



上山市自殺対策計画

平成31年3月
上山市

はじめに

平成18年に「自殺対策基本法」が制定され、自殺は「個人の問題」から「社会の問題」として広く認識されるようになり、平成19年には国において「自殺総合対策大綱」が策定され、総合的に自殺対策を推進した結果、自殺者数は減少傾向に転じてきました。

平成28年4月に自殺対策基本法が一部改正され、都道府県と市町村に自殺対策の策定が義務付けられるとともに平成29年には自殺総合対策大綱が見直され、自殺対策の本質が生きることの支援にあることが改めて示されました。



近年、本市においては、自殺死亡率が国や県より高い傾向にあり、自殺に対する総合的な取り組みが必要不可欠であります。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、防ぐことのできる社会的な問題であるという認識のもと、多様な関係機関との連携による「生きることの包括的な支援」が重要となります。そのため、本市では「誰も自殺に追い込まれることのない上山市」を基本理念とし、保健、医療、福祉、教育、労働などの関連施策との分野横断的な連携体制を強化し、総合的に取り組んでいくために、このたび「上山市自殺対策計画」を策定いたしました。

今後も、本計画に基づいて、こころの健康づくりを含めた総合的な対策に取り組んでまいりますので、関係機関等の皆様にはご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後に、本計画の策定にあたり貴重なご意見をいただきました上山市健康づくり推進協議会委員の皆様をはじめ、関係機関の皆様、アンケート等にご協力いただきました市民の皆様に、心から感謝を申し上げます。

平成31年3月

上山市長 横 戸 長兵衛

目 次

第1章	計画策定にあたって	
1	計画策定の趣旨	1
2	計画の位置づけ	1
3	計画の期間	2
4	計画の目標	2
第2章	上山市における自殺の現状と課題	
1	上山市の年齢階級別の死因	3
2	自殺者数の推移	3
3	自殺死亡率の推移	4
4	アンケート結果	5
5	「地域自殺実態プロファイル（2017）」における主な特徴	10
6	自殺の現状と特徴を踏まえた今後の課題	14
第3章	基本理念と基本的施策	
1	基本理念	15
2	基本的施策	15
3	重点施策	16
第4章	上山市における自殺対策の取組	
1	施策の体系	18
2	具体的な取組	19
第5章	計画の推進体制	
1	計画評価の指標	29
2	計画の推進体制	30

<年度の表記について>

策定時点では平成31年4月より後の元号が決まっていないため、本文中、平成31年3月までは和暦表記と西暦表記を併記し、平成32年以降については、西暦表記としました。

なお、表及びグラフ中については、策定時点の元号での和暦のみの表記を基本としました。

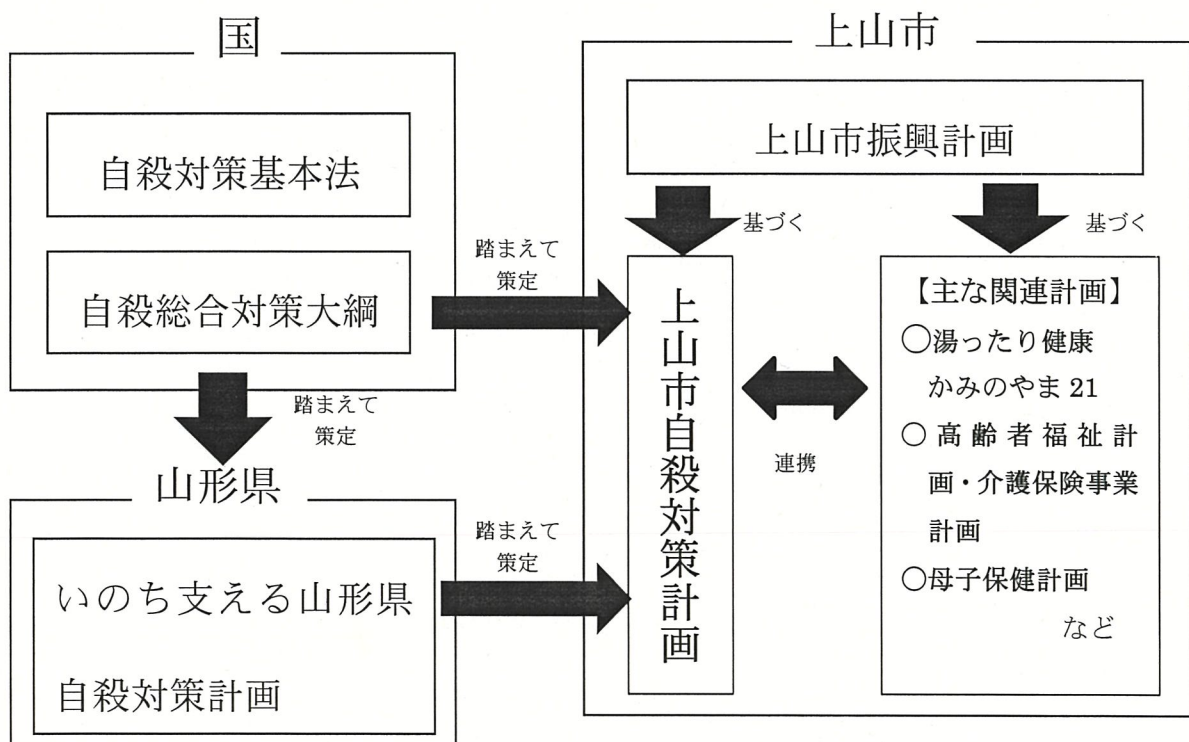
第 1 章 計画策定にあたって

1 計画策定の趣旨

国において、平成 10 年に年間の自殺者が 3 万人を超え、その後も高い水準で推移してきました。平成 18 年に自殺対策基本法（平成 18 年法律第 85 号）が施行され、「個人的な問題」とされてきた自殺が「社会的な問題」と捉えられるようになり、社会全体で自殺対策が進められています。平成 28 年 4 月の一部改正により、地域の実情に即した自殺対策のさらなる取組の推進が明記され、全ての市町村に自殺対策の策定が義務付けられたことから、保健、医療、福祉、教育、労働、その他の関連施策と連携が図られ、「生きることの包括的な支援」を推進し、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指し計画を策定するものです。

2 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法第 13 条第 2 項に基づく市町村計画として、国の「自殺総合対策大綱」及び県の「いのち支える山形県自殺対策計画」の基本的視点を踏まえて策定するものです。



3 計画の期間

平成 31 (2019 年) 年度から 2023 年度までの 5 年間とします。

なお、「自殺対策基本法」又は「自殺総合対策大綱」の改正、その他社会情勢の変化等が生じた場合は、適宜必要な見直しを行うこととします。

4 計画の目標

国は、「自殺総合対策大綱」において、平成 38 年 (2026 年) までに人口 10 万人当たりの自殺者数 (以下、自殺死亡率という) を、平成 27 年と比べて 30% 以上減らし 13.0 以下とすることを目標として定めました。

このような国の方針を踏まえながら、本市の目標値としては、平成 24 年から 28 年の自殺死亡率の平均値 23.1 を、30%以上減少の 16.1 以下を目指すこととします。

	(現状) 平成 24～28 年平均値 (2012～2016 年)	(本計画最終年) 2023 年	(国の目標年) 2026 年
自殺死亡率	23.1	18.6 以下	16.1 以下

【自殺対策の数値目標 (自殺総合対策大綱)】

2026 年までに、自殺死亡率を平成 27 年 (2015 年) と比べて 30%以上減少させることとする。

第2章 上山市における自殺の現状と課題

1 上山市の年齢階級別の死因

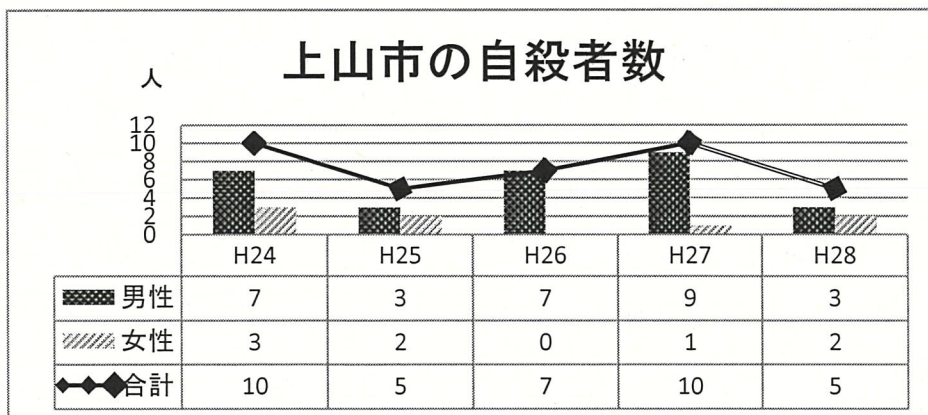
平成28年 年齢階級別の死因

年齢階級	総死亡者数	1位		2位		3位		4位	
		死因	死者数	死因	死者数	死因	死者数	死因	死者数
全年齢階級	504	悪性新生物	145	循環器系疾患	134	呼吸器系疾患	74	老衰	66
0～39歳	2	循環器系疾患	1	自殺	1				
40～44歳	3	悪性新生物	2	循環器系疾患	1				
45～49歳	3	循環器系疾患	1	消化器系疾患	1	不慮の事故	1		
50～54歳	5	悪性新生物	3	循環器系疾患	2				
55～59歳	7	悪性新生物	3	循環器系疾患	1	消化器系疾患	1	不慮の事故	1
60～64歳	19	悪性新生物	11	循環器系疾患	5	呼吸器系疾患	1	自殺	1
65～69歳	31	悪性新生物	23	循環器系疾患	2	自殺	2	呼吸器系疾患	1
70～74歳	35	悪性新生物	15	循環器系疾患	10	呼吸器系疾患	4	糖尿病	2
75～79歳	59	悪性新生物	21	循環器系疾患	17	呼吸器系疾患	11	糖尿病	2
80歳～	340	循環器系疾患	94	悪性新生物	67	老衰	64	呼吸器系疾患	57

(平成28年山形県保健福祉統計年報)

2 自殺者数の推移

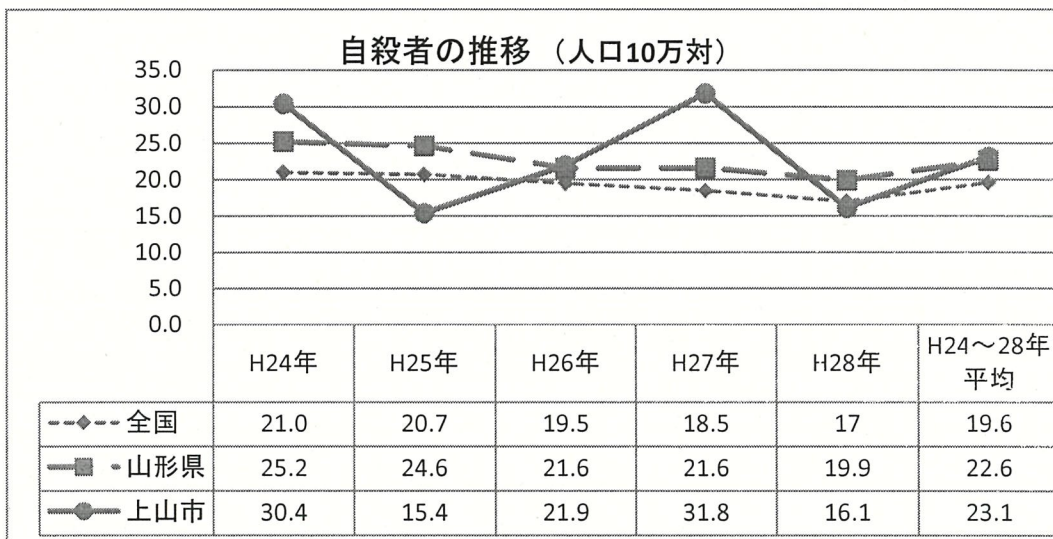
上山市の自殺者数は5～10人の間を推移しており、平成24年から28年の5年間で、37名の自殺者がいました。性別で見ると、男性の自殺者数は総数の推移とおおむね同様に推移しており、自殺者数は男性が多い状況です。女性の自殺者数はほぼ横ばいです。



(厚生労働省人口動態統計・山形県保健福祉統計年報)

3 自殺死亡率の推移

上山市の自殺死亡率は、年によりばらつきがあり、平成28年度は全国、山形県より低い状況ですが、平成24年から28年の平均をしてみると、全国自殺死亡率19.6に対して山形県が22.6、上山市が23.1と全国や県より高い状況にあります。



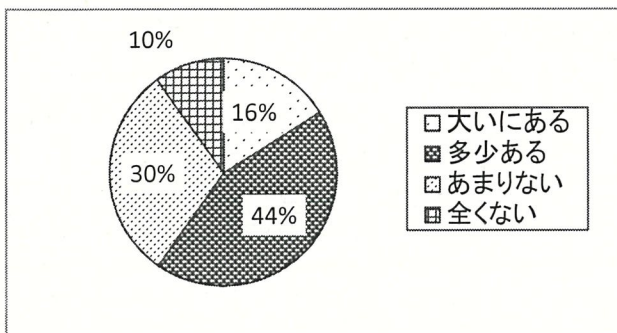
(厚生労働省人口動態統計・山形県保健福祉統計年報)

4 アンケート結果

以下のアンケートは、平成30年度に実施した「湯ったり健康かみのやま21（第二次行動計画）」中間評価に伴う計画見直しに係るアンケート調査結果です。20～64歳282人、65～70歳120人、中学2年～3年446人、乳幼児の保護者176人のアンケート結果です。

(1) 不満・悩み・ストレスについて

中学生

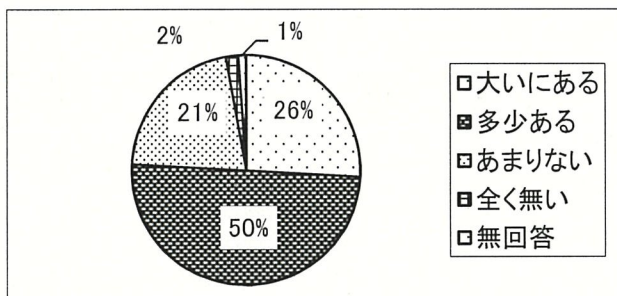


最近1ヵ月の間に不満・悩み・ストレスがあった人の割合は、中学生では60%になっています。

20～64歳の人では76%の人が悩みやストレスを感じています。

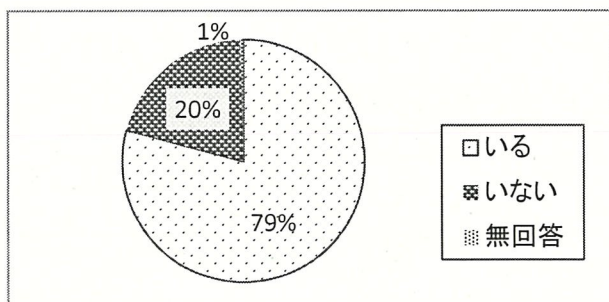
成人以降の方が悩みやストレスを抱えている人が多いことがわかります。

20～64歳



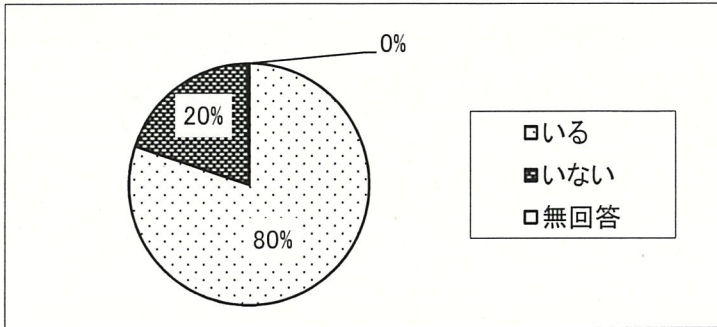
(2) 悩みや困ったことがある時の相談相手

中学生

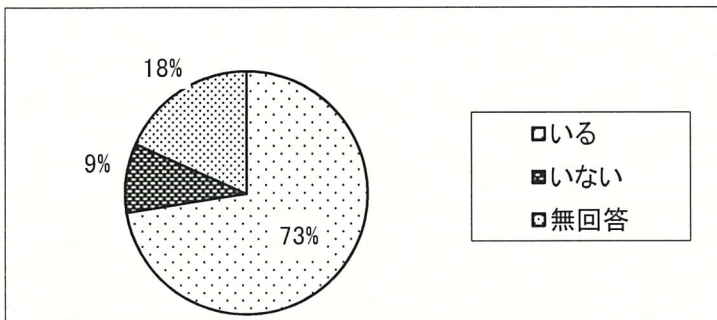


悩みや困ったことがある時の相談相手について、中学生、20～64歳、65～70歳のどの年代においても約8割の人が相談相手がいるという結果でした。

20～64 歳

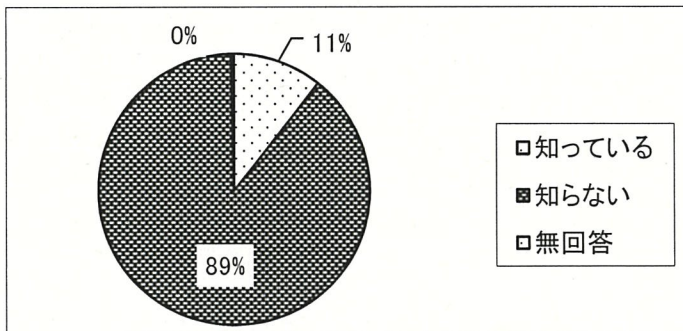


65～70 歳



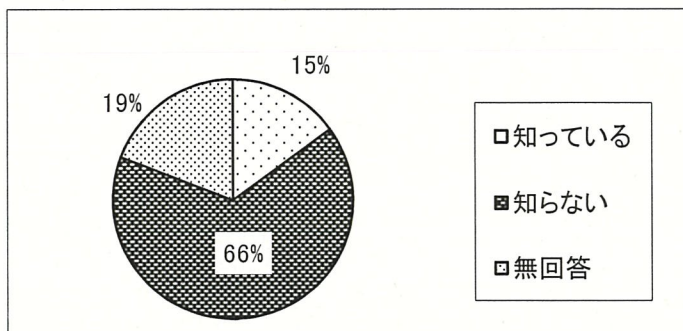
(3) 自殺予防週間、自殺対策強化月間について

20～64 歳



自殺予防週間や自殺対策強化月間について知っている人は 11～15%と低い結果になっています。

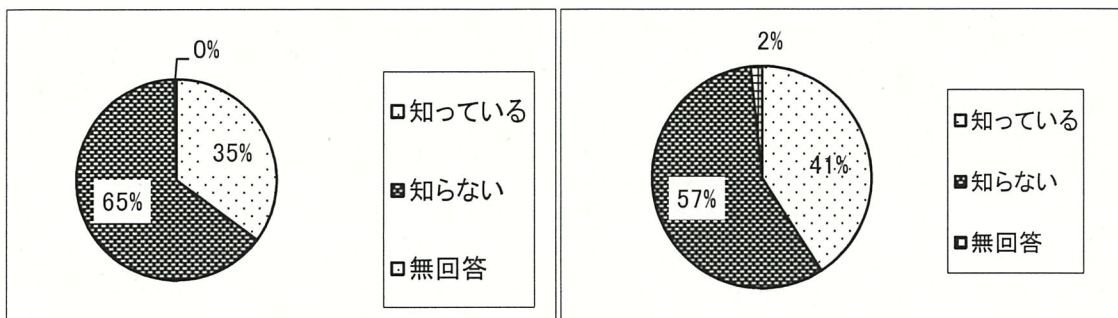
65～70 歳



(4) こころの相談ができる場所について

20～64 歳

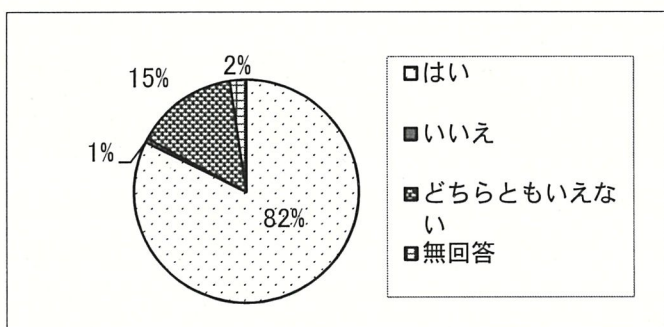
65～70 歳



こころの健康相談ができる場所を知っている人は、約 40% になっています。

(5) 子育ては楽しいか

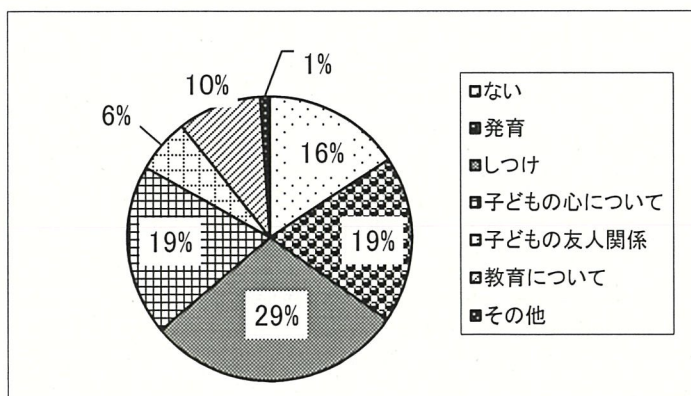
乳幼児の保護者



育児は楽しいと答えた人は、82%と高い傾向にありますが、楽しく思えない人が1%、どちらとも言えない人が15%います。

(6) 困難や不安を感じること

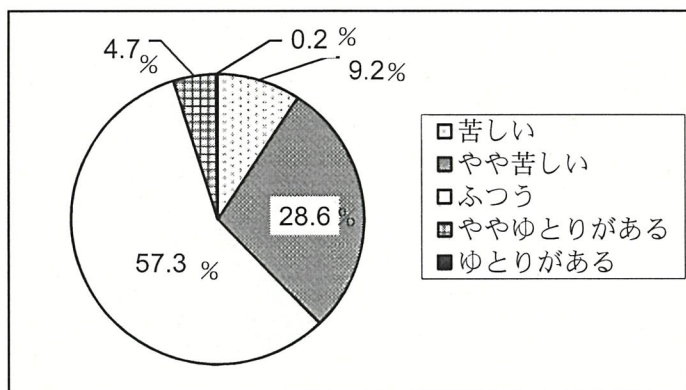
乳幼児の保護者



育児に困難や不安を感じる人がいる人は 83% となっており、何らかの困難や不安を感じている人が多いことがわかります。内容としては、しつけ、発育、子どものこころの順に多い結果となっています。

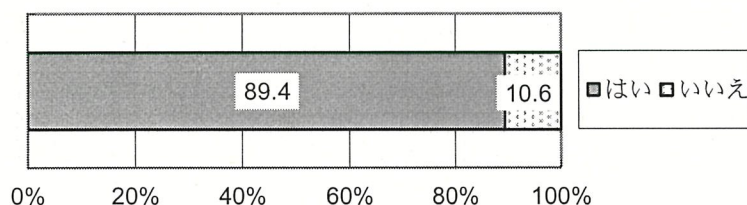
以下のアンケートは、第7期介護保険事業計画の策定の際に実施したものです。対象者は、第1号被保険者（65歳以上80歳未満で施設等に入所していない要介護未認定者）988人で、そのアンケート結果です。

(1) 現在の暮らしの状況を経済的に見てどう感じていますか。(回答者数 945 人)



経済的に苦しい、またはやや苦しいと答えた人は 37.8% でした。

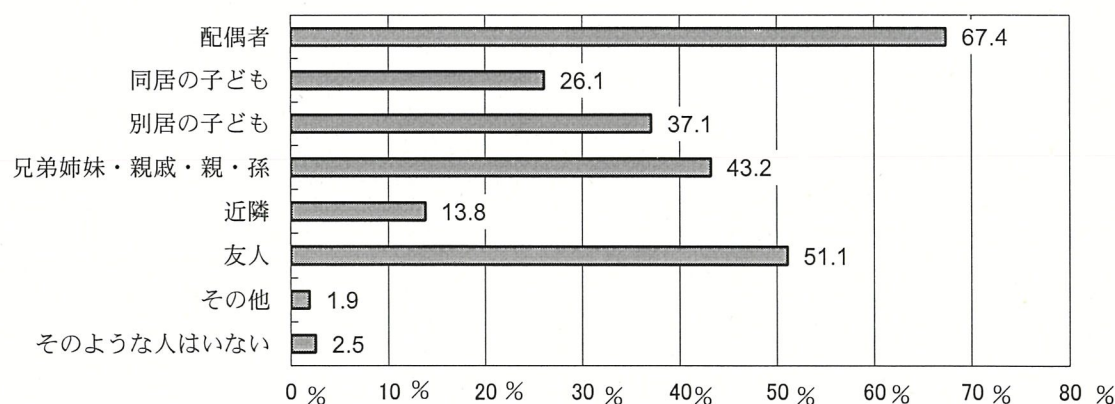
(2) 生きがいはありますか (回答数 961 人)



生きがいがある人は約9割の人でした。

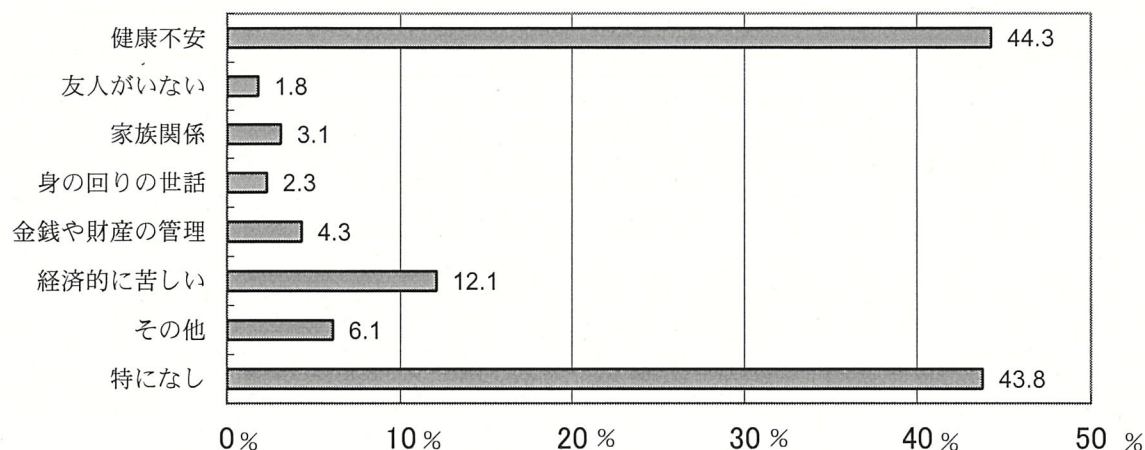
(3) あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人は誰ですか。(いくつでも)

(回答者数 968 人)



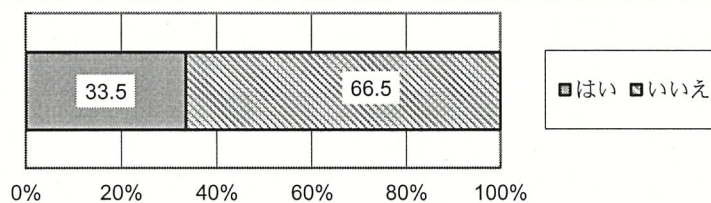
心配事や愚痴を聞いてくれるのは親族や友人などが多いという結果になりました。

(4) あなたの現在の悩みや心配事は何ですか。(いくつでも) (回答者数 933 人)



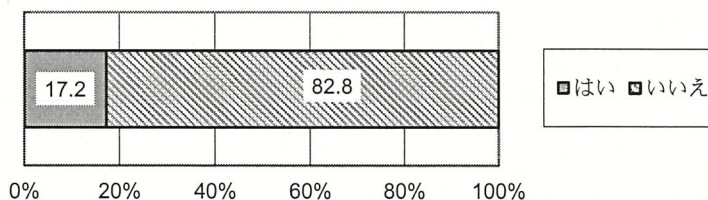
悩みの内容としては、健康に関することが多いことがわかりました。

(5) この1ヵ月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか。(回答者数 954 人)



3割以上の方が1ヵ月の間に気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったことがあるという結果になりました。

(6) この1ヵ月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか。(回答者数 952 人)



物事に対して興味がわかなくなったりなど、楽しめない感じがあった人は17.2%でした。

5 「地域自殺実態プロフィール（2017）」における主な特徴

自殺総合対策推進センターが作成した「地域自殺実態プロフィール（2017）」では、過去5年間の自殺者を性別・年代別・就業の有無別・同居人の有無別で区分し、上山市の主な自殺の特徴として下表のとおり示しています。

表1を見ると、自殺者数は、男性60歳以上無職者同居が最も多く、次いで男性40歳から59歳の無職者同居、女性60歳以上無職者独居となっています。

また、4位と5位は男性で、20歳から39歳の有職者同居、60歳以上無職者独居となっています。男性は広い年齢層で上位にあるのに対し、女性の自殺者は60歳以上の独居に偏る傾向が見られます。

■表1 上山市の主な自殺の特徴

(自殺日・住居地、H24～28合計)

上位5区分	自殺者数 5年計	割合	自殺 死亡率*	背景にある主な自殺の危機経路**
1位:男性60歳以上無職同居	10	27.0%	68.4	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
2位:男性40～59歳無職同居	4	10.8%	322.4	失業→生活苦→借金+家族間の不和→うつ状態→自殺
3位:女性60歳以上無職独居	4	10.8%	93.0	死別・離別+身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
4位:男性20～39歳有職同居	4	10.8%	38.1	職場の人間関係/仕事の悩み(ブラック企業)→パワハラ+過労→うつ状態→自殺
5位:男性60歳以上無職独居	3	8.1%	160.6	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺

(自殺実態プロフィール2017)

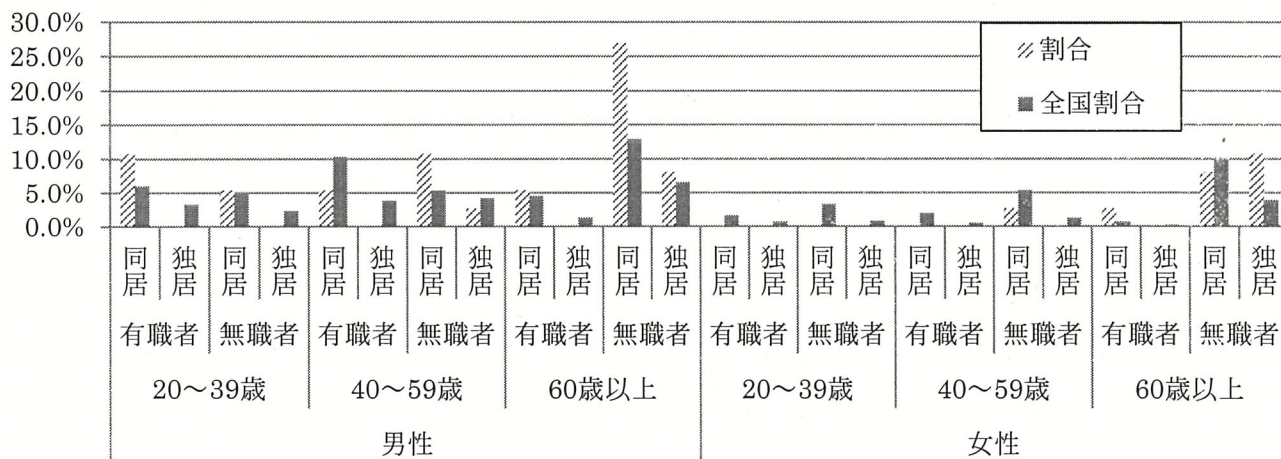
順位は自殺者数の多さにもとづき、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。
*自殺死亡率の母数(人口)は平成27年国勢調査を元に自殺総合対策推進センターにて推計した。

**「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)を参考にした。

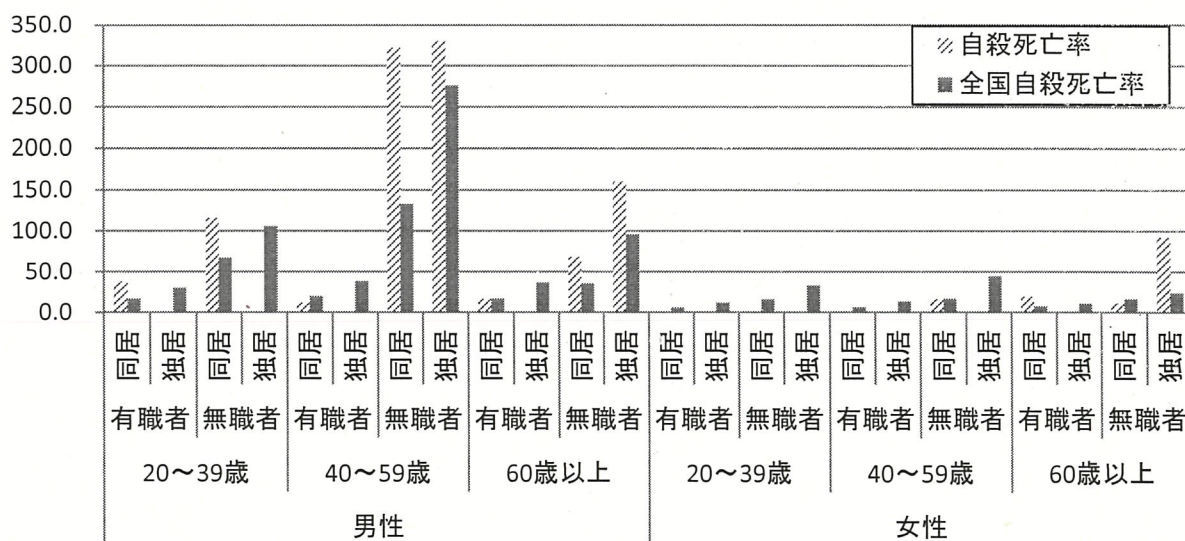
表2-2の自殺死亡率を見ると、男性の40歳から59歳の無職者独居が最も高く、次いで男性の40歳から59歳無職者同居となっており、他の区分に比べて著しく高くなっています。

また、有職者と無職者を比較すると、ほとんどの区分で無職者の自殺死亡率が高くなっています。

■表2-1 上山市の性・年代・就業・同居人の有無別の自殺者割合
(自殺日・住居地、H24~28合計)



■表2-2 上山市の性・年代・就業・同居人の有無別の自殺死亡率
(自殺日・住居地、H24~28合計)



(自殺実態プロフィール 2017)

表3-1の性・年代別の自殺者割合を見ると、男性では30歳代と50歳代以上の年代は全国に比べて高くなっています。女性では、40歳代以下の割合が低く、60歳代の割合が全国より高くなっています。

■表3-1 性・年代別の自殺者割合（H24～28年平均 自殺日・居住地）

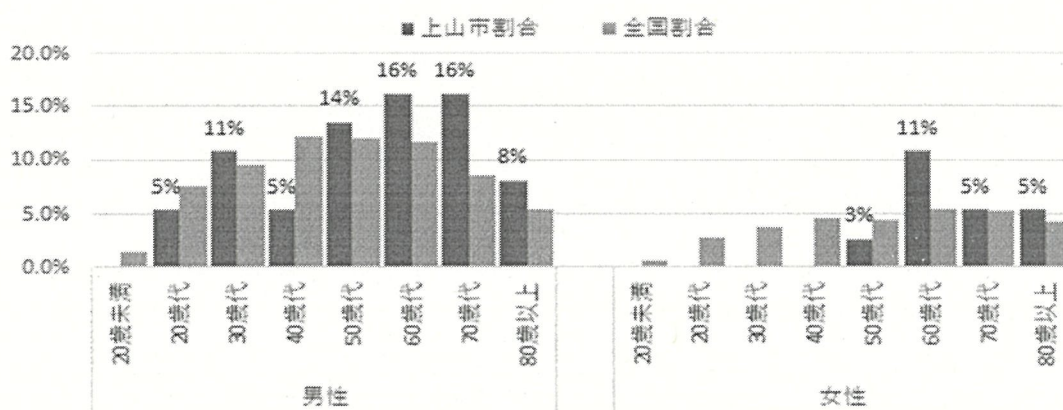
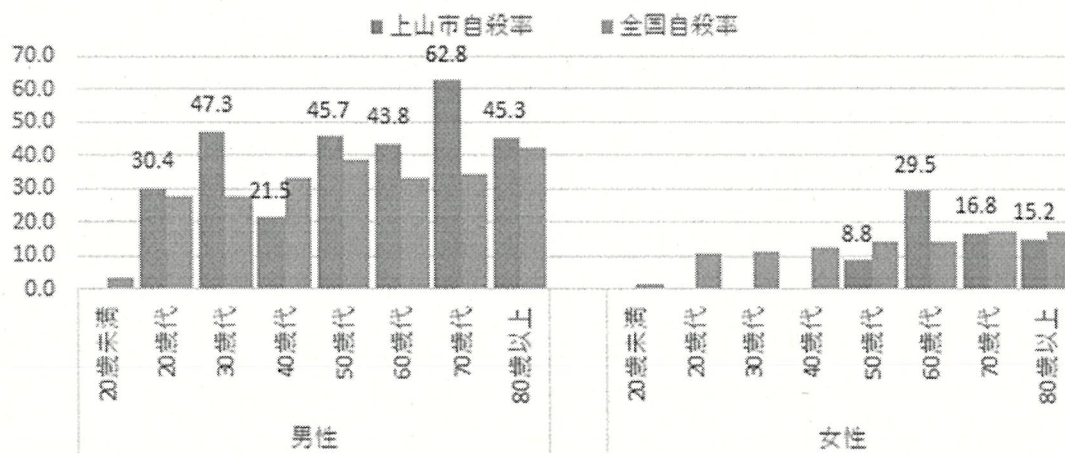


表3-2の自殺死亡率を見ると、男性は、20歳未満と40歳代を除く年代で全国より高く、特に30歳代と70歳代で全国との差が大きくなっています。女性はおおむね全国と同程度ですが、60歳代で全国より高くなっています。

■表3-2 性・年代別の自殺死亡率



(自殺実態プロファイル 2017)

表4の有職者の内訳を見ると、自営業者・家族従事者の自殺者の割合が全国と比べ高くなっています。

■表4 有職者の自殺の内訳（自殺日・住居地、H24~28 合計）
（性・年齢・同居の有無の不詳を除く）

職業	自殺者数	割合	全国割合
自営業・家族従業者	5人	55.6%	21.4%
被雇用者・勤め人	4人	44.4%	78.6%
合計	9人	100.0%	100.0%

（自殺実態プロフィール 2017）

表5の上山市内常住就業者の41.7%が他市区町村で従業しています。また、上山市内従業者の33.2%が他市区町村に常住しています。

■表5 地域の就業者の常住地・従業地

		従業地		
		自市区町村	他市区町村	不明・不詳
常住地	自市区町村	9,144人	6,595人	75人
	他市区町村	4,546人	—	—

・地域によっては労働力状態不詳の割合が高く、実際の従業者数を反映していないことがある。
（H27 国勢調査・自殺実態プロフィール 2017）

【参考：人口動態統計】

対象者	日本における日本人
計上時点	住所地を基に死亡時点 住所地で計上
計上方法	自殺、他殺、事故死いずれか不明の時は自殺以外で処理しており、後日死亡診断書等作成者から自殺の訂正報告がない場合には、自殺に計上しない。

6 自殺の現状と特徴を踏まえた今後の課題

(1) 自殺者数及び自殺死亡率について

本市の人口 10 万人当たりの自殺死亡率は、年によりばらつきがあり、平成 28 年度は全国、山形県より低い状況ですが、平成 24 年から 28 年の平均は全国や県より高い状況にあります。未だ自殺で亡くなる方がいるという現実を重く受け止め、引き続き自殺対策を推進していく必要があります。

自殺に追い込まれるという危機は誰にでも起こりうる危機であり、危機に陥った場合は身近な人や関係機関に援助を求めることが大切であるという認識を広めていくことが必要です。また、周りの人が自殺の危険を示すサインに気づき、話しを聴いて、見守ることができる体制づくりも重要です。

(2) 自殺の特徴を踏まえた対策について

自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル (2017)」では、「自殺の特徴」と「背景にある自殺危機の経路」の分析結果に基づき、「高齢者」「生活困窮者」「無職者・失業者」について重点的に取り組むことが必要です。自殺に至る背景には、家庭や職場の問題、健康問題、失業、多重債務、生活困窮など様々な要因が関連しており、誰も自殺に追い込まれることのない地域社会を実現していくために、さまざまな関係機関・団体と連携した取組ができるようネットワークの構築を進め、地域全体で自殺対策を推進していく必要があります。

(3) 自殺における課題自殺対策の共有

自殺に対する問題意識や対策への関心にはまだ差があるため、自殺対策の啓発を進めるとともに、分野横断的な連携体制を強化し、総合的に取り組んでいくことが大切です。特に、自殺予防週間（9月10日から16日）と自殺対策強化月間（3月）にチラシや啓発物品の配布など集中的な啓発活動を行い、また、各種相談窓口を理解してもらうために周知の強化も重要です。

第3章 基本理念と基本的施策

本市の自殺の現状や自殺対策基本法並びに自殺総合対策大綱、いのち支える山形県自殺対策計画を踏まえ、「基本理念」と「基本的な方向性」を定め、「生きることの包括的な支援」として自殺対策の推進を図ります。

1 基本理念

誰も自殺に追い込まれることのない上山市

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様々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、様々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役割の大きさに対する過剰な負担感などから、危機的な状態にまで追い込まれてしまう過程とみることができます。

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。そのため、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との連携を図りながら、社会における「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、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で推進していきます。

自殺対策の本質が生きることの支援にあることを確認し、「誰も自殺に追い込まれることのない上山市」をめざし、自殺対策を推進します。

2 基本的施策

(1) 自殺の現状の把握と効果的な対策の実施

効果的な予防対策を展開するため、厚生労働省統計や警察庁統計などの公的機関の情報による分析とともに、本市における各種統計や、市民のアンケート調査などを活用して自殺における実態の把握を行い、市民および関係機関に対し情報を発信していきます。

(2) 生きることの包括的な支援

自殺は、その多くが防ぐことができる社会的な問題であり、社会の努力で防ぐことができます。失業や多重債務、生活苦などの「生きることの阻害要因」を減らす取組を行うとともに、自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力などの「生きることの促進要因」を増やす取組をすることで社会的な自殺のリスクを低下させ、生きることの包括的な支援として推進します。

(3) 市民への啓発と周知

自殺に追い込まれる危機は誰にでも起こりうることです。自殺対策の重要性や、自殺の問題などについての関心と理解を深める普及啓発を行い、危機に陥った場合は誰かに援助を求めることが大切であることを、社会全体の共通認識となるようにしていくことが必要です。また、悩みを抱えている人が相談できるように相談窓口の周知を図ります。

(4) 気づき・見守る人の育成

市民一人ひとりが、自殺の起こり得る状況を理解して、身近な人が発するサインに気づき、相談機関や精神科医療機関等の専門家につなぎ、その助言・指導を受けながら見守ることが必要です。地域の中でゲートキーパーを育成することにより、見守りの輪を広げていきます。

また、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心の健康の保持増進を図ることが必要です。

(5) 地域におけるネットワークの強化

自殺対策を総合的かつ効果的に推進するためには、保健、医療、福祉、教育などの関連施策との有機的な連携が図られ、「生きることの包括的な支援」として取組む必要があります。精神科医療につなぐための取組と併せて、自殺の危険を高める経済・生活の問題、福祉の問題、家族の問題などの様々な問題に包括的に対応するため、関係機関との連携を強化していくことが重要です。

3 重点施策

5つの基本的施策に基づき、本市における自殺の現状と課題を踏まえ、次の2つを重点的に取組む施策として位置づけ実施します。

(1) 高齢者対策

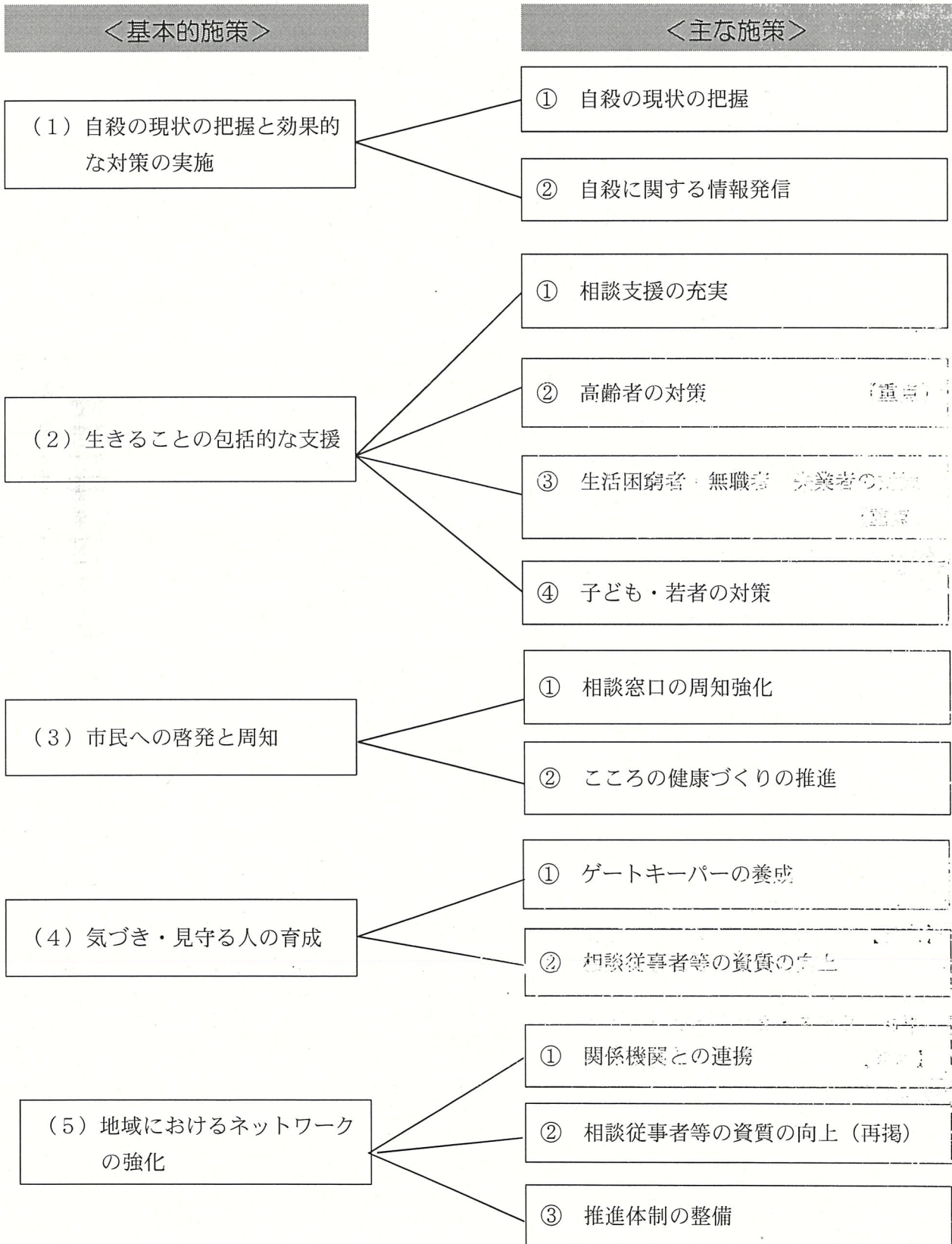
高齢者は、加齢による身体の衰えによる健康問題や介護問題、経済的問題など、生活する上で様々な悩みや不安が生じることが考えられます。高齢者の自殺を防ぐため、高齢者支援の充実と関係機関の連携を行い、高齢者が孤立せず、生きがいをもって住み慣れた地域で生活できるような地域づくりが必要です。

(2) 生活困窮者・無職者・失業者対策

生活困窮状態にある、または生活困窮に至る可能性のある者や無職者、失業者は、経済的な問題のみならず、人間関係や心身の健康状態等多様かつ広範な問題を複合的に抱えており、生きづらさを訴えたり、生きる希望を見失いかげながら相談に訪れることも多いと考えられます。そのため、自殺に追い込まれるリスクも高くなることから、包括的な支援が必要となります。

第4章 上山市における自殺対策の取組

1 施策の体系



2 具体的な取組

(1) 自殺の現状の把握と効果的な対策の実施

① 自殺の現状の把握

- 自殺関係の統計データ等を活用して実態の把握と分析をします。
- 相談の個別事例からみえる実態を把握します。

具体的な取組	取組概要	担当課
統計データ等による集計と分析、各種相談から見えてくる実態の把握	<ul style="list-style-type: none"> ・自殺対策プロファイル（自殺総合対策推進センター） ・人口動態統計（厚生労働省） ・自殺統計（警察庁） ・県保健衛生統計等（山形県） ・市相談事業統計等（上山市） 	健康推進課
「湯ったり健康かみやま21」アンケート調査の実施	・アンケート結果をもとに計画評価の数値を確認	健康推進課

② 自殺に関する情報発信

- 広報誌、ホームページ、事業開催時等に自殺の現状に関する情報を発信していきます。

具体的な取組	取組概要	担当課
市報、ホームページ、事業開催時等に自殺の現状に関する情報発信	<ul style="list-style-type: none"> ・自殺予防週間及び自殺対策強化月間と併せてホームページ、市報での発信 ・健康教室や講演会等に自殺の現状を発信 	健康推進課

◆ 数値目標

指標	現状	目標 (2023年)
自殺予防週間及び自殺対策強化月間と併せてホームページ、市報での情報発信	0	年2回

(2) 生きることの包括的な支援

①相談支援の充実

- 自殺の背景となる様々な問題に対応するため各種相談を実施し、相談支援の充実を図ります。
- 適切な支援策に係る情報を得ることができるようにするため広報や、講演会時のチラシ配布などで相談窓口を周知していきます。
- 悩みを抱えている人に、適切な相談窓口につなげられる仕組づくりを行います。
- 自殺未遂者、自死遺族などをハイリスク者として認識し、適切な対応と支援を行うとともに、県や関係機関との連携強化を図り、リスクの軽減に努めます。

(◎は新規事業)

具体的な取組	取組概要	担当課
SOS に気づく相談体制の整備	◎職員のスキルアップ研修会の開催 ◎こころの健康質問票の活用	健康推進課 各課窓口
相談窓口の連携強化	◎連携を図るための連絡シートの活用	各課窓口
こころの健康相談	・精神科医師によるこころの相談	健康推進課
弁護士相談	・弁護士による無料法律相談と保健師によるこころのケア	健康推進課
消費生活対策事務	・消費者相談・情報提供	市民生活課
無料法律相談紹介	・消費生活上のトラブルを抱えた市民に対する都道府県弁護士会の無料法律相談の紹介	市民生活課
障がい者相談	・身体障がい者手帳等の交付、福祉サービスなど生活支援についての相談 ・自立支援医療の給付についての相談	福祉課

②高齢者の対策【重点】

- 自殺者の多い年齢層に対して「こころの健康質問票」を郵送し、うつ状態にある人を抽出して個別支援につなげ、こころの健康の保持増進を図ります。
- 高齢者の交流の場を活用した「こころの健康づくり」の推進を図ります。
- 高齢者に関する事業において、相談窓口の周知を強化していきます。

(◎新規事業)

具体的な取組	取組概要	担当課
高齢者の心の健康づくり	・高齢者の各事業やサロン等においてこころの健康づくりの講話等の実施	健康推進課
相談窓口の周知と連携強化	◎相談窓口一覧パンフレットの作成、関係機関への配布 ◎連絡シートの活用による各窓口における連携強化 ・市報やホームページによる周知 ・各事業における周知	健康推進課
支援者のスキルアップ	・市職員及び介護事業所等関係機関のスタッフに対する研修会の開催 ・サロン主催者や民生委員など市民のリーダー的立場の方への研修会の開催	健康推進課
高齢者地域包括ケアシステムと連携した自殺対策の推進	・上山市在宅医療介護連携推進会議や小委員会等との連携 ・多職種によるケース検討会の開催	健康推進課
こころの個別支援事業	・「こころの健康質問票」の活用により要支援者を抽出、電話相談、面談、家庭訪問等の個別相談を行いこころのケアを実施	健康推進課
一般介護予防事業	・各種介護予防教室・転倒予防教室・認知症予防教室・高齢者栄養教室・口腔機能向上事業・高齢者ふれあい事業、水中ストレッチ教室等の開催	健康推進課
介護保険サービス事業	・介護保険によるサービスの提供とその家族の支援 ・介護関係機関、サービス調整会議等との連携	健康推進課
高齢者への総合相談	・老人福祉、介護保険、実態把握、認知症、ケアマネ支援、医療、福祉用具、住宅改修、施設入所、権利擁護、高齢者虐待などの相談	健康推進課

③生活困窮者・無職者・失業者の対策【重点】

- 生活困窮者や無職者、失業者の相談窓口において「こころの健康質問票」を活用して、自殺リスクの高い方の早期発見に努めます。
- 弁護士相談、就労相談、職業紹介などの相談窓口の周知を強化し、相談支援の充実を図ります。
- ひきこもり等の若者の職業自立に向けて、支援機関との連携を図っていきます。

(◎新規事業)

具体的な取組	取組概要	担当課
ひきこもり等の若者やその家族への支援及び関係機関との連携強化	◎ひきこもり相談をこころの健康相談と併せて実施 ・保健所等と連携した本人及び家族の支援	健康推進課
生活困窮者対策と自殺対策の連携	・福祉課と連携した生活及び心身の相談支援 ◎連絡シート等の活用による各窓口における連携の強化	健康推進課 福祉課
地域と連携した早期支援の取組	・地区会長や民生委員などからの情報に基づく家庭訪問や相談などの早期対応	健康推進課
弁護士相談（再掲）	・弁護士による無料法律相談と保健師によるこころのケア	健康推進課
無料法律相談紹介（再掲）	・消費生活上のトラブルを抱えた市民に対する都道府県弁護士会の無料法律相談の紹介	市民生活課
生活保護援護事業	・生活保護法に基づく要保護者に対して困窮度に応じた必要な保護の実施	福祉課
生活困窮者自立支援制度	・生活保護受給者以外の生活困窮者に対して生活の自立ができるように支援 ・自立相談支援事業・住居確保給付金	福祉課
無料職業紹介事業	・就労相談、求人求職相談と紹介	商工課
中小企業各資金融資への支援事業	・市内で事業を営んでいる方に対する金融機関と連携した市制度融資の紹介及び支援	商工課
各保険税や水道料など滞納者の相談	・支払いの計画や相談、短期被保険者証や被保険者資格者証の発行など	税務課・上下水道課 健康推進課

④子ども・若者の対策

- 「いのちの大切さ」について、リーフレットや啓発グッズを活用して啓発していきます。
- 児童生徒が困難やストレスに直面した時に、信頼できる大人に助け(SOS)を求められ、周囲の大人もSOSに気づき適切な対応ができるように教育を推進します。
- 産後うつ等の早期発見のため、「エジンバラ産後うつ病質問票」を活用し、産後ケアや訪問、相談など必要な支援につなげていきます。

(◎新規事業)

具体的な取組	取組概要	担当課
学校教育等と連携した事業の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・相談事業の連携、教職員向けの研修会の開催 ・子どもの心に関する講演会の開催 ◎SOSの出し方に関する情報提供 ◎学校保健委員会等での情報発信 	健康推進課 学校教育課
小中学生と保護者のこころの相談会	<ul style="list-style-type: none"> ・小中学生と保護者に対する臨床心理士と保健師の個別相談によるこころのケアを実施 	健康推進課
子どもの心の健康づくり講演会	<ul style="list-style-type: none"> ・精神科医師又は臨床心理士による講話 	健康推進課
準要保護児童生徒就学支援事業	<ul style="list-style-type: none"> ・生活困窮世帯の児童生徒に対する学用品、給食費等の支援や相談 	学校教育課
チーム学校生徒支援体制整備事業	<ul style="list-style-type: none"> ・各学校へのスクールカウンセラーの配置による子どもの心の相談や支援の実施 	学校教育課
放課後子ども教室推進事業	<ul style="list-style-type: none"> ・放課後の子どもの居場所づくり ・学習支援や運動、体験交流などの実施 	生涯学習課
学童保育事業	<ul style="list-style-type: none"> ・就業等により昼間保護者のいない家庭の小学校児童に対する放課後及び長期休業中の学童保育所における保育の実施 	子ども子育て課
上山市奨学金制度	<ul style="list-style-type: none"> ・経済的理由による大学・短大就学が困難な方への支援 	管理課
子育て世代の相談・支援の充実	<ul style="list-style-type: none"> ・子育て世代包括支援センターにおける妊娠期から子育て期における総合的な相談・支援、産前産後の支援サービスの提供 	子ども子育て課

子ども・子育て支援事業	・子どもの一時預かりやファミリーサポートセンター事業などによる保護者の負担軽減	子ども子育て課
発達相談	・子どもの気になる行動や言葉の遅れなどの相談と支援	子ども子育て課
ひとり親の相談	・ひとり親生活支援、就業相談など	子ども子育て課

◆ 数値目標

指標	現状	目標 (2023年)
弁護士による無料法律相談と保健師による心のケアの実施	年12回	継続実施
高齢者の交流の場を活用した「こころの健康づくり」の開催	0	年6回
ひきこもり相談の実施	0	年3回
教職員、民生委員、保護者を対象とした「子どものこころの健康づくり講演会」の実施	年1回	継続実施

(3) 市民への啓発と周知

① 相談窓口の周知強化

- ホームページや広報を活用し、自殺予防に関する事業の情報提供を行います。特に、自殺予防週間や自殺対策強化月間においては、集中的な啓発事業を行います。

(◎新規事業)

具体的な取組	取組概要	担当課
市報やリーフレット等の媒体を活用した啓発活動の強化	・様々な相談窓口一覧のパンフレットの作成及び全戸配布 ・自殺予防週間における啓発活動の実施 ◎公共施設、医療・福祉施設、スーパーなどへのパンフレット等の設置	健康推進課
健康教育等の実施	・各種健康教育の機会を通じた普及啓発	健康推進課

自殺予防週間における普及啓発	・ポスターの掲示や各種事業等でのリーフレット配布による普及啓発 ・高齢者等に対する啓発物品の配布 ・こころの健康に関する相談窓口の周知	健康推進課
自殺対策推進月間における普及啓発	・ポスターの掲示や各種事業等でのリーフレット配布	健康推進課
図書館の利用	・ポスター・リーフレットの掲示による普及啓発の実施	生涯学習課（図書館）
いじめ、不登校未然防止に関すること	・教師対象の研修会の開催や保護者や児童生徒へのリーフレット等の配布等	学校教育課

②こころの健康づくりの推進

- 自殺の現状や自殺に関する正しい知識、こころの健康の保持増進についてなど、健康教育の機会を通して啓発活動を行っていきます。

具体的な取組	取組概要	担当課
こころの健康づくりの啓発	・出前講座や地域の健康教育などにおいてこころの健康に関する講話等の実施	健康推進課
こころの健康づくり講演会	・自殺予防、こころの健康づくりに関する講演会	健康推進課
子どもの心の健康づくり講演会（再掲）	・精神科医師又は臨床心理士による講話	健康推進課

【参考】「自殺予防週間」「自殺対策強化月間」について

自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるとともに、自殺対策の総合的な推進に資するため、平成28年4月に改正された自殺対策基本法の第7条に規定されています。

9月10日の「世界自殺予防デー」に合わせて、9月10日から9月16日までは「自殺予防週間」とされています。また、自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定めています。

◆ 数値目標

指標	現状	目標 (2023年)
自殺予防週間及び自殺対策強化月間と併せた相談窓口の周知	0	年2回

(4) 気づき・見守る人の育成

①ゲートキーパーの養成

- 市民一人ひとりが、身近な人の異変に気づき、適切な行動をとることができるよう普及啓発し、地域ゲートキーパー養成を行っていきます。

具体的な取組	取組概要	担当課
市民を対象としたゲートキーパー養成の実施	・自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなぎ、見守るゲートキーパーの養成講座の開催	健康推進課
自殺対策スキルアップ研修	・相談事業に携わる職員と関係機関の職員に対して精神科医師又は臨床心理士による講話やケース検討を実施	健康推進課

【参考】ゲートキーパーとは…

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、見守るという役割を担います。

- ❖気づき：家族や仲間の変化に気づいて、声をかける
- ❖傾聴：本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- ❖つなぎ：早めに専門家に相談するように促す
- ❖見守り：あたたかく寄り添いながら、じっくりと見守る

②相談従事者等の資質の向上

- 市町村や関係機関等は、市民にとって身近な相談窓口であり、こころの健康について気づくことができる機会となります。相談従事者が正しい知識を習得して適切な対応ができるように資質の向上を図ります。

- 自殺のリスクが高い方への対応は相談者自身も心の健康に大きな影響を受ける場合があるため、相談支援従事者へのこころのケアの推進を行います。

具体的な取組	取組概要	担当課
相談従事者等のスキルアップ研修	・相談事業に携わる職員と関係機関の職員に対する精神科医師又は臨床心理士による講話の実施	健康推進課
相談従事者へのこころのケアの実施	・1人でケースを抱え込まないようケース検討会等での従事者のケアの実施	健康推進課

◆ 数値目標

指標	現状	目標 (2023年)
ゲートキーパー養成講座の実施	年1回	年2回
相談担当者等のスキルアップ研修会の実施	年1回	継続実施

(5) 地域におけるネットワークの強化

① 関係機関との連携

- 自殺を防ぐためには、一つの視点からではなく、包括的な切れ目ない支援が重要です。様々な分野の施策が密接に連携する必要があります。事例検討会を通じて関係機関と連携を図り、自殺対策の取組を推進します。

具体的な取組	取組概要	担当課
関係機関とのケース検討会等の開催	・ケース検討会の実施による、関係機関との連携	健康推進課

②相談従事者等の資質の向上（再掲）

- 市町村や関係機関等は、市民にとって身近な相談窓口であり、こころの健康について気づくことができる機会となります。相談従事者が正しい知識を習得して適切な対応ができるように資質の向上を図ります。
- 自殺のリスクが高い方への対応は相談者自身も心の健康に大きな影響を受ける場合があるため、相談支援従事者へのこころのケアの推進を行います。

具体的な取組	取組概要	担当課
相談従事者等のスキルアップ研修（再掲）	・相談事業に携わる職員と関係機関の職員に対する精神科医師又は臨床心理士による講話の実施	健康推進課
相談従事者へのこころのケアの実施（再掲）	・1人でケースを抱え込まないようケース検討会等での従事者のケア	健康推進課

③推進体制の整備

- 関係機関との情報共有や連携を図り、自殺対策を推進していくため、自殺対策連絡協議会を開催して推進体制を整備していきます。

（◎新規事業）

具体的な取組	取組概要	担当課
庁内の自殺対策推進会議の開催	◎分野横断的な連携を強化するため庁内の関係部署との自殺対策推進会議の開催	健康推進課
自殺対策連絡協議会の開催	◎庁内外の関係機関と連携を図り、様々な知見を活かし自殺対策を推進するための自殺対策連絡協議会の開催	健康推進課

◆ 数値目標

指標	現状	目標 (2023年)
庁内の自殺対策推進会議の開催	0	年1回
上山市自殺対策連絡協議会の開催	0	年1回

第5章 計画の推進体制

1 計画評価の指標

計画の推進における効果を検証するためには、評価指標の設定が必要です。自殺対策の目的は、自殺者数を減少させることですが、経済情勢や社会の動向に影響を受け変動する自殺者総数のみでは対策の効果をみることはできません。

本計画では自殺死亡率の他、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けて、支援の取組において目指す指標を設定します。

(1) 自殺の現状の把握と効果的な対策の実施

指標	現状	目標	
自殺の現状に関して知っている人の割合	—	50%	今後、「湯ったり健康かみのやま 21」アンケートで実施

(2) 生きることの包括的な支援

指標	現状	目標	出典
60歳以上の自殺者数	平成24～28年 合計 23人	2019年～2023年 合計 18人以下	厚生労働省 (人口動態統計)
生活困窮者自立支援制度 新規相談受付件数	平成29年度 36件	50件	福祉事務所統計

(3) 市民への啓発と周知

指標	現状	目標	出典
こころの相談が出来る場所を知っている人の割合	41%	50%	「湯ったり健康かみのやま 21」アンケート結果より *65～70歳対象に調査

(4) 気づき・見守る人の育成

指標	現状	目標	出典
ゲートキーパーの養成研修の受講者数	*平成31年度より新しいカリキュラムにて研修会を実施する。	新たに養成研修として受講した人数 5年間で80人	健康推進課 (保健活動状況)

(5) 地域におけるネットワークの強化

指標	現状	目標	出典
スキルアップ研修の受講者数	平成29年度 延34人	延40人以上	健康推進課 (保健活動状況)

2 計画の推進体制

本計画の推進にあたり、庁内外の関係機関との情報共有及び連携に関する取組の構築が求められます。指標を把握し進行管理を行うとともに、「自殺対策推進会議」「自殺対策連絡協議会」を新たに設置し、効果的な事業を展開していきます。

(1) 自殺対策推進会議

相談窓口を担当している関係課が上山市の自殺の状況について把握し、情報共有や分析を行い、具体的な施策について検討していきます。

(2) 自殺対策連絡協議会

自殺対策の施策の検討及び推進を目的として、庁内外の関係機関の代表が自殺対策にかかる情報共有及び連携を図り、取組を推進していきます。また、「上山市自殺対策計画」に基づき総合的な対策の推進、検討及び評価を行います。

【上山市自殺対策計画策定経過】

年月日	事 項
平成 30 年 9 月 3 日	<p>【重要事業調整打合せ会】</p> <p>(出席者)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・副市長 ・庶務課長 ・市政戦略課長 ・財政課長 ・市民生活課長 ・福祉事務所長 ・健康推進課長 ・商工課長 ・農業夢づくり課長 ・生涯学習課長 ・学校教育課長 ・スポーツ振興課長 ・消防長
平成 30 年 10 月 2 日～ 10 月 29 日	<p>【自殺対策策定のための実施事業と自殺対策との関連性の検討（事業の棚卸し）について】</p> <p>(事業の棚卸し依頼先)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・庶務課 ・市政戦略課 ・税務課 ・市民生活課 ・健康推進課 ・福祉事務所 ・商工課 ・農林課 ・上下水道課 ・消防本部 ・管理課 ・学校教育課 ・生涯学習課 ・スポーツ振興課
平成 30 年 12 月 17 日	<p>【重要事業調整打合せ会】</p> <p>(出席者)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・副市長 ・庶務課長 ・市政戦略課長 ・財政課長 ・市民生活課長 ・福祉事務所長 ・健康推進課長 ・商工課長 ・農業夢づくり課長 ・生涯学習課長 ・学校教育課長 ・スポーツ振興課長 ・消防長
平成 31 年 1 月 30 日	<p>【健康づくり推進協議会】</p> <p>自殺対策計画の素案について</p> <p>(出席者)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・委員 11 名 ・幹事 5 名 ・庶務 2 名
平成 31 年 3 月 19 日	<p>【重要事業調整打合せ会】</p> <p>(出席者)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・副市長 ・庶務課長 ・財政課長 ・市民生活課長 ・福祉事務所長 ・健康推進課長 ・商工課長 ・農業夢づくり課長 ・生涯学習課長 ・学校教育課長 ・スポーツ振興課長
平成 31 年 3 月 27 日	<p>【健康づくり推進協議会】</p> <p>自殺対策計画素案について</p> <p>(出席者)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・委員 11 名 ・幹事 5 名 ・庶務 2 名

【上山市自殺対策計画】

発行日	平成 31 年 3 月
編集・発行	上山市（事務局：健康推進課） 〒999-3192 山形県上山市河崎 1 - 1 - 10 電話：023-672-1111