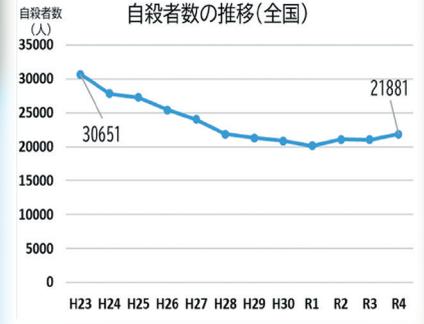


全国の自殺者の現状

全国の自殺者数は平成24年以降減少していましたが、令和2年以降、増加傾向に転じています。令和4年は21,881人と前年より増加し、男性は13年ぶり、女性は3年連続の増加です。また、小中高生の自殺者数も近年増加傾向にあり、令和4年は514人と過去最高です。



出典:警察庁自殺統計原票データより厚生労働省自殺対策推進室作成

市の取り組み

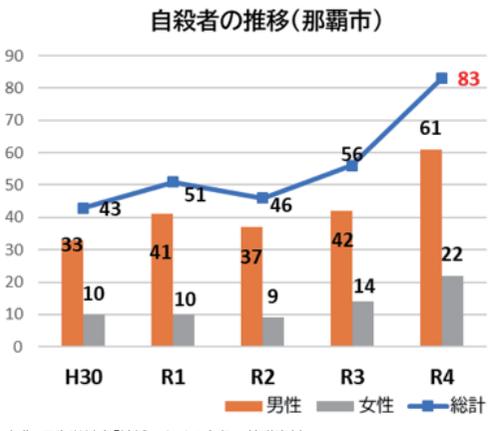
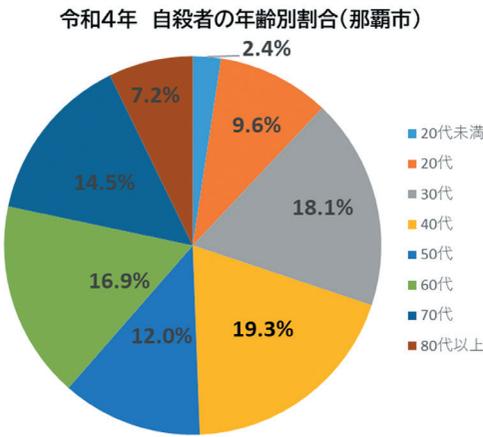
自殺対策で大事なことは、「生きる」ことの包括的な支援であると考え、市では「那覇市自殺対策計画」を策定し、ゲートキーパーの養成や、主に次の内容の「こころの健康」に関する相談を受け付けています。

- ◆気分が晴れない、眠れない、対人関係が上手くいかない
 - ◆お酒の問題で悩んでいる方やその家族
 - ◆通院を中断している、薬を飲まないなどの悩みがある方、そのご家族
 - ◆精神保健福祉相談室へご相談ください。
 - ◆「こころの健康、づくりパネル展」
- 市役所1階ロビーでパネル展を開催します。あなたや身近な人のこころの健康について関心を寄せてみてください。
- 日時 3月4日(月)～8日(金)
3月12日(火)～14日(木)

市内の自殺の現状と課題

人口10万人あたりの自殺者数を表す「自殺死亡率」は、平成30年時点で市では13・30と、全国の16・18、県の14・61を下回っていました。しかし、令和4年では全国が17・25、県の18・51に対し、市は26・07と高い状況になっています。市における令和4年の自殺者数は83人と、前年に比べ27人増加、これは過去10年間

で一番多い状況にあります。市の自殺者割合を年齢別で見ると、前年と比べ40代以下の比較的若い層や、70代以上の高齢者が増加しており、それぞれの抱える問題や背景の分析を進め、幅広い層に向けた対策に取り組む必要があります。



出典:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

～3月は自殺対策強化月間です～

誰も自殺に追い込まれることのない社会へ

誰に相談していいかわからない…。そんな苦しみを抱えていたら、一人で悩まずにご相談ください。

☎ 那覇市保健所 地域保健課 精神保健福祉相談室 ☎853-7973 平日9時～11時30分/13時～16時30分

沖縄いのちの電話 ☎888-4343
#いのちSOS ☎0120-061-338
24時間子供SOSダイヤル ☎0120-0-78310



LINEなどのSNSやチャットでも相談できます



- ・怖がらず、話を聞くだけでもいいと思えるようになりました。専門機関をすすめるタイミングも大切だと感じました。
- ・身近な人の変化に気づき、丁寧に傾聴することで救える命もあると思いました。
- ・自殺の前には複合的な要因が重なっており、そこに至る前に予防できるような関わりをしていきたいと思いました。
- ・日ごろからのコミュニケーションや声掛けが大事だと思いました。悩んでいる人に、どのように声をかけたらよいか迷っていたので研修はとても参考になりました。

〈研修参加者の声〉

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。「いつもと様子が違うな」と感じたら、「どうしたの?」と声をかけ話を聴きましょう。良い悪いを判断する必要はありません。寄り添い、真剣に耳を傾けることで、一人ではないことが伝わり、自死を思いとどまるきっかけになるかもしれません。「誰かが見守っている」というまなざしは大きな力になります。

死を考える人は、同時に「生きたい」という気持ちの狭間で揺れています。大切な人を守るために、まずは「どうしたの?」と、声をかけてみませんか。市では、ゲートキーパー養成研修を開催しています。広報紙やホームページ上でお知らせしますので、ぜひご参加ください。

ゲートキーパーの役割



- 【変化に気づく】家族や仲間の変化に気づき、声をかける。
- 【耳を傾ける】本人の気持ちを尊重し耳を傾ける。
- 【支援先につなげる】早めに専門家に相談するように促す。
- 【温かく見守る】温かく寄り添いながら、じっくりと見守る。

変化に気づき、声をかけるゲートキーパーになろう

ハンセン病元患者のご家族へ

～対象となる方々に「補償金」を支給します～

- この補償金は、国が、誤った隔離政策により、元患者のご家族の皆様にも多大の苦痛と苦難を強いてきたことを心からお詫びし、その精神的苦痛を慰謝するためのものです。
- 請求に関する情報が、請求から受給まで、請求者及びその指定する者以外に知られることが無いように配慮しています。
- 秘密は守られますので、まずは、お電話でご相談ください。不安なお気持ちやご質問にも丁寧に答えます。



厚生労働省 補償金相談窓口

電話番号 03-3595-2262



受付時間 10:00～16:00(月曜日から金曜日。土日祝日、年末年始を除く。)

請求期限は、令和6年(2024年)11月21日まで

ハンセン病問題を正しく理解し、偏見や差別のない社会の実現を目指しましょう。

ハンセン病 厚労省 検索

| 対象者 | 補償金額 |
|---|-------|
| (ア) 配偶者(事実婚も含む) (イ) 親、子 (ウ) 親・子の配偶者及び配偶者の親・子等 | 180万円 |
| (エ) 兄弟姉妹 (オ) 祖父母・孫 (カ) 祖父母・兄弟姉妹・孫の配偶者及び配偶者の祖父母・兄弟姉妹・孫等 (キ) 曾祖父母、ひ孫、おじ、おば、おい、めい | 130万円 |

* 同居など一定の要件が必要な場合があります。

広告