

# 砺波市自殺対策計画

～誰も自殺に追い込まれることのない砺波市を目指して～

## 概要版

国は、平成28年に「自殺対策基本法」を改正し、地方自治体に自殺対策計画策定を義務付けるとともに、全ての人がかけがえのない個人として尊重され、生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、国を挙げて自殺対策を総合的に推進しています。

本市においても、自殺対策を総合的かつ効果的に推進するための計画として「砺波市自殺対策計画」を策定し、本市の自殺防止対策の指針とします。

## 基本理念と基本方針

こころも身体も健康で 一人ひとりに寄り添い  
ともに支え合うまち

1 生きることの  
包括的な支援  
として推進

2 関連施策との  
有機的な連携による  
総合的な対策の推進

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

4 実践と啓発を  
両輪として推進

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

## 計画の期間と数値目標

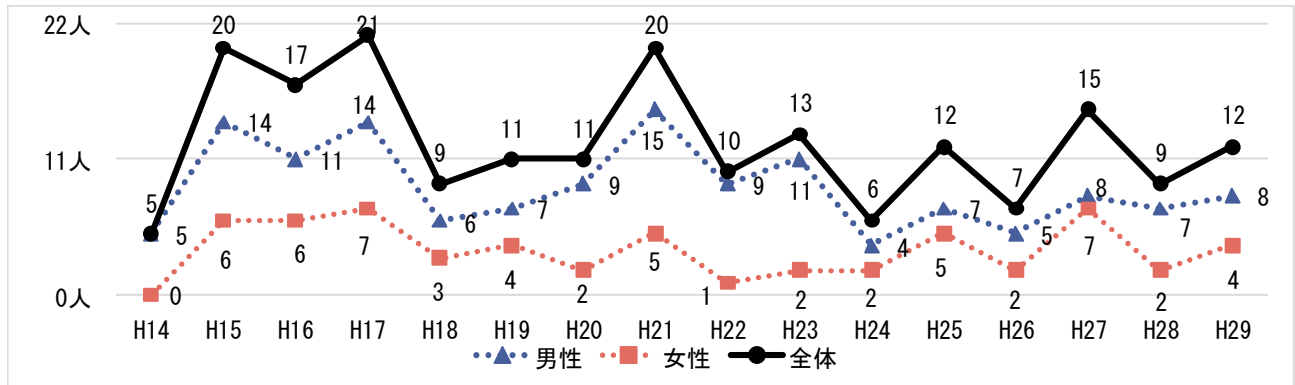
平成31年度から平成35年度までの5か年計画とします。

項目	基準年 (平成28～29年平均)	本計画の目標値 (平成33～34年平均)	(参考)第2次計画の目標値 (平成38～39年平均)
自殺死亡率 (人口10万人あたり)	21.4	17.1以下(20%減少)	12.8以下(40%減少)
自殺者数	11人	8人以下	6人以下

# 自殺の現状と課題

## 自殺者数の推移

本市の自殺者数は、平成 22 年以降は 15 人を超えることはなく、近年では 10 人前後となっています。



資料:人口動態統計

## 現状から見た課題

本市の自殺の特徴や、20 歳以上の市民と市民の健康づくりに関わる機会の多い団体等の方を対象としたアンケート調査を行い課題を整理しました。

アンケート調査では、これまで自殺を考えたことがない人の特徴として「地域の人や友人・知人との交流あるいは地域行事や趣味活動へ参加している」ことが示されました。

地域の関係団体とネットワークを強化することが必要です。

孤立を防ぐための地域づくりが必要です。

アンケート調査では4割の人が、自殺対策事業に関与しても良いと回答していました。一方、ゲートキーパー研修を受けた人はほとんどみられませんでした。

地域で悩んでいる人に気づき、適切な傾聴を行い、相談窓口につなぐゲートキーパーとなる人材の養成を強化することが必要です。

近年の本市の自殺者数は 10 人前後で推移していますが、アンケート調査では市民の7人に1人が「これまでに本気で自殺したいと考えたことがある」と回答していました。

自殺に追い込まれるという危機が「誰にでも起こり得る危機」であることについて市民の理解促進を図り、悩みを抱えた人が必要な支援を受けられるように、情報提供体制を充実させることが必要です。

本市の年齢別自殺者数は、高齢者が多くなっています。また、アンケート調査では、ストレスを感じる人、うつ傾向がある人、自殺念慮がある人は若い世代や勤労世代に多い実態が示されました。

高齢者、勤労者、若年層における自殺対策を推進していくことが必要です。

アンケート調査では、これまで自殺を考えたことがある人の特徴として、うつ傾向がある人が多いことが示されました。

抑うつ状態の人を早期発見し、早期に適切な治療に繋ぐことが必要です。

過去5年間では、20 歳未満の自殺者はいませんでした。

今後も継続して児童生徒が命の大切さを実感できる教育やストレスへの対処方法を身につけるための教育を推進していくことが必要です。

# 基本施策と個別施策（★重点施策）

## 基本施策 1 地域におけるネットワークの強化

自殺の多くは、家庭や学校、職場の問題、健康問題などの様々な要因が関係しており、地域の多様な関係者が連携、協力していくことが大変重要です。このため、自殺対策に係わる関係機関等の連携を図り、ネットワークを強化します。

- (1) 砺波市健康づくり推進協議会の拡充
- (2) 関係機関・団体等との連携の強化

## 基本施策 2 自殺対策を支える人材の育成

自殺対策を支える人材の育成は、対策を推進する上での基礎となる重要な取組です。様々な専門家や関係者だけでなく、市民に対しても研修等を開催することで、地域のネットワークの担い手・支え手となる人材を幅広く育成します。

- (1) ゲートキーパーの養成 ★1
- (2) 相談窓口職員等を対象とした研修

## 基本施策 3 市民への啓発と周知

相談機関等に関する情報を、様々な接点を活かして市民に提供します。また、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」であり、「誰もが当事者となり得る重大な問題であること」について市民の理解促進を図ります。

- (1) 自殺対策に関する相談窓口の情報提供の促進 ★2
- (2) 自殺予防週間における普及啓発
- (3) 講演会・イベント等による市民への理解促進

## 基本施策 4 生きることの促進要因への支援

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」よりも、失業や多重債務、生活苦等の「生きることの阻害要因」が上回った時、自殺に追い込まれる危険性が高まります。そのため、「生きることの促進要因」を強化する、様々な取組を進めます。

- (1) 地域ぐるみでの自殺対策の推進 ★3
- (2) 相談窓口支援体制の充実
- (3) 若年層対策の推進 ★4
- (4) 高齢者に向けた支援 ★5
- (5) 生活困窮者への支援
- (6) 職場における自殺対策の推進 ★6
- (7) うつ対策の推進 ★7
- (8) 遺された人への支援

## 基本施策 5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

困難やストレスに直面した児童生徒が信頼できる大人に助けを求める声を上げられるよう、児童生徒のSOSの出し方に関する教育を進めるとともに、周囲の大人がしっかりと受け止められる体制を整備します。

- (1) 命の大切さやSOSの出し方に関する教育の推進
- (2) 児童生徒からのSOSに対応する受け皿の整備

# 計画の推進

## 計画の進捗管理

計画を具体的かつ効率的に推進していくために、重点施策に係る本計画の主な評価指標を下表のとおりとし、砺波市健康づくり推進協議会等において計画目標の達成状況及び施策の進捗状況について評価し、より効果的な取組を推進します。

評価項目	現状値 平成29年度	目標値 平成35年度
ゲートキーパー受講者数(累積)	720人	1,200人
相談先情報を掲載したリーフレットの手渡し配布数	実施なし	1,000枚/年
地域総合福祉推進事業(ケアネット活動)のケアネットチーム数	248チーム	275チーム (平成33年度* <sup>1</sup> )
ふれあい・いきいきサロン数	149サロン	165サロン (平成32年度* <sup>2</sup> )
子育て支援センター利用者数	39,316人/年	52,000人/年 (平成33年度* <sup>1</sup> )
育児相談利用者数	736人/年	780人/年
いきいき百歳体操自主グループ数	68カ所	100カ所以上 (平成33年度* <sup>1</sup> )
とやま健康企業宣言事業所数	12事業所	増加 (平成34年度* <sup>3</sup> )
砺波地域産業保健センター* <sup>4</sup> が実施する事業者や労働者を対象としたところの相談件数	2件	増加
認知症カフェ会場数 認知症カフェ参加者数	5会場 467人	7会場 650人 (平成32年度* <sup>2</sup> )

\*<sup>1</sup> 第2次砺波市総合計画と合わせ、平成33年度とした

\*<sup>2</sup> 砺波市高齢者保健福祉計画(第7期)と合わせ、平成32年度とした

\*<sup>3</sup> 砺波市健康プラン21(第2次)と合わせ、平成34年度とした

\*<sup>4</sup> 労働者数50人未満の小規模事業者やそこで働く方を対象として、保健指導などの産業保健サービスを無料で提供している