

長浜市健康づくり推進協議会 心の健康専門部会について(報告)

心の健康専門部会では、長浜市の自殺の現状や課題を共有し、健康ながはま21の計画の一つである長浜市自殺対策計画を策定し、具体的な取り組みについて協議をすすめてきました。

今年度は、令和6年度を始期とする第2期長浜市自殺対策計画を策定するため、心の健康専門部会を2回開催し協議をしました。

1. 第1回心の健康専門部会開催結果

日時：令和5年7月11日(火)

内容：

(1) 長浜市の自殺の現状について報告

- ・自殺者数は、年間10～30人前後で推移、令和4年は23人と増加傾向である。
- ・自殺死亡率(人口10万人あたりの自殺者数)は、令和4年は19.9であり、国や県よりも高い。
- ・自殺者の男女比は、男性が約7割、女性が約3割である。
- ・令和4年は、20歳未満、20歳代の自殺者数が増加している。
- ・年代別では、40歳代が最も多く、次に30歳代、50歳代、70歳代が多い。
- ・自殺で亡くなる人の割合が多いのは、
1位 男性40～59歳有職で同居家族がいる人
2位 男性20～39歳有職で同居家族がいる人
(いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル」より)

(2) 協議

①日々の活動から考える現状、課題について

- ・悩みを訴える生徒、訴えない生徒いる。本人の変化に気づき、声をかけている。
- ・小さいときからの教育が大切である。SOSが出せるように、出し方について学べる環境づくりをすすめる必要がある。
- ・医療機関には、仕事の継続が辛くなつての相談があり、うつ病の発症手前に外来へ受診・相談に来る方が以前に比べて多い。その反面、受診につながっていない人もいることは課題である。
- ・病院に相談があった事例では、リストカットを考えたが断念した産後の方からの相談があつた。このようなケースが以前よりも増えているのではないかと感じている
- ・自殺完遂者の状況は、精神科受診歴はない方がほとんどであった。精神科につながることが大切である。
- ・地域の見守りの中で、普段と違う様子があれば、関係機関につないでいる。

- ・生きづらさを抱える方をどのように地域で支えていくのか、本当に困っている人が相談先を知らないことが多い。このようなケースをどのように把握し、つないでいくのかが課題である。

2. 第2回心の健康専門部会開催結果

日時：令和5年9月1日(金)

内容：

(1) 第2期自殺対策計画(案)について説明

(2) 協議

①就労者への対策について

- ・休息、睡眠をとることの大切さを伝えることが必要である。
- ・仕事を休むことが大事である。

②若者への対策について

- ・こどもは悩みや思いを言語化することが難しい。
- ・悩んでいる様子があると声かけをしているが、なかなか話しにくい状況の子がいる。
- ・全国的に夏休み明けの自殺が多い現状があるので、夏休み前の働きかけが重要である。
- ・小中学生への支援は手厚いと思われるが、それ以降の若者への支援の充実が必要である。

③数値目標について

- ・自殺死亡率は、令和8年には12.0以下、令和12年(計画の最終年)には9.9以下を目指す。(計画案のとおり)

(3) 報告

①学校における自殺予防教育研修会実施報告

②健康ながはま21第5期改訂「こころと休養分野」(案)の報告

3. 今後の方針・取り組み

今後も心の健康専門部会において、自殺の現状や課題を共有し、自殺対策計画に基づく取組の進捗状況の検証・評価を行っていきます。

