

(仮称)第 2 次草津市自殺対策行動計画 構成案

第 1 章 計画の概要

1. 計画策定の趣旨
2. 計画の位置づけ
3. 計画の数値目標
4. 計画の機関

第 2 章 草津市の現況

1. 自殺の現状
2. 自殺を取り巻く実態

第 3 章 第 1 次草津市自殺対策行動計画の取組と評価

1. 第 1 次草津市自殺対策行動計画の概要
2. 基本方針ごとの評価と方向性
3. 基本施策ごとの評価と方向性

第 4 章 計画の基本的な方向

1. 基本目標
2. 基本認識
3. 基本方針
4. 施策の体系
5. 施策の展開

第 5 章 推進に向けて

1. 計画の推進体制と役割
2. 計画の進捗管理

計画の数値目標（案）

	現状	目標値
自殺総合対策大綱 （国）	平成 27 年 自殺死亡率 18.5	平成 38 年 自殺死亡率 13.0 以下
滋賀県自殺対策計画 （県）※	平成 27 年 自殺死亡率 17.4	平成 34 年 自殺死亡率 14.8 以下
草津市自殺対策行動計画 （市）	平成 29 年 自殺死亡者数 13 人 自殺死亡率 9.8	平成 35 年 <u>自殺死亡者数 6 人以下</u>

出典：平成 29 年 7 月自殺総合対策大綱、平成 30 年 3 月滋賀県自殺対策計画

○草津市の平成 29 年自殺死亡者数は 13 人、自殺死亡率は 9.8 であり、現計画の目標値を達成しています。

○第 2 次草津市自殺対策行動計画では、目標指標を、自殺死亡者数 6 人以下と設定します。

（参考）

※現計画の目標値の出し方

平成 20 年から平成 24 年の 5 年間で、自殺死亡者数は 13 人減少（39%減）。

平成 24 年自殺死亡者数 21 人の 39%減で、13 人と設定。

⇒（第 2 次計画において同様に算出）

平成 25 年から H29 年の 5 年間で、自殺死亡者数は 11 人減少（54%減）。

平成 29 年自殺死亡者数 13 人の 54%減で、6 人。

○国は、先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、自殺死亡率 30%以上の減少を目標値として設定

○県は、自殺死亡率 15%以上の減少を目標値として設定

○草津市では、県同様、平成 29 年自殺死亡者数 13 人の 15%減とすると、11 人以下

●草津市の自殺死亡者数

	H25	H26	H27	H28	H29	合計
自殺死亡者数	24	19	19	12	13	87

※過去 5 年間の自殺死亡者数の平均は、17 人

第3章 第1次草津市自殺対策行動計画の取組と評価

1 第1次草津市自殺対策行動計画の概要

(1) 計画期間

平成26年度～平成30年度

(2) 基本理念

「かけがえのない“いのち”を大切にする社会の実現」

(3) 基本認識

- ・自殺を考える直前は、心理的に追い詰められた状況がある
- ・社会的な取り組みにより自殺を防ぐことが可能である
- ・死にたいと考えている人は、心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いている

(4) 基本方針と基本施策

基本方針1 社会的な要因、地域の実態を把握し、情報共有に努めます

⇒基本施策1 自殺の実態を明らかにする

⇒基本施策2 情報を共有し総合的な自殺対策を推進する

基本方針2 こころの健康づくりをすすめます

⇒基本施策3 健やかなこころをはぐくむ

⇒基本施策4 孤立化しない地域づくりを行う

基本方針3 一人ひとりの気づきと主体的な取り組みをすすめます

⇒基本施策4 孤立化しない地域づくりを行う

⇒基本施策5 ゲートキーパーを養成する

基本方針4 自殺予防の体制づくりを行います

⇒基本施策5 ゲートキーパーを養成する

⇒基本施策6 相談支援のネットワークを構築する

⇒基本施策7 遺された人の苦痛をやわらげる

2 基本方針ごとの評価と方向性

第1次計画における評価は以下のとおりです。すべてにおいて目標指標は達成しましたが、引き続き、取組が必要です。

基本方針1	目標指標	現状値
1 社会的な要因、地域の実態を把握し、情報共有に努めます	「草津市自殺対策推進会議」や「草津市自殺対策関係課会議」を年間1回以上開催し、情報共有と自殺対策の推進を行います。	両会議を年間2回ずつ開催し、庁内関係課や関係機関が情報を共有しながら計画を推進しました。
2 こころの健康づくりをすすめます	広報での特集記事の掲載等、あらゆる機会を通じてこころの健康づくりに関する啓発を行います。	広報くさつ特集記事や市ホームページを使用し、こころの健康や自殺予防の情報を発信しました。また、自殺予防週間に駅前での街頭啓発を行うとともに、相談窓口リーフレットの小中学校を通じての配布、地域における出前講座等を実施しました。
3 一人ひとりの気づきと主体的な取り組みをすすめます	地域住民を対象に身近なゲートキーパーを養成するための研修会（平成24年度までに80名が受講済み）を年間1回以上開催し、毎年50名以上の受講者を目指します。	年間1～2回開催し、毎年50名以上の受講者があります。 平成26～29年度の参加は、合計457人です。
4 自殺予防の体制づくりを行います	各種相談窓口担当者に対し専門的な見地から相談対応できるゲートキーパーを養成するための研修会（平成24年度までに290名が受講済み）を年間1回以上開催し、毎年50名以上の受講者を目指します。	毎年3～4回開催し、50名以上の受講者があります。平成26～29年度の参加者数は、合計1,252人です。
	相談窓口の認知度が上がり、自殺対策の推進が図れるよう、窓口の周知を行います。これにより各種相談件数（平成24年度各種相談延件数合計12,497件）の増加を目指します。	平成29年度の各種相談件数は、14,634件と増加しています。

	取組と評価	今後の方向性
1	<p>自殺対策の取組を進めていくために、自殺の実態や社会情勢等の統計データを活用し、自殺の傾向・実態の把握、分析を行いました。</p> <p>会議を通じて関係機関が必要な情報を共有し、ホームページ等を活用して市民にも情報発信を行いました。自殺に追い込まれる社会的要因や自殺の実態の把握・分析を行い、関係機関で情報を共有し、それぞれの役割認識ができました。今後は、関係機関が連携し、自殺対策を総合的に推進することが必要です。</p>	<p>自殺に追い込まれる社会的要因や地域の実態を把握・分析し、より効果的な支援につなげます。</p> <p>また、関係機関が、推進会議や関係課会議を通して自殺に関する情報を共有し、それぞれの役割を認識し、連携することで総合的に自殺対策をすすめます。</p>
2	<p>市民一人ひとりが、いのちや人権の大切さを学び、健やかなところをはぐくみ、人とのつながりを大切にできるよう、地域や学校での取組やリーフレット配布等普及啓発を行いました。</p> <p>市民一人ひとりが互いに声かけや見守りを行い、社会とのつながりを保ち続けられ、孤立しない地域づくりにつながるよう、地域でのいきがいや居場所づくりの取組みを行いました。</p> <p>しかしながら、子ども・若者を含め、自殺者数は年間十数件という現状があります。</p>	<p>効果的な啓発を行い、こころの健康づくりをすすめます。</p> <p>子ども・若者の自殺対策の推進に向けて、子ども・若者を取り巻く環境や支援の充実にすすめます。</p> <p>さらに、市民が日ごろからいきがいをもち、生涯にわたって社会と交流を持ち続けることができるよう孤立しない地域づくりをすすめます。</p>
3	<p>市民向けのゲートキーパー養成講座を毎年開催し、市民一人ひとりがうつや自殺を考えている人のサインに気づき、声かけや見守り、さらに相談窓口につなぐ等、適切な対応について学んだ人が増えました。</p> <p>地域においては、いきがいや居場所づくり等孤立しない環境を整えるため学区の会議やつどいの広場等開催し、市民活動の活性化が図れました。</p>	<p>地域住民や地域の関係団体等の主体的な取組を支援し、支援のネットワークを充実し、孤立しない地域づくりをすすめます。</p> <p>市民一人ひとりがこころの不調に気づき、主体的に行動することで、本人とともに家族や周囲の人を支えられるように広く地域住民を対象とした学ぶ機会を設けます。</p>
4	<p>市民の身近な福祉関係者や市の各課窓口職員向けのゲートキーパー養成講座を開催し、ゲートキーパーを養成しました。</p> <p>関係課や関係機関の協力を得て、相談窓口リーフレット作成し、各所へ配布を行いました。その効果もあり、総合相談窓口や各種相談窓口の数が増え、相談しやすい体制づくりが進みました。</p> <p>自死で大切な人を失った人への支援として、個別支援や遺族会の周知等も行い、参加しやすい環境づくりに努めました。今後は、遺族を含め、友人やクラスメート等周囲の人への支援も充実していく必要があります。</p>	<p>相談窓口担当者や地域・福祉分野での人材がゲートキーパーとして学び、適切な対応ができるよう研修会を引き続き開催し、フォローアップの機会を設けます。</p> <p>社会全体の自殺リスクを低下させる(自殺予防)ため、今後も相談支援ネットワーク体制のづくりと相談窓口のわかりやすい情報発信に取り組みます。</p> <p>自死で大切な人を失った遺族や友人等周囲の人に対して、引き続き個別相談の実施や自死遺族会や関係機関との連携強化による支援を行います。</p>

3 基本施策ごとの評価と方向性

第1次草津市自殺対策行動計画での取組結果から今後の方向性をまとめました。

(1) 基本施策1 自殺の実態を明らかにする

主な取組	
<ul style="list-style-type: none">・保健所の死亡小票・地域自殺実態プロフィール・自殺未遂者のケース分析から実態の集計分析を行いました。・自殺念慮・自殺未遂者についてケース会議や市内大学との情報交換等により、実態把握を行いました。	
◆統計データ等による実態集計、分析	
自殺者や自殺をとりまく実態の集計、分析	健康増進課
◆自殺関係対応の実態を明らかにする	
自殺関係対応の実態を明らかにする	健康増進課

《取組の成果》

- ・実態の集計分析を行い、自殺者数は減少傾向ですが、子ども・若者の自殺が毎年あり、40～60歳代男性の自殺者数が多い状況であることや、自殺の背景には失業や多重債務、職場や学校での悩み等、様々な問題があること等の自殺の実態を把握できました。
- ・若者・大学生への個別支援の対応や市内大学との情報交換会により、自殺未遂者や自殺念慮者には、人間関係や就職の問題などの要因により、悩み追い詰められているという実態が把握できました。

《課題》

- ・効果的に自殺対策の取組を進めていくためには、今後も継続して自殺死亡者の現状や自殺未遂者の特徴について把握し、対策につなげることが必要です。
- ・若者・大学生への個別支援の対応や市内大学との情報交換会等を通して実態を把握し、対策につなげていくことが必要です。

《方向性》

統計データや個別支援対応、また市内大学との情報交換会等により、自殺に追い込まれる人の社会的な要因を含む特徴の分析を行うことで、**自殺の実態を明らかにし**、自殺予防にむけ、市の実情に合ったより効果的な対策につなげます。

(2) 基本施策2 情報を共有し総合的な自殺対策を推進する

主な取組	
・ 関係課会議や推進会議を開催し関係課や関係機関が情報を共有しながら、計画に基づき、対策の推進、検討及び評価を行いました。	
◆関係課および関係機関、市民との情報共有、施策の方向性の検討	
草津市自殺対策推進会議	健康増進課
草津市自殺対策関係課会議	健康増進課

《取組の成果》

- ・ 推進会議や関係課会議を通して、関係課や関係機関が自殺に関する情報を共有することで、互いの役割を認識し、それぞれの取組について理解が深まり、各事業内容の充実につながりました。

《課題》

- ・ 自殺に追い込まれる社会的な要因は、多様で複合的に絡み合っているため、社会全体の自殺リスクを低下させるためには、推進会議や関係課会議を継続開催し、情報共有し、連携して自殺対策に取り組むことが必要です。

《方向性》

自殺対策に関して、関係課や**関係機関が必要な情報を共有し、連携して**取り組んでいくため、関係課会議や推進会議を継続して開催します。

(3) 基本施策3 健やかなころをはぐくむ

主な取組	
<ul style="list-style-type: none"> ・地域や学校でのいのちや人権を大切にすることを講座や研修会等の取組を行いました。 ・各学区・区でパトロール等青少年健全育成の取組を行いました。 ・うつや自殺対策についての普及啓発、いきがいつくりの取組について、広報紙への特集記事の掲載や駅前での啓発活動等を行いました。 ・市民一人ひとりがいきがいを持って暮らせるよう、各種教室やスポーツ大会等への参加を促進する取組を行いました。 	
◆いのちや人権を大切にすることを取組	
地域まちづくりセンターにおける人権講座	まちづくり協働課
企業内同和教育推進事業	商工観光労政課
いのちや人権を大切にすることを教育の充実	学校教育課
◆こころの健康づくりについての啓発	
みんなでトーク、出前講座でのこころの健康についての啓発	健康増進課
自殺予防デーの街頭啓発	健康増進課
一人ひとりを大切にしたい保育・教育の実践	幼児課
◆青少年健全育成の取組	
青少年健全育成活動	生涯学習課
◆小中学校における「児童会・生徒会活動」の取組	
児童会・生徒会活動の推進	学校教育課
◆うつ等の精神疾患や自殺対策の必要性についての普及啓発	
精神保健啓発委託事業	障害福祉課
こころの健康づくりの周知啓発	健康増進課
◆いきがいつくりの取組	
自主教室の開催	まちづくり協働課
市民スポーツ大会の開催等	スポーツ保健課

《取組の成果》

- ・いのちや人権の大切さを学ぶ取組や自殺対策の啓発を地域や学校に広げることができました。また、広報等で広く市民に周知する機会を持つこともできました。
- ・各種教室やスポーツ大会等の様々な取組により、市民一人ひとりのいきがいつくりにつながる機会が増えました。

《課題》

- ・市民一人ひとりのいきがいくりにつながるよう、様々な活動への参加を促進することが必要です。
- ・うつや自殺予防を含めたこころの健康づくりについて、自殺の実情をふまえ、関係機関が連携して、効果的な啓発を継続していくことが必要です。
- ・草津市では、平成21年から27年の20歳代の自殺死亡率の平均が県内1位という状況にあることから、学校や地域でこころの健康をはぐくみ、自殺予防の環境づくりと支援の強化が必要です。

《方向性》

健やかなこころをはぐくみ、市民一人ひとりが楽しみやいきがいを持って暮らすことができるよう、今後も様々な活動への参加を促進します。

自殺に追い込まれるという危機は、誰にでも起こり得ることであり、危機に陥った場合やそのサインに気づいたときには、誰かに相談することが重要であるという認識が広まるように積極的に普及啓発を行います。

うつ等の精神疾患や自殺予防の必要性についての正しい理解の啓発や地域の関係団体や企業・市民等が主体的にこころの健康づくりに取り組めるような効果的な啓発に取り組めます。

子ども・若者への支援の強化が必要なことから、学校や地域で引き続きいのちや人権を大切にすることの育成に取り組み、**自殺対策を推進します**。

(4) 基本施策4 孤立化しない地域づくりを行う

主な取組	
<ul style="list-style-type: none"> ・学区の医療福祉を考える会議を開催し、地域の課題や対策を協議する場を支援しました。 ・学校や行政による長期欠席者やひきこもり者への個別支援を行いました。 ・地域まちづくりセンターや隣保館等住民に身近な地域の施設で講座やサロンを開催し、地域住民のいきがいや居場所づくりの取組を行いました。 	
◆地域、学校、職域での孤立化防止対策	
孤立化防止対策事業	障害福祉課
学区の医療福祉を考える会議	地域保健課
すこやか訪問事業（育児等支援家庭訪問事業）	子育て相談センター
◆ひきこもり（閉じこもり）対策	
松原学区礎プロジェクト事業	新田会館
こころの健康に関する相談	健康増進課
◆いきがいや社会とのつながり、居場所づくりの取り組み	
隣保館デイサービス事業の実施	各隣保館・人権政策課
近所力アップ講座	社会福祉協議会

《取組の成果》

- ・孤立化防止のための各訪問事業等により、不安を抱える人を把握するとともに相談につながるなど孤立化を和らげることにつながりました。
- ・孤立化を防ぐ地域づくりを目指して、地域の現状や課題について共有し、解決方法について話し合う場が多く、学区で持たれるようになりました。
- ・隣保館や地域まちづくりセンター等でサロンやサークル活動などの取組があり、高齢者等の居場所づくりにつながりました。

《課題》

- ・誰にも相談できず孤立する人をなくすことを目指し、市民や地域の関係団体等が声かけや見守りができるような環境づくりへの取組の継続が必要です。
- ・地域の団体や民間団体が地域の実情に応じた取組が進められるよう、自殺対策に関する情報提供や支援を行うことが必要です。
- ・ひきこもり者の個別支援については、支援につながった段階ですでに長期化していることが多いため、早期段階で支援につなぐための仕組みづくりが必要です。
- ・地域の課題や状況に応じたいきがいや居場所づくりの取組の推進が継続して必要です。

《方向性》

地域において孤立する人をなくすことを目指し、市民一人ひとりが、「わが事」として参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えて丸ごとつながる、地域共生社会の実現に向けて取り組みます。

地域では、民生委員児童委員をはじめ、多くの関係者や関係機関等との連携により、声かけ・見守りがありますが、ひきこもり者が早期段階で支援につながるための仕組みづくりに取り組みます。

また、全国的に若い世代の死因の1位は自殺であり、草津市では、平成21年から27年の20歳代の自殺死亡率の平均が県内1位という状況にあることから、**子ども・若者の自殺予防**の環境作りと支援の充実に取り組みます。職域での取組については、関係機関と連携して、働きやすい環境づくりに取り組みます。

いきがづくりや居場所づくりのさらなる推進は、健やかなところをはぐくむ施策と併せて取り組みます。

(5) 基本施策5 ゲートキーパーを養成する

主な取組	
<ul style="list-style-type: none"> ・地域住民向けと庁内全職員向けのゲートキーパー研修を毎年開催しました。 ・大学と県との共催で、大学職員向けに若年層の自殺対策研修を開催しました。 	
◆地域住民を対象とした研修の実施	
市民対象のゲートキーパー養成研修	健康増進課
健康教育等出前講座でのゲートキーパー養成研修	健康増進課
◆各関係機関における研修への取り組み	
庁内全職員対象ゲートキーパー養成研修	健康増進課
草津市教職員夏期研修講座の開催	学校教育課
大学等職員向け研修の開催	健康増進課

《取組の成果》

- ・地域住民向けと庁内全職員向けの研修を毎年開催し、ゲートキーパーの養成を行いました。平成26年から29年度の参加者数は、合計で、1,709人です。
- ・市民対象研修会のアンケートによると、ゲートキーパーとしての行動が「できる・どちらかといえばできる」とした回答が多く、「身近な人との関わりを考えたい」「あなたが大切というメッセージを子どもに伝えたい」などの感想があり、啓発につながりました。
- ・庁内全職員対象研修会のアンケートによると、「寄り添って話を聞くようにしたい」などの感想が多く、具体的な行動を促すきっかけにつながりました。

《課題》

- ・多くの人が「気づき、聴き、つなぎ、見守る」ことで、本人とともに家族や周囲の人を支えられるように、継続した研修が必要です。
- ・行政、関係機関や教育機関の職員は、尊いいのちが自殺によって失われることのないよう、不安や悩みを抱えている人に気づく力を養う必要があります。相談窓口では、的確な対応や適切な関係機関等につなげることができるよう、ゲートキーパーとしてスキルアップが必要であるため、継続した研修が必要です。

《方向性》

こころの不調に**気付いて行動できる人をふやし**、本人とともに家族や周囲の人を支えられるように、広く地域住民を対象とした研修の機会を設けます。それとともに、地域や福祉分野の職員が、適切な対応ができるよう研修を引き続き開催し、フォローアップの機会を設けます。

また、**子ども・若者の自殺対策**として、教育機関と連携し研修の開催等に取り組みます。

(6) 基本施策6 相談支援のネットワークを構築する

主な取組	
<ul style="list-style-type: none"> ・総合相談窓口の開設や各種相談窓口の充実に取り組みました。 ・学校における相談体制の充実に取り組みました。 ・相談窓口リーフレットの作成・配布を行いました。 ・自殺未遂者への支援を関係機関と連携して行いました。 	
◆相談窓口の充実	
女性の総合相談窓口	男女共同参画課
人とくらしのサポートセンター	生活支援課
◆学校における相談体制の充実	
スクールカウンセラー等活用事業	学校教育課
草津市問題行動対策委員会、小中学校生徒指導主事主任会 グレードアップ連絡会の開催	学校教育課
◆相談窓口の周知	
相談窓口リーフレット作成・配布	健康増進課
◆相談支援のネットワーク体制の構築	
こころの健康に関する相談	健康増進課
総合相談支援事業	地域保健課
◆相談窓口担当者等のメンタルケア事業	
相談窓口担当者自身のメンタルケアについて学習機会を設ける	健康増進課

《取組の成果》

- ・総合相談窓口や各種相談窓口の数は増え、相談しやすい体制づくりにつながりました。
- ・相談窓口リーフレットにより、窓口の周知を図るとともに、相談窓口担当者が専門機関につなぐために活用できました。
- ・自殺未遂者に関係機関と連携して関わることで、再度の自殺予防につながっています。

《課題》

- ・自殺に追い込まれるまでには、失業や負債等の経済的な問題や生活の問題をはじめ、健康、被虐待、人間関係、進路、就職など様々な要因が関係していることから、相談を受ける関係機関のネットワークのさらなる連携強化が必要です。
- ・草津市では、平成21年から27年の20歳代の自殺死亡率の平均が県内1位という状況にあることから、子ども・若者への支援の強化が必要です。
- ・市民が、困りごとや悩みを相談でき解決につなげられるよう、相談窓口のわかりやすい情報発信や相談手法の検討が必要です。
- ・自殺に関する相談を受ける相談窓口担当者の精神的な負担が大きいことから、メンタルケアの対応が必要です。

《方向性》

自殺に追いこまれる社会的な要因は、多様で複合的に絡み合っているため、支援者はそれぞれの関係機関と情報を共有し、連携した対応が求められます。そのため、今後も**相談支援ネットワークの強化**と相談窓口のわかりやすい情報発信に取り組みます。

(7) 基本施策7 遺された人の苦痛をやわらげる

主な取組	
・遺族への個別支援と自死遺族会「凧の会おうみ」の周知や「わかちあい(凧の会の語り合いの場)」開催協力を行いました。	
◆相談支援と情報提供	
こころの健康に関する相談	健康増進課
心配ごと相談所	草津市社会福祉協議会
◆自死遺族会等との連携	
こころの健康に関する相談	健康増進課

《取組の成果》

- ・自死で大切な人を失った人の苦しさを和らげるため、自死遺族会「凧の会おうみ」の存在を広く周知し、また自死遺族会と連携し、「わかちあい(凧の会の語り合いの場)」の市内でのサテライト開催につながりました。

《課題》

- ・自死遺族会の存在を広く周知していますが、本当に支援を必要としている人に自死遺族会の情報を届けていくための取組が必要です。
- ・特に子ども・若者の自殺については、遺族だけでなく周囲の人への影響が大きいことから、遺された人への支援が必要です。

《方向性》

遺された人への心理的影響をやわらげるため、個別相談の実施や自死遺族会の情報提供を行うとともに、自死遺族会等の地域における活動を支援します。特に、支援を必要としている遺族に対し、支援を届けるための仕組み作り等の**支援の充実**を推進します。

また、子ども・若者の自殺については、遺族だけでなく周囲の人への影響が大きい

第4章 計画の基本的な方向

第1次自殺対策行動計画に基づき、市民、行政、関係機関や関係団体が情報共有しながら自殺対策を推進してきました。草津市の自殺の実態やこれまでの取組の評価、また情勢の変化を踏まえ、第2次自殺対策行動計画においても、基本目標・基本認識を引き継ぎ、自殺対策に取り組みます。

1 基本目標

かけがえのない“いのち”を大切にする社会の実現

自殺死亡者数がゼロとなるよう、市民一人ひとりが、かけがえのない“いのち”を大切にする社会の実現を目指し、市民、行政、関係機関、関係団体等が連携を図りつつ、総合的な自殺対策を推進します。

2 基本認識

自殺を考える直前は、心理的に追い詰められた状況がある

自殺は、人が自ら命を絶つ瞬間的な行為としてだけでなく、人が命を絶たざるを得ない状況に追い込まれるプロセスとして捉える必要があります。自殺に至る心理としては、様々な悩みが原因で心理的に追い詰められ、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から、また、与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感から、危機的な状態にまで追い込まれてしまう過程と見る事ができるからです。

自殺行動に至った人の直前のこころの健康状態を見ると、大多数は、様々な悩みにより心理的に追い詰められた結果、抑うつ状態にあったり、うつ病等の精神疾患を発症するなど、これらの影響により正常な判断を行うことができない状態となっていることが明らかになっています。このように、自殺は個人の自由意志や選択の結果ではなく、様々な悩みにより心理的に追い詰められての結果であるとも言えます。

死にたいと考えている人は、心の中では 「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いている

死にたいと考えている人は、不眠や原因不明の体調不良などを訴え、自殺の危険を示すサインを発していることが多くあります。全ての市民が、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、本人の追い詰められた気持ちをやわらげ、問題を解決の方向に向け自殺予防につなげていくことが大切です。死にたいと考えて自殺を図る人も、実は心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いているということを、認識しておく必要があります。

社会的な取組により自殺を防ぐことが可能である

自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、その多くが防ぐことができる社会的な問題であるとの基本認識の下、自殺対策を生きることの包括的な支援として、社会全体の自殺リスクを低下させるとともに、一人ひとりの生活を守るという社会の適切な介入によって多くの自殺は防ぐことが可能です。

3 基本方針

草津市の自殺の実態や第3章「第1次計画の取組と評価」を踏まえ、4つの「基本方針」と、それに基づく「基本施策」を次のように定めます。

基本方針1 関係機関が連携し、総合的な自殺対策をすすめます

自殺に追い込まれる社会的な要因や自殺の実態を把握・分析し、より効果的な支援につなげます。また、関係課や関係機関が、推進会議や関係課会議を通して自殺に関する情報を共有し、それぞれの役割を認識し、連携することで総合的に自殺対策に取り組みます。

- ➡基本施策1 自殺の実態を明らかにする
- ➡基本施策2 関係機関が情報を共有し、連携して自殺対策をすすめる

基本方針2 こころの健康づくりをすすめます

効果的な啓発を行い、こころの健康づくりをすすめます。特に、子ども・若者の自殺対策推進に向けて、環境づくりや支援の充実をすすめます。また、市民が日ごろからいきがいをもち、生涯にわたって社会と交流を持ち続けることができるよう様々な活動への参加を促進します。

- ➡基本施策3 健やかなこころをはぐくむ
- ➡基本施策4 子ども・若者の自殺対策を推進する

基本方針3 一人ひとりが気づき、孤立しない地域づくりをすすめます

市民一人ひとりがこころの不調に気づき、主体的に行動することで、本人とともに家族や周囲の人を支えられるように広く市民を対象とした学ぶ機会を設けます。

地域住民や地域の関係団体等の主体的な取組を支援し、支援のネットワークを強化し、孤立しない地域づくりをすすめます。

地域において孤立する人をなくすことを目指し、市民一人ひとりが、「わが事」として参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えて丸ごとつながる、地域共生社会の実現に向けて取り組みます。

➡基本施策5 気づいて行動できる人をふやす

➡基本施策6 孤立しない地域づくりを行う

基本方針4 自殺予防の体制づくりを行います

相談窓口担当者や地域・福祉分野の職員がゲートキーパーとして学び、適切な対応ができるよう研修会を開催し、フォローアップの機会を設けます。また、支援を必要としている人に適切な支援を提供できるよう、相談窓口のわかりやすい情報発信と、相談支援ネットワークの強化に取り組みます。

自死で大切な人を失った遺族や友人等の周囲の人に対して、個別相談の実施、自死遺族会や関係機関との連携強化による支援を行います。

➡基本施策7 相談支援のネットワークを強化する

➡基本施策8 遺された人への支援を充実する

4 施策の体系

基本目標

かけがえのない“いのち”を
大切にする社会の実現

基本認識

- ・自殺を考える直前は、心理的に追い詰められた状況がある
- ・死にたいと考えている人は、心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いている。
- ・社会的な取組により自殺を防ぐことが可能である

自殺
ゼロへ

基本方針

基本施策

1. 関係機関が連携し、
総合的な自殺対策を
すすめます

(1) 自殺の実態を明らかにする

(2) 関係機関が情報を共有し、
連携して自殺対策をすすめる

2. こころの健康づくりを
すすめます

(3) 健やかなこころをはぐくむ

(4) 子ども・若者の自殺対策を
推進する

3. 一人ひとりが気づき、
孤立しない地域づくり
をすすめます

(5) 気づいて行動できる人をふ
やす

(6) 孤立しない地域づくりを行
う

4. 自殺予防の体制づくり
を行います

(7) 相談支援のネットワークを
強化する

(8) 遺された人への支援を充実
する

5 施策の展開

基本施策1 自殺の実態を明らかにする

自殺に追い込まれる人の原因を、経済・生活問題等の社会的な要因および個人的な要因の両面から捉え、実態に応じた対策を推進するために、国や県の統計データや関係機関の情報を活用し、自殺の実態把握、分析を行います。

◆統計データ等による実態集計、分析

- ・自殺者数、自殺死亡率の推移、性別、年齢階級別、原因・動機別、職業別状況等の実態を分析し、課題を明らかにする。国や県の情報を収集し比較分析を行う。
- ・景気や雇用情勢、政治や経済等の社会情勢や、いのちや人権についての市民の意識を把握し、課題を明らかにする。

◆自殺関係対応の実態の明確化

- ・個別ケースの対応について事例検討等を行い、自殺の実態を明らかにする。

基本施策2 関係機関が情報を共有し、連携して自殺対策をすすめる

関係課や関係機関等が、自殺が個人の問題だけでなく、地域の課題でもあることを認識し、自殺に関する取組について互いに情報共有し、連携して取り組んでいくことにより、総合的な自殺対策を推進します。

◆関係課および関係機関との情報共有、施策の方向性の検討

- ・「草津市自殺対策推進会議」を開催し、関係機関と共に自殺対策に関する情報を共有し、計画に基づき総合的な対策の推進、検討および評価を行う。
- ・「草津市自殺対策関係課会議」を開催し、庁内関係各課が自殺対策にかかる情報を共有するとともに、計画に基づき具体的な自殺対策の施策の推進、検討および評価を行う。

基本施策3 健やかなころをはぐくむ

うつ病やアルコール依存症などの精神疾患や長時間労働など様々なストレスは、自殺に直結する大きな要因となる場合があります。自殺対策の必要性についての正しい理解や啓発、地域の関係団体や企業・市民等が主体的にこころの健康づくりに取り組めるような啓発に取り組みます。

健やかなころをはぐくみ、市民一人ひとりが楽しみやいきがいを持って暮らすことができるよう、様々な活動への参加を促進します。

◆こころの健康づくりについての啓発

- ・いのちや人権を大切に取る取組を通して、こころの健康をはぐくみ、また様々な機会を通じて、自殺の要因についての正しい知識の普及啓発を行う。

◆職場におけるこころの健康づくりの推進

- ・職場におけるこころの健康づくりについて、関係機関と情報交換・連携して推進する。
- ・ワーク・ライフ・バランスを推進する。

◆社会参加といきがいのづくりの推進

- ・楽しみやいきがいを持って暮らすことができるよう、様々な活動への参加を促進する。
- ・こころの健康を保つため「かかりつけ医」を持つことをすすめ、高齢者の社会活動、いきがいのづくり、在宅介護者への支援を通じて、閉じこもりや孤立の予防を促進する。

基本施策 4 子ども・若者の自殺対策を推進する

草津市では、平成21年から27年の20歳代の自殺死亡率の平均が県内1位という状況にあることから、子ども・若者の自殺対策は課題です。さらに、平成28年4月自殺対策基本法の改正により、学校におけるSOSの出し方に関する教育の推進が盛り込まれていることから、子ども・若者のこころの健康をはぐくみ、自殺予防の環境づくりと支援の充実をすすめます。

◆学校・地域におけるこころの健康づくりの推進

- ・こころの健康をはぐくみ、自殺予防の環境づくりをすすめる。

◆子ども・若者の相談体制の強化

- ・子ども・若者の関係機関が集まり、情報共有する場を設け、相談体制のさらなる強化に取り組む。

◆教職員に対する啓発等の実施

- ・教職員が子どものSOSをキャッチする感性や指導力、実践力等の向上を図るため、研修を実施する。

◆若者への支援の充実

- ・適切に支援策に係る情報を得ることができるようわかりやすい情報発信と相談手法について検討する。
- ・職業的自立に向けて、若者を包括的に支援する。

基本施策5 気付いて行動できる人をふやす

多くの人が、こころの不調に気づき行動することで、本人とともに家族や周囲の人を支えられるように、民生委員児童委員や健康推進員をはじめ、広く地域住民を対象にした学ぶ機会を設けます。

◆地域住民を対象とした研修の実施

- ・ 民生委員児童委員や健康推進員等をはじめ多くの地域住民に対し、気づいて行動できるよう、学ぶ機会を設ける。

基本施策6 孤立しない地域づくりを行う

地域において、市民一人ひとりが「わが事」として参画し、民生委員児童委員をはじめ多くの関係者や関係機関等の連携により、誰にも相談できず孤立する人をなくすことを目指し、地域共生社会の実現に向けて取り組みます。また、地域での様々な活動への参加を促進することで地域でのこころの健康づくりをすすめます。

ひきこもり者への支援の充実に取り組みます。

◆地域での孤立化防止への取組

- ・ 民生委員児童委員や関係機関等との連携により、地域で声かけ、見守りを行い、誰にも相談できず孤立する人をなくす。

◆ひきこもり者への支援の充実

- ・ ひきこもり者への個別支援について、早期段階で相談につながる体制を整える。

基本施策7 相談支援のネットワークを強化する

支援を必要としている人に適切な支援を提供できるよう、相談窓口のわかりやすい情報発信と相談支援ネットワーク体制の充実に取り組みます。

相談窓口担当者や教職員等を対象にゲートキーパーとして学び、適切な対応ができるよう研修の機会を設けます。

◆相談窓口情報のわかりやすい発信

- ・相談窓口をわかりやすく周知し、市民が相談しやすい環境を整える。

◆相談支援のネットワーク体制の充実

- ・制度の狭間にある人、複合的な課題を抱え自ら相談に行くことが困難な人などを早期に発見し、関係機関が連携して相談支援のネットワーク体制の充実に取り組む。

依存症者、生活困窮者、多重債務者、経営者、虐待の被害者、労働相談や無職者・失業者等、DV被害者、性犯罪・性暴力等の被害者、困りごとを抱える人、ひとり親家庭、妊産婦、LGBT当事者、災害時における被災者、インターネット上の自殺予告事案

◆民間団体との連携強化

- ・自殺対策を効果的に推進するために、自殺対策に積極的な役割を担っている自死遺族会、断酒会、精神障害者家族会、いのちの電話等の活動を支援し、民間団体との連携・協働を推進する。

◆各関係機関や福祉分野での人材育成の実施

- ・行政、関係機関の職員、ケアマネジャー等の相談窓口担当者に対し、相談窓口等での適切な対応ができるよう、研修を実施する。

◆相談窓口担当者等支援者の心のケアへの取組

- ・相談窓口担当者のこころの健康を維持するため、事例検討や振り返り等を行い、相談窓口担当者等関係機関で共有する。

基本施策 8 ^{のこ}遺された人への支援を充実する

自殺によって^{のこ}遺された人の心理的影響をやわらげるため、個別相談の実施や自死遺族会の情報提供などを行うとともに、自死遺族会等の地域における活動を支援します。

◆遺族等に対する相談体制の充実

- ・自殺によって^{のこ}遺された人への相談支援を行うとともに、自助グループである自死遺族会等についての情報提供を行う。

◆自死遺族会等との連携

- ・自死遺族会等との連携を図りながら、その地域における活動を支援する。

◆学校等での遺された周囲の人の心理的影響への支援

- ・子ども・若者の自殺は遺された周囲の人への影響が特に大きいため、教育機関等と連携し、遺された人を支援する。