

令和3年度 射水市自殺対策推進協議会 会議録

- 1 開催日時 令和3年10月14日(木) 午後3時10分～4時
- 2 開催場所 救急薬品市民交流プラザ 3階 1A・1B会議室
- 3 出席者 13名 木田委員、田村委員、片町委員、島多委員、藤井委員、門田委員、板山委員
片倉委員、大隅委員、若林委員、石黒委員、春日委員、尾上委員
欠席 3名 (櫻田委員、矢崎委員、坂本委員)

4 議題及び意見交換

(1) 射水市の自殺の現状と課題について

(2) 射水市のいのちを支える自殺対策推進計画の進捗状況について

- ・国から報告される速報値において、R2.10月以降、男性より女性の自殺者数が多くなっており、昨年からのコロナ禍の状況と自殺の関連が懸念される。射水市でも性・年代別 H27～31 で 40 歳代女性が県・国と比較して高い状況が既にあり、コロナ禍でどうなっていくのかは気になる場所である。統計が出てから対策を考えるのではなく R2.3 年の状況からコロナ禍の影響を考える必要がある。
- ・自殺は極めて個人的なことであり、それぞれの悩みがある。統計だけでみることはできない部分もあると思うが、何かの影響で亡くなる方が増えるということはある。ウィズコロナの時代になり、生活環境が変わった。このことが背景にあり、自殺が増えることがあるかもしれない。アンテナをはっていくことが必要。
- ・ゲートキーパー養成講座は、訪問看護師や福祉の相談対応職員も受講できると良い。
- ・警察では行方不明者について家族から届出がある。自殺を考えている方が所在不明になられた場合は、すぐ相談してほしい。警察としてもできる限り命を救いたいと思っている。警察に相談しにくい人も多いので、行政などいろんな場で聞いた相談の中で、警察につなぐようなことがあればいつでも声をかけてもらいたい。
- ・老人クラブでは、月に1回「お元気ですか」と声をかけあうことも行っている。個人的な悩みは分からない場合も多いが、普段より元気がないなど気になることがないか見ていきたい

(3) 受け手・支え手支援ガイドの活用と相談窓口の周知について

- ・市としてはいろいろな手段で情報提供を行い、相談窓口の周知も行っているが、「眠れていますか」などの切り口から相談を促すのは良い。生活リズムを整えることは心の健康を保つことにつながる。
- ・今回作成された睡眠のリーフレットは、字も多すぎずイラストもあって見やすい。「夢中になる時間や自分にあったリラックス法」という項目もあるが、自分の好きなことにつながりで、仲間がいれば悩みを話すこともできる。このリーフレットを全戸配布するなど、多くの人の目に触れるよう普及してもらいたい。
- ・受け手・支え手支援ガイドの2ページに「かかりつけ医につなげる」という部分がある。ただつなげるのではなく、「今悩んでいることをかかりつけ医に相談できるか」確認してほしい。「死にたい」という人は本当に死にたいわけではなく、「死にたいほどつらい」人。そのことを言葉でうまく表現できない人も多い。つらい気持ちを聞いてもらえる場所につなげてほしい。