

各種会議・情報共有

- 大阪府自殺対策推進本部実務担当者会議(6/25)
 - ・大阪府の自殺の状況及び自殺対策について共有
 - ・全庁あげての取組みを依頼
- 市町村自殺対策主管課担当者会議(7/23)
 - ・各市町村での自殺対策への取組み強化を依頼
- 庁内関係各課との課題の共有と意見交換(教育庁、福祉部、商工労働部等)

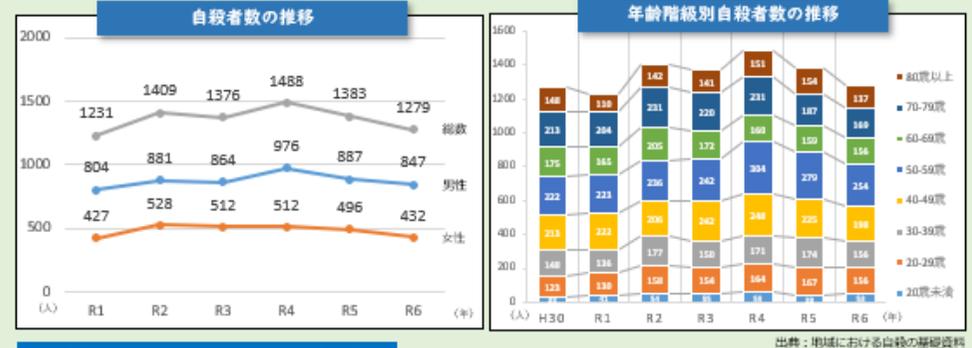
庁内各課主管の関係機関会議や研修会における取組

- 自殺の対策について情報提供、「自殺のサインを見逃さないで」、相談窓口リーフレット等配布
 - ・保健所主催の大学生向け研修
 - ・養護教諭初任期セミナー
 - ・生活指導研究会教育相談部
 - ・大阪府居宅介護職員初任者研修
 - ・生活困窮者自立支援制度担当課長会議
 - ・学校教育相談課題別研修
 - ・ヘルシーキャンパス研修会参加大学職員に周知
 - ・男女共同参画課相談員との連絡会議
 - ・男性電話相談員向け研修
 - ・大阪府相談支援従事者研修 地域移行・地域定着支援コース
 - ・大阪府青少年行政主管課長会議
 - ・健康経営セミナー
 - ・アルコール関連問題啓発週間に係るイベント
 - ・多重債務相談に係る市町村担当者連絡会議
 - ・大阪府内大学等就職問題連絡協議会
- 「こころの健康について考えよう！(SOSの出し方教育)」の普及、若者の自殺の状況、教職員対象自殺対策研修等について情報提供
 - ・養護教諭初任期セミナー

自殺につながるサインを見逃さないで

「大阪府の自殺の状況」

- ・令和6年の自殺者数は前年より減少したものの高止まりとなっており、1日に約4人が亡くなっている状況です。
- ・年齢別では50歳代が最も多く、次いで40歳代となっています。また、近年30歳以下の若年層の自殺者数が増加傾向です。



自殺につながるサインや状況

「死にたい」と考えている人は、悩みを抱えながら何らかのサインを発していることが多くあります。

- 過去に自殺企図・自傷歴がある
- 喪失体験(身近な人の死別など)
- 苦痛な体験(いじめ、家庭問題など)
- 職業問題・経済問題・生活問題(失業、リストラ、長時間労働、多重債務、生活苦、生活上のストレスなど)
- 精神疾患・身体疾患の罹患及びそれらに対する悩み(うつ病や身体疾患での病苦など)
- ソーシャルサポートへの欠如(支援者がいない、社会制度が活用できないなど)
- 自殺企図手段への容易なアクセス(危険な手段を手に入れている、危険な行動に及びやすい環境にあること)
- 望ましくない対処行動(飲酒で粉らわす、薬物を乱用するなど)
- 自殺につながりやすい心理状況(自殺念慮、絶望感、衝動性、孤立感、悲嘆、あきらめ、不信感)

様々な相談に来る方の背景には、死にたい気持ちがあるかもしれません。

自殺の多くは、病気や障がい、痛みなどの健康問題、失業や倒産、多重債務などの経済・生活問題、家庭や職場、学校の問題など、様々な要因が複雑に絡み合い、「心理的に追い込まれた末の死」と言われています。

◎自殺につながるサインや状況のある人に「声かけ」、「つなぎ」をお願いします。

声かけ 「悩みや不安を抱えていませんか？」

- ・「眠れていますか」「辛そうだけど、良かったら話してください。」などの声かけ。
- ・心配していることを伝える。
- ・悩みを真剣な態度で受けとめる。
- ・「話してくれてありがとうございます。」「大変でしたね。」など労いの気持ちを言葉にして伝える。
- ・本人を責めたり、安易に励ましたり、相手の感情を否定せずに対応する。

つなぎ 早めに専門家に相談するよう促す

- ・丁寧に情報提供する。
- ・必要があれば一緒に窓口へ同行する。
- ・つないだ後も、必要があれば相談にのることを伝える。

こころの相談窓口
などの各種相談窓口

