



静岡市  
自殺対策推進センター  
〒420-0846  
静岡市葵区城東町 24-1  
静岡市保健所 精神保健福祉課内  
TEL&FAX:054-209-7260  
No.21 R1.7 配信

# いきるんのマンガコンテスト 作品大募集!



静岡市の「生きる!を支える」取り組みを市民に発信し、いのちの大切さや身近な人との支え合いについて考えたり話す機会が増えるように、「生きる!を支える」みんなの隊長いきるんを主役にしたマンガ作品を募集します!

悩んでいるときに支えられたひと言や、そばにいてくれた人への想い、悩んでいる人を近くから見守ったり寄り添ったりした体験などをマンガで伝えてください。

### << 募集要項 >>


◇令和元年8月1日(木)~9月30日(月)まで(午後5時必着)

◇小学生の部 …静岡市内に在住または通学している方  
中学生の部 …静岡市内に在住または通学している方

一般(高校生以上)の部…静岡市内に在住または通勤・通学している40歳未満の方

※応募資格や応募方法等、詳しくは「しずここネット」をご覧ください。

▽「しずここニュースレター」では、自殺対策や心の健康に関する事業に携わる方及び関係者の方々に対し、静岡市における自殺対策に関する情報を提供しています。ニュースレターに対する御意見・御要望等ありましたら、お気軽にお寄せください。



心の悩みなどに関する各種相談窓口、相談会、イベント等の情報、その他自殺対策に関する様々な情報を提供しています。

## ♥ 9月は静岡市の自殺予防月間です

9月10日は世界自殺予防デーです。わが国では自殺対策基本法により、毎年9月10日~16日の一週間を自殺予防週間としています。これに合わせて静岡市では、9月を自殺予防月間とし、「生きる!を支える」をスローガンに様々な取組を行います。

### ✓ 街頭キャンペーン

9月10日(火)朝の通勤・通学時間帯に合わせて、JR静岡駅にて普及啓発グッズを配布しながらメンタルヘルスや自殺予防について呼びかけます。

昨年の普及啓発グッズ



## ♥ 「生きる!を支える」~こころと法律の相談会~ を開催します

自殺の原因には、心身の健康問題のほか、経済生活問題、勤務問題等の様々な要因が絡み合っていると考えられます。

そこで、こころと健康に関する不安等とともに、法的な問題を抱えている方の相談に応じる「生きる!を支える」~こころと法律の相談会~ を開催します!

この相談会では、こころの専門家(精神保健福祉士)と法律の専門家(弁護士)の2名が同席し、皆様のご相談に応じます。

- ◇日時: 令和元年9月4日(水) 11日(水) 18日(水) 24日(火)
- ①18:30~ ②19:30~ (各日4名まで)
- ※相談時間は1時間以内となります (事前予約制)
- ◇場所: 静岡市葵区黒金町49番地 JR静岡駅パルシェ7階A・B会議室
- ◇対象: 静岡市内に在住または通勤・通学している方

【申込・問合せ先】  
一般社団法人  
静岡県精神保健福祉士協会  
☎090-5854-1368  
申込受付: 8月13日(火)~9月24日(火)  
受付時間: 平日 10:00~16:00

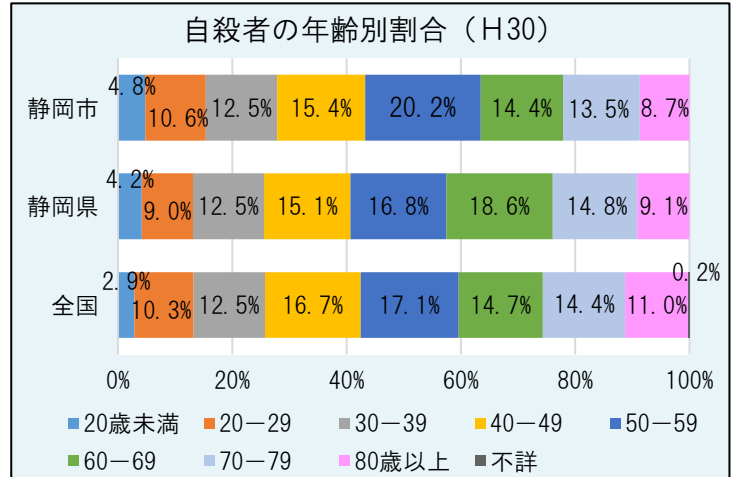
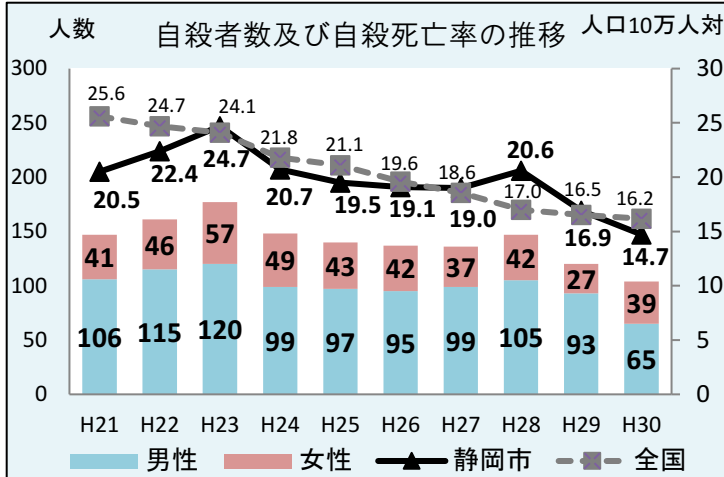
### 静岡市の自殺の現状

※厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

#### 平成 30 年（確定値）

平成 30 年の静岡市の自殺者数は 104 人、自殺死亡率（人口 10 万人あたりの自殺者数）は 14.7 となり、前年と比べて 16 人減少しました。また、過去 10 年で最も低い値となりました。このうち、男性は 65 人（自殺死亡率 18.8）、女性は 39 人（自殺死亡率 10.8）となっていました。前年と比べて男性の自殺者数は減少したものの、女性の自殺者数は増加しました。

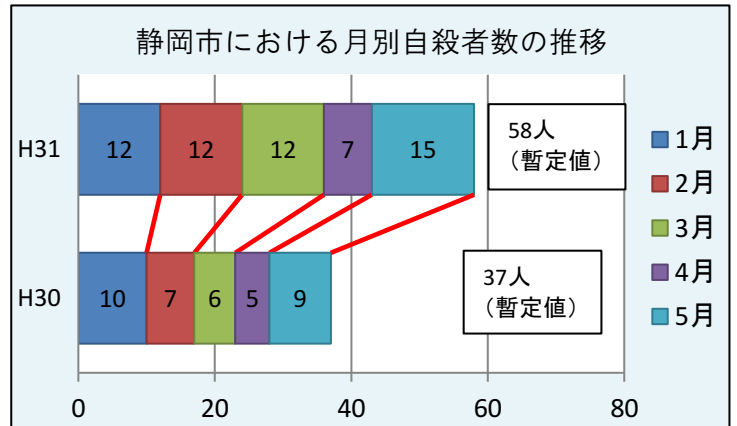
平成 30 年の自殺者の年齢別割合をみると、静岡市では 50 歳代の自殺者が最も多くなっていました。全国や県と比較しても本市の 50 歳代の割合は高くなっています。また、50 歳代に次いで 40 歳代の自殺者数も多くなっており、静岡市は働く世代の自殺者が多い傾向にあります。



#### 平成 31 年 1 月～5 月（暫定値）

静岡市の平成 31 年 1 月～5 月までの自殺者数（暫定値）は 58 人（男性は 36 人、女性は 22 人／男女比 6：4）、各月の平均自殺者数は 11.6 人でした。

月別にみると、5 月が最も多い 15 人であり、前年よりも多い人数で推移しています。前年同時期の 37 人（暫定値）をすでに上回る自殺者数となっており、今後の推移に特に目を向けていく必要があります。



### 関係課からのお知らせ

入場無料

#### ✓ 「生きる！を支える」市民講演会を開催します！

認知行動療法の第一人者である大野裕氏（精神科医・認知行動療法研修開発センター理事長）を講師に迎えて、「生きる！を支える」市民講演会を開催します！この機会に、大野先生から「こころが楽になる生き方のコツ」を一緒に学んでみませんか？たくさんの方のご来場を心よりお待ちしております！

- ◇日 時：令和元年 9 月 7 日（土）13：30～15：30（13：00 開場）
- ◇場 所：静岡市民文化会館 中ホール
- ◇定 員：570 名（事前申込み・申込順）
- ◇申込方法：静岡市コールセンターへお電話ください。

☎ 054-200-4894 ※申込は 8 月 2 日(金)から



【問合せ先】

こころの健康センター ☎054-262-3011