

第3次 相模原市自殺総合対策の 推進のための行動計画

概要版



(裏 白)

1. 計画の策定にあたって

1 計画の趣旨

自殺対策の本質である「生きることの包括的支援」とは、誰もが安全で安心して住み続けられる地域づくりであり、本市が目指す「誰一人取り残さない」まちづくりそのものです。

平成18年10月の自殺対策基本法（平成18年法律第85号）の制定以降、年間3万人を超えていた我が国の自殺者数は、平成22年以降、10年連続で減少し、令和元年には昭和53年の統計開始以降、最少となる2万169人となりました。

しかしながら、令和2年は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響などで、自殺の要因となり得る様々な問題が悪化したことなどから、11年ぶりに増加しました。特に、女性や小中高生の自殺者数が増加しており、喫緊の対策が求められています。

本市においても、平成26年3月に「相模原市自殺総合対策の推進のための行動計画」（以下「行動計画」という。）を策定し、総合的な自殺対策に取り組み、着実に成果をあげてきたところですが、全国同様、令和2年の自殺者数は、123人となり、令和元年に比べ49人の増加となりました。また、令和3年は105人、令和4年は125人といまだ100人を超える尊い命が失われており、決して楽観できる状況にはありません。

このような中、国においては、これまでに実施してきた取組を踏まえつつ、「子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化」や「女性に対する支援強化」、「総合的な自殺対策の更なる推進・強化」など、コロナ禍の影響により顕在化した新たな課題への対策を盛り込んだ「自殺総合対策大綱」が令和4年10月に閣議決定され、今後5年間で取り組むべき方向性が示されました。

本市においても、こうした自殺対策に関する状況や動向を踏まえ、更なる取組の推進に向け、行動計画の改定を行うものです。

自殺総合対策は、市民の生きづらさを解消し、生きることの包括的な支援を推進するものであり、本市が取り組む「誰一人取り残さない」SDGsの理念や目標と合致しています。

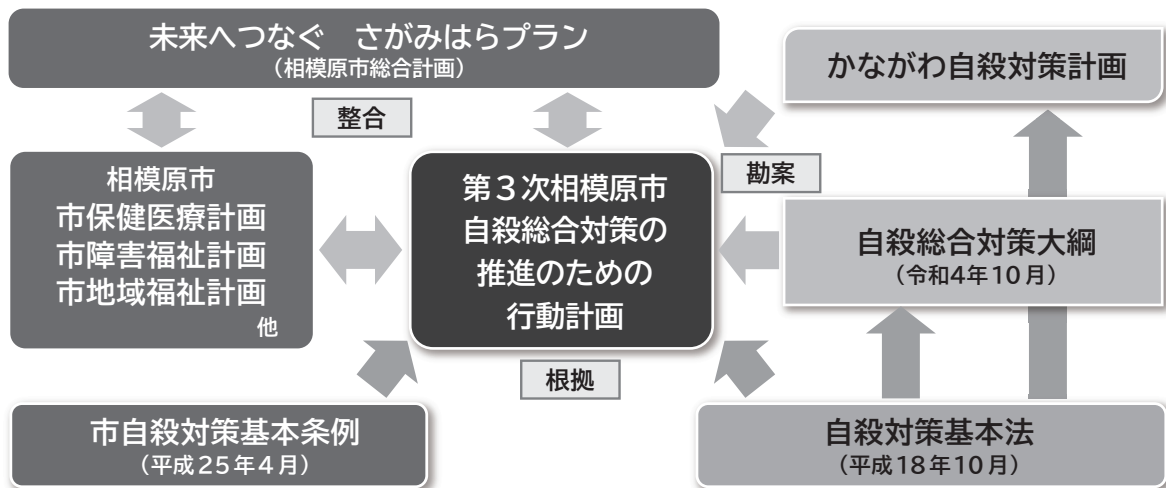
誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現に向け、引き続き、市民の皆様や地域、学校、関係機関・団体と行政が一体となって、世界共通の目標である持続可能でより良い社会の実現に向け、取り組んでいく必要があります。

2 計画の位置づけ

この行動計画は、自殺対策基本法第13条第2項及び相模原市自殺対策基本条例（平成25年相模原市条例第25号。以下「市条例」という。）第9条に基づく計画とし、国の自殺総合対策大綱及び県のかながわ自殺対策計画の趣旨を踏まえつつ、相模原市総合計画や相模原市保健医療計画などと整合性を図り、策定するものとします。

「自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、その多くが、防ぐことができる社会的問題」という基本認識のもと、今後も市民の皆様や地域、学校、関係機関・団体と行政が一丸となって取り組んでいきます。

計画の位置づけ概念図



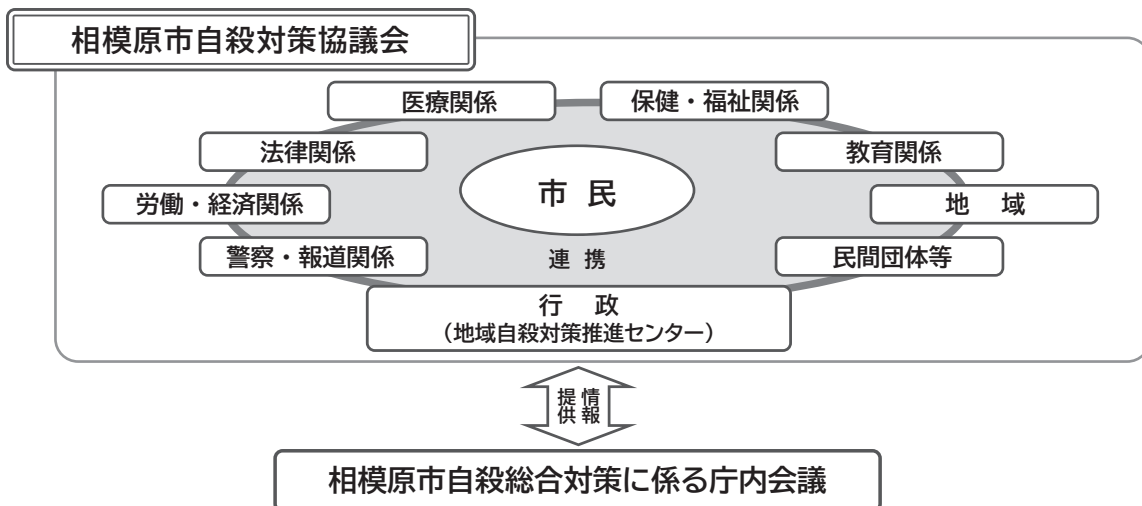
3 計画の期間

この行動計画の期間は、令和6年度から令和10年度までの5年間とします。

4 計画の推進体制・進行管理

行動計画の着実な推進のため、相模原市自殺対策協議会がPDCAサイクルを通じて、行動計画の進行管理を行うとともに、同協議会を中心に関係機関・団体が連携して自殺総合対策を推進していきます。

行動計画の推進体制



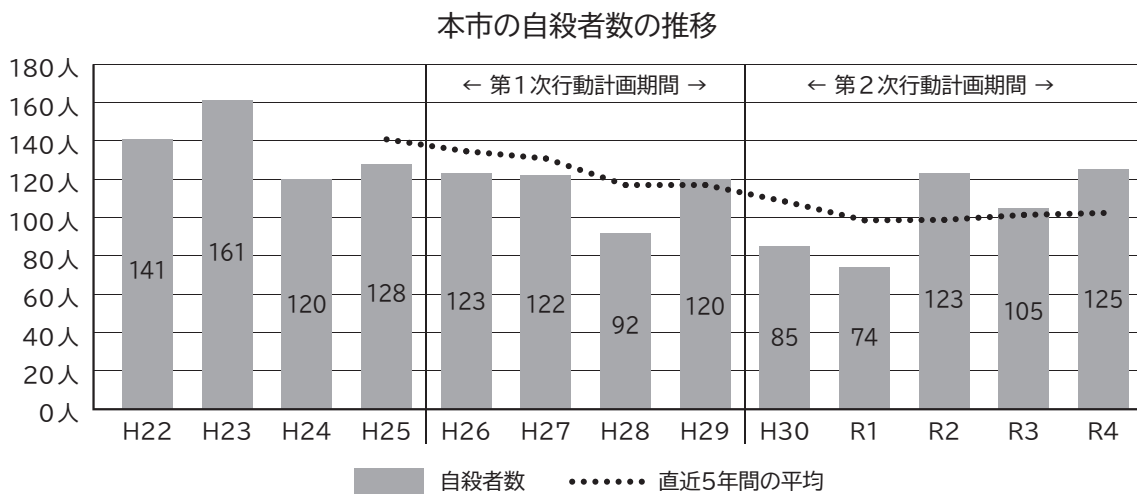
2. 現状と課題等

1 統計結果から見る本市の自殺の現状

(1) 自殺者数と自殺死亡率について

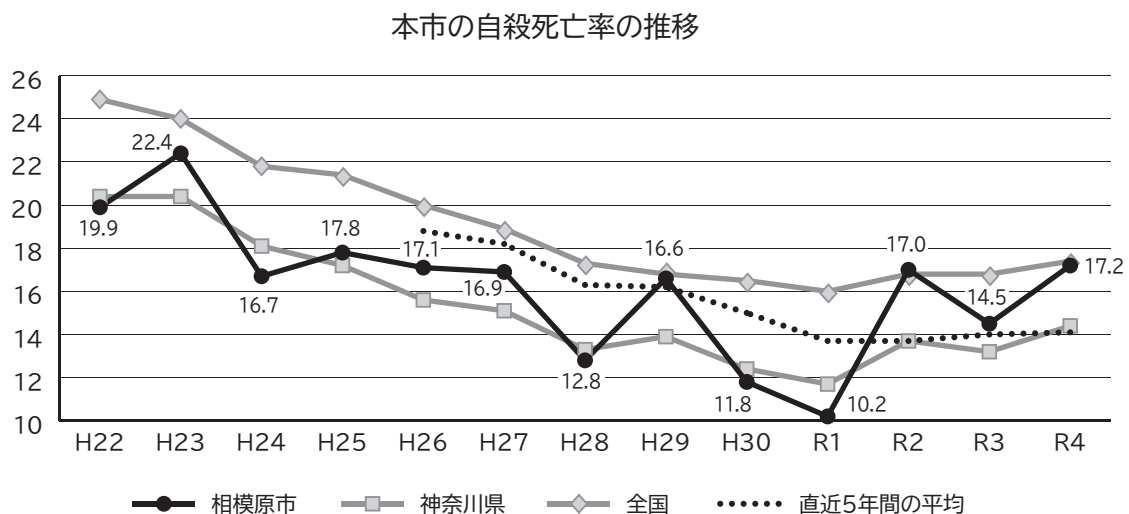
①自殺者数

本市の自殺者数を政令指定都市に移行した平成22年以降で見ると、各年の増減はあるものの、市民、地域などと一丸となって取り組んできた結果、自殺者数は減少傾向となっていますが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大などの影響もあり、令和2年以降は、100人を超える尊い命が失われており、非常事態は続いています。



②自殺死亡率

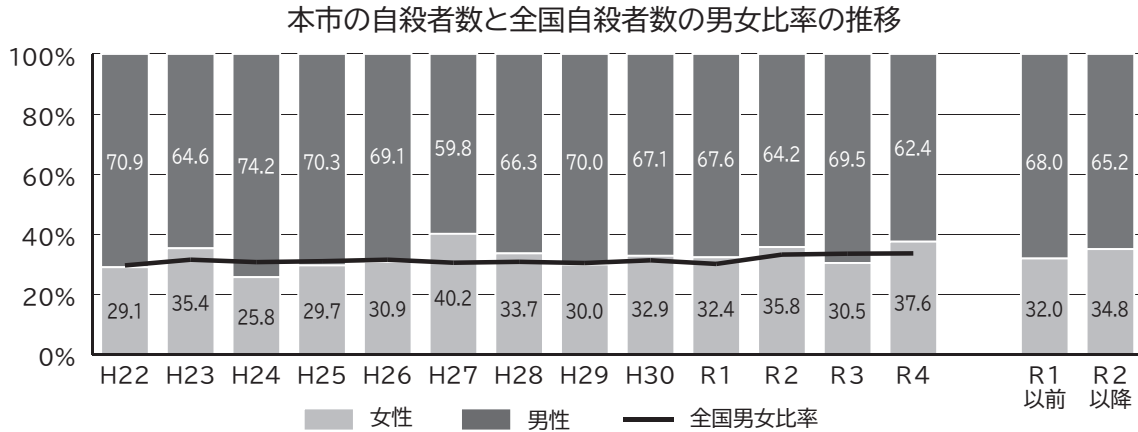
人口10万人当たりの自殺者数を表す自殺死亡率は、自殺者数が最も減少した令和元年は10.2となりましたが、コロナ禍の影響などで令和4年は17.2となっています。



(2) 自殺者の類型別の特徴

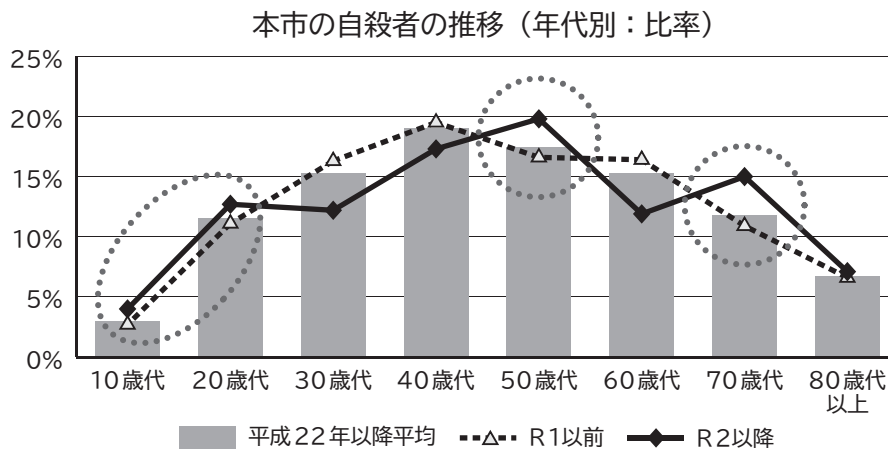
①男女別

平成22年以降の自殺者数を男女別に見ると、おおむね男性7割、女性3割となっており、この比率は、全国と比べても大きな差異はみられません。コロナ禍前（令和元年まで）と以降（令和2年以降）で比較すると、女性の割合が2.8ポイント上昇しています。



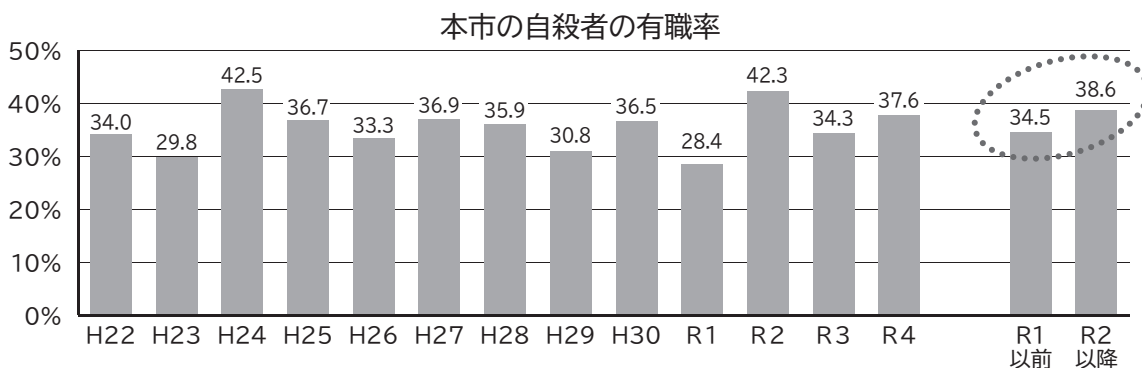
②年代別

平成22年以降の自殺者数を年代別で見ると、40歳代を中心に山型になっています。コロナ禍前（令和元年まで）と以降（令和2年以降）で比較すると、コロナ禍以降は、若年層（10歳代、20歳代）、50歳代、70歳代で割合が高くなっています。



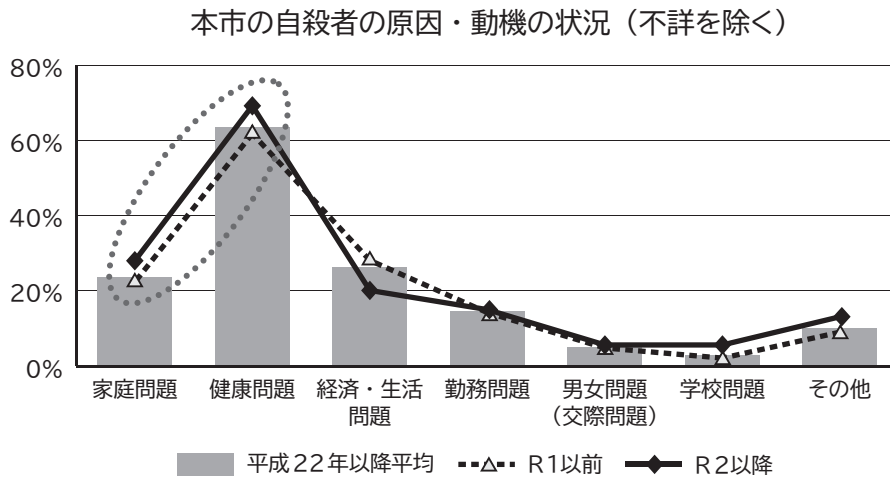
③職業別

平成22年以降の自殺者の有職率を見ると、おおむね3割から4割となっており、コロナ禍前（令和元年まで）と以降（令和2年以降）で比較すると、コロナ禍以降の方が約4ポイント高くなっています。



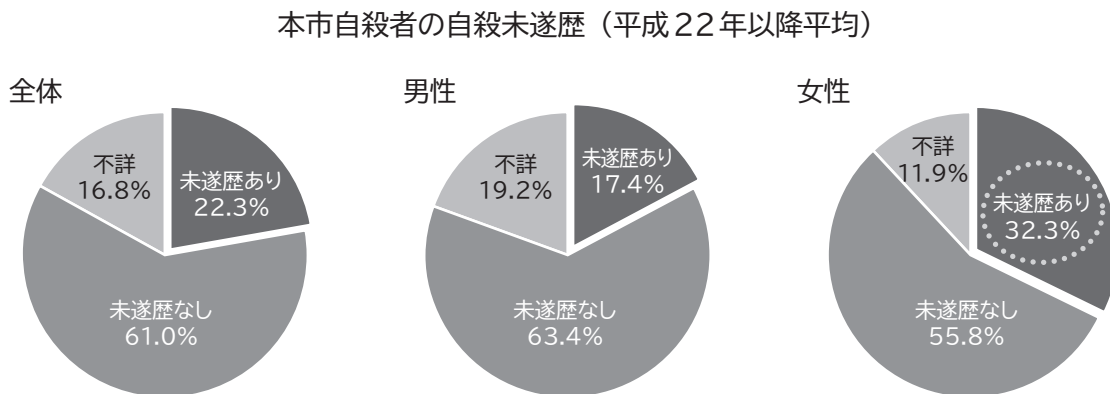
④原因・動機別

平成22年以降の自殺者のうち、自殺の原因・動機が判明した人の原因・動機について見ると、「健康問題」が最も多く、次いで「経済・生活問題」「家庭問題」と続いています。コロナ禍前（令和元年まで）と以降（令和2年以降）で比較すると、コロナ禍以降は、「健康問題」「家庭問題」の割合が高くなっています。



⑤自殺未遂歴の有無

平成22年以降の自殺者数のうち、自殺未遂歴のあった人は22.3%で、約4.5人に1人の割合で自殺未遂歴がありました。男女別に見ると、男性は17.4%（約5.7人に1人）、女性は32.3%（約3.1人に1人）となっており、女性の自殺未遂歴が高くなっています。

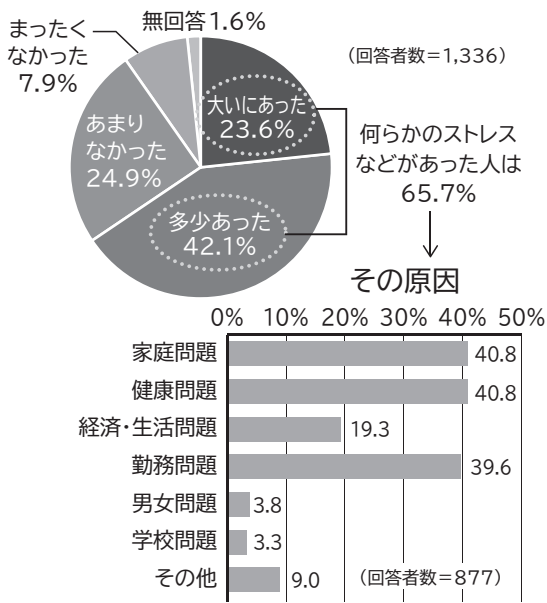


2 アンケート調査結果から見る本市の主な現状・課題

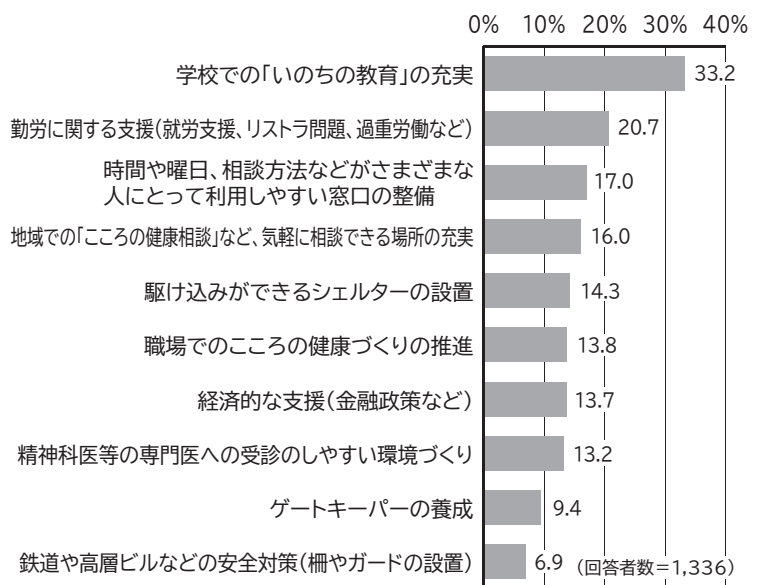
(1) 体制整備に関して

市民の多くは、日常生活で何らかの悩み・ストレスなどを抱えており、その内容は健康問題や家庭、勤務問題など多岐にわたっています。また、必要とする支援もライフステージで異なり、具体的な支援や身近な相談体制を必要としており、引き続き、社会的要因を踏まえた総合的な取組の推進が必要です。

この1か月間の悩みやストレスなどの有無



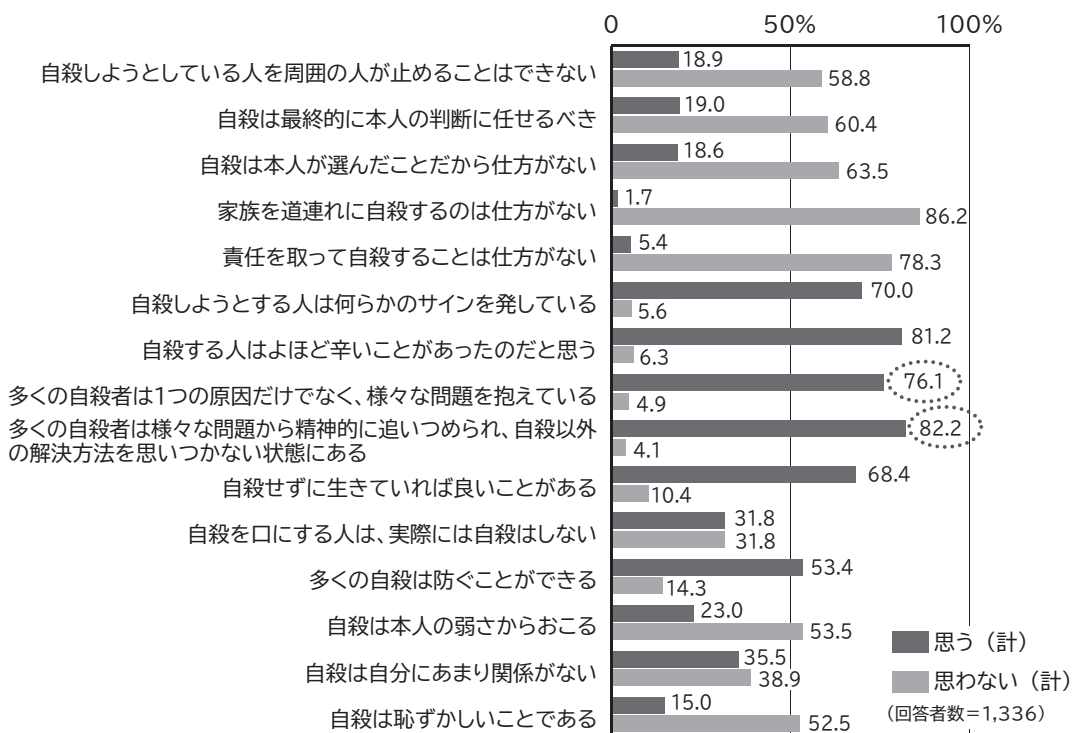
自殺減少のために重要だと思うこと (上位10位)



(2) 普及啓発に関して

市民の自殺に対する正しい理解や自殺対策の必要性は、ある程度浸透してきおり、これまでの取組を確固たるものにするためにも、引き続き効果的な啓発に努める必要があります。

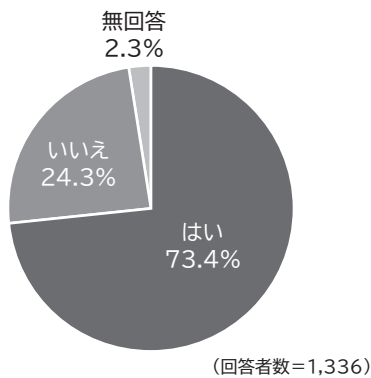
自殺に関する認識



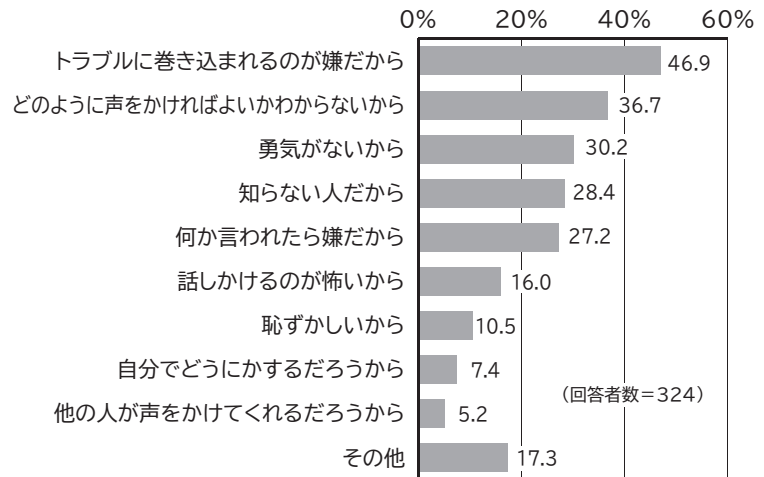
(3) 人材育成に関して

ゲートキーパーとしての意識醸成は比較的進んでいますが、困っている人を見かけた時に、自信を持って声をかけることが出来ないという意見も多く、こういった方々が自信をもって声をかけられるための研修等が必要です。

困っている人を見かけた時に声をかけようと思う割合



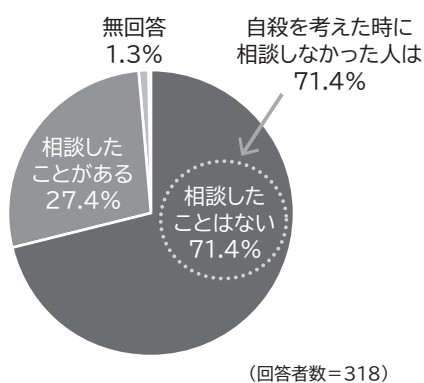
声をかけようと思わない理由



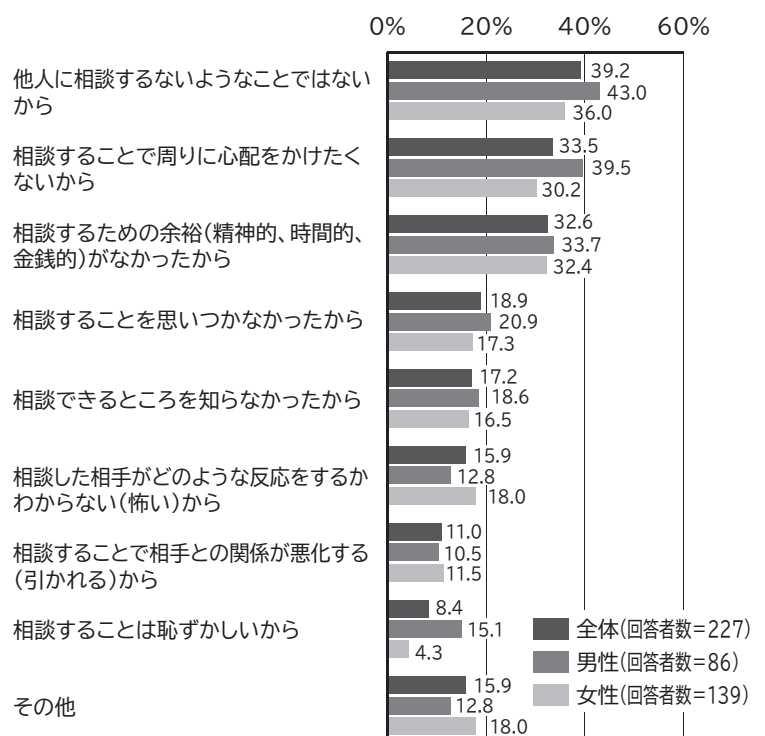
(4) 当事者支援に関して

自殺を考えた時、中々相談しない、相談できない傾向があることから、早め早めに相談できる体制の構築、充実とともに、傾聴してもらうだけで気持ちが楽になる、相談は周りに迷惑をかけるものではないというような当事者の意識改革につながる取組も検討していく必要があります。

自殺を考えた時に相談した経験の有無



自殺を考えた時に相談しようと思わなかった理由



取組の方向性

基本理念

市民一人ひとりが自殺への理解を深め、
共に支え合い健康で生きがいを持って暮らすことができる
地域社会の実現を目指します

基本認識

- 認識1 自殺は、その多くが追い込まれた末の死です
- 認識2 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いています
- 認識3 社会情勢の変化に応じて取組を推進します

基本方針

方針1 支援を必要としている人に必要な支援を届けます

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であることから、追い詰められる前に早め早めの相談につなぐ・つなげられるように取組を強化していく必要があること、また、必要な支援は社会的背景によりそれぞれ異なるため、それぞれの立場で必要な支援を届けることで、生きることの阻害要因を減らし、生きることの包括的な支援を総合的に推進します。

方針2 市民の実践につながる更なる普及啓発・人材育成を推進します

市民や地域、学校、関係機関・団体と行政が一丸となって自殺対策に取り組んできたこともあり、市民の自殺に対する正しい理解や自殺対策の必要性などは、ある程度浸透してきていると推察されます。

しかしながら、アンケート結果によると、困っている人へ声をかけようと思うものの、「どう声をかけてよいかわからない」「勇気がない」などの声も多く、こういった方々が自信をもって声をかけられるための研修などが必要ではないかと示唆されています。

これまで取り組んできた結果を確固たるものにするためにも、引き続き効果的な啓発・人材育成を推進します。

方針3 様々な分野の人や組織、施策と連携・協働して推進します

自殺は、誰にでも起こり得る危機であり、自殺に追い込まれようとしている人が安心して生きられ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・経済的な視点を含む包括的な取組が重要です。

また、自殺対策は、段階ごと（事前対応、自殺発生の危機対応及び事後対応）のほかにも地域レベル、社会制度のレベルといった視点で総合的に取り組む必要があり、そのためには、様々な分野の人々や組織、施策の更なる連携・協働が必要不可欠です。連携・協働を強化し、啓発・相談体制などを総合的に構築することで、誰一人取り残さない社会の実現に向けて取り組みます。

数値目標

(1) 目標値

本行動計画においては、令和10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を目標とします。

評価項目	基準値	目標値	備考
自殺死亡率	16.9 (平成27年)	11.8以下 (令和10年)	平成27年の自殺者数は122人であり、自殺死亡率を人数に換算すると、令和10年におおむね85人以下

(2) 評価指標

目標値の達成状況及び行動計画の着実な推進を評価するため、基本方針ごとに評価指標を設定します。

基本方針	指標	基準値	目標値
方針1 支援を必要としている人に必要な支援を届けます	自殺対策特設サイト「リブチャンネル」の年間閲覧件数	101,012件 (令和4年度)	115,000件 (令和10年度)
方針2 市民の実践につながる更なる普及啓発・人材育成を推進します	市が実施したゲートキーパー養成者数(累計)	8,725人 (令和4年度)	12,000人 (令和10年度)
方針3 様々な分野の人や組織、施策と連携・協働して推進します	精神疾患や心の健康に関して市に相談の窓口があることを知っている市民の割合	57.1% (令和4年度)	60.5% (令和10年度)

重点取組項目

自殺はその多くが個人の意思や選択によるものではなく、様々な要因が複雑に絡み合っ
て深刻化した結果による追い込まれた死であることから、自殺の要因となり得る経済・生活
問題、健康問題、家庭問題のほか、孤独・孤立、ひきこもり、性的マイノリティ等の関連
分野も含めて幅広く重点取組項目を設定し、自殺を考える人を1人でも多く救うことが出来
るよう、市民一人ひとりが主役となり、相模原市自殺対策協議会を中心とした関係機関・
団体がそれぞれの立場から総合的な自殺対策を推進していきます。

本市の自殺総合対策の体系図

基本理念

市民一人ひとりが自殺への理解を深め、共に支え合い健康で生きがい
を持って暮らすことができる地域社会の実現を目指します

基本認識

- 認識1 自殺は、その多くが追い込まれた末の死です
- 認識2 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はまだまだ続いています
- 認識3 社会情勢の変化に応じて取組を推進します

基本方針

- 方針1 支援を必要としている人に必要な支援を届けます
- 方針2 市民の実践につながる更なる普及啓発・人材育成を推進します
- 方針3 様々な分野の人や組織、施策と連携・協働して推進します

重点取組 項目

市条例で掲げる
11の推進施策に
沿って整理

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 施策1 自殺の実態及び自殺を取り巻く
諸課題に関する調査・研究 | 施策6 自殺防止のための社会的取組の
強化 |
| 施策2 自殺に関する市民の一人ひとりの
気づきと見守りの促進 | 施策7 自殺未遂者の再度の自殺企図を
防ぐ取組の強化 |
| 施策3 自殺対策に関する早期対応の中
心的役割を果たす人材の確保及
び育成 | 施策8 自死遺族等関係者に対する支援 |
| 施策4 心の健康づくりのための相談体
制の整備・充実 | 施策9 自殺対策に関する活動を行う民
間団体の育成及び連携の強化 |
| 施策5 適切な精神科医療が受けられる
体制の充実 | 施策10 自殺対策に関する若い世代をは
じめとする市民参画の増進 |
| | 施策11 自殺対策に関する近隣自治体と
の広域的な連携の強化 |

施策 1 自殺の実態及び自殺を取り巻く諸課題に関する調査・研究

- ・地域における自殺の実態を分析し、調査・研究の結果を共有し、自殺総合対策にいかします。

施策 2 自殺に関する市民一人ひとりの気づきと見守りの促進

- ・自殺予防週間と自殺対策強化月間を中心とした普及啓発を実施します。
- ・自殺に関する正しい知識の普及や互いを認め合う意識の醸成を図ります。
- ・心の不調を抱える人に気づき、寄り添い、見守る意識の醸成を図ります。

施策 3 自殺対策に関する早期対応の中心的役割を果たす人材の確保及び育成

- ・様々な分野でゲートキーパーの養成や研修・普及啓発を引き続き推進します。
- ・学校と連携し、教職員等に対する研修、普及啓発を行います。
- ・支援者等の資質の向上や心のケアを推進します。

施策 4 心の健康づくりのための相談体制の整備・充実

- ・職場におけるメンタルヘルス対策を推進します。
- ・職場における長時間労働の是正及びハラスメント防止対策を推進します。
- ・地域や学校における心の健康づくりのための相談体制の整備・充実を図ります。
- ・大規模災害等における被災者の心のケア等の推進を図ります。

施策 5 適切な精神科医療が受けられる体制の充実

- ・精神科救急医療体制の充実を図ります。
- ・精神疾患の早期発見・早期受診を推進します。
- ・地域の医療、保健、福祉等の施策の連携を進めるため、関係機関等による情報共有、連携等の強化を図ります。
- ・精神科病院の退院後に適切な医療・福祉サービスが受けられるよう、支援体制の整備と連携を進めます。

施策 6 自殺防止のための社会的取組の強化

- ・地域における各種相談体制の充実を図ります。
- ・ICTを活用した相談事業や情報発信を推進します。
- ・生活困窮者の方へ必要な支援を届けます。
- ・失業者の方へ必要な支援を届けます。
- ・多重債務者の方へ必要な支援を届けます。
- ・法的問題を抱えた方へ必要な支援を届けます。
- ・介護者の方へ必要な支援を届けます。
- ・女性の自殺対策を更に推進します。
- ・ひとり親家庭に対する支援の充実を図ります。
- ・児童虐待や性犯罪・性暴力の被害者への支援の充実を図ります。
- ・孤立を防ぐ居場所づくりを推進します。
- ・危険な場所に対する環境整備の充実を促進します。
- ・ひきこもり支援や依存症対策との連携により相談支援体制の充実を図ります。

施策 7 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ取組の強化

- ・自殺未遂者支援の充実とその人材育成を図ります。
- ・救急医療機関における自殺未遂者等の支援を進めます。

施策 8 自死遺族等関係者に対する支援

- ・遺族の自助グループ等の運営に対する支援を行います。
- ・遺族等の総合的な支援ニーズに対する情報提供の推進等を行います。
- ・遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上を進めます。

施策 9 自殺対策に関する活動を行う民間団体の育成及び連携の強化

- ・民間団体の育成や人材育成に対する支援と地域での連携の強化を図ります。
- ・民間団体の相談事業に対する支援を進めます。

施策 10 自殺対策に関する若い世代をはじめとする市民参画の増進

- ・若い世代を対象とした自殺対策の啓発活動やメンタルヘルス対策を推進します。
- ・学校における自殺予防教育を推進します。
- ・SOSの出し方に関する教育等を推進します。
- ・学生・生徒への支援充実を図ります。
- ・子ども・若者の自殺対策を推進するための体制整備を図ります。
- ・各種団体等との連携による啓発活動を実施します。

施策 11 自殺対策に関する近隣自治体との広域的な連携の強化

- ・近隣自治体との連携を強化します。
- ・近隣自治体との連携による啓発活動を推進します。

「第3次相模原市自殺総合対策の推進のための行動計画」 概要版

令和6年3月発行

発行／相模原市

編集／相模原市 健康福祉局 地域包括ケア推進部 精神保健福祉課

〒252-5277 相模原市中央区中央 2-11-15

電話 042-769-9813 (直通)

FAX 042-750-3066

(裏 白)



相模原市自殺対策ホームページ

リブちゃんネル

<https://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/kosodate/kenko/1026631/livechannel/index.html>

リブちゃんネル

検索

