

かけがえのない命を守りたい—自殺対策—

19分に一人の方が自ら命を絶っています。

警察庁の統計によれば、平成24年に千葉県では1,242人もの方が自ら命を絶たれる大変痛ましい状況であり、県、市町村及び各種団体が連携して総合的な自殺防止策に取り組んでいるところです。なお、全国で、平成24年に自ら命を絶たれた方は2万7,858人であり、平成9年以降、15年ぶりに3万人の大台を下回りました。それでも、1日に76人、19分に一人の方が自ら命を絶っていることとなります。

もし、あなた自身が悩んでいたら…一人で悩むより、まず相談を。

もしあなたが悩みを抱えていたら、ぜひ相談してください。

大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら、声をかけてみてください。

そして、その人が悩みを話してくれたら、話をそらしたり、「そんなことで」と否定したり、安易に励ましたりせず、じっくりと話を聴いて、相談窓口を紹介してあげてください。その後も、「何かあったらまた話して」と寄り添い、温かく見守ってあげてください。

相談先の一覧「あなたのこころ元気ですか？」

<http://www.pref.chiba.lg.jp/kenzu/kokoro/genki.html>



イラスト：細川貂々（「ツレがうつになりまして。」著者）

県民の皆様へ

自殺はその多くが「心理的に追い込まれた末の死」です。自ら命を絶つ方は、本当は生きたいと強く願いながら、様々な事情により自殺以外の選択肢が考えられない精神状態に追い込まれたり、精神疾患を発症し正常な判断ができない状態になると言われています。

話をよく聞き、一緒に考えてくれる人（＝ゲートキーパー）がいることは、悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心を与えます。

ご家族や友人が借金や病気等で悩んでいたら、どうか声をかけてあげてください。そして、その人の心を聴いてください。それだけで気持ちが楽になるものです。

参考資料（ゲートキーパー手帳）

<http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/kyoukagekkan/pdf/gatekeeper2.pdf>

※9月10日（世界自殺予防デー）から9月16日は自殺予防週間です。千葉県では、交通機関での広告や金融機関、商業施設でのポスター掲示等により、自殺予防についてお知らせする取組みを行いますので、ぜひご覧ください。

お問い合わせ 千葉県健康福祉部健康づくり支援課 TEL043-223-2668

危険な違法ドラッグ（いわゆる脱法ドラッグ）

最近、全国各地で違法ドラッグの使用が原因と考えられる健康被害が多発しています。昨年6月には、大阪において建設作業員がこれら製品を吸いながら車を暴走させ、歩道上の女性をはねて、傷害を負わせる事故も発生しています。

違法ドラッグは「ヘッドショップ」と称する店舗やインターネットサイトで、「合法ハーブ」、「アロマ」、「お香」、「バスソルト」などとあたかも安全なもののように偽って販売されています。

これらの製品には麻薬、覚醒剤、大麻等の成分に似た物質が含まれており、これらの物質を規制しても、すぐに化学構造を変化させた新規物質が製造され、規制と脱法のイタチごっこが繰り返されています。



違法ドラッグの危険性

違法ドラッグには薬事法で指定される「指定薬物」やそれに類似した物質が含まれています。指定薬物は平成25年7月28日現在で881物質あり、これら指定薬物の構造は麻薬、覚醒剤、大麻等の成分に似ており、摂取すると意識障害、嘔吐、けいれん、呼吸困難などを起こす可能性があり、大変危険なものです。また、麻薬・覚醒剤などの乱用の契機（ゲートウェイドラッグ）となることも懸念され、さらには犯罪等へ悪用され、社会全体に影響を及ぼす恐れがあります。

県警本部における違法ドラッグに係る取扱い事案数は平成24年中に70件あり、その内30件で病院への搬送若しくは救急要請がありました。また、その人員内訳は10代から30代で9割を占めていました。

千葉県の取り組み

このように違法ドラッグが販売・乱用される状況の中、県では健康被害を未然に防止するため、平成24年5月から県警本部と合同で違法ドラッグであることが疑われる製品を取り扱っている店舗に立入検査を実施し、製品の販売自粛を要請しています。

販売自粛要請に応じない店舗については、製品を購入し、違法成分の含有検査を行っています。これまでに559製品を検査し、このうち違法な45製品を回収、廃棄させると同時に県民への注意喚起を行っています。

また、各健康福祉センター（保健所）、精神保健福祉センター及び薬務課では薬物相談を実施しています。違法ドラッグに関する相談は平成24年4月から平成25年3月までに、76件寄せられています。

違法ドラッグの種類

違法ドラッグには「合法ハーブ」、「お香」などと称される植物細片、「フレグランスパウダー」、「バスソルト」などと称される粉末、「アロマオイル」などと称される液体などの形態があります。

植物細片はアルミパックの袋に約3g詰められており、1袋4,000円～5,000円程度で販売されています。これらの製品は1gを1回分としてパイプや巻紙でタバコのように吸引されています。

これらの製品を販売している店舗は、違法ドラッグを専門に扱っている店舗もあれば、雑貨に紛れて販売しているケースもあります。



お問い合わせ 千葉県健康福祉部薬務課 TEL043-223-2620