

## 倉敷市自殺対策基本計画（素案）の パブリックコメント集約結果

倉敷市自殺対策基本計画（素案）について、倉敷市パブリックコメント手続要綱（平成21年12月8日告示第683号）に基づき市民の皆様から広く意見を募集しましたが、その結果は次のとおりです。

### 記

1 意見等の件数 1人 4件

2 御意見の要旨と市の考え方  
次ページのとおりです。

3 今後の予定

倉敷市自殺対策基本計画審議会より計画（案）の答申をいただいた後に、倉敷市自殺対策基本計画を制定し、公表します。

4 参考

意見募集期間 平成27年9月1日（火）～9月30日（水）

御意見をお寄せいただきました皆様の御協力に厚くお礼申し上げます。

倉敷市保健福祉局 倉敷市保健所 保健課

	御意見の要旨	倉敷市の考え方
1	内容について異論はなく、よくまとめていると思うが、総花的で、ボリュームたっぷり、市が特にどの項目に力点を置くのかが推察出来ない。	地域の様々な人にゲートキーパーの役割及び、その役割を担う大切さを知っていただくことをこの計画の重点的な取組みとして、計画書（素案）の18・19ページに掲載しております。重点的な取組みについては今後、計画書の概要版や広報くらしきで市民の皆様に広くお知らせする予定です。
2	家庭崩壊が自殺問題に限らず諸悪の根源である。自殺問題は典型的な弱者問題であり家庭崩壊の問題をストレートに表現しない、できないままでは根本的な防止策にならない。一家団欒を少しずつでもよいから取り戻すために市が何かできるはずだと思ふこと	家庭問題は家族間の人間関係、子育て、介護などの他、家族の健康、進学、就職、結婚など様々なものが起因していると考えられます。個人的な問題もありますが、社会的支援ができるものもあると考えます。計画（素案）では家庭問題を自殺の背景にある様々な社会的要因の1つと捉えて、「自殺に関する市民一人ひとりの気づきと見守りの促進（P21）」、「心の健康づくりの相談体制の整備及び充実（P23）」、「自殺予防のための社会的取組の強化（P25）」等行っていくこととしております。
3	様々な委員会や催し物で委員や講師や指導者が選任されると思うが、その一員に人生経験を積んだ人や神職や僧職の人も人選してはどうか。	行事の目的に応じて検討したいと考えます。
4	基本的善悪すら知らない人にゲーム機やスマホを持たせない、売らない、又は悪そのものと言えるコンテンツ（内容）を装備しないように仕向ける絶え間ない努力をしてほしい。	青少年の健全なインターネット・スマートフォンの利用について教育委員会を中心に取組を進めます（P21）。

# パブリックコメント要約版

<b>1 案件名</b>
倉敷市自殺対策基本計画(素案)について
<b>2 募集期間</b>
平成27年9月1日(火)～9月30日(水)
<b>3 趣旨</b>
倉敷市の「生きる支援」を推進し、1人でも多くの大切な命を守るために制定された、「倉敷市自殺対策基本条例」に基づき、倉敷市自殺対策基本計画を策定することになりました。このたび、「倉敷市自殺対策基本計画(素案)」を作成しましたので、皆様からの御意見を募集します。
<b>4 資料閲覧場所</b>
市保健所保健課，児島・玉島・水島の各保健福祉センター保健推進室(真備保健推進室を含む。)，情報公開室，庄・茶屋町・船穂支所，市ホームページ
<b>5 提出方法</b>
(1)意見を提出できる方 市内に住所を有する方，市内に通勤または通学・通所する方 (2)提出方法 上記の担当課に直接持参，郵送，FAX，電子メール等で提出ください。(直接持参の場合は，土・日・祝日・年末年始を除く 8時30分～17時15分) (3)提出された御意見は整理・集約して，市の考え方とあわせて公表します。(住所，氏名などの個人情報公表しません。) (4)提出された御意見に対して，個別の回答はいたしませんので，あらかじめ御了承ください。御記入いただいた個人情報は，本件以外の目的には使用いたしません。
<b>6 問合せ先</b>
市保健所保健課精神保健係 〒710-0834 倉敷市笹沖170番地 Tel 434-9823 Fax 434-9805 Eメール hltmen@city.kurashiki.okayama.jp

倉敷市自殺対策基本計画  
(素案)

平成27年 月  
倉敷市

# 目次

1	自殺対策基本計画の概要	1
	(1) 計画策定の趣旨	1
	(2) 計画の位置づけ	2
	(3) 計画の期間	3
	(4) 計画の進行管理と評価	3
2	倉敷市の自殺の現状	4~9
3	自殺対策を推進するうえでの基本認識	10
	(1) 基本認識	10
	(2) 自殺対策を進めるうえでの段階, 対象とする集団	11
4	主要な課題	12
5	自殺対策基本計画の目的・基本理念等	13
	(1) 目的・基本理念	13
	(2) 計画の指標・目標	14
	(3) 基本方針	16
6	計画の推進体制	17
7	平成28年度~32年度の重点的な取組	18~19
8	具体的な取組	20~28
	(1) 自殺に関する調査及び研究	
	(2) 自殺に関する市民一人ひとりの気づきと見守りの促進	
	(3) 自殺対策に関する早期対応の中心的役割を果たす人材の確保及び育成	
	(4) 心の健康づくりの相談体制の整備及び充実	
	(5) 適切な精神科医療が受けられる体制の整備	
	(6) 自殺防止のための社会的取組の強化	
	(7) 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ取組の強化	
	(8) 自殺未遂者及び自死遺族等に対する支援	
	(9) 自殺対策に関する活動を行なう民間団体の当該活動に対する支援	
9	倉敷市自殺対策体系と重点的な取組について	29

## 1. 自殺対策基本計画の概要

### (1) 計画策定の趣旨

我が国の自殺者数は、平成10年以降、年間3万人を超え、その後も高い水準が続いていました。このような状況の下、平成18年10月、国を挙げて自殺対策を総合的に推進することによって、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族などに対する支援の充実を図るため、「自殺対策基本法」が施行されました。平成19年6月には、政府が推進すべき自殺対策の指針として「自殺総合対策大綱」を策定しました。これに基づき、地方公共団体・関係団体・民間団体などによる様々な取組の結果、平成24年に15年ぶりに3万人を下回ったものの、依然として多くの自殺により亡くなっている現状があります。

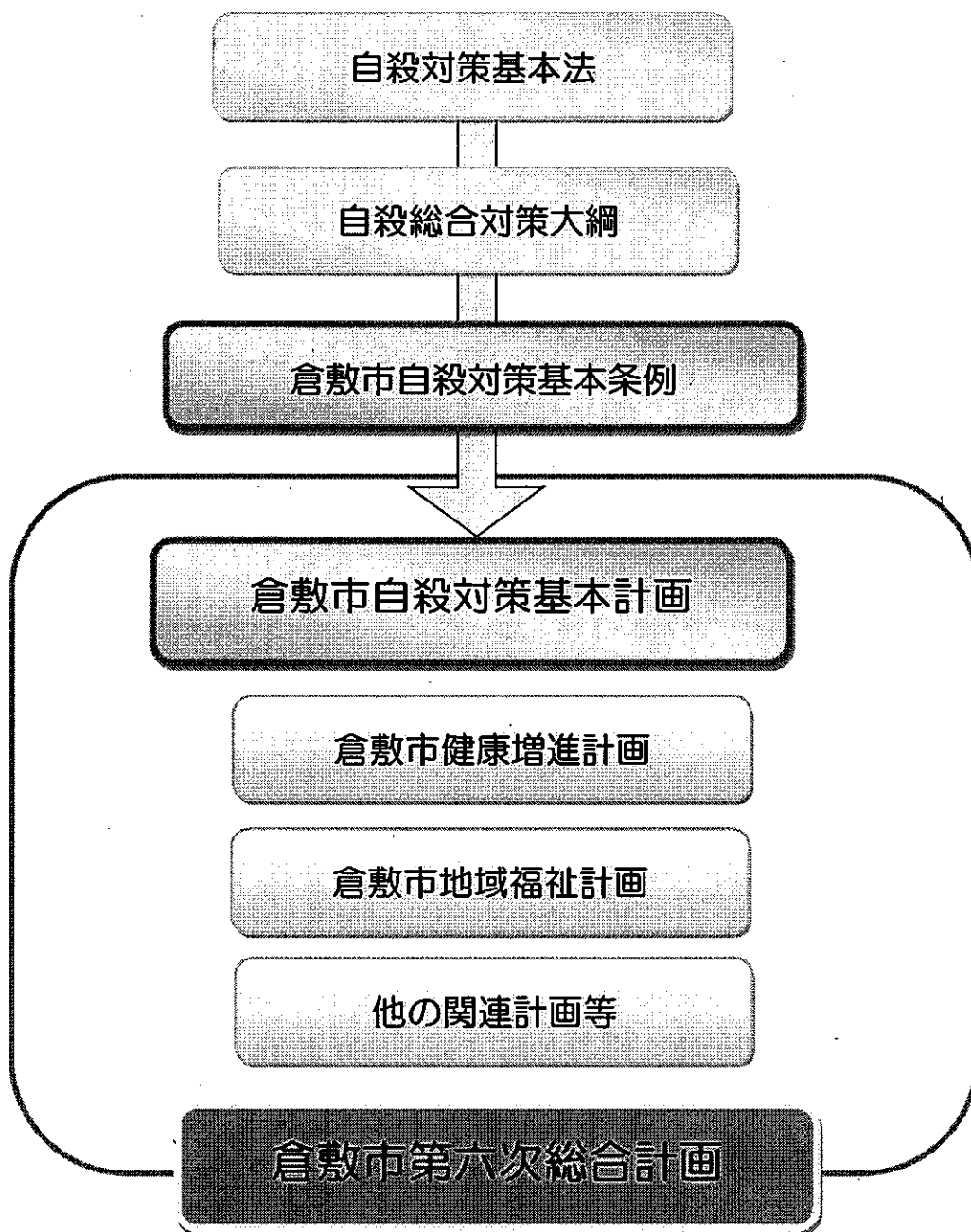
本市では、平成21年に自殺者数がピークとなり、また「自殺対策基本法」や「自殺総合対策大綱」等に従い、平成21年6月に「倉敷市自殺対策連絡会議」を設置して、各関係機関や関係部署とのネットワーク強化や効果的な自殺対策の展開に向けての協議を重ねて、様々な自殺予防に向けた取組を積極的に実施してきました。さらに、平成24年8月に「自殺」、「虐待」、「ドメスティック・バイオレンス」等の課題に総合的に取り組むために、倉敷市「生きる支援」推進本部を立ち上げ、市民の命を守る施策を推進しています。

本市においても自殺が社会問題となっている状況に鑑み、自殺対策に関し、目的・基本理念を定め、自殺対策を総合的に推進することにより、市民一人ひとりがかけがえない命を大切に、共に支え合い健康で生きがいと希望を持って暮らすことのできる地域社会を実現することを目的に「倉敷市自殺対策条例」を平成26年12月に制定しました。この条例の目的を達成するため、「倉敷市自殺対策基本計画」を策定し、自殺対策に関する施策を推進するものとします。

本計画では、倉敷市で暮らす市民一人ひとりが自殺への理解を深め、「共に支え合い健康で生きがいと希望を持って暮らすことのできる倉敷」になることを目指します。

## (2) 計画の位置づけ

この計画は、国の自殺対策基本法及び自殺総合対策大綱の基本理念を踏まえつつ、平成27年4月施行の「倉敷市自殺対策基本条例」に基づく計画とし、「倉敷市第六次総合計画」「倉敷市健康増進計画」「倉敷市地域福祉計画」、その他関連する計画と連携し整合性を図ります。



### (3) 計画の期間

この計画の期間は、平成28年度から倉敷市第六次総合計画にあわせて平成32年度までとします。

なお、この計画は自殺対策基本法または自殺総合対策大綱が見直された場合には必要に応じて見直しを行うこととします。

### (4) 計画の進行管理と評価

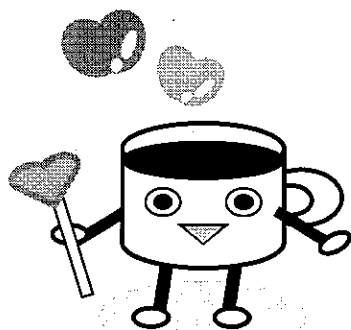
倉敷市自殺対策基本計画は、倉敷市自殺対策ネットワーク会議で計画の推進と進行管理を行います。

市は、毎年度、市における自殺対策の概要及び施策の実施状況を議会に報告するとともに、市民に公表します。その報告を受け、議会は、評価するとともに、監視・提言を行います。

平成32年度に最終評価を行い、その評価方法は、目標の達成度を数値で見る量的評価と、計画推進のための取組や経過を評価する質的評価をあわせて行います。

平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	平成31年度	平成32年度
計画策定					最終評価
推 進 期 間					

倉敷自殺対策基本計画推進期間と評価時期



倉敷市こころの健康づくり  
マスコットキャラクター

**ほっとちゃん**

ぼくは、ほっとちゃんです。

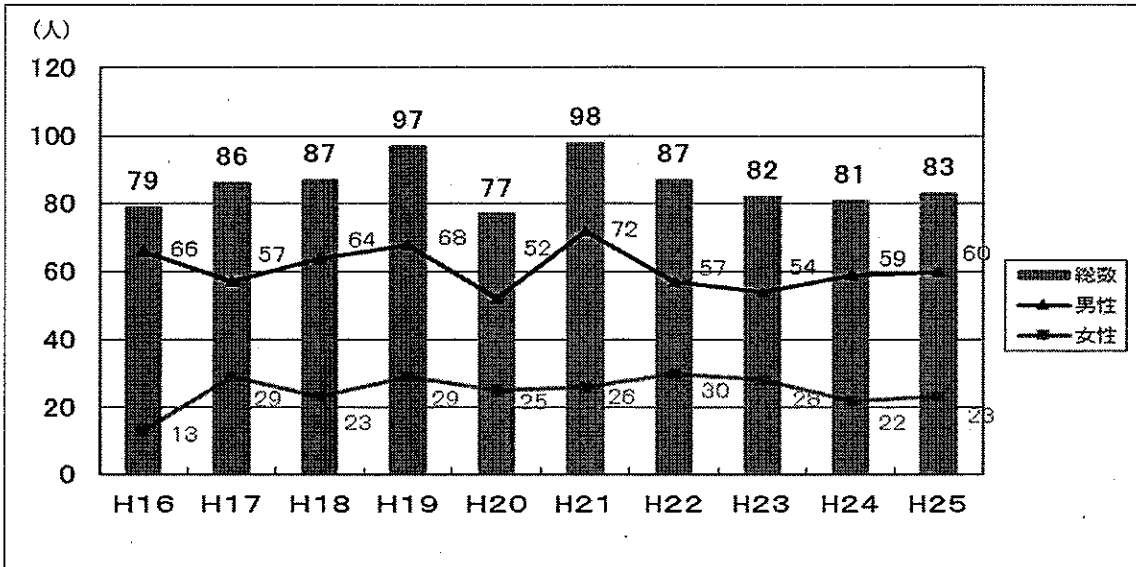
精神障がいに対する正しい理解を地域に広げる活動を、行政・関係機関・関係団体の方々と一緒にしています。カップの中には愛情たっぷりのミルクココアが入っています。



## 2. 倉敷市の自殺の現状

### (1) 自殺者数・男女別自殺者数の推移（経年推移：市）

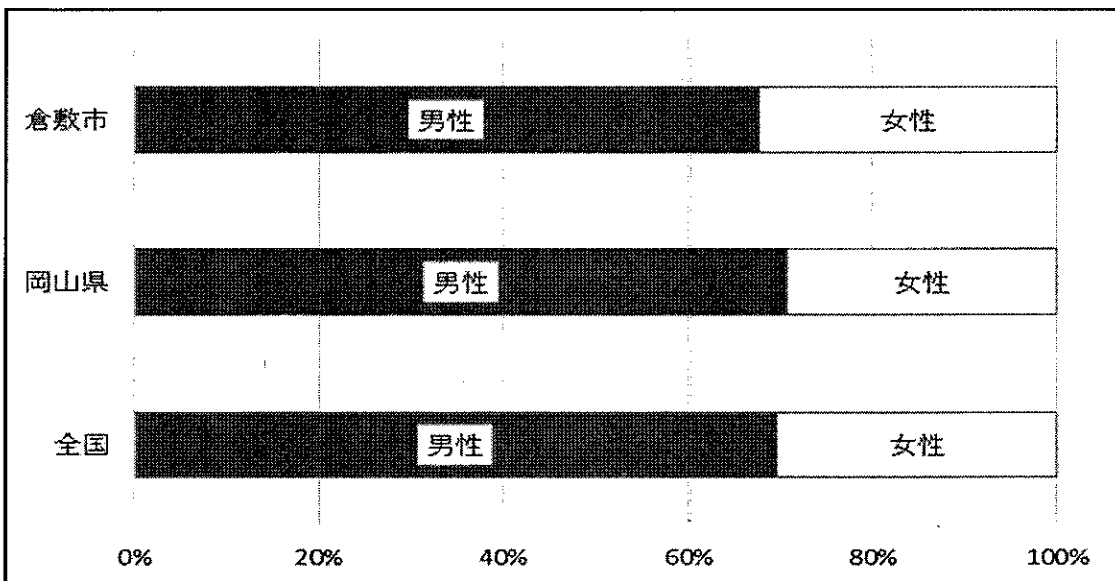
平成21年の98人をピークに、その後は毎年徐々に減少傾向となっています。



資料：人口動態統計（厚生労働省）

### (2) 男女別割合（平成21年～25年の5年間の累計：国・県・市）

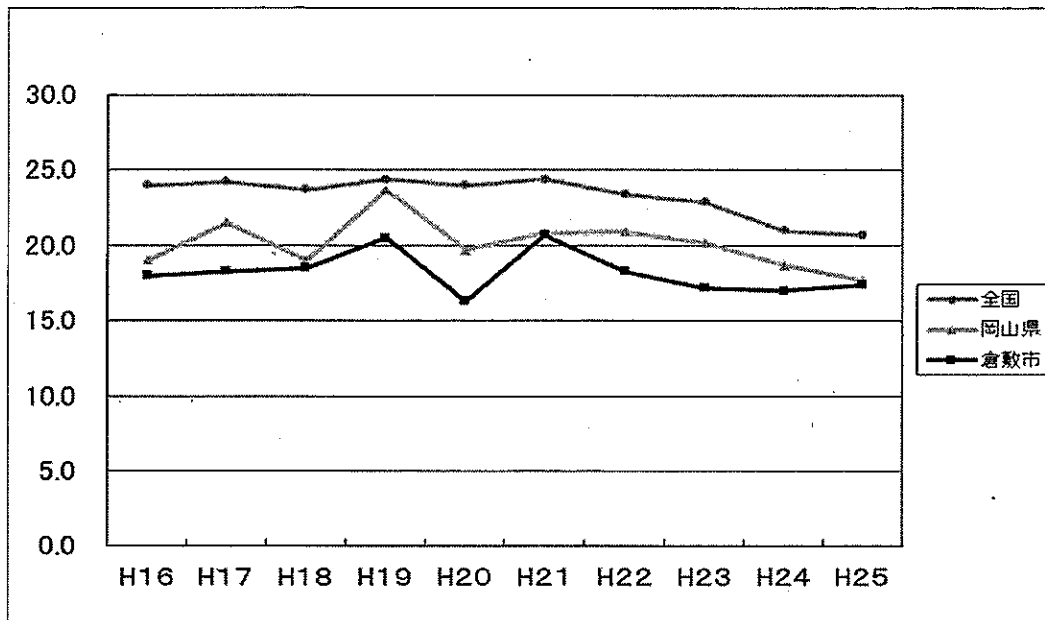
男性の自殺者が約70%を占めており、全国や岡山県と同じ傾向にあります。



資料：人口動態統計（厚生労働省）

(3) 自殺死亡率の推移【人口10万人当たりの自殺者数】(経年推移：国・県・市)

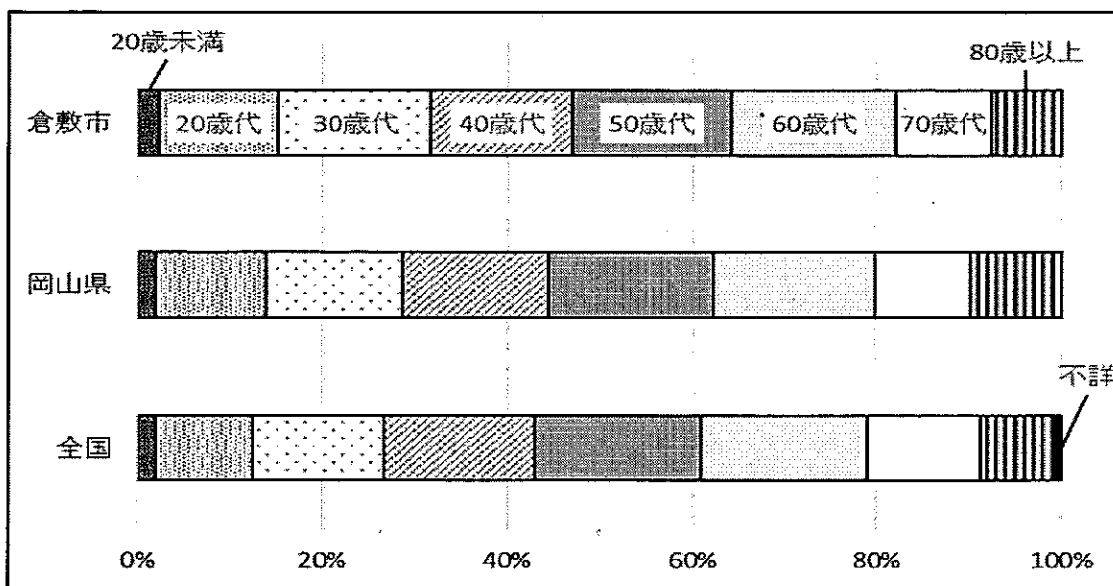
自殺死亡率は、全国、岡山県と比較すると低い状況が続いています。



資料：人口動態統計（厚生労働省）

(4) 年代別割合 (平成21年～25年の5年間の累計：国・県・市)

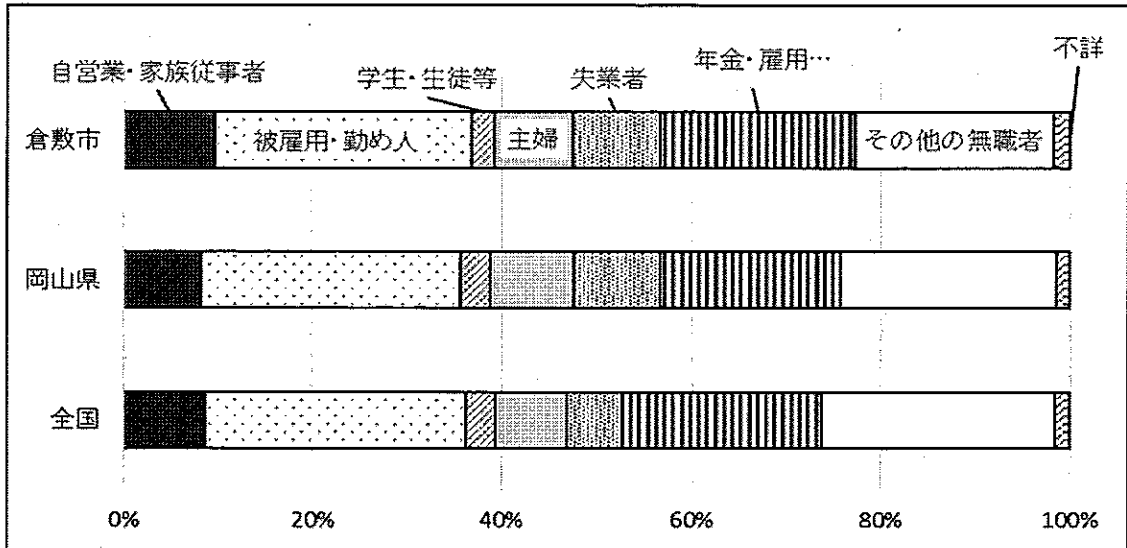
20歳代・30歳代の自殺者の占める割合が若干高くなっています。



資料：人口動態統計（厚生労働省）

(5) 職業別割合 (平成22年～25年の4年間の累計：国・県・市)

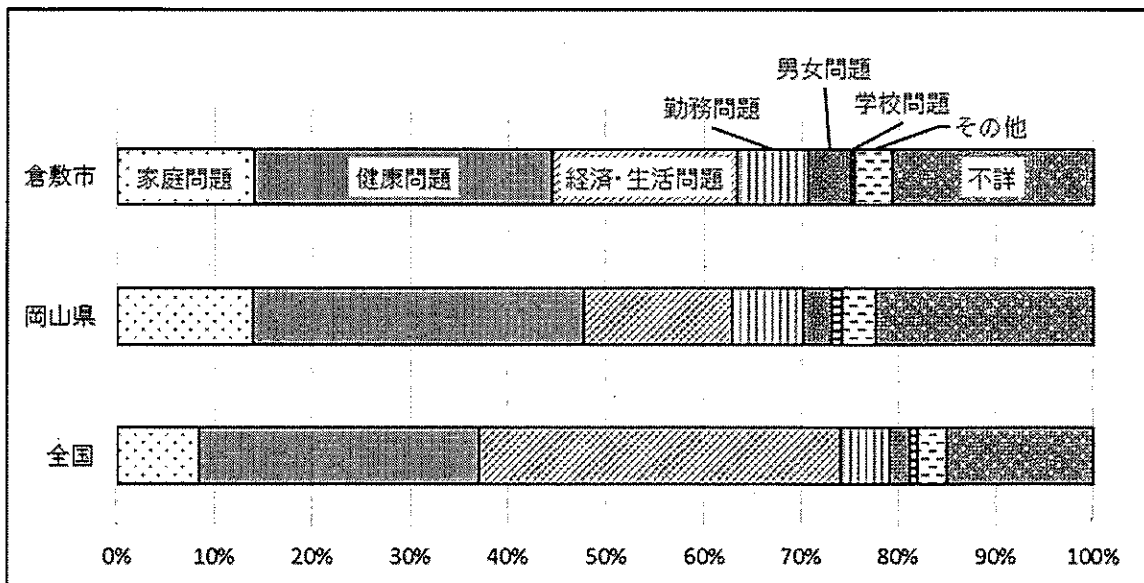
①被雇用・勤め人 ②その他の無職者 ③年金・雇用保険等生活者の順に占める割合が高くなっています。



資料：内閣府「地域における自殺の基礎資料」(警察庁)

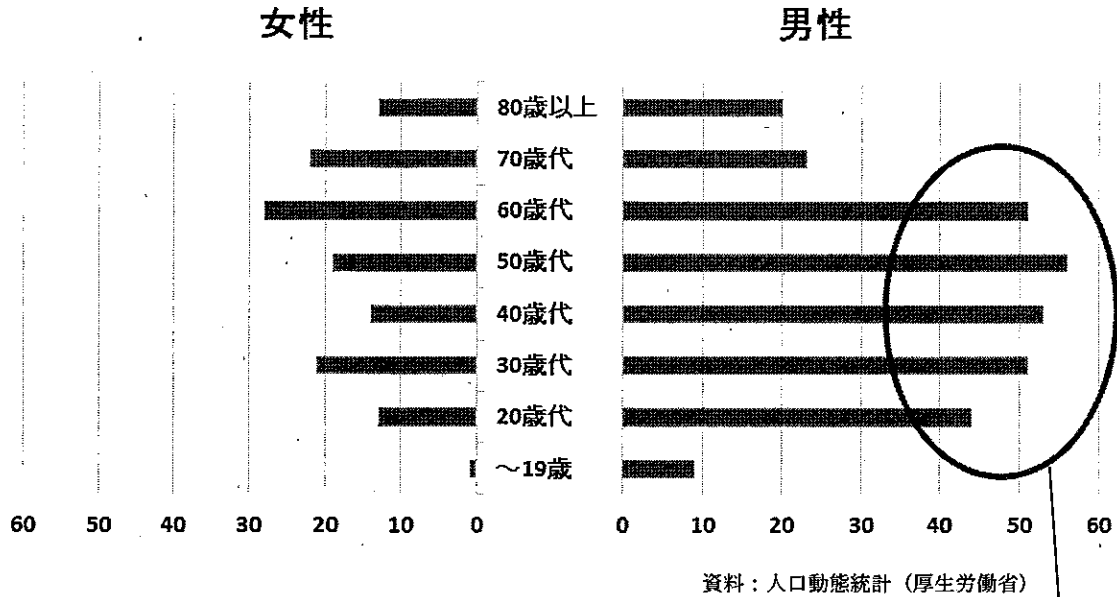
(6) 原因・動機別割合 (平成22年～25年の4年間の累計：国・県・市)

①健康問題 ②経済・生活問題 ③家庭問題 の順になっています。

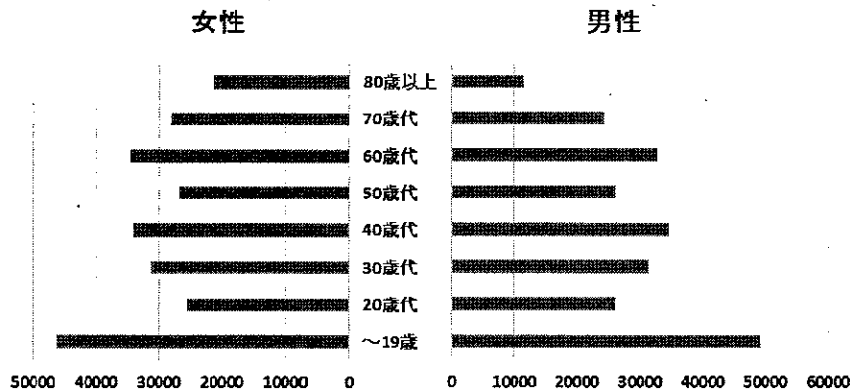


資料：内閣府「地域における自殺の基礎資料」(警察庁)

(7) 年齢別・男女別自殺者数 (平成21年～25年の5年間の累計：市)



※参考 (倉敷市年齢別・男女別人口 住民基本台帳人口 平成26年9月末現在)



倉敷市の人口構成と比較すると、50歳代男性を中心に、働き盛りの年代層に自殺者が多い状況です。

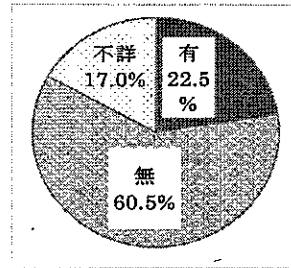
(8) 年代別死因順位 (平成21年～25年の5年間の累計：市)

	1位	2位	3位
10歳代	自殺	不慮の事故	悪性新生物
20歳代	自殺	不慮の事故	悪性新生物
30歳代	自殺	悪性新生物	心疾患
40歳代	悪性新生物	自殺	心疾患
50歳代	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
60歳代	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
70歳代	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
80歳代	悪性新生物	肺炎	心疾患

資料：人口動態統計 (厚生労働省)

(9) 自殺者の自殺未遂歴（平成22年～25年の4年間の累計：市）

自殺未遂歴	(人)	(%)
有	77	22.5
無	207	60.5
不詳	58	17.0



(10) 倉敷市自殺未遂者支援事業の対象者の状況

●対象者数（平成24年度～26年度）

年代	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80以上	合計
男性	2	0	2	1	0	0	2	0	7
女性	0	0	1	1	1	1	0	1	5

・介入していた機関があった自殺未遂者：9人/12人中 ・自殺未遂歴有り：6人/12人中

●自殺に至った要因（平成24年度～26年度） ※複数の要因掲載

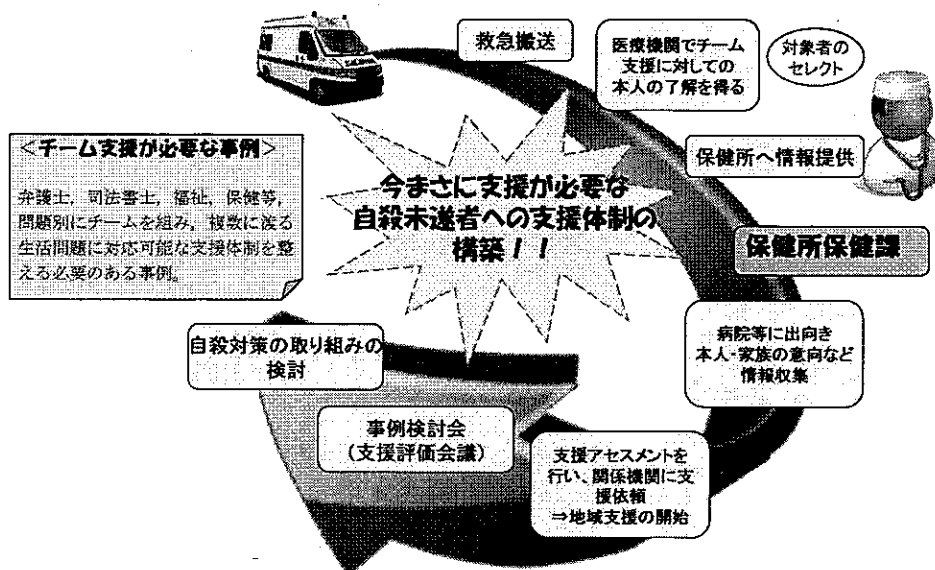
家族問題	経済問題	住居問題	健康問題	その他（就労・対人関係・学業 等）
9	5	5	9	10

・自殺未遂者の多くが複数の問題を抱えていました。

倉敷市自殺未遂者支援事業

自殺ハイリスク者である自殺未遂者やその家族に対して司法書士や弁護士、保健福祉の専門職がチームを組み、多岐にわたる生活問題の解決に向けた支援を実施します。医療機関から支援依頼を受けた倉敷市保健所は、支援開始当初に積極的に介入し、支援のコーディネートを行うことで、再度の自殺企図を防止します。また、支援事例を通して、関係機関の役割やネットワークについて分析し、倉敷市の地域特性に応じた相談支援体制の整備（セーフティネット）のあり方や人材育成のあり方について検討していきます。

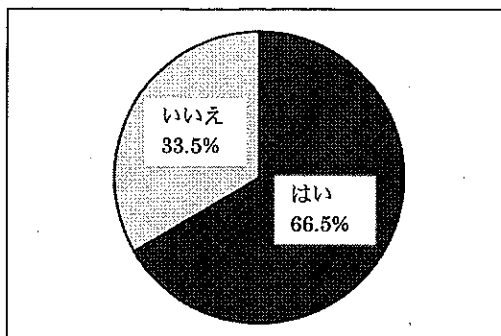
自殺未遂者支援事業の流れ



(11) 倉敷市民の心の健康に関する統計

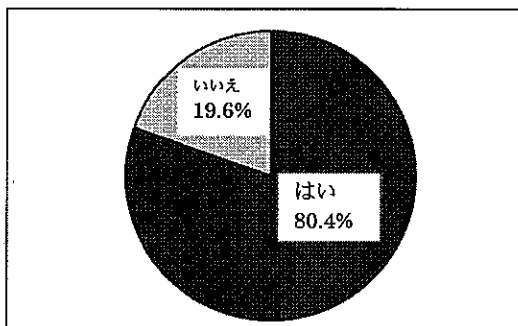
★ストレスをうまく解消できていますか。

(H27年1月 市民モニターアンケート結果より)



★あなたは悩み事や心配などでストレスを抱えたときに身近に相談する人がいますか。

(H27年3月 市民モニターアンケート結果より)



自殺に関する統計について

本市の自殺の統計資料は、厚生労働省の「人口動態統計」と警察庁統計に基づき内閣府自殺対策推進室が作成する「地域における自殺の基礎資料」を参考に集計・分析等を行っています。各統計資料は下記のとおり捉え方に違いがあり、公表される自殺者数も異なってきます。本市では、自殺者数の経年変化や他市との比較、公的な自殺者数等の公表には人口動態統計（確定数）を用いており、自殺の分析等を行う際には警察庁統計を基にした内閣府の統計資料を利用しています。

	厚生労働省 人口動態統計	内閣府「地域における自殺の基礎資料」 (警察庁自殺統計)
対象者	日本における日本人	日本における外国人を含む総人口
調査時点	死亡時点 死亡診断書等で自殺が明確でない場合は、自殺以外で処理される。	自殺死体発見時点 発見時には自殺が明確でない場合でも、その後の調査で判明した場合はその時点で計上される。
自殺者数	住居地（自殺の住居のあった場所）で集計	発見地（自殺死体が発見された場所）と住居地（自殺者の住居があった場所）の2通りで集計
統計の利用方法	自殺死亡者数や自殺死亡率の年次推移を分析するため使用	自殺死亡者の職業、原因・動機などの分析をするため使用

※本市では、自殺日・住居地ベースを利用

### 3. 自殺対策を推進するうえでの基本認識

#### (1) 基本認識

##### 【自殺は、その多くが追い込まれた末の死】

自殺にいたる心理としては、様々な悩みが原因で心理的に追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ってしまったり、社会とのつながりの減少や生きていても役に立たないという役割喪失感や、あるいは、与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感等から、危機的な状態にまで追い込まれてしまう過程と見ることができます。

また、自殺を図った人の直前の心の健康状態を見ると、大多数は、様々な悩みにより心理的に追い詰められた結果、うつ病、アルコール依存症等精神疾患を発症しており、これからの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となっていることが明らかになってきています。

このように、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」ということができます。

##### 【自殺は、その多くが防ぐことができる社会的な問題】

自殺の背景・原因となる様々な要因のうち、失業、倒産、多重債務、長時間労働等の社会的要因については、制度、慣行の見直しや相談・支援体制の整備という社会的な取組により自殺を防ぐことが可能です。

また、健康問題や家庭問題等、一見個人の問題と思われる要因であっても、専門家への相談やうつ病等の治療について社会的な支援の手を差し伸べることにより自殺を防ぐことができると考えられています。

##### 【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】

精神疾患や精神科医療に対する偏見が強いことから、精神科を受診することに心理的な抵抗を感じる人は少なくありません。特に自殺者が多い中高年男性は、心の問題を深刻化しがちと言われています。

一方で、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険を示すサインを発していることが多いです。

しかしながら、自殺を図った人の家族や職場の同僚など身近な人でも、自殺のサインに気づき難い場合もあるので、身近な人以外の人から自殺のサインに気づき自殺予防につなげていくことも必要となります。

## (2) 自殺対策を進めるうえでの段階、対象とする集団

自殺対策を進めるうえで基本認識にのっとり、段階、対象とする集団ごとに検討を進めることとします。

### 【段階】

#### <事前予防>

心身の健康の保持増進についての取組、自殺や精神疾患についての正しい知識の普及啓発等自殺の危険性が低い段階で予防を図ります。

#### <自殺発生の危機対応>

現に起こりつつある自殺の危険に介入し、自殺を防ぎます。

#### <事後対応>

不幸にして自殺や自殺未遂が生じてしまった場合に遺された人に与える影響を最小限とし、新たな自殺を防ぎます。

### 【対象とする集団】

#### <若年層>

思春期は精神的な安定が図りにくく、また、青少年期に受けた心の傷は長年に渡り影響します。さらに、自殺死亡率について若年層は増加傾向を示すなど、若年層における自殺の問題は深刻さを増しており、その背景として若年雇用を取り巻く社会状況の変化が指摘されています。

#### <中高年層>

中高年は、家庭、職場の両方で重要な位置を占める一方、親との死別や退職などの大きな喪失体験を迎え、心理的にも、社会的にも負担を抱えることが多い世代です。仕事に関しては強い不安やストレスを感じている勤労者が増え、過重労働、職場のいじめ、ハラスメント等の問題もあります。また、女性は、出産や更年期において心の健康を崩しやすくなります。

#### <高齢者層>

高齢者の自殺の背景には、慢性疾患による継続的な身体的苦痛や将来への不安、身体機能の低下に伴う社会や家族での役割の喪失感、近親者の喪失体験、介護疲れ等によるうつ病が多くなります。

#### <自殺未遂者>

自殺未遂者が再び自殺を企図する可能性は、自殺未遂者以外の者に比べて著しく高いことが分かっています。また、救命救急センターで治療を受けた自殺未遂者の多くが、何らかの精神疾患を有していますが、身体ケアが行われ、その後十分な精神科医療ケアや様々な社会的要因を解消するための支援を受けずに退院している場合もあります。さらに、自殺未遂者の家族等の身近な人々もどのように接して再度の自殺企図を防止すれば良いかなどについて十分な情報と支援が得られないままに、再度の自殺企図への不安を抱えながら自殺未遂者に接しているという現実があります。



## 4. 主要な課題

「倉敷市の自殺の現状」と「自殺対策を推進するうえでの基本認識」より主要な課題を抽出。

### 自殺の危険度の高い対象者や集団への対策が必要

倉敷市における自殺者の約7割が男性であり、男性の中でも50歳代が最も多く、続いて、40歳代・30歳代・60歳代となっています。

自殺者のうち約4人に1人が過去に自殺未遂をしている状況です。また、自殺未遂者支援事業から、対象者はかなりの困難を抱えた状況であり、早い段階からの支援と再発防止の取組が必要であることが分かってきました。

このことから、特に男性の中年層、自殺未遂者を対象とした対策が必要です。

### 若年層への対策が必要

年代別死因順位から、10歳代～30歳代の年代層において自殺が死因第1位です。

全国においても、15～39歳の死因第1位は自殺になっており、若年層の自殺は深刻な問題となっています。

自殺者数が多い層である中年層に移行する前に、若年層においてストレスへの対処方法を身につける取組を行ったり、雇用を取り巻く様々な状況に対する支援を行ったりするなど、若年層に対する取組が必要です。

### 人材の養成・育成・連携が必要

早い時期での「いつもと違う」気づきが必要ですが、倉敷市において自殺の危険度の高い対象者である中年層・自殺未遂者は、心の問題を深刻化しがちであり、悩み事を積極的に相談しなくなる傾向にあります。

身近な人でも、自殺のサインに気づき難い場合もあるので、身近な人以外の様々な市民や職種が、ゲートキーパー<sup>(※)</sup>の役割を理解し、担ってもらうこと、さらに連携を図って支援につなげていくことが必要です。

### 共に支え合える組織づくり、地域づくりが必要

様々な相談窓口やゲートキーパーの役割が機能するには、自身で解決できない困りごとを一人で抱え込まずに助け合える人間関係、助けを求められる力や自身を大切にできる自己肯定感を持つことが重要です。地域の見守りや声かけ等の関わりを通じて、日常生活の中で困ったときには助けを求められる安心感、自己肯定感を持てる組織づくりや、地域づくりが必要です。

(※) ゲートキーパー：悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のこと。詳細はP18を参照。

## 5. 自殺対策基本計画の目的・基本理念等

### (1) 目的・基本理念

#### 目的

市民一人ひとりがかげがえのない命を大切にし  
共に支え合い健康で生きがいと希望を持って  
暮らすことのできる地域社会を実現する。



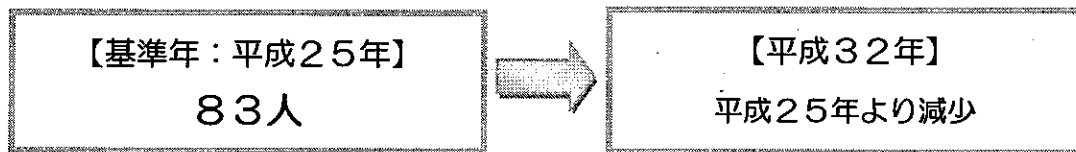
#### 基本理念

1. 自殺対策は、自殺対策基本法（平成18年法律第85号）第8条に規定する基本的かつ総合的な自殺対策の大綱に定められた自殺総合対策における基本認識を踏まえ、自殺は防ぐことができる社会的な問題として取り組まなければなりません。
2. 自殺対策は、自殺が個人的な問題のみではなく、その背景に様々な社会的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りません。
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、単に精神保健的な観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されなければなりません。
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りません。
5. 自殺対策は、市民が共に支え合う地域づくりを促進するという観点から、地域の実情に即したきめ細かな施策として実施されなければなりません。
6. 自殺対策は、市、国、岡山県、医療機関、福祉関係機関、事業主、学校、市民等の相互の密接な連携の下に実施されなければなりません。

## (2) 計画の指標・目標値

### 自殺者数の減少

自殺者をゼロにすることが理想の目標ではありますが、平成25年まで自殺者数が80人前後で推移している現状の中でゼロにすることは現実的に困難であります。ゼロに近づいていけるよう意識しつつ、減少傾向を目指します。

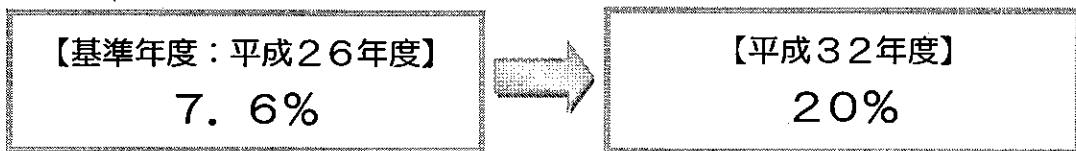


※評価は、平成32年に得られる最新データを基に行います。

### ゲートキーパーを知っている人の増加

ゲートキーパー研修を継続して実施し、ゲートキーパーの名前も活動も知っているという人の割合増加を目指し、つなぎ・支える地域づくりを進めます。

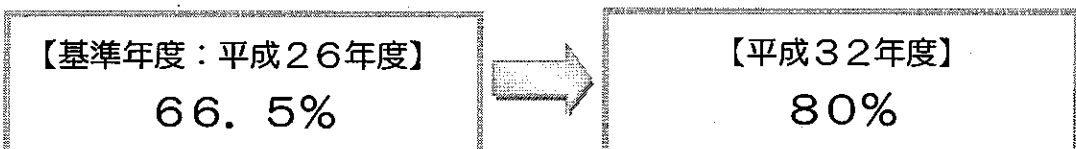
【参考となる指標】平成27年3月に実施した市民モニターアンケート調査



### ストレスをうまく解消できていると思う人の増加

自分のストレスに気づき、自分にあった対処法を持つことや相談できる人や場を持つ等うまく解消できる人の割合増加を目指します。

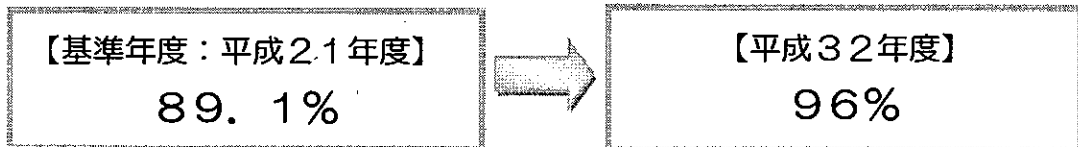
【参考となる指標】平成27年1月に実施した市民モニターアンケート調査



### 困った時、悩みがある時に相談する人がいると答えた子どもの増加

困った時、悩みがある時に相談する人がいると回答する子どもの割合増加を目指します。

【参考となる指標】 倉敷市第六次総合計画より、小学校・中学校の児童生徒アンケート調査



### 自分や家族の事情に合った働き方ができていると思っている人の増加

仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）を推進し、自分や家族の事情に合った働き方ができていると回答する勤労者の割合増加を目指します。

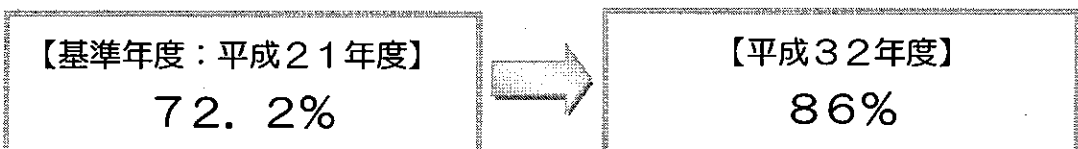
【参考となる指標】 倉敷市第六次総合計画より、市民アンケート調査



### 身近で相談できる人がいると思っている高齢者の増加

身近で相談できる人がいると回答する高齢者の割合増加を目指します。

【参考となる指標】 倉敷市第六次総合計画より、市民アンケート調査



### (3) 基本方針

倉敷市自殺対策基本条例に基づき、以下の項目を自殺対策の方針とします。

#### 自殺に関する調査及び研究

自殺者や遺族のプライバシーに配慮しつつ、社会的要因を含む自殺の実態を把握するための調査研究をするとともに、自殺対策に関する情報の提供等を推進することにより、自殺の実態を踏まえた対策を推進します。

#### 自殺に関する市民一人ひとりの気づきと見守りの促進

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」であって、その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を市民一人ひとりが理解して、自分の周囲にいるかもしれない自殺を考えている人のゲートキーパーとなれるよう促進します。

#### 自殺対策に関する早期対応の中心的役割を果たす人材の確保及び育成

自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応を図るため、自殺や自殺関連事象に関する正しい知識を普及し、自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守る「ゲートキーパー」の役割を担う人材等を養成、育成します。

#### 心の健康づくりの相談体制の整備及び充実

自殺の原因とな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心の健康の保持・増進のための職場、地域、学校における体制整備及び充実を図ります。

#### 適切な精神科医療が受けられる体制の整備

うつ病等自殺の危険性が高い人の早期発見に努め、精神科医療につなぐ取組に併せ、これらの人々が適切な精神科医療を受けられるよう医療機関と連携を図り体制の整備に努めます。

#### 自殺防止のための社会的取組の強化

社会的要因を含む様々な要因により自殺の危険性が高まっている人に対し、社会的な支援によって自殺を防止するための取組を強化します。

#### 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ取組の強化

自殺未遂者等ハイリスク者またはその家族等に対して、積極的に介入して適切な支援を図ることにより、再度自殺企図のないよう取組を強化していきます。

#### 自死遺族等に対する支援

自殺や自殺未遂の発生直後に遺された人等に対するケアを行うとともに、必要な情報提供を推進するなど、支援に努めます。

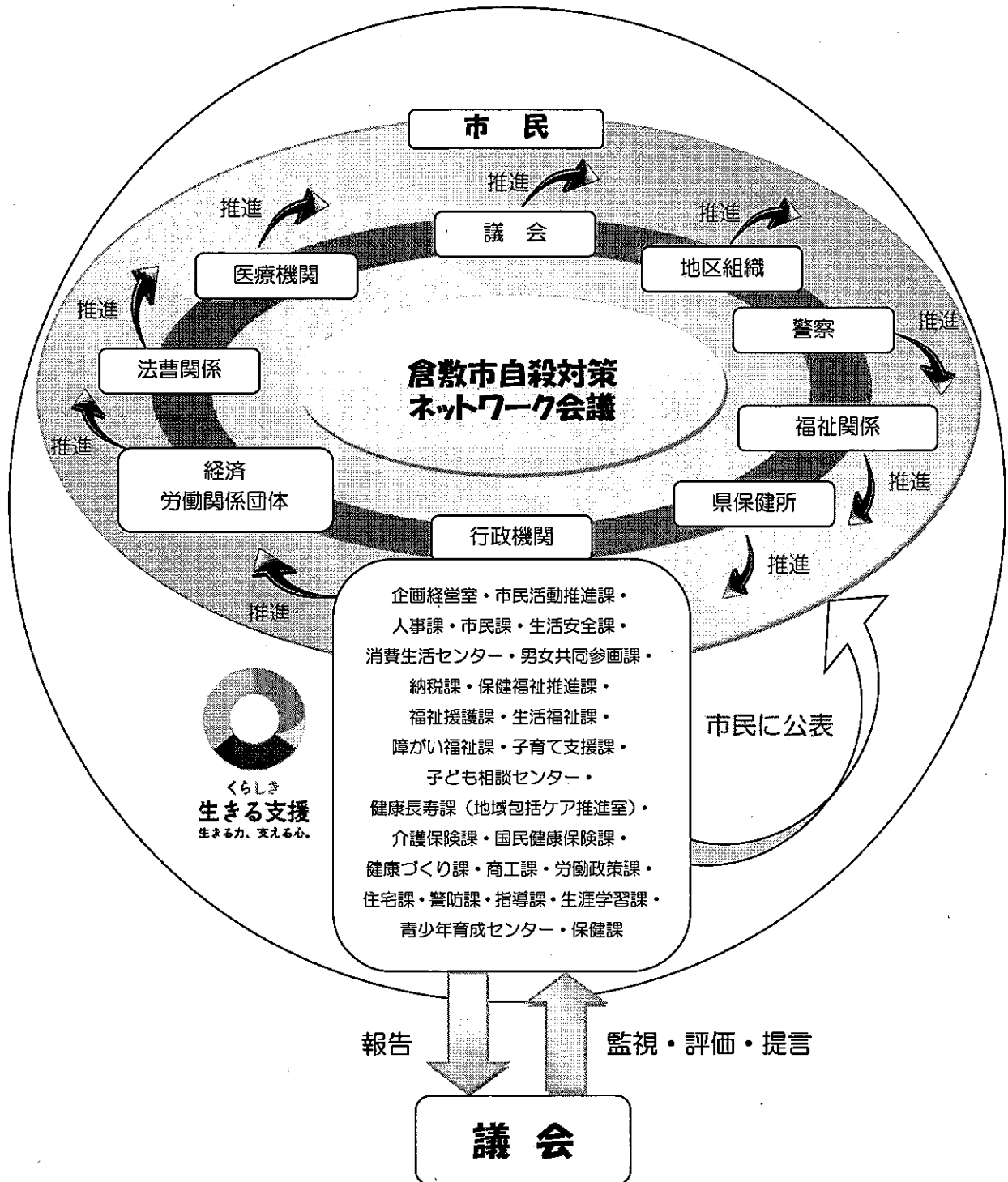
#### 自殺対策に関する活動を行う民間団体の当該活動に対する支援

自殺対策を進める上で、民間団体の活動は不可欠となっているため、当該活動に対する支援を行います。

## 6. 計画の推進体制

### 倉敷市自殺対策ネットワーク会議

倉敷市自殺対策基本条例（平成26年倉敷市条例第76号）第12条の規定に基づき、庁内及び関係機関との連携強化を図り、自殺対策基本計画を推進するために設置。



## 7. 平成28年度～32年度の重点的な取組

### スローガン：市民一人ひとりがゲートキーパーになろう

自殺には、健康問題のみならず、家族問題や経済・生活上の問題、勤務問題等様々な要因が関与していますので、サインは誰に出されるか分かりません。地域の様々な人に、自殺予防の必要性や、悩みを抱える人に気づき、話を傾聴するなど親身に対応することの大切さを伝えていく必要があります。

### ゲートキーパーとは

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

#### 【ゲートキーパーの役割】

#### 気づき：家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

「元気がない」、「口数が減った」、「食欲がない」など、家族や仲間のちょっとした変化に気づいて、声をかけます。

#### 傾聴：本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

相手の気持ちを尊重することが大事です。一方的に質問したり、急がせたりせず、本人が話す気になるまで、じっくり待ちます。話をしている時は耳を傾け聞きます。

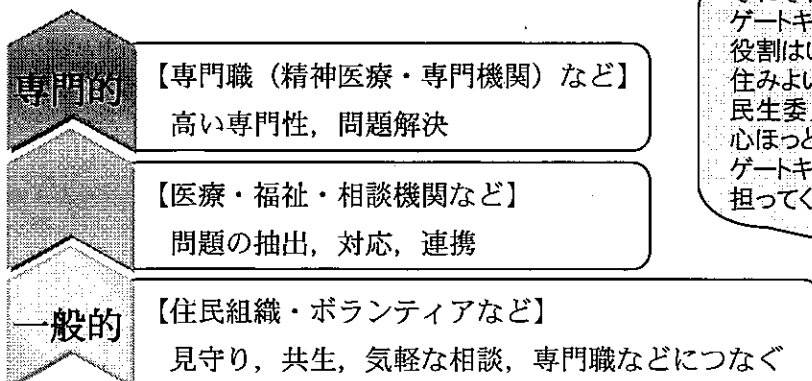
#### つなぐ：早めに専門家などに相談するように促す

必要に応じて専門家に相談することを勧めます。

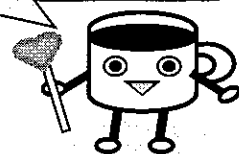
#### 見守り：温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

引き続き相手を見守り、相談があればしっかりと受け止めます。

#### 【それぞれの立場におけるゲートキーパーの役割】



それぞれの立場によって、ゲートキーパーに求められる役割はいろいろとあるんだな～。住みよい倉敷市になるように、民生委員・愛育委員・くらしき心ほっとサポーターさんもゲートキーパーの役割を担ってくださっています。



出典：内閣府自殺対策推進室  
ゲートキーパー養成研修用テキストを一部改変

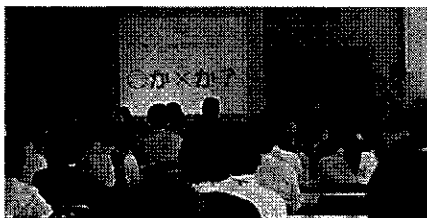
悩みを抱えた人は、「人に悩みを言えない」、「どこに相談に行ったらよいか分からない」、「どのように解決したらよいか分からない」等の状況に陥ることがあります。

そのような悩みを抱えた人に、一人でも多くの市民がゲートキーパーとなり、支えることができるよう「倉敷市自殺対策ネットワーク会議団体」を中心にゲートキーパーの役割を知る機会の提供に努めます。

市民一人ひとりがゲートキーパーとして自殺予防の主役となり、家族・地域のきずなを強め、よりよい地域をめざしていきます。

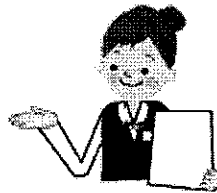
### 【ゲートキーパー研修について】

自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応を図るため、自殺や自殺関連事象に関する正しい知識を普及し、「ゲートキーパー」としての人材等を養成・育成する研修です。



#### 【研修内容】

- ・倉敷市の自殺者の現状
  - ・ゲートキーパーの必要性
  - ・ゲートキーパーの役割 等
- 概ね 30 分程度の講座です



講座は、何度でも受講できます

ゲートキーパーの役割「気づき」「傾聴」「つなぐ」「見守り」について理解を深めていき、身近な人の支えとなります。

受講者自身がゲートキーパー研修に関わることもできます。

悩みを抱えた方から助けを求められた時に、相談窓口の情報提供ができるようゲートキーパー研修時に「相談窓口カード」をお渡ししています。また、必要に応じて相談機関につなぐことや、相談機関からの助言を受けながらの見守りをお願いしています。

#### 相談窓口カード（表）

～心の健康相談をお受けしています～  
H27. 4. 現在

岡山いのちの電話協会	086-245-4343	24時間 年中無休
よりそいホットライン	0120-279-338	
倉敷保健推進室	086-434-9822	8時30分～ 17時15分
児島保健推進室	086-473-4371	(土日祝、年末 年始は休み)
玉島保健推進室	086-522-8113	
真備保健推進室	086-698-5111	
水島保健推進室	086-446-1115	
倉敷市保健所 保健課精神保健係	086-434-9823	

#### 相談窓口カード（裏）

～多重債務でお困りの方へ～ ◎相談は無料です！  
(いずれも土日祝、年末年始は休み)

倉敷市消費生活センター	086-426-3115	9時～12時 13時～16時
倉敷市生活安全課 (法律相談予約)	086-426-3111	8時30分～ 17時15分
倉敷法律相談センター	予約受付番号	予約受付時間
クレジットサラ金 被害救済センター	086-234-5858	9時～17時
くらしき総合相談センター	086-435-3533	17時～19時



## 8. 具体的な取組

項 目	取 組	関係機関・関係課
<b>1. 自殺に関する調査及び研究</b>		
(1) 自殺要因分析の実施	○景気や雇用情勢、政治や経済等の社会情勢、いのちや人権についての市民の意識を市民アンケートを定期的に実施して把握し、課題を明らかにする。	保健課
(2) 自殺未遂者等の実態及び支援方策についての調査の実施	○自殺未遂者支援事業の支援をとおして、未遂者やその家族等の実態を把握していき、支援の方策について検討する。	保健課
(3) 既存資料の活用の推進	○内閣府・厚生労働省・警察庁が作成・公表している統計を活用して倉敷市の自殺の状況を作成し、公表する。	保健課

項 目	取 組	関係機関・関係課
<b>2. 自殺に関する市民一人ひとりの気づきと見守りの促進</b>		
(1) 自殺予防週間と自殺対策強化月間等での啓発の実施	<p>○「世界自殺予防デー」(9月10日)、「自殺予防週間」(9月10日～16日)及び「自殺対策強化月間」(3月)において</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・街頭キャンペーン</li> <li>・展示コーナーを設置</li> <li>・広報くらしき・市ホームページで啓発</li> </ul> <p>○マスメディアを活用し啓発活動を実施する。</p>	<p>岡山弁護士会 岡山県司法書士会 市議会 くらしき心ほっと サポーター 愛育委員会 保健課 健康づくり課 各保健推進室</p>
(2) 自殺や自殺関連事象等に関する正しい知識の普及	<p>○心の健康づくり, うつ病, アルコール依存症, 自殺予防に関する講座, イベントを実施する。</p> <p>○倉敷市出前講座の実施。</p> <p>○アルコール等の不適切な摂取について啓発する。</p> <p>○生きる支援ポータルサイトの開設。</p>	<p>保健課 各保健推進室  企画経営室</p>
(3) 児童生徒の自殺予防に資する教育の実施	<p>○自殺に至る原因となる, アルコール・薬物等に関する教育を実施する。</p> <p>○青少年の健全なインターネット・スマートフォンの利用促進</p> <p>○いのちの尊さや大切さについて, 自らの考えを深められる教材の配布</p> <p>○心と体を守る啓発教材の配布</p> <p>○いじめ防止リーフレットの作成</p> <p>○こどもあいカードを小学生に配布</p>	<p>教育委員会 子ども相談センター</p>

項 目	取 組	関係機関・関係課
<b>3. 自殺対策に関する早期対応の中心的役割を果たす人材の確保及び育成</b>		
(1) ゲートキーパーの周知及び養成の促進	<p>○【地域】 地域の関係機関・団体に対しゲートキーパー養成研修を実施する。 ・高齢者支援センター職員及びケアマネージャー等への研修 ・愛育委員会の研修 ・くらしき心ほっとサポーターへの研修 ・民生委員への研修 ・理美容組合への研修 ・大学 ・民間事業者への研修等</p> <p>○【職員等】 ・相談対応研修 ・職位別研修 ・e-ラーニング ・消防署職員等</p>	<p>岡山弁護士会 岡山県司法書士会 事業所 学校 保健課 健康づくり課 各保健推進室 福祉援護課 介護保険課 地域包括ケア推進室 高齢者支援センター 企画経営室 消防局 人事課 等</p>
(2) かかりつけ医師うつ病対応力向上研修	<p>○かかりつけ医（一般内科医等）に対し、うつ病等に関する研修を実施し、早期発見・早期治療ができるようにする。</p>	<p>医師会 岡山県</p>
(3) 教職員に対する普及啓発等の実施	<p>○いじめや不登校等のない学校をめざし、教職員研修を充実する。</p>	<p>教育委員会</p>

項目	取組	関係機関・関係課
<b>4. 心の健康づくりの相談体制の整備及び充実</b>		
(1) 地域における心の健康づくり推進体制の整備	<p>○精神保健に関する知識の普及、偏見除去にむけた啓発の実施、市民の立場で行政と協働で啓発を行うくらしき心ほっとサポーターを養成育成する。</p> <p>○統合失調症・発達障がい・ひきこもり・アルコール依存症等、心の健康に関する相談に対応する。また、保健師等による訪問活動を行い、地域住民の心の健康の保持増進を図る。</p> <p>○健康くらしき21における関連事業により、心の健康づくりの推進を図る。</p> <p>○高齢者の実態を把握し、一人ひとりの高齢者の心身の状態や生活環境などに応じた総合的な介護予防を推進するため、介護予防プログラムの実施や身近な地域での介護予防の普及啓発を図る。</p> <p>○地域で高齢者を見守り、支えるネットワークを構築するとともに、ひとり暮らし高齢者への支援の強化を図る。</p> <p>○高齢者の孤独感や閉じこもりを解消していくため、高齢者が気軽に集い、仲間と出会い交流の機会や異世代との交流が図れるよう、ふれあいの場の創出に努める。</p> <p>○社会活動や地域活動、就業活動への参加を促進し、高齢者の活動の場を広げる取組を充実する。</p>	<p>保健課</p> <p>健康づくり課</p> <p>各保健推進室</p> <p>高齢者支援センター</p> <p>健康長寿課</p> <p>地域包括ケア推進室</p>
(2) 職場における心の健康づくり推進体制の整備	<p>○勤労者の生涯を通じた健康づくりに取り組む。</p> <p>○勤労者のストレスチェックを実施する。</p> <p>○中小企業における従業員の福祉厚生の向上など、安心して働き続けられる労働環境や勤労者福祉の充実を図る。</p> <p>○様々なハラスメントや人権、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）の啓発、情報提供を充実させ、取組の必要性や方向性に関する理解の浸透を図る。</p> <p>○国及び県と協力し、求職者や雇用促進等に取り組む事業者に向けた支援制度の周知を図るとともに、安心・安全な職場づくりについての情報を提供する。</p> <p>○勤労者のメンタルヘルスに関する情報発信（厚生労働省「こころの耳」：働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト <a href="http://kokoro.mhlw.go.jp">http://kokoro.mhlw.go.jp</a> こころの耳で検索）をPRする。</p> <p>○倉敷市職員のメンタルヘルス対策事業を実施する。</p>	<p>事業所</p> <p>保健課</p> <p>健康づくり課</p> <p>各保健推進室</p> <p>労働政策課</p> <p>男女共同参画課</p> <p>人事課</p>
(3) 学校における心の健康づくり推進体制の整備	<p>○学校園において、発達段階に応じた人権教育や道徳教育を行い、子どもが互いの違いやよさを認め合い、だれもが自他共に大切にされていると実感できる環境づくりに努める。</p> <p>○子どものボランティア活動等を通じた心の教育の充実に努める。</p> <p>○いじめや不登校等のない学校をめざし、専門員・支援員を配置する。</p> <p>○若年者のメンタルヘルスに関する情報発信（厚生労働省「こころもメンテしよう」：若者を支えるメンタルヘルスサイト <a href="http://kokoro.mhlw.go.jp/kokoro/youth/">http://kokoro.mhlw.go.jp/kokoro/youth/</a>）をPRする。</p>	<p>教育委員会</p> <p>保健課</p>

項 目	取 組	関係機関・関係課
<b>5. 適切な精神科医療が受けられる体制の整備</b>		
(1) 保健・医療・福祉等のネットワークの構築	<p>○警察活動の機会を活用した自殺のおそれのある重度うつ病患者と思慮される人等の早期発見及び関係機関への通報により連携を図る。</p> <p>○適切な精神科医療が受けられる体制を整備するため、地域の精神科医療機関を含めた、保健・医療・福祉のネットワークを構築する。</p>	<p>警察本部 生活安全企画課 (各警察署)</p> <p>保健課 各保健推進室 岡山県</p>
(2) かかりつけ医師うつ病対応力向上研修	<p>○かかりつけ医（一般内科医等）に対し、うつ病等に関する研修を実施し、早期発見・早期治療ができるようにする。</p>	<p>医師会 岡山県</p>
(3) 自殺未遂者の救急搬送	<p>○自殺未遂による負傷者を医療機関へ搬送する。</p>	<p>消防局</p>
(4) 心の健康相談	<p>○精神疾患の可能性のある人、家族からの相談に対応するとともに、精神科医療機関の情報提供、紹介を行い、問題解決や早期治療につなげる。</p>	<p>保健課 各保健推進室</p>
(5) 精神科受診が必要な人への積極的支援	<p>○医療を中心とする専門職で構成する多職種チームによるアウトリーチ（訪問支援活動）</p>	<p>岡山県精神保健福祉センター等 保健課 各保健推進室</p>

項目	取組	関係機関・関係課
<b>6. 自殺予防のための社会的取組の強化</b>		
(1) 地域における相談体制の充実と支援策、相談窓口情報等の分かりやすい発信	<p>○「生きる支援」への総合的な対応、全職員一丸となった取組を推進するため、生きる支援推進本部を中心として、職員研修や情報共有など全庁的な取組を行う。</p> <p>○広報くらしき「相談のページ」等、市ホームページ、マスメディア等で発信する。</p> <p>○必要な支援機関につなげるため名刺サイズの相談窓口カードの配布・設置する。</p> <p>○ゲートキーパーに協力する企業・団体等を「こころの応援団」として認定する。</p>	愛育委員会 等 市役所 保健課
(2) 多重債務の相談窓口の整備	<p>○多重債務に関して、消費生活相談員が電話及び面接による相談を実施し、必要な機関を紹介する。</p> <p>○弁護士・司法書士による無料法律相談を実施する。</p>	岡山弁護士会 岡山県司法書士会 生活安全課 消費生活センター
(3) 失業者、若者等未就職者、就業者に対する相談窓口の充実	<p>○就業や生活の相談・支援等を目的として「ワークプラザたましま」「職業情報提供コーナー」「内職あっせん所」「ライフサポートセンター」を設置し、雇用を促進するとともに、求人者や就業者の相談に対応したり情報提供をする。</p>	労働政策課
(4) 経営者に対する相談事業の充実	<p>○景気の変動に左右されやすい中小企業のために経営安定化等に必要な資金の融資及び保証料補給を行うとともに、経営基盤の強化や新たな事業展開を図る中小企業への資金調達等の支援を行う。</p> <p>○中小企業の事業運営を支援する団体に対する支援や、経営上の専門的な課題を解決する専門家による相談業務等により、中小企業の安定的な事業運営を支援する。</p>	商工会議所 商工課
(5) 介護者への支援の充実	<p>○家庭介護教室を開催。また、高齢者支援センターにおいて家庭介護教室を開催。また、介護者からの相談に対応。</p>	高齢者支援センター 地域包括ケア推進室
(6) いじめ等子どもの悩みについて相談	<p>○学業・交友関係・不登校・育児・しつけ・進路等子どもに関する相談</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・相談電話</li> <li>・教育相談</li> <li>・ヤングテレフォン</li> </ul>	教育委員会
(7) 障がい者虐待への支援	<p>○障がい者への虐待を防止するため、24時間365日対応の相談窓口を設置するとともに一時保護用の居室を確保する。</p>	福祉援護課

<p>(8) 高齢者の権利擁護</p>	<p>○高齢者虐待相談に応じる専門員の配置や、法的判断を必要とするケースに対応するため法律専門家とのアドバイザー契約を結び、高齢者虐待に対応する。</p> <p>○認知症高齢者等判断能力の十分でない人に代わり、財産管理や身上監護に関する契約等の法律行為全般を行う成年後見制度について、申立人がいない場合の市長申立の手続きを行う。</p>	<p>福祉援護課 各保健福祉センター 福祉課</p>
<p>(9) 犯罪被害者等への支援</p>	<p>○犯罪被害者等が直面している問題について、相談に応じる等の必要な支援を行う総合相談窓口を設置するとともに、犯罪被害者等を地域社会で孤立させないように犯罪被害者等の置かれている状況や支援について、市民等の理解を深めるための広報、啓発活動を推進する。</p>	<p>生活安全課</p>
<p>(10) 配偶者からの暴力等被害者への支援</p>	<p>○相談員が、電話等で配偶者の暴力、家族、人間関係等、様々な悩みごとの相談に応じて、専門機関等の情報提供を行う。</p> <p>○女性の弁護士による法律相談を実施する。</p>	<p>男女共同参画課</p>
<p>(11) 生活困窮者への支援</p>	<p>○生活困窮者に対して、自立相談支援事業の実施、住居確保給付金の支給、一時生活支援事業、学習支援事業などを行うことによって、自立支援体制を充実する。</p>	<p>福祉援護課 倉敷市生活自立相談支援センター</p>
<p>(12) 生活保護制度による支援</p>	<p>○困窮の程度に応じて必要な保護を行い最低限度の生活を保障する。</p>	<p>生活福祉課 各保健福祉センター 福祉課</p>
<p>(13) 自殺予防に関する電話</p>	<p>○つらい思いをされている方の電話相談を年中無休で実施。</p> <p>○毎月10日、フリーダイヤルの電話相談を実施。</p> <p>○自殺を考えている者や自死遺族等に対する相談支援支援体制の充実等</p>	<p>いのちの電話協会 岡山県自殺予防情報センター</p>
<p>(14) 日常生活自立支援事業</p>	<p>○認知症高齢者や知的障がい、精神障がいの方々が、地域で安心して生活が送れるように、福祉サービスの利用手続きや日常生活に必要な金銭管理を行う。</p>	<p>社会福祉協議会</p>

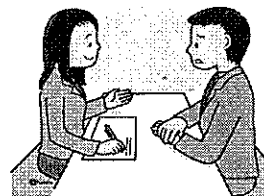
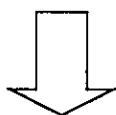
## 自殺予防のための社会的取組の強化

～倉敷市生活困窮者自立支援調整会議～

P26の(11)生活困窮者への支援について、市では、「倉敷市生活自立相談支援センター」を設置し、関係機関と調整会議等を通じて、ネットワークの構築を図っています。多様で複雑な問題を抱える人への支援について他方面から検討を行い、包括的な支援が継続的に実施できるよう調整を行なっています。

この取組により、関係機関の役割の相互理解が進み、より積極的な支援につながっています。また、関係者に、「気づく」・「傾聴する」・「つなぐ」・「見守る」というゲートキーパーとしての役割を意識して日常業務にあたる気運が芽生えています。

### 倉敷市生活自立相談支援センターによる相談支援



### 倉敷市生活困窮者自立支援調整会議の開催

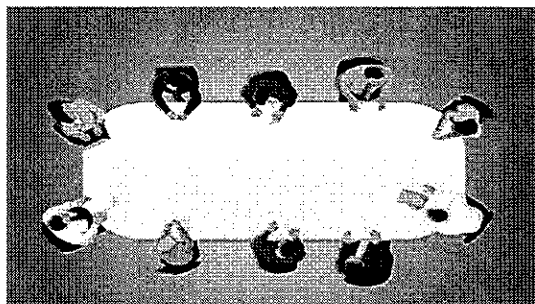
【開催方法】・定例開催⇒月1回 ・困難ケース⇒随時開催

【内容】・支援プラン内容の協議

- ・関係機関とのプラン内容の共有
- ・プラン内容における関係機関の役割分担
- ・プラン終結時の評価、確認

【支援調整会議メンバー】

- ・倉敷市生活自立相談支援センター
- ・庁内関係課
- ・専門職（医師・保健師・精神保健福祉士等）
- ・社会福祉協議会
- ・サービス事業者（高齢者・障がい者）
- ・民生委員等（必要に応じて）
- ・本人や家族、キーパーソン（必要に応じて）





項目	取組	関係機関・関係課
<b>7. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ取組の強化</b>		
(1) 救急医療機関との連携	○「自殺未遂者支援事業」により、救急医療機関に搬送された自殺未遂者が再度の自殺企図を防ぐために連携して、自殺未遂者の支援を行う。	救急医療機関 保健課 各保健推進室
(2) 家族等の身近な人の見守りに対する支援	○自殺未遂者の家族等に対する支援を行い、また関係機関との連携体制を構築しつつ支援をする。 ○家族等の身近な人からの相談に対応する。	保健課 各保健推進室

<b>8. 自死遺族等に対する支援</b>		
(1) 遺族等のケア	○自死遺族の会（わかちあいの会）を実施。 ○遺族等の身近な人からの相談に対応する。	県保健所 保健課 各保健推進室
(2) 遺族等のための情報提供	○自死遺族の会（わかちあいの会）について市ホームページに掲載、チラシを設置するなど情報提供を行う。	保健課

<b>9. 自殺対策に関する活動を行う民間団体の当該活動に対する支援</b>		
(1) 地域における連携体制の確立	○倉敷市自殺対策ネットワーク会議を設置し、連携・推進体制を強化する。	保健課
(2) 民間団体の取組に対する支援	○民間団体が実施する講演会や事業等について広報の協力等をする。	保健課

## 9. 倉敷市自殺対策体系と重点的な取組について

倉敷市の自殺対策の取組については、事前予防・自殺発生の危機対応・事後対応と体系化し、特に自殺を未然に防ぐことができるよう、市民一人ひとりがゲートキーパーとしての役割を担うことを目指します。

