

# 上郡町いのち支える自殺対策推進計画

平成 31 年 3 月  
上郡町



はじめに

自殺は、その多くが追い込まれた末の死とされています。自殺の背景には、こころの問題だけでなく、過労、生活困窮、介護や育児疲れ、孤立、いじめなどのさまざまな社会的要因があることが知られてきました。そのため、自殺対策は地域のさまざまな課題にきめ細かく取り組む必要があります。

平成 28 年 4 月に自殺対策基本法が改正され、平成 29 年 7 月には自殺総合対策大綱の見直しがなされました。この大綱の中で「自殺対策は生きることの包括的な支援」であり、生きることの阻害要因を減らし促進要因を増やしていくことの必要性が示されています。

本町では「みんなで気づき、みんなが支え合えるまち」を基本理念に、「上郡町のち支える自殺対策推進計画」を策定しました。本計画では、生きることの包括的な支援として、行政の横断的な連携や関係機関との連携を強化し、町民の皆様が生きがいを持ち地域で安心して暮らすことが出来る、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まいります。計画の推進にあたっては、皆様と連携を図りながら進めてまいりたいと考えておりますので、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、多大な御協力を頂きました上郡町のち支える自殺対策ネットワーク会議の皆様をはじめ、関係者の皆様に心からお礼を申し上げます。

平成 31 年 3 月



上郡町長 遠山 寛



# 目次

## 第1章 計画の策定にあたって

1. 計画策定の背景と趣旨 ..... 1
2. 計画の位置付け ..... 2
3. 計画の期間 ..... 2

## 第2章 上郡町における自殺の現状と課題

1. 統計からみる上郡町の自殺の現状 ..... 3
2. 住民意識調査 ..... 7

## 第3章 計画の基本的な考え方

1. 計画の基本理念 ..... 10
2. 計画推進の視点 ..... 10

## 第4章 施策の展開

1. 地域におけるネットワークの強化 ..... 12
2. 自殺対策を支える人材の育成 ..... 13
3. 町民への啓発と周知 ..... 15
4. 生きることの促進要因への支援 ..... 16
5. 児童生徒の「SOS の出し方に関する教育」 ..... 18
6. 高齢者の自殺対策の推進 ..... 19
7. 生活困窮者や勤務問題に関わる自殺対策の推進 ..... 21

## 生きる支援関連事業

- 生きる支援関連事業一覧 ..... 22

## 数値目標・計画の評価・計画の推進体制

1. 数値目標 ..... 24
2. 計画の評価 ..... 24
3. 計画の推進体制 ..... 25

## 資料編

1. 上郡町自殺対策庁内連絡会議設置要綱 ..... 26
2. 上郡町いのち支える自殺対策ネットワーク会議設置要綱 ..... 27



---

# 第1章 計画の策定にあたって

---

## 1. 計画策定の背景と趣旨

---

自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などのさまざまな社会的要因があることが知られています。自殺に至る心理としては、さまざまな悩みが原因で追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ってしまうことや、家族や社会とのつながりの希薄化や生きていても役に立たないという自己肯定感の低下、また、与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感から、危機的な状況にまで追い込まれてしまうことなどが要因とされています。自殺は「個人の自由な意思や選択」の結果ではなく、追い込まれた末に生じる「誰にでも起こりうる危機」だといえます。

我が国の自殺者数は平成10(1998)年以降3万人を超え、平成16(2004)年には34,427人とピークを迎えるなど、高い水準で推移してきました。平成18(2006)年の「自殺対策基本法」の施行以降、「個人の問題」と認識されがちであった自殺は広く「社会の問題」と認識され、国を挙げて自殺対策が進められたことにより、平成23(2011)年以降は、わずかですが減少傾向となっています。しかし、依然として自殺者数は毎年2万人を超える水準で積み上がっており、特に20歳代、30歳代の若年層における死因の第一位は自殺となっているなど、非常事態はいまだ続いています。

こうした中、「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さらに強化するため、平成28(2016)年には自殺対策基本法が改正されました。自殺対策が保健、医療、福祉、教育、労働、その他の関連施策との有機的な連携による「生きる事の包括的な支援」として実施されるべきこと等が基本理念に明記されるとともに、誰もが等しく支援を受けられるよう、すべての都道府県及び市町村が「地域自殺対策計画」を策定することとなりました。

これらの背景を踏まえ、本町においても、すべての住民がかけがえのない個人として尊重され、「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、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現に向け、「上郡町のち支える自殺対策推進計画」(以下、「本計画」という。)を策定しました。

## 2. 計画の位置付け

---

### (1) 法令の根拠

本計画は、自殺対策基本法第13条第2項に定める「市町村自殺対策計画」であり、本町における自殺対策の基本的な計画として策定します。

### (2) 各種計画との関係

本計画は、国の「自殺総合対策大綱」及び県の「兵庫県自殺対策計画」を踏まえ、本町の最上位計画である「上郡町第5次総合計画」や、「上郡町健康増進計画・第2次食育推進計画」等関連する計画との整合を図り策定しています。

## 3. 計画の期間

---

計画の期間は、2019年度から2023年度までの5年間とします。また、国の政策や関連する他計画との整合を図る必要があることから、国の動向や社会情勢の変化を考慮し、必要に応じて計画の見直しを行います。

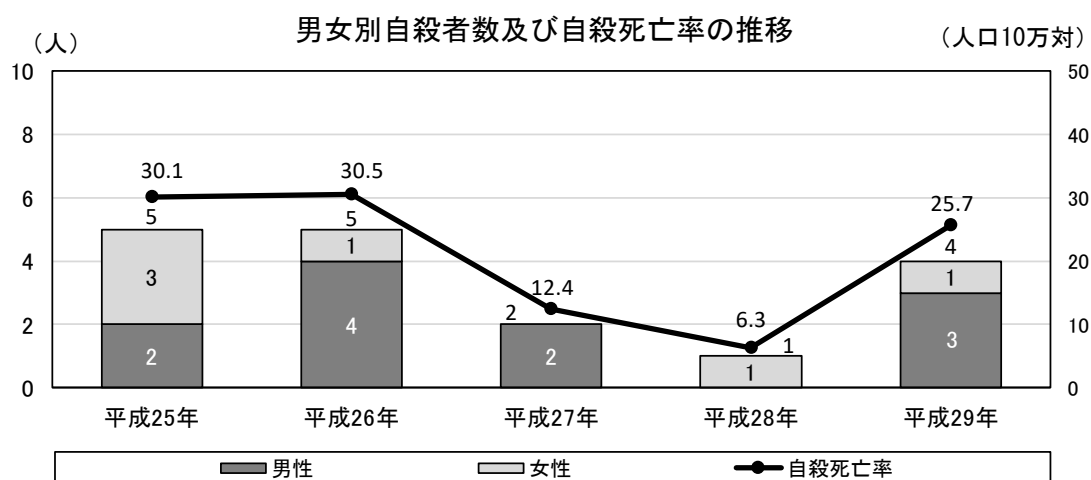


## 第2章 上郡町における自殺の現状と課題

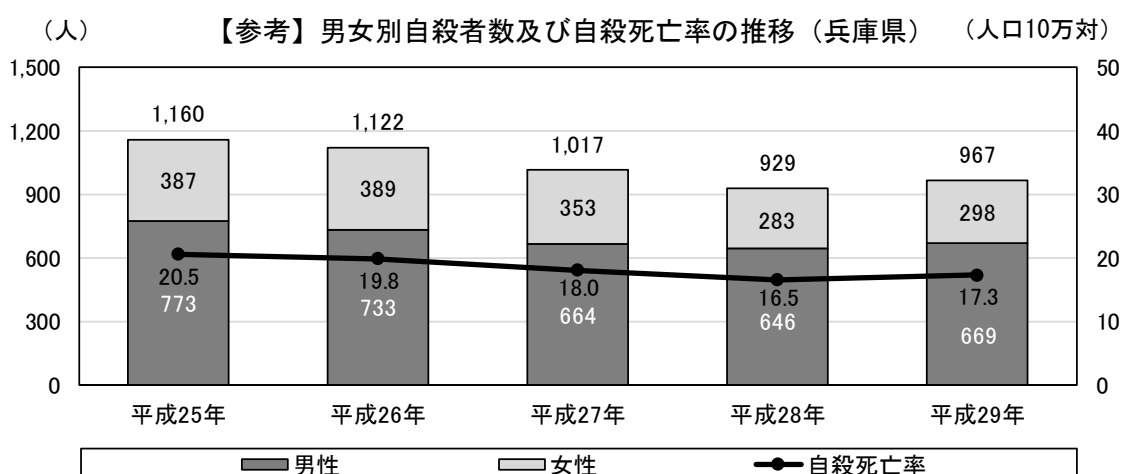
### 1. 統計からみる上郡町の自殺の現状

#### (1) 年間自殺者数は平均3.4人 自殺死亡率は兵庫県よりも高い

平成25～29年の間に自殺で亡くなった人の数は17人（年間平均3.4人）です。男女別にみると、男性が多い傾向にあります。また、自殺死亡率については、平成25～29年の平均で21.1となっており、兵庫県の5か年平均（18.4）を上回っています。



資料：厚生労働省「自殺の統計：地域における自殺の基礎資料(自殺日・住居地)」



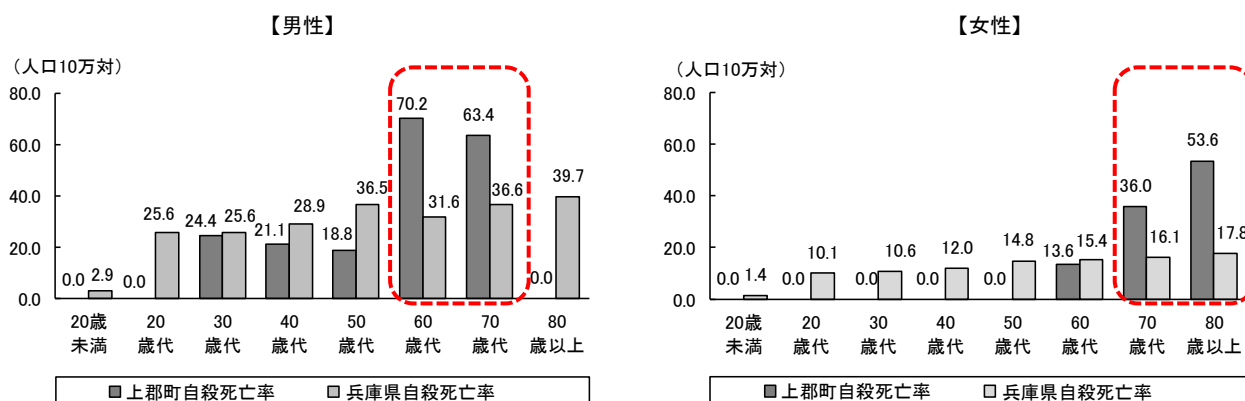
資料：厚生労働省「自殺の統計：地域における自殺の基礎資料(自殺日・住居地)」

※自殺死亡率・・・人口10万人当たりの自殺者数を表します。(自殺者数÷人口×100,000人)

## (2) 60歳以上の自殺者が多い

年代別の自殺死亡率をみると、男性では、60歳代と70歳代が高く、女性の場合、70歳代以上が高くなっています。また、兵庫県の自殺死亡率と比較しても、男性では60歳代と70歳代、女性では70歳代以上が兵庫県を大きく上回っています。

男女別・年代別自殺死亡率（平成25～29年合計）

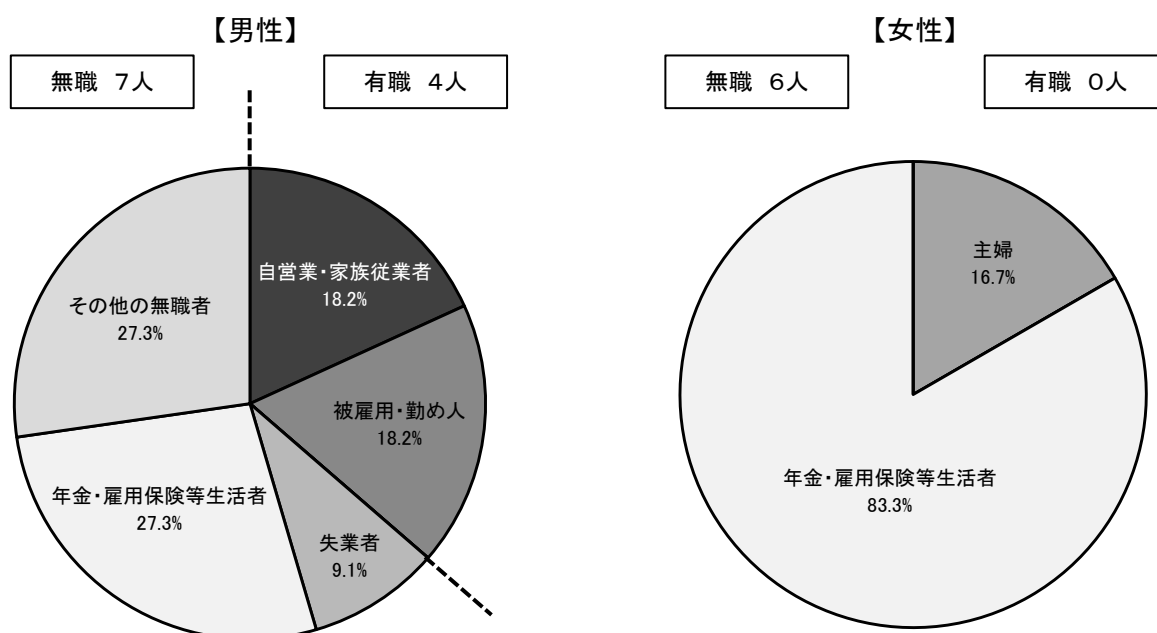


資料: 自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロフィール(2018)」

## (3) 自殺者の6割以上が無職者

職業の有無別で自殺者の割合をみると、男性では無職者が約6割、女性ではすべて無職者となっています。職業別では「年金・雇用保険等生活者」の割合が高く、女性は83.3%と特に高くなっています。

職業の有無別の自殺死亡者の割合（平成25～29年合計）

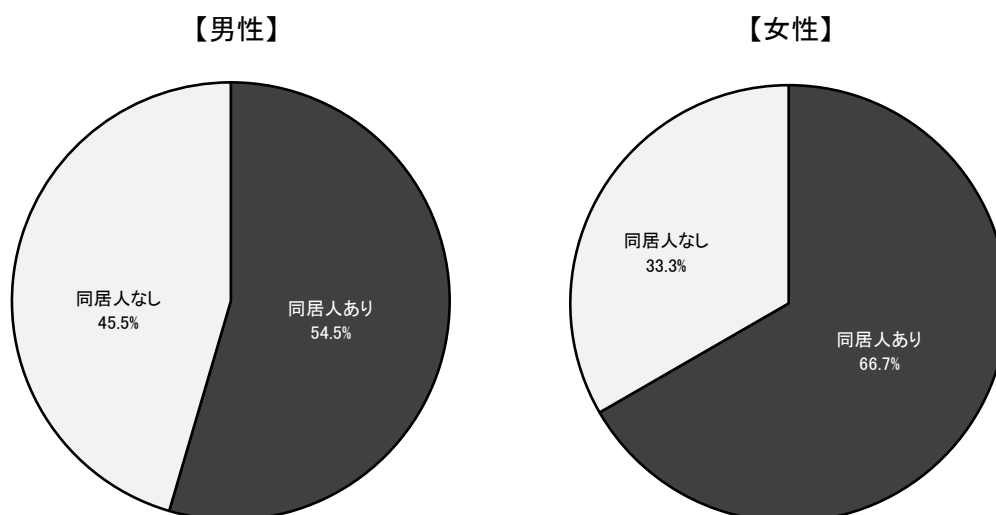


資料: 自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロフィール(2018)」

#### (4) 自殺者の半数以上に同居者がいた

同居人の有無別で自殺死亡者の割合をみると、男女ともに「同居人あり」の割合が高く、特に女性においては、「同居人あり」が66.7%と高い割合となっています。

同居・独居別の自殺死亡者の割合（平成 25～29 年合計）

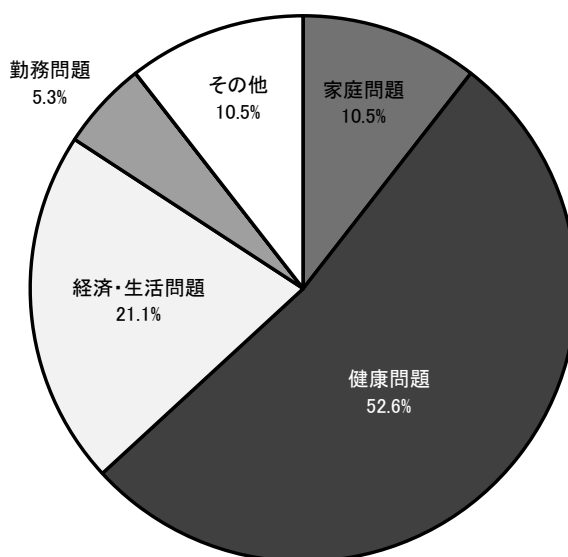


資料:自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロフィール(2018)」

#### (5) 自殺の動機は「健康問題」が約5割

自殺の原因・動機についてみると、「健康問題」が52.6%と最も高くなっており、次いで「経済・生活問題」が21.1%となっています。

自殺の原因・動機別自殺者の割合（平成 25～29 年合計）



資料:自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロフィール(2018)」

## (6) 地域の主な自殺の特徴

平成 25～29 年の 5 年間ににおける自殺の実態について、自殺総合対策推進センターの「地域自殺実態プロファイル」により、本町の自殺で亡くなる人の割合が高い属性（性別×年代別×職業の有無別×同居人の有無別）の上位 5 区分が示されました。

上位5区分	自殺者数 5年計(人)	割合 (%)	背景にある主な自殺 の危機経路(一例)
1位：男性60歳以上無職同居	4	23.5	失業(退職)→生活苦 +介護の悩み(疲れ)+身体疾患 →自殺
2位：女性60歳以上無職同居	4	23.5	身体疾患→病苦→うつ状態 →自殺
3位：男性40～59歳無職独居	2	11.8	失業→生活苦→借金 →うつ状態→自殺
4位：男性60歳以上有職独居	2	11.8	配置転換/転職+死別・離別 →身体疾患→うつ状態→自殺
5位：女性60歳以上無職独居	2	11.8	死別・離別+身体疾患→病苦 →うつ状態→自殺

資料：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル(2018)」

※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率の高い順としています。

※「背景にある主な自殺の危機経路」は自殺実態白書 2013 (ライフリンク) を参考にし、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しています。自殺対策においては、自殺直前の「原因や動機」のさらに背景にあるさまざまな要因に対応することが求められているため、一例として危機経路を示しています。

## 2. 住民意識調査

---

自殺対策に関する住民の意識について把握し、それらの実態に基づいた自殺対策計画を策定するため、住民の意識調査を実施しました。

### (1) 調査の概要

#### ●調査名称

いのち支える自殺対策計画策定に係る意識調査

#### ●調査方法

「こころの健康づくり支援（自殺対策）に関するアンケート」と題した調査用紙を使用

- 1) 保健センターに調査用紙を設置し意識調査を実施
- 2) ホームページに調査用紙を掲載し意識調査を実施

#### ●実施期間

平成 30 年 6 月 25 日（月）～ 7 月 25 日（水）

#### ●回答数

169 件

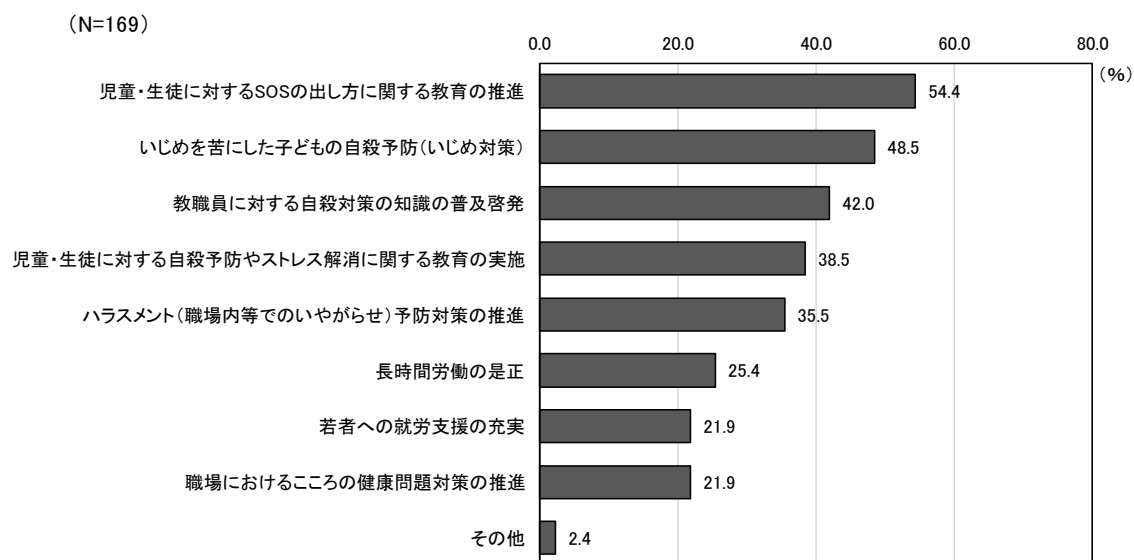
#### ●調査結果の見方

- ◎ 回答結果は、複数回答（複数の選択肢から 2 つ以上の選択肢を選ぶ方式）の設問のため、回答は選択肢ごとの有効回答数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が 100.0%を超える場合があります。
- ◎ 図表中の「N (number of case)」は、集計対象者総数を表しています。

## (2) 調査結果

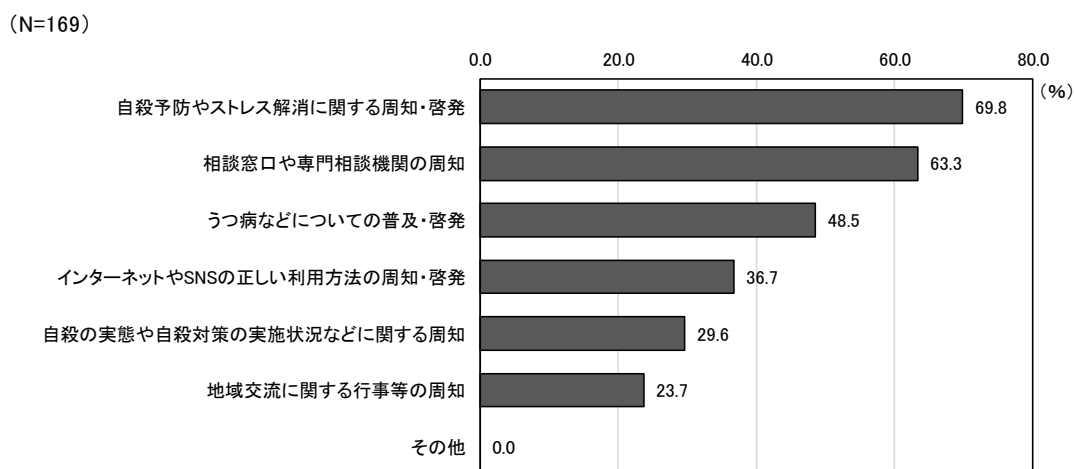
### ①学校・職場等における自殺対策について

「学校・職場等における自殺対策について、どんな対策を充実させるべきだと思いますか」という質問に対して、「児童・生徒に対するSOSの出し方に関する教育の推進」が54.4%と最も高く、次いで「いじめを苦しめた子どもの自殺予防(いじめ対策)」が48.5%となっています。



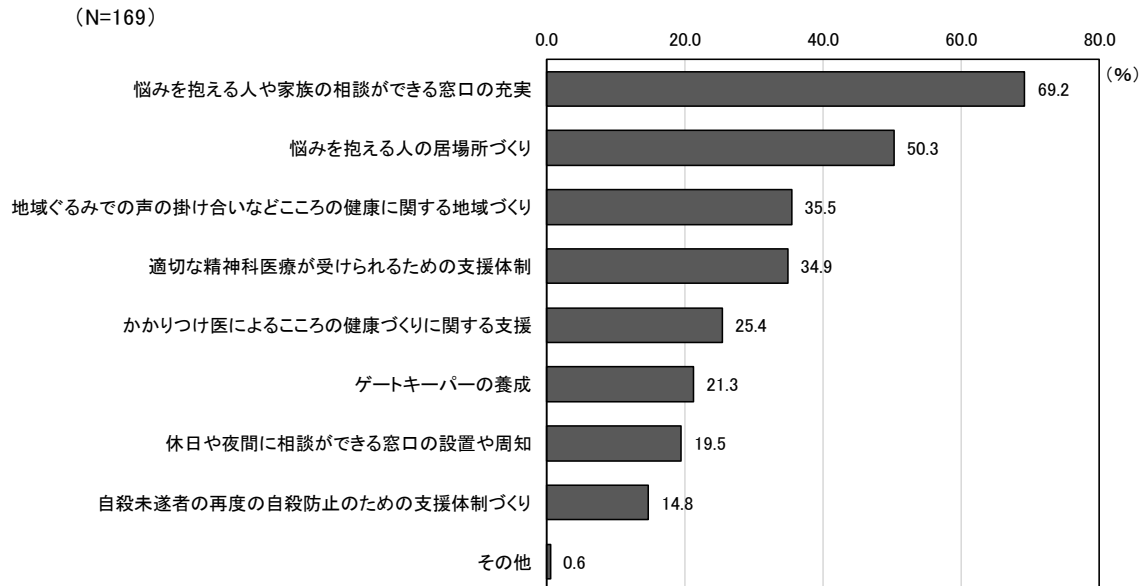
### ②自殺対策に関する周知、啓発等について

「自殺対策に関する周知、啓発等について、どんな対策を充実させるべきだと思いますか」という質問に対して、「自殺予防やストレス解消に関する周知・啓発」が69.8%と最も高く、次いで「相談窓口や専門相談機関の周知」が63.3%となっています。



### ③体制整備、人材確保、人材養成について

「体制整備、人材確保、人材養成について、どんな対策を充実させるべきだと思いますか」という質問に対して、「悩みを抱える人や家族の相談ができる窓口の充実」が69.2%と最も高く、次いで「悩みを抱える人の居場所づくり」が50.3%となっています。



---

## 第3章 計画の基本的な考え方

---

### 1. 計画の基本理念

---

#### みんなで気づき、みんなが支え合えるまち

誰もが自殺に追い込まれることがなく、お互いが命を大切にし合える社会づくりが求められています。行政が一体となって、潜在リスクを見逃さない体制づくりを目指すとともに、町民一人ひとりが地域の中で小さな異変を察知し、声かけや必要な支援につなぐ意識をもつことが大切です。行政と町民、関係機関が自殺対策のためのネットワークをつくり、自殺のないまちをつくるため、基本理念として「みんなで気づき、みんなが支え合えるまち」を掲げます。

### 2. 計画推進の視点

---

基本理念の実現に向け、以下5つの視点で計画を推進します。

#### (1) 生きることの包括的な支援としての推進

個人においても地域においても、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（自殺に対する保護要因）」より、失業や多重債務、生活苦等の「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」が上回ったときに自殺リスクが高まります。

そのため、自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させる必要があります。自殺防止や遺族支援といった狭義の自殺対策だけでなく、「生きる支援」に関する地域のあらゆる取組を総動員して、「生きることの包括的な支援」として計画を推進します。

#### (2) 関連施策との有機的な連携による総合的な対策の展開

自殺に追い込まれようとしている人の自殺を防ぐためには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取組が重要です。また、このような包括的な取組を実施するためには、さまざまな分野の施策、人々や組織が密接に連携する必要があります。

連携の効果をさらに高めるため、さまざまな分野の生きる支援に携わる人それぞれが、自殺対策の一翼を担っているという意識を共有することが重要です。

特に、地域共生社会の実現に向けた取組や生活困窮者自立支援制度等など、自殺対策事業



と関連の深い精神科医療、保健、福祉等の各施策の連動性を高めて、誰もが適切な支援を受けられる地域づくりを進めます。

### **(3) 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動**

自殺対策は、自殺のリスクを抱えた個々への直接的な問題解決に取り組む「対人支援のレベル」、支援の網の目からこぼれ落ちる人を生まないようにする「地域連携のレベル」、さらには支援制度の整備等を通じて人を自殺に追い込むことのない地域社会の構築を図る「社会制度のレベル」という、3つのレベルに分けることができます。効果的な対策を講じるためには、それぞれのレベルにおける取組を推進します。

また、時系列的な対応としては、自殺の危険性が低い段階における啓発等の「事前対応」と、現に起こりつつある自殺発生の危険に介入する「危機対応」、それに自殺や自殺未遂が生じてしまった場合等における「事後対応」という3つの段階があり、それぞれの段階において施策を講じる必要があります。

加えて、「自殺の事前対応のさらに前段階での取組」として、学校において、児童生徒等を対象に、「SOSの出し方に関する教育」を推進します。

### **(4) 実践と啓発を両輪として推進**

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があります。自殺に対する基本的な理解や危機に陥った人の心情や背景への理解を深め、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適当であるということが、地域全体の共通認識となるよう、積極的に普及啓発を行うことが重要です。

すべての町民が、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインに早く気づき、専門家や支援者につなぎ、そうした専門家等と協力しながら見守っていけるよう、広報活動、教育活動等に取り組めます。

### **(5) 関係者の役割の明確化と関係者による連携・協働の推進**

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を実現するためには、行政をはじめ、国や県、関係団体、民間団体、企業、町民等が連携・協働して総合的に自殺対策を推進することが必要です。そのため、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有化した上で、相互の連携・協働の仕組みの構築に取り組めます。

## 第4章 施策の展開

本町では、町の自殺実態や意識調査の結果等を踏まえ、かつ計画推進の視点に則り、「みんなで気づき、みんなが支え合えるまち」の実現を目指して、以下の7つの施策を展開します。

### 1. 地域におけるネットワークの強化

自殺対策を推進する上では、行政、関係機関及び町民が一体となってネットワークを構築することが求められます。各主体が自殺対策の現状や課題を共有し、連携できる場づくりを進めるとともに、既存のネットワークにおいても自殺対策に向けた取組を推進していくことが重要です。

#### (1) 地域におけるネットワークの強化

自殺対策に係る情報の共有や課題解決に向けた検討を行うために、町ぐるみの連携を図る場づくりが求められます。そのため、関係機関等を交えた会議体の設置や住民組織との連携を強化し、地域で支え合えるまちづくりを推進します。

取組	内容【担当課】
自殺対策庁内連絡会議の推進	自殺対策庁内連絡会議を開催し、自殺対策として庁内各課が実施する事業の状況や課題等について、相互に情報共有し、総合的かつ効果的な自殺対策を推進します。 【健康福祉課】
いのち支える自殺対策ネットワーク会議の開催	地域の自殺対策に関する連携体制を強化するため、関係機関を含め、多職種による「いのち支える自殺対策ネットワーク会議」を開催します。【健康福祉課】
自治会その他住民組織等との総合調整	地域の見守りやさまざまな相談の受け皿として、自治会等の機能は重要であることから、自治会との連携を強化し、自殺対策に関する情報提供や意識啓発に向けた周知の機会を設けます。【企画政策課・健康福祉課】
民生委員児童委員協議会との連携強化	地域で困難を抱えている人に気づき、適切な相談機関につながるよう、研修の実施等により民生委員児童委員協議会との情報共有を図り連携を強化します。 【健康福祉課】

## (2) 特定の問題に関する連携・ネットワークの強化

さまざまな問題が自殺リスクにつながる前に、より早い段階で問題解決ができるよう、特定分野における問題についても町全体で解決に取り組む連携体制を強化します。

取組	内容【担当課】
要保護児童対策協議会の推進	虐待や要保護児童に関連する課題の解決に向けた包括的な支援を検討するとともに、虐待の予防、早期発見につながる連携体制の強化を図ります。【健康福祉課】
上郡町高齢者虐待防止連絡協議会の推進	高齢者の虐待防止に適切に対応するために、協議会を開催し、連携協力体制を構築します。【国保介護支援室】
生活支援・介護予防サービス体制整備推進に係る協議体の活動促進	地域の多様な主体間の情報共有及び連携・協働による資源開発を行うことで、生活支援・介護予防サービスの体制整備を推進し、高齢者の生活を包括的に支援します。【国保介護支援室】

## 2. 自殺対策を支える人材の育成

自殺対策では、さまざまな悩みや生活上の困難を抱える人に早期に気づき、適切な支援につながることが重要です。誰もが気づき、支援につなげる「ゲートキーパー」としての役割を担えるように、研修や啓発活動等を推進します。

また、人材育成の下地づくりとして、あらゆる年代を対象とした人権教育を推進します。

### (1) 地域を巻き込んだ自殺予防体制の強化

町民や各種団体等、地域で活動する人それぞれが、自殺予防に努め、困難や悩みに気づき、解決につながるよう、あらゆる機会を通じて、ゲートキーパーの養成に努めるとともに、自殺防止に向けた意識啓発を図ります。

取組	内容【担当課】
町民対象のゲートキーパー研修の実施	地域の身近な支援者育成として、町民対象のゲートキーパー研修を実施し、地域の見守り体制を強化します。【健康福祉課】
町職員対象のゲートキーパー研修の実施	町民と接する機会の多い職員が、気づきの視点を持ち、町民の身近な支援者となるようゲートキーパー研修を実施し、全庁的な取組意識を高めます。【総務課・健康福祉課】

取組	内容【担当課】
関係団体向けのゲートキーパー研修の実施	生きるための包括的な支援としてさまざまな角度からの支援が充実するように、地域住民に身近な存在である民生児童委員をはじめ、教育関係、福祉関係、介護関係、労働関係等あらゆる関係団体向けのゲートキーパー研修を実施します。【健康福祉課】
さまざまな分野の人材育成講座における啓発	認知症サポーター養成講座、市民後見人研修会、生活支援ボランティア養成講座等、さまざまな分野の人材育成に関する講座の際に、自殺に関する正しい知識の啓発や気づきの視点等についての啓発を行います。【国保介護支援室】
自殺対策ケース検討会議の推進	自殺の既遂事例や未遂事例の振り返りを関係者で行い、今後の支援や自殺対策事業の展開について検討します。事業の改善や支援策の検討をとおして、スキルアップにつながる場となるよう、会議の継続的な開催と内容の充実に努めます。【健康福祉課】

## （２）学校教育・社会教育の場における人材育成の下地づくり

自殺対策においては、リスク要因のケアだけでなく、将来的に自殺という選択肢に至らないための一次予防に努める必要があります。そのため、学校教育や社会教育の場において、自殺予防の知識・理解を深める機会を増やし、地域の担い手として成長する下地づくりを推進します。

取組	内容【担当課】
幼児や児童を対象とした道徳や人権学習の推進	「道徳」が特別の教科に位置づけられることに伴い、人権に関する学習の強化や、不安や悩みを相談する方法を学ぶことで、将来的な自殺予防の人材育成の下地づくりを推進します。 就学前施設や学童クラブ、放課後児童クラブなどでは人権擁護委員による啓発を行い、人権に関する知識や理解を促進することで自殺予防の下地づくりに寄与します。 【教育推進課・総務課】
社会教育の場における人権教育の推進	各公民館で人権に関する教育や、DVDの放映をするなど、人権教育を推進し、町民の知識・理解を深め、自殺予防に対する意識啓発に努めます。 【教育推進課】

### 3. 町民への啓発と周知

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現状があります。そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、自殺に関する正しい知識が地域全体の共通認識となるように、積極的に啓発を行います。

また、町民が悩みや不安を抱えた際に、相談できる場所や支援を受けることができる場所を知っていることで、自ら支援を求めることができます。相談窓口や支援機関等の周知を効果的に推進するため、あらゆる機会や手段を活用し、より幅広い年齢層に情報が行き届くように、啓発活動を展開していきます。

#### (1) リーフレット・啓発グッズの作成と周知

さまざまな機会を活用して、自殺予防に関する正しい知識の啓発と相談先に関する総合的な情報提供を実施します。

取組	内容【担当課】
共通のリーフレットを使用した一体的な啓発の実施	自殺に関する正しい知識や相談先を記載したリーフレットを作成し、役場のあらゆる窓口での相談対応等において配布し、一体的な啓発に取り組みます。【全課】
自殺予防キャンペーン事業の実施	自殺予防週間や自殺対策強化月間に合わせ、広報やケーブルテレビ、ホームページ等を活用した啓発、駅前でのキャンペーン等を行います。【健康福祉課】
企業及び銀行との連携協定に基づく啓発事業の推進	連携協定における協力企業や銀行等に対し、自殺予防関連の啓発グッズの設置を依頼し、町民への普及・啓発を促進します。【企画政策課】
さまざまな関係団体と連携した普及啓発	自殺に関する正しい知識や相談先を記載したリーフレットを、警察、消防、医療、福祉、労働等のさまざまな関係団体にも配布し、活用を促します。【健康福祉課】
出前健康教育による啓発	さまざまな年代や、対象者に啓発できる機会として、こころの健康づくりや自殺予防に関する内容を盛り込み、自殺に関する意識啓発に努めます。【健康福祉課】

## 4. 生きることの促進要因への支援

自殺対策は、「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させる必要があります。そのため本町では、町民が生き生きと豊かに生活を送ることができるよう、生きがいがづくりや居場所づくりに努め、各分野において「生きることの促進要因」を増やす取組を推進していきます。

### (1) 居場所づくり活動

さまざまな分野において、生きがいがづくりや居場所づくり等に取り組みます。

取組	内容【担当課】
生涯学習の推進	生涯学習支援センター、つばき会館、各地区公民館において各種講座や教室を開催し、参加者に生きがいがづくりと仲間づくりの機会を提供します。【教育総務課】
スポーツの推進	するスポーツ、みるスポーツ、支えるスポーツ <sup>※</sup> としてスポーツを推進し、生活に張りを持たせるためのきっかけづくりや社会参画を支援します。【教育総務課】 <small>※支えるスポーツ：スポーツボランティアやスポーツリーダー等によるスポーツシーンの支援、スポーツを支える人の育成や活動体制の整備等を示しています。</small>
認知症カフェ事業	認知症当事者やその家族が悩みを共有したり、情報交換を行ったりできる場を充実させ、生活のしづらさの解消につなげたり、仲間づくりを促進します。【国保介護支援室】
子育て世代の居場所づくり	子育て学習センターや保健センターの子育て支援事業において、子育て世代の保護者の不安や孤立等のリスク解消を図るために、仲間づくりのきっかけとなるように交流の機会を作り、悩みを抱える保護者に対しては早期の支援につなげます。【教育推進課・健康福祉課】
青少年育成センターにおける適応指導教室	不登校の子どもも本人の居場所としてだけでなく、家庭に対する支援体制を強化し、保護者への支援の充実も図ります。【教育推進課】

## (2) 生きることの阻害要因を減らす取組

さまざまな相談の場をとおして、生きることの阻害要因を減らす取組を推進します。

取組	内容【担当課】
相談支援体制の充実	税務課の納税相談、住民課の消費生活相談、健康福祉課の障がいや介護に関する相談など、各課の相談支援業務において、相談者の抱える問題解決への支援だけでなく、自殺予防や気づきの視点を持って支援を行うことで、相談体制の充実を図ります。【全課】

## (3) 支援者への支援

悩みを抱える人だけでなく、悩みを抱える人を支援する支援者が孤立しないための取組を推進します。

取組	内容【担当課】
職員のメンタルヘルス支援	メンタルヘルス研修に引き続き職員を派遣するとともに、職員のストレスチェックを実施します。衛生委員会を中心として各課においても心身面の健康の維持増進を図ります。【総務課・全課】
介護支援専門員の指導・支援	自殺等の困難な事例に関する相談対応に不安を抱える介護支援専門員の支援として、同行訪問や助言指導などの支援を行います。【国保介護支援室】

## 5. 児童生徒の「SOS の出し方に関する教育」

児童生徒が命の大切さを実感できる教育に加え、社会において直面する可能性のあるさまざまな困難・ストレスへの対処方法を身に付けるための教育（SOSの出し方に関する教育）、心の健康の保持に係る教育を推進し、児童生徒の生きることの促進要因を増やすことを通じた自殺対策に資する教育の実施に向けた環境づくりを推進します。

### （1）SOSの出し方に関する教育の実施

児童生徒が抱える困難やストレスを適切に対処するため、学校生活の中で相談できる体制を充実させるとともに、「困ったときに助けを求める」という意識が浸透するよう、児童生徒への教育を推進します。

取組	内容【担当課】
児童生徒の相談支援体制の充実	スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーを含め、関係機関との包括的な連携により、児童生徒の相談に丁寧に対応し、適切な支援につなぎます。【教育推進課】
児童生徒の自殺予防に係る取組（小中学校）	義務教育において、児童生徒の自殺予防教育やいじめ防止等に対する共通理解を図り、「困ったときは助けを求める、相談する」ということを身に付けられるようにします。【教育推進課】
思春期教育事業（赤ちゃんふれあい学習）	性や生きること、人生設計についての思春期教育、乳児とのふれあい体験、妊婦体験、SOSの出し方教育、いのちに関する講演会等を小中学校で実施し、いのちについて考える機会を充実させます。【健康福祉課・教育推進課】



## 6. 高齢者の自殺対策の推進

高齢者は閉じこもりや抑うつ状態になりやすく、孤立・孤独に陥りやすいといった高齢者特有の課題を踏まえつつ、さまざまな背景や価値観に対応した支援、働きかけが必要です。本町では、認知症の人に対する支援をはじめ、健康維持のための取組等を推進しています。こうした取組が、高齢者だけでなく地域全体が互いに気づき、支え合える関係づくりに資するよう、施策を推進します。

### (1) 高齢者の健康不安に対する支援

認知症等、高齢者の健康問題について、関係機関と連携しながら支援体制を強化します。

取組	内容【担当課】
要支援・要介護認定に係る相談対応	生きづらさに関連した相談があった時や、自殺リスクが高いと判断される場合には地域包括支援センターと連携し、リスク軽減を図ります。【国保介護支援室】
介護予防ケアマネジメント	ケアプラン作成の中で受ける相談について、必要に応じて関係課や専門機関と連携を図り、不安や問題の解消に努めます。【国保介護支援室】
認知症ケアネットの作成	認知症に対する周囲の理解と支え合いが促進され、認知症に関連する不安の軽減につながるよう、認知症ケアネットの作成・配布を行います。【国保介護支援室】
認知症健診	認知症健診による早期発見、早期支援を推進し、認知症の人とその家族の不安や負担の軽減に努めます。 【国保介護支援室】
認知症初期集中支援事業	専門職のチームアプローチにより、認知症の人とその家族への早期対応、早期支援を行い、医療機関や関係機関の連携強化にも努めます。【国保介護支援室】
もの忘れ相談	専門医によるもの忘れや認知症に関する相談を実施します。リスクの高い不安や悩みを抱えている場合には、専門機関等につなぐことができるよう、ネットワークの構築を図ります。【国保介護支援室】
介護支援ボランティアポイント事業	ボランティアポイントを通じて、地域のネットワークを構築するとともに、ボランティアをする側の生きがいづくりとしても事業を推進します。【国保介護支援室】

## (2) 社会参加の強化と孤独・孤立の予防

寿命の延伸、ライフスタイルの変化により、高齢世帯、高齢単独世帯が増加しており、高齢者の社会参加の促進による生きがいづくり等の取組が求められています。さまざまな関係機関と連携しながら、孤独や孤立の予防だけではなく、高齢者の心身機能を支えることができる体制を構築していきます。

取組	内容【担当課】
いきいき百歳体操	筋力アップや認知症予防等を目的としたいきいき百歳体操に取り組む団体を養成します。介護予防に加え、孤立予防を目的とした定期的な社会参加の機会としての機能も重視し、参加の促進や参加者の心身の変化があった場合の支援体制の充実も図ります。【国保介護支援室】
認知症啓発イベント 「RUN伴」 らんども	認知症の人と地域住民がタスキをつなぎ、認知症の理解を促進する中で、互いに気づき、支え合う地域づくりを推進します。【国保介護支援室】
高齢者の生きがいづくりや社会教育の推進	高齢者大学や公民館での活動への参加を推進することで、高齢者の生きがいづくりや孤立予防、社会参加を促します。【教育総務課】
高年クラブの活動支援	地区組織である高年クラブの活動を支援し、地域での高齢者同士の交流や見守り体制の強化を促進します。【健康福祉課】

## (3) 包括的な支援のための連携の推進

健康、医療、介護、生活などに関するさまざまな関係機関や団体などの連携を推進し、包括的な支援体制を整備します。

取組	内容【担当課】
生活支援・介護予防サービス体制整備推進に係る協議体の活動促進（再掲）	地域の多様な主体間の情報共有及び連携・協働による資源開発を行うことで、生活支援・介護予防サービスの体制整備を推進し、高齢者の生活を包括的に支援します。【国保介護支援室】
在宅ケア連携会議	医療・介護・福祉・保健の連携を強化し、高齢者の多種多様な課題や在宅生活に対する支援を推進します。【国保介護支援室】
地域ケア個別会議	高齢者の自立支援に向けて、関係多職種で個人の課題や地域課題を分析し、解決方法を検討することによって、より良い支援につなげていきます。【国保介護支援室】

## 7. 生活困窮者や勤務問題に関わる自殺対策の推進

生活困窮や無職、失業状態にある人は、経済的な問題だけでなく、心身の健康や家族等との人間関係、ひきこもり等、さまざまな問題を抱えていることが考えられ自殺リスクが高い傾向があります。さまざまな問題を抱えている人が相談できる機会を充実させるとともに、町役場においても職員がサインに気づき、関係課や専門機関につなげ、必要な支援を行えるよう、体制の強化に努めます。

### (1) 生活困窮者や勤務問題に関わる自殺リスクへの対応

生活困窮者や勤務問題に関わる自殺リスクは、複雑な問題が関連していることが多いため、経済や生活面の支援だけでなく、心の健康や人間関係を含め、包括的な支援を推進します。

取組	内容【担当課】
生活保護に関する相談支援	生活困窮に関するだけでなく、その背景に抱える生活課題を支援する視点を持ち、継続的に相談対応を行い、必要に応じて適切な支援先につなげます。【健康福祉課】
生活困窮に関する相談支援	社会福祉協議会やワーカーズコープと連携し、相談支援、就労支援、家計支援のほか、対象者一人ひとりの困りごとに合わせて支援を行います。【健康福祉課】
就労に関する相談支援	求人情報を掲示し、随時就労に関する相談を実施したり、ハローワーク移動雇用相談で専門員による就職の情報提供を行うなど、町民の身近な場所で就労に関する相談ができる体制を整え、支援を行います。【産業振興課】
ひめじ若者サポートステーション出張相談会	就労するための職業的自立支援及び本人の生活面や家族を含めた自立支援に関連する相談を行っており、必要に応じて関係各課や専門機関と連携し、リスクの軽減に努めます。【産業振興課】
各種納付相談	各種税金や保険料、町営住宅の家賃、給食費等の支払いの際、背景にあるやむを得ない理由で納付が困難な町民の生活状況を聞き取り、金銭的不安の解消を図るとともに、必要に応じて関係各課や専門機関につなぎます。【税務課・健康福祉課・建設課・上下水道課・教育総務課】
専門職によるこころの相談	ひきこもりや精神疾患、長期無業者等、生活困窮の問題も含めた自殺リスクを抱える人からのこころの健康相談に対し、保健師や社会福祉士等の専門職が対応し、必要に応じて各種専門機関につなぎ、支援します。【健康福祉課・国保介護支援室】

## 生きる支援関連事業

### 生きる支援関連事業一覧

本町が実施している事業の中から、自殺対策（生きることの包括的な支援）に資する事業を抽出したものが「生きる支援関連事業」です。上記の7つの施策に加え、各課において自殺対策の視点を踏まえた事業を行うことで、全庁的・包括的な自殺対策の推進に努めます。

担当課	事業名(事業内容)	自殺対策の視点からの事業の捉え方
総務課	庁内電話の交換に関すること	自殺に関連したような相談の電話があれば、正確に窓口を紹介できるように対応する。
税務課	軽自動車税の減免業務	身体障害者等に対する軽自動車税の減免をすることで、本人の負担軽減を図る。
	税の申告に関すること	町民と直接接する機会を通じて、本人や家族が抱えている悩みや問題を認識し、職員が各種支援機関や相談窓口を把握することで、必要に応じて支援機関等につなぐ。
住民課	各種証明書の作成及び交付に関すること	事務的な手続きだけでなく、来庁者が安心できる接遇に心がけたり、窓口での様子や相談内容から、自殺のサインなどの気づきに努め、必要に応じて保健センター等へ相談するよう促すなどし、自殺予防を図る。
	環境衛生に関すること	相談の背景には近隣問題や生活に関連した問題が隠れている場合もあり、必要時は関係機関と連携して支援する。
	自主防災組織に関すること	自主防災組織と連携して、要配慮者や要支援者の支援を行い、自殺予防を図る。
	消費生活に関すること	消費生活上の困難を抱える人は、自殺リスクが高いグループに分類できると考えられることから、相談業務に気づきの視点を持って対応し、窓口での様子や相談内容から、必要に応じて保健センター等へ相談するよう促す。
	犯罪に関すること	個人情報のため情報共有に課題はあるが、本人の同意がある場合は、関係機関や支援機関に情報提供をしたり、専門相談窓口へ相談するよう促す。
	防災に関すること	自殺総合対策大綱において、大規模災害における被災者の心のケア支援事業の充実・改善や、専門的な心のケアとの連携強化等の必要性がうたわれている。大規模災害発生時においては、被災者の情報収集に努め、国、県等各種支援団体と連携して、心のケア対策を推進する。
健康福祉課	障害者福祉・高齢者福祉・児童福祉に関すること	窓口には困りごとを抱えて助けを求める人が来ていることを共通認識とし、事務的な手続きだけでなく、困りごとの背景を把握し、支援につなぐ。
	民生委員・児童委員に関すること	相談者の中で問題が明確化していなくても、同じ町民という立場から、気軽に相談できるという強みが民生委員・児童委員にはあり、地域で困難を抱える人に対する最初の窓口としての役割を担う。
	子育て世代包括支援センターの運営	産前産後は不安や悩みを抱えやすく孤立しやすい。不安を抱え込んだり、孤立するリスクを減らすことができるよう、妊娠の届出から切れ目なく寄り添い、支援する。
	新生児・妊産婦訪問	悩みや不安を抱えやすく、精神的に不安になりやすい産前産後の時期に訪問し、相談支援を行うことで妊産婦の不安解消に努めるとともに、マタニティブルーや産後うつ等の早期発見・早期支援にもつなげる。
	乳幼児健診	子どもの発達や育児、子育てに悩みを抱える保護者の相談に応じることで保護者の安心につなげる。
	療育事業	子どもの発達の不安に対して助言を行うことで保護者の安心につなげるとともに、周囲の適切な関わりや環境づくりのきっかけとなり、子ども自身の生きやすさにつなげる。
	健康診査事業 (特定健診、がん検診)	健康問題は生きることの阻害要因となることもあり、そのリスクの早期発見や予防のために、健(検)診は有効である。また、様々な年代の多くの町民が来所するため、啓発を行う場としての活用を推進する。
	特定保健指導	健康問題は生きることの阻害要因となることもある。メタボリックシンドロームに対する保健指導を行うことで動脈硬化疾患を防ぎ、健康問題のリスク予防を図る。
	糖尿病重症化予防事業	健康問題は生きることの阻害要因となることもある。糖尿病の重症化を防ぐことで、生きることの阻害要因の予防・軽減を図ることができる。

担当課	事業名(事業内容)	自殺対策の視点からの事業の捉え方
健康福祉課	いずみ会活動の支援	広く地域活動を行っているため、町民から生きづらさ等に関連した相談を受ける場合も考えられる。出前講座等で自殺予防に関する衛生教育を実施し、地域活動の中で自殺のサインに気づいたり、専門機関につないだりする担い手の養成に努める。
	就労継続支援B型事業所健康相談	精神障がいを抱えた方は生活を送る上でさまざまな困難や課題に直面し、自殺リスクの高い方も少なくない。定期的に訪問をすることで、安心して相談することができ、支援が必要な場合は、事業所の職員等と連携し、早期対応を図る。
国保介護支援室	保険給付に関すること	要介護状態になることは本人の負担になるだけでなく、介護をする家族への負担も大きく、自殺のリスクを抱えやすい。要介護認定され、サービスが開始されることで、要介護者や家族の負担の軽減につなげる。
	訪問看護ステーションに関すること	看護サービスの提供を行う中で、本人や家族からの不安に対する相談支援を行い、リスク要因の軽減に努める。
	高齢者虐待防止連絡会議	高齢者の自殺実態や抱えこみがちな課題、虐待や介護と自殺との関係性等について情報共有することで、高齢者の自殺対策についても理解を深め、関係者による取組の推進を図る。
	高齢者健康相談、健康教育	健康相談の際にはスタッフが自殺予防の視点を持つことで、自殺のサインに気づき必要時は支援につなぐ。健康教育では、自殺予防の視点を盛り込むなどし、担い手づくりに努める。
	高齢者等見守りSOSネットワーク事業	認知症の方のそれぞれの状況に応じた対応は、本人・家族の安心につながり、生きやすさにつながる。認知症の方等への地域の支え合いは自殺予防にもつながるため、地域でのネットワークの強化を図る。
	高齢者見守り安心コール事業	定期的な電話連絡を行い、安否確認とともに相談対応に努め、不安や孤独を抱えやすい、一人暮らし高齢者の安心につなげる。
	高齢者見守り事業	個人だけではなく地域単位で見守り、支え合う体制づくりが重要であることから、配達配送等を行う事業者と協定を結び、地域の見守り体制の構築に努める。
	認知症サポーター養成講座	サポーターが、気づき役として自殺リスクの早期発見と対応等、ゲートキーパーの役割も担えるよう、ゲートキーパーの要素を含んだ養成講座の実施等を行う。
	市民後見人研修会	個人だけではなく地域単位で見守り、支え合う体制づくりに努める。
	生活支援ボランティア養成講座	個人だけではなく地域単位で見守り、支え合う体制づくりに努める。
	総合相談支援業務	不安や孤独の訴え、疾患や虐待関連等様々な相談の窓口であり、支援の最初のきっかけとしての機能とともに、事業所や医療機関等からの相談への対応に向けた機能を充実させる。
	西播磨成年後見支援センターに関すること	相談者は生活困窮や消費生活問題等の問題を抱える人もあり、自殺のリスクが高い人が含まれる可能性がある。相談は、支援につなぐための機会となるため、制度の利用によりリスクや問題の解決につなげる。
産業課	商工観光に関すること	イベントの際や、観光案内所等の人の往来の多い所に啓発グッズを設置することで、自殺予防の啓発を図る。
建設課	公営住宅に関すること	事業自体が生きるための支援であるが、さらに徴収の際にいつもと違う様子や、悩み相談等があった場合は、話を聞いたり適切な相談機関につなぐ。
	用地や道路等に関する相談	自殺に至る背景には、近隣関係の悩みやトラブル等が関与している場合があり、職員は業務の中で様々な話を聞くため、町民からの苦情相談を問題解決のための有益な情報源として活用したり、悩みやサインに気づくアンテナを持ち、必要に応じて相談支援機関につなぐ。
道上下水課	上下水道に関係した町民からの相談	相談の中には、水道関係の相談から身の上話をされる町民もあり、気になる相談は関係機関を紹介する。
教育総務課	給食に関すること	生活困窮者支援の一つとして、家庭環境に関わらず、すべての子どもがバランスのとれた食事を食べることができる機会を充実させる。
	講座等に関すること	公民館や郷土資料館等で開催する講座等の際に、相談を受けたり、いつもと違う様子に気づいたりする可能性もあり、適切な対応をとることで自殺予防に寄与する。また参加者の居場所づくり、生きがいづくりの機会としても講座等の実施を推進する。
	図書館に関すること	毎日、新聞を読んだり、図書館に来て過ごす人がおり、一定の人の居場所となっている。生涯学習事業は生きがいづくりのための事業であり、生きるための包括的な支援の一部としても図書館の活用を推進する。
教育推進課	青少年育成センター教育相談に関すること	青少年育成センターだけでは対応困難な様々な悩みや課題を抱えた相談者からの相談があり、教育部門、福祉部門、保健部門、他機関等との連携を図って支援を行う。
	生徒等からの相談に関すること	必要時は関係機関と連携し、支援を行う事で相談者の抱える問題解決を図る。

## 数値目標・計画の評価・計画の推進体制

### 1. 数値目標

国は自殺総合対策大綱において、2017年から2026年までの10年間で自殺死亡率を30%以上減少させることを目標としています。本町においては、このような国の方針を踏まえつつ、2023年までの5年間の自殺死亡率を概ね15%以上減少させることを目指します。

	現状 (2013～2017年)	目標 (2019～2023年の5年間)
自殺者死亡率	21.1	17.9以下

### 2. 計画の評価

毎年度、本計画に基づく施策の実施状況や目標の達成状況、その効果等を取組の評価指標を用いて評価します。併せて、上郡町自殺対策庁内連絡会議や上郡町のち支える自殺対策ネットワーク会議等の意見も踏まえ、PDCAサイクルの視点を用いて、質的な評価を実施し、施策の見直しと改善に努めます。

	評価項目	現状値	目標値
地域における ネットワークの強化	自殺対策庁内連絡会議の開催	年1回	年1回以上
	いのち支える自殺対策ネットワーク会議の開催	年1回	年1回以上
自殺対策を支える 人材育成	職員のゲートキーパー研修受講率	—	80%以上
	ゲートキーパー養成研修の開催	—	年1回以上
	自殺対策ケース検討会議の開催	年1回	年1回以上
町民への啓発と周知	啓発リーフレットの設置箇所数	—	毎年増加
	相談先の認知度※1	小中学生 28.3% 高校生 37.8% 成人 47.6%	小中学生 34.0%以上 高校生 45.0%以上 成人 57.0%以上
児童生徒のSOSの 出し方に関する教育	赤ちゃんふれあい学習の開催	3校	3校以上
	いのちの講演会の開催	年1回	年1回以上

※1は「上郡町健康増進計画・第2次食育推進計画」の目標値、評価方法に基づく

### 3. 計画の推進体制

---

本計画の実効性を高め、総合的に推進していくためには、行政の取組だけでなく、関係機関との緊密な連携が欠かせません。自殺を取り巻く社会状況の変化を踏まえつつ、適切な役割分担のもと、地域の関係機関との連携を図りながら、効果的な自殺対策のあり方を継続的に検討します。

そのために、さまざまな関係機関による「上郡町いのち支える自殺対策ネットワーク会議」及び庁内各課による「上郡町自殺対策庁内連絡会議」と連絡・調整を健康福祉課が中心となってい、包括的・一体的に計画を推進します。

---

# 資料編

---

## 1. 上郡町自殺対策庁内連絡会議設置要綱

---

平成 30 年 3 月 19 日

訓令第 5 号

(目的)

第 1 条 この訓令は、自殺対策に全庁横断的に取り組むことにより、自殺対策を総合的かつ効果的に推進するために上郡町自殺対策庁内連絡会議（以下「会議」という。）を設置する。

(所掌事務)

第 2 条 会議は、次に掲げる事項について協議する。

- (1) 自殺予防対策に関すること。
- (2) 各部署における相談活動の状況等情報交換に関すること。
- (3) 自殺予防対策に係る必要な事項の調整に関すること。

(定義)

第 3 条 課とは上郡町事務分掌条例第 1 条、上郡町事務分掌規則第 2 条及び上郡町教育委員会事務局事務分掌規則第 1 条に規定する課及び室をいう。

(組織)

第 4 条 会議は、会計課をのぞく課の所属長が指名する主査級以上の職員をもって構成する。

(会議)

第 5 条 会議に、座長を置き、副町長がこれに当たる。座長に事故があるときは、あらかじめ指名したものがその職務を代理する。

2 会議は、座長が必要に応じ招集し、議事を進行する。

(庶務)

第 6 条 会議の庶務は、健康福祉課において処理する。

(その他)

第 7 条 この訓令に定めるもののほか、必要な事項は、別に定める。

附 則

この訓令は、平成 30 年 4 月 1 日から施行する。



## 2. 上郡町いのち支える自殺対策ネットワーク会議設置要綱

平成 30 年 3 月 19 日

告示第 17 号

(目的)

第 1 条 この要綱は、自殺対策における地域のネットワークとなる参画団体等のニーズを把握し、同時に参画団体等の理解を醸成することで、自殺対策を総合的かつ効果的に推進するために上郡町いのち支える自殺対策ネットワーク会議（以下「会議」という。）を設置する。

(所掌事務)

第 2 条 会議は、次に掲げる事項について協議する。

- (1) 自殺予防対策に関すること。
- (2) 各業務における相談活動の状況等情報交換に関すること。

(組織)

第 3 条 会議は、次の各号に掲げる者で構成する。

- (1) 中学校長
- (2) 社会福祉協議会職員
- (3) 民生委員児童委員協議会の代表者
- (4) 医療、福祉関係者
- (5) 商工関係職員
- (6) 町を所管する健康福祉事務所職員
- (7) その他案件の検討において、意見を求める必要がある者

(会議)

第 4 条 会議に、座長を置き、健康福祉課長がこれに当たる。

2 会議は、座長が必要に応じ招集し、議事を進行する。

(アドバイザー)

第 5 条 会議に必要な応じてアドバイザーを置くことができる。

(庶務)

第 6 条 会議の庶務は、健康福祉課において処理する。

(その他)

第 7 条 この要綱に定めるもののほか、必要な事項は、別に定める。

附 則

この告示は、平成 30 年 4 月 1 日から施行する。

附 則（平成 30 年 12 月 1 日告示第 83 号）

この告示は、平成 30 年 12 月 1 日から施行する。

---

## 上郡町いのち支える自殺対策推進計画

編集・発行：上郡町 健康福祉課（平成 31 年 3 月）  
〒678-1292 兵庫県赤穂郡上郡町大持 278  
TEL 0791-52-1111（代表）

---