

## 第2節 基本方針

### 基本方針 I 市民への啓発と周知

自殺はその多くが追い込まれた末の死と言われています。いくつかの要因が重なると「誰にでも起こり得る危機」ではありますが、危機に陥った人の心情や背景が他人には理解されにくい現状があります。本市においてもこれまでに普及啓発のための講演会やゲートキーパーの養成等を実施してきました。しかし、これからは危機に陥った場合には誰かに助けを求めることが必要であること等の基本認識を市民が共有できるよう基本方針 I として「市民への啓発と周知」とし、啓発及び周知活動を積極的に推進します。

基本施策	施策項目
I－（１）市民に対する普及啓発活動の実施	①相談先情報を掲載したリーフレット等啓発グッズを作成し、様々な場所に配布します。  ②自殺対策強化月間（３月）でのキャンペーンを実施します。  ③自殺予防週間（９月）に合わせて講演会等を実施します。
I－（２）各種メディア媒体を活用した啓発活動	①広報紙を活用し、対策関連の特集や各種情報を掲載することで市民への理解を促進します。  ②市ホームページや Twitter を活用した情報発信に努めます。
I－（３）うつ病の知識と理解を深める普及啓発活動の推進	講演会やリーフレットの配布、広報媒体等の活用によるうつ病等の普及啓発活動を実施します。
I－（４）地域と連携した情報の発信	町内会、自治会へ回覧板等で情報発信を行うことにより地域住民への理解促進を図ります。

## 基本方針 II 気づきと見守りのある地域づくりの推進

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現のためには、個々の取り組みができていても、その取り組みのつながりが重要です。本市においては同居有りの自殺死亡率が高い状況にあることから、市民一人一人が自殺のリスクの高い人に気づき、見守れる地域づくりが必要となります。このため基本方針IIとして「気づきと見守りのある地域づくり」とし、計画推進委員会や市内連絡会議開催だけではなく、地域や自殺対策の現場で具体的な連携を図る機会の強化を目指します。

基本施策	施策項目
II－（１）こころの健康づくり推進体制の整備	精神保健福祉連絡協議会等を活用し、様々な対象、課題に対する相談支援体制の連携強化を図ります。
II－（２）地域における相談支援体制の充実	多様な相談に対応できる住民向けの相談窓口一覧の配布、周知を行います。
II－（３）様々な職種を対象としたゲートキーパー養成	①市職員研修において自殺対策の説明と併せてゲートキーパー養成研修を行います。 ②市民向けのゲートキーパー養成研修を開催し、地域における見守り体制の強化を目指します。



### 地域福祉推進のためのアンケート調査報告書（平成 29 年 11 月）より

- ・近所づきあいの程度は、「立ち話をする程度の人ならいる」が 32.3%で最も高く、「あいさつをする程度の人がいる」が 31.5%、「何か困った時助け合う親しい人がいる」が 18.4%となっています。
- ・地域内で気軽に顔を出せる場所が「ある」と回答した方に気軽に顔を出せる場所をたずねた。その結果、「サークル活動（趣味等）」が 38.6%で最も高く、次いで「飲食店」（23.9%）、「自治会館」、「地域集会施設（コミュニティセンターなど）」がそれぞれ（22.5%）などとなっています。
- ・困った時に誰かに相談しているかについては、「している」が 68.4%であった。
- ・困った時相談していない理由は「自分や家族で何とかしたいから」が 58.4%で最も高く、次いで「気軽に相談できる相手がいないから」（34.4%）、「内容を他人に知られたくないから」（17.9%）となっています。

### 基本方針 Ⅲ「つながる」を支える人材の育成

自殺を考えている人は悩みを抱え込みながらもサインを発しています。また、その家族も「専門機関」に相談していたという調査もあり、そうしたサインを周りにいる人が早期に「気づき」、支援等に「つながる」ための人材が必要となっています。本市においては同居有りの自殺率が高い特徴があります。養成したゲートキーパーのフォローアップ研修等の方策の充実と、「つながる」ための連携調整を担う人材に対しての研修及び啓発を実施します。

基本施策	施策項目
Ⅲ－（１）ゲートキーパーのフォローアップ研修	ゲートキーパー養成研修修了者へのフォローアップを実施します。
Ⅲ－（２）かかりつけ医等と精神科医師との連携強化	かかりつけ医等がうつ病と診断した人を精神医療につなぐ連携の強化を目指します。
Ⅲ－（３）健康教育等によるこころのケア推進	市内にある企業に出向いてメンタルヘルスに関する講話を行う等こころのケアを推進します。
Ⅲ－（４）救急医と精神科医との連携強化	救急病院精神科医療機関連絡会により連携強化の協議をしていきます。
Ⅲ－（５）関係機関へのコンサルテーション	ハイリスク者に対応する支援者への技術支援を要請等に応じて実施します。



#### ライフリンク「自殺実態 1000 人調査」

NPO 法人自殺対策支援センターライフリンクが行った自殺の実態調査の中で、家族は「自殺で亡くなる前に」「専門機関」に相談していたかという質問で 70%の人が「していた」と回答

## 基本方針 IV 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」を減らす取組と、「生きることの促進要因」を増やす取組が必要となってきます。本市においても計画では生きることの促進要因への支援という観点から基本方針IVを「生きることの促進要因への支援」とし、その強化に関する対策を推進していきます。

基本施策	施策項目
IV－（１）自殺未遂者への信頼できる人とのつながりの充実	自殺未遂者が適切な相談機関につながるよう支援します。
IV－（２）自死遺族を対象とした相談支援体制の充実	自死遺族が相談しやすい相談支援体制の充実を図ります。
IV－（３）生活困窮者への支援の充実	関係機関と連携した包括相談会を企画します。
IV－（４）育児、介護疲れ等のある方への支援の充実	育児や介護に携わる職員へのコンサルテーション等技術支援を要請に応じて実施します。



### 生きるための促進要因とは？

国から出された「自殺総合対策大綱」では対策の基本理念の中で促進要因として自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力等とありますが、本計画策定あたり市民討議会を活用し、市民の皆様から意見を頂きました。

市民討議会では、「シェアしよう！ちがさき市民の人の和・やさしさ・あたたかさ～もやもや気分もポジティブチェンジ～できる地域づくり」をテーマに討議をして頂きました。討議の中では茅ヶ崎の魅力も促進要因と考え、「海の魅力」、「都会と田舎の両方の良さがある」等、ちょうどよい街としての魅力が多くあげられました。

茅ヶ崎ライフそのものが生きるための促進要因となるとの意見が数多く出されました。



## 基本方針 V 若年層への自分を大切にする取り組みの推進

全国的に見ても若者の死因原因の1位が「自殺」という現状は社会的に見ても危機的な状況にあります。本市においても子ども・若者（児童、生徒、学生）の死因が全国的な傾向と同様な状況にあるため、子ども・若者の「生きることの包括的な支援」として「自分を大切にする」ということを目標とした活動の推進を目指します。

基本施策	施策項目
V－（１）学校におけるこころの健康づくり推進体制の強化	<p>①地域の保健、医療、福祉等の関係機関との連携強化を図ります。</p> <p>②教職員への普及啓発及び研修を実施します。</p> <p>③児童生徒を地域で支える関係者への研修を実施します。</p>
V－（２）子ども・若者に関わる相談支援体制の充実	子ども・若者に関わる相談支援体制を強化するとともに相談先の周知をスクールソーシャルワーカーと連携し、強化します。
V－（３）若年層への普及啓発	<p>①学園祭などを活用し、自殺対策キャンペーン等での普及啓発活動を実施します。</p> <p>②高等学校や中学校において性教育や望まない妊娠等自分を大切にする取り組みを充実します。</p>

### 第3節 重点施策

地域自殺対策プロファイルには以下の3点について重点施策として示されていますが、いずれも関係機関同士が連携を図り取り組む必要があります。

#### 1 働く世代対策（勤務・経営対策）

全国的に見て有職者の自殺率は無職者に比べて低くなっていますが、全自殺者の4割近くが有職者であり、その内訳は被雇用者・勤め人が全体の3割、自営業・家族従業者が全体の1割弱となっています。本市においては、自殺統計の特別集計の地域の特徴として有職者の割合が上位にあり、地域の就労環境や就労構造の特徴を踏まえた対策を労働関係各所に求めています。

##### 【取り組みの方向性】

##### ① 職場におけるメンタルヘルス対策の推進

- ア) 職場におけるメンタルヘルスに関してのリーフレットを作成し、相談先の周知を進めます。
- イ) 保健所で関わった有職者の自殺関連事例について事例検討を行い、対応法や支援について検証していきます。

##### ② 労働関係機関と連携した職域研修会の実施

- ア) 労働基準監督署等と連携し、市内の事業者に対して勤務問題の現状についての啓発を行うとともに、相談先の周知を進めます。
- イ) 職域メンタルヘルス対策として市内の事業者への支援を行います。

##### ③ 就労サポート事業等でのメンタルヘルス相談の実施

- ア) 市役所で行う就労サポート事業で、メンタルヘルスに関する相談ブースを設置しメンタルヘルス関連の相談に応じます。

## 2 シニア世代対策（高齢者対策）

高齢者の自殺については、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や働きかけが必要になります。高齢者は閉じこもりや抑うつ状態になりやすく孤立・孤独に陥りやすい年代でもあるため、既存の地域包括ケアシステム等の施策と連動した事業展開を目指します。

### 【取り組みの方向性】

#### ①地域包括支援センター、介護事業所等の支援者を対象にしたゲートキーパー養成の実施

ア) 市内にある地域包括支援センター、介護事業所に対してのゲートキーパー養成研修を実施し、年間 50 人以上の養成を目指します。

イ) 養成した支援者にはフォローアップ研修を実施し、スキルの維持向上を図ります。

#### ②高齢者が生きがいと役割を実感できる地域づくり

ア) 生きる支援に関する様々な相談先情報の掲載されたリーフレットを関係各所に配架します。

#### ③家族介護支援等のための取り組み

ア) 介護疲れ等で介護者自身が心身の状態が不安定になった人に対し、支援につなげるための書式（アセスメントシート）の開発を行います。

### 3 経済的な問題対策（生活困窮者対策）

生活困窮者はその背景として、多様かつ広範な問題を複合的に抱えていることが多く、自殺のリスクの高い人達であることを認識した上で効果的な生活困窮者支援対策が、包括的な生きる支援としての自殺対策となります。

対策については、生活者に最も身近な市町村において生活困窮者自立支援制度等と連動しながら取り組みを進めていきます。

#### 【取り組みの方向性】

##### ①生活困窮者自立支援事業等の関連制度の活用による支援

ア) 生活困窮者自立支援制度や生活保護制度に基づく各種の取り組みと自殺対策との連携を強化します。

##### ②多様な法律相談等法的問題解決のための情報提供の充実

ア) 生きる支援に関する相談先情報リーフレットの作成及び、対象者に必要に応じて配布し、相談先の周知を図ります。

##### ③多分野の関係機関が連携・協働する基盤を整備する

ア) 複数の問題を抱える人へのつなぎの強化として「生きることの包括支援相談会」を関係各所と協力して年1回開催します。



## 第4節 本計画の推進体制

### (1) 茅ヶ崎市自殺対策計画推進委員会

自殺対策計画策定及び変更並びに当該計画に基づく施策の推進に関する事項につき市長の諮問に応じて調査審議し、その結果を答申し、又は建議します。

### (2) 茅ヶ崎市自死（自殺）対策庁内連絡会

自死（自殺）についての市役所庁内での情報共有を図り、偏見や誤解をなくし、正しい理解を深め、相談に対し適切に対応するため庁内ネットワークを構築し、自死（自殺）に悩む人に気づき、見守る人材を育成する事を目的とした庁内の連絡会です。

図 PDCA サイクル

