

# 厚木市自殺対策計画

概要版

平成31年3月

厚木市

## 計画策定の背景と趣旨

平成 28 年 4 月に改正された自殺対策基本法では、基本理念に「自殺対策は、生きることの包括的な支援として実施されなければならない」と明記されたほか、全ての都道府県及び市町村が自殺対策計画を定める旨の規定が盛り込まれました。

本市では、これまで「厚木市自殺対策庁内連絡会議」を設置するとともに、庁内関係部署及び関係機関・関係団体からなる「セーフコミュニティ自殺予防対策委員会」を設置して、自殺対策を「安心・安全なまちづくり」の一環として総合的に推進してきたところです。

本計画は、これまでの本市の取組をより一層発展させるとともに、セーフコミュニティの推進や地域包括ケア社会の実現に向けた各種施策と一体的に自殺対策を推進していくため策定するものです。

## 自殺対策の基本認識

### 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である。

自殺は、個人の自由な意思や選択と思われがちですが、実際には、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥った末の死と言えます。

また、自殺の直前には、心理的に追い詰められた結果、うつ病などの精神疾患を発症していることが多く、正常な判断ができなくなっていると言われています。

これらのことから、「自殺は、その多くが追い込まれた末の死」であるとともに、個人の問題ではなく、誰にでも起こり得る身近な問題であることを認識する必要があります。

### 自殺は、その多くが社会的な取組で防ぐことのできる問題である。

自殺の原因・動機となる様々な要因のうち、失業、倒産、多重債務、長時間労働等については、制度の見直しや相談支援体制の整備等の社会的な取組により防ぐことが可能です。

また、健康問題や家族問題等、個人の問題と思われる要因であっても、専門家への相談や精神疾患等の治療について社会的な支援の手を差し伸べることにより解決に向かうことが可能です。

このように、社会の適切な介入により、多くの自殺を防ぐことができます。

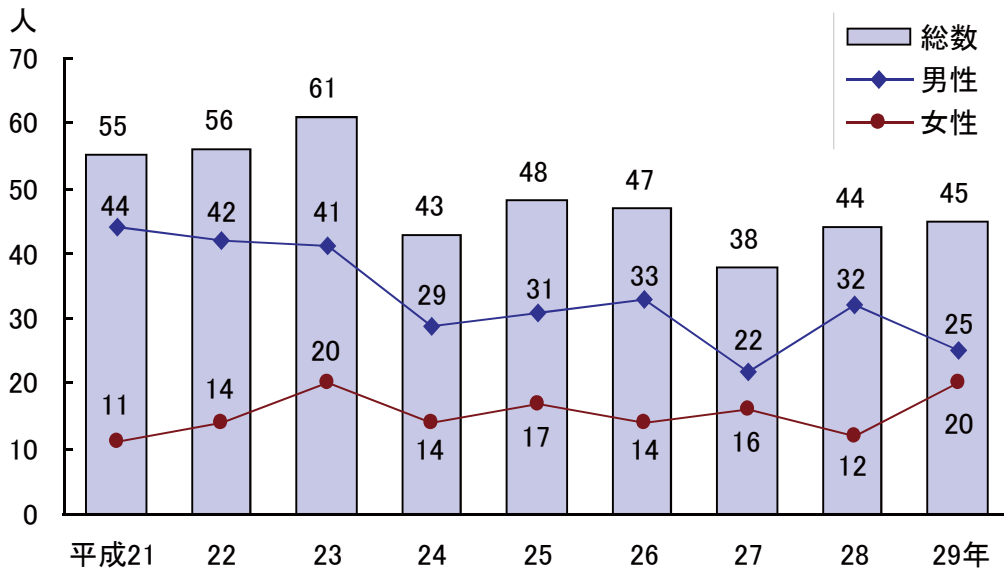
### 自殺を考えている人は、悩みを抱え込みながらもサインを発している。

自殺を考えている人も、実際は「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いており、不眠や体調不良など自殺の危険を示すサインを発していることが多いと言われています。

家族や同僚、友人など身近な人が、自殺のサインに気づき、自殺予防につなげるとともに、社会の中に、気軽に相談できる機会を創出していくことが重要です。

# 厚木市における自殺の現状

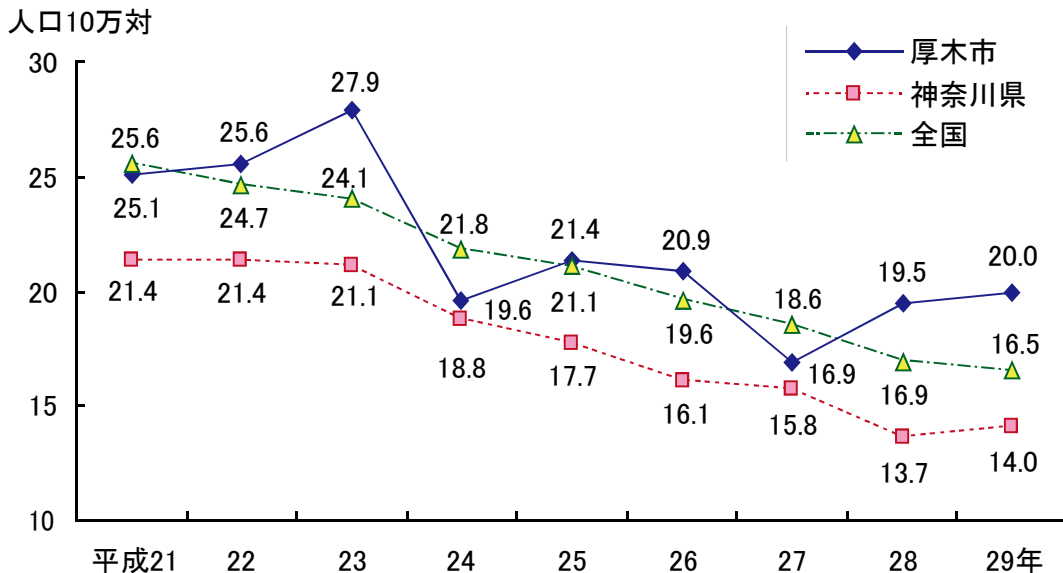
## 自殺者数の推移（住居地）



資料: 内閣府・厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

本市の年間自殺者数は、平成23年の61人をピークに、平成24年以降ほぼ40人台で推移しています。男性が女性を上回って推移していますが、その差は縮小しています。

## 自殺死亡率の推移（住居地）



資料: 内閣府・厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

自殺死亡率: 人口10万人当たりの自殺者数

人口10万人当たりの自殺死亡者数を示す自殺死亡率は、全国・神奈川県と同じく本市においても減少傾向となっていました。平成28年、29年は増加傾向に転じています。

## 重点サポート対象者

本市において、自殺者数が多い上位5区分と、各区分の背景にある主な自殺の危機経路を示したものが下の表です。

本市の主な自殺者の特徴と背景にある主な自殺の危機経路（平成24年～平成28年の自殺者の統計）

上位5区分 (自殺者数) ※1	自殺者数 5年間計 (H24～H28)	割合 ※2	自殺死亡率 (10万対) ※3	背景にある主な自殺の危機経路 (自殺に至るまでの経路) ※4
1位：男性 40～59歳 有職同居	25人	11.4%	20.6	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
1位：女性 60歳以上 無職同居	25人	11.4%	20.6	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
3位：男性 60歳以上 無職同居	21人	9.5%	27.5	失業（退職）→生活苦＋介護の悩み（疲れ） ＋身体疾患→自殺
4位：男性 20～39歳 有職同居	18人	8.2%	22.4	職場の人間関係／仕事の悩み（ブラック企業）→ パワハラ＋過労→うつ状態→自殺
5位：男性 60歳以上 有職同居	14人	6.4%	26.6	①【労働者】身体疾患＋介護疲れ→アルコール依 存→うつ状態→自殺／②【自営業者】事業不振→ 借金＋介護疲れ→うつ状態→自殺

資料：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル2017」

※1 区分：自殺の特性区分（男女別、年齢別、職業の有無、同居人の有無）

※2 割合：本市5年間（平成24年～平成28年）の自殺者数の合計220人に対する割合

※3 自殺死亡率：各区分の人口10万人当たりの自殺者数

※4 背景にある主な自殺の危機経路：自殺実態白書2013（NPO法人ライフリンク）を参考

この分析から、本市の自殺対策を効果的に推進するため、「勤労者」、「高齢者」、「生活困窮者」を重点サポート対象者として位置づけ、優先的かつ重点的に対策を進めます。

### 〈支援が優先されるべき重点サポート対象者〉

勤労者

高齢者

生活困窮者

## 計画の数値目標

平成29年の自殺死亡率20.0を5年間で50%減少させて、10.0以下にすることを数値目標とします。

	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度
自殺死亡率 <b>20.0</b> (2017年)	計画期間（5年間）				
					自殺死亡率 <b>10.0</b> (2022年)
				2017年と比べて <b>50%減少</b>	

将来像  
地域のつながりの中で  
誰も自殺に追い込まれることのない  
安心して暮らすことができるまち あつぎ

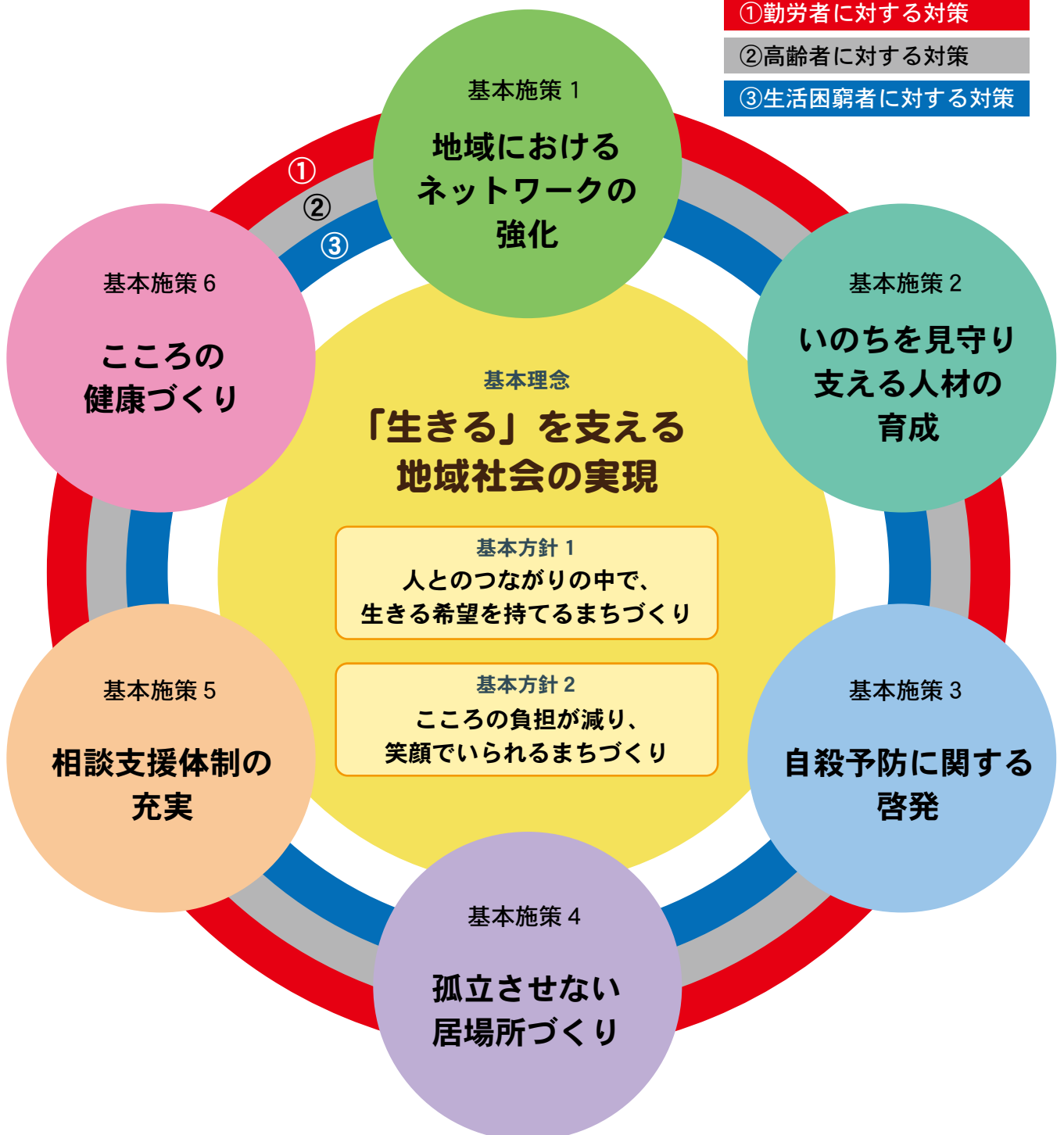
「セーフコミュニティ」の推進や「地域包括ケア社会」の実現を目指す中で、誰もが自分らしく、安心して暮らすことのできる社会を目指します。

〈重点サポート対象者に対する対策〉

①勤労者に対する対策

②高齢者に対する対策

③生活困窮者に対する対策



# 6つの基本施策

## 1 地域におけるネットワークの強化

自殺予防を8つの重要課題の1つとするセーフコミュニティや地域包括ケア社会の実現に向けた取組の中で、行政、関係機関、民間団体、市民等それぞれが果たすべき役割を明確化した上で、相互の連携と協働の仕組みを構築していきます。

- ア セーフコミュニティにおける分野横断的な連携体制の強化
- イ 地域包括ケア社会の実現に向けた取組の推進



## 2 いのちを見守り支える人材の育成

自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応を図るため、「気づき」、「声かけ」、「傾聴」、「見守り」などの役割を担うゲートキーパーを養成します。

また、地域住民と接することが多い市職員や市民が、様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対して、適切に対応できるよう資質の向上を図ります。

- ア ゲートキーパーの養成
- イ 地域で見守る人材の育成
- ウ 市職員の資質向上

## 3 自殺予防に関する啓発

自殺に対する誤った認識や偏見を払拭し、「自殺の多くが追い込まれた末の死である」こと、「それらは、社会的な取組で防ぐことのできる問題である」こと、そして、「自殺を考えている人は、サインを発している」ことが市全体の共通認識となるよう講演会やキャンペーンを通して積極的な普及啓発を行います。

- ア 自殺予防のための適切な知識の普及
- イ 自殺対策の啓発活動の推進



## 4 孤立させない居場所づくり

「生きることの促進要因」を増やすため、生きづらさを抱えた人や孤立を抱えるおそれのある人が、孤立する前に地域とつながることができるよう、「こころの拠り所」として居場所づくりを推進するとともに、自己肯定感を高めるための生きがいつくりにつながる支援に取り組みます。

また、自殺で大切な人を亡くした自死遺族等に対しても、悲嘆に向き合い回復することができるよう、遺族会等の情報提供をしていきます。

- ア 居場所づくり・生きがいつくりの支援
- イ <sup>のこ</sup>遺された人への支援



## 5 相談支援体制の充実

自殺の多くは、経済・生活問題、健康問題、家庭問題等の複数の要因が複雑に絡み合って起こっていることから、様々な問題に対応できる相談支援体制の充実を図ります。

- ア 相談しやすい体制の整備
- イ 相談窓口の連携強化

## 6 こころの健康づくり

自殺は「誰にでも起こり得る危機」であり、自殺の原因の多くは「健康問題」です。地域におけるメンタルヘルス対策を推進するとともに、いざ悩みを抱えたときのための心構えとして、関係機関、関係団体等と連携しながら、SOSの出し方について普及啓発を図ります。

- ア 心身の健康保持に関する正しい知識の普及啓発
- イ SOSを出すスキル（求援力）の獲得の推進



# 重点サポート対象者に対する対策

## 1 勤労者に対する対策

- 現状**
- 本市の自殺者は、30～50歳代の男性の壮年層に多く、また職業別では被雇用・勤め人が最も多くなっています。
  - 配置転換、過労、職場の人間関係、仕事の失敗など複数の要因が絡み合っています。
  - 本市で行っているメンタルヘルス相談では、男性の30～50歳代の働き盛りの相談件数が多くみられ、「仕事・事業の悩み」、「生活・お金の悩み」、「健康の悩み」を抱えています。

### 取組の方向性と主な取組

長時間労働、ハラスメント等の問題に対し、勤労者を対象とした各種相談窓口の周知や、メンタルヘルス対策の普及啓発を図ります。

- ア 勤労者のための相談窓口の積極的周知
- イ 勤労者や家族に対するメンタルヘルスの普及啓発
- ウ 働きやすい環境づくりの推進



## 2 高齢者に対する対策

- 現状**
- 年齢が高くなるほど自殺死亡率は高まる傾向にあります。特に、50歳代以上の女性の自殺死亡率は他の世代よりも高く、全国と比べても高くなっています。
  - 高齢者の自殺の背景にある危機経路として、身体疾患や介護疲れ、死別・離別が多くなっています。

### 取組の方向性と主な取組

高齢者に対する支援の充実を引き続き推進し、相談窓口の周知に努めるとともに、高齢者が孤立せず、生きがいを持って、住み慣れた地域で生活できるような地域づくりを目指します。

- ア 高齢者の生活や介護に関する相談窓口の積極的周知
- イ 社会参加と生きがいづくりの推進
- ウ 高齢者に関わる支援者のネットワークの強化



## 3 生活困窮者に対する対策

- 現状**
- 本市の自殺の原因・動機は「健康問題」に続き、「家庭問題」と「経済・生活問題」が同程度となっています。
  - 生活困窮者の自立に向け、必要な支援やサービスに結び付ける生活困窮者自立支援制度における延べ相談件数は、平成27年度の制度開始以降、年々増加しています。

### 取組の方向性と主な取組

生活困窮者は、多様かつ広範な問題を複合的に抱えていることが多く、経済的困窮に加えて他者との関係性の希薄があり、社会的に孤立しやすいと言われています。

相談窓口の情報が手元に届きやすい工夫を検討するとともに、関係機関等との連携を強化します。

- ア 生活困窮者自立支援制度の周知
- イ 生活困窮者からのSOSをキャッチするための市職員等の資質向上
- ウ 相談窓口の情報を手元に届けるための周知方法の工夫



## 計画の推進

本市の自殺対策が効果を発揮するよう、「厚木市セーフコミュニティ自殺予防対策委員会」及び「厚木市自殺対策庁内連絡会議」において、行政・関係機関と連携・協働して自殺対策を総合的に推進します。



厚木市

## 厚木市自殺対策計画（概要版）

平成 31 年 3 月

発行 厚木市

編集 市民健康部健康づくり課

〒243-8511

神奈川県厚木市中町 1 丁目 4 番 1 号

厚木市保健福祉センター

TEL (046) 225-2201

FAX (046) 223-7066

ホームページ URL <https://www.city.atsugi.kanagawa.jp/>