

9月10日って何の日?

World Suicide Prevention Day

福祉課 ☎66♦1106

ご存じですか

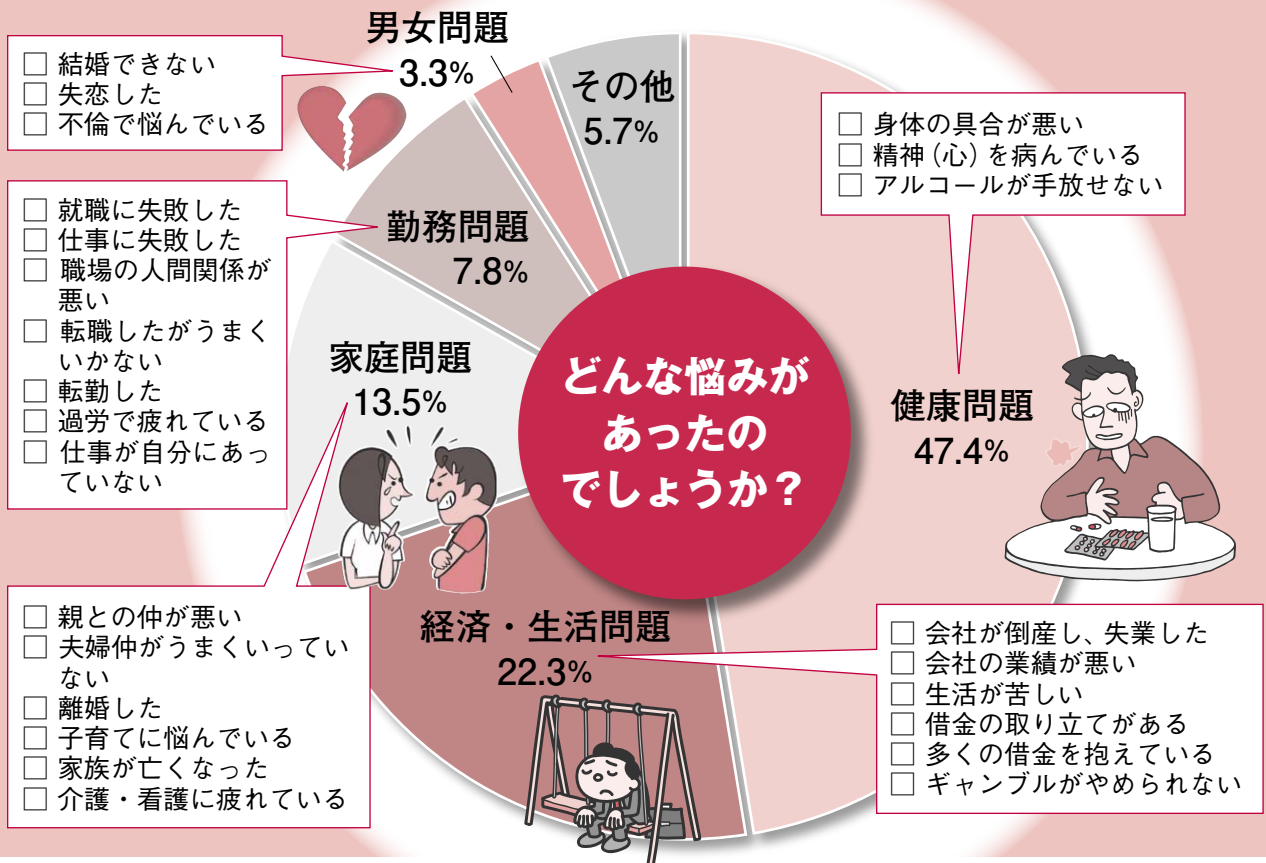
9月10日は世界自殺予防デーです。世界の国々でも、日本と同様に自殺で亡くなる方は後を絶ちません。こうした状況を憂い、WHO(世界保健機関)は、「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題」と定義し、全世界が自殺予防対策に取り組むよう、9月10日を世界自殺予防デーと定め、各国に働きかけを行っています。

日本の現状

日本の自殺者は平成10年に3万人を突破して以来、14年連続で3万人を超えています。この状況は、毎日90人近くの人が自らの命を絶っていることとなります。また、自殺死亡率^{※1}では、欧米先進国の中では2位、全世界で6位という状況^{※2}です。

日本では、世界自殺予防デーから1週間を「自殺予防週間」として設定し、国と自治体が連携して、幅広く啓発活動を強力に推進することが決められました。

※1 人口10万人当たりの自殺者数
※2 '09 WHOによる



気づきと見守り

自殺の原因はひとつに絞れません。自殺を選んでしまった人の多くは、いろんな悩みが重なって、「もうほかに手はない」「自分だけめな人間だ」と、心理的に追い詰められた末に、自殺が唯一の解決策だと思いついてしまっています。

しかし、自殺を考えている人は、ぎりぎりまで「生きたい」という気持ちがあります。そして、こんな状況のときは、「うつ病」になっている可能性が高いという結果も出ています。もし、上記のような悩みを抱えている人に気づいたら、あせらずに、寄り添い、温かく見守ることが大切です。そして、悩みを打ち明けられた時には、相手の抱えている問題を整理し、適切な専門機関につないでください。

自殺は身近にある問題です。他人ごとと思わずに、相手の立場や気持ちに共感しましょう。

〈相談窓口〉

・あいちこころほっとライン 365
午前9時～午後4時30分(毎日)
☎052♦951♦2881

・豊川保健所健康支援課
☎86♦3188