

## 庁内あげての自殺対策への取組み（関連施策との連携）

### 1 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（6/29）
  - ・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）

### 2 庁内各課主管の関係機関会議や研修会において、大阪府の自殺の現状等について情報提供

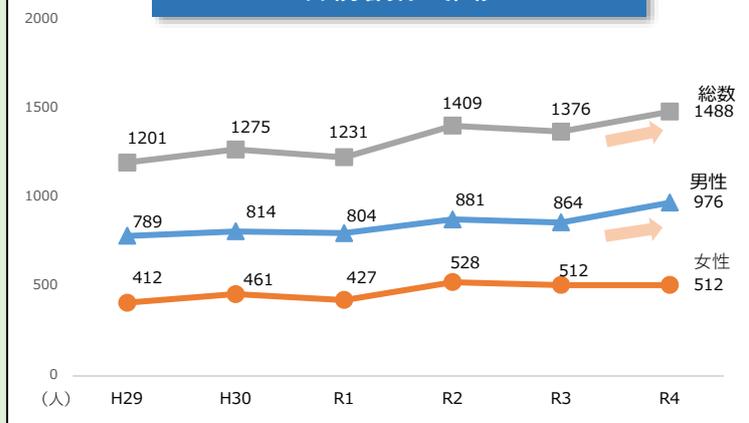
- 自殺の対策について情報提供、ちらし「自殺のサインを見逃さないで」、  
「高齢者の自殺対策について」、相談窓口ちらし等配布
  - ・大阪人権行政推進協議会
  - ・市町村地域福祉担当課長会議
  - ・男女共同参画課実施相談員との連絡会議
  - ・市町村男女共同参画主管課にメールにて情報提供
  - ・要介護認定事務担当市町村職員研修会
  - ・介護支援専門員実務者研修
  - ・民生委員協議会会長連絡会
  - ・介護保険新規居宅事業所にちらし送付
- 「こころの健康について考えよう！（SOSの出し方教育）」の普及、  
若者の自殺の状況、教職員対象自殺対策研修等について情報提供
  - ・スクールカウンセラー連絡協議会
  - ・府立学校長協会 事務局会議
  - ・府立学校校長連絡会〔理事会〕
  - ・府立学校保健研究会講演会
  - ・府立高校養護教諭部会
  - ・養護教諭研究会

# 自殺につながるサインを見逃さないで

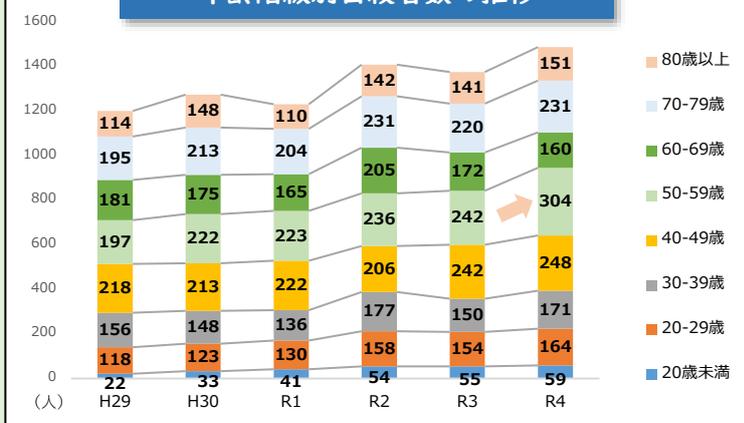
## 《大阪府の自殺の状況》

- ・令和4年の自殺者数は男性で前年より増加。特に50歳代で前年より大きく増加している。
- ・平成29年と令和4年を比較すると男女とも増加。  
60歳代以外の全ての年代で増加しており、特に、20歳未満では約3倍増加している。

### 自殺者数の推移



### 年齢階級別自殺者数の推移



出典：地域における自殺の基礎資料

## 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（身近な人との死別など）
- 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（危険な手段を手にしている、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（飲酒で紛らわす、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

