

# 埼玉県新座市におけるメンタルヘルス課題と

## 支援策の有効性

### ―地域社会の貢献と課題―

苑田 幸資

本研究では、埼玉県新座市におけるメンタルヘルス課題と支援策の有効性を、地域社会の貢献と課題に基づいて調査した。自殺者数の推移や、若者の自殺者が急増した背景を探り、自殺数が増加する原因を調査した。そこから新座市の現状と課題を分析し、新座市が公開している統計データを確認しながら新座市に対応した自殺対策を検討した。

日本の自殺数の推移は、昭和後期から低水準を保っていたが、1998年に32,863人を記録しそこから10年程横ばいの状況であった。2010年から自殺数は右肩下がりに減少し、2019年は20,169人となった。より自殺者を減少させるには自殺者の傾向、年齢、そして新座市の場合では他市との比較、新座市特有の課題を掴むことが重要である。日本の近年の課題として、小中高生の自殺数が増加している。SNSなどの形式的なコミュニティが昔と比べて増加し、直接的なかわりではない、表面的なかわりが増えた結果、心の状態をうまくコントロールすることが昔と比べて難しくなったと考察した。

新座市の現状は、自殺数は多くないが、傾向としては中年男性の自殺が多い。市のアンケート調査によると、自殺したいと思った時に特に何もしない、まだ対処できていないと答える人が約半数を占めており、対処法を正しく把握していない人が多くいることが明らかであった。新たな自殺者を出さないために早急に対処しなければならない。名古屋市の取り組みである「こころの絆創膏」や、学校教育の必要性、集合できる環境づくりなど、事例やデータをもとに検討した。

結論として、若者の自殺対策として、学校での自殺予防教育はもちろん必要であるが、教育する内容に変化を取り入れる必要がある。コミュニティの作り方、他人とのかかわり方など、初歩的な部分から再教育することが重要である。また、様々な悩みや相談に対応した相談窓口の設置が必要であると考え。ただ、これは設置する側のコストや労力もかなり伴ってくるため、現実的に考えると少し難しくはなる。また、状況や機会に応じて、リスクはどこにでも潜んでいるということを改めて理解させる必要がある。相談をする側、される側、教育をする側が、それぞれ正しい知識を持つておくことが重要である。新座市の課題としては特に、相談経路の把握をさせることが第一優先である。駅前での宣伝活動や、「広報にいざ」の活用方法を考案することも必要になると結論づけた。