



## 「こころの健康について考えよう！（SOSの出し方教育）」・

## 「大阪府版ゲートキーパー養成研修」テキスト講習会



府内の各地域で継続的かつ効果的に、「SOSの出し方教育」「ゲートキーパー養成研修」を企画・実施する人材を養成するため、下記のとおり、テキスト「こころの健康について考えよう！」「大阪府版ゲートキーパー養成研修」の活用方法を含めた講習会を実施します。  
ぜひご受講してください。

### 日 時

令和6年5月10日（金）

第1部：「こころの健康について考えよう！（SOSの出し方教育）」テキスト講習会  
10時から12時

第2部：「大阪府版ゲートキーパー養成研修」テキスト講習会 13時30分から17時

### 場 所

大阪急性期・総合医療センター 3階講堂（大阪市住吉区万代東3丁目1-56）

### 対 象

大阪府保健所・中核市保健所等の精神保健福祉業務担当職員  
府内市町村（大阪市・堺市を除く）自殺対策担当職員  
市町村ゲートキーパー養成研修受託事業所職員 等 [定員：各50名]

### 内 容

- 第1部 ●テキスト「こころの健康について考えよう！」の説明・演習  
●テキスト使用の手順  
●実践報告  
●質疑応答
- 第2部 ◆基礎情報編の説明：初級編・中級編・若年者支援編  
◆ロールプレイ編の説明・演習  
◆プログラムの組み合わせ例について  
◆テキスト使用の手順  
◆質疑応答

### その他

・申込み締切り後に、当センターよりメールで「受講決定通知書」を送付します。

[ 申込み方法 ] 申込みフォームから直接お申込みください。

- ①氏名（ふりがな） ②職種 ③従事年数 ④所属機関名（例：大阪府こころの健康総合センター、〇〇市保健所、▽▽町立保健センター） ⑤所属課名（例：事業推進課、予防課、障がい福祉課）  
⑥電話番号 ⑦メールアドレス ⑧受講内容 ⑨受講動機

[ 申込み先 ] こころのオアシス <http://kokoro-osaka.jp/>（研修→[自殺対策研修](#)→「J-1」）  
[申込みフォームはこちら（外部サイト）](#)

[ 申込み締切り ] 令和6年4月26日（金）17時まで

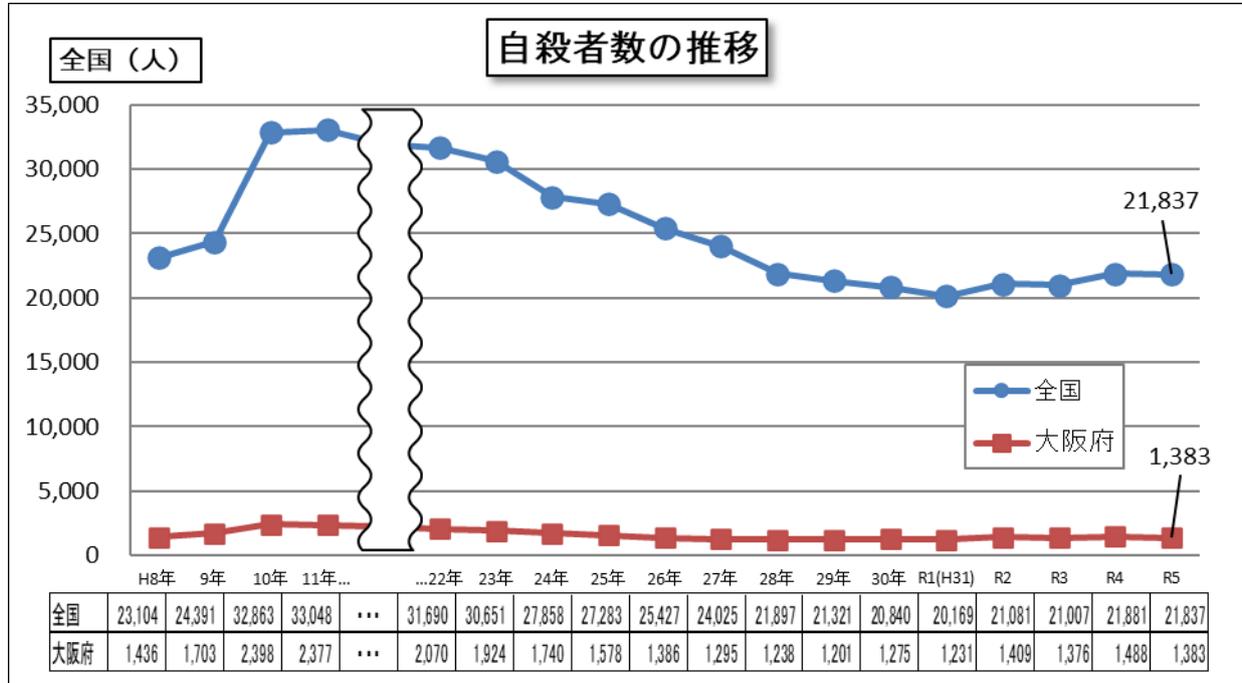
[ 問い合わせ先 ] 大阪府こころの健康総合センター 事業推進課 担当：南・伊藤・西  
電 話 06-6691-2810（課直通）  
FAX 06-6691-2814

## 大阪府の自殺の現状



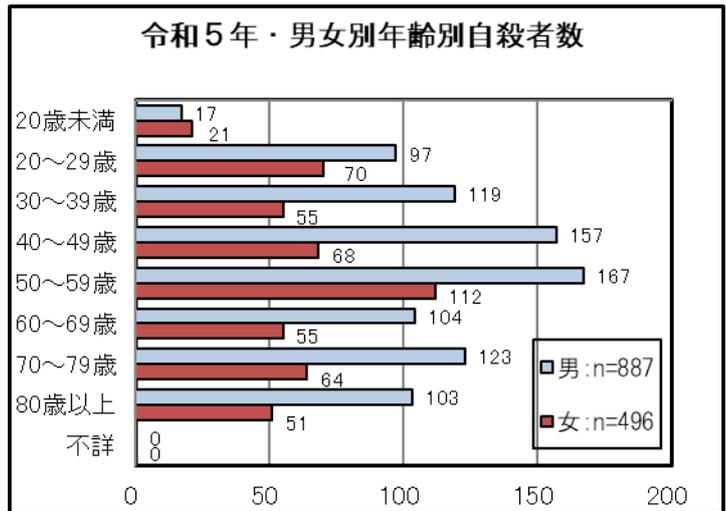
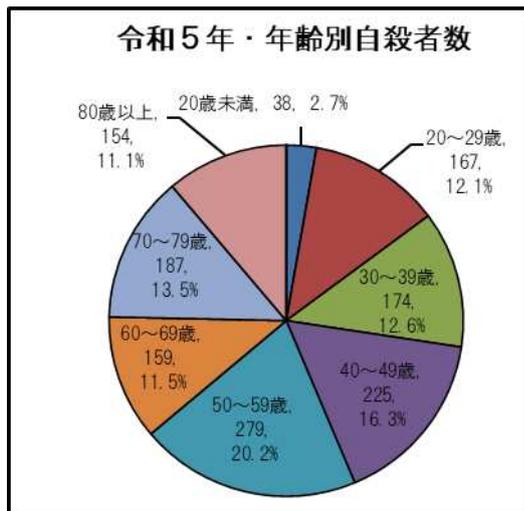
自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、その多くが防ぐことができる社会的な問題であるとの基本認識の下、自殺対策を、生きることの包括的な支援として、社会全体の自殺リスクを低下させることが必要です。自殺の背景には、精神保健の問題だけではなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤独・孤立などの様々な社会的要因があります。

このため、自殺対策は、社会における「生きるための阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で、生きることの包括的な支援として推進する必要があります。



令和2年11年ぶりに増加した自殺者数は、令和3年は減少しましたが、令和4年は再び増加に転じ、令和2年より多い状況でした。

令和5年は前年より105人減少して1,383人となりましたが、1日に約4人の方が亡くなられている状況です。



年齢別自殺者数は、「50～59歳」が最も多く、次いで「40～49歳」となり、働く世代の自殺者数が多い状況が続いています。

また、39歳以下の若年層の自殺者数は379人（27.4%）で、全体の約4分の1を占め、引き続き若年層への対策が必要です。

周囲の人の異変に気づいた場合には、身近な人が声をかけ、話を聴き、必要に応じて相談機関につなげるなどの行動することができるように、様々な分野でのゲートキーパー養成の取組みを進める必要があります。