



精神保健福祉だより

埼玉県立精神保健福祉センター <http://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/g12/>
 埼玉県立精神医療センター <http://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/q05/>
 〒362-0806 埼玉県北足立郡伊奈町大字小室818番地2 TEL 048-723-1111 (代表) FAX 048-723-1550

C O N T E N T S

- 1. 埼玉県の自殺防止対策について 1
 埼玉県保健医療部疾病対策課
- 2. 県内精神保健福祉関係機関紹介シリーズ 6
 - ①埼玉県精神障害者社会復帰施設運営協議会について
 埼玉県精神障害者社会復帰施設運営協議会長 佐藤三枝子 6
 - ②ポプリ（埼玉県精神障害者団体連合会）のあらまし
 埼玉県精神障害者団体連合会 事務局次長 末吉俊一 7
- 3. 県政出前講座のご案内 8
- 4. イベント情報 8
 - ①平成22年度 第1回こころの健康講座
 - ②SAITAMA心の健康フェスティバルIN狭山

No.71
 平成22年7月

※当たよりは、埼玉県立精神保健福祉センターのホームページから、全文ダウンロードできます。
 是非、ご利用ください。
 (<http://www.pref.saitama.lg.jp/site/tayori/>)

1. 埼玉県の自殺防止対策について

埼玉県保健医療部疾病対策課

1. 埼玉県の自殺者の現状

(1) 自殺者数の推移

埼玉県の自殺者数は、平成10年に急増して以降、毎年1,500人前後で推移していましたが、平成21年中の自殺者数は1,796人と前年比で143人（8.7%）

増加し、過去最高となりました。

国においても同様に、平成10年に急増して以降、12年連続で年間自殺者数が3万人を超えています（図1）。

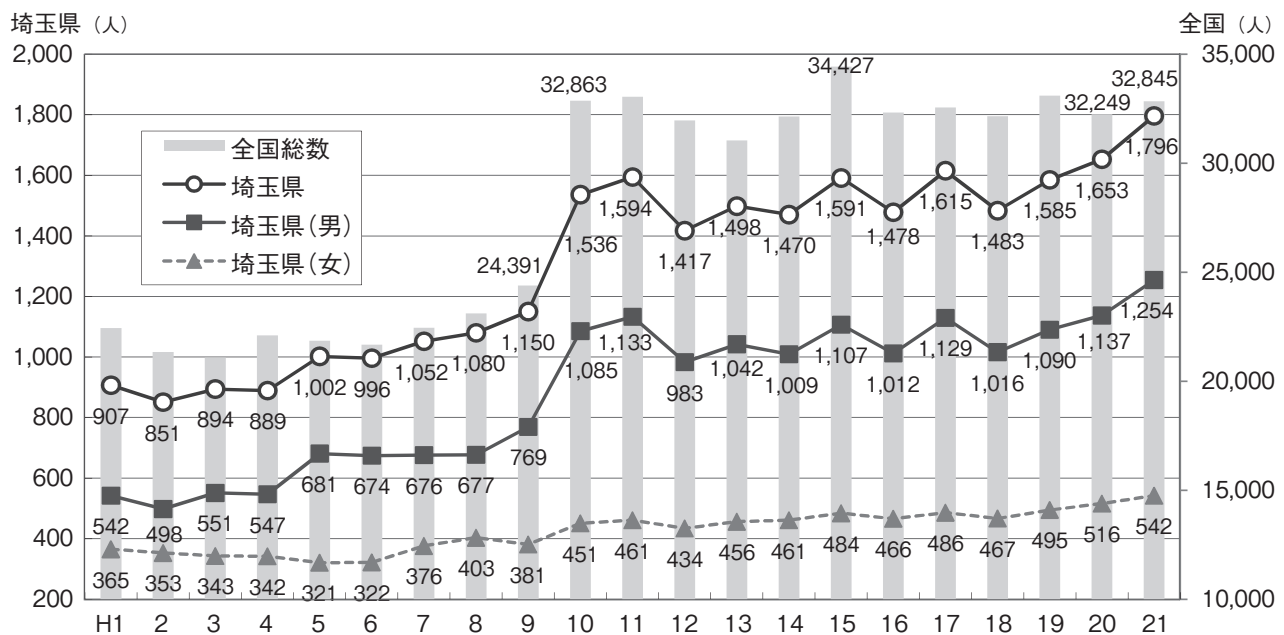


図1 自殺者数の推移（全国総数、埼玉県総数・男女別） 出典：警察庁自殺統計、埼玉県警察統計

(2) 自殺死亡率の推移

本県の自殺者数は、東京都、大阪府、神奈川県に次いで全国第4位ですが、人口10万人あたりの自殺者数(以下「自殺死亡率」という)では、24.3(全国平均24.4)で全国25位となっています。

自殺死亡率も、自殺者数と同様に、平成10年に急増し、以降高い状態が続いています。

近年、本県の自殺死亡率が増加しており、全国平均に迫っています。

(3) 年齢階級別の自殺の状況

年齢階級別では、50歳代が356人(19.8%)と最も多く、次いで、60歳代333人(18.5%)、40歳代301人(16.8%)となっています。

平成20年と比較すると、40歳代が48人(19.0%増)、50歳代が53人(17.4%増)増えており、中高年世代の増加が目立っています。

(4) 男女別の自殺の状況

男女別では、男性が1,254人(69.8%)、女性が542人(30.2%)と、男性の自殺者数は女性の約2.3倍となっています。また、すべての年齢階級で男性の占める割合が高くなっています。

特に、40歳代から60歳代の男性で自殺者全体の約4割を占めています。

(5) 死因別の自殺の状況

平成19年における主な死因の構成割合についてみると、悪性新生物、心疾患、脳血管疾患、肺炎に次いで、自殺は第5位となっています。

年齢階級別にみると、15～39歳で「自殺」は死因順位の1位となっており、40～49歳で第2位、50～64歳で第3位となっています。

(6) 職業別の自殺の状況

職業別の自殺者数をみると、「無職者」が900人(50.1%)と、自殺者数の半数を占めています。昨年と比べると、管理職だけが減少しています。

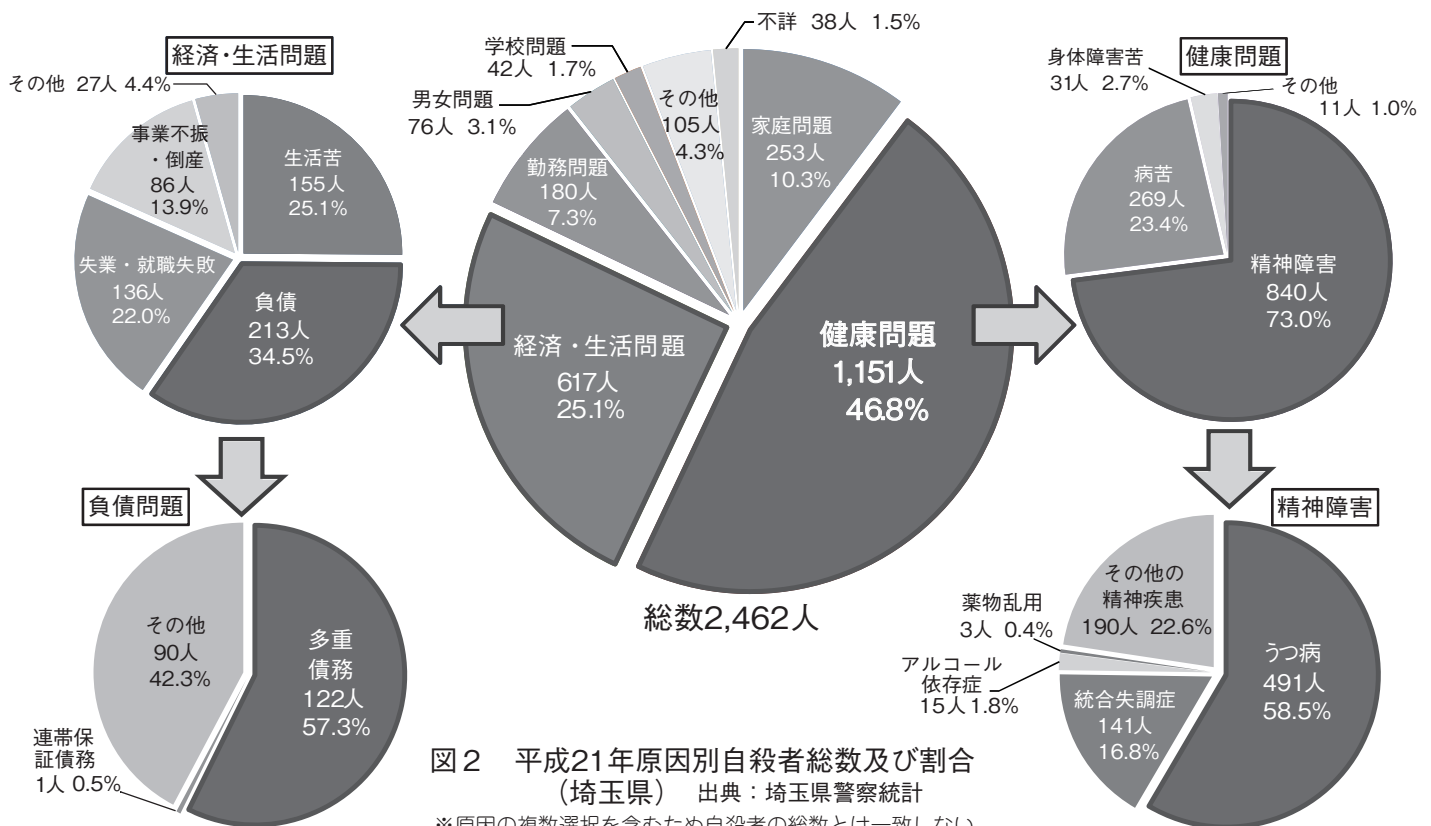
(7) 原因・動機別の自殺の状況

原因・動機別の自殺の状況については、平成19年の自殺統計から、原因・動機を最大3つまで計上することとされています。

原因・動機特定者の原因・動機をみると、「健康問題」が1,151人(46.8%)と最も多く、次いで、「経済・生活問題」617人(25.1%)、「家庭問題」253人(10.3%)の順となっています。

年代別の状況をみると、ほとんどの年代において「健康問題」が最も多くなっています。

男女別にみると、19歳以下の男性では「学校問



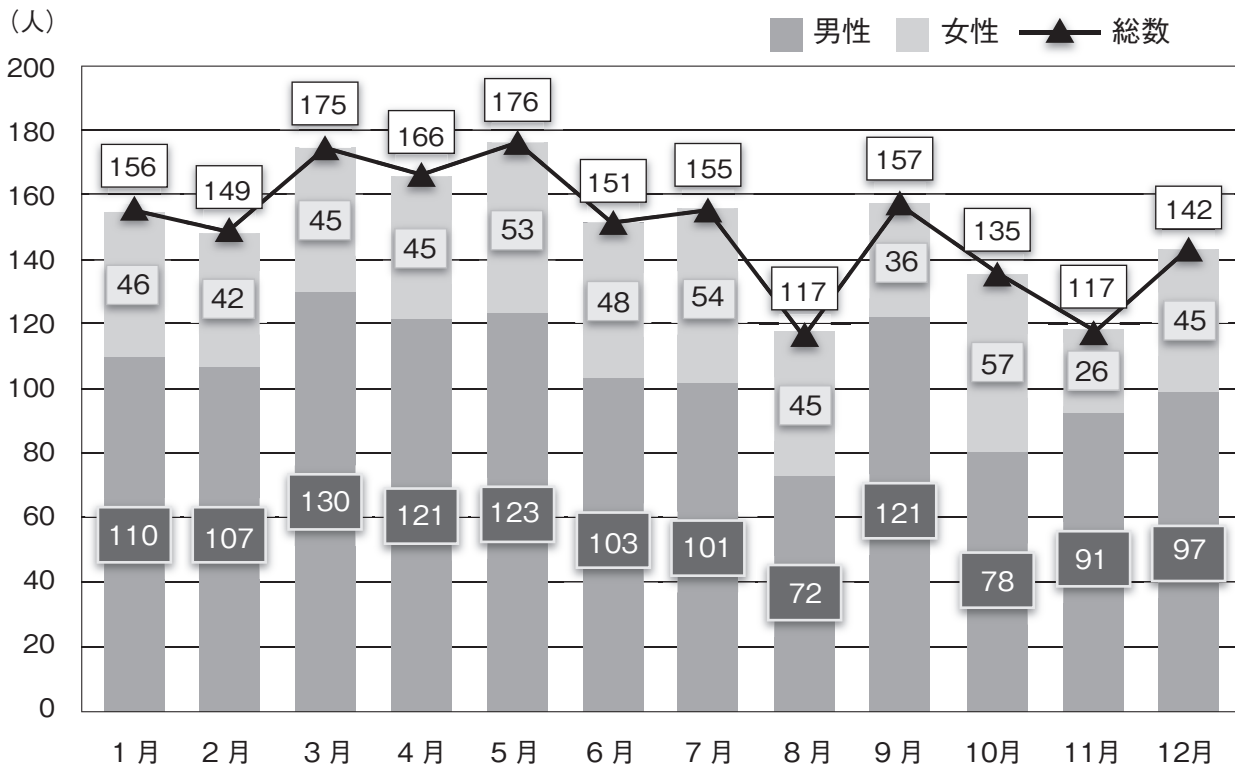


図3 平成21年死亡月別自殺者数（埼玉県） 出典：埼玉県警察統計

題」、40歳代及び50歳代の男性では「経済・生活問題」が最も多くなっています。60歳代の男性では「健康問題」と「経済・生活問題」が同数となっています。

原因・動機の項目ごとの特徴をみると、「健康問題」の内訳では、「精神障害」（840人、73.0%）の割合が高く、次いで「病苦」（269人、23.4%）となっています。精神障害の内訳では、「うつ病」（491人、58.5%）が最も多く、次いで、「統合失調症」（141人、16.8%）となっています。

「経済・生活問題」の内訳をみると、「負債」（213人、34.5%）、「生活苦」（155人、25.1%）、「失業・就職失敗」（136人、22.0%）の順となっております。「負債」をしていた方のうち、「多重債務」（122人、57.3%）が半数を超えていることがわかります（図2）。

(8) 手段別の自殺の状況

手段別の自殺の状況を見ると、男女とも「首つり」が974人（54.2%）と最も多くなっています。

男性では、首つりに次いで「練炭等」（140人）、「飛び降り」（95人）が多く、女性では「飛び降り」

（71人）、「服毒」（64人）が多くなっています。

(9) 場所別の自殺の状況

場所別をみると、「自宅」が1,039人（57.9%）と最も多く、次いで「乗物」160人（8.9%）、「高層ビル」105人（5.8%）、「海（湖）・河川」91人（5.1%）、「鉄道線路」75人（4.3%）の順となっています。

(10) 月別の自殺の状況

月別の自殺者数をみると、総数では5月が最も多く、次いで3月となっています。一方、8月と11月が最も少なくなっています。

例年、3月は自殺者数が増える傾向があります（図3）。

(11) 自殺未遂の状況

自殺者の自殺未遂歴の有無については、自殺未遂歴が「あり」の者の割合は、女性の方が多くなっています。

特に、20歳代から40歳代までの女性については、50%以上の者が自殺未遂歴が「あり」となっています。

2. これまでの自殺対策の取組

平成18年度に、庁内の自殺予防対策を進める窓口を福祉部障害者福祉課から保健医療部疾病対策課に変更し、「自殺予防対策庁内連絡会議」を設置しました。

この年、国では、自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、併せて自殺者の親族等に対する支援の充実を図ることを目的とする「自殺対策基本法」が制定されました。

平成19年2月には、自殺対策基本法を受けて、「埼玉県自殺対策連絡協議会」を設置しました。様々な分野の関係機関や団体が連携して、自殺対策の推進を図ることを目的としています。

平成19年度には、国では、内閣府に自殺対策推進室が設置され、6月には「自殺総合対策大綱」が策定されました。9月には協議会が「埼玉県・さいたま市における今後の自殺対策についての提言」をまとめました。

平成20年度には、9月に埼玉県と協議会が「埼玉県自殺対策推進ガイドライン」を策定しました。このガイドラインは、協議会が先に取りまとめた提言や、自殺対策基本法、自殺総合対策大綱の趣旨を踏まえ、防ぐことのできる自殺を本県からなくすための対策や基本的な方向を定めたものです。

国では、「自殺対策加速化プラン」、「自殺対策100日プラン」、「いのちを守る自殺対策緊急プラン」が策定されました。

こうした国や県の動きにあわせて、これまでの自殺対策事業として、講演会、自殺対策シンポジウム、医療従事者向けうつ病研修会、相談担当者向け研修会、自殺関連実態調査等を実施しました。

3. 埼玉県自殺対策緊急強化基金事業

自殺の現状や最近の厳しい経済情勢を踏まえ、国は地域の実情にあわせた自殺対策が重要だとして、平成21年度に都道府県に総額100億円を交付しました。

各都道府県では、この交付金をもとにした、基金をつくり、平成21年度から23年度までの当面の3年間に、集中的に自殺対策に取り組み、「自殺

対策力」の強化を図ることとしています。

埼玉県においても、この交付金をもとに約3億6千万円の基金をつくり、「埼玉県自殺対策緊急強化基金事業」に取り組んでいます。

(1) 平成21年度の事業

昨年度、埼玉県では次の事業を行いました。

①普及啓発事業

3月は全国的に自殺者数が増加する月となっていることを踏まえて、埼玉県自殺予防キャンペーンを行いました。

自殺者の多くは、直前にうつ病等の心の問題を抱えていると言われていています。「うつ病サインみんなでキャッチ」をキャッチ・フレーズに、相談機関や医療機関での早期の相談受診を呼びかけました。キャンペーンのイメージキャラクターは、本県出身の女優の菊川怜さんをお願いしました。

②対面型相談支援事業

平成22年2月と3月に「暮らしとこころの総合相談会」をJACK大宮で開催しました。この相談会は、弁護士、司法書士、社会福祉士等の専門家による失業、倒産、多重債務等の生活相談と、臨床心理士、精神保健福祉士等による心の健康問題に関する相談を一つの会場で行いました。2回の開催で72人の方が相談に訪れました。

③電話相談支援事業

自殺予防のため、24時間体制で電話を通して人々の悩みを聴き心の支えとなる活動を行っている、ボランティア団体の社会福祉法人「埼玉いのちの電話」に対する補助を行いました。

④市町村補助事業

4市町（所沢・久喜・狭山・白岡）で実施した自殺対策事業について補助を行いました。

これらの市町では、自殺に関するリーフレットの配布や展示パネルを使って普及啓発活動を行ったり、自殺予防の標語の募集や、市民向けのうつ病講演会などを行いました。

(2) 平成22年度の事業

①電話相談体制の充実

自殺対策を進める上で、経験やノウハウを持つ民間団体の取組は必要不可欠です。引き続き「埼玉いのちの電話」に対する補助を行い、相談体制の充実を図ります。

②対面相談の充実

昨年度は2回開催した「暮らしとこころの総合相談会」を今年度は年間を通して、JACK大宮で行います。運営は多重債務者の被害者支援団体である「夜明けの会」に委託して行っています。

《「暮らしとこころの総合相談会」での相談の様子》



③鉄道会社への支援

鉄道のホームや踏切などは、自殺が多く発生する場所のひとつです。鉄道線路での自殺は、電車の運行が妨げられ、多くの通勤・通学客の迷惑になります。このため、鉄道会社に取り組む自殺対策事業について支援を行います。

その一例として、人の心を落ち着かせる効果があり、自殺防止にもつながるとされる青色LED照明のホームへの設置や警備員の配置など、自殺防止対策への補助を行います。

④市町村の取組支援

自殺対策をより効果的に行うためには、各市町村による「地域レベルでの、それぞれ地域の実情に応じた、きめ細かい」対策が不可欠です。

このため、市町村がそれぞれの地域の実態に応じた自殺対策への支援を行います。具体的には、自殺防止につながる普及啓発活動、臨床心理士や保健師等による相談会、地域における見守り活動の実施、ハイリスク地における看板の設置などに補助を行う予定です。

⑤「命の大切さ」特別授業

市町村立の小中学校が実施する「命の大切さ」に係る特別授業を支援し、児童・生徒に対する自殺防止の啓発を行います。

4. おわりに

自殺対策基本法では、自殺を個人的な問題としてのみとらえるのではなく、社会的な取組としてなされるべきという基本理念を掲げています。

県においても、うつ病や多重債務、長時間労働、パワーハラスメント、病苦、いじめ等、自殺の原因となる様々な課題について、市町村、相談機関、事業主、学校、民間団体等の密接な連携のもと、力をあわせて、防ぎ得る自殺をなくすよう努めてまいります。

☆暮らしとこころの総合相談会☆

日時：毎週木曜日（8/19、9/23を除く） 午後3時～7時（午後2時～受付）

会場：JACK大宮（大宮情報文化センター）5階集会室
（埼玉県さいたま市大宮区錦町682-2）JR大宮駅西口徒歩1分

相談は
無料です



埼玉県のマスコット「コバトン」

●問い合わせ・予約電話●

TEL 048-782-4675

（埼玉県「暮らしとこころの総合相談会」事務局）

●予約受付期間●

平成22年4月22日～平成23年3月24日
（祝日を除いた月～金曜日）午前10時～午後5時
※予約がなくても相談することができます。

2. 県内精神保健福祉関係機関紹介シリーズ

① 埼玉県精神障害者社会復帰施設運営協議会について

埼玉県精神障害者社会復帰施設運営協議会長 佐藤三枝子

1. はじめに

埼玉県精神障害者社会復帰施設運営協議会（以下、「埼精社協」という）は、埼玉県内の旧精神保健福祉法で位置づけられていた精神障害者社会復帰施設及び障害者自立支援法により新体系に移行した施設が会員となり、現在58事業所が加盟しています。

埼精社協は、県内の精神障害のある人の生活、労働、居住などの権利保障をめざし、情報の共有や実践の点検、学習を深めていくなかで県内における施設・事業所の運営やその内容の向上をめざして活動しています。その活動は次の5点を柱に展開しています。

- (1) 障害者権利条約が実体化されるよう、県内他団体と連携しながら法制度づくりに向けた運動をすすめています。また、障害者自立支援法については引き続き改善を求める行動を他団体と共同で行っています。
- (2) 国内情勢を抑えつつ、権利条約や国内外の先駆的な実践の学習をすすめています。
- (3) 県内障害関係団体と連携を強め、県全体の障害福祉施策の向上をめざしています。
- (4) 県内事業所、施設が孤立しないよう、仲間を広げる活動を行います。
- (5) 県内事業所、施設における精神障害のある人への支援の向上に向けて、情報交換や学習会を行います。

2. 埼精社協の役割と機能

埼精社協は、その目的の実現のため、障害のある人の権利保障を中心においた取り組みを行っています。常に障害福祉施策等の情勢を会員間で共有しながら、社会状況のなかで、施設・事業所の地域で果たす役割を確認しつつ、学習や交流、実践の点検を通じ施設運営の向上をめざしています。組織としては県レベルで、各施設・事業所においては各地域での連携をはかり、実践から見えてきた課題を把握し、必要な改善点や施策につい

て県に提言しています。埼精社協として、今後、重点的に取り組む課題として、以下の3点をあげています。

- (1) 障害者権利条約や国際労働機関（ILO）が提唱するディーセントワーク（人間らしい働きがいのある仕事）などについて、先駆的な実践モデルを学習するなど、学びを深めていきます。
- (2) 国の法制度の整備をみながら、障害のある人の権利に関するような理念法やそこに基づく実体法づくりや県レベルでの施策向上に向け、国レベル、県レベルの運動に参加していきます。
- (3) 実践から見える地域課題を顕在化させ、地域の支援態勢づくりに活かす取り組みを目指します。

ア 障害者自立支援法後、生活支援センター、グループホームは移行を余儀なくされましたが、これらの総括をし、地域課題を明らかにします。

イ 障害の状態にかかわらず、地域で暮らし続けられる態勢づくりに向けて：どのような障害の状態にあっても、適切な医療を受け、必要な支援につながりながら、地域で人間らしい生活を実現していくための方策を探っていきます。

ウ ライフステージを支える地域の態勢づくりに向けて：障害が重篤化したり、重複障害を持っていたりし、より重層的な地域生活支援が求められる状況があります。障害がある人とその家族がどの人生の場面においても、どの地域においても孤立せず、必要な支援が届くような支援態勢を整えていくことを、自治体、障害福祉関係団体等とともに目指していきます。

エ 精神障害のある人たちの多様な働き方の実現をめざして：障害のある人の就労の機会の実態や合理的配慮の確保のあり方、授産施設など現法規が適用されない人たちの「働く人たちの労働者性」について、あるべき姿を議論しつつ、具体的なあり方について検討していきます。

②ポプリ(埼玉県精神障害者団体連合会)のあらまし

埼玉県精神障害者団体連合会 事務局次長 末吉俊一

ポプリ＝埼玉県精神障害者団体連合会の発足は平成5年(1993年)2月13日にさかのぼります。全国組織のぜんせいれん(全国精神障害者団体連合会)とほぼ同時に発足しています。

ポプリのスローガン(合言葉といっても良いですね)は「一人ぼっちをなくそう、ともに生きよう」です。この言葉は、ポプリの歴史を飾ってきた役員経験者が、二人も自死するという痛苦の出来事から生まれました。この言葉は毎月発行される機関紙「ポプリ通信」の巻頭を飾っています。

役員(事務局員)を選出している地域の精神障害者当事者会が8団体あります。ピア・カウンセリング事業での埼玉県とのつながりは平成15年度からになります。「ひとりぼっちをなくそう」シリーズの学習会や月1回のおしゃべり会(当時は北朝霞・朝霞台駅前のファミリーレストランが会場)をはじめたのがきっかけでした。平成17年度からは当時は週1回のピア・カウンセリング電話を始めました。

ポプリの活動を語る上で欠かせない取り組みになったのが平成20年9月14・15日に行われた第10回ぜんせいれん全国大会IN埼玉でした。私自身がポプリ加盟組織となった平成18年に発足したさいたま市精神障害者当事者会ウィーズの運営委員として実行委員会にかかわり、のぞみ会(埼玉県精神障害者家族会連合会)の皆様や、埼玉県立精神保健福祉センターのかたがた、さいたま市こころの健康センターのかたがたなどと実行委員会を編成し、足掛け3年の実行委員会活動で大会準備に取り組みました。メイン会場となった埼玉会館大ホールを1000名近い参加者で埋め、全国紙の社会面をカラーで飾り、「当事者でもここまでできる」といわせたものでした。大会報告集も発行し(詳しくはぜんせいれん03-5438-5991にお問い合わせください)、埼玉の当事者を活気付け、この年に開かれた「ひとりぼっちをなくそうIN上尾」は、

会場いっぱいの120名近い参加者となりました。

翌年(つまり昨年度)は、11月に川越市の保健所や社会福祉協議会の協力の下「ひとりぼっちをなくそうIN川越」を130人近い人数で成功させ、2月には深谷市の中央公民館大会議室を70名近い参加者で埋める「ひとりぼっちをなくそうIN深谷」を成功させました。

昨夏の総選挙での政権交代＝障害者自立支援法の廃止宣言は新たな当事者にとっての生活上あるいは当事者活動・運動上の変化の局面を迎えています。5月に構想をまとめた「こころの健康構想会議」の打ち出す諸課題に対して国連障害者権利条約の視点からさまざまな議論が展開されています。

いきがかりやそれに伴う対立を横に置き、真に平等でゆたかな生活・医療・福祉が存在できるよう、ポプリはペンの力で世論に訴えていきたいと考えています。精神科救急やいわゆる「アウトリーチ」など、障がい者制度改革推進会議とこころの健康構想会議との議論にジャッジをするのは当事者です。この「たより」をご覧の皆様にはいっそうのご指導ご鞭撻を賜りたいと考えています。

《平成22年度総会にて》



県政出前講座のご案内

埼玉県では県職員が県民の皆様に、県政についてご説明にお伺いする県政出前講座を実施しています。当センターでは下記のテーマについて職員を派遣しております。

精神障害のリハビリテーション	精神障害(主として統合失調症)のリハビリテーションについて、その考え方、利用できる施設や制度についてご説明します。
統合失調症の理解と対応	統合失調症は、100～120人に1人がかかるポピュラーな病気です。治療や福祉制度、周囲の人の対応方法等についてご説明します。
うつ病への理解と対応	心の病気として、うつ病が注目されることが多くなっています。うつ病を正しく理解していただくために、その治療や対応に関する事柄を分かりやすくご説明します。
自殺関連問題の理解と対応	わが国の自殺者数は、平成10年から12年連続で年間3万人を超えています。メンタルヘルスの領域から自殺関連問題への対応、対策についてご説明します。

* 詳細は、埼玉県ホームページ内県政出前講座 (<http://www.pref.saitama.lg.jp/site/demae/>) をご覧ください。講座内容のお問い合わせやお申し込みは、企画広報担当までお願いします。

イベント情報

* 問い合わせ先：企画広報担当（048-723-1111）

平成22年度 第1回こころの健康講座

【笑ってうつを撃退する～笑いの効用～】

日時 平成22年9月4日（土） 午後1時30分～4時

場所 埼玉会館 小ホール（JR浦和駅西口から徒歩6分）

内容 講演「笑ってうつを撃退する～笑いの効用～」

講師 東京医科大学茨城医療センター 心身科 市来真彦氏

定員：500名（申込不要・当日先着順）、入場無料、手話通訳あり

SAITAMA心の健康フェスティバルIN狭山

【最近、眠れていますか】

日時：平成22年9月12日（日） 午後1時～4時

場所：狭山市市民会館 中ホール（西武新宿線狭山市駅西口から徒歩8分）

内容：講演「眠れる人、眠れない人」

講師 埼玉医科大学学長 山内俊雄氏

実演「心と脳のリラックス～自律訓練法～」

講師 凸版印刷株式会社 健康管理ルーム 産業カウンセラー 田原敏子氏

定員：800名（申込不要・当日先着順）、入場無料、手話通訳あり