第２次

出雲崎町自殺対策計画

令和６年３月

出雲崎町

第２次出雲崎町自殺対策計画　目次

第１章　計画策定にあたって　　　　　　　　　　・・・・・・・　1

１　計画策定の主旨

２　計画の位置づけ

３　計画の期間

第２章　自殺の現状　　　　　　　　　　　　　　・・・・・・・　３

１　自殺の現状

　　（１）自殺者数及び自殺死亡率の推移

　　（２）自殺者数の性別割合

　　（３）年代別自殺者割合

　　（４）職業別自殺者割合

　　（５）動機別自殺死亡割合

２　出雲崎町自殺対策計画の評価

３　　評価指標から見えてきたこれまでの成果と今後の課題

第３章　取り組みの方向性　　　　　　　　　　　　・・・・・・・　８

１　基本的な考え方

２　基本目標

３　基本施策

４　施策の推進

５　ライフステージに応じた取り組み

６　評価指標

第４章　計画の推進　　　　　　　　　　　　　　・・・・・・・　14

１　計画の推進体制と評価の仕組み

第1章　計画策定にあたって

１．計画策定の主旨

出雲崎町では、平成３０年に「出雲崎町自殺対策計画」を策定し、出雲崎町における自殺を取り巻く課題の把握と、「生きることへの包括的な支援」として自殺対策の総合的かつ効果的な推進を図ってきました。

出雲崎町の自殺者数は、令和２年までは、減少または横ばいで推移していましたが、令和３年に急激な増加が見られました。世代や家族構成を確認すると、中年以降の年代が多い状況が続いています。誰も自殺に追い込まれない町を目指して、住民一人ひとりやそれを支える全ての機関が一丸となって自殺対策を推進することが求められています。

このたび、計画期間が満了したことを受け、「第２次出雲崎町自殺対策計画」を策定し、より一層の充実を図ります。

２．計画の位置づけ

国は平成１８年に自殺対策基本法を制定しました。それに基づき、平成１９年に自殺総合対策大綱を制定し、「誰も自殺に追い込まれることがない社会」の実現を目指しています。

出雲崎町では、平成２１年度に「いのちを支える自殺対策ネットワーク会議」を設置し、毎年自殺予防の現状分析と重点施策の検討を行っています。令和４年度の自殺総合対策大綱の改正に伴い、町の計画を見直していきます。また、本計画は、町の関連計画（第６次出雲崎町総合計画、第３次健康いずもざき２１等）との整合性を図っています。

第６次出雲崎町総合計画

第３次健康いずもざき２１

その他関連計画

第２次出雲崎町自殺対策計画

３．計画の期間

本計画は、関連計画との整合性を図るため、令和６年度から令和１０年度までの５年間を計画期間として策定します。

ただし、国の「自殺総合対策大綱」及び町総合計画の見直しの状況等を踏まえ、必要により見直しを行います。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 平成30年度 | 令和元年度 | 令和２年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | 令和5年度 | 令和6年度 | 令和7年度 | 令和8年度 | 令和9年度 | 令和10年度 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 出雲崎町自殺対策計画 | | | | | | 第２次出雲崎町自殺対策計画 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

第２章　自殺の現状

１．自殺の現状

（１）自殺者数及び自殺死亡率（人口１０万対）の推移（平成28年から令和4年）

【出典：地域の自殺の基礎資料】

平成２８年から令和４年までの自殺率※は、１人以上自殺者がいる場合、全国、県と比較すると、大幅に高くなります。特に令和３年の自殺者数は5人以下でしたが、人口が少ないため自殺率は、93.74と、どの年と比較しても突出して高くなっています。その他に平成２９年が21.78、令和２年は23.09といずれも全国、県よりも高くなっています。

※　　自殺率とは、人口死亡率の略で、人口10万人あたりの自殺死亡者をいいます。

（２）自殺者数の性別割合（平成28年から令和4年）

【出典：地域の自殺の基礎資料】

性別では、全国、県ともに男性の割合が6割以上と女性よりも高い傾向にありますが、当町では男女差はありませんでした。町の自殺予防対策は、性差に関わらず、対策を進めていく必要があります。

（３）年代別自殺者割合（平成28年から令和4年）

【出典：地域の自殺の基礎資料】

年代別では、全国、県ともに20歳以上はどの年代も10%以上見られました。しかし当町では、５０歳代、70歳代、80歳以上の割合が多く、いずれも3割を超えていました。このことから、特に中高年の方への自殺予防対策が重要となります。

（４）職業別自殺者割合（平成28年から令和4年）

【出典：地域の自殺の基礎資料】

町は、1番多いのがその他の無職者、続いて年金・雇用保険等生活者、主婦の順でした。全国や県は、有職者の割合が2番目に高いことと比較すると、当町では働いていない人の割合が高いことがわかりました。これは自殺者の世代構成を見ると、５０歳以上が占めていることが大きく影響していると考えられます。

（５）動機別自殺死亡割合（平成28年から令和4年）

【出典：地域の自殺の基礎資料】

動機別では、町は健康問題が半数を占めていました。健康問題が動機の多くを占めていたのは、自殺者の年代が50歳以上で占められていることが大きな要因と考えられます。町民の健康問題に寄り添えるように、特定健診等の保健事業でハイリスク者を見つけ、リスクアセスメントを行っていく必要があります。

２．出雲崎町自殺対策計画の評価

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | 施策 | 評価指標 | H28  現状値 | 目標値 | Ｒ５  現状値 | 達成  状況 | 出典 |
| １ | | 自殺者数 | 0人 | 0人 | ０人 | 達成 | 人口動態  統計  （R4） |
| ２ | | 男性自殺者数 | 0人 | 0人 | ０人 | 達成 |
| ３ | | 女性自殺者数 | 0人 | 0人 | ０人 | 達成 |
| 4 | 普及啓発 | ストレスを感じた時に発散する方法があり、実践している住民の割合 | 48.9％ | 増加 | 45.1% | 未達成 | 町民意識  調査  （R5） |
| 5 | うつ病について知っている住民の割合 | 38.5% | 増加 | 58.8% | 達成 | ゲートキーパー養成研修会  （R5） |
| 6 | 相談体制の充実 | 身近に日常の問題や悩みを相談できる人がいる住民の割合 | 76.5％ | 増加 | 76.7% | 達成 | 町民意識  調査  （R5） |
| 7 | 公共の相談の場や電話相談があることを知っている住民の割合 | 85.0％ | 増加 | 100% | 達成 | ゲートキーパー養成研修会  （R5） |
| 8 | 人材育成 | ゲートキーパー  研修受講人数 | H24～  H2８  延べ  １１４人 | 延べ  ２００人 | 延べ  ２００人 | 達成 | 保健福祉課調べ  （R5） |

３．評価指標から見えてきたこれまでの成果と今後の課題

出雲崎町の自殺者は、令和元年まではほぼ横ばいでしたが、令和３年に急激な増加が見られました。年代は、中高年以降が大多数を占めています。そのため、地域包括支援センター、産業保健等の関係機関と連携し、事業を進めてきました。

普及啓発では、様々な事業やイベントで、こころの相談会やメンタルヘルスに関するチラシを配布しました。毎年９月の自殺予防週間と３月の自殺対策強化月間にあわせて、メンタルヘルスに関する記事を町広報紙に掲載し、出雲崎駅前の地域振興施設に自殺予防に関する懸垂幕を掲示し周知を図りました。

早期発見では、産後うつスクリーニング、健診受診者にうつスクリーニングを実施しました。令和３年に自殺者の急激な増加が見られたため、長岡保健所、中越地域いのちとこころの支援センターと連携し、自死リスクアセスメントシートを作成しました。健診受診者のうつスクリーニング該当者に対して、事例検討の他、自死リスクの判定方法を支援者で検討し家庭訪問をしました。その結果、訪問や定期的な見守りでサポート体制を強化したことで、健診受診者のうつ項目該当者から自殺者は出ていません。

中学生以降は、大人へと変わっていく途中の不安定な時期であるため、思春期のこころの相談窓口として、教育機関と連携し中学生へ相談カードを配布しました。また、全町民を対象に定期的なこころの相談会を開催しました。相談会では、新型コロナウイルス感染症の流行前は、若い世代が相談の中心でした。新型コロナ感染症の感染を心配し外出を控えて他者との交流が少なったためか、高齢者の相談も増えてきています。また相談会に参加した人から、医療機関へつながった人も増えています。今後も幅広い世代を対象に相談しやすい環境整備を進めていきます。

人材育成では、ゲートキーパー養成研修会を毎年開催しました。研修会の対象は、高齢者の見守り支援に重点を置いてきたため、民生児童委員やケアマネージャー等の支援者を中心に開催しましたが、自殺者が急増して以降は、一般町民向けにも開催しています。地域での「気づき」、「見守り」が継続されるような地域づくりを目指していきます。

地域の自殺の基礎資料より、令和４年の自殺者は０人であり、自殺者が0人となるという目標を達成することができました。しかしながら、経年でみると、全国、県よりも大幅に上回っている年もあります。今後も引き続き関係機関と連携を取りながら、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現に向けて、自殺対策を行っていきます。

第３章　取り組みの方向性

１．基本的な考え方

自殺ハイリスク者に対する働きかけを重点的に行うとともに、生きづらさを抱えた方が暮らしやすい社会を実現するための様々な取り組みを行います。また、若年者から働き盛り世代、中高年や高齢者等、幅広い世代を対象とした自殺予防のための対策を進めます。

２．基本目標

基本理念

町民一人ひとりが命の大切さについて理解し、自殺がない町を目指します。

1. 長期目標

・自殺者が０人となる。

1. 短期目標

　　・町民一人ひとりが自殺を身近な問題としてとらえ、こころの不調のサインについて理解できる。

　　・町民一人ひとりが気軽に相談できる。

３．基本施策

国は「地域自殺対策政策パッケージ」と、各自治体の「地域自殺実態プロファイル」を作成しています。当町は、パッケージの基本施策５つと、当町における重点施策に基づいて取り組みを進めていきます。

①地域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町民への啓発と周知

④子どもへの支援

⑤高齢者への支援

⑥生活困窮者への支援

①地域におけるネットワークの強化

自殺対策を総合的に推進するため、保健医療福祉、教育機関、警察消防等の関係機関・関係団体等が連携･協働する仕組みを構築し、地域のネットワークを強化します。

②自殺対策を支える人材の育成

保健医療福祉、教育その他の自殺対策関連組織に属する人や、一般町民を対象に「気づき」のできる人材の育成に取り組みます。

③町民への啓発と周知

町民一人ひとりが、こころの健康づくりについて理解し、自身のこころの不調や悩みを抱えた方のSOSサインに気づき、適切に対処できるように、正しい情報や相談窓口について情報提供し、必要な時に支援につなげられるようにします。

④子どもへの支援

若年者の自殺も増加してきていることから、小中学校で一人１台端末の活用等による自殺リスクの把握を始め、SOSの出し方に関する教育、小中学校でのスクールカウンセラー等の配置を、教育機関等の関係機関と連携しながらチームとして進めていきます。

⑤高齢者への支援

高齢者の自殺を防ぐため、高齢者本人に対する支援だけでなく、家族や介護者のこころの不調に気づき、適切な支援に結び付けられるように、関係機関と連携して自殺対策を進めていきます。

⑥生活困窮者への支援

生活困窮者（世帯）への経済面や生活面の支援のほか、こころの健康を含めた包括的な支援を行います。

４．施策の推進

①普及啓発

町民一人ひとりが、こころの健康づくりについて理解し、自身のこころの不調や悩みを抱えた方のSOSサインに気づき、適切に対処できるよう、正しい知識や情報の普及に努めます。

②ハイリスク者の早期発見・早期支援

悩みを抱えた方を早期に発見できるよう、うつ状態等のスクリーニングを実施し、早期に支援介入できるような体制を整備します。

またうつ病やアルコール依存症等の精神疾患は、自殺の危険性が高いとされていることから、早期に適切な医療につなげるように支援します。

③相談体制の充実

町民一人ひとりが、支援者または支援機関に相談できるような環境を整備します。一人で悩みを抱えず、早期に相談でき、適切な対処方法が得られるよう、SNSや電話、こころの相談会の開催等により相談体制の充実に努めます。

④人材育成・地域の見守り体制づくり

町民一人ひとりが、悩みを抱えた方のSOSサインに気づいて、相談機関につなぐための知識と技術を習得し、早期に対応できる体制を整えます。住民をはじめ、様々な関係機関や団体に対してゲートキーパー養成を行い、人材育成及び見守り体制づくりに努めます。

⑤関係機関との連携強化

様々な自殺要因に関する課題解決に向けて、関係機関が一丸となって自殺予防に努めます。保健医療福祉、教育機関、警察消防、民間団体と連携を強化し、いのちを支える自殺対策ネットワーク会議にて、自殺対策の方向性を決定していきます。

５．ライフステージに応じた取り組み

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ライフステージ | 乳幼児期  (妊産婦期) | 少年期  6～14歳 | 青年期  15～24歳 | 壮年期  25～44歳 | 中年期  45～64歳 | 高齢期  65歳以上 |
| 対象 | 妊婦  産婦 | 小学生  中学生 | 高校生  大学生等 | 働き盛り世代 | | 高齢者 |
| 普及啓発 |  | ・相談カードの配布 | | | | |
| ・成人式、イベント、行政窓口等でこころの健康づくりのチラシの配布  ・メンタルヘルスに関する記事を町広報紙に掲載  ・自殺予防の懸垂幕を掲示 | | | | | |
| 早期発見 | ・産後うつスクリーニングの実施 |  | ・健診等でのうつスクリーニングの実施 | | | |
| ・うつスクリーニング該当者訪問の実施 | | | | | |
| 相談体制の  充実 | ・妊婦訪問  ・産婦・新生児訪問  ・２か月児訪問  ・すくすく相談  ・みんなの保健室 | ・スクールカウンセラーによる相談  ・臨床心理士による巡回相談  ・こころの相談室 |  | | | |
| ・こころの相談会の開催  ・個別相談（面談・訪問・SNS等）  ・中越いのちとこころの支援センターの相談 | | | | | |
| ライフステージ | 乳幼児期  (妊産婦期) | 少年期  6～14歳 | 青年期  15～24歳 | 壮年期  25～44歳 | 中年期  45～64歳 | 高齢期  65歳以上 |
| 対象 | 産婦 | 小学生  中学生 | 高校生  大学生等 | 働き盛り世代 | | 高齢者 |
| 人材育成 | ・ゲートキーパー養成研修会の開催（生活困窮者への支援者を含む）  ・支援者のスキルアップ研修 | | | | | |
| 関係機関との連携強化 | ・いのちを支える自殺対策ネットワーク会議の開催  ・関係機関との連携により自殺未遂者を把握 | | | | | |

６．評価指標

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | 施策 | 評価指標 | R5現状値 | Ｒ10  目標値 | 出典 |
| １ | | 自殺者数 | 0人 | 0人 | 人口動態統計  （R4） |
| ２ | | 男性自殺者数 | 0人 | 0人 |
| ３ | | 女性自殺者数 | 0人 | 0人 |
| 4 | 普及啓発 | うつ病の病名と内容を知っている人の割合 | 58.8％ | 増加 | ゲートキーパー  養成研修会  （R5） |
| 5 | 公共の相談の場や、電話相談があることを知っている人の割合 | 100% | 100% |
| 6 | 相談体制の充実 | 悩みがあるときに相談相手がいる人の割合 | 88.2％ | 増加 |
| 7 | 公共の相談の場や、電話相談で悩みを解決している人の割合 | 41.2％ | 増加 |
| 8 | 人材育成 | ゲートキーパー研修受講人数 | 延べ  200人 | 延べ  240人 | 保健福祉課調べ  （R5） |

第４章　計画の推進

１．計画の推進体制と評価の仕組み

行政による取り組みのほか、町民一人ひとりをはじめ、保健医療福祉関係者、教育機関、警察消防、民間団体、ボランティア団体等、官民関係者が協働し、施策に取り組むことで計画を推進します。

評価においては、毎年開催するいのちを支える自殺対策ネットワーク会議において報告し、各施策の進行状況を把握・分析・評価するとともに、実効性のある施策の実現に向け、必要により計画の見直しを行います。

参考資料

関係・連携機関の取組

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 事業名 | 内容 | 関係・連携機関 |
| 巡回相談事業 | 子どもの成長発達や関わり方について相談を希望する保護者や子どもに対し、臨床心理士等が相談支援を行う。 | こども園・保育園  小学校  中学校  こども未来室 |
| スクールカウンセラー事業 | 養護教諭が窓口になり、カウンセリングを希望する児童生徒、保護者、教員を支援する。 | 小学校  中学校  教育課 |
| 教育相談 | 児童生徒から悩みなどを聞き、いじめ等の自死につながる要因について手立てを講じる。 | 小学校  中学校  教育課 |
| 高齢者に対する各種相談業務 | 高齢者に対する各種相談について対応し、家庭訪問等により実態を把握の上、継続した支援を行う。 | 地域包括支援センター  保健福祉課 |
| 配食サービス  事業 | 高齢者の独居世帯等に弁当の配食サービスを定期的に行い、孤立感の解消及び安否確認を行う。 | 社会福祉協議会  保健福祉課 |
| 生活福祉資金及び日常生活自立支援事業 | 生活に不安のある高齢者や障害を有する方に、安心して暮らせるよう資金支援相談を行う。 | 社会福祉協議会 |
| 生きがいデイ  サービス事業 | 閉じこもりがちな高齢者に通所サービスを提供し、社会孤立感解消と自立生活の助長を図る。 | 社会福祉協議会 |
| 障害者に対する各種相談事業 | 障害者に対する各種相談について対応し、家庭訪問等により実態を把握の上、継続した支援を行う。 | 相談支援事業所  保健福祉課 |