

# なすからすやま自殺対策行動計画

～誰も自殺に追い込まれることのない那須烏山市を目指して～

平成31年3月

那須烏山市

## はじめに

自殺は、その多くが追い込まれた末の死とされています。自殺の背景には、こころの問題だけでなく、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要因があることが知られてきました。そのため、自殺対策は地域の様々な課題にきめ細かく取り組む必要があります。

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。それまで、「個人の問題」とされてきた自殺が「社会の問題」として広く認識されるようになり、国を挙げて自殺対策を総合的に推進した結果、自殺者数の年次推移は減少傾向にあるなど、着実に成果を上げています。しかし、依然として、全国的にも毎年尊い命が失われ、非常事態は続いていると言わざるを得ません。

そうした中、平成 28 年 3 月に自殺対策基本法が改正され、「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、自殺対策を更に総合的かつ効果的に推進するため、「生きることの包括的な支援」として実施することを基本に、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ました。

本市では、平成 19 年に策定した「なすからすやま健康プラン」に基づき、メンタルヘルスの普及啓発や心の相談窓口の充実を推進してきました。また、平成 22 年 2 月 22 日を「那須烏山市こころを元気にする日」と制定し、以後、「こころを元気にする週間（毎年 2 月 20 日～2 月 26 日）」とし、市民への普及を図ってまいりました。

これらのことから、本市においても、「なすからすやま自殺対策行動計画」を策定し、「生きる支援」の観点から全事業を体系的に見直し、全庁的な取り組みとして進めるとともに、様々な分野の団体等と連携し総合的に推進する体制づくりを目指します。

平成 31 年 3 月

那須烏山市長 川俣 純子

## ◇ 目 次 ◇

	ページ
<b>第 1 章 計画の背景</b>	
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. 計画の数値目標	2
<b>第 2 章 自殺の現状と課題</b>	
1. 作図に用いたデータ	3
2. 自殺の現状	3
3. 自殺の特徴	1 3
4. 自殺の課題	1 4
<b>第 3 章 自殺の取り組み</b>	
1. 基本方針	1 5
2. 施策体系	1 6
3. 基本施策	1 6
4. 重点施策	1 8
5. 自殺対策における取り組み	2 1
<b>第 4 章 自殺対策の推進体制等</b>	
1. 推進体制	2 8
2. 計画の進行管理	2 8

# 第1章 計画の背景

## 1. 計画策定の趣旨

我が国の自殺者数は、平成10年以降、年間3万人を超える状況が続いていました。

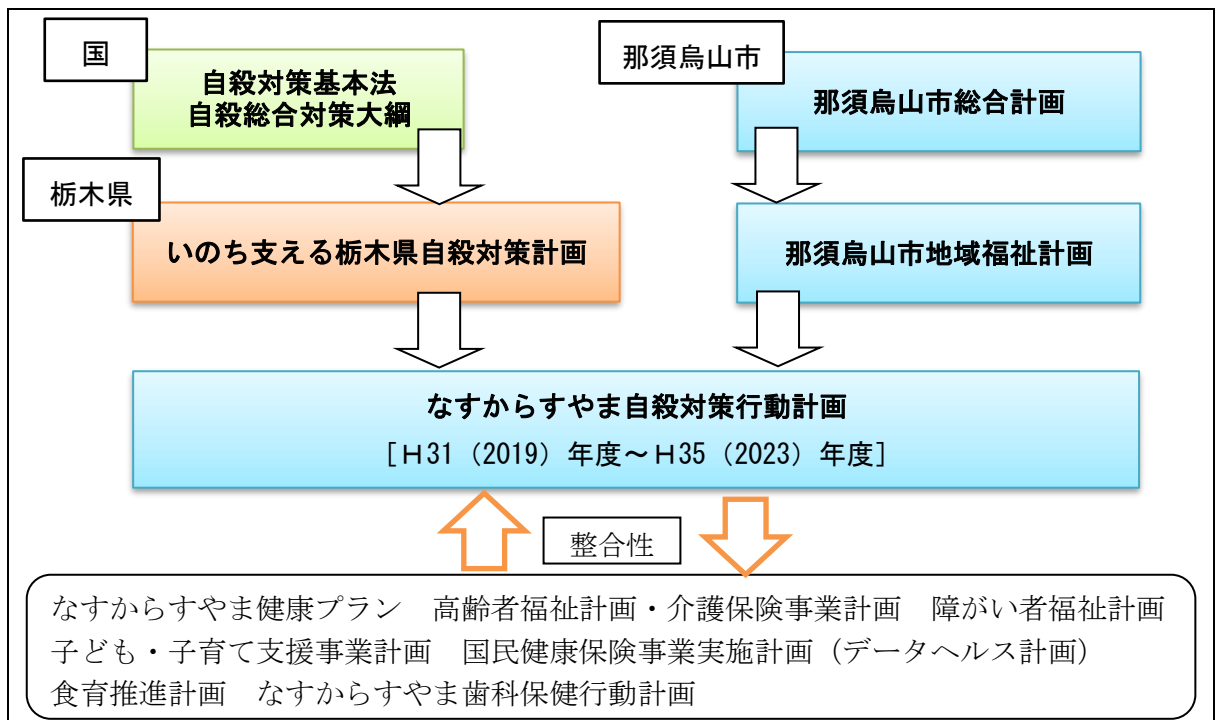
このような状況の下、国は平成18年に自殺対策基本法を施行し、自殺を社会の問題と捉えた基本理念を定め、総合的な自殺対策を実施することとしました。その結果、平成24年には15年ぶりに3万人を下回りましたが、依然として高い水準が続いております。

こうした中、平成28年4月1日に国は自殺対策基本法の一部を改正しました。この改正において、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を目指すことが重要な課題とされ、自殺対策が「生きることの包括的支援」として新たに位置づけられると共に、より地域の実情にあった対策を促すため、市町村にも自殺対策の計画策定が義務付けられました。

那須烏山市においても、自殺対策を総合的に推進することにより、市民一人ひとりがかげがえのない命を大切にし、子どもから高齢者まで全ての市民が、住み慣れた地域で人として尊重され、こころ豊かに暮らせるよう、「なすからすやま自殺対策行動計画」を策定します。

## 2. 計画の位置づけ

本計画は、国の自殺対策基本法及び自殺総合対策大綱の基本理念を踏まえ、「那須烏山市総合計画」「那須烏山市地域福祉計画」を上位計画とし、「なすからすやま健康プラン」やその他関連する計画との整合性を図り策定します。



### 3. 計画の期間

本計画は平成 31（2019）年度を初年度とし、平成 35（2023）年度までの 5 か年を計画期間とします。ただし、自殺をめぐる諸情勢等に大きな変化が生じた場合には、上位計画との整合性を図りながら必要に応じて見直しを行います。

### 4. 計画の数値目標

自殺対策の数値目標（年間自殺者数）	
《基準》	《目標》
平成 21（2009）年から 平成 28（2016）年の平均	平成 35（2023）年
6.8 人/年	5 人（26.5%減少）以下/年

国では、自殺総合対策大綱において、平成 38（2026）年までに、自殺死亡率を平成 27（2015）年比で 30%以上減少させることを目標としています。また、県では、国と比較して自殺死亡率が高いことから、平成 34（2022）年までに自殺死亡率を平成 27（2015）年比で 25.1%減少させることを目標としています。

自殺は防ぐことが可能なので、理想的な目標値はゼロではありますが、当面の目標として、本市では、平成 21（2009）年から平成 28（2016）年の平均自殺者数が 6.8 人であることから、それと比較し平成 35（2023）年までに、年間自殺者数を 5 人以下（26.5%減少）とします。

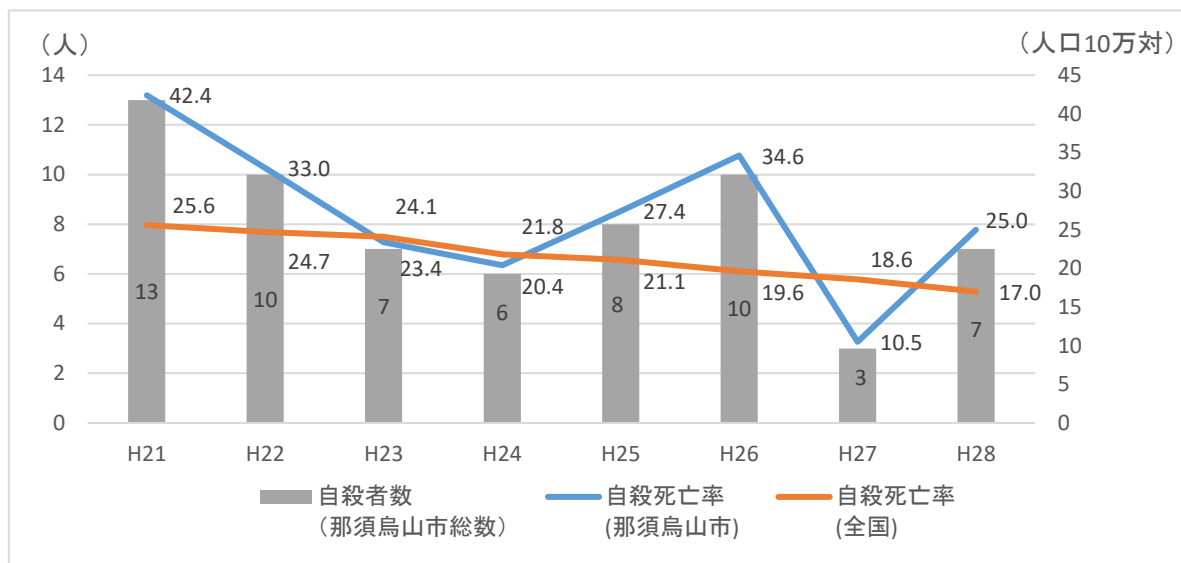
## 第2章 自殺の現状と課題

### 1. 作図に用いたデータ

- (1) 厚生労働省「人口動態統計」
- (2)～(12) 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)」
- (13)～(15) 那須烏山市生活習慣に関する実態調査(2015)

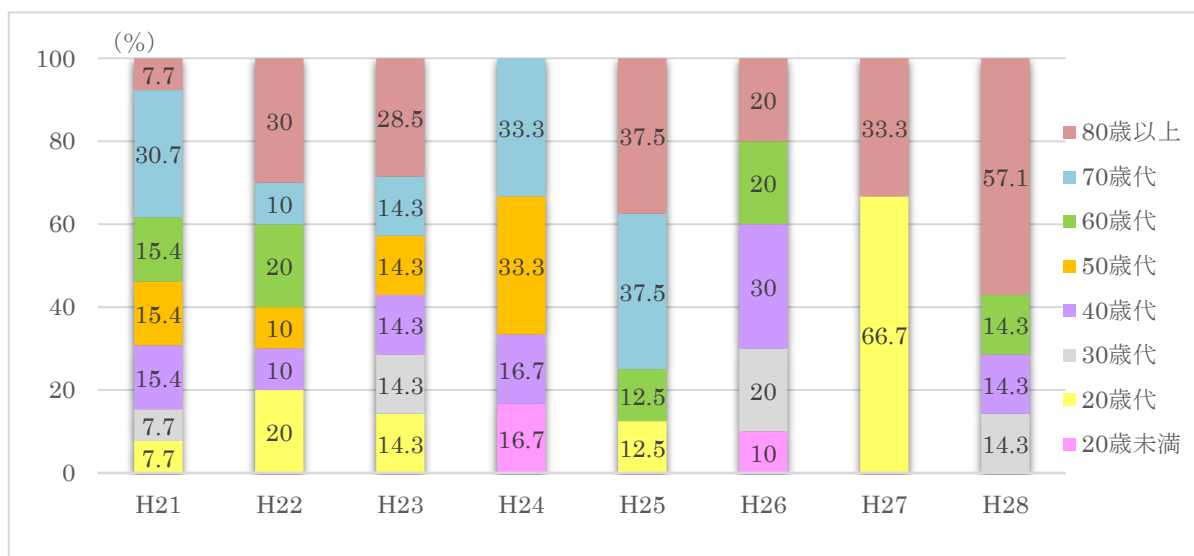
### 2. 自殺の現状

#### (1) 自殺者数及び自殺死亡率の推移



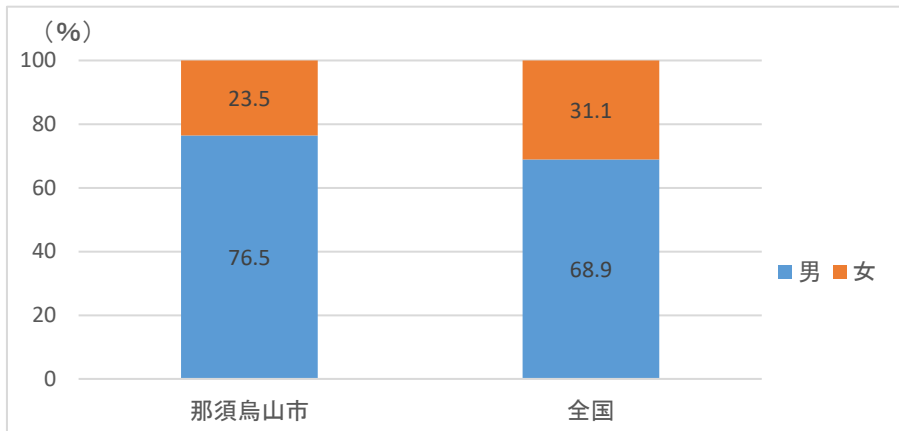
・年度によりばらつきがあるが、全体的に減少傾向にある。

#### (2) 年別年齢別自殺者割合の推移



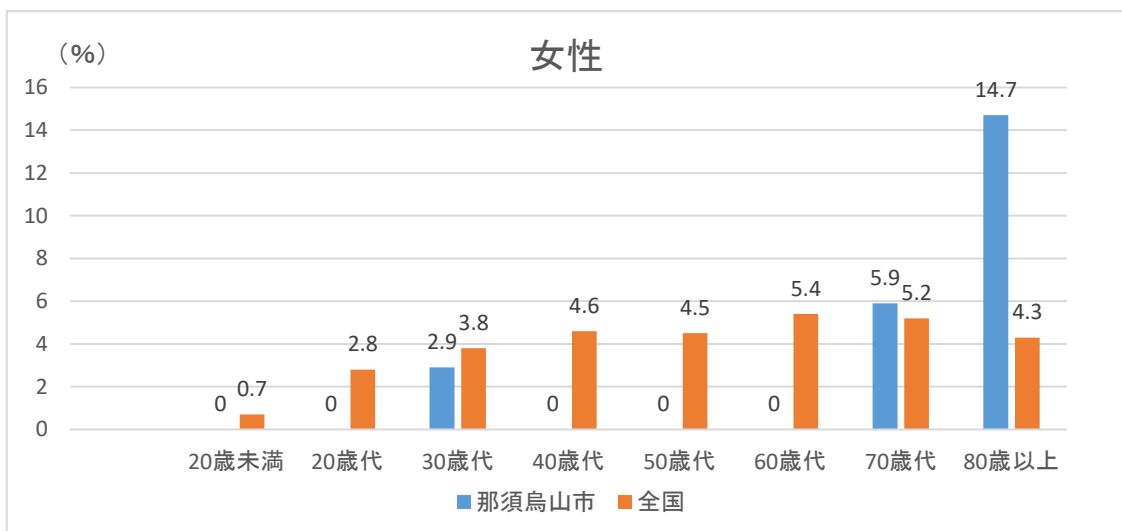
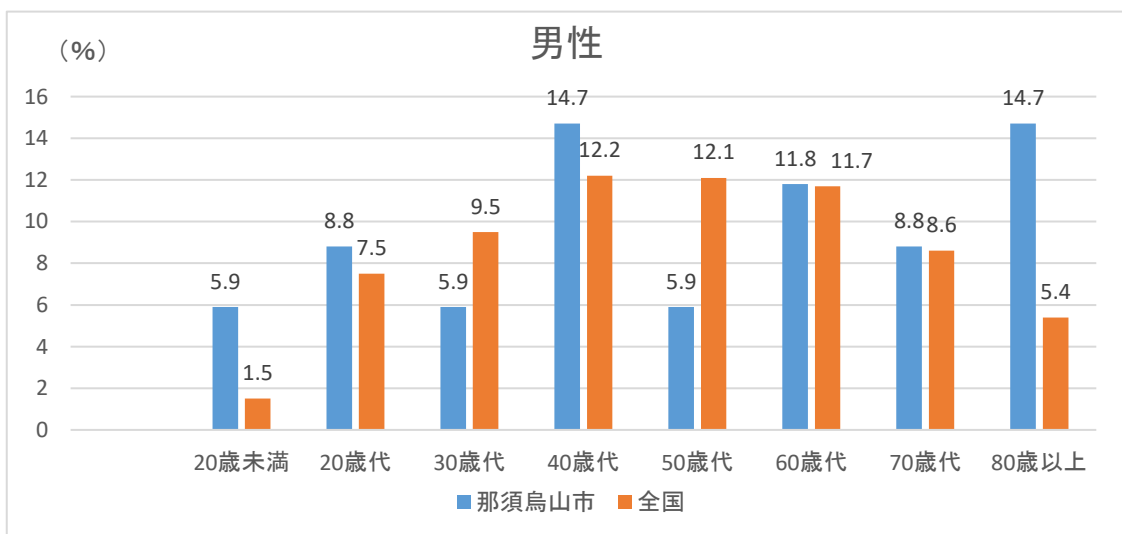
・経年的に高齢者が多いが、人数が少数の為、年度によりばらつきがみられる。

(3) 性別自殺者割合 (H24～28年)



・那須烏山市は全国に比べ、男性の自殺者の割合が高い。

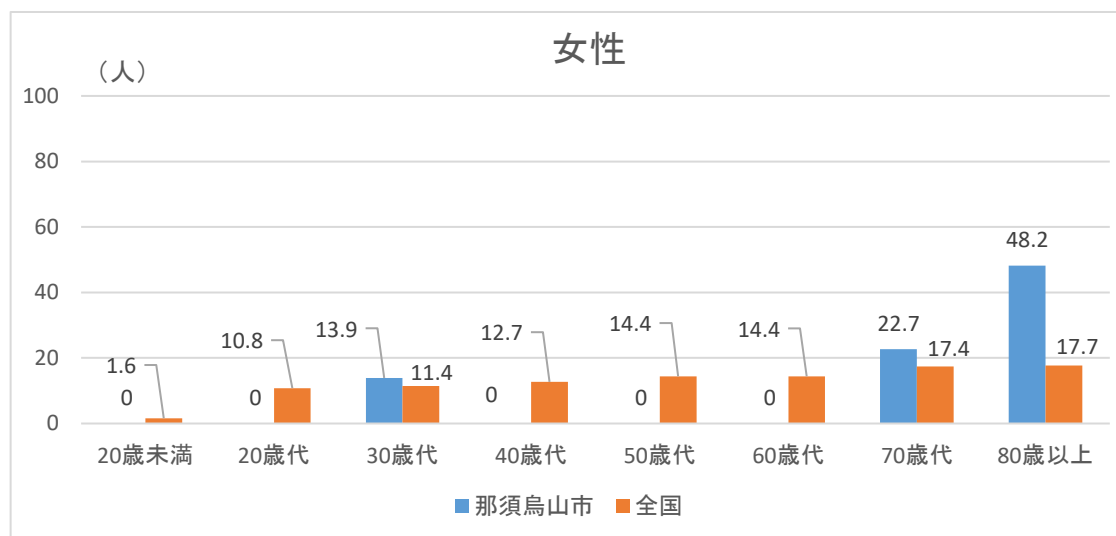
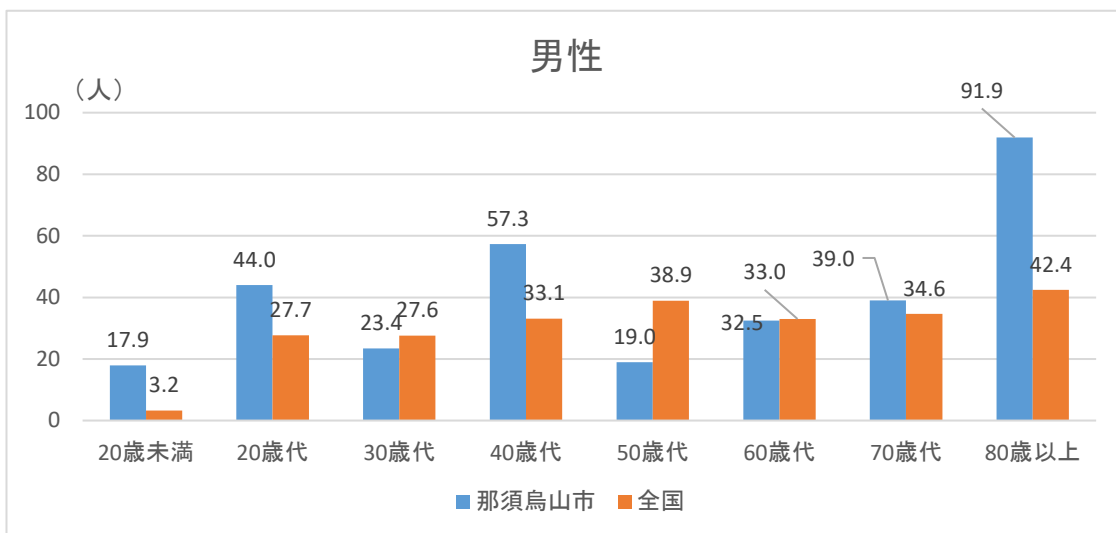
(4) 性別・年齢別の自殺者割合 (H24～28年平均)



- ・男性は40代・60代・80代、女性は80代で10%以上と割合が高い。
- ・男性は30代・50代以外は全国と比較して高い状況にある。
- ・女性は特に70代・80代の高齢者について全国平均を上回る。
- ・男女差は明らかに男性が高い。

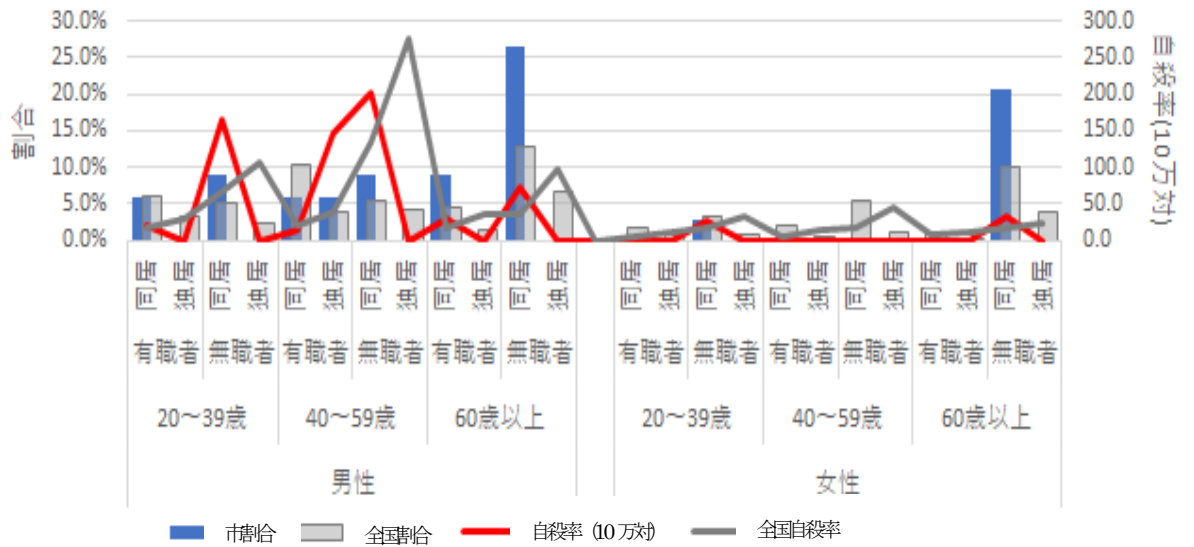
(5) 性別・年齢別の自殺死亡率 (H24～28年平均)

(自殺死亡率10万人対)





(6) 性別・年代別自殺者の職業の有無と同居の有無



- ・男女とも60歳以上、同居あり、無職者の自殺死亡者の割合が高い。
- ・40～59歳は同居と独居が半々であるが、それ以外はすべて「同居人あり」であった。

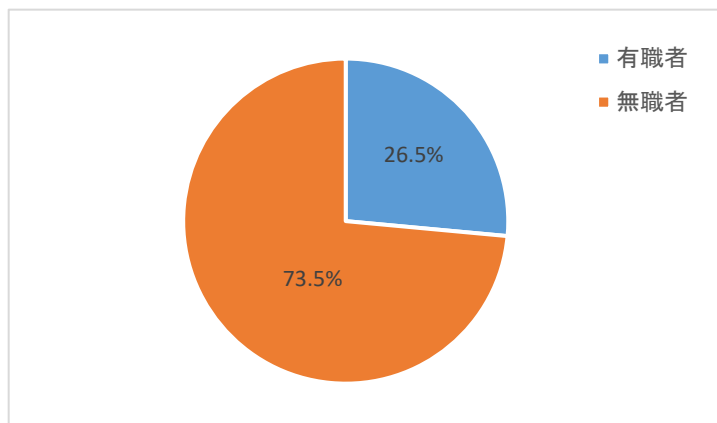
(7) 高齢者の自殺と同居の有無

60歳以上の自殺の内訳 (H24～28 合計)

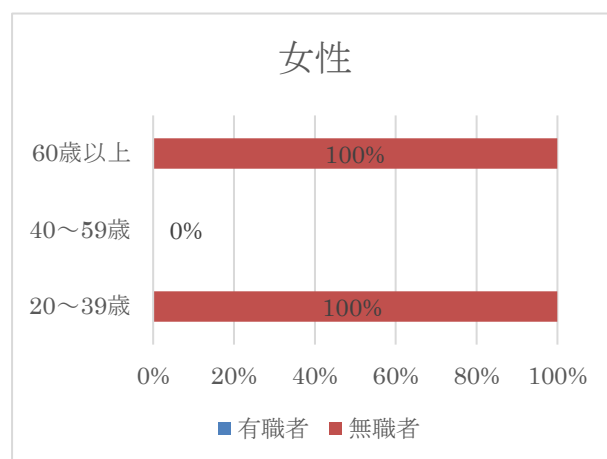
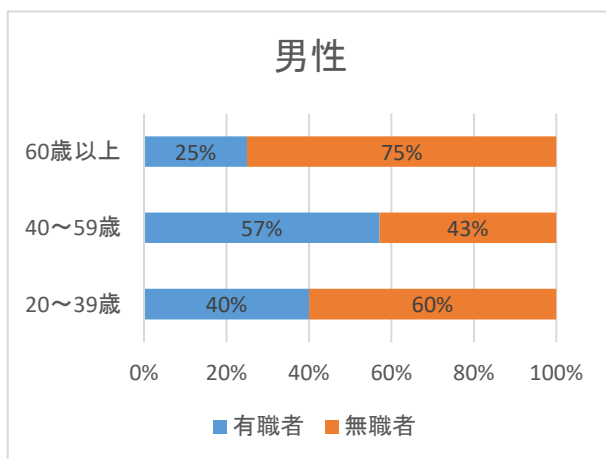
性別	年齢階級	同居人の有無割合 (人数)		全国割合	
		あり	なし	あり	なし
男性	60歳代	21.1% (4)	0	18.1%	10.7%
	70歳代	15.8% (3)	0	15.2%	6.0%
	80歳以上	26.3% (5)	0	10.0%	3.3%
女性	60歳代	0.0% (0)	0	10.0%	3.3%
	70歳代	10.5% (2)	0	9.1%	3.7%
	80歳以上	26.3% (5)	0	7.4%	3.2%
合計		19 (100%)		100%	

- ・60歳以上の自殺はすべて「同居人あり」であった。

(8) 職業の有無別に見た自殺者の割合

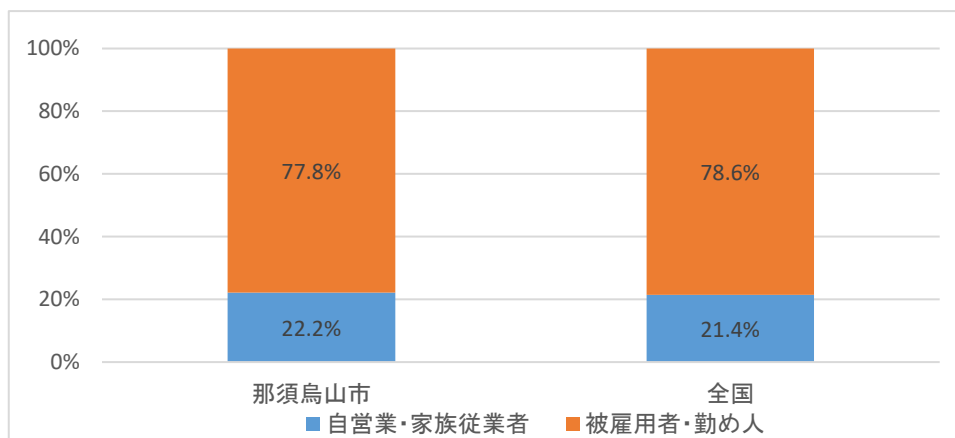


(9) 職業の有無別に見た男女の自殺者の割合



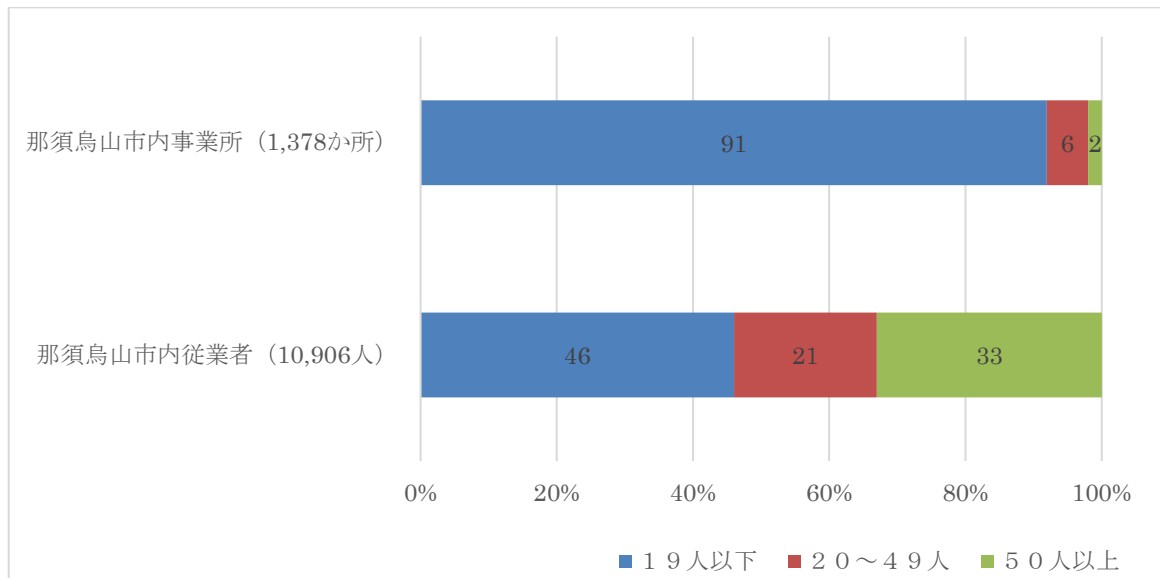
- ・男女とも無職者の自殺割合が高い。

(10) 有職者における職業別自殺者割合



- ・全国と同様で被雇用者・勤め人が8割近くを占めている。

(11) 事業所規模別事業所／従業者割合 (H26 経済センサス-基礎調査)



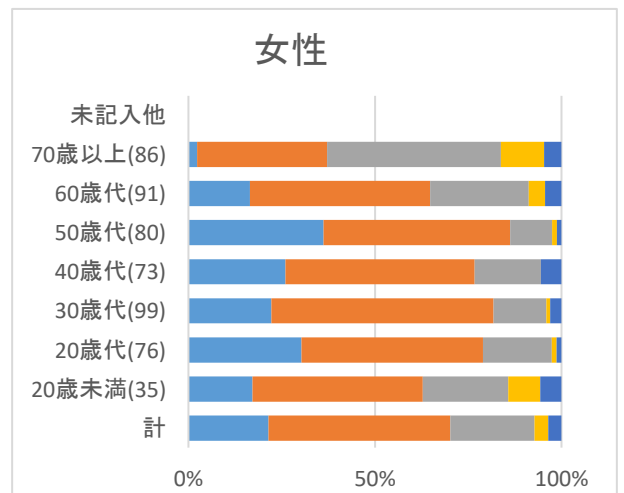
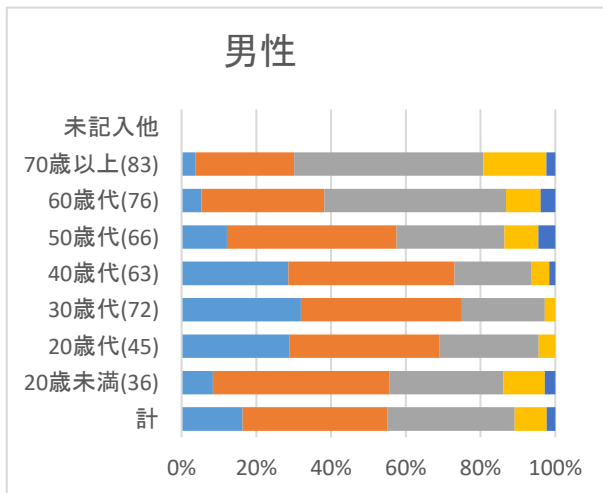
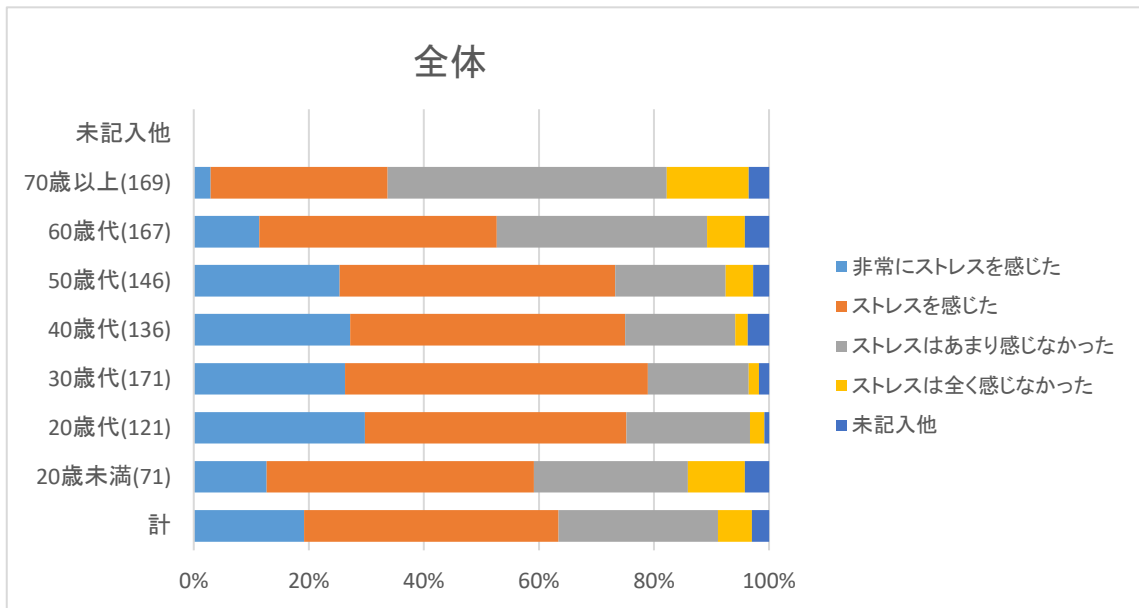
※出向・派遣従業員のみ」の事業所を計上できないため、100%にならない。

	総数	1～4人	5～9人	10～19人	20～29人	30～49人	50～99人	100人以上	出向・派遣従業員のみ
事業所数	1,378	911	221	128	48	31	23	11	5
従業者数	10,906	1,869	1,435	1,742	1,147	1,160	1,618	1,935	-

労働者数50人未満の小規模事業場ではメンタルヘルス対策に遅れがあることが指摘されており、地域産業保健センター等による支援が行われている。

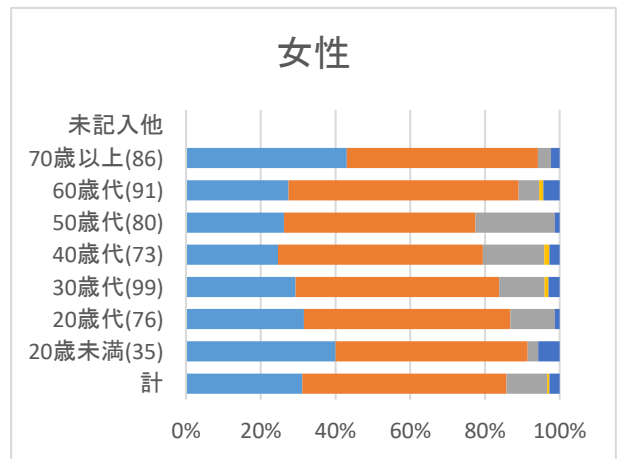
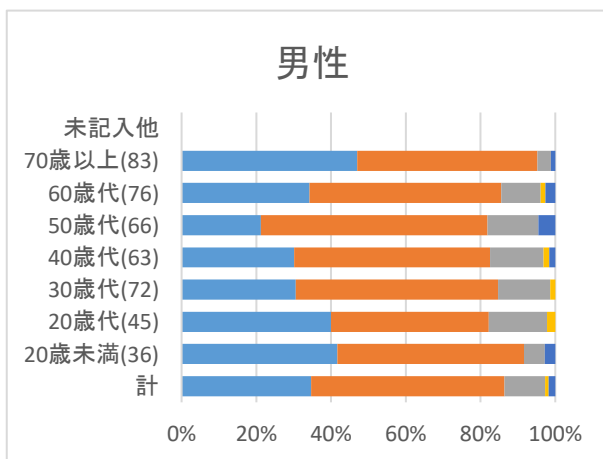
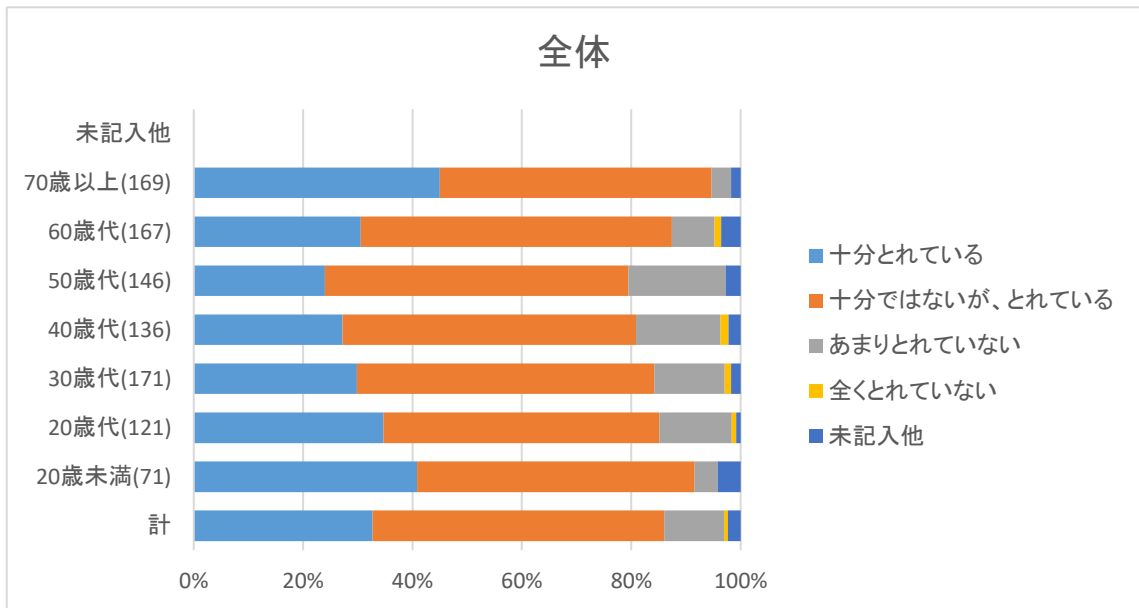
自殺対策の推進の上でも地域の関係機関との連携による小規模事業所への働きかけが望まれる。

(12) 市民のストレス感



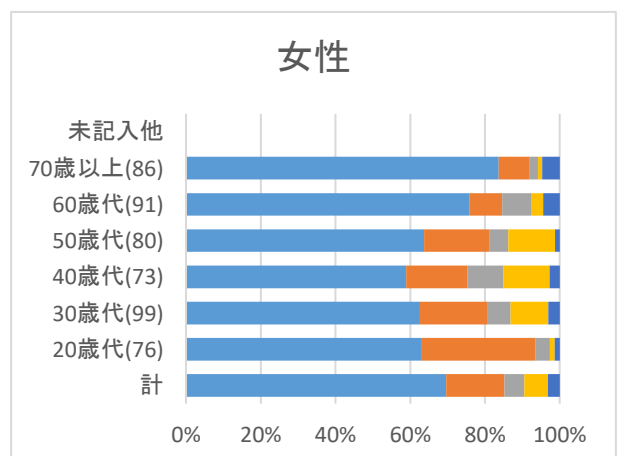
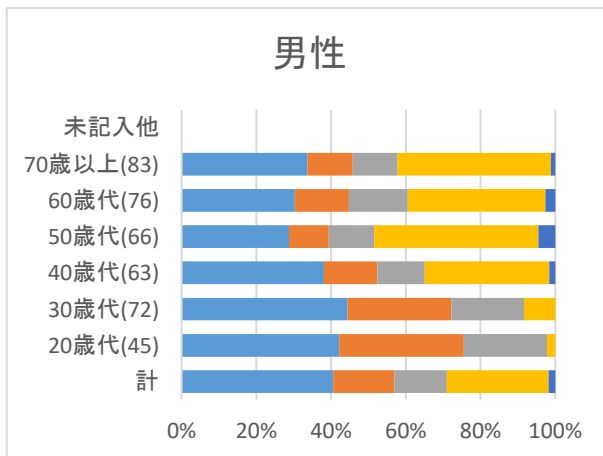
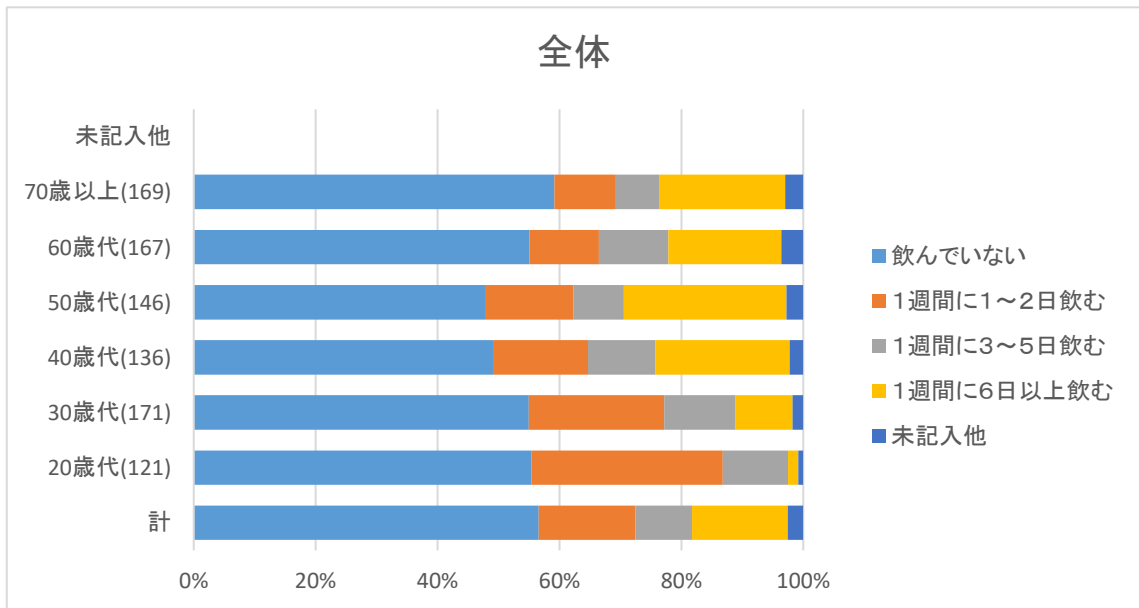
- 20歳代から非常にストレスを感じている人が多く、約30%となっている。
- 50歳代の女性の非常にストレスを感じている人も36%と高い割合となっている。

(13) 市民の睡眠



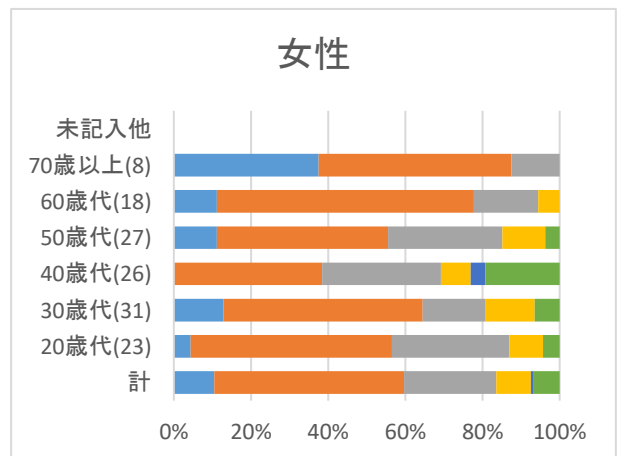
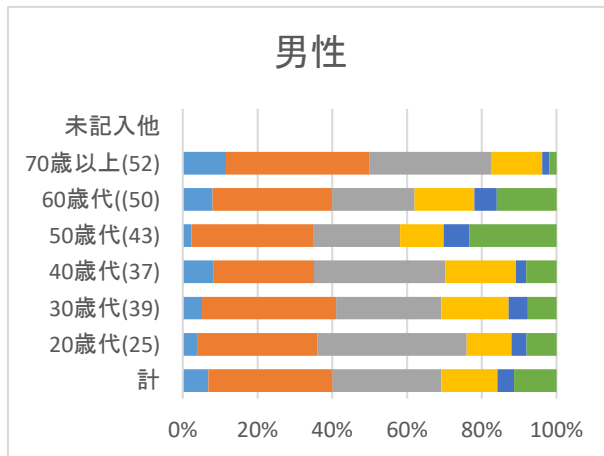
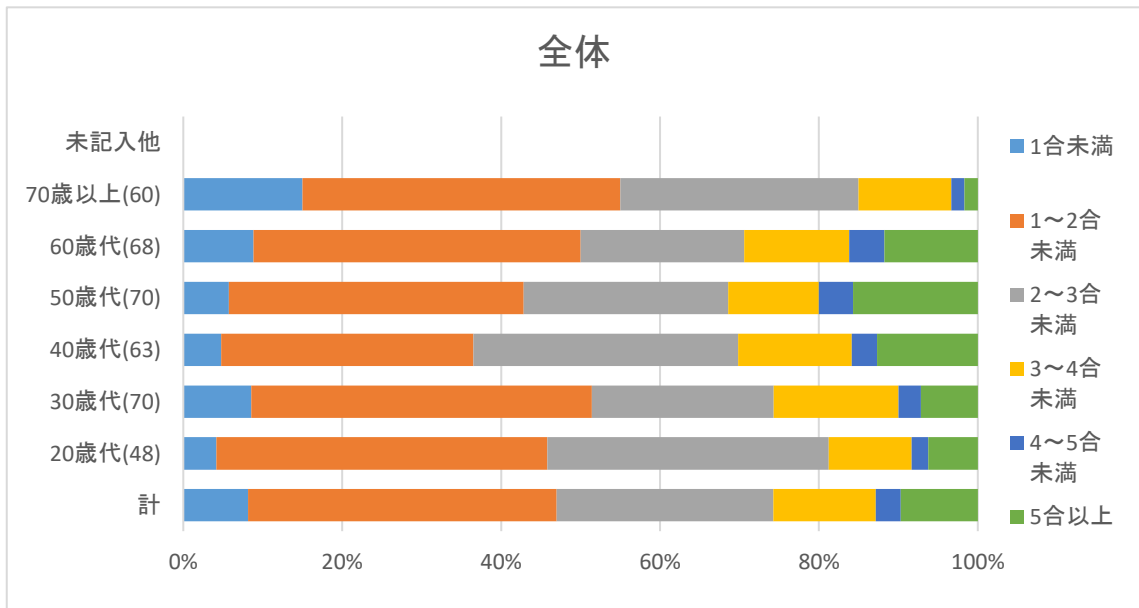
・ 50歳代で睡眠を十分とれていない人が男女ともに多い。

(14) 市民の飲酒習慣



・ 40歳、50歳代で飲酒の習慣がある人が多い。

(15) 市民の飲酒量



・飲酒量については、適量の1合を超えている人が多い。

### 3. 自殺の特徴

那須烏山市の自殺者数は H24～28 合計 34 人（男性 26 人、女性 8 人）（自殺統計（自殺日・住居地※））

地域の主な自殺の特徴（自殺日・住居地、H24～28 合計）「地域自殺実態プロフィールより」

上位 5 区分	自殺者数 5 年計	割合	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	9	26.5%	失業（退職）→生活苦+介護の悩み（疲れ）+身体疾患→自殺
2 位: 女性 60 歳以上無職同居	7	20.6%	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
3 位: 男性 40～59 歳無職同居	3	8.8%	失業→生活苦→借金+家族間の不和→うつ状態→自殺
4 位: 男性 20～39 歳無職同居	3	8.8%	①【30 代その他無職】ひきこもり+家族間の不和→孤立→自殺/②【20 代学生】就職失敗→将来悲観→うつ状態→自殺
5 位: 男性 60 歳以上有職同居	3	8.8%	①【労働者】身体疾患+介護疲れ→アルコール依存→うつ状態→自殺/②【自営業者】事業不振→借金+介護疲れ→うつ状態→自殺

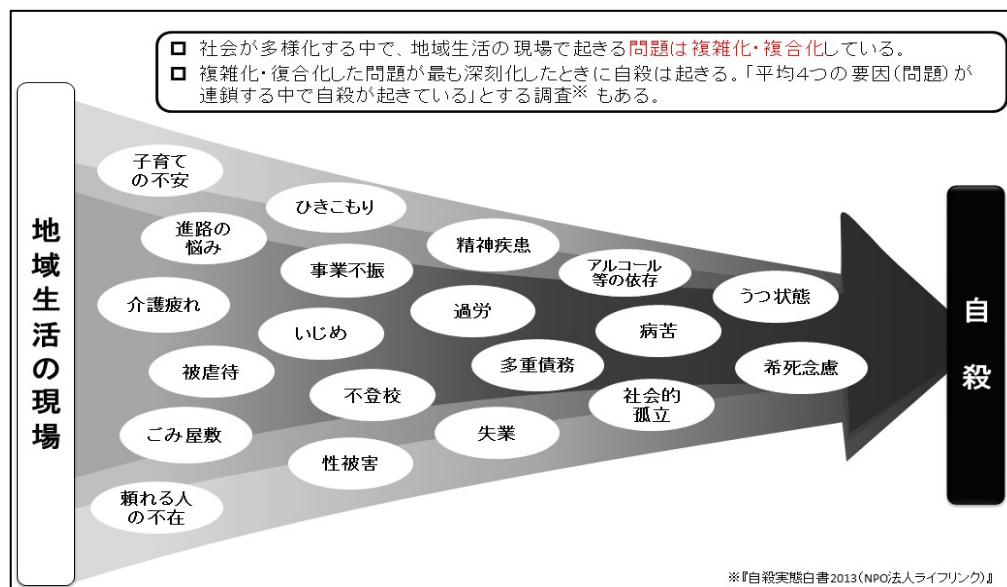
順位は自殺者数の多さにもとづき、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。

※住居地：自殺の統計には「住居地」と「発見地」の二つがあり、「住居地」とは自殺した日にその方の住所が那須烏山市にあったことを示す。

※背景にある主な自殺の危機経路：自殺実態白書 2013（ライフリンク）を参考にした。

<参考>

「自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省）」資料：厚生労働省『都道府県自殺対策の手引き』（抜粋）





## 4. 自殺の課題

### (1) 高齢層への対策

本市における自殺者数は、男女とも高齢層で高い状況にあります。高齢層の特徴として、慢性疾患等による継続的な身体的苦痛、社会や家庭での役割の喪失感、近親者との死別、介護疲れ等からうつ病を引き起こしやすいと言われています。また、本市の特徴としては、失業（退職）等による生活困窮も要因の一つとなっています。その他、飲酒の回数や量が多いことも要因の一つとして考えられます。

自殺総合対策推進センター「地域自殺プロファイル（2017）」より、本市では高齢層の自殺者すべてが、同居者ありという実態にあります。今後も増えてくる高齢者への対策として、家庭や地域における気づきや見守りに取り組み、関係機関や関係団体等との連携を強化する必要があります。

### (2) 若年層への対策

若年層については、人数は少ないものの全国と比較すると男性の自殺死亡率が高い状況にあり、生活習慣に関する実態調査（2015）の結果においては、20歳代から「非常にストレスを感じる」割合も高くなっています。

幼少期から命の大切さや、自分や家族、友達、地域の人々を大切に思う心を育めるよう、学校等の関係機関と連携を図りながら、気軽に相談できる体制を整えていく必要があります。

また、若年層の自殺には精神科疾患の関与もみられるので、精神科疾患について正しい知識の普及を図り、医療機関に適切に相談できるよう啓発をすると共に、精神科の医療機関や関係機関と連携を図り、地域での支援体制を強化していくことも重要です。

## 第3章 自殺対策の取り組み

### 1. 基本方針

平成30(2018)年3月に策定された「いのち支える栃木県自殺対策計画」を踏まえて、本市でも以下の5項目を自殺対策における「基本方針」とします。

#### (1) 「生きることの包括的な支援」として推進します

自殺対策は、失業や多重債務、生活困窮、生活苦等の「生きることの阻害要因(自殺のリスク要因)」を減らす取り組みに加えて、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(自殺に対する保護要因)」を増やす取り組みを行い、双方の取り組みを通じて自殺リスクを低下させる方向で推進する必要があります。「生きる支援」に関連するあらゆる取り組みを広く自殺対策と捉え、「生きることの包括的な支援」として推進します。

#### (2) 関連施策と連携させ、総合的な対策として推進します

自殺を防ぐためには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含んだ包括的な取り組みが重要であり、このような取り組みを実施するために様々な分野の関係者や組織等と緊密に連携・協働し、総合的に自殺対策を推進します。

#### (3) 対応の段階に応じた対策を推進します

自殺対策における3段階(事前対応・危機対応・事後対応)について、関係機関と連携を図りながら、効果的な対策を推進します。また、事前対応の更に前段階から、地域・職場・学校において心の健康づくりを推進します。

#### (4) 実践的・啓発的な取り組みを、併せて推進します

自殺に追い込まれるという危機は、誰にでも起こりうる危機です。危機に陥った場合には、誰かに援助を求めることが重要であるということが、地域全体の共通認識になるよう積極的に普及啓発を行います。また、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインを早期に察知し、精神科医等の専門機関につなぎ、その指導を受けながら見守っていけるよう広報活動、教育活動等に取り組みます。

#### (5) 本市の実情を踏まえて推進します

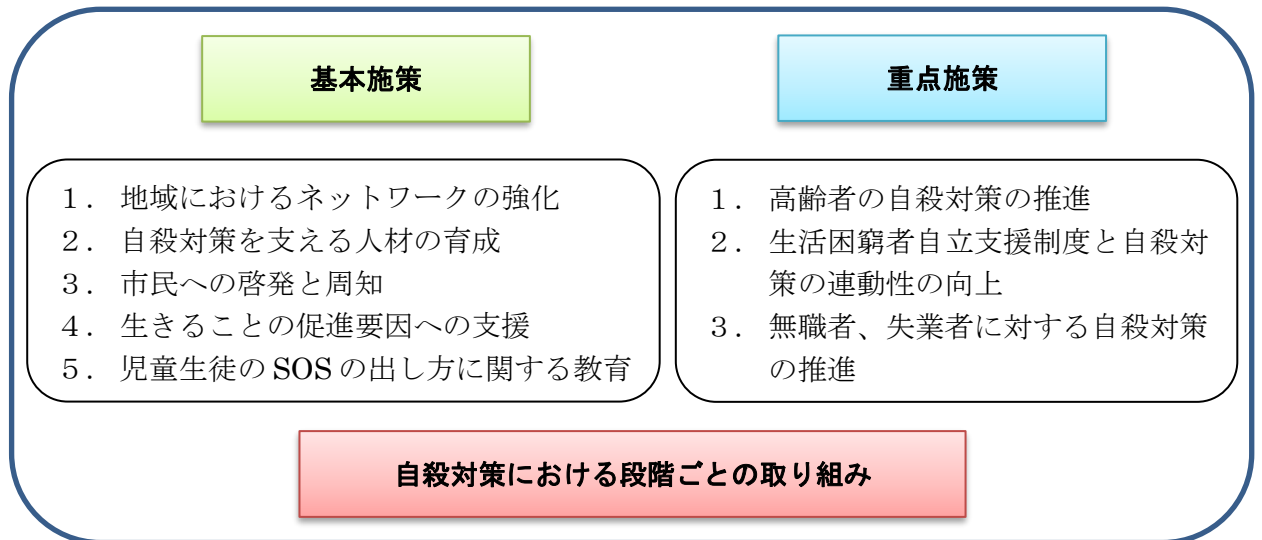
本市の自殺者数は平成21(2009)年をピークに減少傾向にありますが、人口規模が小さいこともあり、自殺死亡率は全国と比較すると高い水準で推移しています。また、高齢化率が著しい本市では高齢層での自殺者が全国と比較し高い状況です。これらを踏まえ、市民一人ひとりがつながり、支えあうことで、自分らしく生きる喜びを実感でき、誰も自殺に追い込まれることのないまちを目指し、自殺対策を推進します。

## 2. 施策体系

本市の自殺対策は、すべての市町村が共通して取り組む【基本施策】を推進しながら、本市の自殺の特徴\*である「高齢者」「生活困窮者」「無職者・失業者」を【重点施策】と位置づけ、積極的、優先的に取り組みを進めます。

また、これらの施策については、対応の段階ごと（日常からの取り組み・事前対応・危機対応・事後対応）に自殺対策における取り組みを展開して参ります。

※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）」による「地域の自殺の特徴」上位3区分の性・年代等の特性と「背景にある主な自殺の危機経路」を参考に選定されたもの。



## 3. 基本施策

### 基本施策1 地域におけるネットワークの強化

自殺対策を推進する上での基盤となる取り組みが、地域におけるネットワークの強化です。そのため、自殺対策に特化したネットワークだけでなく、他の事業を通じて地域に展開されているネットワーク等と自殺対策の連携の強化にも取り組んでいきます。

#### (1) 地域におけるネットワークの強化

##### ① 市内におけるネットワークの強化

<主な取組内容>

- ・自殺対策を市内各分野の部署と連携し、総合的かつ効果的に推進
- ・関係機関との連携の更なる強化に向けた研修の実施

##### ② 市外におけるネットワークの強化

<主な取組内容>

- ・鳥山健康福祉センター「こころのセーフティネットワーク事業」との連携強化
- ・那須烏山市社会福祉協議会「小地域見守り活動」との連携強化

#### (2) 特定の問題に関する連携・ネットワークの強化

<主な取組内容>

- ・生活保護事業や生活困窮者自立支援制度との連携強化
- ・地域包括支援センター、障がい者支援センター、ハローワーク等との連携強化

## 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り組みです。本市では自殺対策を強力に推進していくために、様々な分野の専門家や関係者だけでなく、市民を対象にした研修を開催することで、地域のネットワークの担い手・支え手となる人材を育成していきます。

### (1) 様々な職種を対象とする研修

<主な取組内容>

- ・市職員向けのゲートキーパー<sup>\*</sup>養成講座の開催
- ・専門職向けのゲートキーパー養成講座の開催

### (2) 市民に対する研修

<主な取組内容>

- ・市民向けのゲートキーパー養成講座の開催

<sup>\*</sup>ゲートキーパー：自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援に繋げ、見守る）を図ることが期待される人

## 基本施策3 市民への啓発と周知

市民との様々な接点を活かし、相談機関に関する情報を提供するとともに、市民が自殺対策について理解を深められるよう、講演会等を開催します。地域の広報媒体や図書館等施設と連携し、地域全体に向けた問題の啓発や相談先の周知を図っていきます。

### (1) リーフレット等啓発グッズの作成と周知

### (2) 市民向けの講演会やイベントの開催

### (3) 各種メディア媒体を活用した啓発活動

<主な取組内容>

- ・広報紙やホームページを通じた情報発信

### (4) 地域や学校と連携した情報の発信

## 基本施策4 生きることの促進要因への支援

地域で自殺を防ぐためには、「生きることの阻害要因」を減らすための取り組みだけでなく、「生きることの促進要因」を増やすための取り組みを併せて行うことによって、自殺のリスクを低下させる必要があります。こうした点を踏まえて本市では、「生きることの促進要因」の強化につなげ得る様々な取り組みを進めます。

### (1) 自殺リスクを抱える可能性のある人への支援

<主な取組内容>

- ・高齢者に対する適切な介護サービス等の利用支援や地域での居場所づくりの推進

- ・児童虐待、子育てに関する相談や子育て世帯に対する支援
  - ・精神科疾患患者とその家族に対する支援 等
- (2) 自殺未遂者への支援
- ＜主な取組内容＞
- ・県や医療機関等の関係機関との連携強化
- (3) 遺された人への支援
- ＜主な取組内容＞
- ・自死遺族等への支援情報等の周知
- (4) 支援者への支援
- ＜主な取組内容＞
- ・介護職、市職員、教職員等への支援

### 基本施策5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

学校は児童生徒に対して、長い人生におけるメンタルヘルスの基礎づくりを目的として、心の健康づくりに関する教育や困難・ストレスに直面した時の対処方法を身に付けることへの支援を実施していくことが必要です。

児童生徒が社会において今後様々な困難や問題に直面した際に、その対処方法を身に付けることができるよう、関係機関と連携し、環境づくりを進めます。

- (1) 学校における教育
- ＜主な取組内容＞
- ・SOSの出し方や、SOSの受け手である教職員や保護者に対する教育・研修についての支援
- (2) 学校外での教育
- ＜主な取組内容＞
- ・学童保育などにおいて、SOSの出し方やSOSの受け手に対する教育・研修についての支援
- (3) 子どもと関わる地域支援者への啓発
- ＜主な取組内容＞
- ・子どもと関わる地域支援者が、SOSの受け手となれるよう、「SOSの出し方に関する教育」について、広報紙等で情報を発信

## 4. 重点施策

### 重点施策1 高齢者の自殺対策の推進

- (1) 高齢者とその支援者向けの各種支援先情報に関する周知を進める。
- 様々な相談・支援機関に関する情報周知を図るため、相談先情報等の掲載された啓発リーフレットを配布するなどの取り組みを推進します。

<主な取組内容>

- ・各地区で開催されている「いきいきサロン」や「ふれあいの里事業」、「小地域見守り活動」また、地域包括支援センター等を通じ、様々な相談先情報の掲載されたリーフレットを配布。

(2) 支援者の「気づき」の力を高める。

高齢者の日常生活を支援する人が、日々の接触を通じて自殺リスクに早期に気づき、必要な支援へとつなぐ対応ができるよう、支援者を対象としたゲートキーパー養成講座を実施します。

<主な対象>

- ・介護職
- ・民生委員児童委員
- ・介護予防サポーター
- ・那須烏山市いきいきクラブ
- ・その他、高齢者に関わる方等

(3) 高齢者が生きがいと役割を実感できる地域づくりを推進する。

地域における各種イベント、講座等の開催や、自由に集える場の提供等を通じて、地域とつながることのできる機会を増やすことにより、高齢者が生き生きと暮らせる地域づくりを推進します。

<主な取組内容>

- ・地域における「居場所」として「いきいきサロン」・「ふれあいの里事業」の推進
- ・自治会内での住民同士のつながり、支え合いを強化する為に「小地域見守り活動」を推進
- ・高齢者の雇用・就業の促進を図り社会参加や生活を支援する為に「シルバー人材センター事業」を推進
- ・各種講座や教室等の開催を通じた高齢者の社会参加・生涯学習の促進

(4) 介護者（支援者）への支援を推進する。

高齢者本人だけでなく、高齢者を支える家族等の介護者（支援者）への支援を併せて推進します。

<主な取組内容>

- ・介護者の負担軽減に向け、地域包括支援センターにて相談を随時実施
- ・介護者同士の交流会（オレンジクラブ）の開催

## 重点施策2 生活困窮者自立支援制度と自殺対策の連動性の向上

(1) 生活困窮に陥った人への「生きることの包括的な支援」を強化する。

生活苦等から自殺のリスクが高い市民に対し「生きることの包括的な支援」を提供するとともに、その支援を担う人材を育成します。

<主な取組内容>

- ・市営住宅の居住者等申請、就学援助費受給申請、奨学金申請時等、様々な場面

で必要に応じて相談先情報の掲載されたリーフレットを配布

- ・フードバンクを通じた支援

(2) 支援につながっていない人を、早期に支援へつなぐための取り組みを推進する。

自殺のリスクの高い人を、早い段階で発見するとともに、必要な支援へつなぐための取り組みを推進します。

<主な取組内容>

- ・徴収を担当する職員へのゲートキーパー養成講座の実施

(3) 生活困窮者自立支援制度における生活困窮者対策部門と連携を図る。

生活困窮者が自立できるよう、就労支援員など関係機関と連携し、就労だけではなく「生きることの包括的な支援」を推進します。

<主な取組内容>

- ・相談支援包括化推進員との連携
- ・生活保護受給者における自殺実態の把握

### **重点施策3 無職者、失業者に対する自殺対策の推進**

(1) 雇用・就労支援の関係機関と連携を図る。

各相談機関と連携し「生きることの包括的な支援」を強化します。

<主な取組内容>

- ・ハローワーク、シルバー人材センター、市の相談窓口（生活就労支援、生活安定事業、母子・父子自立支援、相談支援包括化推進員）等の関係機関においてリーフレット等を設置
- ・関係機関の相談員に対するゲートキーパー養成講座の実施

(2) ひきこもりや閉じこもりがちな人に対する支援を強化する。

ひきこもりの子を持つ高齢の親の生活苦や老人性うつ病による閉じこもり等、自殺のリスクが高い方に対し、相談先情報の提供や地域での見守り体制の強化を図ります。

<主な取組内容>

- ・ひきこもり相談等の実施  
県の相談機関（子ども若者ひきこもり総合相談センターポラリスとちぎやとちぎ若者サポートセンター等）や烏山健康福祉センター、市の相談窓口の周知
- ・高齢者の閉じこもり防止  
「いきいきサロン」や「ふれあいの里事業」等の居場所の拡充、民生委員児童委員や小地域見守り活動との連携

## 5. 自殺対策における取り組み

本市は自殺対策を進めるうえで、対応の段階ごとの対策を効果的に連動させて進めていきます。

### 段階

#### 日常からの取り組み(事前対応の更に前段階)

地域・職場・学校において心の健康づくりを推進します。また、つらい時や苦しい時には助けを求めても良いことを学ぶ教育(SOSの出し方)を推進することにより、社会人として直面する問題へのライフスキルにつながるように努めます。更に、孤立を防ぐため、気軽に集い、交流の機会が図られるよう、ふれあいの場の創出に努めます。

#### 事前対応

心身の健康の保持増進について取り組み、自殺や精神科疾患について正しい知識の普及啓発等自殺の危険性が低い段階から対応します。

#### 危機対応

現に起こりつつある自殺発生の危機に介入し、自殺を発生させないように対応します。

#### 事後対応

自殺や自殺未遂が生じてしまった場合に、家族や職場の同僚等を与える影響を最小限とし、新たな自殺を発生させないように対応します。



(1) 日常からの取り組み（事前対応の更に前段階）

項目	取組	関係機関・関係課
<p>①地域における心の健康づくり推進体制の整備</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆関係機関、関係課が共同して精神保健に関する知識の普及、偏見除去に向けた啓発を図る。</li> <li>◆統合失調症・発達障害・ひきこもり・アルコール依存症等、心の健康相談に対応する。また、保健師等の訪問活動を行い、地域住民の心の健康の保持増進を図る。</li> <li>◆地域の力を生かした心の健康づくりの推進を図る。</li> <li>◆高齢者の実態を把握し、一人ひとりの高齢者の心身の状態や生活環境等に応じた総合的な介護予防を推進するため介護予防プログラムの実施や身近な地域での介護予防の普及啓発を図る。</li> <li>◆地域高齢者を見守り、支えるネットワークを支援する。</li> <li>◆高齢者の孤独感や閉じこもりを解消していくために、高齢者が気軽に集い、仲間と出会う交流の機会として、「いきいきサロン」や「ふれあいの里事業」の拡充を図る。</li> <li>◆社会活動や地域活動、就業活動への参加を促進し、高齢者の活動の場を広げる取り組みを充実する。</li> <li>◆対象を限定せず、高齢者、障がい者、子どもや子育て中の親など、誰もが気軽に利用しながら、多世代との交流が図れる場を構築する。(図書館・公民館等)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆烏山健康福祉センター</li> <li>◆社会福祉協議会</li> <li>◆シルバー人材センター</li> <li>◆障がい者相談支援センター</li> <li>◆地域包括支援センター</li> <li>◆こども課</li> <li>◆生涯学習課</li> <li>◆健康福祉課</li> </ul>
<p>②職場における心の健康づくり推進体制の整備</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆勤労者の生涯を通じた健康づくりに取り組む。</li> <li>◆勤労者のストレスチェックを実施する。</li> <li>◆中小企業における従業員の福利厚生の上昇など、安心して働き続けられる労働環境や勤労者福祉の充実を図る。</li> <li>◆様々なハラスメント対策、人権の尊重、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）の啓発、情報提供を充実させ、取り組みの必要性や方向性に関する理解の浸透を図る。</li> <li>◆国及び県と協力し、求職者や雇用促進等に取り組む事業者に向けた支援制度の周知を図ると共に、安心・安全な職場づくりについての情報を提供する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ハローワーク</li> <li>◆労働基準監督署</li> <li>◆事業所</li> <li>◆烏山健康福祉センター</li> <li>◆商工会</li> <li>◆商工観光課</li> <li>◆まちづくり課</li> <li>◆総務課</li> <li>◆健康福祉課</li> <li>◆塩谷南那須地域産業保健センター</li> </ul>

項 目	取 組	関係機関 ・関係課
③学校における心の健康づくり推進体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆各学校や保育園・幼稚園・認定こども園において、発達段階に応じた人権教育や道徳教育を行い、子どもが互いの違いや良さを認め合い、誰もが自他共に大切にされていると実感できる環境づくりに努める。</li> <li>◆いじめや不登校のない学校を目指し、スクールカウンセラーを配置すると共に、すこやか推進室と連携し、支援の充実を図る。また、要保護児童対策地域協議会にて、関係機関との情報を共有し、支援体制の充実を図る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆学校・保育園・幼稚園</li> <li>◆学校教育課</li> <li>◆各校 PTA</li> <li>◆児童相談所</li> <li>◆警察署</li> <li>◆療育機関</li> <li>◆医療機関</li> <li>◆こども課</li> </ul>
④児童生徒の自殺対策に資する教育の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆いのちの大切さや、SOS の出し方に関する教育を行う。</li> <li>◆保護者の子育てに関する相談に応じる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆学校教育課</li> <li>◆こども課</li> <li>◆学校</li> </ul>
⑤地域における連携体制の確立	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆自殺対策に関する活動をする団体との連携強化を図る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆烏山健康福祉センター</li> <li>◆精神保健福祉センター</li> <li>◆健康福祉課</li> </ul>
⑥団体の取り組みに対する支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆自殺対策に関する活動をする団体が実施する講演会や事業等について広報の協力等をする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆精神保健福祉センター</li> <li>◆健康福祉課</li> </ul>
⑦既存資料の活用の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆厚生労働省・警察庁・自殺総合対策推進センター等で作成・公表している統計を活用して、那須烏山市の自殺の状況を把握する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆健康福祉課</li> </ul>

(2) 事前対応での取り組み

項目	取組	関係機関・関係課
①自殺予防週間と自殺対策月間等で啓発の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆「世界自殺予防デー」(9月10日)、「自殺予防週間」(9月10日～16日)及び「自殺対策強化月間」(3月)において啓発を実施する。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ポスター掲示、展示コーナーを設置</li> <li>・お知らせ版、広報紙、市のホームページに掲載</li> </ul> </li> <li>◆那須烏山市「こころを元気にする日」(2月22日)においてイベントを開催し、啓発を実施する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆健康福祉課</li> <li>◆健康づくり推進協議会</li> <li>◆図書館等のポスターを掲示できる施設</li> </ul>
②自殺や自殺関連事象等に関する正しい知識の普及	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆健康福祉まつり等において、心の健康づくり、うつ病、アルコール依存症、自殺予防に関する展示コーナーの設置、啓発チラシ等の配布。</li> <li>◆那須烏山市「こころを元気にする日」(2月22日)においてイベントを開催し、啓発チラシ等を配布。</li> <li>◆アルコールの適切な摂取について啓発する。</li> <li>◆商工会加入事業者を対象とした集団検診において、啓発チラシ等を配布。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆烏山健康福祉センター</li> <li>◆健康福祉課</li> <li>◆商工会</li> <li>◆社会福祉協議会</li> </ul>
③ゲートキーパーの周知及び養成の促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆＜地域＞ 地域の関係団体、一般市民対象にゲートキーパー養成講座を実施する。</li> <li>◆＜職員＞ 全職員にゲートキーパー養成講座を実施し、各窓口や相談業務の中から、心配な住民を早期に発見し、関係機関につなげる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆健康福祉課</li> <li>◆総務課</li> </ul>
④教職員に対する普及啓発等の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆いじめや不登校のない学校を目指し、教職員研修を充実する。</li> <li>◆子どもが出したSOSに気づき、どのように受け止めるかなどについて普及啓発を行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆学校教育課</li> </ul>
⑤地域における相談体制の充実と支援策、相談窓口情報等の分かりやすい発信	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆自殺予防週間、自殺対策強化月間、「こころを元気にする日」に合わせて、お知らせ版や広報紙、市のホームページ等で発信する。</li> <li>◆必要な相談機関につなげるため、啓発グッズを作成し、配布・設置する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆健康福祉課</li> </ul>

(3) 自殺発生の危機対応

項目	取組	関係機関・関係課
①多重債務の相談	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆多重債務に関して、消費生活相談員が電話及び面接による相談を実施し、必要な機関を紹介する。</li> <li>◆弁護士による無料法律相談を実施する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆消費生活センター (商工観光課内)</li> <li>◆社会福祉協議会</li> </ul>
②失業者、若年等未就職者、就業者に対する相談窓口の周知	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆就業や生活の相談・支援窓口を周知する。</li> <li>◆雇用を促進するとともに、求職者や就業者の相談に対応したり情報提供したりする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ハローワーク</li> <li>◆とちぎ若者サポートステーション</li> <li>◆県北圏域障害者就業・生活支援センター</li> <li>◆商工観光課</li> <li>◆健康福祉課</li> </ul>
③介護者への支援の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆家族介護教室を開催する。また、介護者や家族からの相談に対応する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆地域包括支援センター</li> <li>◆健康福祉課</li> </ul>
④いじめや児童虐待等子どもの悩みについての相談	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆学業・交友関係・不登校・育児・しつけ・進路等子どもに関する相談を実施する。 ・相談電話・教育相談・ヤングテレフォン</li> <li>◆児童虐待防止推進月間（11月）を中心に、積極的な広報、啓発を実施する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆児童相談所</li> <li>◆学校教育課</li> <li>◆こども課</li> </ul>
⑤障がい者虐待への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆障がい者への虐待を防止するため、相談窓口の周知を図り、虐待防止支援に取り組む。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆障がい者虐待防止センター (健康福祉課内)</li> <li>◆障がい者相談支援センター</li> </ul>
⑥高齢者の権利擁護	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆高齢者虐待には迅速に対応するとともに、虐待防止支援に取り組む。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆地域包括支援センター</li> <li>◆健康福祉課</li> </ul>
⑦配偶者からの暴力等被害者への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆電話等で、配偶者の暴力、家族、人間関係等、様々な悩みごとの相談に応じて、専門機関等の情報提供を行う。</li> <li>◆弁護士による無料法律相談を実施する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆こども課</li> <li>◆市民課</li> <li>◆社会福祉協議会</li> <li>◆とちぎ男女共同参画センター（パルティ）</li> <li>◆警察署</li> <li>◆医療機関</li> </ul>

項目	取組	関係機関・関係課
⑧生活困窮者への支援	◆生活困窮者に対して、自立相談支援事業の実施、住居確保給付金の支給、生活福祉資金の貸付、日常生活自立支援事業（あすてらす）、奨学金貸付、就学援助、フードバンク等により、自立支援に取り組む。	◆社会福祉協議会 ◆学校教育課 ◆ハローワーク ◆NPO法人フードバンク那須烏山 ◆こども課 ◆健康福祉課
⑨生活保護制度による支援	◆困窮の程度に応じて必要な保護を行い最低限度の生活を保障する。	◆健康福祉課
⑩ひとり親家庭への支援	◆ひとり親家庭に対して生活のことや家庭のこと、子どもの養育等あらゆる相談支援を行う。 ◆児童扶養手当の支給、ひとり親家庭医療費助成、学童保育の減免を行う。	◆こども課 ◆こども館
⑪妊産婦への支援	◆特定妊婦*に対して、出産後も継続した支援の充実を図る。 ◆「乳児家庭全戸訪問事業」において、子育て支援に関する情報提供を行う。 ◆産後うつ予防等も含めた支援が必要な家庭に対し、適切な支援を行う。	◆こども課 ◆医療機関
⑫日常生活自立支援への支援	◆認知症高齢者や知的障がい、精神科疾患患者が、地域で安心して生活が送れるように、福祉サービスの利用手続きや日常生活に必要な金銭管理を行う。 <日常生活自立支援事業（あすてらす）、法人後見事業>	◆社会福祉協議会 ◆障がい者相談支援センター ◆健康福祉課
⑬保健・医療・福祉等の連携の強化	◆自殺の恐れのある重度のうつ病患者と思慮される人等について、関係機関相互の連携により支援する。 ◆適切な精神保健医療福祉サービスが受けられる体制を整備するため、地域の精神科医療機関を含めた、保健・医療・福祉等のネットワークを構築する。（こころのセーフティネットワーク事業）	◆烏山健康福祉センター ◆警察署 ◆消防署 ◆医療機関 ◆健康福祉課
⑭心の健康相談	◆精神疾患の可能性のある人、患者、家族からの相談に対応するとともに、精神保健医療福祉サービスの情報提供、紹介を行い、問題解決や早期治療につなげる。	◆医療機関 ◆烏山健康福祉センター ◆健康福祉課

※特定妊婦：児童福祉法によって、出産後の養育について出産前から支援を行うことが特に必要な妊婦（若年妊婦、未婚の妊娠、精神科疾患患者、知的障害の妊婦、妊娠22週以降に妊娠届出をした妊婦等）

(4) 事後対応

項目	取組	関係機関・関係課
①自殺未遂者へのケア	◆自殺未遂者からの相談に対応し、適切な支援を行う。	◆烏山健康福祉センター ◆健康福祉課 ◆警察署 ◆消防署 ◆医療機関
②遺族へのケア	◆自死遺族の会（わかちあいの会「こもれび」）を紹介する。 ◆自死遺族等特定相談を紹介する。 ◆遺族等の身近な人からの相談に対応する。	◆栃木いのちの電話事務局 ◆精神保健福祉センター ◆烏山健康福祉センター ◆健康福祉課
③遺族のための情報提供	◆自死遺族の会（わかちあいの会「こもれび」）について市ホームページに掲載、チラシを設置するなど情報提供を行う。 ◆自死遺族等特定相談について情報提供を行う。	◆烏山健康福祉センター ◆健康福祉課

関係機関一覧

No.	関係機関・関係課	連絡先			
1	社会福祉協議会	0287-88-7118	15	烏山消防署	0287-82-2009
2	シルバー人材センター	0287-88-7731	16	栃木県烏山健康福祉センター	0287-82-2231
3	那須烏山商工会	0287-82-2323	17	栃木県精神保健福祉センター	028-673-8785
4	障がい者相談支援センター	0287-80-1020	18	栃木県北児童相談所	0287-36-1058
5	地域包括支援センターみなみなす	0287-88-7115	19	栃木いのちの電話事務局	028-643-7830
6	地域包括支援センターからすやま	0287-82-7272	20	那須烏山市商工観光課	0287-83-1115
7	ハローワーク 那須烏山出張所	0287-82-2213	21	那須烏山市消費生活センター（商工観光課内）	0287-83-1014
8	労働基準監督署（栃木労働局総合労働相談コーナー）	028-633-2795	22	那須烏山市市民課	0287-83-1116
9	塩谷南那須地域産業保健センター	028-682-2626	23	那須烏山市総務課	0287-83-1117
10	とちぎ若者サポートステーション	028-612-2341	24	那須烏山市まちづくり課	0287-83-1151
11	県北圏域障害者就業・生活支援センター	028-681-6633	25	那須烏山市学校教育課	0287-88-6222
12	パルティとちぎ男女共同参画センター	028-665-7700	26	那須烏山市生涯学習課	0287-88-6223
13	NPO法人フードバンク那須烏山	090-4840-5658	27	那須烏山市こども課	0287-88-7116
14	烏山警察署	0287-82-0110	28	那須烏山市健康福祉課	0287-88-7115

※ No.6 地域包括支援センターみなみなすについては、平成 31 年 4 月 1 日より 0287-83-8760 となります。

## 第4章 自殺対策の推進体制等

### 1. 推進体制

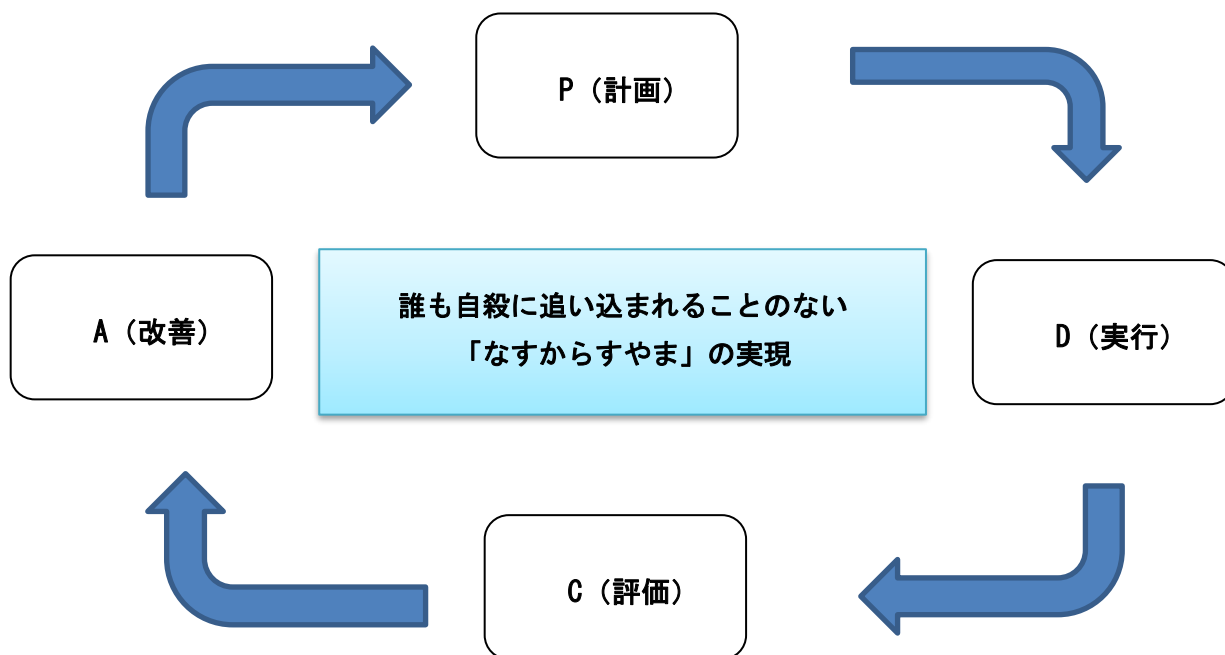
＜健康づくり推進協議会＞

学識経験者や、保健、医療、福祉、教育、企業、市民の代表者等、幅広い分野における関係機関・団体等の参画の下に、効果的な連携・協働により官民一体となって自殺対策に取り組むことを目的として、健康づくり推進協議会※において、本計画の進捗状況や効果等を検証しながら自殺対策を推進します。

※健康づくり推進協議会：市の健康増進計画の策定等に伴い、基本となるべき事項や事業の効果的な実施及び健康づくり対策の今後のあり方について関係者の意見を聴取するとともに、保健・医療・福祉・教育の総合的な連絡及び調整を図ることを目的とした協議会

### 2. 計画の進行管理

本計画の実効性を高めるため、PDCA サイクルを通じて施策や取り組みの効果等を検証し、検証結果や国、県の動向等を踏まえつつ、必要に応じて取り組み等を改善することにより、自殺対策を展開していきます。







なすからすやま自殺対策行動計画  
(2019年度～2023年度)

発行 那須烏山市  
編集 健康福祉課

〒321-0526 那須烏山市田野倉85-1

電話番号 0287-88-7115

FAX 番号 0287-88-6069

E-mail [kenkohfukushi@city.nasukarasuyama.lg.jp](mailto:kenkohfukushi@city.nasukarasuyama.lg.jp)