

1. 計画策定の趣旨（第1章）

我が国の自殺者数は、平成10年以降、年間3万人を超える深刻な状況が続き、平成18年に自殺対策基本法が制定され、国を挙げて自殺対策を推進してきました。その結果、自殺者数はピーク時と比較すると減少傾向にあります。依然として2万人台を超える状況が続いていることから、平成28年に自殺対策基本法が改正され、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ました。

本市では平成25年度に第1期延岡市自殺対策行動計画、平成30年度に第2期計画を策定し、関係機関と連携を図り、全庁的な取組として自殺対策を推進してきました。本計画は、自殺総合対策大綱の内容を反映させる等の見直しを行い、「第3期延岡市自殺対策行動計画」として策定したものです。

2. 延岡市の「自殺」と「こころの健康」の現状（第2章）

本市の自殺者数の推移をはじめ、自殺死亡率の推移や自殺者の男女別・年代別の状況など、本計画に係る自殺の現状や、こころとからだの健康に関するアンケート調査結果を記載しています。

3. 計画の基本的な考え方（第4章）

<基本目標>

本計画では、第2期計画の基本目標を継承し、次のとおりとします。

自殺に追い込まれない 支えあう まちづくり

<基本方針>

（1） 生きることの包括的な支援として推進

自殺対策は、「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行うことで、自殺リスクの低下を推進する必要があります。「生きる支援」に関する取組を行い、自殺対策を推進していきます。

（2） 関連施策との有機的な連携による総合的な対策の展開

自殺に追い込まれようとしている人が安心して生きられるようにするためには、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。地域共生社会の実現に向けた取組や関連施策、関係者や組織との連携を強化しながら総合的に自殺対策に取り組んでいきます。

（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

自殺対策は、「社会制度」、「地域連携」、「対人支援」の3つのレベルを一体的なものとして連動して行うことが重要です。また、「事前対応」、「危機対応」、「事後対応」のそれぞれの段階において施策を講じる必要があります。

（4） 実践と啓発を両輪として推進

自殺に追い込まれる危機は「誰にでも起こり得る危機」であり、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが地域全体の共通認識となるよう啓発を行います。また、自殺を考えている人のサインに早く気づき、精神科医等の専門家につなぎ、見守ることができるよう広報や教育活動に取り組むとともに、自殺に対する誤った認識や偏見を払拭し、正しい理解の啓発を行います。

(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

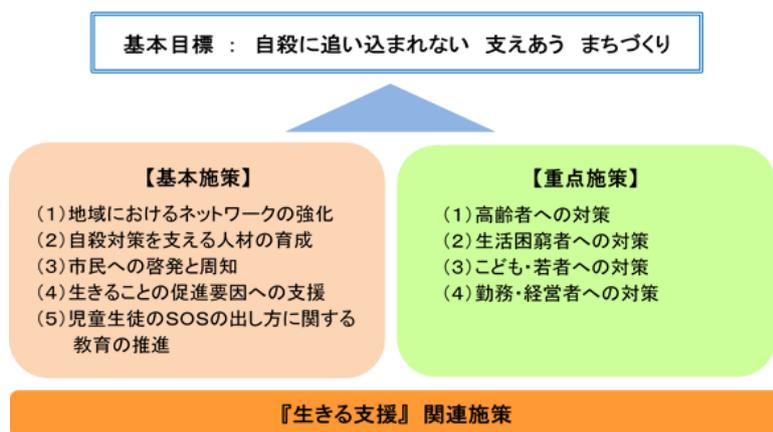
「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現には、国や県、関係団体、市民等が連携・協働して自殺対策を推進することが必要であるため、それぞれの役割を共有し、ネットワークづくりに取り組みます。

(6) 自殺者等の名誉及び生活の平穏への配慮

自殺対策に関わる人は、自殺者及び未遂者等の名誉や生活に配慮し、不当に侵害することがないよう認識して自殺対策に取り組みます。

4. 施策の展開 (第4章)

この計画は、5つの基本施策と4つの重点施策、そして自殺対策に関する庁内の多様な既存事業である『生きる支援』関連施策の3つの施策で構成し、それぞれの取組により、基本目標の「自殺に追い込まれない支えあいまちづくり」を目指します。



●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、様々な要因が複雑に関係しています。自殺に追い込まれようとしている人が安心して生きられるよう、組織や関係者が密接に連携を図ることが重要であるため、庁内関係部署や関係機関との連携や、他の事業と自殺対策との連携等のネットワークの強化に努めます。

<主な取組>

1	総合的な自殺対策の推進・連携の強化
2	地域における見守り体制の構築
3	関係機関との連携体制の整備

●基本施策2 自殺対策を支える人材の育成

自殺対策には、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞き、必要な支援につなぎ、見守る役割を担う「ゲートキーパー」の存在が重要であるため、幅広く人材の育成を図ります。

<主な取組>

1	様々な職種を対象とする研修
2	一般市民を対象とする研修

●基本施策3 市民への啓発と周知

命や暮らしの危機に直面した場合には、誰かに援助を求めることが適当であり、そのためには、周囲の理解と相談できる体制が周知されていることが重要です。自分や周囲の人の変化に気づき、リスクを抱えた人が適切な相談窓口を利用して支援が受けられるよう、正しい知識や相談窓口の更なる普及啓発を行います。

<主な取組>

1	こころの健康づくり・自殺予防に関する正しい知識の普及啓発
2	多様な手段を活用した情報発信の推進

●基本施策4 生きることの促進要因への支援

自殺リスクを低下させるためには、「生きることの阻害要因」を減らす取組と、「生きることの促進要因」を増やす取組を行うことが必要です。様々な課題に対応するため、関係部署や関係機関と連携した取組を推進します。

<主な取組>

1	自殺リスクを抱える可能性のある人への支援
2	居場所づくり活動
3	自殺未遂者等への支援
4	遺された人への支援
5	女性の自殺対策の推進

●基本施策5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育の推進

若年層の死因に占める自殺の割合は高く、国・県ともに死因の1位となっています。こどもの自殺につながる要因は様々なものが考えられます。適切な支援や相談窓口の充実が求められているため、相談窓口の周知を図るとともに、子ども自身が困難やストレスへの対処方法を身につけ、信頼できる大人に助けを求めることを学ぶ教育（SOSの出し方に関する教育）を関係部署や関係機関と連携しながら推進します。

<主な取組>

1	SOSの出し方等に関する教育の推進
2	相談窓口

●重点施策1 高齢者への対策

本市は高齢者の自殺が多く、男性が多い現状にあります。高齢者の生活の変化や収入の減少、健康状態の変化等に考慮し、これらに対する支援や、居場所づくり、社会参加を促す取組を行います。

<主な取組>

1	包括的な支援のための連携の推進
2	高齢者の健康不安に対する支援
3	地域における要介護者等に対する支援
4	社会参加の強化と孤独・孤立の予防

●重点施策2 生活困窮者への対策

生活困窮者は、多重債務、精神疾患、労働等の様々な問題を複合的に抱えていることが多く、地域からも孤立しがちで自殺リスクが高いことが考えられます。本人の経済・生活面や人間関係等の視点も含めた「生きることの包括的支援」として、生活困窮者自立支援制度等の各種の取組と連携した支援を行います。

<主な取組>

1	相談支援
2	居場所づくりや生活支援の充実
3	自殺対策と関連施策との連動

●重点施策3 こども・若者への対策

若年層の死因に占める自殺の割合は高く、10～30代の死因の1位は全国・宮崎県ともに自殺です。学校生活や学業、就労、結婚、子育て等に関して悩みを抱える世代であり、様々な対策を推進する必要があるため、こころの健康等についての正しい知識の普及啓発や相談窓口の周知を行います。

<主な取組>

1	児童・生徒への支援の充実
2	SOSの出し方に関する教育の推進
3	こどもの居場所づくりの推進
4	こどもの養育に関わる保護者への支援の充実
5	社会全体で若者の自殺リスクを低減させるための取組

●重点施策4 勤務・経営者への対策

労働者や経営者は、過重労働や職場の人間関係、経営不振等、様々な要因で悩みを抱え、心身の健康を損ないやすいとされています。そのため、職場におけるメンタルヘルス対策の推進や、相談窓口の周知啓発等を行います。

<主な取組>

1	職場におけるメンタルヘルス対策の推進
---	--------------------

5. 自殺対策の推進体制（第5章）

保健、医療、福祉、教育、労働等の関係機関や団体で構成する「延岡市自殺対策協議会」を設置し、各機関・団体が行う自殺対策の取組等についての情報共有を図り、連携を強化して総合的な自殺対策を推進します。

また、市内での自殺対策を推進するため、「延岡市自殺対策行動計画推進会議」で計画の進行管理を行い、自殺の現状や課題、関連施策の共有及び連携を図り、自殺対策は「生きることの包括的な支援」という視点を持ちながら事業に取り組みます。