
いのち支える孺恋村自殺対策行動計画

～誰も自殺に追い込まれることのない孺恋村を目指して～

平成31年3月

孺 恋 村

はじめに

近年、自殺者数は減少傾向にあると言われておりますが、毎年多くのかげがえのない「いのち」が自殺によって失われております。

孺恋村の現状をみますと、全国平均、群馬県平均を大きく上回っているという誠に切実な結果がでております。

この結果を孺恋村の大きな課題とし、だれもが住み慣れた地域で、生きがいをもち、心身ともに健康で、安心して暮らすことができる地域づくりを実現することが何よりも重要だと考えております。

国では自殺対策基本法が平成 18 年に制定され、平成 28 年には「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して自殺対策を更に効果的に推進するため改正が行われ、「生きることの包括的な支援」を基本に、全ての都道府県及び市町村に「自殺対策計画」の策定が義務付けられたところであります。

これらを踏まえ、本村でも、役場において「自殺対策庁内連携会議」を発足させ各所属において悩みを抱えた方を適切に関係機関につないでいく事、また民生委員・児童委員、ケアマネージャーをはじめとする住民の身近で活動する関係の皆さんを対象に「ゲートキーパー講習会」を開催するなど、様々な悩みを抱えている人たちの支えとなり大切な「いのち」を守ることを目標に「いのち支える孺恋村自殺対策行動計画」を策定しました。

この計画に基づき、行政、関係機関・団体、そして村民の皆さまと連携しながら、自殺対策を総合的に推進してまいりたいと考えております。

自殺は一個人の問題ではなく、社会的な問題であり社会全体でその対策に取り組むことが重要であるという認識のもと、村民皆様のご支援とご理解、ご協力をお願いいたします。



平成 31 年 3 月

孺恋村長 熊川 栄

目次

I 計画の概要

1	計画策定の趣旨	1
2	計画の位置付け	1
3	計画の期間	1
4	計画の理念	1
5	自殺対策の数値目標	1

II 婦恋村における自殺の現状

1	婦恋村における自殺の現状	2
1)	婦恋村の自殺者数・自殺死亡率の推移	2
2)	婦恋村における自殺の特徴	4
3)	年齢・性別による状況	5
4)	自殺未遂歴の状況	6
5)	対策が優先されるべき対象群の把握	6
2	自殺対策に関する意識調査	7
1)	自殺に対する意識について	7
2)	自殺予防に関する認識について	8

III いのち支える自殺対策における取組

1	基本方針	10
2	基本施策	12
3	重点施策	15
4	生きる支援関連施策	18
5	評価指標	19

IV 自殺対策の推進体制等

1	自殺対策の推進体制	20
1)	それぞれの役割	20
2)	検討組織・推進体制	21
2	計画の見直し及び進行管理	21

V 参考資料

1	自殺対策に関する取組一覧	22
---	--------------	----

I 計画の概要

1 計画策定の趣旨

我が国の自殺対策は、平成 18 年に自殺対策基本法が制定されて以降、大きく前進しました。施行から 10 年の節目に当たる平成 28 年に、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して自殺対策を更に総合的かつ効果的に推進するため、自殺対策基本法が改正されました。自殺対策が「生きることの包括的な支援」として実施されるべきこと等を基本理念に明記するとともに、自殺対策の地域間格差を解消し、誰もが「生きることの包括的な支援」としての自殺対策に関する必要な支援を受けられるよう、全ての都道府県及び市町村が「都道府県自殺対策計画」又は「市町村自殺対策計画」を策定することとされました。

孺恋村においても、全事業の中から「生きる支援」に関連する事業を総動員し、全庁的な取組として「生きることの包括的な支援（＝自殺対策）」を推進するため、「いのち支える孺恋村自殺対策行動計画」を策定します。

2 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法第 3 条第 2 項及び第 13 条第 1 項に基づき、自殺対策の総合的な推進を図るため、自殺総合対策大綱及び孺恋村の状況に応じた、総合的な自殺対策の推進を図るために策定するものです。

また、本計画は「孺恋村総合計画」の個別基本計画であり、「孺恋村健康増進計画」との整合を図っています。

3 計画の期間

平成 31 年度(2019 年度)から平成 35 年度(2023 年度)までの 5 年間とします。

4 計画の理念

「誰も自殺に追い込まれることのない孺恋村」の実現を目指します。

5 自殺対策の数値目標

国の自殺総合対策大綱では、平成 27 年（2015 年）から平成 38 年（2026 年）までの 10 年間で自殺死亡率を 30%以上減少させること（2015：18.5→2026：13.0 以下）を目標としています。

本村においても、国の目標を踏まえ、平成 35 年（2023 年）までに自殺死亡率を平成 29 年（2017 年）に比べて 30%以上減少させること（2017：31.5→2023：22.1 以下）を目指します。

Ⅱ 孺恋村における自殺の現状

1 孺恋村における自殺の現状

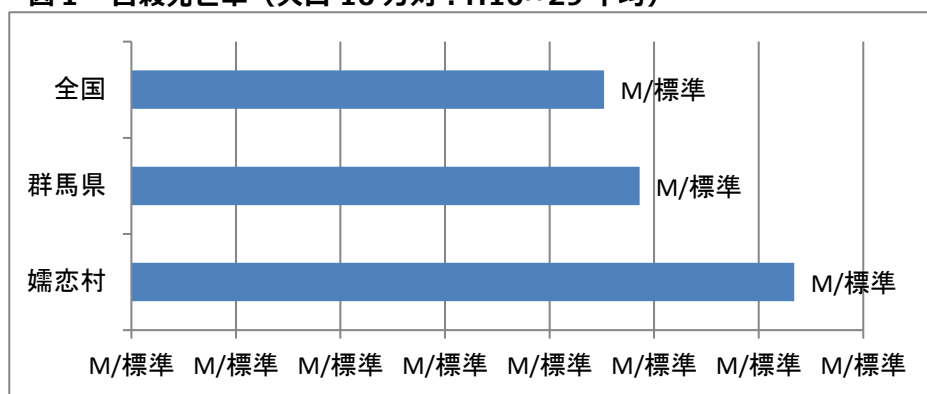
1) 孺恋村の自殺者数・自殺死亡率の推移

本村の自殺者数は、1人から10人とその年により変動があります。平成10年から平成29年までの20年間の平均自殺者数は、年3.3人となっています。

本村の自殺死亡率（人口10万対：H10～29平均）は、31.7であり、全国、県を上回っています。

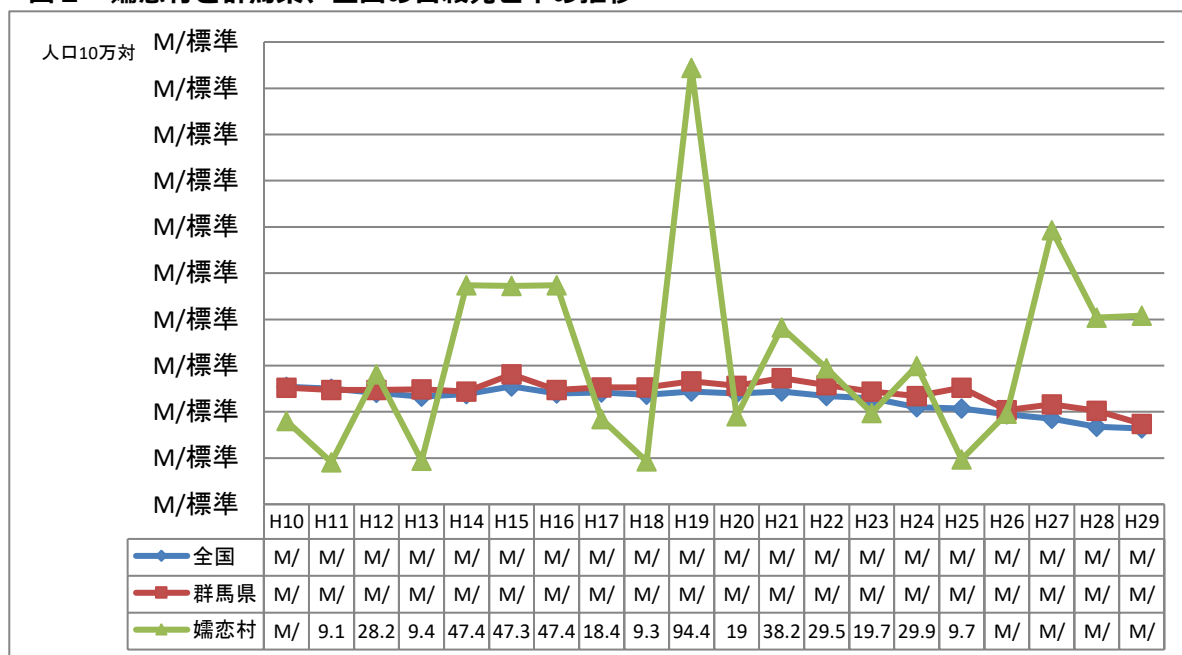
平成29年の自殺死亡率も、全国16.4、県17.4に対し、本村は40.8であり、全国、県を大きく上回っています。

図1 自殺死亡率（人口10万対：H10～29平均）



出典：群馬県「健康福祉統計年報」「平成29年群馬県の人口動態統計概要」

図2 孺恋村と群馬県、全国の自殺死亡率の推移



出典：群馬県「健康福祉統計年報」

平成 24 から 28 年の本村の死因順位をみると自殺は 7 位となっており、群馬県の自殺の死因順位 13 位（平成 29 年）を上回っています。

表 1 婦恋村の死因順位（H24～28）

死因順位	死因	死亡数 (H24～28 総 数)	死亡率 (人口 10 万対)	死亡割合
1 位	悪性新生物	152	308.4	22.9
2 位	心疾患	111	224.8	16.7
3 位	脳血管疾患	74	149.8	11.1
4 位	老衰	45	91.4	6.8
5 位	肺炎	32	64.7	4.8
6 位	不慮の事故	23	46.7	3.5
7 位	自殺	19	38.6	2.9
8 位	慢性閉塞性肺疾患	14	28.4	2.1
9 位	腎不全	10	20.4	1.5
9 位	肝疾患	10	20.4	1.5

出典：群馬県「健康福祉統計年報」

表 3 群馬県の死因順位（H29）

死因順位	死因	死亡数 (県全体)	死亡率 (人口 10 万対)	死亡割合
1 位	悪性新生物	5,994	313.3	26.5
2 位	心疾患	3,396	177.5	15.0
3 位	脳血管疾患	1,990	104.0	8.8
4 位	肺炎	1,859	97.2	8.2
5 位	老衰	1,528	79.9	6.8
6 位	不慮の事故	699	36.5	3.1
7 位	誤嚥性肺炎	556	29.1	2.5
8 位	高血圧症疾患	408	21.3	1.8
9 位	腎不全	385	20.1	1.7
10 位	慢性閉塞性肺疾患	362	18.9	1.6
13 位	自殺	332	17.4	1.5

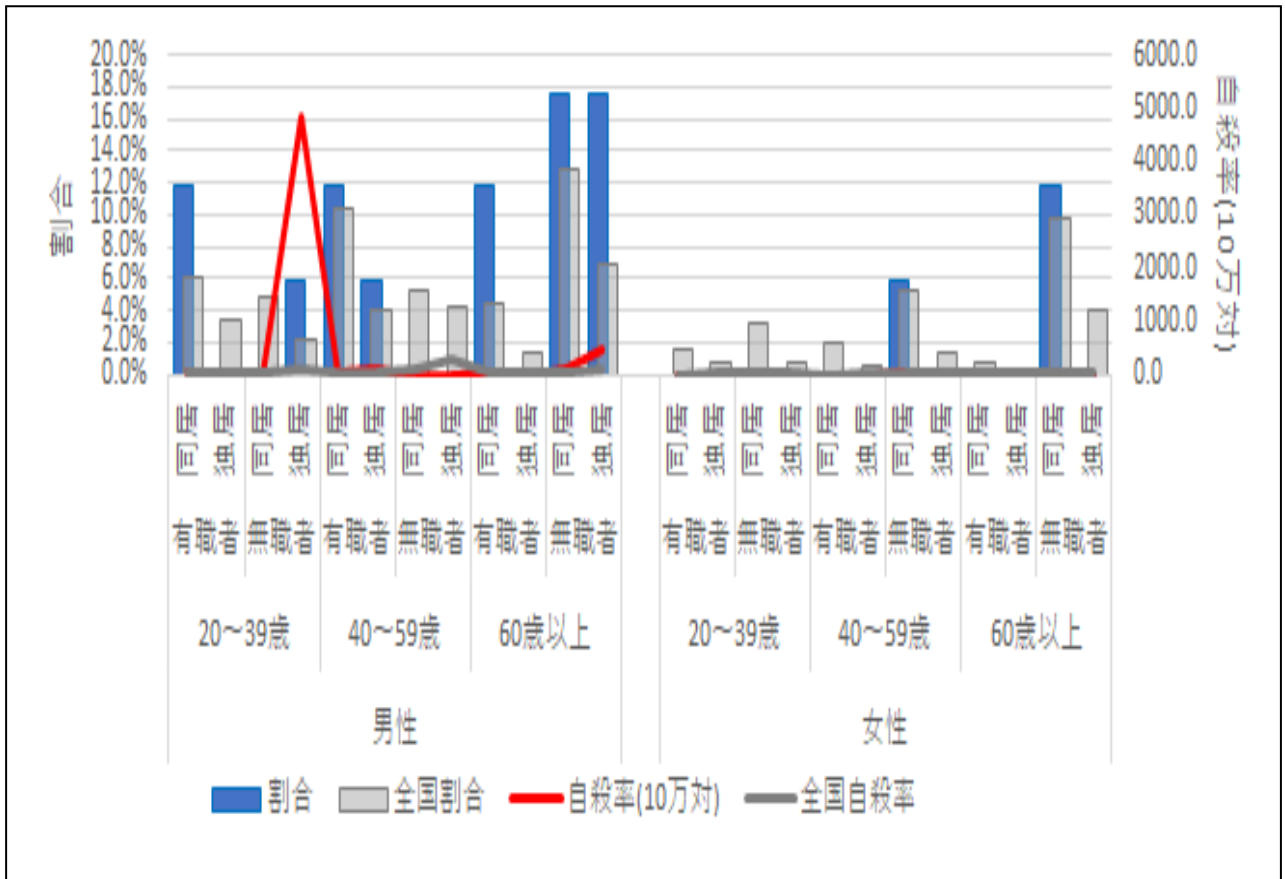
出典：群馬県「健康福祉統計年報」、「平成 29 年群馬県の人口動態統計概要（各定数）」

2) 孺恋村における自殺の特徴

平成 25 年から平成 29 年の 5 年間の本村の自殺者数は男性 17 人、女性 3 人、合計 17 人です。この 17 人を年齢、性別、職業・同居者の有無別にみると、自殺者数は男性に多く、同居者の有無にかかわらず、60 歳以上の無職者が多くなっています。女性も 60 歳以上の無職者が最も多く、次いで 45~59 歳の無職者となっています。

自殺死亡率では、20~39 歳の無職の独居男性が特に高くなっています。

図 3 孺恋村における自殺の特徴 (H25~29)

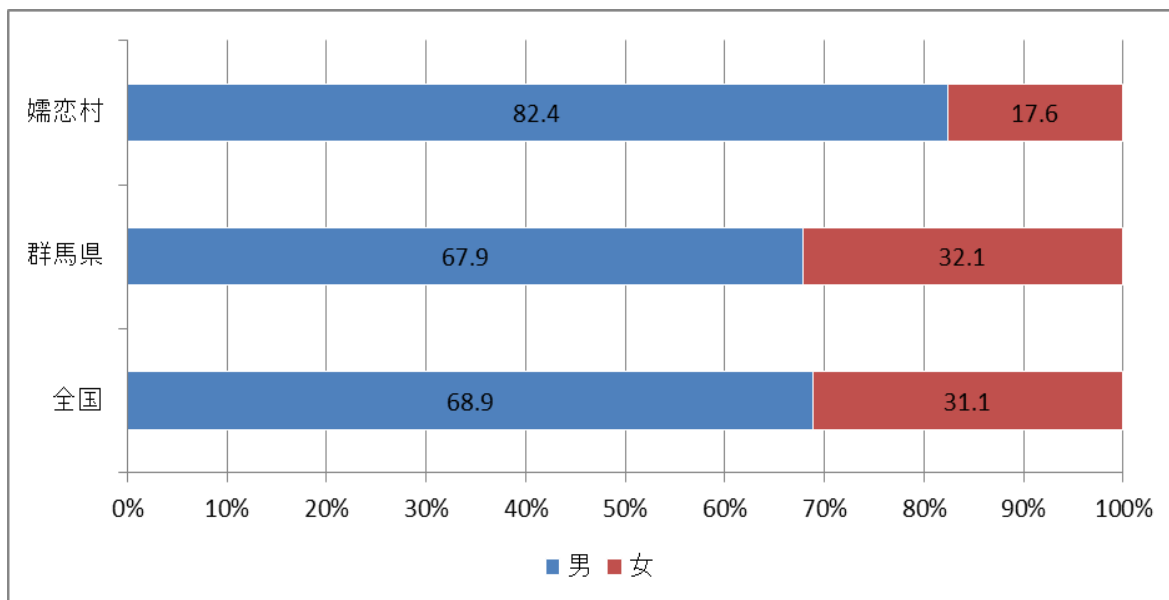


出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2018）」

3) 年齢・性別による状況

自殺者の性別割合をみると、男性 82.4%、女性 17.6%であり、男性が女性の 4.6 倍となっています。また、全国、県よりも男性の比率が高くなっています。

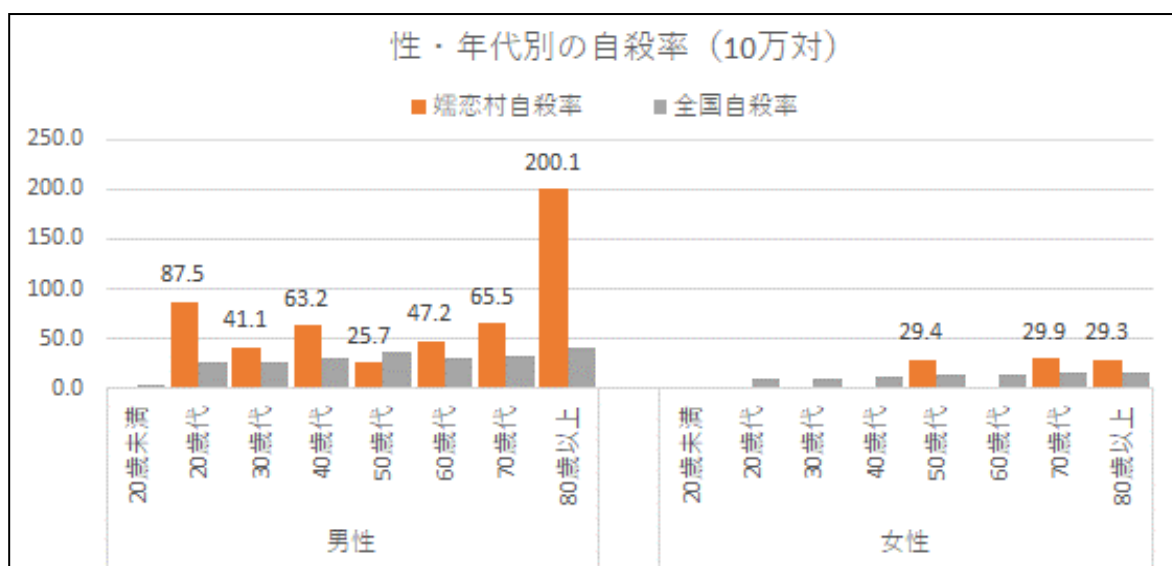
図4 自殺者の性別割合 (H25~29)



出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2018）」

年代別の自殺率をみると、80歳以上の男性が特に多く、全国の約5倍となっています。また、20歳代の男性の死亡率も全国と比べると高く、約3倍となっています。

図5 性・年代別の自殺率 (H25~29)

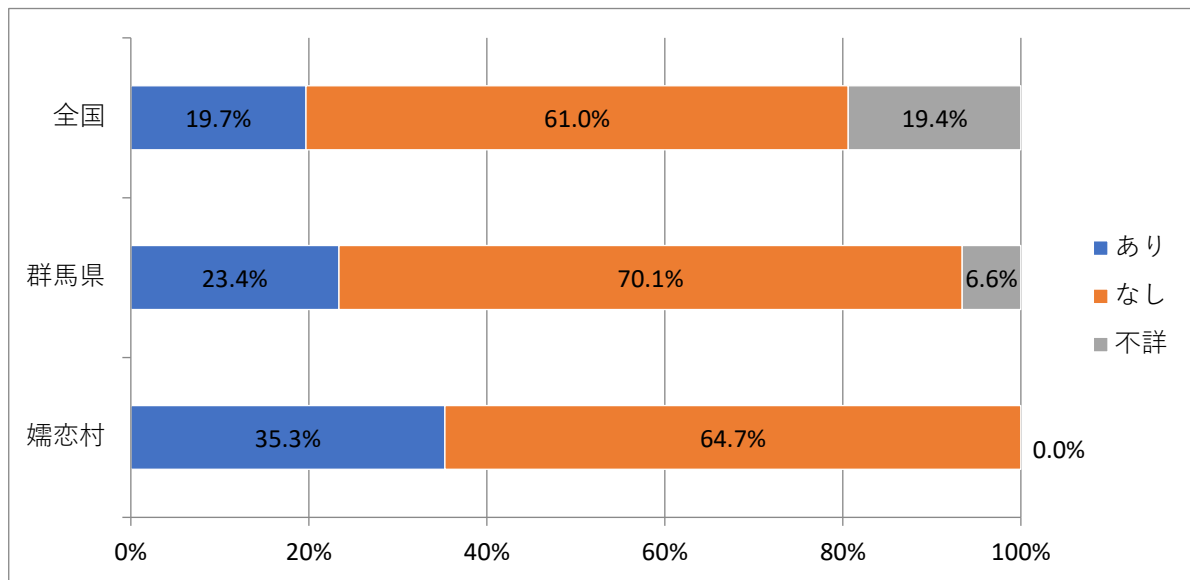


出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2018）」

4) 自殺未遂歴の状況

平成 25 年から平成 29 年までの状況をみると、自殺者数のうち自殺未遂歴のある人の割合は、35.3%でした。これは、全国、県平均を上回っています。

図 6 自殺者の自殺未遂歴の状況 (H25~29)



出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2018）」

5) 対策が優先されるべき対象群の把握

年齢、性別、職業、同居の有無別に 5 年間の自殺者全体に占める割合を見ると、上位 5 区分は以下のとおりとなっています。

表 3 対策が優先されるべき対象群 上位 5 区分

上位 5 区分	自殺者数 5 年計	割合	自殺死亡率 (10 万対)
1 位：男性 60 歳以上無職同居	3	17.6%	469.9
2 位：男性 60 歳以上無職同居	3	17.6%	79.0
3 位：男性 20～39 歳有職同居	2	11.8%	49.6
4 位：男性 60 歳以上有職同居	2	11.8%	48.5
5 位：男性 40～59 歳有職同居	2	11.8%	35.4

出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2018）」

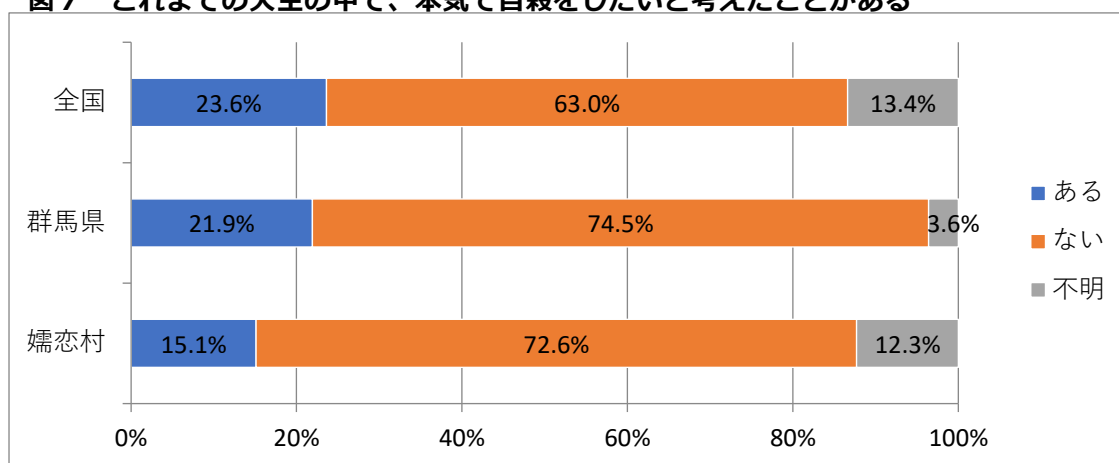
2 孺恋村自殺対策に関する意識調査

本村では、平成 30 年 12 月に村民を対象に、こころの健康に関する意識調査を実施しました。村内在住の 20 歳以上の 1,000 人を無作為に抽出し、358 人（35.8%）の回答がありました。

1) 自殺に関する意識について

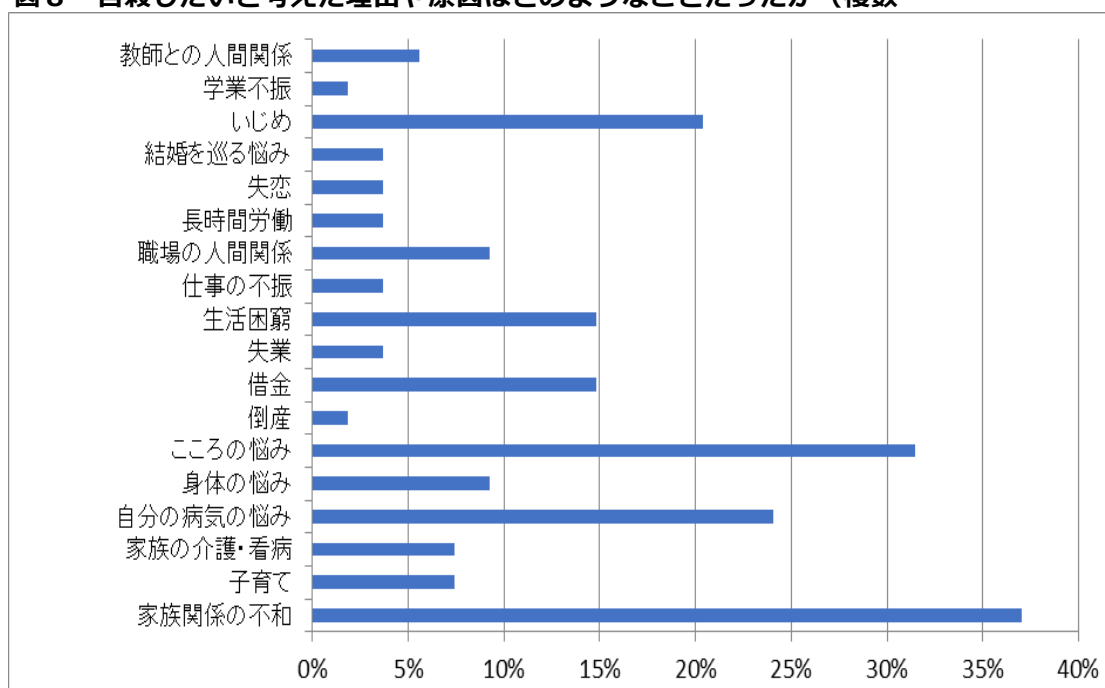
これまでの人生の中で、本気で自殺をしたいと考えたことがある人は、15.1%でした。全国や県の調査結果と比較するとやや低い結果となっています。

図7 これまでの人生の中で、本気で自殺をしたいと考えたことがある



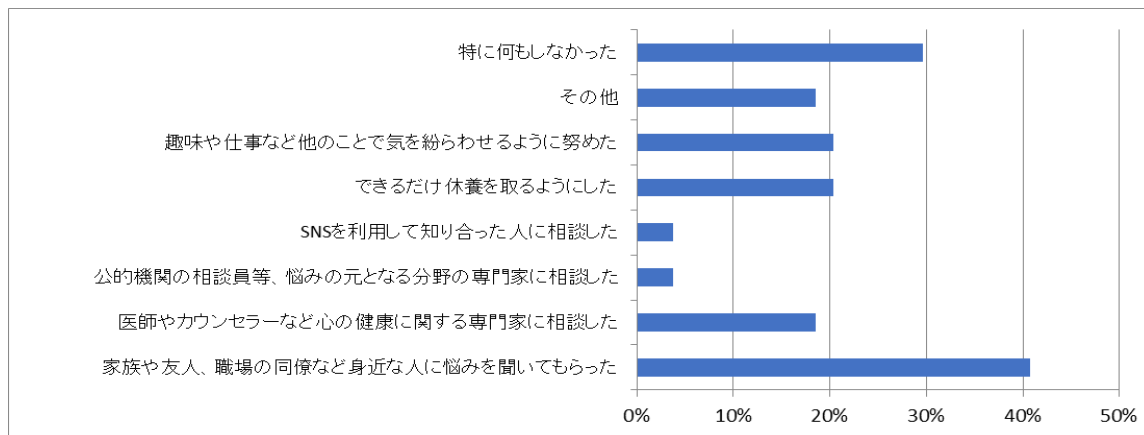
自殺を考えた理由や原因は、家族関係の不和が 37.0%と最も多く、次に多いのが、こころの悩み 31.5%、自分の病気の悩み 24.1%でした。

図8 自殺したいと考えた理由や原因はどのようなことだったか（複数）



自殺をしたいと考えたとき、どのようにして乗り越えたかについての設問では、「家族や友人、同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった」と回答した人が最も多く、次いで「特に何もしなかった」「趣味や仕事などで気を紛らわせるようにした」、「こころの健康に関する専門家に相談した」でした。

図9 自殺したいと考えたとき、どのようにして乗り越えたか



2) 自殺予防に関する認識について

(1) 多くの方が自殺で亡くなっていることの認識

毎年多くの方が自殺で亡くなっていることについて約半数の人が認識していたのに対し、本県において400人もの方が亡くなっているということについての認識は16.8%と比較的低いことがわかりました。

図10 毎年多くの方が自殺で亡くなっていることを知っているか

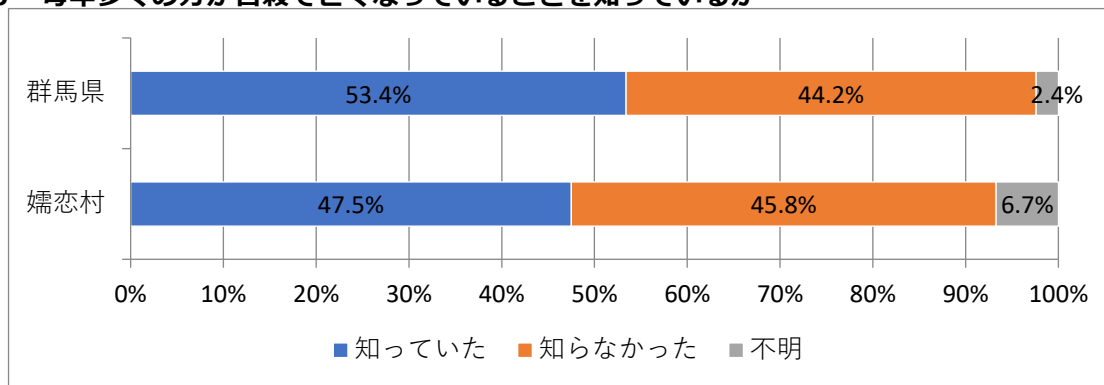
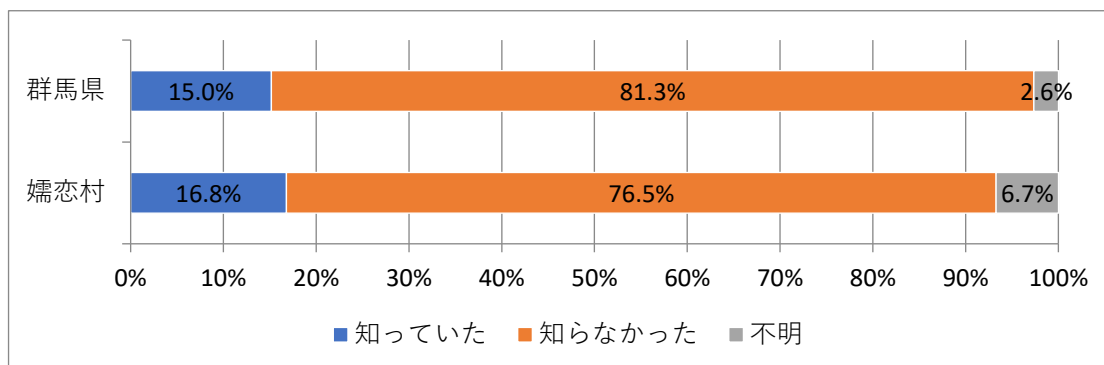


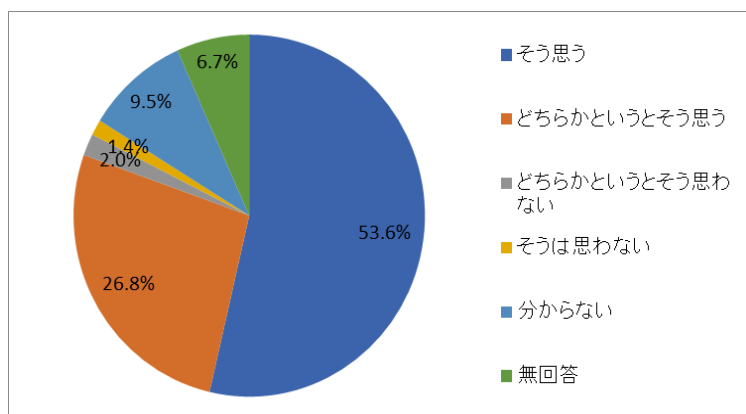
図11 群馬県でも毎年400人前後の方が自殺で亡くなっていることを知っているか



(2) 児童生徒の段階で自殺予防について学ぶ機会の有無

児童生徒が自殺予防について学ぶ機会の必要性について聞いたところ、80.4%の人が、必要があると感じていることがわかりました。

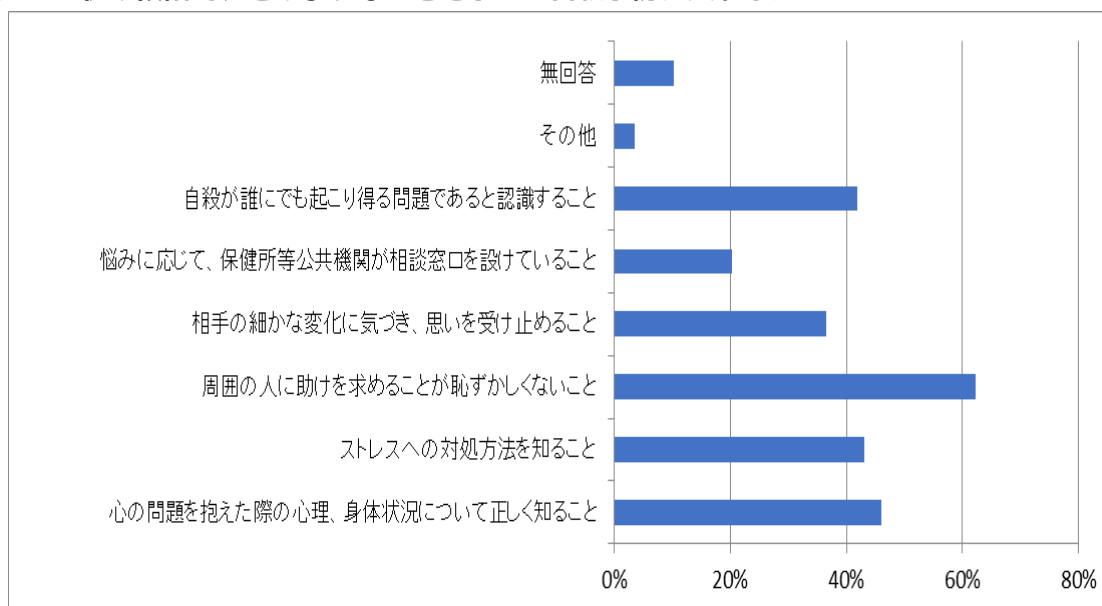
図 1 2 児童生徒の段階で自殺予防について学ぶ機会があったほうがよいか



(3) 児童生徒の段階で、どのようなことを学べば自殺予防に資するか

62.3%の人が、「周囲の人に助けを求めることが恥ずかしくないこと」を学べると良いと感じていることがわかりました。また、46.1%の人が、「心の問題を抱えた際の心理、身体状況について正しく知ること」、「ストレスへの対処法を知ること」、「自殺が誰にでも起こりうる問題であると認識すること」について学べると良いと感じています。

図 1 3 児童生徒の段階で、どのようなことを学べば自殺予防に資するか



Ⅲ いのち支える自殺対策における取組

1 基本方針

1) 生きることの包括的な支援として推進する

個人においても社会においても、「生きることの促進要因（自己肯定感や信頼できる人間関係といった自殺に対する保護要因）」より「生きることの阻害要因（失業、生活苦といった自殺のリスク要因）」が上回ったときに、自殺リスクが高くなると言われています。

そのため、「生きることの阻害要因」を減らす取組をこれまで以上に充実させ、併せて、「生きることの促進要因」を増やす取組を実施することが重要です。

双方の取組を通じて自殺リスクを低下させるため、幅広い事業を自殺対策関連施策として捉え、「生きることの包括的な支援」として推進します。

2) 関連施策との有機的な連携を強化する

自殺の背景には、個人が抱える問題のほか、その人の性格、職場環境、家庭環境、死生観などが複雑に絡み合っているため、自殺を防ぐためには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取組が重要です。

そのためには、各分野の関係者がそれぞれ自殺対策の一端を担っているという認識を持って、連携しながら対象者の支援にあたる必要があります。

また、自殺の背景にある経済・生活・福祉・家庭問題といった様々な問題に包括的に対応するため、精神科医療、保健福祉等の各施策の連動性を高めていくことが重要です。

3) 対応の段階に応じたレベルごとの対策を効果的に連動させる

自殺対策は、①個人の問題解決に向けた支援を行う「対人支援のレベル」、②関係機関の連携により複雑な問題を抱える人を支援する「地域連携のレベル」、③支援制度の整備や見直しを行う「社会制度のレベル」の3段階に分けて考えることができ、これらを総合的に推進することが重要です。これは、住民の暮らしの場を原点としつつ、「様々な分野の対人支援を強化すること」と、「対人支援の強化等に必要ない地域連携を促進すること」、更に「地域連携の促進等に必要ない社会制度を整備すること」を一体的なものとして連動して行っていくという考え方（三階層自殺対策連動モデル）です。

また、個別の施策については、①危険性が低い段階で行う「事前対応」、②現に起こりつつある自殺発生の危機に介入する「危機対応」、③自殺や自殺未遂が生じてしまった場合の「事後対応」の段階に分けることができます。段階ごとに効果的な対策を講じることにより、総合的な自殺対策を推進します。

図 14 三階層自殺対策連動モデル（自殺総合対策推進センター資料）



4) 実践と啓発を両輪として推進する

自殺は「誰にでも起こり得る危機」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくいという現状があります。そういった心情や背景への理解を深めるとともに、危機に陥った場合には誰かに助けを求めてもよいという認識を醸成することが重要です。

そのため、自殺や精神疾患に対する偏見をなくし、すべての村民が、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインに早く気づき、専門家につなぐことができるよう、広報活動、普及啓発を行います。

5) 関係者の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

自殺対策が最大限その効果を発揮して、「誰も自殺に追い込まれることのない婦恋村」を実現するためには、国、県、市町村、関係団体、民間団体、村民等が連携・協働して協働して取り組むことが重要なことから、それぞれが果たすべき役割を明確にし、共有した上で、相互の連携・協働を進めます。

2 基本施策

基本施策は、自殺対策の基本となる施策であり、自殺総合対策推進センターが作成した「地域自殺対策政策パッケージ」でも、全国的に実施することが望ましいとされているものです。本計画では、以下の5項目を基本施策として推進します。

基本施策1 地域におけるネットワークの強化

基本施策2 自殺対策を支える人材の育成

基本施策3 村民への啓発と周知

基本施策4 生きることの促進要因への支援

基本施策5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

基本施策1 地域におけるネットワークの強化

自殺対策が最大限効果を発揮して「誰も自殺に追い込まれることのない婦恋村」を実現するためには、県、市町村、関係団体、民間団体、村民等が連携・協働して自殺対策を総合的に推進することが必要です。そのため、各関係者が集まる協議会等の場を活用し、連携・協働して自殺対策を推進する体制を構築します。

【取組内容】

- ① 婦恋村いのち支える自殺対策推進本部会議の実施
- ② 自殺対策庁内連絡会議の実施
- ③ 地域自殺対策連絡会議への参加

基本施策2 自殺対策を支える人材の育成

自殺対策の推進においては、様々な悩みや困難を抱える人に対して、誰もが早期の「気づき」に対応できるようになることが非常に重要です。行政職員、関係団体、村民など、幅広い分野の関係者に対してゲートキーパー養成研修を行うほか、研修の講師となれる人材の育成を推進します。

また、教職員や各種相談窓口の担当者に対して、自殺予防に関する正しい知識の普及や相談技術の向上を図ります。

【取組内容】

①ゲートキーパーの養成

自殺に関する正しい知識の普及と身近な人の「気づき」を促すため、行政関係職員、民生委員・児童委員、一般村民等に対して「ゲートキーパー養成研修」を実施します。また、支援機関の職員や教職員を対象に、自殺の危機にある人への初期介入スキルの研修を実施します。[住民福祉課、総務課、教育委員会]

②地域保健・福祉関係者に対する研修

保健福祉担当職員等に対して、精神疾患や心の健康づくり、自殺予防に関する研修を実施します。[住民福祉課]

③教職員に対する研修

児童生徒の心の悩みの早期発見・心のケアに関することなどについて、教職員に対する研修を実施します。[教育委員会]

④自殺の社会的要因に対応する職員等に対する研修

自殺の原因・動機となり得る問題（多重債務、事業不振、生活困窮、子育てや介護の悩み、精神疾患）に関する相談機関の相談員、職員等に対して、相談技術の向上についての研修を実施します。[住民福祉課、総務課、観光商工課]

基本施策3 村民への啓発と周知

自殺は「誰にでも起こり得る危機」であること、危機に陥った場合には誰かに助けを求めることが適当であるということが共通認識となるよう、自殺や心の病に関する正しい知識の普及啓発や、相談窓口等に関する情報について、積極的に情報を発信していきます。

【取組内容】

①自殺予防月間（9月）／自殺対策強化月間（3月）での普及啓発の実施

自殺や心の病についての正しい知識の普及啓発を図るとともに、これらに対する偏見をなくすため、群馬県では9月を「自殺予防月間」と設定しています。

この9月の自殺予防月間と、国で設定している3月の自殺対策強化月間では、啓発活動を集中的に推進し、村民の理解を促進します。[住民福祉課]

②自殺予防やうつ病等に関する普及啓発

講演会、啓発資料の配布等により、うつ病や自殺に関する正しい知識の普及や相談窓口の周知を図ります。[住民福祉課、教育委員会]

基本施策4 生きることの促進要因への支援

自殺に追い込まれるという危機は、「生きることの促進要因」よりも「生きることの阻害要因」が上回ったときに高くなると言われています。そのため、自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組だけでなく、「生きることの促進要因」を増やす取組も併せて実施することが重要です。双方の取組を通じて自殺リスクを低下させるため、相談体制の充実、居場所づくりなどを「生きることの促進要因への支援」として推進します。

【取組内容】

① つまごい健康ダイヤル24

フリーダイヤルで24時間、年中無休で相談可能な「つまごい健康ダイヤル24」の設置により、不安や悩み、つらい気持ちを抱えた方の相談に応じます。[住民福祉課]

② 精神保健相談

面接、電話により、こころの健康に関する相談に応じます。[住民福祉課]

③ 居場所づくり

困難や孤独を抱えた方々にとっての「生きることの促進要因」となるよう、居場所づくりや人材の育成等を通して、子どもや高齢者の活動の場を整備します。

[住民福祉課、教育委員会、社会福祉協議会]

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、自発的に助けを求めることができるようになることや、友人のSOSに気づくことができるようになることを目的として、嬭恋中学校におけるSOSの出し方に関する教育を推進します。

[教育委員会、住民福祉課、群馬県]

3 重点施策

本村の自殺の現状から、特に対策が必要と思われる人たちを対象とした施策を重点的に進めていきます。本計画では、以下の2項目を重点施策として推進します。

重点施策1 高齢者の自殺対策の推進

重点施策2 若者の自殺対策の推進

重点施策1 高齢者の自殺対策の推進

平成25年から平成29年までの5年間の自殺の特徴を年齢別にみると、自殺者数で最も多いのは60歳以上の高齢者です。特に80歳以上の高齢者の自殺者数が多くなっています。

高齢者の自殺の原因としては、病気やそれによる心の不調、介護による疲れ、孤独感など様々な要因が考えられるため、関連施策を幅広く自殺対策として捉えて取り組む必要があります。

高齢者やその家族が抱える諸問題に対する相談事業を行うほか、元気な高齢者が地域の「支え手」として活躍できるよう、高齢者の社会参加や社会貢献の場を整備するとともに、健康づくりや生きがいづくりへの支援も推進していきます。

【取組内容】

①相談窓口の運営や在宅介護者の支援

高齢者及び家族が抱える問題、認知症に関する問題等についての相談の受付や、情報提供を行います。また、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、在宅介護者への支援を行います。[住民福祉課]

②高齢者の孤立防止

生きがいの喪失や不安感の一因となる孤立を防止するため、一人暮らし高齢者の実態把握や、民間事業者・団体と連携した見守り活動の推進等に取り組みます。

[住民福祉課、社会福祉協議会]

③介護予防対策の推進

高齢者が地域において孤立することなく生きがいを持って生活できるよう、介護予防教室や高齢者健康教室といった介護予防事業や、地域における健康運動教室等を実施し、生活支援の充実に取り組みます。[住民福祉課、社会福祉協議会]

④高齢者が活躍できる社会づくり

高齢者が社会参加し、社会的役割を持てるよう、関係団体との連携やネットワークを通じ、高

齢者が生きがいを持って生活できるような地域づくりを促進します。

[住民福祉課、社会福祉協議会]

⑤高齢者の就業支援

シルバー人材センターの運営により、中高年齢者等を対象とした再就職相談・支援のほか、多様な就業ニーズに対応した相談や情報提供を実施します。

[観光商工課、社会福祉協議会]

重点施策 2 若者の自殺対策の推進

本村の 20 代の若者の自殺者数は、近年微増しています。また、自殺対策に関する意識調査では、児童生徒が自殺予防について学ぶ機会について、80.4%の人があったほうがよいと回答しています。そのため、若年層を対象に、S O S の出し方教育や自己肯定感を高める教育などの取組を推進します。

【取組内容】

① S O S の出し方に関する教育等の推進

困難やストレスに直面した児童・生徒が、自発的に助けを求めることができるようになることや、友人の S O S に気づくことができるようになることを目的として、中学校における S O S の出し方に関する教育を推進します。

[住民福祉課、教育委員会]

② 自己肯定感を高める教育

自己肯定感は人生の土台となり、こころの安定をもたらします。自己肯定感を高めることで、自分自身を大切な存在と感じ、生きる力を培うことにつながります。そのため、自己肯定感を高めるための取組を推進します。

[住民福祉課、教育委員会]

③ 心理士による個別相談

児童・生徒自身や保護者、教職員等を対象とした心理士による個別相談の実施により、サポート体制の充実を図ります。

[住民福祉課、教育委員会]

④ 児童・生徒に対するこころの教育

児童・生徒の自殺予防に資する教育の実施として、学校において「命の大切さ」を実感できる教育を推進します。

[教育委員会、住民福祉課]

⑤ 学校における相談体制の充実

スクールカウンセラーの配置や緊急時のスーパーバイザーの派遣により、学校における相談体

制の充実を図ります。

[教育委員会]

⑥いじめを苦しめた子どもの自殺予防

学校において、児童・生徒による主体的ないじめ防止活動を推進します。

[教育委員会]

⑦インターネット・SNSの利用に関する教育

インターネット関連のトラブルから身を守るための啓発、SNSに関連する問題の防止を目的とした児童・生徒、保護者及び教職員への研修等、インターネットに起因するトラブルから子どもを守るための施策を推進します。

[教育委員会]

⑧子育て・教育等に関する相談

教育や子育てに関して、来所や電話による相談、情報提供を行います。

[教育委員会、住民福祉課]

⑨相談窓口の情報提供

様々な悩みや支援に関する相談窓口一覧を作成し、情報提供を行います。

[住民福祉課]

4 生きる支援関連施策

自殺対策は「生きることの包括的な支援」であることから、既存事業を最大限に活かし、自殺対策の観点を加えて実施していくことが必要です。そのため、基本施策、重点施策に加えて、幅広い分野における関係者の連携や相談体制の充実など、自殺対策となり得る事業を「生きる支援関連施策」として実施します。

1) 村民一人ひとりの気づきと見守りを促す

村民を対象に、うつ病、心の健康、自殺予防等に関する講演会の開催や、啓発物品の配布により、メンタルヘルスに関する普及啓発を行います。

9月の群馬県自殺予防月間や国で設定している3月の自殺対策強化月間にリーフレットやポケットティッシュの配付による普及啓発を行い、村民一人ひとりが自殺対策の必要性を理解し、こころの健康増進に努める必要性を周知します。

[住民福祉課]

2) メンタルヘルスに関する研修等

村職員や教職員のほか、職場で指導的立場にある人を対象に、メンタルヘルス等に関する研修やそれに関連する事業を実施し、働く人の健康増進を図ります。

[総務課、教育委員会、住民福祉課]

3) 自殺対策に関連する分野での関係者の連携

ひきこもり、依存症といった様々な問題に対して、対策の検討や情報共有のため、関係者間の連携を推進します。

[住民福祉課]

5 自殺対策に関する評価指標

指 標	現状 H30 (2018)	目標 H35(2023)
基本施策1 地域におけるネットワークの強化		
自殺対策庁内連絡会議の開催	－	年2回
基本施策2 自殺対策を支える人材の育成		
ゲートキーパー養成講座の開催数	年1回	年2回
ゲートキーパー研修受講者数（H30からの累計）	－	累計350人
基本施策3 村民への啓発と周知		
こころの健康相談統一ダイヤルの認知率	24.0%	60%以上
ゲートキーパーの認知率	7.8%	20%以上
基本施策4 生きることの促進要因への支援		
つまごい健康ダイヤル24の認知率	17.9%	20%以上
相談会（わかば相談）の実施回数	年8回	年8回
基本施策5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育		
群馬県中学生版「SOSの出し方に関する教育」実施数	－	年1回
重点施策1 高齢者の自殺対策の推進		
80歳以上の自殺死亡率（人口10万対）の減少 ^{*1}	男 200.1 女 29.3	20%以上 減少
重点施策2 若者の自殺対策の推進		
20歳代の自殺死亡率（人口10万対）の減少 ^{*1}	男 26.6 女 10.2	20%以上 減少
自分にはよいところがあると回答した小中学生の割合 ^{*2}	小6 89.3% 中3 71.2%	小6 95%以上 中3 75%以上

*1 出典：自殺総合対策センター「地域自殺対策プロファイル（2018）」

*2 出典：文部科学省「全国学力・学習状況調査」

IV 自殺対策の推進体制

1 自殺対策の推進体制

自殺対策が、最大限その効果を発揮して、「誰も自殺に追い込まれることのない孺恋村」を実現するためには、行政、関係機関・団体、村民が連携・協働して取り組むことが重要なことから、それぞれが果たすべき役割を明確にし、共有した上で、相互の連携・協働を進めます。

1) それぞれの役割

本村の自殺対策において、それぞれの主体の果たすべき役割は、次のように考えられます。

①村民

自殺対策の基本認識を踏まえ、主体的に自殺対策に取り組む必要があります。

また、自らの心の不調や周りの人の心の不調に気づき、適切に対処することができるよう、心の健康やうつ病等に対する理解と関心を深める必要があります。

②学校

心の健康の保持・増進や良好な人格形成、生活上の困難・ストレスに直面したときの対処方法を身に付けることへの支援を行う等、児童生徒の自殺を未然に防止し、予防するための教育を行うことが求められます。

また、学校における心の健康づくりを推進するため、スクールカウンセラーの配置や相談体制の充実を図る必要があります。

さらに、いじめを背景とした自殺を予防するため、いじめを早期に発見し、適切な対応ができるための体制を整えることや、児童生徒の良好な人間関係を築く力を育成することが求められます。

③役場

住民にとって最も身近な行政機関として果たす役割は大きく、健康なまちづくり、安心・安全な地域づくりの要です。住民の身近な相談窓口として、自殺対策担当課のみならず、住民生活を支える様々な部署や窓口が連携して自殺対策に取り組むことが求められます。

2) 検討組織・推進体制

① 婦恋村いのち支える自殺対策推進本部

行政の最大の責務は住民の命を守ることであり、自殺対策はまさに住民の命を守る取組そのものです。計画の策定を含めた地域自殺対策を推進するための体制を整えることが望まれます。婦恋村いのち支える自殺対策推進本部を設置し、関係機関・団体等との連携による総合的な自殺対策を推進します。

② 婦恋村自殺対策庁内連携会議

自殺対策を全庁的に推進するため、庁内関係各課と情報共有し、連携を図りながら各施策を推進します。

③ 吾妻地域自殺対策連絡会議

吾妻保健福祉事務所において開催される、保健、福祉、教育、医療、商工・労働、警察、消防、地域の民間・関係団体等で構成する地域自殺対策連絡会議に参加し、管内町村や関係機関、関係団体等とともに地域の実情に応じた対策を推進します。

また、身近なところで相談・支援が受けられる、顔の見えるネットワークづくりを支援します。

2 計画の見直し及び進行管理

本計画の推進に当たっては、婦恋村自殺対策庁内連絡会議により、具体的な取組の進捗状況等を点検します。

また、村の自殺の状況や国、県の動向等を踏まえ、適宜必要な見直しを行っていきます。

V 参考資料

1 自殺対策に関する取組一覧

基本施策1 地域におけるネットワークの強化

事業(業務)名	事業(業務)内容	担当
孀恋村いのち支える自殺対策推進本部	孀恋村いのち支える自殺対策推進本部を設置し、関係機関・団体等との連携による総合的な自殺対策を推進します。	住民福祉課 保健係
自殺対策庁内連携会議	自殺対策を全庁的に推進するため庁内関係各課と連携を図ります。各課との情報共有により、支援が必要と思われる人への早期対応を行います。	
吾妻地域自殺対策連絡会議	吾妻保健福祉事務所において開催される、吾妻地域自殺対策連絡会議に参加し、管内町村や関係機関、関係団体等とともに地域の実情に応じた対策を推進します。	
地域包括ケアシステム推進会議(仮称)	村内有識者、関係者による、地域包括ケアシステムを推進するための協議会の中で、自殺対策に関する情報の共有や取組について協議します。	地域包括支援センター
要保護児童対策地域協議会	虐待などの問題を抱えた家庭への支援を学校、幼稚園、警察、児童相談所など関係機関と連携を図ります。	住民福祉課 福祉係
要支援高齢者連絡協議会	認知症などによる高齢者の見守りをはじめ、家族への支援を社協、警察、包括など関係機関で情報共有を行い連携を図ります。	

基本施策2 自殺対策を支える人材の育成

事業(業務)名	事業(業務)内容	担当
ゲートキーパー養成研修	自殺について正しく理解し、身近にいる悩みや困りごとを抱えている人に「気づき」、「声をかけ聴く」、専門機関に「つなぐ」、そして「見守る」ことができる人を養成するため、民生委員・児童委員、愛育会、食生活改善推進協議会等の各種団体や一般住民を対象にゲートキーパー研修を実施します。	住民福祉課
役場職員への研修	役場職員等に対して、精神疾患やこころの健康づくり、自殺予防に関する研修やゲートキーパー研修を実施します。	総務課 住民福祉課
教職員に対する研修	児童生徒のこころの悩みの早期発見・こころのケアに関する事などについて、教職員に対する研修を実施します。	教育委員会
ケアマネ情報交換会	2か月に1度開催している村内介護相談支援事業所のケアマネジャーの情報交換会の中で、ゲートキーパー研修やこころの健康に関する研修などを実施します。	住民福祉課 地域包括支援センター
自殺の社会的要因に対応する職員への研修	商工会等の職員に対し、自殺予防に関する研修会等の情報提供などを行います。	観光商工課

基本施策3 村民への啓発と周知

事業(業務)名	事業(業務)内容	担当
自殺予防月間(9月)、自殺対策強化月間(3月)での普及啓発	期間内に、自殺対策リーフレットやティッシュの配布、ポスターの掲示、講演会、相談会、広報等を集中的に実施します。	住民福祉課
相談体制の周知	チラシやホームページ、広報等により相談窓口の周知を行います。	住民福祉課
普及啓発事業	こころの健康づくり講演会を開催するほか、自殺や自殺関連事象等に関するリーフレット等を作成し配布します。	住民福祉課 保健係
こころの健康づくり講演会	各種団体等を対象に自殺予防の普及啓発やこころの健康づくり等の講演会を実施します。	住民福祉課 保健係
地区組織活動 (愛育会、食生活改善推進協議会)	声かけ・見守りや、その他活動を通じて、こころの健康づくりも行えるよう支援します。	住民福祉課 保健係
自殺予防月間(9月)、自殺対策強化月間(3月)での普及啓発	期間内に、自殺対策リーフレットやティッシュの配布、ポスターの掲示、講演会、相談会、広報等を集中的に実施します。	住民福祉課

基本施策4 生きること促進要因への支援

事業(業務)名	事業(業務)内容	担当
つまごい健康ダイヤル 24	「つまごい健康ダイヤル24」を運営し、不安や悩み、つらい気持ちを抱えた方の相談に 24 時間、年中無休で対応します。	住民福祉課
個別相談事業	面接、電話等により、こころの健康相談を実施します。わかば相談を運営し、臨床心理士による専門相談を実施します。	住民福祉課 保健係
子育て支援センター (にこにこ広場)	子育て中の方々の居場所として不安や悩みを解消し、孤立することなく子育てができるよう支援します。	住民福祉課
放課後子ども教室	コーディネーターを配置し、放課後等の教室を有効活用し、様々な活動を実施します。	教育委員会
わっきゃない教室	各地区での運動教室を実施し、教室終了後は住民主体の通いの場として継続します。高齢者の居場所として、また担い手の生きがい作りを支援します。	住民福祉課 地域包括支援センター
いきいきサロン	各地域で開催されているサロンなどに出向き、ミニ講話などを行い予防啓発を行います。	社会福祉協議会
ボランティア活動の推進	ボランティア養成講座や、ボランティアリーダーの育成、ボランティア組織への支援等を実施します。	社会福祉協議会
認知症カフェ (ほほ笑みカフェ)	認知症の方やその家族だけでなく、だれでも集える場として月に1回ほほ笑みカフェを開催します。	地域包括支援センター 社会福祉協議会

基本施策5 児童・生徒のSOSの出し方に関する教育等の推進

事業(業務)名	事業(業務)内容	担当
中学生対等「SOSの出し方教育のプログラム」の実施	群馬県中学生版「SOSの出し方教育」を中学校で実施します。	教育委員会 住民福祉課

重点施策 1 高齢者の自殺対策の推進

- 相談窓口の運営や在宅介護者の支援 ○介護予防対策の推進
 ○高齢者が活躍できる社会づくり ○高齢者の孤立防止 ○高齢者の就業支援

事業(業務)名	事業(業務)内容	担当
総合相談事業	高齢者の相談窓口の強化。包括支援センターの総合相談窓口の周知。	住民福祉課 地域包括支援センター
介護者支援事業	在宅介護の介護者を対象として、介護者の情報交換や心身をリフレッシュさせることを目的として、介護者の集いを実施します。	社会福祉協議会
認知症カフェ (ほほ笑みカフェ)	認知症の方やその家族だけでなく、だれでも集える場として月に1回ほほ笑みカフェを開催します。	住民福祉課 地域包括支援センター
基礎調査	高齢者福祉施策の基礎資料とするため、ひとり暮らし高齢者のニーズ等を把握するとともに見守りを実施します。	住民福祉課 福祉係
無料配食サービス・友愛訪問事業	食生活改善推進協議会及びボランティアによる一人暮らし老人等に対する友愛訪問を兼ねた配食サービスを実施します。	社会福祉協議会 食生活改善推進協議会
わっきゃない教室	各地区での運動教室を実施し、教室終了後は住民主体の通いの場として継続します。高齢者の居場所として、また担い手の生きがい作りを支援します。	住民福祉課 地域包括支援センター
いきいきサロン	高齢者の居場所である「生き生きサロン」を支援します。	社会福祉協議会 地域包括支援センター
シニア倶楽部(高齢者健康教室)	月に1回開催している講座の中で、こころの健康、うつ、生きがい等に関する内容を取り入れ、高齢者の健康増進に努めます。	住民福祉課 保健係
介護予防教室	教室開催時にうつ予防や自殺対策に関する情報提供を行います。	住民福祉課 保健係
健康づくり教室	高齢者の積極的な外出を促し、地域とのつながり強化や健康維持を図るため、各地区での健康づくり教室を開催します。	社会福祉協議会
老人クラブ活動支援	高齢者の生きがいと健康づくり支援のため、老人クラブの自主活動の促進を図り、活動を支援します。	社会福祉協議会
ボランティア団体活動支援	ボランティア養成講座や、ボランティアリーダーの育成、ボランティア組織への支援等を実施します。	社会福祉協議会
就業支援事業	商工会、ハローワーク等と連携し、就業に関する相談会を実施します。	観光商工課

重点施策 2 若者の自殺対策の推進

- SOS の出し方教育
- 学校における相談体制の充実
- 子育て、教育等に関する相談
- 心理士による個別相談
- 児童・生徒に対するこころの教育
- インターネット、SNS の利用に関する教育
- いじめを苦しめた子どもの自殺予防
- 教職員に対する研修
- 子ども、若者対策の推進

事業(業務)名	事業(業務)内容	担当
SOS の出し方教育の実施	群馬県版の中学生向け SOS の出し方教育を中学校で実施します。	住民福祉課 教育委員会
子どもサポート	心理士による学校訪問を実施し、教諭等への助言や本人・保護者との個別相談を実施します。	住民福祉課
わかば相談	心理士による個別相談を実施します。	住民福祉課
教育相談(いじめ含む)	子どもの教育上の悩みや心配事に関する相談を教育相談員(心理)が対面で受け付けます。また、仕事の都合や家庭の事情等で来室できない場合には、電話相談も行います。	教育委員会
いじめ防止対策事業	各校のいじめ防止基本方針の点検と見直し、個別支援等を通じて、いじめの早期発見、即時対応、継続的ないじめ予防を図ります。	教育委員会
スクールソーシャルワーカー活用事業	スクールソーシャルワーカーを活用し、さまざまな課題を抱えた児童生徒に対し、当該児童生徒が置かれた環境へ働きかけたり、多様な支援方法を用いて課題解決への対応を図ります。	教育委員会
講演会	こころの健康づくり講演会、思春期講演会を実施し、生きる力を育みます。	教育委員会 住民福祉課
教職員に対する研修	児童生徒のこころの悩みの早期発見・こころのケアに関する事などについて、教職員に対する研修を実施します。	教育委員会
相談窓口の情報提供	相談窓口の情報の一覧を作成し、リーフレット等と併せて配布します。	住民福祉課

いのち支える孺恋村自殺対策行動計画

平成31年3月 策定

■編集・発行 孺恋村住民福祉課

〒377-1612

群馬県吾妻郡孺恋村大字大前 110

担当：保健係

[TEL] 0279-96-1975

[FAX] 0279-96-1982