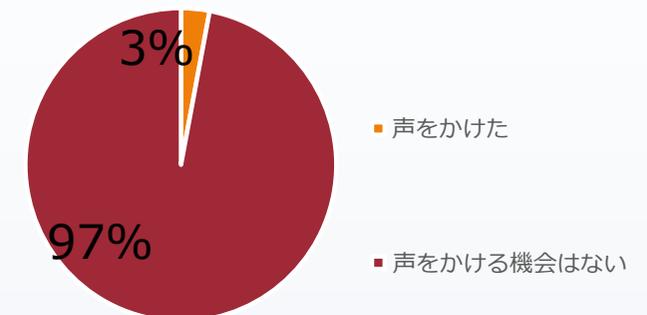


## ■看板を見て、心配な人に声をかけた人の割合（中期評価：行動変化）

区分	看板を見て心配な方に声をかけた割合 n=301	
	声をかけた	声をかける機会がない
2018年	9人	292人

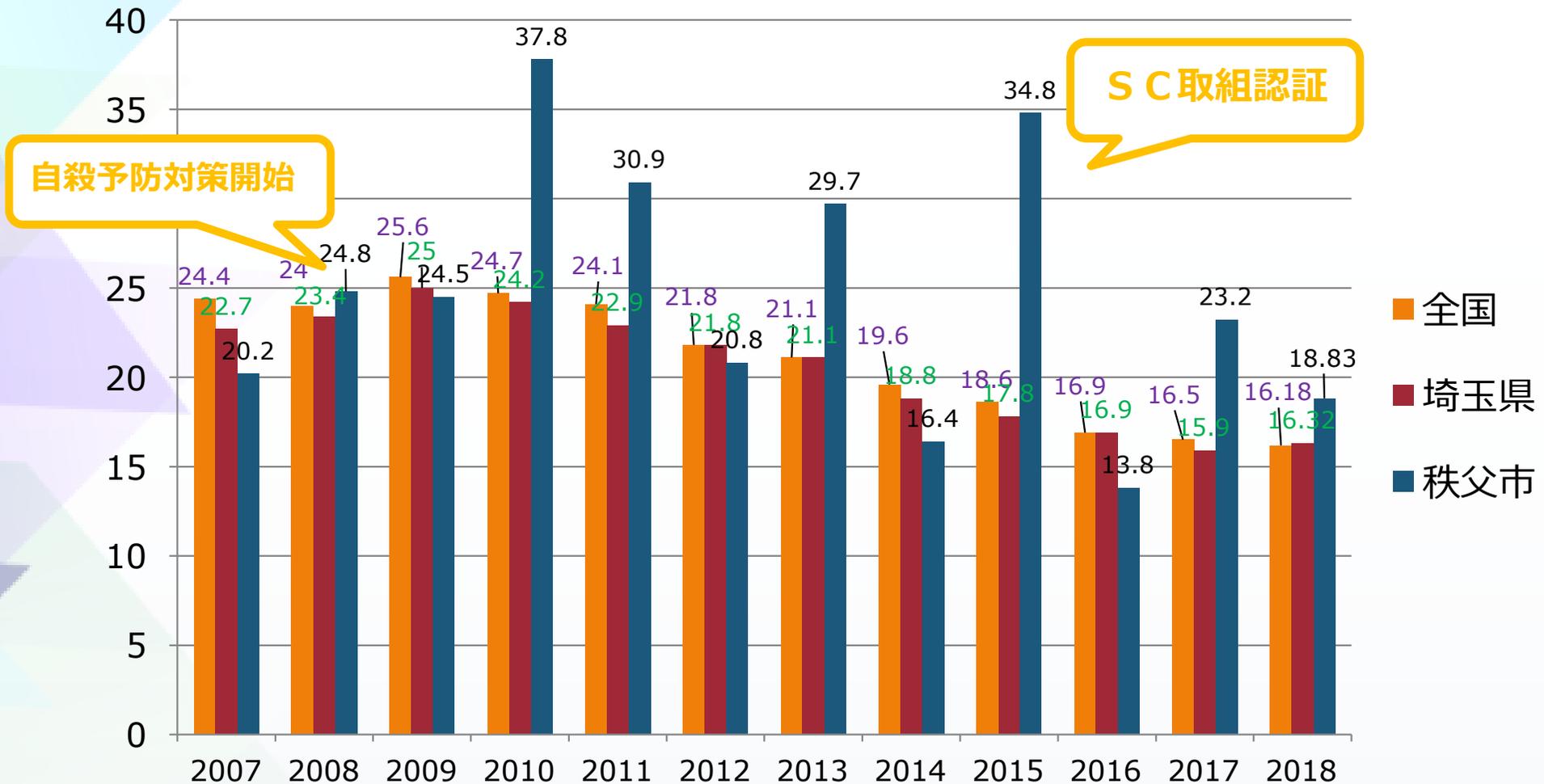
出典：市民アンケート

看板を見て声をかけた割合



# 長期評価（状況の変化）

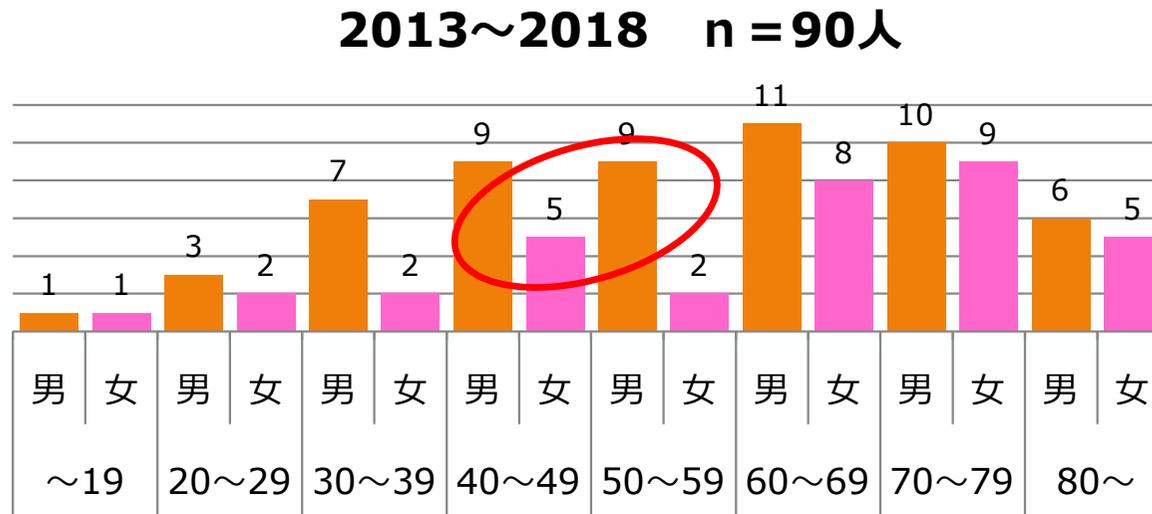
## ■自殺率の減少



出典：自殺率（人口10万対）の推移 自殺統計（自殺日・住居地）

# 長期評価（状況の変化）

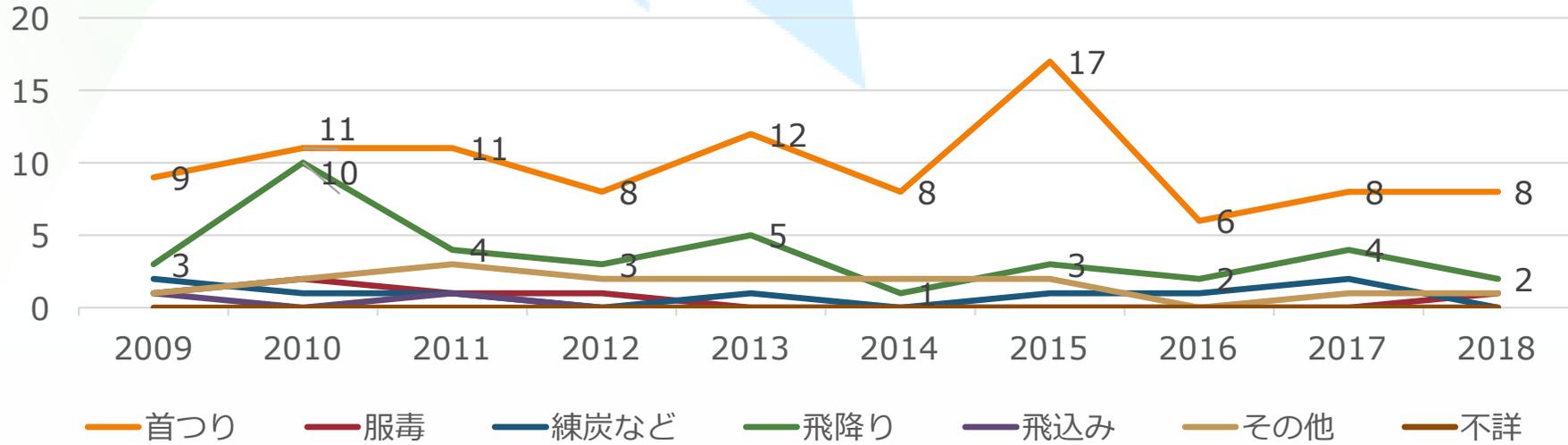
## ■年代別・男女別自殺者数の変化



区分	自殺者割合	背景にある主な自殺の危機経路
1位：女性60歳以上の無職同居	19.5%	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
2位：男性60歳以上無職同居	14.3%	失業(退職) →生活苦+介護の悩み(疲れ) + 身体疾患→自殺
3位：男性40～59歳有職同居	11.7%	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み + 仕事の失敗→うつ状態→自殺

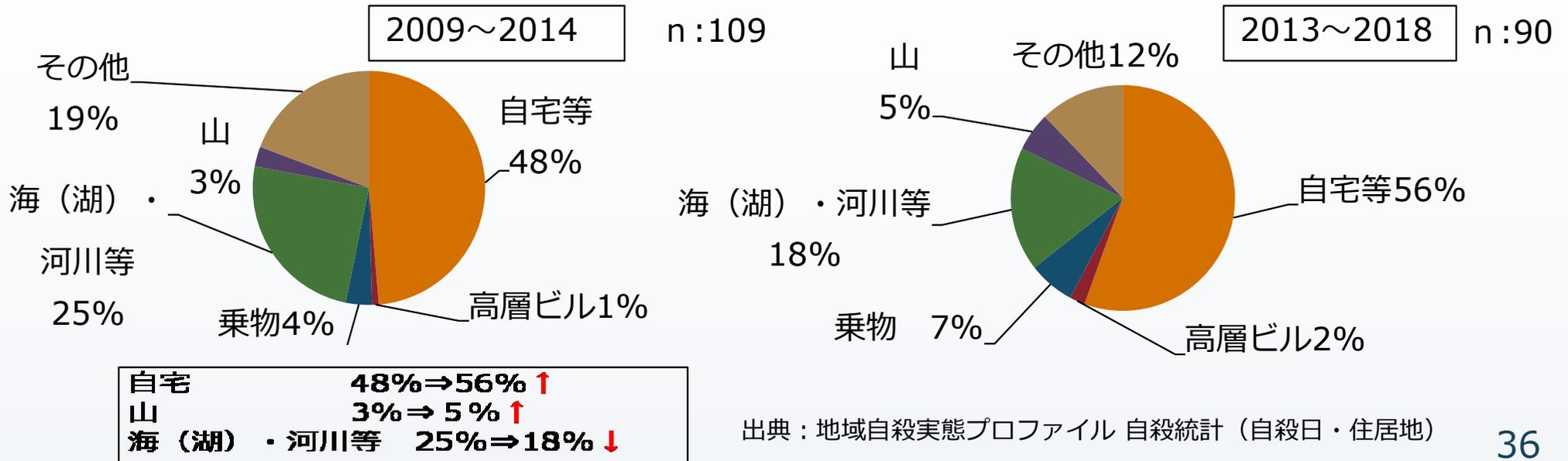
# 長期評価（状況の変化）

## ■自殺の手段として「首つり」が多いが「飛降り」も多い n:168



出典：厚生労働省 自殺の統計：地域における自殺の基礎資料（自殺日 住居地）

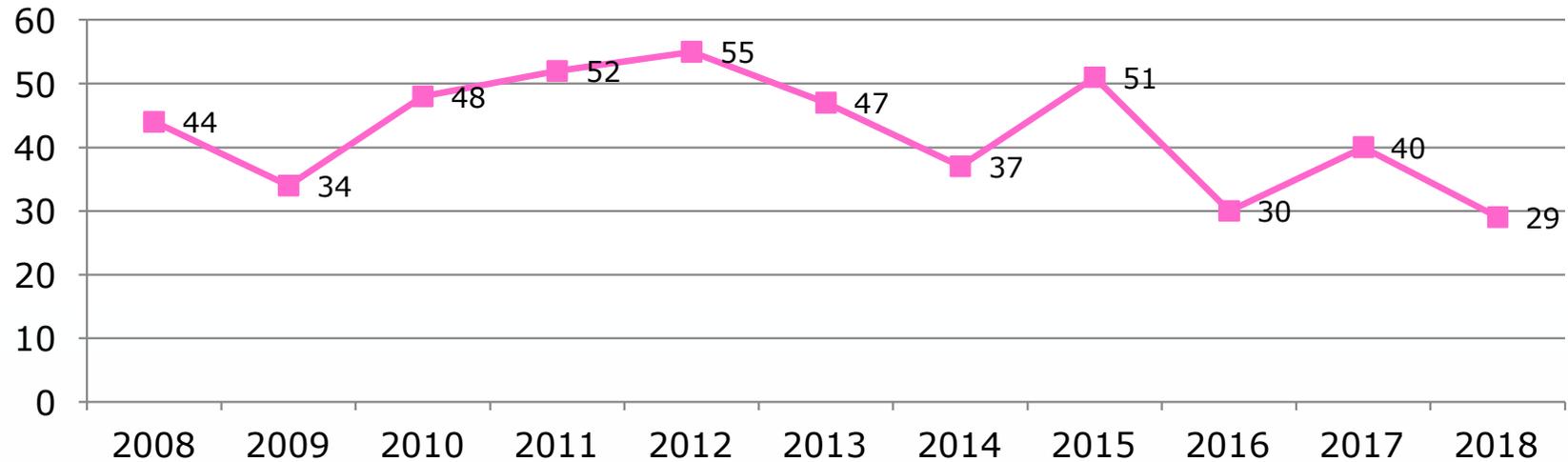
## ■自殺の場所は自宅が多く自殺者の多くは同居者がいる



# 長期評価（状況の変化）と現況

## ■自損行為による救急出動件数

n:467

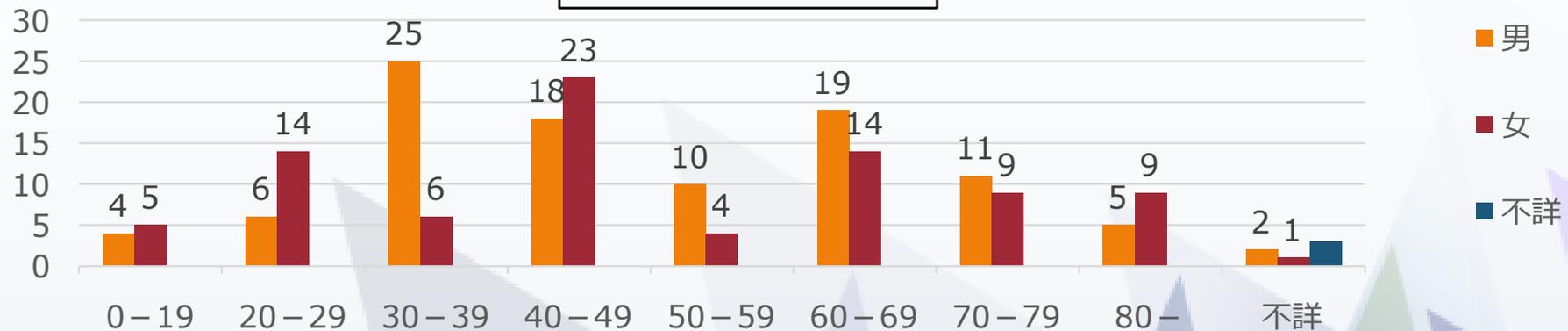


出典：秩父消防本部 警防課

## ■救急搬送事例の年代・男女別発生状況のうち自損行為分 （不搬送事例含む）

2014-2018

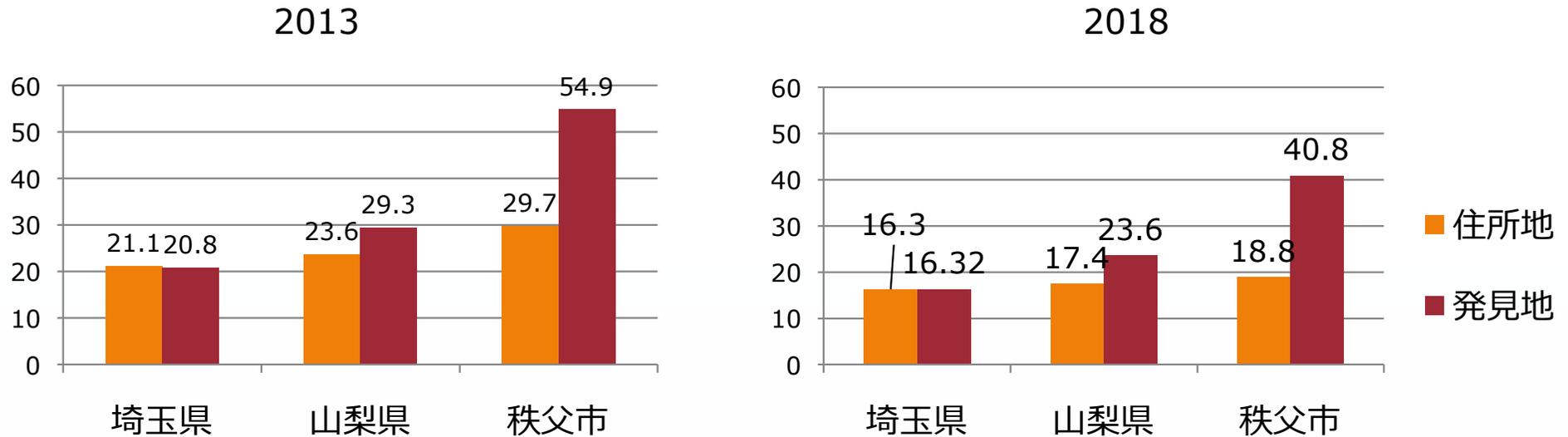
n:188



出典：秩父消防本部 警防課

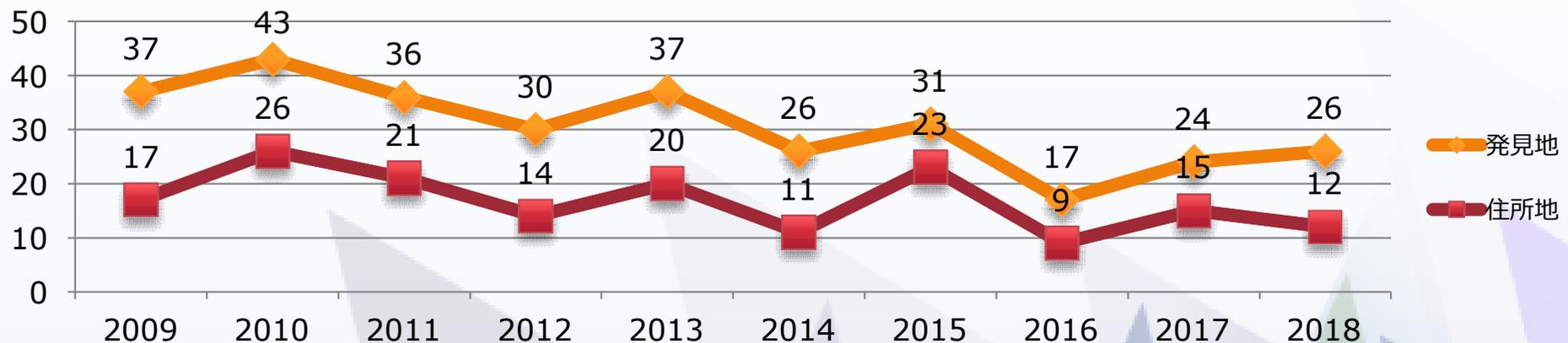
# 長期評価（状況の変化）と現況

## ■住所地・発見地死亡率の比較(長期評価)



出典：厚生労働省 自殺の統計：地域における自殺の基礎資料（自殺日・住居地）

## ■住所地・発見地別自殺者数の推移(長期評価)



出典：厚生労働省 自殺の統計：地域における自殺の基礎資料（自殺日・住居地）

# まとめ（評価による振り返り）

	成 果
うつ・自殺予防啓発	・自殺予防の意識の向上が図られている
人材育成	・ゲートキーパー養成講座を受講し、何かできそうだと感じる人は多い
ホットスポット対策	・看板の設置が、悩んでいる人への声掛けにつながった

# 課題とそれへの対応

	課 題	対 応
うつ・自殺予防啓発	<ul style="list-style-type: none"><li>・新規の参加者数を増やし関心を持ってもらう</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・自殺予防フォーラムを引き続き実施し、誰かに援助が求められるように、積極的な普及・啓発を行う</li><li>・啓発物品の配布について、アプローチの対象を検討</li><li>・自殺者の減少につながる取り組み内容をさらに検討</li></ul>
人材育成	<ul style="list-style-type: none"><li>・ゲートキーパーの認知度が低い</li><li>・初めて講習を受ける方が多い</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ゲートキーパー養成講座を継続し、必要な相談・支援に繋ぐ役割を担う人材の育成に努める</li></ul>
ホットスポット対策	<ul style="list-style-type: none"><li>・看板設置の認知度が低い</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・市内外からの自殺者を防ぐために、公共交通機関等との連携を図り、自殺予防の取り組みを多くの方に周知し、自殺予防に繋げる</li></ul>



国際認証都市  
セーフコミュニティちちぶ



ご清聴ありがとうございました！