

第2次しろい健康プラン

自殺対策計画

～誰も自殺に追い込まれることのない白井市の実現をめざして～

【平成31(2019)年度～平成37(2025)年度】

(素案) H30.10

平成31(2019)年3月

白井市

〈 目 次 〉

第1章 計画策定にあたって

1. 計画策定の趣旨
2. 計画の性格と位置づけ
3. 計画の期間
4. 計画の数値目標

第2章 市における自殺の現状と課題

1. 自殺者数と自殺率の推移
2. 性別・年齢別の自殺者数の状況
3. 原因・動機別の自殺者数の状況
4. 対策が優先されるべき対象群の把握
5. 自殺者における自殺未遂歴の総数
6. 生活保護の動向
7. 生活困窮自立支援制度に関する支援状況
8. 長期欠席率とスクールカウンセラーへの相談の状況

第3章 いのちを支える自殺対策における取り組み

- ◇自殺対策を考える上での基本認識◇
1. めざす姿及び施策の方向性
 2. 計画の体系図（改訂版）

第4章 計画の展開

- 重点的取り組み□
1. 地域におけるネットワークの強化
 - (1) 地域における自殺対策関係団体・機関との連携の強化
 2. 自殺対策を支える人材の育成
 - (1) 様々な分野でのゲートキーパーの養成
 - (2) 自殺対策の連携調整を担う人材の育成
 3. 市民への啓発と周知
 - (1) 自殺予防週間と自殺対策強化月間における啓発活動の推進
 - (2) 自殺や自殺関連事業などに関する正しい知識の普及啓発
 4. 生きることの促進（自殺に対する保護要因）への支援
 - (1) 自殺リスクを抱える可能性のある人への支援
 - (2) 自殺未遂者への支援の充実

- (3) 遺された人への支援の充実……………
- 5. 児童生徒のSOSの出し方に関する教育……………
 - (1) SOSの出し方に関する教育の推進……………
 - (2) インターネットやSNSの利用など、若者の特性に応じた支援の充実……………
- 自殺対策事業一覧□……………

第5章 計画の推進に向けて（改訂版）

- 1. 計画の推進体制……………
- 2. 計画の評価について……………

資料編（今後作成予定）

- 1. 白井市自殺対策計画策定経過……………
- 2. 白井市附属機関条例（一部抜粋）……………
- 3. 自殺対策基本法……………
- 4. 自殺総合対策大綱……………
- 5. 千葉県自殺対策推進計画……………

元号の表記について

元号については、平成31(2019)年5月1日に改元することとされていますが、計画策定時点において、新元号が決定されていないことから、本計画では「平成」を用いています。そのため、新元号に移行した後の年の表記は、新元号による年の表記に読み替えることとします。

第1章 計画策定にあたって

1. 計画策定の趣旨

我が国の自殺対策は、平成18年に自殺対策基本法が制定されて以降、国を挙げて自殺対策を総合的に推進した結果、自殺者数の年次推移は減少傾向にあります。しかしながら、主要先進7か国の中で自殺死亡率は最も高く、自殺者の累計は毎年2万人を超える水準で積み上がっているなど、非常事態はいまだ続いているところです。

そのような中で、「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、平成28年4月に自殺対策基本法が一部改正され、誰もが「生きることの包括的な支援」としての自殺対策に関する支援を受けられるよう、都道府県、市町村が地域の実情に応じた自殺対策計画を策定することとされました。

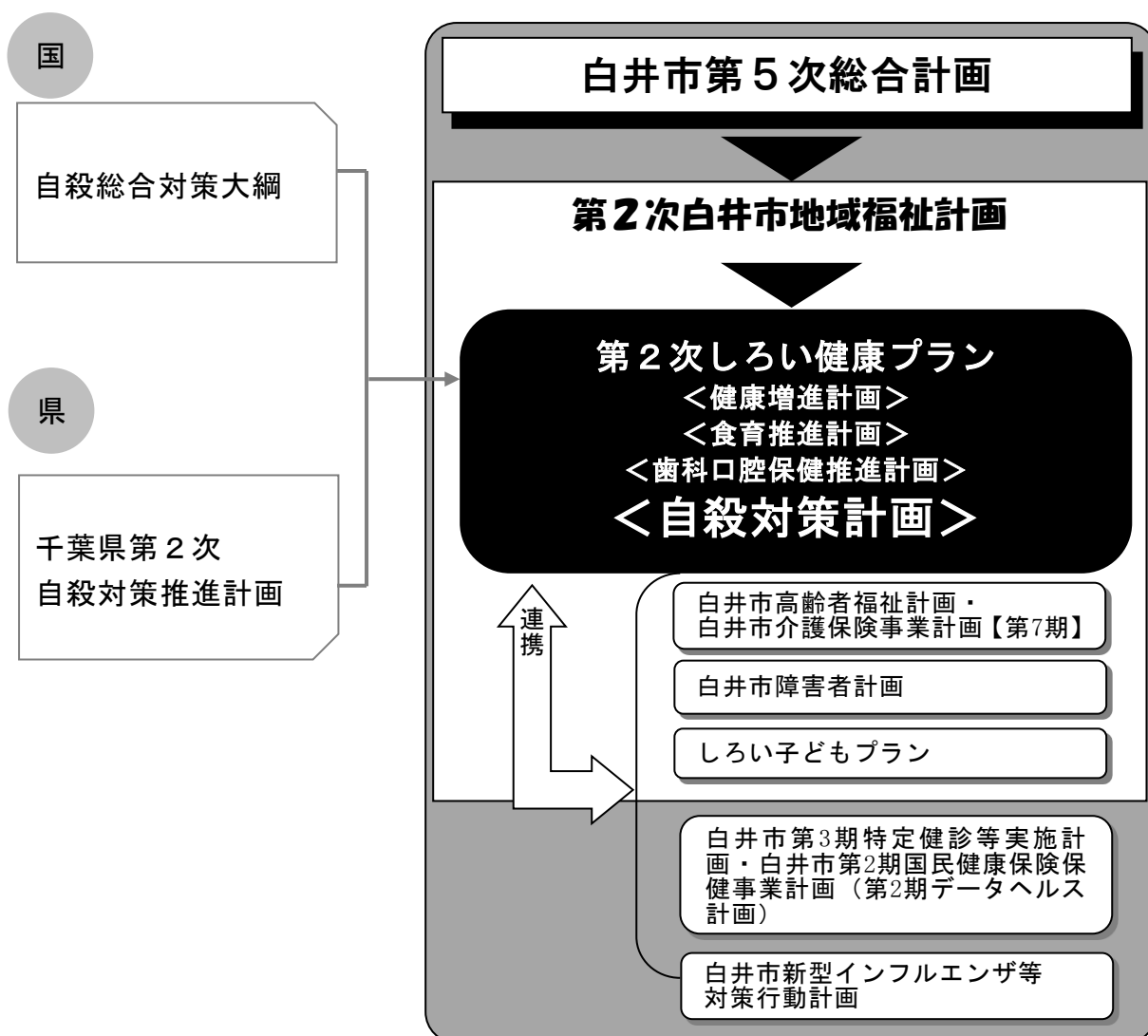
こうしたことから、本市においても地域の実情に応じた自殺対策計画を策定し、本市を挙げて自殺対策に取り組んでいくものです。

本市の自殺原因・動機として最も多いのが「健康の問題」である現状を踏まえ、自殺対策を進めるにあたり、第2次しろい健康プランで掲げている「自分らしく元気にみんなで力を合わせる健康づくり」という基本方針と同じ視点で推進していきます。

そのため、本計画を第2次しろい健康プランの4つ目の計画として位置づけ、市民を主体として、地域と行政などが互いに協力して自殺対策に取り組んでいきます。

2. 計画策定の性格と位置づけ

- ①本計画は、自殺対策基本法第13条第2項の規定に基づき、自殺総合対策大綱、第2次千葉県自殺対策推進計画及び市の実情を踏まえた自殺対策を、行政などの関係団体・機関などがそれぞれの役割を担い、連携して取り組んでいくものです。
- ②本計画は、全ての市民を対象とし、市民が健康で誰も自殺に追い込まれることのない白井市の実現をめざすものです。
- ③本計画は、市の自殺対策に関する総合的な計画で、今後の市の自殺対策の方針を明らかにし、具体的に展開する道筋を示すものです。
- ④本計画は、国や県の健康に関する分野における計画などを踏まえ、市の最上位計画である『白井市第5次総合計画』、保健福祉分野の計画を共通の理念でつなぐ『第2次白井市地域福祉計画』に基づき、市の健康づくりに関する総合的な個別計画である「第2次しろい健康プラン」の4つ目の計画として位置づけます。



3. 計画の期間

本計画の期間は、平成31(2019)年度から平成37(2025)年度までの7年間とします。

平成 28年度 (2016)	平成 29年度 (2017)	平成 30年度 (2018)	平成 31年度 (2019)	平成 32年度 (2020)	平成 33年度 (2021)	平成 34年度 (2022)	平成 35年度 (2023)	平成 36年度 (2024)	平成 37年度 (2025)
白井市第5次総合計画 前期基本計画					白井市第5次総合計画 後期基本計画				
白井市第2次地域福祉計画									
第2次しろい健康プラン					(仮称)第3次しろい健康プラン ＜健康増進計画・食育推進計画・歯科口腔保健推進計画＞				
＜自殺対策計画＞									

4. 計画の数値目標

国が示した数値目標「平成38年までに、自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少させることとする。」を受けて、市では平成32年から平成36年度までの市の自殺者数を38人以下、自殺率※を12.3以下にすることを目標とします。

現状 平成24～28年 合計	目標 平成32(2020)～36(2024)年 合計
自殺者数 55人	自殺者数 38人以下

自殺統計（警視庁のデータを基に厚生労働省が再集計した自殺統計）

現状 平成24～28年 平均	目標 平成32(2020)～36(2024)年 平均
自殺率※ 17.6	自殺率 12.3以下

自殺統計（警視庁のデータを基に厚生労働省が再集計した自殺統計）

※ 自殺率 自殺統計による人口10万人あたりの自殺者数を示します。

第2章 市における自殺の現状と課題

1. 自殺者数と自殺率の推移

平成24年から平成28年の5年間の市の年間自殺者数は、平均11人。近年横ばいの傾向にあります。自殺率は17.6で、千葉県18.9、全国値19.6よりも低い値となっています。

■自殺者の推移（自殺統計（自殺日・住居地））

自殺者数	平成21年	平成22年	平成23年	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成24～28年合計(人)
総数	11	10	10	12	12	10	9	12	55
男性	7	8	6	7	8	8	7	10	40
女性	4	2	4	5	4	2	2	2	15

■自殺率（10万対）

平成24～28年	白井市自殺率	千葉県自殺率	全国自殺率
自殺統計	17.6	18.9	19.6

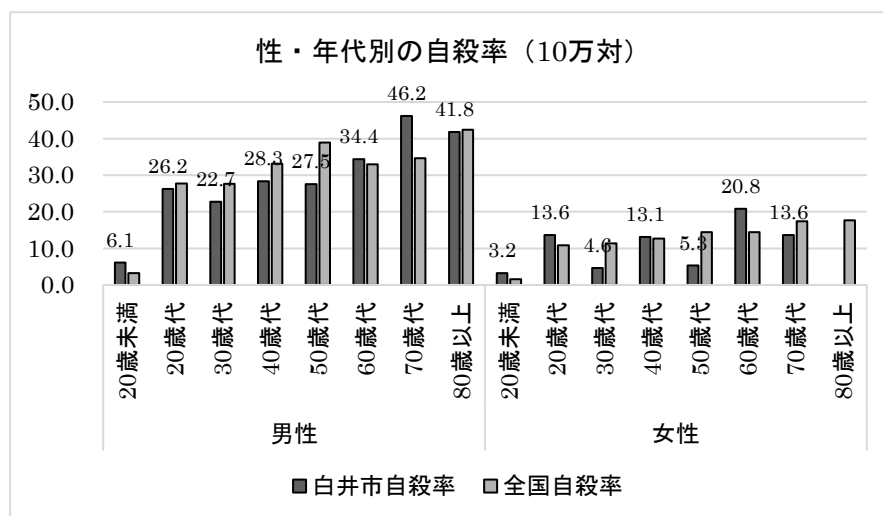
出典：自殺対策推進センター「地域自殺実態プロフィール(2017)」

(全般的な状況より一部抜粋)

2. 性別・年齢別の自殺者数の状況

性・年代別の自殺率を見ると、60歳代・70歳代の男性の値が他の年代・性別より高く、全国値との比較でも高くなっています。

■性・年代別の自殺率



出典：自殺対策推進センター「地域自殺実態プロフィール(2017)」

3. 原因・動機別の自殺者数の状況

自殺の原因・動機別自殺者数を見ると、健康問題が最も多くなっているものの、自殺の背景には1つの原因・動機だけではなく健康問題と家庭問題や健康問題と経済・生活問題など重複する原因・動機があることがわかっています。

■原因・動機別自殺者数

(単位：人)

平成24 ～28年	自殺者 数	健康 問題	家庭 問題	経済 生活 問題	勤務 問題	男女 問題	学校 問題	その他	不詳	合計*
総数	55	28	17	7	4	3	1	5	11	76
平成24年	12	7	3	1	1	0	0	0	5	17
平成25年	12	6	1	1	0	1	0	1	3	13
平成26年	10	2	6	2	1	1	1	3	1	17
平成27年	9	6	3	2	2	0	0	0	1	14
平成28年	12	7	4	1	0	1	0	1	1	15

出典：千葉県における自殺の統計【平成29年度版】より抜粋

*遺書などの自殺を裏付ける資料により、明らかに推定できる原因・動機別を自殺者一人につき3つまで計上可能としているため、原因・動機別の和と自殺者数とは一致しません。

4. 対策が優先されるべき対象群の把握

国から「地域の自殺の特徴」として示された白井市の自殺の実態は、以下の通りです。

性、年代、職業、同居人の有無から自殺者数が多い5つの区分が示され、白井市が今後重点的に取り組むべき対象は、「高齢者」「生活困窮者」となりました。

■白井市の主な自殺の特徴（特別集計(自殺日・住居地、平成24～28年合計)、国勢調査)

上位5区分 (白井市)	自殺者数 5年計	割合	自殺率* (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路** (全国的傾向)
1位: 男性60歳以上無職同居	8	14.5%	35.5	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
2位: 男性60歳以上無職独居	6	10.9%	213.3	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
3位: 女性60歳以上無職同居	6	10.9%	16.7	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
4位: 男性40～59歳有職同居	6	10.9%	16.6	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
5位: 男性20～39歳無職独居	3	5.5%	759.6	①【30代その他無職】失業→生活苦→多重債務→うつ状態→自殺 ②【20代学生】学内の人間関係→休学→うつ状態→自殺

*順位は、自殺者数の多さに基づき、自殺者数が同数の場合は自殺率の高い順としました。

*自殺率の母数(人口)は、平成27年国勢調査を元に自殺総合対策推進センターにて推計しました。

**上記表の「背景にある主な自殺の危機経路」の列には、それぞれのグループが抱え込みやすい要因とその連鎖のうち主なものが記載されています。

■ 60歳以上の自殺の内訳（特別集計(自殺日・住居地、平成24～28年合計)、国勢調査)

性別	年齢階級	同居人の有無 (人数)		同居人の有無 (割合)		全国割合	
		あり	なし	あり	なし	あり	なし
男性	60歳代	5	3	20.8%	12.5%	18.1%	10.7%
	70歳代	4	3	16.7%	12.5%	15.2%	6.0%
	80歳以上	1	1	4.2%	4.2%	10.0%	3.3%
女性	60歳代	5	0	20.8%	0.0%	10.0%	3.3%
	70歳代	2	0	8.3%	0.0%	9.1%	3.7%
	80歳以上	0	0	0.0%	0.0%	7.4%	3.2%
合計		24		100%		100%	

出典：自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル(2017)」より一部抜粋

5. 自殺者における自殺未遂歴の総数

市の自殺者のうち、自殺未遂歴のある人が16%います。

■ 自殺者における未遂歴の総数

(自殺統計(再掲)又は特別集計(自殺日・住居地、平成24～28年合計)、国勢調査)

未遂歴	自殺者数	割合	全国割合
あり	9	16%	20%
なし	33	60%	60%
不詳	13	24%	20%
合計	55	100%	100%

出典：自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル(2017)」より一部抜粋

6. 生活保護の動向

世帯類型別の動向を見ると、高齢者世帯の割合が年々増加しています。

■ 世帯類型別の動向

区分	平成24年度		平成25年度		平成26年度		平成27年度		平成28年度	
高齢者世帯	101	44.1%	114	49.1%	122	54.5%	129	57.3%	137	58.3%
母子世帯	14	6.1%	13	5.6%	10	4.5%	7	3.1%	7	3.0%
傷病者世帯	58	25.3%	50	21.6%	43	19.2%	53	23.6%	50	21.3%
障害者世帯	17	7.4%	15	6.5%	15	6.7%	13	5.8%	15	6.4%
その他世帯	39	17.1%	36	15.5%	33	14.7%	20	8.9%	23	9.8%
保護停止中世帯	0	0%	4	1.7%	1	0.4%	3	1.3%	3	1.2%
合計	229	100%	232	100%	224	100%	225	100%	235	100%

出典：保護の実施機関における生活保護業務の実施方針についての現状より抜粋

7. 生活困窮自立支援制度に関する支援状況

白井市くらしと仕事のサポートセンターの支援プラン作成者のうち、就労支援対象者の割合は概ね70%となっています。

■くらしと仕事のサポートセンター相談件数

年度	内容	～10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳以上	不明	合計	
平成27年度	新規相談受付件数	2	13	21	29	23	39	37	164	
	プラン作成件数	35								35
	就労支援対象者数	25								25
平成28年度	新規相談受付件数	1	5	18	18	23	28	36	129	
	プラン作成件数	38								38
	就労支援対象者数	27								27

出典：生活困窮者自立支援制度に関する支援状況調査票抜粋

8. 長期欠席率とスクールカウンセラーへの相談の状況

市の長期欠席率は小学生、中学生ともにわずかながら増加の傾向にあります。スクールカウンセラーへの相談件数も増加の傾向にあります。

■小学生・中学生の長期欠席率

	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
長期欠席率	小学生 0.17%	小学生 0.4%	小学生 0.2%	小学生 0.46%	小学生 0.77%
	中学生 2.4%	中学生 3.07%	中学生 3.54%	中学生 3.19%	中学生 3.95%

※長期欠席率＝長期欠席人数/在籍人数×100（％）

※長期欠席とは病欠・経済問題・不登校・その他の理由による年間30日以上欠席のことです。

出典：白井市教育委員会

■スクールカウンセラーへの相談件数

	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
件数(延)	1,074件	1,346件	1,494件	1,558件
人数(延)	1,293人	1,562人	1,720人	1,778人

※児童生徒、保護者、教師を対象とした相談です。

出典：スクールカウンセラー等活用事業研究報告より

第3章 いのちを支える自殺対策における取り組み

◇ 自殺対策を考える上での基本認識 ◇

自殺対策を進める上で、自殺対策に関わる行政機関、関係団体、市民などは、次の事項を理解・認識する必要があります。

(1) 自殺はその多くが「追い込まれた末の死」であること

自殺は、健康問題、経済・生活問題、家庭問題など様々な要因が複雑に関係しています。

また、自殺は、個人の自由な意志や選択の結果ではなく、その多くが心理的に「追い込まれた末の死」であり、「防ぐことのできる死」であることを認識する必要があります。

自殺対策に携わる者が十分にこのことを理解した上で、「生きることの包括的な支援（＝自殺対策）」を地域と行政などが互いに協力しながら取り組んでいく必要があります。

(2) 自殺の背景には「複数の原因」があること

自殺は、健康問題や経済・生活問題だけではなく、地域や職場の状況など様々な環境要因や個人の生活状況、家族の状況、死生観などが複雑に関係しています。

自殺に追い込まれるような危機は全ての人にありますが、そうならないよう安心して暮らせるようにするためには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含め、包括的に取り組む必要があります。

総合的な自殺対策として、内面的な心の問題だけを追うのではなく、死にたいほどつらい状況に追いつめている背景の問題を推察し、適切に対応する必要があります。

1. めざす姿及び施策の方向性

本計画では、第2次しらい健康プランの基本方針である「自分らしく元気にみんなで力を合わせる健康づくり」の実現に向けて、市の自殺の現状や課題を踏まえ、めざす姿と5つの施策の方向性を設定し、計画を体系的に展開していきます。

めざす姿	基本方針の実現に向け、計画期間にみんなが目標とする姿
施策の方向性	めざす姿を達成するためのより具体的な目標として、市民をはじめ自殺対策に携わるすべての関係者が共有する取り組みの方向性を示すもの

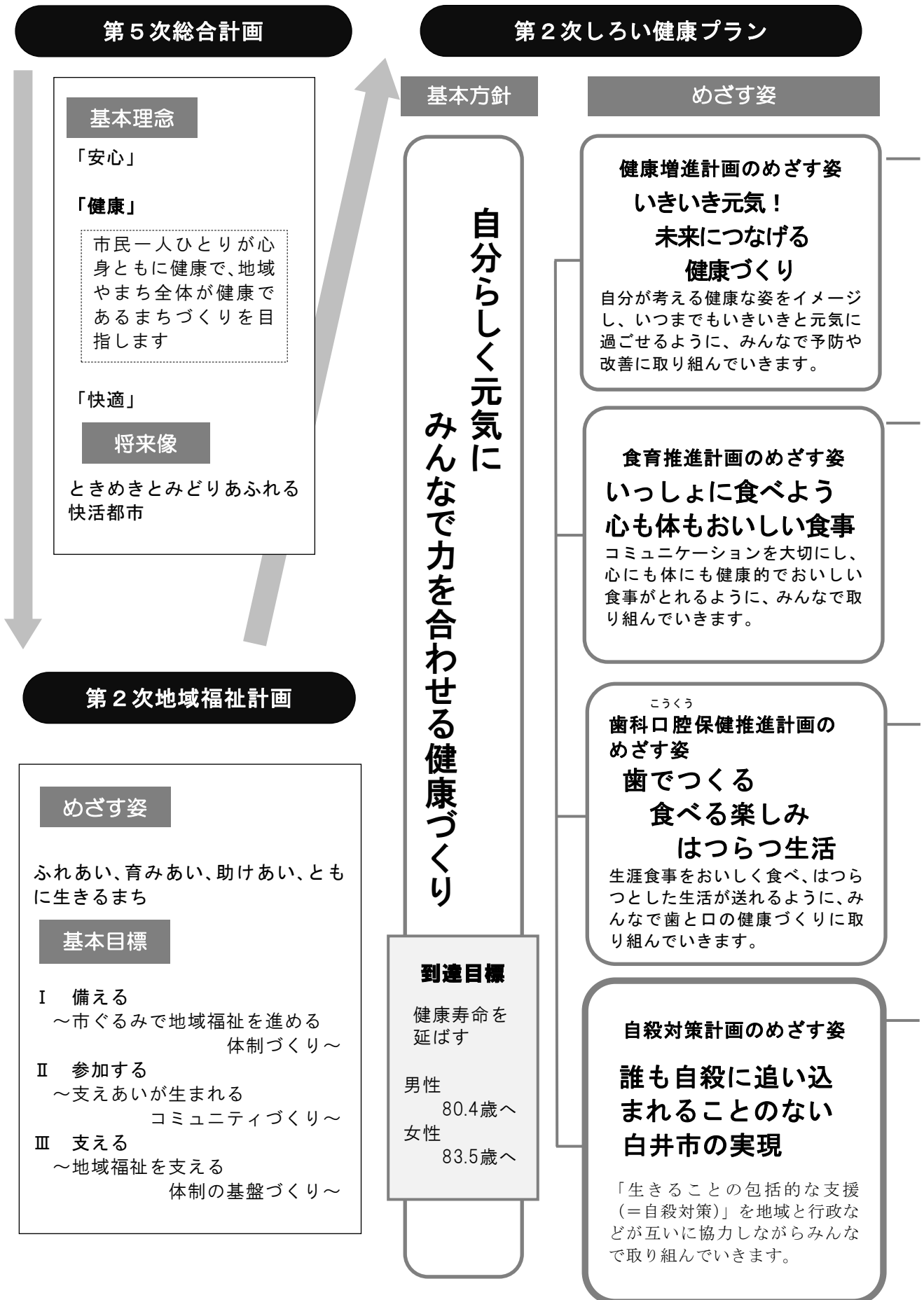
自殺対策計画のめざす姿

誰も自殺に追い込まれることのない白井市の実現

5つの施策の方向性については、国が示す基本施策であり、全国的に実施することが望ましい項目で、市も国と同じ方向性で取り組みを進めていきます。

施策の方向性	<ol style="list-style-type: none">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育成3. 市民への啓発と周知4. 生きることの促進要因への支援5. 児童生徒のSOSの出し方に関する教育
--------	--

2. 計画の体系図（第2次しろい健康プラン 改訂版）



施策の方向性

具体的な取り組み

1. 生活習慣の改善	▶	(1) 望ましい生活習慣獲得のための情報提供及び行動化を促す取り組みの強化
2. 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上	▶	(1) こころの健康の普及啓発と支援の充実 (2) 幼児期から健康的な生活習慣を身につけられるような情報提供と支援の充実 (3) 高齢者が自立して生活するため、成人期と高齢期の介護予防と健康づくりの充実
3. 生活習慣病の発症予防と重症化の予防	▶	(1) 生活習慣病の発症や重症化を予防する取り組みの充実
4. 健康を支え、守るための社会環境の整備	▶	(1) 地域における支え合いや、地域での活動を通じた健康づくりなど、子どもから高齢者までがいいききと暮らせる地域社会づくりの推進 (2) 市民の健康づくりを支援する体制の充実
1. 食と健康づくりの推進	▶	(1) 生涯にわたるライフステージに応じた食育の推進 (2) 食育による生活習慣病の予防及び改善
2. 食を通じたコミュニケーション	▶	(1) 食を通じたコミュニケーションの推進 (2) 農業への理解と食文化の継承と普及 (3) 地域の食に親しめるような取り組みの充実（地産地消の促進）
3. 食育を推進するための食環境の整備	▶	(1) 食育に関わる人材育成とネットワークづくり (2) まちをあげた食育推進の取り組み
1. 歯科口腔保健の意識と生活習慣の改善	▶	(1) 歯科口腔保健の正しい知識の普及 (2) 自ら進んで歯科口腔保健に関心を持ち、むし歯や歯周病予防に取り組む意識の向上
2. 歯科疾患の予防	▶	(1) 生涯を通じた歯科疾患重症化予防に対する取り組みの強化 (2) 歯科疾患と全身の健康のかかわりについての普及啓発
3. 生活の質の向上に向けた口腔機能の維持獲得	▶	(1) 生涯を通じてよく噛んで食べることや、口腔機能の向上に向けた歯の喪失防止の取り組みの充実
4. 定期的に歯科健診または歯科医療を受けることが困難な人に対する歯科口腔保健	▶	(1) 障害を有する人、介護を必要とする人などの定期歯科健診受診機会の実態把握 (2) 障害を有する人、介護を必要とする人などに対する歯科医療情報の提供の充実
5. 歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境の整備	▶	(1) 定期歯科健診受診率向上に向けた取り組みの充実 (2) 歯科口腔保健の推進に関する連携体制の構築
1. 地域におけるネットワークの強化	▶	(1) 地域における自殺対策関係団体・機関との連携の強化
2. 自殺対策を支える人材の育成	▶	(1) 様々な分野でのゲートキーパー（命の門番）の養成 (2) 自殺対策の連携を担う人材の育成
3. 市民への啓発と周知	▶	(1) 自殺予防週間と自殺対策強化月間における啓発活動の推進 (2) 自殺や自殺関連事業などに関する正しい知識の普及
4. 生きることの促進要因への支援	▶	(1) 自殺のリスクを抱える可能性のある人への支援 (2) 自殺未遂者などへの支援の充実 (3) 遺された人への支援の充実
5. 児童生徒のSOSの出し方に関する教育	▶	(1) SOSの出し方に関する教育の推進 (2) インターネットやSNSの利用など、若者の特性に応じた支援の充実

第4章 計画の展開

めざす姿

誰も自殺に追い込まれることのない白井市の実現

誰も自殺に追い込まれることのないように、地域と行政などが協力し、みんなで力を合わせて取り組んでいきます。

□重点的取り組み□

自殺対策計画で重点的に取り組む対象者は、「高齢者」と「生活困窮者」です。

1 高齢者		様々な分野でのゲートキーパー※（命の門番）の養成				
高齢者の見守りや相談に関わる人に対してゲートキーパー養成講座を開催し、自殺対策の視点でも支援できる人材を増やします。						
事業計画：小学校区単位でのゲートキーパー（命の門番）の養成						
平成31年度 (2019)	平成32年度 (2020)	平成33年度 (2021)	平成34年度 (2022)	平成35年度 (2023)	平成36年度 (2024)	平成37年度 (2025)
各小学校区 2人以上	→				各小学校区 10人以上	

2 生活困窮者		自殺のリスクを抱える可能性のある人への支援				
困窮状態からの早期脱却を図るため、困窮状況に応じた相談先の紹介を含めた個々の支援プランを作成し、自立に向けた支援を行います。						
事業計画：「くらしと仕事のサポートセンター」の周知及び相談体制の充実						
平成31年度 (2019)	平成32年度 (2020)	平成33年度 (2021)	平成34年度 (2022)	平成35年度 (2023)	平成36年度 (2024)	平成37年度 (2025)
事業の周知	「つなぐシート」の作成	「つなぐシート」の活用・連携	→			

※ ゲートキーパー（命の門番）

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。語源は、gatekeeper＝門番からきています。

1. 地域におけるネットワークの強化

(1) 地域における自殺対策関係団体・機関との連携の強化

【課題からみえた市の取り組み】

自殺対策は、保健、福祉、医療、介護、教育、警察などが相互に連携する必要があります。

市では、「生きることの包括的な支援」を推進するため、関係機関との情報の共有と連携強化及び地域におけるネットワークの構築と連携強化を図ります。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
(仮称)自殺対策ネットワーク会議の設置	未設置	29年度	健康課	設置	31年度(2019)

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
連携体制構築事業	<p>総合的な自殺対策を推進するため、庁内各部署の連携強化及び庁外関係団体と連携し、保健、福祉、医療、介護、教育、警察などの関係者で構成する(仮称)自殺対策ネットワーク会議を設置します。</p> <p>暴力対策ネットワーク会議をはじめとする自殺対策に関係する、庁内、庁外、地域のネットワークと連携の強化を図ります。</p> <p>暮らしの中での見守り体制の構築を進めるため、民間事業者との連携を図ります。</p> <p>市民との協働による見守り体制の強化を図るため、地域の見守りや様々な相談の受け皿となる民生委員や自治会との連携を図ります。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○健康課 ○社会福祉課 ○障害福祉課 ○高齢者福祉課 ○子育て支援課 ○企画政策課 ○市民活動支援課 ○産業振興課 ○学校政策課 ○教育支援課 	<ul style="list-style-type: none"> ○警察 ○印旛健康福祉センター ○県自殺対策推進センター ○千葉ののちの電話 ○くらしと仕事のサポートセンター ○地域包括支援センター ○印旛市郡医師会 ○印旛郡市歯科医師会 ○印旛郡市薬剤師会 ○商工会 ○母子保健推進員協議会 ○食生活改善推進員協議会 ○スポーツ推進員協議会 ○校長会 ○民生委員・児童委員 ○社会福祉協議会 ○自治会 ○しろい市民まちづくりサポートセンター

2. 自殺対策を支える人材の育成

(1) 様々な分野でのゲートキーパー（命の門番）の養成

【課題からみえた市の取り組み】

自分の健康に関する悩みや不安を相談できる人がいない人が6.1%います。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。

市では、悩みや自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援や相談につなげ、見守ることができるゲートキーパーの役割を担う人材などを、関係団体と連携し小学校区単位で養成します。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
ゲートキーパーの養成 (各小学校区10人以上)	0小学校区	29年度	健康課	9小学校区	36年度 (2024)

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
人材育成事業	悩みや自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援や相談につなげ、見守ることができるゲートキーパーを養成します。	<input type="checkbox"/> 健康課 <input type="checkbox"/> 社会福祉課 <input type="checkbox"/> 高齢者福祉課 <input type="checkbox"/> 子育て支援課 <input type="checkbox"/> 保育課 <input type="checkbox"/> 教育支援課	<input type="checkbox"/> 小中学校 <input type="checkbox"/> 社会福祉協議会 <input type="checkbox"/> 各種団体など

【ゲートキーパー養成講座の受講対象者（団体）など】

母子保健推進員、民生委員、自治会、ボランティアセンター登録者、高齢者の居場所活動に取り組むボランティア、学校登下校見守りボランティア、認知症サポーター、介護予防推進員、ママヘルパー

地域子ども・子育て支援事業従事者（時間外保育事業、放課後児童健全育成事業、子育て短期支援事業、地域子育て支援拠点事業、一時預かり事業、病児・病後児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業、妊婦健康診査事業、乳幼児家庭全戸訪問事業、養育支援訪問事業）

(2) 自殺対策の連携調整を担う人材の育成

【課題からみえた市の取り組み】

市内における窓口業務や相談業務などで、早期発見の役割を担う人材の育成とゲートキーパー養成講座などを実施する指導員や講師の確保が必要です。

市では、自殺対策の連携調整を担う人材を増やすため、相談業務などに従事する人への研修会を行うとともに、養成講座を実施する指導員や講師の確保を行います。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
養成講座を実施する指導員や講師の育成	未把握			10人	32年度(2020)

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
人材育成事業	自殺対策の連携調整を担うことができる支援者を増やすため、窓口業務に従事する職員や委託事業者などの関係職員、相談員及び教職員などに対して研修会を行います。 ゲートキーパー養成講座を実施する指導員研修を行います。	○健康課 ○社会福祉課 ○教育支援課 ○総務課	○小中学校 ○委託事業者
連携体制構築事業	自殺対策の連携調整を担うことができる支援者を増やすため、新たに県と連携した自殺対策連携研修会を開催します。	○健康課 ○総務課	○県自殺対策推進センター ○印旛健康福祉センター

3. 市民への啓発と周知

(1) 自殺予防週間と自殺対策強化月間における啓発活動の推進

【課題からみえた市の取り組み】

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」であり、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ことが、社会全体の共通認識となるように、積極的に普及啓発を行う必要があります。

市で自殺リスクの高い場所となっている交通機関での啓発活動として、交通機関などの関係団体と連携し、自殺対策強化月間などに相談機関などに関する情報を提供するためのリーフレットや啓発グッズを作成し、配布します。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
相談窓口カード、自殺予防週間などの啓発リーフレットの配布	未把握			世帯全数	32年度(2020)
自殺対策強化月間におけるイベントの開催	未把握			年1回実施	32年度(2020)
自殺予防週間、自殺対策強化月間を聞いたことがある人の割合(20歳以上)	未把握			66%以上	36年度(2024)

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
普及啓発事業	リーフレット・啓発グッズを作成し、自殺予防週間などで周知啓発を行います。 また、自殺対策強化月間で交通機関などと連携を図り、イベントを開催します。	○健康課 ○しろいの魅力発信課 ○図書館	○公共交通事業者 ○商工会 ○公民館

【市民の皆様への提案～気づき・声かけ・傾聴・つなぎ・見守り】

気づき	<p>●自殺につながるサイン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・行動、性格、身なりの突然の変化 ・不眠、食欲不振、体重減少などの体調不良を訴える ・学校や仕事を休む、自宅に引きこもる ・怪我を繰り返す、自傷行為 ・アルコールや薬物の乱用 ・自殺をほのめかす ・別れの用意(整理整頓、大切なものをあげる)
-----	---

(2) 自殺や自殺対策関連事業などに関する正しい知識の普及啓発

【課題からみえた市の取り組み】

自殺やうつ病などの精神疾患に関する正しい知識の普及啓発、情報提供が必要です。

市では、市民が自殺やうつ病などについて理解が深められるよう、講演会などを開催します。

自死遺族^{*}の心のケアを支援する組織についての情報提供を行います。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
自殺やうつ病に関連する講演会や講習会に参加したことがある人の割合（20歳以上）	未把握			2%以上	36年度（2024）
ゲートキーパー（命の門番）の言葉と意味を知っている人の割合（20歳以上）	未把握			33%以上	36年度（2024）

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
普及啓発事業	<p>社会全体できめ細かく見守り、生活行動の変化に気づくことができるよう、PTAや地域の関係団体と連携し自殺予防週間などに合わせて講演会やフォーラムを開催します。</p> <p>広報紙などで自殺やうつ病などについての正しい知識の普及啓発を行います。</p> <p>高齢者や介護者の相談窓口としての認識を高めるため、関係機関と連携し地域包括支援センターの周知を図ります。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○健康課 ○障害福祉課 ○高齢者福祉課 ○教育支援課 ○生涯学習課 ○企画政策課 	<ul style="list-style-type: none"> ○印旛健康福祉センター ○PTA協議会 ○自治会

【市民の皆様への提案～気づき・声かけ・傾聴・つなぎ・見守り】

声かけ 傾聴	<ul style="list-style-type: none"> ●気づいたら声をかけ、耳を傾けてみましょう ・本人の気持ちを尊重し、責めたり否定することは避けましょう ・本人を責めたり、安易に励ます必要はありません ・相手の考えを否定せず、ゆっくり話を聴きましょう ・心配していることを伝えましょう ・悩みを真剣な態度で受け止めましょう ・話を聞いたら「話をしてくれてありがとう」や「大変でしたね」と、ねぎらいの気持ちを言葉にして伝えましょう
-------------------	---

※自死遺族 家族や親族を自殺により亡くした人のことです。

自殺は瞬間(点)ではなく「プロセス」で起きているという理解のため、「行為」を示すときに「自殺」を使いますが、遺族などに関する表現の際には「自死」を用います。

4. 生きることの促進要因への支援

(1) 自殺リスクを抱える可能性のある人への支援

【課題からみえた市の取り組み】

「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」よりも「生きることへの阻害要因（自殺リスク要因）」が上回った場合、自殺に追い込まれる危険性が高まります。そのため、「生きることへの阻害要因」を減らすだけでなく、「生きることの促進要因」を増やすための取り組みを行う必要があります。

市では、自殺リスクを抱える可能性のある人への支援のため、孤立を防ぐ居場所づくりや交流の場づくりの充実、相談体制の充実及び見守り組織の連携・強化を図ります。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
家族以外に、自分の健康に関する悩みや不安を相談できる人がいる割合の増加（20歳以上）	64.5%	26年度	白井市民の「健康」に関するアンケート調査	70%以上	31年度（2019）

*平成31年度に実施する白井市民の「健康」に関するアンケート調査結果を受けてから目標値を再設定する。

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
対面相談事業	うつ病を含めた妊産婦や高齢者の健康不安、児童虐待の相談・通告、日常生活の困りごとなど様々な相談に対応するため、相談体制の充実を図ります。 困窮状態からの早期脱却を図るため、相談先の紹介を含めた個々の支援プランを作成し、自立に向けた支援を行います。	○健康課 ○社会福祉課 ○高齢者福祉課 ○子育て支援課 ○教育支援課 ○企画政策課	○母子保健推進員協議会 ○くらしと仕事のサポートセンター ○社会福祉協議会 ○県女性サポートセンター ○県子どもと親のサポートセンター
人材育成事業	自殺ハイリスク者に対して相談支援を行う人材育成及び相談員の質の向上を図ります。	○社会福祉課 ○健康課	○県自殺対策推進センター
若年層対策事業	生活や学習支援が必要な子どもの居場所を提供するため、地域で実施している子ども食堂や学習支援団体との連携を図ります。	○子育て支援課	
連携体制構築事業	心配な高齢者・困っている高齢者を発見した時に連絡しやすい体制を作るため、民間事業者と見守りに関する協定を結びます。 高齢者の生活や支援に関わる様々な関係団体・機関と協力体制を築き、多様な視点から高齢者を見守り・支えます。	○高齢者福祉課	○しろい高齢者みまもりネット

(2) 自殺未遂者などへの支援の充実

【課題からみえた市の取り組み】

市の自殺者のうち、自殺未遂歴のある人が16%います。

市では、自殺未遂者が再び自殺へ追い込まれることを防止するため、継続的な医療支援や相談機関へつなげる取り組みを行います。

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
対面相談事業 若年層対策事業	こころの相談、心配ごと相談、教育相談など、こころの不調を感じた際に相談できる場の周知及び充実を図ります。	○健康課 ○社会福祉課 ○教育支援課	○社会福祉協議会
電話相談事業	自殺者のリスクが高まる深夜における電話相談（いのちの電話）の周知強化を行います。	○健康課 ○社会福祉課	○千葉いのちの電話
連携体制構築事業	自殺未遂者が再び自殺へ追い込まれることを防止するため、医療・警察などとの連携強化を図ります。	○健康課 ○社会福祉課	○医療機関 ○警察署

【自殺のハイリスク者】

- 精神疾患患者、生活困窮者、多重債務・経済問題を抱えた人、DV[※]被害者、幼少期の過酷体験（不適切な養育、児童虐待）、自殺未遂者など

※DV ドメスティックバイオレンス（domestic violence）の略です。家庭内における暴力行為。特に配偶者や恋人など近しい関係にある異性への暴力。

(3) 遺された人への支援の充実

【課題からみえた市の取り組み】

自殺対策は、事前対応や危機対応のみならず、自殺が起きた後の事後対応も重要です。

市では、自死遺族などへの支援として、自死への偏見による遺族の孤立化の防止や、自死遺族の心を支える活動を支援します。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
遺族に対する支援情報の提供	未実施			実施	32年度(2020)

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
対面相談事業	自死遺族の心のケアを支援するため、自死遺族に対してこころの相談を行います。	○社会福祉課	○千葉いのちの電話 ○印旛健康福祉センター
自死遺族支援機能構築事業	自死遺族の心のケア、孤立感をやわらげるため、自死遺族の支援に関する組織などについての情報提供を行います。	○健康課	○千葉いのちの電話 ○県自殺対策推進センター ○印旛健康福祉センター

【死にたい気持ちへの対応（TALKの原則）】

伝える（Tell）

はっきり言葉に出して「あなたのことを心配している」と伝える

尋ねる（Ask）

死にたいと思っているかどうか、率直に尋ねる

聞く（Listen）

相手の絶望的な気持ちを徹底的に傾聴する。絶望的な気持ちを一所懸命受け止めて聞き役に回る

安全に（KeepSafe）

危ないと思ったら、まず本人の安全を確保し周囲の人の協力を得て、適切な対処をする。

5. 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

(1) SOSの出し方に関する教育の推進

【課題からみえた市の取り組み】

千葉県の子未成年者（19歳以下）の過去5年間（平成24から平成28年）の平均自殺死亡率（10万対）は3.0となっており、全国値2.4と比較して高い水準にあります。

市では、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・ストレスへの対処方法を身に付けるため、SOSの出し方に関する教育を実施する必要があります。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
児童生徒のSOSの出し方に関する教育の実施	未実施			全小中学校実施	32年度（2020）

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
若年層対策事業	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・ストレスへの対処方法を身に付けるため、SOSの出し方に関する教育を実施します。 教職員、学校関係者、子どもと関わる地域支援者に対して、子どものSOSの出し方に関する教育の必要性についての啓発を行います。	○教育支援課	○小中学校

【SOSのサイン】

- ・ すぐに自分を責めてしまう、マイナス思考である。
- ・ 朝の調子が悪くなる。
- ・ 体調不良が続く。
- ・ 部屋に引きこもる、口数が極端に減る。
- ・ 食欲がなくなる。
- ・ ストレスにつながるライフイベント（誕生・就学・卒業・就職・結婚・出産・退職などの人生の節目となる大きな出来事）があった。
- ・ 身だしなみに気を使わなくなる。
- ・ 周囲への関心がなくなる。

(2) インターネットや SNS の利用など、若者の特性に応じた支援の充実

【課題からみえた市の取り組み】

市の長期欠席率は小学生、中学生ともにわずかながら増加の傾向にあります。また、近年はインターネットを通じて自殺願望を発信する若者の心のケアが重要視されています。

市では、若者の特性に応じた相談支援を強化するため、電話による従来型の相談だけではなく、県の相談機関などと連携し、SNSやインターネットを活用した相談先情報の周知を強化するとともに、スクールカウンセラーなどを速やかに派遣できる体制を整備する必要があります。

【現状値及びめざそう値】

目標項目	現状値			めざそう値	
	数値	測定年度	現状値の出所	数値	測定年度の目安
SNS相談を行う団体があることについての普及啓発（高校1年生）	未調査			31(2019)年度に設定する	36年度(2024)

*平成31年度に実施する白井市民の「健康」に関するアンケート調査結果を受けてから目標値を設定する。

【主な取り組み事業】

事業名	事業の概要	担当課	関係機関
若年層対策事業	学校や成人式、子どもの居場所となっている児童館などの施設にリーフレットを配布します。 SNSやインターネットを活用し、相談先情報を周知します。	○教育支援課 ○生涯学習課 ○子育て支援課	○PTA ○児童館
連携体制構築事業	スクールカウンセラーなど専門職の派遣が速やかにできる体制を整備します。	○教育支援課	○小中学校 ○市内高等学校及び専門学校

【メール・SNSなどによる相談】 厚生労働省ホームページより抜粋

いのちの電話

いのちの電話ではメールによる相談活動を行っています。

チャイルドライン

チャイルドラインは18歳までの子どものための相談先です。

チャイルドラインの受け手と1対1のチャットで話すことができます。

Mex（ミークス）

家族や友達・からだ・性のことなど、人には言えない「困ったかも」を手助けする10代のためのWebサイトです。

カテゴリや場所などから、10代がメールや電話などで利用できる全国の相談窓口やサービスを検索することができます。

支援情報サイト

相談窓口情報などを悩み別に検索できるサイトです。

SNS相談を行う団体（6団体：平成30年度上半期）

◎自殺対策計画事業一覧◎

※「○」は具体的取り組みに該当する事業で、そのうち「●」については重点的に取り組む事業です。

No	【主な取り組み事業】 事業名	該当する事業	具体的取り組み									
			1 (1)	2 (1)	2 (2)	3 (1)	3 (2)	4 (1)	4 (2)	4 (3)	5 (1)	5 (2)
			地域における自殺対策関係団体・機関との連携の強化	様々な分野でのゲートキーパーの養成	自殺対策の連携調整を担う人材の育成	自殺予防週間と自殺対策強化月間における啓発活動の推進	自殺や自殺関連事業などに関する正しい知識の普及啓発	自殺リスクを抱える可能性のある人への支援	自殺未遂者への支援の充実	遭われた人への支援の充実	SOSの出し方に関する教育の推進	インターネットやSNSの利用など、若者の特性に応じた支援の充実
1	対面相談事業	こころの相談						○	○	○		
2		心配ごと相談 (弁護士相談など)						○	○	○		
3		家庭児童相談						○				
4		女性生き生き相談						○				
5		福祉相談						○				
6		地域包括支援センター総合相談						○				
7		生活困窮者自立相談支援事業						●				
8	電話相談事業	いのちの電話(県)							○			
9		夜間相談窓口の周知							○			
10	人材育成事業	ゲートキーパー養成講座		●								
11		地域子育て支援拠点事業 (ファミリーサポートセンター事業、子育て支援センター)従事者研修		○								
12		窓口対応職員、相談員・教職員などへの研修会			○				○			
13	普及啓発事業	自殺予防週間、自殺対策強化月間における普及啓発				○	○					
14		リーフレット・啓発グッズの作成				○	○					
15		情報の発信(広報誌など)					○					
16		こころの健康教室					○					
17		なるほど行政講座					○					
18		健康づくり講演会					○					
19	自死遺族支援機能構築事業	自死遺族支援公開講座(県)情報提供								○		
20		わかちあいの会(県)情報提供								○		
21	若年層対策事業※	教育相談							○			
22		インターネット・SNS相談窓口の周知										○
23		インターネットなどを活用した普及啓発					○					○
24		SOSの出し方教育									○	
25	連携体制構築事業	子ども食堂の活用						○				
26		健康づくり推進協議会	○									
27		(仮称)自殺対策ネットワーク会議	○									
28		家庭等における暴力対策ネットワーク会議	○						○			
29		しろい高齢者みまもりネット	○						○			
30		くらしと仕事のサポートセンター支援調整会議	○		○					○		
31		庁内健康づくり推進会議	○		○							

※若年層対策事業 40歳未満の人を主な対象として実施される対面相談・電話相談・人材育成・普及啓発事業です。

第5章 計画の推進に向けて

(第2次しろい健康プラン 改訂版)

1. 計画の推進体制

本計画は、「健康増進計画」、「食育推進計画」、「歯科口腔(こうくう)保健推進計画」、「自殺対策計画」を推進するため、保健、福祉、介護、教育、農政、市民参加など多岐にわたる関係各課が、情報の共有と連携を深めて、ともに取り組みを実施することによって、健康づくりを推進していきます。

また、本計画に示した「施策の方向性」に基づく「具体的な取り組み」を着実に推進するため、市民主体による健康づくりの実践と併せ、市民、関係機関、行政がみんなで力を合わせて健康づくりに取り組みます。

2. 計画の評価について

健康づくりは、長期的な視点から継続的に取り組むことにより効果があらわれるため、平成28年度から計画を推進する中で、計画の進捗状況を経年的に把握するとともに、その進捗状況についても公表していきます。

また、平成32(2020)年度の計画終了年度には、計画の達成度の評価を実施し、その結果を次期計画に生かしていきます。

計画ごとの評価体制については、全ての計画で市の職員で構成する市内健康づくり推進会議を開催するとともに、健康増進計画は市医などで構成する保健衛生事業計画医師会議、食育推進計画は栄養士などで構成する栄養士連絡会、歯科口腔保健推進計画は市歯科医などで構成する保健衛生事業計画歯科医師会議、自殺対策計画は警察などで構成する(仮称)自殺対策ネットワーク会議を集約することで関係団体・機関との協働評価体制として位置づけます。

そして、健康づくり推進協議会では、各計画に必要な関係機関の職員を専門委員として委嘱し会議を実施することで各計画の進捗管理と検証をし、総合的に評価を行いながら、市の状況に合わせた健康づくりを推進していきます。

組織イメージ図

