



第7章 自殺対策計画

1 自殺対策計画の基本的な考え方

わが国の自殺者数は、平成10年以降、年間3万人を超え、その後も高い水準で推移しています。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さまざまな社会的要因があげられます。

このような中、平成18年に自殺対策基本法が施行され、それまで「個人の問題」として認識されがちであった自殺が広く「社会の問題」として認識されるようになり、社会全体で自殺対策が推進されるようになりました。

平成29年には、自殺対策基本法の改正趣旨や自殺の実態を踏まえて「自殺総合対策大綱」（平成29年7月閣議決定）が策定されました。この中で、自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させ、対人支援、地域連携、社会制度のそれぞれのレベルにおいて強力かつ総合的に推進することとしました。また、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を、地域において早期に発見し、確実に支援するため、地域共生社会の実現に向けた取組等と連携を図ることとしています。

国は、令和4年に「自殺総合対策大綱」を見直し、近年増加している女性や子どもの自殺防止に向けた施策を重点課題として新たに盛り込みました。

本市においては、平成31年3月に「第2次健康ちくしの21」の「こころの健康づくり」分野の経過、更には、最近の自殺を巡る状況等を踏まえて、「筑紫野市自殺対策計画」を策定しました。

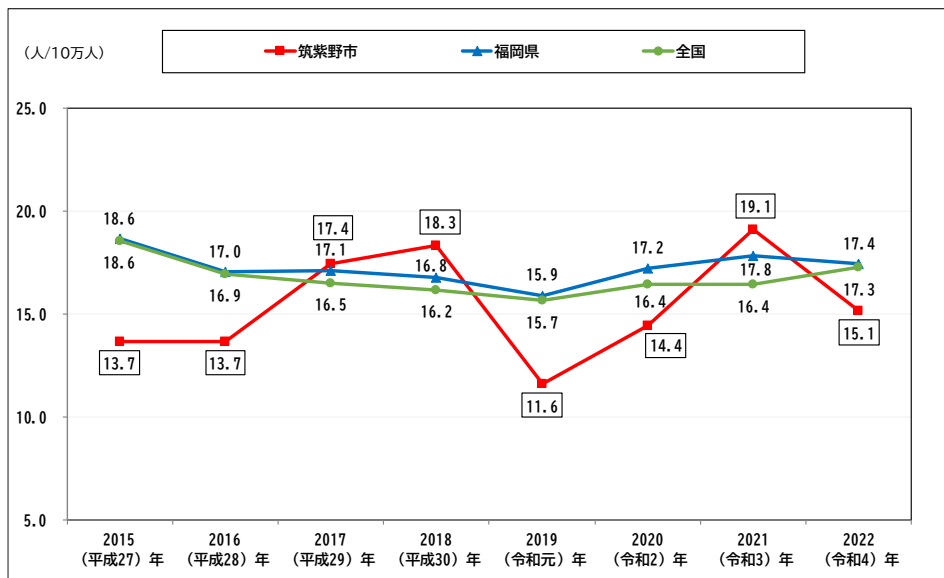
本計画の策定にあたっては、「第3次健康ちくしの21」と一体的に策定することとし、本市の自殺対策における課題を十分に踏まえ、市民の誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指し、みんなで生きることを支えるための取組を包括的に推進することとします。



2 自殺の状況

(1) 自殺死亡率（人口10万対） 国・県・市の比較

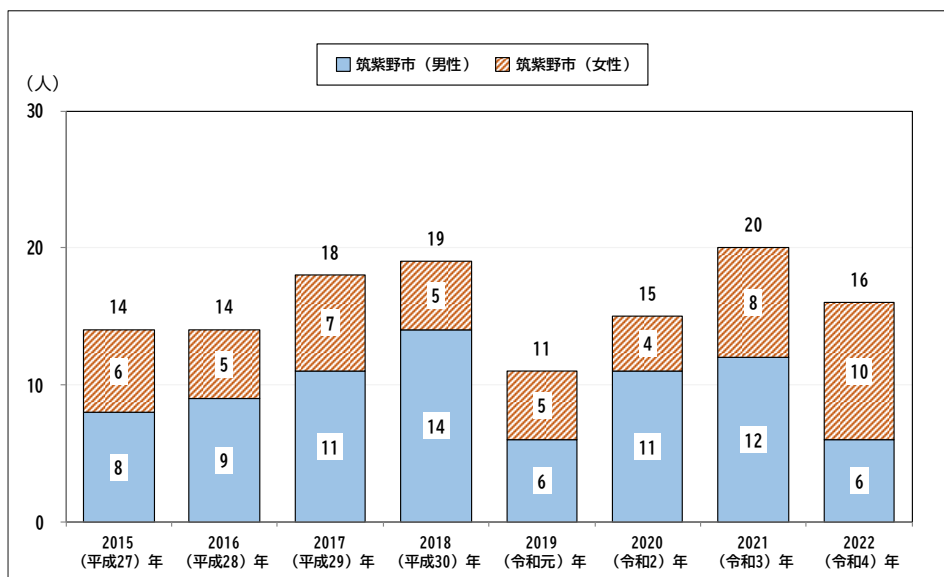
自殺率は平成29年、平成30年、令和3年を除いて、国・県より低くなっており、令和4年の自殺率は15.1となっています。



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(2) 筑紫野市の自殺者の推移（男女別）

自殺者数は15人前後で推移しており、令和4年では16人となっていますが、男性6人、女性10人と初めて女性の自殺者数が男性の自殺者数を上回りました。



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）



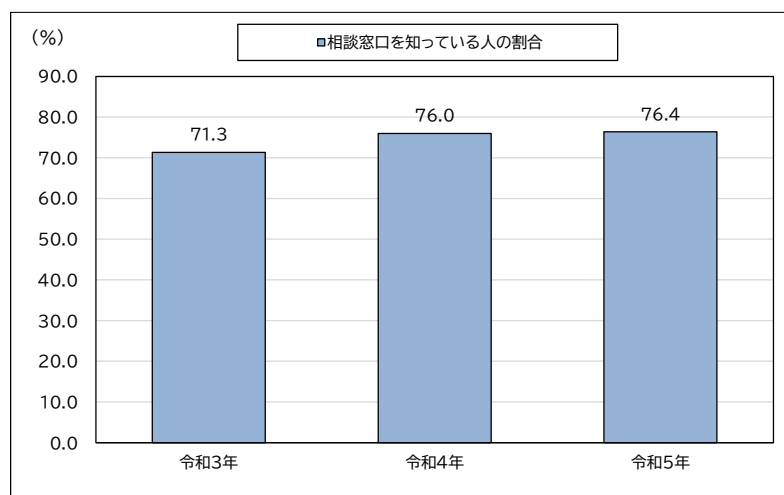
(3) 死因順位別に見た年齢階級別死因死亡数・構成割合

全国の令和2年の年齢階級別死因順位をみると、5歳階級でみた10歳から39歳までの死因の第1位が「自殺」となった。年齢階級ごとの全死亡者に対する割合をみると、特に「15～19歳」、「20～24歳」及び「25～29歳」の年齢階級では死因の半数以上が「自殺」によるものとなっています。

年齢階級	第1位			第2位			第3位		
	死因	死亡数	割合(%)	死因	死亡数	割合(%)	死因	死亡数	割合(%)
10～14歳	自殺	122	28.6	悪性新生物	82	19.2	不慮の事故	53	12.4
15～19歳	自殺	641	50.8	不慮の事故	230	18.2	悪性新生物	110	8.7
20～24歳	自殺	1,243	57.0	不慮の事故	286	13.1	悪性新生物	152	7.0
25～29歳	自殺	1,172	52.1	悪性新生物	235	10.5	不慮の事故	217	9.7
30～34歳	自殺	1,192	41.1	悪性新生物	495	17.1	不慮の事故	250	8.6
35～39歳	自殺	1,323	30.1	悪性新生物	1,012	23.0	心疾患	368	8.4
40～44歳	悪性新生物	2,140	27.9	自殺	1,578	20.6	心疾患	859	11.2
45～49歳	悪性新生物	4,552	32.3	自殺	1,844	13.1	心疾患	1,729	12.3
50～54歳	悪性新生物	7,263	36.7	心疾患	2,578	13.0	自殺	1,746	8.8
55～59歳	悪性新生物	11,457	41.6	心疾患	3,594	13.1	脳血管疾患	2,007	7.3
60～64歳	悪性新生物	18,254	45.1	心疾患	4,985	12.3	脳血管疾患	2,783	6.9

(4) 相談窓口を知っている人の状況

相談窓口（福岡いのちの電話・福岡自殺予防ホットライン等）を知っている人の割合については、増加傾向であり令和5年では76.4%となっています。

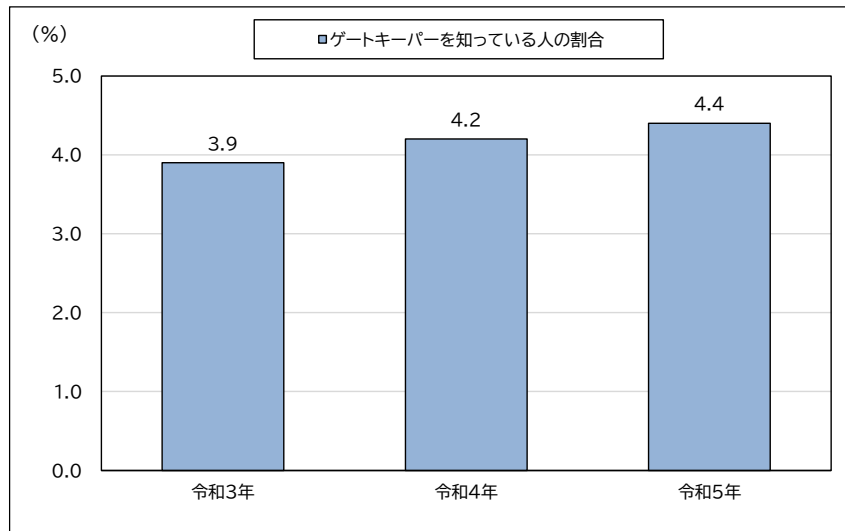


出典：ちくしのまちづくりアンケート



(5) ゲートキーパーを知っている人の状況

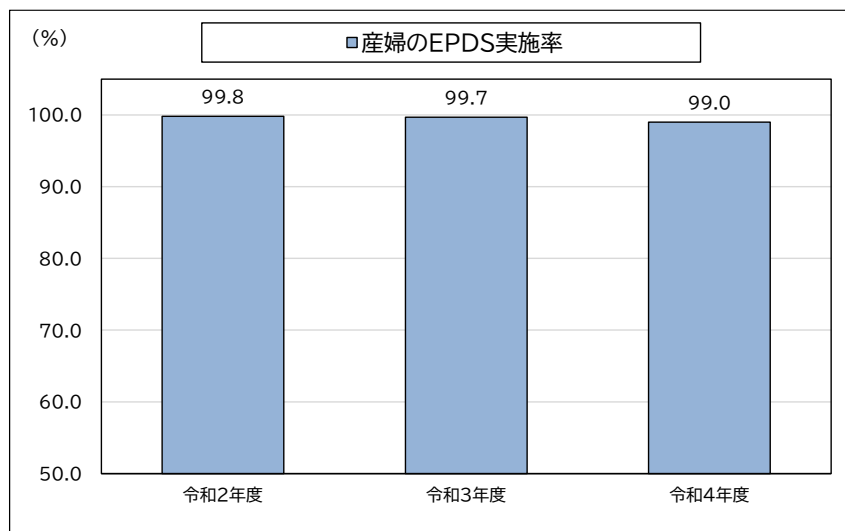
ゲートキーパーを知っている人の割合については、微増しており令和5年では4.4%となっています。



出典：ちくしのまちづくりアンケート

(6) 産婦の EPDS 実施の状況【再掲】

産婦の EPDS 実施率については、ほぼ 100%となっており、令和4年度では99.0%となっています。



出典：乳児家庭全戸訪問事業



3 自殺対策計画の方針と対策

(1) 計画の基本方針

一人ひとりがかげがえのない個人として尊重され、早期に「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指します。

「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させるために、関係機関と連携しながら自殺対策を推進していきます。

【評価指標】

	評価指標	現状値	目標値 (R15)
(1) 自殺の問題に関する理解の促進	福岡いのちの電話等の相談窓口を知っている人の割合の増加 (%)	76.4 (R5)	100
	ゲートキーパーを知っている人の割合の増加 (%)	4.4 (R5)	10.0
	広報やホームページでの啓発	年1回 (R4)	年1回
(2) 自殺予防のための環境の充実	ゲートキーパー研修の参加者数の増加 (人)	136 (R5)	100
	市主催子育てサロンの開催場所数の増加	7 (R4)	10
	地域包括支援センターの相談件数の増加 (件)	13,111 (R4)	増加
(3) 自殺の要因軽減のための支援体制等の整備	筑紫野市健康づくり推進協議会開催数 (関係団体)	年2回 (R4)	年2回
	健康ちくしの21推進委員会開催数 (庁内)	年2回 (R4)	年2回
	筑紫野市自殺対策推進会議開催数 (庁内)	年1回 (R4)	年1回
	産婦のEPDS実施率の向上 (%)	99.0 (R4)	100
	児童・生徒のSOSの出し方に関する教育の実施率の維持 (%)	100 (R4)	100
	高齢者の虐待対応の実施率の維持 (%)	100 (R4)	100
(4) 自殺死亡率の減少	自殺死亡率 (人口10万対) の減少	15.1 (R4)	9.6



第7章 自殺対策計画

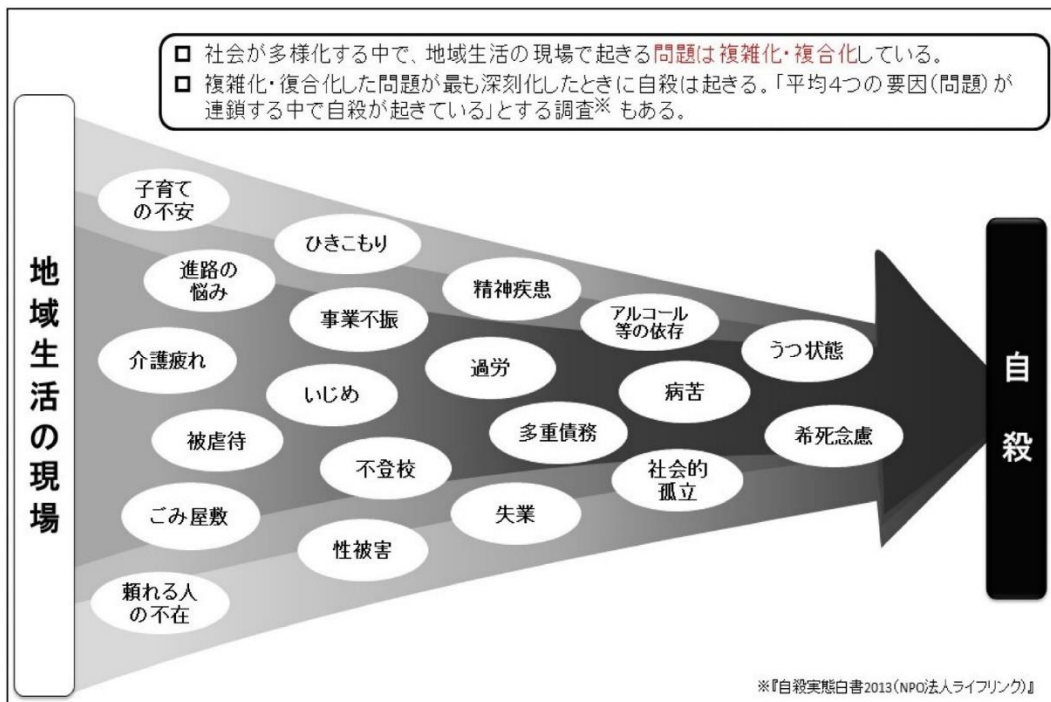
また、「第3次健康ちくしの21」における「対策5 いのちを支える環境づくりの推進」を自殺対策計画の具体的な対策とします。

自殺対策計画

対策5 いのちを支える 環境づくりの推進

- (1) 自殺の問題に関する理解の促進
- (2) 自殺予防のための環境の充実
- (3) 自殺の要因軽減のための支援体制の充実
- (4) 自殺死亡率の減少

【自殺の危険要因イメージ】



自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料「市町村自殺対策計画策定の手引」より引用）

【3月は自殺対策強化月間です】

市役所やカミーリヤ、各コミュニティセンター等の窓口ミニのぼりを設置しています。
いのちの大切さについて、今一度考えてみませんか。



筑紫野市自殺対策啓発ミニのぼり



(2) 自殺対策の方向性

自殺対策に関する本市の課題と国及び県の方向性を踏まえて、以下の6つを本市における自殺対策の方向性として定めます。

- 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養成
- ③ 住民への啓発と周知
- ④ 生きることの促進要因への支援
- ⑤ 児童生徒の自殺防止対策及び取組
- ⑥ 女性に向けた対策の推進

①地域におけるネットワークの強化

「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、市、関係団体、民間団体、企業、市民等が連携・協働して、一体となって自殺対策を推進していくことが必要です。

そのため、自殺対策の推進に当たっての基盤となるのが、地域におけるネットワークです。

今後は、自殺対策に特化したネットワークの強化だけでなく、他の目的で地域に展開されているネットワークと自殺対策の連携強化等に取り組みます。

②自殺対策を支える人材の養成

「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、様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対しての早期の「気づき」が重要です。そのためには、誰もが早期の「気づき」に対応できるよう、必要な研修の機会を設けることが求められています。

今後は、行政職員等の保健、医療、福祉、教育、労働等の各分野に携わる専門家や関係者だけでなく、市民に対する研修等を実施し、地域のネットワークの担い手・支え手となる人材の幅広い育成に努めます。



第7章 自殺対策計画

③住民への啓発と周知

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。しかし、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい、自殺に対する誤った認識や偏見が存在するという現実があります。

危機に陥った人の心情や背景を理解するとともに、自殺に対する誤った認識や偏見をなくすことが重要となります。自分の周りにはいるかもしれない自殺を考えている人の存在に気づき、寄り添い、必要に応じて専門家につなぎ、見守っていくという意識が共有されるよう、様々な機会を通じて、広く市民に向けた啓発に努めます。

④生きることの促進要因への支援

自殺対策の推進にあたっては、「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行うことにより、自殺リスクを低下させることが重要です。

「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」の増加につなげるため、居場所づくり、自殺未遂者等への支援、遺された人（自死遺族）に対する支援の推進に努めます。

⑤児童生徒の自殺防止対策及び取組

経済・生活問題、健康問題、家庭問題等の自殺の背景・原因となり得る様々な問題は、誰もが直面する可能性のある問題です。自殺の発生を防ぐためには、それらの問題への対処方法や支援先に関する情報を、より早期に身につけておくことが重要です。

児童生徒が社会において直面する可能性のある様々な困難・ストレスの対処方法を身につけるための教育（SOS の出し方に関する教育）や命の大切さを実感できる教育、心の健康の保持に係る教育等の自殺対策に資する教育の実施に向けた環境づくりに努めます。

⑥女性に向けた対策の推進

近年、コロナ禍の影響で自殺の要因となる様々な問題が悪化したことなどにより、女性の自殺者は増加傾向にあります。「自殺総合対策大綱」においても、女性の自殺対策を「当面の重点施策」として取組を強化することとされています。

本市においても困難を抱えている女性を救う取組の充実を目的として、相談支援体制の強化や更なる周知・啓発に努めます。

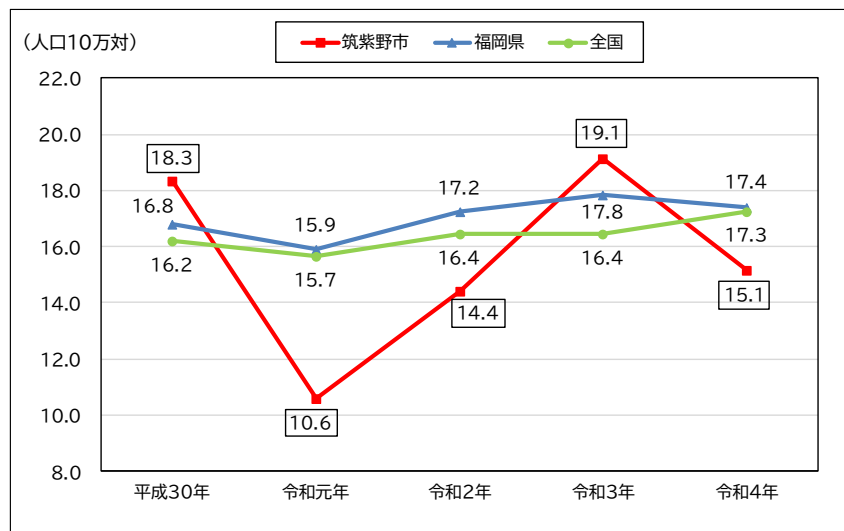


対策5 いのちを支える環境づくりの推進

(1) 自殺の問題に関する理解の促進

全ての市民が、こころの健康・休養の重要性を認識し、自らのこころの不調に早期に気づき対処することができるよう、また、自殺に対する誤解や偏見をなくし、社会問題として自殺予防対策を推進するため、正しい知識を深め、意識を醸成するための教育・啓発を推進していく必要があります。

○自殺死亡率（人口10万対）



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

重点目標

- ・ 関係機関との連携を強化し、相談窓口を積極的に周知していきます。
- ・ 広報やホームページなどを活用し、自殺や精神疾患についての知識の普及を行います。

目標

評価指標	現状値	目標値
福岡いのちの電話等の相談窓口を知っている人の割合の増加 (%)	76.4	100
ゲートキーパーを知っている人の割合の増加 (%)	4.4	10.0
広報やホームページでの啓発	年1回	年1回



現状と課題

- ・自殺死亡率については、各年で割合に増減があります。令和3年では国及び県の水準より高い割合となっていました。令和4年では15.1と大きく減少しています。
- ・国・県ともに自殺者数は増加傾向にあり、新型コロナウイルス感染症のまん延による外出の自粛や経済の悪化などが影響していると考えられます。今後も引き続き、相談窓口の周知やゲートキーパーの啓発を行う必要があると考えられます。



市民・地域の取り組み

内 容
・セミナーや講演会などに積極的に参加しメンタルヘルスに関する知識を深めます。
・心の健康づくりやうつ病などの精神疾患に関する知識の普及・啓発と情報提供を行います。
・「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に基づき、メンタルヘルスに関するセミナーや講演会、指導等を積極的に行います。
・メンタルヘルスに関する普及・啓発に取り組みます。



市の取り組み

事 業	内 容
自殺予防週間及び自殺対策強化月間における啓発	・自殺予防週間と自殺対策強化月間の周知を図るため、ポスター、幟・横断幕などを活用し集中的な啓発に取り組みます。
相談窓口一覧等の配布	・各種専門機関の情報を掲載したリーフレット等を作成し、周知に努めます。 ・こどものSOSダイヤル等を記載したカードを配布し、相談先の情報を周知します。
自殺や精神疾患に対する知識の普及	・講演会の開催やホームページ等を通じて、ストレス対処法やうつ病等の精神疾患、自殺問題について正しい理解を広げます。 ・道徳の時間や体験活動を通じて、命の大切さや心の健康づくりについて理解が深まるよういのちの教育・心の健康教育を行います。
産後のメンタルヘルス	・妊娠届時や家族学級、乳児家庭訪問を通じて、産後のメンタルヘルスに関する知識の普及や相談窓口の周知に努めます。
自殺対策関係団体との連携	・自殺に関する情報提供、自殺関連対策の周知に努め、以下の関係機関・団体等と連携・協働して自殺対策を推進します。 <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 0 10px;"> <p>社会福祉協議会 民生委員・児童委員協議会 シニアクラブ連合会 ちくしの福祉村運営協議会</p> </div> <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 0 10px;"> <p>コミュニティ運営協議会 福祉委員 健康づくりサポーター 介護を考える家族の会 等</p> </div> </div>



(2) 自殺予防のための環境の充実

一人ひとりを尊重し、多様性を認め合い、安心して暮らせるまちづくり、つながりを育むことのできる居場所づくりを支援し、身近な人のこころの悩みや危険信号に気づき、見守ることのできる人材育成を推進します。

重点目標

- ・子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化のために関係機関との連携を強化します。
- ・ゲートキーパーを普及させ、自殺予防を地域全体で行っていく体制づくりを行います。
- ・地域における居場所づくりの支援を強化します。

目標

評価指標	現状値	目標値
ゲートキーパー研修の参加者数の増加（人）	136	100
市主催子育てサロンの開催場所数の増加	7	10
地域包括支援センターの相談件数の増加（件）	13,111	増加

現状と課題

- ・ゲートキーパーの役割を担う人材を養成するため、定期的に研修を行う必要があります。
- ・地域における居場所及び居場所の運営を支援する人を増やす必要があります。



第7章 自殺対策計画



市民・地域の取り組み

内 容
・不安なことや悩みは一人で抱えず、誰かに相談します。また、悩んでいる人がいたら優しく声をかけ、話に耳を傾けます。
・自殺防止や自死遺族への支援を推進します。 ・心の健康づくりについての相談窓口の充実や体制整備に取り組みます。
・休養や心の健康づくりに関心を持ち、家族や友人、地域の中で悩んでいる人の話に耳を傾け、必要に応じて適切な相談窓口につなげます。
・地域での子育てや高齢者サロン活動の支援を行います。
・子どもやその保護者の悩みについて、専門職の配置や相談機関との連携を図ります。



市の取り組み

事 業	内 容
ゲートキーパー養成のための研修	・自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる「ゲートキーパー」の役割を担う人材等を養成します。
自殺対策に対する意識や対応能力向上のための研修	・職員一人ひとりが自殺対策に関する共通の認識をもち、窓口等での対応能力の向上に努めます。 ・教職員の資質の向上を図り、児童・生徒の不安や悩みに気づき、適切に対応できるようにします。
コミュニティ・スクールの推進	・市内の全小・中学校において、地域ボランティアによるコミュニティ・スクールを実施しています。学校・家庭・地域の連携により、子どもの育成支援および見守り活動等につなげます。
地域包括支援センターの設置・運営	・地域包括支援センターに専門職を配置し、高齢者の健康・介護・福祉などの総合相談に応じています。また、家庭訪問等を通して、虚弱高齢者等の情報把握に努め支援します。
子育て支援センターの設置・運営	・乳幼児とその家族が相互に交流できる場として、子育て支援センターを設置し、子育てに関する相談や情報提供に応じています。また、親子教室等を開催し、子育ての不安軽減および孤立化を防ぎます。
ファミリー・サポート・センターの設置・運営	・地域での子育ての支援体制づくりとして、子育ての支援を受けたい方と支援を行いたい方に講習を実施、会員登録後の利用にあたり、相互援助活動に関する連絡、調整を行います。
居場所づくり	・地域サロンや子育てサロン等の開催を支援し、地域で交流できる場を提供し、地域のつながりを深めるとともに、閉じこもりや孤立化等を防ぎます。



(3) 自殺の要因軽減のための支援体制の充実

市民誰もが安心して相談できるよう、身近な相談窓口の充実を図り複雑かつ複数の問題を抱える市民に対しても、関係機関で円滑に連携し、迅速に支援を行うことができるよう、相談支援体制の充実を図ります。

重点目標

- ・ 関係機関との連携強化を行い、必要な支援へとつなげます。
- ・ 精神疾患や性の多様性などについて無理解や偏見がその背景にある社会的要因の一つであると捉えて、理解促進の取組を推進します。

目標

評価指標	現状値	目標値
筑紫野市健康づくり推進協議会開催数（関係団体）（回/年）	2	2
健康ちくしの21推進委員会開催数（市内）（回/年）	2	2
筑紫野市自殺対策推進会議開催数（市内）（回/年）	1	1
産婦のEPDS実施率の向上（%）	99.0	100
児童・生徒のSOSの出し方に関する教育の実施率の維持（%）	100	100
高齢者の虐待対応の実施率の維持（%）	100	100

現状と課題

- ・ 自殺の要因は、1つではなく重なり追い詰められた結果として自殺を図ると言われており、その要因を取り除き生きることの支援を行うことが重要となります。そのためには、関係機関の連携が必要不可欠であり、今後も更なる関係機関の連携を図っていく必要があります。

市民・地域の取り組み

内容
・ 無理解や偏見等で人を判断することなく、正しい知識を得るように心がけます。
・ 地域住民との関係を深めることで、高齢者に関する情報の把握につなげ、虐待をはじめとした問題の早期把握につなげ、関係機関と情報共有し問題解決に努めます。



第7章 自殺対策計画

市の取り組み

事業	内容
悩みの軽減を図り必要な支援につなぐための相談	<ul style="list-style-type: none"> ・ヤングテレフォンちくしの、ちくし女性ホットラインなどの電話相談を行います。 ・家庭児童相談、暮らしの困りごと相談、消費生活相談、男女共同推進センター相談室の総合相談などで相談に応じ、助言を行いながら不安の軽減に努めます。また、必要に応じて、関係機関と連携して相談対応を行います。
生徒指導総合推進事業	<ul style="list-style-type: none"> ・スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー及び登校支援員を小・中学校へ派遣します。
養育支援訪問事業	<ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦や子育て世代において、継続的に見守りや支援が必要な家庭を対象に家庭訪問を実施します。メンタルヘルケアを必要とする妊産婦については、必要に応じて医療機関等と連携を図りながら、出産や育児に関する相談・支援を行います。
SOS の出し方に関する教育	<ul style="list-style-type: none"> ・児童・生徒へのちや暮らしの危機に直面した際、助けを求めてよいことや具体的な方法についての教育を推進します。
訪問指導・相談	<ul style="list-style-type: none"> ・支援を必要とする人への相談対応を実施します。

(4) 自殺死亡率の減少

不安や悩みの軽減・解消に向けて県、医療機関等と連携を図り、自殺の予防に向けた取組を行います。

重点目標

- ・子ども・若者の自殺対策強化として、長期休み前後の時期に自殺予防の取り組みを強化します。
- ・心身の健康状態や生活環境などの把握を行い、産後の初期段階における支援を強化します。

目標

評価指標	現状値	目標値
自殺死亡率（人口10万対）の減少	15.1	9.6



現状と課題

- ・自殺死亡率は、各年で割合の増減があります。令和3年は国及び県の水準より高い割合となっていました。令和4年は15.1と大きく減少しています。
- ・新型コロナウイルス感染症のまん延以降令和2年、3年は前年に比較し5%近い増加となりました。自殺死亡率は、社会変化や環境の変化を受けやすいため相談窓口やゲートキーパーの啓発を行うことで自殺の予防につなげていく必要があります。

市民・地域の取り組み

内 容
・不安なことや悩みは一人で抱えず、誰かに相談します。また、悩んでいる人がいたら優しく声をかけ、話に耳を傾けます。
・産婦人科と市が連携を強化し、ハイリスク妊産婦の情報共有を行います。

市の取り組み

事 業	内 容
乳児家庭全戸訪問事業	保健師・助産師・看護師が乳児のいるすべての家庭に対し、乳児家庭全戸訪問事業として家庭訪問を実施します。
養育支援訪問事業	継続的に支援が必要なケースに家庭訪問を実施します。
相談先の周知	こどものSOSダイヤル等を記載したカードの配布や、児童生徒一人一台タブレット端末を活用し、相談先の情報を周知します。
知識の普及・啓発	こころの健康づくりやうつ病などの精神疾患についての知識の普及・啓発と情報提供を行います。

【 ゲートキーパーについて 】

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人をいいます。特別な研修や資格は必要ありません。だれでもゲートキーパーになることができます。

4つの役割

変化に気づいて声をかける… **気づき** **傾聴** …本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

専門機関に相談するよう促す… **つなげる** **見守る** …寄り添いながら見守る

どれか1つでも、悩んでいる人にとって大きな支えになるでしょう。

相談機関一覧（市ホームページ内）⇒

