

第7章 自殺対策計画の取組

第7章 自殺対策計画の取組

1 自殺に対する基本認識

本市において自殺対策を推進するにあたり、自殺に対する基本認識を次のとおりとします。

(1) 自殺の多くは追い込まれた末の死である

自殺は、様々な悩みや、社会とのつながりの減少、役割喪失感、役割への過剰な負担感などにより危機的な状態に追い込まれたり、抑うつ状態や、うつ病、アルコール依存症等精神疾患の影響により正常な判断を行うことができない状態になるなど、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、「自殺はその多くが追い込まれた末の死」といえます。

(2) 自殺はその多くが防ぐことができる社会的な問題である

世界保健機関が「自殺はその多くは防ぐことができる社会的な問題」とであると明言しています。心理的な悩みを引き起こす要因に対する社会の適切な介入、また自殺に至る前のうつ病等の精神疾患に対する適切な治療により、多くの自殺は防ぐことができるとされています。

(3) 自殺を考えている人は何らかのサインを発していることが多い

死にたいと考えている人も、心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いており、不眠、原因不明の体調不良など、自殺の危機を示すサインを発していることが多くあります。しかし家族や職場の同僚等身近な人でも、気づきにくい場合があるため、身近な人以外の方がサインに気づき、自殺予防に繋いでいくことも課題となっています。

2 数値目標

国の目標は、自殺死亡率を平成27（2015）年を基準として、令和8（2024）年までの11年間で30%以上減少させることとしています。

国の目標を参考とし、本市においては、本計画及び次期計画期間中に各平均15%以上減少させることを目標とし、令和6（2024）年から令和10（2028）年までの5年間の平均自殺死亡率を16.5以下とします。

	平成30（2018）年～ 令和4（2022）年の平均 （基準）	令和6（2024）年～ 令和10（2028）年の平均 （目標）
自殺死亡率 （人口10万人当 たり）	19.5	16.5以下

一人ひとりが取り組む行動、みんなが取り組む行動、それらを支える市の取組を明記し、推進していきます。

また、第1次のいち支える庄原プランの成果と課題を踏まえ、基本施策ごとに特に取り組むべき目標値が評価できる重点事業を掲げ計画を推進します。

基本目標 ころ豊かに暮らしたい

◇休養・ころの健康

ココロ・カラダ健やかに！

(1) 休養・睡眠・メンタルヘルスに関する啓発と正しい知識の普及

睡眠や休養の重要性やストレス、ころの健康に関する正しい知識の啓発を行うとともに、ころの健康に関する相談体制の充実を図ります。

◆◆一人ひとりが取り組む行動◆◆

- ころの健康に関心を持ちます。
- 一人ひとりが自分の役割や生きがい・楽しみを見つけます。
- 自分なりのストレス解消法を持ちます。
- ストレスや悩み事は、一人で抱え込まず家族や信頼できる人に相談します。
- ころの健康や病気について正しく理解します。
- 「気分が落ち込む」、「眠れない」状態が続く場合は、早めに専門家へ相談します。
- 十分な睡眠をとります。
- 睡眠の重要性を知り、生活習慣の中にきちんと睡眠時間を確保します。

◆◆みんなが取り組む行動◆◆

- 自治振興区や自治会でころの健康についての健康講座を開催します。
- 地域行事などを通して、人とつながる機会を増やします。
- 地域や事業所で、うつ・自殺予防の研修会やゲートキーパー養成講座を開催します。
- 事業所でメンタルヘルス研修会を開催し、セルフケア能力の向上に努めます。
- 悩みを抱え込まず相談できるよう、事業所で相談体制の充実を図ります。

《市の取組》

ライフ ステージ	重点 事業	取組	担当課
全世代		広報しょうばらや SNS、地域の健康教室等を通じて睡眠・休養・ストレス対処に関する健康情報を提供します。	保健医療課
		医療機関や断酒会等と連携を図り、アルコール関連問題を持つ本人・家族を支援します。	保健医療課
		関係機関と連携し、ひきこもりの当事者や家族、精神的不安のある人が安心して過ごすことができる場、相談できる場、役割を感じられる場づくりを進めます。	社会福祉課 保健医療課
		こころの健康や病気について理解ある人を増やします。	保健医療課
		地域での健康教室等で、ストレスやこころの健康について考える機会を提供します。	保健医療課
乳幼児期 学童期 思春期		乳幼児健診や育児相談、家庭訪問などを通して子育てに関する悩みや相談に応じます。	保健医療課 児童福祉課
		早期に適切な支援へつなげるため、保育所や教育機関との連携を強化します。	児童福祉課 教育指導課 保健医療課
青年期 壮年期	○	事業所を通じて、従業員等へ講演会や講座の開催案内、また事業所内での開催支援をします。	保健医療課 商工観光課
	○	事業所にメンタルヘルスに関する相談窓口を紹介します。	
高齢期		介護保険事業所や老人介護支援センター等と連携を図り、うつや閉じこもり傾向の高齢者やアルコール関連問題を持つ本人・家族を支援します。	高齢者福祉課

《市の取組の目標》

指標	現状 (令和5(2023)年度)	目標 (令和11(2029)年度)	目標値の根拠
メンタルヘルスについて情報提供した事業所数	3 か所	30 か所	事業所調査結果

◇自殺対策

気づきと絆で支えるいのち

(1) 市民の意識の向上

様々な機会や場を通して、自殺対策についての正しい認識や市民の役割、助けを求める方法等について、市民の理解を深めるための啓発を行います。

また、悩みを抱えたり、困難な状況にある人に気づき、関係機関へつなぎ、見守ることができるゲートキーパーとなる人材を育成します。

さらに、子どもが、社会において直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処方法を身につけるための教育（SOS の出し方に関する教育）、こころの健康を保つための教育の充実とともに、自殺を防止するための環境づくりを推進します。

◆◆一人ひとりが取り組む行動◆◆

- 身近な人の相談にのります。
- 悩み相談やこころの不調を聞いた時、相談窓口や医療機関につなげます。
- 行事やイベントなど地域の集まりに積極的に参加します。
- ゲートキーパー研修に積極的に参加します。

◆◆みんなが取り組む行動◆◆

- 周囲の人に関心を向け、地域で声かけや見守りをを行います。
- ゲートキーパーに関する情報を提供します。

《市の取組》

①市民への啓発と周知

ライフステージ	重点事業	取組	担当課
全世代	○	様々な場所や機会を通じて、相談窓口に関するポスター・リーフレット等を、掲示・配布します。	保健医療課 高齢者福祉課 社会福祉課 児童福祉課 市民生活課 自治定住課 商工観光課 教育指導課
	○	自殺予防の意識の向上につなげるための講演会・セミナーを実施します。	保健医療課 高齢者福祉課 社会福祉課 児童福祉課 市民生活課 自治定住課 教育指導課 生涯学習課
	○	自殺予防の意識向上につなげるためのパネル展を実施します。	保健医療課 市民生活課
		自殺予防週間、自殺対策強化月間にあわせ、ポスター・懸垂幕掲示、公用車へのステッカー貼付、啓発ティッシュ配布等を行い、啓発します。	保健医療課

②自殺対策を支える人材の育成

ライフステージ	重点事業	取組	担当課
全世代	○	様々な分野に関連する人が自殺の実態を知り、より多くの方がゲートキーパーの役割を担えるよう、講座を実施します。	保健医療課

③SOSの出し方教育の推進

ライフステージ	重点事業	取組	担当課
学童期 思春期	○	小学校中学年や中学校3年生を対象とした「いのちの学習」を通して「いのち」の大切さについて学習する場や相談窓口の情報等を提供します。	保健医療課 教育指導課
		各学校において、児童、生徒や保護者に対しアンケートを実施し、いじめのサインを早期に発見し、対応します。	教育指導課
		各学校においてSOSの出し方に関する教育を実施します。	教育指導課

ライフ ステージ	重点 事業	取組	担当課
学童期 思春期		子どもの人権SOSミニレターの配布等、学校・人権擁護委員と連携を図りながら実施します。	市民生活課 教育指導課
		学校生活安全相談員による問題行動への早期対応や警察連携、学校訪問指導により、未然防止・再発防止を図ります。	教育指導課
		学校や保護者からの要請により、悩みを抱えた児童、生徒に係る支援、助言や学校訪問を行います。	教育指導課

《市の取組の目標》

指標	現状 (令和5(2023)年度)	目標 (令和11(2029)年度)	目標値の根拠
リーフレット等配布回数	4回	10回以上	現状に実現可能な回数を加味
講演会実施回数	10回	15回以上	現状に実現可能な回数を加味
パネル展実施回数	6回	10回以上	現状に実現可能な回数を加味
ゲートキーパー養成講座実施回数	2回	7回以上	各地域1回
いのちの学習実施回数	7回	10回以上	実績の伸び

(2) 支援体制の充実

包括的な相談支援体制(重層的支援体制)の確立により、本人とその周囲の人が抱える多様な要因による複雑化・複合化した課題の解決に向けて、関係部局、地域の関係機関・団体等との分野横断的な連携を強化し、必要な人に支援が届くよう体制の充実を図り、自殺対策を推進します。

◆◆みんなが取り組む行動◆◆

- 地域における自殺や特定の問題への対応に向け、ネットワークを強化し連携を図ります。

《市の取組》

ライフ ステージ	重点 事業	取組	担当課
全世代	○	適切に支援するために関係機関と連携し、生活困窮者の支援プランの評価等を行います。	社会福祉課
		情報交換等により関係機関が連携し、適切な精神保健の緊急対応につなげます。	保健医療課
		生活困窮者の自立を支援するため、関係機関と連携を図ります。	社会福祉課
		生活保護受給者、児童扶養手当受給者、住居確保給付金受給者及び生活困窮者自立支援法に基づく自立相談支援事業による支援を受けている生活困窮者等に対する就労支援を実施するため連携します。	社会福祉課
		障害のある市民が、自立した日常生活及び社会生活を営むことができるよう、障害者福祉施策に関する協議等を行い適切な支援につなげます。	社会福祉課
学童期 思春期		保護者の不安や悩みを早期に軽減・解消できるよう、関係機関が連携し、早期対応を推進します。	児童福祉課
		児童、生徒の問題行動及びいじめの未然防止を図ることを目的とし、学校と警察、関係機関等の情報交換、研修会を行います。	教育指導課
青年期 壮年期		就職困難な若者に対し、悩み相談や課題への支援をする若者サポートステーションと連携し、若者の悩みや課題解決に向けた支援を行います。	保健医療課
		職場のメンタルヘルス対策に関する相談窓口や教育等について、広島産業保健総合支援センターと連携し、情報提供します。	保健医療課
高齢期	○	高齢者の自立と安心を支える地域づくりのため、関係機関・団体等と連携し、地域の課題解決に向けた方針の共有や取組案の検討を行います。	高齢者福祉課

《市の取組の目標》

指標	現状 (令和5(2023)年度)	目標 (令和11(2029)年度)	目標値の根拠
生活困窮者自立支援調整会議の開催数	12回	12回	月1回
地域ケア推進会議（ワーキング会議）の開催数	1回(5回)	2回(6回)	実施予定回数

(3)個別支援の強化

生活困窮等の問題や失業等、「生きることの阻害要因」を減らす取組とともに、自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等の「生きることの促進要因」を増やす取組を行うなど、包括的な支援体制の充実を図ります。

また、「誰一人取り残さない支援」を推進するため、市民からの相談を幅広く受け止め、複雑化・複合化した課題の解決に向けて、多機関協働による相談支援に取り組みます。

◆◆一人ひとりが取り組む行動◆◆

- 様々な相談機関を知り、困った時にみずから相談できる行動をとれるようにします。

◆◆みんなが取り組む行動◆◆

- 相談機関を把握し、悩んでいる人や困った人がいたら、早めに相談先につなげます。

《市の取組》

①「生きることの促進要因」を増やす取組

重点事業	取組	担当課
○	孤立のおそれのある人も含め、個人と地域がつながり、生きがいに結びつくことができるよう、居場所づくりを推進します。	保健医療課 高齢者福祉課 自治定住課 社会福祉課

② 高齢者への支援

重点事業	取組	担当課
○	老人介護支援センター等の訪問により、うつ・閉じこもりの支援を要する高齢者を把握し、集まり場や介護予防事業等につなげます。	高齢者福祉課
○	認知症の人とその家族、地域住民、専門職等が参加し、認知症の人への正しい理解を深めるとともに居場所づくりや介護の相談、情報交換などを行います。	高齢者福祉課
	個別ケースの課題解決に向けた支援を検討するとともに、担当者レベルでのネットワークを構築し、地域課題を把握します。	高齢者福祉課
	地域包括支援センター職員や介護支援専門員、サービス提供事業者を対象とした虐待の防止や対応に関する研修会を開催し、職員のスキルアップを図るとともに相談対応などの支援を行います。	高齢者福祉課

重点事業	取組	担当課
	高齢者を含めた市民同士の見守り合い活動を推進するとともに、支援が必要な人を把握し、制度やサービスの利用へつなげます。	高齢者福祉課 社会福祉課 自治定住課
	要介護者を介護している家族を対象に、身体的、精神的負担の軽減を図ることを目的とした交流会を開催します。	高齢者福祉課

③ 生活困窮者への支援

重点事業	取組	担当課
○	生活が困窮している市民からの就労、その他自立の相談に応じ、必要な情報の提供、助言、支援計画の作成及び、定期的な支援調整会議での評価等を行い、自立促進を図るための支援を実施します。	社会福祉課 保健医療課
	生活困窮者の自立を支援するため、関係機関との連携を図ります。	社会福祉課
	生活が困窮している人に対し、生活保護法による保護を実施し、適切な対応に努めます。	社会福祉課
	ひとり親家庭の就労支援として、看護師・介護福祉士等対象資格を取得するため、1年以上の養成機関で修業する場合に給付金を支給し、生活の負担軽減を図ります。	児童福祉課
	ひとり親家庭の親に対し、適職に就くために必要な技能や資格を取得するため、市があらかじめ指定した教育訓練講座を受講し修了した場合に受講費用の一部を支給します。	児童福祉課
	経済的理由により就学が困難な人へ就学援助費を支給し、就学を支援します。	教育指導課

④ 勤務・経営問題への対応

重点事業	取組	担当課
○	商工会議所報等を通じ、会員に対し相談窓口や労働者のメンタルヘルスの向上に向けた情報を提供します。	保健医療課
	ハラスメントにより働く人が自殺に追い込まれることがないように、相談窓口や相談会の情報を啓発していきます。	商工観光課 保健医療課
	庄原市企業人権啓発推進連絡協議会を通じ、会員企業に対し、相談窓口や労働者のメンタルヘルスの向上に向けた情報を提供します。	商工観光課

⑤ 妊産婦・子育て世代への相談・支援

重点事業	取組	担当課
	産後うつの予防や新生児への虐待防止のため、出産後間もない時期の産婦に対する健康診査を実施します。	保健医療課
	妊娠8か月頃の方を対象に、保健師または助産師が家庭訪問を行い、妊娠中の不安や、子育ての準備、悩みについて相談に応じます。	保健医療課
	出生後1か月以内を目途に、赤ちゃんが生まれた家庭を保健師や助産師が訪問して、体重測定をしたり、子育てについての不安、悩みについて相談に応じます。	保健医療課
	育児の支援を行いたい人と、支援を受けたい人がつながる会員組織の相互支援活動で、子どもの預かりや送迎などを必要としている方の支援を行います。	児童福祉課
	子育てに関する相談・子育て情報の提供・子育て家庭の友だちづくりや交流の場の提供、子育てサークルの活動支援施設において、集いの場の提供・子育て相談・講演・子育て情報の提供を行います。	児童福祉課
	出生後3～4か月を目途に赤ちゃんが生まれた家庭を全戸訪問します。子育て支援情報をお知らせしたり、育児相談などにお答えします。	児童福祉課
	家庭児童相談員が、子育ての相談に応じます。	児童福祉課

⑥ 障害のある人への相談・支援

重点事業	取組	担当課
	外出時の経済的負担の軽減及び、外出機会及び活動範囲を広めるため、中重度の障害者へ「障害者外出支援券」を交付します。	社会福祉課
	経済的自立支援及び社会参加促進のため、福祉作業所の運営と通所経費等の一部を助成します。	社会福祉課
	広島県発達障害者支援センターに委託し、保育所へ発達支援の巡回相談を実施します。	児童福祉課

⑦ ひきこもりの人への支援

重点事業	取組	担当課
	関係機関と連携し個別支援を実施します。	社会福祉課 保健医療課

⑧ 自死遺族への支援

重点事業	取組	担当課
	各種相談先や相談会などの自殺対策の関連情報の周知を図ります。また関係機関と連携し、個別支援を実施します。	保健医療課

⑨ 多様な相談・支援の充実

重点事業	取組	担当課
	保健師が電話・面接・訪問等により、体や心の悩み、自死遺族に関する相談に応じます。	保健医療課
	精神疾患の早期発見・治療につなげていくため、保健所が主催している精神科医師による心の健康相談との連携を図り、相談者への支援を行います。	保健医療課
	日々の暮らしの中で起きる様々な悩みごとや困りごとなどについて相談に応じ、内容に応じて担当部署や他機関などを紹介します。	市民生活課
	消費生活相談員が消費生活に関する苦情や相談を受け、解決に向けて支援します。	市民生活課
	女性相談員がDV被害者や女性の相談に応じます。	児童福祉課

《市の取組の目標》

指標	現状 (令和5(2023)年度)	目標 (令和11(2029)年度)	目標値の根拠
ひきこもり等のところに不安がある人を支える場の数	6 か所	7 か所以上	各地域 1 か所
第9期期間中の集まり場（サロン及び地域デイホーム）新規設置数	-	12 か所 (R8)	第9期(R6～R8)高齢者福祉計画・介護保険事業計画(R9年度以降は10期計画に準じる)
認知症カフェの設置数	4 か所	7 か所	各地域 1 か所

