

参加費  
無料!!

# 「やめられない若者」 の支援と自殺対策

～酒・たばこ、ギャンブル、ゲームの問題を考える～



酒やたばこ、パチンコ、ネットゲームなど、ストレス解消のつもりで始めたはずがコントロールできなくなってしまうことは少なくありません。どんな人が依存しやすいのか、依存するとどうなるのかをご紹介します。依存の問題で困っている若者の援助について児童精神科医の立場からお話しします。



● 講師 **青山 久美 氏** 横浜市立大学附属病院 児童精神科助教

● 日時 **平成30年10月2日(火)** 14:00～16:00(13:30開場)

● 会場 横浜市開港記念会館 横浜市中区本町1-6

**電車** JR・横浜市営地下鉄「関内駅」下車…徒歩10分  
みなとみらい線「日本大通り駅」下車…徒歩5分

※お願い：駐車場がないため、公共交通機関をご利用ください。

● 定員 400名(先着順とさせていただきます。)

● 申込開始日 9月11日(火)9時30分～

● 申込先 横浜市立大学 地域貢献センター  
HPお申し込みフォーム

YCU医療講座

検索 Q



<https://www.yokohama-cu.ac.jp/ext/med/index.html>

電話 045-787-8930 (月～金曜日(祝日を除く)9時30分～16時30分)

FAX 045-701-4338

会場MAP



## ■手話・筆記通訳・保育(事前申込制)

**申込方法**：横浜市こころの健康相談センターまで電話またはFAXにてお申込ください。

**申込期間**：9月11日(火)～9月14日(金)(9時～17時ただし最終日は15時まで)

**保 育**：定員3名(申込先着順、対象は2才以上の未就学児)(定員に達し次第終了)

《お問合せ》

◎講演会申込に関すること

横浜市立大学 地域貢献センター▶電話 045-787-8930 / FAX 045-701-4338

◎手話・筆記通訳・保育申込に関すること

横浜市こころの健康相談センター▶電話 045-671-4455 / FAX 045-662-3525

九都県市「自殺対策キャンペーン」統一標語

「気づいてください!  
体と心の限界サイン」

後援 かながわ自殺対策会議

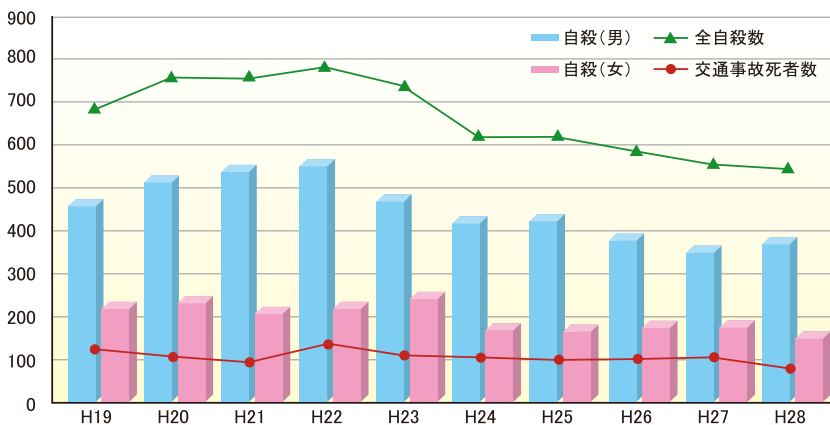
# 横浜市の自殺の現状

日本の自殺者数は約2万1千人、横浜市では550人の方が自殺で亡くなっています。1日当たり1～2人の命が失われている計算になります。

交通事故の  
**6倍**

横浜市全体では自殺者数は減少していますが、10代から20代の若年層では、その年代の人口自体が減少しているにも関わらず、自殺者数や自殺死亡率が下がっていない状況があります。

横浜市の自殺者数と交通事故者数の推移 (参考:H28年、横浜市人口動態統計)



## 自殺の要因は?

自殺はひとつの理由や原因で生じるものではなく、健康問題、経済・生活問題、勤務問題、学校問題、人間関係など様々な問題が重なって起こります。このようないくつかの問題が絡みあい、追い込まれ、“この苦しみから逃れるには死しかない”と考えるようになっていきます。自殺に追い込まれるという危機は誰にでも起こり得ることです。また、うつ病やアルコール依存症等も自殺の要因となっています。国の調査では、自殺者の2割がアルコール問題を抱えていました。



## インターネットと自殺の関係

「自殺関連サイトの利用はインターネット利用者に対して影響を及ぼす場合がある」「インターネット利用者のメンタルヘルスが悪化すると自殺関連サイトへアクセスする可能性が高まる」(2013年月刊地域医学Vol127-No6より)とされています。現在ではスマートフォンやTwitterなどのSNSの普及でさらに自殺関連の情報に若者が触れやすくなっており、その影響は高まっていると言えます。また、自殺志願者を狙った事件等も社会的な問題になっています。

## 相談できるところがあります

困った時は一人で悩まず、ぜひご相談ください。悩んでいる人に気づいたら、声をかけ、話を聴いて、必要に応じて相談機関などへつなげてください。

相談機関

	相談機関	電話番号・Eメール	受付時間等
依存症	こころの健康相談センター 依存症相談窓口 ※1	045-671-4408	月～金(祝日を除く) 8時45分～17時
	こころの電話相談 (横浜市こころの健康相談センター)	045-662-3522	平日 17時～21時30分 休日 8時45分～21時30分
一般向け	区福祉保健センター (区役所)	お住まいの区福祉保健センターでは、相談(予約制)を行っています。	
	横浜いのちの電話	045-335-4343	24時間 年中無休
	自殺予防いのちの電話	0120-783-556	毎月10日 8時～翌朝8時
	心とからだの生き方の電話相談センター (男女共同参画センター横浜)	045-871-8080	平日 9時～16時(第4木曜日・年末年始を除く) 月・金 18時～20時(第3金曜日と祝日を除く)
	かながわ労働センター (働く人のメンタルヘルス相談、予約制、面接相談のみ)	045-633-6110 (内線 2718)	第1・2・3・4火曜日(祝日・年末年始を除く) 13時30分～16時30分
	勤労者メンタルヘルスセンター (横浜労災病院)	(Email) mental-tel@yokohamah.johas.go.jp	
若者向け	横浜市青少年相談センター ※2	045-260-6615	月～金(祝日・休日・年末年始を除く) 8時45分～17時
	お近くの地域ユースプラザでもご相談できます。 ※2 月～土 11時～19時(毎月第3月曜日・日曜・祝日・年末年始はお休み) (第3月曜日が祝日の場合は第2月曜日がお休み)		地域ユースプラザ <input type="text"/> <input type="button" value="検索"/>

※1 横浜市にお住まいの、依存症問題で困っている方や、依存症当事者のことで困っているご家族

※2 概ね15歳から40歳未満の青少年とそのご家族

## 《その他の関連情報サイト》

●働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト

●いのちを支える 自殺総合対策推進センター

●みんなのメンタルヘルス総合サイト

## 《大切な方を自死で亡くされた方へ》

■自死遺族ホットライン……………専用電話045-226-5151(毎月第1第3水曜日10時～15時)

■自死遺族の集い「そよ風」……毎月第3金曜日10時～12時30分

詳しくは045-671-4455までお問合せください。▶▶▶▶▶▶▶▶

