

# 門真市自殺対策計画

～ 誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現 ～

## 【概要版】



平成 31 (2019) 年 3 月

門 真 市

# 門真市自殺対策計画【概要】

## 1 計画策定の背景と趣旨

国では、平成 28（2016）年 3 月に「自殺対策基本法」を一部改正し、自殺対策を「生きることの包括的な支援」と定義し、都道府県・市町村に対して地域の実情に即した、自殺対策の施策に関する計画策定を求めています。さらに、平成 29（2017）年 7 月に閣議決定した「自殺総合対策大綱」では、新たに 2026 年までに自殺死亡률을平成 27（2015）年と比べて 30%以上減少させ、13.0 以下とすることを数値目標として掲げたところです。

そのため、本市では、自殺対策に関する現状の把握と分析を行い、効果的に自殺対策の施策を展開していく必要があることから、本市の自殺対策を推進する「門真市自殺対策計画」を策定します。

## 2 計画の期間

本計画の計画期間は、平成 31（2019）年度から国において自殺死亡률の数値目標が定められている 2026 年度までの 8 年間とします。

なお、計画期間中に関連法等の改正や社会情勢の大きな変化等があった場合には必要に応じて見直しを行います。

## 3 基本理念（めざす姿）

本計画の基本理念（めざす姿）を「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」とし、様々な分野の人々や組織が密接に連携し、誰も自殺に追い込まれることのないまちを目指し、かけがえのない命を支え合います。

### 誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現

## 4 計画の目標

自殺総合対策大綱では 2026 年の自殺死亡률을、平成 27（2015）年の自殺死亡률 18.5 の 30%以上減少となる、13.0 以下にすることとしています。

本市の自殺死亡률은、平成 25（2013）年以降、平成 29（2017）年を除き、国と比較し低い数値で推移しており、また、平成 28（2016）年においては、国の目標値として 30%減少の 13.0 を下回る 12.0 であったことから、本市の目標値を 12.0 未満にすることとします。

	平成 27（2015）年	2026 年度
	門真市基準	門真市自殺対策計画最終年度
自殺死亡률（人口 10 万人対）の減少	15.8	12.0 未満

## 5 / 施策の体系

【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

【基本目標】

基本目標 1  
地域におけるネットワークの強化

(1) 地域における相談窓口の充実

(2) 地域ネットワークの強化

基本目標 2  
自殺対策を支える人材の育成

(1) ゲートキーパーの養成と自殺対策を支える様々な職種への支援

基本目標 3  
市民への啓発と周知

(1) 自殺予防の大切さの啓発と周知

(2) こころの健康づくりの推進

基本目標 4  
生きることの促進要因を増やすための取組

(1) 生きがいのある生活への支援

(2) 自殺未遂者や自死遺族等への支援

基本目標 5  
子どもたちの命を守る支援

(1) 命を大切にする働きかけや学びの推進

(2) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

基本目標 6  
様々な対象に応じた自殺対策の展開

(1) 高齢者

(2) 生活困窮者・無職者・失業者

(3) 勤務者・経営者

(4) 子ども・若者

【推進施策】

## 6 施策の展開

### 基本目標 1 地域におけるネットワークの強化

自殺の原因や動機となる様々な悩みを抱える人が、適切な相談機関につながり、問題や悩みの解決が図られるよう、相談窓口の周知や充実とともに、関連する分野の機関・団体が連携して取り組んでいきます。

#### (1) 地域における相談窓口の充実

##### 方向性

自殺は多種多様な要因が複雑に関係していることから、制度の狭間に陥ってしまう人の支援にも気を配りながら、市民の状況に応じたきめ細かな相談支援に努めるとともに、自殺対策に関連する支援内容や相談窓口の周知を図っていきます。

##### 主な取組

- 様々な相談窓口の周知
- 市役所各課の窓口における相談窓口の情報提供
- 様々なセミナーや講演時における相談窓口の情報提供
- 様々な生活の悩みを受け付ける窓口の充実
- 傾聴ボランティア活動の周知

#### (2) 地域ネットワークの強化

##### 方向性

自殺対策においては、「気づき」「つなげる」ことが重要であり、関係機関の連携を強化し、地域におけるネットワークを強化することで、ひとりでも多くの命を守ることが期待されます。

自殺の危険が高い人の早期発見に努め、必要に応じて精神科医療を含む保健・医療・福祉の関係機関に繋ぐなど連携の強化を図るほか、様々な問題に対して包括的に対応する必要があるため、地域の精神科医療機関を含めた保健・医療・福祉・教育・労働・法律などの関係機関が連携し、適切に精神保健医療及び福祉サービスを受けられるように支援していきます。

##### 主な取組

- 各課のネットワーク組織を活用した見守り体制の構築
- 地域コミュニティへの自殺対策に関するセミナーの開催
- 地域コミュニティを活用した見守り体制の構築
- 関係機関との連携強化

## 基本目標 2 自殺対策を支える人材の育成

自殺対策を更に推進していくために、各分野の専門家や関係者だけでなく、市民を対象にしたゲートキーパーの養成等を展開し、地域のネットワークの担い手・支え手となる人材を育成していきます。

### (1) ゲートキーパーの養成と自殺対策を支える様々な職種への支援

#### 方向性

自殺や自殺関連事象等に関する理解を深めるため、正しい知識の普及啓発に取り組んでいきます。また、「ゲートキーパー」の役割を担う人材を養成するため、研修会を幅広い分野で継続して開催するとともに、自殺対策を支える人材の確保、育成、資質の向上に努めます。

また、民生委員・児童委員やボランティアなど、地域で自殺対策に取り組む人・団体等の活動を支援するとともに連携を深め、包括的な支援の体制づくりに取り組んでいきます。

#### 主な取組

- ゲートキーパー研修支援体制の整備
- 本市職員へのゲートキーパー研修及び相談支援
- 傾聴ボランティア養成講座及びゲートキーパー研修受講者の推奨

## 基本目標 3 市民への啓発と周知

自殺対策は、「生きることの包括的な支援」として実施されるべきという考え方に基づいて、一人ひとりの市民が理解と関心を深め、こころの健康の重要性を認識し、自らのこころの不調に気づき、適切に対処できるよう、家庭、職場、地域、学校におけるこころの健康づくりに取り組んでいきます。

また、市民一人ひとりが、自分の周りで SOS を発している人の存在に気づき、見守っていけるよう、お互いが気づきあい、相談しやすい地域づくりを促進します。

### (1) 自殺予防の大切さの啓発と周知

#### 方向性

市民一人ひとりが、自殺に関することを正しく理解し、自殺予防の重要性を認識できるよう継続して啓発を進めます。

また、うつ病等の精神疾患に対する正しい認識を持つことへの啓発や、自殺やこころの健康問題に対する正しい知識の普及活動を推進し、市民の精神疾患に対する理解を深める取組を進めます。

### 主な取組

- 啓発用印刷物による意識啓発・情報提供
- 各種講演会やイベント等開催時における啓発
- 本市が実施する各種講座開催時における啓発
- 本市の刊行物及びホームページ等による自殺予防の大切さの啓発と周知

## (2) こころの健康づくりの推進

### 方向性

自殺の原因となり得る様々なストレスについて、ストレス要因の軽減、ストレスへの適切な対応などができるよう、地域・家庭・学校におけるこころの健康づくりの支援や居場所づくりに取り組んでいきます。

また、うつ病等の精神疾患の正しい知識の普及を図るとともに、本市の相談窓口等において、こころの不調を感じたら相談できる、メンタルクリニックや専門の相談機関を紹介していきます。飲酒行動上の問題を抱える人とその家族には、専門医療機関の紹介や断酒会など団体の活動への参加等につなげ、お酒（アルコール）による影響の理解と、抱えた問題の解決に向けた支援をします。

その他に、その人が抱える悩み、様々な問題・課題に対応できるよう、精神科医療、保健、福祉等の各施策の連動性を高め、誰もが適切な精神保健福祉サービスを利用できるよう支援します。

### 主な取組

- こころの健康や休養についての啓発活動
- 妊娠期から子育て期への支援の充実
- 医療機関等との協力によるこころの健康相談の充実
- 保健師等への研修による相談支援体制の強化

## 基本目標 4 生きることの促進要因を増やすための取組

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」を増やす取組を行うことです。このような観点から、居場所づくり、自殺未遂者への支援、遺された人への支援に関する対策を推進します。

## (1) 生きがいのある生活への支援

### 方向性

就労支援を行っていくとともに、高齢者や障がい者も含めたすべての人が、安心して、生きがいを持って生活することができるよう支援をしていきます。

### 主な取組

- 就労への支援
- 働くことのできる環境の整備
- 高齢者の生きがいづくりへの支援
- 障がいのある人への支援
- 児童・生徒の自己実現の支援

## (2) 自殺未遂者や自死遺族等への支援

### 方向性

「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らすとともに、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やすという観点から、自殺未遂者及び自殺により遺された親族等を支援するため、必要な支援情報の提供、相談体制の充実に努めます。

### 主な取組

- 自殺未遂者への各種支援情報の提供
- 自死遺族への各種支援情報の提供
- 専門機関との連携強化

## 基本目標5 子どもたちの命を守る支援

道徳科を要とする学校の教育活動全体を通じた道徳教育などを通して、生命を尊重する心情や態度を育みます。また、学校での人間関係等による様々な困難・ストレスへの対処方法を身に付けるための教育を推進するとともに、保護者や教職員が子どもの出したサインについていち早く気づき、受け止め、対処するための啓発・情報提供を進めます。

## (1) 命を大切に作る働きかけや学びの推進

### 方向性

子ども一人ひとりを大切にしたい支援の充実の実現に向けて、教育相談、子どもの学習支援等、児童生徒のいのちを守る取組を多角的に行っていきます。

子どもが様々な困難やストレスを一人で抱え込むことなく、自らその対処方法を身に付けることができるよう、若い年齢から命の大切さを学べる教育を進めていきます。

### 主な取組

- 学校教育における児童・生徒への支援
- 子どもの健全育成への支援
- 学校教職員への支援

## (2) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

### 方向性

「SOS の出し方に関する教育」は、児童生徒が、現在起きている課題、又は今後起こり得る課題に対応するために、身近にいる信頼できる大人に SOS を出すことができるようにすること及び身近にいる大人がそれを受け止め、支援ができるようにすることを目的としています。

### 主な取組

- 学校教育における児童生徒への教育
- 子どものSOSを気づくことのできる親への教育

## 基本目標 6 様々な対象に応じた自殺対策の展開

ライフステージやライフスタイルにより、自殺に至る原因や背景は様々ですが、本市の自殺における特徴や傾向から、「高齢者」「生活困窮者・無職者・失業者」「勤務者・経営者」「子ども・若者」層に対しての対策が課題であり、それぞれの問題に応じた多様な視点で「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やし、自殺のリスクを低下させる取組を行っていきます。

## (1) 高齢者

### 方向性

高齢者の自殺を予防するためには、まずは、孤立させないという観点が重要であり、高齢者を地域や家庭のなかで孤独にさせないための見守りを行うとともに、いきいきとしたところを持続するために高齢者の社会参加を図る地域での生きがいづくりを進めていきます。

### 主な取組

- 高齢者への見守り体制の充実
- 高齢者への相談支援の充実



## (2) 生活困窮者・無職者・失業者

---

### 方向性

生活困窮の状態や生活困窮に陥る可能性がある方が、一人で追いつめられることがないよう、相談者に寄り添い、相談者自身の力で課題を解決し、これからの人生を生きていくための力を高めていけるような相談や制度支援を実施していきます。また、相談窓口の周知を行うとともに、関係機関や窓口等との連携をより一層強化することで、支援が必要な生活困窮状態を早期に発見し、相談窓口につなげていきます。

無職者・失業者に対して、早期再就職支援など、各種雇用対策を推進するとともに、ハローワーク等の窓口において、きめ細かな職業相談を実施するほか、失業に直面した際に生じるこころの悩み相談など、様々な生活上に関する相談に対応していきます。

### 主な取組

- 生活困窮者への相談窓口
- 就労への支援

## (3) 勤務者・経営者

---

### 方向性

仕事と生活を調和させ、充実感を感じながら健康で働き続けることのできる社会を実現するため、国が平成 27（2015）年に掲げた「過労死等の防止のための対策に関する大綱」に基づき、ワーク・ライフ・バランスの確保や各種ハラスメントの防止・解決のための啓発や相談窓口の周知及び情報提供を行っていきます。

### 主な取組

- 就労環境の改善
- 仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）の実現による就労環境の改善
- 就労への支援

## (4) 子ども・若者

---

### 方向性

子ども・若者世代は、生活環境の変化がめまぐるしく、それに対応する適切な支援が求められます。そのため、学校、就労、生活支援など若者を取り巻く幅広い分野が連携しながら、ライフステージに応じた支援につなげていきます。

### 主な取組

- 学校教育における児童生徒への教育
- 子どもの健全育成への支援

## 7 計画の進行管理

計画期間中は、事業・取組について、PDCAサイクルによる適切な進行管理を行います。進行管理では、庁内関係部局において、定期的に施策の進行状況を把握・点検・評価し、その状況に応じて事業・取組を適宜改善等していきます。

## 8 関係機関との連携

自殺対策は、市民やPTA・自治会などの地域団体、医療関係団体、関係機関・関係団体、保健所、市役所がそれぞれの役割を果たし、相互に連携・協働して取り組むことが必要です。それぞれの役割を理解、実践して、さらに相互に連携することで計画を推進します。

主体	役割
市民・地域団体	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 周囲とのつながりを大切にしながら、主体的に、かけがえのない「いのち」を大切にするまちの実現に取り組む事が基本になります。</li> <li>・ 行政や関係機関からの情報を正しく理解するとともに、ゲートキーパー研修等の関連事業を積極的に活用します。</li> <li>・ 自殺の状況・自殺対策の重要性に対して理解・関心を深め、自殺に対する正しい認識を持ち、自らのこころの不調や周りの人のこころの不調に気づき、適切に対応することが出来るようにするなど、自殺予防に努めます。</li> </ul>
医療関係団体 (医師会・歯科医師会・薬剤師会)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 専門性を活かし、行政や関係機関・関係団体と連携して、かけがえのない「いのち」を大切にするまちの実現を支援します。</li> <li>・ こころの健康について、正しい知識や良質な医療を提供します。</li> </ul>
関係機関・関係団体	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 行政や医療関係団体と連携し取り組みます。</li> <li>・ それぞれの役割に応じて、環境整備や相談支援等の事業実施に努めます。</li> </ul>
保健所	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 市民に身近な窓口として、各種相談や健康情報の発信の中心的な役割を担い、かけがえのない「いのち」を大切にするまちの実現へ向けて、効果的な普及啓発に取り組みます。</li> </ul>
市役所	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 本計画の周知及び進捗管理を行います。</li> <li>・ 市民やPTA・自治会などの地域団体、医療関係団体、関係機関・関係団体、保健所との連携に努めていきます。</li> </ul>

門真市自殺対策計画【概要版】

発行／平成31（2019）年3月

門真市

〒571-8585 大阪府門真市中町1番1号

編集／門真市 保健福祉部 障がい福祉課

---

