

いのち支える余市町自殺対策行動計画 (素案)

～誰も自殺に追い込まれることのない余市町をめざして～

【概要版】

令和2年 月
余市町

行動計画作成の背景

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。

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、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てきました。施行から10年目の平成28年3月には、法が改正され、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して、すべての都道府県及び市町村が「地域自殺対策計画」を策定することになりました。

これらの背景を踏まえ、全庁的な取組として自殺対策を推進するため、「いのち支える余市町自殺対策行動計画」を策定することとしました。

行動計画の構成

第1章 計画策定の趣旨等

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

第2章 余市町における自殺の特徴

1. 自殺実態の分析にあたって
2. 余市町における自殺の現状
3. 余市町における自殺の関連データ

第3章 自殺対策の基本的な考え方

1. 自殺対策の基本認識
2. 自殺対策の基本方針

第4章 自殺対策の重点施策

- 【施策1】地域・役場組織内におけるネットワークの強化
- 【施策2】自殺対策を支える人材の育成
- 【施策3】町民の皆さんへのお知らせと知識の共有
- 【施策4】生きることの促進要因への支援
- 【施策5】児童生徒のSOSの出し方に関する教育
- 【施策6】高齢者への支援強化
- 【施策7】生活困窮者への支援強化

第5章 計画の推進体制

具体的な対策

《自殺対策の基本方針》

(1) 生きることの包括的な支援として推進する

自殺は、社会の努力で避けることのできる死であるとの認識のもと、失業や多重債務、健康問題、家庭問題などの社会的リスクである「生きることの阻害要因」を減らし、信頼できる人間関係の構築や危機回避能力を身につけることなどの「生きることの促進要因」を増やすような取り組みを同時に推進し、社会全体の自殺リスクを低下させる必要があります。

(2) 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む

自殺は、健康問題、経済・生活問題、人間関係の問題のほか、その人の性格、家族の状況などが複雑に関係しており、対応としては精神保健的な視点だけではなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取り組みが重要となります。

このため、生活困窮者自立支援制度など自殺対策事業と関連の深い各種施策との連動性を高め、地域の関係機関や関係団体等との連携を強化しながら、適切な役割分担のもとで自殺対策を推進する必要があります。

(3) 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる

自殺対策は個人の問題解決に取り組む「対人支援のレベル」、関係機関等による実務者連携で行う「地域連携のレベル」、法律や計画等による「社会連携のレベル」の3つを有機的に連動させながら、総合的に推進することが重要です。

また、状況に応じた以下の3つの段階ごとの対応も必要になります

- ① 心身の健康の保持増進等の「事前対応」
- ② 自殺発生リスクが高い人への「危機対応」
- ③ 自殺や自殺未遂が生じた場合の「事後対応」

(4) 実践と啓発を両輪として推進する

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」ですが、危機に陥った人の心情や背景が十分に理解されていないのが実情です。

相談することや精神科受診への心理的な抵抗を感じる人も少なくないと言われており、全ての町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、精神科医等の専門家につなぎ、その助言を受けながら見守っていけるよう、広報活動、教育活動等に積極的に取り組んでいくことが重要です。

(5)関係者の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を実現するためには、国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業、国民等が連携・協働し、国を挙げ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、それぞれの実施主体が果たすべき役割を明確化、共有化した上で、相互の連携・協働の仕組みを構築することが重要であり、地方公共団体においては、地域や自殺対策の現場で具体的な連携を図る機会と場を提供することが求められています。

本町としては、複合的な問題を抱え自ら相談に行くことが困難な人を早期に発見し、支援につなげるためにも、保健・医療・福祉・教育・労働（公共料金収納担当部署等含）等の多種多様な分野が自殺を防ぐ糸口となり得ることを共通認識とし、相互に連携・協働する、関係機関のネットワークを強化するために、総合的、横断的な自殺対策に向けた検討・協議を進めます。

また、自殺対策においては、公的機関等が連携して支援するネットワークだけではなく、地域のネットワークも大切です。町民にとって生活の基盤である区会や住民組織での近隣住民等とのつながりや支え合いは、自殺に対する保護要因となり得る、自助・互助のネットワークです。

自殺対策を通じて、「誰も自殺に追い込まれることのない余市町」を目指すには、この地域で暮らす私たち一人一人が一丸となって、それぞれができる取り組みを進めていくとともに、「余市町総合計画」が目指しているまちづくりを推進して行くことも重要です。

《自殺対策の重点施策》

より効果的な取組を推進するため、主に以下の7つの施策を展開していきます。

《余市町の自殺対策》

1. 地域・役場組織内におけるネットワークの強化
 2. 自殺対策を支える人材の育成
 3. 町民の皆さんへのお知らせと知識の共有
 4. 生きることの促進要因への支援
 5. 児童生徒の SOS の出し方に関する教育
 6. 高齢者への支援強化
 7. 生活困窮者への支援強化
- その他、「生きる支援関連施策」の実施

【施策1】地域・役場組織内におけるネットワークの強化

◇行政内各部署の取り組み

自殺問題は様々な要因があり、様々な分野の、様々な支援者が必要です。本町においても、庁内横断的に取り組むことが必要不可欠です。「自殺対策」という意識で行っている事業ではなくても、結果的に「自殺対策」につながっている取り組みも少なくありません。

令和2年度から令和6年度にかけて、各部署の事業を「自殺対策」の視点で共有し取り組むことで、「生きる」を支える体制を作っていきます。

◇地域・関係機関の取り組み

自殺対策においては、公的機関等が連携して支援するネットワークだけではなく、地域のネットワークも大切です。住民にとって生活の基盤である区会や住民組織での近隣住民等とのつながりや支え合いは、生きることの促進要因(自殺に対する保護要因)となり得る、自助・互助のネットワークです。町としても、区会や住民組織と「自殺対策」の視点で情報共有・連携を図ります。

また、自殺対策を進めるにあたり、道や民間団体との連携は必要不可欠です。道や民間団体が実施している事業を活用し連携することで、より活発に取り組んでいきます。

【施策2】自殺対策を支える人材の育成

自殺対策においては、前述した「地域・役場組織内におけるネットワークの強化」による組織横断的な取り組みとともに、様々な悩みや生活上の困難を抱える人に早期に気づく、「気づき」のための人材育成を充実させることも重要な取り組みです。

保健・医療・福祉・教育・労働等の様々な分野の関係者が、こころの不調や自殺の危機に接したとき、誰もが早期の「気づき」に対応できるよう、必要な研修機会の確保を図ることが求められています。

そのため、自殺対策を支える人材育成の取り組みとして、地域住民の様々な相談対応を通して支援の入り口となり得る町職員が早期の「気づき」に対応できるよう、まずは町職員を対象としたメンタルヘルスに関する学習やゲートキーパー研修の実施に向けた検討を進めます。

【施策3】町民の皆さんへのお知らせと知識の共有

自殺を考えている人は悩みながらもサインを発しています。自殺を防ぐためには、このようなサインを発している本人やそのサインに気づいた周りの人が気軽に悩みを相談できる体制が町民に知られていなければ活用されません。また、町民が自殺に対する正しい理解を得られるように、様々な接点を活かして、相談支援機関等に関する情報を町民に提供するとともに、町民の自殺に対する理解が深まるよう区会や関係団体の行事等に合わせて学習会や講演会等を開催します。

また、9月の自殺予防週間や3月の自殺対策強化月間には、ポスター掲示等で地域全体への問題の啓発や相談支援先情報の周知を図ります。

【施策4】生きることの促進要因への支援

自殺対策は、個人においても社会においても「生きることの阻害要因」を減らす取り組みに加えて、「生きることの促進要因」を増やす取り組みを行うことにより、自殺リスクを低下させる必要があります。このため、相談担当者のスキルアップによる相談支援体制の充実や、俱知安保健所等関係機関との連携により、「生きることの促進要因」をより増加させる取り組みを進めます。

【施策5】児童生徒のSOSの出し方に関する教育

本町の20歳未満の過去5年間の自殺者数は、他の年代と比べ低い割合ですが、児童生徒の抱える悩みは多種多様であり、家庭、地域、学校、職場が主な生活の場となっている中で、経済・生活問題や家庭関係の不和、心身面での不調、いじめ問題等、自殺の背景にあるとされる問題は、人生の中でも誰もが直面し得る危機です。

自殺の発生を防ぐには、それらの問題への対処法や支援先に関する情報を、早い時期から身につけておくことが重要です。このため、本町では、問題を抱える前の段階から対策を講じることで、将来的な自殺リスクの低減を図ります。

【施策6】高齢者への支援強化

高齢者は、配偶者をはじめとした家族との死別や離別、病気をきっかけに、孤立や介護、生活困窮等の複数の問題を抱え、自殺リスクが高まることが考えられます。

また、介護にまつわる悩みや問題を抱える高齢者やその家族においては、支えられる側と支える側がともに疲弊してしまい、共倒れの危機につながる懸念されます。

このことから、高齢者本人を対象とした自殺対策のみならず、高齢者を支える家族や介護者等の支援者に対する支援も含めて、自殺対策を推進していく必要があります。

各種取り組みを通して、高齢者とその支援者に対して、「生きることの包括的な支援」を推進していきます。

【施策7】生活困窮者への支援強化

生活困窮は、「生きることの阻害要因」の一つであり、自殺リスクを高める要因になりかねません。

生活困窮の背景には、多重債務や労働問題、精神疾患、虐待、DV、障がい、介護等の多様な問題が複合的に関わっていることが多いため、その対策は包括的な生きる支援が必要になります。このため、生活困窮者自立支援法による自立相談支援事業と連動した包括的な支援に取り組みます。

いのち支える自殺予防行動計画 概要版 【計画期間 令和2年度～令和6年度】
発行：令和2年3月 余市町
編集：民生部子育て・健康推進課健康推進グループ(電話0135-21-2122)