

内灘町自殺対策計画

～ 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 ～

平成31年3月

内 灘 町

はじめに ～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て～

わが国の自殺者数は、様々な対策や周知のもと近年減少傾向にあります。年間 2 万人を超え、依然として深刻な状況が続いています。平成 28 年 4 月に自殺対策基本法が改正され、平成 30 年度までに全ての自治体に対して地域の特性に応じた「自殺対策計画」の策定が義務付けされました。



こうした中、ここ数年の本町での自殺死亡率が国や石川県の平均値を上回っており、平成 25 年から平成 29 年までの 5 年間では、26 名の方が自ら命を絶っている現状です。本計画では、地域共生社会の実現に向け、各種担当による個別の施策ではなく、複数の部署が協力・協働し、民間企業や住民も含めた、複合的な取り組みとして実施することを目標としております。

自殺の多くは、健康や家庭をはじめ、経済や生活、職場での問題や悩みなど、様々な要因が重なって生じると言われています。本町では、保健・福祉・教育をはじめ様々な計画等と連携を図りながら、早期に問題の発見や対策に向けた支援により「自殺することのない誰もが住みよい街づくり」を目指します。そのためにも行政として町民の皆様への周知啓発を行うとともに、皆様がより主体的に周囲の方々の様子に気づけるように協力をお願いいたします。

結びに、本計画策定にあたりましてご尽力いただきました内灘町自殺対策計画策定委員会の委員の皆様をはじめ、ご協力いただきました関係者の方々、そして町民の皆様に心より感謝申し上げます。

平成 31 年 3 月

河北郡内灘町長 川口 克則

も く じ

1. 計画策定にあたって.....	1
1. 計画策定の趣旨	1
2. 計画の位置づけ	1
3. 計画の期間.....	1
2. 内灘町の現況と課題.....	2
1. 人口及び人口構成の推移.....	2
2. 自殺者の現状.....	3
3. 町民の意識と実態.....	7
4. 主要課題	13
3. 自殺対策の基本方針.....	14
1. 計画の基本理念	14
2. 基本方針	14
3. 計画の体系.....	16
4. 生きる支援の関連施策	17
1. 基本施策	17
2. 重点施策	26
5. 目標指標	28
6. 計画の推進体制	29
7. 参考資料.....	30

1. 計画策定にあたって

1. 計画策定の趣旨

日本の近年の自殺者数は減少傾向にありますが、自殺死亡率（人口 10 万人あたりの自殺による死亡率）は主要先進 7 か国の中で最も高く、自殺者数は毎年 2 万人を超えており、大きな社会問題になっています。

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため、平成 28 年に自殺対策基本法が改正されました。この中で、自殺対策が「生きることの包括的な支援」として実施されるべきこと等を基本理念に明記するとともに、すべての都道府県及び市町村が「自殺対策計画」を策定することとなりました。

本町においても、国における自殺総合対策大綱と自殺対策基本法を準拠し、町民の心の健康と生活、そしていのちを守ることを目的とし、本計画を策定しました。

2. 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法 第 13 条 第 2 項によって策定が義務づけられている市町村自殺対策計画です。また、本計画は、国の自殺総合対策大綱、石川県自殺対策計画の方向性との整合を図るとともに、地域の実情に応じた内容となるように策定したものです。

3. 計画の期間

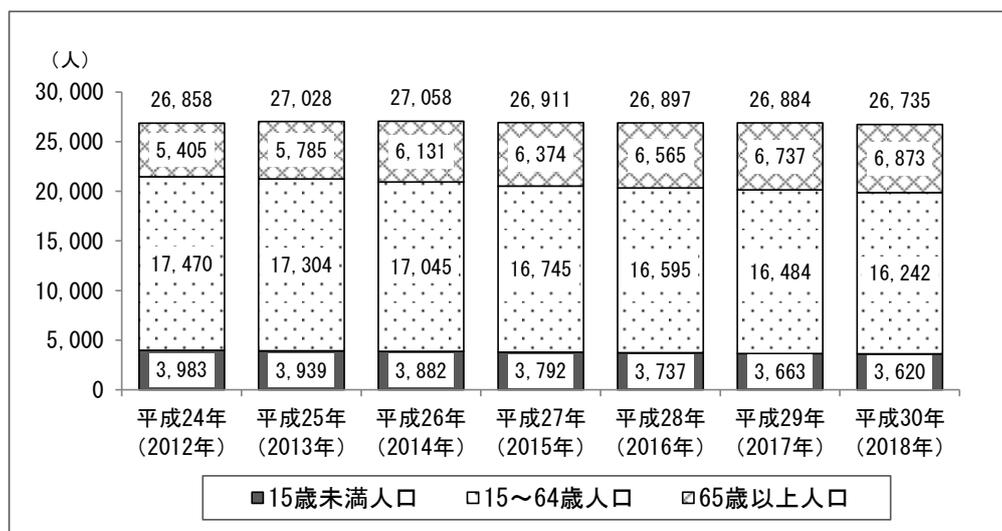
本計画の計画期間は、平成 31 年（2019 年）度から平成 35 年（2023 年）度までの 5 年間としています。計画期間中であっても、関連法等の改正や社会情勢の大きな変化があった場合には見直しを行います。

2. 内灘町の現況と課題

1. 人口及び人口構成の推移

内灘町の人口は、平成 26 年（2014 年）の 27,058 人をピークに緩やかな減少傾向にあります。また、年齢 3 区分別人口は、15 歳未満人口と 15～64 歳人口は減少傾向にあります。65 歳以上人口は増加傾向にあり、少子高齢化が進行していることがうかがえます。

図表 1 年齢 3 区分別人口



資料：内灘町の統計書（各年 3 月末）

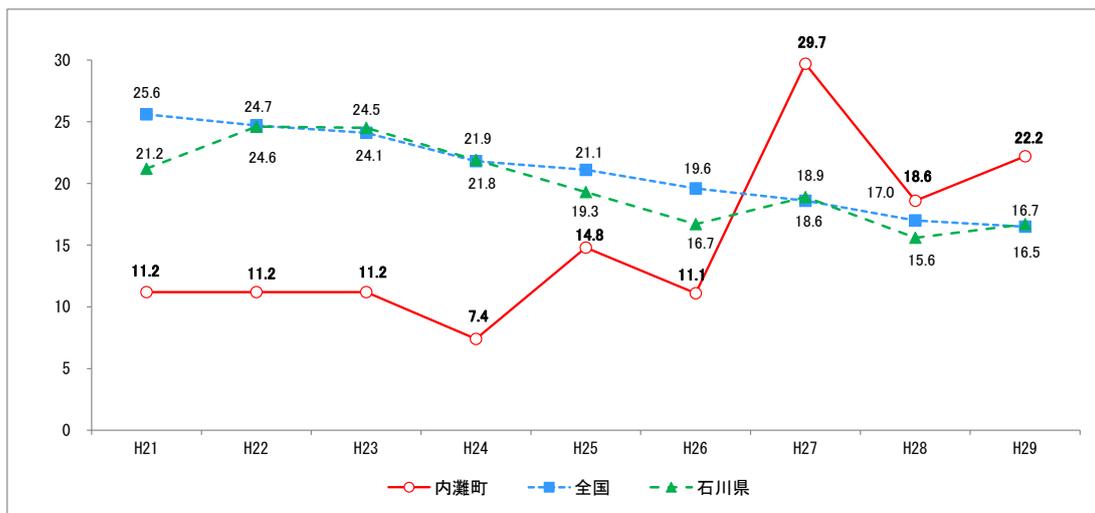
2. 自殺者の現状

① 本町の自殺死亡率の推移

全国と石川県の自殺死亡率（人口 10 万人当たりの自殺者数）は減少傾向にあります
が、本町の自殺死亡率は増加傾向にあります。

平成 21 年～平成 26 年までは全国や県を下回っていたものの、平成 27 年に急激に
増加し、以降、全国や石川県を上回っている状況です。

図表 2 自殺死亡率の推移（全国と県と比較）



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

② 本町の自殺の動向

本町の自殺者数は、平成 25～29 年度の合計で 26 人（男性 18 人、女性 8 人）と
なっています。内訳の割合をみると「男性 60 歳以上 無職同居」と「女性 60 歳以上
無職同居」が多くなっています。

図表 3 地域の主な自殺の特徴（特別集計（自殺日・住居地、H25～29 合計））

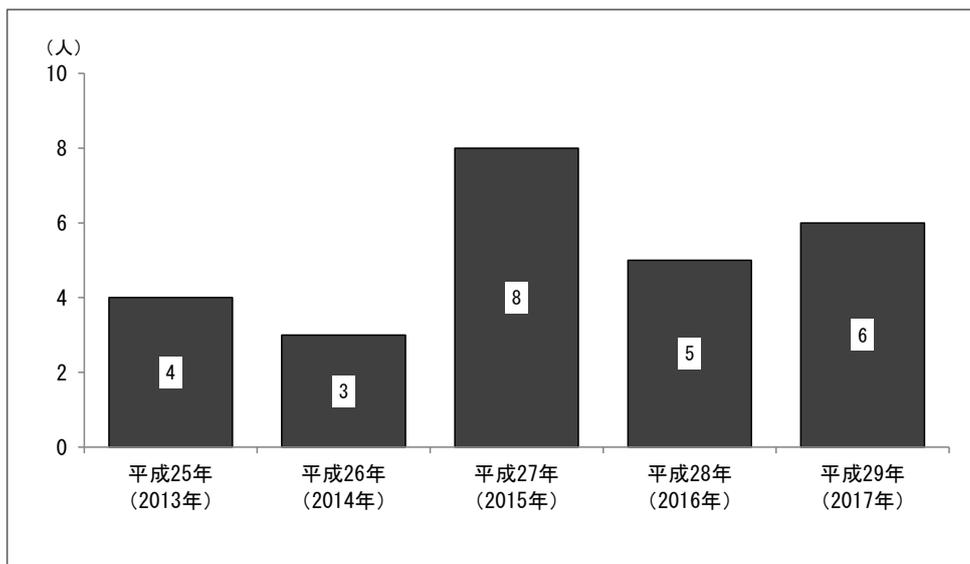
上位 5 区分	自殺者数 5 年計	割合	背景にある主な自殺の危機経路
1 位: 男性 60 歳以上 無職同居	4	15.4%	失業（退職）→生活苦+介護の悩み（疲れ）+身体疾患→自殺
1 位: 女性 60 歳以上 無職同居	4	15.4%	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
3 位: 男性 40～59 歳 有職独居	3	11.5%	配置転換（昇進/降格含む）→過労+仕事の失敗→うつ状態+ アルコール依存→自殺
3 位: 男性 20～39 歳 無職同居	3	11.5%	①【30 代その他無職】ひきこもり+家族間の不和→孤立→自殺 ②【20 代学生】就職失敗→将来悲観→うつ状態→自殺
3 位: 男性 40～59 歳 有職同居	3	11.5%	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

資料：地域自殺実態プロフィール

内灘町における自殺者数は、平成 27 年の年間 8 人がピークとなっています。また、平成 25 年から平成 29 年までの 5 年間の男女別自殺者数の割合をみると、女性が 30.8%となっているのに対し、男性は 69.2%と、男性の自殺者の占める割合が高くなっています。国や県も同様の傾向となっています。

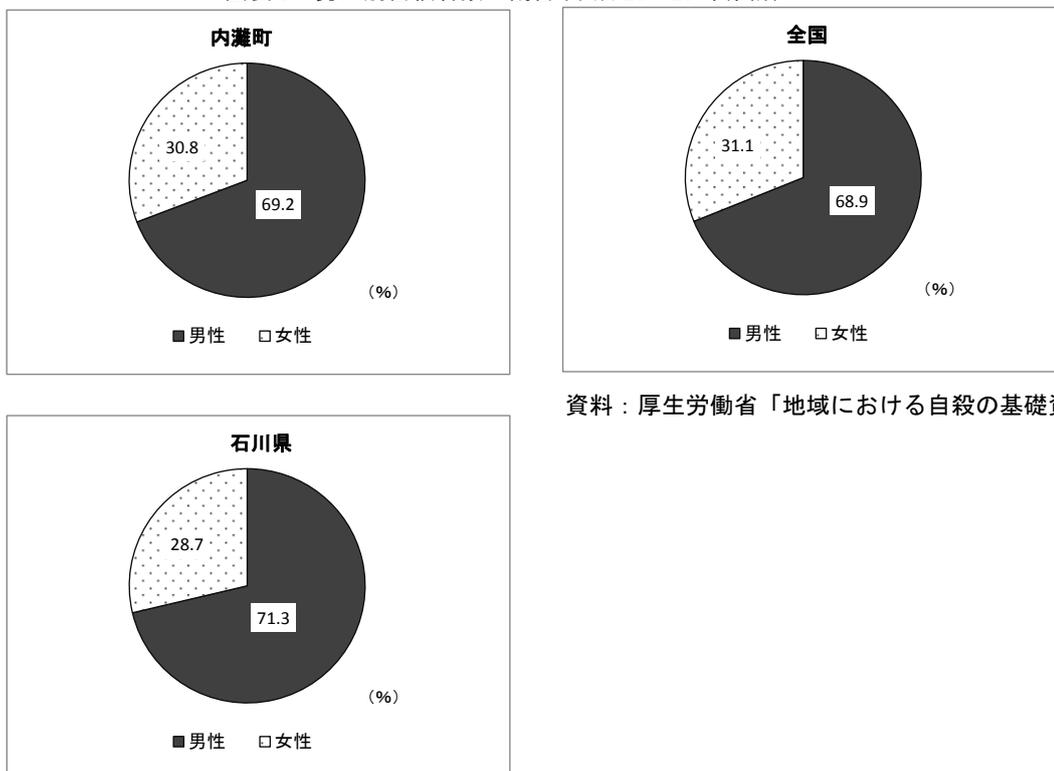
男性では 40 歳代、50 歳代、70 歳代が 22.2%と最も多くなっており、男性自殺者の約 7 割（72.2%）が 40 歳以上となっています。女性では 60 歳代が 37.5%と最も多くなっています。

図表 4 内灘町の自殺者数の推移



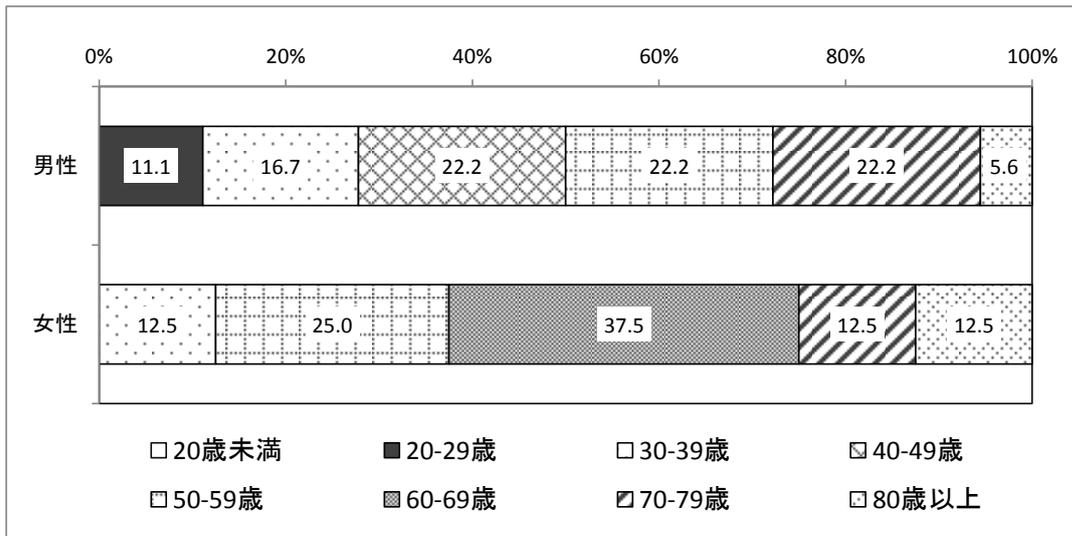
資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

図表 5 男女別自殺者数の割合 (平成 25～29 年累計)



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

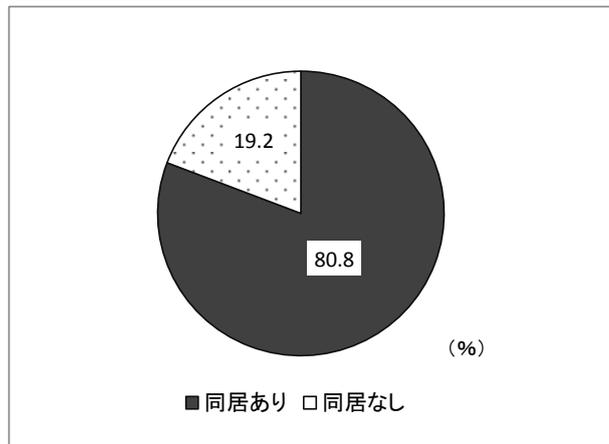
図表 6 内灘町における性・年代別の自殺者数の割合(平成 25～29 年累計)



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

同居人の有無別自殺者数の割合では、同居人「あり」が 80.8%となっています。

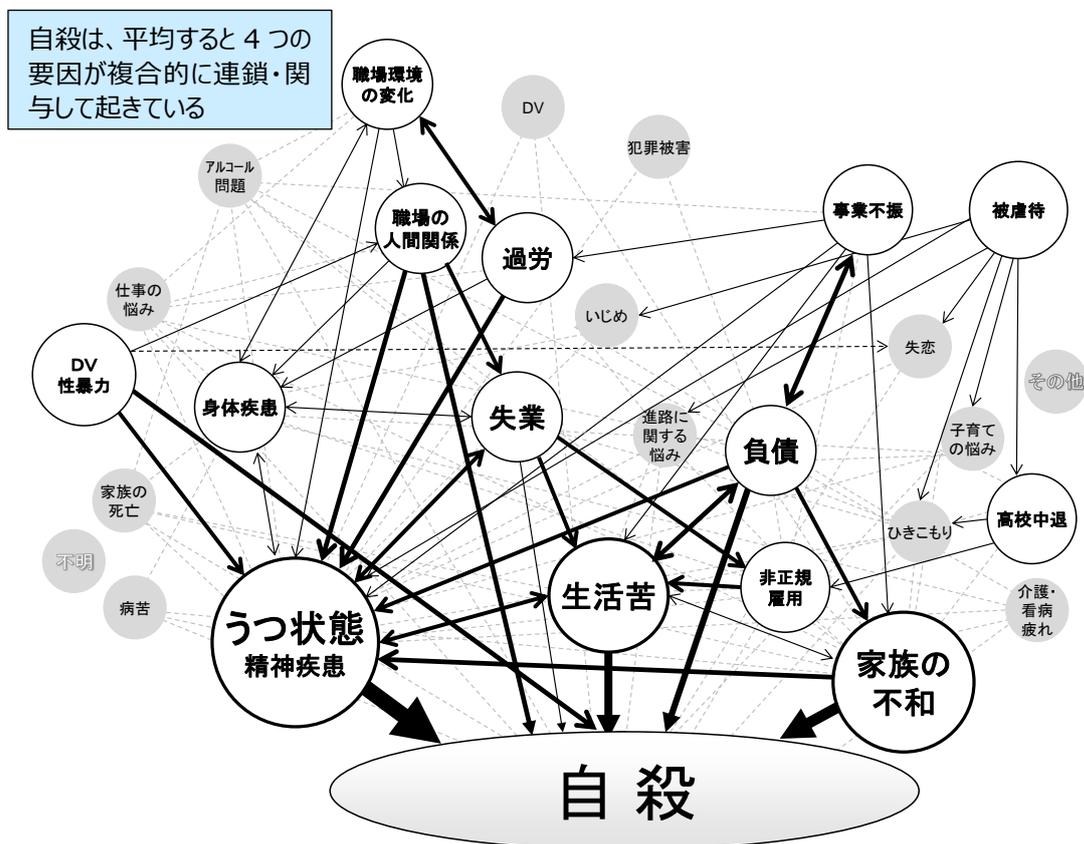
図表 7 内灘町における同居人の有無別自殺者数の割合



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

自殺の原因・動機は、健康問題や経済的な問題、勤務問題など複数の要因が複雑に
 関係しているため、関係機関と連携し、継続的にきめ細かな対策を推進する必要があります。

図表 8 「1000人実態調査」から見てきた自殺の危機経路



資料：NPO法人ライフリンク「1000人実態調査」より

図中の○印の大きさは要因の発生頻度を表しています。○印が大きいほど、自殺者に
 その要因が抱えられていた頻度が高いということです。また、矢印の太さは、要因と
 要因の連鎖の因果関係の強さを表しています。矢印が太いほど因果関係が強いこと
 になります。

3. 町民の意識と実態

① 調査の概要

1. 調査の目的

本調査は、町民の皆さまのこころの健康や自殺に関する意識などを把握するとともに、ご意見、ご提言を広くお聞きし、より充実した「内灘町自殺対策計画」作成に役立つ基礎資料として活用することを目的として実施しました。

2. 調査対象及び調査方法

- ①調査地域 : 内灘町全域
- ②調査対象 : 20歳以上の内灘町民
- ③標本数 : 1,000人
- ④標本抽出方法 : 住民基本台帳から無作為抽出
- ⑤調査期間 : 平成30年7月
- ⑥調査方法 : 郵送配布・郵送回収

3. 調査票の回収状況

配布数	1,000件
有効回収数	314件
無効回収数	4件
回収率	31.8%

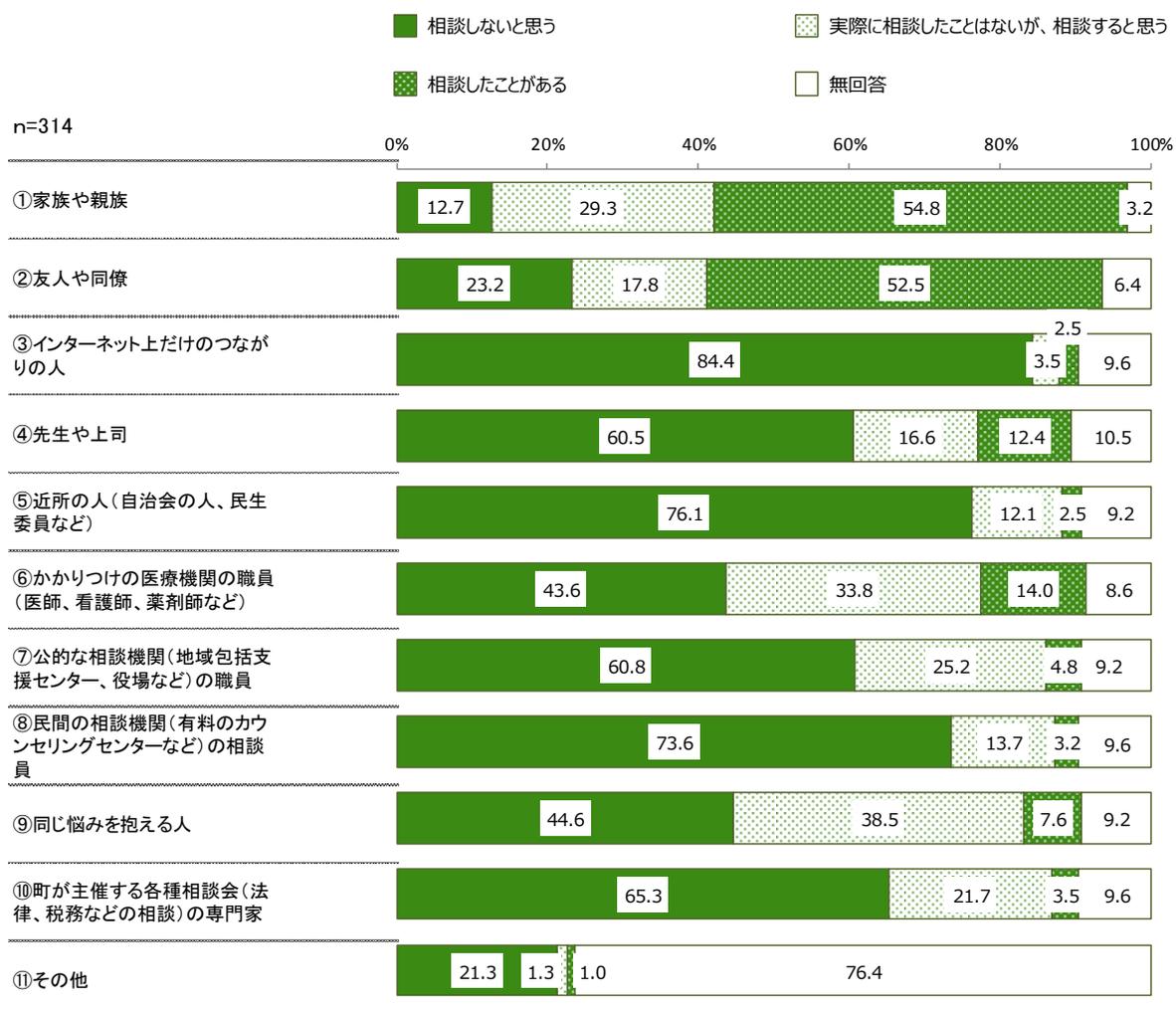
4. 調査結果の見方

- ・グラフ・表中の「n」はアンケートの回収数を示しています。
- ・比率はすべて百分率（%）で表し、小数点第2位を四捨五入して算出している。従って、合計が100.0%にならない場合もあります。
- ・複数回答の場合、回答の合計比率が100.0%を超える場合があります。
- ・グラフ・表として示したもののうち、回答数が0の場合は表示を省略しています。また、選択肢の文章を簡略化してある場合もあります。

② 相談相手について

悩みやストレスを感じた時の相談相手としては、【①家族や親族】【②友人や同僚】などに相談する人は5割を超えており、家族や友人など比較的親しい人には相談することがうかがえます。一方で、【⑤近所の人（自治会の人、民生委員など）】【⑧民間の相談機関（有料のカウンセリングセンターなどの相談員）】【⑦公的な相談機関（地域包括支援センター、役場などの職員）】などに相談する人は少ない状況となっています。

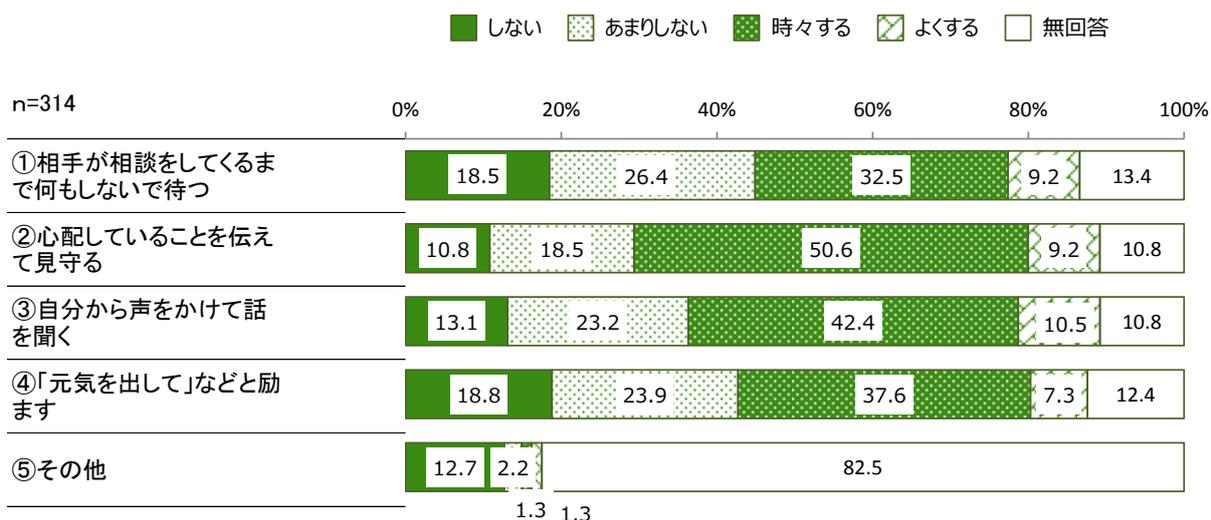
図表9 相談相手



③ 身近な人が辛そうに見えた時の対応

身近な人が辛そうに見えた時の対応で、「時々する」と回答した方が最も多くなっています。その中でも【②心配していることを伝えて見守る】が50.6%と最も多く、次いで【③自分から声をかけて話を聞く】(42.4%)、【④「元気を出して」などと励ます】(37.6%)となっています。

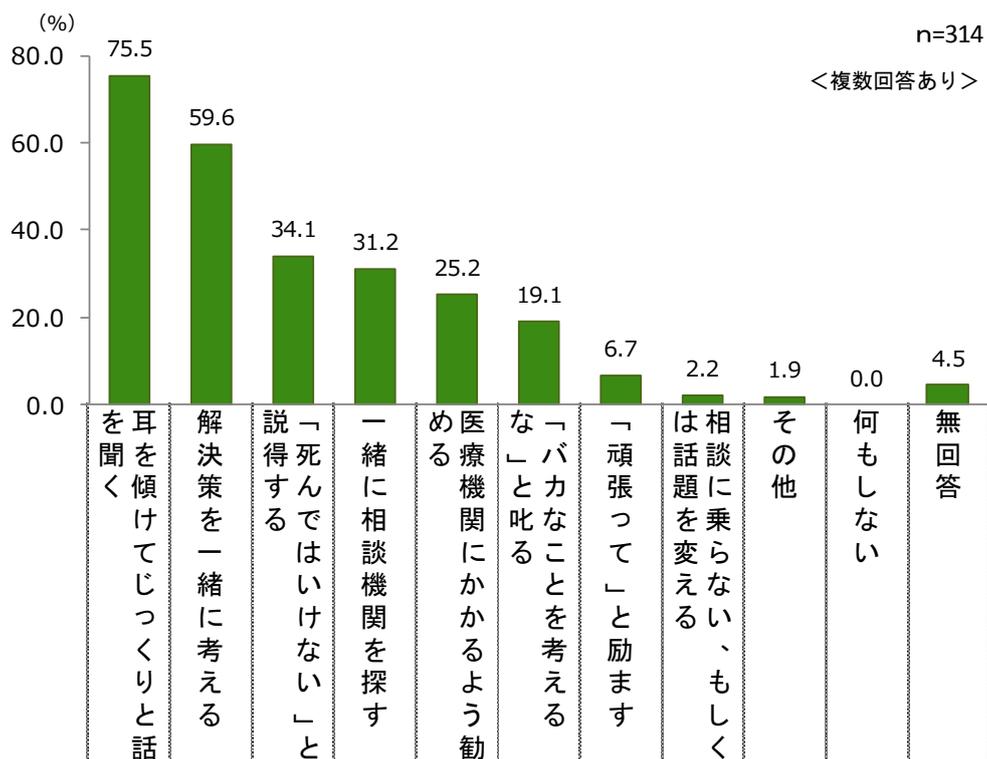
図表 10 身近な人が辛そうに見えた時の対応



④ 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の対応

身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の対応は、「耳を傾けてじっくり話を聞く」が 75.5 と最も多く、次いで「解決策と一緒に考える」(59.6%)、「死んではいけない」と説得する(34.1%)、「一緒に相談機関を探す」(31.2%)となっており、相手に寄り添うような考えを持っている人が多いとかがえます。

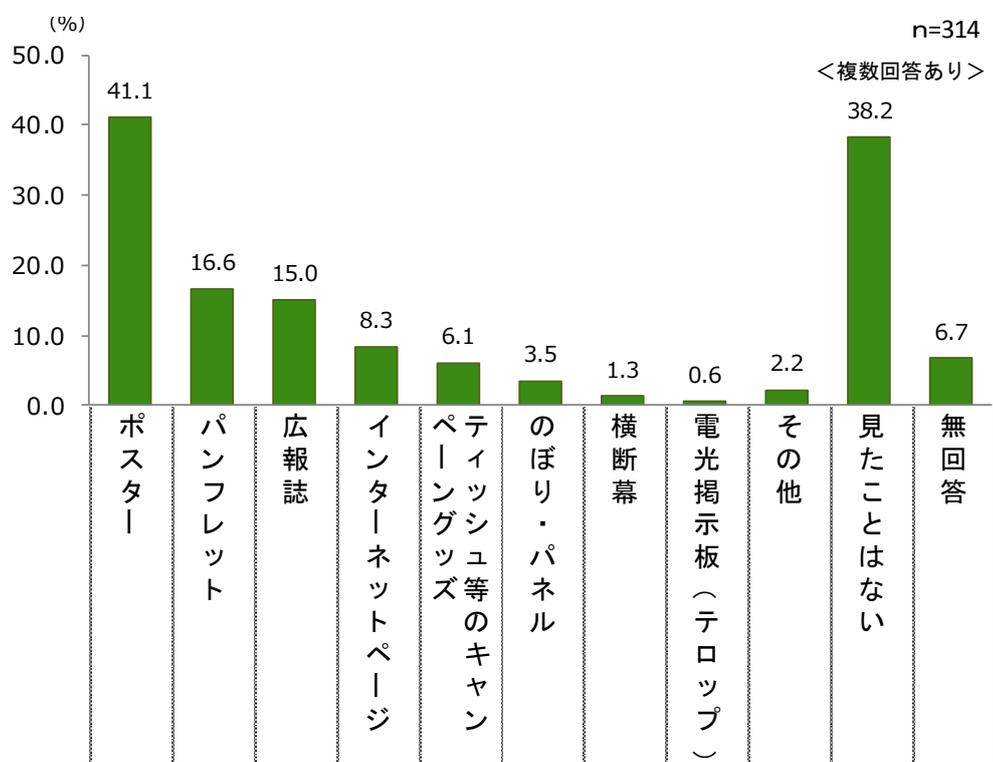
図表 11 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の対応



⑤ 自殺対策に関する啓発物について

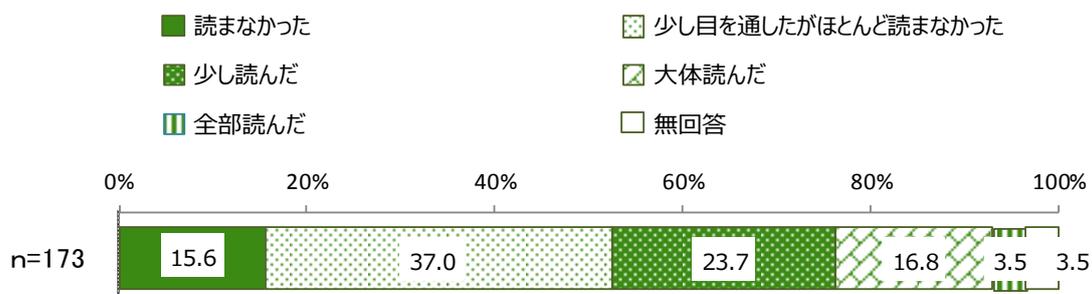
自殺対策に関する啓発物は、「ポスター」が41.1%と最も多く、次いで「パンフレット」(16.6%)、「広報誌」(15.0%)となっています。一方、「見たことはない」が38.2%と多くなっています。

図表 12 自殺対策に関する啓発物



自殺対策に関する啓発物を見たときの対応は、「ほとんど読まなかった」(「読まなかった」と「少し目を通したがほとんど読まなかった」を合わせたもの)が52.6%、「読んだ」(「少し読んだ」、「大体読んだ」、「全部読んだ」を合わせたもの)が44.0%となっています。

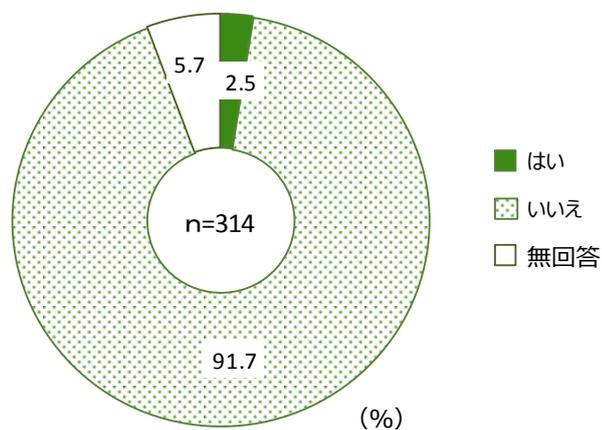
図表 13 自殺対策に関する啓発物を見たときの対応



⑥ 自殺対策に関する講演会等への参加経験について

自殺対策に関する講演会等に参加の有無は、「はい」が 2.5%、「いいえ」が 91.7% となっています。

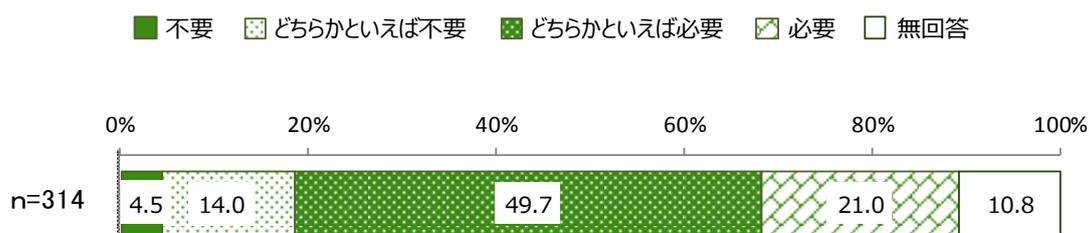
図表 14 自殺対策に関する講演会等に参加の有無



⑦ 自殺対策に関するPR活動の必要性について

自殺対策に関するPR活動は、「必要」（「どちらかといえば必要」と「必要」を合わせたもの）が 70.7%となっています。

図表 15 自殺対策に関するPR活動



4. 主要課題

アンケート調査を勘案し、本計画期間内における主要課題として、以下2点を掲げます。

1 生きる支援の担い手づくり

自殺はだれでも追い込まれる可能性があります。

調査結果では、相談相手は身近な人に相談する人が多いことがわかりました。初動対応としては、相手の話をじっくりと聞くことを選択する人が多いこともわかりました。

住民が自身の周囲の人の異変に気づき、専門機関へつなぐなどの取り組みが必要となってきます。窓口等で住民に接する町職員や地域で活動している民生児童委員などについても、専門的な知識を持つための研修等を行い、生きる支援の担い手づくりが必要です。

2 住民への啓発と周知

調査では、自殺対策に関する啓発物を見たことない人が約4割いました。残りの6割の方の中では、啓発物を読まなかった人が5割以上をしめており、自殺対策に関する講演会等への参加経験については、参加したことが無い人が9割以上となっていました。

今後の自殺対策に関するPR活動の必要性については、必要だと考えている人が7割となっており、必要性を感じているものの積極的な情報収集をしている人があまり見受けられない状況となっています。

住民自身が他人や自分自身のこころの状態に気づき、必要な支援につなげていくことができるよう、生活の中で起こりうる問題に関する情報提供を行い、広報やホームページだけでなく、健康教育や講演会、イベント等の様々な機会を通じて、こころの健康や自殺対策に関する多種多様な情報について、住民へ啓発、周知することが必要です。

3. 自殺対策の基本方針

本町では、国の自殺総合対策大綱の基本理念と同様に「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を基本理念とし、自殺対策を「生きることの包括的な支援」として総合的に推進します。

1. 計画の基本理念



誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現

2. 基本方針

1) 生きることの包括的な支援として推進する

自殺対策を、「生きることの包括的な支援」として推進するため、家庭問題、健康問題、失業、多重債務や生活困窮等の「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、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」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させる方向で自殺対策を推進する必要があります。

自殺はその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あるとの基本認識のもと、自殺対策を『生きることの包括的な支援』として、社会全体の自殺リスクを低下させるとともに、一人ひとりの生活を守るという姿勢で推進します。

2) 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に推進する

自殺に追い込まれようとしている人が、地域で安心した生活を送れるようにするには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含んだ様々な取組が重要であり、関連する他の施策を連携させることで、総合的な対策として推進します。

また、制度の狭間にある人、複合的な課題を抱え自ら相談に行くことが困難な人などを地域において早期に発見し、確実に支援していくため、地域住民と公的機関の協働による包括的な支援体制づくりを進める「我が事・丸ごと」地域共生社会の実現に向け、各種施策との連携を図ります。

3) 対応の段階に応じた対策を推進する

対応の段階に応じた、様々な施策の効果的な連動を図る自殺対策は、自殺のリスクを抱えた個人等に支援を行う「対人支援」、包括的な支援を行うための実務連携などの「地域連携」、さらには支援制度の整備等を通じて、人を自殺に追い込むことのない地域社会の構築を図る「社会制度」という、3つの対策に分けることができます。

地域の相談機関や抱えた問題の相談先や解決方法を知らないために、支援を得ることができず自殺に追い込まれる人が少なくないことから、3つの対策を連動させ、自殺の事前対応の取組を推進します。

4) 実践と啓発を両輪として推進する

自殺対策における実践的な取組と、自殺問題の啓発的な取組を合わせて推進し、すべての住民が、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気づき、相談先の案内や精神科医等の専門家につなぐとともに、そうした専門家と協力しながら見守っていける環境づくり（地域づくり）に取り組む必要があります。

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」であり、危機に陥った場合には誰かに助けを求めることが大切ということが、社会全体の共通認識となるように普及啓発を行います。

5) 行政、関係団体、民間団体、企業及び住民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を実現するためには、行政、関係団体、民間団体、企業、住民がそれぞれの役割を明確化し、連携・協働して、一体となって自殺対策を推進していく必要があります。

本町は、住民一人ひとりの身近な行政主体として、国や石川県と連携しつつ、地域における緊密な連携・協働に努めながら自殺対策を推進します。

3. 計画の体系

本町で実施されている関連事業を5つの基本施策に分けて体系化しました。また、本町の実態や課題を踏まえた「重点施策」を推進の方向性として示しています。

基本理念 「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」

【基本方針】

- 1 生きることの包括的な支援として推進する
- 2 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に推進する
- 3 対応の段階に応じた対策を推進する
- 4 実践と啓発を両輪として推進する
- 5 行政、関係団体、民間団体、企業及び住民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

【生きる支援の関連施策】

基本 施 策	1 地域におけるネットワークの強化
	2 生きる支援の担い手の育成 (1) 支援者等を対象とする研修会等の実施 (2) 住民に対する研修会等の実施
	3 住民への啓発と周知 (1) リーフレット・啓発ポスター等による啓発と周知 (2) 健康教育・講演会・イベント等による啓発と周知
	4 児童生徒のSOSの出し方に関する教育
	5 生きることの促進要因への支援 (1) こころの健康を保持するための支援 (2) 相談支援事業等 (3) 居場所づくりの支援 (4) 自殺未遂者への支援 (5) 遺された人への支援 (6) 生きることの阻害要因の減少・促進要因の増加につながる支援

重 点 施 策	高齢者対策	子ども・若者対策
	生活困窮者対策	無職者・失業者対策

4. 生きる支援の関連施策

国の自殺総合対策大綱に基づいて、地域で自殺対策を推進するにあたり、欠かすことのできない施策として定めています。

1. 基本施策

1 地域におけるネットワークの強化

自殺の原因は様々な要因が複雑に絡んでおり、他の様々な事業を通じて地域に展開しているネットワークを活用して課題を解決することが重要な取組となることから、地域におけるネットワークを強化します。

▶具体的な取り組み

民生児童委員による地域見守り・相談

担当する者	民生児童委員協議会
実施時期	通年
内 容	地域に住んでいる方々の福祉に関する問題や要望を受け止める相談活動から始まり、生活に困った人や高齢者・障がい者・子育てなどの相談を受け、各種関係機関への橋渡しなど必要な支援活動を行っていきます。

訪問等支援

担当する者	福祉課、保健センター、社会福祉協議会 等
実施時期	通年
内 容	社会福祉協議会や町職員による自宅訪問や電話支援等を行い、状況等の確認をするとともに、関係者による検討会を行い、情報交換しながら適切な対応ができる体制を推進します。

内灘町自立支援協議会の開催

担当する者	福祉課
実施時期	定期
内 容	全ての住民が、住みなれた地域で自立した生活が送れるよう、自立支援協議会にて多種多様な機関とのネットワークを構築していきます。

生活困窮者に対する連絡会議の開催

担当する者	福祉課、住民課、社会福祉協議会、石川県
実施時期	定期
内 容	定期的に情報共有の場である連絡会議を行い、生活保護受給者や受給に関する相談のあった方などに関する情報の収集と共有を図るとともに、関係機関等との連携ができる体制を図ります。

地域住民主体の取組の推進

担当する者	町会区会、社会福祉協議会、民生児童委員、福祉課 等
実施時期	通年
内 容	「地域福祉計画・地域福祉活動計画」に掲げられている各町会区会による福祉委員会や「避難行動要支援者避難支援計画」に基づく要支援者に対する体制づくりを活用し、地域住民がお互いに話し合い、交流をもつまちづくりを目指し、互助・共助の体制を住民自身が主体的に構築できるように推進します。

2 生きる支援の担い手の育成

悩みや生活上の困難を抱える人に対する「気づき」は重要です。「気づき」を早期に支援に結びつける（「つなぐ」）ために、誰もが「気づき」の視点をもつことができるよう、「つなぐ」必要性を理解し行動できる生きる支援の担い手を育成します。

▶具体的な取り組み

各種研修・連絡会議等への出席

担当する者	福祉課
実施時期	随時
内 容	障がいの種別に関わらず、各種団体の研修会や連絡会議へ出席し、知識を得て、的確な対応ができるよう、職員の資質向上に努めます。

石川県の実施する研修会・セミナー等への協力

担当する者	福祉課、石川県
実施時期	随時
内 容	石川県が行う研修会やセミナー等を活用し、地域住民の学ぶ機会の提供に努めるとともに、他者の様子に「気づく」ことができる人材の育成に努めます。

認知症サポーターの養成

担当する者	福祉課・地域包括支援センター
実施時期	適宜
内 容	認知症サポーターの養成を行い、認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族へのサポートを行うことができる人材の養成を行います。

ゲートキーパーの養成

担当する者	福祉課
実施時期	適宜
内 容	日常の付き合いや会話の中で、周囲の方の様子に「気づける」方を増やすため、ゲートキーパー養成講座や育成講座を開催し、「生きる支援の担い手の育成」を促進します。

いじめに対応する教職員の養成及び体制整備

担当する者	小学校・中学校
実施時期	通年
内 容	教職員が児童や生徒からのサインを見逃すことがないように、教職員の研修に努めるとともに、校長をトップとする「いじめ問題対策チーム」を設置し、教育委員会や関係機関と連携を図りながら対応します。

3 住民への啓発と周知

自殺に追い込まれる可能性は、誰にでも起こりうることです。実際には危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現状があります。そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、セルフケアとして危機に陥る前に誰かに相談し、助けを求めることが大切だということが社会全体の共通認識となるよう、普及啓発を行う必要があります。住民との様々な接点を活かし、住民が生きる支援について理解を深められるよう、周知啓発活動に取り組みます。

▶具体的な取り組み

自殺予防普及啓発リーフレット等の配布・掲示

担当する者	福祉課、公民館 等
実施時期	通年
内 容	命の大切さや、こころの不調のサインや、相談窓口などを掲載したリーフレット等を役場窓口、公民館や働く女性の家等に設置・掲示し、住民の自殺への理解を深め、偏見や無関心をなくしていきます。

自殺予防に関する啓発

担当する者	福祉課
実施時期	毎年9月、3月
内 容	自殺予防週間（9月10日～16日）や自殺対策強化月間（3月）に命の大切さやこころの健康に関する記事を広報に掲載し、相談先などを住民へ周知するとともに、街頭にて自殺予防に関する啓発パンフレットを配布するなど、自殺への理解を促進させ、偏見や無関心をなくしていきます。

「いじめ撲滅」全校集会の実施

担当する者	中学校
実施時期	年度に1回以上
内 容	生徒にむけて「いじめ撲滅」についての全校集会を行い、全生徒へ生命の大切さについて学ぶ機会を提供します。

学校評価の指標の1つとして「いじめ対策」を導入

担当する者	小学校・中学校
実施時期	定期
内 容	保護者に対して「いじめ対策」についての評価項目を提示し、保護者のいじめに対する関心を啓発します。 その評価は学校ごとにホームページ等にて公表し、保護者の意見を取り入れ、改善に努めます。

町情報誌の配布

担当する者	総務課（暮らしの便利帳） 子育て支援センター（子育て支援ブック）
実施時期	随時
内 容	内灘町への転入者に対して、住民課にて「暮らしの便利帳」を配布し、行政サービスや手続き等に関する情報、各種相談窓口や相談先の周知を行います。また、出生届出の際には子育て関係のサービスを記載した「子育て支援ブック」を配布し、施設や各種制度などの周知並びに理解促進を図り、子育てに対する不安や負担の軽減につながるよう支援します。

4 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

危機に陥った・陥っていそうな児童生徒が、先生や保護者だけでなく、それ以外の大人にも相談ができるよう、居場所や相談相手づくりを推進するとともに、困難やストレスへの対処方法などを身につけるための教育（SOSの出し方に関する教育）に取り組めます。

▶具体的な取り組み

いじめに関するアンケートの実施

担当する者	小学校・中学校
実施時期	定期
内 容	小学校では毎月、校内にていじめの実態把握のためにアンケートを実施しています。中学校では他者の目を気にする傾向があることから、自宅に持ち帰って記載し、学校へ提出しています。 学校においていじめ対策及びSOSを発信するツールの一つとして活用します。

子ども達に対する相談先の周知啓発

担当する者	小学校・中学校
実施時期	随時
内 容	石川県が発行しているいじめ防止に関する啓発パンフレットを随時配布し、様々な相談先等の周知啓発を行います。

子どもの虐待に関するセミナーの開催

担当する者	生涯学習課
実施時期	随時
内 容	子どもの虐待に関するセミナーを学校等で開催し、自身の権利や自己防衛等について学ぶ機会を提供します。

5 生きることの促進要因への支援

自殺を防ぐためには、生きることの阻害要因を減らすための取組だけではなく、生きることの促進要因を増やすための取組を合わせて行うことによって、自殺リスクを低減させる必要があります。そのため、様々な取組を必要に応じて連携させ、生きることの促進要因の強化につながる支援を推進します。

▶具体的な取り組み

生活相談や就業・就職等の相談の実施

担当する者	社会福祉協議会・福祉課（障がい者虐待防止センター）・住民課 等
実施時期	通年
内 容	生活全般の悩みに関することから、ひきこもりや生活困窮者などへの相談まで様々な支援活動を行い、それぞれの希望に合った行政サービスや社会参画を促すなど、解決・自立に向けた支援等を行います。

教育相談（スクールカウンセラー）の実施

担当する者	小学校・中学校
実施時期	定期
内 容	各学校にスクールカウンセラーが訪問し、子ども達の生活上の問題や悩みの相談に応じるとともに、教職員や保護者に指導・助言を行うなど、相談ができる環境を提供します。

教育相談（教育センター）の実施

担当する者	教育センター
実施時期	週 1 回
内 容	内灘町教育センターにて週 1 回スクールカウンセラーを配置し、児童や生徒から教師、保護者まで幅広く相談に応じます。 また、「こども教育相談電話」を設置し、月曜日から金曜日までの午後 に相談の機会を設けて応じます。

自殺未遂者や遺された家族等へのケア

担当する者	福祉課 消防署
実施時期	随時
内 容	救急搬送者の情報提供により、相談機関の紹介や面談に応じるなど再発防止に向けたケアができる体制の構築を目指します。また、遺された家族や友人に対しても相談に応じるなどの支援に取り組みます。

命の大切さや「生きる力」を学ぶ教育の実施

担当する者	小学校・中学校
実施時期	通年
内 容	小学校 1 年生から中学 3 年生までを通して道徳・人権教育を行い、生命の大切さや尊厳を学ぶとともに、生きる力を育むための教育を実施します。また、町内出身著名人や保護者等による将来の生き方等の講演を通して、子どもたちの「生きる力」の育成に努めます。

子育て関係機関による情報共有や連携の強化

担当する者	保健センター、子育て支援センター、保育園、幼稚園 等
実施時期	通年
内 容	保健師や子育て支援センター職員、保育園・幼稚園の年長担当職員、保護者等で必要な支援や相談内容、利用したいサービス内容など情報の提供や共有、連携を密にして、生きることへの促進要因の強化を目標に、成人だけでなく子ども達の成長や生活を支援します。

子育て支援センターの運営

担当する者	子育て支援センター
実施時期	通年
内 容	プレママクラス事業、BP事業（親子の絆づくりプロジェクト“赤ちゃんが来た！”）、育児講座（子育てワイワイセミナー）、ママのリラクゼーション事業など、子育て中の保護者に対して、相談や交流の機会を提供するとともに、心的ストレスの軽減やリフレッシュに向けた取り組みを進めます。

母子保健事業の実施（保健センターの運営）

担当する者	保健センター
実施時期	通年
内 容	母子手帳交付時や妊娠6か月時などに面談や訪問を行う等、早期に状況等の確認や相談できる体制を整え、支援が必要な方（家庭）への支援方針の検討や関係機関との情報共有等の連携を行い、迅速・的確な対応によりストレス軽減など生きることへの促進要因の強化に努めます。

2. 重点施策

本町における自殺者の傾向として高いと考えられる「高齢者」、「無職者・失業者」、「生活困窮者」に、調査結果から重要と考える方が多かった「子ども・若年」を加えた4つに対する取組を重点施策としました。

① 高齢者対策

高齢者は、慢性的な疾患や継続する身体的苦痛等の健康問題を抱え、心身の衰えから家族に看護や介護の負担をかけたくないという思いが強くなる傾向があります。

また配偶者等の近親者の死をきっかけに閉じこもりや抑うつ状態になりやすく、孤立しやすいといわれています。こういった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するため、地域包括支援センターを中心とした相談支援と、社会福祉協議会の支援で地域の民生委員が実施している見守り活動やサロン活動により、居場所や交流の場づくりといった孤立防止の働きかけが行われています。これまでは一人暮らしや高齢者世帯を中心に専門機関等による相談支援や民生委員による見守りなどが行われてきましたが、今後は同居家族がいる高齢者にも視点を当てる必要があります。

また、高齢者の自殺や自殺未遂は「うつ病」が大きな原因といわれています。しかし、高齢者のうつ病は認知症の症状と共通する部分も多く、見分けるのが難しいとされています。記憶力の衰えに関する訴えが、うつ病の症状であることもあります。そのため、上記にあるような孤独・孤立の予防を行っていく中で、高齢者のうつ病に関する啓発をし、また各種研修や講演会を通じて、周囲への気づきの視点を持つことの必要性を伝え、早期発見・早期治療につなげるよう取り組みます。

② 子ども・若者対策

若年層は成人と比べ、ライフスタイルや生活の場、人間関係等が大きく変化する時期です。抱える悩みは多様であり、それぞれのライフステージにあった対策が求められます。児童・生徒等は学校が主な生活の場であり、教育機関や児童福祉機関等が支援機関となります。内灘町教育振興基本計画の基本目標の1つとして「豊かな人間性をはぐくみ、心身ともにたくましい人づくりをめざします」とあり、心の教育、道徳教育、人権教育の諸計画や環境を整え、子どもたちの内面に根ざした道徳性の育成が図られるよう取り組みを推進しています。また、学校卒業後は、新たな生活のシーンで環境に馴染むことができず、ひきこもりをはじめとした困難を抱えている若者も少なくありません。こうした若者の支援が手薄にならないよう、就労や生活困窮支援を行うほか、多種多様な悩みを抱える若者およびその家族に対する相談体制の構築に努めます。義務教育期だけではなく、青年期を通じて継続的な支援ができるよう、関係機関での情報共有や連携を図り、途切れない支援体制を整えます。

③ 生活困窮者対策

生活困窮者は、その背景として、金銭問題、健康問題、失業等の問題を複合的に抱えていることが多く、社会や家族からの孤立などの問題を抱えている傾向にあります。様々な背景を抱える生活困窮者は将来への不安も大きいと考えられます。生活困窮者や生活困窮に至る可能性のある人が自殺に至らないようにするためには、経済的な支援に加えて、就労支援や健康面での相談等、分野ごとに分かれている様々な相談支援機関をつなぎ、包括的に支援を進めていくことが必要です。

このような現状を踏まえ、包括的な支援を強化するため、生活困窮者自立支援や生活保護、健康相談などの支援窓口が連携を図りながら支援します。

また、生活困窮に陥っている人の中には、孤立や情報が行き届かないことなどにより、支援につながらず自殺のリスクを抱え込んでしまう人も少なくありません。そのため、支援を必要とする人に相談窓口や支援制度に関する情報が届くよう周知を図っていきます。

④ 無職者・失業者対策

勤労世代の無職者の自殺率は同世代の有職者に比べ高いことがわかっています。自殺のリスクが高い無職者・失業者では、離職・長期間失業など就労や経済の問題を抱えている場合もあれば、経済問題以外の傷病、障害や人間関係の問題等を抱えている場合もあります。

勤労世代の無職者・失業者は社会的に排除されやすい傾向があり、無職者・失業者に対する自殺対策を、包括的な自殺対策の中に位置付け、諸施策を検討することが望ましく、自殺のリスクが高い無職者・失業者に対して、失業者等に対する相談窓口等の充実を図るとともに、職業的自立に向けた若者への支援の充実を図り、個別的・継続的・包括的に支援をする必要があります。当事者のリスクを漏れなく把握し、多職種、多分野で支える当事者本位の支援体制を構築するとともに、孤立を防ぐための居場所づくり等を推進します。

5. 目標指標

自殺対策基本法で示されているように、本町における自殺対策が最終的に目指すものは、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現であり、その目標を実現するためには、自殺対策を通じて具体的な数値目標を定める必要があります。

国は、自殺総合対策大綱において、2026年までに自殺死亡率（2015年比）を30%以上減少させ、13.0以下とすることを目標としています。また、石川県においても国と同様に2026年までに自殺死亡率を12.8以下（30%以上の減少）とすることを目指しています。

本町の人口規模では、単年における自殺者数の増減によって、自殺死亡率が大きく変動します。そのため、本町における目標指標は、2013年から2017年の平均自殺死亡率19.2の30%超の減少となる「12.7以下」とします。

区分	現状値	目標値
	2013年～2017年	2019～2023年
平均自殺死亡率 (5カ年平均)	19.2	12.7以下
自殺者数	26人(5カ年総数) (5.2人/年)	17人以下(5カ年総数) (3.4人/年以下)

厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

2019年以降の人口は国立社会保障・人口問題研究所の推計値を使用して算出

内灘町の自殺死亡率の推移

2013年 (H25)	2014年 (H26)	2015年 (H27)	2016年 (H28)	2017年 (H29)	平均
14.8	11.1	29.7	18.6	22.2	19.2

資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

【参考】石川県の数値目標

区分	現状値	目標値
	2016年	2026年
自殺死亡率	15.5	12.8以下
自殺者数	177人	140人以下

石川県「石川県自殺対策計画」平成30年4月策定

自殺死亡率：人口10万人当たりの自殺者数

$$\text{自殺死亡率} = \frac{\text{年間の自殺死亡数}}{\text{10月1日の人口}} \times 100,000$$

6. 計画の推進体制

① 計画の推進体制

庁内の各部署が連携し、自殺対策を横断的に推進することができるよう、関係部局が幅広く参画する連絡会を設置し、計画を推進します。

② 計画の進捗管理・評価

各事業の進捗状況の管理については、毎年度「生きる支援の関連施策」の実施状況等を把握し、それに基づく数値目標および進捗状況等をホームページ等で公表します。

計画の最終年度である 2023 年度には、次期自殺対策計画に係る委員会を設置し、本計画の設定した数値目標及び指標の達成状況等により評価を行い、次に目指すべき方向性を見出します。

7. 参考資料

① 相談窓口一覧

【こころの健康や、こころの悩みに関する相談】

相談窓口		電話番号	受付時間
石川県こころの健康センター		076-238-5750	月～金 8:30～17:15 (祝日等を除く)
(こころの相談ダイヤル)		076-237-2700	月～金 9:00～16:00 (祝日等を除く)
石川県石川中央保健福祉センター 健康推進課		076-275-2250	月～金 8:30～17:45 (祝日等を除く)
メンタルヘルス対策支援センター (石川産業保健推進センター内)		076-265-3886	月～金 13:30～16:30 (祝日等を除く)
内灘町 福祉課		076-286-6703	月～金 8:30～17:15 (祝日等を除く)
金沢こころの電話	一般	076-222-7556	月～金 18:00～23:00 土 15:00～23:00
	高齢者	076-260-7272	日祝休日 9:00～23:00
よりそいホットライン ※(一社)社会的包摂サポートセンター		0120-279-338	24時間
いのちの電話 ※(一社)日本いのちの電話連盟		0120-783-556	毎月10日 8:00～翌8:00

※内灘町の相談の機会について

相談会名	問い合わせ先	電話番号
行政書士無料相談【完全予約制】 (原則毎月第3火曜日)	内灘町 住民課	076-286-6701
人権・行政・福祉相談【申込不要】 (原則毎月第3金曜日)	内灘町 働く女性の家	076-237-6440
無料法律相談【完全予約制】 (原則毎月第4木曜日)	内灘町社会福祉協議会	076-286-6953

【いじめ、学校生活、育児等に関する相談】

相談窓口	電話番号	受付時間
家庭教育相談	076-263-1188	月～金 9:00～17:00 (祝日等を除く)
石川県 24 時間子供 SOS 相談テレホン	076-298-1699	24 時間
全国統一 24 時間子供 SOS 相談テレホン	0570-078-310	
石川県中央児童相談所	076-223-9553	月～金 8:30～17:15 (祝日等を除く)
いじめ 110 番	0120-617-867	24 時間
チャイルドライン・いしかわ	0120-99-7777	月～土 16:00～21:00
内灘町 教育センター (こども教育相談電話)	076-286-5481	月～金 13:00～16:00 (祝日等を除く)
内灘町 子育て支援課	076-286-6726	月～金 8:30～17:15 (祝日等を除く)
子育て支援センター	076-238-3233	月～土、第1・3日曜日 9:00～17:00
保健センター	076-286-6101	月～金 8:30～17:15 (祝日等を除く)

【多重債務・消費生活等に関する相談】

相談窓口	電話番号	受付時間
石川県消費生活支援センター	076-267-6110	月～金 9:00～17:00 土 9:00～12:30 (祝日等を除く)
内灘町 住民課 (消費生活・生活保護)	076-286-6701	月～金 8:30～17:15 (祝日等を除く)
内灘町社会福祉協議会	076-286-6953	月～金 9:00～17:00 (祝日等を除く)
金沢弁護士会 (クレサラ無料法律相談)	076-221-0242	火～木 10:00～12:30 (祝日等を除く)
石川県司法書士会	電話相談	076-292-8133
	面接相談	076-291-7070
法テラスいしかわ	050-3383-5477	月・木 13:00～16:00
北陸財務局 多重債務相談	076-292-7951	月～金 9:00～17:00 (祝日等を除く)
NPO法人金沢あすなろ会	076-262-3454	月・金 13:00～21:00 (要予約)
		土・日 (月1回) 13:00～18:00 (要予約)

② 自殺対策計画策定委員会設置要綱

平成三十年三月三十日

告示第二十五号

(設置)

第一条 自殺対策基本法(平成十八年法律第八十五号)第十三条第二項の規定に基づき、内灘町自殺対策計画を策定するため、内灘町自殺対策計画策定委員会(以下「委員会」という。)を設置する。

(所掌事務)

第二条 委員会は、前条の目的を達成するため、次に掲げる事項について検討し、その結果を町長に報告する。

- 一 事業計画の策定に関すること。
- 二 その他事業計画の策定に関し必要な事項

(組織)

第三条 委員会は、委員七人以内をもって組織し、委員は、次の各号に掲げる者のうちから町長が委嘱又は任命する。

- 一 学識経験者
- 二 保健医療関係者
- 三 福祉関係者
- 四 教育関係者
- 五 行政関係者
- 六 その他町長が適当と認める者

(任期)

第四条 委員の任期は、委嘱又は任命した日から第二条の規定による報告が終了した日までとする。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)

第五条 委員会に委員長を置き、委員が互選によってこれを定める。

- 2 委員長は、委員会を代表し、会務を総理する。
- 3 委員長に事故があるときは、あらかじめ委員長が指名した委員がその職務を代理する。

(会議)

第六条 委員会の会議は、委員長が招集し、その議長となる。

- 2 委員会の会議は、委員の過半数が出席しなければ開くことができない。
- 3 委員長は、必要があると認めるときは、委員以外の者の出席を認め、意見を聴くことができる。

(庶務)

第七条 委員会の庶務は、町民福祉部福祉課において処理する。

(委任)

第八条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が委員会で諮って定める。

附 則

(施行期日)

- 1 この告示は、平成三十年四月一日から施行する。

(失効)

- 2 この要綱は、第二条の報告を行った日にその効力を失う。

③ 自殺対策策定委員会 組織

委員区分	所属等	氏名	備考
学識経験者	金沢医科大学 精神神経科学 助教（公認心理師・臨床心理士）	橋本 玲子	委員長
保健医療関係者	石川県石川中央保健福祉センター 主幹（保健師）	道下 妙子	
福祉関係者	内灘町社会福祉協議会 事務局長	島田 睦郎	
	内灘町民生児童委員協議会 副会長	桶谷 正美	委員長職務代理
教育関係者	内灘町教育部学校教育課 指導管理担当課長	柚木 伸介	
行政関係者	内灘町町民福祉部 町民福祉部長	瀬戸 博行	
その他町長が適当 と認める者	内灘町町会区長会 会長	中谷 勇	

④ 自殺対策計画策定経過

年 月 日	実 施 内 容
平成30年7月	住民への意識調査（アンケート）の実施
平成30年9月21日	第1回 内灘町自殺対策計画策定委員会 <ul style="list-style-type: none"> ・計画策定のスケジュールについて ・計画の基本的な考え方について ・計画骨子について質疑応答 ・住民への意識調査の結果について
平成31年2月4日	第2回 内灘町自殺対策計画策定委員会 <ul style="list-style-type: none"> ・計画（素案）について質疑応答
平成31年2月12日から 平成31年2月28日まで	内灘町自殺対策計画（素案）に対するパブリックコメント の募集【町ホームページ、福祉課窓口】
平成31年3月8日	第3回 内灘町自殺対策計画策定委員会 <ul style="list-style-type: none"> ・内灘町自殺対策計画（素案）の修正点について質疑応答

内灘町自殺対策計画

～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～

編集・発行 内灘町 町民福祉部 福祉課

〒920-0292 石川県河北郡内灘町字大学 1 丁目 2 番地 1

電話番号 076-286-6703

FAX 番号 076-286-6704

メールアドレス fukushi@town.uchinada.lg.jp