

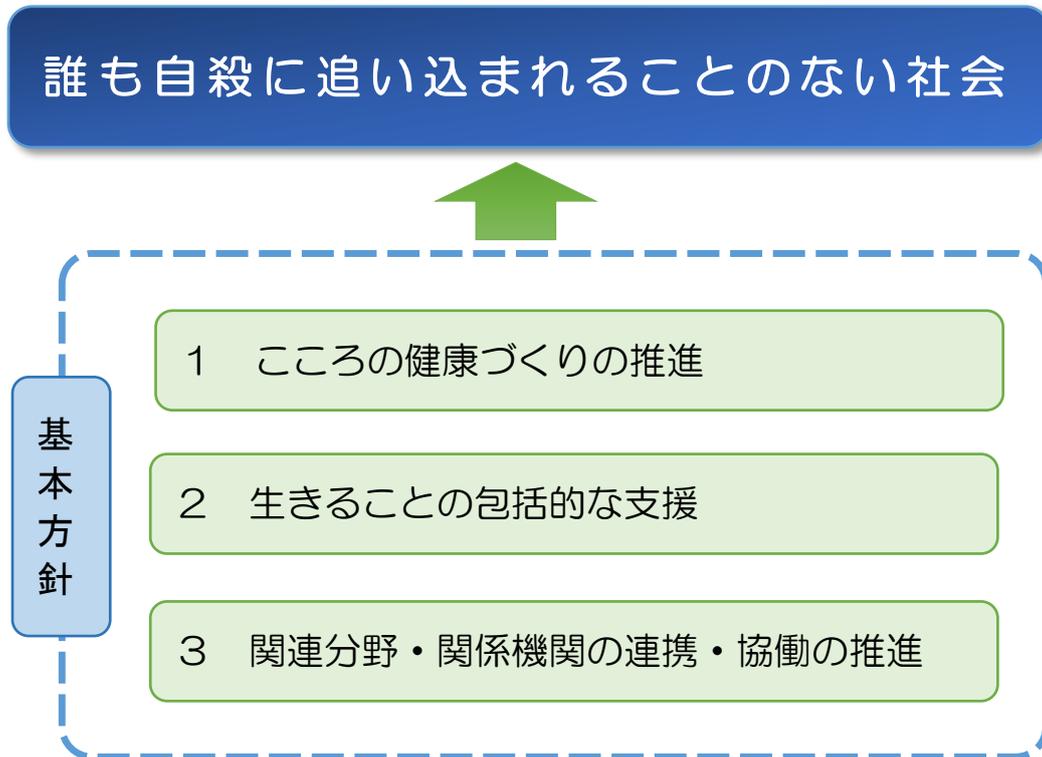


自殺対策の目標と取組 (自殺対策計画)

1 自殺対策の基本的な考え方

（1）自殺対策計画の目標と基本方針

【自殺対策計画がめざすもの】



自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があります。自殺に至る心理として、様々な悩みにより追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ることが知られています。そこには、社会との繋がりが薄れ、孤立に至る過程も見られます。自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」です。そのため、自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連機関との連携を図り、「生きることの包括的な支援」として実施する必要があります。地域住民を含め、関係機関が相互に連携・協力して自殺対策に取り組むことで、一人ひとりの大切ないのちをみんなで支え合い、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現をめざします。

（2）数値目標の設定

国の自殺総合対策大綱に基づき、自殺死亡率を10年間で30%以上減少させることをめざします。具体的には、平成30年の本市の自殺死亡率15.2の30%減、10.6を令和11年までの数値目標とします。

（3）自殺対策の施策体系

国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」において、全ての自治体で取り組むことが望ましいとされた5つの「基本施策」のほか、3つの「対象者・世代別重点施策」を加え、より包括的・全庁的に自殺対策の推進を図ります。

（1）基本施策	
①	地域におけるネットワークの強化
②	自殺対策を支える人材の育成
③	市民への啓発と周知
④	生きることの促進要因への支援
⑤	児童生徒のSOSの出し方に関する教育
（2）対象者・世代別重点施策	
①	生活困窮者への対策
②	子ども・若者への対策
③	高齢者への対策

2 自殺の現状と課題

（1）統計に見る自殺の実態

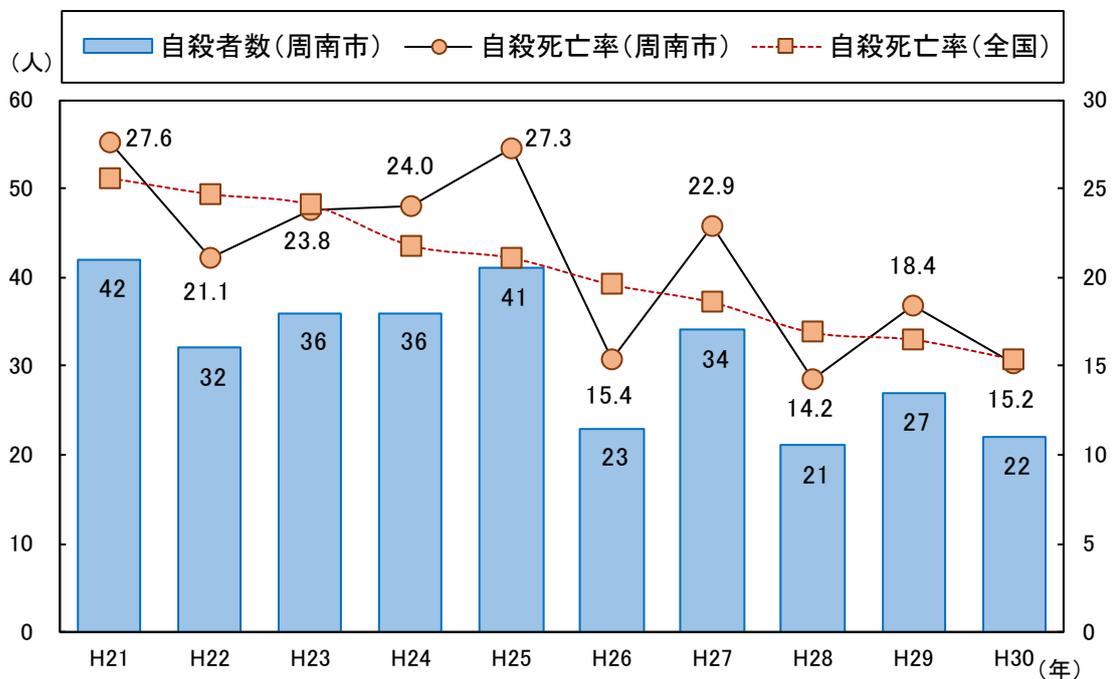
①自殺者数と自殺死亡率の推移

本市の自殺者数は、年による差がありますが、平成26年から30年までの5年間で合計127人（男性88人、女性39人）となっており、平成21年から25年までの5年間（合計187人、男性138人、女性49人）に比べると、60人（32.1%）の減少となっています。

また、本市の自殺死亡率（人口10万対）についても、実数が少ないため、年による差がありますが、平成30年は15.2と、全国平均値（15.4）を下回っています。

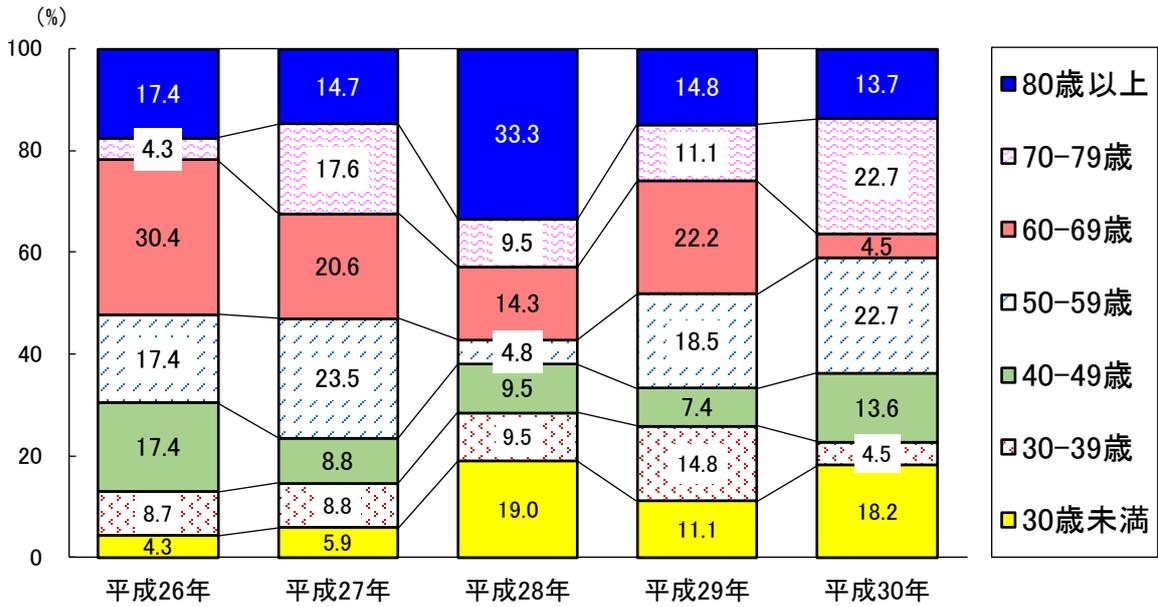
なお、全国の自殺死亡率（人口10万対）は、ここ10年低下を続けていますが、さらに国は、平成27年の自殺死亡率（18.6）の30%以上低下を令和8年までの目標に掲げています。

図5-1 自殺者数と自殺死亡率（人口10万対）の推移



資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

図5-2 自殺者の年代別割合の推移



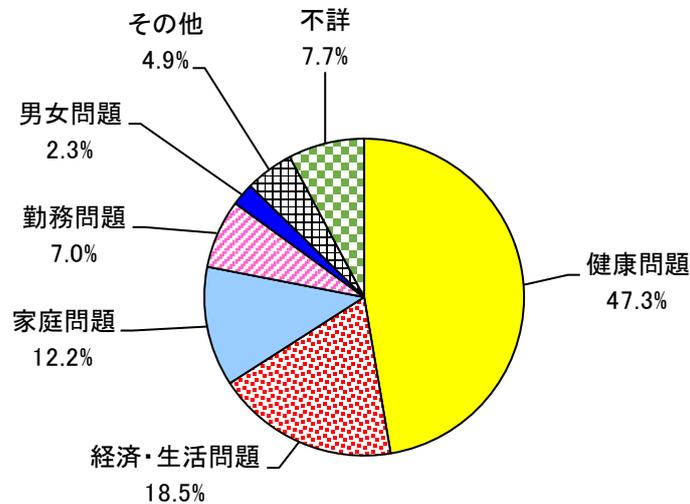
資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

②自殺の原因・動機別割合

平成21年から30年までの本市における自殺の原因・動機別割合を見ると、健康問題が47.3%と最も多く、以下、経済・生活問題（18.5%）、家庭問題（12.2%）と続いています。

実際の自殺では、これらの原因等が複合的に絡んでいるケースもあり、自殺に追い込まれた最初の要因も、それぞれの生活状況に応じ、ひきこもり、就職失敗、離婚、DV、失業等、様々なケースが考えられます。

図5-3 自殺の原因・動機別割合（平成21年～30年）



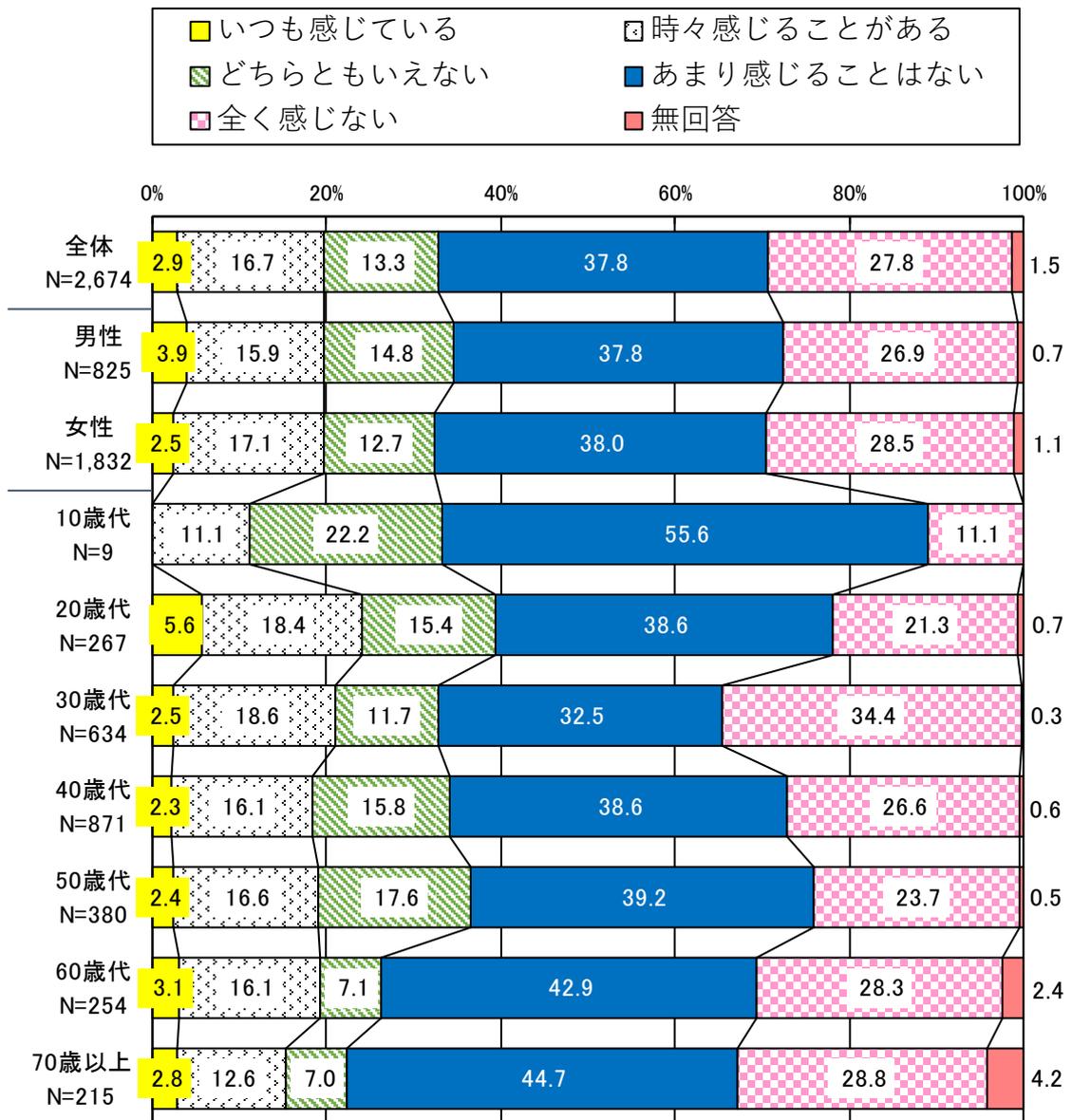
資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(2) アンケート調査結果

① 生きることが辛くなるほどのストレスの有無

生きることが辛くなるほどのストレスを「いつも感じている」(2.9%)、「時々感じることがある」(16.7%)と回答した人の割合は全体の19.6%で、男女間の差はほとんど見られませんでした。年齢階層別に見ると、やや「20歳代」の割合(24.0%)が高くなっています。

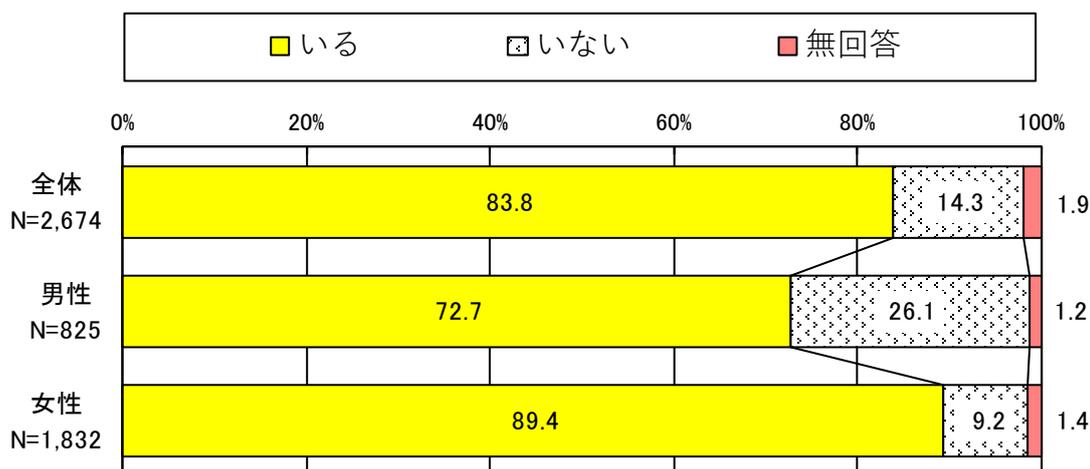
図5-4 生きることが辛くなるほどのストレスを感じることもあるか



②ストレスの相談相手の有無

ストレスを感じたときに、相談できる相手が「いない」と回答した人の割合は全体の14.3%で、女性の9.2%に対し男性は26.1%と、かなり高い割合となっています。

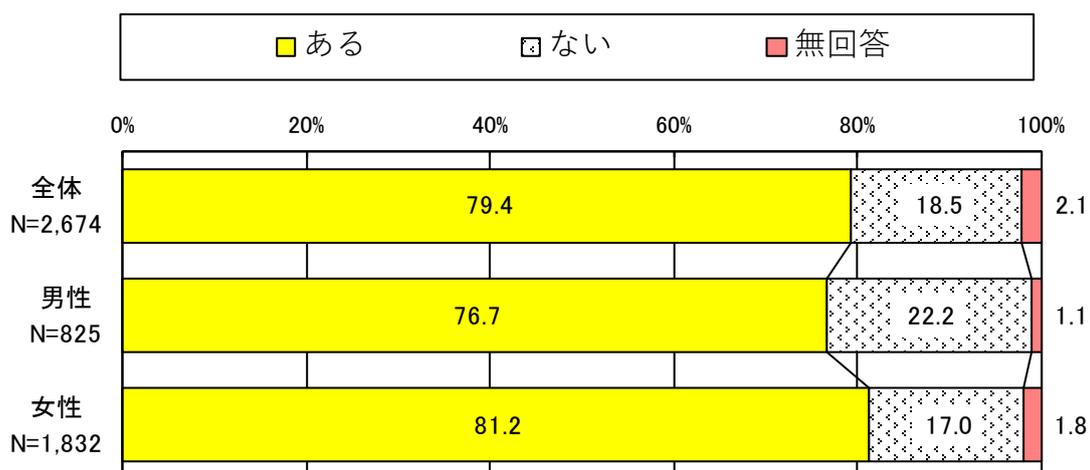
図5-5 ストレスを感じたときに、相談できる相手はいるか



③ストレスの解消方法の有無

ストレスを感じたときの解消方法が「ない」と回答した人の割合は全体の18.5%で、女性の17.0%に対し男性は22.2%と、やや高い割合となっています。

図5-6 ストレスを感じたときの解消方法はあるか

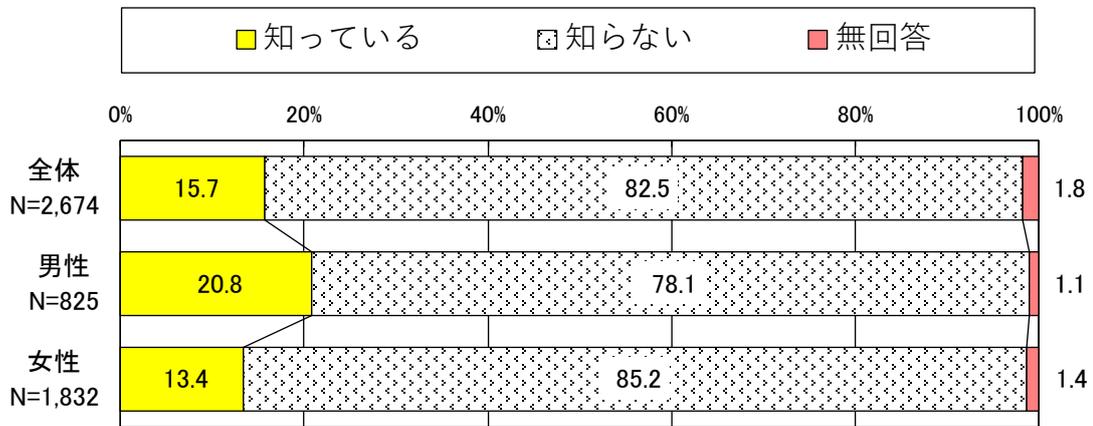


④ゲートキーパーの認知度

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人、つまり自殺につながる前にストップをかける「命の門番」となる人のことをいいます。

ゲートキーパーを「知っている」と回答した人の割合は全体の15.7%で、女性（13.4%）に比べ男性（20.8%）はやや高い割合となっているものの、認知度の低さは否めません。自殺対策におけるゲートキーパーの必要性と重要性について、市民への啓発を図るとともに、ゲートキーパーの養成に努める必要があります。

図5-7 ゲートキーパーを知っているか

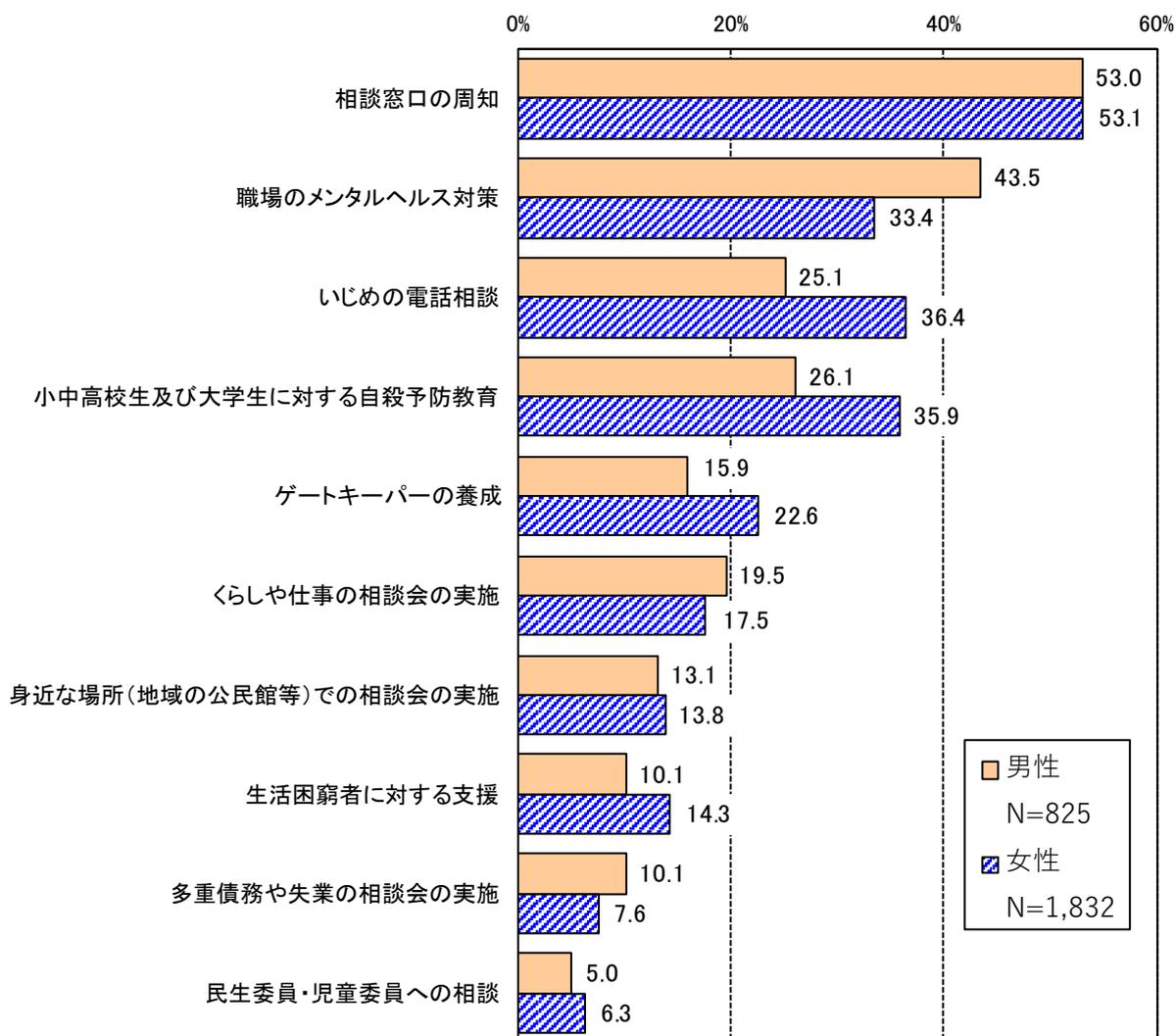


ゲートキーパー研修

⑤自殺を予防するために必要なこと

自殺を予防するために必要なこととしては、男女ともに「相談窓口の周知」を選択した人が最も多く（男性：53.0%、女性：53.1%）、以下、男性では「職場のメンタルヘルス対策」（43.5%）、女性では「いじめの電話相談」（36.4%）や「小中高校生及び大学生に対する自殺予防教育」（35.9%）が上位にあがっています。

図 5-8 自殺を予防するためにどのようなことが必要だと思うか



3 自殺対策の取組

（1）基本施策

① 地域におけるネットワークの強化

国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業、地域住民など、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有化した上で、既存の組織やネットワークを活用しながら、相互に連携・協働する仕組みの構築、ネットワークの強化を図ります。

関連する市の主な施策・事業

No.	取組	取 組 内 容	担当課
1	友愛訪問活動促進事業 もやいネットセンター推進事業	<p>地域福祉と自殺対策の連動を図り、小地域単位の見守りネットワークを、自殺リスクを抱えた対象者の早期発見と支援にもつなげていきます。</p> <p>また、もやいネットセンターの福祉総合相談窓口を起点に福祉サービス全般のコーディネートを行い、危機的状況に陥る前に適切な関係機関につなぐことで、相談者とその家族の自殺リスクの軽減を図ります。</p>	地域福祉課
2	地域包括支援センター運営事業	<p>地域の高齢者が抱える問題や自殺リスクの高い方の情報等を把握し、運営協議会やケア会議等で共有することで、自殺対策のことも念頭において、高齢者向け施策を展開する関係者間での連携関係の強化や、地域資源の連動につなげていきます。</p>	地域福祉課
3	民生委員活動事業	<p>地域で困難を抱えている人に気づき、適切な相談機関につなげる日々の活動を、自殺リスクを抱えた対象者の早期発見と支援にもつなげていきます。</p>	地域福祉課
4	こども家庭総合支援拠点事業	<p>子どもや子育て中の保護者からの育児に関する各種相談に、様々な専門機関と連携しながら支援を実施することで、深刻な状況に陥る前に家庭の問題を発見し、自殺リスクの軽減を図ります。</p> <p>また、包括的、継続的な支援を実施することにより、子ども自身の自殺リスクや成長後の自殺リスクを高める要因にもなる児童虐待の未然防止、早期対応を図り、子どもの最善の利益を守ります。</p> <p>さらに、自殺のリスクを上昇させかねないDVの相談窓口として、危機的状況に陥る前の早期発見・早期対応により自殺リスクの軽減につなげます。</p>	次世代支援課

No.	取組	取 組 内 容	担当課
5	地域子育て支援拠点事業(子育て支援センター)	保護者が集い交流できる場を設けることで、子育てに伴う過度の負担を軽減するとともに、危機的状況にある保護者を発見し早期の対応につなげる接点の役割を果たします。	次世代支援課
6	地域自立支援協議会運営事業	障害者福祉に関する各種支援機関の間に構築されたネットワークを活用し、共生社会の理念普及を進めるとともに、自殺リスクを抱えた障害者の支援を図っていきます。	障害者支援課
7	青少年育成共同協働ネットワーク推進事業(青少年育成市民会議)	青少年健全育成活動に関連する会議の中で、青少年の自殺の現状と対策（生きることの包括的支援）について情報提供を行うことにより、現状と取組について関係者の理解を深め、さまざまな活動の中での「気づき」につなげていきます。	生涯学習課



市役所庁内連携ワーキング

② 自殺対策を支える人材の育成

様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対しては、早期の「気づき」が重要であることから、「気づき」のための人材育成が重要となります。

保健、医療、福祉、教育、労働の関係者はもちろん、市民の誰もが早期の「気づき」に対応できるよう、必要な研修の機会の確保を図ります。

関連する市の主な施策・事業

No.	取組	取組内容	担当課
1	市職員への研修	窓口業務や相談支援、訪問等の際に、早期発見のサインに気づくことができるよう、また、自殺対策の全庁的な取組意識を高めるために、職員を対象にゲートキーパー研修を行います。	全庁
2	教職員向け研修	心の教育の基盤となる「開発的生徒指導」を推進し日常の生徒指導や教育相談体制の充実・強化を図るために、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーなどの専門家や関係機関と連携し、教職員の研修を充実させます。	学校教育課
3	一般市民や各種団体を対象としたゲートキーパー研修等の開催	日頃から地域住民と接する機会の多い民生委員・児童委員や地域関係団体をはじめとする地域ボランティア等に、相談者やその家族の変化に気づき、本人の気持ちに耳を傾け早めの専門機関への相談を促し、日々の活動の中で寄り添いながら見守っていく役割を担っていただけるよう、ゲートキーパー研修等を開催します。	健康づくり推進課

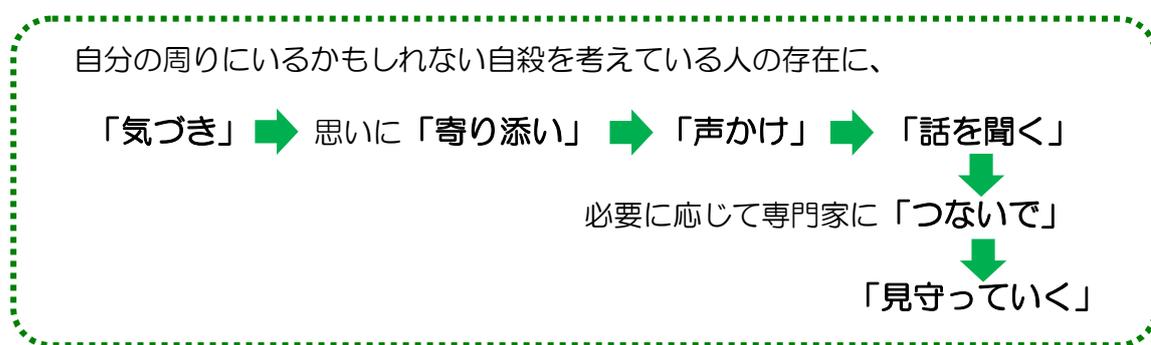
③ 市民への啓発と周知

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る」ことであるにもかかわらず、そのような危機に瀕した人の心情や背景は理解されにくいものです。

誤った認識や偏見を払拭し、「命や暮らしの危機が迫った場合には、誰かに援助を求めるのは当然のこと」という考えが社会の共通認識となるよう啓発を図ります。

さらに、自殺対策における市民一人ひとりの役割が共有されるよう、広報・啓発活動を展開します。

■自殺対策における市民一人ひとりの役割



関連する市の主な施策・事業

No.	取組	取 組 内 容	担当課
1	しゅうなん 出前トーク 事業	「ゲートキーパーの役割」や「地域自殺対策の取組」等を、トーク事業のメニューに加えることで住民への啓発を図ります。	健康づくり 推進課
2	チラシ等による相談窓口の周知	庁内窓口や福祉関係機関、市内医療機関に、相談先情報等を掲載したチラシ等を設置し、各種手続きの来庁者や受診者等に対し相談窓口の周知を図ります。	全 庁
3	広報・ホームページ等を活用した啓発活動	「自殺対策強化月間（3月）」や「自殺予防週間（9月）」に合わせ、広報・ホームページ等で、生きる支援関連の記事や相談会等の情報を掲載し、市民への周知を図ります。	健康づくり 推進課

④ 生きることの促進要因への支援

自殺対策は、生きることの「阻害要因を減らす取組」に加えて、生きることの「促進要因を増やす取組」を行うことが重要です。

このため、居場所づくりや生きがいつくりの活動支援を行うとともに、リスクを抱える可能性のある人への支援に努めます。

関連する市の主な施策・事業

No.	取組	取 組 内 容	担当課
1	多様な学習活動や社会活動への支援	生涯学習講座や各種サークル活動、世代間交流事業など、参加者同士の交流を促進し、様々な市民が気軽に集える事業を展開することで、居場所づくりや生きがいの創出につなげます。	生涯学習課
2	地域子育て支援拠点事業(子育て支援センター)	子育て世代の親と子どもが気軽に集い、相互交流を図る場を提供します。 また、子育ての相談支援を行うとともに、子育てに係る各種情報提供や子育てサークルの支援を行います。	次世代支援課
3	母子保健事業	産後うつや育児によるストレス等は母親の自殺リスクを高めるため、保健師や公認心理師等の相談や家庭訪問を通して必要な助言・支援を行い、家庭や地域での孤立感の解消、産後うつ等のリスク軽減を図ります。	健康づくり推進課
4	高齢者の生きがいと健康づくりの推進	地域で開催されるサロン活動や老人クラブ活動への支援を行うことで、高齢者自らが生きがいや役割を見出せる地域づくりを目指します。	高齢者支援課 地域福祉課
5	コミュニティづくりの推進	地域に住んでいる人たちが互いに支え合いながら、住みよいまちを創り上げるための様々な活動を行うことで、地域での居場所づくりや生きがいの創出につなげます。	地域づくり推進課
6	市民相談事業	生活、家庭不和、結婚、近隣の問題、行政に対する苦情、高齢者や家族の悩み、福祉サービスの利用や金銭管理への不安など、身の回りで起こっている心配事の相談に応じ、適切な窓口につなげます。	生活安全課

⑤ 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

児童生徒が困難やストレスに直面した際、心理的な抵抗を感じることなく、信頼できる大人に助けを求められることができるよう、通常の学校の教育活動の一環として、自殺予防に向けたSOSの出し方に関する教育を推進します。

関連する市の主な施策・事業

No.	取組	取 組 内 容	担当課
1	SOSの出し方に関する教育	児童生徒が、命の大切さを実感できる教育を行うとともに、いじめ等の様々な困難やストレスに直面した際に、信頼できる大人や相談機関に早めに助けの声を上げられるよう、具体的かつ実践的なSOSの出し方に関する教育を行います。	学校教育課



（2）対象者・世代別重点施策

① 生活困窮者への対策

生活困窮者はその背景として、虐待、性暴力被害、依存症、性的少数者、知的障害、発達障害、精神疾患、多重債務、労働、介護など、多様かつ広範な問題を複合的に抱えていることが多く、社会的に孤立しやすい傾向があります。

社会的に孤立した生活困窮者が、地域の人とのつながりを持つことにより、生きることの促進要因となり、自殺リスクを抱える人は支援を受けられる機会が広がります。

生活困窮者や生活困窮状態に陥る可能性のある人が自殺に至らないように、包括的な生きる支援としての対策を推進します。

関連する市の主な施策・事業

No.	取組	取 組 内 容	担当課
1	生活困窮者自立支援事業	相談支援、就労支援、住居確保給付金の支給など生活困窮者に対する包括的な支援体制の充実を図り、自殺のリスクを抱えた人への「生きることの包括的な支援」を実施します。	生活支援課 地域福祉課
2	納税相談	納税を期限までに行えない市民は、生活面で深刻な問題を抱えていたり、困難な状況にあたりする可能性が高いため、そうした相談を「生きることの包括的な支援」のきっかけと捉え、様々な支援につなげていきます。	収 納 課
3	国民健康保険・国民年金保険料の減額・免除制度	保険料の減額・免除申請に来られる人は、生活面で深刻な問題を抱えている可能性があるため、当事者から状況の聞き取りを行い、必要に応じて様々な支援につなげていきます。	保険年金課
4	ひとり親家庭等医療費助成事業	ひとり親家庭は貧困に陥りやすく、また孤立しがちであるなど、自殺につながる問題要因を抱え込みやすいことから、窓口業務の中で、問題の早期発見と相談窓口への誘導を強化します。	次世代支援課
5	就学援助費と特別支援学級就学奨励費の援助	就学に際して経済的困難を抱えている児童生徒の保護者に対し、給食費・学用品費等を援助します。	学校教育課
6	市営住宅管理業務	市営住宅を管理する中で、生活困窮による家賃滞納者などの実情を把握し、必要に応じて様々な支援につなげていきます。	住 宅 課

No.	取組	取 組 内 容	担当課
7	水道料金等徴収業務	水道料金等を滞納している人は、経済的な問題を抱えていることも少なくないことから、窓口業務の中で状況の聞き取りを行い、必要に応じて様々な支援につなげていきます。	上下水道局 料金課

② 子ども・若者への対策

子どもから大人への移行期には特有の大きな変化があり、子どもや若者の抱える悩みは多種多様です。また、ライフステージや立場で置かれる状況も異なることから、それぞれの段階や状況に即した適切な対策が求められます。

児童生徒及び学生の自殺対策に関係する機関としては、児童福祉や教育機関をはじめ、若者の就労や生活支援など、子ども・若者世代を対象に活動する様々な機関が考えられます。そのため、保健・医療・福祉・教育・労働等、多様な分野の関係機関・団体との連携を図ることが重要です。

自殺の原因・動機や背景を考慮しながら、子ども・若者支援に関連する諸施策の実行を図ることなどにより、ライフスタイルや生活の場、ライフステージに応じた対策を展開します。

関連する市の主な施策・事業

No.	取組	取 組 内 容	担当課
1	SOSの出し方に関する教育 (再掲)	児童生徒が、命の大切さを実感できる教育を行うとともに、いじめ等の様々な困難やストレスに直面した際に、信頼できる大人や相談機関に早めに助けの声を上げられるよう、具体的かつ実践的なSOSの出し方に関する教育を行います。	学 校 教 育 課
2	こども家庭総合支援拠点事業 (再掲)	子どもと子育て家庭に対する包括的、継続的な支援を実施することにより、子ども自身の自殺リスクや成長後の自殺リスクを高める要因にもなる児童虐待の未然防止、早期対応を図り、子どもの最善の利益を守ります。	次世代支援課
3	地域子育て支援拠点事業(子育て支援センター) (再掲)	子育て世代の親と子どもが気軽に集い、相互交流を図る場を提供します。 また、子育ての相談支援を行うとともに、子育てに係る各種情報提供や子育てサークルの支援を行います。	次世代支援課

No.	取組	取 組 内 容	担当課
4	児童扶養手当の支給	家族との離別・死別を経験している方は自殺のリスクが高まる場合があります。児童扶養手当の相談業務を、自殺のリスクを抱えている可能性がある人との接触窓口としても活用します。	次世代支援課
5	障害児支援	発達支援が必要な児童に、児童発達支援、放課後等デイサービス等のサービスを提供するとともに、障害児の保護者への相談支援等により、保護者の過度な負担軽減を図ります。	障害者支援課
6	就学相談	保護者に対して特別に支援を要する児童生徒に対し関係機関と協力して一人ひとりの障害及び発達の状態に応じたきめ細かな相談を行います。	学校教育課
7	生徒指導と相談支援	児童生徒や保護者の中には、様々な問題や困難を抱え自殺リスクが高い者もいる可能性があることから、心の教育の基盤となる「開発的生徒指導」を推進し、日常の生徒指導や教育相談体制の充実・強化を図るとともに、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーなどの専門家や関係機関との連携や教職員の研修により、児童生徒や家庭に寄り添った専門的な相談・支援機能を充実させます。	学校教育課
8	いじめ防止対策事業	いじめは児童生徒の自殺リスクを高める要因の1つであり、いじめを受けている児童生徒の早期発見と対応を行うだけでなく、いじめを受けた子どもが周囲に助けを求められるよう、SOSの出し方に関する教育を推進することで、児童生徒の自殺を防止します。	学校教育課
9	教育相談	子どもの教育上の悩みや心配事に関する相談を、スクールカウンセラーが対面で受け付けます。 また、仕事の都合や家庭の事情等で来室できない場合には、電話相談も行います。	学校教育課
10	スクールソーシャルワーカー活用事業	社会福祉等の専門的な知識や技術を有するスクールソーシャルワーカーを活用し、さまざまな課題を抱えた児童生徒に対し、当該児童生徒が置かれた環境へ働きかけたり、関係機関等とのネットワークを活用したりするなど多様な支援方法を用いて課題解決への対応を図ります。	学校教育課
11	不登校児童生徒支援事業	不登校対策として、スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーとの連携強化を図ります。 また、保護者とも面談を実施することで、児童生徒と保護者の孤立を防止するとともに、必要に応じて適切な機関へつないでいきます。	学校教育課

No.	取組	取 組 内 容	担当課
12	青少年健全育成事業	街中の徘徊など、一見すると「非行」と思われる行動が、実は青少年にとっての「SOS」である場合も少なくありません。青少年の非行防止、健全育成を図る中で、青少年が抱える問題の解消を図ります。	生涯学習課

③ 高齢者への対策

高齢者の自殺対策については、閉じこもりや抑うつ状態、健康不安、孤立・孤独など、高齢期特有の問題への対応が求められます。寿命の延伸、ライフスタイルの変化により、高齢世帯、高齢者単身世帯が増加していることから、高齢者の社会参加の促進は、自殺対策の観点でも重要な課題と言えます。

関係機関やサービス事業所等との連携を図りながら、それぞれの高齢者が持つ多様な背景や価値観に合わせた支援、働きかけを行います。

関連する市の主な施策・事業

No.	取組	取 組 内 容	担当課
1	地域包括支援センター運営事業（再掲）	地域の高齢者が抱える問題や自殺リスクの高い方の情報等を把握し、運営協議会やケア会議等で共有することで、自殺対策のことも念頭において、高齢者向け施策を展開する関係者間での連携関係の強化や、地域資源の連動につなげていきます。	地域福祉課
2	友愛訪問活動促進事業	各地区の福祉員が65歳以上のひとり暮らし高齢者等を訪問し、安否確認や生活上必要な相談・助言をすることで、自殺リスクを抱えた高齢者の早期発見と支援にもつなげていきます。	地域福祉課
3	要援護者安否確認実施事業	高齢者保健福祉実態調査を実施し、市内の70歳以上ひとり暮らし世帯、75歳以上二人暮らし世帯の状況を把握することで、問題を抱えた世帯の早期発見に役立っています。 また、実態調査の結果を担当民生委員や社会福祉協議会と共有することで、自殺のリスクを抱えている可能性のある高齢者へのアウトリーチにも活用していきます。	地域福祉課
4	緊急通報体制整備事業	ひとり暮らしの高齢者等に対し、緊急通報システムを設置し、対象者の安否確認を行うとともに、利用者の相談に応じ孤独や不安を解消することで、自殺リスクを抱えた利用者への支援につなげていきます。	地域福祉課

No.	取組	取 組 内 容	担当課
5	もやいネット周南	地域の人々や事業所と連携しながら、ひとり暮らしの高齢者等が住み慣れた地域で、安心して自立した生活を継続するために、見守り活動によって問題の早期解決を目指します。	地域福祉課
6	介護給付に関する相談	介護は本人や家族にとっての負担が少なくなく、時に自殺リスクにつながる場合もあります。介護にまつわる諸問題についての相談機会の提供を通じて、家族や本人が抱える様々な問題を察知し、支援につなげます。	高齢者支援課
7	老人クラブ助成事業	老人クラブへの活動費の助成を行うことで、高齢者の健康づくり、仲間づくり、生きがい活動等を支援します。	高齢者支援課

