

## 第5章 自殺対策（自殺対策計画）

### 1 これまでの取組

#### (1) 普及啓発

- 要望のあった地域や職域へ出向き、こころの健康に関する健康教育を実施。
- 自殺予防週間・自殺対策強化月間に広報等で自殺予防に関する正しい知識の普及啓発。

#### (2) 人材育成

- 住民や地区組織の方などに、身近で悩んでいる人に気づいて声をかけ、気持ちを理解して、必要な機関につなぐ役割をする「こころのサポーター※」の育成。

#### (3) 相談窓口

- 市内の中学生に、こころの悩みに関する相談機関の情報提供。
- 随時・定例的な相談の場や関係機関からの連絡により、こころの相談・助言を実施。
- 妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援を「子育て世代包括支援センター・ココシエ」で実施し、保健師が専門的見地からきめ細やかな相談支援を実施。

#### (4) その他

- 産婦健康診査や家庭訪問でエンジンバラ産後うつ病質問票※等を活用し、産後うつ等の支援が必要な産婦を早期発見して支援。
- 退院後の母子に対して、心身のケアや育児サポート等を実施する産後ケア事業を行うことで、産後も安心して子育てができるよう支援。
- 介護者同士がお互いの思いを話し合い、互いの経験の中からアドバイスを与えたり受けたりする「ひだまりサロン～介護者の集い～」を社会福祉協議会と共催で実施し、リフレッシュできる場を定例的に開催。

## 2 現状と課題

平成 25 年（2013 年）から平成 29 年（2017 年）までの自殺死亡者の状況より、市の自殺死亡率は平成 28 年（2016 年）までは減少していましたが、平成 29 年（2017 年）は増加し、国・県の自殺死亡率より高い状況です（P 23 参照）。性別、年代別では、40 歳代と 50 歳代は男性のみの状況です（P 24 参照）。職業別でみると「被雇用・勤め人」が多く（P 24 参照）、働き世代への自殺対策も重要です。

「地域自殺実態プロフィール」\*によると、自殺者は男女とも 60 歳代以上の無職同居者が多くなっています（P 26 参照）。

原因・動機については「健康問題」、「家庭問題」、「経済・生活問題」が多い傾向にありますが（P 25 参照）、自殺の多くは多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、様々な要因が連鎖する中で起きていることから、相談機関の周知と関係機関との連携強化が必要です。

子どもに対しては、自殺予防に焦点をあてるのではなく、自尊感情を高め、「ピンチをしのぎ、生きる力」を育む教育を行うことが生涯にわたるメンタル教育につながっていくことを関係機関と共有し、連携しながら対応していくことが必要です。

また、地域における自殺予防対策強化のための人材づくりとして「こころのサポーター\*」を育成していますが、その人数を増やしていくとともに、資質向上を図ることが必要です。市民一人ひとりが自殺等に関する正しい知識を持ち、身近な悩みを抱えた人に気づき、孤立させず、適切な支援につなぐことが重要です。

## 3 目標指標

平成 35 年（2023 年）までに平成 29 年（2017 年）の自殺死亡率を 30%以上減少させることを目標とします。

項目	現状値	目標値
	平成 29 年 (2017 年)	平成 35 年 (2023 年)
自殺死亡率 (人口 10 万対)	21.87 人	15.03 人



## 4 今後の取組

---

### (1) 正しい知識の普及

- ホームページ、市広報、ラジオ、健康教育等で自殺予防週間・自殺対策強化月間の普及啓発を行うとともに、市の自殺の現状やうつ等に関する正しい知識、相談機関を周知する。(健康増進課)

### (2) 相談窓口の周知

- 児童・生徒が助けを求める合図を発信しやすくするために学校を通して自殺が急増する時期に、こころの悩みに関する相談機関の啓発物を配布する。(健康増進課、学校教育課)
- 地区民生委員児童委員協議会定例会やケアマネジャー連絡会などの既存の連絡会の場を活用し、市の自殺の現状やうつの兆候、相談機関等に関する情報について啓発する。(社会福祉課、高齢福祉課、健康増進課)

### (3) 人材育成

- 地域や職域、学校等で自殺予防に関心を持ってもらい、気づき・声かけ・つなぎ・見守りができる人材である「こころのサポーター※」を今後も継続して育成する。「こころのサポーター※」のPRを行うことで認知度を高め、受講者を増やす。(健康増進課)
- 出前講座のメニューに「こころのサポーター養成講座」を加える。(健康増進課)

### (4) 関係機関等との連携強化

- 庁内各部署で実施している事業の中で、市民の生きることを支援する事業については、自殺対策を意識した取組になるように情報共有や連携強化を図る。(健康増進課)
- 妊産婦、乳幼児については、「子育て世代包括支援センター・ココシエ」を中心に、関係機関と連携を図りながら支援を行う。(健康増進課、子育て支援課)
- 児童・生徒については、学校教育での自殺予防に向けた取組と助けを求める合図の出し方に関する教育について関係機関と共に推進を図る。(健康増進課、学校教育課)

- 働き世代については、メンタルヘルス対策が推進できるように職域との連携を図る。(健康増進課)
- 高齢者については、ケアマネジャー等の専門職と社会福祉協議会等の関係機関と連携をとりながら自殺予防対策を推進する。(健康増進課)
- 自殺未遂者やその家族、自死遺族については県の相談事業や自主グループ等につなぐ支援を行う。(健康増進課)