

こころのセーフティネットワーク ニュースレター No.10

『こころのセーフティネットワーク』では、
那須烏山市と那珂川町の住民のみなさまや
関係機関が協力し合い、
自殺予防・こころの健康づくりを推進しています。

平成 30 年 3 月発行
こころのセーフティネットワーク事務局
(栃木県烏山健康福祉センター)
住所 那須烏山市中央 1-6-92
電話 0287-82-2231

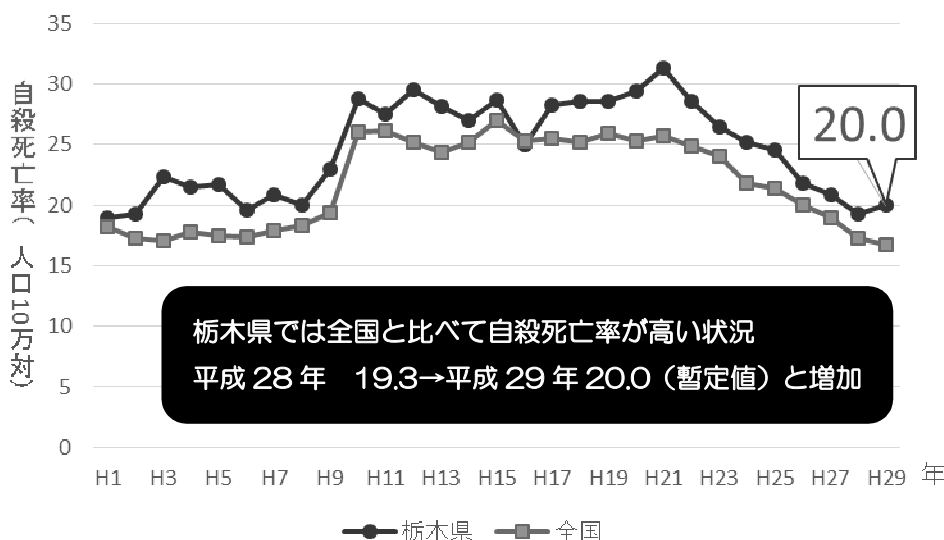
最近の自殺の状況

平成 18 年に自殺対策基本法が施行され、こころのセーフティネットワークの活動も 10 年が経過しました。当時は全国で 3 万人を超えていた年間自殺者数が、平成 29 年（暫定値）では **21,302 人** となりました。栃木県でも同様に減少傾向でしたが、平成 29 年の自殺死数は **393 人**、自殺死亡率（人口 10 万対）は前年の 19.3 に比べ、20.0 と増加しています。

国や県、市町の動き

国では平成 29 年 7 月に自殺対策大綱改定、栃木県では「いのち支える栃木県自殺対策計画（仮称）」を平成 29 年度中に策定する予定です。また市町においても平成 30 年度中に自殺対策計画を策定し、誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指すこととされています。

こころのセーフティネットワークでは、地域の各関係団体のみなさまの協力のもと平成 29 年の活動を実施してきました。次ページでは活動の一部をご紹介します。



グラフ 全国及び栃木県の自殺死亡率（人口 10 万対）の推移



平成 29 年度こころのセイフティネットワークの活動の一部をご紹介します。



普及啓発

リーフレット（身近な相談窓口）・ティッシュ等配布

- 那須南病院：外来窓口、病棟
- 消防：防火査察（1月～3月）
- 那須烏山市・那珂川町福祉まつり（10月、11月）
- 商工会における健康診断（9月、10月）
- 那須烏山市介護予防大会（11月）
- 南那須地区少年の主張発表会（9月）



こどものこころの SOS

とちぎ・ふじ発達研究所 所長 佐藤 俊夫 先生（臨床心理士）
をお招きし、お話をうかがいました。

（平成 30 年 2 月 19 日 栃木県庁南那須庁舎にて開催）

不登校、ひきこもり、リストカットなどの自傷行為、家庭内暴力、摂食障害・・・・・・・・。

言葉で気持ちを上手く伝えられないこどもの SOS は、様々な行動や症状に表れます。しかしそのことだけにとらわれるのではなく、その背景や経緯、本人の性格や発達特性を把握することが重要です。特に発達障害のこどもは、過敏さがあるために過剰な反応を示すことが少なくありません。

発達障害のタイプは、自閉型（広汎性発達障害、自閉症、アスペルガー、自閉症スペクトラム等）、多動型（注意欠陥多動障害、不注意優位型等）、学習障害などがあります。それぞれの特性を理解しつつ、不安定にならないために、1. 全身を使った運動を促すこと、2. こどものころから「妥協すること」や「相手に合わせること」を覚えること、3. 周囲の状況を把握し対応することなど、親も含めて周りの大人が関わり、発達の基礎固めをしていくことが重要です。

烏山健康福祉センターのホームページでは次の内容についてお知らせしています。

- これまでのこころのセイフティネットワークの活動
（No.1～No.9 までのニュースレター）
- 研修会の開催
- 精神保健福祉クリニック（精神科医師による相談）のご案内
- 家族交流会のご案内 等

お近くの相談窓口を
紹介しています。

[QRコードをクリック](#)

