

# しずここ ニュース レター



静岡市  
自殺対策情報センター  
〒420-8046  
静岡市葵区城東町 24-1  
静岡市保健所 精神保健福祉課内  
TEL & FAX : 054-209-7260

No. 11      H26.7      配信

## ■自殺対策情報センターが移転しました！

静岡市自殺対策情報センターは、「静岡市自殺対策行動計画」における事業の一環として、平成22年10月、こころの健康センター内に開設されました。このたび、平成26年4月に、静岡市保健所精神保健福祉課内に移転しました。連絡先も変更となっています。TEL/FAX:054-209-7260(静岡市自殺対策情報センター)



## ■自殺対策ホームページ「しずここネット」

「しずここネット」では、自殺対策に関連する相談窓口、相談会やイベントの情報、静岡市の自殺の現状等に関して最新情報を掲載しています。



<http://www.shizu-coco.net/>

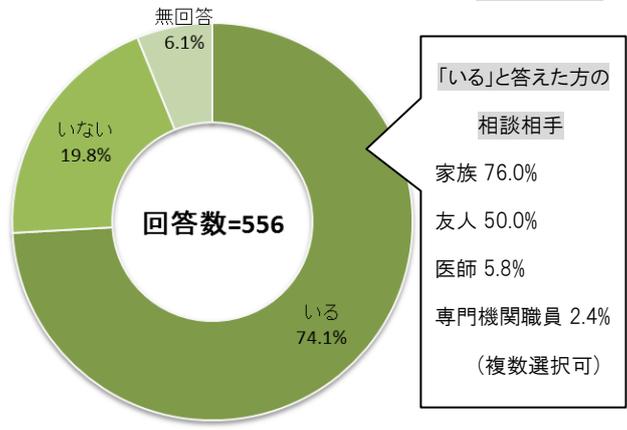
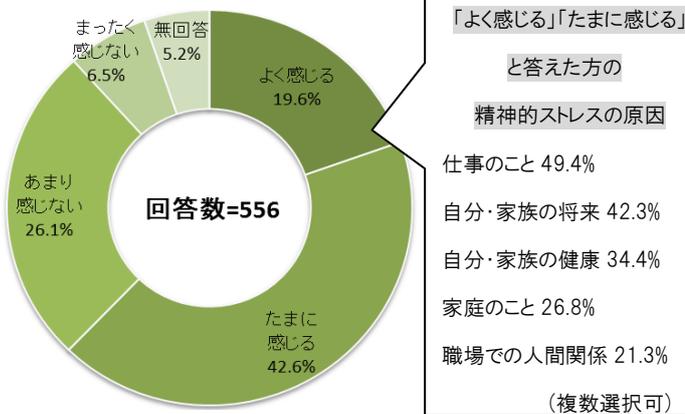
\*「しずここニュースレター」では、自殺対策や心の健康に係る事業に携わる方及び関係者の方々に対し、静岡市における自殺対策に関する情報を提供していきます。本紙が、皆様の取組において、更なる連携の強化に繋がることを望んでおります。ニュースレターに対するご意見・ご要望等がありましたら、どうぞお寄せください。

## ～ 自殺対策に関する市民意識調査結果 (平成26年1月～2月実施) ～

静岡市では、これまでの取組の評価や今後の対策の検討に役立てるため、自殺対策に関する市民意識調査を実施しました。ここでは、結果の一部を示し、静岡市における自殺対策に関する市民意識の実態について報告します。

Q.最近、強い精神的ストレスや不安を感じることがありますか？

Q.精神的ストレスや不安を感じたとき、身近に相談できる人がいますか？



強い精神的ストレスや不安を感じている人は、62.2%いました。同様の質問を行った平成21年市民意識調査では、70.8%の人がストレスを感じていたことから、精神的ストレスや不安を感じる人はやや減少していることが分かりました。

精神的ストレスや不安の原因としては、「仕事のこと」が最も多くっており、平成21年市民意識調査の結果と同様の傾向が見られました。また、「職場での人間関係」を含めると、約71%の人が勤務上の問題を原因にストレスや不安を感じていることが分かりました。

精神的ストレスや不安を相談できる人が身近にいると回答した人は、74.1%いました。同様の質問を行った平成21年市民意識調査では、76.6%の人が身近に相談できる相手がいると回答しており、当時と大きな変化は見られませんでした。

主な相談相手には、「家族」や「友人」を挙げる人が多く、平成21年市民意識調査の結果(「家族」79.2%・「友人」52.1%)と同様の傾向が見られました。このことから、精神的ストレスや不安を感じた際に、身近な人の存在が支えとなっていることが確認できました。

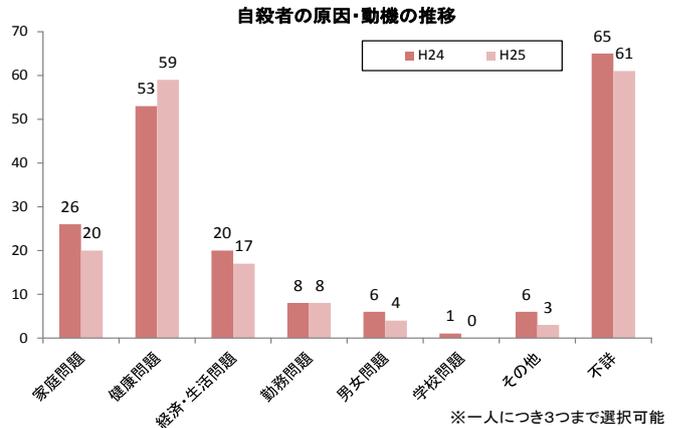
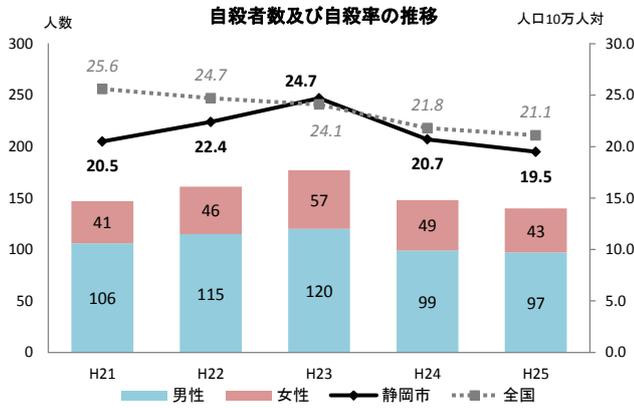
■精神的なストレスや不安について、市の機関で相談を行っていることを知らない人は61.5%でした。以上の結果をふまえ、市の機関をはじめとする相談機関の更なる周知を図ることにより、相談相手の幅や支え合い体制が広がり、ストレス等の軽減に繋がることが期待されます。

### 静岡市の統計資料 ～内閣府「地域における自殺の基礎資料」より～

#### 静岡市自殺の現状：平成 25 年

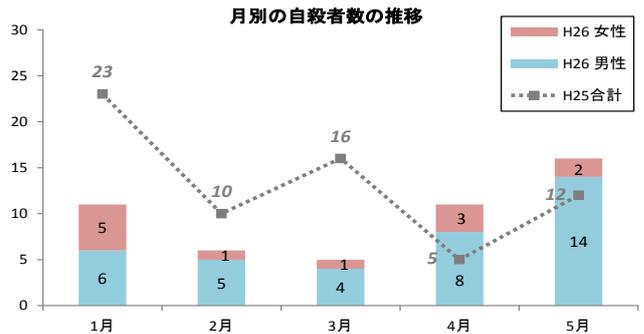
平成 25 年の自殺者数は 140 人(前年比-8人)でした。自殺率(10 万人あたりの自殺者数)は 19.5(前年比-1.2)であり、2年連続して減少、過去5年では最も低い値となっていました。

平成 25 年の自殺者の原因・動機は、「健康問題」が 59 人(前年比+6人)と最も多く、次いで「家庭問題」20 人(前年比-6人)、「経済・生活問題」17 人(前年比-3人)となっていました。



#### 静岡市における月別自殺者数：平成 26 年

平成 26 年の自殺者数は、5月までの暫定値において 49 人(男性は 37 人、女性は 12 人)、各月の平均自殺者数は 9.8 人でした。月別にみると、3月が最も少ない5人、5月が最も多い 16 人であり、3月以降は増加する傾向にありました。また、4月と5月には前年を上回る数となっており、今後の推移に特に目を向けていく必要があります。



## NEWS

### ■9月は静岡市自殺予防月間です

国では9月10日の世界自殺予防デーにちなんで、毎年9月10日～16日の一週間を自殺予防週間としています。また静岡市では9月を自殺予防月間とし、様々な取り組みを行う予定です。当該期間中における集中的な啓発事業等の実施を通して、自殺や精神疾患に関する正しい知識を普及啓発し、偏見をなくしていくとともに、命の大切さや自殺の危険を示すサイン、また自殺の危険に気付いた時の対応等についての理解の促進を図っていきます。

9月の自殺予防月間に合わせた、皆様方の取組につきましても、情報等ありましたらお寄せください。

**\* 生きる！を支える \*** (静岡市自殺対策スローガン)



昨年の JR 静岡駅での街頭キャンペーン

自殺に関する統計資料や、静岡市で実施した調査の結果等をご希望の場合は、情報センターまでご相談ください。