



自殺対策計画

1 計画の趣旨

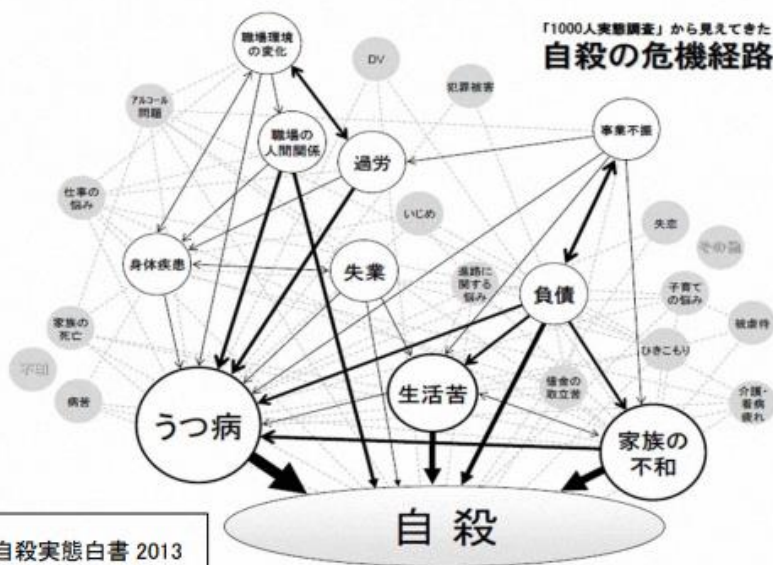
自殺は、その多くが、精神疾患等の精神保健上の問題だけではなく、いじめや育児、介護疲れ、過労、生活困窮、孤立・孤独などの複数の社会的要因によって追い込まれた末の結果です。自殺に至る人の心理として、追い詰められた結果、生きる希望を喪失し、思考が狭まり、死しか選択できない状態になります。これらの社会的要因による危機は誰にでも起こり得ます。

また、こころの不調や疾病などの身体的要因も、自殺のリスクとなります。このため、食事・運動・睡眠などの身体活動、人とのつながりなどの社会的活動にも注目して、自殺対策を推進する必要があります。

市民一人ひとりが、全ライフステージにおいて、こころの健康づくりを身近なこととして認識し、日常的に危機を回避する方法を身につけること、また身近な家族や支援者が危機に気づき、本人に代わって危機を回避する手助けをすることができることを目標とします。

本市においては、市民の行動を推進する施策や支援体制を継続し、自殺者数の減少に向けた計画を推進します。

- 社会が多様化する中で、地域生活の現場で起きる問題は複雑化・複合化している。
- 複雑化・複合化した問題が最も深刻化したときに自殺は起きる。



2 計画がめざすもの

本計画は、自殺対策基本法で策定を位置づけられており、自殺総合対策大綱の基本理念「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現をめざす」に基づき、自殺者ゼロに向けた自殺者数の減少を推進することを目的として策定します。

明らかになった課題

- ①高齢者層に対する孤立対策等、見守り体制の強化が必要である。
- ②職場でのストレス度が高い 30 代・40 代を中心とした勤務者層の職域と連携した取組が必要。
- ③全国的に子ども・若者の自殺者が増加していること、また、本市でも 20 代未満の自殺者が存在していることから、次世代を担う若年者層への対策の強化が必要。

本市の自殺の実態に基づき、勤務・経営者、高齢者に対する取組と、子ども・若者への取組を重点として、次の目標値をめざします。

現状（アンケート分析含む）

本市の自殺の状況は、年齢別にみると経年的に高齢者の自殺者が多い状況です。JSCP（いのち支える自殺対策推進センター）の分析結果によると、重点的に取り組むべき対象者は、高齢者と生活困窮者であることが挙げられています。自殺者の年齢は、60 歳以上が上位を占め、自殺の原因と考えられるものに、無職女性では身体疾患、同居の有無に関わらず、男性で失業（退職）や生活苦、死別・離別が示されています。退職後の居場所の確保や家庭外にも相談できる人を見つける等、社会的な孤立を防ぐ必要があります。

令和 4 年度は 30 代・40 代の自殺者の増加がみられます。

アンケート調査結果からも、30 代・40 代に「自殺したいと思った」、「ストレスの原因が勤務状況である」と回答した割合が高くなっています。職域と連携した取組が必要です。

令和 2 年度から全国的に子ども・若者の自殺者が増加しており、市のアンケートでも「消えたいと思った」と回答した割合が 20 代に多くなっています。また、20 代未満の自殺者もいるため、次世代を担う若年層への対策の強化が必要です。

【 目標値 】

目標値については、厚生労働省の「『地域自殺対策計画』策定・見直しの手引」に基づき、国の数値目標「令和8年までに自殺死亡者を平成27年と比べて30%以上減少させる」を踏まえ適宜適切に設定することと、とされています。

市の目標値の設定については、自殺死亡者数は基準値から30%減少させることを目標とし、65人としています。自殺死亡率については令和4年度の人口87,000人から毎年1,000人ずつ人口減少すると仮定した、将来人口の推計から算出し、12.8としました。また、基準値と目標値の評価期間は第2期の策定年を1年延伸したため、令和4年～令和11年の6年間としています。

	初期値（平成27年度） ※平成23年～平成27年の平均：5年間	基準値（令和5年度） ※平成28年～令和3年の平均：6年間	目標値（令和11年度） ※令和4年～令和9年の平均：6年間
自殺死亡率（平均）	21.7	17.1	12.8
自殺死亡者数（累計）	107人	94人	65人

3 計画の体系（◎は自殺対策計画における重点目標）

基本方針	基本施策（具体的目標）
(1) 地域におけるネットワークの強化	・ 関係機関との連携の強化
(2) 自殺対策を支える人材の育成	・ 生きるを支える人材の育成・連携
(3) 自殺対策関連事業の実践と啓発の推進	・ こころの健康に関する知識の普及啓発
	・ 専門的な相談窓口の設置と周知強化
	・ うつ病・アルコール対策の充実
(4) 自殺リスクの低下	・ ◎児童生徒がSOSを出しやすい環境づくり
	・ 専門的な相談窓口の設置
	・ 孤立を防ぐ居場所づくり
	・ ◎職域とのメンタルヘルス対策強化
	・ ◎高齢者へのメンタルヘルス対策強化

4 行動計画

基本方針4 いのちを支える包括的な支援【重点】

(1) 地域におけるネットワークの強化

医療・保健・福祉・職域等の関係機関において、課題の共有を行いながら、自殺の予防・早期発見及び支援を地域で包括的に行う体制をつくります。

【めざす姿】

保健・医療・福祉の関係機関が連携することで、生きることの包括的な支援を行うことができている。

【行政の取組】

基本方針	基本施策 (具体的目標)	取組	担当課 (関係機関)	ライフコース			※取組 の対象者
				次世代期	青年・壮年期	高齢期	
1 地域におけるネットワークの強化	関係機関連携の強化	自殺対策連携推進会議・庁内連絡会議・庁内窓口担当者ネットワーク会議	保健福祉課	○	○	○	共通
		こころネットみはら会議	保健福祉課(こころネットみはら)	○	○	○	共通
		精神科医療機関との連携	保健福祉課	○	○	○	共通
		地域連携共生ネットワーク	社会福祉課(社会福祉協議会)	○	○	○	共通
		地域子育て支援センターとの連携	こども保育課	○	○		妊産婦・子育て世代
		児童館との連携	子育て支援課	○	○		妊産婦・子育て世代
		産科医療機関との連携(産後うつ・育児支援)	こども安心課	○	○		妊産婦・子育て世代
		職域衛生部門との連携	保健福祉課		○	○	勤労者・経営者
		高齢者相談センター・高齢者包括支援センターとの連携	高齢者福祉課			○	高齢者

※取組の対象者：地域自殺実態プロファイルの「推奨される重点パッケージ」を引用。自殺者の特性と自殺の危機経路を参考に項目分けされている。

(2) 自殺対策を支える人材の育成

自殺の現状と取組の必要性を啓発し、自己肯定感の維持・信頼できる人間関係の構築・こころの危機に対する回避能力等、生きることへ希望をもたらす「生きるを支える」人材を地域で育成します。地域で見守る体制を構築し、連携しながら支援を行います。

【めざす姿】

すべての市民が、身近な人の困りごとに気づき、声かけができる。相談窓口など必要な情報提供ができる人が増えている。

【行政の取組】

基本方針	基本施策 (具体的目標)	取組	担当課 (関係機関)	ライフコース			取組の対象者
				次世代期	青年・壮年期	高齢期	
2 自殺対策を支える人材の育成	生きるを支える人材の育成・連携	ゲートキーパー養成講座の実施	保健福祉課	○	○	○	共通
		母子保健推進委員の養成	こども安心課	○	○		妊産婦・子育て世代
		ファミリーサポートセンター	子育て支援課	○	○		妊産婦・子育て世代
		民生委員・児童委員	高齢者福祉課	○		○	子ども・若者・高齢者
		地域見守り推進事業の実施	高齢者福祉課			○	高齢者
		認知症サポーターの養成	高齢者福祉課	○	○	○	高齢者

(3) 自殺対策関連事業の実践と啓発の推進

悩みがあるときは、相談しても良いということが地域全体の共通認識となるよう、こころの健康づくりに関する理解促進と普及啓発を行います。また、誰もが相談しやすい窓口の設置と相談体制を整備し、関連事業を推進します。

【めざす姿】

すべての市民が、悩みを抱え込まないという認識を持ち、相談する等、自ら予防することができている

【行政の取組】

基本方針	基本施策 (具体的目標)	取組	担当課 (関係機関)	ライフコース			取組の対象者
				次世代期	青年・壮年期	高齢期	
3 自殺関連事業の実践と啓発の推進	こころの健康に関する知識の普及啓発	ゲートキーパー養成講座の周知	保健福祉課	○	○	○	共通
		精神保健福祉講座の実施	保健福祉課 (こころネットみはら)	○	○	○	共通
		こころネットみはらまつりの開催	保健福祉課 (こころネットみはら)	○	○	○	共通
		ICTを活用したこころの健康づくりに関する情報の周知	保健福祉課	○	○	○	共通
	専門的な相談窓口の設置と周知強化	こころの何でも相談	保健福祉課	○	○	○	共通
		メンタルヘルスサポート事業	保健福祉課	○	○	○	共通
		若者の発達相談	保健福祉課				子ども・若者
		自殺対策月間・週間の周知	保健福祉課	○	○	○	共通
		商工会議所など職域関連団体へ啓発等の協力依頼(再掲)	保健福祉課	○	○	○	勤務・経営者
		妊産婦訪問・乳幼児全戸訪問事業	こども安心課	○	○		妊産婦・子育て世代
		民生委員・児童委員巡回訪問・友愛訪問の実施	高齢者福祉課	○		○	子ども・若者／高齢者

基本方針	基本施策 (具体的目標)	取組	担当課 (関係機関)	ライフコース			取組の 対象者
				次世代期	青年・壮年期	高齢期	
		こころの健康づくり出前講座	保健福祉課	○	○	○	共通
	うつ病・アルコール対策の充実	アルコールと健康を考えるつどいの実施	保健福祉課 (三原断酒友の会)	○	○	○	共通
		やさしい精神保健福祉講座の実施	保健福祉課 (こころネットみはら)	○	○	○	共通
		成人式での酒害啓発	保健福祉課	○			子ども・若者
	◎児童生徒がSOSを出しやすい環境づくり	児童・生徒及び保護者への相談窓口周知	保健福祉課	○			子ども・若者
		図書館へ自殺対策に関する啓発ポスターの掲示	保健福祉課	○			子ども・若者
		学校へこころの健康づくりに関する事業(こころネットみはらまつり等)の情報提供	保健福祉課	○			子ども・若者
		中学生及び保護者への酒害啓発	保健福祉課	○			子ども・若者

【評価指標】

評価項目	基準値 令和4年度	目標値 令和11年度
悩みを相談できる窓口を知らない人の割合	22.7%	20.0%
ストレスの解消法を持っている人の割合(再掲)※	93.2%	95.0%

※5 休養・こころの健康づくり評価指標

(4) 自殺リスクの低下

子育て中や退職後、また社会適応に悩む人などが、地域の資源につながるよう、人との交流を確保できる居場所づくりをし、利用の促進をします。

生きがいを持ち、自己肯定感が高まることで、生きることへの意欲を確保します。悩みを抱えた人の孤立を防ぐことで、自殺リスクを低下させ、自殺を予防します。

【めざす姿】

すべての市民が、自らに合った居場所をみつけ、社会的・精神的な孤立を避けることができる。

【行政の取組】

基本方針	基本施策 (具体的目標)	取組	担当課 (関係機関)	ライフコース			取組の対象者
				次世代期	青年・壮年期	高齢期	
4 自殺リスクの低下	専門的な相談窓口の設置	自立相談支援センターみはら	社会福祉課 (社会福祉協議会)	○	○	○	生活困窮者
		ふれあい相談室	学校教育課	○	○		子ども・若者
		子ども発達総合相談室	こども安心課	○	○		子ども・若者
		若者居場所づくり事業「だんだん」	生涯学習課 (ちゃんくす)	○	○		子ども・若者
		若者の発達相談	保健福祉課	○	○		子ども・若者
		ひきこもり相談支援ステーション	保健福祉協議会課 (社会福祉協議会)	○	○		子ども・若者
		高齢者相談センター	高齢者福祉課		○	○	共通
		自死遺族訪問相談支援	保健福祉課(東部保健所/広島弁護士会)	○	○	○	全体
		自殺未遂者訪問相談支援	保健福祉課(東部保健所)	○	○	○	全体
		ヤングケアラー支援事業	子育て支援課	○			子ども・若者

基本方針	基本施策 (具体的目標)	取組	担当課 (関係機関)	ライフコース			取組の 対象者
				次世代期	青年・壮年期	高齢期	
4 自殺リスクの低下	専門的な相談窓口の設置	育児相談	こども安心課	○	○		子ども・若者 /妊産婦・子育て世代
		子育て世代包括支援センターすくすくの運営	こども安心課	○	○		子ども・若者 /妊産婦・子育て世代
		地域子育て支援センターの運営	こども保育課	○	○		子ども・若者 /妊産婦・子育て世代
		母子・父子自立相談	子育て支援課	○	○		生活困窮/ 妊産婦・子育て世代
		女性相談	社会福祉課	○	○	○	共通
		消費生活（巡回）相談	商工振興課	○	○	○	共通
		人権相談	人権推進課	○	○	○	共通
		三原断酒友の会	三原断酒友の会（保健福祉課）	○	○	○	共通
		三原こどもサポートダイヤル	学校教育課	○			子ども・若者
	孤立を防ぐ居場所のづくり	三原ふれあい相談	学校教育課	○			子ども・若者
		障害者なんでも相談	障害者福祉課（社会福祉協議会/さ・ポート）	○	○	○	共通
		地域共生センター	社会福祉課	○	○	○	共通
		ふれあいいきいきサロン	高齢者福祉課（社会福祉協議会）			○	高齢者
		認知症カフェ	高齢者福祉課			○	高齢者
		市民老人大学	生涯学習課			○	高齢者
		認知症家族の会	高齢者福祉課	○	○	○	共通
		精神障害者家族会・つどい	保健福祉課	○	○	○	共通
		放課後児童クラブ	こども保育課	○			子ども・若者 /妊産婦・子育て世代
		放課後子ども教室	生涯学習課	○			子ども・若者
		地域子育てサロン	子育て支援課（社会福祉協議会）	○	○		妊産婦・子育て世代

基本方針	基本施策 (具体的目標)	取組	担当課 (関係機関)	ライフコース			取組の 対象者
				次世代期	青年・壮年期	高齢期	
4 自殺リスクの低下	孤立を防ぐ居場所のづくり	地域子育て支援センター（再掲）	こども保育課	○	○		妊産婦・子育て世代
		児童館「ラフラフ」	子育て支援課	○	○		子ども・若者／妊産婦・子育て世代
		こども食堂	子育て支援課	○			子ども・若者／妊産婦・子育て世代
		発達が気になる子の保護者の集い	こども安心課		○		妊産婦・子育て世代
		若者居場所づくり事業「だんだん」（再掲）	生涯学習課（ちゃんくす）	○	○		子ども・若者
		社会参加型事業	保健福祉課（ちゃんくす）	○	○		子ども・若者
		ひきこもり相談支援ステーション（再掲）	保健福祉課（社会福祉協議会）	○	○		子ども・若者
	◎ 職域のメンタルヘルス対策強化	商工会議所など職域関連団体へ啓発等の協力依頼（再掲）	保健福祉課	○	○	○	勤務・経営者
		ゲートキーパー養成講座の実施（再掲）	保健福祉課	○	○	○	共通
	◎ 高齢者のメンタルヘルス対策	民生委員・児童委員巡回訪問・友愛訪問の実施（再掲）	高齢者福祉課	○		○	子ども・若者／高齢者
		高齢者相談支援センター・高齢者包括支援センターとの連携（再掲）	高齢者福祉課		○	○	共通
		地域見守り推進事業の実施	高齢者福祉課			○	高齢者
		地域連携共生ネットワークでの課題検討	社会福祉課（社会福祉協議会）	○	○	○	共通

【 評価指標 】

評価項目	基準値 令和4年度	目標値 令和11年度
いざという時、助け合える人がいる割合 【再掲】※	66.0%	80.0%
地域の人とのつながりを感じている人の割合	50.7%	55.0%

※こころ安らぐやさしいまちの再掲

《三原市の自殺対策推進体制》

<p>(1) 三原市自殺対策連携推進会議</p> <p>【設置目的】 三原市の自殺対策において、関係機関・団体が連携し総合的な対策の推進を図る。</p> <p>【所掌事務】 (1) 自殺対策の総合的な推進に関すること。 (2) 自殺対策に係る関係機関・団体の連携に関すること。 (3) その他、自殺対策に連携会議が必要と認めること。</p> <p>【委員の構成】 1 委員 15 人以内で構成する。 2 委員は、次に掲げる者のうちから市長が依頼する。 (1) 保健・医療・福祉関係者 (2) 教育関係者 (3) 労働関係機関の関係者及び事業主 (4) 警察・消防関係者 (5) 民間相談団体関係者 (6) 学識経験者 (7) その他市長が自殺対策に必要と認める者</p> <p>【具体的構成員】 県立広島大学、小泉病院、地域生活支援センター、地域包括支援センター、民生委員児童委員、三原警察署、三原市消防本部、広島県東部保健所、三原市教育委員会（中学校長会）、三原公共職業安定所、しまなみ信用金庫、広島弁護士会、三原市仏教会、三原断酒友の会、三原市社会福祉協議会</p>
<p>(2) 三原市自殺対策庁内連絡会</p> <p>【設置目的】 三原市における自殺対策の実施に関する庁内組織の相互連携を推進する。</p> <p>【所掌事務】 (1) 自殺対策に関する諸施策の調整及び推進に関すること。 (2) 自殺対策に関する情報収集及び連絡調整に関すること。 (3) その他連絡会が必要と認める事項に関すること。</p> <p>【組織の構成員】 会長：保健福祉部長 副会長：保健福祉課長 委員：社会福祉課長、障害者福祉課長、高齢者福祉課長、保険医療課長、子育て支援課長、こども安心課長、こども保育課長、人権推進課長、商工振興課長、警防課長、学校教育課長、保健福祉課長</p>

(3) 庁内相談窓口担当者ネットワーク会議

【設置目的】

自殺対策をはじめとする複合的な相談に対して、適切な問題解決を行うため、「相談窓口担当者の顔の見える連携」ができる体制づくりを行う。また、自殺の徴候に早く「気づき」、「適切な相談につなぐ」ことができるよう相談技術の向上を図る。

【会議の内容】

- (1) 自殺対策に関する啓発及び研修
- (2) 情報交換
- (3) 事例検討
- (4) その他、庁内でのネットワーク構築に必要な事項

【会議の構成員】

相談窓口担当職員（社会福祉課、高齢者福祉課、保険医療課、子育て支援課、人権推進課、商工振興課、警防課、学校教育課等）
家庭児童相談員、婦人相談員、母子・父子自立相談員、人権相談員、消費生活相談員、青少年指導相談員、青少年支援相談員等

その他 三原市の精神保健福祉推進のためのネットワーク

こころ♡ネットみはら

【設置目的】

保健福祉医療の関係機関が連携・協働する体制づくりのため精神保健福祉ネットワークとして設置され、精神保健福祉法第2条及び第46条に基づき、市民のこころの健康増進及び精神障害の正しい理解の促進を図り、誰もが安心して暮らせる地域づくりを推進する。

【活動の内容】

- (1) 市民のこころの健康増進に関すること。
- (2) 精神障害の正しい知識の啓発に関すること。
- (3) 当事者・家族支援に関すること。
- (4) 精神保健福祉対策に係る関係機関・団体の連携に関すること。
- (5) 社会資源の開発に関すること。
- (6) その他「こころ♡ネットみはら」が必要と認めること。

【構成団体】

三原病院、小泉病院、押尾クリニック、港町クリニック、生活訓練事業所「あいあい寮」、多機能型事業所「わいわい工房」、就労継続支援B型事業所「ワークハウスさくら草」、就労継続支援B型事業所「やっさ工房」、地域生活支援センター「さ・ポート」、
NPO 法人ちゃんくす、三原市社会福祉協議会、県立広島大学保健福祉学部、三原市保健福祉課、広島県東部保健所