

岩手県自殺対策推進センターニュースレター

No.107 2024.11.15

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

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。

新所長が就任しました

向寒の候、皆様のご健勝を心よりお慶び申し上げます。

このたび令和6年10月1日付けにて岩手県精神保健福祉センター所長に就任いたしました精神科医の遠藤仁と申します。私の精神科医としてのこれまでの活動は、初期臨床研修医終了直後の高次救命救急センターでの精神科救急から始まり、東日本大震災後は岩手医科大学医学部災害・地域精神医学講座にて被災地支援にも関わらせていただきました。これらの経歴において、自殺対策や地域精神医療を中心に、これまで精神科医療に従事して参りました。

近年の精神保健福祉分野は多くの現場で様々な変化が起こっています。少子高齢化による生産年齢人口減少を背景として、医療や福祉の現場でも人材不足が深刻化しており、サービス提供に大きな影響を及ぼしています。特に地方部では専門職の確保困難から支援体制をいかに維持するかが課題となっております。

さらにコロナ禍においては社会的孤立や経済的困窮等の社会課題が顕在化し、脆弱な立場にある方々へ影響を及ぼし精神疾患や自殺率の増加も報告されております。

現在はこれまで以上に社会的にメンタルヘルスの支援ニーズが高まっている現状であり、これらの課題に対応するためには、これまで諸先輩方により築き上げられた貴重な支援体制の枠組みを財産として生かしつつ、限られた貴重な人的資源がそれぞれの力を十分に発揮できるよう、エンパワーメントし、質が担保された精神保健システムを継続構築していく必要があると存じます。

微力ではありますが、これまでの活動領域における私の経験や知識が、何らかの形で地域の精神保健福祉の発展に寄与できればと存じ、身に余る重責ではございますが精神保健福祉センター所長を拝命いたしました。これからも日々研鑽を積み精進して参る所存ですので、皆様方のご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



岩手県精神保健福祉センター
所長 遠藤 仁

自殺者数の推移/令和6年版自殺対策白書の概要等

今年度も折り返しを過ぎ、下半期に突入しました。令和6年10月16日に厚生労働省自殺対策推進室から発表された「警察庁の自殺統計に基づく自殺者数の推移等」によりますと、令和6年1～9月の累計自殺者数（暫定値）は、全国では15,304人と対前年比1,498人（約8.9%）減となっております。

岩手県については、令和6年1～9月の自殺者数（暫定値）は、207人となっており、対前年比6人増となっております。

また、政府は10月29日に令和6年版自殺対策白書を閣議決定しました。令和5年の自殺の状況は、

- ・ 自殺者数は21,837人で、前年より44人（約0.2%）減少。
- ・ 男性は2年連続で増加し、女性は4年ぶりに減少。
- ・ 小中高生の自殺者数は513人と、過去最多であった前年と同水準だった。
- ・ 年齢階級別の自殺者数を前年と比較すると、「50～59歳」が男女ともに最多で、いずれも前年より増加。

- ・ 職業別の自殺者数を前年と比較すると、「有職者」が男女ともに増加。
- ・ 原因・動機別の自殺者数を前年と比較すると、「健康問題」が男女ともに減少しており、「経済・生活問題」が男女ともに増加。

WHOのデータによりますと、G7各国の自殺死亡率については、日本は16.5と、7か国の中で最も高かったとのことです。

引き続き、一人でも多くの自殺を防ぐために、私たち一人一人が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ていきましょう。

	令和5年1月～9月（確定値）		令和6年1月～9月（暫定値）	
	自殺者数（人）	対前年比（人）	自殺者数（人）	対前年比（人）
全国	16,802	37	15,304	△1,498
岩手県	201	5	207	6

- ・ 毎月の推移は、厚生労働省のホームページ「自殺対策」内、「自殺の統計：最新の状況」にて、ご覧いただけます。
- ・ 「令和6年版自殺対策白書」は、厚生労働省のホームページ「自殺対策」内、「自殺対策白書」にて、ご覧いただけます。

岩手県薬剤師会・熊谷専務理事へインタビュー

岩手県薬剤師会における取組について

厚生労働省が公表した「第六次薬物乱用防止五か年戦略」フォローアップによると、令和5年のわが国の薬物情勢として、大麻事犯の30歳未満の検挙人員は過去最多で、そのうち30歳未満が占める割合は72.9%と若年者における大麻の乱用拡大が続いています。

また、同省で令和5年10～12月に実施した調査では、咳止め薬や鎮痛剤などの一般用医薬品（市販薬）を過去1年間に乱用目的で使用した経験がある15～64歳は0.75%で約65万人と推計され、年代別人口に対する割合は10代1.46%、50代1.24%の順で多かったとの結果が出ています。

今年度から令和10年度までを計画期間とする「岩手県自殺対策アクションプラン」における重点施策に「子ども・若者の自殺対策を更に推進する」が新たに加わりました。薬物の乱用は自殺のリスクを増加させるのはご存知の通りです。

今回は、学校での薬物乱用防止教室開催や県民対象の「みんなの薬の学校」など、薬に関する啓発活動や自殺対策を担う人材（ゲートキーパー）養成事業等、岩手県薬剤師会における取組について、専務理事の熊谷明知氏にお話を伺いました。



—本日は、本県の薬物問題、依存や乱用などの現状や、薬剤師会さんで色々取り組みを進めている内容などをお伺いしたいと思います。

岩手県の薬物問題、依存や乱用などは全国と比べると事案としてはそれほど多くはないとかがっていますが、最近では、特に若年層の自殺者数の増加が話題になりますので、若年層からの啓発は重要と考えています。岩手県薬剤師会では、全国に先んじて、昭和58年から県と一緒に薬物乱用防止教室を始めた、と聞いています。

学校で開催される薬物乱用防止教室の講師については、学校の先生や警察の方が務められることもありますが、県内の多くの学校では、その学校の学校薬剤師が講師を務めており、薬剤師会としては、資料を作成・提供する形で薬物乱用防止教室に協力しています。



一般財団法人岩手県薬剤師会
専務理事 熊谷 明知氏

小学校で薬物乱用防止教室を行う場合は、薬物についてというよりは、薬物の入り口となる酒・たばこの害に関する話を中心になっていると思います。その中では「医療用の薬であっても一般用医薬品であっても、誤った使い方をすると薬物乱用につながる」ということを話しています。中学校では、それに加えて、薬物の影響について詳しく話す、というように、担当する薬剤師は、対象に合わせて内容を検討しています。また、医薬品を決められた量を超えてたくさん飲んでしまうことを指して、「オーバードーズ」と言われていますが、最近、「一般用医薬品のオーバードーズ」事例が相次ぎ、全国的に問題となっていますので、「薬は必要な方に必要な決められた量を使う」というのが正しい使い方であり、それを逸脱してしまうと誤った使い方になり、かえって健康を害してしまう」ことを伝え、啓発しています。

—薬剤師会さんではゲートキーパー養成にも取り組んでいて、毎年、県内各地で養成研修を開催し、多くの薬剤師さんに受講いただいていますね。

平成 17 年に県が設置した「岩手県自殺予防対策推進会議」の構成団体に加えていただいたことを契機に、会員対象に自殺対策に関する研修を始めました。平成 24 年度には、自殺対策に関する研修の実施を当会事業のひとつとして立ち上げ、さらには、研修を受けるだけではなく、各地域で行われる健康まつりなどに、ブースを出してイベントに訪れた住民に自殺対策の資料を渡すことも啓発に繋がれると思い、ゲートキーパーの養成と住民への啓発の 2 本柱で行うこととしました。平成 25 年には、当会独自で「岩手県薬剤師会認定ゲートキーパー」認定制度を創設し、26 年度から認定を開始しました。実際、薬局の日常の業務の中で、自殺対策ということ常々考えるということは難しい



薬剤師会で作成し、薬局店頭や地域でのイベントの際に配布している啓発リーフレット

と思いますが、頭のどこかに意識があれば、「眠れない人がいる」「ちょっと気分が落ち込んでいる人がいる」という話を聞いたときに「あれ、もしかして…」という思考に繋がれるのではないかと思います。

この他に、当会では、市町村の保健担当課や老人クラブ、町内会、社会福祉協議会などに案内をして、一般県民を対象とした薬の正しい使い方に関する出前講座を行っており、講座を開催する地域で働いている会員の薬剤師を講師として派遣する事業も行っています。当該講座については、専門の講師がいるわけではなく、その地域の病院や薬局で働いている薬剤師がその地域の住民の方々に薬の話をしています。そうすることで、講座が終わってからも「あの薬局の薬剤師に相談しよう！」と思ってもらえたらいいな、と考えています。

私が子供の頃は、風邪をひいても、薬局に行って「ちょっと具合悪いんだけど」と相談したのですが、今では、具合が悪くなると、病院やクリニックに行くという意識になっていて、住民の多くは、「処方箋を持っていないと薬局に行っちゃいけないのかな」という風潮があると言われています。ですので、当会では、「薬局は薬だけでなく、健康や介護に関することなど、いろんな相談ができる場所です」ということを発信するようにしています。そうは言っても、すべての相談を薬局で解決するわけにはいかないの、薬局で解決



薬物乱用防止教室では、理解を深めるために、小学生・中学生・高校生と年代別に作成したリーフレットを使用している

困難な相談については、地域にある関係機関や専門機関につなげられるようにするため、会員薬局には、日頃から地域のリソースの把握や顔の見える関係の構築を呼びかけています。

—最後に自殺対策に取り組んでいる岩手県の支援者に一言メッセージをお願いします。

岩手県は、自殺対策の先進地区とうかがっています。「久慈モデル」を県内全域に波及させることを目標に官民あけて取組んでこれ、その取組は今後もさらに深化していくものと期待しています。その中で、「行政や関係機関・団体同士の横のつながり」がもっとあれば良いなと感じています。

当会が開催する研修会で、さまざまな機関の方々に講師をお願いしてきたわけですが、それは、お互いを知る機会にもなっています。横のつながりが広がれば、より良い対策につながっていくのではないかと思いますので、イベントを行うにしてもジョイントするなど、連携していければと思っています。

—今日は貴重なお話をありがとうございました。



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で開催しています。検討したい事例の提供も受け付けています。

日時

令和 6 年 12 月 5 日 (木曜) 14 時～16 時

(令和 6 年 11 月 28 日から変更になります。)

・ミニレクチャー「認知症」 ・事例検討 1 事例

令和 7 年 1 月 16 日 (木曜) 14 時～16 時

・ミニレクチャー「気分障害」 ・事例検討 1 事例

令和 7 年 2 月 27 日 (木曜) 14 時～16 時

・ミニレクチャー「依存症」 ・事例検討 1 事例

会場：岩手県福祉総合相談センター 4 階 大会議室

講師：岩手医科大学附属病院精神科医師 福本健太郎先生



今年度は精神保健福祉大会や所長会の東北大会の開催があり、第一号の発行がすでに来年の干支であるへびの背中が見えるような時期となってしまいました。

慌ただしい春、猛暑日が続く夏と沢山の行事や研修も行いましたが、その都度ニュースレターでの報告ができず申し訳ありません。

その分今後は例年より中身の濃いニュースレターをお届けできるようスタッフ一同頑張りたいと思います。



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 X (旧 Twitter)

http://twitter.com/iwate_seishinhk