

第2次上関町自殺対策計画(素案)

いのちを支えあう

～誰も自殺に追い込まれることのない上関をめざして～

令和8年3月

上関町

目次

第1章 計画策定にあたって

- 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

第2章 上関町の自殺の特徴

- 1 上関町の自殺の現状 3
- 2 医療費分析・アンケートから見る現状 5
- 3 今後の課題 8

第3章 第1次計画の評価

- 1 数値目標の評価 9
- 2 計画の進捗状況と課題 9

第4章 計画の基本的な考え方

- 1 自殺対策の基本理念と基本目標 14
- 2 自殺にする基本認識 14

第5章 基本的方向性と施策

- 1 施策の具体的取組 16

第6章 推進体制と進行管理 21

参考資料 22

第1章 計画の策定にあたって

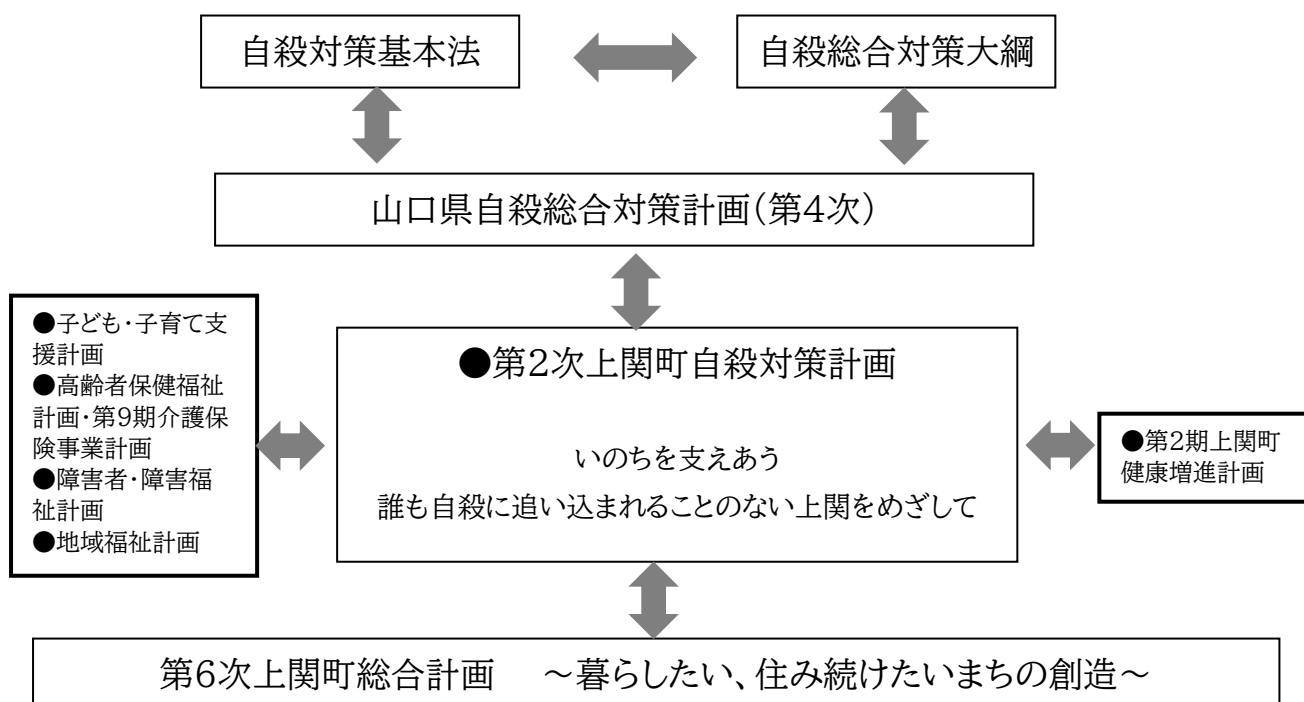
1 策定の趣旨

本町では、令和2年度に「上関町自殺対策計画」を策定し、誰も自殺に追い込まれることのない上関町の実現をめざして取り組んできました。しかし、新型コロナウイルス感染症の影響をはじめ、様々な社会的要因により、依然として、総合的な自殺対策の推進・強化が求められています。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・いじめや孤独・孤立・誹謗中傷など様々な社会的要因があることが知られています。

この度、令和7年度に計画の終期を迎えることを受け、「第2次上関町自殺対策計画」を策定いたしました。令和7年度(2025年度)に中間評価の年度にあたる「第2次上関町健康増進計画」と一体的に推進しており、推進期間は、令和8年度(2026年度)～令和12年度(2030年度)までの5年間としております。今後も町民一人ひとりのかけがえのない命を守るため、心の健康づくりと自殺対策の連携を図りながら、より一層の充実と推進体制の強化をめざします。

2 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法第13条第2項に基づき、本町の自殺対策を総合的に推進するための計画で、山口県自殺総合対策計画(第4次)や第6次上関町総合計画、上関町第2次健康増進計画等との整合性を図りながら策定及び推進します。



3 計画の期間

国の自殺対策総合対策大綱が概ね5年をめぐり見直しが行われることを踏まえ、また、第2次上関町健康増進計画の中間評価～終期と合わせ、令和 8(2026)年度から令和12(2030)年度の5年間とします。

国や県の政策と連携する必要があることから、国の動向や社会情勢の変化に配慮し、必要に応じて内容の見直しを行います。

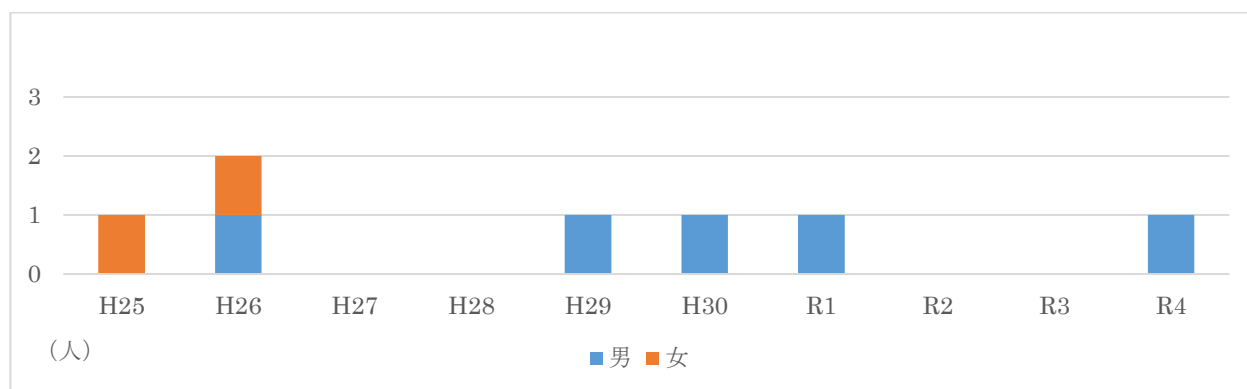
第2章 上関町の自殺の特徴

1 上関町の自殺の現状

(1) 自殺死亡者数の推移

平成 30(2018)年～令和 4(2022)年の間で 3 名となっています。前回計画策定時の直近5年間(平成25(2013)年～平成 29(2017)年)は4人で、死亡者は減少しています。

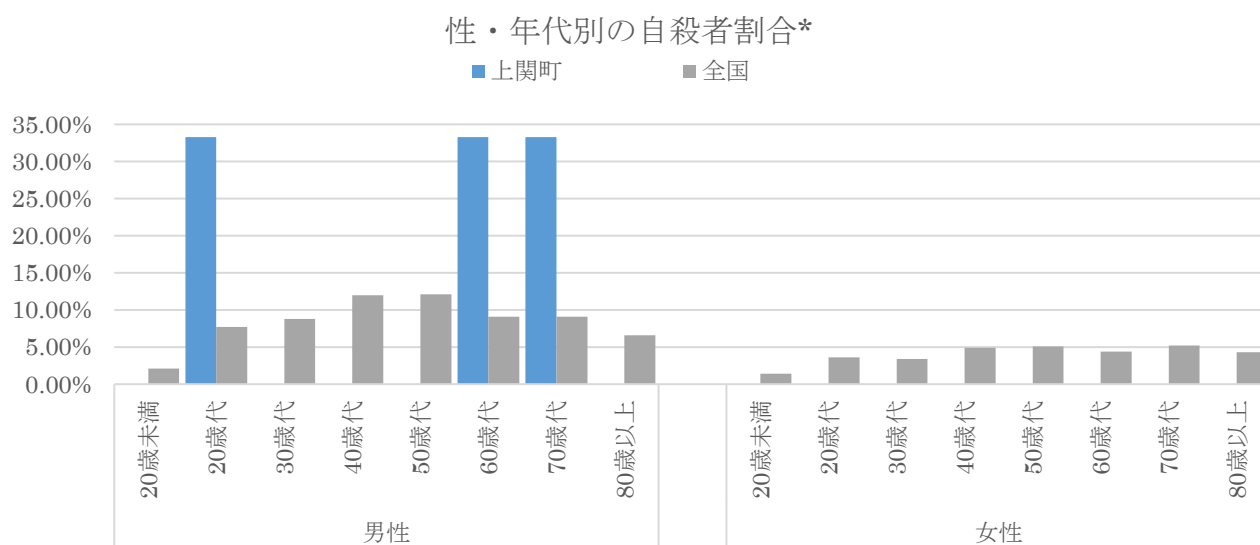
自殺者数の推移



厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(2) 男女・年齢別死亡者数・自殺死亡率の推移

上関町(住居地)の平成 30(2018)年～令和 4(2022)年の自殺者数は合計 3 人(男性 3 人、女性 0 人)であった(厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」(自殺日・住居地)より集計)。

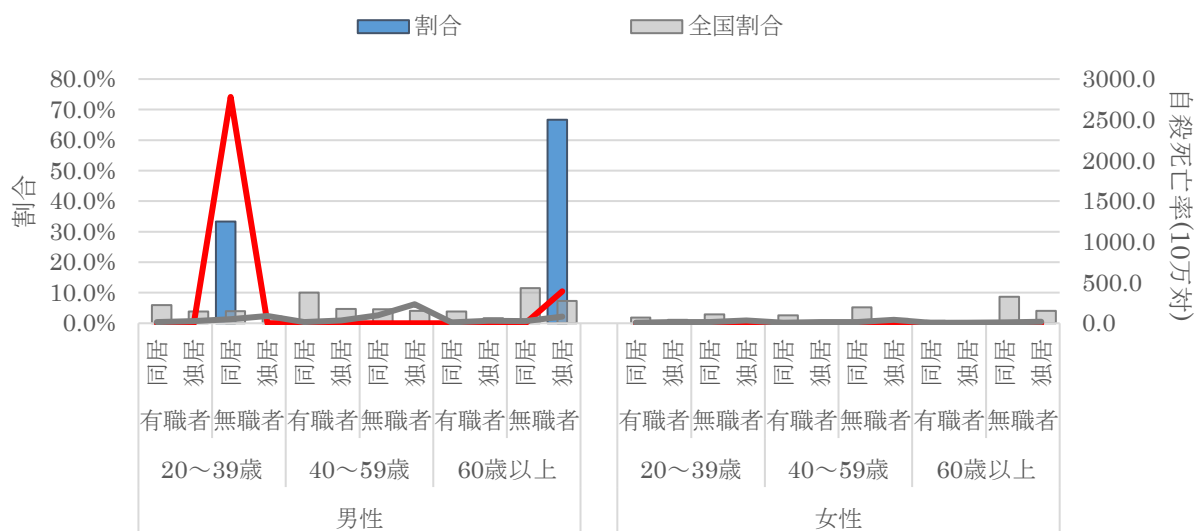


地域自殺実態プロファイル【2023】

(3)主な自殺の特徴

「地域自殺実態プロファイル」では、本町の主な自殺の特徴が分析されています。プロフィール 2023の重点対象者として①高齢者②生活困窮者③子供・若者 ④無職者・失業者が挙げられています。また、「男性60歳以上」「男性20～39歳」が上位となっており、退職・死別・生活への悲観、ひきこもりから家庭の不和、就職失敗から将来悲観など、様々な背景が重なりあい、いずれもうつ状態に陥り自殺につながっています。

地域の自殺の概要(H30年～R4年合計)



地域自殺実態プロフィール【2023】

地域の主な自殺の特徴(特別集計(自殺日・住居地、H30年～R4年合計))

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 無職独居	2	66.7%	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
2位:男性 20～39歳 無職同居	1	33.3%	ひきこもり→家族の不和+就職失敗→将来悲観→うつ状態→自殺

地域自殺実態プロフィール【2023】

資料:警察庁自殺統計原票データをいのち支える自殺対策推進センター(以下、JSCP)にて個別集計・区分の順位は自殺者数の多い順で、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順。
「背景にある主な自殺の危機経路」は、ライフリンク「自殺実態白書 2013」を参考に推定したもの。自殺の特性別にみて代表的と考えられる経路の一例を示しており、記載の経路が唯一のものではない

2 医療費分析・アンケートから見る現状

(1)医療費分析(入院+外来の医療費 R2 年～R6 年)

国保医療費の分析をみると、入院・外来を合わせた医療費は、精神疾患が上位をしめており、自殺の要因として多くを占めるうつ病の医療費も5～10位と高く、うつへの対策が必要です。

	1 位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9 位	10位
R2	統合失調症	高血圧	糖尿病	骨折	うつ病	肺がん	関節疾患	不整脈	慢性腎臓病	気管支喘息
R3	統合失調症	慢性腎臓病	肺がん	糖尿病	関節疾患	高血圧症	骨折	大腸がん	脳梗塞	うつ病
R4	統合失調症	肺がん	大腸がん	関節疾患	糖尿病	高血圧症	不整脈	うつ病	慢性腎臓病	慢性腎臓病
R5	肺がん	統合失調症	糖尿病	骨折	関節疾患	慢性腎臓病	うつ病	高血圧症	大腸がん	慢性腎臓病
R6	統合失調症	関節疾患	糖尿病	肺がん	前立腺がん	慢性腎臓病	不整脈	大腸がん	高血圧症	胃がん

国保データベースシステム

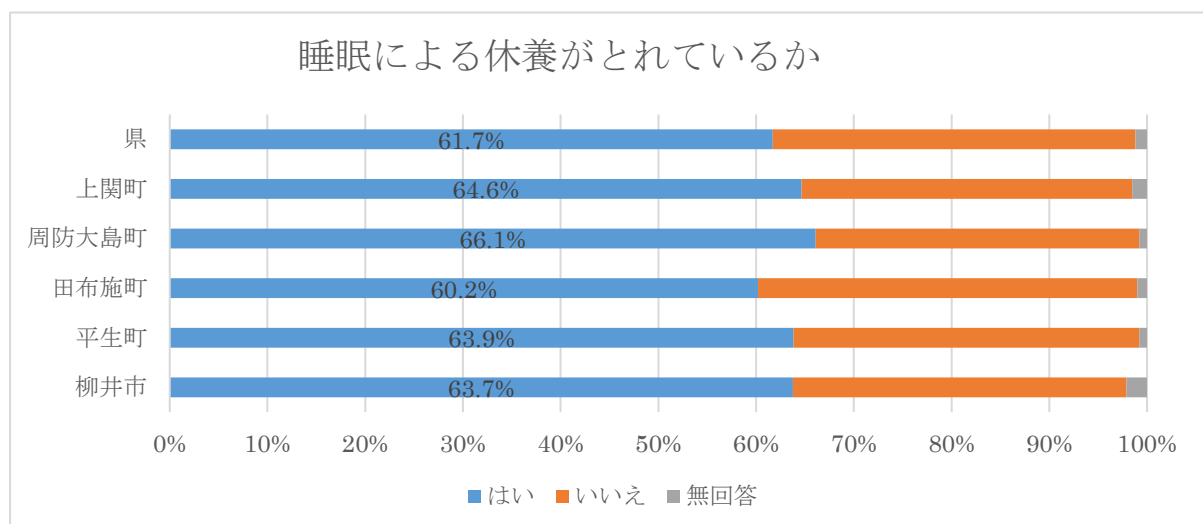
(2)アンケート結果からみる現状

自殺の危機経路が示すとおり、自殺の背景には様々な要因が複雑に絡み合い、心の不調、うつ状態からうつ病へと移行することが指摘されています。

心の健康に影響する休養やストレスの現状については、令和 4 年度に山口県が実施した、「健康づくりに関する県民意識調査」の結果をもとにしています。

① 休養の状態

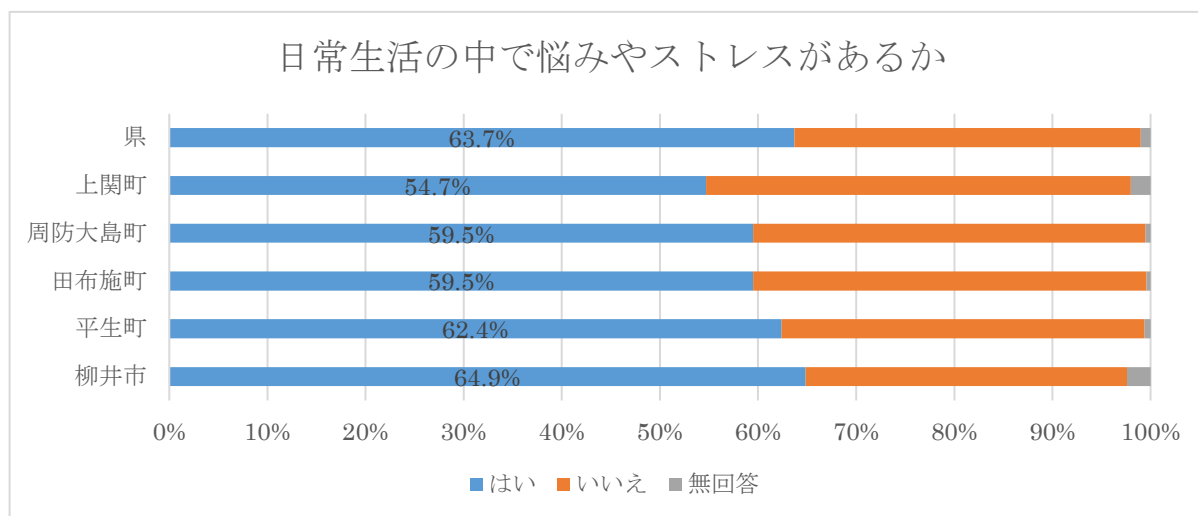
県や近隣市町と比較すると、睡眠による休養を取れている者の割合は高い(近隣市町の中では 2 位)が、3 割の者は休養がとれていないと答えています。



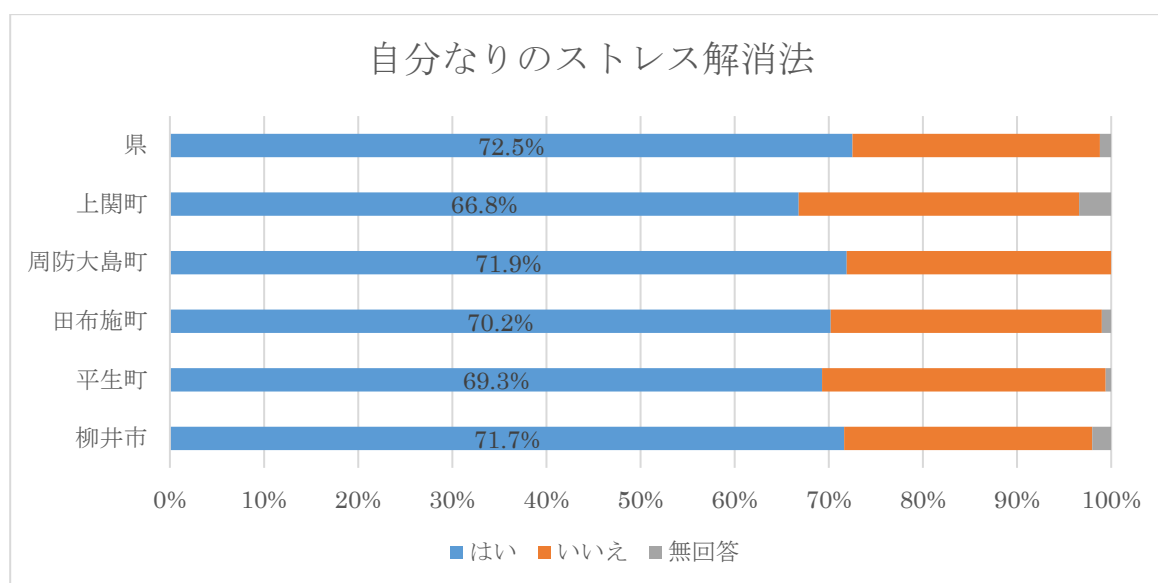
令和4年度 健康づくりに関する県民意識調査

② ストレスの状態

県や近隣市町と比較すると、ストレスを抱えている者の割合(54.7%)が県や管内市町と比較し低い状況です。しかし、自分なりのストレス解消法を持っていると答えた者の割合も66.8%と県や管内市町と比較し低い状況です。



令和4年度 健康づくりに関する県民意識調査

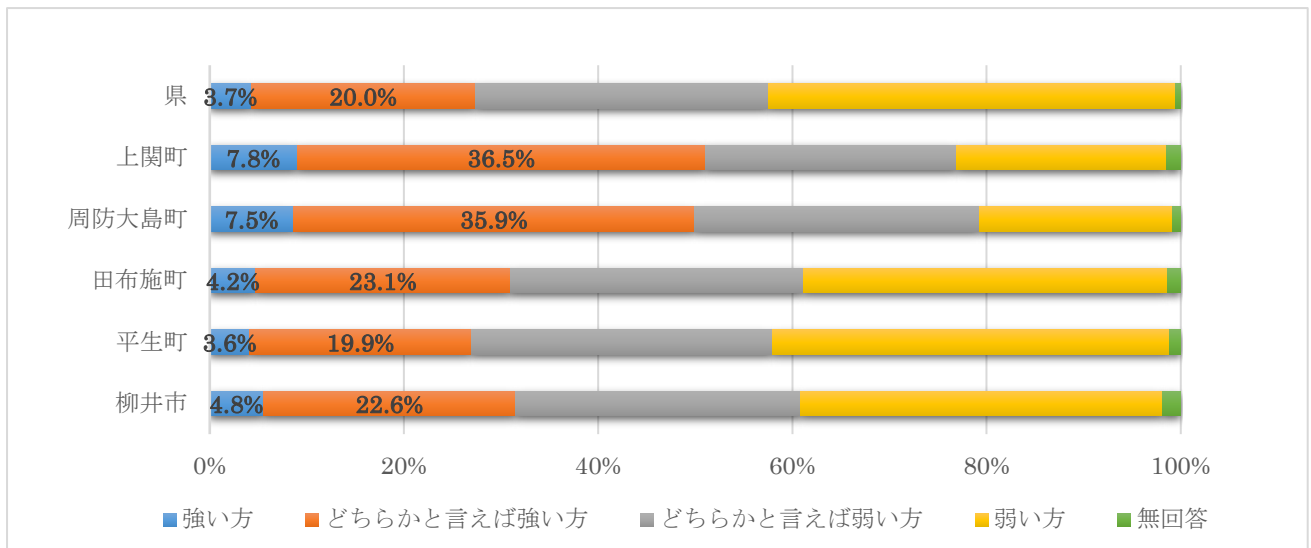


令和4年度 健康づくりに関する県民意識調査

③ 地域とのつながり

心の健康を保持するためには、自分自身のストレスとその解消だけでなく、心の不調をきたした時に、その気持ちを打ち明けられるような、人と人とのつながりも重要です。

県民意識調査の結果によると、当町は地域の人達とのつながりについて、「強い・どちらかといえば強い」と答えた人が、阿武町に次いで県内2位(44.3%)でした。管内では1位ですが、前回調査時と比較すると低くなってきています。

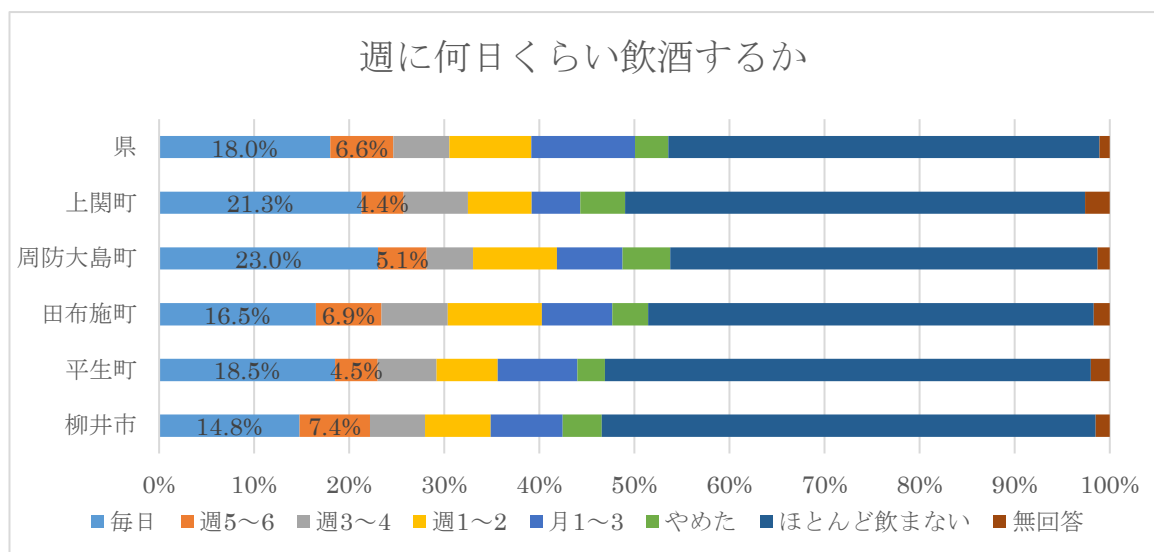


令和4年度 健康づくりに関する県民意識調査

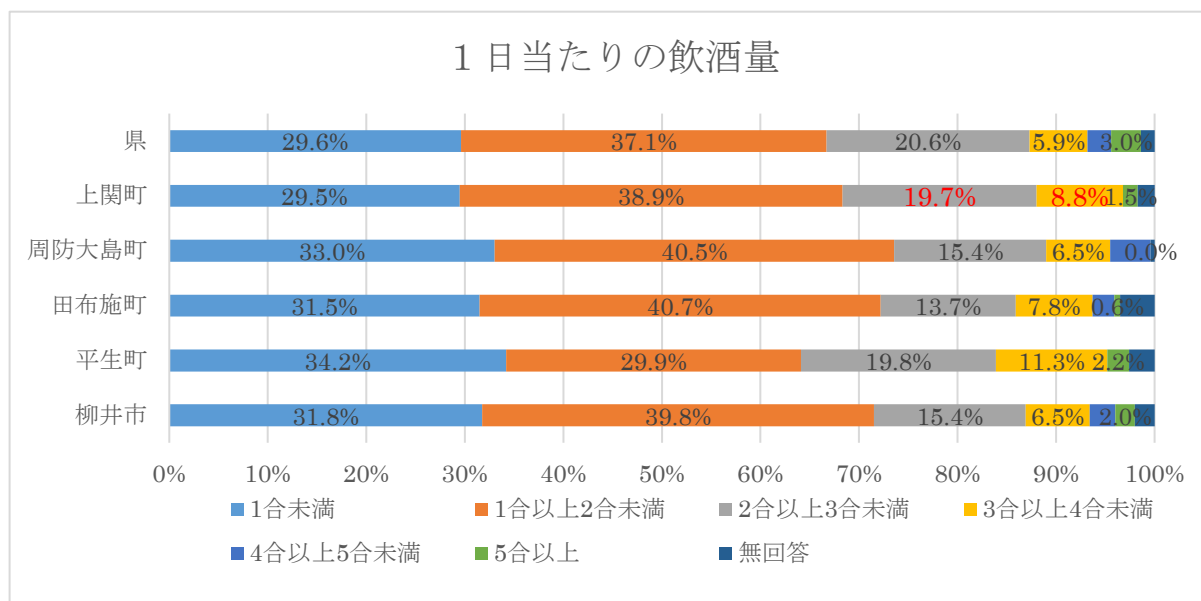
④ アルコール

節度ある適度な飲酒は、心身の緊張をやわらげ、ストレスの解消や休養等の効果があります。しかし、アルコールを摂取することによって起こる問題は、多量飲酒による身体疾患だけでなく、アルコール依存症などの精神疾患や飲酒運転による交通事故など、社会全体の問題となっています。

週に何日飲酒するかという問いには、「毎日飲む」と答えた者の割合は、21.3%います。また、「1日あたりどのくらいの量を飲むか」という問いには、1合以上2合未満と答えた者が最も多く、38.9%、2合以上飲酒する者は合わせて37.2%と、約7割は適量飲酒を超えています。



令和4年度 健康づくりに関する県民意識調査



令和4年度 健康づくりに関する県民意識調査

3 今後の課題

上関町の直近5年間の自殺者数は 3 名となっており、かけがえのない命が失われています。アンケート調査でも、地域のつながりの希薄化などが懸念される結果となっており、今後も地域ぐるみで支援することが必要です。

また、昨今、SNS 等インターネット上の誹謗中傷に関する問題の深刻化や新型コロナウイルス感染症の影響による暮らしの不安など新たな問題も生じています。ライフステージやライフサイクルにより、自殺に至る原因や背景はさまざまであり、それぞれの背景や状況に応じて対応していくことが重要で、第1期計画での取組をさらに充実させ取り組んでいくことが必要です。

自殺対策をより一層効果的に展開するためには、自殺の現状、背景・原因を分析し、施策の対象を明確にして、上関町の実情に応じた施策を推進する必要がありますが、令和4年に見直された自殺総合対策大綱に追加された、女性に対する支援強化、子ども・若者の自殺対策の強化にも関係機関が共有しながら取り組むことが必要です。

第3章 第1次計画の評価

1 数値目標の評価

人口規模が小さく、自殺死亡率の変動率が高いため、単年で比較するのではなく、平成 25 (2013)年～平成 29(2017)年と平成30(2018)年～令和 4(2022)年の5年間合計死亡者数で評価します。

自殺者数をなくす(0人)という目標は達成できませんでしたが、5年間の合計死亡者数で比較すると、減少しています。

	基準値	目標値	現状	動向
基準年	2013～2017	2018～2022	2018～2022	—
5年間の自殺死亡者数(人数)の合計	4人	0人	3人	改善

厚生労働省 地域における自殺の基礎資料及び地域自殺実態プロフィール【2023】

2 進捗状況と課題

国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」において全ての市町村が共通して取り組むべきとされている5つの「基本施策」に沿い、健康増進計画の心の健康づくりと連携し、併せて、第1期の重点施策である、①高齢者②無職・失業者③子供・若者について、町の実情を捉えながら、段階的・計画的に取り組んできました。第1期の計画中に発生した新型コロナウイルス感染症により、感染対策が最優先され、自殺対策を含む保健事業の停止や縮小をせざるを得ない状況となりましたが、通常の社会生活を取り戻す中で、これまで以上に自殺のリスク要因への対応は求められています。第1期計画の取り組み状況を実施・未実施で評価します。

(1)基本施策1 地域におけるネットワークの強化

地域におけるネットワークを強化することは、自殺対策を推進する上での基盤となります。そのため、自殺対策における関係部局・地域の関係機関・団体等とのネットワークに限らず、他の事業において展開されているネットワーク等との連携強化も図りました。

当町は健康づくり推進協議会を自殺対策推進会議と兼ねて開催し、心の健康づくりと連動した事業での対応に取り組みました。庁内での施策の共有が今後の課題です。

具体的取り組み	担当・協力課(係)	実施	未実施
子育て中の保護者からの育児等に関する相談に、様々な専門機関と連携しながら対応します。	子育て支援係	○	

自殺対策に関する機関・団体等と連携を図り、自殺対策を総合的に推進します。	健康増進係		○
地域包括ケアシステムの構築により、地域の問題を察知し支援につなげる体制を整備するとともに、地域住民同士の支えあいの醸成を図ります。	地域包括支援センター		○
地域ケア会議や民生委員児童協議会等、各分野の事業で展開する地域のネットワーク等と連携を図り、自殺対策を総合的に推進します。	地域包括支援センター	○	
各地区組織やボランティアによる地域での見守り・相談活動の活性化を図ります。	社会福祉係	○	
要保護児童対策地域協議会や子育て支援ネットワーク会議など、子供に関わる地域のネットワーク等と連携を図り、自殺対策を総合的に推進します。	子育て支援係 教育委員会	○	
様々な分野における支援方法の連携を強化するため、各分野の相談窓口や支援施策の情報共有を図ります。	保健福祉課 教育委員会 総務課 企画財政課 産業観光課 土木建築課 住民課 出納室	△	

(2)基本施策2 自殺を考え支える人材の育成

様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対して、早期の「気づき」が重要であり、そのための人材育成が必要です。保健・医療・福祉・教育・労働及びその他関連部署や地域の支援者、家族や友人、同僚等の誰もが早期に変化に気づき、適切に対応できるよう、今後も引き続き、未実施の地域・団体へのゲートキーパー養成講座を実施するとともに、啓発の進まない地区・職域と連携しながら取り組む必要があります。

具体的取り組み	担当・協力課	実施	未実施
町民(地区組織・団体を含む)を対象としたゲートキーパー養成講座を開催し、身近な地域で支え手となる町民の育成を進めます。	健康増進係	○	
町職員が自殺対策(生きることの包括的な支援)への理解が深めることができるよう、職域での研修会を開催します。	健康増進係	○	

(3)基本施策3 町民への啓発と周知

計画期間中には、当町近隣の心の相談窓口や医療機関などを掲載したリーフレットの作成・ホームページへの掲載、全世帯への配布や、つながりカードを作成し、公共機関や図書館・社会福祉協議会に配置し、周知を行いました。今後も更に配置場所を増やし、周知を勧めていきます。

具体的取り組み	担当・協力課	実施	未実施
各種手続きや相談のための窓口を訪れた町民に、必要に応じて、生きる支援に関する相談先を情報提供します。	保健福祉課 住民課 教育委員会 土木建築課	○	
保険料・公共料金滞納者等の相談において、情報提供を行うと共に、危機的状況にある相談者の早期発見につなげます。	住民課 土木建築課 保健福祉課	△	
様々な分野の支援者に、生きる支援に関する相談先を掲載したリーフレットを配布し、町内への周知を図ります。	保健福祉課	○	
自殺予防週間や自殺対策強化月間を中心に、こころの健康や自殺予防について正しい知識の普及啓発を図ります。	健康増進係	○	
健康づくり事業や各分野の様々な事業をととして、自殺対策に関する正しい知識の周知等、町民の理解を深めるための普及啓発を推進します。	保健福祉課 総務課 産業観光課 教育委員会	○	
労働者のメンタルヘルスを守るため、賃金・残業・雇用・ハラスメント等労働に関する相談窓口の周知を行います。	産業観光課	○	

(4)基本施策4 生きることの促進要因への支援

個人においても、社会においても、生きることへ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。高齢者の通いの場、子育て世代の集いの場、公民館活動など、その人にとっての居場所や相談支援等の環境が整うよう取り組みました。未実施の部分については今後も他課・他機関と連携し取り組んでいくことが必要です。

具体的取り組み	担当・協力課(係)	実施	未実施
随時、相談を受け付け、必要なサービスや支援を行うとともに、危機的状況にある相談者の早期発見につなげます。	健康増進係	○	
生活保護制度により、生活困窮の程度に応じて必要な保護を行い、健康で文化的な最低限度の生活を保障し、自立を支援します。	社会福祉係	○	

高齢者の総合相談より、高齢者の必要なサービスの紹介や支援を行い、生活上の困難の軽減を図ります。	地域包括支援センター 社会福祉係	○	
住民が主体的に介護予防に取り組む「通いの場」の活動を推進し、健康づくりとともに、周囲とつながることで高齢者の孤立を図ります。	地域包括支援センター	○	
認知症への理解を深めるための啓発を行い、認知症の人や家族介護者の生きることの支援につなげます。	地域包括支援センター 介護保険係	○	
家族介護者の相談（認知症を含む）に応じ、介護者の介護負担の軽減を図るとともに、危機的状況にある介護者の早期発見につなげます。	地域包括支援センター 介護保険係 社会福祉係		○
子育てに関する相談や情報提供等、子育て支援施策により、保護者の負担軽減を図ります。	子育て支援係	○	
要保護家庭の支援を行い、生活上の困難軽減を図るとともに、虐待予防や深刻化を防ぎます。	子育て支援係 社会福祉係	○	
子育て中の保護者からの育児に関する各種相談に、様々な専門機関と連携しながら応じ、危機的状況に陥る前に家族の問題を発見し、対応を図ります。	子育て支援係	○	
ひとり親家庭の各種申請時や相談において、ひとり親家庭の自立支援を図るとともに、危機的状況にある家庭の早期発見につなげます。	子育て支援係	○	
金銭的に生活困窮する離職者や中小企業の労働者に、労働福祉金制度について周知を図ります。	産業観光課	△	
消費者トラブルを抱えた町民が専門家に相談する機会となる、無料法律相談につなぎます。	産業観光課 保健福祉課	○	
障がい児支援に関する取り組みを行い、障がい児を抱えた保護者の負担軽減を図ります。	社会福祉係 子育て支援係	○	
障がい者の就労支援を通じて、仕事を含め生活上の困難に気づき、必要なサービスの紹介や支援により生活上の困難の軽減を図ります。	社会福祉係	○	
相談窓口や自殺対策の情報提供を行うことで、自死遺族への支援を行います。	健康増進係		○
公民館等を利用して活動を行うグループを支援し、町民の居場所づくりやつながりづくりにつなげます。	教育文化課	○	

(5)基本施策5 子どものSOSの出し方に関する教育

家庭環境の多様化、複雑化、また、小規模校ならではの環境で、自分自身だけでは対応・解決できない問題に直面する子供たちも少なくありません。そのため、平成27年度から中学校と連携した心の授業を、実施

しています。学校・スクールカウンセラーと現状を共有しながら実施しました。

今後も町の実情に応じた児童・生徒の教育を学校と共有しながら継続していくことが必要であり、さらに、改正自殺対策基本法に明記された、子供の自殺対策の強化を実施していきます。

具体的取り組み	担当・協力課(係)	実施	未実施
子どもの生活指導・健全育成において、様々な困難を抱え、自殺リスクの高い子どもがいることを考慮した児童生徒への支援方法について、教員や放課後子ども教室等のスタッフの理解を深めるための研修を行います。	保健福祉課 健康増進係・ 子育て支援係 教育委員会	○	
児童生徒の自殺リスクにつながりかねない重大な問題である望まない妊娠や性被害等を防止することを含め、教員が性に関する適切な指導ができるよう支援します。	教育委員会		○
いじめを受けた子どもの変化に気づき、いじめを生まない集団づくりを推進します。	教育委員会	○	
心の授業などをとおして、SOS の出し方に関する教育を推進します。	教育委員会 保健福祉課	○	
保護者や児童生徒が学校以外場で相談できる機会を提供します。	教育委員会	○	
スクールソーシャルワーカーによる関係機関と連携した包括的な支援を行います。	教育委員会 保健福祉課	○	
不登校は当時者だけでなく、その家庭も様々な問題や自殺リスクを抱えている可能性があることを考慮し、関係機関と連携を図り、不登校児童生徒の支援を行います。	教育委員会 保健福祉課	○	
子どもが学習支援活動や体験活動に参加し、地域の大人と触れ合うことで自己肯定感や自尊感情を高めることができるよう、放課後子ども教室を実施します。	教育委員会 保健福祉課	○	

第4章 計画の基本的な考え方

1 自殺対策の基本理念・基本目標

(1) 基本理念

自殺総合対策大綱に示されている基本理念「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現をめざす」に基づき、当町においても、町民のだれもが生きやすい上関町の実現をめざし、みんなで生きることを支えるための取組を包括的に推進していきます。

基本理念

いのちを支え合う 誰も自殺に追い込まれることのない上関をめざして

(2) 第2次計画の基本目標

国は、「自殺総合対策大綱」において、令和8年までに人口10万人あたりの自殺者数(以下、「自殺死亡率」といいます。)を平成27(2015)年の18.5と比べて30%以上減らし13.0以下とすることを目標と定めています。

このような方針を踏まえつつ、人口規模の小さい当町の目標値としては、引き続き、「自殺者0」をめざして、目標を設定します。

【長期目標】 自殺者0人にする

【短期目標】 令和5(2023)年度～令和9(2027)年度の自殺者数の合計人数が現状値を下回る。

2 自殺対策の基本認識

自殺対策は、「生きることの阻害要因(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)」を減らし、「生きることの促進要因(自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力など)」を増やすことを通じて、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ることのないよう、自殺リスクを低下させていく必要があります。

「自殺総合対策大綱」に挙げられている、自殺の現状と自殺総合対策における基本認識を踏まえ、本計画においては、以下の認識を念頭に置いて、自殺対策を推進していきます。

第2次上関町自殺対策計画における基本認識

- (1) 自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、誰にでも起こりうる危機という認識を醸成します。
- (2) 自殺者数はわずかに減少傾向にあるが、今後も継続し取り組む課題です。
- (3) 新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進を行います。
- (4) 地域レベルの実践的な取り組みをPDCAサイクルを通じて推進します。

第5章 基本的方向性と施策

1 施策の具体的取組

第2次計画においては、令和4年10月に閣議決定された、新たな国の自殺総合対策大綱を踏まえ、第1期で順調に実施できている事業は継続的に取り組み、未実施の事業については全庁的連携のもと、関係機関・団体と調整を図り、「生きることの阻害要因」を減らし、「促進要因」を増やす施策を推進していきます。

【取り組む 5 つの基本施策と 4 つの重点施策】

第2期計画においては、新たな国の自殺総合対策大綱に示された、当面の重点施策を踏まえ、第1期の進捗状況や町の実情に合わせた基本施策を設定し取り組むこととします。また、地域プロファイル2023の結果をもとに、優先的に取り組むべき対象者である①高齢者②生活困窮者③こども・若者④無職者・失業者についても、基本施策と合わせて重点的に取り組んでいきます。

【基本施策1】関係機関・地域との連携（ネットワーク）強化

自殺の多くは、家庭や職場、学校での問題、健康問題、経済問題など、様々な要因が関係しており、それらに適切に対応するためには地域の多様な関係者が密接に連携していく必要があります。最も身近な地域でのネットワークや他事業を通じて展開されているネットワーク、また、生活のいろいろな場面で住民に接する機会のある役場でのネットワークを強化することにより、抱えている課題の解決に向けた支援体制を整備します。

具体的取り組み	担当・協力課
健康づくり推進協議会、民生児童委員協議会、要保護児童対策地域協議会など、関係者が一堂に会する機会を利用し、心の健康づくり(第2次健康増進計画)と連動した自殺対策の取り組みの共有や、各地区組織、社会福祉協議会、保健教育連絡会、保健所、警察、消防などと連携したメンタルヘルス対策に取り組みます。	健康増進係 社会福祉係 子育て支援係 教育委員会
町内介護サービス事業所との連携で、個別事例に関する情報交換を行いながら自殺対策に関する取り組みについても共有し、支援者との連携を図ることで、当事者の支援につなげます。	地域包括支援センター
役場それぞれの窓口において、分野を超えた相談の場合、課を超えた適切な連携が円滑に行えるよう、職員間のつながりを強化します。	全庁

【基本施策2】自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上

様々な悩みや生活上困難を抱える人に足して早期の「気づき」が重要です。自殺のリスクの高い人の早期発見と早期対応のため、自殺の危険を示すサインに気づき、話を聴いて、見守りながら必要な相談・支援につなぐ役割を担う人材(心のサポーター)の養成を進めます。

具体的取り組み	担当・協力課
町民(地区組織・団体を含む)を対象とした心のポーター(ゲートキーパー)養成講座を開催し、身近な地域で支え手となる町民の育成を進めます。 ＊一般住民、地区組織団体、職員等対象者別に実施します。	健康増進係
地域の職域と連携し、働き盛り世代のメンタルヘルスへの気づきと理解を促すための研修会(メンタルヘルス研修会)を開催します。	健康増進係
家族や知人、ゲートキーパーを含めた、支援者の支援を行います。	健康増進係

【基本施策3】町民一人ひとりの気づきと見守りを促す(普及啓発)

すべての町民が、自殺は誰もが起こりうる危機であることを理解し、自殺対策は、自分に関わる問題であるという意識が持てるように啓発します。

また、町民一人ひとりが心の健康問題の重要性を認識するとともに、自らの心の不調に気づき、感情コントロールやストレス対応能力を高めることができるよう、普及啓発や相談機関の周知を行います。

具体的取り組み	担当・協力課
第2次自殺対策計画や施策について周知し、誰もが当事者になりうることや自殺対策の必要性について周知し、自殺対策への意識向上を図ります。	健康増進係
自殺予防週間、自殺対策月間にあわせて、町内各施設や公共機関等において、ポスター掲示やリーフレットの配布など、情報発信を行います。また、広報誌を活用し、自殺対策に対する啓発を行います。	健康増進係
心の相談窓口や専門医療機関を紹介するカードリーフレットを町内各施設に配架し、誰もが必要に応じて照会できるような体制を作ります。	健康増進係
自殺の原因ともなり得る、人権問題について理解を深めるための講演会を開催し、無理解・誤解や偏見等の解消を図ります。	社会福祉係 教育委員会
集いの場や、健康相談、地区組織合同研修会など保健事業を通じて、心の健康に関する知識を普及し、疾病予防や健康保持増進を図ります。	健康増進係 子育て支援係 地域包括支援センター
各種手続きや相談のための窓口に来庁した町民に、必要に応じて、生きる支援に関する相談先を情報提供します。	全庁
保険料滞納や公共料金等の滞納の相談において、情報提供を行うとともに、経済的困窮や危機的状況にある相談者を担当窓口につなげます。	住民課 土木建築課

【基本施策 4】心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
(生きることの促進要因への支援)

世界保健機関が「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題」とであると明言しているように、自殺は社会の努力で避けることができる死であるというのが世界の共通認識となっています。

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。「生きることの促進要因への支援」として、心の健康づくりと心の健康を支援する環境を整備していきます。

◇ 相談支援体制の充実

具体的取り組み	担当・協力課
随時、心とからだの健康相談を受け付け、個別面談や訪問を行い、不安や悩み、困りごとなどの相談に対応し、必要な支援につなげます。	健康増進係
必要時、臨床心理士による心の相談会を実施し、カウンセリング等気軽にできるよう相談支援体制を整えます。	健康増進係
社会福祉士や保健師が、介護や物忘れ、認知症など高齢者に関する困りごとに対応し、地域包括支援センターの総合相談対応を充実させます	地域包括支援センター
妊娠期から 18 歳までの子育て期において、地域での孤立を防ぎ、育児不安や育児負担の軽減を図り、子育てができるよう必要な支援を行います。	子育て支援係
児童・生徒の養育など、家庭内の様々な相談やひとり親家庭の総合支援に関する相談に対応します。	子育て支援係
保健師が妊娠期・新生児期・乳幼児期に全戸訪問し、家庭状況や育児などの相談に応じます。また、母子保健推進協議会主催のセミナーにつなぎ、安心して子育てができるように支援します。	子育て支援係
新生児・乳幼児訪問を行い、産後うつ予防・早期発見・早期支援を図ります。また、心身ともに不安定になりやすい妊産婦に対し、助産師の訪問による心身のケアや育児サポート等の産前・産後サポートを実施します。	子育て支援係
障がい者が在宅で継続して生活できるよう、当事者の生活範囲を広げるとともに、困った時に相談に応じます	健康増進係 社会福祉係
さまざまな困難・課題を抱える女性への相談・支援を行い、必要時には関係機関につなぎます。	健康増進係 子育て支援係 総務課
それぞれの年代や、生活状況によって生じてくる様々な困りごと(健康・子育て・介護・生活困窮・DV・人権・住まい・消費者生活・ハラスメント・税金や公共料金の滞納等)に応じて、担当課で相談対応を行うとともに、各課が緊密な連携を図りながら、問題解決に向けた支援を行います。	全庁

◇ 居場所づくり

具体的取り組み	担当・協力課
公民館・図書館等を利用して活動を行うグループを支援し、町民の居場所づくりやつながりづくりにつなげます。	教育委員会 上関町図書館
精神障害者が、他者との交流を図りながら、社会参加を行い、地域のボランティアとの関わりの中で、楽しみながら生活面でのスキルアップが図れるよう月に1回ホット憩いの場を開催します	社会福祉協議会
認知症への理解を深めるための啓発普及を行い、当事者や介護家族が住み慣れた地域の中で過ごせるよう、オレンジカフェを開催します。また、その中で、介護負担の軽減を図り、危機的状況にある介護者の早期支援につなげます。	地域包括支援センター
高齢者が主体的に介護予防に取り組む「通いの場」の活動を推進し健康づくりとともに周囲とつながることで孤立を防ぎます。	健康増進係 地域包括支援センター
放課後児童クラブや、地域の各種スポーツクラブやボランティア活動等、子供たちが参加し、居場所となっている活動と連携し、子供の変化に早期に対応します。	子育て支援係 教育委員会
県の実施する自助グループや自殺対策の情報提供を行い、自死遺族への支援を行います	健康増進係

【基本施策5 子ども・若者の自殺対策を更に推進する(子どもの SOS の出し方に関する教育)】

町の児童・生徒数は年々減少していますが、家庭環境の複雑化・多様化も見られ、生活環境・家庭環境により、子ども自身では対応・解決できないような問題に直面することが見受けられます。第1期計画と同様、困難やストレスに直面した児童生徒が、信頼できる誰かに助けを求めることを目標とした「SOS の出し方に関する教育」に引き続き取り組んでいきます。

具体的取り組み	担当・協力課(係)
子どもの生活指導・健全育成において、様々な困難を抱え、自殺リスクの高い子どもがいることを考慮した児童生徒への支援方法について、教員や放課後子ども教室等のスタッフの理解を深めるための研修を行います。	健康増進係 子育て支援係 教育委員会
児童生徒の自殺リスクにつながりかねない重大な問題である望まない妊娠や性被害等を防止することを含め、教員が性に関する適切な指導ができるよう支援します。	教育委員会
いじめを受けた子どもの変化に気づき、いじめを生まない集団づくりを推進します。	教育委員会
心の授業などをとおして、SOS の出し方に関する教育を継続します。	健康増進係 教育委員会

保護者や児童生徒が学校以外の場で相談できる機会を提供します(巡回支援相談事業等)	子育て支援係 教育委員会 社会福祉係
スクールカウンセラーやソーシャルワーカーによる関係機関と連携した包括的な支援を行います。	子育て支援係 教育委員会
不登校は当事者だけでなく、その家庭も様々な問題や自殺リスクを抱えている可能性があることを考慮し、関係機関と連携を図り、不登校児童生徒の支援を行います。	教育委員会 子育て支援係
要保護児童対策地域協議会等で、学校・地域が連携して子供を支援できる仕組みや緊急対応時の体制を整えます。	子育て支援係 教育委員会
放課後こども教室や児童クラブで、子どもが学習支援活動や体験活動に参加し、地域の大人と触れ合うことで自己肯定感や自尊感情を高めることができるよう引き続き取り組みます。	教育委員会 子育て支援係

第6章 推進体制と進行管理

自殺対策は社会全般に深く関係しています。「誰もが自殺に追い込まれることのない地域をめざす」ためには、町民、家庭、学校、職場、地域の関係機関・団体、行政それぞれの主体が当事者意識を持ち、果たすべき役割を明確化・共有化した上で、相互に連携・協力して自殺対策を総合的に推進していく必要があります。

人と人がつながる上関町をめざし、悩みを持つ人が適切な相談機関につながるよう、それぞれの町民が役割を担い、悩みを持つ人が孤立しないような上関町をめざします。

- ① 自殺予防や対策について、庁内の関係課と共通認識を持ち、連携を図り、計画を推進します。
- ② 町内の関係団体や県（保健所）、警察や消防、社会福祉協議会、学校等とも連携しこの計画を推進します

この計画は「上関町健康増進計画」に併せて見直しを行います。上関町健康づくり推進協議会において具体的な取り組み状況を報告し、協議会委員の意見等を踏まえながら取組の点検・評価を行います。また、庁内間でも共有・連携を図り、今後も、点検・評価の結果必要があると認められる場合には、計画を見直します。

参考資料

自殺対策基本法(改正自殺対策基本法)
自殺総合対策大綱
山口県自殺総合対策計画(第4次)
上関町地域自殺実態プロフィール【2023 更新版】
令和4年度健康づくりに関する県民意識調査
上関町健康づくり推進協議会設置要綱
健康づくり推進協議会委員名簿