

概要版

# 八潮市いのち支える自殺対策計画

～一人ひとりが「いのち」を大切にするまちを目指して～



八潮市

平成31年3月

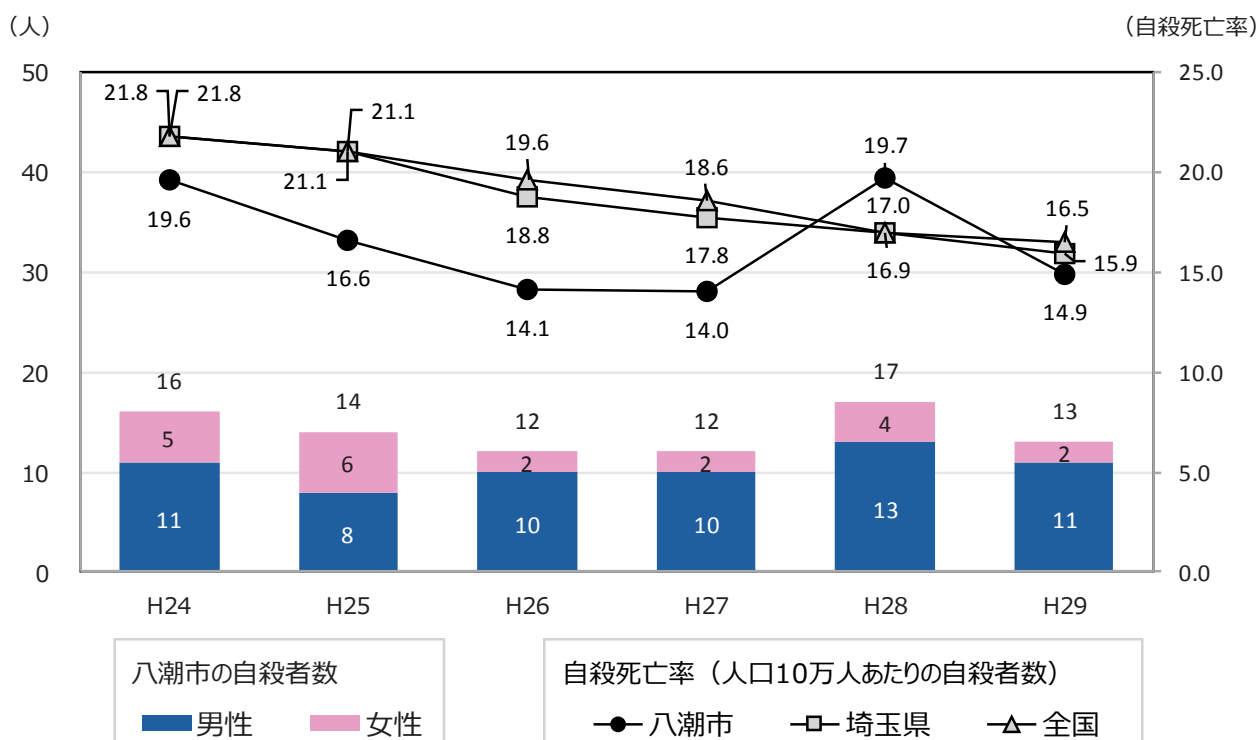


# 計画の概要

## 背景

日本の年間自殺者数は、平成 10 年に 3 万人を超えて以降、減少の兆しが見えない状態が何年にもわたり続きました。国は、自殺者を減らすために、平成 18 年に自殺対策基本法を制定し、自殺を社会の問題と捉え、総合的な自殺対策を推進してきました。その結果、自殺者数は平成 22 年から減少傾向を示し始め、平成 29 年には 21,000 人余りと、平成 10 年以前の水準を下回るまでになりました。

本市の自殺者数は、年間 15 人前後で推移し、自殺死亡率は、平成 24 年から平成 27 年までは国や県を下回っていましたが、平成 28 年は上回り、平成 29 年は再び下回っています。



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

こうした自殺の実態や、「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」ことを新たに基本理念とした平成 28 年の改正自殺対策基本法、さらに平成 29 年に改訂された自殺総合対策大綱並びに埼玉県自殺対策計画を踏まえ、本市における自殺対策を、計画的・総合的に推進するため、この計画を策定しました。

## 計画期間

この計画は、2019 年度から 2023 年度までの 5 か年を計画期間とします。  
なお、期間中に、国や県の方針・動向や市の自殺に関する状況に大きな変化があった場合には、必要に応じ見直します。

# 八潮市の自殺の主な状況

本市の自殺の主な状況は次のとおりです。

## ■年代別

自殺者全体に占める割合は、「男性」では 50～60 歳代、「女性」では 70～80 歳代が多くなっています。

## ■職業別

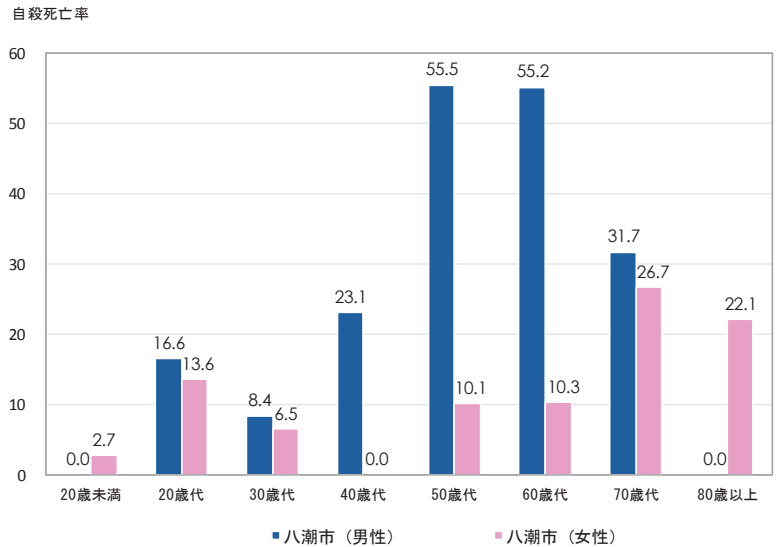
国や県と比較して、本市では「被雇用・勤め人」の割合が多くなっています。

## ■原因・動機別

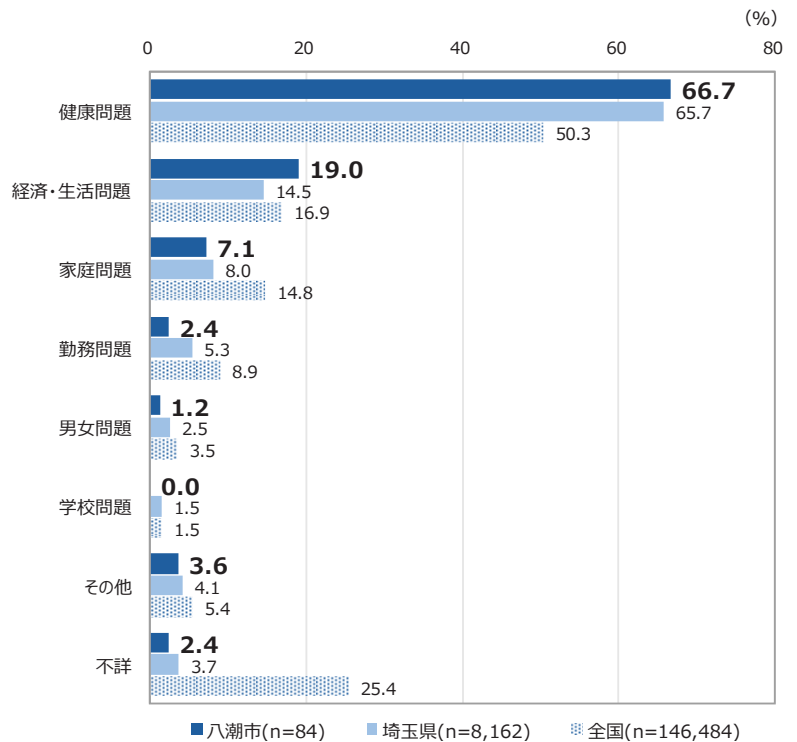
国や県と同様に、本市でも「健康問題」が自殺の原因として最も多くなっています。しかし、自殺の原因・動機は単純ではなく、自殺の多くは多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、様々な要因が連鎖する中で起きています。



【年代別の自殺死亡率（平成 24 年～28 年）】



【原因・動機別自殺数の割合（平成 24 年～29 年）】



自殺は、多くが追い込まれた末の死であり、防ぐことができる社会的な問題です

## 計画の基本理念

自殺対策の本質は、生きることの包括的な支援です。本市では、「市民一人ひとりが「いのち」を大切に、互いに支え合い、安心して暮らせるやしおの実現」を基本理念とし、5つの基本方針に基づき、全庁的連携のもと、関係機関・団体との連携を図りながら、自殺対策を推進していきます。

### ▲▼▲ 八潮市自殺対策計画の基本理念 ▲▼▲

市民一人ひとりが「いのち」を大切に、  
互いに支え合い、安心して暮らせる  
やしおの実現

## 計画の数値目標

本計画では、国と県の目標を踏まえ、厚生労働省「人口動態統計」に基づく自殺死亡率<sup>※</sup>を、国が基準とした2015（平成27）年の15.5と比べて、7年後の2022（平成34）年には21%減少させ、12.2にすることを目標とします。

年	2015年 平成27年	2022年 (平成34年)
自殺死亡率 <sup>※</sup>	15.5	12.2

※自殺死亡率…人口10万人あたりの自殺者数

# 具体的な取組

## 基本施策（目的別施策）

### （１）地域におけるネットワークの強化

・行政・関係機関等との連携を強化します・

- ① 行政と関係機関等とのネットワークの強化
- ② 地域における多様な主体との連携

### （２）自殺対策を支える人材の育成

・自殺のサインに気づき問題解決につなげるゲートキーパーを育成します・

- ① 市職員を対象とする研修の実施
- ② 一般市民を対象とする研修の実施
- ③ 学校教育に関わる人材の育成

### （３）市民への啓発と周知

・自殺対策の取り組みを広く市民に周知するため、啓発活動を実施します・

- ① 相談窓口の周知と知識の普及
- ② 市民向け講演会・イベント等の開催
- ③ メディアを活用した啓発活動の推進

### （４）生きることの促進要因への支援

・生きることの促進要因を増進する支援を行います・

- ① 自殺リスクを抱える可能性のある方への支援
- ② 妊娠・子育て中の方への支援
- ③ 若年層への支援
- ④ 自殺未遂者への支援
- ⑤ うつ病等が疑われる病状の早期発見
- ⑥ 遺された人への支援
- ⑦ 自殺対策に資する居場所づくりの推進
- ⑧ 支援者支援の推進

### （５）いのちの大切さを伝える教育

・児童生徒がいのちの大切さを実感できる教育を推進します・

- ① いのちの大切さを伝える教育



## 重点施策（対象別施策）

### （１）高齢者への対策

・・・複数の課題を抱えた高齢者を、地域で確実に支援できる環境を整備します・・・

- ① 高齢者への「生きるための支援」の充実と啓発
- ② 高齢者に対する相談支援
- ③ 高齢者の健康づくり及び居場所づくりの促進

### （２）生活困窮者等への対策

・・・問題を抱え生活困窮にある人を、関係部署と連携し包括的に支援します・・・

- ① 生活困窮者等に対する相談支援
- ② 生活困窮者等に対する環境支援

### （３）勤務・経営への対策

・・・労働環境の多様化に対応できるよう、地域での周知・啓発を強化します・・・

- ① 勤務・経営問題に関する相談体制の強化
- ② 市内事業所や労働者・家族に対する福祉の向上
- ③ 市内事業所や労働者・家族に対する心身の健康づくりの普及啓発
- ④ 労働問題の正しい知識の普及や意識啓発



## こまちゃん豆知識



### 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、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。ゲートキーパーの役割は以下の4つがあります。

- 気づき・声かけ** 家族や仲間の変化に気づいて、声をかける
- 傾聴** 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- つなぎ** 早めに専門家などに相談するように促す
- 見守り** 寄り添いながら、じっくりと見守る

### うつ病自己チェック

下にある状態のうち2項目以上が2週間以上、ほとんど毎日続いていて、そのために  
つらい気持ちになったり、毎日の生活に支障が出たりしている場合にはうつ病の可能性  
がありますので、保健センターなどに相談してください。

このほかに、眠れなくなったり食欲がなくなったりすることもあるので、そうした状態が続く場  
合にはうつ病の可能性も考えてみてください。

- 1 毎日の生活に充実感がない**
- 2 これまで楽しんでやれたことが、楽しめなくなった**
- 3 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる**
- 4 自分が役に立つ人間だと思えない**
- 5 わけもなく疲れたような感じがする**

厚生労働省 地域におけるうつ対策検討会「うつ対策推進方策マニュアル」より抜粋

## 相談窓口

●八潮市立保健センター

(こころの健康相談、ママのこころの相談)

**048-995-3381**

月～金 8:30～17:15

※年末年始・祝日除く

●埼玉県こころの電話

(心の健康や悩みに関する相談)

**048-723-1447**

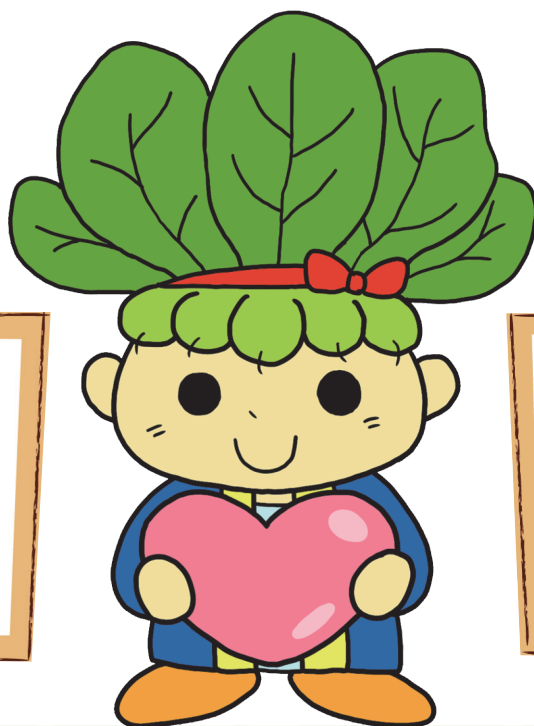
月～金 9:00～17:00

※年末年始・祝日除く

●埼玉いのちの電話

**048-645-4343**

年中無休 24 時間対応



9月10日～16日は  
自殺予防週間

3月は  
自殺対策強化月間

### 八潮市いのち支える自殺対策計画【概要版】

平成31年3月

発行：八潮市

編集：八潮市 健康福祉部 健康増進課

〒340-0815 埼玉県八潮市八潮八丁目10番地1

TEL：048(995)3381 FAX：048(995)3383