



# 秋田県における自殺予防活動について

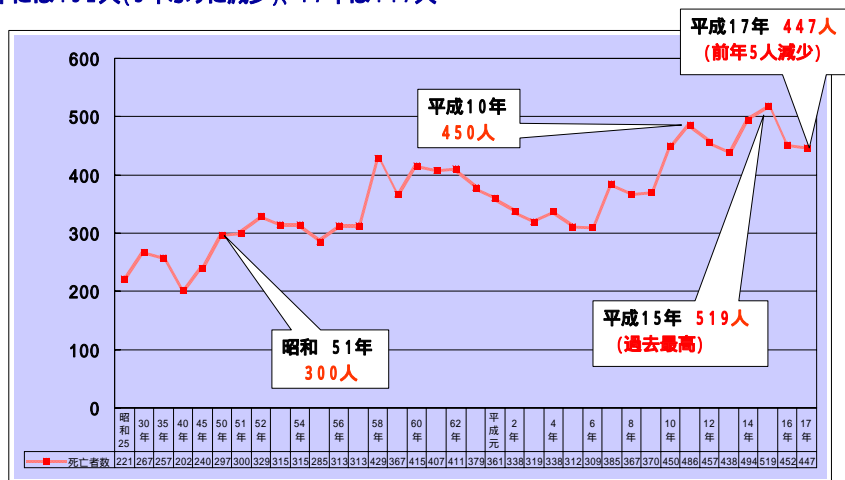
秋田県健康福祉部健康推進課



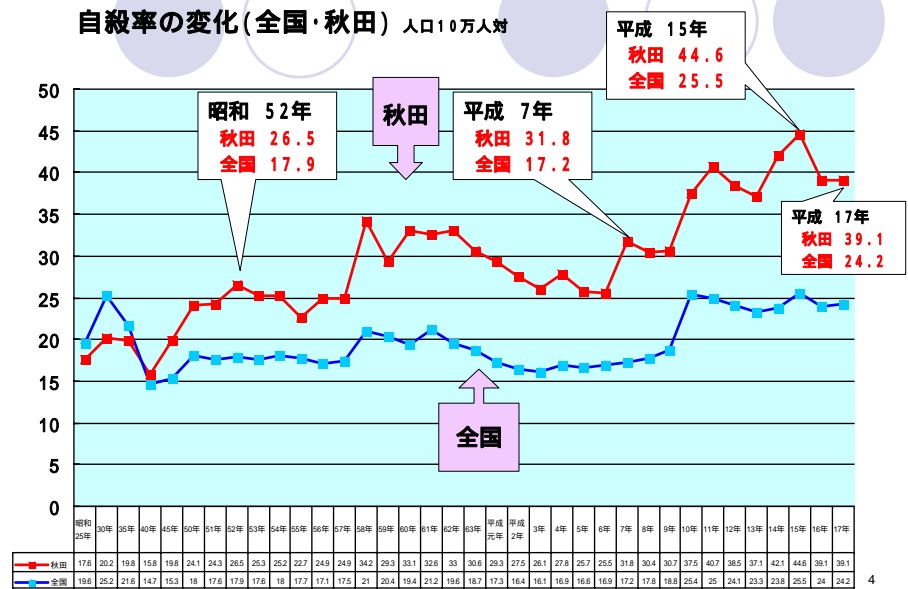
# 1 秋田県の現状

## 秋田県の自殺者の推移

平成10年以降自殺による死亡が400人を超え、平成15年は519人、平成16年には452人(3年ぶりに減少)、17年は447人



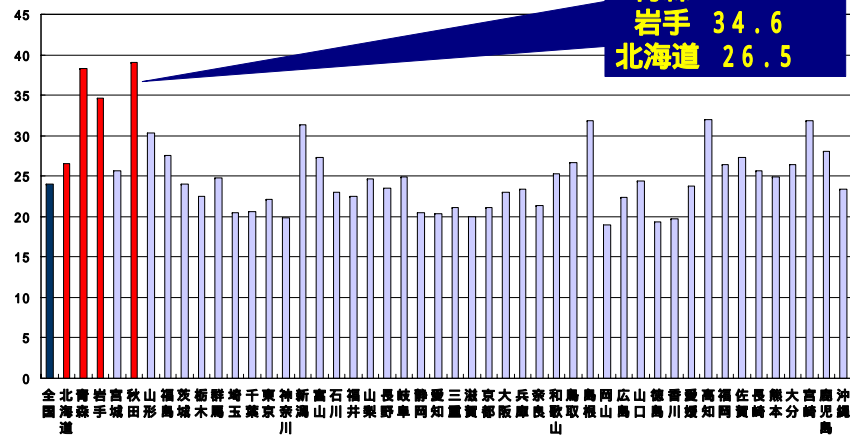
## 自殺率の変化(全国・秋田) 人口10万人対



# 秋田県の自殺率は・・・

2004年(平成16年)全国自殺率

全国	24.0
秋田	39.1
青森	38.3
岩手	34.6
北海道	26.5



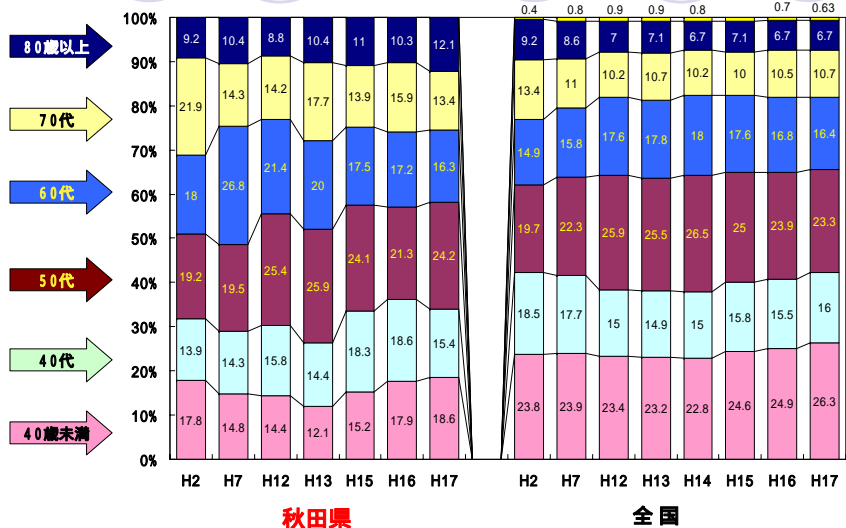
# 秋田県の自殺死亡数、死亡率の推移

自殺率は平成7年以降は11年連続全国1位である

区分	秋 田 県					全 国			
	男	女	計	自殺率	順位	男	女	計	自殺率
平成元年	214	147	361	29.3	1	12,939	8,186	21,125	17.3
2年	210	128	338	27.5	1	12,316	7,772	20,088	16.4
3年	197	122	319	26.1	1	12,477	7,398	19,875	16.1
4年	194	144	338	27.6	1	13,516	7,377	20,893	16.9
5年	191	121	312	25.7	2	13,540	6,976	20,516	16.6
6年	191	118	309	25.5	2	14,058	6,865	20,923	16.9
7年	249	136	385	31.8	1	14,231	7,189	21,420	17.2
8年	221	146	367	30.4	1	14,853	7,285	22,138	17.8
9年	247	123	370	30.7	1	15,901	7,593	23,494	18.8
10年	303	147	450	37.5	1	22,349	9,406	31,755	25.3
11年	338	148	486	40.7	1	22,402	9,011	31,413	25.0
12年	323	134	457	38.5	1	21,656	8,595	30,251	24.1
13年	285	153	438	37.1	1	21,085	8,290	29,375	23.3
14年	366	128	494	42.1	1	21,677	8,272	29,949	23.8
15年	365	154	519	44.6	1	23,396	8,713	32,109	25.5
16年	325	127	452	39.1	1	21,955	8,292	30,247	24.0
17年	325	122	447	39.1	1	22,230	8,309	30,539	24.2

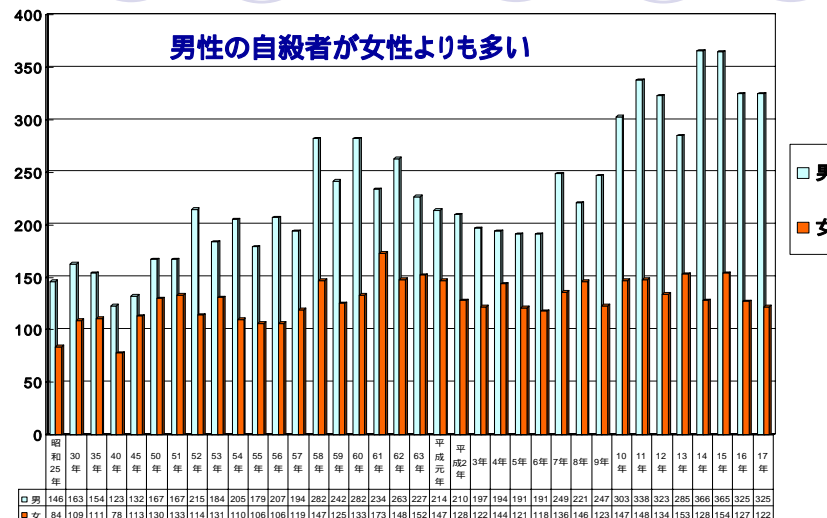
# 自殺死亡数の年代別割合(全国比較)

全国と比較して高齢者(60代以上)が多い



# 性別自殺者数の推移

男性の自殺者が女性よりも多い



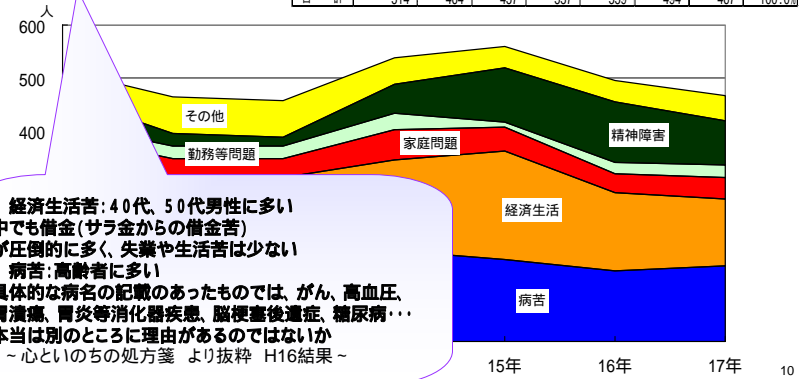
# 自殺の動機

警察提供データより

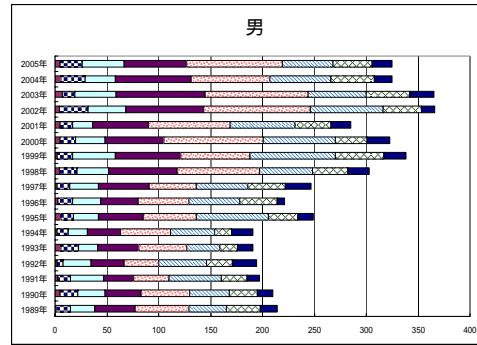
H17年状況

- ・病苦(30.8%)
- ・経済生活苦(27.2%)
- ・精神障害(17.8%)

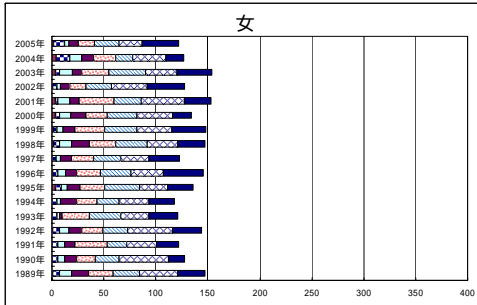
年	11年	12年	13年	14年	15年	16年	17年	
病苦	242	192	198	171	156	133	144	30.8%
経済生活	119	108	112	174	204	149	127	27.2%
家庭問題	29	47	36	56	47	35	40	8.6%
勤務等問題	23	23	25	31	8	23	24	5.1%
精神障害	52	25	16	56	104	115	83	17.8%
その他	49	69	70	49	40	39	49	10.5%
合計	514	464	457	537	559	494	467	100.0%



# 性・年齢階級別自殺者数の推移



男性では40代、50代、60代が多く、女性では60代、70代、80代が多い



- 0~9
- 10~19
- 20~29
- 30~39
- 40~49
- 50~59
- 60~69
- 70~79
- 80~

9

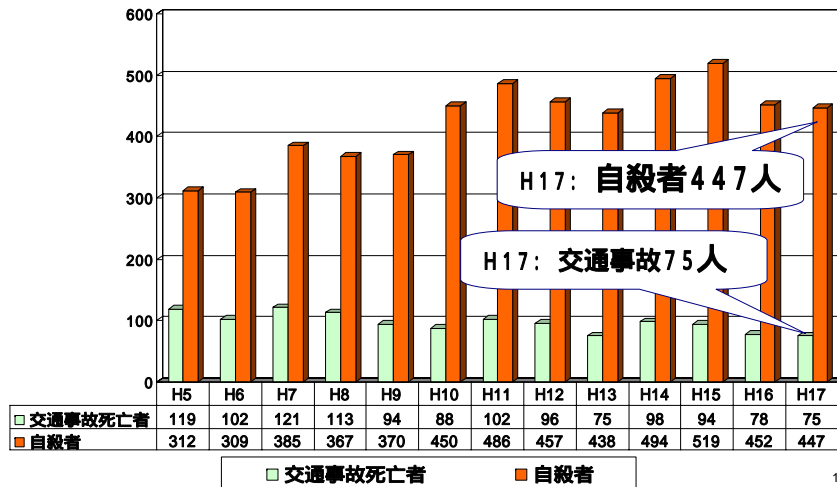
# 私たちが良く聞かれる質問・・・

秋田県はどうして自殺率全国1位が長年続いているんですか？

- 日本海側に面している県は自殺率が高い？
- 日照時間が短いから？
- 人口が減少している？
- 経済的な要因？
- 県民性？
- アルコールとの関係？
- .....

私たちは自殺の原因を一つに特定することはできず、様々な要因が複雑に絡み合い、結果的に自殺に追い込まれていると考えています。

# 自殺者数と交通事故死亡者数



11

12

- 自殺者数 平成10年以降 400人台
- 交通事故死亡数の約6倍
- 自殺率は平成7年以降全国1位(11年連続)
- 高齢者の自殺者が多い



## 自殺問題は秋田県の重要課題

13



## 2 秋田県の自殺予防対策

14

## 予防対策開始の経緯

- 「秋田県の憂鬱」 1992年 吉岡尚文(秋田大学法医学教室)
- 「秋田県はまだ憂鬱」1999年 吉岡尚文(秋田大学法医学教室)
- 「憂鬱からの脱却を」2000年
- 秋田県由利町高齢者の自殺予防対策 1995年
- 自殺－自殺率全国一・秋田からの報告 2000年
  - 朝日新聞秋田支局
- 自殺の周辺－新聞記者のノートから 2001年
  - 朝日新聞秋田支局
- 健康秋田21計画策定 2001年

15

・ 「健康秋田21」⇨ 自殺予防分野  
 目標:すべての世代の自殺者の減少 } }  
H11:486人  
H22:330人

・ 平成16年4月 秋田県健康づくり推進条例  
 【4つの重点的施策】

- ◆ 生活習慣病の予防
- ◆ 心の健康づくり・自殺の予防
- ◆ 健全な食生活の実現
- ◆ 受動喫煙の防止

・ 平成13年 秋田県心の健康づくり推進協議会

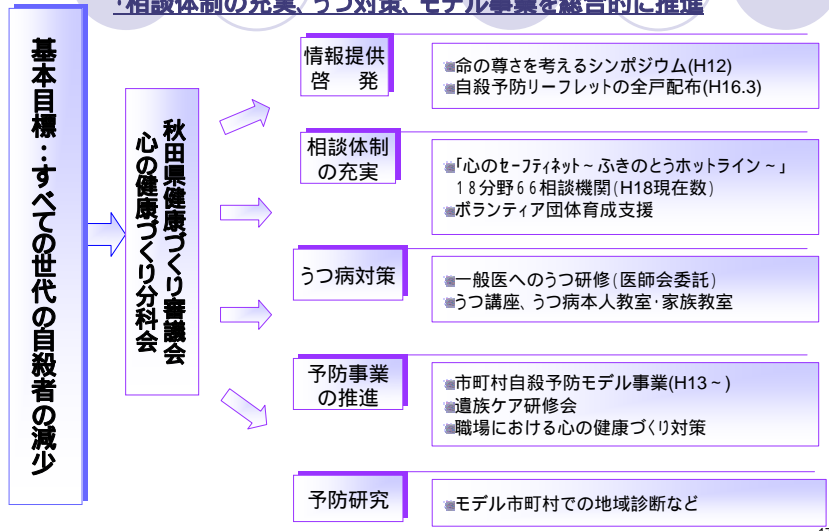


平成16年 秋田県健康づくり審議会  
 心の健康づくり分科会

16

## 秋田県の自殺予防対策 (H12～H18)

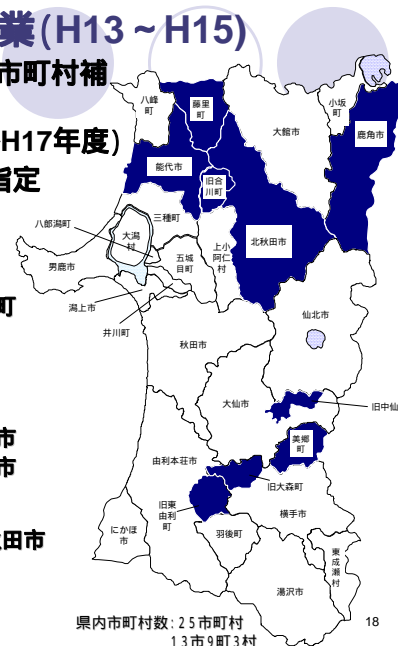
・相談体制の充実、うつ対策、モデル事業を総合的に推進



17

## (1) 自殺予防対策モデル事業(H13～H15)

- モデル市町村を指定した取り組み\_市町村補助金 補助率2/1
- 実施年:H13年度～H15年度(最終H17年度)
- 1年に2市町村、1市町村3年間の指定
- モデル市町村
  - H13年度～H15年度 合川町、中仙町
  - H14年度～H16年度 藤里町、東由利町
  - H15年度～H17年度 千畑町(美郷町)、大森町



18

## (2) 補助制度改正(H17～)

### モデル事業:都市型

- モデル市 H17年度～H19年度 能代市
- H18年度～H20年度 鹿角市

### 実践事業:合併市型

- モデル市 H18年度～H20年度 北秋田市

### 実践事業:町村型

- モデル町 現在未定

## モデル事業\_事業内容

### 地域診断事業(委託:秋田大学)

- モデル事業初年度に実施
  - 住民への心の健康意識調査
- ⇒
- 町の現状分析
  - その後の事業に結びつける

### モデル市町村予防対策事業

- 心の健康づくり巡回相談
- 心の健康づくり講演会
- 世代間交流の場づくり
- 生きがいづくり
- 仲間づくり

19

## 自殺予防対策モデル事業実施後の成果



- 自殺問題をタブー視しない意識の醸成
- 住民の自主的・組織的な活動の芽生え
- 自殺者数の減少

20

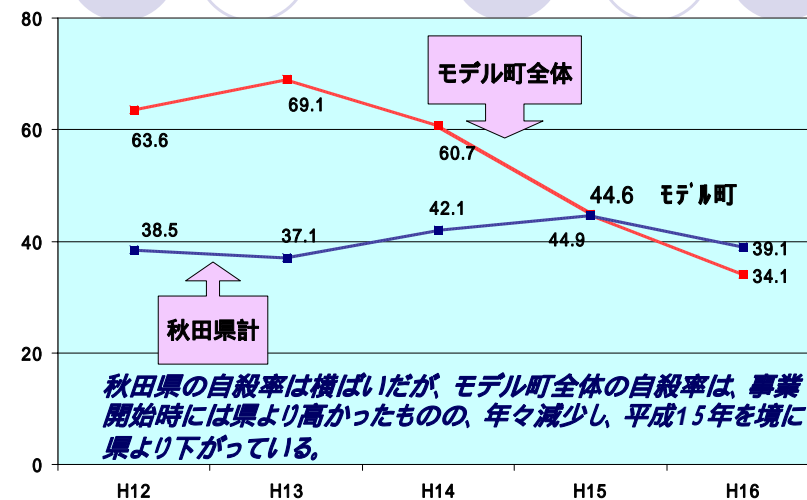
## モデル実施市町村の自殺者数の変化

モデル町の死亡数の合計は減少している。

	事業期間	H12	H13	H14	H15	H16
A	H13-H15	1	4	2	2	3
B	H13-H15	7	6	4	7	5
C	H14-H16	3	5	4	2	0
D	H14-H16	9	5	4	2	2
E	H15-H17	4	5	8	2	2
F	H15-H17	4	5	4	4	3
モデル町計		28	30	26	19	15
県計		457	438	494	519	452

21

## モデル実施市町村の自殺率の推移



22

## うつ病対策 内容

### 一般診療医師に対するうつ病研修

- 秋田県医師会に委託して実施

### 県民への啓発(うつ病について)

- 県広報誌で継続的に情報提供

### うつ講座&うつ教室(本人・家族)

- うつ病講座の開催
- うつ病本人教室・うつ病家族教室の開催

23

## H16.3 全戸配布したパンフレット



24



秋田県ホームページ(美の国秋田ネット)  
内の自殺予防ホームページに各種データ掲載(以下抜粋)

自殺予防「心はればれ運動」

- 自殺予防に関する資料集 [2006年6月20日更新]
- 秋田県における自殺の現状 [2006年6月14日更新]
- ふれんのうほっとラインへのセルフティーンズ [2006年2月10日登録]
- 自殺予防に関するパンフレット [2006年2月8日登録]

自殺予防に関する資料集

自殺予防に関する統計などの資料を掲載しております。

● リンク

- 秋田県の自殺予防の状況(自由新聞)
- 自殺防止対策推進委員会報告(自殺予防)97年までの経過
- 自殺防止対策の現状(厚生労働省)

● ダウンロード

- 県民向けによる自殺予防のための健康づくり活動推進策(2006年PDF文書)
- 全国の「平成17年における自殺の現状調査」(2006年PDF文書)
- 全国の「平成17年における自殺の現状調査」(2006年PDF文書)

自殺予防に関するパンフレット

自殺予防に関するパンフレットなどをダウンロードできます。

● ダウンロード

- 自殺予防心はればれ(あきた)「秋田県健康対策課」(2006年PDF文書)
- 心の健康づくりガイドブック(秋田県健康対策課) (2006年PDF文書)
- みんなで進める手帳型の心の健康づくり(自由新聞) (2006年PDF文書)
- みんなで進める手帳型の心の健康づくり(自由新聞) (2006年PDF文書)
- 広報せんだい(平成17年5月号)より抜粋(2006年PDF文書)
- 健康増進推進型(2006年PDF文書)
- 健康増進推進型(2006年PDF文書)
- 手帳型健康増進型(あきた) (2006年PDF文書)
- みんなで進める心の健康づくり(自由新聞) (2006年PDF文書)
- 自殺予防にかかわる保健師のために(秋田県健康対策課) (2006年PDF文書)
- ふれんのうほっとライン「自殺予防推進委員会」(2006年PDF文書)
- みんなで進める心の健康づくり(自由新聞) (2006年PDF文書)
- 秋田県「いぬの森」(秋田県健康対策課) (2006年PDF文書)

アンケートの結果 回収: 2,373人

- 自殺関係情報の周知
  - 交通事故の5倍 知らなかった 57%
  - 相談窓口の認知 知らなかった 68%
- うつ病関係
  - 自殺との関係 知っている 84%
  - 周囲にうつ症状の人がいたか いた 64% (自分、家族、知人)



普及啓発の強化

県民に自殺の現状と対策を普及啓発する必要があり  
県は広報するとともに、広報データ提供体制の構築を実施する



H17  
キャンペーン

- フリーダイヤルの実施 (リーフレット全戸配布)
- 関係機関の協力による全県域での啓発(テレビ放映、フォーラム、研修会等の事業実施)

H17.11  
県広報「あきた新時代」に 挟み込みしたリーフレット



3 今後の取り組み

## これまでの取り組みからの学び

- ①「自殺」をタブー視しない
- ②地域でともに支えあう

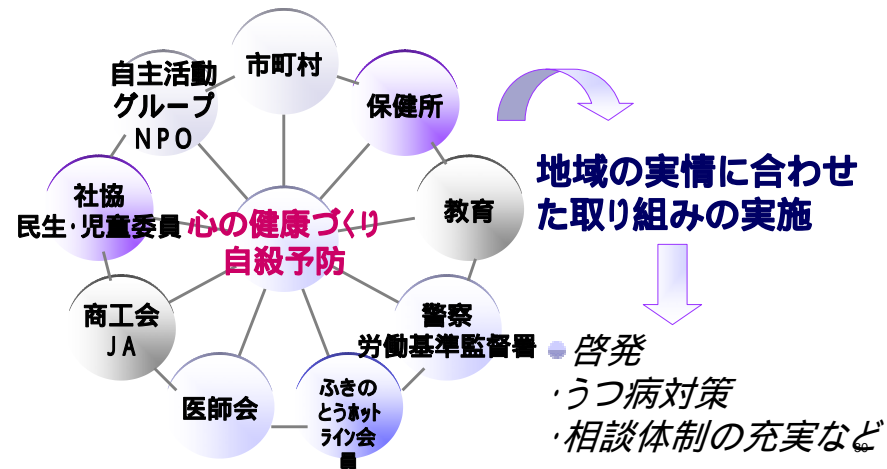
これからは…

- ・地域で役割分担して推進
- ・自殺予防活動は「地域づくり活動」

29

## (1) 地域活動の充実

- ① 全県での「自殺予防ネットワーク」づくり  
各地域振興局福祉環境部(保健所)単位



## (2) 官民の役割分担

市町村(一次予防)

- 啓発(市町村広報誌、各種健康教室)
- 自殺予防対策事業

県(二次・三次予防)

- 広域・専門分野研修(遺族ケアなど)
- うつ講座の実施
- 市町村、民間支援

民間(事業参画、推進)

- 専門的分野での事業参画

大学等研究機関

- 調査研究
- 各機関、各事業へのアドバイス
- 共同実施

31

## H18キャンペーン (7月～9月)

- ① フリーダイヤル電話相談の実施
  - ・いのちの電話に委託
- ② 新聞広告による啓発 7月1日、2日、3日
  - ・秋田県内地方新聞、全国3誌に掲載
  - ・民間団体より協賛金を募る
- ③ 関係機関の協力による全県域での啓発(各種研修会等の事業実施)

32





# H18 キャンペーン

## 関係機関の協力による全県域での啓発

日にち	事業名	開催場所	主催
9/2(土)	心といのちを考える会講演会	藤里町開発センター大ホール	心といのちを考える会
9/6(水)	自殺予防に関する講演会	にかほ市総合福祉交流センター「スマイル」	にかほ市(由利福祉環境部)
9/9(土)	いのちを考える日街頭キャンペーン	ジャスコ能代店	山本福祉環境部
9/14(木)	うつ講座	北部シルバーエリア予定	大館福祉環境部
9/25(月)	心の健康づくり講座(2回目)	阿仁地区	北秋田市
9/28(木)	うつ講座	横手市かまくら館5階研修室予定	平鹿福祉環境部
9月	自殺予防を考えるフォーラム	未定	仙北福祉環境部
9月	自殺予防ネットワーク研修会	未定	平鹿福祉環境部
9月	うつ講座	未定	鷹巣阿仁福祉環境部
		未定	秋田福祉環境部
		未定	雄勝福祉環境部
9月	自殺予防活動交流会	未定	健康推進課
9月	遺族ケア研修会	未定	健康推進課

37

# H18 キャンペーン

## 関係機関の協力による全県域での啓発

### 1 全県事業

事業名(主催者)	月日・場所	対象者
・秋田大学自殺予防研究プロジェクトワークショップ(秋田大学)	7/15(秋田大学)	県民
・職域研修会(県・国労働局共催)		
職場におけるメンタル講習会	秋田市	企業
〃	能代市	企業
〃	大館市	企業
〃	横手市	企業
〃	大仙市	企業
〃	由利本荘市	企業
・心といのちを考える会講演会(心といのちを考える会)	9/2(藤里町開発センター大ホール)	県民
・新聞による啓発(県)	秋田魁、全国3紙(朝日、読売、毎日)、北羽	
・フリーダイヤル相談(県)	「あきた新時代」記事掲載	
いのちの電話	7月1日~9月30日 12:00~21:00 日曜日は12:00~18:00	
・自殺予防活動団体交流会(県)	9月(秋田市)	活動団体、県民
・遺族ケア研修会(県)	9月(県北、中央、県南)	活動団体、県民

38

# H18 キャンペーン

## 関係機関の協力による全県域での啓発

### 2 地域振興局事業

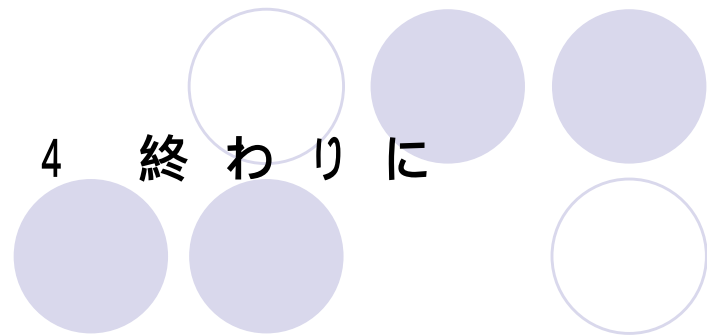
事業名(主催者)	月日等	対象者
・地域振興局自殺予防ネットワーク会議	7月~9月	会議メンバー
・ネット事業(7月~9月まで)		
自殺予防研修会(各福祉環境部)	7月~9月	県民
養成講座(北秋田市、能代市、山本福祉環境部、秋田福祉環境部)	7月~9月	県民
啓発事業(各福祉環境部)	7月~9月	県民
・うつ講座(各福祉環境部)	7月~9月	県民
・うつ家族教室(各福祉環境部)	7月~9月	うつ病の方を持つ家族
・出前講座(各福祉環境部・健康推進課)	7月~9月	県民

39

### (3) 課題

- 自死遺族対策
  - ・「分ち合いの会」開催
  - ・遺族ケア研修の充実
- 自殺未遂者対策
  - ・救助救命センターとの連携
  - ・医療機関によるケア体制の整備

40



41



● 自殺は予防できるという**信念**を持ち

● **息の長い取り組み**を継続

● 自殺率全国一から

**自殺予防全国一秋田へ**

ありがとう  
ございました



42