

# いのちを支える庄原プラン

healthy column

## （庄原市自殺対策計画）を策定しました

声かけあい、気づき、つながるまちを目指して

保健医療課健康推進係 ☎0824-7311255

保健医療課健康推進係

☎0824-7311255



保健医療課健康推進係

係長 清水 めぐみ

自殺対策基本法が平成18年に制定されて以降、それまで「個人の問題」としてされてきた自殺が「社会の問題」として広く認識されるようになりました。本市では自殺対策を「生きることに包括的な支援」として再構築するとともに、さらに推進するため、「いのちを支える庄原プラン」（令和元年度～5年度）を策定しました。

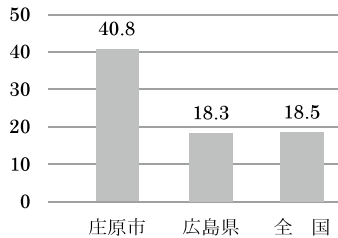
### 庄原市の自殺の現状

【平成25年から29年まで】

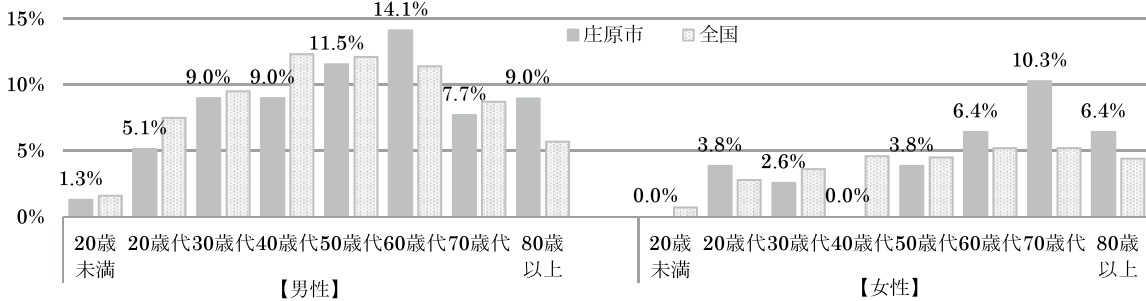
本市では5年間に78人が亡くなっています。

性別では男性が女性の2倍、年代別では50～70歳代の割合が高くなっています。人口10万人当たりで換算すると、全国や広島県の平均と比べ2倍以上高い現状があります。

人口10万人当たりの自殺者数の5年間の平均



自殺で亡くなった78人の性年代の構成割合



### 相談できる環境が重要

自殺は、さまざまな悩みや社会とのつながりの減少、役割喪失感、役割への過剰な負担感などにより危機的な状態に追い込まれたり、抑うつ状態や、うつ病、アルコール依存症など精神疾患の影響により正常な判断を行うことができない状態になるなど、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、多くが「追い込まれた末の死」といえます。大切なのは、悩んだり困難な状況に陥ったりしたときに相談しやすいよう、「普段からの周囲の人との交流」や「悩みを一人で抱えず相談したら良いと考える環境」があることです。

本計画では、「声かけあい、気づき、つながるまち」を基本目標に、ささいなことから声を掛け合い、相手の様子に気づき、「心配している誰かが周りにいる」という環境づくりを目指します。

### あなたもゲートキーパーに！

悩みを抱えたとき、誰に相談するでしょうか。大切な家族、友人だからこそ「心配や迷惑をかけたくない」と考え、孤立した状況に陥ることがあります。そのような、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人が「ゲートキーパー」です。

本市では、心のSOSに「気づき」「聴き」「つなぎ」「見守る」支援や自らの心の健康を保つ方法について学ぶ、「誰もが心のゲートキーパー」を出前トークとして実施しています。ぜひご利用ください。