



# あなたの健康づくりを応援!!

The  
健康  
応援隊

3月は「自殺防止月間」

◆茨城いのちの電話  
☎029 (855) 1000  
(つくば 毎日24時間)  
☎029 (350) 1000  
(水戸 毎日24時間)  
☎0120 (783) 556  
(毎月10日午前8時～  
翌日午前8時)

◆いばらきこころのホットライン  
平日 ☎029 (244) 0556  
土・日 ☎0120 (236) 556  
どちらも  
午前9時～正午/  
午後1時～4時  
祝日・年末年始休

◆アルコール特定相談  
精神保健福祉センター  
※申込み制  
☎029 (243) 2870  
毎月第3木曜日  
午後3時～4時

◆依存症  
メール相談



令和3年の全国の自殺者数の速報値は2万1,584人でした。(警察庁統計) 前年より多く、男性が全体の7割近くを占めています。1～11月の年代別では、50代が最多の3,748人であり、学生は927人、うち小中高生は441人でした。動機別では健康問題が最も多く、次は家庭問題でした。茨城県内の自殺者数(速報値)も489人と前年を上回りました。

本町は0人でしたが、自殺総合対策推進センター作成の「地域自殺実態プロフィール」によると、平成29年から令和3年の本町の自殺の特徴は下表であり、「勤務・経営」「高齢者」「生活困窮者」が特性に挙げられます。

自殺は平均すると4つの要因が連鎖する中で、深刻化したときに起きます。まず、左記の相談窓口にご相談ください。

## 五霞町の自殺の特徴 (平成29年～令和3年合計)

資料：警察庁自殺統計原票データを厚生労働省にて集計

自殺者の特性 上位5区分	自殺者数 (5年計)	割合 %	自殺死亡率 (10万対)	背景にある主な自殺の 危機経路
1位 男性40～59歳 有職独居	2	20.0	320.7	配置転換(昇進/降格含む)→過労+仕事の失敗→うつ状態+アルコール依存→自殺
2位 男性60歳以上 有職同居	2	20.0	58.6	①【労働者】身体疾患+介護疲れ→アルコール依存→うつ状態→自殺/②【自営業者】事業不振→借金+介護疲れ→うつ状態→自殺
3位 男性60歳以上 無職同居	2	20.0	53.7	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
4位 男性40～59歳 無職独居	1	10.0	1402.0	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺
5位 男性60歳以上 有職独居	1	10.0	234.9	配置転換/転職+死別・離別→身体疾患→うつ状態→自殺

## 読者アンケート

### 今月のプレゼント

道の駅ごかの人気商品  
五霞町産米と大豆で作った米みそ 3名様



道の駅ごかさんからプレゼント  
※プレゼントは1kg入りを1袋となります。

### アンケート

3/20  
まで

- Q1 今月号でよかった記事や写真を教えてください
- Q2 取り上げてほしい内容や企画を教えてください
- Q3 広報紙や町公式ホームページなどに関するご意見・ご感想をお聞かせください

※お寄せいただいたご意見等は、紙面に掲載する場合があります。また、ご意見には個別回答いたしませんのでご了承ください。

#### ○応募方法

右の二次元コードまたは、町公式ホームページから応募。



#### ○お問い合わせ

まちづくり戦略課 広報戦略G  
☎(84)1111 (内線222)

※アンケートの回答者の中から抽選でプレゼントが当たります。  
※お店などをPRしませんか。アンケートのプレゼントを提供していただけるお店を随時募集しています。詳細は、まちづくり戦略課までご連絡ください。