

こころの健康を守るシンポジウム

つながって守ろう 大切なのち

とき

平成24年7月5日(木)

午後1時30分～午後4時

ところ

長野県佐久勤労者福祉センター ホール



主催：佐久市

佐久地域定住自立圏形成協定事業

『自殺対策事業』協定市町村

佐久市、小諸市、小海町、佐久穂町、川上村、南牧村、

南相木村、北相木村、軽井沢町、御代田町、立科町

プログラム

≪ ミニ講話 ≫

「平成23年中における自殺の概要」

[講師] 佐久警察署 生活安全課 課長 柳澤 昇氏

※ ミニ講話のほか、シンポジウムにも参加をいただきます。

△ 講師プロフィール

長野県警部

長野県小諸市出身

昭和63年4月 長野県警察官挙命

平成24年3月～ 佐久警察署生活安全課長

生活安全警察に15年勤務

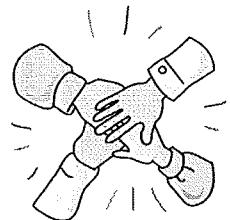
メモ

« シンポジウム »

「つながって守ろう 大切ないのち」

～困ったときに助け合える地域、

知っておきたい身近な相談機関～



[コーディネーター]

(社)日本セーフコミュニティ推進機構 代表理事 白石 陽子 氏

[シンポジスト]

長野県精神保健福祉センター 精神保健専門員 小林 清美 氏

佐久警察署 生活安全課 課長 柳澤 昇 氏

山田 啓顕 法律事務所 弁護士 山田 啓顕 氏

(社)長野県労働者福祉協議会
ジョブながのライフサポートセンター佐久 所長 井上 秀治 氏

ライフサポート湯 代表 松本 芳美 氏

[コーディネータープロフィール]

(社)日本セーフコミュニティ推進機構 代表理事 白石 陽子氏

博士（政策科学）

- 一般社団法人日本セーフコミュニティ推進機構（セーフコミュニティ支援センター認証）
代表理事
- セーフコミュニティ認証センター（韓国） 公認コーディネータ
- 立命館大学衣笠総合研究機構 研究員
- 韓国亜州大学 医学部 客員教授

【セーフコミュニティ（SC）への出会い】

立命館大学大学院政策科学研究科在学中に「セーフコミュニティ（SC）」に出会い、我が国において地方自治体が SC に取り組む意義と限界について地方政策の視点から研究し、博士号を修得した。

博士課程在籍中から、京都府と亀岡市が「セーフコミュニティ」に取り組むにあたって実務・研究の面から支援してきた。亀岡市に続いて神奈川県厚木市、長野県箕輪町、同県小諸市、東京都豊島区の SC 活動及び SC 認証取得を支援してきた。現在では、SC 活動の広がりに伴い、横浜市栄区、大阪府松原市、福岡県久留米市、埼玉県北本市の SC 活動導入および認証に向けた支援を行っている。

【セーフスクール】

2011 年 12 月より、SC に加えて、その学校版である安全な学校づくり活動「セーフスクール」の認証センター（2011 年～）として安全な学校のための取組も支援している。現在、厚木市市立清水小学校のセーフスクール活動を支援するとともに、豊島区朋有小学校の SC 活動を支援している。

研究活動としては、博士号授位後は、立命館大学の研究員として研究を進めた後、2010 年 7 月から京都大学医学大学院研究科安寧の都市ユニットにおいてセーフコミュニティの研究を進めた。しかし、2011 年に一般社団法人日本セーフコミュニティ推進機構が日本における SC の公的機関として認証されたことをきっかけに代表理事として SC 支援活動及びその研究に専念している。

【海外での活動】

国外においては、SC 認証センター（韓国）の公認コーディネータ・認証審査員として、韓国、台湾、タイ、ベトナムなどアジアなどアジア各国の SC 活動の支援および認証審査を行っている。

[シンポジストプロフィール]

長野県精神保健福祉センター 精神保健専門員 小林 清美氏

- 長野県職員 保健師として採用
 - ・保健所（保健福祉事務所）、長野県障害者福祉センター「サンアップル」、女性相談センターなどで勤務
 - ・平成24年4月から長野県精神保健福祉センター 精神保健専門員として勤務

山田啓顕法律事務所 弁護士 山田 啓顕氏

- 長野県弁護士会所属
 - ・佐久市の岩村田商店街近くに事務所を構える。
 - ・現在は、長野県弁護士会高齢者障害者支援センター（ひまわり長野）に所属し、高齢者及び障がいの方からの相談を比較的多く受けている。
 - ・自殺予防対策に関連する活動としては、長野県社会福祉士会主催の「孤立死ゼロプロジェクト」に参加している。

(社)長野県労働者福祉協議会 ジョブながのライフサポートセンター佐久 所長 井上 秀治氏

- 佐久地区労働者福祉協議会 事務局長
 - 一般社団法人 長野県労働者福祉協議会
ジョブながのライフサポートセンター佐久 所長・相談員
 - 一般社団法人 長野県労働者福祉協議会
ながのパーソナル・サポート・センター上田サテライト
アシスタント・パーソナル・ソーター
- 昭和27年6月 南佐久郡小海町で生まれる
平成11年3月 長野県労働金庫本店営業部次長
平成18年6月 長野県労働金庫佐久支店内ローンセンター佐久所長
平成21年4月 長野県労働金庫営業推進部調査役
- ・平成21年4月 長野県労働者福祉協議会に出向し、佐久地区労働者福祉協議会事務局長に就任
 - ・平成23年2月 「ジョブながのライフサポートセンター佐久 無料職業紹介所」（厚生労働省許可番号 20-ム-300013）を佐久地区労働者福祉協議会事務所内に併設
 - ・平成23年6月 ながのパーソナル・サポート・センター上田サテライトが開所し、アシスタント・パーソナル・ソーターとなる

ライフサポート湯 代表 松本 芳美氏

- 昭和18年10月 鳥取県東伯郡三朝町で生まれる
昭和37年 4月 東京電力（株）入社
平成11年 9月 佐久市へ移住
平成12年 1月 東京電力（株）退職
平成12年 2月 建設業入社
平成15年 6月 建設業退職
平成18年 4月 ライフサポート湯設立
平成23年 4月～ 伊勢林区区長

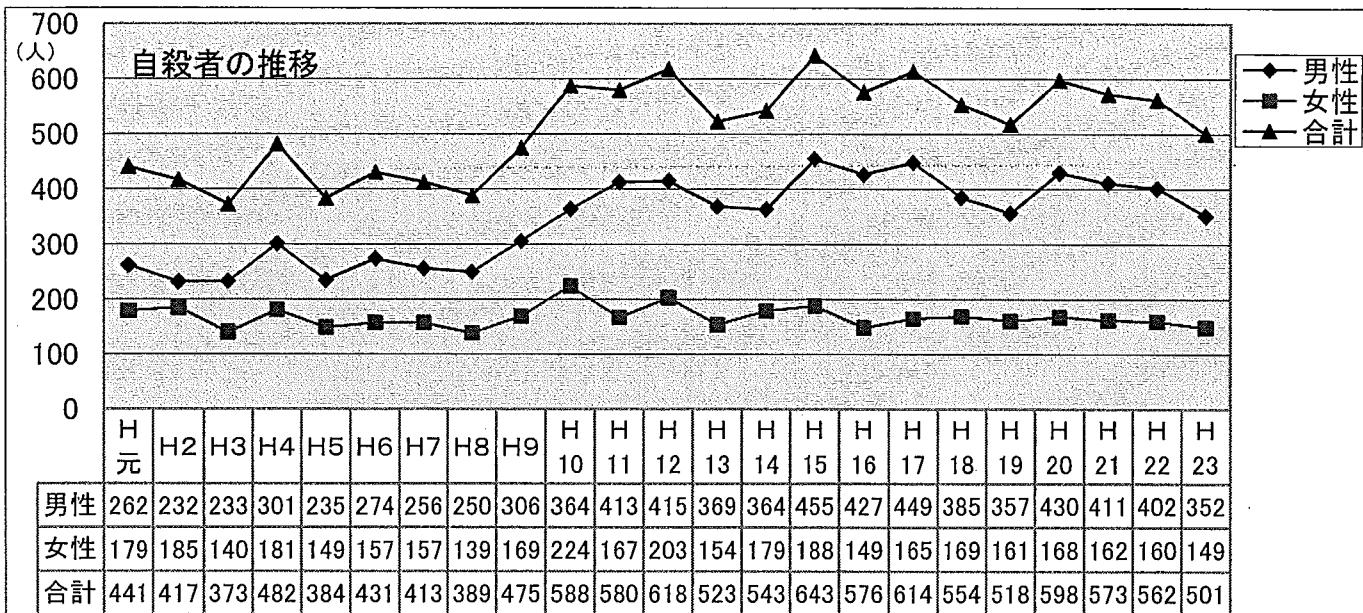


七

ミニ講話
シンポジウム
資料

平成23年中における自殺の概要(確定値)

平成23年1月30日、広報の「平成23年中における自殺の概要」については、以下のとおり確定した。なお、変更箇所は網掛け部分である。



1 性別

	総数	男	女
平成23年 (構成比)	501 (100.0%)	352 (70.3%)	149 (29.7%)
平成22年	562	402	160
増減数	-61	-50	-11
増減率(%)	(-10.9%)	(-12.4%)	(-6.9%)

2 年齢別

	~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳~	不詳	全体
平成23年 (構成比)	12 (2.4%)	52 (10.4%)	80 (15.9%)	90 (18.0%)	86 (17.2%)	78 (15.5%)	54 (10.8%)	48 (9.6%)	1 (0.2%)	501 (100%)
平成22年	12	44	76	84	122	101	76	45	2	562
増減数	0	8	4	6	-36	-23	-22	3	-1	-61
増減率(%)	±0%	+18.2%	+5.3%	+7.1%	-30.0%	-22.8%	-28.9%	+6.7%	-50.0%	-10.9%

3 職業別

	自営業者 家族従業者	被雇用者 ・勤め人	無職		不詳
			学生・生徒等	無職者	
平成23年 (構成比)	60 (12.0%)	161 (32.1%)	21 (4.2%)	255 (50.9%)	4 (0.8%)
平成22年	59	178	9	310	6
増減数	+1	-17	+12	-55	-2
増減率	+1.7%	-9.6%	+133.3%	-17.7%	-33.3%

4 原因・動機別

	平成23年	平成22年	増減数	増減率
家庭問題	106	151	-45	-29.8%
健康問題	314	318	-4	-1.3%
経済・生活問題	118	179	-61	-34.1%
勤務問題	65	81	-16	-19.8%
男女問題	27	22	+5	+22.7%
学校問題	11	4	+7	+175.0%
その他	30	59	-29	-49.2%
不詳	56	76	-20	-26.3%

**セーフコミュニティ
Safe Community**

白石 陽子 博士(政策科学)
日本セーフコミュニティ推進機構
代表理事

 Japan Institution for Safe Communities

セーフコミュニティ(SC)とは

- ・「安全な地域」の取組を英訳? **NO**
- ・「安全なまち」のお墨付き? **NO**

7指標[=3つの視点]に基づいた
安全で健やかな地域づくり



世界的なSCネットワークの仲間入り

 Japan Institution for Safe Communities

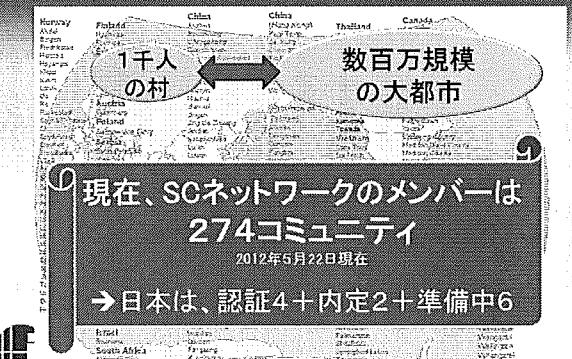
2

セーフコミュニティの取組対象の例

【不慮の要因】	【意図的な要因】
<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの安全 ・高齢者の安全 ・家庭の安全 ・学校の安全 ・職場の安全 ・公共の場の安全 ・交通安全 ・災害対策(減災) 	<ul style="list-style-type: none"> ・自殺予防 ・暴力・犯罪予防 <ul style="list-style-type: none"> -DV -児童虐待 -老人虐待 -いじめ
	など

 Japan Institution for Safe Communities

世界レベルで広がるSC活動



現在、SCネットワークのメンバーは
274コミュニティ
2012年5月22日現在

→日本は、認証4十内定2十準備中6

 Japan Institution for Safe Communities

4

日本におけるSC活動の展開

- 京都府亀岡市(2008.3.1認証)
- 青森県十和田市(2009.8.28認証)
- 神奈川県厚木市(2010.11.19認証) (→ セーフスクール)
- 長野県箕輪町(2012.5.12 認証)
- 東京都豊島区(2010.2~) (→ セーフスクール)
- 長野県小諸市(2010.3~)
- 神奈川県横浜市栄区(2010.4~)
- 大阪府松原市(2011.5~)
- 福岡県久留米市(2011.7~)
- 埼玉県北本市(2012.1~) さらに、静岡市や鹿児島市も..

 Japan Institution for Safe Communities

5

セーフコミュニティの7指標

1. 分野の垣根を越えた協働による推進組織
2. 全ての年齢・性別・環境・状況を対象とする長期的、継続的なプログラム
3. ハイリスクの集団・環境に着目し、弱者グループを対象としたプログラム
4. 入手・活用可能な根拠(エビデンス)に基づいたプログラム
5. 外傷の頻度と原因を記録するプログラム
6. プログラム・プロセス・効果を測定・評価
7. 国内外のSCネットワークへの継続的参加

 Japan Institution for Safe Communities

6

◎ SCの指標は、「7つの指標」
→その中核となる「3つの視点」

- 視点1 みんなが一緒にやって取組む
- 視点2 全市民の一生の安全を対象
⇒弱者やハイリスクに焦点
- 視点3 ムリ・ムダを防ぎ効率的・効果的に取組む



Japan Institution for Safe Communities

7

従来からの取組との違い

◎SCは、今までの取組と何が違うのか

これまでの取組に「3つの視点」をプラス

[従来の取組] × [協働] × [体系的展開] × [取組評価]
(視点1) (視点2) (視点3)



Japan Institution for Safe Communities

8

【参考】

日本セーフコミュニティ推進機構

Japan Institution for Safe Communities (JISC)

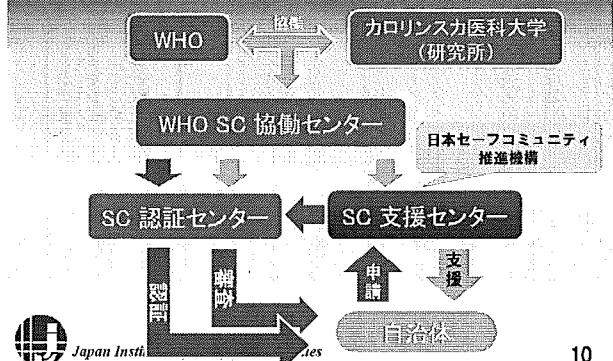
- ・セーフコミュニティ(SC)活動を推進するため
に設置された、一般社団法人
- ・Affiliate Safe Community Support Center
(提携SC支援センター) 2011年5月～
→国外:認証審査員としてSC審査
→国内:取組の支援・質の確保
認証に向けた支援



Japan Institution for Safe Communities

9

【参考】SC関連組織及び相関関係



10

うつ病について

自殺に傾く人のうち、うつ病・うつ状態と推定される方の割合が多いといわれております、自殺とうつ病の関連は深いと考えられています。

うつ病の早期治療と適切な治療が自殺防止の第一歩です。

＜うつ病を疑うサイン＞

誰でも時には気分が滅入ったり、おっくうだったり、だるかったりすることはありますが、時間が解決することも多く、しばらくすると収まることがほとんどです。しかし、このような抑うつ的な状態が長く続き、うつ病になることがあります。

うつ病はきちんと治療することで回復できる病気として捉え、うつ病に対して気づくことから始まります。

自分が気づく変化	周囲が気づく変化
1 悲しい、憂鬱な気分、沈んだ気分 2 何事にも興味がわからず、楽しくない 3 疲れやすく元気がない（だるい） 4 気力、意欲、集中力の低下を自覚する 5 寝つきが悪く、朝早く目がさめる 6 食欲がなくなる 7 人に会いたくなくなる 8 夕方より朝方のほうが気分、体調が悪い 9 心配事が頭から離れず、考えがどうどう 巡りする 10 失敗や悲しみ、失望から立ち直れない 11 自分を責め、自分は価値がないと感じる など	1 以前と比べて表情が暗く、元気がない 2 体調不良の訴え（身体の痛みや倦怠感） が多くのくなる 3 仕事や家事の能率低下、ミスが増える 4 周囲との交流を避けるようになる 5 遅刻、早退、欠勤（欠席）が増加する 6 趣味やスポーツ、外出をしなくなる 7 飲酒量が増える など

（うつ対策推進方策マニュアルー都道府県・市町村職員のため）



自殺予防ゲートキーパーとは

誰もがゲートキーパーとなれます。

ゲートキーパーとは家族や地域、職場、保健、医療、教育等の場面で、自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応を図るために、身近な人の自殺の危険を示すサインに気づき、見守りや、必要に応じて専門相談機関へつなぐなど適切な対応を図る役割が期待される人材です。

自殺を未然に防ぎ、「生きやすい社会」を作るためには誰もがゲートキーパーとなり、自殺の現状を正しく理解し、偏見をなくし、自殺に傾いている人、自殺

で大切な人を亡くした人などを支えるネットワークが必要です。

地域生活の支援
各機関との連携

保健補導員

地域の支援者

民生委員 児童委員

県機関窓口

市町村窓口 教職員

行政の窓口

社会福祉協議会

ハローワーク

地区役員

本人

病院スタッフ

かかりつけ医

弁護士 **専門家**

司法書士

警察・消防

専門的な問題
の解決

家族

隣人

友人

同僚・上司

地域住民

一番身近な相談者

あなたの日常の相談・支援等の業務や活動に、

「自殺予防のゲートキーパー」としての機能を加えていただけませんか？

ゲートキーパーの役割

【気づき】

「あれ、いつもと
様子が違う」
「なにか悩みが
ありそう」

【傾聴】 【つなぎ】 【見守り】

気になるサイン
悩みを抱えている
健康に不安がある
自殺をほのめかす

まずは話を聞く
必要な情報を伝える
専門の相談機関へつなぐ
その後も見守る