

心に寄り添う

秋田市の自殺対策

問 健康管理課 ☎(883)1180



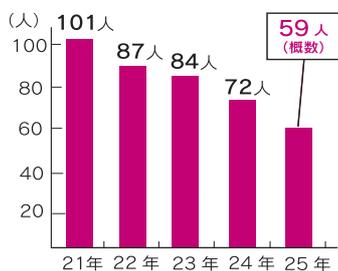
相談できる職場の雰囲気作りも

残念ながら、後を絶たない自殺者。市では、誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現をめざし、さまざまな取り組みを行っています。もちろん一人ひとりが、相手の気持ちに寄り添って、不安をやわらげてあげることが大切な役割です。

自殺者数は減少傾向にあるものの…

秋田市の自殺者数は、4年連続で減少していますが、平成25年には、依然、59人ものかたが自ら命を絶っています。

また、高齢者の自殺が減少する一方で、若年層の自殺が増える傾向にあり、課題となっています。



秋田市の自殺者数の推移

一人でも多くの命を救うために

秋田市では、自殺対策として、全国でも7番目となる「自殺対策条例」を昨年制定したほか、関係機関からなる自殺対策ネットワーク会議を設置し、行政と民間が連携を図りながら自殺対策に取り組んでいます。

また、秋田市自殺総合対策事業計画を立て、「早期対応の中心的役割を果たす人材を養成する」「心の健康づくりを進める」「適切な精神科医療が受けられるようにする」「遺された者への支援を充実させる」などの項目に沿って、具体的な取り組みを進めています。

計画の詳細は、健康管理課ホームページにも掲載していますのでご覧ください。
<http://www.city.akita.akita.jp/city/hl/hm/kokoro-default.htm>

周囲の「気づき」で自殺を防ぐ

自殺の多くは、直前にうつ病などの精神疾患を発症していると考えられます。自殺は、個人の意思や選択の結果と思われがちですが、さまざまな要因が複雑に関係して、心理的に追い込まれた末の死と言えます。

思いを口にして、心を軽くしませんか



「NPO目的のある旅」
代表 草野 剛さん

仕事や生活に悩みがあっても普通に働いて、「自殺なんて関係ない」と思っている若者でも、ふとしたことで不安が大きくなり、自殺のリスク(恐れ)が高まってしまうことがあります。そういった、漠然とした不安を抱えている人が、自分の言いたいことを言えて、それが誰かに受け止められて共有できる場にと、39歳以下のかたを対象に、毎月「若者の語り場」を開催しています。

私と友人である臨床心理士の濱田拓さんが進行を務めますが、何を話すかは参加者の自由。基本的には笑いが絶えない雰囲気ですが、もちろん真剣な話もします。

不安を抱える人に参加してもらい、みんなと関わり、思っていることを話すことで心が軽くなって、また明日からこれまで通りの生活を送るきっかけにしてほしいです。

「若者の語り場」次回の日程▶2月14日(土)午後3時～5時、にぎわい交流館4階研修室6で。参加費500円、直接会場へどうぞ。詳しくは草野さんへ。☎0800-30088-75006

*「若者の語り場」は、秋田市の助成事業です。



1月7日、市役所で行われた伝達式で

社会福祉功労者 厚生労働大臣表彰

日頃の活動に敬意を表して

社会福祉功労者として、今年度、次のみなさんが厚生労働大臣から表彰されました。おめでとうございます。

福祉総務課 ☎(866)2092

民生委員・児童委員▶

三浦喜美子さん、住吉洋子さん

社会福祉事業従事者▶

中津川義太良さん、佐々木亮子さん、
渡部幸雄さん、佐々木尚登さん

共同募金運動奉仕功労者▶ 嵯峨久一郎さん

福祉事務所職員功労者▶ 佐藤康弘さん



法務大臣から感謝状

人権擁護の普及に寄与

人権擁護委員を退任された奥山彌佐子さん(右写真)に、国民の人権擁護と人権思想の普及に貢献した功績により、1月1日付けで、法務大臣から感謝状が贈られました。おめでとうございます。



■人権擁護委員新任のお知らせ

1月1日付けで、乳井康雄さんが新たに人権擁護委員に委嘱されました。

全国共通人権相談ダイヤル

0570-003-110

差別、いじめ、嫌がらせなど、人権に関する問題でお困りの場合はこちらへ。

自殺・自傷行為に傾く若年者の心理に関する研修会

参加無料
先着80人

日時 2月16日(月)午後1時30分～4時

会場 秋田ビューホテル4階

若年者の家族や若年者支援機関の職員など、テーマに関心のあるかたが対象です。精神科医で、帝京大学医学部病院教授の林 直樹さんが講演します。

申し込み 2月12日(木)まで健康管理課 ☎(883)1180

ひとりで悩まずに「市」相談ください

自殺を図った人が、精神科医などの専門家に相談している例は少ないと言われています。周りの人がいつもと違う様子に気づいたら、まずは「どうしたの」と声をかけ、話を聴いて必要な支援につなげましょう。

「友だち、職場など、人と上手に付き合えない」「家族関係がうまくいかない。時には暴力を振るわれる」などの問題で困っている、また、「こころの病気かもしれない。でも病院に行くには敷居が高い」「など、ひとりで悩まず早めにご相談ください。ご家族からの相談も受け付けています。

①精神科医による心の相談日：健康管理課へお申し込み
市保健所の相談窓口(①②③とも祝日は除きます)

みくください。 ☎(883)1180

毎月第1・第3木曜日、午後1時30分～4時

②臨床心理士による心のケア相談：健康管理課へお申し込みください。 ☎(883)1180

毎週水曜日、午後1時15分～5時15分

③保健師による電話相談 ☎(883)1180と、面接相談(直接、八橋の市保健所健康管理課へどうぞ) 平日、午前8時30分～午後5時15分(随時)

その他の相談窓口

■あきた若者サポートステーション(就労支援)

二トやひきこもりで悩んでいる若者と家族が対象です。 ☎(053)4367

■こころの悩み相談(秋田県精神保健福祉センター)

年末年始を除く毎日、午前9時～午後4時(土・日、祝日は午前10時～) ☎(831)3939