

# 北海道の自殺対策について

北海道地域自殺予防情報センター

=====  
試される大地

H21.12.28

[ 北海道 ] 北海道の自殺対策について

Vol.005

～自殺の実態を知ろう～

Hokkaido

Government

発行：北海道地域自殺予防情報センター

=====

\*\*\*\*\*

－ 発行にあたって －

これまで北海道地域自殺予防情報センターでは、「北海道の自殺対策について」に替わる  
タイトルを募集していました。皆さまからのご応募、本当にありがとうございました。来  
月発行予定の Vol.6 より、新たなタイトルでメールマガジンを配信します！

-----  
－ 目 次 －

## 【1】北海道における自殺の現状

◇中高年世代の動機別自殺者数

## 【2】中年期の特徴

◇中年期危機

◇中年期の自殺の特徴

## 【3】お知らせ

◇こころの電話相談－相談時間を延長しました－

◇HP を開設しました

◇相談・支援者のための「自殺予防ゲートキーパー」研修

## 【4】編集後記

-----





北海道地域自殺予防情報センターの HP を開設しました。より情報を見やすく、分かりやすくなるよう心がけました。充実した内容になるよう、努めていきたいと思っております。

URL: <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/jisatutaisaku.htm>

◇相談・支援者のための「自殺予防ゲートキーパー」研修

地域や医療・保健・福祉、労働、教育等の様々な分野で相談支援活動を行っている方を対象に「自殺予防ゲートキーパー」研修が、網走と旭川で行われました。この研修は道内 6ヶ所で行われる予定で、次回は 1 月 16 日に釧路、1 月 30 日に帯広で開催されます。詳しくは当センターまでお問い合わせください。

URL: <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/shf/jisatuyobou.htm>

\*\*\*\*\*

#### 【4】編集後記

「北海道の自殺対策について～自殺の実態を知ろう～」をご覧頂きありがとうございます。早いもので今年最後の配信となりました。どうぞ、来年も引き続きご愛読をよろしくお願い申し上げます。先日、北海道内の精神保健福祉に携わる職員を対象としたトピックス研修「ギャンブル依存症と多重債務」を開催しました。そこで司法書士の先生を講師としてお迎えし、お話を伺いました。これまでほとんど関わることのない職業の方でしたが、債務整理の手続き方法等の他にも、多重債務問題と自殺対策についてのお話を聴かせていただきました。1 時間ほどのご講演でしたが、先生の話に耳を傾けていると、たとえ莫大な借金があったとしても「何とかなるのかもしれない」と、解決への希望が持てそうな気持ちになりました。

心身共に疲弊しているときは心理的視野狭窄の状態となり、自殺以外の方法がないと思ってしまうことがあるのかもしれませんが、しかし、借金経済問題で悩んでいる場合は司法書士などの専門家に相談をすとか、あるいは必要としている人に紹介することは、有効な解決策の 1 つになるのではないのでしょうか。

日本司法書士会連合会の URL を以下に示します。

URL: <http://www.shiho-shoshi.or.jp/>

次回 Vol.6 は 2010 年 1 月末に配信予定です。

＊お問い合わせ先＊

北海道立精神保健福祉センター

札幌市白石区本通 16 丁目 6 番 34 号

Tell 011-864-7121

Fax 011-864-9546

URL <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/>

Mail [hofuku.seishin1@pref.hokkaido.lg.jp](mailto:hofuku.seishin1@pref.hokkaido.lg.jp)