

自殺の 予防

5つのテーマ

自殺の予防

交通安全

高齢者の安全

子どもの安全

災害被害の防止

市では、誰もが健康で安心安全に暮らせるまちづくりをめざして、セーフコミュニティに取り組んでいます。
セーフコミュニティとは、WHOが提唱する「事故やけがは予防できる」という考えに基づき、科学的な予防対策とまちぐるみの連携によって事故やけがを防いでいこうとする世界基準の取り組みで、今年の秋の認証をめざしています。
地域の特性や課題に基づいて、優先して取り組むテーマを5つ設定し、それぞれの対策委員会によりさまざまな取り組みを進めています。

自殺はしない 死んだらあかん！！

甲賀市では毎年およそ25の方が自殺で亡くなっており、全国や滋賀県の自殺死亡率と比べて決して少なくありません。

セーフコミュニティでは、自殺の予防をテーマに「自殺対策委員会」を設置し、対策に取り組んでいます。

取組①

相談窓口チラシの作成と配布

委員会の調査の中で、「悩みを抱えた人が誰かに話したいと思っても、具体的な窓口がわからなくて相談につなが

らない」という問題がみつかりました。そこで、相談窓口の一覧を載せたチラシを作成して配布しました。

チラシは区長会を通じて全戸に配布したほか、相談窓口や医療機関、薬局などさまざまな場所に設置しました。さらに、普段はチラシを目にする機会の少ない方にも知っていただけるように、街頭啓発としてJR貴生川駅などでチラシと啓発ティッシュを配布しました。



▲対策委員による街頭啓発

チラシに対して実施したアンケートの結果をふまえ、今後はより効果的な方法で配布できるように取り組んでいきます。

取組② 自殺予防と対策の一般啓発

自殺予防や早期対応の啓発を目的としたDVDを作成して配布しました。
地域や家族、職場の自殺に対する理解は、まだ浸透してないのが現状です。DVDでは、自殺に対して正しい知識や関心を持ってもらうために、自殺の原因、うつ病のサイン、相談窓口などを紹介しています。

出しても行っていますので、ご納品でもご覧になることができます。
また、市のホームページに「こころの体温計」を掲載しています。自分や家族のストレス度や落ち込み度をチェックできるほか、「赤ちゃんママモード」や「アルコールチェックモード」などで、さまざまなメンタルチェックをすることができます。



▲啓発DVD「まもろうこころといのち」

取組③

ゲートキーパーの養成

自殺を考えている人にとって、周囲のサポートはとても重要です。そこで、さまざまな人を対象に「ゲートキーパー」の養成講座を実施しています。

夕から、民生委員児童委員など公的な団体だけでなく、市内事業所でも積極的に養成講座を実施し、職場の環境や人間関係で悩む方へのアプローチも行っていきます。

ゲートキーパーとは、自殺をしようとしている人のサインに気付いて適切な対応ができる人のことです。その役割は、悩みを抱えている人に気付き、声をかけ、話を聞き、必要な支援につなげ、見守ることです。ゲートキーパーが自殺のサインにいち早く気づき、対応することで、命を救う可能性がひろがります。50代～60代など働き盛りの男性の自殺が多いというデー



▲民間企業の皆さんが受講したゲートキーパー養成講座

取組④ 相談機関や関係機関の連携

自殺にいたる原因は一つとは限らず、健康問題や家庭問題、経済生活の問題など複数の問題が絡み合っていることが多いといわれています。
さまざまな問題を抱えて相談に来られる方に、各相談機関が連携して適切な支援を行うため、「甲賀市自殺対策相談支援ネットワーク」の設置を進めています。
ネットワーク設置に向けた取り組みとして、既存の組織である「甲賀市自殺対策庁内会議」の中に「個別ケース検討会議」を設け、相談の中で寄せられる複雑なケースについて関係者が集まり、具体的な支援の検討や処遇について話し合える仕組みを整えました。

問い合わせ
危機管理課 セーフコミュニティ推進室
☎62-18005 / ☎63-4619



セーフコミュニティ こうか みんなでつくる安心安全なまち

自殺対策委員会副委員長
なかむらよしこ
中村芳子さん



自殺対策委員
はやししげあき
林繁久さん

チラシの設置やDVDの配布をすることで、一人でも多くの人の目に触れることがねらいです。

直接本人に見てもらえなくても、家族や友人など周囲の人に正しい知識や相談窓口を知ってもらうことで、自殺を考えている方への気付きや手助けにつながればと思っています。

ゲートキーパー養成講座を受講した
関西アーバン銀行 水口支店
にいみほ
二瓶美穂さん



ゲートキーパー養成講座を受講して、自分と同年代の方の自殺が多いことや「自殺のサイン」について学び、自分の周りにも悩みを抱えた人がいるかもしれないと思うようになりました。

これからは自殺を考えている方のサインを見逃さず、積極的に声をかけていきたいです。