

岩手県自殺対策推進センター

ニュースレター

No.103 2023.6.6

発行：岩手県精神保健福祉センター・岩手県自殺対策推進センター



リニューアル
しました!!

このニュースレターは、県内に広がる自殺対策の輪を強化するため、地域の自殺対策のノウハウに関する情報を発信していきます。

ニュース ～自殺者数の推移～

令和5年5月15日に厚生労働省から発表された「警察庁の自殺統計に基づく自殺者数の推移等」によると、全国の令和5年4月の自殺者数は1,793人（速報値）で、対前年比19人（約1%）減になりました。岩手県の令和5年4月の自殺者数は27人（速報値）で、**対前年比5人（約22.7%）増**になりました。全国と比べ、今回も岩手県は増加いたしました。新年度となり、環境の変化などでメンタルヘルスの不調を抱きやすい時期です。身近な人の変化にも気をつけましょう。

	令和4年4月（確定値）		令和5年4月（速報値）		自殺者数対前年比	
	自殺者数 （人）	自殺死亡率	自殺者数 （人）	自殺死亡率	自殺者数 （人）	増減率 （%）
全国	1,812	1.5	1,793	1.4	19	1
岩手	22	1.9	27	2.3	5	22.7

発表されたデータは、厚生労働省のホームページ「自殺対策」内、「自殺の統計」よりご覧いただけます。

トピックス ～◆令和5年度 精神保健福祉基礎研修をオンライン開催しました～

今年度の当センターの研修は、内容に応じ、オンラインや参集型など、効率的な方法で開催していきます。5月19日に上記研修を開催し、185名が参加しました。以下に研修概要をお伝えします。

1 「精神保健福祉法と関連施策」

岩手県精神保健福祉センター 主任保健師兼精神保健福祉相談員 藤澤康子



講義1では、精神保健福祉法制定の背景と、精神科医療の歴史、精神保健福祉法、精神保健福祉センターの役割について講義しました。入院医療中心から地域におけるケアを中心とする体制へ、また、精神障害者のみならず、精神保健に課題を抱える地域住民にも市町村等が支援する体制へと、精神保健福祉法は改正されてきています。令和4年の法改正に伴う、令和5年4月以降の施行内容については、厚生労働省ホームページに掲載されていますので、ご確認ください。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/shougai-shahukushi/kaisei_seisin/index_00003.html

また、講義では、令和4年10月14日に閣議決定された新たな「自殺総合対策大綱」の概要についてもお伝えしました。全国の自殺者数は、令和2年以降、増加に転じ、特に、女性は3年連続で増加、小中高生の自殺者数は過去最多となっており、子ども・若者、女性に対する支援の強化、コロナ禍の影響を踏まえた官民一丸となった総合的な自殺対策の更なる推進・強化が掲げられています。

2 「精神保健相談対応の基礎①」

岩手県精神保健福祉センター 上席心理判定員 佐藤広江



講義2では、悩んでいる人への関わり方、積極的傾聴によるリスク評価、包括的アセスメントと支援について、相談場面の動画を視聴しながら学びました。（動画はこちら→厚生労働省 YouTube こころのサインに気づいたら⑤保健師編（慢性身体疾患対応）<https://www.youtube.com/watch?v=IUvsyorC13c>）そして、誰もが安心して自分らしく暮らせるよう、本人や家族に伴走支援するとともに、住民同士が支え合う関係づくり・地域づくりを行っていくことも、私たち支援者に求められていることを確認しました。

3 「岩手県の自殺対策について」 「精神保健相談対応の基礎②」 岩手県精神保健福祉センター 主査保健師兼精神保健福祉相談員 大森美紀



講義3では、岩手県の自殺の現状やこれまでの取組みの経過、自殺の実態プロフィールから重点的に取り組むべき事項についてお伝えしました。岩手県は、全国でも自殺死亡率が高い県として推移しており、平成12年から包括的な自殺対策プログラム（久慈モデル）を実践しています。自殺の実態プロフィールでは、「高齢者」「生活困窮者」「勤務・経営」が重点的に取り組むべき事項として挙げられています。

また、相談対応の講義では、自殺のリスク評価の方法や、精神保健相談における危機介入について、事例もまじえてお伝えしました。自殺念慮の有無について、はっきりと尋ね、自殺の計画性（方法、時期）や自殺企図歴を聴取してリスク評価すること、安全を確保する方法、リスク評価に応じた対応方法など、今後の相談場面ですぐ実践できる対応を確認しました。（詳細はこちら→「自殺に傾いた人を支えるために～相談担当者のための指針～」*当センターホームページからダウンロード可 <https://www.pref.iwate.jp/seishinhoken/shien/1015906.html>）

4 「精神疾患の理解と支援の基礎」 岩手県精神保健福祉センター 精神保健福祉顧問 小井田潤一



講義4では、精神科で用いられる診断基準、精神障害の診断方法などの総論から、精神疾患（統合失調症、気分障害、依存症、発達障害、パーソナリティ障害）の症状や治療法について学びました。相談場面では、相談の主訴は何か、どのような症状があるのか、それによって日常生活にどの程度響が起きているのか、治療への介入のポイントなどをアセスメントするために、精神疾患を理解しておくことが大切です。

精神疾患については、定例開催している「地域ケア検討会」においても学ぶことができます。ZOOM視聴可能ですので、ご活用ください。

インフォメーション ～今後の研修等のご案内～

✦ 地域ケア検討会

精神科医の助言のもと、事例検討会を定期的に行っています。

内容：精神疾患に関するミニレクチャー（ZOOM視聴可 約30分）、事例検討（1事例 約60分）

日時：7/27、8/31、9/21、10/26、12/7、1/25、2/22 木曜 14時～16時

✦ 依存症家族教室

依存症についての正しい知識と対処法を学び、回復について一緒に考えていきます。

対象：アルコール依存や薬物依存等の問題を抱える方のご家族。

前期（5/18、6/22、7/20、8/17、9/28）後期（10/19、11/9、12/21、R6.1/18、2/8、3/7）

木曜午後1時～午後3時30分

※前期と後期は同じ内容です。途中からの参加についても相談に応じます！

✦ 自殺対策企画担当者研修会 令和5年6月19日（月） いわて県民情報交流センター（アイーナ）803号室

✦ ひきこもり公開講座 令和5年8月6日（日） あえりあ遠野

✦ 岩手県精神保健福祉大会 令和5年11月30日（木） 一関文化センター（4年ぶりに集参型開催）

※詳細については、精神保健福祉センターのホームページをご覧ください。

<https://www.pref.iwate.jp/seishinhoken/shien/1015903.html>



今回は5月19日に開催した「精神保健福祉基礎研修」を中心にお送りいたしました。

大幅にレイアウトを変えての第一号とあって、皆様に受け入れていただけるか心配ではありますが、今年度は精神保健福祉センターで行っていることを中心にお届けしようと思っております。「こんな記事が読みたい！」「これについて詳しく知りたい」などございましたら、メール等でご意見お寄せください。

バックナンバーはこちらのQRコードからご覧いただけます。



岩手県精神保健福祉センター ホームページ

<http://www.pref.iwate.jp/seishinhoken/index.html>

岩手県精神保健福祉センター Twitter



http://twitter.com/iwate_seishinhk