

## 第2次

# 茅野市「生きる」自殺対策行動計画

令和6年度－10年度

～誰も自殺に追い込まれることのない茅野市の実現を目指して～

令和6年3月

長野県 茅野市

## 第2次 茅野市「生きる」自殺対策行動計画 目次

第1章	計画の概要	
1	計画策定の趣旨	1
2	計画の位置づけ	1
3	計画期間	1
4	計画の数値目標	2
5	計画策定にあたっての基本方針	2
6	計画策定の体制	4
7	施策の体系	6
8	第1次計画の評価	7
第2章	茅野市の現状と課題	8
第3章	「生きる」自殺対策への取組 ～基本施策～	
	基本施策1 自殺対策の普及と啓発	11
	基本施策2 自殺対策を支える人材育成の強化	13
	基本施策3 生きることの促進要因への支援	15
	基本施策4 地域ネットワークの強化	18
	基本施策5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育・支援	19
第4章	「生きる」自殺対策への取組 ～重点施策～	
	重点施策1 高齢者対策	20
	重点施策2 生活困窮者対策、無職者・失業者対策	23
	重点施策3 こども・若者対策	25
	重点施策4 勤務問題対策	28
	第2次 茅野市「生きる」自殺対策行動計画 【施策と主な取組】	30
	目標指標	31
第5章	茅野市の自殺対策行動計画の推進	
1	計画の周知	32
2	計画の推進	32
3	進行管理	32
資料編		
	茅野市自殺対策連絡協議会規約	34
	自殺対策基本法	35

# 第1章 計画の概要

## 1 計画策定の趣旨

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、国を挙げて総合的に自殺対策が推進された結果、自殺者数は減少傾向にあります。

平成28年4月自殺対策基本法が改正され、全ての自治体に自殺対策計画の策定が義務付けられ、地域レベルでの自殺対策を更に推進することとされました。

茅野市においては、令和元年度から令和4年度を取組期間とする第1次茅野市「生きる」自殺対策行動計画を策定し、各種施策に取り組んできました。

## 2 計画の位置づけ

本計画は、国の定める自殺総合対策大綱の趣旨を踏まえて、自殺対策基本法第13条第2項に基づき、茅野市の自殺対策計画として位置付けます。また、第6次茅野市総合計画の保健・医療・福祉分野を担う第3次福祉21 ビーナズプランを上位計画とし、「第3次からだ・こころ・すこやかプラン」のこころの健康と整合性をとった計画とします。

## 3 計画期間

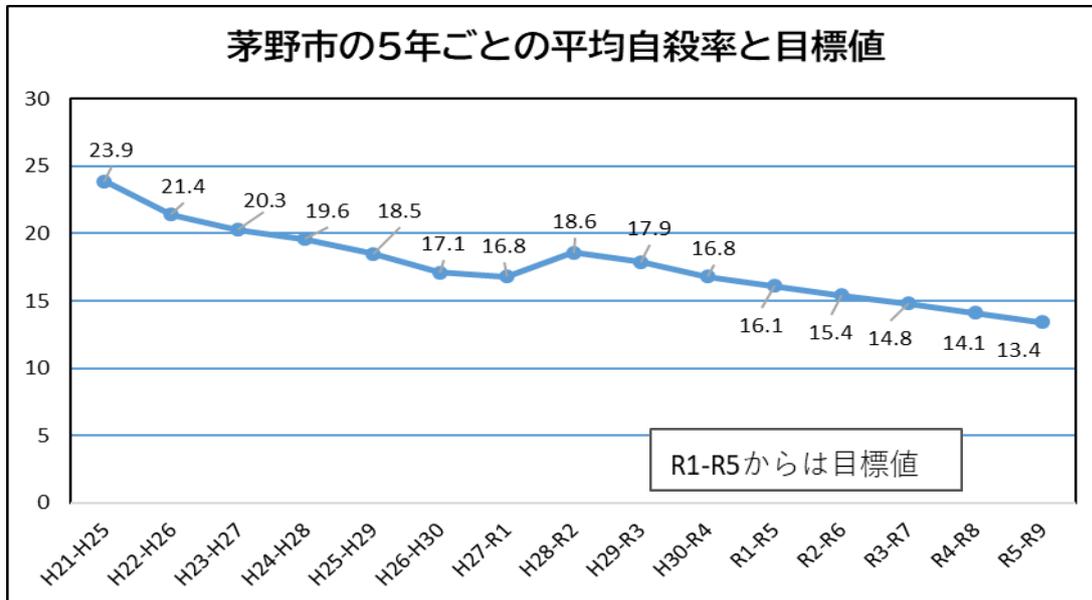
国の自殺対策の指針である大綱は、概ね5年に一度を目安に見直されており、令和4年10月に、新たな自殺総合対策大綱が策定され、今後5年間で取り組むべき施策が位置づけられました。

第1次計画については、こうした国の動きを踏まえ、計画期間を1年延長し、令和5年度までとしました。第2次計画は、令和6年度から令和10年度までの5年間の計画期間とします。

#### 4 計画の数値目標

##### 【目標】

本計画においては、計画期間の最終年となる令和10年までに、自殺死亡率（以下「自殺率」という）を平成30年～令和4年の平均自殺率※16.8と比べて、およそ20%の減少となる13.4以下を目指します。



※自殺率とは、人口10万人あたりの自殺死亡数を示します。

#### 5 計画策定にあたっての基本方針

自殺総合対策大綱の基本認識と長野県の基本方針を踏まえて、以下の6つの基本方針に基づいて、自殺対策を全市的な取組として推進していく計画とします。

- (1) 「生きることの包括的な支援」としての対策の推進
- (2) 関連施策との連携を強化した全庁的な取組の推進
- (3) 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動の推進
- (4) 実践と啓発を両輪とする対策の推進
- (5) 関係者の役割の明確化と連携・協働・共創の推進
- (6) 自殺者等の名誉及び生活の平穏への配慮

##### (1) 「生きることの包括的な支援」としての対策の推進

個人においても地域においても、自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等の「生きることの促進要因(自殺に関する保護要因)」より、失業や多重債務、生活苦等の「生きることの阻害要因(自殺のリスク要因)」が上回った時に自殺のリスクが高まると言われています。

そのため、自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組(「生きる支援」)を通じて自殺のリスクを低下させる方向で推進する必要があります。自殺防止や遺族支援といった狭義の

自殺対策だけでなく、「生きる支援」に関する地域のあらゆる取組を総動員して、まさに「生きることの包括的な支援」として推進することが重要です。

この考え方は、「誰一人取り残さない」持続可能でよりよい社会の実現を目指す世界共通の目標であるSDGsの理念と合致するものであることから、自殺対策は、SDGsの達成に向けた政策としての意義も持ち合わせるものです。

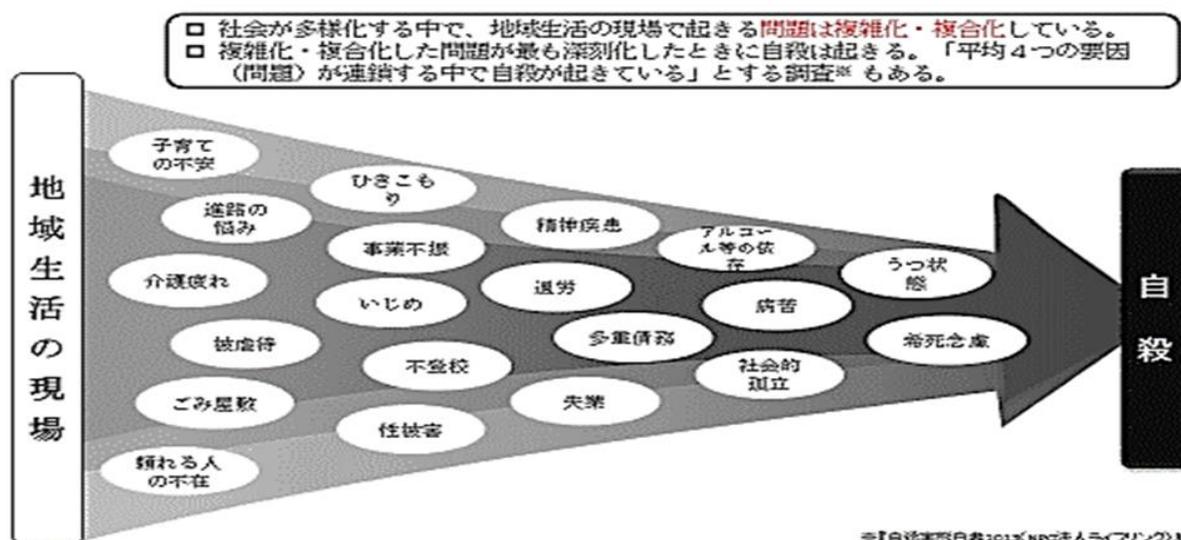
## (2) 関連施策との連携を強化した全庁的な取組の推進

自殺は、健康問題、経済・生活問題、人間関係の問題のほか、地域・職場・学校の在り方の変化などから生じる問題、家庭の状況等の様々な要因が複雑に関係しています。

従って、自殺を防ぐためには、精神保健的な視点だけでなく、自殺のリスク要因となり得る生活困窮、児童虐待、性暴力被害、ひきこもり、性的マイノリティ※等、関連分野の施策が密接に連携した包括的な取組が重要になります。

そのため、今後は連携の効果を高めるために、「生きる」支援に関わる関連施策の担当部署や担当者が、それぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有し、全庁的に取組を推進していきます。

※性的マイノリティ：同性が好きな人や、自分の性に違和感を覚える人などの人々のことを言います。「性的少数派」とも言います。



## (3) 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動の推進

自殺対策における、それぞれの時系列的な段階において、対策を推進していきます。

### ① 事前対応

心身の健康の保持増進についての取組、自殺や精神疾患等についての正しい知識の普及啓発等、自殺の危険性が低い段階での対応

### ② 危機対応

現に起こりつつある自殺の危険に介入し、自殺を防ぐための対応

### ③ 事後対応

自殺で身近な人を亡くした遺族や職場の同僚等への支援（※グリーフケア）や、自殺未遂をした人が再び自殺行動に至らないようにするための支援等の対応

※グリーフケア 身近な人との死別を経験し、悲嘆にくれる人を、悲しみから立ち直れるように支援すること

また、「事前対応」の中でも、特に基礎となる取組として、学校において、命や暮らしの危機に直面したときに、「誰に」「どのように」助けを求めればよいかを学ぶ「SOSの出し方に関する教育」を推進します。併せて、孤立を防ぐための居場所づくりや民間の居場所との連携等を推進します。

### (4) 実践と啓発を両輪とする対策の推進

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は十分に理解されていないのが実情です。そのため、「生きる支援」の実施に併せて、そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適当であるということが、地域全体の共通認識となるように、積極的に普及啓発を行っていきます。

全ての市民が、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期に気づき、必要に応じて様々な分野の専門家につなぎ、その指導を受けながら見守っていきけるよう、広報活動、教育活動等に取り組みます。

### (5) 関係者の役割の明確化と連携・協働・共創の推進

「誰も自殺に追い込まれることのない茅野市」を実現するためには、国、県、市、関係機関、民間団体、企業、市民（地域）等が連携・協働し、自殺対策を総合的に実施することが必要です。そのため、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有化し、自助・共助・公助で、相互に連携・協働しながら取組を推進していきます。

### (6) 自殺者等の名誉及び生活の平穏への配慮

自殺対策基本法第9条において、「自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穏に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない」と定められていることを踏まえ、自殺対策に関わる者は、このことを改めて認識して自殺対策に取り組みます。

## 6 計画策定の体制

自殺対策の基本方針を踏まえ、市民参画や庁内体制などにより、計画を進めていくものとします。

### (1) 市民参画

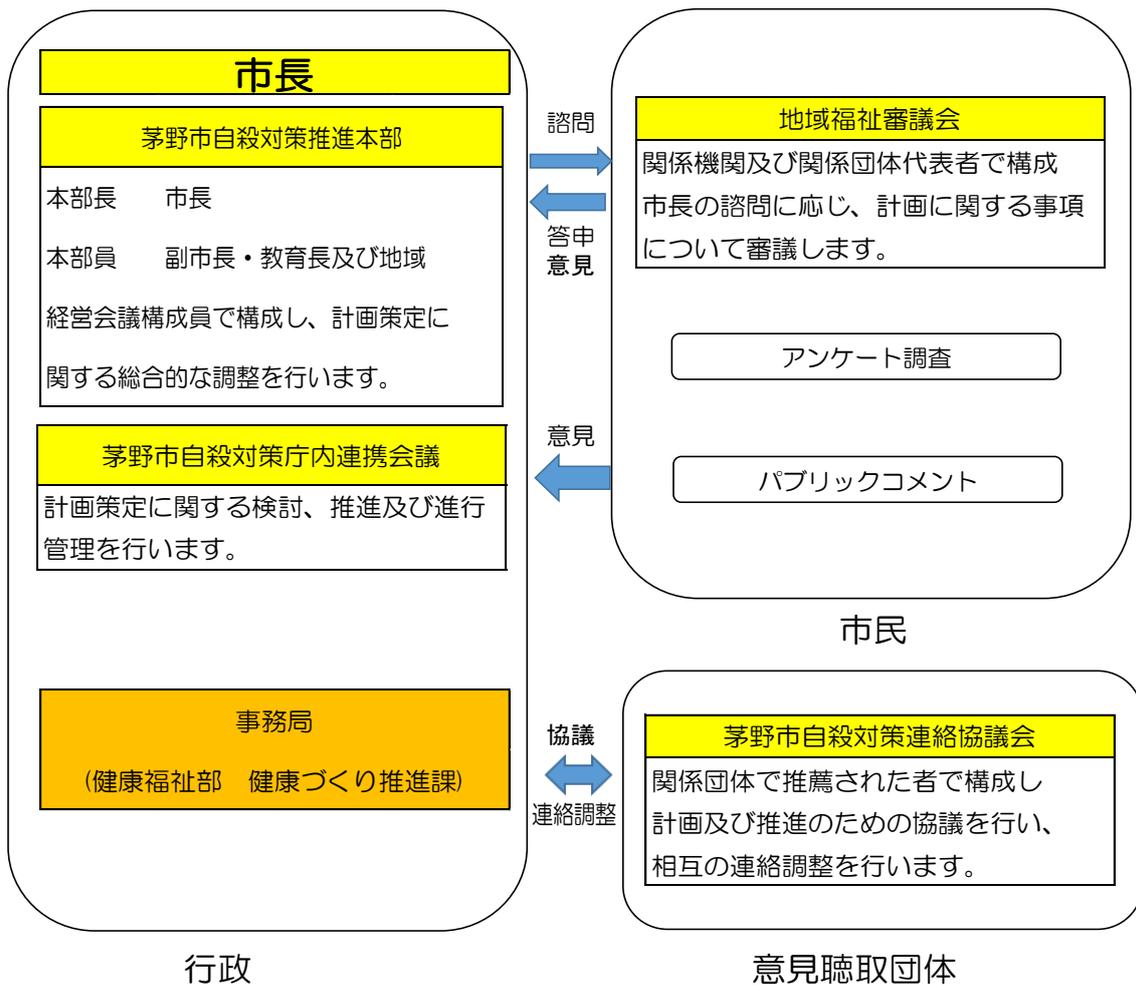
#### ① 茅野市地域福祉審議会

学識経験者や各種団体の代表から構成され、市長からの諮問に応じ、計画に関する事項について調査審議を行います。

- ② 市民アンケート調査  
計画策定にあたり、市民アンケートを実施し計画に反映します。
- ③ 茅野市自殺対策連絡協議会  
関係団体及び機関から推薦された者で構成し、計画及び推進のための協議を行い、相互の連絡調整を行っていきます。
- ④ パブリックコメント  
計画概要を事前に公表して、広く市民の皆さんからご意見を募り、寄せられたご意見を考慮して、計画にできる限り反映します。

(2) 庁内体制

- ① 茅野市自殺対策推進本部  
市長を本部長とし、副市長、教育長、各部長を構成員として、自殺対策に関する計画の策定及び諸施策の進行管理、情報収集及び連携調整、その他自殺対策の総合的な推進に関することを所掌します。
- ② 茅野市自殺対策庁内連携会議  
本部内に、関係する各課で構成する庁内連携会議を置き、本部事務を補佐し、全庁的に関係各課が連携して自殺対策を推進します。



## 7 施策の体系

### (1) 基本施策

全国的に実施されることが望ましいとされている「5つの基本施策」です。

- 基本施策 1 自殺対策の普及と啓発
- 基本施策 2 自殺対策を支える人材育成の強化
- 基本施策 3 生きることの促進要因への支援
- 基本施策 4 地域ネットワークの強化
- 基本施策 5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育・支援

### (2) 重点施策

本市における自殺の現状を踏まえ特に強化すべき取組である「4つの重点施策」です。

- 重点施策 1 高齢者対策
- 重点施策 2 生活困窮者、無職者・失業者対策
- 重点施策 3 こども・若者対策
- 重点施策 4 勤務問題対策

## 8 第1次計画の評価

第1次計画の達成状況は以下の通りです。

### 目標指標ごとの評価

区分	判定基準
◎	目標を達成している
○	目標に向かって改善又は改善傾向にある
△	目標には遠い
×	目標から遠ざかっている

目標指標		現状値 (H30)	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	目標値 R4年度	評価		
計画の数値目標		H25-H29	H26-H30	H27-R1	H28-R2	H29-R3	H29-R3	○		
茅野市自殺率 (人口10万対)		18.5	16.8	18.6	17.9	16.8	15.0	○		
基本 施策	1 自殺対策の普及と啓発	自殺予防週間、自殺対策強化月間を知っている人の割合	29.7%	※次回市民アンケート(R4)			24.2%	67%	×	
		茅野市の「こころの健康相談」を知っている人の割合	13.2%	※次回市民アンケート(R4)			30.3%	30%	◎	
	2 自殺対策を支える人材育成の強化	ゲートキーパーについて聞いたことがある	3.4%	※次回市民アンケート(R4)			17.8%	30%	×	
		ゲートキーパー学習会の開催	1回	4回	7回	3回	3回	5回	○	
	3 生きることの促進要因への支援	「基本施策3」については、量的な数値での評価が適切ではないため、目標値の設定は行いません。								
	4 地域ネットワークの強化	自殺対策連絡協議会の開催	3回	1回	0回	1回	1回 (書面)	3回	○	
		自殺対策庁内連携会議の開催	3回	1回 (書面)	1回 (書面)	1回 (書面)	1回 (書面)	3回	○	
	5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育・支援	市内小中学校でのSOSの出し方教育の実施	未実施	13校	13校	13校	13校	13校	◎	
	重点 施策	1 高齢者対策	茅野市の70歳以上の自殺率 (人口10万対)	H25-H29 31.3	H26-H30 35.8	H27-R1 30.4	H28-R2 23.1	H29-R3 17.0	H29-R3 国の自殺率 (19.2)よりも 低くする	◎
		2 生活困窮者対策、無職者・失業者対策	「重点施策2」については、量的な数値での評価は適切ではないため、目標値の設定は行いません。							
3 こども・若者対策		茅野市の10～30歳代自殺率 (人口10万対)	H25-H29 19.0	H26-H30 10.8	H27-R1 11.3	H28-R2 16.5	H29-R3 19.3	H29-R3 0	×	
4 勤務問題対策		メンタルヘルス出張講座の開催	6回	6回	9回	2回	9回	10回	○	

※自殺死亡率は、自殺日・居住地の統計による

※市民アンケート R5年3月～5月 市民561人(健康管理センター来所者、保健補導員等)に実施

目標指標項目数	11(◎3、○5)
改善項目率	72.7%
判定	概ね順調

### 全体の評価 (◎、○を改善項目とする)

区分	判定基準 (◎と○の率)
順調	成果指標の75%以上が改善傾向にある
概ね順調	成果指標の50～75%未満が改善傾向にある
やや遅れ	成果指標の25～50%未満が改善傾向にある
遅れ	改善傾向が成果指標の25%未満である

## 第2章 茅野市の現状と課題

厚生労働省の地域における自殺の基礎資料によると、年間自殺者数は、平成30年には6人に減少しましたが、それ以降10人前後で推移しています。(図1)

人口10万人当たりの自殺死亡者数を表す自殺率は、全国や長野県平均と比べ、高くなったり、低くなったりしながら推移しています。(図2)

茅野市は年により自殺者数の増減があるため、5年平均の自殺率で推移を見ています。令和元年までは徐々に自殺率は低下していましたが、令和2年からは、新型コロナウイルス感染症の影響もあり自殺の要因となり得る様々な問題が悪化したことなどにより、増加しましたが、令和3年から減少傾向にあります。(図3)

図1 自殺者数の年次推移

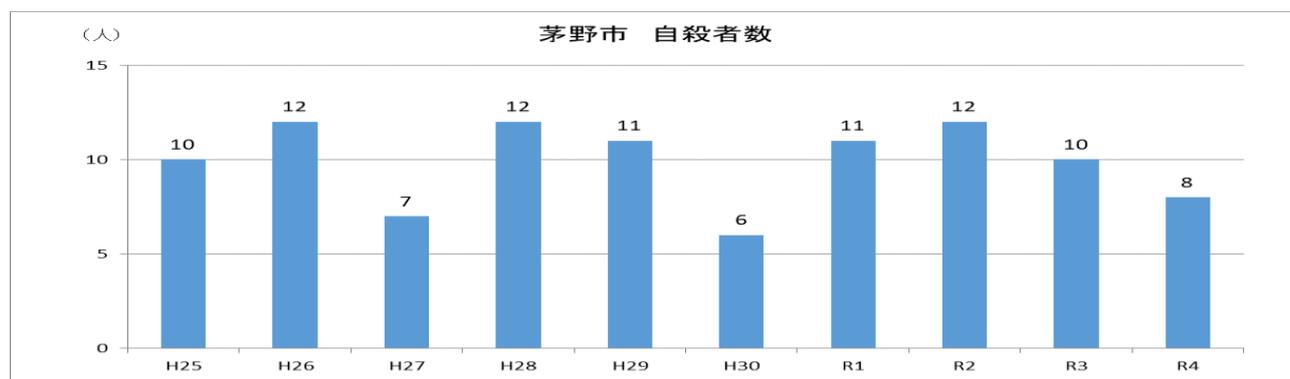


図2 自殺死亡率の年次推移 (人口10万対)

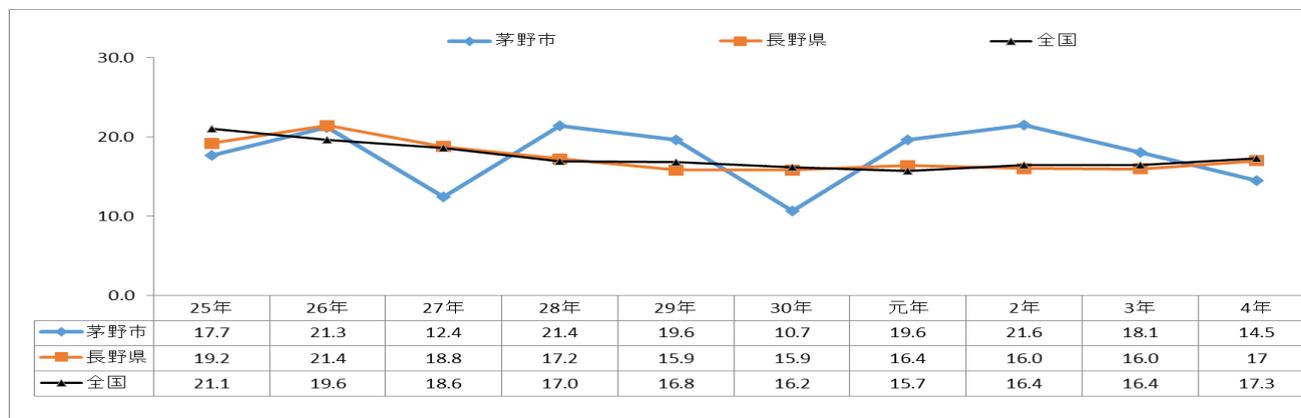
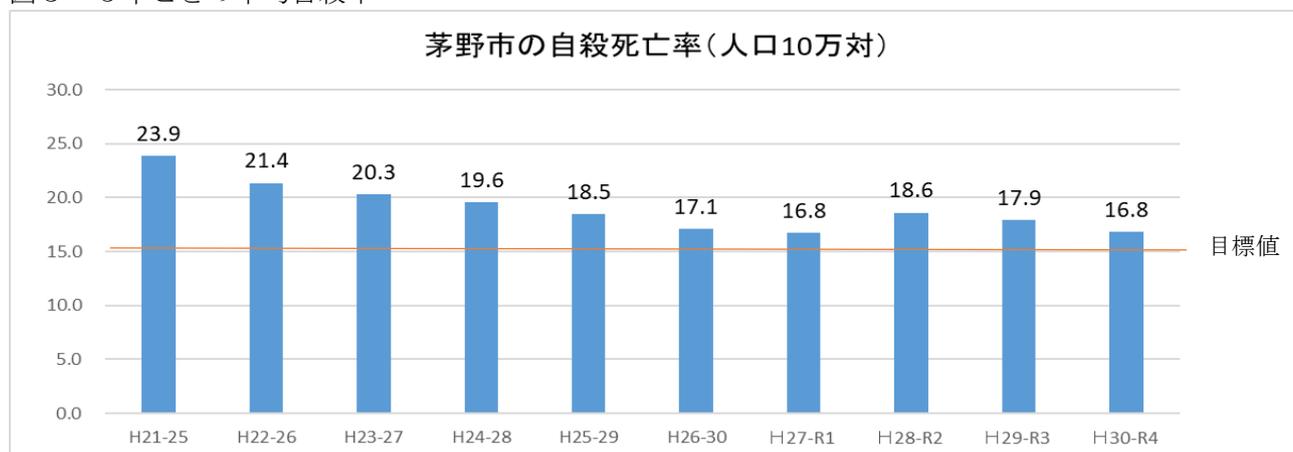


図3 5年ごとの平均自殺率



出典：厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

## 課題1 男性の自殺者数が多いが、女性の割合が増えてきている

性別自殺者数をみると、男性の割合が多くなっています。計画策定時と比べて女性の割合が増えていきます。(図4)

全国と比較すると、30歳代・40歳代・80歳以上男性と30歳代女性の自殺率が高くなっています。(図5)

図4 性別自殺者割合

出典：厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

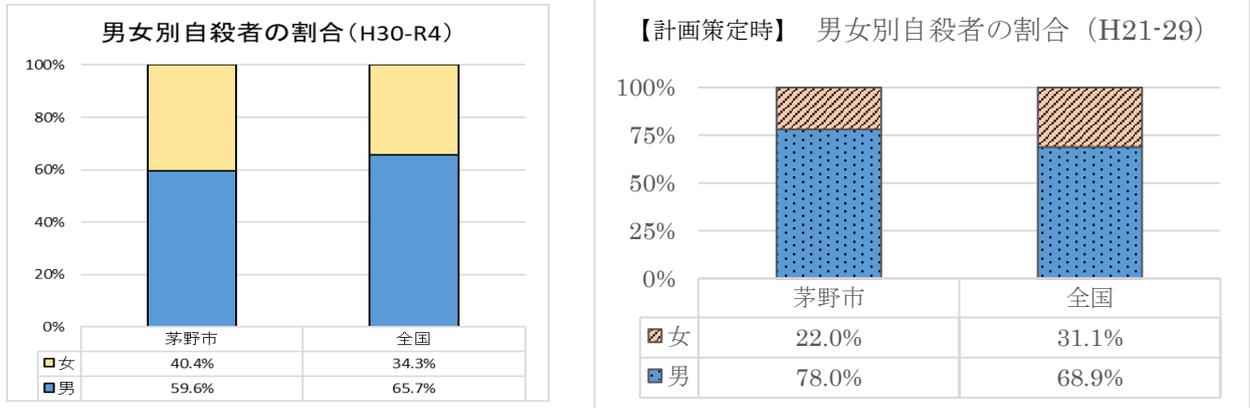
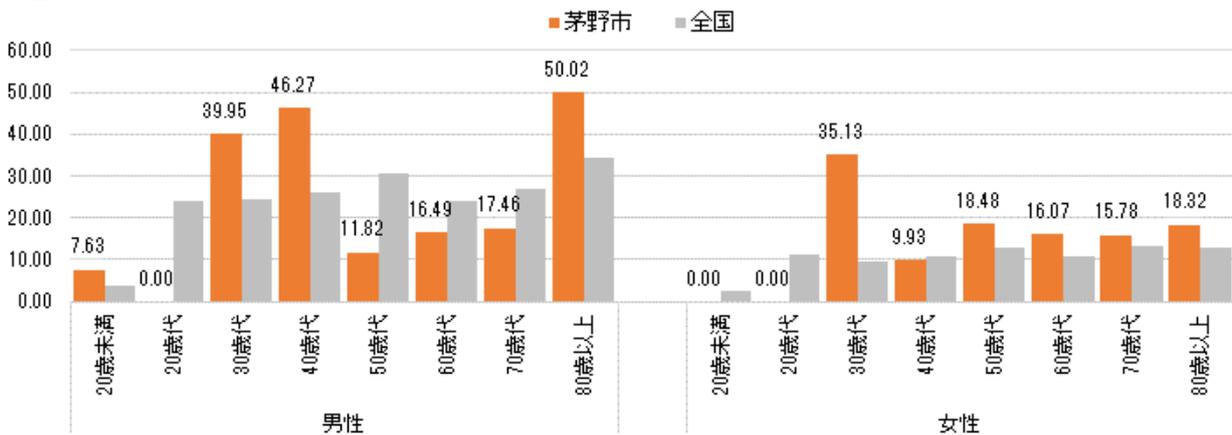


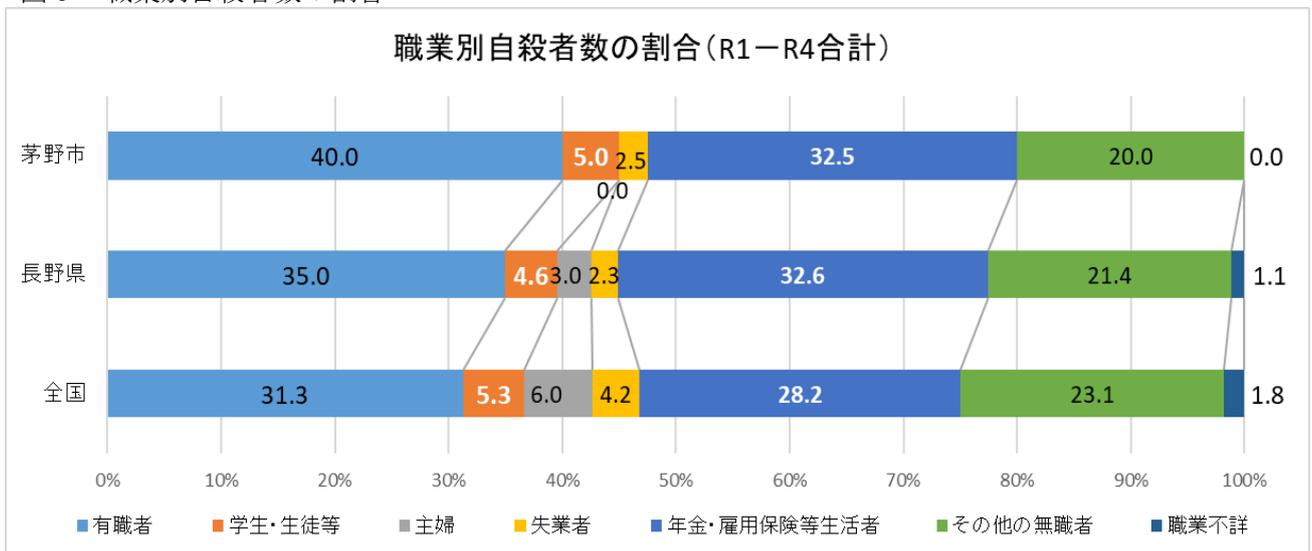
図5 性・年代別の平均自殺死亡率(10万対) (H29~R3年)



## 課題2 有職者、年金・雇用保険等生活者の割合が多くなっています。

職業別では、有職者、年金・雇用保険等生活者の自殺者割合が多くなっています。(図6)

図6 職業別自殺者数の割合



有職者：被雇用・勤め人・自営業・家族従業員

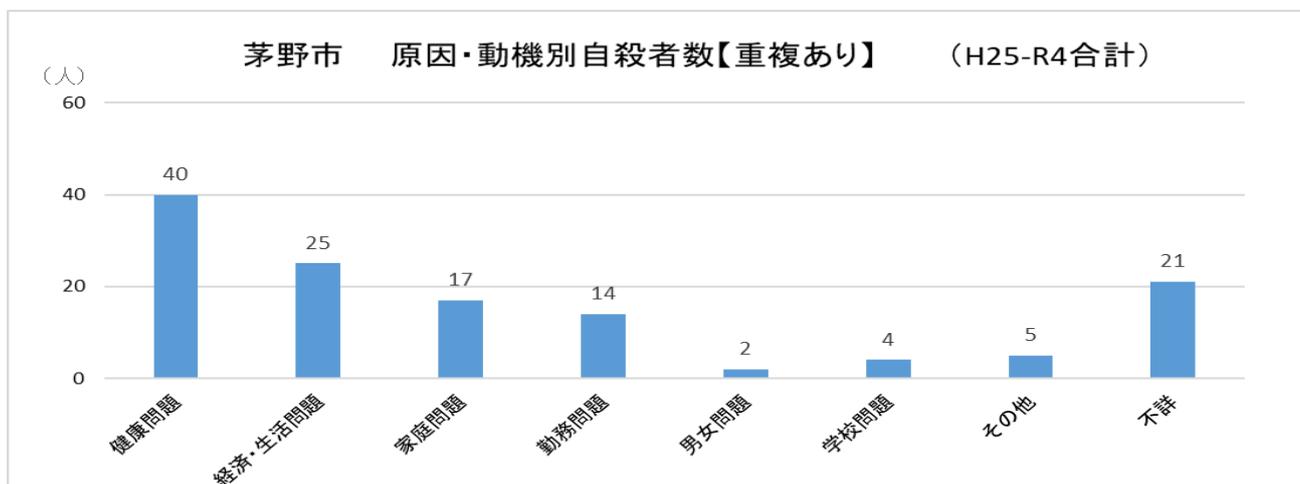
出典：厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

### 課題3 自殺の原因はひとつではなく、様々な要因が重なっている

健康問題が最も多く、経済・生活問題、家庭問題、勤務問題も多い傾向にあります。

しかし、自殺の原因はひとつだけでなく、多くの場合、多様な要因が重なっているとされています。長引いた新型コロナウイルス感染症の影響や様々な社会情勢の変化等による自殺者の増加が危惧される状況となっています。

図7 原因・動機別自殺者数



出典：厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

### 課題4 対策が優先されるべき対象群

茅野市において自殺者が多い属性（性別×年代×仕事の有無×同居人の有無）は、以下の5区分となっています。

地域の主な自殺者の特徴 (H29～R3年合計) [公表可能] <特別集計(自殺日・住居地)>

自殺者の特性上位5区分	自殺者数 (5年計)	割合	自殺死亡率* (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路**
1位:男性 40～59歳有職同居	7	14.0%	22.6	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺
2位:女性 60歳以上無職同居	7	14.0%	20.2	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
3位:男性 60歳以上無職独居	6	12.0%	150.6	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
4位:女性 40～59歳無職同居	4	8.0%	35.7	近隣関係の悩み+家族間の不和→うつ病→自殺
5位:男性 60歳以上無職同居	4	8.0%	18.6	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺

### 第3章 「生きる」自殺対策への取組 ～基本施策～

#### 基本施策1 自殺対策の普及と啓発

自殺のリスクを抱えた人を適切な支援につなげるためには、地域・市内のネットワーク強化や自殺対策を支える人材育成等とともに、市民に対する啓発や相談支援機関の周知が必要です。

9月10日から9月16日までの「自殺予防週間」、3月の「自殺対策強化月間」における、集中的な啓発活動を実施します。

また、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は十分に理解されていないのが実情です。命や暮らしの危機に陥った場合には誰かに援助を求めてよいということや、悩みを抱えている人の存在に気づき、思いに寄り添い、声をかけ、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守っていくという役割について、市民一人ひとりが理解することが大切です。

市民一人ひとりの気づきと見守りを促し、実践できるように普及と啓発を展開します。

#### (1) 心の健康づくりや自殺対策等（生きる支援）の情報や知識の普及啓発

- ▶ 心の健康づくりの正しい知識や、様々な相談窓口について、リーフレット等の配布や広報紙等を通じて、普及・啓発を行います。

取組	内容	関係課
自殺予防週間と自殺対策強化月間での啓発活動の推進	・自殺予防週間、自殺対策強化月間にあわせ、各施設にポスター等を掲示し広く市民に啓発します。 ・広報ちの・ホームページ等を活用し、自殺予防週間、自殺対策強化月間や心の健康づくりについて周知啓発を行います。	健康づくり推進課 地域創生課 公共施設
心の健康・生きる支援につながる相談窓口の周知	イベントや事業にあわせて、リーフレット等を配布し相談窓口の周知を図ります。	健康づくり推進課から市内関連課へ

#### 【目標指標】

指標	現状値 (R4年度)	目標値 (R9年度)	備考
自殺予防週間、自殺対策強化月間を知っている人の割合	24.2%	35%	市民アンケート
茅野市の「こころの健康相談」を知っている人の割合	30.3%	40%	市民アンケート

## 自殺予防週間、自殺対策強化月間

自殺対策基本法では、9月10日から9月16日までを「自殺予防週間」、3月を「自殺対策強化月間」と位置付け、啓発活動を広く展開するものとし、それにふさわしい事業を実施するよう努めることとされています。

また、国、県、市、関係機関及び関係団体が連携して「いのち支える自殺対策」という理念を前面に打ち出して啓発活動を推進し、あわせて、啓発事業によって援助を求めるに至った悩みを抱えた人が必要な支援を受けられるよう、支援策を重点的に実施することとされています。

## 自殺のサイン(自殺予防の十箇条)

次のようなサインを数多く認める場合は、自殺の危険が迫っていると言われてしています。

- 1 うつ病の症状がある(気分が沈む、自分を責める、不眠が続く など)
- 2 原因不明の身体の不調が長引く
- 3 酒量が増す
- 4 安全や健康が保てない
- 5 仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
- 6 職場や家庭でサポートが得られない
- 7 本人にとって価値あるもの(職、地位、家族、財産)を失う
- 8 重症の身体の病気にかかる
- 9 自殺を口にする
- 10 自殺未遂に及ぶ

(厚生労働省：職場における自殺の予防と対応)

## 基本施策2 自殺対策を支える人材育成の強化

さまざま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」が重要であり、「気づき」のための人材育成の方策を充実させる必要があります。具体的には、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連領域の方、住民に対して、誰もが早期の「気づき」に対応できるよう、ゲートキーパー等、必要な研修の機会の確保を図ることが求められます。

ゲートキーパーの役割を担う人が増えることで、その人らしく暮らせるまちづくりにつながり、誰も自殺に追い込まれることのない茅野市の実現を目指します。

### (1) 自殺対策に関する学習会

取組	内容	関係課
自殺対策に関連する学習会の実施	市職員及び関連団体・住民組織等を対象に自殺対策に関する学習会（ゲートキーパー研修等*）を実施し、ゲートキーパーの役割を知ること、早期に問題を発見し、適切な窓口につなげられるようにします。	健康づくり推進課 庁内関連各課

### (2) 学校教育現場における人材育成

取組	内容	関係課
こどもサポートコーディネーターの育成	こども・家庭支援を行い、包括的な自殺予防対策を推進する「こどもサポートコーディネーター」を育成します。	学校教育課 市内小中学校
生徒指導主事の育成	スクーリングや相談体制を整える生徒指導主事を育成します。	学校教育課 市内小中学校

### (3) 自殺対策従事者、関係者間の連携調整を行う担当者への心のケア

➤ 心のケアに従事する人を支えるためにできることを検討していきます。

#### 【目標指標】

指標	現状値 (R4 年度)	目標値 (R9 年度)	備考
自殺対策に関連する学習会の開催	3回	3回	

## 1 「ゲートキーパー」とは？

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のことです。特別な研修や資格は必要ありません。誰でもゲートキーパーになることができます。周りで悩んでいる人がいたら、やさしく声をかけてあげてください。

声をかけあうことで、不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。

ゲートキーパーは、「変化に気づく」「じっくりと耳を傾ける」「支援先につなげる」「温かく見守る」という4つの役割が期待されていますが、そのうちどれか1つができるだけでも、悩んでいる方にとっては大きな支えになるでしょう。

### 変化に気づく

家族や仲間の変化に気づいて声をかける

### じっくりと耳を傾ける

本人の気持ちを尊重し耳を傾ける

### 支援先につなげる

早めに専門家に相談するよう促す

### 温かく見守る

温かく寄り添いながらじっくりと見守る

## 2 「ゲートキーパー」の心得

- 温かみのある対応をしましょう
- 真剣に聴いているという姿勢を相手に伝えましょう
- 相手のこれまでの苦労をねぎらいましょう
- 心配していることを伝えましょう
- わかりやすく、かつゆっくり話をしましょう
- 一緒に考えることが支援です
- 準備やスキルアップも大切です
- 自分が相談にのって困ったときのつなぎ先を知っておきましょう
- ゲートキーパー自身の健康管理、悩み相談も大切です



## 3 ゲートキーパーは「命の門番」

ゲートキーパーは「命の門番」とも位置付けられています。悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤独・孤立」を防ぎ、支援することが重要です。

一人でも多くの方に、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、専門性の有無にかかわらず、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことがゲートキーパーの第一歩につながります。

ただし、難しくとらえすぎる必要はありません。悩んでいる人に寄り添い、話を丁寧に聴くことは大きな心の支えになるはずです。

困ったときには相談窓口や専門家の力を頼ってもよいと思います。

(厚生労働省「ゲートキーパーになろう！」リーフレットより)

### 基本施策3 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が必要です。生きることの促進要因への支援という観点から、居場所づくり、自殺未遂者への支援、遺された人への支援に関する対策を推進していきます。

#### (1) 居場所づくり・生きる楽しみ（生きがい）づくり

- ▶ 子どもの成長を支える居場所、世代間交流ができる場、高齢者、障害者等が他者とつながれる場をつくり、生きる楽しみと生きがいづくりを継続的に実施します。

取組	内容	関係課
地区こども館	こどもの居場所提供、子育て親子の交流の場の提供及び様々な世代が参加できる交流事業を実施するとともに、交流の促進・子育てに関する相談・子育てに関する情報提供等を実施します。	こども課
0123広場	親子の触れ合い、親同士の交流、学び合い、情報交換の場を提供します。また、日常的な子育て相談に加え、月2回家庭児童相談員による相談対応を実施します。	こども課
CHUKOらんど チノチノ	中高生世代の居場所提供をし、悩みなどの相談に対しては専門の相談機関へつなぐ支援を行っています。月2回家庭児童相談員が、チノチノでの相談対応を継続して行います。	こども課
公民館	市民の様々な学習要求に応え、教養・趣味・地域課題等の幅広い学習講座を開催します。	中央公民館
図書館	無料で利用でき、やすらげる居場所としてPRをし、利用者の見守り、広告啓発の場としてポスター等の掲示、チラシの配布をします。	図書館
地域活動支援センター	障害者の社会参加の場の提供をし、当事者や家族の日常の心配事を相談できる場とします。委託事業所と連携を図り、問題の早期発見・早期対応に努めます。	社会福祉課
市内温泉施設	コミュニティの形成や維持のため、温泉施設を管理運営することにより、生活の孤独感の解消を図り、自殺リスクを軽減します。	社会福祉課
考古館・博物館・史料館・青少年自然の森	考古館・博物館・史料館・青少年自然の森の運営を通し、居場所を提供し、各施設の催しを通し、交流の拠点となり、生きがいの場としていきます。	文化財課

(2) 相談体制の充実

- 各部署で行われている相談業務から必要な支援につなげます。

(3) 妊産婦、子育てをしている保護者への支援

- 妊娠期から、子育て世代は、生活が大きく変化し、様々な問題を抱える場面が多い時期です。国の妊産婦の死因の1位は自殺で、産後うつや育児ストレスが関係していると思われます。妊婦・産婦・子育てをしている保護者への支援の充実を図り、自殺のリスク低下に努めます。近年は、育児休暇をとる父親も増えていることから、父親への支援も行います。

(4) 自殺未遂者への支援

- 自殺未遂者は自殺対策においては重要なハイリスク群であり、自殺未遂者の再企図防止は自殺者を減少させるための優先課題の1つです。

(5) 遺された人への支援

- グリーフケアの視点で自死遺族の支援をし、後追いにつながらないようにします。

(6) インターネットによる人権侵害を防止する取組

- SNS等を悪用した特定個人への誹謗中傷等がおきないように、学校教育や生涯学習の場でインターネットを悪用することなく、お互いの人権を尊重した行動をとるよう啓発しています。(茅野市人権尊重推進活動)

【主な相談事業】

取組	内容	関係課
市民課における各種相談事業	各種専門の相談に応じ、内容により関係部署や機関と連携し必要な支援につなぎます。 【主な相談】市民相談、行政相談、法律相談	市民課
地区コミュニティセンターにおける各種相談	10地区の地区コミュニティセンターでは、身近な相談窓口として、相談内容に応じて関係先につなげるコーディネータ役となり、適切な関係先につなげます。	各地区コミュニティセンター
保健福祉サービスセンターにおける総合相談	相談・訪問を通じ、相談者が抱える保健・福祉に関する問題点やニーズを把握し、迅速かつ適切な対応を行う事で、安心して地域で生活できるよう支援します。 自殺未遂者支援については、医療機関や諏訪保健福祉事務所等と連携し支援を行います。	保健福祉サービスセンター
まいさぼ茅野市(生活困窮者自立相談支援事業)における相	働きたくても仕事がない、家族の介護のために仕事ができない、社会に出るのが怖くなったなど、さまざまな困難の中で生活に困窮している人に	社会福祉課 まいさぼ茅野市

談支援	包括的な支援を行います。	
労働に関する相談等	労働問題全般について相談に応じ必要な相談窓口を紹介します。 【主な相談】巡回労働相談	商工課
健康づくり推進課で行う健康相談	各相談内容に応じ、関係部署や機関と連携し必要な支援につなぎます。 【主な紹介先例】 各課専門の相談事業、自死遺族交流会	健康づくり推進課
こころの健康相談	眠れないなどうつ状態等にある市民の方の相談を臨床心理士が実施します。	健康づくり推進課
母子保健事業における相談支援	乳幼児の訪問、乳幼児健診等において相談を実施し必要な支援へつなぎます。(産婦人科、助産師会との連携、臨床心理士の相談等) 【主な事業】乳幼児健診、産後ケア事業、産婦健診事業、赤ちゃん訪問、保健師の訪問相談	健康づくり推進課
こども課で行う相談支援	各相談に応じ、内容により関係部署や機関と連携し必要な支援につなぎます。 【主な相談】臨床心理士による相談 家庭教育カウンセリング	こども課
こども・家庭総合支援拠点「育ちあいちの」での相談支援	妊産婦や子育て中の保護者からの各種相談、学校からの相談に、関係機関と連携して対応し、また支援体制を構築し、自殺リスクの軽減につなげます。	こども課
学校教育課で行う相談支援	各相談に応じ、内容により関係部署や機関と連携し必要な支援につなぎます。 【主な相談】臨床心理士による相談	学校教育課
保育園における相談支援	日常の送迎時における対話や連絡帳など様々な機会の中で、保護者が安心して話ができる場を保障することで、育児に対する悩みや不安が軽減するようにします。	幼児教育課 市内保育園等
保険課で行う相談支援	本人及び家族の負担軽減を図るため丁寧な対応を心掛け、心配なケースについては他部署・他機関との連携・協働し必要な支援につなげます。	保険課

(2)～(5)の相談を行う中で下記の必要な支援につなげます。

- ▶ 相談内容により、医療機関との連携（専門医の紹介へつなぐ）、精神保健福祉センターの紹介、自死遺族交流会の紹介、警察署との連携、諏訪保健福祉事務所で行われる「くらしと健康相談会」の紹介、依存症相談の紹介、長野県男女共同参画センターで行われる相談の紹介、産業保健センターの紹介等を行います。また、民間団体との連携等にも取り組みます。

### 【目標指標】

目標指標については、厚生労働省の手引に「可能な限り評価指標や目標を定めるように努める」とありますが、「自殺リスク者への個別支援といった事業は支援件数で評価することは適切ではない」とされています。

このことから、「基本施策3」については、量的な数値での評価が適切ではないため、目標値の設定は行いません。

## 基本施策4 地域ネットワークの強化

自殺対策が最大限その効果を発揮して「誰も自殺に追い込まれることのない茅野市」を実現するためには、国、県、市町村、関係機関、民間団体、企業、市民（地域）等が連携・協働し、自殺対策を総合的に実施することが必要です。

そのため、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有化し、自助・共助・公助で、相互に連携・協働しながら取組を推進していきます。

### (1) 地域における連携・ネットワークの強化

取組	内容	関係課
茅野市自殺対策連絡協議会	自殺対策連絡協議会において、関係機関などとの連携を強化し、地域での取組を推進していきます。	健康づくり推進課
茅野市要保護児童対策地域協議会	支援を必要としている要保護児童や、支援対象家族で自殺リスクが高いと思われる保護者等について、早期支援につながられるよう、関係機関の連携体制の強化を図ります。	こども課

### (2) 庁内における連携・ネットワークの強化

取組	内容	関係課
茅野市自殺対策推進本部	自殺対策の総合的な推進及び諸政策の調整を行います。	健康づくり推進課
茅野市自殺対策庁内連携会議	連携の効果を高めるために、生きる支援に関わる関連施策の担当部署や担当者が、それぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有し、全庁的に取組を推進していきます。	健康づくり推進課

### 【目標指標】

指標	現状値 (R4 年度)	目標値 (R9 年度)	備考
自殺対策連絡協議会の開催	年1回	年1回	
自殺対策関係事業の進捗管理	年1回	年1回	

## 基本施策 5 児童生徒の SOS の出し方に関する教育・支援

将来を担うかけがえのない子どもの命を守るためには、様々な問題を抱える子どもへの支援の実施に加えて、学校の場合において、児童生徒が命の大切さを実感できる教育のみならず、命や暮らしの危機に直面した時に「誰に」「どのように」助けを求めればよいかを学ぶための教育(=「SOS の出し方に関する教育」)を推進する必要があります。

### (1) SOS の出し方に関する教育の実施

取組	内容	関係課
相談員、スクールカウンセラーの積極的な活用	不安や悩みを抱えている親や子どもを支えられるようにする体制をつくります。	学校教育課
人権教育	学校の教育活動の中で、いのちについて学ぶ機会をつくることで、自殺対策につながる学習を行います。	学校教育課
SOS の出し方に関する教育	児童生徒に、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身につける等のための教育をします。	学校教育課 市内小中学校

### (2) SOS の出し方に関する教育を推進するための連携強化

取組	内容	関係課
どんぐりプラン(こども・家庭応援計画)の推進	0歳から18歳までの子どもに対し、地域の関係者が連携し、子どもの成長に合わせて切れ目なく総合的に支援できるよう、プランの推進を通じた情報交換や連絡調整を行うことにより、支援に必要な体制の整備を図ります。	こども課

### 【目標指標】

指標	現状値 (R4 年度)	目標値 (R9 年度)	備考
市内小中学校での SOS の出し方教育の実施	13 校	13 校	

## 第4章 「生きる」自殺対策への取組 ～重点施策～

### 重点施策1 高齢者対策

高齢者は閉じこもりや抑うつ状態になりやすく、孤独、孤立に陥りやすいと言われております。これら的高齢者特有の課題を踏まえつつ、多様な背景や価値観に対応した支援、働きかけが必要です。

高齢者の自殺対策は、各種の対策や、事業が実施されている地域も少なくないことから、既存事業の拡充、関連事業の活用や連携、未実施領域への対応など、地域の実状に合わせた施策の推進が求められます。

また、行政サービス、民間事業者のサービス、民間団体の支援等、生きることの包括的支援の推進を図ります。

そのために、地域包括ケアシステムや地域共生社会の実現等の施策と連動した事業の展開を図ることや、高齢者の孤立・孤独を防ぐための居場所づくり、社会参加の機会の創出等ができるよう、市民が持つ信頼関係や人間関係とともに、地域コミュニティの組織やボランティア組織の醸成を促進します。

#### (1) 包括的な支援のための連携の推進

- 健康、医療、介護、生活などに関する様々な関係機関や団体等の連携を推進し、包括的な支援体制を整備します。

取組	内容	関係課
保健福祉サービスセンターによる総合相談	相談・訪問を通じ、相談者が抱える保健・福祉に関する問題点やニーズを把握し、迅速かつ適切な対応を行う事で、安心して地域で生活できるよう支援します。	保健福祉サービスセンター
地域包括支援センターでの相談	地域包括支援センターが中核となり、各種福祉サービスの調整を図ります。	保険課 保健福祉サービスセンター
生活支援体制整備及び支え合いのための地域づくり	地域の生活支援サービスを担う事業主体と連携しながら、多様な日常生活上の支援体制の充実・強化及び高齢者の社会参加を推進するための体制整備を行います。 【連携先】茅野市社会福祉協議会	保険課 保健福祉サービスセンター

#### (2) 地域における要介護者及び家族に対する支援

- 介護サービス提供者やかかりつけ医、関係機関との連携により、介護者、家族を含めた包括的な支援を行います。

取組	内容	関係課
各種介護保険に関する相談支援	各種介護保険サービスの紹介、提供を行い必要な支援を行います。居宅支援事業者連絡会・認知症の人の家族会を実施し、支援に必要なスキルアップや相談を受けます。 【主な事業】 介護保険に関する窓口での相談 居宅支援事業者連絡会 認知症の人の家族会	保険課 保健福祉サービスセンター

### (3) 高齢者の健康不安に対する支援

- ▶ うつ病を含め、高齢者の自殺原因として最も多い健康問題について、相談支援を行います。

取組	内容	関係課
健康相談及び健康教育	身体・心の健康について相談に応じることができる場として、血圧測定、相談、講話等を実施します。	健康づくり推進課 保健福祉サービスセンター
健診に基づく保健指導及び受診勧奨	体の健康に対して、指導・助言することで、心身ともに健康でいられるよう支援します。 うつ状態がみられた場合等には、必要な受診勧奨を行います。 【連携先】茅野原地区医師会等※	健康づくり推進課 保健福祉サービスセンター
介護予防事業の実施	介護予防事業、認知症予防事業を通じ、高齢者の健康づくり・介護予防を推進します。 【主な事業】介護予防教室、認知症予防事業	保健福祉サービスセンター
見守りによる支援	民生児童委員による独居高齢者の訪問、見守りを行います。困りごと等を把握した場合には、関係機関と連携し必要な支援につなげます。	社会福祉課 民生児童委員

#### ※茅野原地区医師会等への連携について

慢性疾患を抱える高齢者に対する治療・ケアとうつ病の早期発見と治療を行う医師会及び、精神科等専門の医療機関を紹介します。

### (4) 社会参加の強化と孤独・孤立の予防

- ▶ 寿命の延伸、ライフスタイルの変化により、高齢者世帯、高齢独居世帯が増加しており、高齢者の社会参加の促進が自殺対策においても重要です。居場所づくりの活動では、さまざまな見守り活動を行っている地域住民や民間事業者と連携し、孤独や孤立の予防、解消を目的とした活動を行います。

取組	内容	関係課
地域介護予防支援活動への支援	地域における介護予防等の実践活動を促進するための支援を行います。	保健福祉サービスセンター
高齢者向け講座等	概ね60歳以上の方を対象に、通年講座（教養講座・技能講座・運動講座等）として高齢者大学を開設します。	中央公民館
社会参加や健康づくりのための事業	社会参加のための事業、健康づくりを実施します。 【主な事業】 高齢者作品展、高齢者クラブ、いきいき健幸ルーム、健康熟年大学、地区運動教室	社会福祉課 保健福祉サービスセンター
介護保険説明会での講話	65歳到達者を対象とした介護保険説明会で、介護保険制度の理解や心身の健康に対する知識・普及啓発を行います。	保険課 健康づくり推進課
高齢者への訪問事業等	ひきこもりがちな高齢者に訪問等を行い、ボランティア活動に参加を呼びかけ、地域のサロンに誘うことで外に出るきっかけづくりをします。 【連携先】 民生児童委員による訪問 社会福祉協議会による訪問やひとり暮らし安心コール事業	保険課 保健福祉サービスセンター 社会福祉課 民生児童委員

※ いきいき健幸ルーム： 高齢者福祉センター内に開設されています。転倒予防を目的とした「脚腰おたっしや教室」などの教室、からだところの健康講座等を開催しており、カフェコーナーも設けています。

### 【目標指標】

指標	現状値 (H30年～R4年)	目標値 (R5～R9年)	備考
茅野市の70歳以上の平均自殺率（人口10万対）	17.0	13.6	現状値の20%減を目指す

平均自殺率

H30～R4年の5年間の70歳以上のみを累計して計算

・70歳以上自殺死亡者数11人÷70歳以上人口64,675人×100,000÷17.0

## 重点施策 2 生活困窮者対策、無職者・失業者対策

生活困窮状態にある人は、単に経済的に困窮しているだけでなく、心身の健康や家族との人間関係、ひきこもりなど、他の様々な問題を抱えた結果、自殺に追い込まれることが少なくないと考えられます。そのため、生活困窮者自立支援制度に基づく支援と自殺対策を連動させて、経済や生活面の支援のほか、心の健康等についても支援を行う必要があります。

関係部署や支援機関が、生活困窮者に必要な支援を行うことができるよう連携の強化や相談会等の周知を行います。

### (1) 多分野多機関のネットワークの構築とそれに基づく相談支援

取組	内容	関係課
納付相談時等における関係機関との連携	各種税金や保険料の支払い等の際、生活面での深刻な問題を抱えていたり困難な状況にある方の相談を随時窓口で受け付けます。庁内の連携を行い、必要時、専門の相談機関等を紹介します。 <b>【連携先】</b> 庁内関係各課、諏訪保健福祉事務所、長野県弁護士会、長野県弁護士会諏訪在住会で実施する各相談事業の紹介	税務課 水道課 都市計画課 保険課 社会福祉課等の庁内関係各課

### (2) 生活困窮を抱えたハイリスク者に対する個別支援

取組	内容	関係課
生活保護に関する相談	生活に困窮する方に対し、その困窮の程度に応じ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、その自立を助長します。受給世帯の課題を的確に把握し、必要に応じて適切な支援先につなげます。	社会福祉課
まいさぼ茅野市での相談 生活困窮者自立支援	「まいさぼ茅野市」※では、生活困窮の状態にある人、生活困窮に陥る不安のある人からの相談に応じ、経済的自立、日常生活自立、社会生活自立等課題を整理し、ハローワークと連携した就労支援等、継続的な相談支援を行います。相談者（世帯）の課題に応じ、就労の手前の段階における生活・社会訓練の場の提供（就労準備支援）、住居等の支援（住居確保給付金、一時生活支援）及び家計相談支援を行います。また、ひきこもり相談会「こもさぼ」を開催し、個々の自立に向けて支援しています。	社会福祉課

	<b>【連携先】</b> 社会福祉協議会による暮らしのつなぎ資金貸付、生活福祉資金貸付	
保健福祉サービスセンターによる総合相談	相談・訪問を通じ、相談者が抱える保健・福祉に関する問題点やニーズを把握し、迅速かつ適切な対応を行う事で、安心して地域で生活できるよう支援します。 <b>【主な連携先】</b> ハローワーク諏訪、諏訪圏域障がい者就業・生活支援センターすわーくらいふ	保健福祉サービスセンター

※「まいさぼ茅野市」は、茅野市役所社会福祉課内に開設しています。「まいさぼ」は、「マイサポート」の略語です。  
働きたくても仕事がない、家族の介護のために仕事ができない、社会に出るのが怖くなったなど、さまざまな困難の中で生活に困窮している人に包括的な支援を行います。家族や周りの方からの相談も受け付けています。

### 【目標指標】

目標指標については、厚生労働省の手引に「可能な限り評価指標や目標を定めるように努める」とありますが、「自殺リスク者への個別支援といった事業は支援件数で評価することは適切ではない」とされています。このことから、「重点施策2」については、量的な数値での評価は適切ではないため、目標値の設定は行いません。

### 重点施策 3 こども・若者対策

こども・若者対策として、児童生徒、大学生、10歳代から30歳代の対象者を念頭に自殺対策を進める必要があります。

こども・若者対策は、そのライフスタイルや生活の場に応じた対応が求められます。抱える悩みは多様ですが、子どもから大人への移行期には特有の大きな変化があり、ライフステージや立場ごとに置かれている状況も異なることから、それぞれの段階にあった対策が求められます。

児童生徒及び学生は家庭、地域、学校を主な生活の場としており、自殺対策に関する機関としては児童福祉や教育機関が挙げられます。また、どんぐりプランの推進等による地域での子育てネットワークの役割や、たくましく、やさしい、夢のある子どもに育つことを願い、生きる力を育む取組も重要です。

10歳代後半からは、非就学の若者が増加することから、若者の就労、生活支援に関わる労働関係機関やこれらの世代に関連する機関、団体も支援に関係します。そのため、保健・医療・福祉・教育・労働等の分野の関係機関と連携のもとで機能する支援が必要となります。

#### (1) 若者の抱えやすい課題に着目した学生・生徒等への支援の充実

- ▶ いじめや周囲との人間関係、デートDV※、進学や就職といった進路、家庭内での悩みや性の悩みなど、学生や生徒の年代である若者が抱えうる悩みには、多様かつ児童生徒特有の課題があります。学生や生徒等への支援を充実させるためには、教育機関内にとどまらず、地域における児童福祉との連携が求められます。庁内連携会議や自殺対策連絡協議会等の場合は、総合的な自殺対策に関わる多様な関係機関が集まっており、教育機関と地域との連携を進めます。※デートDV: 交際中の若いカップルの中で起こる暴力

取組	内容	関係課
こども課で実施する相談支援	各種相談の中で、必要時、関係部署や機関と連携し必要な支援につなぎます。 【主な相談】 こども・家庭総合支援拠点「育ちあいの」の相談 臨床心理士による相談 こども館 0123 広場で行われる相談 CHUKO らんどチノチノでの相談	こども課
学校教育課で実施する相談支援	各学校で児童・生徒への相談を実施しています。必要時、関係部署や機関と連携し必要な支援につなぎます。 【主な相談】 相談支援員による相談	学校教育課 市内小中学校
各学校での相談支援	教職員による相談体制を充実させ、こども・家庭総合支援拠点「育ちあいの」との連携を強化していきます。	学校教育課 市内小中学校

心のよつ葉のクローバープランに基づく支援	こども・家庭総合支援拠点「育ちあいの」との連携を行いながら「心の教育」に努めます。	市内小中学校 学校教育課 こども課
生徒向けの相談窓口の周知	生徒向けの心の相談窓口についての周知を行います。	高等学校

## (2) 経済的困難を抱える子ども等への支援の充実

- ▶ 経済的な困難を抱えているなど、生活困窮世帯が抱える様々な問題は、その家庭で成長する子どもや若者の自殺のリスクを高める要因にもなりかねません。そのため、子どもの貧困対策の推進に関する法律に基づいて実施される施策を、子どもや若者の自殺を予防しうる対策としても捉えなおす必要があります。

取組	内容	関係課
就学援助費と特別支援就学奨励費に関する事務	<ul style="list-style-type: none"> <li>・経済的な理由により就学困難な児童生徒に対して、給食費、学用品費等の費用補助を行います。</li> <li>・特別支援学級在籍者、通級者等に対し、就学奨励費の補助を行います。</li> </ul>	学校教育課
ひとり親家庭支援への給付に関する事務	<ul style="list-style-type: none"> <li>①自立支援教育訓練給付金</li> <li>②高等職業訓練促進給付金等</li> <li>③高等学校卒業程度認定試験合格支援給付金</li> </ul>	こども課
母子・父子自立支援員による支援	ひとり親家庭等の相談に応じ、その自立に必要な情報提供及び助言、職業能力の向上及び求職活動に関する支援をします。	こども課
教職員による見守り	教職員が子どもの日常的な家庭状況について把握し見守りを行います。	市内小中学校 高等学校
経済的困難を抱える子どもの保護者への自立支援	生活困窮者自立相談支援事業（まいさぼ茅野市）の相談支援の利用により、「まいさぼ茅野市」とハローワークと連携した就労支援等、自立に向けた支援を行います。	社会福祉課

## (3) 社会全体で若者の自殺のリスクを減らす取組

取組	内容	関係課
どんぐりプランの推進	0歳から18歳までの子どもに対し、地域の関係者が連携し、子どもの成長に合わせて切れ目なく総合的に支援できるよう、プランの推進を通じた情報交換や連絡調整を行います。また、支援に必要な体制の整備を図るとともに、小中一貫教育、こころのよつ葉のクローバープラン、コミュニティスクールを中核とした学校運営などの取組を行うことにより、子どもたちに「生きる力」を育むことを目指します。	こども課 学校教育課

薬物乱用防止活動	小中高生への薬物乱用防止教室を行います。 【連携先】 【諏訪地区保護司会】、【諏訪薬剤師会】 【茅野市更生保護女性会】【茅野市ライオンズクラブ】	学校教育課
茅野市子ども・家庭の豊かな未来づくり推進計画の推進	子どもの将来が、その生まれ育った環境によって左右され、経済的困難な状況が世代を超えて連鎖することがないように、子どもたちの生活環境を整備するとともに、教育の機会均等整備等を図り、全ての子どもがその将来に夢や希望をもって成長していける社会の実現を目指します。	子ども課

#### (4) 若者（20代～30代）への支援の充実

- 20代・30代の若者は、高校卒業後の進路選択、就職後の勤労問題、結婚・出産後には、産後うつや育児ストレス等、生活が大きく変化し、様々な問題を抱える場面が多い時期です。各年代にあわせて相談・支援を行います。

取組	内容	関係課
企業へのメンタルヘルスに関する情報提供	市内の企業に対し、メンタルヘルス対策についての資料や「メンタルヘルス出張講座」等の情報提供を行います。また依頼のあった市内の企業へ出向き、うつ病や心の健康について普及啓発を図ります。	健康づくり推進課 商工課
母子保健事業における相談支援	乳幼児の訪問、乳幼児健診等において相談を実施し必要な支援へつなぎます。(産婦人科、助産師会との連携、臨床心理士の相談等) 【主な事業】乳幼児健診、産後ケア事業、産婦健診事業、赤ちゃん訪問、保健師の訪問相談	健康づくり推進課
こころの健康相談	眠れないなどうつ状態等にある市民の方の相談を臨床心理士が実施します。	健康づくり推進課

#### 【目標指標】

指標	現状値 (H30年～R4年)	目標値 (R5～R9年)	備考
茅野市の10～30歳代の平均自殺率（人口10万対）	19.3	15.4	現状値の20%減を目指す

平均自殺率

H30～R4年の5年間の10～39歳を累計して計算

・10～30歳代自殺死亡者数15人÷10～39歳人口77,899人×100,000÷19.3

## 重点施策 4 勤務問題対策

自殺総合対策大綱では、「勤務問題による自殺対策をさらに推進する」ことが重点施策となっています。

この背景には、長時間労働やパワーハラスメント等の勤務問題に関する自殺が社会的な問題となっていることから対策が必要と明記されています。

茅野市の職業別自殺者数でも、被雇用・勤め人の自殺割合が多いことがわかっています。

このことから、勤務問題について相談対応を行う相談窓口の周知、自殺のリスクを生まない職場環境改善等に取り組む企業への支援等が必要となります。

### (1) 職場におけるメンタルヘルス対策の推進

➤職域におけるメンタルヘルス対策はストレスチェック制度の活用や小規模事業所への対応として県に設置された産業保健総合支援センターの活動等、多様な支援が行われていています。これらの支援制度を活用するために地域における自殺対策と職域におけるメンタルヘルス対策の連動を図る必要があります。

※ストレスチェック ストレスに関する質問紙に労働者が記入し分析することで、自分のストレスを調べる検査

### (2) 長時間労働の是正

➤働き方改革実行計画により、長時間労働の是正が図られていくことが期待されますが、自殺対策の観点からも県・市において、普及啓発や企業向け研修会、連携会議の場などで好事例を紹介するなどして長時間労働の是正への機運を醸成し、被雇者の長時間労働の是正を促す必要があります。

### (3) ハラスメント防止対策

➤ハラスメント※は勤務問題に関する自殺の大きな背景要因です。ハラスメントや長時間労働は、往々にして勤務歴が短い等、職場の中で弱い立場にある労働者が被害を受けやすくなります。職域におけるハラスメント対策の実施状況を地域の経済団体や関係部局と共有し、社会全般のハラスメント防止への意識、関心の涵養を図り、職域におけるハラスメント防止対策の促進を支援します。

※ハラスメント：嫌がらせやいじめ

### (4) 経営者に対する相談事業の実施等

➤自営業者を含む経営者の自殺の背景として経営問題が重要ですが、実際の対応には精神科医療や家族の問題など様々な問題に対して包括的に対応する必要があります。

取組	内容	関係課
企業へのメンタルヘルスに関する情報提供	市内の企業に対し、メンタルヘルス対策についての資料や「メンタルヘルス出張講座」等の情報提供を行います。また依頼のあった市内の企業へ出向き、うつ病や心の健康について普及啓発を図ります。	健康づくり推進課 商工課
専門の相談機関の紹介	労働者や企業から相談が入った場合には、労働に関する専門の機関を紹介します。 【主な労働に関する相談先】 岡谷労働基準監督署、南信労政事務所、長野県弁護士会、茅野原地区医師会（産業医）等	商工課 健康づくり推進課

#### 【目標指標】

指標	現状値 (R4 年度)	目標値 (R9 年度)	備考
企業へのメンタルヘルスに関する情報提供	1 回	1 回	

第2次 茅野市「生きる」自殺対策行動計画 【施策と主な取組】

基本理念		施策	施策の内容	おもな行政の取組
誰も自殺に追い込まれることのない茅野市の実現を目指して	基本施策	1 自殺対策の普及と啓発	(1) 心の健康づくりや自殺対策等(生きる支援)の情報や知識の普及啓発	自殺予防週間と自殺対策強化月間での啓発活動の推進 心の健康・生きる支援につながる相談窓口の周知
		2 自殺対策を支える人材育成の強化	(1) 自殺対策に関する学習会 (2) 学校教育現場における人材育成 (3) 自殺対策従事者、関係者間の連携調整を行う担当者への心のケア	自殺対策に関連する学習会の実施 子どもサポートコーディネーターの育成・生徒指導主事の育成 心のケアに従事する人を支える取組
		3 生きることの促進要因への支援	(1) 居場所づくり・生きる楽しみ(生きがい)づくり (2) 相談体制の充実 (3) 妊産婦、子育てをしている保護者への支援 (4) 自殺未遂者への支援 (5) 遺された人への支援	地区子ども館・0123広場・CHUKOらんどチノチノ・公民館・図書館・地域活動支援センター等を活用  【主な相談事業】 市民課における各種相談事業 地区コミュニティセンターにおける各種相談 保健福祉サービスセンターにおける総合相談 まいさぼ茅野市における相談支援 労働に関する相談等 健康づくり推進課で行う健康相談・こころの健康相談 母子保健事業における相談支援 子ども課で行う相談支援 子ども・家庭総合支援拠点「育ちあいちの」での相談支援 学校教育課で行う相談支援 保育園における相談支援 保険課で行う相談支援
		4 地域ネットワークの強化	(1) 地域における連携・ネットワークの強化 (2) 庁内における連携・ネットワークの強化	茅野市自殺対策連絡協議会 茅野市要保護児童対策地域協議会 茅野市自殺対策推進本部 茅野市自殺対策庁内連携会議
		5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育・支援	(1) SOSの出し方に関する教育の実施 (2) SOSの出し方に関する教育を推進するための連携強化	相談員、スクールカウンセラーの活用 人権教育・SOSの出し方に関する教育 子ども・家庭応援計画(どんぐりプラン)の推進
	重点施策	1 高齢者対策	(1) 包括的な支援のための連携の推進 (2) 地域における要介護者及び家族に対する支援 (3) 高齢者の健康不安に対する支援 (4) 社会参加の強化と孤独・孤立の予防	保健福祉サービスセンターによる総合相談・地域包括支援センターでの相談・生活支援体制整備及び支え合いのための地域づくり 各種介護保険に関する相談支援 健康相談及び健康教育・健診に基づく保健指導及び受診勧奨・介護予防事業の実施・見守りによる支援 地域介護予防支援活動への支援 中央公民館での高齢者向け講座等 社会参加や健康づくりのための事業 介護保険説明会での講話、高齢者への訪問事業等
		2 生活困窮者対策、無職者・失業者対策	(1) 多分野多機関のネットワークの構築とそれに基づく相談支援 (2) 生活困窮を抱えたハイリスク者に対する個別支援	納付相談時等における関係機関との連携 生活保護に関する相談・まいさぼ茅野市での相談 生活困窮者自立支援 保健福祉サービスセンターによる総合相談
		3 子ども・若者対策	(1) 若者の抱えやすい課題に着目した学生・生徒等への支援の充実 (2) 経済的困難を抱える子ども等への支援の充実 (3) 社会全体で若者の自殺のリスクを減らす取組 (4) 若者(20代～30代)への支援の充実	子ども課で実施する相談支援 学校教育課で実施する相談支援 各学校での相談支援 心のよつ葉のクローバープランに基づく支援 生徒向けの相談窓口の周知 就学援助費と特別支援就学奨励費に関する事務 ひとり親家庭支援への給付に関する事務 ひとり親家庭支援への給付に関する事務 母子・父子自立支援員による支援 教職員による見守り 経済的困難を抱える子どもの保護者への自立支援 どんぐりプランの推進、薬物乱用防止活動 茅野市子ども・家庭の豊かな未来づくり推進計画の推進 企業へのメンタルヘルスに関する情報提供 母子保健事業における相談支援 こころの健康相談
		4 勤務問題対策	(1) 職場におけるメンタルヘルス対策の推進 (2) 長時間労働の是正 (3) ハラスメント防止対策 (4) 経営者に対する相談事業の実施等	企業へのメンタルヘルスに関する情報提供 専門の相談機関の紹介

目標指標			現状値 R4年度	目標値 R9年度	備考
計画の数値目標		茅野市自殺率 (人口10万対)	H30-R4 15.0	R5-R9 13.4	現状値の20%減 を目指す
基本 施策	1 自殺対策の普及と啓発	自殺予防週間、自殺対策強化 月間を知っている人の割合	24.2%	35.0%	市民アンケート
		茅野市の「こころの健康相談」を 知っている人の割合	30.3%	40.0%	市民アンケート
	2 自殺対策を支える人材 育成の強化	自殺対策に関する研修会の開催	3回	3回	
	3 生きることの促進要因へ の支援	「基本施策3」については、量的な数値での評価は適切ではないため、目標値の設定は行いません。今後、各事業の実施の有無や課題等の把握をすることで、評価を行います。			
	4 地域ネットワークの強化	自殺対策連絡協議会の開催	1回	1回	
自殺対策関係事業の進捗管理		1回	1回		
5 児童生徒のSOSの出し 方に関する教育・支援	市内小中学校でのSOSの出し方 教育の実施	13校	13校		
重点 施策	1 高齢者対策	茅野市の70歳以上の自殺率 (人口10万対)	H30-R4 17.0	R5-R9 13.6	現状値の20%減 を目指す
	2 生活困窮者対策、無職 者・失業者対策	「重点施策2」については、量的な数値での評価は適切ではないため、目標値の設定は行いません。今後、各事業の実施の有無や課題等の把握をすることで評価を行います。			
	3 こども・若者対策	茅野市の10～30歳代自殺率 (人口10万対)	H30-R4 19.3	R5-R9 15.4	現状値の20%減 を目指す
	4 勤務問題対策	企業へのメンタルヘルスに 関する情報提供	1回	1回	

※自殺死亡率は、自殺日・居住地の統計による

## 第5章 茅野市の自殺対策行動計画の推進

### 1 計画の周知

本計画を推進していくために、市民一人ひとりが自殺対策への重要性を理解し、取組を行えるよう市ホームページなどによる周知を行います。

### 2 計画の推進

自殺対策行動計画を推進するためには、第3次福祉21ビーンズプラン、第4次障害者保健福祉計画、第7期高齢者保健福祉計画などの各分野別計画との整合を図り、施策を実施・推進します。

### 3 進行管理

本計画の取組状況や目標値について、茅野市自殺対策庁内連携会議、茅野市自殺対策連絡協議会において計画の進行管理を行います。

茅野市自殺対策推進本部

役職	職名
本部長	市長
副本部長	副市長
	教育長
本部員	総務部長
	企画部長
	市民環境部長
	健康福祉部長
	産業経済部長
	都市建設部長
	こども部長
	生涯学習部長
	議会事務局長
	消防署長
	会計管理者

茅野市自殺対策庁内連携会議

部名	課名
総務部	総務課
	税務課
企画部	地域創生課
市民環境部	市民課
	パートナーシップのまちづくり推進課
健康福祉部	社会福祉課
	保険課
	健康づくり推進課
	保健福祉サービスセンター
産業経済部	商工課
都市建設部	都市計画課
	水道課
教育委員会	
こども部	こども課
	幼児教育課
	学校教育課
生涯学習部	生涯学習課
	文化財課

※委員長：健康福祉部長 事務局：健康づくり推進課

茅野市自殺対策連絡協議会

関係機関・団体名等
茅野警察署 生活安全課
茅野原地区医師会
組合立諏訪中央病院
薬剤師会
諏訪地区保護司会
茅野市民生児童委員協議会
茅野市社会福祉協議会
茅野市校長会
茅野高等学校
東海大学付属諏訪高等学校
公立諏訪東京理科大学
長野県弁護士会諏訪在住会
諏訪公共職業安定所
茅野市労務対策協議会
臨床心理士
メンタルヘルス出張講座講師 看護師
諏訪保健福祉事務所 健康づくり支援課
茅野消防署
茅野市長
茅野市教育長
茅野市健康福祉部長

## 資料編

### 茅野市自殺対策連絡協議会規約

(名称)

第1条 本会は、茅野市自殺対策連絡協議会（以下「協議会」という。）と称する。

(目的)

第2条 協議会は、自殺対策基本法（平成18年法律第85号）第8条の規定による自殺総合対策大綱に基づき、関係機関及び民間団体等の相互の密接な連携を確保し、本市における自殺対策を総合的かつ効果的に推進することを目的とする。

(任務)

第3条 協議会は、自殺対策の計画及び推進のために必要な事項について協議し、及び関係機関相互の連絡調整を行う。

(組織)

第4条 協議会は、委員25人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる団体から、推薦された者とする。

- (1) 警察関係者
- (2) 医療関係者
- (3) 福祉関係者
- (4) 教育関係者
- (5) 法律関係者
- (6) 労働関係者
- (7) 前6号に掲げるもののほか、市長が認める者

(任期)

第5条 委員の任期は、2年以内とし、再任を妨げない。ただし、委員が欠けた場合における補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(委員長及び副委員長)

第6条 協議会に委員長及び副委員長を置き、委員の互選により選出する。

2 委員長は、会務を総理し、協議会を代表する。

3 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第7条 協議会は、委員長が招集し、その議長となる。

2 委員が出席できない場合は、所属する団体の中で、委員が指名する者を代理として出席させることができる。

3 協議会は、必要に応じて委員以外の者を会議に出席させ、その意見を聴取することができる。

(庶務)

第8条 協議会の庶務は、健康福祉部健康づくり推進課において処理する。

(委任)

第9条 この規約に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、委員長が協議会に諮って定める。

附則

この規約は、平成30年8月20日から施行する。

# 自殺対策基本法(平成 18 年法律第 85 号)最終改正:平成 28 年法律第 11 号

## 目次

- 第一章 総則（第一条—第十一条）
- 第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等（第十二条—第十四条）
- 第三章 基本的施策（第十五条—第二十二条）
- 第四章 自殺総合対策会議等（第二十三条—第二十五条）
- 附則

### 第一章 総則

#### （目的）

第一条 この法律は、近年、我が国において自殺による死亡者数が高い水準で推移している状況にあり、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、これに対処していくことが重要な課題となっていることに鑑み、自殺対策に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、自殺対策の基本となる事項を定めること等により、自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的とする。

#### （基本理念）

第二条 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかけがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えつつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

- 2 自殺対策は、自殺が個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく、その背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、社会的な取組として実施されなければならない。
- 3 自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。
- 4 自殺対策は、自殺の事前予防、自殺発生の危機への対応及び自殺が発生した後又は自殺が未遂に終わった後の事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施されなければならない。
- 5 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

#### （国及び地方公共団体の責務）

第三条 国は、前条の基本理念（次項において「基本理念」という。）にのっとり、自殺対策を総合的に策定し、及び実施する責務を有する。

- 2 地方公共団体は、基本理念にのっとり、自殺対策について、国と協力しつつ、当該地域の状況に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。
- 3 国は、地方公共団体に対し、前項の責務が十分に果たされるように必要な助言その他の援助を行うものとする。

(事業主の責務)

第四条 事業主は、国及び地方公共団体が実施する自殺対策に協力するとともに、その雇用する労働者の心の健康の保持を図るため必要な措置を講ずるよう努めるものとする。

(国民の責務)

第五条 国民は、生きることの包括的な支援としての自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるよう努めるものとする。

(国民の理解の増進)

第六条 国及び地方公共団体は、教育活動、広報活動等を通じて、自殺対策に関する国民の理解を深めるよう必要な措置を講ずるものとする。

(自殺予防週間及び自殺対策強化月間)

第七条 国民の間に広く自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるとともに、自殺対策の総合的な推進に資するため、自殺予防週間及び自殺対策強化月間を設ける。

- 2 自殺予防週間は九月十日から九月十六日までとし、自殺対策強化月間は三月とする。
- 3 国及び地方公共団体は、自殺予防週間においては、啓発活動を広く展開するものとし、それこふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。
- 4 国及び地方公共団体は、自殺対策強化月間においては、自殺対策を集中的に展開するものとし、関係機関及び関係団体と相互に連携協力を図りながら、相談事業その他それこふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

(関係者の連携協力)

第八条 国、地方公共団体、医療機関、事業主、学校（学校教育法（昭和二十二年法律第二十六号）第一条に規定する学校をいい、幼稚園及び特別支援学校の幼稚部を除く。第十七条第一項及び第三項において同じ。）、自殺対策に係る活動を行う民間の団体その他の関係者は、自殺対策の総合的かつ効果的な推進のため、相互に連携を図りながら協力するものとする。

(名誉及び生活の平穩への配慮)

第九条 自殺対策の実施に当たっては、自殺者及び自殺未遂者並びにこれら者の親族等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない。

(法制上の措置等)

第十条 政府は、この法律の目的を達成するため、必要な法制上又は規制上の措置その他の措置を講じなければならない。

(年次報告)

第十一条 政府は、毎年、国会に、我が国における自殺の概況及び講じた自殺対策に関する報告書を提出しなければならない。

## 第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等

### (自殺総合対策大綱)

第十二条 政府は、政府が推進すべき自殺対策の指針として、基本的かつ総合的な自殺対策の大綱（次条及び第二十三条第二項第一号において「自殺総合対策大綱」という。）を定めなければならない。

### (都道府県自殺対策計画等)

第十三条 都道府県は、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、当該都道府県の区域内における自殺対策についての計画（次項及び次条において「都道府県自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

2 市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画（次条において「市町村自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

### (都道府県及び市町村に対する交付金の交付)

第十四条 国は、都道府県自殺対策計画又は市町村自殺対策計画に基づいて当該地域の状況に応じた自殺対策のために必要な事業、その総合的かつ効果的な取組等を実施する都道府県又は市町村に対し、当該事業等の実施に要する経費に充てるため、推進される自殺対策の内容その他の事項を勘案して、厚生労働省令で定めるところにより、予算の範囲内で、交付金を交付することができる。

## 第三章 基本的施策

### (調査研究等の推進及び体制の整備)

第十五条 国及び地方公共団体は、自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するため、自殺の実態、自殺の防止、自殺者の親族等の支援の在り方、地域の状況に応じた自殺対策の在り方、自殺対策の実施の状況等又は心の健康の保持増進についての調査研究及び検証並びにその成果の活用を推進するとともに、自殺対策について、先進的な取組に関する情報その他の情報の収集、整理及び提供を行うものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策の効率的かつ円滑な実施に資するための体制の整備を行うものとする。

### (人材の確保等)

第十六条 国及び地方公共団体は、大学、専修学校、関係団体等との連携協力を図りながら、自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上に必要な施策を講ずるものとする。

### (心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進等)

第十七条 国及び地方公共団体は、職域、学校、地域等における国民の心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進並びに相談体制の整備、事業主、学校の教職員等に対する国民の心の健康の保持に関する研修の機会の確保等必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策で大学及び高等専門学校に係るものを講ずるに当たっては、大学及び高等専門学校における教育の特性に配慮しなければならない。

3 学校は、当該学校に在籍する児童、生徒等の保護者、地域住民その他の関係者との連携を図りつつ、当該学校に在籍する児童、生徒等に対し、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生き

ていくことについての意識の涵養等に資する教育又は啓発、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育又は啓発その他当該学校に在籍する児童、生徒等の心の健康の保持に係る教育又は啓発を行うよう努めるものとする。

#### (医療提供体制の整備)

第十八条 国及び地方公共団体は、心の健康の保持に支障を生じていることにより自殺のおそれがある者に対し必要な医療が早期かつ適切に提供されるよう、精神疾患を有する者が精神保健に関して学識経験を有する医師（以下この条において「精神科医」という。）の診療を受けやすい環境の整備、良質かつ適切な精神医療が提供される体制の整備、身体の傷害又は疾病についての診療の初期の段階における当該診療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、救急医療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、精神科医とその地域において自殺対策に係る活動を行うその他の心理、保健福祉等に関する専門家、民間の団体等の関係者との円滑な連携の確保等必要な施策を講ずるものとする。

#### (自殺発生回避のための体制の整備等)

第十九条 国及び地方公共団体は、自殺をする危険性が高い者を早期に発見し、相談その他の自殺の発生を回避するための適切な対処を行う体制の整備及び充実に必要な施策を講ずるものとする。

#### (自殺未遂者等の支援)

第二十条 国及び地方公共団体は、自殺未遂者が再び自殺を図ることのないよう、自殺未遂者等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

#### (自殺者の親族等の支援)

第二十一条 国及び地方公共団体は、自殺又は自殺未遂が自殺者又は自殺未遂者の親族等に及ぼす深刻な心理的影響が緩和されるよう、当該親族等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

#### (民間団体の活動の支援)

第二十二条 国及び地方公共団体は、民間の団体が行う自殺の防止、自殺者の親族等の支援等に関する活動を支援するため、助言、財政上の措置その他の必要な施策を講ずるものとする。

### 第四章 自殺総合対策会議等

#### (設置及び所掌事務)

第二十三条 厚生労働省に、特別の機関として、自殺総合対策会議（以下「会議」という。）を置く。

2 会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

- 一 自殺総合対策大綱の案を作成すること。
- 二 自殺対策について必要な関係行政機関相互の調整をすること。
- 三 前二号に掲げるもののほか、自殺対策に関する重要事項について審議し、及び自殺対策の実施を推進すること。

(会議の組織等)

第二十四条 会議は、会長及び委員をもって組織する。

- 2 会長は、厚生労働大臣をもって充てる。
- 3 委員は、厚生労働大臣以外の国务大臣のうちから、厚生労働大臣の申出により、内閣総理大臣が指定する者をもって充てる。
- 4 会議に、幹事を置く。
- 5 幹事は、関係行政機関の職員のうちから、厚生労働大臣が任命する。
- 6 幹事は、会議の所掌事務について、会長及び委員を助ける。
- 7 前各項に定めるもののほか、会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

(必要な組織の整備)

第二十五条 前二条に定めるもののほか、政府は、自殺対策を推進するにつき、必要な組織の整備を図るものとする。

附 則 (抄)

(以下、省略)