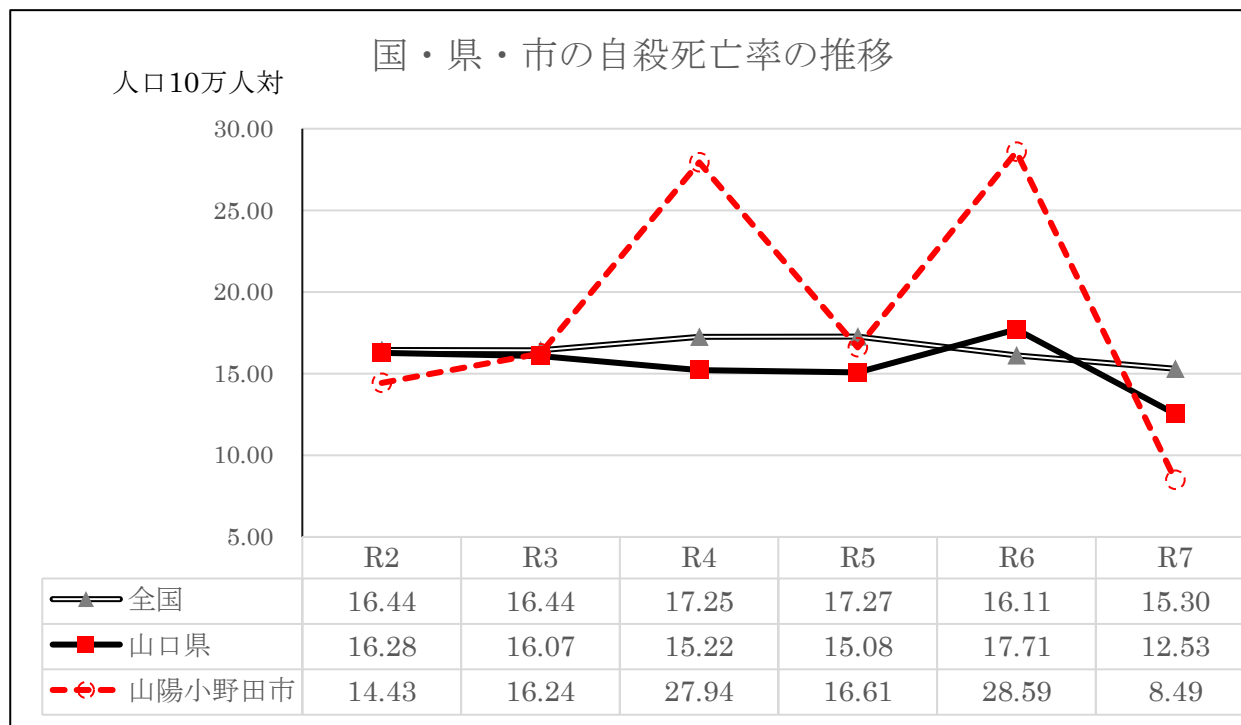


令和 8 年度自殺対策計画について

1 自殺の現状

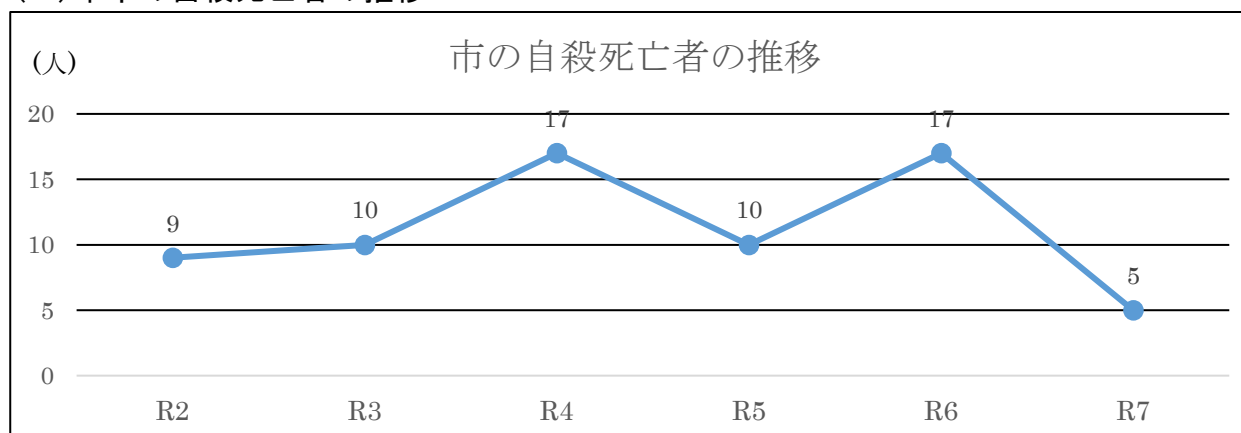
(1) 国・県・市の自殺死亡率の推移



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

市の自殺死亡率は、その年の人数により乱高下が激しく、令和 4 年(2022 年)、令和 6 年(2024 年)では、国・県の死亡率を上回りました。令和 7 年(2025 年)は国・県の死亡率を下回りました。

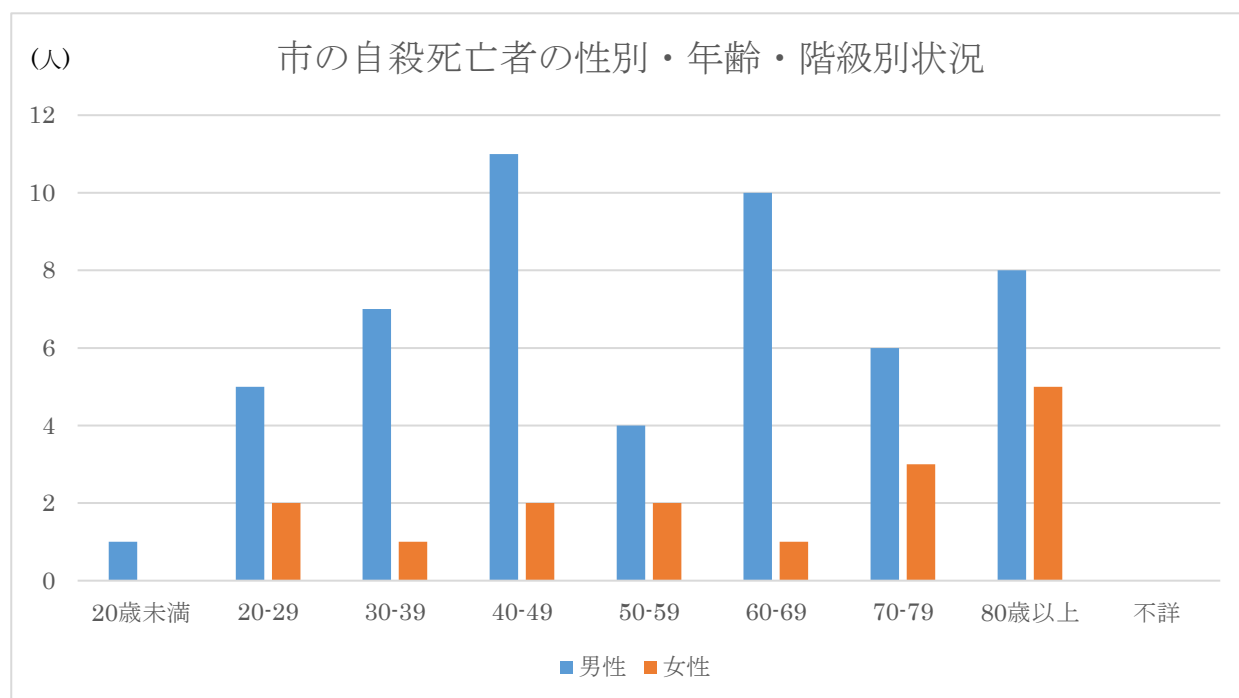
(2) 本市の自殺死亡者の推移



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

自殺死亡者数は令和 4 年(2022 年)、令和 6 年(2024 年)に 17 人と増加しましたが、令和 7 年(2025 年)は 5 人で推移しています。

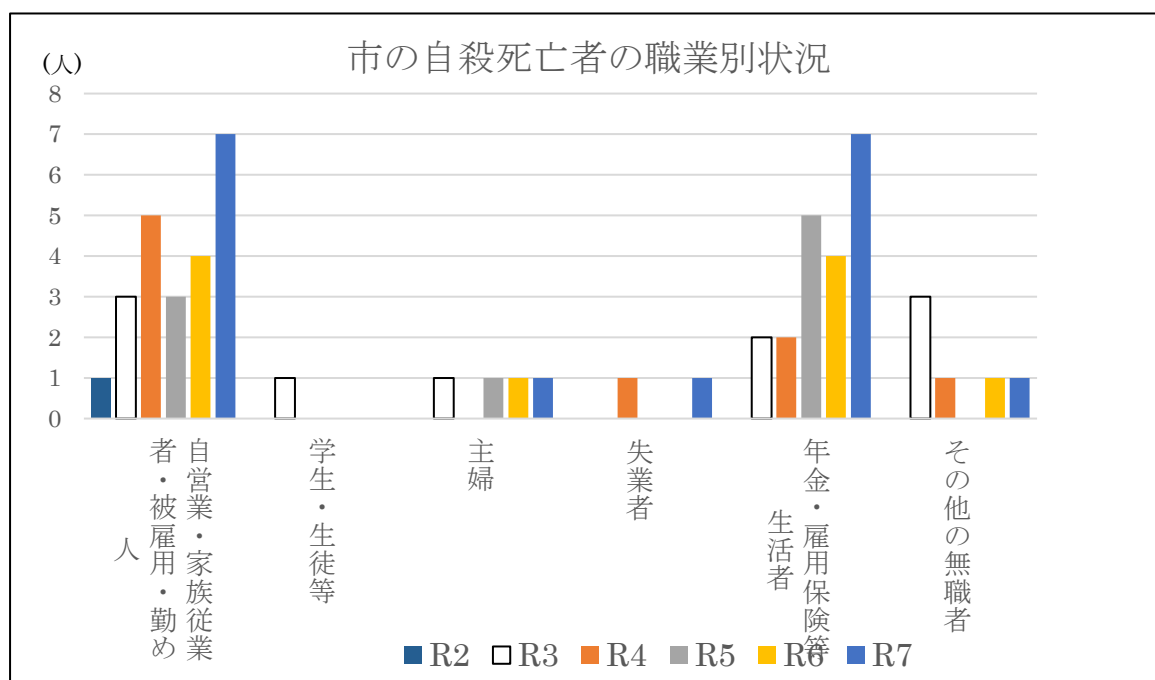
(3)本市の性別・年齢階級別状況(令和2年(2020年)から令和7年(2025年)までの合計)



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

全年齢を通して男性の方が自殺死亡者は多い状況です。男性は40歳代、60歳代が多くなっています。

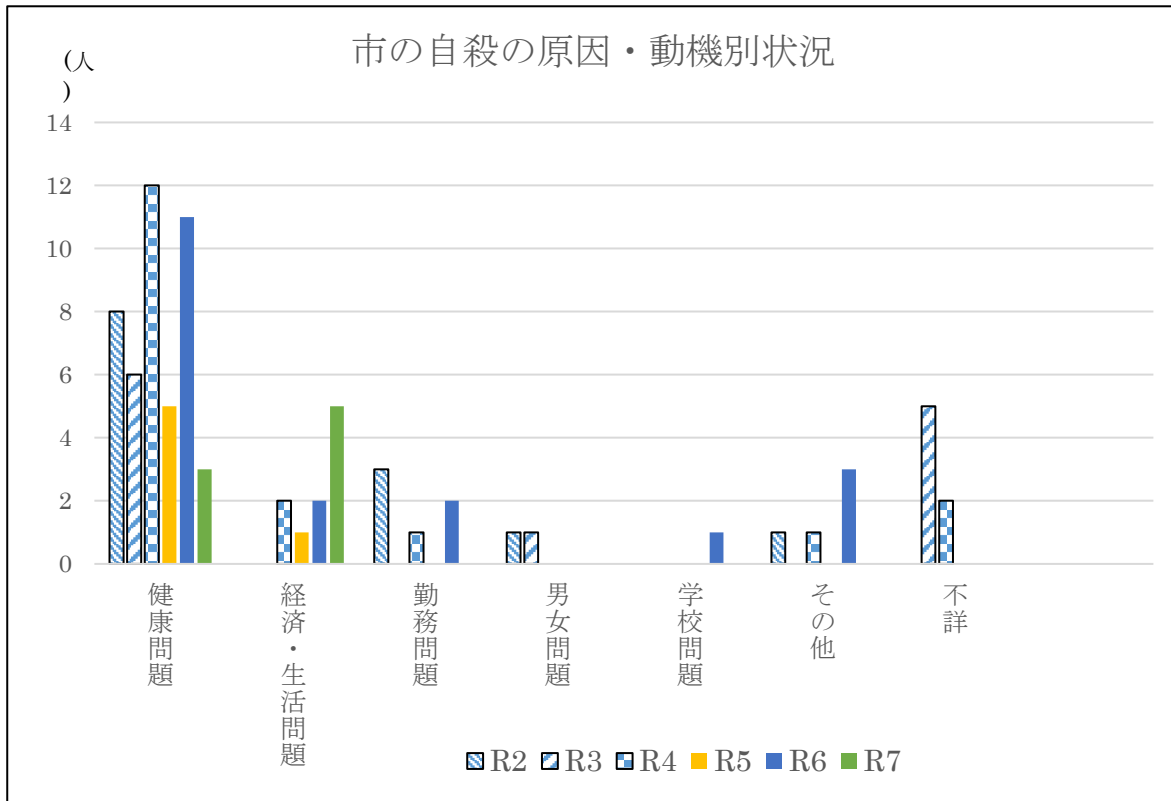
(4)本市の自殺死亡者の職業別状況



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

「被雇用・勤め人」、「年金・雇用保険等生活者」が上位を占めています。

(5) 本市の自殺の原因・動機別状況



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

「健康問題」が最多ですが、その次に多いのが「家庭問題」となっています。

(6) 地域自殺実態プロフィール

主な自殺の特徴（特別集計 令和2年（2020年）～令和6年（2024年）合計）

上位5区分	自殺者数 (5年計)	割合	自殺 死亡率* (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路**
1位:男性 60歳以上 無職同居	11	17.5%	42.2	失業（退職）→生活苦＋介護の悩み（疲れ）＋身体疾患→自殺
2位:男性 40～59歳 有職同居	8	12.7%	27.6	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み＋仕事の失敗→うつ状態→自殺
3位:男性 60歳以上 無職独居	7	11.1%	124.1	失業（退職）＋死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
4位:男性 20～39歳 有職同居	7	11.1%	39.1	職場の人間関係／仕事の悩み(ブラック企業)→パワハラ＋過労→うつ状態→自殺
5位:男性 20～39歳 無職同居	4	6.3%	129.4	①【30代その他無職】ひきこもり＋家族間の不和→孤立→自殺／ ②【20代学生】就職失敗→将来悲観→うつ状態→自殺

資料：警察庁自殺統計原票データをいのち支える自殺対策推進センター（以下、JSCP）にて個別集計

・区分の順位は自殺者数の多い順で、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。

* 自殺死亡率の算出に用いた人口は、総務省「令和2年国勢調査」就業状態等基本集計を基に JSCP にて推計したもの。

** 「背景にある主な自殺の危機経路」は、ライフリンク「自殺実態白書 2013」を参考に推定したもの。自殺者の特性別に見て代表的と考えられる経路の一例を示しており、記載の経路が唯一のものではないことに留意いただきたい。

【現状と課題】

令和2年(2020年)から令和7年(2025年)までの自殺死亡者の状況より、市の自殺死亡率は、令和4年(2022年)、令和6年(2024年)以外は国・県の死亡率とほぼ同程度で推移しています。令和4年、令和6年は自殺死亡率がかなり上昇しました。性別では男性が多く、年齢別では50歳代が少ないですが、30歳代から80歳以上まで幅広く分布しています。職業別でみると「被雇用・勤め人」、「年金受給者」が多く、働き世代と高齢者への自殺対策も重要です。

原因・動機については「健康問題」、「家庭問題」が多い傾向にあり、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、特に自殺予防というよりも自尊感情を高め、「ピンチをしのぎ、生きる力」を育む教育を行うことで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を推進することが必要です。

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、適切な支援につなげることが重要です。

(7) 計画の全体目標

指標	現状値	目標値
	平成30年(2018年)～令和5年(2023年)平均値	令和6年(2024年)～令和11年(2029年)平均値
自殺死亡率 (人口10万対)	17.79人	12.45人以下

数値目標	基準値 (平成29年度)	現状値 (令和5年度)	目標値 (令和12年度)
こころの相談窓口を知っている市民の割合	19.9%	38.0%	22%以上
こころのサポーター数	600人	889人	960人

ストレス解消法を持っていない市民の割合	24.7%	22.4%	22%以下
睡眠による休養がとれている市民の割合	56.7%	61.0%	62%以上

2 自殺対策事業実績

(1) 普及啓発

- ・スマイルエイジング出前講座、随時健康教育

年 度	R2	R3	R4	R5	R6
回数	0	3	3	7	3
実施団体数		事業所1 民生委員2	事業所1 ケアマネ1 市民1	企業5 民生委員2	健康推進員1 地域交流センター1 民生委員1
受講人数	0	62	54	278	70

- ・広報、FMスマイルウェーブ等の活用
- ・図書館でのパネル展示
- ・啓発用のカード作成、配布
- ・相談窓口掲載パンフレットの普及

(2) 相談窓口（随時）※アルコール、ギャンブル、ゲーム等の依存症も含む

年 度	R2	R3	R4	R5	R6
電話（人）	9	10	12	26	17
来所（人）	0	1	1	0	1

(3) 人材育成

①こころのサポーター養成講座

<実施状況>

年 度	R2	R3	R4	R5	R6
実施回数（回）	1	3	3	3	1
受講人数（人）	29	72	85	124	26

※R5 年度末時点でこころのサポーターは 889 名

②こころのサポーター支援講座

<実施状況>

年 度	R2	R3	R4	R5	R6
実施回数（数）	1	1	1	1	1
参加延人数（人）	54	31	43	25	25

(4) 関係機関等との連携強化

①妊産婦・乳幼児

産後うつ等、産後の体調不良や育児不安のある方に対して、こども家庭センター、関係機関と連携を図りながら支援を行った。

②若年層対策事業

子ども市民教育推進事業での出前講座

年 度	R2	R3	R4	R5	R6
回数 (回)	0	0	1	0	1
受講人数 (人)	0	0	118	0	98

③働き世代

メンタルヘルス対策が推進できるように職域に働きかけ、出前講座を行った。

※実績は(1)普及啓発 スマイルエイジング出前講座、随時健康教育参照

3 協議したいこと

こころの健康相談会 **新**

・心の不調やメンタルヘルスの悪化の早期発見・早期支援のため心の健康で悩んでいる方やその家族に対して個別相談会を開催する。

【対象】

心の健康で悩んでいる方やその家族等

【内容】

医師の相談

こころの健康相談会を周知するための関係機関及び関係団体との連携について
実施予定のもの

○市広報、ホームページ、ラジオ、記者発表

○庁内関係課への説明（子育て支援課、高齢福祉課、障害福祉課、社会福祉課、学校教育課、市民活動推進課、生活安全課）

○関係団体への説明（民生委員児童委員、介護支援専門員、相談支援専門員、配偶者等暴力相談支援連絡協議会の所属団体）

○職域への発信（宇部健康福祉センター管内地域・職域連携推進協議会との連携）