

2023년 중구 자살예방 및 생명존중위원회 서면회의 결과보고

■ 기 간 : 2023. 11. 20.(월) ~ 12. 1.(금)

■ 방 법 : 서면자료 검토 및 논의

- 자료제공 : 위원에게 서면자료 제공
- 의견제출 : 위원은 자료 검토결과를 공문 또는 이메일 제출
- 의견반영 : 위원의 제출의견을 반영하여 2024년 계획 수립

■ 위원구성 : 15명(당연직 6명, 위촉직 9명)

■ 안 건 : 자살예방사업 및 2024년 사업 방향에 대한 자문

1. 경제·건강 취약계층, 1인 가구 등 자살 고위험군에 대한 우울 예방관리 방안
2. 2021년 중구 자살률은 21.6명으로 그 중 80대 이상의 자살률은 111.3명이며, 이는 총 자살률의 5배 이상 높음.(70대 39.8명 40대 21.9명 순으로 높음)
이와 관련하여 노년과 중장년 자살률을 감소시키기 위한 방안
3. 남성 자살률은 39.7명, 여성 자살률 11.4명으로 3.5배 더 높게 나타남.
이와 관련하여 남성 자살률을 감소하기 위한 방안.
4. 그 밖에 중구 구민대상으로 우울감 감소와 정신건강증진 등을 위한 방안

■ 의견제출 : 6명

연 번	소 속	직 책	성 명
1	국립중앙의료원	원장	주영수
2	민트정신건강의학과의원	원장	조장원
3	서울남대문경찰서	서장	임동균
4	서울중부경찰서	서장	최은정
5	서울중부소방서	서장	권태미
6	신당사회복지관	관장	윤종상

■ 제출의견

1. 경제·건강 취약계층, 1인 가구 등 자살 고위험군에 대한 우울 예방관리 방안

연번	위원명	의견
1	주영수 국립중앙의 료원장	<p>1) 경제·건강 취약 계층, 1인 가구에 사회적 지원 강화</p> <ul style="list-style-type: none"> - 관내 경제·건강 취약 계층, 1인 가구 대상 전화 혹은 대면 상담소 운영 - 주거마련, 일자리, 신체질환, 정신건강 등 1인가구의 관심이 높은 분야에 대한 상담 제공 - 실무자 게이트키퍼 교육 및 우울 고위험군 상담 및 진료 의뢰 <p>2) 사회 참여 및 직업 훈련</p> <ul style="list-style-type: none"> - 지역사회에서의 참여를 촉진하고 사회적 활동에 참여 기회제공 - 실직자, 경제적 어려움을 겪는 자에게 직업 훈련 및 일자리 지원 제공 <p>3) 통합적인 건강 프로그램</p> <ul style="list-style-type: none"> - 건강한 식습관, 규칙적인 운동, 충분한 휴식 등을 강조하는 통합적인 건강프로그램 실시 - 정신적, 신체적 건강 간의 상호작용을 감안한 종합적인 건강 지원 제공 <p>4) 정신 건강 교육 및 대중 캠페인</p> <ul style="list-style-type: none"> - 관내 자살위험 및 예방과 관련된 인식 확산을 위한 자살예방 언론보도 활성화 - 우울 및 자살예방 포스터 및 리플릿, QR코드 배포 <p>5) 정신질환 외래치료 명령제 활성화</p> <ul style="list-style-type: none"> - 정신질환이고 성실한 약물 치료 필요한 경우 외래 치료 담보 - 취약계층 외래 진료비 본인부담금 지원
2	조장원 민트정신건 강의학과 의원장	<p>1) 1차 의료기관 대상 자살예방사업에 대한 교육 및 홍보</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1차 의료기관 내원자의 우울군 조기발견 사업(생명이음청진기 사업) 활성화 필요 - 현실적으로 1차의료기관에서 우울 선별검사 진행하는 것에 시간소요 포함한 여러 한계가 있고, 의료기관 종사자들의 자살예방사업에 대한 인지도가 높지 않음. - 사업에 참여하지 않는 1차 의료기관에서도 쉽게 보건소와 정신건강 복지센터에 환자를 의뢰할 수 있는 시스템 마련 필요 - <1차의료기관 의료인력을 위한 의료기관용 브로슈어> 제작을 통해 현재 진행되고 있는 사업에 아쉬움 해소 필요 <p>2) 금융기관 대상 자살예방사업 교육 및 홍보</p> <ul style="list-style-type: none"> - 중년 남성의 경우 경제적 부담감이 우울 및 자살 사고와 관련하여 중요하게 작용 - 중장년기 자살사망자의 경우 약 12% 정도가 병의원 외 금융기관을 방문한 것으로 나타남. - 1차 의료기관 대상자들에 대한 의견과 유사하게 금융기관 종사자를 대상으로 자살예방 고위험군 의뢰 시스템 마련과 함께 자살예방사업에 대한 교육 및 홍보가 필요함.
3	임동균 남대문 경찰서장	<ul style="list-style-type: none"> - 자살위험군들은 스스로 병원이나 유관기관에 찾아오지 않음. 그러므로 생명지킴이활동을 많이 양성시켜서, 일본이나 덴마크에서 시행하고 있는 ‘찾아가는 서비스’가 중구에서도 이뤄지도록 해야함.

4	최은정 중부 경찰서장	<ul style="list-style-type: none"> - 세심한 사례관리가 필요한 만큼 심리·상담 전문가 인력충원을 통해 1인당 담당 사례관리 수를 적정하게 조정해 세심한 관리 유지 - 유관기관의 관리 등 외에도 주민들이 공감하고 상호보살필 수 있도록 동(洞)수준의 대상자 간 네트워크 또는 물리적 공간 등 마련 - 자살고위험군 뿐만 아니라 주변인(가족, 이웃)에게 자살징후 등에 대한 홍보, 교육 확대
5	권태미 중부 소방서장	<ul style="list-style-type: none"> - 1인 가구 구성원들의 경제적 독립과 사회적 지원을 통해 함께하는 사회 공감대 형성 필요 - 지역사회 기반의 경제활동을 지원하여 경제적 독립을 추구, 공공의료서비스 연계를 통한 건강검진 및 치료 기회 제공, 독거노인 친구 만들기 프로그램, 1인가구 동호회 결성 등 다양한 사회활동 기회를 늘려서 우울감 회복과 사회적 소외계층이 없도록 관리해야 함.
6	윤종상 신당종합사 회복지관장	<ul style="list-style-type: none"> - 경제·건강 취약계층과 1인 가구 등 자살 고위험군을 발굴하는 방법이 가장 중요함 - 생명지킴이활동가, 준사례관리자 양성교육 등과 함께 ‘우리 동네’에서 일상생활 속에서 자연스럽게, 느슨하게 활동하면서, 우리 이웃들을 돌보는 역할을 하는 지역 주민(지역 리더)을 지원하는 모임도 중요하다고 생각함. - ‘1인 가구 증가에 따른 고시원, 쪽방 등 집중선별검사’와 함께 1인 가구원들에게 동네에서 언제든지, 부담 없이 이야기 나누고, 믹스커피 한 잔 나눌 수 있는 이웃을 만들어주는 자조모임, 정서지원도 필요

2. 2021년 중구 자살률은 21.6명으로 그 중 80대 이상의 자살률은 111.3명이며, 이는 총 자살률의 5배 이상 높음.(70대 39.8명 40대 21.9명 순으로 높음)
이와 관련하여 노년과 중장년 자살률을 감소시키기 위한 방안

연번	위원명	의견
1	주영수 국립중앙 의료원장	<p>1) 노년과 중장년 자살 생각의 주요 이유</p> <ul style="list-style-type: none"> - 경제적, 정신적 어려움, 건강문제, 외로움, 음주문제 <p>2) 노년과 중장년 대상 특화 서비스</p> <ul style="list-style-type: none"> - 노년: 도시락 서비스, 병원 등 공공기관 이용 도우미 - 중장년: 경제·건강 취약 계층, 1인 가구에 사회적 지원 강화, 사회 참여 및 직업 훈련, 정신건강교육 및 대중 캠페인, 정신질환 외래치료 명령제 활성화 <p>3) 고려사항</p> <ul style="list-style-type: none"> - 데이터상 80대 이상의 전국 자살률 60.6명에 비하여 2배 수준으로 보이거나, 관내 1년간 전체 자살자 수가 총 30명으로서, 연령대별 구간에서는 한 두명의 증감으로도 연령대별 자살률에 큰 변동이 일어날 수 있는 점도 고려 필요함. - 1인가구가 많은 점, 관내 중위연령이 서울시 전체보다 높은 점을 감안한 대책이 필요 - 특히 연령대가 높은 동 (예: 회현동 52.7세, 약수동 49.9세) 등 각 동별 특성에 맞춘 밀착형 행정이 도움이 될 수 있을 것으로 생각됨

2	조장원 민트정신 건강의학 과의원장	안건1 「경제·건강 취약계층, 1인 가구 등 자살 고위험군에 대한 우울 예방관리방안」의 의견과 동일
3	임동균 남대문 경찰서장	- 노인의 삶을 존중하고 생명을 귀히 여기는 사회의 인식이 필요하며 '가족'이라는 보호의 기능을 잃지 않도록 해야함. - 중장년과 노년 또는 그 이상 세대의 차이를 확인하고 구체적인 지역 사회의 자살예방활동으로서 노인들이 접근하기 쉬운 '공공노인전문상담기관' 설립이 필요.
4	최은정 중부 경찰서장	- 사회적 참여를 높여 소속감을 느낄 수 있도록 참여 프로그램 활성화 및 주민간 네트워크 형성 - 노년과 중장년의 정신건강 상태 진단과 의료기관에서의 전문적인 심리 상담 등 정신건강 증진을 위한 프로그램 참여 확대 - 노약자, 독거인 등의 말벗을 해줄 수 있는 AI스피커, 찾아가는 상담 등 지원
5	권태미 중부 소방서장	- 경제적 안정과 사회적 공감대 형성 필요 - 지역사회 내에서 경제활동을 지원해 경제적 안정이 되게 하고 노년 및 중장년층이 주가 되는 사회적 행사와 만남의 장 확대 필요 - 부채 및 파산 등 경제적 위기에 직면한 대상자들의 특별관리 필요 - 경제적 어려움이 사회적 우울감이 되지 않게 우울증 예방에 힘쓰고, 이를 극복할 수 있게 물질, 정신적 지원 필요
6	윤종상 신당종합사 회복지관장	- 노년과 중장년의 사회관계망 자원을 다양하게 제공하는 것이 중요 - 사회관계망 지원 프로그램은 복지관 등 각 유관기관에서 다양하게 진행되고 있기에, 사례 발굴과 함께 유기적인 연결이 된다면 효과가 좋을 것 - 느슨한 사회적 관계망을 통해서 우울감과 고립감을 낮추고, 자살률 감소에도 긍정적인 효과가 있을 것

3. 남성 자살률은 39.7명으로 여성 자살률 11.4명보다 3.5배 더 높게 나타남 이와 관련하여 남성 자살률을 감소하기 위한 방안

연번	위원명	의견
1	주영수 국립중앙의 료원장	1) 남성의 특성 - 자신의 어려움을 주변사람에게 말로 표현하지 못하는 경향 - 불안, 분노, 두려움을 솔로 해결하려 하거나 충동적 자살 시도로 이어질 수 있음 2) 남성을 대상으로 특화 프로그램 개발 지원 - 건강관리, 정서·성격, 자녀양육, 부부관계, 신용관리(빚·세금등), 법률 관계(이혼, 교통, 범죄), 학업 정보(교육,입시), 취업, 성폭력 등 3) 정부가 발표한 전국민의 생애주기별로 정신건강을 관리하는 내용을 담은 '전 국민 정신건강 혁신 방안' 활용 선별 검사 및 무료 상담 - 정신건강 스크리닝을 통해 조기에 감지하고, 조기 치료 및 지원을 제공 - 국립중앙의료원은 바우처 상담의 품질 향상을 위하여 관내 상담 실무자 교육 및 슈퍼비전 제공 - 의료 서비스가 필요한 정신건강문제는 정신과 진료 병행하도록 적기연계

		<p>4) 고려사항</p> <ul style="list-style-type: none"> - 남성 자살률이 더 높게 나오는 것은 국가와 지역을 불문하고 일반적인 소견이며, 국가나 시 단위에 비해 남성 자살률이 높게 나왔지만, 수명 ~ 수십명 수준에서 의미있는 차이라고 보기에 는 무리가 있음. (서울시 남/녀 자살자 1,313/696명, 중구 남/녀 자살자 23명/7명으로 카이제곱 검정시 p=0.196, 오차범위 이내). - 다만 일반적으로 남성이 자살 위험요인인 것은 맞으며, 1인가구 및 사회경제적 취약성 등과 결합하였을 경우 위험도가 증가하는 현상은 분명히 존재하므로, 이 점을 고려해야 함.
2	조장원 민트정신건강의학과 의원장	의견 없음
3	임동균 남대문 경찰서장	<ul style="list-style-type: none"> - 우리나라 남성의 자살 동기는 경제생활 문제가 가장 많고, 여성의 자살 동기는 정신과적 문제가 가장 많음. - 이는 남성의 자살률이 경기불황과 밀접한 관련이 있음. 문제는 경제 성장의 약세와 부동산 폭등에 따른 박탈감, 미래의 불확실함, 가정 부양 책임감 등 심적 부담을 많이 가지고 있지만 이러한 고민을 털어 놓고 상의하는 경우가 여성보다 적음. - 지자체에서 남성만을 위한 소통창구를 열어 놓는것도 남성의 자살률을 감소하기 위한 좋은 방안이나 남녀를 떠나 자살률을 감소하기 위해 지자체 단위가 아닌 정부차원에서 문제가 무엇인지 연구를 하고 그에 따른 정책을 내놓아야 할 것.
4	최은정 중부 경찰서장	<ul style="list-style-type: none"> - 남성의 경우 우울증과 같이 정신적인 문제 뿐만 아니라 가족해체위기, 가족부양과 같이 경제적 문제 등에 대하여 단기적으로 회복이 어려우므로 지속적으로 상담, 찾아가는 서비스 등이 필요
5	권태미 중부 소방서장	<ul style="list-style-type: none"> - 전통적으로 경제적 책임을 크게 느껴온 중장년층 남자들의 자살률 증가세 가속화 - 또한, 여성에 비해 알코올 의존도가 높아 알코올 중독증으로 인한 우울증 및 자살의 위험성이 높음. - 감소방안으로 남성의 경제적 책임감에 대한 부담감을 줄일 수 있는 정신건강 프로그램 등의 개발 및 사회적 인식 변화와 알코올중독 예방 및 치료 연계 시스템 확충 필요.
6	윤종상 신당종합사 회복지관장	<ul style="list-style-type: none"> - 1인가구, 독거노인 가정 방문 시, 여성 가정보다 남성 가정의 환경이 열악함. 가정환경(청결, 위생, 식생활 등)은 당사자의 신체적, 정서적 건강에도 직접적으로 영향을 미침 - 다양한 지역의 자원을 활용하여, 남성 가정의 환경을 깨끗하게 정리 하고 유지할 수 있도록 도와줌으로써 건강한 생활습관과 환경을 만들어주는 것이 자살률 감소의 시작이 될 수 있음. - 자신의 정서적 문제나 스트레스를 적절하게 표현하고, 심리, 정서적 지원을 받을 수 있는 정보를 적극 홍보하고, 자살 생각이 들 때, 전문가나 신뢰할 수 있는 사람에게 도움을 요청하는 방법을 취하도록 곁으로 찾아가는 캠페인을 진행 필요

4. 그 밖에 중구 구민대상으로 우울감 감소와 정신건강증진 등을 위한 방안

연번	위원명	의견
1	주영수 국립중앙의 료원장	<p>1) 자살 사망사례에 대한 면밀한 질적 분석 통한 대책 마련</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1년 30명의 규모로, 자살에 대한 사회적 관심과 구에서의 관심 등을 고려할 때 통계에 의한 양적 파악 외에, 개별 자살 사망사례에 대한 면밀하고 질적인 분석을 통해 대책을 모색하는 것 역시 도움이 될 수 있을 것. <p>2) 국립중앙의료원의 원활한 현대화 사업</p> <ul style="list-style-type: none"> - 국립중앙의료원은 관내 유일한 종합병원이며, 의원급을 제외하고 관내 유일한 정신의료기관임. - 현재 중구정신건강복지센터 운영 및 다양한 관내 민관 활동과 사업에 참여 및 자문하고 있음 - 다만, 시설의 노후와 인력 등 기관 규모의 제한으로 한계를 겪고 있음. 예를 들어, 정신건강의학과외의 경우 전용 폐쇄병동 운영이 불가능한 규모로, 고위험 자살시도자의 입원진료 등이 어려움. - 예산 삭감 및 규모 축소로 어려움을 겪고 있으나 장기적으로 원활한 현대화 사업을 통하여 국립중앙의료원에 적정 규모의 시설과 인력이 확보될 경우, 구민의 정신건강증진을 위하여 더 많은 역할을 할 수 있을 것으로 기대할 수 있음.
2	조장원 민트정신건 강의학과외 원장	<p>1) 자살예방사업의 효과 확인 필요</p> <ul style="list-style-type: none"> - 한 기사에 따르면 자살사망자의 센터 이용률이 낮다고 하며 자살예방사업이 더 적극적으로 홍보 및 진행되어야 한다는 기사에 동의함. - 한편으로는 자살예방사업이 그만큼 효과적으로 작용하기에 자살사망자 중 센터를 이용한 사례는 극히 적었을 것으로 추측. - 중구 내 자살률의 변화만으로 중구 자살예방사업의 효과를 확인하기에 충분하지 않다고 생각하며, 자살예방사업의 효과 확인을 위해 자살예방사업 사례자 중 자살사망자의 비율을 측정하여 다른 대조군들과의 비교가 필요함.
3	임동균 남대문 경찰서장	<ul style="list-style-type: none"> - 찾아가는 심리지원 서비스, 취약 계층에 따른 선별검사, 자살예방 홍보캠페인 등 중구민에 대한 집중 관리와 주민 참여형 홍보를 확대
4	조장원 중부 경찰서장	<ul style="list-style-type: none"> - 자살고위험군 당사자 뿐만 아니라 가장 많은 시간을 보내는 회사, 주변인(가족,이웃) 등에게 자살 징후 등에 대한 홍보, 교육 확대
5	권태미 중부 소방서장	<ul style="list-style-type: none"> - 자살은 고립 및 소외된 집단에서 집중적으로 나타나고, 노후 준비 미비로 경제적으로 안정되지 못한 노인계층, 힘겹게 가정의 생계를 책임져야 하는 가장과 독거 가구 등에서 자주 발생 - 근본적인 문제점에 노출된 대상자를 미리 사전에 선별하고 관리 해줌으로써 자살률을 줄일 수 있음. - 중구지역 내 문제점에 많이 노출 되어있는 곳에 좀 더 관심을 기울이고 공연 등 문화생활이 발달한 중구의 특성을 살려 다양한 문화활동 기회를 제공해 우울감 극복과 사회적 관계를 형성하도록 힘 써야함.

6	윤종상 신당종합사 회복지관장	<ul style="list-style-type: none"> - 2024년 사업계획 방향인 일반국민 대상의 자살예방사업 홍보 및 인식개선 캠페인을 단발성 아닌 정기적으로 실행 - 주거취약 지역일수록 이웃들에 대한 관심을 가지는 생명지킴이의 활동이 우울감 감소에도 효과가 좋을 것 - 혼자가 아니라, 언제든지 연락을 할 수 있는 누군가가 있다고 느껴질 수 있도록 사회관계망 형성 필요 - 우울감이 높고, 자살위험군에 있는 사람들이 언제나 도움을 청할 수 있는 방법에 대한 적극적 홍보 필요
---	------------------------------	---

향후계획

- 2023. 12. : 결과보고서 각 기관(위원) 발송
- 2024. 01. : 위원들의 의견을 반영하여 2023년 사업계획 수립
- 2024. 03. : 유관기관 간담회 및 기관 협력회의. 끝.