

龍ヶ崎市 いのち支える自殺対策計画

～生きる喜びを実感できるまち～



平成31（2019）年3月
龍ヶ崎市



※平成から新元号に移行するまでの間、暫定措置として平成の後ろに西暦を併記しています。

はじめに

誰もが、かけがえのない命を大切に、夢と安らぎのあるあたたかい社会を築くこと、それが私たちの願いです。しかし、我が国においては、自殺による死亡者数が高い水準で推移しており、重大な社会問題となっています。



近年、うつ病などの精神疾患をはじめとした心身の健康問題や多重債務などの経済的な問題、過重な労働環境による過労、学校でのいじめ、インターネットやSNSとの関わり、子育てや介護の困難など、自ら死を選ぶに至る要因は多岐にわたっています。そのため、自殺を個人の問題としてではなく、社会全体の問題として捉え、相談支援体制の整備をはじめとする社会的な取組を、より一層充実していくことが必要であると考えています。

そのようなことから、本市では、自殺対策を効果的に進めるため、平成29（2017）年7月に策定された国の自殺総合対策大綱を踏まえ、「龍ヶ崎市いのち支える自殺対策計画～生きる喜びを実感できるまち～」を策定しました。

本計画を実行性のあるものとするためには、行政をはじめ、関係機関の方々、そして市民の皆様一人ひとりの取組が不可欠であると考えています。誰もが、かけがえのない命を大切に、共に支えあい、健康で生きがいと希望を持って暮らせる地域社会の実現に向けて、市民の皆様のご支援、ご協力をお願いいたします。

最後に、本計画の策定に際しまして、貴重なご意見をいただいた自死遺族の皆様

に厚くお礼を申し上げます。

平成31（2019）年3月

龍ヶ崎市長 中山 一生

目 次

第1章 計画策定にあたって

第1節	計画策定の目的及び背景	2
第2節	計画の位置づけ	3
第3節	計画の期間	4

第2章 自殺を取り巻く現状

第1節	龍ヶ崎市の現状	6
第2節	龍ヶ崎市第2次健康増進・食育計画における市民意識調査の状況	9
第3節	龍ヶ崎市における自殺の特徴	15

第3章 計画の基本的な考え方

第1節	自殺対策における基本的な認識	18
第2節	基本理念	19
第3節	計画の目標	20

第4章 施策の体系

第1節	施策の体系	22
-----	-------	----

第5章 重点施策

第1節	生活困窮者、無職者、失業者の自殺対策の推進	24
第2節	子ども・若者向けの自殺対策の推進	25
第3節	勤務・経営問題による自殺対策の推進	26

第6章 生きる支援関連施策

第1節	心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくり	28
第2節	市民一人ひとりの気づきと見守りの促進	29
第3節	自殺対策にかかる人材の確保、養成及び資質の向上	30
第4節	適切な精神保健医療福祉サービスが受けられる体制の整備	31
第5節	自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ取組の強化	32
第6節	自死遺族などに対する支援	33
第7節	自殺対策に関する活動を行う民間団体との連携強化	34

第7章 計画の推進体制

第1節	計画の達成状況の点検・評価	36
-----	---------------	----

資料編

1.	相談先一覧	38
2.	計画策定の経過	40
3.	龍ヶ崎市いのち支える自殺対策推進委員会設置規程	41
4.	自殺総合対策大綱（概要）	42
5.	「自死・自殺」の表現に関するガイドライン（一部抜粋）	43

第1章 計画策定にあたって



第1章 計画策定にあたって

第1節 計画策定の目的及び背景

我が国の自殺対策は、平成18（2006）年に自殺対策基本法が制定、翌年には自殺総合対策大綱が閣議決定されて以降、大きく前進しました。それまで、「個人の問題」とされてきた自殺が「社会の問題」として広く認識されるようになり、国を挙げて自殺対策を推進した結果、自殺者数の年次推移は減少傾向にあります。しかし、我が国の自殺死亡率^{*1}は主要7か国の中で最も高く、自殺者数の累計は毎年2万人を超える水準で積み上がっているなど、いまだ非常事態は続いています。

このような背景のもと、法施行から10年目の節目にあたる平成28（2016）年、自殺対策をさらに総合的かつ効果的に推進し、「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、自殺対策基本法の一部が改正されました。この改正では、自殺対策が「生きることの包括的支援」として実施されるべきことが基本理念に明記されるとともに、自殺対策の地域間格差を解消し、ナショナルミニマム^{*2}として、誰もが「生きることの包括的な支援」を受けられるよう、すべての自治体に計画策定が義務づけられました。この法改正を踏まえ、翌年には新たな自殺総合対策大綱が閣議決定され、更なる取組の強化が求められるようになりました。

自殺対策基本法には、「自殺が個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく、その背景にさまざまな社会的要因があることを踏まえ、社会的な取組として実施されなければならない」と明記されています。このように、自殺対策を考えるにあたっては、一旦、個人の健康や生活上の問題から着目したとしても、その個人が社会の中でどのように生きるか、その人の生きる社会が個々人を生かし、支える構造を備えているかなど、地域文化の問題、社会構造上の問題として捉える必要があります。

こういった理由から、本市では、自殺対策基本法及び新たな自殺総合対策大綱の趣旨を踏まえ、地域レベルでの実践的な取組を推進するという基本認識のもと、自殺対策の理念と目標、施策を明確にした「龍ヶ崎市いのち支える自殺対策計画～生きる喜びを実感できるまち～」を策定し、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いこうとするものです。



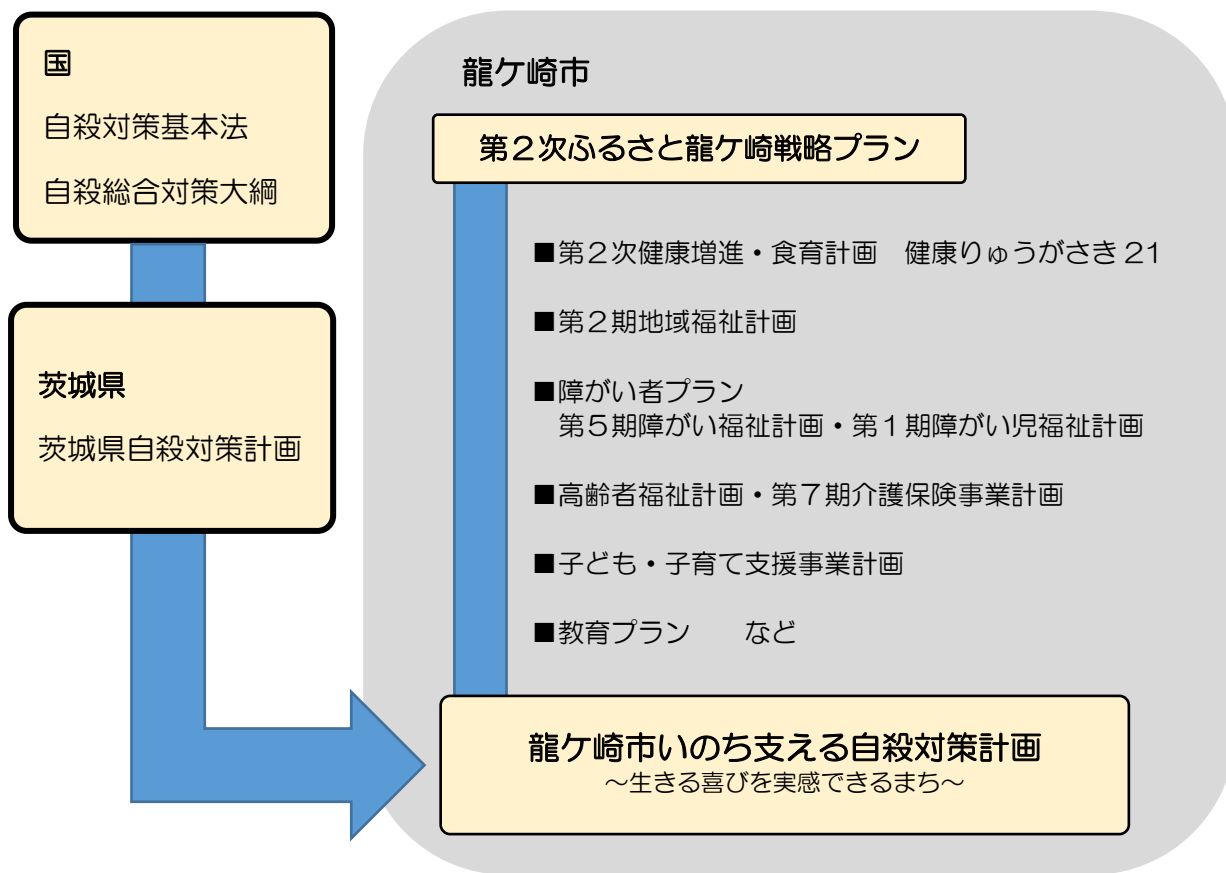
*1 自殺死亡率…人口10万人当たりの自殺による死亡率のこと

*2 ナショナルミニマム…国家（政府）が国民に対して保障する生活の最低限度（最低水準）のこと

第2節 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法に基づく国・県の施策や計画を指針としながら、本市の最上位計画である「第2次ふるさと龍ヶ崎戦略プラン^{※1}」及び、その分野別計画である「第2次健康増進・食育計画」や「第2期地域福祉計画」などとの整合を図り、本市における自殺対策の総合的な計画として、目標や施策を示したものです。

この計画に基づき、各分野にわたるあらゆる施策を「自殺対策」という視点から、相互のつながりを意識化し連動させ、自殺対策の総合的な推進を図ります。



^{※1} 第2次ふるさと龍ヶ崎戦略プラン… 平成29(2017)年度以降の本市におけるまちづくりの基本方向を示した最上位計画のこと

第3節 計画の期間

本計画の期間は、国の自殺総合対策大綱における数値目標が、平成38（2026）年度を目標年度に設定されていることを鑑み、平成31（2019）年度から平成38（2026）年度までの8年間とします。

なお、各施策の成果については定期的に評価を行うとともに、今後の社会情勢の変化や、自殺対策基本法または自殺総合対策大綱の見直しなどの動向を踏まえ、必要に応じて計画の見直しを行うこととします。





第2章 自殺を取り巻く現状

第2章 自殺を取り巻く現状

第1節 龍ヶ崎市の現状

(1) 自殺者数・自殺死亡率の推移

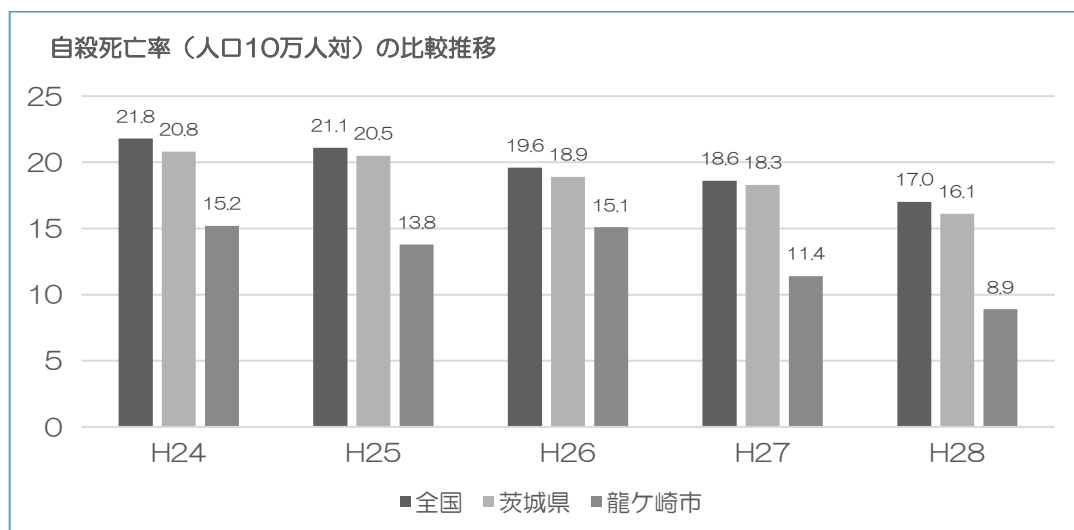
国全体の自殺者数は、平成 23（2011）年までは、3 万人台で推移していましたが、平成 24（2012）年以降は 2 万人台となり、その後も減少傾向にあります。

本市の自殺者数は、平成 24（2012）年以降は 10 人前後で推移していましたが、平成 28（2016）年には 7 人まで減少しました。

自殺死亡率（人口 10 万人対）に関しても、平成 23（2011）年をピークに減少しており、平成 24（2012）年以降は、国や県よりも低い水準で推移しています。

	自殺者数（人）			自殺死亡率（人口 10 万人対）		
	国	茨城県	龍ヶ崎市	国	茨城県	龍ヶ崎市
平成 21（2009）年	32,845	745	18	25.6	25.0	22.7
平成 22（2010）年	31,690	728	16	24.7	24.4	20.2
平成 23（2011）年	30,651	697	21	24.1	23.4	26.5
平成 24（2012）年	27,858	616	12	21.8	20.8	15.2
平成 25（2013）年	27,283	614	11	21.1	20.5	13.8
平成 26（2014）年	25,427	565	12	19.6	18.9	15.1
平成 27（2015）年	24,025	545	9	18.6	18.3	11.4
平成 28（2016）年	21,897	479	7	17.0	16.1	8.9

【出典：地域自殺実態プロファイル 2017（自殺総合対策推進センター）】

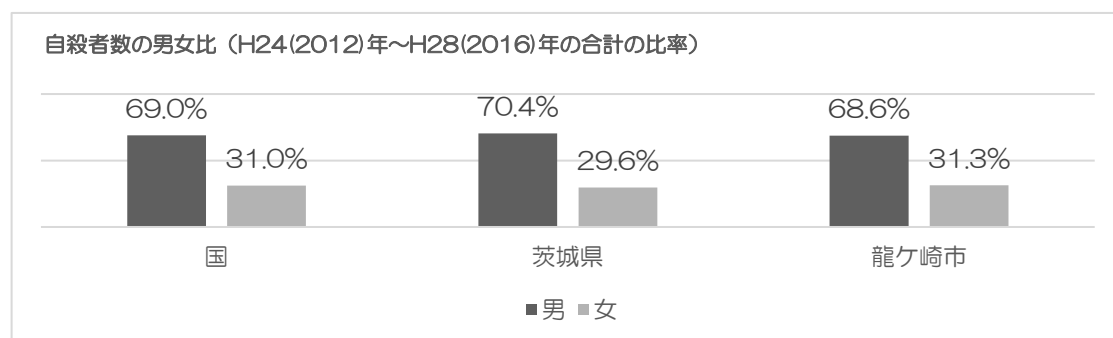


(2) 男女別の構成割合

本市の自殺者の男女比は全国や県とほぼ同じ割合で、男性が68.6%と、女性よりも多くなっています。

自殺者数の男女比（H24(2012)年～H28(2016)年の合計）（単位：人）

	国	茨城県	龍ヶ崎市
男	87,248	1,984	35
女	39,242	834	16
合計	126,490	2,818	51

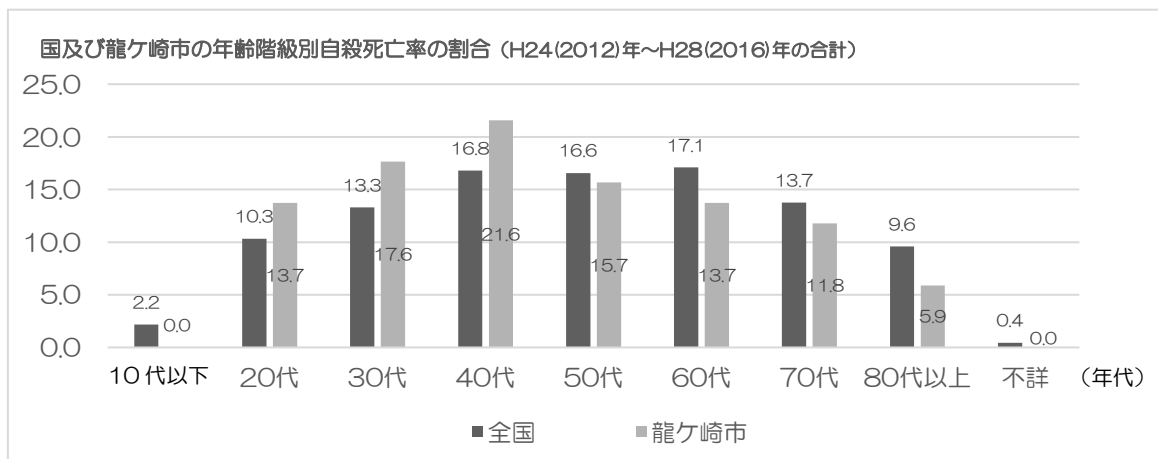


(3) 年代別の構成割合

本市の自殺者の年齢階級を国と比較すると、若年層への偏りがみられます

年齢階級別自殺者数（H24(2012)年～H28(2016)年の合計の比率及び人数）

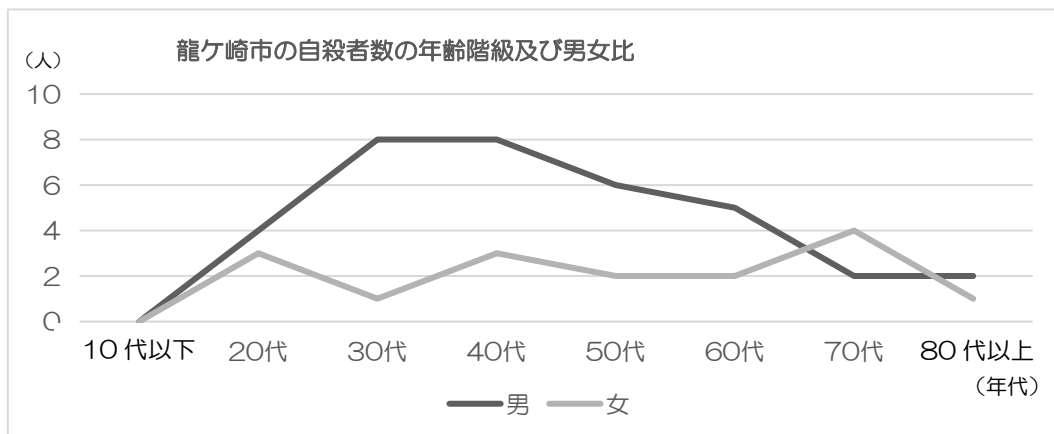
	10代以下	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	不詳
国 (%)	2.2	10.3	13.3	16.8	16.6	17.1	13.7	9.6	0.4
龍ヶ崎市 (%)	0.0	13.7	17.6	21.6	15.7	13.7	11.8	5.9	0.0
国 (人)	2,746	13,072	16,810	21,247	20,943	21,616	17,388	12,122	546
龍ヶ崎市 (人)	0	7	9	11	8	7	6	3	0



(4) 本市の自殺者の特徴

本市の自殺者の年齢階級は、男性は30～40代がピークとなっており、全国的な傾向と比べると、若年層に偏りがみられます。一方、女性は母数が少ないものの、偏った年齢階級はみられません。

また、職業の有無については、無職者が全体の64.7%となっており、同居人の有無については、同居している人が60.8%となっています。



龍ヶ崎市の自殺者数の年齢階級及び男女比 (H24(2012)年-H28(2016)年の合算) (単位：人)

	10代以下	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	合計
男	0	4	8	8	6	5	2	2	35
女	0	3	1	3	2	2	4	1	16
合計	0	7	9	11	8	7	6	3	51

自殺者の職業の有無 (H24(2012)年-H28(2016)年の合算) (単位：人)

	男	女	合計
職業あり	16	2	18
職業なし	19	14	33

自殺者の同居人の有無 (H24(2012)年-H28(2016)年の合算) (単位：人)

	男	女	合計
同居人あり	21	10	31
同居人なし	14	6	20

第2節 龍ヶ崎市第2次健康増進・食育計画における市民意識調査の状況

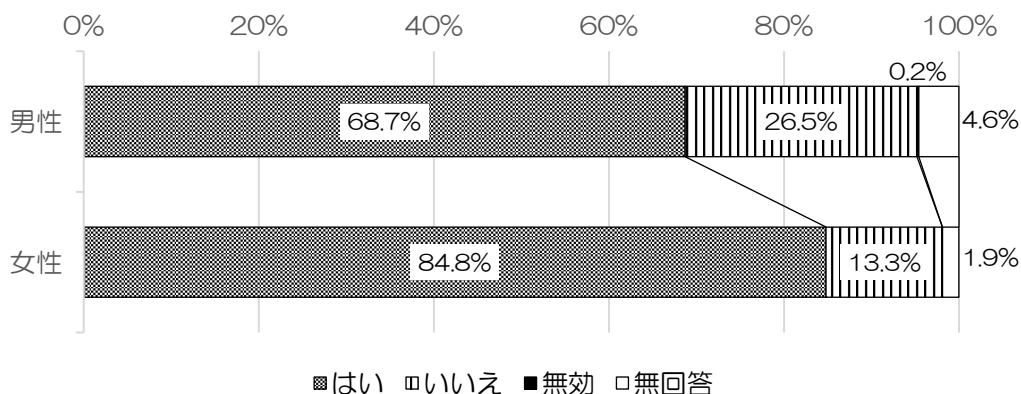
平成 29（2017）年 3 月に策定した龍ヶ崎市第2次健康増進・食育計画では、市民の健康意識や生活習慣に関する実態を調査するため、一般市民と小中学生を対象として、市民意識調査を実施しました。

本計画では、この市民意識調査のうち、休養・こころの健康に関する調査結果を抜粋して掲載しました。

（1）一般市民

「悩みや不安を感じた時に、相談できる人はいますか。」という質問について、「はい」と回答したのは、男性が314人（68.7%）、女性が486人（84.8%）と、女性の方が16.1ポイント高くなっています。

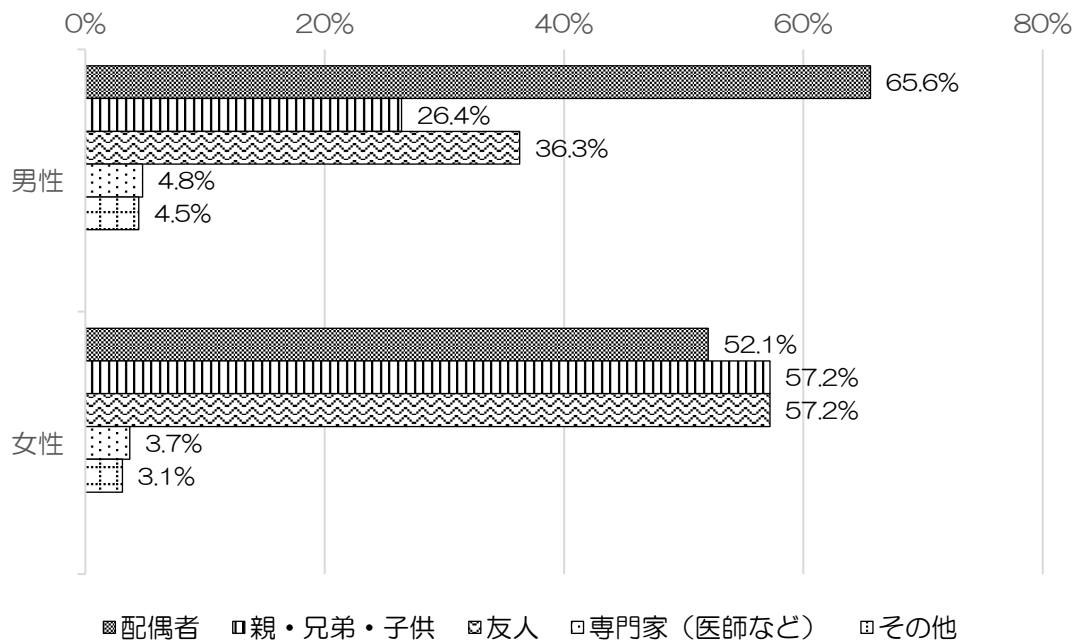
		回答数		構成比	
		男性	女性	男性	女性
1	はい	314人	486人	68.7%	84.8%
2	いいえ	121人	76人	26.5%	13.3%
3	無効	1人	0人	0.2%	0.0%
4	無回答	21人	11人	4.6%	1.9%
合 計		457人	573人	100.0%	100.0%



「悩みや不安を感じた時に、相談できる人はいますか。」という質問について、「はい」と回答した人のうち、その相談相手については、男性では「配偶者」が206人（65.6%）と最も多く、次いで「友人」が114人（36.3%）、「親・兄弟・子供」が83人（26.4%）と多くなっています。

女性では「親・兄弟・子供」と「友人」が並んで278人（57.2%）と最も多く、次いで「配偶者」が253人（52.1%）と多くなっています。

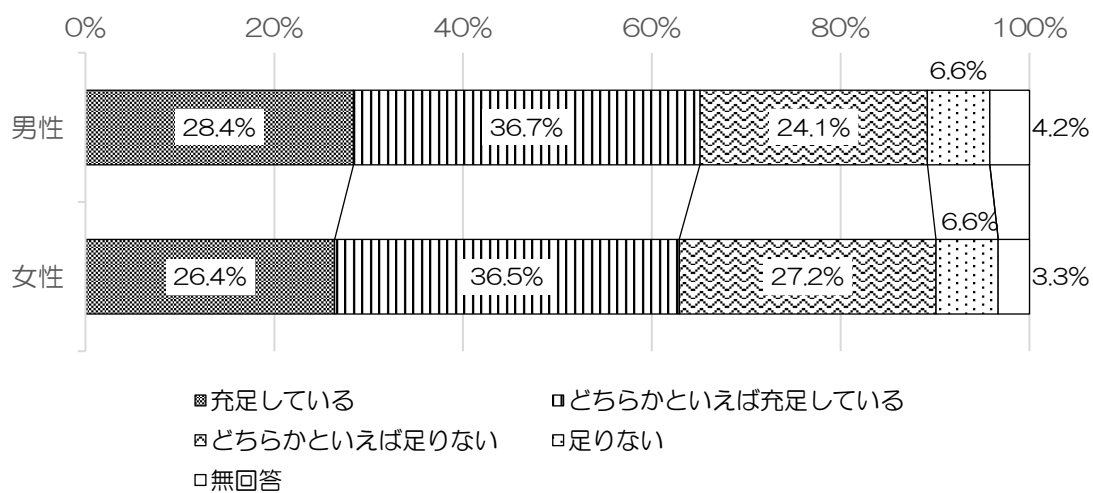
		回答数		構成比（複数回答）	
		男性	女性	男性	女性
1	配偶者	206人	253人	65.6%	52.1%
2	親・兄弟・子供	83人	278人	26.4%	57.2%
3	友人	114人	278人	36.3%	57.2%
4	専門家（医師など）	15人	18人	4.8%	3.7%
5	その他	14人	15人	4.5%	3.1%
6	無効	0人	0人	0.0%	0.0%
7	無回答	0人	0人	0.0%	0.0%
合計		314人	486人	—	—



「平日の睡眠時間は足りていますか。」という質問について、男性では「どちらかといえば充足している」が168人(36.7%)と最も多く、次いで「充足している」が130人(28.4%)と多くなっています。

女性では「どちらかといえば充足している」が209人(36.5%)と最も多く、次いで「どちらかといえば足りない。」が156人(27.2%)と多くなっています。

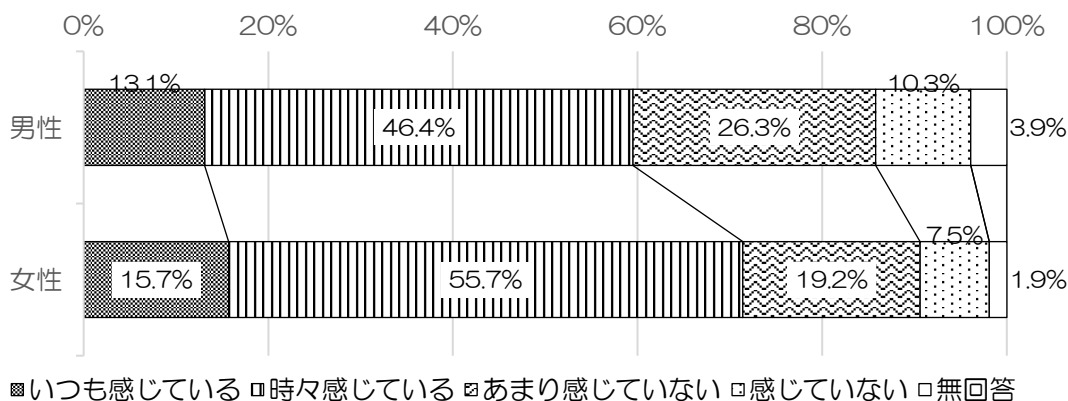
		回答数		構成比	
		男性	女性	男性	女性
1	充足している	130人	151人	28.4%	26.4%
2	どちらかといえば充足している	168人	209人	36.7%	36.5%
3	どちらかといえば足りない	110人	156人	24.1%	27.2%
4	足りない	30人	38人	6.6%	6.6%
5	無効	0人	0人	0.0%	0.0%
6	無回答	19人	19人	4.2%	3.3%
合計		457人	573人	100.0%	100.0%



「最近1か月の間に、ストレスを感じたことがありますか。」という質問について、男性では「時々感じている」が212人(46.4%)と最も多く、次いで「あまり感じていない」が120人(26.3%)、「いつも感じている」が60人(13.1%)と多くなっています。

女性では「時々感じている」が319人(55.7%)と最も多く、次いで「あまり感じていない」が110人(19.2%)、「いつも感じている」が90人(15.7%)と多くなっています。

		回答数		構成比	
		男性	女性	男性	女性
1	いつも感じている	60人	90人	13.1%	15.7%
2	時々感じている	212人	319人	46.4%	55.7%
3	あまり感じていない	120人	110人	26.3%	19.2%
4	感じていない	47人	43人	10.3%	7.5%
5	無効	0人	0人	0.0%	0.0%
6	無回答	18人	11人	3.9%	1.9%
合計		457人	573人	100.0%	100.0%

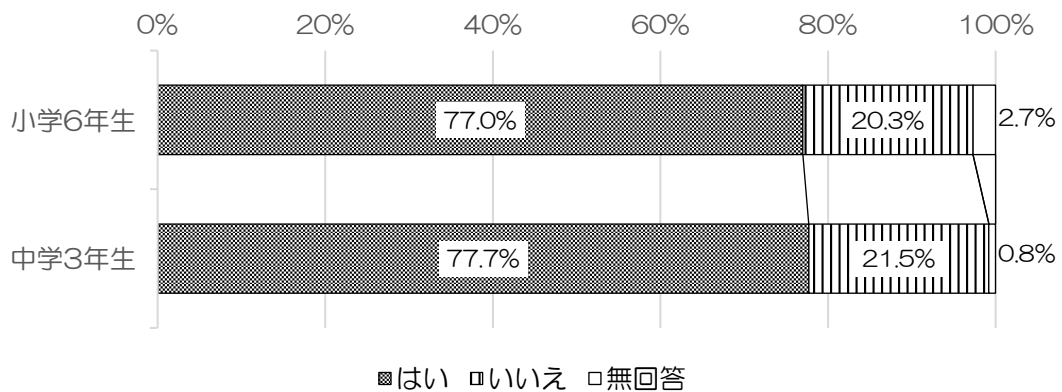


(2) 小中学生

「よく眠れていますか」という質問について、小学6年生では「はい」が517人（77.0%）と最も多く、「いいえ」は136人（20.3%）と多くなっています。

中学3年生では「はい」が549人（77.7%）と最も多く、「いいえ」は152人（21.5%）と多くなっています。

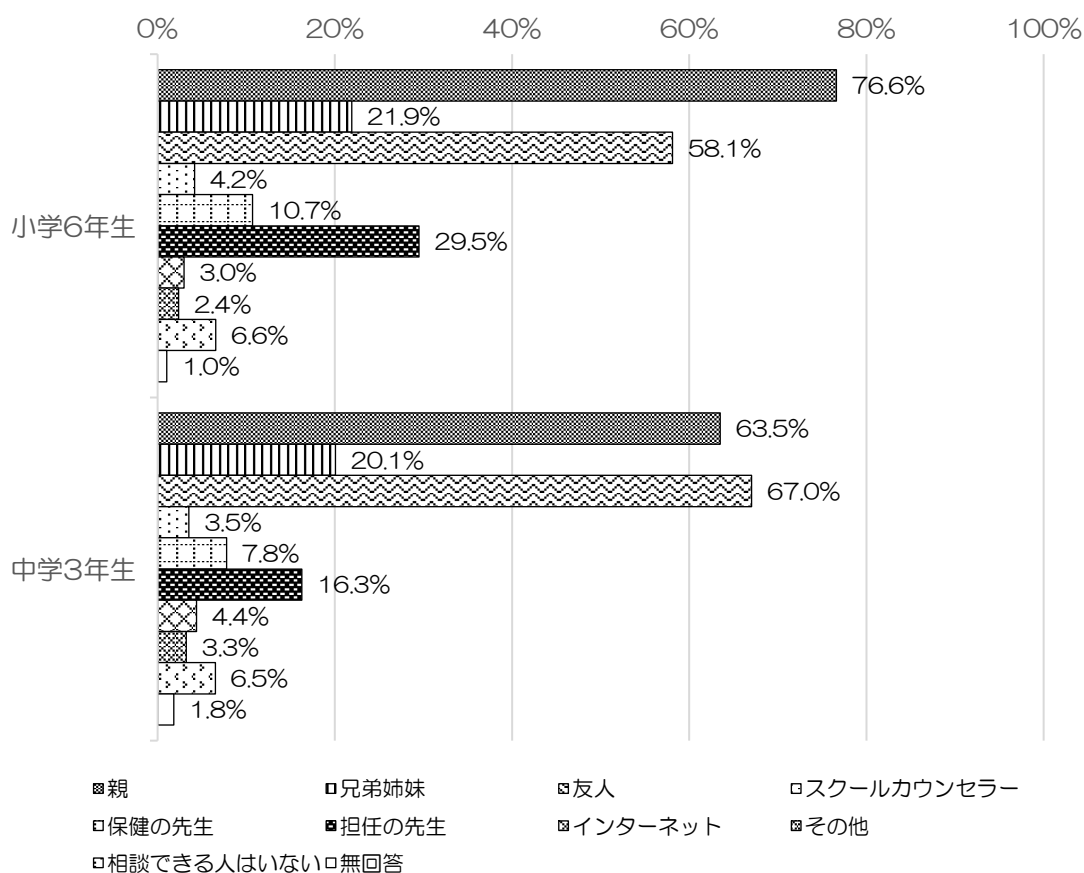
		回答数		構成比	
		小学6年生	中学3年生	小学6年生	中学3年生
1	はい	517人	549人	77.0%	77.7%
2	いいえ	136人	152人	20.3%	21.5%
3	無効	0人	0人	0.0%	0.0%
4	無回答	18人	6人	2.7%	0.8%
合計		671人	707人	100.0%	100.0%



「からだのことや心のこと、友達のことなどについて、困ったときに相談できる人は誰ですか。（複数回答）」という質問について、小学6年生では「親」が514人（76.6%）と最も多く、次いで「友人」が390人（58.1%）、「担任の先生」が198人（29.5%）と多くなっています。

中学3年生では「友人」が474人（67.0%）と最も多く、次いで「親」が449人（63.5%）、「兄弟姉妹」が142人（20.1%）と多くなっています。

		回答数		構成比（複数回答）	
		小学6年生	中学3年生	小学6年生	中学3年生
1	親	514人	449人	76.6%	63.5%
2	兄弟姉妹	147人	142人	21.9%	20.1%
3	友人	390人	474人	58.1%	67.0%
4	スクールカウンセラー	28人	25人	4.2%	3.5%
5	保健の先生	72人	55人	10.7%	7.8%
6	担任の先生	198人	115人	29.5%	16.3%
7	インターネット	20人	31人	3.0%	4.4%
8	その他	16人	23人	2.4%	3.3%
9	相談できる人はいない	44人	46人	6.6%	6.5%
10	無効	0人	0人	0.0%	0.0%
11	無回答	7人	13人	1.0%	1.8%
合計		671人	707人		



第3節 龍ヶ崎市における自殺の特徴

本市の自殺者数は、平成 24（2012）年～平成 28（2016）年までの 5 年間で合計 51 人（男性 35 人、女性 16 人）となっています。

下表は、そのうちの上位 5 区分について、その主な特徴と自殺の背景にある危機経路を表したものです。

■主な自殺の特徴（特別集計（自殺日・住居地、H24（2012）年～H28（2016）年合計））

上位 5区分	性別 年代	職業 の有無	同居人 の有無	自殺者数 5年計	割合	背景にある主な自殺の危機経路*
1位:	男性 40～59歳	無職	同居	6人	11.8%	失業→生活苦→借金+家族間の不和 →うつ状態→自殺
2位:	男性 20～39歳	有職	独居	5人	9.8%	①【正規雇用】 配置転換→過労→職場の人間関係の 悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺 ②【非正規雇用】 (被虐待・高校中退)非正規雇用→ 生活苦→借金→うつ状態→自殺
3位	男性 20～39歳	無職	同居	4人	7.8%	①【30代その他無職】 ひきこもり+家族間の不和→孤立→ 自殺 ②【20代学生】 就職失敗→将来悲観→うつ状態→自 殺
4位:	男性 60歳以上	無職	同居	4人	7.8%	失業(退職)→生活苦+介護の悩み (疲れ)+身体疾患→自殺
5位:	男性 40～59歳	有職	同居	4人	7.8%	配置転換→過労→職場の人間関係の 悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺

注) 区分別の順位は自殺者数に基づき、同数の場合は自殺率の高い順としています。

* 「背景にある主な自殺の危機経路」は自殺実態白書 2013 (NPO 法人ライフリンク) を参考にしています。

第3章 計画の基本的な考え方



第3章 計画の基本的な考え方

第1節 自殺対策における基本的な認識

「自殺」という現象をどう捉えるかによって対策の方向は大きく変わりますが、日本では長い間、自殺を話題とすることをタブー視されてきました。しかし平成10（1998）年以降、自殺による死亡者数が高い水準で推移したことへの反省を踏まえ、平成18（2006）年の自殺対策基本法の成立とともに、その認識を新たにすることが求められました。

自殺総合対策大綱には、この基本認識が明らかにされていることから、本市においても、この大綱に従い、以下の基本認識を本計画の根幹に捉えることとします。

（1）自殺は、その多くが追い込まれた末の死である

自殺にいたる心理には、さまざまな要因により心理的に追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態（心理的視野狭窄）に陥ることが知られています。そこには、社会とのつながりが薄れ、孤立に至る過程も見られます。

また、自殺を凶った人の直前の心の健康状態を見ると、その多くは多様な悩みに追い詰められた結果、うつ病、アルコール依存症などの精神疾患を発症しており、これらの精神疾患の影響により正常な判断を行うことができない状態となっています。

このことから、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、「自殺は、その多くが追い込まれた末の死」ということができます。



（2）自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題である

健康問題、経済・生活問題、家庭問題などの自殺の背景・原因となるさまざまな要因のうち、失業、倒産、多重債務、長時間労働などの社会的要因については、制度の見直しや相談支援体制の整備といった社会的な取組により防ぐことが可能です。また、健康問題や家族問題など、一見、個人の問題と思われる要因であっても、専門家への相談や精神疾患の治療など、社会的な支援の手を差し伸べることによって防ぐことが可能となります。

このように、心理的な悩みを引き起こすあらゆる要因に対する社会の適切な介入や、自殺に至る前の精神疾患の適切な治療により、多くの自殺は防ぐことができます。

(3) 自殺を考えている人はサインを発していることが多い

悩みを抱えていても相談することへの抵抗などから、助けを求めるには至らず問題が複雑化することがあります。また、精神疾患に罹患していたとしても、精神科医療への偏見から精神科への受診をためらう人は少なくありません。



その一方で、自殺を考えている人も、心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いており、不眠や体調不良など自殺の危険を示すサインを発していることが多いと言われています。

家族や職場の同僚など身近な人が、自殺のサインに気づき、自殺予防につなげていくことが重要であるのと同時に、社会の中に気軽に相談できる機会を創出し、自殺を予防していくことも課題となります。

第2節 基本理念

《生きる喜びを実感できるまち》

自殺の背景には、精神保健上の問題だけではなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立など、さまざまな社会的要因があります。

このため、自殺対策は社会における「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」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方向で総合的に推進していく必要があります。

こういったことから、本市においては、庁内の関係部署だけではなく、あらゆる相談窓口や関係機関の周知に重点的に取り組むとともに、自殺対策の本質が生きることの支援にあることを改めて確認しながら、「生きる喜びを実感できるまち」を目指します。



第3節 計画の目標

自殺総合対策大綱において、国では自殺死亡率を先進諸国と同様の水準まで減少させることを目指し、表1のとおり、平成27（2015）年時点での自殺死亡率18.5を、平成38（2026）年までに30%以上減少させた13.0以下を数値目標としています。

【表1：国の数値目標】

	H27（2015）年	H38（2026）年	減少率
国 （自殺死亡率：人口10万対）	18.5 （暫定値*1）	13.0以下 （目標値）	30%以上

【表2：国の考え方に準じた本市の数値（参考値）】

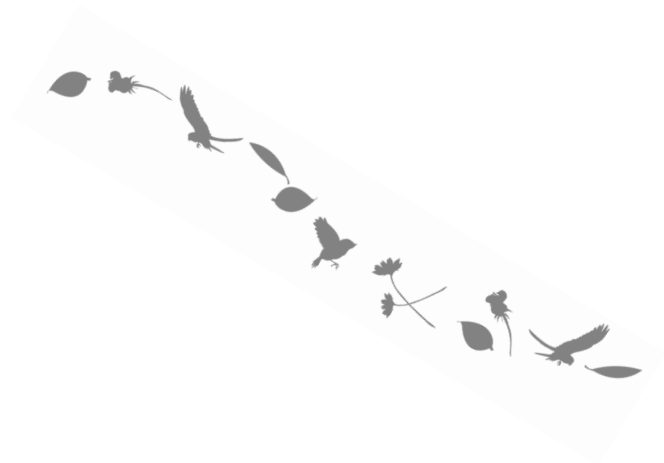
	H27（2015）年	H38（2026）年	減少率
龍ヶ崎市 （自殺死亡率：人口10万対）	11.4	8.0以下	30%以上

本市の自殺死亡率は国の値を下回っていますが、参考として、国の数値目標設定の考え方を本市にあてはめると表2のとおりとなります。しかしながら、自殺対策は、自殺者数を何人まで減らせばいいというものではなく、自殺者をなくすることが基本と考えます。

こういったことから、本市においては、国の考え方を考慮しつつ、関連施策を効果的に推進することにより、本計画の目指すべき姿である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ます。

*1 暫定値…国の数値目標設定に用いている自殺死亡率は、自殺総合対策大綱を定めた時点での暫定値となっています。

第4章 施策の体系



第4章 施策の体系

第1節 施策の体系

【基本理念】

【基本目標】

【施策の方向】

【説明】

生まる喜びを果敢とすけるから

I いのちと心を大切にす地域づくり

1 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくり

心の健康の保持増進のための、職場、地域、学校における体制整備を進めます。

2 市民一人ひとりの気づきと見守りの促進

市民一人ひとりが心の健康問題の大切さを知り、適切に対処できるよう、教育活動や広報活動などを通じた啓発活動を展開します。

重点施策1

生活困窮者、無職者、失業者の自殺対策の推進

さまざまな側面から社会的な支援の手を差し伸べることにより、自殺を防止します。

重点施策2

子ども・若者向けの自殺対策の推進

保健・医療・福祉・教育などの関係機関の連携のもと、生きることの促進要因の増加を図ります。

重点施策3

勤務・経営問題による自殺対策の推進

関係機関が協働して勤務問題による自殺リスクの低減に向けた取組を推進します。

II いのちを救うための社会環境の整備

3 自殺対策にかかる人材の確保、養成及び資質の向上

早期発見、早期対応を図るため、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人材を養成します。

4 適切な精神保健医療福祉サービスが受けられる体制の整備

うつ病などの精神疾患の早期発見に努め、精神科医療へ適切に繋ぐよう取り組みます。

5 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ取組の強化

自殺未遂者が入院中及び退院後に適切な心理的ケアが受けられるよう、体制づくりに取り組みます。

III 遺された人の苦痛を和らげる

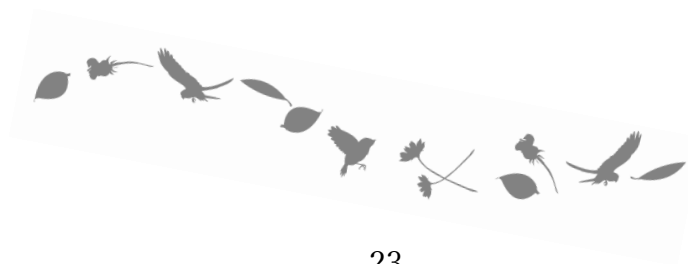
6 自死遺族などに対する支援

自殺で遺された人の心理的影響を和らげるためのケアを行うとともに、遺族のための自助グループの活動を支援します。

7 自殺対策に関する活動を行う民間団体との連携強化

自殺対策を進めるうえで不可欠な民間団体の活動を支援し、連携を強化します。

第5章 重点施策



第5章 重点施策

第1節 生活困窮者、無職者、失業者の自殺対策の推進

生活困窮や無職、失業状態にある方は、単に経済的な問題だけでなく、心身の健康や家族との人間関係、ひきこもりなど、多様な問題を抱えていることが多く、自殺リスクが高い傾向があります。

このため、生活困窮者自立支援制度に基づく支援と自殺対策施策を密接に連携し、経済や生活面の支援のほか、心の健康や人間関係などの視点も含めた包括的な支援が重要となります。

NO	事業名	事業内容	担当課
1	包括的な見守り活動	民生委員・児童委員による見守り活動を行い、経済的な事情やひきこもりなど、あらゆる問題を抱えている方を相談窓口につなげます。	社会福祉課
2	ひとり親家庭の支援	ひとり親家庭に対して、経済的な支援や資格取得のための情報提供を行い、自立して安定した生活を送れるよう支援を行います。	こども家庭課
3	生活困窮者への支援・助言	生活困窮を原因とした自殺を防ぐため、相談内容に応じて就労支援や住宅確保など、さまざまな支援や助言を行います。	生活支援課
4	納税相談の機会を捉えた支援	市税などの納税相談時に申出・聴取した内容に応じた適切な対応を行うとともに、各種支援の利用勧奨に努めます。	納税課
5	多重債務の相談窓口	複数の借入先から返済能力を超えて借金している方の相談に乗り、その解決に向けたアドバイスを行います。	商工観光課
6	生活福祉資金の貸付	高齢者や障がい者、低所得者世帯に資金を貸し付けることにより、当該世帯の生活を経済的に支え、社会参加の促進を図ります。	社会福祉協議会

第2節 子ども・若者向けの自殺対策の推進

自殺者数は減少傾向にあるものの、若い世代の死因に占める自殺の割合は高く、若い世代への自殺対策が課題とされています。支援を必要とする若者がその対象に漏れないよう、支援の範囲を広くとることと同時に、ライフステージ（学校の各段階）や立場（学校や社会とのつながりの有無）ごとに、置かれている状況や自殺に追い込まれている事情がそれぞれ異なることから、その状況に即した適切な支援が重要となります。

NO	事業名	事業内容	担当課
7	学校における自殺予防教育	自殺予防に資する教育として、ストレスマネジメント教育や、自他の命を大切にする心の教育を推進します。	指導課
8	いじめの未然防止	いじめの未然防止、早期発見及び早期対応のため、龍ヶ崎市いじめ問題対策連絡協議会を開催し、いじめ解消に向けて取り組みます。	教育センター
9	各小中学校へのスクールカウンセラーなどの配置	各小中学校にスクールカウンセラー、龍の子さわやか相談員を配置し、児童生徒の悩みや不安の軽減を図ります。	教育センター
10	人権教育の推進	子どもの心身の発達段階に応じ、学校の教育活動全体を通じて人権尊重の意識を高め、一人ひとりを大切にする教育を計画的に推進します。	指導課
11	民生委員・児童委員の活動支援	地域での推進体制を確保するため、民生委員・児童委員の活動を支援し、地域福祉の増進を図ります。	社会福祉課



第3節 勤務・経営問題による自殺対策の推進

労働環境の問題は、心身の健康状態や経済状況などに影響を及ぼし、生活に直結することから深刻な社会問題と言えます。このため、これらの問題改善は、労働者、求職者、その人を支える家族それぞれにとって、自殺予防のために重要な課題です。

安心して働ける職場を得ることは、家庭や社会での役割や居場所を得ることにつながり、さらに、やりがいや達成感などが生きることの促進要因となるため、就職や職場定着の支援が必要となります。また、そうした取組は、単に業務量の視点だけでなく、職場の人間関係などの視点も踏まえて、実施することが重要となります。

NO	事業名	事業内容	担当課
12	ハラスメント防止の啓発	セクシャルハラスメントやパワーハラスメントなどの防止啓発と、悩みを抱える方の相談窓口の周知を行います。	商工観光課
13	労働者のメンタルヘルス対策	健康診査や健康相談などの機会を通じて、勤務・経営状況に問題があると思われる労働者に対して、メンタルヘルスの支援を行います。	健康増進課
14	中小企業者のための融資制度	中小企業者に対して低金利での融資を斡旋するとともに、制度の利用者が信用保証協会に負担する保証料を全額補助します。	商工観光課
15	専門的な相談支援	暮らしの中や勤務先などで生じるあらゆる出来事に関して弁護士が相談に応じ、当事者が抱える悩みやトラブル解消の支援を行います。	社会福祉協議会

第6章 生きる支援関連施策



第6章 生きる支援関連施策

基本目標Ⅰ いのちと心を大切に作る地域づくり

■ 第1節 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくり

心の健康は、いきいきと自分らしく生きるための重要な条件です。また、人生の目的や意義を見だし、主体的に人生を選択することも大切な要素であり、心の健康は「生活の質」に大きく影響します。

一方で、自殺行動に至った人の直前の心の健康状態をみると、その多くは多様な悩みに心理的に追い詰められた結果、抑うつ状態や、アルコール依存症などの精神疾患を発症するなど、正常な判断を行うことができない状態となっていることが明らかとされています。

自殺に追い込まれつつあ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はなく、あらゆる分野における関係機関が連携・協力できる体制づくりが重要となります。

NO	事業名	事業内容	担当課
16	相談窓口の体制充実	市の窓口には精神保健福祉士などの専門職を配置し、うつ病などの精神疾患に関する相談体制を整備します。	社会福祉課
17	妊娠期から子育て期のメンタルヘルス対策	子育て世代包括支援センターにおいて、妊娠期から子育て期にわたるまで、切れ目なく親子の支援を行います。	健康増進課
18	家庭教育相談員の配置	子育てに関する悩みや、子どもの学校生活における心配事などの解消に向けて、家庭教育相談員による相談体制の充実を図ります。	文化・生涯学習課
19	高齢者の雇用環境の整備	高齢者の雇用環境や生きがいづくりを推進するため、公益社団法人 龍ヶ崎市シルバー人材センターの運営を支援します。	介護福祉課
20	介護予防事業の推進	シルバーリハビリや元気アップ体操指導員養成講座などの介護予防事業を通して、高齢者の健康維持や生きがいづくりを促進します。	健幸長寿課
21	介護に関する相談・支援の実施	高齢者介護に関するさまざまな相談を受け、対象者の状況に応じて適切なサービスや制度に結びつけます。	介護福祉課 健幸長寿課
22	生涯学習講座の充実	幅広い年代に多彩な生涯学習教室・講座を実施し、学びを通して生きがいや生活の満足度を高めます。	文化・生涯学習課
23	教職員のメンタルヘルス対策	児童生徒としっかり向き合う時間を確保できるよう、教職員の勤務時間の適正化とワークライフバランスを図ります。	教育総務課
24	心配ごと相談の実施	相談者からの悩みごとや暮らしの中の心配ごとなどの相談に、経験のある相談員がアドバイスをを行います。	社会福祉協議会

第2節 市民一人ひとりの気づきと見守りの促進

自殺に追い込まれるという危機は、誰にでも起こり得る危機です。命や暮らしの危機に陥った場合、誰かに援助を求めることが適当ですが、自殺の危機に陥った人の心情や背景は、周囲に理解されにくい現実があります。

そのため、そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、自殺の問題は一部の人や地域だけの問題ではなく、市民誰もが当事者となり得る重大な問題であることの認識を促すことが重要となります。

NO	事業名	事業内容	担当課
25	自殺予防週間と自殺対策強化月間の啓発	例年9月の自殺予防週間と3月の自殺対策強化月間に、りゅうほーや市公式ホームページなどを通じて、広報活動を実施します。	社会福祉課
26	うつ病、アルコール依存症の普及啓発	うつやアルコール、自殺に関する啓発活動を効果的に展開するとともに、相談窓口や自助グループなどの周知に努めます。	社会福祉課
27	薬物乱用の防止に関する教育	市内の各小中学校において、薬物乱用の防止に関する教育を実施し、児童生徒の健全な心身の成長や人格形成を図ります。	指導課
28	パンフレットなどによる周知	自殺やメンタルヘルスに関するパンフレットや冊子を作成・配布し、自殺に対する誤った認識や偏見の払拭に努めます。	社会福祉課

基本目標Ⅱ いのちを救うための社会環境の整備

■ 第3節 自殺対策にかかる人材の確保、養成及び資質の向上

自殺を考えている人は、あらゆる悩みを抱え、同時に家族や友人など、身近な人に相談する場合があります。一方で、平成27（2015）年度に内閣府が行った「若者の生活に関する調査結果」によると、悩みを誰かに相談したいと思わない若者は全体の約17%おり、必ずしも、相談につながりづらいケースもあります。

このような状況の中、若者が相談しやすい体制をつくるためには、より多くの市民が相談技術の向上を図る必要があります。そのため、当事者の自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聴き、必要に応じて専門家につなぎ、その人を見守り、生きるための支援を行える人材を養成することが重要となります。

NO	事業名	事業内容	担当課
29	ゲートキーパーの養成	心の不調を抱える人や自殺に傾くサインに気づき、状況に応じて専門機関につなげるゲートキーパーの養成に努めます。	社会福祉課
30	教職員の資質向上	児童生徒の不安や悩みに気づき、適切な対応が行えるよう、あらゆる研修機会を通じて、教職員の資質向上を図ります。	指導課
31	窓口対応の向上	職員一人ひとりが自殺対策に関する共通の認識を持った窓口対応ができるよう、職員の資質向上に努めます。	関係各課



第4節 適切な精神保健医療福祉サービスが受けられる体制の整備

自殺の危険性の高い人の早期発見に努めるとともに、これらの人々に適切な精神科医療を提供する必要があります。また、必ずしも精神科医療につなぐだけでは対応が完結しない事例も少なくないため、精神科医療につながった後も、自殺の危険性を高めた背景にある問題に対して包括的に対応する必要があります。

こうしたことから、精神科医療、保健、福祉などの連携を強化して、誰もが適切な精神保健医療福祉サービスを受けられる体制づくりが重要となります。

NO	事業名	事業内容	担当課
32	相談支援体制の充実	精神保健福祉士などの専門職を配置し、保健所や病院などの関係機関と連携を図ることにより、相談支援体制の充実を図ります。	社会福祉課
33	自立支援医療制度の周知	精神科領域における受診者の医療費を負担軽減するための自立支援医療制度を必要な方が利用できるよう、制度の周知に努めます。	社会福祉課
34	自助グループとの連携	アルコール依存症など、ハイリスク者に向けて適切な医療機関への受診を促すとともに、自助グループとの連携を図ります。	社会福祉課
35	子どもに対する精神保健医療支援	うつ病などで、自傷行為を起こす恐れのある子どもの保護者に対して、相談窓口の案内や医療機関への受診を促します。	こども家庭課 社会福祉課
36	健診後の継続的な支援	日常の健康相談や健康講座をはじめ、特定健診やがん検診などの事後指導を実施する中で、心のケアを含めた支援を実施します。	健康増進課
37	不眠などを訴える方への支援	睡眠は健康維持に必要不可欠であるため、講演会などを通じて正しい睡眠衛生の普及を図り、睡眠に関連した相談や助言を行います。	健幸長寿課

第5節 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ取組の強化

自殺未遂者が再び自殺を図る可能性は、未遂歴のない人に比べて高いことが分かっています。また、自殺未遂者は自殺者の少なくとも10倍は存在すると言われており、これらの方々への支援の充実は自殺予防のために重要な課題の一つとなります。

自殺未遂者の再企図を防ぐためには、特に家族や身近な人による日常的な支援の効果が高いため、悩みや抑うつ感を抱えがちな自殺未遂者の家族や知人などへの支援も並行して行う体制の構築が重要となります。

NO	事業名	事業内容	担当課
38	自殺未遂者の居場所の確保	地域活動支援センターでのピアカウンセリングなど、心の健康づくりのために必要な居場所を確保し、相談しやすい環境を整えます。	社会福祉課
39	見守りネットワークの構築	身近な人の異変に気づいた際に通報をいただく見守りネットワーク事業を活用し、協力事業所などに対する普及啓発を図ります。	介護福祉課 社会福祉課 生活支援課 こども家庭課
40	家族などへの支援	自殺未遂者を抱える家族からの相談に対しては必要に応じて、医療機関との連携を図り、当事者支援と併せた家族支援を実施します。	社会福祉課



基本目標Ⅲ 遺された人の苦痛を和らげる

■ 第6節 自死遺族^{※1} などに対する支援

自殺により遺された方々に対する迅速な支援を行うとともに、必要な情報が得られやすくなるよう、情報の提供体制を充実する必要があります。

また、遺族の心に寄り添った活動を実施している自助グループなどへの活動支援も重要となります。

NO	事業名	事業内容	担当課
41	相談窓口の体制整備	市の窓口には精神保健福祉士などの専門職を配置し、自死遺族の方からのあらゆる悩みや個別の相談に応じます。	社会福祉課
42	情報提供の充実	市公式ホームページなどを通じて、遺された人の苦痛を和らげるための支援や相談窓口に関する情報提供に努めます。	社会福祉課
43	自助グループへの支援	自死遺族の会の開催について広く周知に努めるとともに、遺族の自助グループなどの運営を支援します。	社会福祉課

※1 自死遺族… 家族・親族を自殺により亡くした人。
※P43 資料編「自死・自殺」の表現に関するガイドライン（一部抜粋）

第7節 自殺対策に関する活動を行う民間団体との連携強化

地域における自殺対策において、民間団体はとても大切な役割を担っているため、当該団体が活動しやすくなるよう支援する必要があります。

また、自殺を予防するためには、精神保健的な視点や社会・経済的な視点を含む、包括的な取組が必要とされ、その実施のためには、あらゆる分野の人や組織が密接に連携することが重要となります。

NO	事業名	事業内容	担当課
44	民間団体との連携	地域での自殺対策を推進するため、民間団体などに対して必要な情報提供を行うとともに、連携の強化を図ります。	社会福祉課
45	支援従事者のスキルアップ	龍ヶ崎市障がい福祉サービス事業所連絡協議会などの取組を通じて、支援従事者に対する研修機会を創出し、人材育成に努めます。	社会福祉課



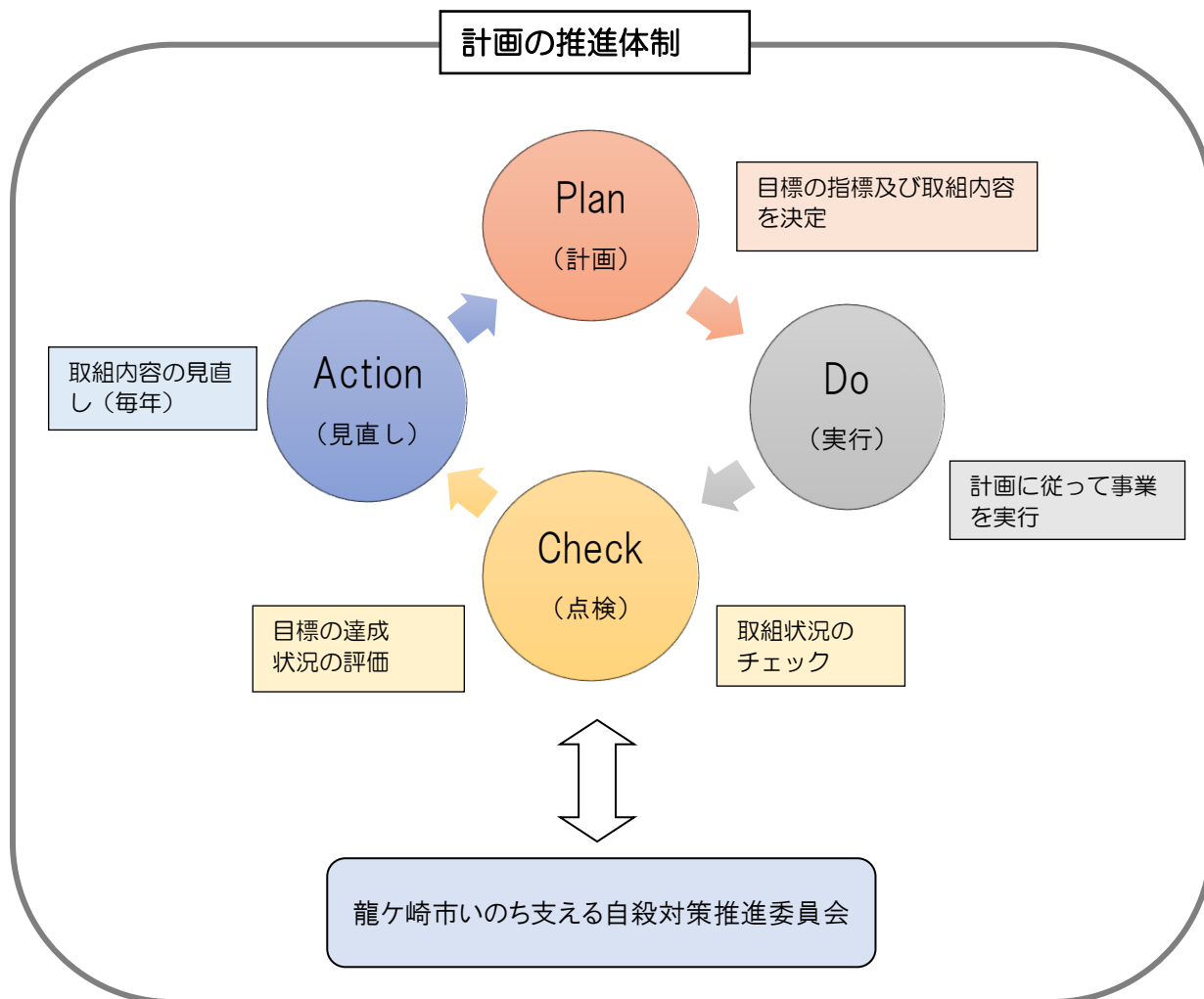


第7章 計画の推進体制

第7章 計画の推進体制

第1節 計画の達成状況の点検・評価

自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため、PDCAサイクル（事業を継続的に改善するため、Plan（計画）、Do（実行）、Check（点検）、Action（見直し））を活用し、定期的な評価・検証の中で、必要に応じて事業内容の見直しを図ります。



資料編

1. 相談先一覧
2. 計画策定の経過
3. 龍ヶ崎市いのち支える自殺対策推進委員会設置規程
4. 自殺総合対策大綱（概要）
5. 「自死・自殺」の表現に関するガイドライン（一部抜粋）

1. 相談先一覧

相談先	電話番号・URL	相談時間帯	運営主体
生きるのがつらい・つらい気持ちを聞いてほしい			
いのちの電話	0120-783-556 http://jssc.ncnp.go.jp/soudan.php	フリーダイヤルによる電話相談は毎月10日 8:00～翌日 8:00	一般社団法人 いのちの電話連盟
いのちの電話 (つくば)	029-855-1000	毎日 24 時間対応	社会福祉法人 茨城いのちの電話
いのちの電話 (水戸)	029-350-1000	毎日 24 時間対応	社会福祉法人 茨城いのちの電話
いばらきこころのホ ットライン	029-244-0556	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 9:00～12:00/13:00～16:00	茨城県
いばらきこころのホ ットライン	0120-236-556	土曜日及び日曜日（祝祭日及び年末年始を除く） 9:00～12:00/13:00～16:00	茨城県
よりそいホットライ ン	0120-279-338	毎日 24 時間対応	一般社団法人 社会 的包摂サポートセン ター
障害者差別相談室	029-246-6049	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 9:00～12:00/13:00～16:00	茨城県
子育て・児童虐待について			
土浦児童相談所	029-821-4595	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 8:30～17:15	茨城県
家庭児童相談室	0297-60-1558	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 8:30～17:15	龍ケ崎市
子育て世代包括支援 センター	0297-64-1039	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 8:30～17:15	龍ケ崎市
教育センター	0297-60-1556	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 8:30～17:15	龍ケ崎市
つぼみ園	0297-62-1775	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 8:30～17:15	龍ケ崎市
子どものいじめ、進路、将来のことについて			
24 時間子供 SOS ダイヤル	0120-0-78310	毎日 24 時間対応	文部科学省
子どもの人権 110 番	0120-007-110	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 8:30～17:15	法務省
茨城県いじめ・体罰 解消サポートセンタ ー	029-823-6770 kennanijimekaisho@ed u.pref.ibaraki.jp	月曜・水曜 9:00～16:30 火曜・木曜・金曜 9:00～18:30	茨城県
教育センター	0297-60-1556	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 8:30～17:15	龍ケ崎市
労働・仕事・職場問題			
働く人のメンタルヘル ス・ポータルサイ ト「心の耳」	http://kokoro.mhlw.go jp/	こころの耳電話相談 平日 17:00～22:00/土日 10:00～16:00 こころの耳メール相談 24 時間受付	厚生労働省

相談先	電話番号・URL	相談時間帯	運営主体
心・体の健康の悩み			
こころの健康相談統一ダイヤル	0570-064-556	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 9:00～12:00／1300～16:00	厚生労働省
竜ヶ崎保健所	0297-62-2367	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 8:30～17:15	茨城県
社会福祉課	0297-60-1528	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 8:30～17:15	龍ヶ崎市
配偶者からの暴力に悩んでいる			
DV 相談ナビ	0570-0-55210	自動音声により 24 時間受付 （但し、相談については各機関の相談受付時間内）	内閣府男女共同参画局
DV ヘルプライン	029-222-5757	毎週水、金曜日 10:00～16:00	NPO 法人ウィメンズネット「ライズ」
茨城県福祉相談センター	029-221-4166	平日 9:00～21:00 土日祝日 9:00～17:00	茨城県
龍ヶ崎市こども家庭課	0297-60-1558	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 8:30～17:15	龍ヶ崎市
アルコール、薬物、ギャンブルの問題			
茨城県精神保健福祉センター	029-243-8191	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 8:30～17:15	茨城県
借金などお金に関する悩み			
法テラス牛久法律事務所	050-3383-0511	平日 9:00～21:00／土曜 9:00～17:00	日本司法支援センター（法テラス）
消費生活センター	0297-64-1120	平日（祝祭日及び年末年始を除く） 10:00～11:30／1300～16:30	龍ヶ崎市
自死遺族などへの支援			
自殺遺族ライン	03-3813-9970	毎週水曜日 19:00～21:00	日本臨床心理士会
自死遺族相談ダイヤル	03-3261-4350	毎週木曜日 11:00～19:00	（特非）全国自死遺族総合支援センター
自死遺族のつどい	090-6519-3807	奇数月最終土曜日 13:30～15:30	ゆったりカフェ龍の会

2. 計画策定の経過

開催	会議等	内容等
平成 30 (2018) 年 5月 26 日	自死遺族ヒアリング	於：ゆったりカフェ龍の会
平成 30 (2018) 年 6月 21 日	第 1 回いのち支える自殺対策推進委員会	龍ケ崎市いのち支える自殺対策計画(骨子案)について
平成 30 (2018) 年 7月 28 日	自死遺族ヒアリング	於：ゆったりカフェ龍の会
平成 30 (2018) 年 7月 30 日	庁議	龍ケ崎市いのち支える自殺対策計画(骨子案)について
平成 30 (2018) 年 11月 13 日	第 2 回いのち支える自殺対策推進委員会	龍ケ崎市いのち支える自殺対策計画(案)について
平成 30 (2018) 年 11月 19 日	庁議	龍ケ崎市いのち支える自殺対策計画(案)のパブリックコメントによる意見募集について
平成 30 (2018) 年 12月 20 日	市議会全員協議会	龍ケ崎市いのち支える自殺対策計画(案)について
平成 30 (2018) 年 12月 26 日～ 平成 31 (2019) 年 1月 25 日	パブリックコメント	龍ケ崎市いのち支える自殺対策計画(案)について
平成 31 (2019) 年 2月 4 日	庁議	龍ケ崎市いのち支える自殺対策計画(案)のパブリックコメントによる意見募集の結果について

3. 龍ヶ崎市いのち支える自殺対策推進委員会設置規程

平成 30（2018）年 5 月 8 日

訓令第 15 号

（設置）

第 1 条 自殺対策基本法（平成 18 年法律第 85 号）第 13 条第 2 項に規定する自殺対策についての計画（以下「自殺対策計画」という。）を策定し、かつ、当該自殺対策計画に掲げる施策を推進するため、龍ヶ崎市いのち支える自殺対策推進委員会（以下「委員会」という。）を置く。

（所掌事項）

第 2 条 委員会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 自殺対策計画の策定及び変更に関すること。
- (2) 自殺対策計画に掲げる施策の推進に関すること。
- (3) その他自殺対策の推進に関し必要と認められる事項

（組織）

第 3 条 委員会は、委員長、副委員長及び委員をもって組織する。

2 委員長は、福祉部長をもって充てる。

3 副委員長は、社会福祉課長をもって充てる。

4 委員は、次に掲げる者をもって充てる。

- (1) 生活支援課長
- (2) こども家庭課長
- (3) 介護福祉課長
- (4) 健康増進課長
- (5) 健幸長寿課長
- (6) 教育センター所長

（委員長及び副委員長）

第 4 条 委員長は、委員会を代表し、会務を総理する。

2 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるとき、又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

（会議）

第 5 条 委員会の会議は、委員長が必要に応じて招集し、委員長が議長となる。

2 委員長は、必要に応じて委員以外の者を会議に出席させ、説明又は意見を聴くことができる。

（庶務）

第 6 条 委員会の庶務は、福祉部社会福祉課において処理する。

（委任）

第 7 条 この規程に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が別に定める。

付 則

この訓令は、公布の日から施行する。

4. 自殺総合対策大綱（概要）※下線は旧大綱からの主な変更箇所

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、非常事態はいまだ続いている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

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. 国民一人一人の気づきと見守りを促す
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. 自殺対策に係る人材の確保、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. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
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・若者の自殺対策をさらに推進する
12. 勤務問題による自殺対策をさらに推進する

第5 自殺対策の数値目標

先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、平成38（2026）年までに、自殺死亡率を平成27（2015）年と比べて30%以上減少
(平成27（2015）年 18.5⇒13.0以下)

WHO: 仏 15.1(2013)、米 13.4(2014)、独 12.6(2014)、

加 11.3(2012)、英 7.5(2013)、伊 7.2(2012)

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

5. 「自死・自殺」の表現に関するガイドライン（一部抜粋）

1. 行為を表現するときは「自殺」を使う

新しい自殺総合対策大綱には「自殺は、その多くが追い込まれた末の死」と定義されています。これは「自ら命を絶たなければならないほど追い込まれた末に亡くなった」状況を表すものです。つまり、自殺は「瞬間（点）」ではなく「プロセス」で起きているという理解が、その背景にあります。

従って、その「行為を防ぎ止めるための取組」は、「自殺防止」と表現すべきで「自死防止」という表現は望ましくないと考えます。

同様に、行為を表現している「自殺未遂」「自殺企図」「自殺のサイン」などを、「自死未遂」「自死企図」「自死のサイン」などと言い換えることは適切ではないと思います。

2. 多くの自殺は「追い込まれた末の死」として、プロセスで起きていることを理解し、「自殺した」ではなく「自殺で亡くなった」と表現する

「自殺した」と表現すると「瞬間（点）の行為」が強調されて伝わりかねません。「自殺で亡くなった」と表現することにより、その誤解を多少なりとも払拭できるのではないかと考えています。

3. 遺族や遺児に関する表現は「自死」を使う

あしなが育英会から支援を受けていた遺児たちが、2000年に「自殺って言えない」という小冊子を発行し、その際、自らを「自死遺族」と名乗ったことがきっかけで「自死遺族・自死遺児」という表現が広まり、次第に社会的にも認知されるようになりました。

遺族に関する表現においては、「自殺」という行為自体が焦点となっているわけではなく、「自殺遺族」とする必然性もありません（「自殺防止」などとは異なる）。

遺族向けのリーフレットなどにおいては、「大切な人を自死で亡くした方へ」といった遺族の心情に配慮した表現にすることも大切です。「自死・自殺」「自死（自殺）」などと併記することも選択肢として考えられます。

（NPO 法人 全国自死遺族総合支援センター作成）



龍ヶ崎市

龍ヶ崎市いのち支える自殺対策計画
(平成31(2019)年 3月発行)

発行 龍ヶ崎市
編集 龍ヶ崎市福祉部社会福祉課
〒301-8611
龍ヶ崎市3710番地
TEL 0297-64-1111 (代表)
FAX 0297-64-7008
E-mail syakai@city.ryugasaki.ibaraki.jp