

V . 自殺予防の推進（自殺予防推進計画）

計画の概要

1) 計画策定の趣旨

①趣旨

国は、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、実効性のある総合的な自殺対策を推進させるため、平成 18 年 6 月に「自殺対策基本法」を制定し、平成 28 年に施行された改正自殺対策基本法では、全ての都道府県及び市町村に「自殺対策の計画づくり」を義務付けました。社会全体の自殺リスクを低下させるため、区として自殺予防に向けた実践的な取り組みを推進していきます。

②計画の位置付け

本計画は、自殺対策基本法第 13 条に定める市町村自殺対策計画として策定します。

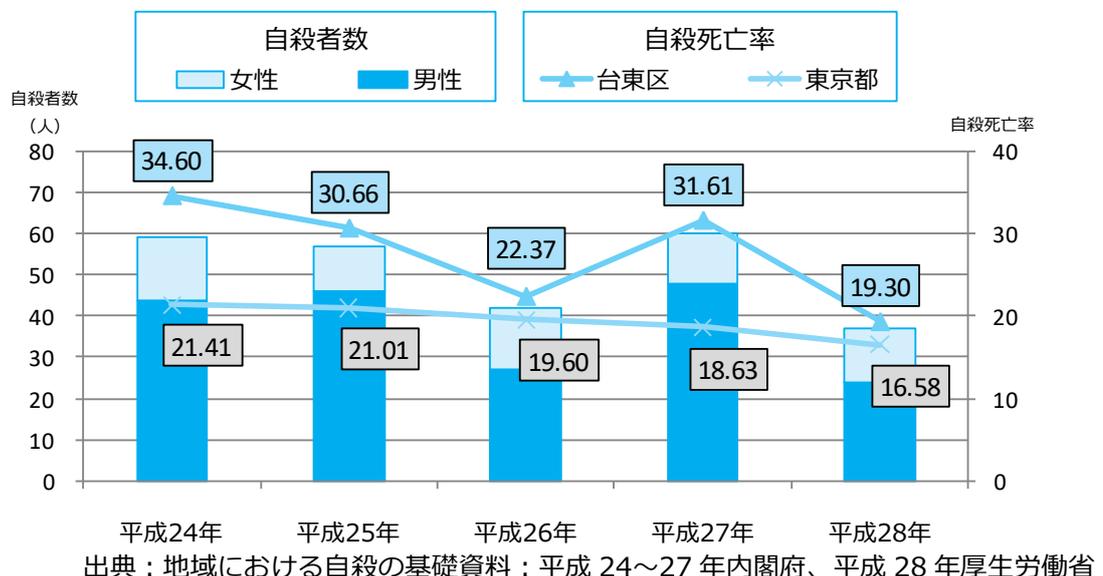
③計画の期間

健康たいとう 21 推進計画と同じく平成 30 年度(2018 年度)から平成 35 年度(2023 年度)までの 6 年間の計画期間としています。

2) 台東区における自殺の状況

警察庁の統計によると、台東区の平成 28 年の自殺死亡率(人口 10 万対)は 19.30 となっており、東京都の自殺死亡率 16.58 と比較すると高くなっています。

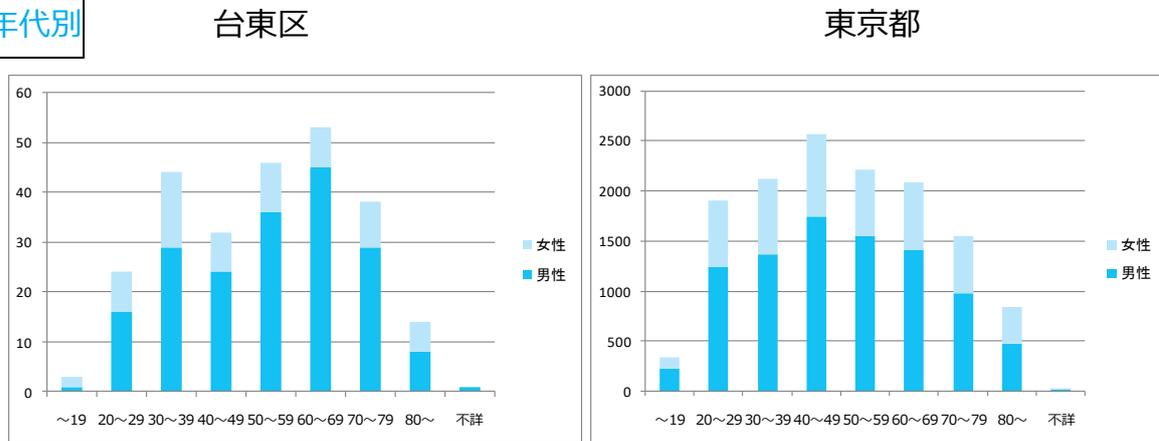
自殺者数と自殺死亡率の推移



台東区では、平成28年に37人が自殺により亡くなっており、性別では男性の割合が高い状況です。

年代別にみると、台東区では男性では60歳代、女性では30歳代が多い傾向にあり、40歳代は少なくなっています。一方、東京都は40歳代が最も多くなっています。

年代別

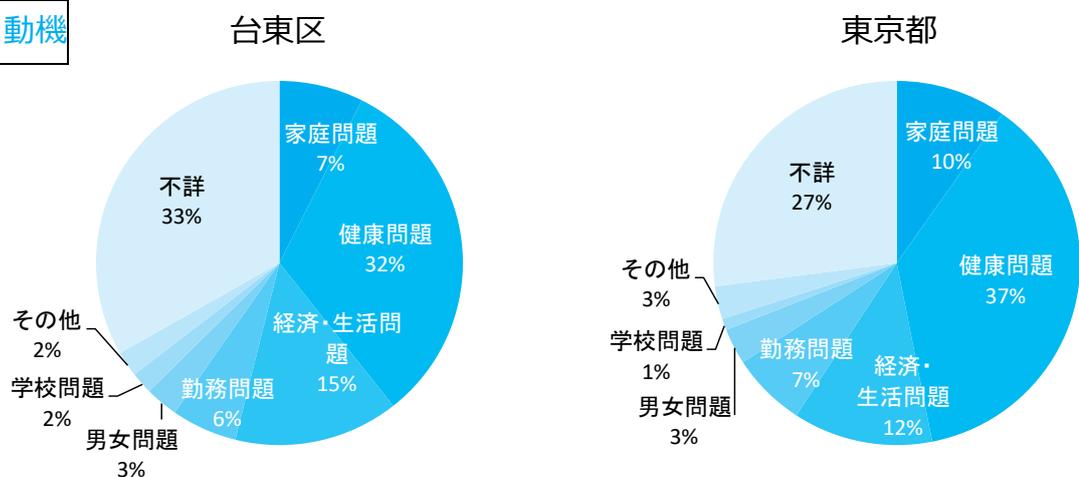


(平成24~28年までの5か年の累計)

出典：地域における自殺の基礎資料：平成24~27年内閣府、平成28年厚生労働省

原因・動機では不詳33%、健康問題32%、経済・生活問題15%の順となっており、東京都とほぼ同様の傾向となっています。自殺に至る原因として、健康問題や経済・生活問題、家庭問題など個人的なことや、職場や地域との関わりなどの社会的な要因など、様々な要因が複合していると考えられています。

原因・動機

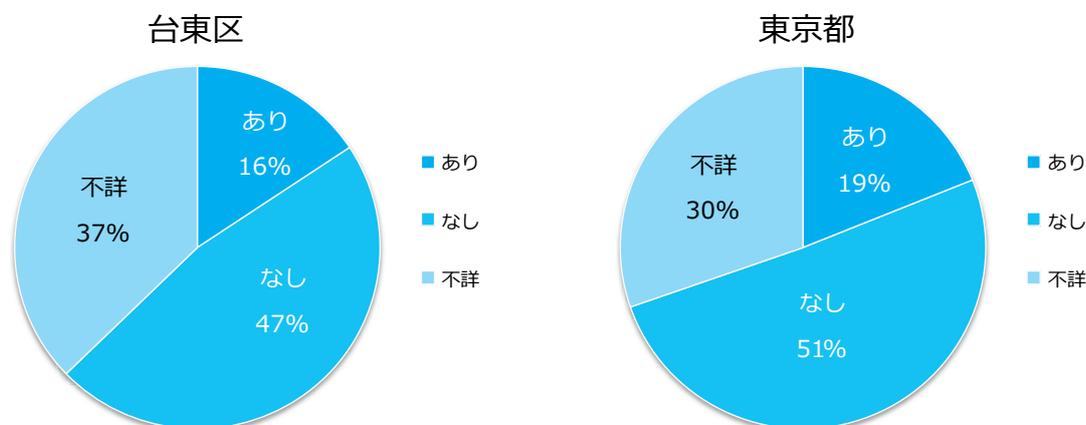


(平成24~28年までの5か年の累計)

出典：地域における自殺の基礎資料：平成24~27年内閣府、平成28年厚生労働省

自殺未遂歴でみると、台東区における平成 24～28 年度までの5か年の累計では、未遂歴ありが 16%、なし 47%、不詳 37%となっており、東京都も同様の傾向となっています。

未遂歴



(平成24～28年までの5か年の累計)

出典：地域における自殺の基礎資料：平成24～27年内閣府、平成28年厚生労働省

3) 計画の基本方針

①生きることへの包括的な支援

自殺は、個人の意志や選択の結果ではなく、健康・家庭・経済・生活問題など様々な要因が絡み合い、その多くが追い込まれた末の死であると言われています。

自殺対策を推進していくうえで、地域全体でこの基本認識を共有し、生きることへの包括的な支援に取り組んでいくことが求められています。

②実効性のある取り組みと積極的な普及啓発

自殺に追い込まれることは誰にでも起こり得る危機ですが、危機に至るまでの心情や経緯が理解されにくいいため、危機に陥ったときは誰かに援助を求めることが地域の共通認識となるよう、積極的な普及啓発を行っていく必要があります。

すべての区民が、自殺を考えている人のサインに気づき、専門機関や医療機関につなぐなど、見守っていけるようにしていくことが大切です。

③関係者の役割の明確化と連携・協働の推進

「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、関係団体、民間団体、企業、行政そして区民が連携・協働して総合的に自殺予防に向けた取り組みを推進していくことが必要です。

関係者それぞれの責務、役割を明確にし、それぞれが主体的に自殺予防対策に取り組んでいく環境を醸成していくことが求められています。

4) 計画の基本目標

自殺予防対策における時系列的な対応を図っていくため、次の3つの柱をもとに施策を講じていきます。

1. 「自殺を防止するための環境づくり」
自殺の危険性が低い段階における普及啓発等の「事前対応」
2. 「相談体制の充実による自殺防止」
身近に起こりうる自殺発生の危険に対応する「危機対応」
3. 「自殺未遂者の支援体制の充実」
自殺未遂や自殺に至ってしまった場合等における「事後対応」

5) 指 標

指標	29年度	目標
自殺死亡率（10万人当たり）	31.61 （平成27年）	15.81 （27年比50%減）

平成29年に閣議決定された自殺総合対策大綱における全国の数値目標は、自殺死亡者を平成38年までに13.0以下とし、平成27年の18.5と比べて30%以上減少させることを目標としています。

台東区における平成27年の自殺死亡率は31.61ですが、区では計画最終年である平成35年(2023年)までに自殺死亡者を平成27年比50%減となる15.81を目指した取り組みを進めていきます。

1 自殺を予防するための環境づくり

目標

自殺者を減少させるため、こころといのちを大切に
する環境づくりを地域で推進していきます。

現況と課題

①自殺の実態調査

警察庁や人口動態調査による統計を活用して、地域の自殺の傾向の調査・分析を行っています。今後も、より効果的な施策を模索していくことが求められています。

②自殺予防に関する情報発信、普及啓発

自殺予防月間・週間を中心に区広報紙や区ホームページを通じ、広く区民に周知を行っています。また、自殺予防啓発カードを作成し、各関係機関へ配布しています。より多くの区民に周知が行き届くよう、効果的な情報発信の方法や配布先の拡大などを検討する必要があります。

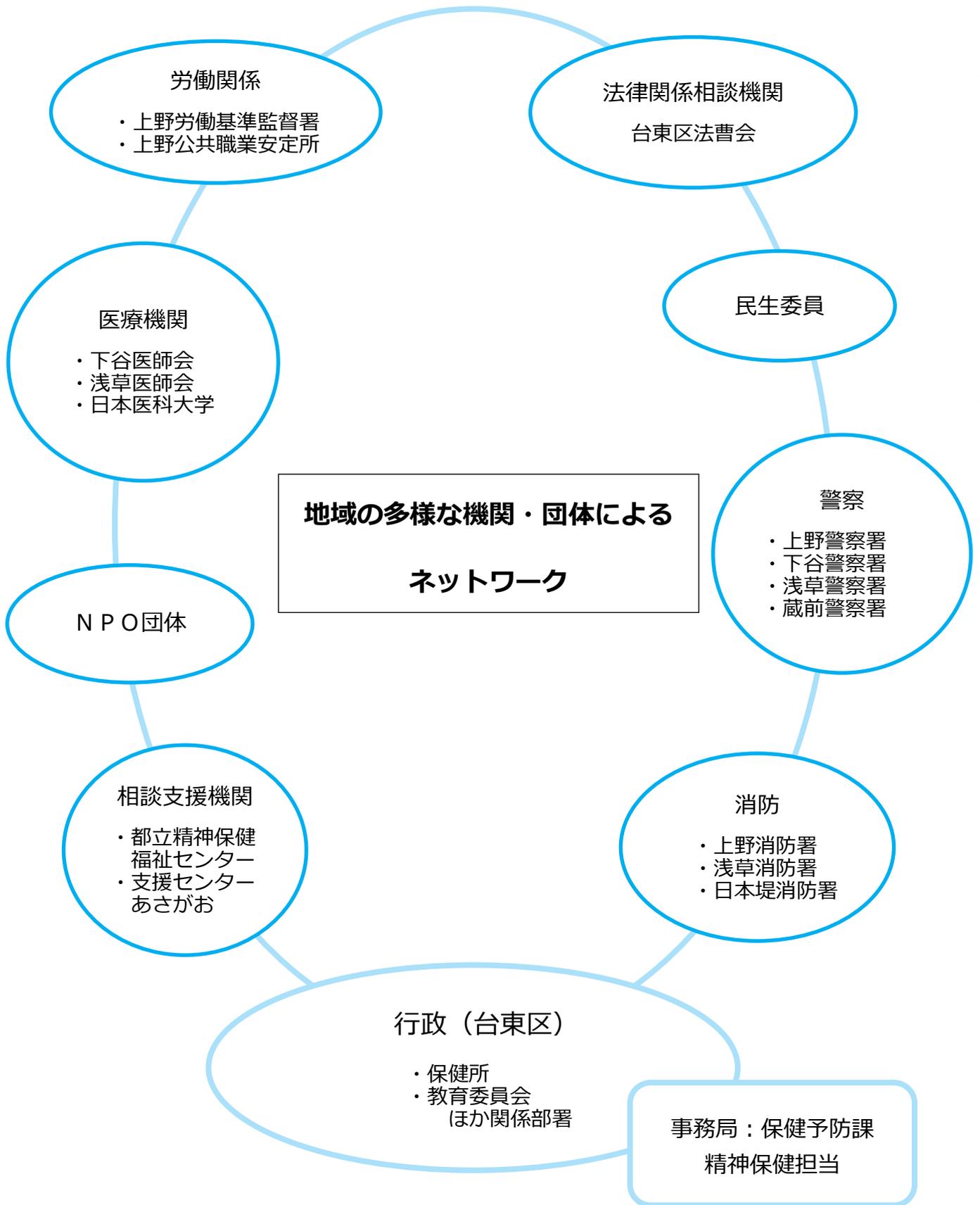
また、毎年度自殺予防に関する様々なテーマでの講演会を開催し、普及啓発に努めています。今後、各関係機関が連携しながら、さらに普及啓発を進めていく必要があります。

③自殺予防に向けた連携

区内の自殺の状況については、毎年調査・分析したデータを区内関係機関により構成される「自殺予防対策連絡協議会」において共有し、自殺予防に関する普及啓発の効果的な方法や、施策の検討等の協議を行っています。

また、庁内においても、関係部局間で連携を図りながら効果的な事業を実施し、より実効性のある自殺予防対策に取り組んでいます。

【台東区自殺予防対策連絡協議会】



具体的な取り組み

区の取り組み

自殺の背景には、うつ病をはじめとする様々な精神疾患が関連することが多いと言われています。自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識を醸成し、区民一人ひとりが身の回りの人の変化に気づき、自殺予防に向けた適切な行動をとれるよう、講演会等を通じた普及啓発を図るとともに、自殺や自殺関連事象等に関する正しい知識の普及を図ります。また、地域全体で連携しながら自殺予防に向けた取り組みを推進していきます。

①自殺の実態調査

- ・地域の自殺情報の収集、情報の詳細な分析を通じた実態把握
- ・分析結果に基づいた効果的な自殺予防対策の検討

②相談窓口情報等の発信

- ・自殺予防啓発カードやパンフレット等を作成し、区民へ相談窓口を周知
- ・区ホームページ等を通じて、相談窓口やこころの健康相談を周知

あなたの大切な命守りたい
悩みを誰かに話してみませんか？

ご相談はこちらへ
台東区台東保健所
保健予防課

☎3847-9405
受付：平日（祝日除く）8時30分から17時

休日・夜間も相談できる窓口はこちらです

- いのちの電話 ☎3264-4343
24時間（年中無休）
- 東京都自殺相談ダイヤル ～こころといのちのほっとライン～
14時～翌朝5時30分（年中無休） ☎0570-087478
- 東京自殺防止センター ☎5286-9090
20時～翌朝6時（年中無休）※毎週（火）は17時～翌朝6時
- 東京都夜間こころの電話相談 ☎5155-5028
17時～21時30分（年中無休）

台東区 こころの健康 検索

ホームページでも相談窓口を
ご案内しております

Taito kun

自殺予防啓発カード

③区民一人ひとりの気づきと見守りの推進

- ・自殺予防強化月間（9月、3月）での区内施設におけるパネル展示
- ・啓発冊子や区ホームページを通じた、自殺予防に関する正しい知識の普及

④こころの健康づくりの推進

- ・自殺予防に関する講演会の開催
- ・事業者や学校等からの要請に基づく出前講座の実施
- ・自殺のハイリスク層に対する効果的な施策の検討
- ・小中学校の児童生徒に対する相談窓口の周知及びスクールカウンセラーによる相談の実施

区民一人ひとりの取り組み

- 自殺や自殺関連事象に関する正しい知識を持ちましょう。

指 標

指標	29年度	目標
適切な相談窓口を知っている人の割合（再掲）	25.5%	増やす

2 相談体制の充実による自殺予防

目標

- ①早期対応の役割を果たすゲートキーパーを養成します。
- ②相談支援体制の充実を図り、早期の適切な医療やこころのケアにつなげます。

現況と課題

①ゲートキーパーの養成

自殺の危険を示すサインに気づき、早期発見、早期対応を図るため、民生委員や健康推進委員等を対象に、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる「ゲートキーパー」の養成講座を実施しています。あわせて、「こころといのちのゲートキーパー手帳」を作成・配布し、知識の普及啓発に努めています。

今後も、地域における見守りの輪を広げるため、継続して支援者を養成する取り組みを推進していくことが大切です。



②自殺予防対策マニュアルの作成

相談業務に携わる区職員や関係機関職員を対象に自殺予防対策対応マニュアルを作成・配布し、問題別の相談チャートに基づき適切な支援を行えるようにしました。

相談体制の充実を図るため、引き続き職員のスキルアップに取り組んでいく必要があります。

具体的な取り組み

区の取り組み

「ゲートキーパー」の養成を引き続き行っていくとともに、「暮らしとところの総合相談会」の実施や、支援機関が適切な支援を行うことができる対応マニュアルの整備に取り組んでいきます。

①早期対応の中心的役割を果たす「ゲートキーパー」の養成

- ・区民や事業者など様々な方を対象としたゲートキーパー養成講座の開催
- ・区職員を対象としたゲートキーパー養成講座の開催

②相談者の悩みに応じた適切な対応

- ・法律問題や雇用問題・身体の悩みなど、複数の悩みを抱えた方を対象とした「暮らしとところの総合相談会」の開催
- ・各関係機関との協議に基づく相談者の状況に応じた支援方針の策定

③自殺予防対策対応マニュアルの拡充

- ・支援のあり方を検討し、マニュアルの見直しを図る
- ・適切な支援を行うため、研修参加や自己啓発により職員のスキルアップを図る

区民一人ひとりの取り組み

- 大切な人の命を守るため、ゲートキーパー講座に参加しましょう。
- 身近な人の変化に気づいたときや、悩みの相談を受けたときは、相談機関に相談することや、医療機関を受診するように話してみましょう。

指 標

指標	29年度	目標
ゲートキーパー養成講座の受講者数	798人	増やす

3 自殺未遂者の支援体制の充実

目標

- ①地域医療機関等との連携により、自殺未遂者に対し適切な支援を行います。
- ②万一の際、遺された遺族に対する適切な情報提供を行い、心のケアに努めます。

現況と課題

①適切な支援につなげるための体制づくり

自殺未遂者や自殺の危険性が高い人について、医療機関等と連携し、確実に適切な支援につなげるための体制づくりを進めてきました。

必要な方へ適切な支援が行き届くように、関係機関等との連携をさらに進めていく必要があります。

②自殺未遂者に対する支援方針検討会の開催

自殺未遂者に対しては、再度自殺行動を起こすことがないように、面接を行った上で支援方針を決めて、各関係機関と連携を図りながら支援を進めています。

今後も、見守りに係る各機関の役割の確認や、医療機関等との連携など自殺未遂者に対するケアをさらに充実させていく必要があります。

③自死遺族に対する支援

様々な支援にもかかわらず、不幸にも自殺に至ってしまった場合、自死遺族等が受ける精神的、経済的な影響は図りしれません。自死遺族等が自ら回復していく過程で、関係機関による適切な支援が求められています。

具体的な取り組み

区の取り組み

医療機関等との連携により自殺未遂者への支援を行うほか、自死遺族への心のケアに取り組んでいきます。

①自殺未遂者に関する情報の収集

- ・医療機関等との連携を深め、自殺未遂者に関する情報の的確な把握

②自殺未遂者に対するケアの充実

- ・面談、訪問等を通じて寄り添った支援を実施
- ・医療機関や支援機関等との支援方針検討会の開催

③自死遺族のための適切な情報提供

- ・面談、訪問等を通じて支援方針を決定し適切な支援を実施
- ・自死遺族が求める情報や相談機関に関する情報の提供

区民一人ひとりの取り組み

- 身近に自殺未遂された方や自死遺族の方で、困りごとや悩みがあるときは、区や支援機関に相談してみるよう話してみましょう。

