

第2次

下諏訪町いのち支える自殺対策推進計画

～町民一人ひとりのかけがえのない大切な「いのち」を
守り、支える～

令和5年3月

下 諏 訪 町

はじめに

我が国の自殺対策は、自殺対策基本法に基づき、国が推進すべき自殺対策の指針となる「自殺総合対策大綱」により、基本理念を定め「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指して推進されています。

当町においては、平成30年度（2018年度）に「下諏訪町のち支える自殺対策推進計画」を策定し、町が行う自殺対策につながる事業の確認をし、関係機関と連携を図ると共に、中学生への「SOSの出し方教育」、町職員へのゲートキーパー研修、産後うつ早期発見に重点をおいた産婦健康診査など新規事業にも取り組んできました。

社会全体に目を向けると、令和2年（2020年）には新型コロナウイルス感染症拡大の影響等で自殺の要因となり得る様々な問題が悪化したことにより、11年ぶりに自殺者の総数が前年を上回っており、コロナ禍で顕在化した課題への支援を推進する必要性が高まっています。

自殺の多くが追い込まれた末の死であり、そこにいたる背景には、過労や生活困窮、孤立などの様々な社会的要因があり、防ぐことのできる社会的問題であるとも言われています。自殺対策は「生きることの包括的支援」として、保健医療分野のみならず、福祉、教育、労働等、様々な方々とのネットワークを作り、共に取り組むこと、また町民一人ひとりが自分自身と身近な人の心の問題に目を向け、支えあえる地域づくりを目指して推進していくことが重要だと考えます。

町職員、地域の皆さんが一体となって、身近な人の命を支える自殺対策を推進し、誰も自殺に追い込まれることのない、住みよいまちづくりにつながることを願っております。

本計画の策定にあたりご尽力をいただきました下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議委員の皆さまをはじめ、ご意見をお寄せいただきました町民の皆さまに厚く御礼を申し上げます。

令和5年3月

下諏訪町長 宮 坂 徹

第2次下諏訪町のち支える自殺対策推進計画 目次

○第1章	計画策定の趣旨等	1
1	計画の趣旨	1
2	計画の位置づけ	1
3	計画の推進期間	2
4	計画の数値目標	2
○第2章	第1次計画の取り組みと評価	3
○第3章	下諏訪町における自殺の特徴	6
1	自殺者の推移	6
2	支援が優先されるべき対象群	8
○第4章	下諏訪町の自殺対策の取り組み	9
	〔基本施策1〕地域ネットワークの強化	10
	〔基本施策2〕自殺対策を支える人材の育成	11
	〔基本施策3〕住民への啓発と周知	13
	〔基本施策4〕生きることの促進要因への支援	15
	〔重点施策1〕高齢者への支援	17
	〔重点施策2〕生活困窮者・無職者・失業者への支援	19
	〔重点施策3〕子ども・若者層への支援	20
	主な評価指標	22
○第5章	自殺対策の推進体制	23
○第6章	生きる支援関連事業一覧	24
○第7章	参考資料	27
1	自殺総合対策大綱	27
2	下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議及び本部設置要綱	29
3	下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議 委員名簿	33
4	第2次下諏訪町のち支える自殺対策推進計画策定経過	34

第1章 計画策定の趣旨等

1 計画の趣旨

自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、勤務問題、過労、育児や介護疲れ、生活困窮、いじめや孤立などのさまざまな社会的要因があることが知られています。

平成18年（2006年）に「自殺対策基本法」が施行され、それまでは「個人の問題」と認識されがちであった自殺は「社会の問題」と認識されるようになり、国をあげて自殺対策を総合的に推進した結果、自殺で亡くなる人は、年次推移だけを見ると減少傾向と言えます。しかし、自殺で亡くなる人数の累計は毎年2万人を超える水準で積み上がっており、さらに令和2年には新型コロナウイルス感染症拡大の影響等で自殺の要因となりえる様々な問題が悪化したことにより、11年ぶりに総数が前年を上回り、非常事態は続いている状況です。

下諏訪町では、平成31年（2019年）3月に、「下諏訪町いのち支える自殺対策推進計画」を策定し、町が行う自殺対策につながる「生きる支援」の確認をし、関係機関と連携を図りながら、自殺対策を推進してきました。

この「第2次下諏訪町いのち支える自殺対策推進計画」は、自殺総合対策大綱の基本理念「誰もが自殺に追い込まれない社会の実現」を目指し、これまでの町の取り組みを評価するとともに、町が行う自殺対策につながる「生きる支援」の確認をし、関係機関と連携を図りながら、全町的な取り組みとして自殺対策をさらに推進するために策定しました。

2 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法に基づき、国の定める自殺総合対策大綱の趣旨を踏まえ、同法第13条第2項に規定される計画となります。

この計画は、第7次下諏訪町総合計画を上位計画とします。また、下諏訪町健康づくり計画、下諏訪町高齢者福祉計画、下諏訪町障がい者計画、下諏訪町子ども・子育て支援計画と十分な整合性を図ります。

3 計画の推進期間

本計画の期間は、令和5年度（2023年度）から令和10年度（2028年度）までの6年間*とします。

また、国や県の施策と連動する必要があることから、国の動向や社会情勢の変化に配慮し、必要に応じて計画の見直しを行います。

*国の大綱、県の計画見直し年度の翌年に町の計画見直しを行うことで、整合性が図れるため、第2次計画については推進期間を6年間としました。

4 計画の数値目標

下諏訪町では、平成29年（2017年）から令和3年（2021年）において、平均して毎年1.6人が亡くなっているという現状から、令和10年度（2028年度）までに、年間自殺者数を0人とすることを目標にします。

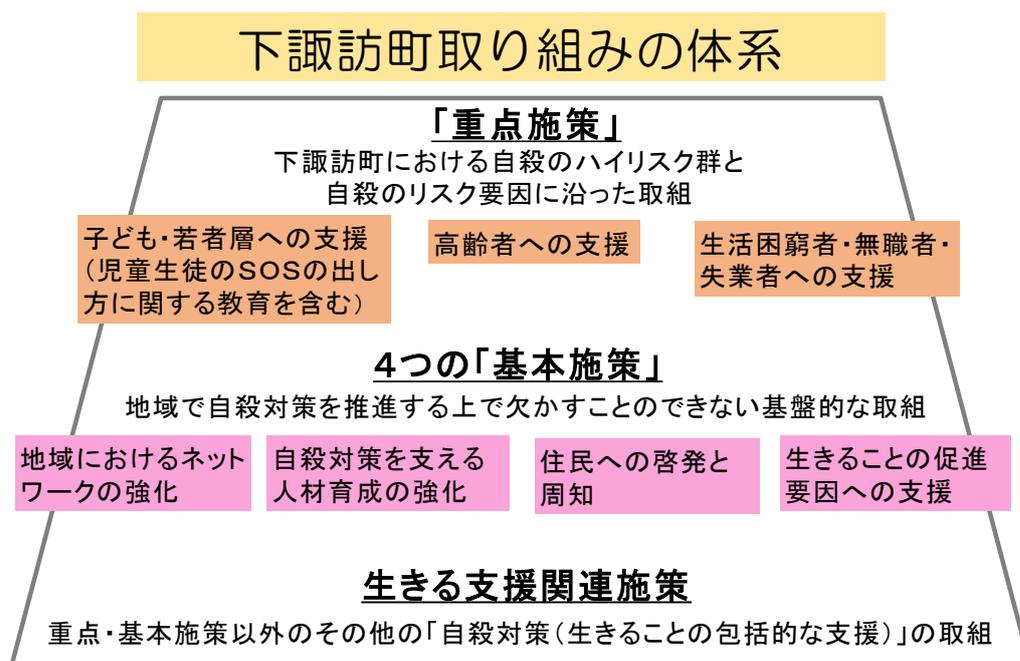
第2章 第1次計画の取り組みと評価

町では平成31年（2019年）に、「下諏訪町いのち支える自殺対策推進計画」を策定しました。

自殺対策は「生きることの包括的支援」として、保健医療分野のみならず、福祉、教育、労働等、様々な方とのネットワークを作り共に取り組み、また、町民一人ひとりが自分自身と身近な人の心の問題に目を向け、支えあえる地域づくりを目指し推進してきました。

町が行っている事業の中から、自殺対策につながるものを洗い出し、自殺対策の取り組みとして推進することにしました。

第1次計画策定後から、毎年、進捗状況確認シートにて、事業内容の確認、評価、見直しを行ってきました。



☆第1次計画の評価

主な施策分野	評価項目	目標	令和元年度実績	令和2年度実績	令和3年度実績	令和4年度実績
〔基本施策1〕 地域ネットワークの強化	下諏訪町のち支える自殺対策推進委員会の開催	年1回	実施なし	1回(6月実施)	1回(5月実施)	1回(5月実施(書面))
	令和元年度については、平成31年3月に計画策定したため、実施しませんでした。それ以降は、予定通り実施ができました。「自殺対策進捗確認シート」により各課の事業評価もできました。					
	下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議の開催	年2回	2回(8月、12月実施)	実施なし	実施なし	1回(1月実施)
	令和2、3年度とコロナ禍により実施ができませんでしたが、関係者への情報提供などを行うよう努めました。					

主な施策分野	評価項目	目標	令和元年度実績	令和2年度実績	令和3年度実績	令和4年度実績
〔基本施策2〕 自殺対策を支える人材育成	町職員のゲートキーパー養成研修の受講状況	全員受講	11月、1月実施	11月実施	実施なし	11月実施
	令和2年までに84.2%の受講率でした。今後は、新規職員等へ実施していく方法としていきたいと考えています。また、受講済み職員向けの研修の検討も必要です。					
	町民や各種団体等へのゲートキーパー養成研修の開催	年1回	1回	実施なし	実施なし	1回
	令和2、3年度は、コロナ禍のため未実施でした。令和4年度は、保健補導委員の地区学習会にて実施ができました。継続して地域住民への研修機会を確保していきます。					

主な施策分野	評価項目	目標	令和元年度実績	令和2年度実績	令和3年度実績	令和4年度実績
〔基本施策3〕 住民への啓発と周知	ポスター掲示や、町広報、ホームページでの啓発	年2回	2回(9月、3月実施)	2回(9月、3月実施)	2回(9月、3月実施)	2回(9月、3月実施)
	図書館でのテーマ展示の実施	年1回	1回(3月実施)	1回(3月実施)	1回(3月実施)	1回(3月実施)
予定どおり周知啓発ができました。コロナ禍において自殺対策は重要となるため、関心を持つ人を増やし、身近な問題として捉えてもらうよう啓発をしていきます。						

主な施策分野	評価項目	目標	令和元年度実績	令和2年度実績	令和3年度実績	令和4年度実績
〔基本施策4〕 生きることの促進要因への支援	子育てふれあいセンターの利用者数	13,224人(R4年度目標)	17,083人	7,907人	9,724人	4,031人(11月末時点)
	コロナ禍の影響で利用制限などあり、利用者数は減少しましたが、保護者の子育ての孤立、負担感等の軽減や子どもの健やかな成長には、重要な場所となっています。					
	老人福祉センター利用者数	39,500人(R2年度目標)	34,338人	29,637人	26,070人	12,129人(9月末時点)
	コロナ禍の影響で利用制限などあり、利用者数は減少しましたが、健康増進や教養向上の場となり、引きこもり防止や身体機能の向上にもつながります。					

主な施策分野	評価項目	目標	令和元年度実績	令和2年度実績	令和3年度実績	令和4年度実績
〔重点施策1〕 子ども・若者層への支援	児童生徒のSOSの出し方に関する教育の実施	各中学校1回	下中3年生実施 社中2、3年生実施	下中1年生実施 社中1、2年生実施	各中学1年生実施	各中学1年生実施
		学校の協力が得られ毎年実施をすることができました。生徒に合った教育内容を養護教諭と相談しながら実施していきたいと思えます。				
	産後健康診査実施率	100%	全員実施 受診者数 141 人(延)	全員実施 受診者数 164 人(延)	全員実施 受診者数 184 人(延)	
目標値を 100%としましたが、割合で表すことが難しいため、受診者数としました。未実施者はいないため全員が実施できています。(産後4週間後の産後健診実施数を掲載。)母親の精神状態を把握し、保護者及び乳幼児の健康の保持増進につながっています。						

主な施策分野	評価項目	目標	令和元年度実績	令和2年度実績	令和3年度実績	令和4年度実績
〔重点施策2〕 高齢者への支援	認知症サポーター養成人数	440 人(R2 年度目標)	185 人	34 人	134 人	
		コロナ禍の影響で養成講座を実施できない時期もありましたが、地域に認知症サポーターを増やしていくことで、地域でも見守り体制が強化されていきます。				
	総合相談事業(相談件数)	260 人(R2 年度目標)	233 人	228 人	269 人	
相談事業を実施している、地域包括支援センターは、高齢者の暮らしを地域でサポートする拠点となるため、自殺対策の重要な役割を担っています。						

主な施策分野	評価項目	目標	令和元年度実績	令和2年度実績	令和3年度実績	令和4年度実績
〔重点施策3〕 生活困窮者・無職者・失業者への支援	各種納付相談、生活保護に関する相談					
	保健師による、相談・家庭訪問					
随 時 対 応						
個別に、関係機関等連携を取りながら、今後も対応をしていきます。						

自殺者をゼロにすることが最終目標ですが、さまざまな事業や、関係機関で支援することで、「生きることの包括的な支援」につながっていくため、今後も、自殺対策となる事業が適正であったかを評価していくことが必要と考えます。

第3章 下諏訪町における自殺の特徴

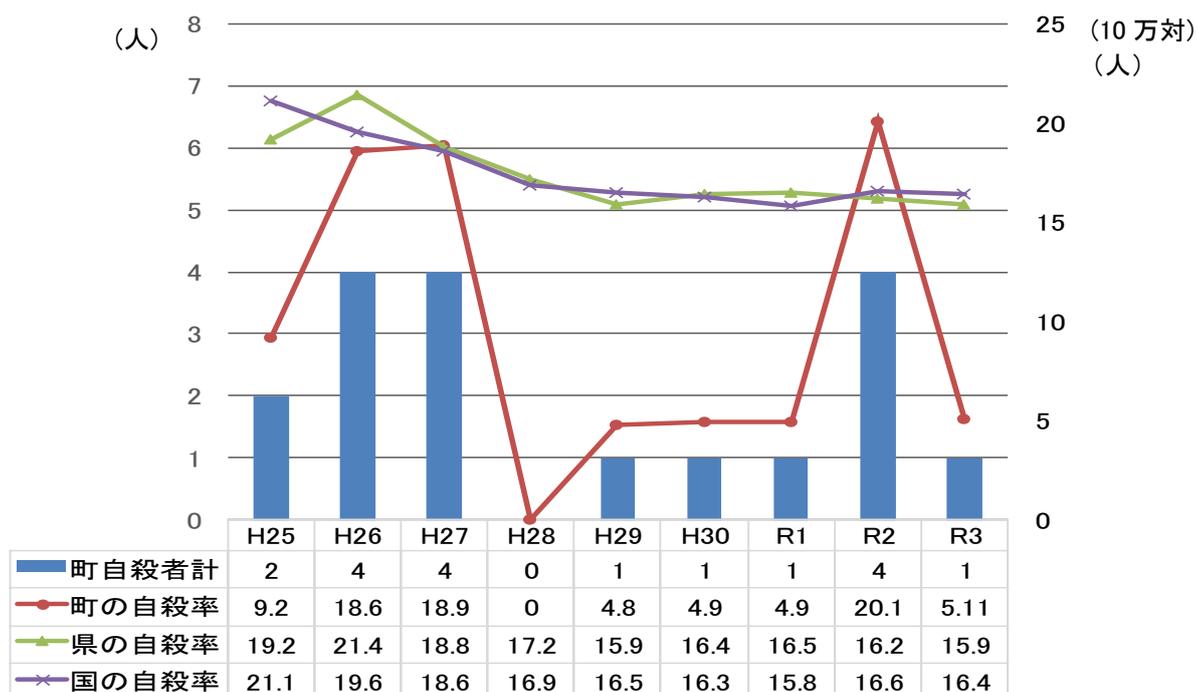
自殺の統計については、厚生労働省の自殺の基礎資料と自殺総合対策推進センター^{※1}の地域自殺実態プロフィールに基づいています。

1. 自殺者の推移

(1) 年次推移

人口10万人当たりの自殺死亡者を表す自殺死亡率^{※2}は、長野県と比べ低い傾向にあります。

年間自殺者数および自殺死亡率の推移(平成25年(2013年)～令和3年(2021年))



出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロフィール(2022)」

※1改正自殺対策基本法の新しい理念と趣旨に基づき、学際的な観点から関係者が連携して自殺対策のPDCAサイクルに取り組むためのさまざまな情報を提供及び民間団体を含め地域の自殺対策を支援することを目的に設立された厚生労働省所管の組織。

※2自殺死亡率とは、人口10万人当たりの自殺者数のこと。

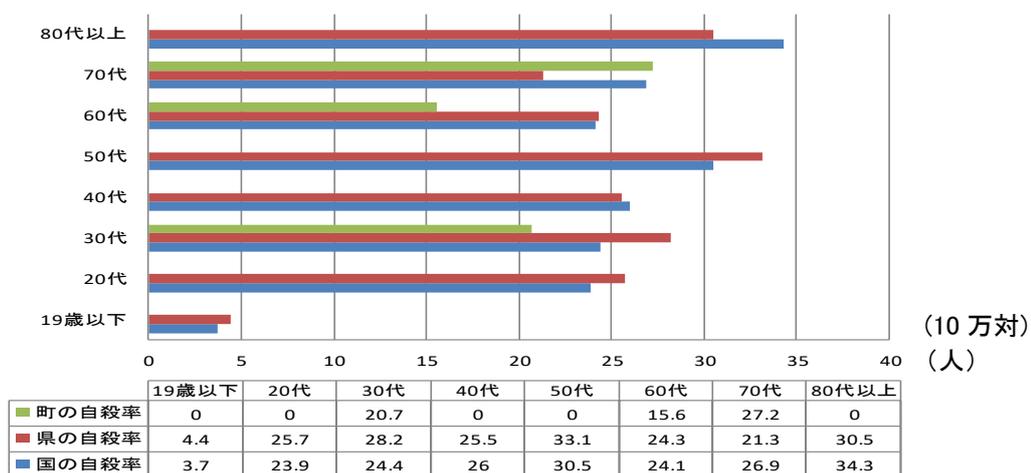
(2) 年代別・男女別

60代以上の高齢者層の数がやや高い状況です。年代別、男女別に確認すると、女性の40、50、80代の数が国や県と比べると高くなっています。

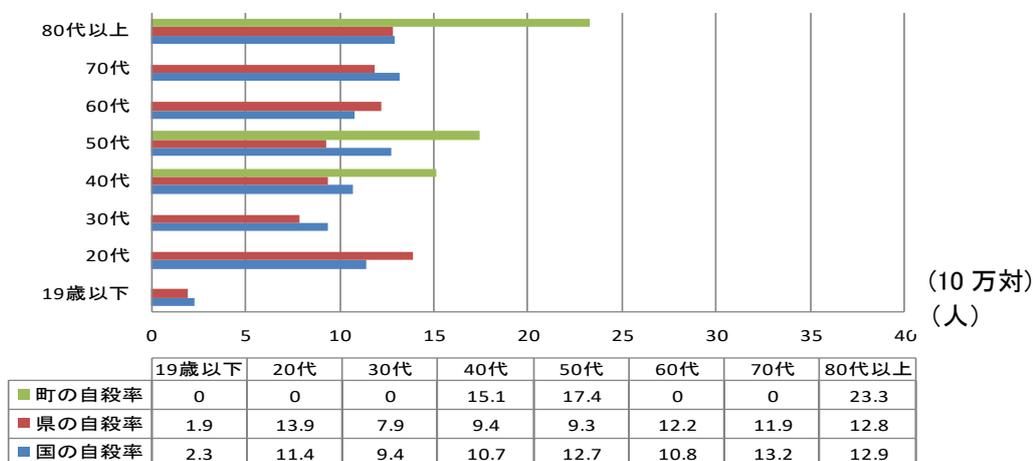
町の自殺者数の男女・年齢別集計（平成29年(2017年)～令和3年(2021年)）（人）

	19歳以下	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	合計
男性	0	0	1	0	0	1	2	0	4
女性	0	0	0	1	1	0	0	2	4
合計	0	0	1	1	1	1	2	2	8

男性・年代別自殺死亡率（平成29年(2017年)～令和3年(2021年)）



女性・年代別自殺死亡率（平成29年(2017年)～令和3年(2021年)）



出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル(2022)」

2. 支援が優先されるべき対象群

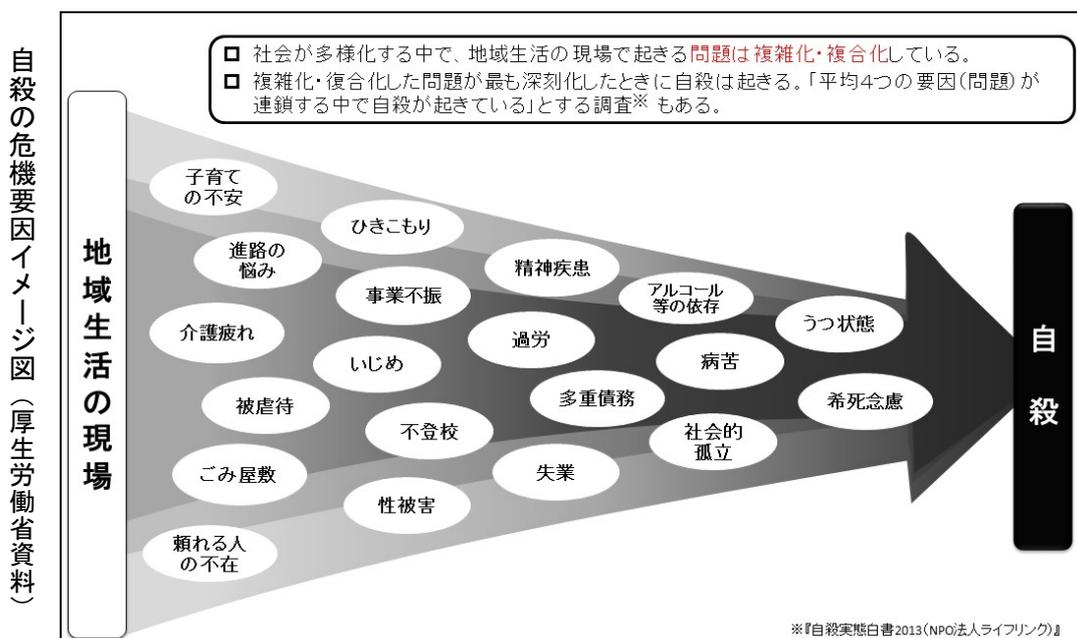
平成 29 年（2017 年）～令和 3 年（2021 年）の 5 年間における自殺の実態について、自殺総合対策推進センターの「地域自殺実態プロファイル」により、町において自殺で亡くなる人が多い属性（性別×年代別×仕事の有無別×同居人の有無別）の上位 5 位が示されました。

この情報により、第 1 次計画と同様に取り組む重点施策として、「高齢者」「生活困窮者」があげられました。

上位 5 区分※ ¹	自殺者数 5 年計	割合	背景にある主な自殺の危機経路※ ²
1 位: 男性 60 歳以上無職独居	2	25.0%	失業（退職）＋死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
2 位: 女性 60 歳以上無職独居	1	12.5%	死別・離別＋身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
3 位: 女性 40～59 歳無職同居	1	12.5%	近隣関係の悩み＋家族間の不和→うつ病→自殺
4 位: 男性 20～39 歳有職同居	1	12.5%	職場の人間関係／仕事の悩み（ブラック企業）→パワハラ＋過労→うつ状態→自殺
5 位: 女性 40～59 歳有職同居	1	12.5%	職場の人間関係＋家族間の不和→うつ状態→自殺

出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2022）」一部引用

※¹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ています。
 ※²「背景にある主な自殺の危機経路」は自殺実態白書 2013(ライフリンク)を参考にし、生活状況別の自殺に多くみられる全国的な自殺の危機経路を例示しています。自殺対策において、自殺の直前の「原因・動機」のさらに背景にある様々な要因に対応することが求められています。



第4章 下諏訪町の自殺対策の取り組み

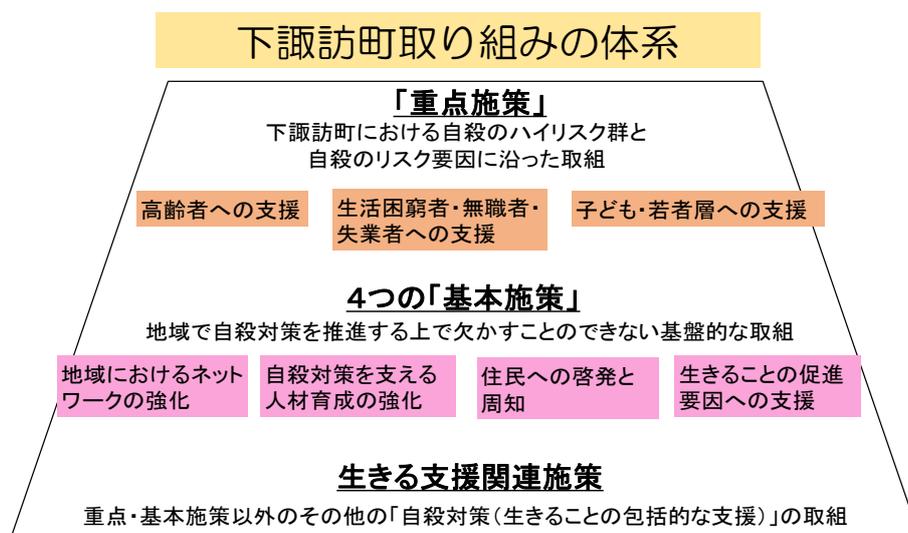
国は、地域自殺対策を進めるために、自治体に取り組むべき施策を「地域自殺対策政策パッケージ」として定めました。

国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」において、全国の自治体で取り組むことが望ましいとされた「基本施策」と、地域の実態を分析した地域自殺実態プロフィールにより示された「重点施策」を組み合わせ、下諏訪町の特性に合わせた施策を推進していきます。

下諏訪町の取り組み

- 〔基本施策1〕 地域ネットワークの強化
- 〔基本施策2〕 自殺対策を支える人材の育成
- 〔基本施策3〕 住民への啓発と周知
- 〔基本施策4〕 生きることの促進要因への支援

- 〔重点施策1〕 高齢者への支援
- 〔重点施策2〕 生活困窮者・無職者・失業者への支援
- 〔重点施策3〕 子ども・若者層への支援



〔基本施策 1〕地域ネットワークの強化

自殺の多くは、家庭や学校、職場の問題、健康問題などのさまざまな要因が関係しているものであり、それらに適切に対応するためには、地域の多様な関係者が連携、協力して、実効性のある施策を推進していくことが重要となります。このため、自殺対策に関わる相談支援機関等の連携を図り、ネットワークの強化を進めます。

1. 地域における連携・ネットワークの強化

〔事業名〕 事業内容・取組	担当課・団体
〔下諏訪町いのち支える自殺対策推進委員会〕 ・自殺対策について庁内関係部署との連携と協力により、自殺対策を総合的に推進するため、委員会を開催します。	全課
〔下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議〕 ・下諏訪町地域包括医療推進協議会から委員を選出し、町の自殺対策に関する協議を行います。	保健福祉課
〔区長会〕 ・定例の区長会において、当町の自殺の現状と対策についての情報提供や、ゲートキーパー※の役割について啓発し、地域の中で支え合いと見守りができる体制を推進します。	保健福祉課 総務課

2. 特定の問題に対する連携・ネットワークの強化 (◎新規事業)

〔事業名〕 事業内容・取組	担当課・団体
〔地域ケア会議、地域福祉なんでも相談検討会、◎相談支援包括化推進事業〕 ・問題を抱える個別ケースの支援に関する検討をとおして、地域の課題を把握し、最適な手法の共有など、課題解決に向けた他職種連携の体制を推進します。	保健福祉課 社会福祉協議会
〔子ども人権ネットワーク会議（要保護児童対策地域協議会）〕 ・虐待が疑われる児童生徒や、支援対象家族で自殺リスクが高いと思われる保護者等について、早期支援につなげられるよう、関係機関の連携体制の強化を図ります。	教育子ども課 保健福祉課
〔いじめ等対策連絡協議会〕 ・いじめは児童生徒の自殺リスクを高める要因の1つであるため、協議会にて、いじめ、児童・生徒の自殺リスクに関する情報提供を行います。	教育子ども課

※ゲートキーパー：悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のこと。（詳細 P12）

〔基本施策2〕 自殺対策を支える人材の育成

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。誰もが早期の「気づき」に対応できるよう、必要な研修の機会の確保を図ります。

1. 町職員を対象とした研修

〔事業名〕 事業内容・取組	担当課・団体
〔自殺対策推進体制の研修会〕 ・町職員の自殺対策に対する意識を高め、共通認識できるよう自殺対策計画、推進体制の研修会を行います。	全課
〔ゲートキーパー養成研修会〕 ・どんな相談に対しても相談者に寄り添いながら支援をする役割を担っていけるよう、ゲートキーパー養成研修を行います。	全課

2. 住民組織を対象とした研修

〔事業名〕 事業内容・取組	担当課・団体
〔民生児童福祉委員〕 ・同じ住民という立場から、気軽に相談できるという強みが民生児童福祉委員にはありません。地域で困難を抱えた人に気づく最初の窓口となる可能性が高いため、ゲートキーパー養成研修を受けてもらえるよう推進します。	保健福祉課
〔保健補導委員〕 ・各地区での学習会で、自殺対策やゲートキーパーの視点を入れ込み、地域における見守りや、生きる支援につながる意識を醸成します。	保健福祉課

「ゲートキーパー」とは

自殺の危機を示すサインに気づき、適切な対応（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）を図ることができる人です。いわば、「命の門番」とも位置づけられる人のことです。

自殺対策では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤立・孤独」を防ぎ、支援することが重要です。一人でも多くの方に、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、専門性の有無にかかわらず、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが自殺対策につながります。（出典：厚生労働省）

①気づき

家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

②傾聴

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

③つなぎ

早めに専門家に相談するよう促す

④見守り

寄り添いながら、じっくり見守る

〔基本施策3〕住民への啓発と周知

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る」ことですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があります。そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適切であるということが、社会全体の共通認識となるよう、普及啓発を行っていきます。

また、自分の周りにはいるかもしれない自殺を考えている人の存在に気づき、思いに寄り添い、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守っていくという自殺対策における住民一人ひとりの役割等についての意識が共有されるよう、広報活動などを通じた啓発を推進していきます。

1. 心の健康づくりや自殺対策等（生きる支援）の情報や知識の普及啓発

〔事業名〕 事業内容・取組	担当課・団体
〔自殺予防週間、自殺対策強化月間における啓発活動の推進〕 ・自殺予防週間（9月10日～16日）、自殺対策強化月間（3月）に合わせ、ポスターの掲示やリーフレットの配布等を行います。 ・町広報誌やホームページを活用し、自殺予防週間、自殺対策強化月間の周知をします。 ・自殺対策強化月間に合わせ、特設コーナーを設置し、周知啓発を行います。	保健福祉課 総務課 図書館
〔心の健康・生きる支援につながる相談窓口の周知〕 ・庁内窓口や、町関連施設などにチラシ等を設置し、相談窓口の周知を図ります。	全課
〔住民向け出前講座（おでかけトーク）の実施〕 ・住民からの要望を受けて実施する出前講座において、心の健康づくりや自殺対策の講座を行います。	保健福祉課 総務課

2. 働く世代の人が悩み等を抱えた際に支援につながれるよう、町内事業所への自殺対策の情報や相談窓口の周知

<p style="text-align: center;">〔事業名〕 事業内容・取組</p>	<p style="text-align: center;">担当課・団体</p>
<p>〔新入職員歓迎会での周知〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康づくりに関することと合わせて、心の健康・生きる支援につながる相談窓口等の周知をします。 	<p>保健福祉課 産業振興課 商工会議所</p>
<p>〔心の健康、自殺対策に関することの啓発周知〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・町内事業所への自殺対策のポスター掲示、リーフレット等の配布により、働く世代へ周知します。 ・県保健福祉事務所で開催している弁護士による法律相談と保健師による健康相談を組み合わせた「くらしと健康の相談会」を町内事業所への周知します。 	<p>保健福祉課 商工会議所</p>

〔基本施策4〕 生きることの促進要因への支援

自殺対策は、個人においても社会においても、「生きることの阻害要因^{※1}」を減らす取組に加え、「生きることの促進要因^{※2}」を増やす取組を行っていく必要があります。

生きることの促進要因への支援としては、居場所づくり、自殺未遂者への支援、遺された人への支援に関する対策を推進していきます。

1. 居場所づくり活動

地域にある居場所活動等について把握し、居場所づくりや生きがいづくりの活動を支援します。

〔事業名〕 事業内容・取組	担当課・団体
〔図書館〕 ・町民が利用しやすい居場所としての環境整備に努めます。	図書館
〔子育てふれあいセンター「ぽけっと」の活用〕 ・子育て世代の親子が気軽に集い、交流を図る場を提供します。 また、様々なイベントや情報提供、講座の開催により育児不安の軽減や親子の孤立を防ぎます。	教育こども課
〔児童の居場所づくり〕 ・「みんなの遊び場」「放課後子ども教室」など、住民との協力により、児童の体験の機会や安全で安心して集える居場所づくりを積極的に推進します。	教育こども課
〔地域活動支援センターの管理運営〕 ・障がい者等に創作活動や生産活動の機会を提供するとともに、居場所として安心して過ごせる環境を整備します。	保健福祉課

※1生きることの阻害要因:失業や多重債務、生活苦等の自殺に対するリスク要因。

※2生きることの促進要因:自己肯定感や信頼できる人間関係。危機回避能力等の自殺に対する保護要因。

<p>〔高齢者の居場所・憩いの場・交流の場・生きがいづくりの場〕</p> <ul style="list-style-type: none"> ・65歳以上の方を対象に介護予防の普及啓発、地域における介護予防活動を推進します。 ・社会福祉協議会の生活支援コーディネーターを中心に地域の支え合い活動を推進します。 ・多くの高齢者に利用されている既存の公共施設においてさらに利用しやすい環境づくりをしていきます。 	<p>保健福祉課 教育子ども課 社会福祉協議会</p>
---	-------------------------------------

2. 自殺未遂者への支援

自殺未遂者は、自殺対策においては重要なハイリスク群であり、繰り返さないようにすることは自殺者を減少させるための優先課題の1つです。

事業内容・取組	担当課・団体
<ul style="list-style-type: none"> ・対象を把握した場合は、関係機関と連携しながら、個別の支援を行います。 	<p>保健福祉課</p>

3. 遺された人への支援

事業内容・取組	担当課・団体
<ul style="list-style-type: none"> ・自死により遺された家族を把握した場合は、地域の自死遺族グループなどの周知に努めるとともに、個別の支援を行います。 	<p>保健福祉課</p>

〔重点施策 1〕 高齢者への支援

下諏訪町の高齢化率は、令和5年1月に37.8%と4割に近づきつつあり、国や県と比較しても高い水準で推移しています。

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した支援、働きかけを推進していきます。

1. 包括的な支援のための連携の推進

(◎新規事業)

〔事業名〕 事業内容・取組	担当課・団体
〔地域包括支援センター深化・推進〕 ・地域包括支援センターを中心に、高齢者一人ひとりの心身の健康状態や暮らしにおけるさまざまな課題に対応し適切なサービスに繋げるため、関係機関との連携を図り、地域のネットワークづくりを進めます。	保健福祉課 社会福祉協議会
〔地域ケア会議、地域福祉なんでも相談検討会、◎相談支援包括化推進事業〕 ・問題を抱える個別ケースの支援に関する検討をとおして、地域の課題を把握し、最適な手法の共有など、課題解決に向けた多職種連携の体制を推進します。	保健福祉課 社会福祉協議会
〔認知症への理解・認知症サポーター〕 ・「認知症サポーター」の養成講座等を実施して、地域や職場、小中学校において、認知症を正しく理解してもらうことにより認知症の方や家族を支援する地域づくりを推進します。	保健福祉課 社会福祉協議会

2. 高齢者の健康不安や生活不安に対する支援

〔事業名〕 事業内容・取組	担当課・団体
〔見守りによる支援〕 ・要援護高齢者台帳をもとに、民生児童福祉委員による独居高齢者等の訪問、見守りのほか、高齢者世帯へは在宅介護支援センターにより訪問、見守りを行います。また、困り事などを把握した場合には、関係機関との連携し、必要な支援につなげていきます。	保健福祉課

<p>〔総合相談事業〕</p> <p>・地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けていくために必要なさまざまな援助や支援を行うための総合相談窓口となっています。高齢者の抱える生活全般の悩みや相談をお聞きし、町などと連携しながら相談内容に適した情報の提供や適切な対応ができる機関へつなげていきます。</p>	<p>保健福祉課 社会福祉協議会</p>
<p>〔認知症初期集中支援事業〕</p> <p>・認知症になっても、本人の意志が尊重され、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、認知症初期集中支援チームが認知症の方やその家族に早期に対応し、早期受診・適切なサービスにつながるよう支援することで、本人や家族の心身の負担軽減を図ります。</p>	<p>保健福祉課 社会福祉協議会</p>

3. 社会参加の強化と孤立・孤立の予防

<p>〔事業名〕</p> <p>事業内容・取組</p>	<p>担当課・団体</p>
<p>〔高齢者の居場所・憩いの場・交流の場・生きがいの場〕</p> <p>・65歳以上の方を対象に介護予防の普及啓発として一般介護予防教室※1を開催し、地域における自発的な介護予防活動へのサポートを強化したり、地域の福祉拠点などへ理学療法士等の専門職を派遣して介護予防を推進するほか、各種教室への参加を通じて、人とのつながりを深め、孤独・孤立の予防に努めていきます。</p> <p>社会福祉協議会の生活支援コーディネーターを中心に地域の支え合い活動の推進、コミュニティスペース「にこっと」の運営など、住民主体による通いの場や地域の仲間づくりの場を支援します。</p> <p>多くの高齢者に利用されている老人福祉センター、高齢者能力活用センター「いきいきプラザ」、高浜健康温泉センター「ゆたん歩」、子育てふれあいセンター「ぽけっと」、公民館など、既存の公共施設においてさらに利用しやすい環境づくりをしていきます。</p>	<p>保健福祉課 教育子ども課 社会福祉協議会</p>

※1運動機能低下防止・向上を図るためストレッチ、水中プログラム、有酸素運動、器具を用いた運動のほか、栄養改善、口腔機能向上、認知症予防等の各種教室を開催。

〔重点施策2〕生活困窮者・無職者・失業者への支援

失業・無職によって生活困窮状態にある方は、単に経済的に困窮しているだけでなく、心身の健康や家族との人間関係、ひきこもりなど、他のさまざまな問題を抱えた結果、自殺に追い込まれることが少なくないと考えられます。

そのため、生活困窮者自立支援制度に基づく支援と自殺対策施策が密接に連携し、経済や生活面の支援のほか、心の健康や人間関係等の視点から包括的な支援を推進していきます。

〔事業名〕 事業内容・取組	担当課・団体
〔生活困窮者自立支援〕 ・生活就労支援センター（愛称「まいさぼ」）と連携し、相談支援、就労支援、家計支援等、対象者一人ひとりに合わせた支援をします。また、本人や家族からの支援に対するニーズの把握に努め、関係機関と連携しながら、家庭訪問（アウトリーチ）による個別支援を行います。	保健福祉課
〔法律相談・登記相談〕 ・さまざまな法律問題を抱えた住民に対し、弁護士・司法書士による相談機会を提供します。	住民環境課
〔なんでも相談・一般相談・消費生活相談〕 ・生活をしていく上で、さまざまな困り事や悩み事など、どこへ相談して良いか分からない相談や、消費生活上のトラブル等を抱えた方の相談を、随時専用電話や窓口で受け付け、必要に応じて適切な支援先につなげます。	住民環境課
〔各種納付相談〕 ・各種税金や保険料の支払い等の際、生活面での深刻な問題を抱えていたり困難な状況にある方の相談を、随時窓口で受け付けます。「生きることの包括的な支援」のきっかけと捉え、実際の支援につなげられるよう連携します。	保健福祉課 税務課 住民環境課 建設水道課 教育こども課
〔生活保護に関する相談〕 ・相談者とその家族が抱える問題を把握し、必要に応じて適切な支援先につなげます。	保健福祉課
〔くらしと健康の相談会〕 ・県保健福祉事務所で定期的開催している弁護士による法律相談と保健師による健康相談を組み合わせた「くらしと健康の相談会」の周知を強化します。	保健福祉課

〔重点施策3〕子ども・若者層への支援

我が国の自殺者数は、社会全体としては低下傾向にある一方、未成年者（20歳未満）の自殺死亡率は増加傾向となっています。コロナ禍の影響で、小中高生の自殺者数は、令和2年には過去最多となりました。

自殺対策基本法には、児童生徒のSOSの出し方に関する教育の推進が盛り込まれており、当町においても推進していきます。

また、妊娠期からの子育て期間中の切れ目ない支援、支援者間の連携、若者層が相談しやすい相談窓口の周知等を推進してきます。

1. 児童生徒のSOSの出し方に関する教育の推進

児童生徒のSOSの出し方に関する教育については、「生きることの包括的な支援」として「困難やストレスに直面した児童生徒が信頼できる大人に助けの声をあげられる」ことを目標として進めていきます。

〔事業名〕 事業内容・取組	担当課・団体
〔学校での授業の実施〕 ・中学校において「SOSの出し方に関する教育」の授業を実施します。内容などを検討し、実効性のある授業を行います。	保健福祉課 教育こども課
〔学校教育関係者への啓発〕 ・SOSの受け手となる学校教育関係者へ、「SOSの出し方に関する教育」の取組について、情報発信し理解と協力を依頼します。	

2. 妊娠期からの子育て期間中の切れ目ない支援の推進

自殺対策の視点を入れ、母子保健事業を行います。

(◎新規事業)

〔事業名〕 事業内容・取組	担当課・団体
〔産後うつ病対策〕 ・産婦健康診査 ^{※1} 、赤ちゃん訪問時にエジンバラ産後うつ病質問票 ^{※2} 等を活用した産後うつ病チェックを実施します。産婦健康診査の問診、診察なども合わせて、総合的に母親の精神状態を把握し、産後うつ病の早期発見・早期治療を推進します。	保健福祉課

※1産後うつつの予防や新生児の虐待予防等を目的に行われる健康診査。

※2産後うつつのリスク度の判定や、育児支援者が必要な母親を早期発見するための質問票。

<p>〔妊娠・出産包括支援事業の推進（子育て世代包括支援センター※）〕</p> <p>◎妊娠期から子育て期まで一貫して相談に応じ、ニーズに合わせた支援につなぐ体制の強化と、経済的な支援を一体的に実施し、安心して出産、子育てができる環境整備をします。</p> <p>・育児不安等を抱える妊産婦を対象に、助産師による保健指導、育児相談を実施し、育児不安の軽減と妊産婦の心身の安定を図るための産前産後サポート事業を実施します。また、医療機関等における産後ケア事業の拡充により、産婦健康診査において産後うつ病のリスクが高い方等を支援につなげ、早期対応ができる体制を推進します。</p>	<p>保健福祉課</p>
--	--------------

3. 支援者間の連携の推進

<p>〔事業名〕</p> <p>事業内容・取組</p>	<p>担当課・団体</p>
<p>〔子ども人権ネットワーク会議（要保護児童対策地域協議会）〕</p> <p>・子の状態に関わらず養育に困難を抱える家庭の把握を進め、関係機関と連携しながら包括的に支援を進めていきます。また、特定妊婦、要支援児童など支援が必要な家庭の把握を進めます。</p>	<p>教育子ども課 保健福祉課</p>

4. 若者層が相談しやすい相談窓口の周知

<p>〔事業名〕</p> <p>事業内容・取組</p>	<p>担当課・団体</p>
<p>〔相談機関の周知〕</p> <p>・県が作成する、「生きる支援」に関する相談先情報を掲載したリーフレットの配布、LINE等のSNSを活用した相談、チャイルドライン、いのちの電話、県で行っている「子どもの総合相談窓口（子ども支援センター）などの、相談窓口の周知をします。</p>	<p>保健福祉課 教育子ども課</p>

※母子保健法に基づき市町村が設置し、妊娠・出産・育児に関する相談に対応し、必要に応じて関係機関との連絡調整を行うなどの、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援を提供する場所。

主な評価指標

本計画の主な評価指標は以下の通りとします。自殺者をゼロにすることが最終目標ですが、さまざまな事業や、関係機関で支援することで、「生きることの包括的な支援」につながっていくため、自殺対策となる事業が適正であったかを評価します。

主な施策分野	評価項目	現状値	令和5年度目標	令和6年度目標	令和7年度目標	令和8年度目標	令和9年度目標	令和10年度目標
〔基本施策1〕地域ネットワークの強化	下諏訪町のち支える自殺対策推進委員会の開催	年1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回
	下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議の開催	年1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回
〔基本施策2〕自殺対策を支える人材育成	町職員のゲートキーパー養成研修 (主に、新規職員等を対象に実施)	年1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回
	町民や各種団体等へのゲートキーパー養成研修の開催	年1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回
〔基本施策3〕住民への啓発と周知	ポスター掲示や、町広報、ホームページでの啓発	年2回	9月・3月	9月・3月	9月・3月	9月・3月	9月・3月	9月・3月
	図書館でのテーマ展示の実施	年1回	3月	3月	3月	3月	3月	3月
〔基本施策4〕生きることの促進要因への支援	子育てふれあいセンターの利用者数	9,724人 (R3年度実績)	12,756人	12,240人	町子ども・子育て支援計画(令和7年度～)に準ずる			
	老人福祉センター利用者数	26,070人 (R3年度実績)	36,000人	第10、11次町高齢者福祉計画に準ずる				
〔重点施策1〕高齢者への支援	認知症サポーター養成	134人 (R3年度実績)	事業継続	事業継続	事業継続	事業継続	事業継続	事業継続
	総合相談事業(相談件数)	296件 (R3年度実績)	事業継続	事業継続	事業継続	事業継続	事業継続	事業継続
〔重点施策2〕生活困窮者・無職者・失業者への支援	各種納付相談、生活保護に関する相談	—	随時対応					
	保健師による、相談・家庭訪問	—	随時対応					
〔重点施策3〕子ども・若者層への支援	児童生徒のSOSの出し方に関する教育の実施	中学1年生に1回	中学1年生に1回	中学1年生に1回	中学1年生に1回	中学1年生に1回	中学1年生に1回	中学1年生に1回
	産後健康診査実施状況(産後4週間後の健診)	全員実施	全員実施	全員実施	全員実施	全員実施	全員実施	全員実施

第5章 自殺対策の推進体制

「誰も自殺に追い込まれることのない下諏訪町」の実現を目指して、庁内に「下諏訪町自殺対策推進本部」を設置し、自殺対策について庁内関係部署の連携と協力により、自殺対策を総合的に推進します。

また、下諏訪町地域包括医療推進協議会から委員を選出し、「下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議」を開催し、町の自殺対策に関する協議を行い、関係機関等との連携を強化し、地域社会全体での取組を推進します。

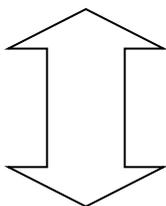
【下諏訪町自殺対策推進本部】

- ① 自殺対策の推進に係る計画及び進捗管理に関すること
- ② 自殺対策に係る諸施策の調整及び推進に関すること
- ③ 関係機関等との連携の強化に関すること
- ④ その他自殺対策の総合的な推進に関すること

本部長：町長

部 員：副町長・教育長・課等の長

【庁内：推進委員】各課からの職員：連絡・調整・意思統一
福祉係・高齢者係・教育総務係・子育て支援係・国保年金係
生活環境係・職員係・収納係・商工係・水道温泉経理係
図書館・消防庶務係



【下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議】

- ① 自殺対策のための連携強化及び情報交換に関すること
- ② 自殺対策の推進に関すること
- ③ 自殺対策推進計画の策定に関すること
- ④ その他必要と認められる事項に関すること

第6章 生きる支援関連事業一覧

[基1]基本施策1:地域のネットワーク
 [基2]基本施策2:自殺対策の支える人材の育成
 [基3]基本施策3:住民への啓発と周知
 [基4]基本施策4:生きることの促進要因への支援

[重1]重点施策1:高齢者への支援
 [重2]重点施策2:生活困窮者・無職者・失業者への支援
 [重3]重点施策3:子ども・若者層への支援

担当課	主な事務事業名	自殺対策:生きることの包括的な支援の視点を加えたもの	基1	基2	基3	基4	重1	重2	重3
総務課	職員の衛生管理及び福利厚生に関すること	・住民からの相談に応じる職員の、心身面の健康の維持増進を図ることで、「支援者への支援」となる。				●			
	職員の研修に関すること	・職員研修として、自殺対策に関する講義を導入することで全庁的に自殺対策を推進するためのベースとなる。 ・自殺予防のためのゲートキーパー研修を実施することで、相談者に寄り添いながら支援をする役割を担っている。		●					
	自治組織・嘱託長に関する事務	・嘱託長を通して、公会所へ自殺対策のポスターを掲示してもらうことで、地域住民への周知を図る。	●		●				
	第7次町総合計画策定に関する事務	・総合戦略の中に、自殺対策:生きることの包括的支援について盛り込むことで、総合的・全庁的に対策を推進する。				●			
	職員出前講座「まちづくりおでかけトーク」に関する事務	・「ゲートキーパーの役割」や「地域自殺対策の取組」等を、トーク事業のメニューに加えることで住民への啓発の機会となり得る。			●	●			
	広報誌の発行及び広聴事業	・町広報誌やホームページへ自殺予防週間、自殺対策強化月間等の情報を掲載し、啓発や周知ができる。			●				
	防災・減災対策の推進と意識の高揚	・大規模災害発生時、被災者は慣れない避難所生活などにより、大きなストレスにさらされ、心身ともに不安定な状態に陥ることから、保健師やカウンセラー、必要に応じ医師を派遣して心身のケアを行うことが重要であり、平時から、自殺防止対策に結びつく様々な支援体制を整備する必要がある。 ・各家庭や地域においては、自助、公助の精神に基づき、住家の耐震や備蓄品の充実、訓練活動への積極的な参加などを通じて、日ごろから減災活動に取り組むことにより、災害発生時におけるストレスの軽減が図られる。				●			
税務課	町税等の徴収及び滞納者対策に関すること	・各種税金の支払い等を期限までに行えない住民は、生活面で深刻な問題を抱えていたり、困難な状況にある可能性が高い。やむを得ない理由で支払いが困難な住民の生活状況を聞き取り、納税方法の相談に応じる対応は、自殺対策につながっている。				●		●	
住民環境課	国民健康保険税、および後期高齢者医療保険料の事務に関すること	・保険料の支払い等を期限までに行えない住民は、生活面で深刻な問題を抱えていたり、困難な状況にある可能性が高い。やむを得ない理由で支払いが困難な住民の生活状況を聞き取り、納税方法の相談に応じる対応は、自殺対策につながっている。				●		●	
	母子家庭等、父子家庭及び寡婦の資格関係、給付の事務に関すること	・ひとり親家庭は貧困に陥りやすく、また孤立しがちであるなど、自殺につながる問題要因を抱え込みやすい。そのため、窓口対応時など、問題の早期発見と対応への接点になり得る。				●			
	特定健診・保健指導に関すること	・生活習慣病等に罹患する方の中には、治療費に対する金銭的不安や身近な支援者の不在など、精神的な不安を抱えて自殺のリスクが高い人もいることが考えられる。リスクを抱えた方を把握して、必要な支援につなぐための接点となり得る。				●			
	町民の生活相談に関すること	・さまざまな相談に応じており、何らかの困難に直面した際の最初の窓口となる可能性が高い。 ・多岐に渡る相談窓口について情報集積をし、相談者のニーズに合わせた相談先を紹介する。			●	●		●	
	移動販売、あざみ号に関すること	・買い物弱者の利便性を高めると共に、地域住民のコミュニケーションの場や安否確認のきっかけになることが期待できる。				●			
保健福祉課	生活保護に関すること	・生活保護利用者(受給者)は、利用(受給)していない人に比べて自殺のリスクが高いことが既存調査により明らかになっているため、相談・支援の提供は、そうした人々にアプローチするための機会となり得る。						●	
	民生児童福祉委員に関すること	・相談者の中で問題が明確化しておらずとも、同じ住民という立場から、気軽に相談できるという強みが民生児童委員にはある。 ・地域で困難を抱えている人に気づき、適切な相談機関につなげる上で、地域の最初の窓口として機能し得るため、ゲートキーパー研修を受講してもらうことで、気づき役やつなぎ役としての役割を担える可能性がある。	●	●	●		●	●	●
	障がい者福祉に関する事務	・障がい者の抱える様々な問題に気づき、適切な支援先へとつなげる上での最初の窓口となり得るもので、そうした取組は自殺リスクの軽減にも寄与し得る。				●			
	障がい者虐待防止事務	・虐待への対応を糸口に、当人や家族等、養護者を支援していくことで、背後にある様々な問題をも察知し、適切な支援先へとつなげていく接点にもなり得る。				●			
	地域活動支援センターに関すること	・障がい者等に創作的活動又は生産活動の機会の提供すると共に、居場所として安心して過ごせる場の提供ができる。				●			
	高齢者相談・高齢者虐待に関する事務	・相談や虐待への対応を糸口に、当人や家族等、養護者を支援していくことで、背後にある様々な問題をも察知し、適切な支援先へとつなげていく接点(生きることの包括的支援への接点)になり得る。				●	●		
	介護保険に関する事務	・介護は当人や家族にとって負担が大きく、最悪の場合、心中や殺人へとつながる危険もある。保険料等に関する手続き機会は、介護にまつわる問題を抱えて自殺のリスクが高い住民との接触機会として活用し得る。					●		
	家族介護支援対策事業	・介護従事者が悩みを共有したり、情報交換を行ったりできる機会を設けることで、支援者相互の支え合い(※支援者への支援)を推進し得る。				●	●		
	キャラバンメイト、認知症サポーターに関すること	・認知症の家族にかかる負担は大きく、介護の中で共倒れとなったり心が生じたりする危険性もある。 ・サポーターにゲートキーパー研修を受講してもらうことで、サポーターがそうしたリスクの早期発見と対応等、気づき役としての役割を担えるようになる可能性がある。		●				●	

- [基1]基本施策1:地域のネットワーク
- [基2]基本施策2:自殺対策の支える人材の育成
- [基3]基本施策3:住民への啓発と周知
- [基4]基本施策4:生きることの促進要因への支援

- [重1]重点施策1:高齢者への支援
- [重2]重点施策2:生活困窮者・無職者・失業者への支援
- [重3]重点施策3:子ども・若者層への支援

担当課	主な事務事業名	自殺対策:生きることの包括的な支援の視点を加えたもの	基1	基2	基3	基4	重1	重2	重3
保健福祉課	地域包括支援センターに関する事務、委託事業に関すること	・地域包括支援センターは、高齢者の暮らしを地域でサポートする拠点となるため、様々な事業が高齢者の自殺対策の要となる。	●				●	●	
	食生活改善推進協議会に関すること	・食生活に問題があり、生活習慣病等に罹患する方の中には、生活苦や身近な支援者の不在など、日常生活上の困難を抱えて自殺のリスクが高い人も少なくないと思われる。 ・推進委員の講座の中に、自殺対策の視点を盛り込むことにより、推進員が自殺のリスクを早期に発見し、適切な支援先へつなぐ等の対応が取れる可能性がある。 ・協議会活動が会員自身の通いの場となり、孤独・孤立を防ぐことにつながっている。			●	●			
	乳幼児健診・相談	・育児中の母親が抱えがちな自殺のリスクと対応につき理解することで、母親との面談時に異変や困難に気づき、問題があれば関係機関につなげる等、自殺対策を踏まえた対応の強化を図ることができる。 ・子どもの発達に関して専門家が相談に応じることで、母親の負担や不安感の軽減に寄与し得る。相談者に寄り添うことで、自己肯定感を高めることにつながる。				●			●
	妊産婦に関すること	・妊産婦への支援の充実、新しい自殺総合対策大綱でも重点項目の1つとして明記されている。 ・産後は育児への不安等から、うつ等のリスクを抱える危険があるため、出産直後の早期段階から専門家が関与し、必要な助言・指導等を提供することで、そうしたリスクの軽減を図るとともに、退院後も他の専門機関と連携して支援を継続することができれば、自殺リスクの軽減にもつながり得る。				●			●
	各種教室	・対応する職員が、自殺のリスクや支援のポイント等に関する研修を実施することで、本人や家族との接触時に状態を把握し、問題があれば関係機関につなげる等、自殺対策を踏まえた対応の強化を図ることができる。 ・教室参加者へ、自殺対策の情報提供をすることで、施策の周知と理解の促進を図れる。		●		●			●
	健診・検診	・生活習慣病等に罹患する方の中には、生活苦や身近な支援者の不在など、日常生活上の困難を抱えて自殺のリスクが高い人も少なくないと思われる。リスクを抱えた方を把握して、必要な支援につないでいくための接点となり得る。				●			
	こころのケア相談	・専門家が相談に応じることで、相談者の負担や不安感の軽減に寄与し得る。 ・早期に不安や悩みを相談することで、異変や困難に気づき、問題があれば関係機関につなげる等、自殺対策を踏まえた対応の強化を図ることができる。				●			
	保健補導委員会に関すること	・保健補導委員の講座の中に、自殺対策の視点を盛り込むことにより、任期終了後も自殺のリスクを早期に発見し、適切な支援先へつなぐ等の対応が取れる可能性がある。	●	●					
産業振興課	中小企業の金融の円滑化に関すること	・融資の機会を通じて、企業の経営状況を把握するとともに、経営難に陥り自殺のリスクの高まっている経営者の情報をキャッチし、適切な支援先へつなげる等の機能を果たし得る。				●			
	労政に関すること	・過重労働や長時間労働等の労働に関する諸問題につき対応を行う機関の情報等を掲載することで、それらの問題を抱えて自殺のリスクが高まっている労働者、さまざまな支援先につながりやすくなる可能性がある。				●	●		
	ものづくり支援センターに関すること	・中小企業の受注や経営状況が把握できる場合があり、職員が暮らしと健康の相談会などの窓口を知っていることにより、問題を抱える経営者等が様々な支援先につながりやすくなる可能性がある。				●			
建設水道課	水道料金・下水等料金収納業務及び滞納整理業務	・使用料の支払い等を期限までに行えない住民は、生活面で深刻な問題を抱えていたり、困難な状況にある可能性が高い。やむを得ない理由で支払いが困難な住民の生活状況を聞き取り、支払い方法の相談に応じる対応は、自殺対策につながっている。				●	●		
教育子ども課	教育相談・教育支援に関すること	・特別な支援を要する児童・生徒は、学校生活上で様々な困難を抱える可能性が想定される。様々な状況に応じた支援を、関係機関が連携・展開することで、そうした困難を軽減し得る。また、児童・生徒の保護者の相談にも応じることで、保護者自身の負担感の軽減にも寄与し得る。相談者に寄り添うことで、自己肯定感を高めることにつながる。				●			●
	いじめ等対策連絡協議会に関すること	・いじめは児童生徒の自殺リスクを高める要因の1つであり、いじめを受けている児童生徒の早期発見と対応を行うだけでなく、いじめを受けた子どもが周囲に助けを求められるよう、SOSの出し方教育を推進することで、児童生徒の自殺防止に寄与し得る。 ・リーフレットを児童生徒に配布することで、いじめにあった際の相談先の情報等を周知できる。			●			●	
	児童手当、児童扶養手当の申請等に関する事務	・手当の事務手続きにおいて、各家庭の経済状況を把握しやすく、申請者との面談機会のあることから、相談や各種支援へつなげることで、問題の早期発見、早期対応につながる。				●			●
	子ども人権ネットワーク会議・ケア会議に関する事務(児童虐待等)	・虐待が疑われる児童生徒や、支援対象家族で自殺リスクが高いと思われる保護者等について、早期支援につなげられるよう、関係機関の連携体制の強化が図られる。	●						●
	児童の居場所づくり推進事業	・児童の居場所となり得る。				●			●
	新生児子育て支援品等の支給	・民生児童委員の各戸訪問により地域との繋がりを育み、相談できる相手の存在を確認する事ができる。				●			●
	ひとり親世帯等の児童激励金支給事業	・ひとり親家庭は貧困に陥りやすく、また孤立しがちであるなど、自殺につながる問題要因を抱え込みやすい。当事者との直接的な接触機会があれば、問題の早期発見と対応への接点になり得る。				●		●	
	おはなしの広場の管理運営	・子どもの発達に関して専門職が相談に応じることで、子どもの健やかな成長を促し、保護者の負担や不安の軽減につながる。				●			●

- [基1]基本施策1:地域のネットワーク
- [基2]基本施策2:自殺対策の支える人材の育成
- [基3]基本施策3:住民への啓発と周知
- [基4]基本施策4:生きることの促進要因への支援

- [重1]重点施策1:高齢者への支援
- [重2]重点施策2:生活困窮者・無職者・失業者への支援
- [重3]重点施策3:子ども・若者層への支援

担当課	主な事務事業名	自殺対策:生きることの包括的な支援の視点を加えたもの	基1	基2	基3	基4	重1	重2	重3
教育 こども課	子育て相談	・保護者からの子育て相談を受けることにより、支えてくれる人の存在を確認する事ができる。相談者に寄り添うことで、自己肯定感を高めることにつながる。				●			●
	保育料の調定、徴収、納入、滞納事務	・支払い等を期限までに行えない住民は、生活面で深刻な問題を抱えていたり、困難な状況にある可能性もあるため、やむを得ない理由で支払いが困難な住民の生活状況を聞き取り、支払方法の相談に応じる対応は、自殺対策につながっている。				●			●
	学童クラブに関すること	・児童生徒との接触を通じて、本人や保護者の抱える問題や家族の状況を把握する貴重な機会となり得る。 ・規律正しい生活習慣を身につけ、気持ちにゆとりを持ち、安定した生活スタイルの確立を目指している。 ・虐待の情報についても諸機関と連携し、児童だけで解決できない問題を適切な対応がとれる支援者につなげている。				●			●
	青少年の健全育成に関すること	・社会への参画を推進し、社会に役立っていることを自覚し、自立や社会への適応力を育み、生きる支援につなげている。				●			●
	人権教育に関すること	・人権教育は、他人や自分の権利を守り、思いやりの心を育むため、生きる支援に直結する取り組みである。	●	●		●			
	図書館の運営に関すること	・地域住民が、集まる場であるため、ポスターやパネル等を展示して自殺対策や相談会等の広報啓発の場として有効。また、自殺対策に資する「居場所」としての機能をもてる場合もある。			●	●			
消防課		・広域連合との連携により、必要に応じて防犯、防火活動での住民啓発や家庭訪問により、直接住民に伝えることが、安全、安心につながる。特に独居者、高齢者では見守りが生きる支援につながっている。 ・消防職員は、自殺者や未遂者と直面する職場であるため、支援者として心の負担は大きい。また、職員を支えるためにも、自殺対策に関する国や県、町の動きを職員同士が知っていることは重要となる。				●			

第7章 参考資料

1. 自殺総合対策大綱

「自殺総合対策大綱」（令和4年10月閣議決定）（概要）

- 平成18年に自殺対策基本法が成立。
- 同法に基づく「自殺総合対策大綱」に基づき、自殺対策を推進。

現行：令和4年10月14日閣議決定
第3次：平成29年7月25日閣議決定
第2次：平成24年8月28日閣議決定
第1次：平成19年6月8日閣議決定

第1 自殺総合対策の基本理念

誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す

- ✓ 自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させる

阻害要因：過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立等
促進要因：自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力等

第2 自殺の現状と自殺総合対策における基本認識

- ✓ 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である
- ✓ 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る
- ✓ 新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進
- ✓ 地域レベルの実践的な取組をPDCAサイクルを通じて推進する

第3 自殺総合対策の基本方針

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取り組む
3. 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる
4. 実践と啓発を両輪として推進する
5. 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する
6. 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する

第4 自殺総合対策における当面の重点施策

1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する
2. 国民一人ひとりの気付きと見守りを促す
3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する
4. 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る
5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
7. 社会全体の自殺リスクを低下させる
8. 自殺未遂者の再発の自殺企図を防ぐ
9. 遺された人への支援を充実する
10. 民間団体との連携を強化する
11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する
12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する
13. 女性の自殺対策を更に推進する

第5 自殺対策の数値目標

- ✓ 誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指すため、当面は先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、令和8年までに、自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）を平成27年と比べて30%以上減少させることとする。
（平成27年：18.5 ⇒ 令和8年：13.0以下） ※令和2年：16.4

第6 推進体制等

1. 国における推進体制
2. 地域における計画的な自殺対策の推進
3. 施策の評価及び管理
4. 大綱の見直し

1

「自殺総合対策大綱」 ＜第4 自殺総合対策における当面の重点施策の概要＞

1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する

- 地域自殺実態プロフィール、地域自殺対策の政策パッケージの作成
- 地域自殺対策計画の策定・見直し等の支援
- 地域自殺対策推進センターへの支援
 - ・地域自殺対策推進センター長の設置の支援
 - ・全国の地域自殺対策推進センター長による会議の開催に向けた支援
- 自殺対策の専任職員配置・専任部署の設置の促進

2. 国民一人ひとりの気付きと見守りを促す

- 自殺予防週間と自殺対策強化月間の実施
- 児童生徒の自殺対策に資する教育の実施
 - ・命の大切さ・尊さ、SOSの出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応を含めた心の健康の保持に係る教育等の推進
- 自殺や自殺関連事象に関する正しい知識の普及、うつ病等についての普及啓発
 - ・「自殺は、その多くが追い込まれた末の死である」「自殺対策とは、生きることの包括的支援である」という認識の普及
 - ・メンタルヘルスの正しい知識の普及促進

3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する

- 自殺の実態や自殺対策の実施状況等に関する調査研究・検証・成果活用
 - ・相談機関等に集約される情報の活用検討
- 子ども・若者及び女性等の自殺調査、死因究明制度との連動
 - ・自殺等の事業について詳細な調査・分析
 - ・予防のための子どもの死亡検証(CDR; Child Death Review)の推進
 - ・若者、女性及び性的マイノリティの生きづらさ等に関する支援一体型の実態把握
- コロナ禍における自殺等の調査
- うつ病等の精神疾患の病態解明等につながる学際的研究

4. 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る

- 大学や専修学校等と連携した自殺対策教育の推進
- 連携調整を担う人材の養成
- かかりつけ医、地域保健スタッフ、公的機関職員等の資質向上
- 教職員に対する普及啓発
- 介護支援専門員等への研修
- ゲートキーパーの養成
 - ・若者を含めたゲートキーパー養成
- 自殺対策従事者への心のケア
 - ・スーパーバイザーの役割を果たす専門職の配置等を支援
- 家族・知人、ゲートキーパー等を含めた支援者への支援

5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する

- 職場におけるメンタルヘルス対策の推進
 - ・パワーハラスメント対策の推進、SNS相談の実施
- 地域における心の健康づくり推進体制の整備
- 学校における心の健康づくり推進体制の整備
- 大規模災害における被災者の心のケア、生活再建等の推進

6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする

- 精神科医療、保健、福祉等の連動性の向上、専門職の配置
- 精神保健医療福祉サービスを担う人材の養成等
 - ・自殺の危険性の高い人を早期に発見し確実に精神科医療につなげるよう体制の充実
- 子どもに対する精神保健医療福祉サービスの提供体制の整備
 - ・子どもの心の診療体制の整備
- うつ病、依存症等うつ病以外の精神疾患等によるハイリスク者対策

7. 社会全体の自殺リスクを低下させる

- 相談体制の充実と相談窓口情報等の分かりやすい発信、アウトリーチ強化
- ICT（インターネット・SNS等）活用
 - ・SNS等を活用した相談事業支援の拡充、ICTを活用した情報発信を推進。
- インターネット上の誹謗中傷及び自殺関連情報対策の強化
 - ・自殺の誘引・勧誘等情報についての必要な自殺防止措置・サイバーパトロールによる取組を推進
 - ・特定個人を誹謗中傷する書き込みの速やかな削除の支援や人権相談等を実施
- ひきこもり、児童虐待、性犯罪・性暴力の被害者、生活困窮者、ひとり親家庭に対する支援
- 性的マイノリティの方等に対する支援の充実
- 関係機関等の連携に必要な情報共有
- 自殺対策に資する居場所づくりの推進
 - ・オンラインでの取組も含めて孤立を防ぐための居場所づくり等を推進
- 報道機関に対するWHOガイドライン等の周知
- 自殺対策に関する国際協力の推進

2

「自殺総合対策大綱」

＜第4 自殺総合対策における当面の重点施策の概要＞

8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ

- 地域の自殺未遂者支援の拠点機能を担う医療機関の整備
- 救急医療機関における精神科医による診療体制等の充実
- 医療と地域の連携推進による包括的な未遂者支援の強化
 - ・自殺未遂者を退院後に円滑に精神科医療につなげるための医療連携体制の整備
 - ・自殺未遂者から得られた実態を分析し、匿名でのデータベース化を推進
- 居場所づくりとの連動による支援
- 家族等の身近な支援者に対する支援
 - ・傾聴スキルを学べる動画等の作成・啓発
- 学校、職場等での事後対応の促進

9. 遺された人への支援を充実する

- 遺族の自助グループ等の運営支援
- 学校、職場等での事後対応の促進
 - ・学校、職場、公的機関における遺族等に寄り添った事後対応等の促進
- 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
 - ・遺族等が直面する行政上の諸手続や法的問題等への支援の推進
- 遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上
- 遺児等への支援
 - ・ヤングケアラーとなっている遺児の支援強化

10. 民間団体との連携を強化する

- 民間団体の人材育成に対する支援
- 地域における連携体制の確立
- 民間団体の相談事業に対する支援
 - ・多様な相談ニーズに対応するため、SNS等を活用した相談事業支援を拡充
- 民間団体の先駆的・試行的取組や自殺多発地域における取組に対する支援

11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する

- いじめを苦にした子どもの自殺の予防
- 学生・生徒への支援充実
 - ・長期休業の前後の時期における自殺予防を推進
 - ・タブレット端末の活用等による自殺リスクの把握やプッシュ型の支援情報の発信を推進
 - ・学校、地域の支援者等が連携して子どもの自殺対策にあたることのできる仕組みや緊急対応時の教職員等が迅速に相談を行える体制の構築
 - ・不登校の子どもへの支援について、学校内外における居場所等の確保
- SOSの出し方に関する教育の推進
 - ・命の大切さ・尊さ、SOSの出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応を含めた心の健康の保持に係る教育等の推進
- 子ども・若者への支援や若者の特性に応じた支援の充実
 - ・SNS等を活用した相談事業支援の拡充、ICTを活用した情報発信を推進
- 知人等への支援
 - ・ゲートキーパー等を含めた自殺対策従事者の心の健康を維持する仕組みづくり
- 子ども・若者の自殺対策を推進するための体制整備
 - ・子ども家庭庁と連携し、体制整備を検討

12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する

- 長時間労働の是正
 - ・勤務時間管理の徹底及び長時間労働の是正の推進
 - ・勤務間インターバル制度の導入促進
 - ・コロナ禍で進んだテレワークを含め、職場のメンタルヘルス対策の推進
 - ・「過労死等の防止のための対策に関する大綱」に基づき、過労死等の防止対策を推進
 - ・副業・兼業への対応
- 職場におけるメンタルヘルス対策の推進
- ハラスメント防止対策
 - ・パワーハラスメント、セクシュアルハラスメント、妊娠・出産等に関するハラスメントの防止

13. 女性の自殺対策を更に推進する

- 妊産婦への支援の充実
 - ・「期せぬ妊娠等により身体的・精神的な悩みや不安を抱えた若年妊婦等について性と健康の相談センター事業等による支援を推進
- コロナ禍で顕在化した課題を踏まえた女性支援
 - ・子育て中の女性等を対象にきめ細かな就職支援
 - ・配偶者等からの暴力の相談体制の整備を進める等、被害者支援の更なる充実
 - ・様々な困難・課題を抱える女性に寄り添ったきめ細かい相談支援等の地方公共団体による取組を支援
- 困難な問題を抱える女性への支援

3

(厚生労働省作成)

2. 下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議及び本部設置要綱

下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議設置要綱

平成30年9月21日

町要綱第10号

(設置)

第1条 自殺対策基本法（平成18年法律第85号）に基づき、各種団体と連携し、生きるための包括的な支援を推進することにより、自殺対策を総合的かつ円滑に推進するため、下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議（以下「会議」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 会議は、次に掲げる事項を協議するものとする。

- (1) 自殺対策のための連携強化及び情報交換に関すること。
- (2) 自殺対策の推進に関すること。
- (3) 自殺対策推進計画の策定に関すること。
- (4) その他必要と認められる事項に関すること。

(組織)

第3条 会議は、委員15人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる関係機関及び団体（以下「団体等」という。）の代表者又は団体等から推薦された者をもって充てる。

- (1) 医療関係
- (2) 教育関係
- (3) 産業関係
- (4) 地域関係
- (5) 行政関係
- (6) その他町長が認める者

3 会議に、会長及び副会長1人を置く。

4 会長及び副会長は、委員の互選により選出する。

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とし、再任は妨げない。ただし、委員が欠けた場合における補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長の職務)

第5条 会長は会務を総理し、会議を代表する。

2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 会議は、会長が招集し、会長がその議長となる。

2 会長は、必要があると認めるときは、委員以外の者に出席を求め、その意見若しくは説明を聴き、又は資料の提出を求めることができる。

(庶務)

第7条 会議の庶務は、保健福祉課において処理する。

(補則)

第8条 この要綱に定めるもののほか必要な事項は、町長が定める。

附 則

この要綱は、平成30年10月1日から施行する。

下諏訪町自殺対策推進本部設置要綱

平成30年9月21日

町要綱第11号

(設置)

第1条 自殺対策基本法（平成18年法律第85号）に基づき、生きるための包括的な支援を推進することにより、自殺対策を総合的かつ円滑に推進するため、下諏訪町自殺対策推進本部（以下「本部」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 本部の所掌事項は、次のとおりとする。

- (1) 自殺対策の推進に係る計画の策定及び進捗管理に関すること。
- (2) 自殺対策に係る諸施策の調整及び推進に関すること。
- (3) 自殺対策に係る情報の収集及び連絡に関すること。
- (4) 自殺対策に係る関係行政機関及び関係団体との連携の強化に関すること。
- (5) その他自殺対策の総合的な推進に関すること。

(組織)

第3条 本部は、本部長、副本部長及び本部員をもって組織する。

(本部長及び副本部長の職務)

第4条 本部長は、町長をもって充て、副本部長は、副町長をもって充てる。

- 2 本部長は、本部を代表し、本部を総理する。
- 3 副本部長は、本部長を補佐し、本部長に事故があるとき、又は欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第5条 本部の会議は、本部長が招集し、その議長となる。

- 2 本部長は、必要があると認めるときは本部員以外の者に会議への出席を求め、意見若しくは説明を聴き、又は資料の提出を求めることができる。

(庶務)

第6条 本部の庶務は、保健福祉課において処理する。

(補則)

第7条 この要綱に定めるもののほか、本部の運営に関し必要な事項は、本部長が定める。

附 則

この要綱は、平成30年10月1日から施行する。

3. 下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議 名簿

	氏名	所属・団体等	
1	小澤智里	長野県歯科衛生士会諏訪支部長	
2	木下真理子	医師会（有隣会）	
3	佐々裕子	食生活改善推進協議会長	
4	高木萬知江	結核予防婦人会長	
5	辻村圭一	民生児童福祉委員協議会長	
6	濱克典	社会福祉協議会長	
7	日野弥生	長野県看護協会諏訪支部	
8	松本明久	諏訪保健福祉事務所健康づくり支援課長	
9	宮坂典子	在宅栄養士代表	
10	安田弘	商工会議所専務理事	
11	吉澤正彦	スポーツ推進委員会会長	
12	若田直樹	薬剤師会代表	
13	若林和仁	学校保健会副会長（社中校長）	
14	若松正憲	歯科医師会	

（五十音順）

4. 第2次下諏訪町いのち支える自殺対策推進計画策定経過

年 月 日	内 容
令和4年9月～	庁内自殺対策事業等の見直し（全課）
令和5年1月	第2次計画素案作成
1月26日	下諏訪町いのち支える自殺対策推進委員会（庁内会議）
2月1日	第1回 下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議
2月6日～ 3月7日	パブリックコメント募集
3月24日	町長へ計画策定報告
3月27日	下諏訪町自殺対策推進ネットワーク会議への 計画策定報告

第2次下諏訪町いのち支える自殺対策推進計画

発行：令和5年3月 下諏訪町

編集：下諏訪町保健福祉課保健予防係

住所：393-0086 長野県諏訪郡下諏訪町4590番地5

(下諏訪町保健センター)

電話：0266-27-1111 (内線290・291)

E-mail: hoken@town.shimosuwa.lg.jp