自殺予防対策委員会
活動報告

松原市セーフコミュニティ
自殺予防対策委員会

報告者　：　自殺予防対策委員会　委員長　坂本光世
所　属　：　松原市民生委員児童委員協議会　会長

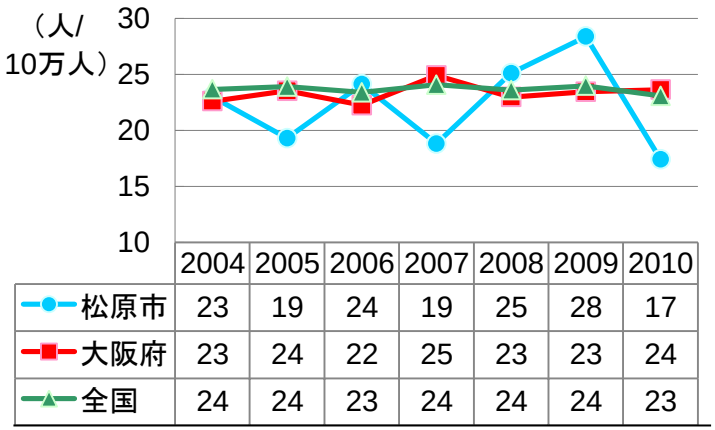
☆松原市における自殺の概要

①年齢層別死因順位（2007年～2011年）

出典：人口動態統計

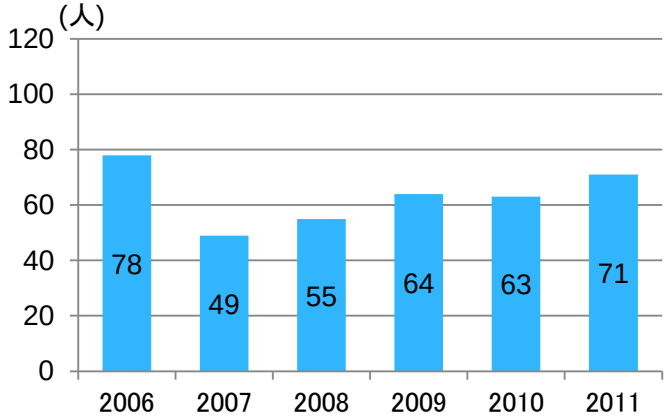
	1位	2位	3位	4位	5位
0歳	先天奇形等	周産期の病態	消化器系疾患、乳幼児突然死症候群、不慮の事故		
1～4歳	腸管感染症、内分泌及び代謝疾患、神経系疾患、不慮の事故、その他の外因				
5～9歳	悪性新生物、不慮の事故		―	―	―
10～14歳	先天奇形等	感染症等、悪性新生物、その他の外因			―
15～19歳	呼吸器系疾患、不慮の事故、**自殺**			―	―
20～24歳	**自殺**	心疾患、不慮の事故、他殺			―
25～29歳	**自殺**	不慮の事故	脳血管疾患	悪性新生物、呼吸器系疾患	
30～34歳	**自殺**	心疾患、脳血管疾患、その他			不慮の事故、他
35～39歳	**自殺**	悪性新生物	不慮の事故	心疾患	脳血管疾患、他
40～44歳	**自殺**	脳血管疾患	悪性新生物、心疾患		不慮の事故
45～49歳	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患、**自殺**		不慮の事故
50～54歳	悪性新生物	心疾患	**自殺**	脳血管疾患、不慮の事故	
55～59歳	悪性新生物	心疾患	**自殺**	脳血管疾患	肝疾患
60～64歳	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肝疾患	**自殺**
65～69歳	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	**自殺**	肺炎
70～74歳	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肺炎	呼吸器系疾患
75～79歳	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	肺炎	不慮の事故
80～84歳	悪性新生物	心疾患	肺炎	脳血管疾患	呼吸器系疾患
85～89歳	心疾患	悪性新生物	肺炎	脳血管疾患	呼吸器系疾患
90歳以上	心疾患	肺炎	悪性新生物	脳血管疾患	老衰

②10万人あたりの自殺者数



③自損行為による救急搬送人員の推移

出典：救急搬送データ



☆松原市における自殺の概要

〇自殺は15歳から69歳までの年齢層において上位5位以内の死因である

〇毎年約30人が自殺で亡くなっている（人口10万人あたりでは約20人）

〇自損行為により年間約60件が救急搬送されている

↓

松原市において

自殺予防は必須課題!!

☆自殺予防対策委員会の構成

《公益活動団体》

松原商工会議所　　2名

こころネット　　1名

《住民組織》

松原市障害者施策推進協議会　2名

松原市民生委員児童委員協議会　2名

《公的機関》

松原市地域包括支援センター徳洲会　1名

松原市地域包括支援センター社会福祉協議会　1名

大阪府藤井寺保健所　1名

松原市　4名

（　障害福祉課　地域保健課　産業振興課　人権文化室 ）

☆自殺予防対策委員会の取組みの経緯

≪対策委員会での協議手法を工夫≫

実際に委員が関わってきた
相談者の生の声やその背景を反映

データ分析の結果や課題設定など
具体的な取り組みに結び付けた

☆課題１～５

課題1

・ 性別と年齢

課題2

・ 自損行為

課題3

・ 相談先

課題4

・ 相談対応

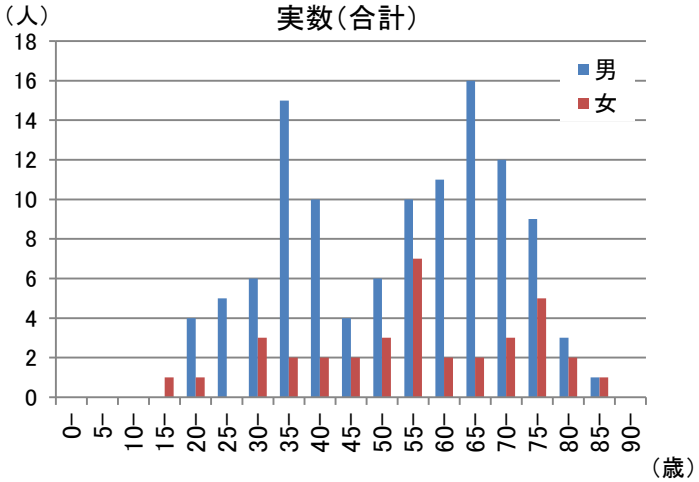
課題5

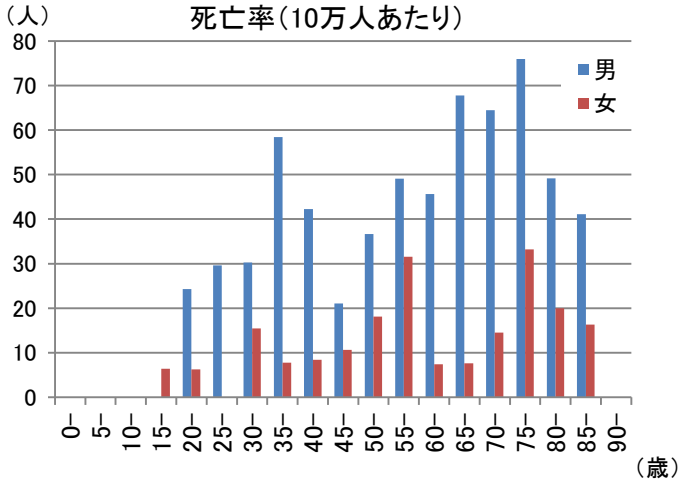
・ 自殺のハイリスク

課題１

性別と年齢

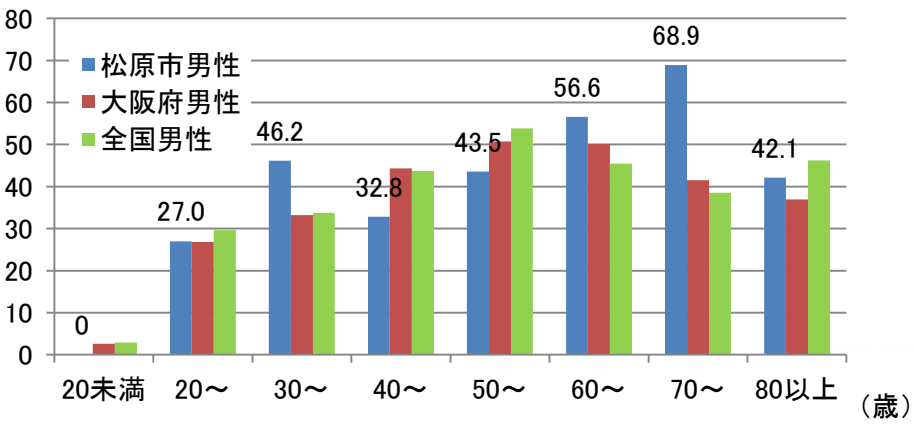
自殺による年齢別男女別死亡者数・死亡率（2007年～2011年）





10万人あたりの年齢別自殺者数（2007年～2011年の平均）

出典：人口動態



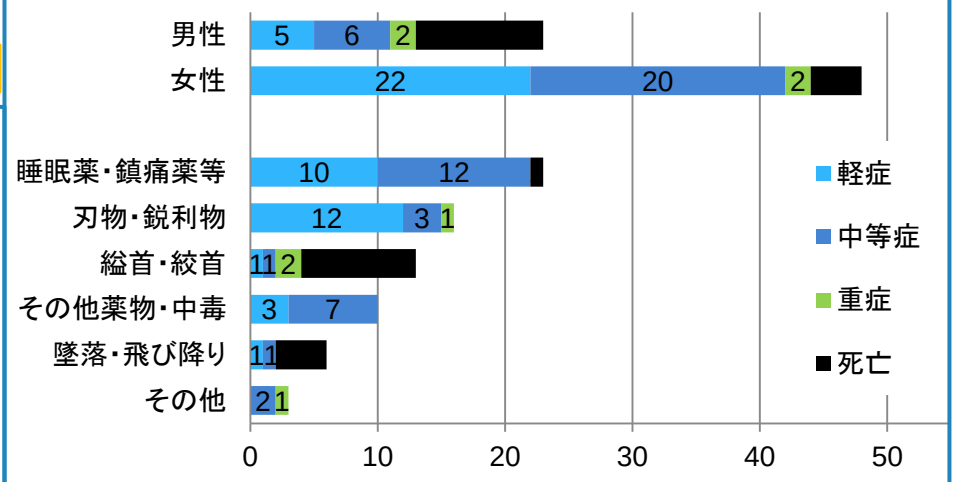
- ◆ 女性に比べ男性の自殺が多い
- ◆ 特に30歳代、60歳から70歳代で多い

課題２

自損行為

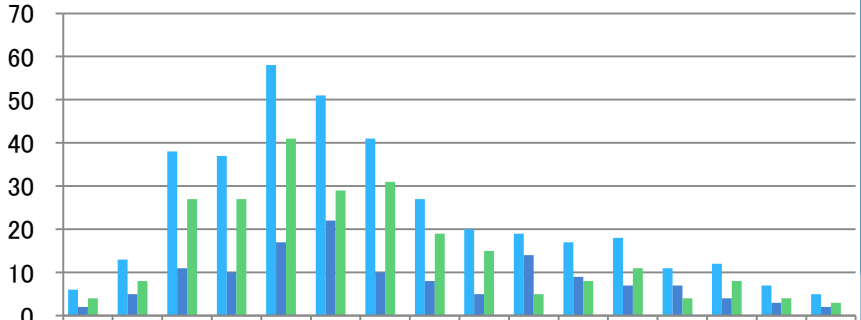
自損行為による男女別傷病程度別・手段別傷病程度別救急搬送人員（2011年）

出典：救急搬送データ



性別年齢階層別自損行為救急搬送件数割合（2006年～2011年の累計）

出典：救急搬送データ



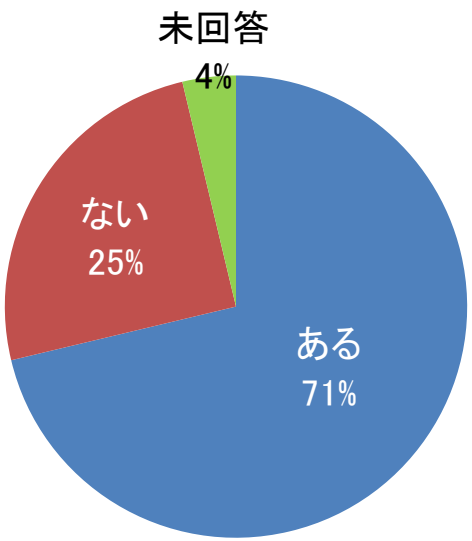
	0-14歳	15-19歳	20-24歳	25-29歳	30-34歳	35-39歳	40-44歳	45-49歳	50-54歳	55-59歳	60-64歳	65-69歳	70-74歳	75-79歳	80-84歳	85歳以上
件数	6	13	38	37	58	51	41	27	20	19	17	18	11	12	7	5
男	2	5	11	10	17	22	10	8	5	14	9	7	7	4	3	2
女	4	8	27	27	41	29	31	19	15	5	8	11	4	8	4	3
割合	1.6%	3.4%	10.0	9.7%	15.3	13.4	10.8	7.1%	5.3%	5.0%	4.5%	4.7%	2.9%	3.2%	1.8%	1.3%

◆ 20歳代から50歳代前半の女性の自損行為者が多い

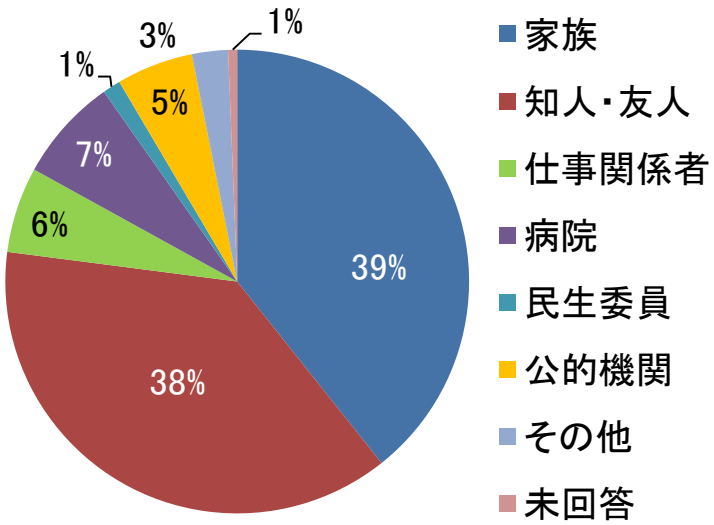
課題３

相談先

悩んだ際の相談先有無別割合



ある場合の相談先別割合



出典 ： 自殺予防対策講演会およびパネル展におけるアンケート（2012年）

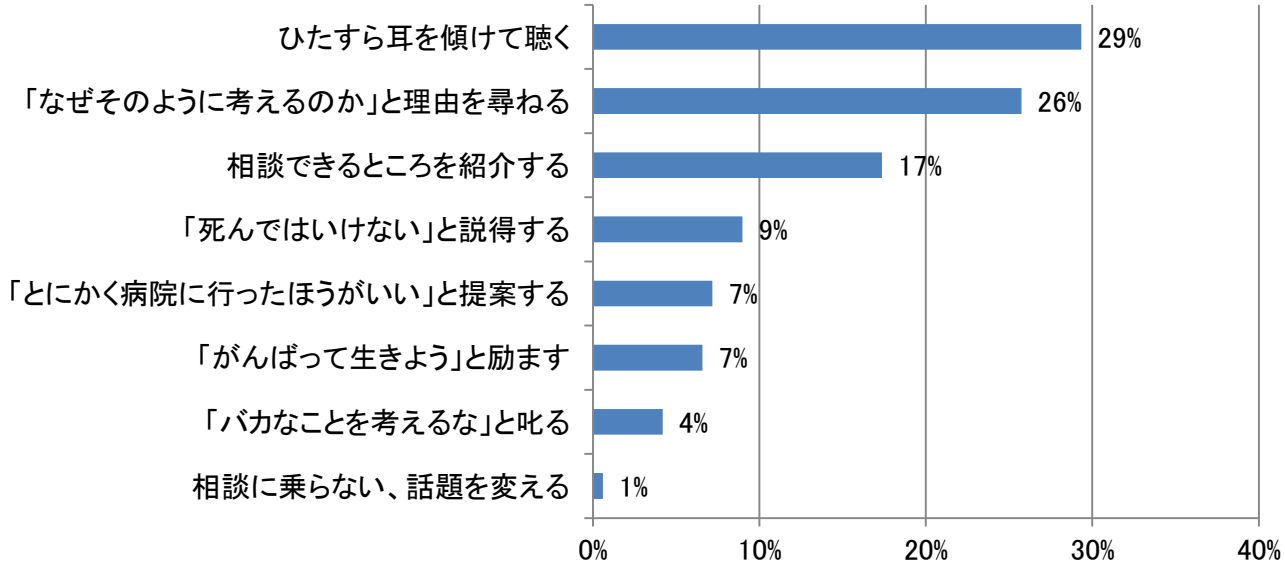
悩みがあっても相談先がないと回答した割合が25%もあり、相談先があっても市役所や保健所などの公的機関及び医療機関へ相談する割合は、まだまだ少ない

課題４

相談対応

身近な人から「死にたい」と相談された時の対応

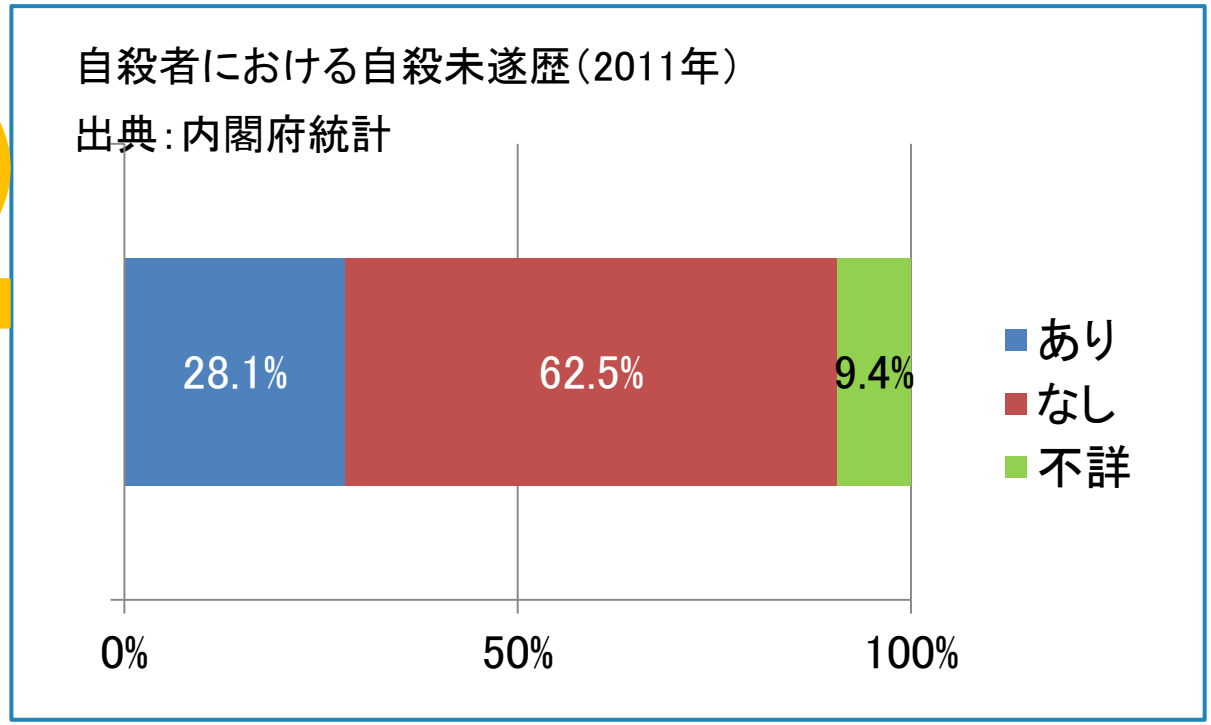
出典 ： 自殺予防対策講演会およびパネル展におけるアンケート（2012年）



家族や知人、友人に相談するが77%を占めている（課題3グラフより）
相談されても知識がないと逆に追い込む対応をしてしまう可能性がある

課題５

自殺のハイリスク



自殺者の28.1%に未遂歴があり再度自殺を図る可能性がある

☆課題１～５

課題１

・男性　特に30歳代、60－70歳代の自殺が多い

課題２

・女性の20歳代～50歳前半の自損行為が多い

課題３

・４人に1人は相談先がなく、公的機関や医療機関へ相談する人は１割程度

課題４

・約8割の人は家族や知人、友人に相談しているが、相談された者は専門知識がない

課題５

・自殺者の約3割に未遂歴があることから、自殺企図経験者は再度自殺を図る可能性がある

☆課題と予防対象

課題1
- 男性　特に30歳代、60－70歳代の自殺が多い

課題2
- 女性の20歳代～50歳前半の自損行為が多い

課題3
- 4人に1人は相談先がなく、公的機関や医療機関へ相談する人は1割程度

課題4
- 約8割の人は家族や知人、友人に相談しているが、相談された者は専門知識がない

課題5
- 自殺者の約3割に未遂歴があることから、自殺企図経験者は再度自殺を図る可能性がある

対象①
30歳代＋高齢者男性

対象②
精神科医療への通院をためらう人

対象③
自殺未遂者

☆課題、予防対象と対策

課題1
- 男性　特に30歳代、60－70歳代の自殺が多い

課題2
- 女性の20歳代～50歳前半の自損行為が多い

課題3
- 4人に1人は相談先がなく、公的機関や医療機関へ相談する人は1割程度

課題4
- 約8割の人は家族や知人、友人に相談しているが、相談された者は専門知識がない

課題5
- 自殺者の約3割に未遂歴があることから、自殺企図経験者は再度自殺を図る可能性がある

対象①
30歳代＋高齢者男性

対象②
精神科医療への通院をためらう人

対象③
自殺未遂者

対策①
- **相談機関の周知・拡充**

対策②
- **ゲートキーパーの養成**

対策③
- **自殺未遂者の支援**

☆各課題に対する予防対策①

予防対象1：**30歳代及び高年齢層男性の自殺**（課題1　課題3　課題4より）

予防対象2：**精神科医療への通院をためらう（拒否する）人**（課題2　課題3　課題4より）

■相談先がない人も多く、公的な相談機関や医療機関へ相談する人も少ない

対策①	対象	実施者	実績
相談機関の周知・拡充	悩みを抱える人及びその家族や、知人、友人	民生委員 地域包括支援センター 松原市	・新たに相談窓口等の啓発用冊子を作成 ・2,000部配布（2012年）
実施内容			
相談機関一覧を掲載した冊子を作成しあらゆる機会に配布する。 配布は自尊感情や自殺予防をテーマにした講演会の参加者や、地域のイベント会場など、人が多く集まる場所で、ちょっとした声掛けの必要性を伝えながら配布する。			

☆各課題に対する予防対策②

対策②	対象	実施者	実績
ゲートキーパーの養成	家族や知人、友人及び相談機関の職員、企業の管理職など	民生委員 地域包括支援センター 医療機関 松原市	市民向け研修3回（97人） 市役所窓口職員3回（72人） ・ゲートキーパーに関する啓発用冊子を作成 ・2,000部配布（2012年）

実施内容
「死にたい」という相談をされた時に適切な対応ができ、必要な支援（相談機関）につなげるゲートキーパーの養成研修をさまざまな場所で実施する。外部講師による研修のほか、対策委員が講師となって理容院や、飲食店にて研修を行う。また、ゲートキーパーの必要性を人権教育市民セミナーや各種イベントなどにおいて、関心のない市民にも訴えかけていくことで、裾野を広げていく。数値目標　年間400人を養成。

※ゲートキーパーとは自殺予防に理解があり、人の悩みや体調不良に気づき、傾聴し、適切な相談機関につなげる人のこと

☆予防対策①②の評価体制・方法

予防対象1：30歳代及び高年齢層男性の自殺
予防対象2：精神科医療への通院をためらう（拒否する）人

対策①②	短期的成果指標	中期的成果指標	長期的成果指標
相談機関の周知・拡充	指標名：啓発冊子の配布数 ①啓発冊子の配布数の増加 ②配布冊子残数から配布数を確認 ③市民	指標名：相談経路 ①相談経路別件数の増加 ②相談経路の確認 ③30歳代及び高年齢層男性の相談者	指標名：自殺者数・率 ①自殺者数・率の減少 ②人口動態統計（1年ごと） ③30歳代及び高年齢層男性の自殺者 指標名：自殺未遂者数・率 ①自殺未遂者・率の減少 ②救急搬送データ（1年ごと） ③市内で救急搬送された自損行為者
ゲートキーパーの養成	指標名：受講者の理解度 ①役割理解度を向上 ②アンケート調査（講座実施後） ③講座受講者		

凡例　①目標　②確認方法　③確認の対象

☆予防対策①に対する現時点での到達点

◇相談機関について啓発冊子を作成し配布した
（2012年2,000部配布）

①民生委員による「心配ごと相談」
②保健師・看護師による「こころとからだのなんでも健康相談」
③精神保健福祉相談員による「こころの健康相談」
④女性カウンセラーによる「女性相談」
⑤人権擁護委員による「人権相談」
⑥消費生活相談員による「消費生活相談」
⑦弁護士による「多重債務相談」**（2013年から新設）**
⑧生活支援センターによる「障害者の生活支援相談」
⑨スクールカウンセラーによる「教育相談」

☆予防対策①に対する現時点での到達点

◇夫や父親、友人が自殺しないようにするために、妻や家族、友人から相談しやすい環境を整備した（2012年7月から）

「母親」を対象にしたピアサロンを新設

内　容：夫や子ども、家族の小さな変化に気づき、いち早くキャッチできる家庭内のゲートキーパーの養成を目標にしている。

協働者：NPO法人やんちゃまファミリーwith

（設立以来20年間、1，600人を超える母親と出会ってきた）

※ピアとは「仲間」のこと。ピアサロンはこの場合母親どうしで話せる場のこと。

☆予防対策①に対する今後の方向性

- データ測定方法として、様々な相談機関で使用する相談受付簿の様式を統一し、次の相談につなぎやすくする

- 相談機関の情報提供について手法を工夫する
  - ・30歳代男性→駅やバス停にポスター
  - ・女性→ショッピングモールの休憩場所にポスター
  - ・高齢者→かかりつけの病院にパンフレットの設置

- 必要な情報がハイリスク者（自損行為をする人や自死遺族など）に届くよう、NPO法人などを介して草の根活動を充実する

☆予防対策②に対する現時点での到達点

◇「自殺は他人事だ」という意識の市民に対し、さまざまな自殺のリスク要因に視点をおいた講演を実施することで、自殺について関心を深めることができた（啓発）

[2011年、2012年実施]

・うつや生き方についての講演（著名人）

・自己肯定感をはぐくむ食についての講演（大学教授）

・夫婦問題についての講演（離婚問題カウンセラー）

・性暴力被害者についての講演（性暴力救援センター相談員）

・ハンセン病回復者に対する偏見についての講演（家族と支援者）

・中学生に男女共生についての講演（市職員）

☆予防対策②に対する現時点での到達点

◇ゲートキーパー養成研修は、外部講師による研修を受けノウハウが蓄積されたことで、対策委員が講師として地域へ出かける講座を実現できた（人材養成）

≪内容≫

現状について及び傾聴のロールプレイ

ゲートキーパーの役割

≪実績及び今年度の予定≫

・家族や知人、友人

・市役所や相談機関の職員

・精神科病院／総合病院の職員

・NPOで活動する市民

☆予防対策②に対する今後の方向性

- 自殺予防の理解を深め、自殺のハイリスク者（自殺未遂者、自死遺族、高齢者）の普段の何気ない話や悩みなどを聴く人を相談員だけではなく、地域住民に広げていく

- 精神科医や心理学に詳しい講師による研修と、対策委員による地域に出かける研修のどちらも実施していく
  対象：学校関係者（教員、PTA）
  内科などのかかりつけ医
  理容院や飲食店

- 相談員同士の連携を深めるために、ゲートキーパー養成研修において事例検討やゲートキーパー同士の交流会を実施する

☆各課題に対する予防対策③

予防対象3：**自殺未遂者**（課題2　課題6より）

■自殺未遂者は自殺のハイリスク者である

対策③	対象	実施者	実績
自殺未遂者支援	自殺未遂を行い警察から通報を受けた人	保健所 警察署	2013年4月から実施
実施内容			
自殺未遂者本人が希望すれば、その情報を警察署から保健所に提供し、相談や病院受診に繋げるなど、その後のフォローを行う。			

◆ 対策②ゲートキーパーの養成も取組む

☆予防対策③の評価体制・方法

予防対象3：自殺未遂者

対策③	短期的成果指標	中期的成果指標	長期的成果指標
自殺未遂者支援	指標名：相談件数 ①警察を介しての相談件数を増やす ②保健所の統計（1年ごと） ③自殺未遂者	指標名：個別相談回数 ①個別相談の継続 ②保健所の統計（1年ごと） ③相談者	指標名：自殺未遂者数・率 ①自殺未遂者・率の減少 ②救急搬送データ（1年ごと） ③市内で救急搬送された自損行為者

凡例　①目標　②確認方法　③確認の対象

☆予防対策③に対する現時点での到達点と方向性

◇自殺未遂者支援

・警察が関わった自殺未遂者や家族に向けて、警察から相談できる情報を提供

・保健所での継続した相談につなげることで、信頼関係をつくり再度の自殺行為を防止する

今後は・・・最初は保健所での精神的な相談になるが、問題解決に向けた次のステップへの支援として、自殺行為に及んだ原因は多岐にわたると考えられるため、他の相談機関へつなぐ仕組みを確立していく

☆対策委員会としての今後の展開・方向性

自殺予防の対象者は、子どもから高齢者まで幅広い世代であるため、ほかの対策委員会とも協働し取り組んでいく

さまざまなデータを『見える化』する手法を考案

松原市

ご清聴ありがとうございました

絆でつくる　みんなのセーフコミュニティ　まつばら