

岩手県自殺予防情報センター ニュースレター

発行: 岩手県精神保健福祉センター
岩手県自殺予防情報センター (担当: 小館 大澤)

このニュースレターは自殺対策に関わる担当者、関係者の方々に配信しています。皆様からの情報やご意見をお待ちしております。また、配信先を募集しております。関係者や機関の方々のご紹介をお願いいたします。

NEWS

毎月の自殺者数の推移

<http://www8.cao.go.jp/jisatsutaitsaku/everymonth/index.html>

平成21年中における自殺の概要資料

http://www.npa.go.jp/safetylife/seianki/220513_H21jisatsunogaiyou.pdf

自殺者が増え続けています

厚生労働省は、人口動態統計月数(平成21年1月~11月)を発表しました。

単位: 人

自殺者数	全国	岩手
平成21年1月~11月	28,218	422
平成20年1月~11月	27,778	413
前年比	485	+9

アルコールと自殺

アルコールと自殺の問題には密接な関係があります。これには、「アルコール依存症と自殺」、「アルコール(飲酒)と自殺」の二つのレベルから考える必要があります。まず、前者ですが、海外の研究では、アルコール依存症者の自殺死亡率は15%、乱用・依存への罹患は自殺のリスクを一般人の60~120倍に高め、アルコール依存症は自殺者全体の15~56%等の報告があります。こうした事情から、2009年10月の自殺総合対策大綱の改正では、うつ病以外の精神疾患等によるハイリスク者対策の推進として、アルコール依存症等の調査研究の推進、継続的な治療・援助を行う体制の整備、自助活動への支援等が加筆されています。次に、アルコールと自殺の関係ですが、海外にはアルコール消費量と自殺死亡率との有意な相関を支持する研究が複数存在しています。自殺遺体におけるアルコール検出率は32~37%という報告もあります。飲酒は、衝動制御の悪化をもたらし、自殺念慮を実際に行動に移すのを促進し、計画された自殺よりも、計画性のない自殺と関係すると言われていています。

一方飲酒は、節度のある量であれば健康に良く、地域文化や産業としても重要な役割を担います。強調しておきますが、アルコール自体や消費が悪いということではありません。しかしながら過剰飲酒は社会的な損害の主な原因です。特に岩手県においては、自殺が全国ワースト3位であるという事実のみならず、生活習慣病による死亡率は全国と比して高水準にありますが、飲酒はこうした疾患と関連があり、看過できない課題です。

これまで当県の依存症のケアは、精神医療機関や自助会が、節酒教育や身体的治療は地域の医療従事者等が主に担ってきました。また、自殺未遂で救急受診した者の40%にアルコールが検出されたという報告もありますが、救急機関はこうした問題を抱えた患者を含めて飽和状態にあります。岩手県の場合医療機関は乏しいので、過剰飲酒やとりまく状況、その結果はこうした機関だけの対応では限界があります。自殺には複合的要因が関与しており、精神医療資源のみならず多くの介入ポイントがあります。喫煙対策も、産業や社会的取り組みにより進んできましたが、アルコールをめぐる現状への対策も、全ての立場の方々の参加が可能である点に希望があります。

岩手県精神保健福祉センターでは、昭和48年から家族教室や酒害相談を継続しています。昨年からさらに、多くの機関がこの問題に取り組めるように相談対応推進事業を開始しましたので、関係機関の皆さまにおかれましては今後とも協力の程お願いいたします。



アルコール関連問題
研修会(4/28)の風景

フィールド レポート

社団法人全日本断酒連盟

<http://www.dansyu-renmei.or.jp/index.html>

岩手県断酒会連合会事務局:
019-684-3563 加藤守氏

AA

AA 東北セントラルオフィス:
TEL&FAX:022-276-5210
月～金曜日 13:00～17:00
(土日祝休)

<http://www.cam.hi-ho.ne.jp/aa-js/>

アラノン(AI-Anon)

東北連絡先:090-3367-9772
(火・木 10:00～16:00 祝日
休)※これ以外はアラノンジャパン
SOに転送されます

<http://www.ai-anon.or.jp/>

平成 22 年度岩手県アルコー
ル関連問題研究会大会事務
局:宮古山口病院
0193-62-3945

アルコール問題の取り組み団体紹介

◎ 岩手県断酒連合会

全日本断酒連盟は、酒害者(お酒に悩む人達)による酒害者のための自助グループです。1958年に誕生し、1963年に全国ネットワークが完成しました。活動は例会を基本としています。例会では一人ひとりが酒害体験と自分自身を率直に語ります。そのことから様々な気づきを得て、解決策を見つけ出していきます。岩手県内では、盛岡市、滝沢村、花巻市、宮古市、釜石市、大船渡市、一関市、久慈市、一戸町で活動が行われています。詳細は、下記事務局までお問い合わせ下さい。

◎ AA「アルコールリクス・アノニマス(無名のアルコール依存症者たち)」

AAは、アメリカで1935年に誕生したアルコール依存症者の集まりで、日本では1975年に始まりました。全国に約300のグループがあり、匿名性を重視してミーティングが行われています。岩手県では、盛岡、奥州、滝沢の6ヶ所で開催されています。日程は左記のページをご覧ください。

◎ アラノン(AI-Anon)

アラノンは、アルコール(または薬物)依存の問題を持つ人の家族と友人の自助グループです。1951年にアメリカで誕生し、日本では1980年に始まりました。日本各地190ヶ所以上で定期的にミーティングが開催されています。ミーティングでは、その日のテーマに沿って、自分の体験や気持ちを話していきます。岩手県では、毎週水曜日19:00～20:00に、盛岡駅前アイーナにてミーティングを開催しています。日程やミーティング場等の情報は左記ページをご覧ください。
事務局:アラノンジャパン GSO(日本アラノン本部) 03-5483-3313(10:00～17:00 日・祝日休)

◎ 岩手県アルコール関連問題研究会

この研究会は、平成元年に設立されました。6月26日(土)、宮古市のシートピアなどにおいて第30回大会が開催されます。独立行政法人国立病院機構久里浜アルコール症センター遠藤光一先生の講演会『現在におけるアルコール依存への関わり』等が行われる予定です。

資料紹介

「のめば、のまれる」

自殺予防総合対策センター(国立精神・神経センター精神保健研究所内)作成

このリーフレットは、アルコール問題の普及啓発として自殺予防総合対策センターが作成しました。不眠に対してアルコールで対処しているとかえって不眠が悪化します。さらに、つらい気分を紛らわすための習慣的な大酒はうつ病を悪化させるだけでなく、うつ病を誘発することもあるのです。リーフレットには、アルコールの負の影響、チェックリスト、対処法、相談窓口、体験談が掲載されています。当センターにポスター、リーフレットのご用意がございます。関係機関や地域での啓発活動にお役立ていただけましたら幸いです。ご入用の際は、精神保健福祉センター(019-629-9618)までお知らせください。



インフォ メーション

問合せ先:岩手県精神保健
福祉センター
019-629-9617

★ 「うつ・自殺対策のための医療連携講演会」を開催します

日時:平成22年5月28日(金) 19:00～20:45(受付18:30～)

会場:アイーナ(いわて県民情報交流センター) 5階501研修室

対象:①医師、看護師、薬剤師等医療関係者

②市町村・保健所等職員(医療連携担当者、自殺対策担当者等)

内容:「一般医療機関におけるうつ病へのアプローチ～身体疾患とうつ病・自殺の関係」

講師 稲垣正俊先生 独立行政法人国立精神・神経医療研究センター

精神保健研究所自殺予防総合対策センター

適応障害研究室室長

★ 当事者やご家族などの集まりのご案内

当センターではアルコール家族教室・集いを開催しております。詳細は下記ページをご覧ください。

<http://www.pref.iwate.jp/view.rbz?nd=484&of=1&ik=3&pnp=17&pnp=61&pnp=422&pnp=484&cd=6115>