

自殺予防対策ネットワーク会議だより

第3号 発行:平成27年1月
鶴岡市自殺予防対策ネットワーク会議

会長挨拶

「なぜ減らないのか、何が足りないのか」

鶴岡市自殺予防対策ネットワーク会議会長 松田 徹(山形県庄内保健所長)

自殺対策基本法の下、自殺は追い込まれた末の死、自殺を考えている人はサインを発している、自殺は防ぐことができるという基本認識で、我が国のいたるところで諸対策が行われています。

鶴岡市は①知識の普及啓発、②保健・医療・福祉・地域の連携づくり、③相談体制の充実、を中心に様々なことを行っています。

連携づくりの部門では、各関係機関から推薦された委員で組織している「鶴岡市自殺予防対策ネットワーク会議」を開催しています。この会議の委員が主になって実行委員会を組織し、「こころの健康づくり講演会」も行われました。今年度は澤登和夫さんに、ご自分のうつ経験から「あなたが大切な人にできる5つのこと」と題してご講演をいただき、表題だけでなくセルフコントロール法などについてもご教授いただきました。パネルディスカッションの部では、自死遺族の方から経験を踏まえて予防第一、正しい知識、一人で悩まずになど大事なメッセージを頂きました。私たちが心得るべき事柄を聴衆一同確認できました。やはりゲートキーパーについての基礎知識も大切だと実感しました。

一方、鶴岡市社会福祉協議会では、羽黒地域で自殺予防対策として「羽黒地域こころの健康づくり応援団」活動の支援をしています。保健所も主に適切な精神科医療、自殺未遂者への対応、遺された人への支援、アルコール対策などを行っています。

また、昨年度から活動しているNPO法人「ぼらんたす」も様々な活動を繰り広げています。傾聴の方法を学ぶ連続シリーズ、講演会やワールドカフェ、県全体のNPOや行政の関連団体情報交換会の開催、「やまがたのこころげんきサイト」というサイトの開設など素晴らしい新機軸だと感じています。

しかし、様々な立場の人がこれだけの事をやっているのに、鶴岡市は十分な効果を上げているとは言い難い状況です。「なぜ減らないのか、何が足りないのか」各々または皆で考えてみましょう。多発している地域はあるのか、悩んでいる人に情報を伝える手段はどうすべきかなど、知るべき、考えるべき事は数多いと思います。市民の心の中に深く浸み込む早急な仕掛け作りが必要です。ゲートキーパー的素養のある人を増やすには講師を呼んでくるのではなく、市民自身による市民への伝授が必要で、自分たちで町を変えるための課題は多いと感じています。市民みんなが自らの手で「聴く側から実践する側へ」と変化しましょう。親鸞の言葉に「一隅を照らすものは国賓なり」というものがあります。自分事ととらえて皆が対策を行える人になってほしいと切望しています。

ネットワーク委員の活動



平成26年4月30日
鶴岡市自殺予防対策ネットワーク会議

平成26年度のこころの健康づくり事業の取り組みについて協議しました。その後、こころ元気アップセミナー実行委員会も開催し、今年度の開催内容について検討しました。

◆ こころの健康づくりキャンペーン (自殺予防週間 9月10日～16日)

こころの健康・悩みなどに関する相談窓口についてのチラシやこころ元気アップセミナーのチラシをネットワーク委員・共催団体等の職場に設置し、PRしました。



◆ キャッチフレーズ

悩みを一人で抱え込まないで...と願いを込めて。



ネットワーク委員の職場情報

シリーズ5 鶴岡地区医師会

鶴岡地区医師会は7つの事業を行っており、これらの事業を中心に「市民、町民の健康をまもる」を理念として活動しています。

その一環として、自殺予防に対して積極的に取り組んでおり、鶴岡市のゲートキーパー講習会にも手を挙げ、鶴岡病院の認定看護師より「ゲートキーパーの役割と、自殺のサインの早期発見・早期対応について」職員対象に行い71名の参加がありました。

湯田川温泉リハビリテーション病院、介護老人保健施設みずばしょう、健康管理センター等では毎月産業医を交えての衛生委員会を開催しています。

また、労働安全衛生法の改正による健診時のストレスチェックを来年度からの実施に向け検討中です。

(一般社団法人鶴岡地区医師会 理事 上野寿樹)

シリーズ6 鶴岡地区薬剤師会

鶴岡地区薬剤師会は平成26年10月現在、149名の会員で構成されており、職種は病院薬剤師、保険薬局開設、勤務薬剤師、行政職など多岐にわたります。

また、関連事業として鶴岡市休日・夜間診療所への薬剤師の派遣、在宅医療推進活動、学校薬剤師活動、市民健康のつどい等へのイベント参加、薬物乱用防止の啓蒙活動など、医師会・歯科医師会と連携をとりつつ、地域の方々の健康・福祉の増進及び学校保健ならびに学校環境衛生の向上に寄与するための様々な活動を行なっています。

日々の業務において、薬局、病院でうつ病の患者様と接する機会も多くありますので、ゲートキーパーになれるように心がけ、自殺予防に貢献したいと考えています。

(鶴岡地区薬剤師会 薬剤師 小西明広)