

平成27年度 こころの健康講演会 「それってホントにネット依存？」

岡山市こころの健康センターでは毎年、市内の保健医療福祉教育等関係機関の方を対象にこころの健康講演会を開催しています。今年度は平成27年12月19日(土)にピュアリティまきびで、久里浜医療センターの橋本琢磨先生をお招きして、インターネット依存に関する研修会を開催しました。

最近、インターネット依存という言葉をよく耳にするようになりましたが、その診断基準や症状、治療などについて正しく学びたいと思い、研修会を行いました。先生からは子どもたちがどんなネットサービス(オンラインゲーム、スマホゲーム、動画サイトなど)を使用しているのかや、ネット依存の診断・治療についてお話いただきました。また会のはじめには、岡山市教育委員会から「教育現場におけるネット問題の現状」についてもお話いただき、子

どもたちとインターネットがいかに近い関係にあるかなど、子どもたちの現状についても学びました。

研修会后、参加者からは「将来もネットがある環境で生活するため、“大人が禁止するのではなく、どういうふうに使っていけばよいかを子どもたち自身に考えてもらう”というところがとても参考になった」、「初めて知る情報が多くあったが、図解付きの説明でわかりやすく、とても参考になった」、「インターネット依存の診断・治療プログラムの紹介やキャンプによる集団療法が参考になった」などの声をいただきました。

来年度も支援者のニーズに合わせた研修会を開催していきたいと考えております。多くの方のご参加お待ちしております。



岡山市こころの健康センター相談・予約専用電話

【ご利用できる方】岡山市内在住の方

【時間】9:00~12:00 / 13:00~16:00 (土日祝日・年末年始を除く)

【来所相談】予約制です。まずは相談・予約専用電話にお電話ください。

相談・予約専用電話 **086-803-1274**

岡山市ひきこもり地域支援センター

【ご利用できる方】岡山市内在住のひきこもり状態にある本人やその家族等

【ご利用方法】電話、来所等により相談をお受けします

電話相談...9:30~12:00 / 13:00~15:00

毎週 水曜日、金曜日 (祝日・年末年始を除く)

【来所相談】予約制です。まずは相談・予約専用電話にお電話ください。

相談・予約専用電話 **086-803-1326**

岡山市こころの健康センターだより



岡山市こころの健康センター

〒700-8546 岡山市北区鹿田町一丁目1番1号 岡山市保健福祉会館4階

Tel.086-803-1273 Fax.086-803-1772

ホームページ <http://www.city.okayama.jp/hofuku/kokoroc/>



自殺ハイリスク者への支援

所長 太田 順一郎

平成10年、わが国の自殺者数は前年に比べて+8,500人(35%)という急激な増加を示し、それ以降14年間、年間自殺者数は3万人を越える水準で推移してきました。このような状況に対し、国は平成18年に自殺対策基本法を制定し、平成19年には自殺総合対策大綱を決定して、自殺対策に本格的に取り組み始めました。自殺総合対策大綱は平成24年8月に改訂され、内閣府を中心にした自殺対策の取り組みが継続されて、平成27年の総自殺者数は24,025人(暫定値)と4年連続で3万人を下回り、年間自殺者数は6年連続の減少となりました。しかしわが国の自殺死亡率が、国際的に見ていまだに高い水準にあることには変わりなく、より実効性のある自殺対策が求められています。

現在、国の推進する自殺対策は大きな変化の時期にあるようです。平成28年4月から、自殺対策の所管が内閣府から厚生労働省に移管されることに伴い、さまざまな見直しが行われているからです。これまでわが国の自殺対策の中心となってきた自殺予防総合対策センター(国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センターに設置)は、来年度から「自殺総合対策推進センター」と名称が変わり、学際的な観点から関係者が連携して自殺対策のPDCAサイクルに取り組むためのエビデンスの提供や、民間団体を含めた地域の自殺対策の支援を強化することになりました。

また、これまで全国の自治体に設置されていた地域自殺予防情報センター(現在全国に36カ所設置)も、「地域自殺対策推進センター」に名称が変わって、市町村等を直接的かつ継続的に支援する体制や自死遺族等が必要とする様々な支援情報提供等の機能を強化することとなりました。

岡山市の政令指定都市への移行に従い、岡山市こころの健康センターが開設されたのは平成21年4月でしたが、この年の6月に内閣府は100億円の地域自殺対策緊急強化基金を示し、それぞれの地域において自殺対策を強力に推し進める取り組みを求めました。私たちの岡山市こころの健康センターは、初年度からこの基金を活用してさまざまな自殺対策事業に取り組んできましたが、中でも最も力を注いできたのが今回お知らせする「自殺ハイリスク者への支援」です。私たちの取り組みは、平成22年に実施した自殺未遂者、自殺企図経験者、自殺念慮経験高齢者、自死遺族などへのインタビュー調査に始まり、その後も自殺未遂者を中心とした「自殺ハイリスク者への支援」をその柱として展開して来ました。私たちは今年度初めに岡山市自殺予防情報センターを開設し、これまで展開してきたハイリスク者支援活動をより一層強化、推進しようとしています。このセンターだよりでは、私たちのこれまでの取り組みの一端と、今後の方向性をお知らせしたいと思います。

自殺ハイリスク者への支援を行っています！

平成27年4月

岡山市自殺予防情報センターを開設しました！

岡山市こころの健康センターでは、センター開設初年度の平成21年度より自殺予防対策に取り組んできました。これまでの業務内容を継続・強化し、自殺ハイリスク者支援を行うため、平成27年4月に「岡山市自殺予防情報センター」を開設しました。

<業務内容>

①相談支援

岡山市にお住まいで、死にたいほどつらい気持ちを抱えた方やその家族、関係機関の支援者の皆様からのご相談に応じています。

例えば…

- ・家族が「死ぬ」と言い残して出て行った…
- ・娘がリストカットを繰り返している
- ・「死にたい…」

●弁護士派遣事業

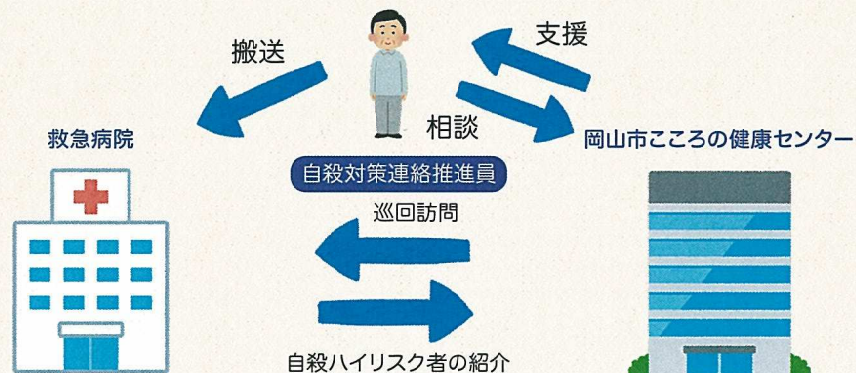
借金などの経済的問題や離婚などの法律問題を抱えたご本人やその方を支援する関係機関に、弁護士を無料で派遣し、相談に応じています(初回1回に限る)。

②関係機関との連携強化

これまでの先行研究から、「自殺企図歴」は「自殺の重大な危険因子」であると考えられています。そこで、当センターでも自殺未遂者が自殺企図を繰り返さないよう支援を行うことが重要と考え、平成24年度より救急病院との連携を開始しています。

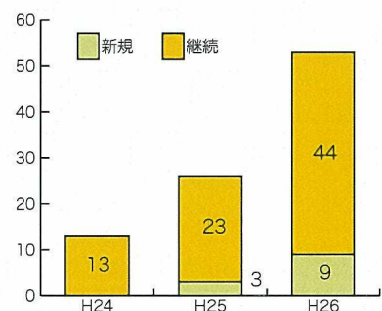
具体的には、救急病院(岡山市内7病院)に自殺対策連絡推進員が継続的に巡回訪問し、自殺未遂者等の自殺ハイリスク者を当センターへつないでいただくよう依頼し、支援を行っています。

他にも、精神科病院、警察、薬局、市役所の他部署等、様々な機関と連携をして、支援を行っています。

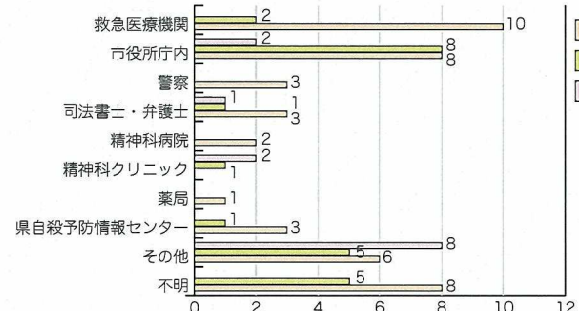


●実績(平成24~26年度)

①対応事例数



②相談経路



③自死遺族への支援

ご家族を自死でなくされた方への支援を行っています。

- 自死遺族専門相談(予約制)
- わかちあいの会

日時：毎月第2火曜日 13:30~15:30
場所：岡山市保健福祉会館4階 ほのぼのルーム
(原則予約制ですが、当日参加も可能です)



④人材育成

自殺対策に関わる支援者への研修や各機関や団体への講師派遣等を行っています。



平成27年度は平成28年3月18日(金)に松本俊彦先生を講師にお招きして『「死にたい、切りたい」は「生きたい」の叫び!!』というテーマでご講演いただきました。市内教育・医療・保健・福祉・救急・消防等の関係者123名の参加がありました。

死を考える方は、複数の問題を抱えている場合がほとんどです。これまでも、自殺ハイリスク者支援において、様々な機関の方のご協力を得てまいりました。これからも引き続き、ご協力のほどよろしくお願いいたします！



◆ご相談されたい場合は、まずお電話ください。

岡山市自殺予防情報センター(岡山市こころの健康センター内)

086-803-1273

【受付時間】月曜~金曜(祝日、年末年始を除く)8:30~17:00

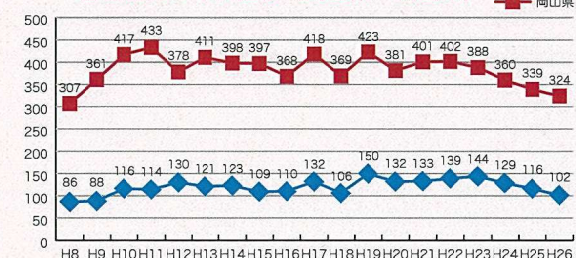


岡山市における自殺の状況

岡山市の自殺者数は、平成26年概数では102人と年間100人を超える状況が続いています(「人口動態統計」)。自殺未遂者はその10倍、心理的影響を受ける人はさらにその5~6倍と言われています。自殺は誰にでも起こりうる身近な問題です。自殺には複数の要因が複雑に絡み合っており「追い込まれた末の死」と言われています。

性別では男性が多く、年齢階級別の自殺者数では40代が一番多くみられました。自殺の原因としては「健康問題」が最も多く、次いで「勤務問題」、「経済・生活問題」、「家族問題」と続いています。職業別では、「無職者」次いで「被雇用者・勤め人」が多く、「無職者」の中では「年金・雇用保険等生活者」が最も多くみられます。

自殺者数の年次推移(岡山県・岡山市)



男女別自殺者数の年次推移(岡山市)

