

# 知ってほしい、自死のこと。

## 地域全体で考える問題です。

自死は、家族を始め、周りの人の心にも深い傷を残します。  
1人が自死で亡くなると、少なくとも、周囲の身近な人5～6人に強い影響を与えていると言われています。

## 要因は1つだけではありません。

背景に、平均して4つ以上の要因があるといわれています\*。心身の健康問題、家庭問題、仕事や住まいなどの社会的問題、借金などの経済的問題など、さまざまな要因が複雑に絡み合い、連鎖していくなかで、精神的に追い込まれて、問題解決の判断ができなくなってしまうます。

※参考文献：NPO 法人自殺対策支援センター ライフリンク 自殺実態白書

## つないでいくことが大切です。

自死の背景にある要因を整理して、心理的な負担を軽減していくことで予防できます。自死を考えている人は、誰にも話せず、孤立していることが多いものです。  
本人が、信頼できる人や専門機関に相談したり、周りの人が、サインに気づき、話を聴いて、専門機関につないでいくことが大切です。

### 仙台市こころの絆センター相談受付電話

(仙台市自殺対策推進センター)

こころまる

☎022-225-5560

平日午前9時～午後5時(12/29～1/3を除く)

### 仙台市精神保健福祉総合センター(はあとぼーと仙台)内

〒980-0845 仙台市青葉区荒巻字三居沢1-6 TEL: 022-265-2191

#### 交通機関

- |        |   |
|--------|---|
| 仙台市営バス | 「交通公園循環」→交通公園・三居沢水力発電所前下車【徒歩7分】<br>「交通公園川内(営)」→交通局川内営業所下車【徒歩5分】 |
| 仙台市地下鉄 | 地下鉄東西線→川内駅下車【徒歩20分】   |



# 仙台市こころの絆センター

## (仙台市自殺対策推進センター)

自死の原因は、個人の問題だけではなく

その他様々な社会的要因が複雑に絡み合っていると言われています。

自死を防ぐためには、必要な支援を提供できる環境整備を進めることや、

自死に追いこむ様々な要因の解消に向け、関係機関が連携し、

取組みを進めていくことが重要です。

仙台市では、自死に追いこまれる人を1人でも減らすことを目的とした

専門のセンターを設置しています。



# 仙台市こころの絆センター

(仙台市自殺対策推進センター)

## 設置目的

保健・福祉・医療・労働・教育・警察等関係機関と連携を図りながら、自死予防についての普及啓発や人材育成、ならびに、自死を考えている方や自殺未遂者など幅広い方への相談支援に取り組みます。これらの取り組みを通じて、自殺対策を総合的に推進し、誰も自死に追い込まれることのない仙台の実現を目指します。

## 設置場所

仙台市精神保健福祉  
総合センター  
(はあとぽーと仙台)※内

## 設置時期

平成31年4月1日  
(2019)

### ※仙台市精神保健福祉総合センター(はあとぽーと仙台)

仙台市の精神保健福祉に関する専門機関で、精神保健福祉に関する相談や知識の普及啓発、関係機関に対する技術支援や人材育成、デイケアにおける精神障害者の社会復帰支援、精神科入院患者の地域移行・地域定着支援などの業務を行う施設です。

## 業務内容

### 電話相談

本人及びご家族等から、自死に関するご相談をお受けします。ご相談の内容により、適切な機関をご紹介しますこともあります。  
TEL:022-225-5560  
平日午前9時～午後5時(12/29～1/3を除く)

### 相談会

生活の困りごとと、それに伴って生じる心身の健康問題を同時に相談できるよう、法律の専門家(弁護士や司法書士)と精神保健福祉の専門家(保健師・心理士・精神保健福祉士等)が同席して相談に応じる相談会を開催しています。

### 人材育成

ゲートキーパーの養成や、相談に従事する専門職員などの人材育成を行います。

### いのちの支え合い事業

自殺未遂者等ハイリスク者の再度の自殺企図を防ぐために、ネットワークによる個別支援を行います。

### 普及啓発

自死予防に関する情報を収集し、市民や関係機関へ発信します。

### 遺族支援(自死遺族、震災による遺族)

### 自死の実態の把握

### 関係機関との連携強化