



美郷町の

自殺対策を考える

みづかな人を ささえあい ともに生きる

美 郷町では、自殺に追い込まれる人をなくすことを目指し、「美郷町自殺対策計画」を3月に策定しました。本計画の策定にあたり、「美郷町自殺対策推進本部」と「美郷町自殺予防対策推進委員会」をそれぞれ立ち上げており、現在は計画に基づいた各般の取り組みを実施しています。

美郷町自殺対策推進本部
(町長、副町長、教育長、全課・室・局長)

全課・室・局で横のつながりをもって
自殺対策に取り組んでいく



美郷町自殺予防対策推進委員会
(医療、教育、労働関係、警察、
町健康づくり代表、
報道関係、ボランティアなど)

さまざまな立場で美郷町の
現状を話し合い、できることを考える

美郷町における自殺の現状

- ◇美郷町の自殺率は、全国ワースト1と言われる秋田県全体の自殺率より高い。
- ◇男性は各年代に、女性は20代と50代以降に自殺者が見られる。

アンケート調査の結果

- ◇4割以上の町民が身近な人を自殺で亡くしている。
- ◇自殺対策は自分の問題でもあると感じている町民は3割に留まっている。
- ◇自分の気持ちを受け止めてくれる人がいると思えない町民が2割いる。
- ◇相談や助けを求めることにためらいを感じている町民が4割いる。
- ◇自分自身がうつ病を疑うときの相談先は「かかりつけの医療機関」と「精神科・心療内科などの専門医」が多い。



美郷町自殺対策計画の概要

計画期間●平成31年度(令和元年度)から令和5年度までの5年間

「みぢかな人を ささえあい ともに生きる」を合言葉に、次の取り組みを令和5年度まで行っていきます。初年度である今年度は周知と意識啓発に力を入れ、相談窓口の一覧表を整え、相談体制を強化します。

1. 基本施策

- (1) 地域におけるネットワークの強化
- (2) 自殺対策を支える人材の育成
- (3) 住民への啓発と周知
- (4) 生きることへの促進要因への支援(困っている人に対する相談支援)
- (5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

主な具体策

- ・美郷町職員の相談対応技術を高める研修を実施し、相談体制を整えます。
- ・美郷町役場のさまざまな課・室・局の窓口にチラシを用意し、相談場所について分かりやすく周知します。
- ・町民が利用する機会が多い場所(商店街、医療機関、施設など)にチラシやポスターを用意します。
- ・子どもたちへの心の教育について、各学校や教育委員会と話し合いながら実践します。



2. 重点施策

- (1) 高齢者対策
高齢者の居場所づくりを支援するなど、高齢者が生きがいをもって生活できるよう支援するとともに、家族や支援者の心の健康にも配慮しつつ、自殺予防に関する理解の周知に努めます。
- (2) 生活困窮者対策
支援につながっていない人を早期に支援へとつないだり、問題が深刻化する前に支援へとつなげるために、具体的な取り組みを検討します。
- (3) 勤務経営者対策
勤務経営者の自殺予防に向け、相談機関の周知を図り、健康経営の促進に努めます。

相談するのは勇気のいることですが、伝えることで自分の心の整理になり、解決の糸口をつかむ一歩につながります。困ったことは一人で抱えこまず、相談する勇気を持ちましょう。

また、相談を受ける側は質問や意見を言わず、説得をせず、相手の話を落ち着いて聞きましょう。身近な人の「いつもと違う状態」に早く気付いてあげることも大切です。