

さくら市自殺対策計画

さくら市

はじめに

「人生 100 年時代の到来」と言われるほど、世界最高の長寿国であるのが我が日本です。しかし一方で、不幸にして亡くなってしまふ方が後を絶たないことも事実です。

かつて、「交通戦争」と称され、1 万人を超える交通事故死がクローズアップされ続けましたが、技術の進歩や安全意識の高まり、安全確保のための道路整備が行われた結果、その発生数は年間 3 千件台へと大幅に減少してきました。そんな中、自殺者数が年間 3 万人を超えた平成 10 年の事実は大きな衝撃でした。その後、国を挙げた様々な取り組みがなされ、数においては 10 年連続下降して昨年は 1 万 9 千人台にまで減少しました。

しかしそれでも年間 2 万人近い方の尊い生命が自殺という不幸なかたちで失われているのが現実であり、大きな社会問題となっています。

平成 28 年には自殺対策基本法が改正され、都道府県及び市町村に地域の実情を勘案した自殺対策計画の策定が義務付けられたことから、今般、本市において「さくら市自殺対策計画」を策定しました。

「共に支え合い 自分らしく生きるまち さくら市」をスローガンに市民一人ひとりが自殺に対する関心と理解を深め、自殺対策の担い手として寄り添い、「共に支え合い、誰も自殺に追い込まれることのないまち」の実現に向けて、本計画に掲げた各種施策を全力で取り組んでまいりますので、市民の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

結びに、本計画の策定にあたり貴重なご意見をいただきましたさくら市自殺対策計画策定委員会の委員各位、関係機関、各種団体の皆様に深く感謝申し上げます。

令和 2 年 3 月

さくら市長 花塚 隆志

目次

第1章 計画策定の趣旨等

1	計画策定の趣旨	1
2	計画の位置づけ	1
3	計画期間	2
4	計画の策定体制	2

第2章 さくら市における自殺の現状と課題

1	さくら市における自殺の現状	3
	（1）厚生労働省「人口動態統計」からみるさくら市の自殺の推移	4
	（2）警察庁「自殺統計」からみるさくら市の自殺の現状	5
	（3）さくら市における自殺の特徴と危機経路事例	7
	（4）市民の健康意識の概要	9
2	さくら市における課題	11
	（1）さくら市における自殺の現状からみえる課題	11
	（2）健康意識調査結果からみえる課題	11

第3章 計画に係る評価指標

1	評価指数	12
	（1）自殺死亡率による評価	12

第4章 自殺対策の取組

1	基本理念	13
2	計画の基盤	13
3	施策体系	13
4	施策の展開	14
	【施策1】地域における見守り体制の強化	
	①自殺対策を支える人材の育成	14
	②地域におけるネットワークの強化	15

【施策2】心の健康に関する知識の普及啓発

①自殺予防に関する知識の普及啓発・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 17

②休養・睡眠に関する知識の普及啓発・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 17

【施策3】心の健康づくりを推進する

①心の病気の早期発見の促進・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 18

②憩いの場や居場所づくり・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 19

【施策4】相談・支援活動を推進する

①児童生徒のSOSの出し方に関する教育の推進・・・・・・・・・・・・ 20

②子育て世代への相談支援の推進・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 22

③様々な課題を抱える方への相談支援の充実・・・・・・・・・・・・ 23

第5章 自殺対策の推進体制

1 推進体制・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 25

2 計画の進行管理・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 25

資料編

【資料1】相談機関リスト・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 26

【資料2】自殺関連相談評価基準表・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 31

【資料3】さくら市自殺対策計画策定の経過・・・・・・・・・・・・・・ 33

【資料4】さくら市自殺対策計画策定委員名簿・・・・・・・・・・・・ 34

【資料5】自殺対策基本法・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 35

【資料6】自殺総合対策大綱（概要）・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 41

【資料7】自殺総合対策における当面の重点施策（ポイント）・・・・ 42

第1章 計画策定の趣旨等

1 計画策定の趣旨

我が国の年間の自殺者数は、平成10年以降、年間3万人を超えていました。こうした中、国は平成18年に自殺対策基本法を策定し、自殺を社会の問題として捉えた基本理念を定め、総合的な自殺対策を実施することとしました。

また、平成28年に「自殺対策基本法」が改正され、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指し、都道府県・市町村で地域の実情を勘案した自殺対策計画を定めることが義務付けられました。

本市においては、平成30年に「健康21 さくらプラン(第2期)計画～健康・里山・桜の^{まち}小都市～」を策定し、重点領域のひとつに「休養・心の健康」を掲げ、『日々の暮らしの中で、定期的な休養をとり、ストレスと上手につきあって、いきいきと自分らしく過ごします』を健康目標に、休養の大切さの周知・啓発、心の健康への取り組みを行ってきました。

これらの背景を踏まえ、保健・医療・福祉・教育・労働、その他の関係機関との連携・協力を強化し、より総合的かつ効果的な取り組みを推進するため、「さくら市自殺対策計画」を策定しました。

2 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法の一部改正を受け、自殺対策に関わる関係機関等と有機的な連携を図り、本市における自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため、同法第13条第2項に基づき策定するものです。

なお、本計画は、国の「自殺総合対策大綱」及び県の「いのち支える栃木県自殺対策計画」の趣旨をふまえ、整合性を図ります。

また、市の「第2次さくら市総合計画(基本計画)」及び「健康21 さくらプラン(第2期)計画」と密接な関係にあることから、一体的に推進します。さらに、「さくら市障がい福祉計画・障がい児福祉計画」「さくら市高齢者総合保健福祉計画」など関連する他の計画とも整合性を図ります。

自殺対策基本法(平成18年法律第85号) 抜粋
第13条

2 市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画を定めるものとする。

3 計画期間

本計画は、令和2年度から令和4年度までの3年間とします。

市の「健康21 さくらプラン（第2期）計画」の見直しと合わせ、一体的に策定していきます。

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度		
第2次さくら市総合計画(基本計画)	←—————→										
健康21 さくらプラン(第2期)計画			←—————→					→	→	→	
さくら市自殺対策計画					←—————→			→	→		
国及び県	●国「自殺対策基本法」改正 —————→					●国「自殺総合対策大綱」見直し ←—————→				●県「いのち支える栃木県自殺対策計画」策定 ←—————→	

4 計画の策定体制

(1) 庁内検討組織の設置

庁内における計画策定作業については、自殺対策の関係各課で構成された「さくら市自殺対策計画策定庁内調整会議」を設置し、組織や枠組みにとらわれることなく、調査・検討を行いました。

(2) 計画策定委員会の設置

本計画を策定するにあたり、地域の特性に応じた計画とするため、医療・福祉・保健・生活・教育・労働等、様々な分野の有識者で構成された「さくら市自殺対策計画策定委員会」を設置し、審議・検討を行いました。

(3) 市民の意見反映

市民の意見を反映させるため、さくら市自殺対策計画策定委員の公募を実施しました。また、「さくら市自殺対策計画」の計画案について、令和2年1月6日から1月24日の期間で、パブリックコメントを実施しました。

第2章 さくら市における自殺の現状と課題

1 さくら市における自殺の現状

自殺に関する統計データには、主に、厚生労働省「人口動態統計」と警察庁「自殺統計」の2種類があります。

厚生労働省「人口動態統計」と警察庁「自殺統計」の違い

■調査対象

- ・人口動態統計：日本における日本人を対象
- ・自殺統計：総人口（日本における外国人を含む）を対象

■調査時点

- ・人口動態統計：住所地を基に死亡時点で計上
- ・自殺統計：発見地を基に自殺死体発見時点（正確には認知）で計上

※人口動態統計及び自殺統計いずれも、暦年（1月から12月まで）の統計

■事務手続き

- ・人口動態統計：自殺、他殺あるいは事故死のいずれか不明の時は、自殺以外で処理し、死亡診断書等について自殺であった旨の訂正報告がない場合は、自殺に計上しない
- ・自殺統計：捜査等により、死亡の理由が自殺であると判明した時点で自殺統計原票を作成し計上

■地域自殺実態プロファイル【平成30年更新版】（※主に警察庁「自殺統計」データ使用）

自殺総合対策推進センター(*)が国勢調査、人口動態統計調査、企業・経済統計、生活・ライフスタイルに関する統計(国民生活基礎調査、社会生活基本調査等)に基づき、自治体ごとの自殺者数や自殺死亡率、関連する地域特性をまとめたものです。

*「自殺総合対策推進センター」は改正自殺対策基本法の理念と趣旨に基づき、関係者が連携して自殺対策のPDCAサイクルに取り組めるよう、民間団体や地域の自殺対策を支援する機関です。

■統計データの留意事項

- 「自殺死亡率」は、人口10万人当たりの自殺者数を表しています。
- 警察庁「自殺統計」における市町村の詳細なデータからは、個人が特定されてしまう可能性があるため、個人情報を保護するため詳細な人数については公表不可となっています。

(1) 厚生労働省「人口動態統計」からみるさくら市の自殺の推移（平成18年～平成29年）

本市の自殺死亡率及び自殺者数の推移は、平成24年をピークに、おおむね減少傾向にあります。増減を繰り返す横ばい状態です。平成24年と平成29年の自殺者数を比べると、約25%減となっています。

男女別の自殺者数は、「男性」が「女性」を上回る推移を示しており、「男性」の自殺者数が「女性」の2倍以上となっています。

図1 自殺死亡率の推移（全国、栃木県、さくら市の比較）

（自殺死亡率は人口10万対）

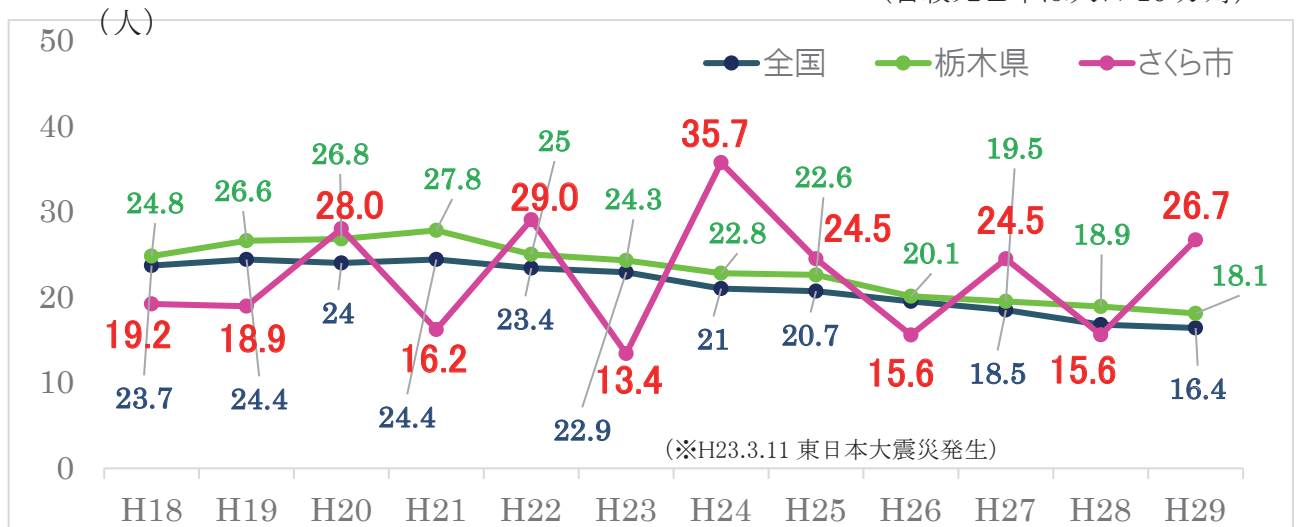


図2 さくら市の自殺者数の推移

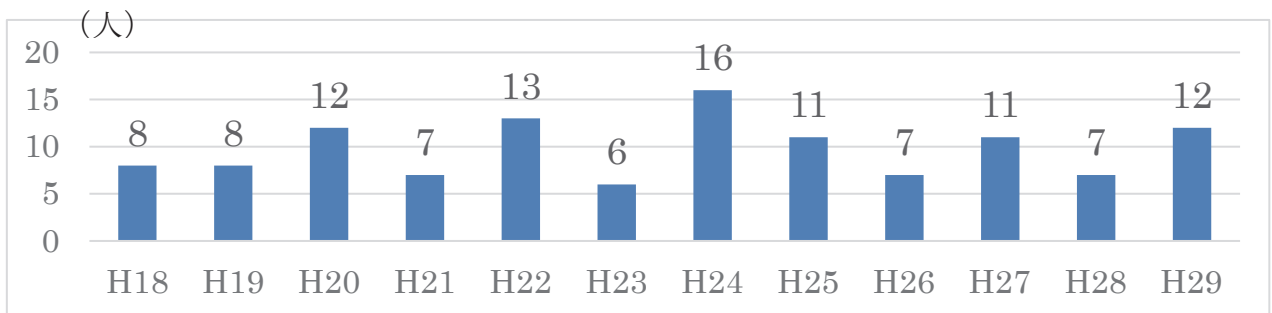
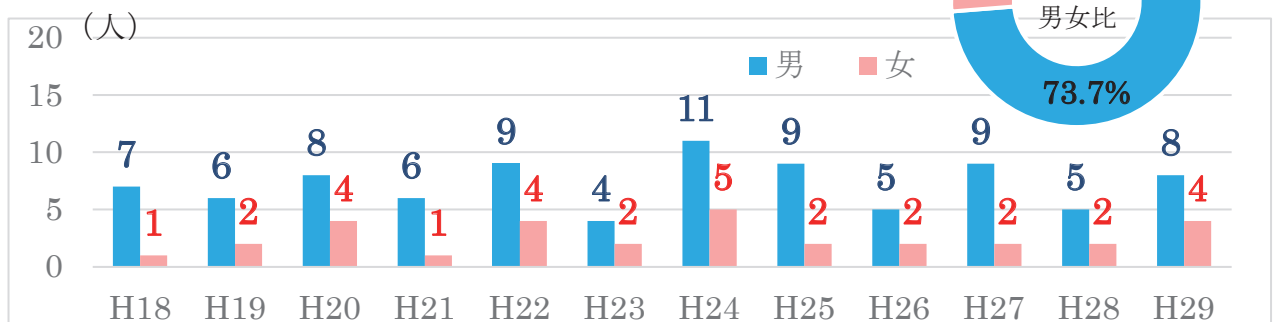


図3 さくら市の男女別自殺者数の推移および男女比



(2) 警察庁「自殺統計」からみるさくら市の自殺の現状（平成25年～平成29年）

本市の自殺者数の5年間の累計を年齢別でみると、「60歳代」が17.8%と最も多く、次いで「30歳代」が17.7%、「40歳代」が15.6%となっています。なお、ほとんどの年代で「男性」が「女性」を上回っていますが、「50歳代」と「80歳代」では「女性」の割合が多くなっています。

図4 全自殺者に占める年代別・男女別の割合（全国、栃木県、さくら市の比較）

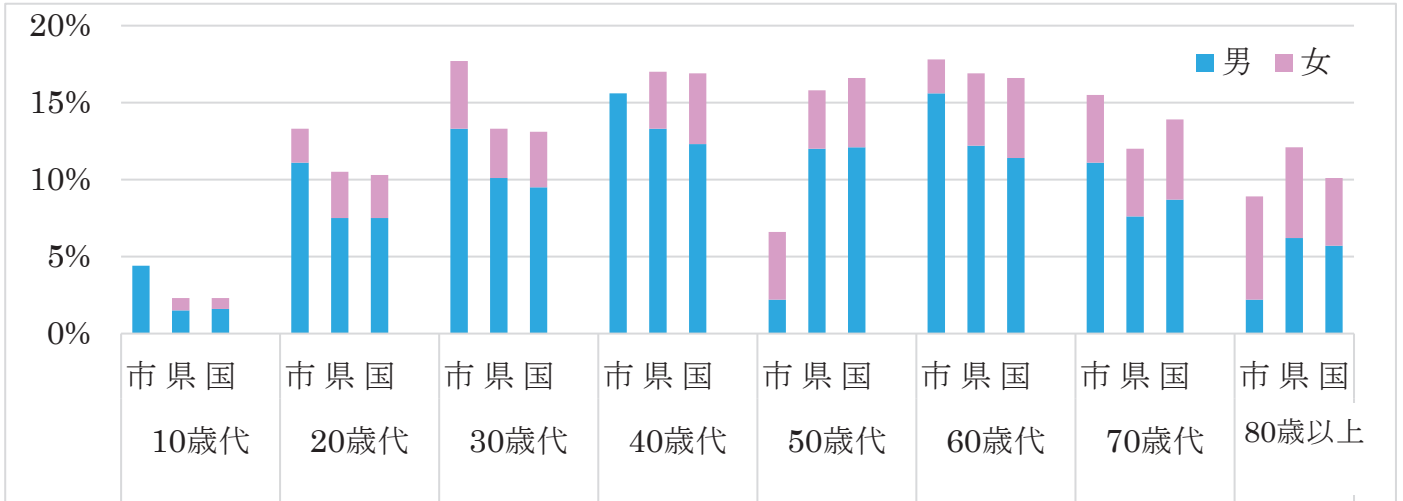


図5 年代別にみた自殺者の割合

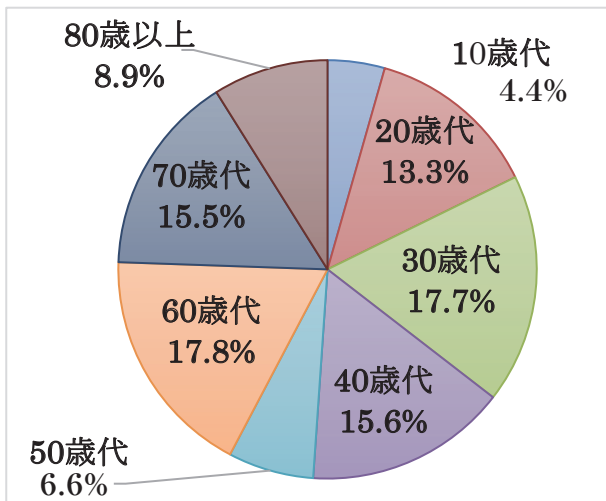


図6 職業の有無にみた自殺者の割合

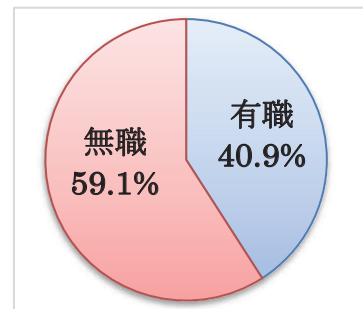


図8 60歳以上における（※）同居人の有無別にみた自殺者の割合

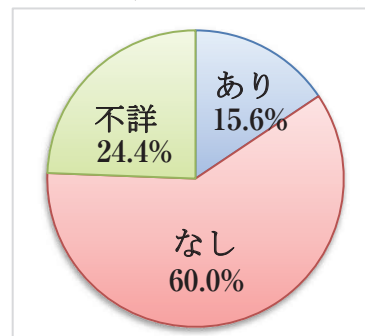
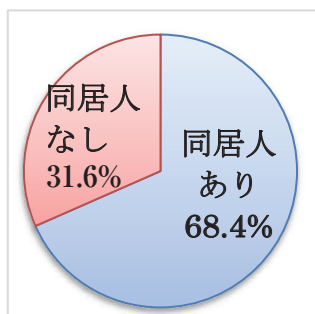


図7 自殺者における未遂歴の割合



※高齢者（65歳以上）の多くが無職のため、同居者の有無を示した。
10歳階級別集計のため、60歳以上で分析

自殺の危険因子（自殺につながりやすい因子）

- ・ **過去の自殺企図・自殺歴**
- ・ **喪失体験**（身近な者との死別体験等）
- ・ **苦痛な体験**（いじめ、家庭問題等）
- ・ **職業問題・経済問題・生活問題**
（失業、リストラ、多重債務、生活苦、生活への困難感、不安定な日常生活、生活上のストレス等）
- ・ **精神疾患・身体疾患の罹患及びそれらに対する悩み**
（うつ病など精神疾患や身体疾患での病苦等）
- ・ **ソーシャルサポートの欠如**（支援者がいない、社会制度が活用できない等）
- ・ **自殺企図手段への容易なアクセス**
（危険な手段を手に入れている、危険な行動に及びやすい環境がある等）
- ・ **自殺につながりやすい心理状態**
（自殺念慮、絶望感、衝動性、孤立感、悲嘆、諦め、不信感等）
- ・ **望ましくない対処行動**（飲酒で紛らわす、薬物を乱用する等）
- ・ **危険行動**（道路に飛び出す、飛び降りようとする、自暴自棄な行動をとる等）
- ・ **その他**（自殺の家族歴、本人・家族・周囲から確認される危険性等）

自殺の防御因子（自殺を防ぐ因子）

- ・ **心身の健康**（心身ともに健康であること）
- ・ **安定した社会生活**（良好な家族・対人関係、充実した生活、経済状況、地域のつながり等）
- ・ **支援の存在**（本人を支援してくれる人がいること、支援組織があること）
- ・ **利用可能な社会制度**（社会制度や法律的対応など本人が利用できる制度があること）
- ・ **医療や福祉等のサービス**（医療や福祉サービスを活用していること）
- ・ **適切な対処行動**（信頼できる人に相談する等）
- ・ **周囲の理解**（本人を理解する人がいる、偏見をもって扱われない等）
- ・ **その他**（本人・家族・周囲が頼りにしているもの、本人の支えになるようなものがある等）

出典：厚生労働省「自殺の危険因子と防御因子」

(3) さくら市における自殺の特徴と危機経路事例

自殺総合対策推進センターが地域の実情を詳細に分析し作成した地域自殺実態プロフィールにて、本市の自殺者の特徴（性別・年齢・職業の有無・同居者の有無の4つの要素の組み合わせによる上位5区分）と背景にある主な自殺の危機経路事例について、以下のように記されています。

■表1 さくら市における自殺者の特徴と危機経路事例

上位5区分		自殺者数 5年計 (H25-29)	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	8人	17.8%	52.4	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
2位	男性 20~39歳 有職同居	6人	13.3%	32.6	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
3位	男性 40~59歳 有職同居	5人	11.1%	21.7	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
4位	男性 60歳以上 無職独居	3人	6.7%	142.1	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
5位	女性 60歳以上 無職独居	3人	6.7%	84.0	死別・離別+身体疾患→病苦→うつ状態→自殺

順位は自殺者数の多さに基づき、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順。

*自殺死亡率の母数（人口）は平成27年国勢調査を元に自殺総合対策推進センターにて推計。

**「背景にある主な自殺の危機経路」は生活状況別の自殺に多くみられる全国的な自殺の危機経路を例示。（詳細は次頁の表2参照）

■表2 生活状況別の自殺の背景にある主な危機経路の例

生活状況			背景にある主な危機経路の例	
男性	20～39歳	有職	同居	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
			独居	①【正規雇用】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／②【非正規雇用】(被虐待・高校中退)非正規雇用→生活苦→借金→うつ状態→自殺
		無職	同居	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
			独居	①【30代その他無職】失業→生活苦→多重債務→うつ状態→自殺 ②【20代学生】学内の人間関係→休学→うつ状態→自殺
	40～59歳	有職	同居	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
			独居	配置転換(昇進/降格含む)→過労+仕事の失敗→うつ状態+アルコール依存→自殺
		無職	同居	失業→生活苦→借金+家族間の不和→うつ状態→自殺
			独居	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺
	60歳以上	有職	同居	①【労働者】身体疾患+介護疲れ→アルコール依存→うつ状態→自殺 ②【自営業者】事業不振→借金+介護疲れ→うつ状態→自殺
			独居	配置転換／転職+死別・離別→身体疾患→うつ状態→自殺
		無職	同居	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
			独居	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
女性	20～39歳	有職	同居	離婚の悩み→非正規雇用→生活苦+子育ての悩み→うつ状態→自殺
			独居	① 非正規雇用→生活苦→借金→うつ状態→自殺 ② 仕事の悩み→うつ状態→休職／復職の悩み→自殺
		無職	同居	DV等→離婚→生活苦+子育ての悩み→うつ状態→自殺
			独居	①【30代その他無職】失業→生活苦+うつ状態→孤立→自殺 ②【20代学生】学内の人間関係→休学→就職失敗+うつ状態→自殺
	40～59歳	有職	同居	職場の人間関係+家族間の不和→うつ状態→自殺
			独居	職場の人間関係+身体疾患→うつ状態→自殺
		無職	同居	近隣関係の悩み+家族間の不和→うつ病→自殺
			独居	夫婦間の不和→離婚→生活苦→うつ状態→自殺
	60歳以上	有職	同居	介護疲れ+家族間の不和→身体疾患+うつ状態→自殺
			独居	死別・離別+身体疾患→うつ状態→自殺
		無職	同居	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
			独居	死別・離別+身体疾患→病苦→うつ状態→自殺

出典：NPO 法人ライフリンク「自殺実態白書 2013」

(4) 市民の健康意識の概要

健康21 さくらプラン（第2期）計画における数値目標の現状や市民の健康に係る意識を把握するため、平成29年度に健康意識調査を実施しました。その結果の概要は以下のとおりです。これらに基づいて、一体的に計画を策定していきます。

■健康意識調査の調査の方法と回収状況

調査名	調査対象者	配布数		有効回収数	有効回収率
幼児調査	5歳児の保護者を対象	441票		263票	59.6%
小学生調査	さくら市公立小学4年生	439票		408票	92.9%
中高生調査	さくら市公立中学2年生	中学生	422票	406票	96.2%
	さくら市に在住の高校2年生及び高校2年生相当年齢の方	高校生	419票	191票	45.6%
一般調査	さくら市の在住の20歳以上	1,979票		941票	47.5%

■健康21 さくらプラン（第2期）計画の目標指数

評価項目	対象者	現状値(H29)	目標値(R4)
ストレスを感じている割合（ストレスがいつもある、ストレスが大いにある）	中学生	12.6%	12.0%
	高校生	14.1%	13.0%
	成人	22.8%	20.0%
気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている割合	成人	17.3%	15.0%
自分なりにストレス解消法を身につけている割合	中学生	90.3%	増加
	高校生	92.3%	増加
	成人	90.3%	増加
メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割合	-	40.4%	増加
睡眠による休養を十分にとれていない割合（あまりとれていない、全くとれていない）	成人	24.4%	20.0%
睡眠の確保のために睡眠補助品やアルコールを使う割合（常にある、しばしばある、時々ある）	成人	18.9%	減少
過労働時間60時間以上の雇用者の割合	成人	7.5%	5.0%
居住地でお互いに助け合っていると思う割合	幼児	32.3%	増加
	小学生	58.8%	増加
	中学生	43.6%	増加
	高校生	22.5%	増加
	成人	20.5%	増加

評価項目	対象者	現状値(H30)	目標値(R4)
「ゲートキーパー」ということばを知っている割合	成人	11.1%	増加

■健康21 さくらプラン(第2期)計画 (平成30年3月発行)

※詳細は「健康21 さくらプラン(第2期)計画」第4章、3 休養・心の健康(41~44頁)をご覧ください。

◆ 基本理念 ◆
いつまでも いきいき 健康長寿のまち さくら

3 休養・心の健康

【現状と課題】

休養は、心の健康を保ち、心身の疲労を回復するための要素の一つです。十分な睡眠をとりストレスと上手につきあうことは心の健康に不可欠であり、休養を日常生活の中に適切に取り入れた生活習慣を確立することが重要です。

健康意識調査結果からみると、幼児・小学生・中学生においては、十分な睡眠時間を確保できていない子どももあり、早寝早起きの大切さの周知・啓発が必要です。成人においては、時間よりも質が重視されていることから、良い睡眠を確保できるように取り組みの周知・啓発が必要です。

また、さくら市内の事業所で心の健康対策に取り組んでいない事業所が約4割となっていることや、60時間以上の労働時間の方で『ストレスがあった』方や『睡眠が充分とれていない』方が多くなっているため、事業所等への休養の大切さの周知・啓発、心の健康への取り組みを促進することが必要です。

【健康目標】

日々の暮らしの中で、定期的な休養をとり、ストレスと上手につきあいていきいきと自分らしく過ごします。

笑いの効果

- ① ストレスの緩和
- ② 免疫力アップ
- ③ 自己治癒力の向上
- ④ 腹式呼吸による血流改善
- ⑤ 自律神経のバランスを整える
- ⑥ プラス思考になり幸福度が高まる

(1) 休養・睡眠の習慣づくり

個人・家庭での取り組み

取り組みこと

- ◎ 休養・睡眠の重要性を正しく理解し、十分な睡眠をとるよう心がけましょう。
- ◎ 早寝早起きの生活リズムを身につけましょう。
- ◎ 心地よく眠れるような環境づくりをしましょう。

行政等での取り組み

具体的施策	担当課等
1) 心の健康に関する知識の普及啓発 ◎ 休養・睡眠、自殺予防に関する知識を普及し、啓発を図ります。 ◎ 過度な力加減が及ぼす心の健康への悪影響について知識を普及し、事業所などへの改善を促します。 ◎ 健康相談による普及啓発 ◎ 健康相談の機会を増やします。	健康増進課 市民福祉課
2) 心の健康に関する知識の普及啓発 ◎ 休養・睡眠、自殺予防に関する知識を普及し、啓発を図ります。 ◎ 過度な力加減が及ぼす心の健康への悪影響について知識を普及し、事業所などへの改善を促します。 ◎ 健康相談による普及啓発 ◎ 健康相談の機会を増やします。	健康増進課 市民福祉課
3) 心の健康に関する知識の普及啓発 ◎ 休養・睡眠、自殺予防に関する知識を普及し、啓発を図ります。 ◎ 過度な力加減が及ぼす心の健康への悪影響について知識を普及し、事業所などへの改善を促します。 ◎ 健康相談による普及啓発 ◎ 健康相談の機会を増やします。	都市整備課 商工観光課 農政課



健康21 さくらプラン
 (第2期)計画
 ~健康・里山・桜のまち さくら市~

【計画の目標指標】

評価項目	対象者	平成29年度	平成30年度	取り組みこと
ストレスを感じている割合(「ストレスがいつもある」、「ストレスが大いにある」)	小学生	14.9%	29	12.0%
	高校生	14.5%	29	13.0%
	成人	22.8%	29	20.0%
気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている割合	成人	17.8%	29	20.0%
	中学生	96.0%	29	96.0%
自分なりにストレス解消法を身につけている割合	高校生	92.3%	29	増加
	成人	90.3%	29	増加
メンタルヘルスに関する措置を受けられる職場の割合	—	40.4%	29	増加
	成人	24.2%	29	20.0%
睡眠の確保のために睡眠補助品 [※] やアルコールを使う割合(「常にある」、「しばしばある」、「時々ある」)	成人	18.9%	29	減少
	自殺者数	市民すべて	人数 11人 人口10万対 24.5	27
週労働時間60時間以上の雇用者の割合	成人	7.5%	29	5.0%
	幼児	32.3%	29	増加
居住地域でお互いに助け合っていると思う割合	小学生	58.8%	29	増加
	中学生	43.6%	29	増加
	高校生	22.5%	29	増加
	成人	20.5%	29	増加

※ □: 目標値到達のため目標値を修正した項目

行政等での取り組み

具体的施策	担当課等
◎ 各種相談機関における相談活動を進めます。 ◎ 各種相談等による心の健康相談を開催します。 ◎ 職場におけるメンタルヘルスについて普及し、取り組みを促進します。	健康増進課 学校教育課 児童課 市民福祉課 商工観光課

身近な相談機関

相談窓口	電話番号
栃木県精神保健センター	028-673-8785
県北健康福祉センター	0287-22-2259
矢板健康福祉センター	0287-44-1297
さくら市氏家保健センター	028-682-2589
こころのダイヤル	028-673-8341
栃木いのちの電話	028-643-7830
いじめ相談さわやかテレホン	028-665-9999
家庭教育ホットライン	028-665-7867

²³ うつ病;憂うつ感や憂鬱・関心・興味の低下、悲観的な傾向が多くなる思考障害といった心の症状と、全身の倦怠感や睡眠障害、めまい、胸部圧迫感、手足のしびれといった種々の身体の症状が、両方とも現れるのが特徴。

2 さくら市における課題

(1) さくら市における自殺の現状からみえる課題

国及び県の自殺死亡率は平成21年以降減少しているが、本市は、増減を繰り返しているものの平成24年をピークにほぼ横ばいに推移しています。

男女別にみると、男性が7割以上を占めており、国及び県の傾向と同じです。

年代別にみると、国及び県に比べ、特に10歳代～30歳代の自殺者の割合が高くなっています。これらの世代は、人間関係や仕事の悩み、養育環境など様々な要因によるストレスが多くあるため、問題を抱えた人が自ら相談行動を取れるような環境づくりが重要です。

しかし、自殺に至る人の中には問題を抱えても相談できない人が多くいることから、身近な人が気づいて支援ができる自殺予防を担う人材の育成が必要です。

さらに、市民一人ひとりのこころの健康づくりをより一層推進するとともに、複合的な問題の解決に向けて、相談窓口を有する関係機関等が連携し、相談支援の充実を図る必要があります。

(2) 健康意識調査結果からみえる課題

幼児・小学生調査	<ul style="list-style-type: none"> ・幼児は約半数、小学生は約3割の子どもが十分な睡眠時間の確保ができていません。休養・心の健康のため早寝早起きの大切さを周知・啓発する必要があります。
中高生調査	<ul style="list-style-type: none"> ・「ストレスがあった」生徒333人の中で身近に相談できる相手がいないもしくはどちらとも言えないと回答した方は約2割となっているため、相談窓口の周知と気軽に相談できる環境づくりが必要です。 ・中高生の睡眠時間は、最低でも8時間必要とされています。約6割の生徒が十分な睡眠時間の確保ができていません。また、午前0時より遅く寝る生徒が14.4%いることから、早寝早起きの大切さを周知・啓発する必要があります。
一般調査	<ul style="list-style-type: none"> ・成人の睡眠時間は7～9時間が理想とされていますが、高齢期は特に時間よりも質が重要視されています。良い睡眠を確保できるような取り組みの周知・啓発が必要です。 ・さくら市内で勤務している事業所で、心の健康対策の取り組みをしていない事業所が約4割あります。平均的な1週間あたりの労働時間が長くなるほど、ここ1か月間に「ストレスがあった」「睡眠が十分とれていない」という回答が多くなっていることから、休養の大切さの周知・啓発を行うとともに、事業所等への休養の大切さの周知・啓発、心の健康への取り組みを促進する必要があります。

第3章 計画に係る評価指標

1 評価指数

(1) 自殺死亡率による評価

国の「自殺総合対策大綱」における数値目標

令和8年までに、自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少
(全国：平成27年 18.5→13.0 以下)

県は国の「自殺総合対策大綱」における数値目標をふまえ、令和4年までに、平成27年の自殺死亡率19.5と比べて25.1%減の14.6とすると「数値目標」を定めています。

本市では、これらの方針をふまえ、令和4年までに、平成27年の24.5と比べて20%減の19.6とします。

		平成27年	令和4年	令和8年	
さくら市	自殺死亡率 (自殺者数)	24.5 (11人)	19.6 (9人以下)	17.2 以下 (8人以下)	※国の目標を ふまえた 長期目標
	対平成27年比	100%	80.0% (▲20.0%)	70.0% (▲30.0%)	
栃木県	自殺死亡率	19.5	14.6	-	
	対平成27年比	100%	74.9% (▲25.1%)	-	
国 (自殺総合 対策大綱)	自殺死亡率	18.5	14.6	13.0 以下	
	対平成27年比	100%	78.9% (▲21.1%)	70.0% (▲30.0%)	

第4章 自殺対策の取組

1 基本理念

市民一人ひとりが自殺に対する関心と理解を深め、自殺対策の担い手として寄り添い、「共に支え合い、誰も自殺に追い込まれることのないさくら市」の実現を目指します。

共に支え合い 自分らしく生きるまち さくら

2 計画の基盤

健康 21 さくらプラン(第2期)計画

【休養・心の健康】

- ・施策①心の健康に関する知識の普及啓発
- ・施策②健康教育による普及啓発
- ・施策③憩いの場づくり
- ・施策④相談活動の推進

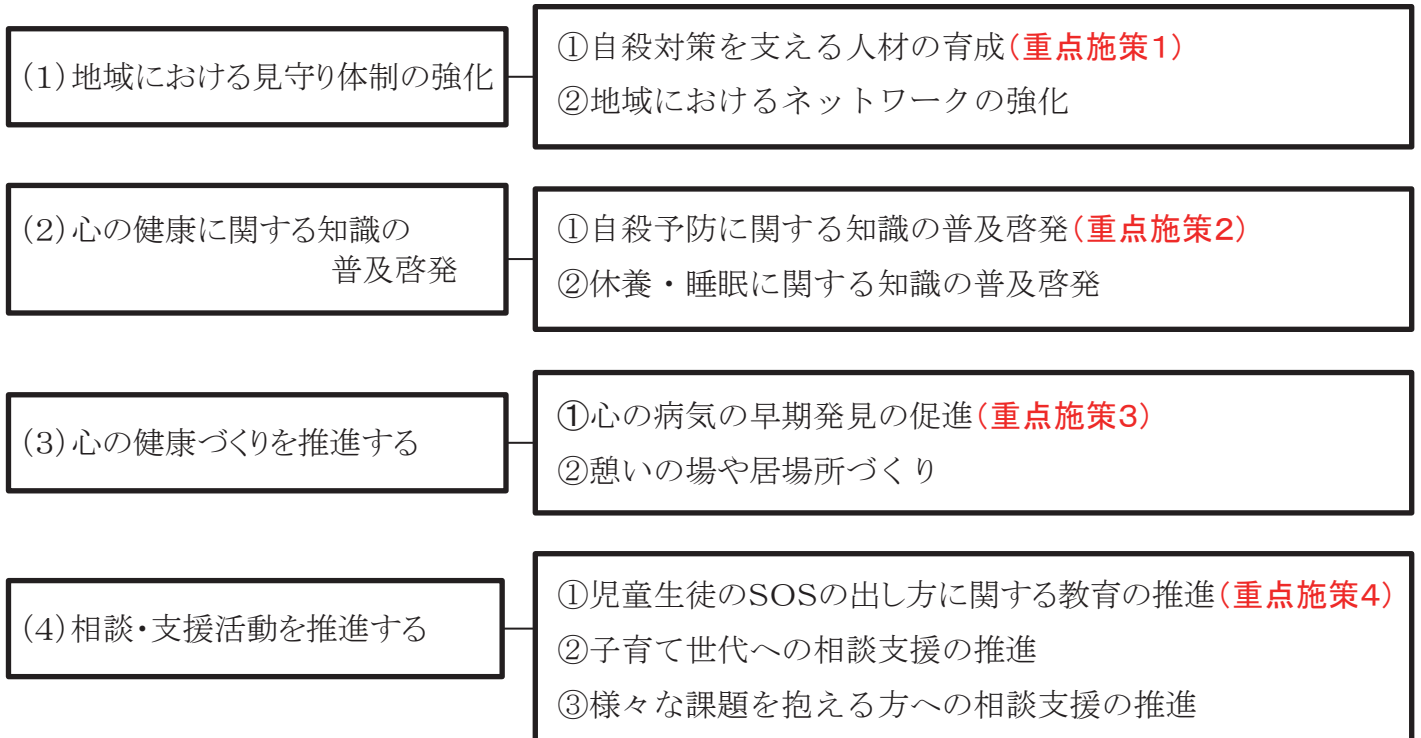


県の自殺対策計画が示す市町の主な役割

- ・住民の自殺を防ぐための心の健康づくり
- ・住民に対する普及啓発
- ・自殺のサインを早期に発見し適切に対応することのできる人材の育成
- ・地域における関係機関等との緊密な連携体制づくり



3 施策体系



4 施策の展開

【施策1】 地域における見守り体制の強化

🌸 個人・家庭での取り組み

○地域の中でお互いに相談し合い、助け合えるつながりを大切にしましょう。

🌸 行政での取り組み

①自殺対策を支える人材の育成（重点施策1）

取組み	具体的な施策	関係課
正しい知識の 習得	・ゲートキーパーの養成（*1）	福祉課
	・認知症サポーターの養成（*2）	高齢課

（*1）

ゲートキーパー

ゲートキーパーとは、自殺の危険を示すサインに気付き、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話しを聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。

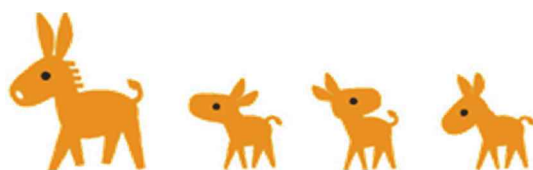
出典：厚生労働省「ゲートキーパーとは？」より一部抜粋

（*2）

認知症サポーター

認知症サポーターとは、認知症サポーター養成講座を受講し、認知症に対する正しい知識について学び、地域のなかで「認知症の人の理解者」となる人のことです。

認知症サポーター養成講座受講者には『オレンジリング』をプレゼントします。



②地域におけるネットワークの強化

取組み	具体的な施策	関係課
連携体制の整備	・自殺対策計画策定委員会を設置し、関係機関との連携体制を整備	健康増進課 福祉課
	・自殺対策連携会議（医療機関、警察、消防、教育関係者、民生委員及び各市町等関係機関ともに自殺予防にかかる地域の支援体制について協議）の実施	栃木県矢板健康福祉センター
地域コミュニティの整備	・地域住民の身近な相談役としての活動（民生委員事業） ・地域生活課題に関する相談を包括的に受け止める体制の整備（地域共生社会事業） ・保護司会、更生保護女性会、人権擁護委員協議会	福祉課
	・ファミリーサポートの推進	こども政策課
	・要援護者の見守り体制づくり（見守り福祉ネットワーク推進事業） ・高齢者への弁当宅配（高齢者給食サービス事業） ・医療と介護の連携体制づくり（在宅医療・介護連携推進事業） ・多様な事業主体との連携づくり（生活支援体制整備事業）	高齢課
	・青少年ボランティア活動事業（ユースボランティア） ・地域ボランティア活動（地域と学校を結ぶコーディネーター、学校支援ボランティア） ・子育てサークルやネットワークづくり（エンゼル講座、でまえ学び塾）	生涯学習課
	・誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して自殺対策を総合的かつ効果的に推進し、自殺者数の減少を図る ・さくら市自殺対策計画の策定	福祉課 健康増進課
子育てしやすい地域づくり	・産後うつを予防する支援体制の整備 ・子育て世代包括支援センターを設置し、妊娠期から子育て期にわたる切れ目ない相談支援 地域の関係機関との連携、子育てしやすい地域づくりを行う（*3）	健康増進課

(*3)

子育て世代包括支援センター

子育て世代包括支援センターとは、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援を提供する拠点です。

氏家保健センターと喜連川保健センターに専用の相談室を設けて開設しています。妊産婦や保護者の相談に対応し、必要な支援の調整や関係機関との連絡調整を行います。



子育て世代包括支援センターって何をするとところなの？

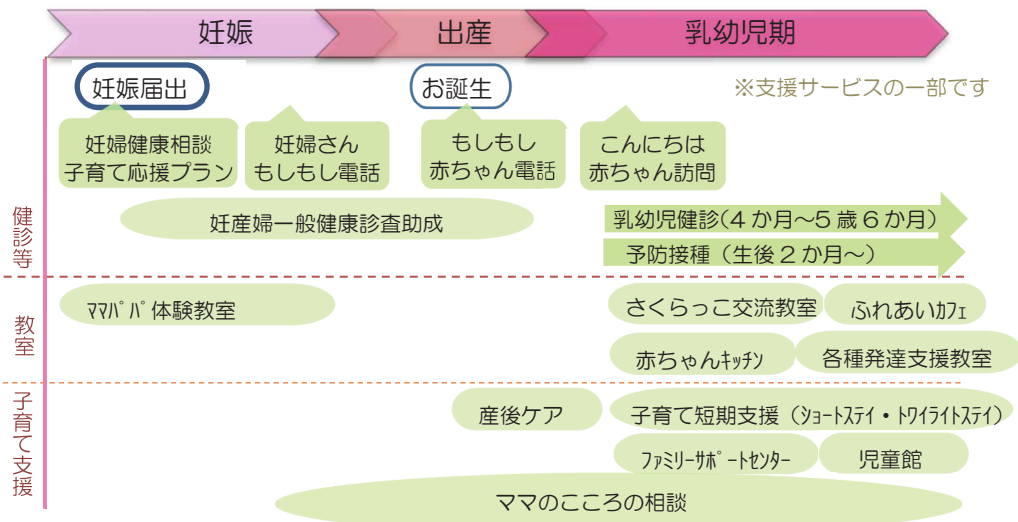


妊娠・出産・育児に関するいろいろな不安や悩みなどの相談に応じます。医療・福祉などの関係機関と連携して、さくら市の子育て中のご家庭を応援します。



子育て世代包括支援センター

- ♥ 保健師や助産師などによる相談窓口
- ♥ 保健医療・福祉など関係機関との連絡調整
- ♥ 妊娠・出産・育児に関する情報提供
- ♥ 必要に応じて子育て支援プランを作成



【施策2】 心の健康に関する知識の普及啓発

🌸 個人・家庭での取り組み

- 身のまわりの人が悩んでいることに気がいたら、相談相手になったり、相談できる場所を紹介しましょう。
- 休養・睡眠の重要性を正しく理解し、生活リズムを整え、十分な睡眠をとるよう心がけましょう。

🌸 行政での取り組み

① 自殺予防に関する知識の普及啓発（重点施策2）

取組み	具体的な施策	関係課
普及啓発活動	・自殺予防週間や自殺対策強化月間にあわせた自殺予防普及啓発活動	福祉課 健康増進課
	・自殺予防対策街頭啓発活動	
	・成人式等イベントでの自殺予防普及啓発活動	
	・うつ予防講演会の実施	
普及啓発活動	・自殺予防の啓発活動	栃木県矢板健康福祉センター
	・性的マイノリティや人権に関する啓発活動	総合政策課 福祉課
	・企業等への自殺予防普及啓発活動	商工観光課
情報提供	・広報、ホームページ活用した自殺予防に関する情報提供 ・Twitter・Facebook・Instagram等のSNSを活用し、若い世代への自殺予防に関する情報発信 ・行政窓口等に自殺予防に関するリーフレットや相談先を掲示	福祉課 健康増進課

② 休養・睡眠に関する知識の普及啓発

取組み	具体的な施策	関係課
普及啓発活動	・休養・睡眠の重要性についての普及啓発	健康増進課
	・正しい食生活・生活リズムの重要性についての普及啓発	
	・朝食の大切さについて普及啓発（食生活改善推進員活動「朝食食べよう推進事業」）	
普及啓発活動	・「早寝早起き朝ごはん運動」の推進	学校教育課
	・過重労働が及ぼす心の健康への悪影響についての普及啓発	商工観光課

【施策3】 心の健康づくりを推進する

🌸 個人・家庭での取り組み

○自分のストレスとその状態を正しく理解し、自分に合ったストレス解消法を身につけ、ストレスと上手につきあえるようにしましょう。

🌸 行政での取り組み

①心の病気の早期発見の促進（重点施策3）

取組み	具体的な施策	関係課
妊産婦への支援	<ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦健診の実施 ・産後うつ状態の把握（エジンバラ質問票） 	健康増進課
子育て世代への支援	<ul style="list-style-type: none"> ・乳幼児健診事業におけるママの心の状態チェック表の活用 ・臨床心理士による妊婦や育児中の母親のカウンセリング（ママのこころの相談） 	健康増進課
児童・生徒への支援	<ul style="list-style-type: none"> ・就学時健康診断事業 ・学校生活での悩みの早期把握と調査結果に基づく支援の実施（Q-U調査） 	学校教育課
成人への支援	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病の予防・早期発見の推進（特定健診、30歳代からの健診の実施） ・がんの早期発見の推進（各種がん検診の実施） ・生活習慣病の予防の推進（生活習慣病予防教室の実施） ・フレイル（低栄養等）予防の推進（食生活改善推進員活動） ・健康についての相談の実施（健康相談、健診結果相談会、栄養相談会、もとゆ温泉健康相談の実施） ・精神科医による心の相談の実施 	健康増進課
	<ul style="list-style-type: none"> ・精神科医による精神福祉相談の実施 	栃木県矢板健康福祉センター



← 自殺予防啓発資料
©栃木県

②憩いの場や居場所づくり

取組み	具体的な施策	関係課
子育て世代への支援	<ul style="list-style-type: none"> 仲間づくりの支援（さくらっこ子育て交流教室） 初めての育児に不安が強い母親同士の情報交換（ままとあかちゃんふれあいカフェ） 母子の孤立防止（らっこサロン） 	健康増進課
	<ul style="list-style-type: none"> 保育園事業 特別保育事業（延長保育、一時保育、休日保育、病児・病後児保育等の実施） 子育て短期支援事業（ショートステイ、トワイライトステイ事業） 放課後児童クラブ（学童保育） 未就園児の母のサロンの提供（子育てランド事業） 親子の交流の場の提供（児童館事業・子育て支援拠点事業等） 	こども政策課
	<ul style="list-style-type: none"> 出前講座事業（ほのぼのの広場） 放課後子ども教室推進事業（地域交流・ふれあいスクール） 社会教育・家庭教育支援事業（小学校支援地域本部事業、エンゼル講座、家庭教育学級、家庭教育支援チーム） 就学を控えた親子への支援（親子応援講座） 	生涯学習課
育てにくい子を持つ親への支援	<ul style="list-style-type: none"> 子育てサロンの開設（ひだまりふあん） 	生涯学習課
	<ul style="list-style-type: none"> 適応支援教室運営事業（不登校等支援） 	学校教育課
障がいのある人や高齢者への支援	<ul style="list-style-type: none"> 日中の居場所づくり（応援スペースしゃぼん玉） 	福祉課
	<ul style="list-style-type: none"> 高齢者の社会参加の促進（老人クラブや地域サロン活動） 高齢者の健康づくり、生きがいづくりの推進（介護予防教室の開催） 	高齢課
	<ul style="list-style-type: none"> 公共交通の維持を図る（デマンド交通、路線バス） 	総合政策課
青少年への支援	<ul style="list-style-type: none"> 青少年センターによる、青少年健全育成活動（青少年センターあいさつ巡回活動・体験活動事業） 市民ボランティアによる青少年健全育成のための体験活動の機会の提供や広報啓発（青少年センター少年指導員） 青少年ボランティア活動事業の推進（ユースボランティア） 	生涯学習課
働く人への支援	<ul style="list-style-type: none"> 労働基準法や男女雇用機会均等法など、法制度の遵守の啓発 職場における慣行を見直すための啓発活動 障がいのある人の雇用促進 セクシャルハラスメントやパワーハラスメント防止のための啓発活動 	商工観光課
健全なからだづくり	<ul style="list-style-type: none"> 健全なからだづくり（各種健康教室の開催） 健康についての相談の実施（健康相談、健診結果相談会、栄養相談会、もとゆ温泉健康相談の実施） 	健康増進課
	<ul style="list-style-type: none"> 高齢者等に温泉券を配布し、喜連川温泉における憩いの場づくり 	商工観光課 高齢課

【施策4】 相談・支援活動を推進する

🌸 個人・家庭での取り組み

- いのちを大切にしましょう。
- 一人で悩まず、相談しましょう。

🌸 行政での取り組み

① 児童生徒のSOSの出し方に関する教育の推進（重点施策4）

取組み	具体的な施策	関係課
児童生徒のいじめの相談支援	<ul style="list-style-type: none"> ・学校への臨床心理士・スクールソーシャルワーカーの配置 ・児童生徒の小さな変化に早期に気づける体制づくり 	学校教育課
児童生徒への人権等普及啓発活動	<ul style="list-style-type: none"> ・命の大切さの啓発（いのちの授業の実施） ・獣医師との連携を図った小動物ふれあい体験活動の実施による命の大切さの学習 	学校教育課
	<ul style="list-style-type: none"> ・福祉施設等、地域社会との交流を実施 	福祉課
児童生徒への情報提供	<ul style="list-style-type: none"> ・相談窓口の案内 ・電話相談の案内 ・SNS相談の案内 	学校教育課
	<ul style="list-style-type: none"> ・こころのダイヤル、栃木いのちの電話についての周知 	栃木県矢板健康福祉センター

自殺直前のサイン



出典：文部科学省「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」

こどもからのSOS受付窓口

24 時間子供SOSダイヤル ホットもっと電話相談 「いじめ相談さわやかテレホン」		0120-0-78310 (なやみいおう) 028-665-9999		365 日、24 時間
栃木いのちの電話		028-643-7830 (なやみゼロ)		365 日、24 時間
よりそいチャット	LINE		@yorisoi-chat	月火木金日 受付) 17:00~22:00
	Twitter		@yorisoi-chat	
	チャット		https://yorisoi-chat.jp	
こころのほっと チャット	LINE		@kokorohotchat	毎日 受付) 12:00~16:00 17:00~20:00
	Twitter		@kokorohotchat	
	Facebook		@kokorohotchat	
	チャット		https://www.npo-tms.or.jp/public/kokoro_hotchat/	
10代20代の 女の子専用 bond Project	LINE		@bondproject	月水木金土 受付) 16:00~18:30 19:30~24:30
チャイルドライン チャット相談	チャット		https://childline.or.jp/chat	毎週木・金 受付) 16:00~21:00

※電話相談は 365 日、24 時間対応のものを掲載

※SNS相談は厚生労働省のホームページより抜粋

②子育て世代への相談支援の推進

取組み	具体的な施策	関係課
妊産婦への支援	<ul style="list-style-type: none"> 不安を抱える妊婦や母親の個別相談（さくらっこ子育て相談ルーム） 母子健康手帳交付時の妊婦の相談と妊娠期から出産期のセルフプランの提示（妊婦全数面接） 助産師や保健師による電話相談事業（妊婦さんもしもし電話） 産婦健診事業（産後2週間健診、産後1か月健診） 助産師や保健師による訪問指導（産前産後サポート訪問） 心身の不調や育児不安等を抱える産婦への支援（産後ケア事業） 	健康増進課
子育て世代への支援	<ul style="list-style-type: none"> 子育て世代包括支援センターの設置（*3）←16頁参照 妊娠期から子育て期の様々な相談に応じ、各種事業の紹介や関係機関等につなげる専門職（母子保健コーディネーター）の配置 新生児期の電話相談（赤ちゃんこんにちは電話） 乳児家庭全戸訪問事業 新生児・低体重児・未熟児等、乳幼児訪問指導の実施 安心して出産・育児にのぞむための沐浴や妊婦体験等の体験学習（ママパパ体験教室） 初めての育児に不安が強い母親への支援（ままとあかちゃんふれあいカフェ） 助産師や保健師による訪問指導（産前産後サポート訪問） 離乳食教室（あかちゃんキッチン） 乳幼児相談事業（乳幼児相談、すくすく計測、栄養相談） 乳幼児健診事業（4か月児健診、10か月児健診、1歳6か月児健診、2歳6か月児歯科健診、3歳6か月児健診、5歳6か月児歯科健診） 	健康増進課
	<ul style="list-style-type: none"> 情報提供（子育てガイドブックの発行） 身近な子育て相談・支援体制の充実 経済的支援（妊産婦医療、養育医療、児童医療費助成、児童手当、児童扶養手当等） 	こども政策課
	<ul style="list-style-type: none"> 男性に向けた家事や育児への参加促進の啓発 	総合政策課
	<ul style="list-style-type: none"> 命の大切さや心と身体の変化等の教育（思春期講座） 	学校教育課 健康増進課
	<ul style="list-style-type: none"> 思春期の子を持つ親への支援（親子学び合い事業） 	生涯学習課
育てにくい子を持つ親への支援	<ul style="list-style-type: none"> こども発達相談、ことばの相談、すこやか二次相談 発達支援事業（ふちとまと教室、ペンギン教室、ばんび教室） 就学支援事業（とまと教室、保護者へのペアレントトレーニング指導） 発達障害児早期支援事業（のびのび発達相談） 	健康増進課
	<ul style="list-style-type: none"> 巡回発達相談事業（保育士への巡回アドバイス） 	こども政策課
	<ul style="list-style-type: none"> 児童発達支援及び放課後等デイサービス、並びに、障害児相談支援の充実 	福祉課
	<ul style="list-style-type: none"> 教育相談の実施 教育支援委員会の開催（子どもの就学に関する支援） 	学校教育課

③様々な課題を抱える方への相談支援の充実

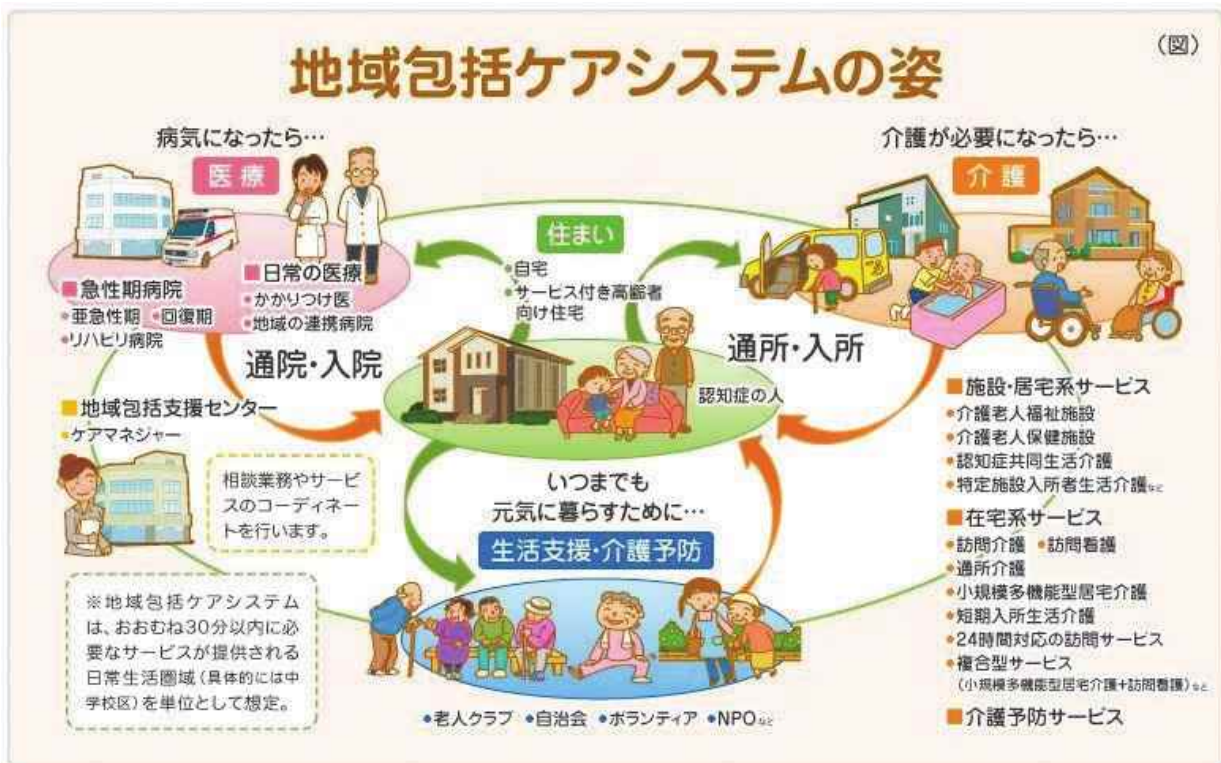
取組み	具体的な施策	関係課
子育て世代への支援	・ 出産後の養育について妊娠中から支援が必要な妊婦（特定妊婦）の把握と支援の充実	健康増進課
	・ 斎藤奨学資金貸付事業 ・ 入学金相当額の奨学金給付	学校教育課
援護を必要とする家庭への支援	・ 児童虐待防止対策 ・ 子どもの心の安らかな発達の促進と育児不安の軽減 ・ ひとり親家族への自立・経済的支援の促進 ・ 経済的支援（ひとり親家庭医療費助成、母子家庭自立支援給付金事業、児童扶養手当支給事業） ・ DV 防止対策 ・ 母子生活支援事業（母子生活支援施設の入所等、自立支援） ・ 婦人相談室運営事業（DV・離婚等に関する相談支援）	こども政策課
生活困窮者への支援	・ 生活困窮世帯の生徒への学習支援や就学資金借入等の経済的支援	こども政策課
	・ 生活保護 自立に向けた支援の実施	福祉課
	・ 生活困窮者自立相談事業（生活困窮者からの相談に早期かつ包括的に対応する窓口）	（福）さくら市社会福祉協議会
働く人への支援	・ 中小企業や個人で事業を営む人に低金利で資金を融資する（中小企業振興資金融資制度） ・ 若年者を対象とした就活セミナーや企業説明会、女性や高齢者を対象とした就労支援セミナーや相談会を開催	商工観光課
障がいのある人への支援	・ 障がい者の虐待に関する相談支援（さくら市障害者虐待防止センター） ・ 出張相談の実施（コンタるーむ） ・ 障がい者の福祉サービス利用、権利擁護及び住宅入居等支援に関する相談支援（さくら市相談支援事業） ・ 基幹相談支援センター（令和2年4月開設予定）	福祉課
ひきこもりへの支援	・ ひきこもりに関する相談支援 ・ ひきこもりサポーターの派遣	（福）さくら市社会福祉協議会 福祉課
	・ ひきこもりの児童生徒保護者への家族教室の情報提供	学校教育課

<p>高齢者への支援</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・地域包括ケアシステムの確立（＊4） ・介護保険・在宅福祉サービスの相談の実施 ・ひとり暮らしの高齢者に対する支援（緊急通報装置貸与事業） ・高齢者の介護・虐待等に関する相談の実施 ・介護予防についての普及啓発（介護予防教室・地域サロンでの講座） ・認知症に関する相談窓口の充実（認知症サポート医、認知症初期集中支援チーム、認知症地域支援推進員） ・経済的支援（在宅寝たきり高齢者等紙おむつ給付事業、家族介護慰労金支給事業） 	<p>高齢課</p>
<p>その他</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・弁護士無料法律相談の実施 ・行政相談委員設置事業 ・心配ごと相談事業 ・金銭管理等の相談支援（あすてらす） ・災害発生時における被災者のメンタルヘルス対策の推進（地域防災計画等におけるメンタルヘルス対策の取組み） ・地域自殺コンサルテーション（支援者を対象とした事例検討） ・スキルアップデイケア（本人対象） ・スキルアップ家族教室（家族対象） 	<p>福祉課 総合政策課 福祉課 （福）さくら市社会福祉協議会 市役所 栃木県精神保健福祉センター</p>

（＊4）

地域包括ケアシステム

地域包括ケアシステムとは、重度な要介護状態になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供されることを目指した取り組みを言います。



第5章 自殺対策の推進体制

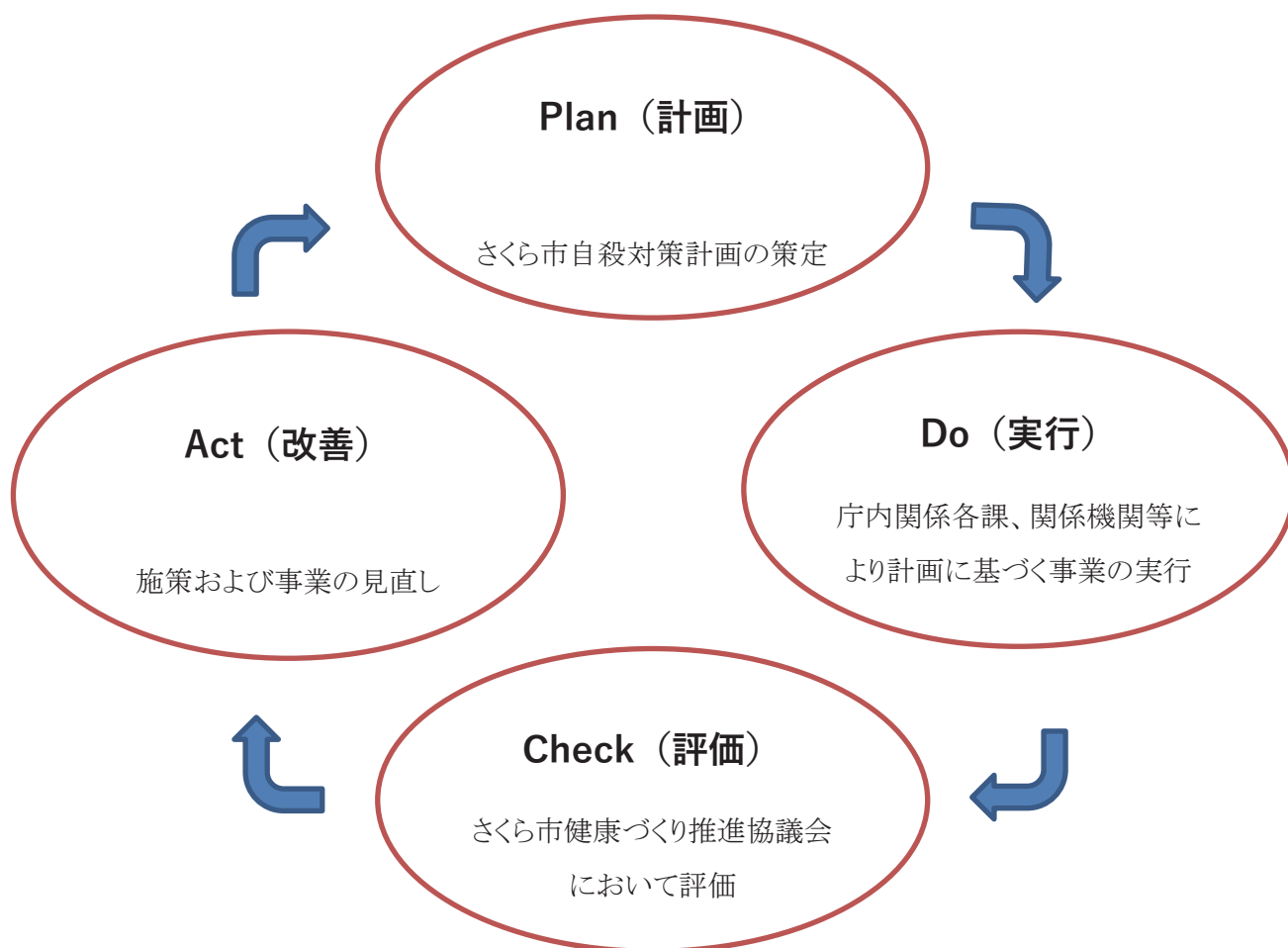
1 推進体制

自殺を取り巻く状況は、常に変化しています。自殺の状況の変化や自殺対策の新たな課題や対策等に柔軟に対応できるよう、本計画の実現にあたっては、市民と行政の協働により進め、進行管理についても市民の参画を得ながら進めていきます。また、市民、関係機関、行政の連携を強化し、効果的な推進を図り、常に進化する計画を目指します。

2 計画の進行管理

本計画の実効性を高めるため、PDCAサイクルを活用し、計画の進捗管理を行います。

また、健康21 さくらプラン（第2期）計画と一体的に推進していくため、市民をはじめ広く健康に関わる関係機関等により構成する「さくら市健康づくり推進協議会」により、健康づくりの一環として、自殺対策の具体的な施策・事業等の取り組みやその進捗について協議し、効果的に推進します。さらに、国や県の動向を踏まえつつ、自殺対策を展開していきます。



【資料1】相談機関リスト

相談内容		相談窓口	電話番号	備考
健康や子育てについての相談		さくら市健康増進課	☎028-682-2589	原則、毎週月曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
育児やしつけ等に関する悩み		児童家庭支援センターちゅうりっぷ (福)養徳園	☎028-686-2220	365日 8:30～17:30
障がい者福祉についての相談		さくら市福祉課	☎028-681-1161	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
		(福)とちぎ健康福祉協会 障がい者支援センターふれあい	☎028-681-6666	月～金曜日 8:30～17:30 (祝日・年末年始を除く)
		(福)恵友会 障害者相談支援センター桜花	☎028-681-6720	月～金曜日 8:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
高齢者福祉についての相談		さくら市高齢課	☎028-681-1155	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
		さくら市地域包括支援センターエリム	☎028-681-1150	月～金曜日 8:30～17:30 (祝日・年末年始を除く)
		さくら市地域包括支援センター而今	☎028-685-3294	月～金曜日 9:00～18:00 (祝日・年末年始を除く)
虐待についての相談	児童虐待	さくら市子ども政策課	☎028-681-1125	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
			☎090-2640-9364 ☎090-1059-0747	※休日・平日夜間の緊急時
		栃木県県北児童相談所	☎0287-36-1058	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
		栃木県児童虐待緊急ダイヤル	☎189 (いちはやく) ☎028-686-3005	※休日・平日夜間の緊急時
	障害者虐待	さくら市福祉課	☎028-681-1161	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
			☎090-5554-6968 ☎090-1996-4484	※休日・平日夜間の緊急時
	高齢者虐待	さくら市高齢課	☎028-681-1155	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
		さくら市地域包括支援センターエリム	☎028-681-1150	随時
		さくら市地域包括支援センター而今	☎028-685-3294	随時
	生活保護に関する相談		さくら市福祉事務所	☎028-681-1106

【資料1】相談機関リスト

相談内容	相談会場	問合せ先 電話番号	備考
応援スペース「しゃぼん玉」 (障がい者とその家族の交流や相談場所)	さくら市氏家公民館 さくら市喜連川公民館 〔※実施月により開催場所が異なります。〕	さくら市福祉課 ☎028-681-1161	原則、 毎月第1火曜日 13:00～15:30
喜連川地区障がい児者出張相談 喜連川ふくしの相談室「コンタる一む」 (障がい者の日常生活、福祉サービス、就学・就労等に関する相談)	さくら市喜連川公民館	(福)とちぎ健康福祉協会 障がい者支援センターふれあい ☎028-681-6666 (福)恵友会 障害者相談支援センター桜花 ☎028-681-6720	※要予約 原則、奇数月 第2火曜日 10:00～12:00 13:00～15:00
法律相談 (法的な諸問題の相談)	さくら市氏家福祉センター	(福)さくら市社会福祉協議会 ☎028-682-2217	※要予約 原則、 毎月第3金曜日 13:00～16:30
心配ごと相談所 ○生活上の苦しみや悩みごと相談 ○国・県・市等への要望やその他の困りごと ○いじめ、体罰、差別等人権侵害に関する心配ごと	さくら市氏家公民館 さくら市喜連川公民館 〔※実施月により開催場所が異なります。〕	(福)さくら市社会福祉協議会 ☎028-682-2217 さくら市総合政策課 ☎028-681-1113 さくら市福祉課 ☎028-681-1161	原則、 毎月第2木曜日 9:30～12:30
成年後見人制度個別相談会 (認知症や知的・精神障害等により判断機能が低下した人の権利を守るための相談)	さくら市氏家公民館 さくら市喜連川公民館 〔※実施月により開催場所が異なります。〕	さくら市高齢課 ☎028-681-1155 さくら市福祉課 ☎028-681-1161	※要予約 年6回 ※詳細はお問い合わせください
教育相談 (小・中学生の悩み等の相談、保護者の相談)	さくら市学校教育課 (さくら市役所喜連川支所)	さくら市学校教育課 ☎028-686-6620	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
児童家庭相談 (家庭における児童養育相談、虐待相談等)			月～金曜日 9:00～16:30 (祝日・年末年始を除く)
婦人相談 (DV・離婚・生活一般等)	さくら市子ども政策課	さくら市子ども政策課 ☎028-681-1125	
ひとり親相談 (母子・父子自立相談)			
生活困窮相談 (経済的に困窮している人の自立に向けた相談、ひきこもり相談等)	(福)さくら市社会福祉協議会 氏家支部	(福)さくら市社会福祉協議会 ☎028-601-7123	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
特設人権相談会 (いじめ・体罰・差別等の人権問題に対する相談)	さくら市氏家公民館	さくら市福祉課 ☎028-681-1161	年2回 ※詳細はお問い合わせください
消費生活の相談 (契約に関するトラブル等)	さくら市消費生活センター (さくら市役所第2庁舎2階)	さくら市消費生活センター ☎028-681-2575	月～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)

【資料1】相談機関リスト

	相談内容	相談窓口	電話番号	備考
こころの健康	こころの健康相談	こころのダイヤル	☎028-673-8341 おこなおう まもろうよ こころ	月～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
		こころの健康相談統一ダイヤル (栃木県精神保健福祉センター)	☎0570-064-556	
	様々な心の悩み、 死にたい気持ち	自殺予防いのちの電話 ((一社)日本いのちの電話連盟)	なやみ こころ ☎0120-783-556 (通話料無料)	毎月10日 8:00～翌8:00(24時間)
		(福)栃木いのちの電話	なやみゼロ ☎028-643-7830	365日、24時間
	自死遺族の悩み	(福)栃木いのちの電話事務局	☎028-622-7970	月～金曜日 9:00～17:00
			わかちあいの会「こもれび」開催日(変更あり) 原則、毎月第1・第3土曜日、14:00～16:00	
	精神保健福祉相談(ストレス・うつ・ 依存症・自死遺族の悩み等) 精神科関係医療機関の紹介	栃木県精神保健福祉センター	☎028-673-8785	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
		栃木県県北健康福祉センター	☎0287-22-2259	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
		栃木県矢板健康福祉センター	☎0287-44-1297	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
	アルコール依存 の相談	栃木県断酒ホトトギス会	☎028-678-9969 fax 028-678-9863	365日、24時間
ひきこもり相談	栃木県子ども若者・ひきこもり 総合相談センター ポラリス★とちぎ	☎028-643-3422	火～土曜日 10:00～19:00 (祝日・年末年始を除く)	
精神科救急医療相談 (緊急的な精神医療相談)	栃木県精神科救急医療相談電話	☎0570-666-990	夜間(平日)17:00～22:00 休日(土日祝) 10:00～22:00	
経済	多重債務や消費 生活に関するトラ ブルなどの相談	消費者ホットライン (消費者庁)	☎188 (いやや!) ☎0570-064-370	毎日(年末年始除く)
	倒産のおそれのある 中小企業からの 相談	宇都宮商工会議所	☎028-637-3131	月～金曜日 8:30～17:00 (祝日・年末年始を除く)
	多重債務に関する 無料法律相談、弁 護士紹介	栃木県弁護士会 多重債務相談センター	☎028-689-9001	月～金曜日 10:30～12:00 13:00～16:30 (祝日・お盆・年末年始を除く)
	民事法律扶助制 度による無料法律 相談及び弁護士 等費用の立て替え 等	日本司法支援センター 法テラス	おなやみなし ☎0570-078374	月～金曜日 9:00～21:00 土曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
法テラス栃木		☎0570-078318 ☎050-3383-5395	月～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)	

【資料1】相談機関リスト

	相談内容	相談窓口	電話番号	備考
高齢者	認知症家族のための電話相談	(公社)認知症のひと家族の会 栃木県支部	☎028-627-1122	月～土曜日 13:30～16:00
	認知症に関する相談 (認知症疾患 医療センター)	獨協医科大学病院	☎0282-87-2251	直接お問い合わせください
		烏山台病院	☎0287-82-0051	
		足利富士見台病院	☎0284-62-7775	
		上都賀総合病院	☎0289-64-2186	
		皆藤病院	☎028-689-5088	
		足利赤十字病院	☎0284-20-1366	
		芳賀赤十字病院	☎0285-81-3856	
		自治医科大学附属病院	☎0285-58-8998	
		済生会宇都宮病院	☎028-680-7010	
佐藤病院	☎0287-43-1150			
障害・難病	難病に関するさまざまな相談	とちぎ難病相談センター	☎028-623-6113	月～金曜日 10:00～12:00 13:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)
	障害者の自立と社会参加促進の相談	障害者 110 番 (一社)栃木県手をつなぐ育成会)	☎028-624-3789	月～金曜日 9:30～16:00 (祝日・年末年始を除く)
	認知症高齢者・知的障害者・精神障害者等の福祉サービスの利用援助	権利擁護センター 「あすてらす・やいた」	☎0287-43-8700	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
		(福)さくら市社会福祉協議会	☎028-682-2217	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
犯罪被害等	犯罪被害者・その家族への支援	被害者支援センターとちぎ 犯罪被害者等電話相談	なやみはここよ ☎0570-783-554	7:30～22:00 (年末年始を除く)
	犯罪等による被害の未然防止に関する相談	栃木県警察 県民相談	☎#9110 ☎028-627-9110	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
	薬物相談	栃木県薬務課	にいさん みななく ☎028-623-3779 e-mail:yakuran184@proof.ocn.ne.jp	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
子ども	18歳以下の子どもやその家族に関する心配や悩み	児童家庭支援センターにこここ 広場 (済生会宇都宮乳児院)	☎028-623-4152 e-mail:nikoniko@sunyuuji.org	月～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始・5/30 を除く)
	家庭教育・子育てに関する相談 (保護者専用)	ホットほっと電話相談 「家庭教育ホットライン」 (栃木県生涯学習課)	☎028-665-7867	月～金曜日 8:30～21:30 土曜日 8:30～17:30
	いじめや不登校等学校生活に関する相談 (こども専用)	24時間子供SOSダイヤル ホットほっと電話相談 「いじめ相談さわやかテレホン」 (栃木県生涯学習課)	なやみいおう ☎0120-0-78310 (通話料無料) ☎028-665-9999	365日、24時間
		テレホン児童相談 (栃木県中央児童相談所)	☎028-665-7788	365日、9:00～20:00
		安心ダイヤル (栃木県塩谷南那須教育事務所)	☎0287-43-0609	月～金曜日 9:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)
		子ども人権 110 番 (宇都宮地方法務局本局)	☎0120-007-110 (通話料無料)	月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)

【資料1】相談機関リスト

	相談内容	相談窓口	電話番号	備考
子ども	18歳までの子どもの相談先	チャイルドライン ((特非)チャイルドライン支援センター)	☎0120-99-7777 (通話料無料)	毎日(年末年始を除く) 16:00~21:00
	非行問題等青少年の悩み	ヤングテレホン (栃木県警察)	はなして よいこに ☎0120-87-4152 (通話料無料)	月~金曜日 9:00~16:00 (祝日・年末年始を除く)
家庭	女性の悩み全般 (夫や恋人からの暴力等)	パーティ相談ルーム 女性のための相談 (とちぎ男女共同参画センター)	☎028-665-8720	月~日曜日 9:00~16:00 (祝日・年末年始を除く)
	男性の悩み全般 (妻との関係、人間関係等)	パーティ相談ルーム 男性のための相談 (とちぎ男女共同参画センター)	☎028-665-8724	毎週月・水曜日 17:30~19:30 (祝日・年末年始を除く)
	DV、セクハラ被害等女性の人権相談	女性の人権ホットライン (宇都宮地方法律局本局)	ゼロナナゼロのホットライン ☎0570-070-810	月~金曜日 8:30~17:15 (祝日・年末年始を除く)
	母子家庭等の就業や生活に関する相談	栃木県母子家庭等 就業・自立センター	☎028-665-7801	火~日曜日 8:30~16:00 (祝日・年末年始を除く)
仕事・職場	職場の悩み	連合栃木 労働相談 (日本労働組合総連合会)	いこうよ れんごうに ☎0120-154-052 (通話料無料)	月~金曜日 9:30~17:00
	労働に関する法律相談	連合栃木 「なんでも法律相談室」 (日本労働組合総連合会)	☎0120-190-537 (通話料無料) (※要予約)	原則、毎月 5日・15日・25日対応 13:30~16:30(1人30分)
	労働条件に関する相談	労働条件相談 「ほっとライン」(厚労省)	☎0120-811-610 (通話料無料)	月~金曜日 17:00~22:00 土・日・祝 9:00~21:00 (年末年始を除く)
	働く人のメンタルヘルス相談	栃木県宇都宮労政事務所	☎028-626-3053 (※要予約)	奇数月の第2金曜日 13:30~16:30 (1回50分)
		こころの耳電話相談 (厚労省)	☎0120-565-455 (通話料無料)	月・火曜日 17:00~22:00 土・日曜日 10:00~16:00 (祝日・年末年始を除く)
		こころの耳メール相談 (厚労省)	http://kokoro.mhlw.go.jp/mail-soudan	
		ハラスメント悩み相談 (厚労省)	ないよ ハラス ☎0120-714-864 (通話料無料)	月~金曜日 12:00~21:00 土・日曜日 10:00~17:00 (祝日・年末年始を除く)

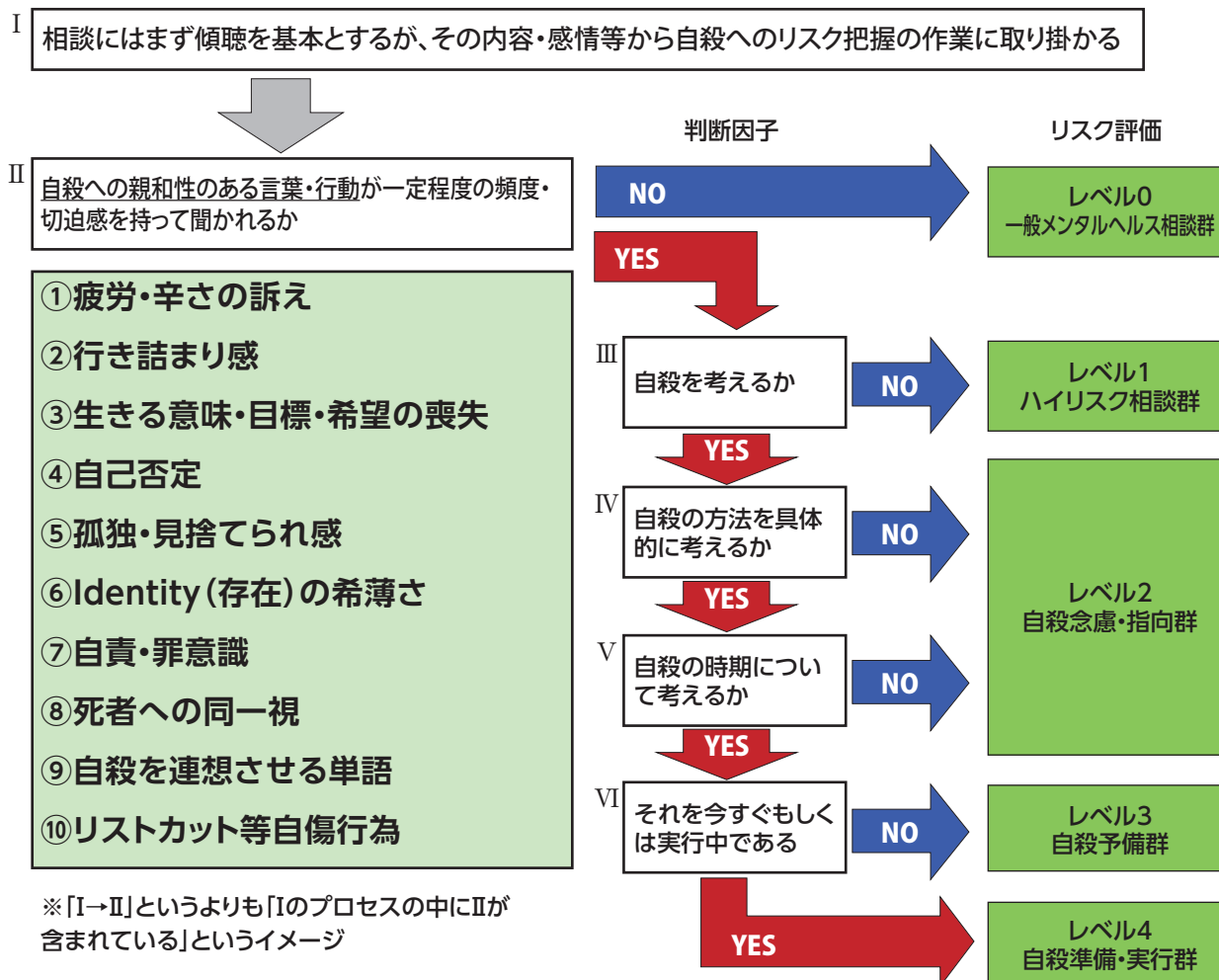


ナイチュウ&とちまるくん

©栃木県

【資料2】 自殺関連相談評価基準表

A. メンタルヘルス相談



B. 未遂者相談

自殺未遂をしたのがここ1年未満であるもの	b-1 1年未満
自殺未遂をしてから1年以上経っているもの	b-2 1年以上
自殺未遂をしたことがあるが時期は不明であるもの	b-3 不明

C. 自死遺族相談

自死遺族相談であることそのもの(辛さ、怒り、後悔等)が訴えであるもの	c-1 自死遺族相談
必ずしも訴えの内容が自死遺族としての辛さではなくとも、通話者が明らかに自死遺族であるとわかっているもの(リピーターなど)	c-2 自死遺族関連相談

対応（可能な順に進めていく）



緊急対応

- ・まずは相談員が落ち着く
- ・必要に応じて他の職員にモニターしてもらう（一人で対応しない）
- ① いまから“自殺”する
 - ・手段について確認
 - ・安全確保
 - ・目の前にロープ・刃物・薬等がある→そのものを遠ざけてもらう
 - ・今ビルの上などにいる→その場を離れてもらう
- ② 今まさに“実行中”
 - ・手段について確認
 - ・意識の確認→可能なら自力で救急通報してもらう
 - ・意識が朦朧としているときは周囲に人がいるかどうかの確認
 - 周りの人に救急通報してもらう
- ③ 電話が切られた
 - ・上記の努力をしたにもかかわらず、不本意な形で電話が切られた場合は「電話相談の限界」と考える
 - ・他のスタッフとシェアリングを行い、相談員自らのメンタルケアに努める

出典：栃木県精神保健福祉センター「精神保健福祉ハンドブック『自殺対策』編」

TALKの原則

死にたい気持ちへの対応

- ・ **T**ell：言葉に出して心配していることを伝える
- ・ **A**sk：「死にたい」という気持ちについて、率直に尋ねる
- ・ **L**isten：絶望的な気持ちを傾聴する
- ・ **K**eeP safe：安全を確保する

出典：文部科学省「教師が知っておきたい子どもの自殺予防」

【資料3】 さくら市自殺対策計画策定の経過

時期	区分	主な内容・議題
令和元年 6月13日(木)	第1回 策定委員会 (外部有識者)	委員の委嘱状交付 計画策定の意義(根拠等)について 計画策定の流れ・スケジュールについて
令和元年 6月14日(金)	第1回 庁内調整会議 (関係部課長)	委員の委嘱について 計画策定の意義(根拠等)について 計画策定の流れ・スケジュールについて 検討委員会の設置について
令和元年 ① 7月29日(月) ② 9月25日(水) ③ 10月11日(金)	検討委員会 (3回) (担当者レベル)	計画の検討 素案作成
令和元年 11月1日(金)	第2回 庁内調整会議	素案の報告、検討
令和元年 11月1日(金)	第2回 策定委員会	基本理念のスローガンの決定
令和元年 11月5日(火)	庁議	素案の報告、審議
令和元年 11月15日(金)	議員全員協議会	
令和2年 1月6日(月) ～1月24日(金)	パブリックコメント	12月号広報誌掲載 市のホームページ等にてパブリックコメントの実施(1か月程度)
令和2年1月 (予定)	第3回 庁内調整会議	最終報告
	第3回 策定委員会	
令和2年2月 (予定)	庁議 議員全員協議会	計画策定の報告
令和2年3月	計画策定	市のホームページ等に掲載

【資料4】 さくら市自殺対策計画策定委員名簿

■ さくら市自殺対策計画策定委員名簿

	区 分	所 属 名	氏 名
1	学識経験のある者	さくら市医師団	松村 茂
2	教育	さくら市小中学校教頭会	山口 昭子
3	地域(全般)	さくら市区長会	蓮見 徹
4	地域(全般)	さくら市民生委員児童委員協議会	小林 行雄
5	地域(相談)	さくら市人権擁護委員会	和田 貞夫
6	地域(企業)	さくら市氏家商工会	永井恵美子
7	地域(企業)	さくら市喜連川商工会	星 敬子
8	地域(高齢)	さくら市地域包括支援センター 而今	金岩 周平
9	地域(高齢)	さくら市地域包括支援センター エリム	村上 杏実
10	地域(障がい)	さくら市障害者相談支援センター 桜花	若倉 健
11	地域(障がい)	さくら市障がい者支援センター ふれあい	根本真理子
12	福祉	さくら市社会福祉協議会	仲根 信行
13	市民	公募	荒井 良忠
14	市民	公募	大橋 克世
15	市民	公募	鈴木 羊子
16	関係行政機関	さくら警察署	沖田 順一
17	関係行政機関	矢板健康福祉センター	塚越 梢

■ さくら市自殺対策計画策定庁内調整会議委員名簿

	役 職	職 名	氏 名
1	会長	健康福祉部長	鳥居 隆広
2	委員	健康福祉部 健康増進課長	久保 章
3	委員	総合政策部 総合政策課長	高野 洋
4	委員	総合政策部 総務課長	櫻井 広文
5	委員	健康福祉部 高齢課長	高野 朋久
6	委員	健康福祉部 福祉課長	吉澤 佳哲
7	委員	健康福祉部 こども政策課長	横塚 一徳
8	委員	産業経済部 商工観光課長	野崎 憲作
9	委員	教育委員会 学校教育課長	中村 卓資
10	委員	教育委員会 生涯学習課長	早田 勇

【資料5】自殺対策基本法

●自殺対策基本法〔平成十八年六月二十一日号外法律第八十五号〕

目次

第一章 総則（第一条—第十一条）

第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等（第十二条—第十四条）

第三章 基本的施策（第十五条—第二十二条）

第四章 自殺総合対策会議等（第二十三条—第二十五条）

附則

第一章 総則

（目的）

第一条 この法律は、近年、我が国において自殺による死亡者数が高い水準で推移している状況にあり、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、これに対処していくことが重要な課題となっていることに鑑み、自殺対策に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、自殺対策の基本となる事項を定めること等により、自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的とする。

（基本理念）

第二条 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかげがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

2 自殺対策は、自殺が個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく、その背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、社会的な取組として実施されなければならない。

3 自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。

4 自殺対策は、自殺の事前予防、自殺発生の危機への対応及び自殺が発生した後又は自殺が未遂に終わった後の事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施されなければならない。

5 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

（国及び地方公共団体の責務）

第三条 国は、前条の基本理念（次項において「基本理念」という。）にのっとり、自殺対策を総合的に策定し、及び実施する責務を有する。

2 地方公共団体は、基本理念にのっとり、自殺対策について、国と協力しつつ、当該地域の状況に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。

3 国は、地方公共団体に対し、前項の責務が十分に果たされるように必要な助言その他の援助を行うものとする。

（事業主の責務）

第四条 事業主は、国及び地方公共団体が実施する自殺対策に協力するとともに、その雇用する労働者の心の健康の保持を図るため必要な措置を講ずるよう努めるものとする。

（国民の責務）

第五条 国民は、生きることの包括的な支援としての自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるよう努めるものとする。

（国民の理解の増進）

第六条 国及び地方公共団体は、教育活動、広報活動等を通じて、自殺対策に関する国民の理解を深めるよう必要な措置を講ずるものとする。

（自殺予防週間及び自殺対策強化月間）

第七条 国民の間に広く自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるとともに、自殺対策の総合的な推進に資するため、自殺予防週間及び自殺対策強化月間を設ける。

2 自殺予防週間は九月十日から九月十六日までとし、自殺対策強化月間は三月とする。

3 国及び地方公共団体は、自殺予防週間においては、啓発活動を広く展開するものとし、それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

4 国及び地方公共団体は、自殺対策強化月間においては、自殺対策を集中的に展開するものとし、関係機関及び関係団体と相互に連携協力を図りながら、相談事業その他それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

（関係者の連携協力）

第八条 国、地方公共団体、医療機関、事業主、学校（学校教育法（昭和二十二年法律第二十六号）第一条に規定する学校をいい、幼稚園及び特別支援学校の幼稚部を除く。第十七条第一項及び第三項において同じ。）、自殺対策に係る活動を行う民間の団体その他の関係者は、自殺対策の総合的かつ効果的な推進のため、相互に連携を図りながら協力するものとする。

(名誉及び生活の平穩への配慮)

第九条 自殺対策の実施に当たっては、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない。

(法制上の措置等)

第十条 政府は、この法律の目的を達成するため、必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

(年次報告)

第十一条 政府は、毎年、国会に、我が国における自殺の概況及び講じた自殺対策に関する報告書を提出しなければならない。

第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等

(自殺総合対策大綱)

第十二条 政府は、政府が推進すべき自殺対策の指針として、基本的かつ総合的な自殺対策の大綱(次条及び第二十三条第二項第一号において「自殺総合対策大綱」という。)を定めなければならない。

(都道府県自殺対策計画等)

第十三条 都道府県は、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、当該都道府県の区域内における自殺対策についての計画(次項及び次条において「都道府県自殺対策計画」という。)を定めるものとする。

2 市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画(次条において「市町村自殺対策計画」という。)を定めるものとする。

(都道府県及び市町村に対する交付金の交付)

第十四条 国は、都道府県自殺対策計画又は市町村自殺対策計画に基づいて当該地域の状況に応じた自殺対策のために必要な事業、その総合的かつ効果的な取組等を実施する都道府県又は市町村に対し、当該事業等の実施に要する経費に充てるため、推進される自殺対策の内容その他の事項を勘案して、厚生労働省令で定めるところにより、予算の範囲内で、交付金を交付することができる。

第三章 基本的施策

(調査研究等の推進及び体制の整備)

第十五条 国及び地方公共団体は、自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するため、自殺の実態、自殺の防止、自殺者の親族等の支援の在り方、地域の状況に応じた自殺対策の在り方、自殺対策の実施の状況等又は心の健康の保持増進についての調査研究及び検証並びにその成果の活用を推進するとともに、自殺対策について、先進的な取組に関する情報その他の情報の収集、整理及び提供を行うものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策の効率的かつ円滑な実施に資するための体制の整備を行うものとする。

(人材の確保等)

第十六条 国及び地方公共団体は、大学、専修学校、関係団体等との連携協力を図りながら、自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上に必要な施策を講ずるものとする。

(心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進等)

第十七条 国及び地方公共団体は、職域、学校、地域等における国民の心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進並びに相談体制の整備、事業主、学校の教職員等に対する国民の心の健康の保持に関する研修の機会の確保等必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策で大学及び高等専門学校に係るものを講ずるに当たっては、大学及び高等専門学校における教育の特性に配慮しなければならない。

3 学校は、当該学校に在籍する児童、生徒等の保護者、地域住民その他の関係者との連携を図りつつ、当該学校に在籍する児童、生徒等に対し、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていくことについての意識の涵(かん)養等に資する教育又は啓発、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育又は啓発その他当該学校に在籍する児童、生徒等の心の健康の保持に係る教育又は啓発を行うよう努めるものとする。

(医療提供体制の整備)

第十八条 国及び地方公共団体は、心の健康の保持に支障を生じていることにより自殺のおそれがある者に対し必要な医療が早期かつ適切に提供されるよう、精神疾患を有する者が精神保健に関して学識経験を有する医師(以下この条において「精神科医」という。)の診療を受けやすい環境の整備、良質かつ適切な精神医療が提供される体制の整備、身体の傷害又は疾病についての診療の初期の段階における当該診療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、救急医療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、精神科医とその地域において自殺対策に係る活動を行うその他の心理、保健福祉等に関する専門家、民間の団体等の関係者との円滑な連携の確保等必要な施策を講ずるものとする。

(自殺発生回避のための体制の整備等)

第十九条 国及び地方公共団体は、自殺をする危険性が高い者を早期に発見し、相談その他の自殺の発生を回避するための適切な対処を行う体制の整備及び充実に必要な施策を講ずるものとする。

(自殺未遂者等の支援)

第二十条 国及び地方公共団体は、自殺未遂者が再び自殺を図ることのないよう、自殺未遂者等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

(自殺者の親族等の支援)

第二十一条 国及び地方公共団体は、自殺又は自殺未遂が自殺者又は自殺未遂者の親族等に及ぼす深刻な心理的影響が緩和されるよう、当該親族等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

(民間団体の活動の支援)

第二十二条 国及び地方公共団体は、民間の団体が行う自殺の防止、自殺者の親族等の支援等に関する活動を支援するため、助言、財政上の措置その他の必要な施策を講ずるものとする。

第四章 自殺総合対策会議等

(設置及び所掌事務)

第二十三条 厚生労働省に、特別の機関として、自殺総合対策会議（以下「会議」という。）を置く。

2 会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

- 一 自殺総合対策大綱の案を作成すること。
- 二 自殺対策について必要な関係行政機関相互の調整をすること。
- 三 前二号に掲げるもののほか、自殺対策に関する重要事項について審議し、及び自殺対策の実施を推進すること。

(会議の組織等)

第二十四条 会議は、会長及び委員をもって組織する。

2 会長は、厚生労働大臣をもって充てる。

3 委員は、厚生労働大臣以外の国务大臣のうちから、厚生労働大臣の申出により、内閣総理大臣が指定する者をもって充てる。

4 会議に、幹事を置く。

5 幹事は、関係行政機関の職員のうちから、厚生労働大臣が任命する。

6 幹事は、会議の所掌事務について、会長及び委員を助ける。

7 前各項に定めるもののほか、会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

(必要な組織の整備)

第二十五条 前二条に定めるもののほか、政府は、自殺対策を推進するにつき、必要な組織の整備を図るものとする。

附 則

(施行期日)

第一条 この法律は、公布の日から起算して六月を超えない範囲内において政令で定める日から施行する。

[平成一八年一〇月政令三四三号により、平成一八・一〇・二八から施行]

(内閣府設置法の一部改正)

第二条 内閣府設置法（平成十一年法律第八十九号）の一部を次のように改正する。

[次のよう略]

附 則〔平成二七年九月一日法律第六六号抄〕

(施行期日)

第一条 この法律は、平成二十八年四月一日から施行する。ただし、次の各号に掲げる規定は、当該各号に定める日から施行する。

一 附則第七条の規定 公布の日

二 [略]

(自殺対策基本法の一部改正に伴う経過措置)

第六条 この法律の施行の際現に第二十七条の規定による改正前の自殺対策基本法第二十条第一項の規定により置かれている自殺総合対策会議は、第二十七条の規定による改正後の自殺対策基本法第二十条第一項の規定により置かれる自殺総合対策会議となり、同一性をもって存続するものとする。

(政令への委任)

第七条 附則第二条から前条までに定めるもののほか、この法律の施行に関し必要な経過措置は、政令で定める。

附 則〔平成二八年三月三〇日法律第一一号〕

(施行期日)

1 この法律は、平成二十八年四月一日から施行する。ただし、次項の規定は、公布の日から施行する。

「自殺総合対策大綱」（概要）

※下線は旧大綱からの主な変更箇所

平成28年の自殺対策基本法の改正や我が国の自殺の実態を踏まえ抜本的に見直し

第1 自殺総合対策の基本理念

誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す

- ★ 自殺対策は、社会における「**生きることの阻害要因**」を減らし、「**生きることの促進要因**」を増やすことを通じて、**社会全体の自殺リスクを低下させる**

阻害要因：過労、生活困難、育児や介護疲れ、いじめや孤立感
 促進要因：自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力等

第2 自殺の現状と自殺総合対策における基本認識

- ★ 自殺はその多くが追い込まれた末の死である
- ★ 年間自殺者数は減少傾向にあるが、**非常事態はいまだに続いている**
- ★ 地域レベルの実践的な取組を**PDCAサイクルを通じて推進する**

第3 自殺総合対策の基本方針

1. **生きることの包括的な支援**として推進する
2. **関連施策と有機的な連携を強化**して総合的に取り組む
3. **対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動**させる
4. 実践と啓発を両輪として推進する
5. 国、地方公共団体、関連団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

第4 自殺総合対策における当面の重点施策

1. **地域レベルの実践的な取組への支援を強化する**
2. 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す
3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する
4. 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る
5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
6. 適切な**精神保健医療福祉サービス**を受けられるようにする
7. **社会全体の自殺リスクを低下させる**
8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
9. 遺された人への支援を充実する
10. 民間団体との連携を強化する
11. **子ども・若者の自殺対策を更に推進する**
12. **勤務問題による自殺対策を更に推進する**

第5 自殺対策の数値目標

- ★ 先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、**令和8年までに、自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少**（平成27年18.5⇒13.0以下）

(WHO: 仏15.1(2013)、米13.4(2014)、独12.6(2014)、加11.3(2012)、英7.5(2013)、伊7.2(2012))

第6 推進体制等

1. 国における推進体制
2. 地域における**計画的な自殺対策の推進**
3. 施策の評価及び管理
4. 大綱の見直し

自殺総合対策における当面の重要施策（ポイント）

●自殺対策基本法の改正の趣旨・基本的施策及び我が国の自殺を巡る現状を踏まえて、更なる取組が求められる施策

※各施策に担当府省を明記 ※補助的な評価指標の盛り込み〈例：よりそいホットラインや心の健康相談統一ダイヤルの認知度〉

※下線は旧大綱からの主な変更箇所

1.地域レベルの実践的な取組への支援を強化する

- ・地域自殺実態プロフィール、地域自殺対策の政策パッケージの作成
- ・地域自殺対策計画の策定ガイドラインの作成
- ・地域自殺対策推進センターへの支援
- ・自殺対策の専任職員の配置・専任部署の設置の促進

2.国民一人ひとりの気づきと見守りを促す

- ・自殺予防週間と自殺対策強化月間の実施
- ・児童生徒の自殺対策に資する教育の実施（SOSの出し方に関する教育の推進）
- ・自殺や自殺関連事象等に関する正しい知識の普及
- ・うつ病等についての普及啓発の推進

3.自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する

- ・自殺の実態や自殺対策の実施状況等に関する調査研究・検証・成果活用（革新的自殺研究推進プログラム）
- ・先進的な取組に関する情報の収集、整理、提供
- ・子ども・若者の自殺調査
- ・死因究明制度との連動
- ・オンサイト施設の形成等により自殺対策の関連情報を安全に集積・整理・分析

4.自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る

- ・医療等に関する専門家などを養成する大学や専修学校等と連携した自殺対策教育の推進
- ・自殺対策の連携調整を担う人材の養成
- ・かかりつけ医の資質向上
- ・教職員に対する普及啓発
- ・地域保健・産業保健スタッフの資質向上
- ・ゲートキーパーの養成
- ・家族や知人等を含めた支援者への支援

5.心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する

- ・職場におけるメンタルヘルス対策の推進
- ・地域における心の健康づくり推進体制の整備
- ・学校における心の健康づくり推進体制の整備
- ・大規模災害における被災者の心のケア、生活再建等の推進

6.適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする

- ・精神科医療、保健、福祉等の連動性の向上、専門職の配置
- ・精神保健医療福祉サービスを担う人材の養成等
- ・うつ病、統合失調症、アルコール依存症、ギャンブル依存症等のハイリスク者対策

7.社会全体の自殺リスクを低下させる

- ・ICT（インターネットやSNS等）の活用
- ・ひきこもり、児童虐待、性犯罪、性暴力の被害者、生活困窮者、ひとり親家庭、性的マイノリティに対する支援の充実
- ・妊産婦への支援の充実
- ・相談の多様な手段の確保、アウトリーチの強化
- ・関係機関等の連携に必要な情報共有の周知
- ・自殺対策に資する居場所づくりの推進

8.自殺未遂者の再発の自殺企図を防ぐ

- ・地域の自殺未遂者支援の拠点機能を担う医療機関の整備
- ・医療と地域の連携推進による包括的な未遂者支援の強化
- ・居場所づくりの連動による支援
- ・家族等の身近な支援者に対する支援
- ・学校、職場等での事後対応の促進

9.遺された人への支援を充実する

- ・遺族の自助グループ等の運営支援
- ・学校、職場等での事後対応の促進
- ・遺族等の総合的な支援ニーズに対する情報提供の推進等
- ・遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上
- ・遺児等への支援

10.民間団体との連携を強化する

- ・民間団体の人材育成に対する支援
- ・地域における連携体制の確立
- ・民間団体の相談事業に対する支援
- ・民間団体の先駆的・試行的取組や自殺多発地域における取組に対する支援

11.子ども・若者の自殺対策を更に推進する

- ・いじめを苦にした子どもの自殺の予防
- ・学生・生徒への支援充実
- ・SOSの出し方に関する教育の推進
- ・子どもへの支援の充実
- ・若者への支援の充実
- ・若者の特性に応じた支援の充実
- ・知人等への支援

12.勤務問題による自殺対策を更に推進する

- ・長時間労働の是正
- ・職場におけるメンタルヘルス対策の推進
- ・ハラスメント防止対策



さくら市自殺対策計画

発行／さくら市

発行日／令和2年3月

編集／さくら市健康福祉部健康増進課

〒329-1312 栃木県さくら市櫻野 1319-3

TEL 028-682-2589

FAX 028-682-5156

E-mail u-hoken@city.tochigi-sakura.lg.jp