



いのちとこころの支援センターは「自殺予防・自殺対策の専門相談機関」です。

9月に入り、秋の気配を感じる季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。読書や芸術、スポーツの秋、食欲の秋など、秋は過ごしやすく、何かに取り組むには良い季節です。季節の移ろいを楽しむ心の余裕を持ちながら、毎日過ごしていきたいですね。

### ○9月は自殺対策推進月間です

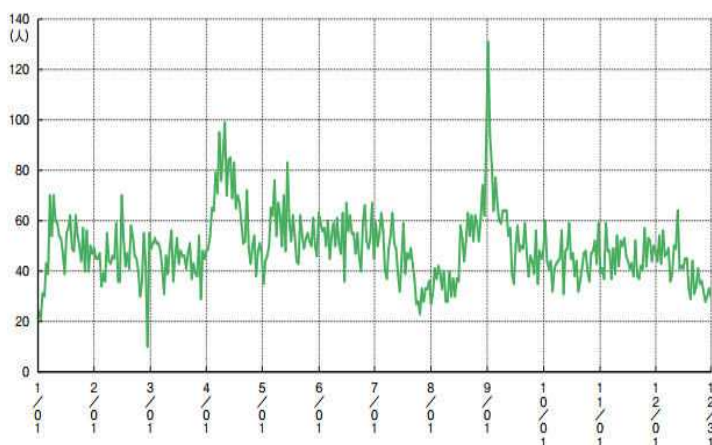
9月は新潟県の自殺対策推進月間、9月10日から9月16日は国の自殺予防週間となっています。当センターも、自殺対策により一層取り組んでいきたいと思っています。



### ○子どもの自殺について

内閣府平成27年版「自殺対策白書」によると、18歳以下の子供の自殺は4月や9月など「長期の休み明け」に増える傾向があることが明らかになっています。当センターも中学生や高校生のケースについて相談を受けています。学校や家庭、地域が連携しながら、子どもに対するきめ細やかな支援を行い、子ども自身の自己肯定感や自己有用感を高めていくことが必要であると相談を受ける中で感じています。

第4-5図 18歳までの日別自殺者数



資料：厚生労働省「人口動態調査」の調査票情報の独自集計

### <研修会報告>

○9月5日に、長岡市で開催された「依存症問題に関わる支援者研修会」に丹内が参加しました。東京の成増厚生病院の後藤恵先生を講師に、講演とグループワークの内容でアルコール依存症に対する理解を深めることができました。

日常の相談支援業務を行う上で、アルコールとうつ、自殺の関係で、うつ病の被支援者に関しては危険な飲酒・依存症の疑いがないか等、「飲酒量を確認する必要性」についての先生の話が印象に残りました。



ご連絡お待ち  
しています。



### 下越地域いのちとこころの支援センター

電話番号：0254-28-8880

受付時間：平日8：30～17：15

場 所：〒957-8511 新発田市豊町3丁目3-2  
(新発田地域振興局 2F)