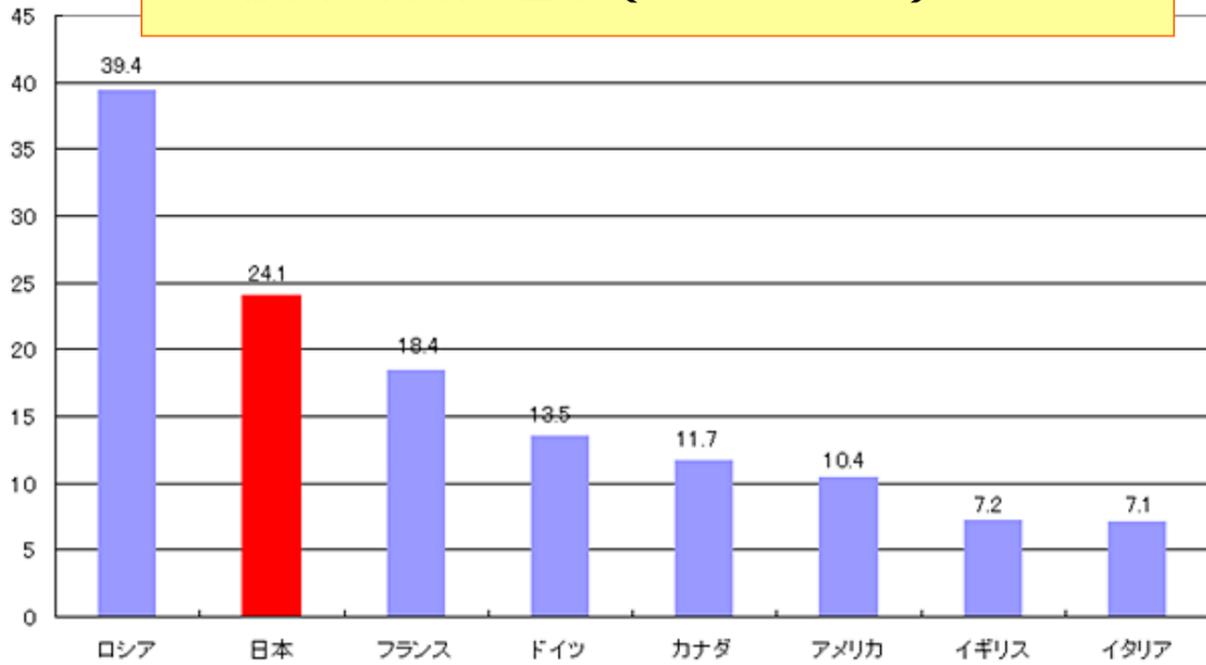


西宮市における自殺の現状

G8 諸国の自殺死亡率（人口 10 万対） 2000 年



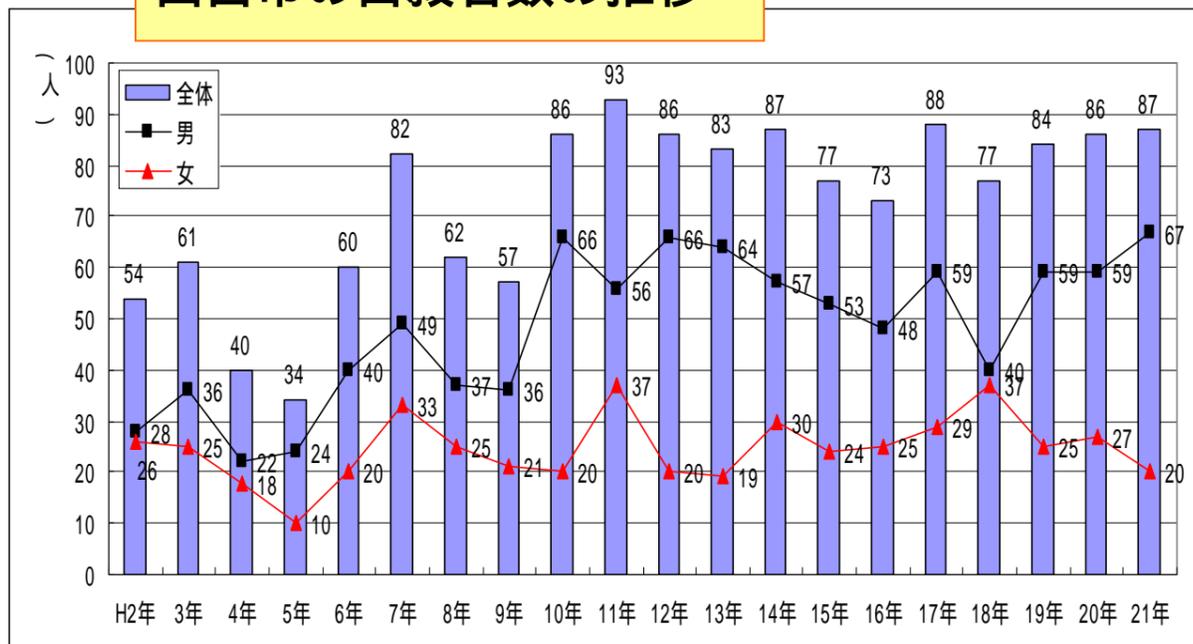
WHO統計 "Country reports and charts available" 他より作成

日本全国の自殺の数が、13 年連続で 3 万人を超えています。

日本では、毎日約 90 人の人たちが自殺でなくなっています。

世界的に見ても、わが国の自殺率は人口 10 万人あたり 24.1 人で、G8 (先進 8 カ国) で、ロシアに次いで第 2 位です。

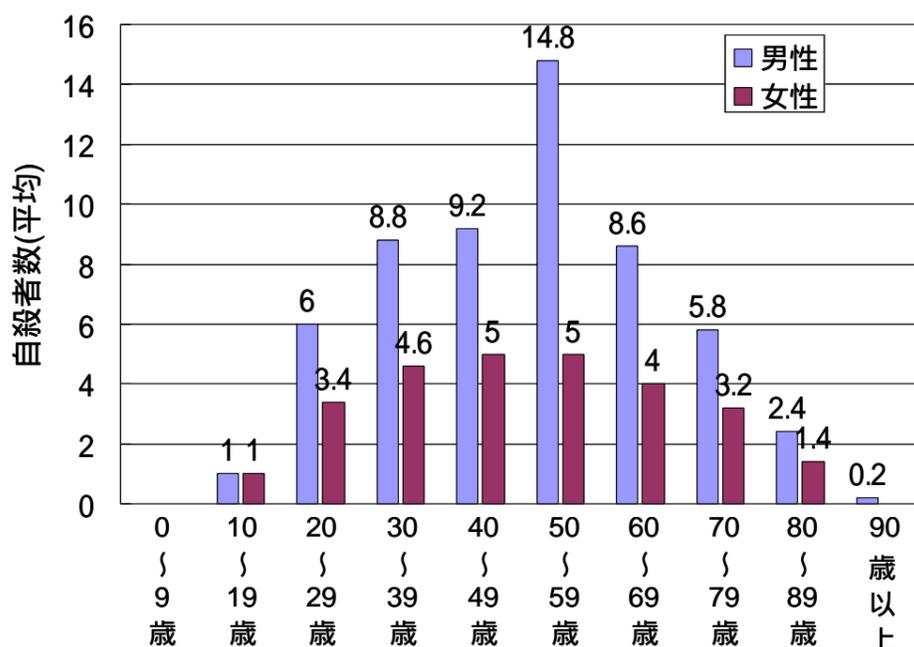
西宮市の自殺者数の推移



西宮市の自殺者数は、平成 10 年に、80 人を超え、平成 11 年がピークとなり 90 人を超えました。それ以降は横ばい状態で、70 人を下回ることがない状態が続いています。

西宮市年齢別自殺数西宮市 (平成 17 ~ 21 年平均)

~ 厚生労働省人口動態統計より ~



西宮市の特徴としては、50 歳代の男性に多い傾向にあります。



唾液中の唾液でストレスチェック

唾液中のアミラーゼとストレスの関係

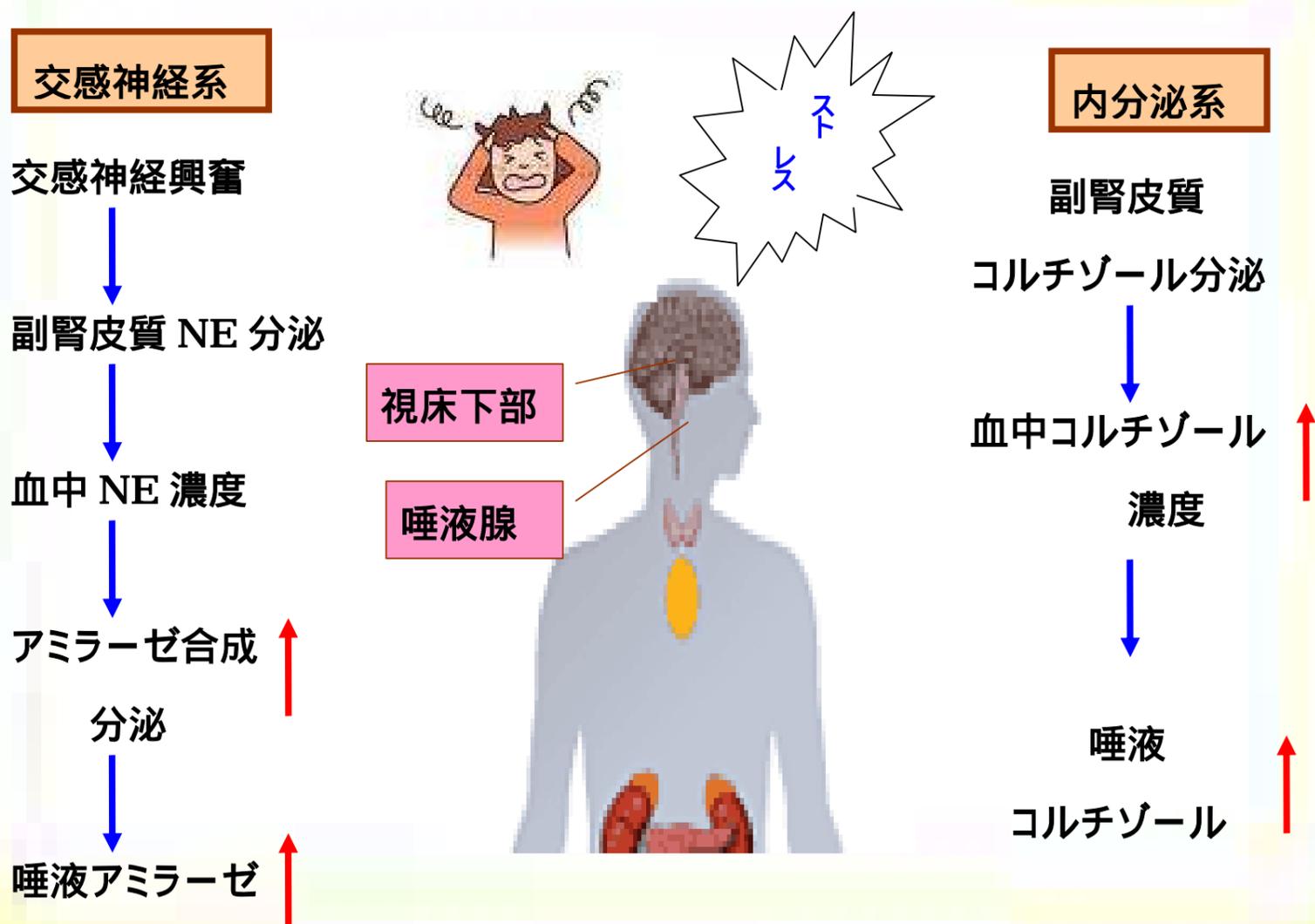
ヒトの唾液中で食べ物を分解することで知られている消化酵素アミラーゼは、ストレスを感じたときに、ストレスの度合いに応じて上昇することが知られています。

それは、ストレスが交感神経系の興奮信号を出し、体内の自己防衛反応としてアミラーゼ活性を高めるためです。

唾液中のアミラーゼ測定することによって、ストレスが高いかどうか気軽に知ることができます。



唾液中へのアミラーゼ分泌の流れ



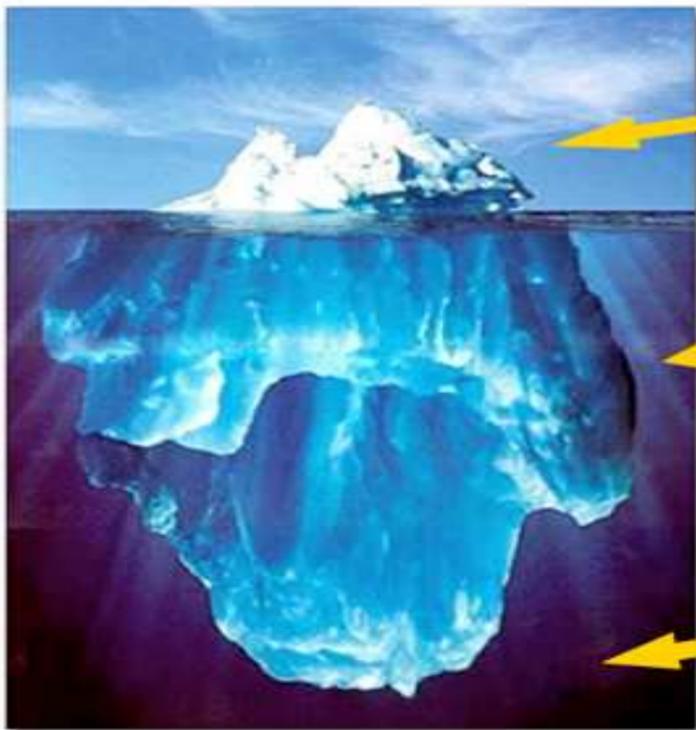


こころの健康



生き生きと自分らしく生きるためには、身体的な健康と心の健康が重要な条件です。全国の自殺の数が、13年連続で3万人を超え、その後も横ばい状態です。交通事故死亡者数のおよそ5倍以上の方が、自殺により亡くなっている現状です。

「冰山」の絵



日本の自殺者数
3万人

日本の自殺未遂者数
30万人(推計データ)

人を死に追いやる
社会的、経済的要因など

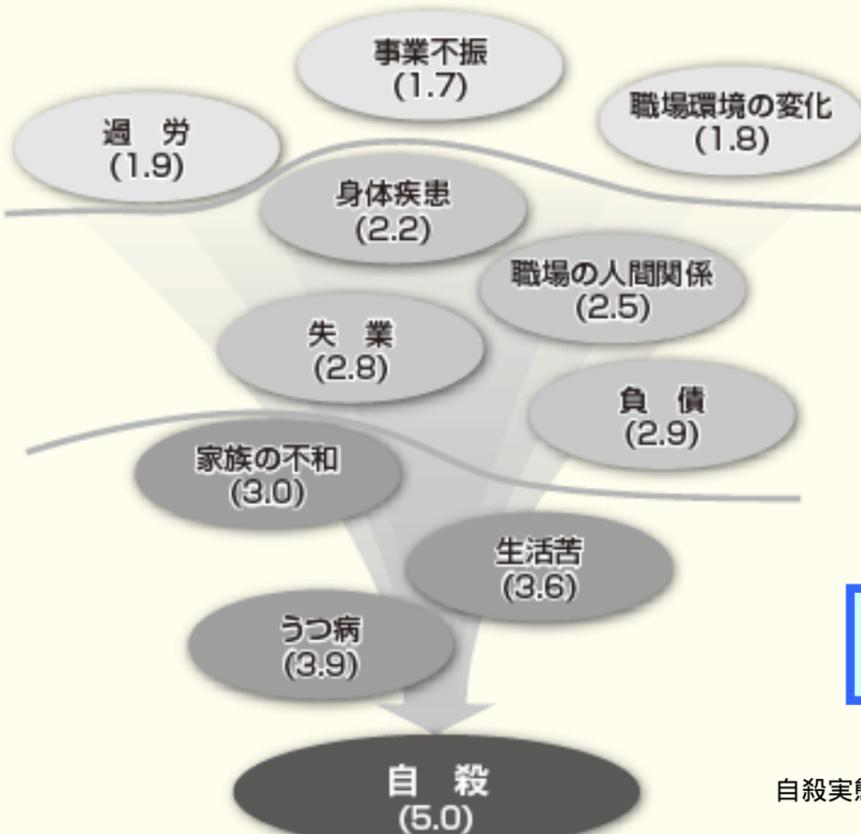
日本の自殺者数 3万人の背後には10倍の自殺未遂者がいると言われています。



西宮市食育・健康づくりマスコット みやちゃん

自殺要因の連鎖図

危機の進行度
～危機複合度を基準にして～



死に追い込まれるには左記のように主な10の誘引があります。

一人の個人なら平均4つの原因で自殺に追い込まれると自殺実態白書は分析しています。

経営者なら「事業不振」「負債」「生活苦」「うつ病」……。

被雇用者は「配置転換」「過労」「職場の人間関係」「うつ病」……。

無職者は「身体疾患」「失業」「多重債務」「うつ病」……などです。

自殺予防は、社会全体で取り組む必要があります