

「自殺対策」について調べる

情報の調べ方、県立図書館に所蔵している「自殺対策」について書かれた資料と、参考になるインターネットのサイトをご紹介します。

調べるためのキーワード



自殺、自死、自傷、いのち、命、自殺対策、自殺予防、自死防止、メンタルヘルス、ストレス、ストレスチェック、カウンセラー、精神保健、うつ、不眠、睡眠障害、過労死、過労自殺、働き方改革、産業医、こころの相談 など

図書館の本は、テーマごとに付けられた番号（分類番号）で並んでいます。
自殺対策に関する資料は、主に下の館内図の場所に置いてあります。

💡 検索のコツ

□ キーワードを工夫する

本によって、様々な言葉が使われています。
(例)自殺予防/Suicide Prevention
いろんなキーワードで検索してみましょう。

□ 単語で区切って探すと、検索結果が増える

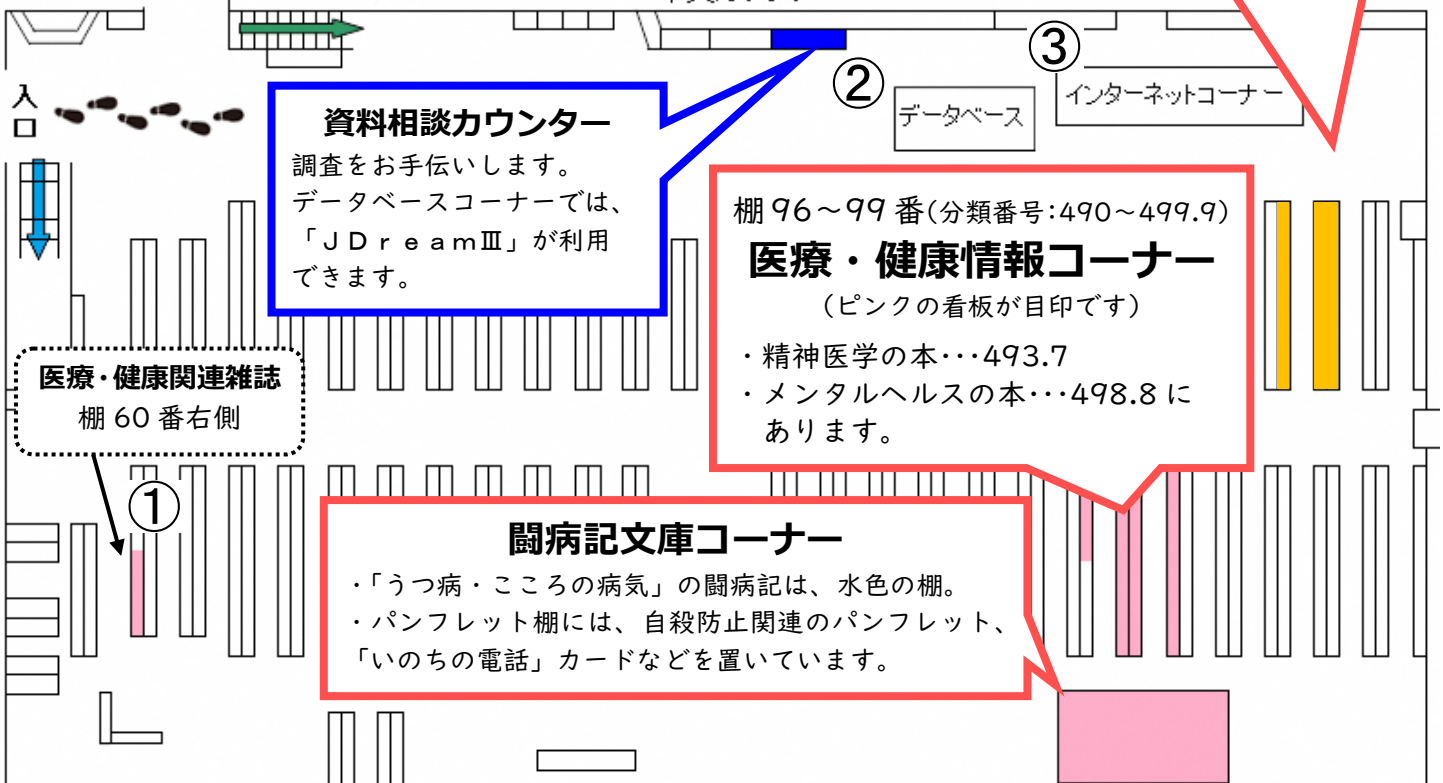
文章ではなく、単語で検索しましょう。
単語と単語の間には「スペース」を入れます。
(例)「こころの相談」→「こころ 相談」

- ・過労死についての本…364.5（棚④）
- ・自殺予防についての本…368.3（棚④）
- ・子どもの自殺についての本…371.4（棚⑤）

1階 館内図



中央カウンター



本の情報

鳥取県立図書館所蔵の本は、[ホームページ](#)上部の検索ボックス
を入れて探すことができます。図書館には蔵書検索専用のパソコンもあります。



にキーワードを

タイトル	著者名	出版者	出版年	請求記号 等
職場のメンタルヘルス ケア入門	宮岡 等／編集代 表	医学書院	2023.9	498.8/シヨク/一般
ストレスマネジメントの 理論と実践	水上 勝義／著 辻 大士／著	医学と看護 社	2023.7	498.3/ミカ/一般
自殺防止の手引き	羽藤 邦利／著	金剛出版	2023.7	368.3/ハツ/一般
はじめての「最新メンタ ルヘルス」入門	吉里 恒昭／著	三省堂書店	2022.11	498.3/イシ/一般
図解でわかる14歳から のストレスと心のケア	社会応援ネットワ ーク／著 富永 良喜／監修	太田出版	2022.9	498.3/シカ/青少
現状把握・分析のための資料				
自殺対策白書 年刊 ※WEBでも閲覧可能	厚生労働省／編集	日経印刷	2022.12	368.3/シツ/一般
過労死等防止対策白書 ※WEBでも閲覧可能	厚生労働省／編	勝美印刷	2023.11	366.9/カウ/一般
闘病記	闘病記の所蔵検索のしかた：「キーワード」に「闘病記_うつ」と入力し、検索します。			
うつとともに生きる	飯塚 玲児／著	エムケープ ランニング	2022.5	916/イツ/闘病記

雑誌の情報

県立図書館にある主な「医学・健康関係」の
雑誌

館内マップ①

タイトル	出版者	刊行頻度
こころの科学	日本評論社	隔月
臨床心理学	金剛出版	隔月
NHK きょうの健康	日本放送出版協会	月刊
産業保健 21	労働者健康安全機構	季刊

データベース

館内マップ②

JDreamⅢ

自然科学系の雑誌記事を検索できるデー
タベース。医学、看護学関係の記事を無料
で検索することができます。

その他、日本海新聞、朝日新聞、読売新
聞、日本経済新聞の記事を検索できるデー
タベースもあります。

県立図書館内で利用可能です。



雑誌のタイトルは蔵書検索で探すことができますが、内容（記事、論文）を
検索したいときは、図書館で使えるデータベースや、「[CiNii Research](#)」
「[J-Stage](#)」「[Google Scholar](#)」などのWebサイトを利用しましょう。
こちらのWebサイトは、インターネット環境があれば、誰でも利用できます。

インターネットの情報

館内マップ③

QRコード*	サイト名	管理者	内容	QRコード*
国の対策				
	自殺対策	厚生労働省	「相談窓口」「自殺予防関連事業およびイベント情報」「自殺の統計」などの最新情報。	
	いのち支える自殺総合対策推進センター	国立精神・神経医療研究センター	自殺総合対策推進センターについて、地域レベルの実践的な取組への支援、革新的自殺研究推進プログラム、研修/活動、報告/資料。	
	こころの耳 働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト	厚生労働省	こころの不調や不安に悩む働く方や、手助けをするご家族の方、職場のメンタルヘルス対策に取り組む事業者の方などの支援、役立つ情報。	
	多重債務者対策本部	首相官邸	多重債務者相談強化キャンペーン、「多重債務問題改善プログラムの実施状況」報告等。	
鳥取県の取り組み				
	鳥取県の自死対策	鳥取県健康政策課	相談窓口、自殺対策強化月間、県民運動の推進、うつ病予防、精神医療体制の充実、鳥取県自死対策計画について、自死に関する統計等。	
	鳥取県自死対策推進センター	鳥取県立精神保健福祉センター	自死に関する情報収集・情報提供、関係機関のネットワークの強化、人材育成研修会の開催・支援、鳥取県の現状等。	
白書・統計類				
	過労死等防止対策白書	厚生労働省	過労死等の概要や政府が過労死等の防止のために講じた施策の状況を取りまとめたもの。	
	鳥取県の自殺の概要	鳥取県警察	自殺者数統計（総数及び男女・年代・動機別）	
関係法令等				
	自殺対策基本法 (平成18年法律第85号)		自殺の予防と防止、その家族の支援の充実のために制定された法律。	
	自殺総合対策大綱 (平成29年7月25日閣議決定)		～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～	



情報の「い・な・か・も・ち」を確認しよう



いつの情報か…本の出版年や、Webサイトの作成日・更新日
なに(何)のために書かれたか…商品や個人の宣伝目的でないか
か(書)いた人はだれか…本の著者や出版社、Webサイトの運営者の専門分野、所属
もと(元)ネタは何か…参考にした情報を明記しているか、その情報に偏りがでないか
ちが(違)う情報と比べたか…ひとつの情報だけでなく、複数の情報を見つけ、比較する

参照：[ヘルスリテラシー学習用eラーニング教材（聖路加国際大学）](#)



相談窓口

◆ 鳥取県立精神保健福祉センター 精神保健福祉相談

電話 0857-21-3031(平日 8時30分～17時15分)



◆ 県の総合事務所福祉保健局・鳥取市保健所 (平日 8時30分～17時15分)

- ・鳥取市保健所 電話 0857-22-5616
- ・中部総合事務所福祉保健局 電話 0858-23-3147
- ・西部総合事務所福祉保健局 電話 0859-31-9310



◆ いのちを守る相談窓口一覧



◆ 鳥取いのちの電話

電話 0857-21-4343(毎日 12時～21時)

◆ 自殺予防いのちの電話《無料》

電話 0120-783-556(毎月 10日 8時～翌日 8時)

◆ 鳥取県医師会 健康医療相談

鳥取県医師会館において、面談による「健康医療相談」を毎月行っています。

(無料。予約不要。)

精神科：第1木曜日 時間：午後1時30分～2時30分

◆ NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク

「自殺白書」「実態調査」「いのちと暮らしの相談ナビ」



- ★ このリストで紹介した情報は一例です。このリストに掲載の資料以外にも、関連資料を所蔵しています。お探しの資料が見つからない場合は、お気軽に職員にお尋ねください。
- ★ このリストで紹介した情報は、図書館がその内容を推薦するものではありません。
- ★ 図書館では、皆様の資料調査のお手伝いをする「資料相談(レファレンス)」を行っています。このサービスは、資料や情報の提供を行うもので、医療上のアドバイスはいたしません。診断、治療、薬についての判断は、医師、薬剤師、医療機関にご相談ください。
- ★ 鳥取県立図書館の図書はお近くの公共図書館を通して貸出できます。お読みにになりたい図書がありましたら職員にお尋ねください。
- ★ 鳥取県立図書館のホームページにも、「医療・健康」に関する情報を掲載しています。

<http://www.library.pref.tottori.jp/health/>



お問合せ先



鳥取県立図書館
Tottori Prefectural Library

〒680-0017 鳥取市尚徳町 101

電話：0857-26-8155 FAX：0857-22-2996

E-mail：toshokan@pref.tottori.lg.jp

