

第 3 章

自殺対策の推進

1. 計画の基本的な考え方

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、背景には、精神保健上の問題だけではなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤独などの様々な社会的要因があります。

自殺対策の本質は生きることの支援であり、社会全体で取り組むべき課題です。

めざす姿

～誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指します。～

基本方針

本市では、国の大綱の考え方に沿って、次の内容を基本方針とします。

1. 生きることの包括的な支援として推進します。
 - ・社会全体の自殺リスクを低下させます。
 - ・生きることの阻害要因を減らし、促進要因を増やします。
2. 関連施設との有機的な連携を強化して総合的に取り組みます。
 - ・様々な分野の生きる支援との連携を強化します。
 - ・地域共生社会の実現に向けた取り組みや生活困窮者自立支援制度等との連携を図ります。
 - ・精神保健医療福祉施策との連携を図ります。
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ます。
 - ・対人支援・地域連携・社会制度のレベルごとの対策を連動させます。
 - ・事前対応・自殺発生の危機対応・事後対策等の段階ごとに効果的な施策を講じます。
4. 実践と啓発を両輪として推進します。
 - ・自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識を醸成します。
 - ・自殺や精神疾患に対する偏見をなくす取り組みを推進します。
 - ・情報の正しい活用を市民に周知します。
5. 国、県、市、関係団体、民間団体、企業及び市民の役割を明確化し、その連携・協働を推進します。

自殺に対する基本認識

本市では、国の大綱に沿って、次の3つを自殺に対する基本的認識とします。

1. 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である。
2. 社会的な取組により、自殺は防ぐことが可能である。
3. 死にたいと考えている人は、心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いている。

2. 計画の方針

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]

成果指標	2015年	2016年	2017年	目標 (2022年)
睡眠・休養が取れている市民の割合(%)	84.3	83.7	82.7	85.0以上
自殺死亡率(人口10万対)	13.7	13.7	17.4	12.1以下

<自殺死亡率の数値目標について>

※国の大綱における目標に準じて、2022年までに自殺死亡率を2015年から2017年の平均値14.9と比べて19%以上減少させ12.1以下を目指します。

(参考) 国の大綱における目標

⇒2026年までに、自殺死亡率を2015年18.5と比べて30%以上減少させ、13.0以下とする。

3. 計画の具体的対策

■施策体系

(1) 自殺の問題に関する理解の促進

- 1) 市民の理解の促進
 - ①自殺問題やこころの健康づくりへの理解を促進する
 - 自殺予防週間及び自殺対策強化月間における啓発
 - 相談窓口一覧等の配布
 - 自殺や精神疾患に対する知識の普及啓発
 - 自殺対策に関するホームページの充実
 - ②児童・生徒のSOSの出し方に関する教育
 - いのちの教育・心の健康教育
 - SOSの出し方に関する教育
 - 相談先の周知
- 2) 自殺対策関係団体との連携
 - 自殺対策関係団体との連携

(2) 自殺予防のための環境の充実

- 1) 自殺対策に係る人材育成
 - 職員研修
 - 教職員研修
 - ゲートキーパー研修
- 2) 学校、地域における環境整備
 - 生活指導総合推進事業
 - コミュニティ・スクールの推進
 - 適応指導教室の設置・運営
 - 教育相談週間の取組み
 - 生活アンケートの実施
 - 相談ポストの設置
 - 地域包括支援センターの設置・運営
 - 子育て支援センターの設置・運営
 - ファミリー・サポート・センターの設置・運営
 - 居場所づくり
 - 声かけ・見守り活動
 - 認知症支援（声かけ）訓練
 - 地域活動支援センターの設置・運営
 - 健康づくり・介護予防事業の推進

(3) 自殺の要因軽減のための支援体制等の整備

1) 連携体制の整備

① 関係機関とのネットワークの構築

- 関係機関との情報共有
- 関係機関とのネットワークの強化

② 様々な支援制度等の充実・連携

- 健康相談
- 健診結果に基づく保健指導
- 母子健康手帳の交付
- 乳児家庭全戸訪問事業
- 養育支援訪問事業
- 育児相談事業
- 乳幼児健診事業
- 家庭児童相談
- ひとり親家庭の支援
- 母子家庭生活支援施設入所支援業務
- 女性センター相談
- 生活相談・支援事業
- 生活困窮者の自立支援
- 生活保護援助
- 納税相談支援
- 消費生活相談
- 行政相談
- 法律相談
- 高齢者総合相談
- 高齢者権利擁護業務
- 在宅福祉サービス
- 高齢者の見守り活動に係る支援
- 高齢者の見守り協定
- ものわすれ相談事業（筑紫医師会との連携事業）
- 障がい者等の生活支援相談
- 災害時等要援護者支援制度
- 人権相談
- 青少年電話相談
- 児童・生徒に関する相談
- 就学に関する相談業務
- 就学援助補助に係る業務

2) 自殺未遂者および自死遺族等に対する支援

- 関係機関との情報共有
- 相談支援及び情報提供

(1) 自殺の問題に関する理解の促進

1) 市民の理解の促進

①自殺問題やこころの健康づくりへの理解を促進する

- 自殺予防週間及び自殺対策強化月間における啓発
- 相談窓口一覧等の配布
- 自殺や精神疾患に対する知識の普及啓発
- 自殺対策に関するホームページの充実

②児童・生徒のSOSの出し方に関する教育

- いのちの教育・心の健康教育
- SOSの出し方に関する教育
- 相談先の周知

2) 自殺対策関係団体との連携

- 自殺対策関係団体との連携

1) 市民の理解の促進

主な取り組み

[取り組みの方向性]

- 市民に対し、精神保健福祉やうつ病予防等に対する正しい理解の促進を図るため、あらゆる機会をとらえて、情報提供と啓発を推進します。
- 自殺予防や精神保健福祉等に関する市民の理解を深めるため、自殺予防週間（9月）、自殺対策強化月間（3月）において重点的に普及啓発活動を行います。
- 本市における自殺の実態について市民に情報提供を行い、自殺に関する理解が深まるよう取り組みます。
- 学校において、いのちの大切さを実感できる教育や生活上の困難・ストレスに直面したときの対処方法等についての教育を推進します。

[市の取り組み]

①自殺問題やこころの健康づくりへの理解を促進する

事業・取組名	内容	関係課
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組みます。	健康推進課

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・カード等を作成し、周知に努めます。	健康推進課 人権政策・男女共同参画課
自殺や精神疾患に対する知識の普及啓発	講演会等の機会を通じて、ストレス対処法やうつ病等の精神疾患、自殺問題についての正しい理解を広げます。	健康推進課 生活福祉課
自殺対策に関するホームページの充実	自殺対策のホームページに、自殺の現状、基礎知識、うつ病等に関する、各種相談機関の情報等を掲載するなど、ホームページ情報の充実に努めます。	健康推進課

②児童・生徒のSOSの出し方に関する教育

事業・取組名	内容	関係課
いのちの教育・心の健康教育	道徳の時間や体験活動等を通じて、いのちの大切さや心の健康づくり等について理解が深まる教育を推進します。	学校教育課
SOSの出し方に関する教育	児童・生徒へ命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。	学校教育課
相談先の周知	子どものSOSダイヤルなどを記載したカード等を配布し、相談先の情報を周知します。	学校教育課

2) 自殺対策関係団体との連携

主な取り組み

[取り組みの方向性]

○身近な地域において、さまざまな悩みを抱えた方に対する支援等を担う社会福祉協議会、民生委員・児童委員等と連携します。

[市の取り組み]

事業・取組名	内容	関係課
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、関係機関・団体等と連携・協働して自殺対策を推進します。 <ul style="list-style-type: none"> ・社会福祉協議会 ・コミュニティ運営協議会 ・民生委員・児童委員協議会 ・福祉委員 ・シニアクラブ連合会 ・健康づくりサポーター ・ちくしの福祉村運営委員会 ・家庭教育学級 ・介護を考える家族の会 等 	健康推進課 生活福祉課 高齢者支援課 コミュニティ推進課 生涯学習課 他

(2) 自殺予防のための環境の充実

1) 自殺対策に係る人材育成

- 職員研修
- 教職員研修
- ゲートキーパー研修

2) 学校、地域における環境整備

- 生活指導総合推進事業
- コミュニティ・スクールの推進
- 適応指導教室の設置・運営
- 教育相談週間の取組み
- 生活アンケートの実施
- 相談ポストの設置
- 地域包括支援センターの設置・運営
- 子育て支援センターの設置・運営
- ファミリー・サポート・センターの設置・運営
- 居場所づくり
- 声かけ・見守り活動
- 認知症支援（声かけ）訓練
- 地域活動支援センターの設置・運営
- 健康づくり・介護予防事業の推進

1) 自殺対策に係る人材育成

主な取り組み

[取り組みの方向性]

○職場、学校及び地域において、ゲートキーパーをはじめ、悩みを抱えた人に対する相談等の支援を行う人材の養成および資質の向上を推進します。

○自殺の原因となりうる様々なストレス要因の軽減及び適切な対応など、心の健康の保持増進のための取組について、職場や学校、地域のそれぞれの特性に応じて推進します。

[市の取り組み]

事業・取組名	内容	関係課
職員研修	研修等を通じて、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。	人事課 健康推進課

教職員研修	研修等を通じて、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。 <ul style="list-style-type: none"> ・教育向上一斉研修会 ・危機管理研修会 ・いじめ・不登校等対策研修会 等	学校教育課
ゲートキーパー研修	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。	健康推進課

2) 学校、地域における環境整備

主な取り組み

[取り組みの方向性]

○自殺の原因となり得る様々なストレスについて、ストレス要因の軽減、ストレスへの適切な対応など心の保持増進に向けて、学校、地域等における支援体制の整備を推進します。

[市の取り組み]

事業・取組名	内容	関係課
生徒指導総合推進事業	スクールカウンセラー等を派遣・配置し、児童・生徒の悩みの相談や心の健康づくり等を支援します。	学校教育課
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。	学校教育課 コミュニティ推進課 生涯学習課
適応指導教室の設置・運営	不登校児童・生徒を対象とした教室において、悩み、不安、ストレス等の解消が図れるよう支援します。また、不登校傾向を示す児童生徒や保護者に対しても支援を行います。	学校教育課
教育相談週間の取組み	学期毎（若しくは年3回）期間を設け、担任の先生が児童・生徒に対して面談を実施します。	学校教育課
生活アンケートの実施	児童・生徒を対象に、生活アンケートやいじめ関係のアンケートを実施します。	学校教育課
相談ポストの設置	各学校に相談ポストを設置しており、投函された悩みや困りごとを記載した手紙について対応します。	学校教育課
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（4箇所）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、家庭訪問等を通じて、虚弱高齢者等の情報把握に努め支援します。	高齢者支援課

子育て支援センターの設置・運営	乳幼児とその保護者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等に応じています。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。 <ul style="list-style-type: none"> ・親子教室 ・子育てサロンへの支援 ・子育てに関する講習会 	子育て支援課
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。 <p style="text-align: center;">（おまかせ会員・おねがい会員）</p>	子育て支援課
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、地域の繋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。 <ul style="list-style-type: none"> ・地域サロン（ふれあいいきいきサロン） ・子育てサロン ・つどいの広場 ・保育交流 等 	生活福祉課 子育て支援課 高齢者支援課
声かけ・見守り活動	地域や関係機関・団体等による声かけ・見守り活動等により、支援を必要とする方を支援窓口につなげたり、地域における見守り体制の強化を図ります。 <ul style="list-style-type: none"> ・民生委員・児童委員による声かけ、見守り ・福祉委員による声かけ、見守り ・声かけあいさつ運動（青少年指導員等） ・自主防犯パトロール（青色パトロール） ・青少年指導員や少年補導員によるパトロール ・ひとり暮らし高齢者等の見守りに関する協定を締結している民間事業者 等 	生活福祉課 危機管理課 高齢者支援課 学校教育課 生涯学習課 コミュニティ推進課 子育て支援課
認知症支援（声かけ）訓練	地域を主体に行政・ボランティア団体・社会福祉協議会等の実行委員会を結成し、模擬認知症者への声かけ等の訓練を地域ぐるみで取組みます。	生活福祉課 高齢者支援課 危機管理課
地域活動支援センターの設置・運営	障がい者等の地域生活支援の促進を図るため、地域活動支援センターにおいて、相談支援や創作的活動又は生産活動の機会の提供、社会との交流の促進等を行います。	生活福祉課
健康づくり・介護予防事業の推進	健康づくりサポーターの養成・育成に努め、地域において、健康づくり・介護予防事業を推進します。	健康推進課 高齢者支援課

(3) 自殺の要因軽減のための支援体制等の整備

1) 連携体制の整備

①関係機関とのネットワークの構築

- 関係機関との情報共有
- 関係機関とのネットワークの強化

②様々な支援制度等の充実・連携

- 健康相談
- 母子健康手帳の交付
- 養育支援訪問事業
- 乳幼児健診事業
- ひとり親家庭の支援
- 女性センター相談
- 生活困窮者の自立支援
- 納税相談支援
- 行政相談
- 高齢者総合相談
- 在宅福祉サービス
- 高齢者の見守り協定
- 障がい者の生活支援相談
- 人権相談
- 児童・生徒に関する相談
- 就学援助補助に係る業務
- 健診結果に基づく保健指導
- 乳児家庭全戸訪問事業
- 育児相談事業
- 家庭児童相談
- 母子家庭生活支援施設入所支援業務
- 生活相談・支援事業
- 生活保護援助
- 消費生活相談
- 法律相談
- 高齢者権利擁護業務
- 高齢者の見守り活動に係る支援
- ものわすれ相談事業
- 災害時等要援護者支援制度
- 青少年電話相談
- 就学に関する相談業務

2) 自殺未遂者および自死遺族等に対する支援

- 関係機関との情報共有
- 相談支援及び情報提供

1) 連携体制の整備

主な取り組み

[取り組みの方向性]

○自殺対策の推進に当たっては、基盤となるのが地域におけるネットワークであることから、行政・地域・関係機関・関係団体・医療機関等において情報共有を図りながら、ネットワークの連携を強化します。

○市民に各種相談制度等の一元的な周知を図ります。また、相談支援の充実を図るため、相談支援ネットワーク体制を構築し、連携を図ります。

[市の取り組み]

①関係機関とのネットワークの構築

事業・取組名	内容	関係課
関係機関との情報共有	関係機関等と本市における自殺の実態・分析結果等について情報を共有し、自殺対策を推進します。	健康推進課 他
関係機関とのネットワークの強化	自殺対策に取り組む様々な主体と連携、協働して自殺対策を推進します。 ※各会議の構成メンバーである関係機関・団体等との連携を図ります。 <ul style="list-style-type: none"> ・筑紫野市健康づくり推進協議会 ・健康ちくしの21推進委員会（庁内） ・自殺対策推進会議（庁内） ・筑紫野市地域福祉計画等推進委員会 ・民生委員・児童委員協議会 ・コミュニティ運営協議会 ・要保護児童対策地域協議会 ・筑紫野市在宅医療・介護支援ネットワーク会議 ・地域ケア会議 ・筑紫野市いじめ問題等対策連絡協議会 ・筑紫野市いじめ防止等対策委員会 <p style="text-align: right;">等</p>	健康推進課 生活福祉課 高齢者支援課 子育て支援課 コミュニティ推進課 学校教育課 生涯学習課 他

②様々な支援制度等の充実・連携

事業・取組名	内容	関係課
健康相談	心に不安や悩みを抱える人、またはその家族を対象に、訪問や電話相談等により支援します。	健康推進課 生活福祉課
健診結果に基づく保健指導	健康診査（特定健診・がん検診）の結果に基づき、保健師・栄養士等による保健指導や医療機関の早期受診を促します。	健康推進課
乳児家庭全戸訪問事業	生後4ヶ月未満の乳児のいる世帯へ家庭訪問等を行い、産後の育児不安や育児ストレス等を早期に発見し、適切な支援を行うことにより、育児負担の軽減に努めます。	子育て支援課
母子健康手帳の交付	母子健康手帳交付時に、妊婦アンケートを実施し、妊娠、出産、育児等の不安を把握し適切な支援を行います。	子育て支援課
養育支援訪問事業	乳児家庭全戸訪問事業等により把握した、特に支援を必要とする妊婦や乳児に対して、助産師や保健師等が訪問し、相談や支援を行います。	子育て支援課
育児相談事業	医師・保健師・栄養士・臨床心理士等の専門職が、子どもの成長発達や育児に関する相談に応じます。 （①育児相談②こども療育相談③小児科医の発達相談等）	子育て支援課
乳幼児健診事業	乳幼児の健康・発達状況を把握し、異常の早期発見および育児不安の軽減に努めます。 （①4ヶ月児健診②10ヶ月児健診③1歳6ヶ月児健診 ④1歳6ヶ月児歯科健診⑤3歳児健診）	子育て支援課

家庭児童相談	子どもの養育や子どもを取り巻く人間関係など様々な家庭問題について相談に応じます。	子育て支援課
ひとり親家庭の支援	ひとり親家庭の方へ、仕事や経済的な支援に関する情報提供および相談支援を行います。	子育て支援課
母子家庭生活支援施設入所支援業務	さまざまな理由により、現生活の維持が困難な母子家庭からの申請に基づき、母子生活支援施設への入所相談に応じ、適切に支援します。	子育て支援課
女性センター相談	家庭問題やDVなど、女性に関する様々な相談について、女性弁護士による法律相談や女性相談員による総合相談を実施します。	人権政策・男女共同参画課
生活相談・支援事業	隣保館において、地域の生活・健康・教育等の相談に応じ、適切な支援に努めます。	人権政策・男女共同参画課
生活困窮者の自立支援	生活保護にいたる前の段階の自立支援策として、生活困窮者に対し、社会生活における自立を支援します。 (①自立相談支援事業 ②住宅確保給付金の支給)	保護課
生活保護援助	生活保護法に基づき、生活に困窮する人に対して、必要な保護を行い、最低限度の生活を保障するとともに、その自立を支援します。	保護課
納税相談支援	病気、失業等の事情により、納付困難となった納税者に対し、生活状況等を確認しながら納付相談に応じます。	収納課
消費生活相談	消費生活相談員による消費生活相談を行い、商品やサービスについての苦情や相談を受け、解決に向けた助言を行います。	危機管理課
行政相談	行政相談委員が、さまざまな相談について助言や関連する行政機関の相談窓口等の情報提供等に応じます。	総務課
法律相談	弁護士や司法書士が、金銭・不動産・相続等の法律問題に応じます。	総務課 高齢者支援課
高齢者総合相談	地域包括支援センター等において、高齢者の健康・介護・福祉等について総合的に相談に応じます。	高齢者支援課
高齢者権利擁護業務	高齢者虐待や消費者被害の防止および対応、判断能力を欠く状況にある高齢者および家族への支援を行います。	高齢者支援課
在宅福祉サービス	一人暮らしの高齢者等に安心して在宅生活を送れるよう、福祉サービスを提供します。 ・食の自立支援 ・緊急通報装置の貸与 ・ショートステイ 等	高齢者支援課
高齢者の見守り活動に係る支援	見守り活動を行う団体等（民生委員・児童委員、区長）に65歳以上の高齢者情報を提供し、連携しながら見守り活動を促進します。	高齢者支援課
高齢者の見守り協定	高齢者の家庭を訪問する事業所と協定を結び、業務を通じて異変を察知した場合、市へ情報提供をします。 (締結先：各新聞販売店、郵便局等)	高齢者支援課

ものわすれ相談事業（筑紫医師会との連携事業）	物忘れや認知症の疑いのある人が、専門機関を受診しなくても、医師会が養成する「ものわすれ相談医」を受診し、気軽に認知症の早期診断・治療ができる体制を構築しています。	高齢者支援課
障がい者等の生活支援相談	相談員や手話通訳者が、障がい者やその家族の相談に応じ、必要な情報提供や生活支援を行います。	生活福祉課
災害時等要援護者支援制度	高齢者、障がい者等の要援護者のうち、災害時に支援を希望する登録者の情報を民生委員・児童委員、区長等に提供し、日頃の見守り活動も含めて災害時の支援に繋がります。	生活福祉課
人権相談	人権擁護委員が、いじめ、差別、虐待、近隣や家庭内のもめごと、人権問題に関する相談などに応じます。（市役所や各コミセン等において、月1回開催）	人権政策・男女共同参画課
青少年電話相談	青少年や保護者からの悩みに対する電話相談に応じます。	生涯学習課
児童・生徒に対する相談業務	児童・生徒の悩み、不安、ストレス等の解消を図るため、不登校並びにその傾向を示す児童生徒や保護者を支援します。	学校教育課
就学に関する相談業務	特別に支援を要する児童・生徒に対し、関係機関と連携しながら、障がいや発達の状態に対応できるよう、きめ細かな相談に応じます。	学校教育課
就学援助補助に係る業務	経済的理由により、就学困難な児童・生徒に対し、給食費・学用品費を補助する。また、特別支援学級在籍者に対し、就学奨励費の補助を行います。	学校教育課

2) 自殺未遂者および自死遺族等に対する支援

主な取り組み

【取り組みの方向性】

- 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐため、自殺の原因となった社会的要因の排除・軽減等に関する取組を支援します。
- 自死遺族等の心理的影響を和らげるため、相談支援及び自助グループ等の情報提供により支援します。

【市の取り組み】

事業・取組名	内容	関係課
関係機関との情報共有	医療機関や保健所等の関係機関と連携し、自殺未遂者等の情報共有を図ります。	健康推進課 保護課 生活福祉課 高齢者支援課
相談支援及び情報提供	県・関係機関と連携しながら、保健師等が電話・面接・訪問等により自死遺族等への相談に応じる。また、自死遺族の家族会等の情報提供を行います。	

●具体的対策における評価指標

(1) 自殺の問題に関する理解の促進

成果指標	現状	目標
自殺予防週間・自殺対策強化月間を知っている人の割合	34.3%	40%
福岡いのちの電話等の相談窓口を知っている人の割合	86.1%	90%
ゲートキーパーを知っている人の割合	4.2%	10%
心の健康づくり講演会を知っている人の割合	11.6%	15%
広報紙での啓発	年1回	年1回以上
ホームページでの啓発	年1回	年1回以上

(2) 自殺予防のための環境の充実

成果指標	現状	目標
ゲートキーパー研修の開催回数	年1回	年1回以上
ゲートキーパー養成数	59人	100人以上
職員研修（窓口担当職員対象）の開催回数	—	年1回以上
教職員研修の開催回数	各校1回以上	各校1回以上
子育てサロンの開催場所	7ヶ所	7ヶ所
介護予防運動教室の開催場所	41ヶ所	82ヶ所

(3) 自殺の要因軽減のための支援体制等の整備

成果指標	現状	目標
筑紫野市健康づくり推進協議会開催数（関係団体）	年3回	年3回以上
健康ちくしの21推進委員会開催数（庁内）	年2回	年2回以上
筑紫野市自殺対策推進会議開催数（庁内）	年1回	年1回以上
乳児家庭全戸訪問事業（実施率）	98.7%	98%以上

●市民・地域・関係機関における取り組み

[市民]

内容
<ul style="list-style-type: none"> • 十分な睡眠と休養を確保しましょう。不眠や不調が続くような場合には、気軽に専門の医療機関に相談しましょう。
<ul style="list-style-type: none"> • 運動や趣味に取り組む等、上手にストレスと付き合い、心の健康づくりに努めましょう。
<ul style="list-style-type: none"> • 不安なことや悩みは1人で抱えず、誰かに相談しましょう。また、悩んでいる人がいたら優しく声をかけ、話に耳を傾けましょう。
<ul style="list-style-type: none"> • 講演会等に参加し、うつ病等のこころの病気に関する知識や理解を深めましょう。
<ul style="list-style-type: none"> • 自殺に対する正しい知識や理解を深め、自らの命を大切にしましょう。
<ul style="list-style-type: none"> • いじめは人権を侵害する決して許されない行為であると認識しましょう。また、発見した場合には、学校や関係機関に速やかに相談しましょう。

[地域]

内容
<ul style="list-style-type: none"> • 気分転換や心身のリフレッシュを図るため、スポーツや運動、趣味、地域活動など積極的に取り組みます。
<ul style="list-style-type: none"> • 家族や友人、地域の中で休養や心の健康づくりに関心を持ち、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ぎます。
<ul style="list-style-type: none"> • 地域で孤立する人を防ぐため、普段から近隣や身近な人への声かけなどをします。
<ul style="list-style-type: none"> • 児童や生徒が健やかに成長できるよう地域の見守りを推進します。
<ul style="list-style-type: none"> • 高齢者の単身世帯などに、日頃より気を配り、異変を感じたら、ためらわず関係機関等に相談します。

[関係機関]

内容	主体
<ul style="list-style-type: none"> • 心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。 • 自殺防止や自死遺族支援を推進します。 • 心の健康についての相談窓口の充実や体制整備に取り組みます。 	保健所 精神保健福祉センター
<ul style="list-style-type: none"> • 地域での子育てや高齢者等サロン活動の支援を行います。 • 民生委員・児童委員、福祉委員等の活動を支援します。 	社会福祉協議会
<ul style="list-style-type: none"> • 事業者等では「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。 	商工会 企業等
<ul style="list-style-type: none"> • メンタルヘルスに関する広報啓発活動に取り組みます。 	医療機関
<ul style="list-style-type: none"> • 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。 	学校