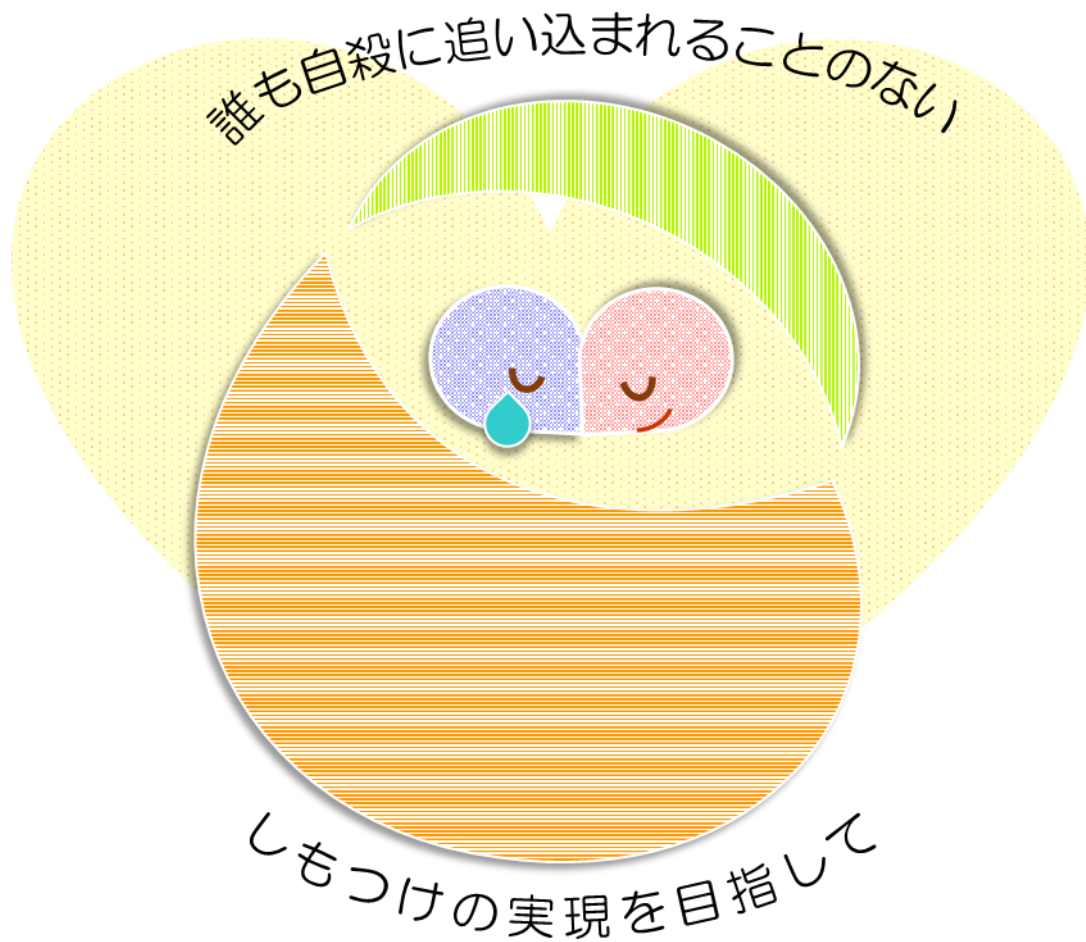


いのち支える下野市自殺対策計画

【概要版】

計画期間：平成31（2019）年度～平成35（2023）年度



平成31（2019）年3月

栃木県下野市

1 計画策定の趣旨等

●計画策定の趣旨

我が国の自殺者数は、平成10（1998）年から年間3万人を超える深刻な状態でありましたが、平成18（2006）年に「自殺対策基本法」が制定され、国を挙げて自殺対策を総合的に推進した結果、平成29（2017）年の自殺者数は2万1千人台へと大きく減少しました。

しかしながら、国際的に見ても、自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺による死亡率）は、主要先進7か国の中で最も高く、依然として深刻な状況であり、本市においても、毎年10人前後の方が自ら尊い命を落とされています。

平成28（2016）年に「自殺対策基本法」が改正され、地域間格差を解消し誰もが等しく支援を受けられるよう、県及び市町村が自殺対策計画を策定することとされました。本市では、これを受け、「誰も自殺に追い込まれることのないしもつけ」の実現を目指し、今後5年間の自殺対策の方向性を示す「いのち支える下野市自殺対策計画」を策定しました。

●自殺対策の基本方針

平成29（2017）年7月に閣議決定された「自殺総合対策大綱」を踏まえ、本市では次の5項目を自殺対策における「基本方針」として計画の推進を図ります。

1 「生きることの包括的な支援」としての自殺対策を推進する

「生きる支援」につながる各種取組を広く自殺対策と捉え、「生きることの包括的な支援」として推進します。

2 関係機関との有機的な連携による取組を推進する

自殺は、健康問題、経済・生活問題等の様々な要因が複雑に関係していることから、「生きる支援」に関連する施策を効果的に展開するとともに、関係機関・団体等と連携・協働し、適切な支援を迅速かつ十分に受けられる仕組みづくりを推進します。

3 ケースや対応レベルに応じ、さまざまな施策を効果的に連動させる

自殺対策は、内容や状況に応じ対応のレベルを、「対人支援のレベル」、「地域連携のレベル」、「社会制度のレベル」という、3つのレベルに分け、それぞれのレベルにおける取組みを総合的に推進します。

4 実践的な取組と啓発を両輪で推進する

自殺に追い込まれるという危機に陥った場合、誰かに援助を求めることが重要であるということを積極的に普及啓発するとともに、地域全体で自殺を考えている人のサインに早く気づき、専門家につなぎ、その指導を受けながら見守っていけるよう広報活動、教育活動等に取組めます。

5 関係者の役割を明確化し、関係者同士が連携・協働により推進する

市をはじめ、医療、教育、福祉、企業、行政機関が連携・協働して自殺対策を総合的に推進することが必要であるため、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・協働の仕組みを構築します。

●計画の位置づけ

本計画は、平成28（2016）年に改正された「自殺対策基本法」に基づき、国の定める「自殺総合対策大綱」の趣旨を踏まえて、同法第13条第2項に定める「市町村自殺対策計画」として策定するものです。

また、平成30（2018）年3月に策定した第3次下野市健康増進計画「健康しもつけ21プラン」における基本目標1「健康に関する生活習慣の改善」を推進するための「休養・ころ」の施策と併せて実施します。

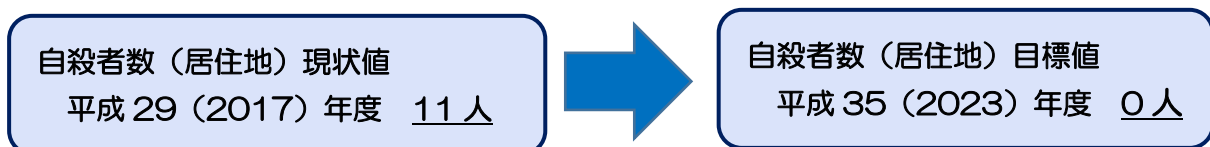
●計画の推進期間

平成31（2019）年度から平成35（2023）年度までの5年間とします。

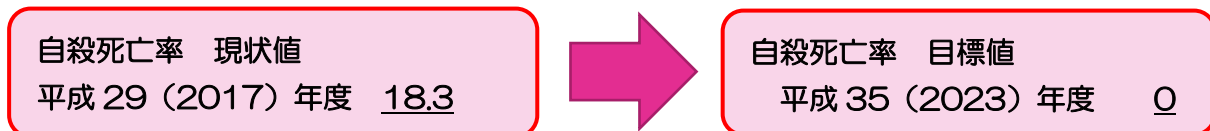
●計画の数値目標

本市では、平成30（2018）年3月に策定した第3次下野市健康増進計画「健康しもつけ21プラン」において、平成34（2022）年度の目標値を0人としていることから、本計画の最終年度の平成35（2023）年度までに、年間自殺者数についても0人とすることを目標に掲げます。

下野市の自殺者数の目標値



下野市の自殺死亡率の目標値

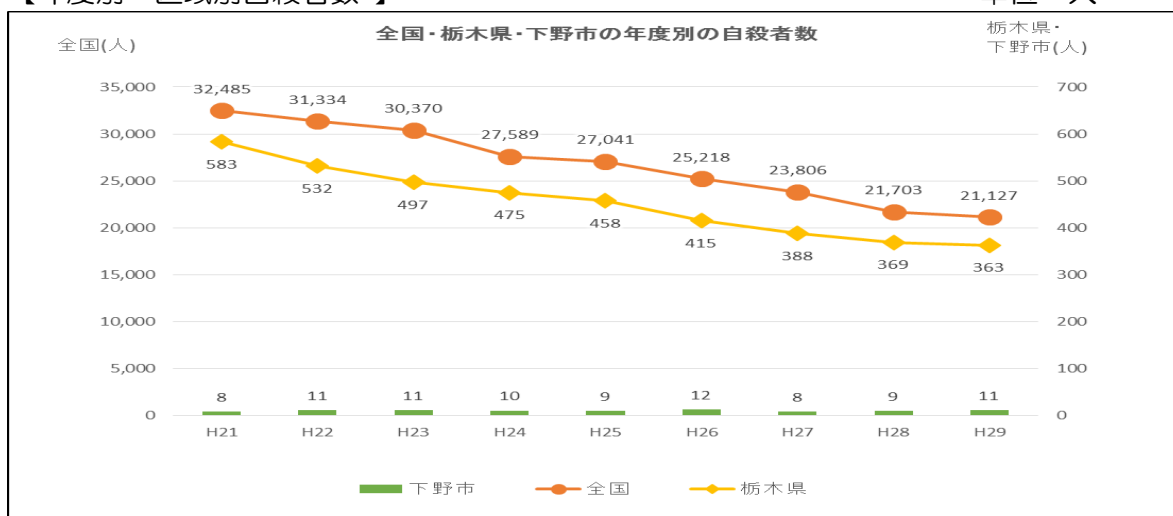


2 本市における自殺の動向と課題

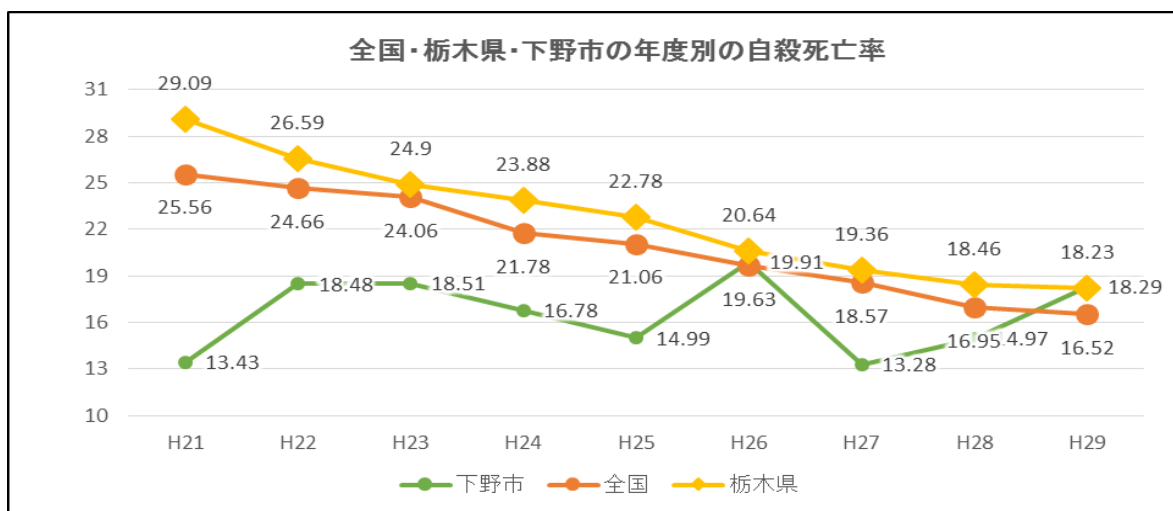
●自殺者数・自殺死亡率の推移

【年度別・区域別自殺者数】

単位：人



【年度別・区域別自殺死亡率】 単位：人口10万人当たりの自殺による死亡率

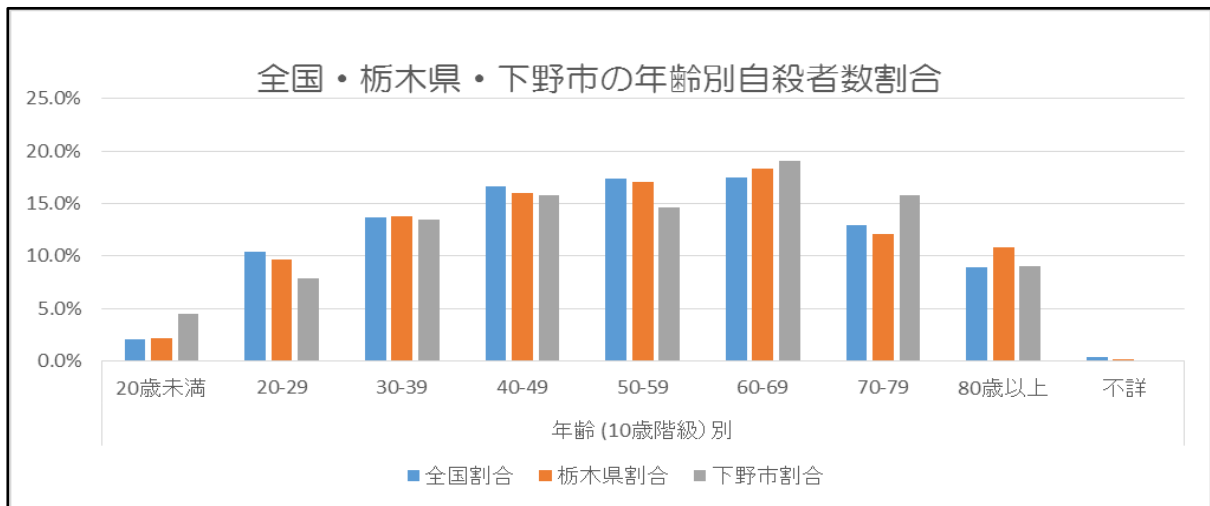


自殺者数は、全国や県では、年々減少傾向となっていますが、本市の自殺者数は、毎年10名前後でほぼ横ばいで推移しています。

自殺死亡率は、全国や県では、年々減少傾向となっていますが、本市の自殺死亡率は、約13.0～19.0の間で推移しており、近年では増加傾向にあります。

●年齢別自殺者数

H21～H29 年度	年齢(10歳階級)別								
	20歳未満	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70-79	80歳以上	不詳
全国合計人数(人)	5,030	25,092	33,009	39,990	41,920	41,960	31,130	21,556	986
全国割合	2.1%	10.4%	13.7%	16.6%	17.4%	17.4%	12.9%	9.0%	0.4%
栃木県合計人数(人)	88	395	564	654	697	746	492	443	1
栃木県割合	2.2%	9.7%	13.8%	16.0%	17.1%	18.3%	12.1%	10.9%	0.0%
下野市合計人数(人)	4	7	12	14	13	17	14	8	0
下野市割合	4.5%	7.9%	13.5%	15.7%	14.6%	19.1%	15.7%	9.0%	0.0%



自殺者の年齢は、全国や県では、「50歳～69歳」が最も多い状況です。本市も「60歳代」が最も多いのですが、「40歳代」「50歳代」「70歳代」も同じ割合で多いのが特徴です。また、「20歳未満」の割合と「70歳代」の割合が全国や県と比較して高い傾向にあります。

●市民意識調査

本計画の策定するにあたり、自殺に対する市民の意識などの実態を把握するため「こころの健康に関する市民意識調査」を実施しました。

[対象者] 市内在住の16歳から79歳までの700名（無作為抽出）

[調査時期] 平成30年9月

[調査方法] 質問票を郵送にて配布し、回収は郵送。

[回収率] 32.1%（配布700通、回収225通）

●現状と課題

（1）高齢者への対策

自殺者数を男女別に比較すると、全国、県と同様女性よりも男性の方が2倍近く多いが、60歳以上の女性における割合は、全国や県と比較すると高い傾向にあるため、60歳以上の男女が気軽に相談できる居場所づくりをさらに充実する必要があります。

（2）若年層への対策

自殺者数を年齢別に比較すると、20歳未満の割合は、全国や県と比較すると高い傾向にあるため、中学生からストレスとの上手な付き合い方を学ぶ「こころの健康教室」を引き続き実施するとともに、相談場所の周知、児童生徒からのSOSに気づくことができるよう、教職員を対象としたゲートキーパー養成講座を実施する必要があります。

（3）働き盛りの人への支援

市民意識調査結果から、「どんな事で日ごろストレスを感じますか」との設問で、「健康のこと」と答えた人の割合は全体の35%で一番多く、このうち40歳代が60%を占めました。このため、40歳代の働き盛りの体調管理のサポートとして、健康相談の受入れや、健康診断の勧奨、生活習慣病の改善を「健康しもつけ21プラン」の事業と連携して実施する必要があります。

3 いのち支える基本施策

★は新規項目

本市では、市の自殺実態や市民意識調査の結果を踏まえ、かつ自殺対策の基本方針に則り、「誰も自殺に追い込まれることのないしもつけ」の実現を目指し、以下の7つの施策を展開します。

【いのち支える基本施策1】地域におけるネットワークの強化

- ★下野市自殺予防対策連絡会議の開催（新規）
- ★（仮称）下野市地域自殺対策ネットワーク協議会の設置（新規）
- ★医師会、自治会長連絡協議会、民生委員児童委員協議会、人権擁護委員会、商工会との連携強化（新規）

★こころつながりシート

支援対象者に対する情報を共有し、切れ目のない支援を実現できるよう、庁内・庁外の関係機関が共通して使用できる相談票

- ・生活困窮者自立支援事業（社会福祉協議会）との連携強化（継続一部新規）

【いのち支える基本施策2】自殺対策を支える人材の育成

- ★市職員及び教職員対象のゲートキーパー養成講座の実施（新規）
- ★医師会、自治会長連絡協議会、民生委員児童委員協議会、人権擁護委員会、商工会などの民間・ボランティア団体、自殺対策を推進するために共有化を図る必要がある他の組織を対象とした、ゲートキーパー養成講座の実施（新規）
- ★市内の小規模事業所向けのゲートキーパー養成講座の実施（新規）
- ★市民向けのゲートキーパー養成講座の実施（新規）

【いのち支える基本施策3】市民への啓発と周知

- ★相談先情報を掲載したリーフレットを新成人や市内金融機関等への配布（新規）
- ★自死遺族支援の情報が掲載されたリーフレットの配布（新規）
- ★市ホームページにおける「こころつながりシート」の啓発（新規）
- ★市で開局するラジオ放送など各種メディア媒体を活用した啓発活動（新規）
- ・リーフレット等啓発物の作成と周知（継続）

【いのち支える基本施策4】生きることの促進要因への支援

- ★「障がい者相談支援センター」を基幹型相談支援センターとして新たに位置付け、相談窓口の周知や相談支援体制の充実（新規）
- ・高齢者の居場所活動として実施しているサロン等の地域支援事業の充実（継続）
- ・「こころの健康相談」の実施（継続）

- ・「メンタルヘルスポランティア講座」の実施（継続）
- ・「生後4か月までの全戸訪問事業」の実施（継続）
- ・「ファミリー・サポート・センター」や「子育て支援センター」の実施（継続）
- ・「生活困窮者自立相談支援事業」の実施（継続）

【いのち支える基本施策5】若年層への支援の強化（重点施策）

- ★「SOS の出し方に関する教育」の方法を栃木県と共に学校を通して推進。（新規）
- ★若年層への周知の強化のため、相談機関が掲載されたリーフレットの配布。（新規）
- ★子どもや子育て世帯への支援に関する会議等において、若年層の生きる支援を協議の議題に挙げ検討することで、自殺対策との連携を強化。（新規）
- ★育児不安の軽減と産婦の心身の安定を図るための産後ケア事業の実施。（新規）
- ★保育所、児童館、子育て支援センター等、子どもや保護者と接する機会のある職員を対象としたゲートキーパー養成講座の実施。（新規）
- ・ストレスとの付き合い方を学ぶ「こころの健康教室」を中学2年生の生徒全員を対象に実施。（継続）
- ・子どもの教育上の悩みや心配事に関する教育相談（学校教育サポート事業）の実施。（継続）
- ・こころの健康相談や栃木いのちの電話等、市内外の相談機関窓口の周知の強化。（継続）
- ・妊娠・出産から就学後まで一貫した支援の推進（新規・継続）
- ・産後健康診査、エジンバラ産後うつ病質問票等を活用した支援の実施。（継続）
- ・要保護児童対策地域協議会での特定妊婦、要支援児童など支援が必要な家庭の把握や育児不安、虐待を抱える家庭への個別支援の実施（継続）

【いのち支える基本施策6】高齢者への支援の強化（重点施策）

- ★医師会と健康増進課、高齢福祉課が連携をとり自殺のリスクが高いと思われる人へ早期に介入し、必要な支援先へとつなぐ取組の検討（こころつなぐシートの活用）（新規）
- ★地域包括ケア等担当職員対象のゲートキーパー養成講座の実施（新規）
- ・認知症家族交流会における、介護者同士の悩みの解消や、リフレッシュ、情報交換の場の提供（継続）
- ・民生委員児童委員に対するゲートキーパー養成講座受講の推奨（新規）
- ・趣味の活動や仲間づくりの場を提供する「地域ふれあいサロン」の充実（継続）
- ・サロン活動等に参加できない人が、安心と充足を感じながら過ごすことのできる居場所を構築できるよう支援する生活支援コーディネーターの活用。（継続）

【いのち支える基本施策7】「生きる支援関連施策」の実施

本市では、自殺対策とは「生きることの包括的な支援」であるとの基本方針から、既存事業を最大限に活かして、自殺対策の視点を加えた「生きる支援関連施策」101項目の事業を全庁的に実施します。

「生きる支援関連施策」は、個々の事業の実施が自殺の減少という「結果」となってすぐに現れるわけではないため、全体の目標値を「健康しもつけ21プラン」における「休養・こころ」の目標値を評価目標とします。

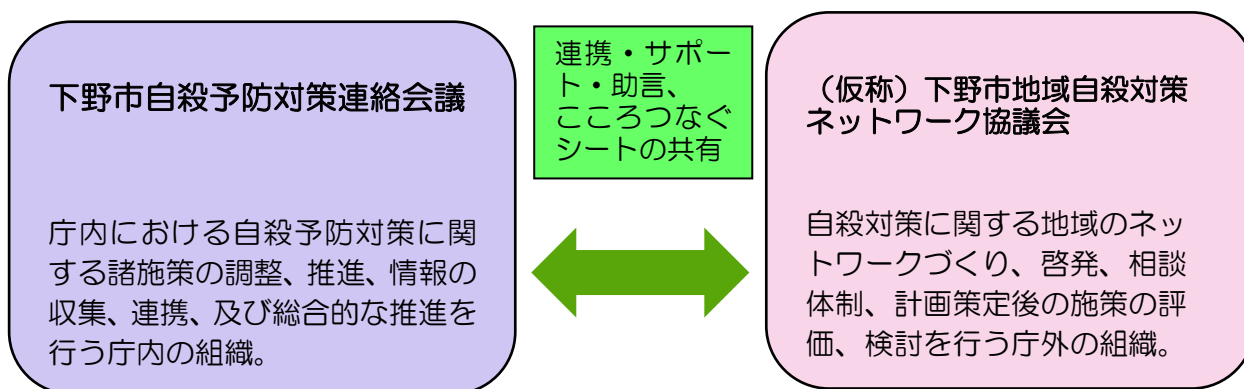
「健康しもつけ21プラン」「休養・こころ」の目標値参照

評価目標	現状値 平成 28 (2016) 年度	目標値 平成 34 (2022) 年度
睡眠で休養が十分にとれていない人の割合の減少	23.9%	15%以下
ストレスを大いに感じている人の割合の減少	16.4%	13%以下
自分なりのストレス解消法がある人の割合の増加	70.2%	80%以上

4 自殺対策の推進体制

「誰も自殺に追い込まれることのないしもつけ」の実現を目指して、関係機関ならびに民間団体等と緊密な連携を図るとともに、さまざまな関係者の知見を活かし、自殺対策を総合的に推進します。

そのため、(仮称)下野市地域自殺対策ネットワーク協議会を設置し、自殺対策計画策定後における庁外の関係機関ならびに民間団体等と緊密なネットワークづくりを行います。協議会は「こころつながりシート」の活用法を検討し、また実践していくとともに、自殺対策計画に基づいた各種施策の進捗状況の評価や検討を行うものとして位置づけます。



いのち支える下野市自殺対策計画（概要版）

誰も自殺に追い込まれることのない

しもつけの実現を目指して

計画期間：平成 31（2019）年度～平成 35（2023）年度

平成 31（2019）年 3 月

編集・発行 下野市健康福祉部健康増進課

〒329-0492 下野市笹原 26 番地

電話 0285-32-8905

FAX 0285-32-8604

メールアドレス kenkouzoushin@city.shimotsuke.lg.jp