

SHIRATORI

~Information~

発行 社会福祉法人しらとり会
 発行責任者 理事長 正田 信夫
 〒739-2105 東広島市高屋町松山 267-1
 TEL 082-493-8751
 FAX 082-493-8752
 E-mail shiratori@vega.ocn.ne.jp
<http://shiratorikai.com>

『東広島市自殺対策計画 ~「生きる」を支え合うまちづくり~』がスタートしました

我が国の自殺者数は、平成 10 年以降、14 年連続して 3 万人を超えていました。そのような状況を背景とし、国は平成 18 年に「自殺対策基本法」を施行しました。近年、全国の自殺者数は減少の傾向にありますが、2 万人を超えており、15 歳~39 歳の各年代の死亡原因の 1 位は自殺になっています。東広島市では死亡原因の 8 位となっています。国は、誰もが「生きることの包括的な支援」として自殺対策に関する必要な支援を受けられるよう、すべての市町村に自殺対策計画を策定するよう義務づけました。これを受け、東広島市でも、この 4 月から『東広島市自殺対策計画~「生きる」を支え合うまちづくり~』がスタートしました。

今回は、「東広島市自殺対策計画」の一部をご紹介します。

◎計画の基本理念 「生きる」を支え合うまちづくり

- ・市民の誰も自殺に追い込まれることのない地域を目指し、「生きる」を支え合うまちづくり。
- ・市民一人ひとりの命に寄り添い、「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことを通じて、計画の目指す姿の実現。

◎計画の基本目標と体系

基本目標	基本施策	具体的な取り組み例
1. 安心して生活できる地域のネットワーク作り	(1) 支え合いの地域づくり支援 (2) 関係機関等との連携による相談・支援体制の強化 (3) 居場所作り	地域とのつながり、相談・支援関係機関等と支援ができるよう、孤立を防ぐための居場所作りなどの推進
2. 自殺対策を支える人材の育成の推進	(1) 気づき・つながり・見守りができる人材の育成 (2) 相談・支援を担う人材の育成	悩みを抱えたり、困難な状況にある人に気づき、関係機関へつながり、見守ることができるゲートキーパー ^(※1) となる人の育成
3. 自殺対策に関する啓発の推進	(1) ストレスやこころの健康に関する正しい知識の普及啓発 (2) 子ども世代からの自殺予防の推進	自殺について理解を深めるための啓発や相談窓口、生きるための支援の情報について広く周知を図る
4. 相談・支援体制の充実	(1) 健康に関する相談・支援の充実 (2) 生活・経済・仕事等に関する相談・支援の充実 (3) 障害者への相談・支援の充実 等	市民が主体的に健康づくりに取り組めるよう、心身の健康に関する相談や支援の充実を図る

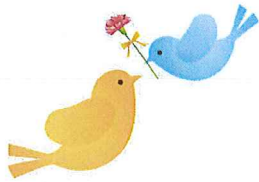
(※1) ゲートキーパーとは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。

* 東広島市健康増進課の方よりコメントを頂きましたのでご紹介します。

本市では、平成 31 年 3 月に自殺対策計画を策定しました。本市の現状は、自殺者のうち、80 歳以上の自殺死亡率、男性 20 歳代の自殺死亡率は全国、広島県を上回っています。

今後は、生きづらさを抱える人たちが安心して相談出来る人や場所をできるだけ増やしていきたいと考えています。そのために、「大切な命を守るために私たちができること」を学ぶ「ゲートキーパー研修」を実施していきます。誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指し、市民一人ひとりのいのちに寄り添う事業を進めてまいりたいと考えております。 (江川)

上記にあげた項目以外にも様々な取組等があります。皆さんに知っていただき、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが自殺対策につながると思います。 (山本)



<4月 しらとり会ミーティング 報告>

4月12日(金)しらとり会4階(食堂) 利用者19名 職員7名

(1) 意見箱について

今回、意見箱に意見および要望はありませんでした。

(2) 3階相談室について

利用者より、「相談室の防音対策について、以前議題に出しましたが、進んでいないと思います。今日のような状況ですか。」との意見がありました。所長より、「白いフェルトをはりましたが、あまり効果が出ませんでした。」「建物の構造上、防音対策には限界がありますので、音楽を流す等工夫をしたいと思います。」との返答がありました。

(3) 1階トイレについて

利用者より、「トイレ掃除のモップが壊れたのでなんとかしてほしいです。」との要望がありました。所長より、「3階に置いてあるものは、この前に交換しましたので、また用意します。」「掃除道具など壊れているの見付けた方は、すぐに職員へ言いに来てください。」との返答がありました。

(4) 落とし物について

職員より、「前回から今回のミーティングまでの落とし物は、2件(現金)でした。心当たりのある方は、職員に声を掛けてください。」との報告がありました。

<しらとり会 活動報告>



平成31年3月16日～平成31年4月15日(備考は利用者の人数)

月日	内容	備考
3/18(月)	おりょうりくらぶ	7名
3/19(火)	家族のつどい	
3/20(水)	東広島市自立支援協議会 精神 保健福祉部会 出席	
3/25(月)	避難訓練	25名
3/26(火)	理事会	
3/27(水)	松賀サロン	3名
3/30(土)	フットサル	2名


月日	内容	備考
4/1(月)	女子会	3名
4/3(水)	「フレンド・グループ」ミーティング	5名
4/5(金)	東広島市自立支援協議会 精神保健 福祉部会 出席	
4/12(金)	しらとり会ミーティング	19名
4/13(土)	ピアサロンこころ	2名



地域生活支援センターまほろば

<p>フットサル</p>	<p>【日 時】5月25日(金) 9時30分～11時30分 【場 所】東広島運動公園(現地集合) 【参加費】24円(保険料) 【申込締切】5月22日(水)12時まで 【お問い合わせ】担当(藤井)まで</p>	
<p>ミニ昼食会</p> 	<p>【日 時】5月11日(土)10時～13時 【場 所】しらとり会 2階(地域交流室) 【メニュー】サンドイッチ、スープ、デザート 【参加費】300円(材料費) 【申込締切】5月10日(金)12時まで 【お問い合わせ】担当(山本)まで</p>	


*お申し込みは、まほろばのホワイトボードに名前をご記入ください。電話でも受付可能です。

<p>しらとり会 ミーティング</p>	<p>【日 時】5月10日(金)13時～ 【場 所】しらとり会 4階(食堂) ※お申し込みは、不要です。</p>	
-------------------------	--	--

ピアサポート活動

ピアサポーターの加藤さんより、「忘れたら楽になる ～捨てる技術・忘れる技術～」

- 治療的に忘れると致命傷である。
- 心理的に忘れると命が助かる。
- でもその後自分が苦しむ。
- 忘れるとは逃げ以外の何物でもない。
- 秘密を守る場合はこの法則は当てはまらない。
- 思考スピードを速めるには単語や点ではなく、情景で物事を考えることである。
- 折衝にはこの情景で物事を考える方法で、頭の中で計算し両方にウィン・ウィンの結果を、もたらす。
- これを利用すれば忘れて一時の苦しみやフラッシュバックから逃れる為に、情景をあえて言葉にしないことで自分が意識しなくて済み楽になる。
- 言葉にしないことでキネシクス(動作学)で、心理を読み取られにくく、相手に自分の心配事を隠すのに楽なこともある。
- この作業を繰り返すと、つまり忘れることを意識して行くと、いい思い出だけが頭の中に残る。
- いい思い出に頼って病状が改善されてから、嫌な思い出に対処できる力を付けなければならない。
- そうすると苦しい嫌な思い出が自分を育ててくれたことに気付くのである。 (加藤忠男)

<p>「フレンド・グループ」 ミーティング</p>	<p>【日 時】5月8日(水)13時～14時 【場 所】しらとり会 4階(食堂) 【内 容】ホームページ作成(案)について他</p>	
-------------------------------	--	---



地域生活支援センターまほろば・ワークセンターなかよし 予定表

【令和元年5月1日(水)～令和元年6月1日(土)】

日	月	火	水	木	金	土
			5/1	2	3	4
《まほろば》			新天皇即位日 (まほろばは開いています)	国民の休日 (まほろばは開いています)	憲法記念日 (まほろばは開いています)	みどりの日 (まほろばは開いています)
《なかよし》 生活訓練事業			休み	休み	開所日 (個別対応)	休み
B型事業			開所日	開所日	休み	休み
5	6	7	8	9	10	11
(こどもの日)	振替休日 (まほろばは開いています)		パン販売 「フレンド・グループ」 ミーティング		しらとり会 ミーティング	ミニ屋食会
閉館日	休み					休み
	休み	清掃作業 地方情報誌配布作業	健診会場設営作業 地方情報誌配布作業	清掃作業 チラシ配布作業		休み
12	13	14	15	16	17	18
			パン販売			
閉館日			プチクッキング		プチクッキング	休み
		地方情報誌配布作業	健診会場設営作業 地方情報誌配布作業	チラシ配布作業		休み
19	20	21	22	23	24	25
			パン販売			フットサル
閉館日					プチクッキング	休み
		地方情報誌配布作業	健診会場設営作業 地方情報誌配布作業	チラシ配布作業	工賃支給日	休み
26	27	28	29	30	31	6/1
			パン販売			
閉館日					プチクッキング	休み
	健診会場設営作業	地方情報誌配布作業	地方情報誌配布作業	チラシ配布作業		休み

*4月末現在の予定のため、変更になる場合があります。

- ・職員会議：5月7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火)
- ・ワークセンターなかよしは、5月1日(水)、5月2日(木)を開所し、作業を行います。

～ 感謝の気持ち ～

お世話になった方々の紹介です。ありがとうございました。

期間：平成31年3月16日～平成31年4月15日

- 【ボランティア】 堀川海菜美様 堀川美幸様
- 【物品等寄付】 匿名4名
 ㈱さくらや様

