

NEWS

■自殺対策情報センターを開設しました

平成10年以降、日本の自殺者数は年間3万人を超えており、大きな社会問題となっています。静岡市では、自殺対策総合計画を策定し、様々な自殺対策を実施しており、その一環として平成22年度10月1日に、こころの健康センター内に静岡市自殺対策情報センターを開設いたしました。

当自殺対策情報センターは、自殺に関する情報の収集・分析、情報提供、関係機関とのネットワーク強化、自殺対策に関する研修・講演会等を行い、自殺対策を推進していくことを目的としています。

今後、当センターの情報提供活動の一環として、定期的に広報誌「しずこニュースレター」を配信していきます。「しずこニュースレター」は、静岡市における自殺の現状、関連機関や研修・講演会等の紹介、自殺や自殺対策に関する情報等を主な配信内容とし、自殺対策に関わる担当者、関係者の方々に配信させていただきます。

今後、皆様の業務に役立てていただくとともに、掲示・回覧により、周知していただくよう、よろしくお願い致します。



静岡市 自殺対策情報センター

〒422-8006
静岡県静岡市駿河区曲金3-1-30
こころの健康センター内

Tel : 054-285-8339

Fax : 054-285-8339

<http://www.city.shizuoka.jp/deps/kokoro/>

No.1

H22.11.24 配信

「しずここニュースレター」は…

自殺対策担当者、関係者の方々に配信しています
皆様からの情報やご意見をお待ちしております

■静岡市の現状

平成21年における静岡市の自殺率(※)は、静岡県・全国と比較すると低い水準にありますが、年間149人という人数は、静岡市内において2~3日に1人の方が自ら命を絶っている状況です。同年の静岡市における交通事故死者数は25人(「静岡県警察本部平成21年中の交通事故統計」より)であり、自殺者は交通事故死者の約6倍の人数です。

自殺に至ってしまう原因・動機は1つではなく、様々な要因が複合的に重なっていると考えられ、社会的な取り組みが必要です。

※自殺率とは自殺者数を当該地方公共団体の人口で除し、これを10万人当たりの数値に換算したものです。

【平成21年の静岡市、静岡県、全国自殺者数と自殺率】

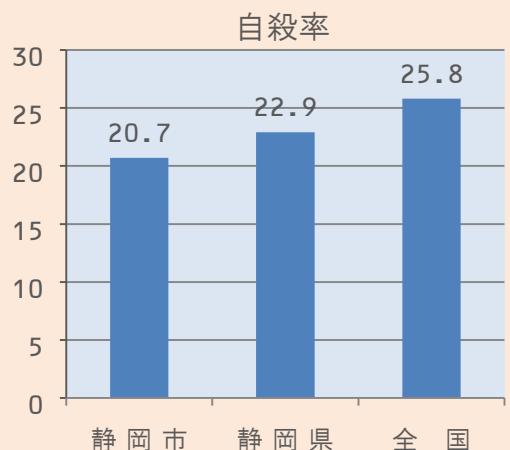
	自殺者数 (人)	男女別(構成比)		自殺率
		男	女	
静岡市	149	107 (72%)	42 (28%)	20.7
静岡県	864	639 (74%)	225 (26%)	22.9
全国	32829	23462 (71%)	9367 (29%)	25.8

*内閣府発行「平成21年地域における自殺の基礎資料」より
*自殺者数は「住居地」における計上
*数値は警察庁によるもの(平成22年1月末暫定値)

【平成21年の静岡市における原因動機別自殺者数】

原因動機別	家庭問題	健康問題	経済生活問題	勤務問題	その他
静岡市	15	83	40	9	

*内閣府発行「平成21年地域における自殺の基礎資料」より
*自殺者数は「住居地」における計上
*推定できる原因・動機を1人につき3つまで計上可能としている
*個人の識別がされないよう、「その他」は空欄



Information

■「りんどう相談室」

静岡市こころの健康センターでは、自死遺族のためのメンタルヘルスケア相談を行っています。遺族の方の苦しみを和らげることを目的に、当センターの精神科医が個別で面接相談に応じます。

大切な人を突然失うと、誰でも大きな心理的衝撃を受けます。その事実は受け入れ難く、「なぜ」「どうして」といったショックや悲しみに襲われます。

そういった思いを抱え、誰にも話せず悩んでいる方、こちらをご利用ください。

* 相談日：毎週水曜日(午前中)

* TEL: 054-285-0434

* 予約制のため事前にご連絡ください 予約電話は随時受け付けています

詳細は下記ページをご覧ください↓

http://www.city.shizuoka.jp/deps/kokoro/desaki_kokoro_simin.htm

■「総合相談会」

多重債務とこころの健康に関する相談会を行っています。

多重債務相談は司法書士が、こころの健康相談には産業カウンセラーが相談に応じます。

◆多重債務とこころの健康相談◆

* 参加費：無料、申込：要予約(054-289-3700)

* 日 時：毎月第1・第3金曜日 午後2時～5時

* 場 所：静岡県司法書士会館

◆求職者のための多重債務とこころの健康相談◆

* 参加費：無料、申込：直接会場へ

* 日 時：毎月第2・第4水曜日 午後1時30分～4時30分

* 場 所：清水テルサ

◆お問合せ：静岡市保健所 精神保健福祉課 TEL: 054-249-3179



■りんどう■

りんどう科 花期：秋 高さ：50 cm程
花言葉：「あなたの悲しみに寄り添う」



■静岡県司法書士会館■

〒422-8062

静岡市駿河区稲川一丁目1番1号



■清水テルサ■

〒424-0823

静岡市清水区島崎町 223 番地

こころの健康講座の様子



■中井弘和氏■

静岡大学名誉教授
農学博士
静岡いのちの電話理事長

レポート

■「第4回こころの健康講座」

平成22年9月17日(金)に、グランシップにおいて、こころの健康講座が行われました。今回は講師に静岡大学名誉教授、中井和弘先生をお招きし、「生命のかがやく時代へ～自死問題を考える～」というテーマで講演をしていただきました。

現在、農学博士として自然農法による稲の品種改良等農学研究に取り組みながら、静岡いのちの電話で「聴く」ことの重要性を追求する、中井弘和先生。植物と人間の命を行き来しながらご自身が感じたことを話されていました。「こころの健康を得るには、我々が土の上に立って生きていることを忘れてはいけない」と、土にしっかりと根を張り、自然に沿って生きることの大切さを話されました。

今回は106名の参加者が集まりました。中井先生の温かな口調と講話の内容に、会場も穏やかなムードに包まれていました。

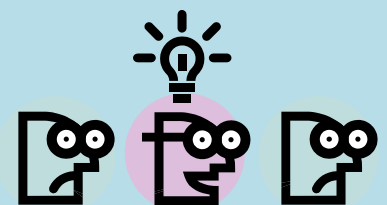
■「静岡市うつ病家族教室」

平成22年10月21日(木)静岡県産業経済会館3階の大会議室において、家族のうつ病が長期化して悩んでいる方を対象に、静岡市うつ病家族教室が開かれました。

今回のうつ病家族教室は、「うつ病あれこれ」をテーマにした講義と、参加者によるグループディスカッションの組み合わせで行われました。まず「うつ病概念の捉え方」「うつ病の慢性化」について、静岡市こころの健康センターの直井一文医師が講義を行いました。グループディスカッションでは、それぞれの参加者がうつ病を抱えた方への接し方・工夫等について熱心に意見を交わっていました。

終了後、「今後も参加したい」といった声を多数頂きました。

来年度も実施していく予定です。



静岡市こころの健康センター
うつ病集団認知療法については

↓コチラを参照↓

http://www.city.shizuoka.jp/deps/kokoro/desaki_kokoro_group.htm