

令和元年6月の自殺者数は、前月比では、北海道・全国・全国男性・全国女性において減少でした。都道府県別では、自殺者数が増加したのは12、減少したのは35、変化なしは0でした。

2. 令和元年6月末と平成30年6月末の月別自殺者数の比較 (単位：人)

令和元年6月	<北海道	72人、	全国	1,573人、	全国(男性)	1,095人、	全国(女性)	478人>
平成30年6月	<北海道	89人、	全国	1,740人、	全国(男性)	1,194人、	全国(女性)	546人>
前年比	<北海道	-17人、	全国	-167人、	全国(男性)	-99人、	全国(女性)	-68人>

前年同月比では、北海道・全国・全国男性・全国女性において減少でした。また、都道府県別でみると、自殺者数が増加したのは17、減少したのは28、増減なしは2でした。

◇令和元年(平成31年)1～6月の累計自殺者数(速報値) [警察庁]◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇
 今回は、全国及び北海道の令和元年の半年(1月～6月)中の自殺者数についてまとめます。

1. 令和元年(平成31年)と平成30年の北海道と全国の1～6月の累計自殺者数(単位：人)

	北海道	全国	男性(全国)	女性(全国)
R元(速報値)	490	10,230	7,199	3,031
H30(確定値)	500	10,673	7,368	3,305
前年比	-10	-443	-169	-274

令和元年(平成31年)1月～6月中の自殺者数は、前年に比べ、北海道・全国・全国男性・全国女性のすべてにおいて減少しています。

2. 令和元年(平成31年)と平成30年の北海道における半年間の月別自殺者数(単位：人)

	1月	2月	3月	4月	5月	6月
R元(速報値)	77	83	80	89	90	71
H30(確定値)	71	64	99	83	94	89
前年比	+6	+19	-19	+6	-4	-18

月別では、令和元年(平成31年)の1～6月の北海道で自殺者が最も多かったのは5月の90人でした。最も少なかったのは6月の71人でした。1～6月の中で、前年よりも月別自殺者数が増加したのは1月・2月・4月、減少したのは3月・5月・6月でした。

3. 令和元年(平成31年)と平成30年の全国における半年間の月別自殺者数(単位：人)

自死によって家族を喪うという体験は、突然であり、衝撃は強く、悲しみは重く、複雑な感情が長く続きます。家族は否認や怒り、混乱や無力感、自責感という様々な感情に悩まされます。それにも関わらず、自死であるが故にこの感情について語りあい、死を十分に悼むということができず、家庭という場においてもご自身の気持ちを押し殺さなくてはならない状況があります。自助グループはこうした方の心の傷を癒やし、安全に語れる場と時間を提供してくれるものとなります。

北海道においても自死遺族の方を対象とした自助グループ、相談援助グループがあり、精力的に活動されていますのでご紹介します。

全道自死遺族ネットワーク連絡先一覧

自死遺族のための交流会

〒003-0027 札幌市白石区本通 16 丁目北 6 番 34 号 北海道立精神保健福祉センター
連絡先：011-864-7000

自死遺族の思いを語る集い「癒しの会」

〒004-0839 札幌市清田区真栄 434-1 アンデルセン福祉村 日本医療大学
連絡先：090-5076-0399

分かちあいの会・ネモフィラ

連絡先：nemophila6004@yahoo.co.jp

自死遺族のつどい「道南わかちあいの会 あかり」

〒040-0001 函館市五稜郭町 23-1 函館市総合保健センター
連絡先：0138-23-2504

旭川自死遺族わかちあいの会

〒070-8525 旭川市 7 条通 10 丁目第 2 庁舎 旭川市保健所
連絡先：0166-25-6364

そよ風の会

〒080-8588 帯広市東 3 条南 3 丁目 1 番地 帯広保健所
連絡先：0155-26-9085

自死遺族のための「わかちあいの会 With (ウィズ)」

〒093-0073 網走市北 3 条西 4 丁目 網走市保健センター
連絡先：0152-43-8450 abashiri.with@city.abashiri.hokkaido.jp

参考文献

『ワンストップ支援における留意点―複雑・困難な背景を有する人々を支援するための手引―』、2018、一般社団法人日本うつ病センター

『Q&A 自殺対策計画策定ハンドブック』、2018、本橋豊編著、株式会社ぎょうせい発行

「自死遺族等を支えるために～総合的支援の手引」、2018、本橋豊・藤田幸司 編著、自殺総合対策推進センター 発行・編集

【3】お知らせ・・

◇ 精神保健福祉センターでは、こころの電話相談を次の時間帯で行っています。

月曜から金曜日 9:00～21:00

土曜日祝日（12月29日～1月3日を除く） 10:00～16:00

Tel : 0570-064-556

※ご相談の電話が集中しますと、つながりづらい状態になりますがご了承ください。

◇ HP・携帯版HPをご覧ください

北海道地域自殺対策推進センターのHPを開設しています。最新の北海道の状況を掲載しており、より情報を見やすく、分かりやすくお伝えできるよう心がけています。

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

また、携帯電話で見ることができる携帯版HPも開設しています。警察庁および北海道警察から公表された統計資料をもとに、北海道における自殺の状況を掲載しています。こちらも併せてご覧ください。

携帯HP URL : <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/i/joukyou.htm>

【4】編集後記・・

北海道では少しずつ気温も高くなってきており、いよいよ夏到来といった陽気になってきています。筆者は毎年夏バテに悩まされておまして、食欲が沸かない中、何を食べようか頭を悩まされます。いつかクーラーのある生活がしてみたいものです。

さて、7月16日に令和元年版自殺対策白書が閣議決定されました。書籍になるのは来月以降になると思われますが、厚生労働省のホームページではすでにデータが公表されています。興味ある方は是非ご覧ください。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.122 は、令和元年（2019年）8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丁目北6番34号
Tel 011-864-7121

Fax 011-864-9546

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

Mail hofuku.seishin1@pref.hokkaido.lg.jp