



あ お ば だ よ り



Vol. 61
情報管理広報委員会



第15回 あおば祭 開催される

去る令和6年10月26日、第15回あおば祭～笑顔・感謝・助け合い～が開催されました。新型コロナウイルス感染症により開催が延期となっておりましたが、5年ぶりに開催することができました。今回は入院患者さんを対象に、むたゆうじさんのおしゃべりコンサートとなりました。コンサートは大盛況、参加された方々の笑顔を見ることができました。コンサート終了後は令和4年よりフィリピン、令和6年よりネパールからの特定技能実習生を迎えることができました。料理やダンス披露等で各国の文化に触れることができました。とても有意義な時間を過ごすことができました。皆さんの助け合いがあり、あおば祭を開催できましたこと、皆さんの笑顔が見れたこと、文化交流を行い色々な経験できましたことに深く感謝します。



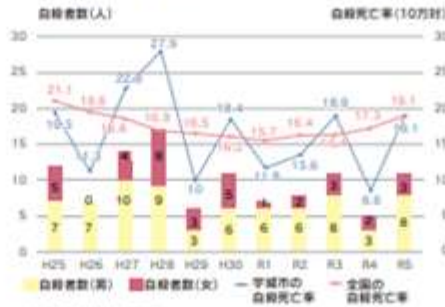
いのちつなぐ



— 私たちにできること —

■ 社会福祉課 ■ 32-1387

宇城市の自殺者数と自殺死亡率の推移



令和5年の日本の自殺者数は218,377人にのぼり、最も多かった平成15年よりも約37%減少していますが、いまだに年間2万人を超える人が自殺で亡くなっているのが現状です。熊本県内では279人、市でも毎年十数人の尊い命が自ら絶たれている状況にあります。一人でも多くの命を守るためには自殺予防対策を地域で広めていく必要があります。

なります。
また、もう一つ全国と同じ傾向にあり、気になるのが10代から30代までの死因の第1位が自殺となっていることです。現代社会の職場のストレス、学校問題、家庭問題などが要因となっています。
また、皆さんは、自殺者は一人暮らしに多いというイメージの人もあるかもしれませんが、実は同居人ありの自殺者数は、同居人なしの場合に比べて2倍以上も多い数値となっています。同じ家に住んでいても孤独を感じている人が多くいます。
自殺の多くは一つの原因から生

じるものではなく、さまざまな要因が連鎖することで起ることを考えられます。その中でも「孤立」が共通した要素の一つとなっていて、社会とつながることが一つの鍵になります。特に家族の方が大きく「居場所がある」といふ話を聞いてもらえると「安心できる場所、味方と思える人がいる」とはとても大事なことです。家族や友人、安心できる場所や地域とのつながりが大事になります。
私たちにできること
ゲートキーパーの役割は専門知識や資格は必要なく、誰でも担



ゲートキーパー養成講座の講師を務める、医療法人社団明心会あおば病院の谷川さんに聞きました。

あおば病院 精神科・心療内科指導医 室長 谷川 由利さん

自殺の現状
令和5年の全国の自殺者数は前年より、44人減少しましたが、男女別で見ると、男性は2年連続の増加、女性は4年ぶりの減少となりました。男性の自殺者が女性の約2.1倍となりました。熊本県の自殺者の傾向も全国と同じく40代から60代の男性の割合が高く、全体の約4割を占めています。
原因・動機は健康問題が全体の約4分の1を占め、次いで経済・生活問題、家庭問題、労働問題と

ことができます。ゲートキーパーに期待される4つの役割変化に気がつくべく耳を傾ける。「支援先はつなげる」温かく見守る意識、身近な人が話を込んでいるいたら、まずは優しく声を掛けてみてください。その行動がゲートキーパーの第一歩となります。
全ての自殺を防ぐことはできませんが、この記事を読んでいる皆さんが悩んでいる人に気が付き、声を掛けることで、自殺を減らすことができます。私たち一人一人が自殺予防の強い手、ゲートキーパーになりましょう。

見守ろう
温かく見守る意識を身につけて

支援先につなげよう
早期に専門家に相談する大切さ

耳を傾けよう
本人が話すのを待たず、傾聴すること

変化に気付こう
はげや生活の変化を気に掛ける

POINT
ゲートキーパーとしての役割

ゲートキーパーとは
悩んでいる人に気付き、声を掛け、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る「命の門番」となる人のこと。
できることを意識して行動することで、専門家ではない私たちでも自殺予防に取り組むことができます。

病院所在地 & アクセスマップ

医療法人社団 明心会
あおば病院
精神科・心療内科

〒869-0513
熊本県宇城市松橋町萩尾2037番地1

TEL: 0964-32-7772
FAX: 0964-32-7333
URL: <http://www.aoba-hospital.jp>

