

はじめに

厚生労働省は、平成29年の自殺者数は20,465人（人口動態統計）であったことを発表しました。平成22年以降、自殺者数は減少してきていますが、20～30代の死因の一位は自殺であり、若年層の減少幅は少ないなど、未だ深刻な状況が続いています。

広島中央圏域（竹原市、東広島市、大崎上島町）でも、ここ数年は40人前後の方が自殺で亡くなられており、若年層が減少していないことや高齢層が増加気味という傾向があります。

多くの自殺は、さまざまな悩みにより「心理的に追い込まれた末の死」であり、本人だけでなく、社会全体にとっても大きな損失となっています。

自殺の原因や動機は1つだけでなく、健康問題や失業、多重債務、長時間労働などの経済や生活、家庭等に関する悩みなどが複雑に関係しています。自殺を予防するためには、悩みを一人で抱えて心理的に追い込まれる前に、専門の相談機関や医療機関で支援を受けることがとても重要です。

当圏域においても、市町の担当課や保健所などで自殺予防に向けた相談・支援を行う中で「この問題はどこにつないだらよいだろうか？」という声も増えはじめ、相談を受けた際に支援者が適切に「気づき、つなぐ」ためには「身近な地域にある相談窓口情報をきちんと把握し、顔の見える関係が必要」との思いから、支援者の活動援助に役立つ当圏域版の「いのちとこころの相談機関ガイドブック」を平成26（2014）年2月に作成しました。

今回、情報内容を更新した改訂版（第三版）を作成しましたので、一人でも多くの尊い命が救われるよう、悩みを抱えたまま孤立することなく、必要とする支援につながるため、広く地域のみなさまにご活用いただければ幸いです。

最後に、改訂に当たって協力いただいた関係者のみなさまに、心からお礼を申し上げます。

平成31（2019）年3月

広島中央地域保健対策協議会
うつ・自殺医療連携検討会
委員長 山崎正数

* 「いのちとこころの相談機関ガイドブック」の掲載内容について

①掲載情報は、平成30（2018）年12月時点の内容です。実施日時や診療受付時間等は変更される場合がありますので、最新の情報は各機関へお問い合わせください。

②掲載情報の区分について

分野…相談機関の主な相談事業を「分野」として掲載しています（次の9区分）。そのため、その機関のすべての事業や活動を示す分野と一致しない場合があります。

【こころ・健康/金融・くらし/職場・勤労/犯罪・薬物/人権・法律/福祉/高齢者/こども・女性/教育】

対象…相談機関を利用できる広島中央地域（竹原市、東広島市、大崎上島町）内の地域を掲載しています。そのため、その機関の全体の管轄地域と異なる場合があります。