

市民のこころと命を守る

# しほとプラン

～声かけあって、よりそって～

志木市自殺対策計画 概要版

2019（平成31）年3月

志木市



## 計画策定の主旨

自殺対策基本法（平成 18 年法律第 85 号）が 2016（平成 28）年に一部改正され、市町村に自殺対策についての計画策定が義務付けられました。

本市では、2008（平成 20）年度から講演会や自殺予防啓発キャンペーンなどの事業を実施し、自殺対策に関する取組を進めてきましたが、自殺者数の推移や国の動向を踏まえると、体系的に施策を展開することが必要です。今後は、行政、関連団体、市民等が一丸となって「誰もが『たすけて』といえるまち」を目指し、関係機関の委員により構成される「志木市健康づくり市民推進協議会」で得た意見も参考にしながら、本市の自殺対策計画である「市民のこころと命を守るほっとプラン」（以下「本計画」という。）を策定します。

## 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法第 13 条第 2 項に基づく計画として位置づけ、国の自殺総合対策大綱及び埼玉県自殺対策計画の趣旨を踏まえるとともに、志木市の健康関連計画である「いろは健康 21 プラン（第 4 期）」や「第 2 期志木市国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）」、「第 3 期志木市地域福祉計画」等と整合を図ります。

## 計画の期間

本計画の期間は、2019（平成 31）年度から 2023（平成 35）年度までの 5 年間とします。

	2019 (平成 31) 年度	2020 (平成 32) 年度	2021 (平成 33) 年度	2022 (平成 34) 年度	2023 (平成 35) 年度
計画期間					

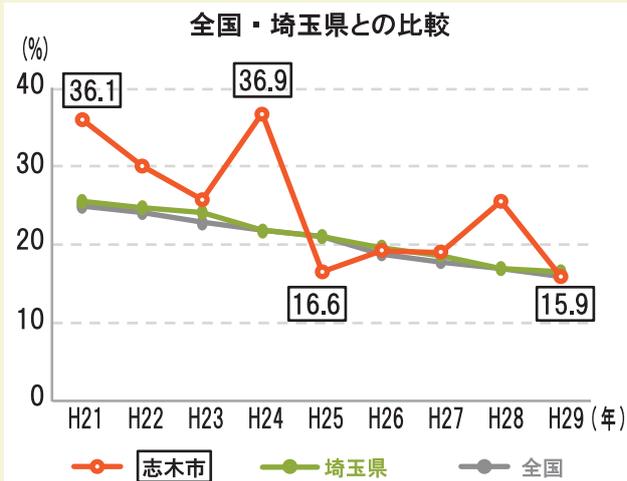


# 自殺の現状 2009（平成 21）年から 2017（平成 29）年まで

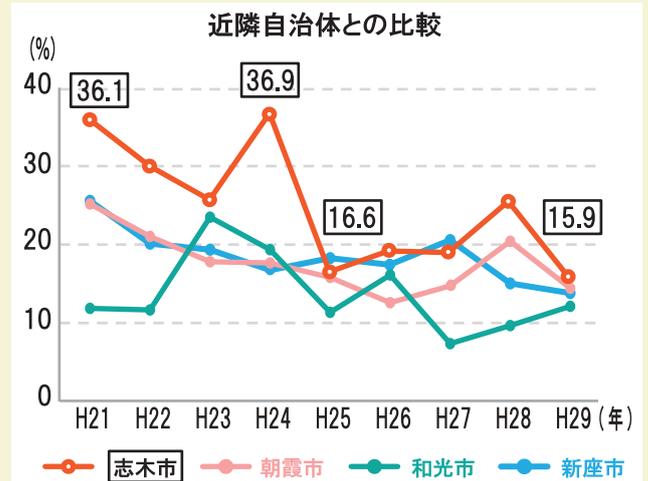
## ■ 自殺死亡率の推移

2009（平成 21）年から 2017（平成 29）年までの自殺死亡率（人口 10 万人当たりの自殺者数）をみると、全国や埼玉県と比べて高い年と低い年があり、ばらつきがみられます。

近隣自治体の朝霞市、和光市、新座市と比べると、2013（平成 25）年と 2015（平成 27）年を除き、本市が最も高く推移しています。



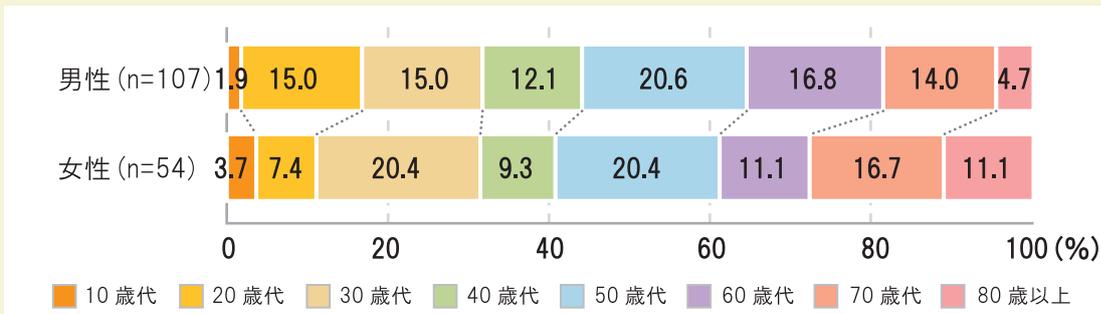
【出典】厚生労働省自殺対策推進室「地域における自殺の基礎資料」



【出典】厚生労働省自殺対策推進室「地域における自殺の基礎資料」

## ■ 性別・年代別の自殺者の割合

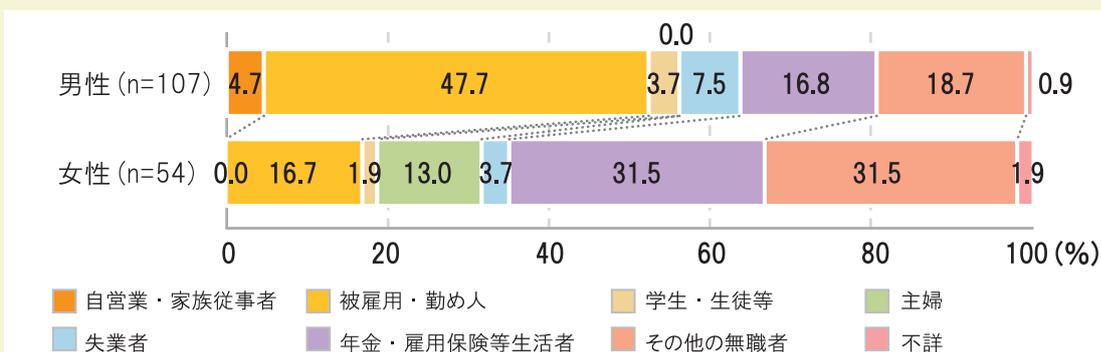
男性は「50 歳代」が 20.6%と最も多く、女性は「30 歳代」と「50 歳代」が 20.4%と最も多くなっています。



【出典】厚生労働省自殺対策推進室「地域における自殺の基礎資料」

## ■ 性別・職業別の自殺者の割合

男性は「被雇用・勤め人」が 47.7%と最も多く、女性は「年金・雇用保険等生活者」と「その他の無職者」が 31.5%と最も多くなっています。

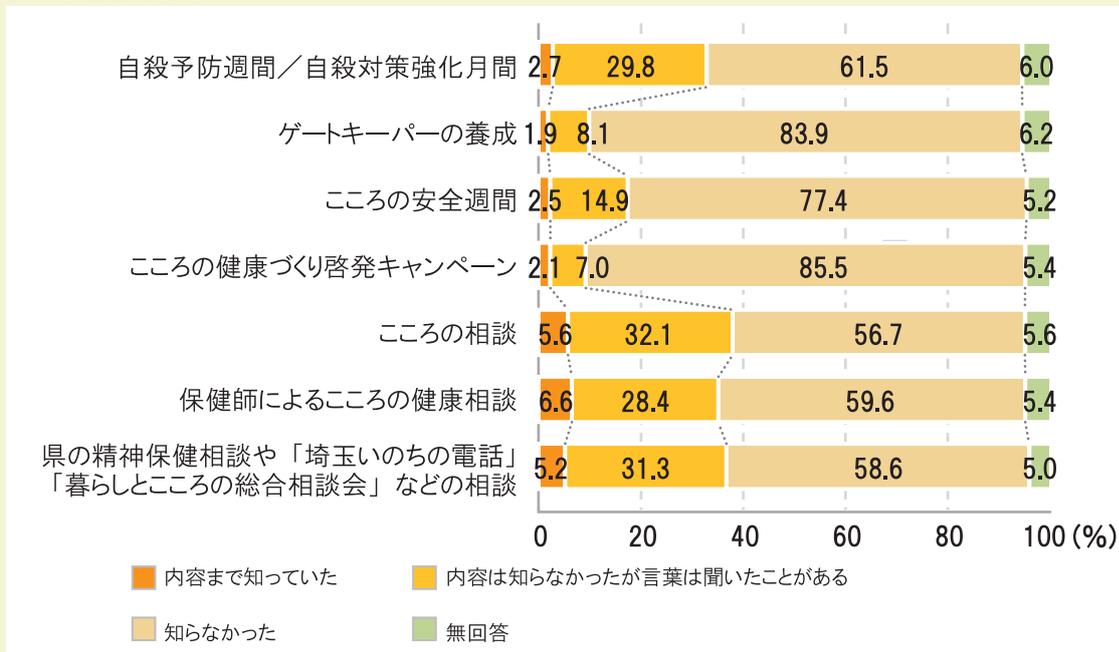


【出典】厚生労働省自殺対策推進室「地域における自殺の基礎資料」

# 市民意識調査の結果

## ■ 自殺予防対策事業の認知度

自殺予防対策事業について「内容まで知っていた」の割合をみると、いずれも1割に満たない状況です。

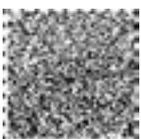


## ■ 今後求められる自殺予防対策

今後求められる自殺予防対策をみると、一般市民は「さまざまな悩みに対応した相談窓口の設置」が49.9%と最も高く、次いで「子どもの自殺予防」が43.7%、「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」が35.0%となっています。

	1位	2位	3位	4位	5位
一般市民 (回答者 483 人)	さまざまな悩み に対応した 相談窓口の設置 49.9%	子どもの 自殺予防 43.7%	職場における メンタルヘルス 対策の推進 35.0%	地域やコミュニ ティを通じた 見守り・支え合い 32.7%	インターネット における自殺 関連情報の対策 29.4%
小学生保護者 (回答者 259 人)	子どもの 自殺予防 62.2%	インターネット における自殺 関連情報の対策 44.8%	さまざまな悩み に対応した 相談窓口の設置 42.9%	職場における メンタルヘルス 対策の推進 39.0%	地域やコミュニ ティを通じた 見守り・支え合い 31.7%
乳幼児保護者 (回答者 172 人)	子どもの 自殺予防 65.7%	職場における メンタルヘルス 対策の推進 42.4%	さまざまな悩み に対応した 相談窓口の設置 37.8%	同率 さまざまな分野における ゲートキーパーの養成 インターネットにおける 自殺関連情報の対策 35.5%	

※市民意識調査：2017（平成 29）年度実施。  
一般市民（19 歳以上）、小学生の保護者、乳幼児の保護者、青少年（13～18 歳）を対象。  
配布数 3,263 件、回収数 1,125 件、回収率 34.5%



## 市の自殺対策に関わる課題のまとめ

① 自殺死亡率が  
**近隣自治体と比べて高い**

② **男性**は  
50～60歳代、  
働いている人の  
自殺が多い

③ **女性**は  
30歳代と50歳代、  
無職者の自殺が多い

④ **青少年**の約2割は  
自殺を考えた  
経験がある

⑤ 自殺予防対策事業  
の**認知度が低い**

⑥ 自殺を考えた  
原因は  
**人間関係**が多い

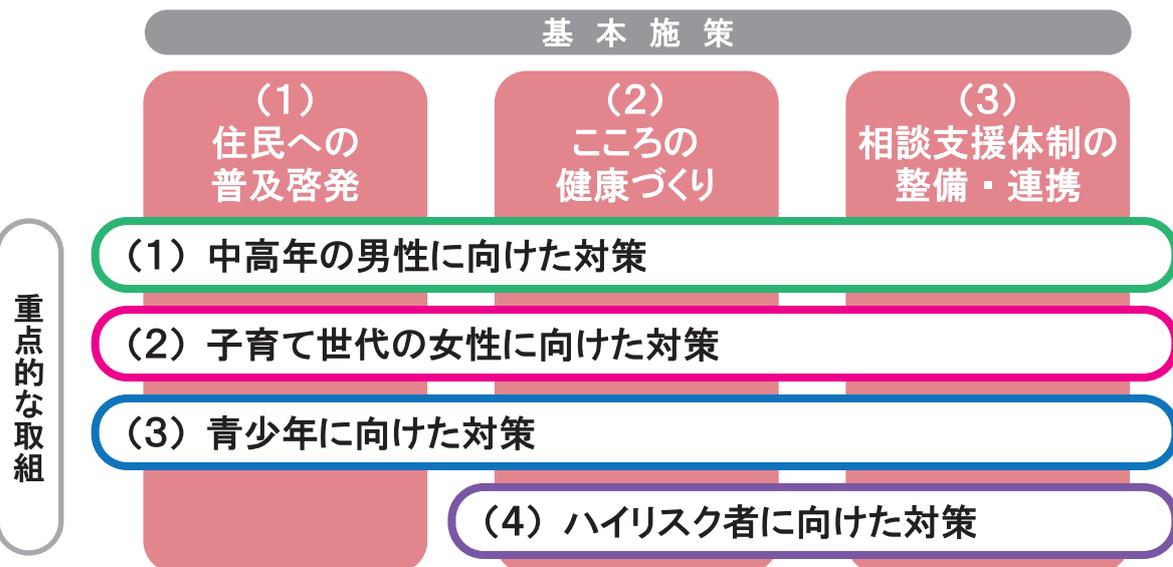
⑦ 自殺を考えた  
経験のある人は  
**自己肯定感が低い**  
傾向である

⑧ 悩みを抱えた人の  
対応を**誰もが**  
身に付ける必要がある

⑨ **相談窓口の啓発**  
や**子ども**の自殺予防  
対策が求められている

## 施策体系

本市は、庁内の関係課所、及び市民で構成される関係団体・教育機関等と連携し、「誰もが『たすけて』といえるまちを目指して」を基本理念に据えて、3つの基本施策と4つの重点的な取組に沿って、自殺対策を推進します。



誰もが「たすけて」といえるまちを目指して



# 基本施策における主な取組

## (1) 住民への普及啓発

自分自身が悩みを抱えた時や身近な人からの相談に、適切に対応できるよう、市民一人ひとりの自殺対策における意識や関心を高めるとともに、以下の関連事業の周知を図ります。

### 自殺予防啓発キャンペーン

健康増進センター

民間企業や朝霞保健所と連携し、こころの相談機関一覧を掲載した啓発物資の配布、自殺予防に関するのぼり旗の設置などで啓発活動を実施します。

全市民



キャンペーンでの配布チラシ

### 健康まつり

健康増進センター

すべての市民が健康で充実した生活を送ることができるよう、自己管理意識の高揚と啓発を図り、生活習慣の改善と健康増進を促すことを目的に、年1回健康増進センター等で市内団体の協力を得ながら実施します。こころの健康に関する普及啓発コーナーを設置します。

全市民

### 就職相談・職業相談

産業観光課

仕事に関する不安や疑問、キャリアプランについての個別相談を実施します。

中高年の男性



## (2) こころの健康づくり

日頃から心身ともに健康的な生活を送ることができるように、こころの病気に関わる一次予防についての取組や、自殺を未然に防ぐ人材の養成を推進します。

### ゲートキーパー養成講座

健康増進センター

周囲の人を相談機関につなげるつなぎ手を育てます。

全市民

市職員等



講座の様子

### いのちの支え合いを学ぶ授業

健康増進センター

生徒及びその保護者が、生活上の困難やストレスに直面した時の対処能力を高め、自殺を未然に防ぐことを目的に実施します。市内の中学生を対象に実施します。

青少年



授業の様子

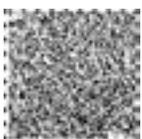
### 産後うつケア推進事業 (しきっ子あんしん子育て サポート事業)

健康増進センター

産後のうつ病の予防や早期発見、育児不安等精神的な不安状態を早期に把握し切れ目のない子育て支援を目的に実施します。新生児訪問時に質問紙への記入と聞き取りを行い、状況に応じて医療機関や必要なサービス等につなぎます。

子育て世代の女性

ハイリスク者



### (3) 相談支援体制の整備・連携

こころの病気を抱える人や自殺未遂者などのハイリスク者及びその家族などが相談を受けることができるように、庁内の関連部局や関係機関と連携し、相談体制を整備・強化します。

#### まちなか保健室

健康増進センター

誰もが相談しやすい窓口を市内に開設し、相談の充実を図ります。保健師や社会福祉士などの専門職員が、さまざまな悩み事を持つ市民、またその家族の相談を広く受け、問題解決のための支援や各種相談窓口へのつなぎを行います。

中高年の男性

#### 生活困窮者の相談

福祉課

生活困窮者自立支援法に基づき、生活困窮者等からのさまざまな相談に対し、利用可能な行政サービスの案内など自立に向けた支援を行います。

中高年の男性

ハイリスク者

#### DV相談、女性相談、男性相談

子ども家庭課

相談員がDVをはじめ、夫婦関係・子育て・人間関係など、さまざまな相談を受けます。

DV相談に関しては、証明書の発行、年1回の会議で情報共有します。

子育て世代の女性

男性全般

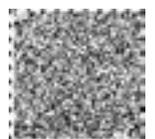
ハイリスク者

## 計画の達成指標

計画期間の最終年である2023（平成35）年までに次の目標達成を目指します。

項目	指標	現状(2017年)	目標(2023年)	
全体	自殺死亡率	15.9	13.5以下	
(1)住民への普及啓発	自殺予防対策事業における「保健師によるこころの健康相談」の認知度(内容まで知っている)	6.6%	25%以上	
(2)こころの健康づくり	ゲートキーパー研修の参加者数	市民	172人	増やす
		市職員等	—	
	睡眠による休養を十分とれていない者の割合	青年期(19～39歳)	25.7%	15%以下
		壮年期(40～64歳)	32.3%	
高齢期(65歳以上)		13.2%	10%以下	
(3)相談支援体制の整備・連携	義務教育内に学校と連携して自殺予防に関する授業等を実施する(体制を整備する)	小学校高学年を対象に実施	継続して体制を整備し、実施する	
	自殺未遂者等、ハイリスク者について、医療機関等の連携体制を整備する	—	体制を整備する	

注) (2) こころの健康づくり、「睡眠による休養を十分とれていない者の割合」については、いろは健康21プラン(第4期)の指標と同じ。

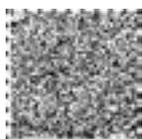


## こころや心配ごとに関するおもな相談機関

平成31年1月現在

	相談事業名	電話	相談日	実施機関
志木市内	こころの相談 (予約制)	048-473-3811	月1回 ※医師またはカウンセラー による相談	志木市健康増進 センター
	精神保健相談	048-473-3811	平日午前8時30分～ 午後5時15分 ※保健師による こころの健康相談	志木市健康増進 センター
	女性相談 (予約制)	048-473-1139	毎月第1・第2金曜日 午前10時から午後2時 毎月第3・第4火曜日 午後0時30分から 午後4時30分 ※保育があります(要予約)	子ども家庭課 (志木市役所内)
	男性相談 (電話のみ)	048-473-1139	要予約	子ども家庭課 (志木市役所内)
志木市外	24時間子供SOS ダイヤル 対象： 子どもや保護者等	0120-0-78310 (なやみ言おう)	<b>24時間、365日</b>	原則、電話をかけた 所在地の全都道 府県及び指定都市 教育委員会
	精神保健相談	048-461-0468	平日午前8時30分～ 午後5時15分	朝霞保健所
	精神保健福祉相談	048-723-3333 (相談予約)	平日午前9時～午後5時	埼玉県立精神保健 福祉センター
	埼玉いのちの電話	048-645-4343	<b>24時間、365日</b>	埼玉いのちの電話
	法テラス・サポート ダイヤル	0570-078374 (0570-079714 ：犯罪被害者支援 ダイヤル)	平日 午前9時～午後9時 土曜日 午前9時～午後5時	法テラス ※お悩みに応じた法 制度や相談窓口を 紹介しています。 ※経済的にお困りの 方を対象に無料法 律相談(予約制) 及び弁護士費用等 の立て替えを行っ ています。
	法テラス埼玉 (さいたま市浦和区)	050-3383-5375	情報提供受付 平日午前9時～午後4時 (土日・祝日及び年末年始除 く。業務時間は午後5時まで)	
暮らしとこころの 総合相談会	048-782-4675	月2回(原則木曜日) 午後3時～7時 ※詳細はお問合せ下さい。	夜明けの会 (埼玉県委託事業)	

- 志木市以外にお住まいの方は、お住まいの自治体にお問い合わせください。
- 相談費用はすべて無料です。ただし、電話相談には通話料がかかります。



発行：志木市  
編集：健康福祉部健康増進センター  
住所：〒353-0005 埼玉県志木市幸町3-4-70  
TEL：048-473-3811  
FAX：048-476-7222  
E-mail：hoken-s@city.shiki.lg.jp