

若年層向け自殺対策の取組について【栃木県】

若年層向け自殺予防DVD・CM作成事業 = 「こころがツライと感じたら ～ストレスと上手につきあい毎日を楽しく暮らそう～」 =

(実施期間) 平成26年度

(実施経費) 平成26年度 5,178千円
(5,178千円)

(実施主体) 栃木県

【事業の背景・必要性】

栃木県における自殺者数は、平成10年に500人を超えて以来、21年の630人をピークに減少し、25年には489人となり16年ぶりに年間500人を下回ったものの、依然として厳しい状況が続いている。

また、年齢別に見ると、他の世代に比べ10～20代についてはおおむね横ばいで推移しており、さらに年齢別死因別順位では、10代・20代ともに第1位が自殺であり、20代については、約半数が自殺で亡くなっている。そのような現状を踏まえると、10～20代の若年層の自殺対策が必要である。

10万人あたりの自殺者数（年代別・栃木県）

	H20	H21	H22	H23	H24	H25
10代	1.8	2.7	3.0	3.0	3.9	2.3
20代	27.0	30.5	25.1	23.1	23.7	32.3
30代以上	35.2	35.8	32.5	33.1	28.5	29.2

年齢別死因第1位（平成25年・栃木県）

年齢階級	第1位		
	死因	死亡数	割合(%)
10代	自殺	9	25.7
20代	自殺	52	48.1
30代	自殺	61	32.8

【事業目標 事業内容】

(事業目標)

主に10～20代の若年層の自殺予防として、

- ①ストレスとの付き合い方
- ②こころのサインの気付き方
- ③対人問題への対応
- ④精神疾患の知識

を柱に、「こころのケア」、「こころのSOS」に関する基本知識や、正しく対処するためのノウハウを分かりやすく学べるコンテンツにまとめ、「こころの健康」に関する普及啓発を図る。

また、悩みを抱えている若者及びその周囲の人に対して、適切な相談先へ誘導する。

(事業内容)

(1)若年層向け自殺予防DVDの作成・配布

- ①テーマ：若年層の「こころのケア」、「こころのSOS」
- ②対象：10～20代の若年層及びその周囲の方々
- ③配布先：栃木県内の中学校・高等学校・大学・市町・健康福祉センター・その他若年層に関わる関係機関
- ④動画配信：栃木県ホームページ及び動画サイト
- ⑤その他：自殺関連イベント・講演会等において放映



(2)若年層向け自殺予防CMの制作

若年層が抱える「こころの問題」については、周囲の人々の気づきやつながりが大切であることから、悩みを抱える人に対して相談を呼びかける内容とし、様々な媒体で使用できるようにするため、TV用、ラジオ用、Webサイト用の3パターンを作成した。

【事業実施にあたっての運営体制】

内容の検討及び学校等への配布について、栃木県教育委員会及び栃木県精神保健福祉センターと連携を図った。

【事業の工夫点】

- (1)DVD及びCMの内容については、ストレスや精神疾患などの基礎知識やその対応などを取り扱っており、適切かつ効果的な内容とするため、精神科医に監修を依頼した。
- (2)若年層が親しみやすいシンプルなイラストを採用した。
- (3)中学生、高校生、大学生、社会人と、各年代の事例を取り上げ、各年代で学べるようにチャプター毎に分け、各チャプターを5分間程度に編集し、様々な場面で活用できるようにした。

【事業成果及び評価、今後の課題、その他特筆すべき点】

- (1)中学校・高等学校等への配布や、各イベント、講演会で放映することにより、若年層を始め、多くの県民の方から反響があった。
- (2)内容についても、難しい表現を避け、分かりやすく解説している点が好評であった。
- (3)CMについては、動画サイトで配信することでより多くの方が視聴することができた。
- (4)学校等における活用方法については、各学校に任せているが、今後は効果的な活用方法を検討していく必要がある。



(栃木県保健福祉部障害福祉課)