

小野市自殺対策計画 (概要版)

2019 年度～2023 年度

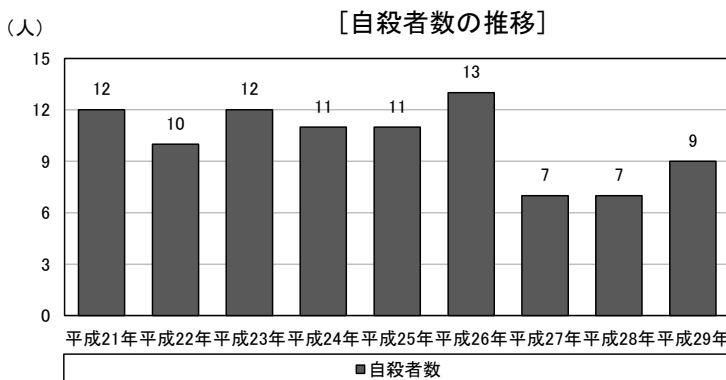
● 計画策定の趣旨

2016 年の自殺対策基本法改正により、都道府県・市町村に自殺対策計画の策定が義務付けられました。本市においてもすべての住民がかけがえのない個人として尊重され、「誰も自殺に追い込まれることのないまち」を実現するため、「小野市自殺対策計画」を策定しました。

● 基本理念

支え合い、共に生き、 誰もが自殺に追い込まれることのない 地域を目指して

● 小野市の自殺の現状

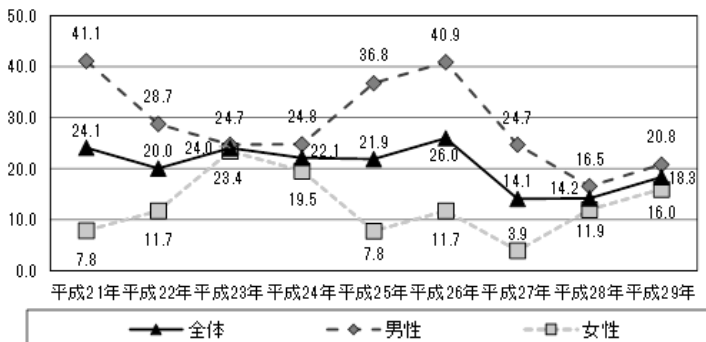


本市の自殺者数は 10 人前後で推移しています。

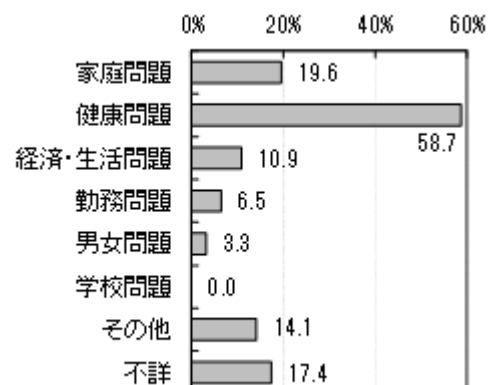
人口 10 万人当たりの自殺死亡者数(自殺死亡率)は、小野市全体の死亡率は概ね 20.0 前後、男女別にみると、男性のほうが女性より高い水準で推移しています。

原因・動機別にみると、「健康問題」が最も高くなっていますが、自殺の背景には複数の要因が連携していることが伺えるため、包括的な支援が求められます。

[自殺者死亡率(人口 10 万対)の長期的推移]
(人口 10 万対)



[小野市における原因・動機別自殺者数の割合]
(平成 21～29 年の合計)



※資料はいずれも厚生労働省「自殺の統計」より

●小野市の主な自殺の特徴

主な自殺の特徴をみると、生活苦、介護疲れや死別・離別、仕事や人間関係の悩みからうつ状態となり、自殺につながるケースが多くなっています。

自殺の要因が多岐にわたっていることから、行政をはじめ、市民、関係団体等、様々な主体と連携しながら自殺対策に取り組むことが必要です。

上位5区分	自殺者数 5年計	割合	自殺率 (人口10万対)	背景にある主な自殺 の危機経路
1位: 男性 60歳以上無職同居	9人	18.4%	49.4	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
2位: 男性 60歳以上無職独居	5人	10.2%	243.8	失業(退職)→死別・離別→うつ状態→将来への悲観→自殺
3位: 女性 60歳以上無職独居	5人	10.2%	93.0	死別・離別→身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
4位: 男性 20~39歳有職同居	4人	8.2%	21.3	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: 男性 40~59歳有職同居	4人	8.2%	15.3	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

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（2017）」

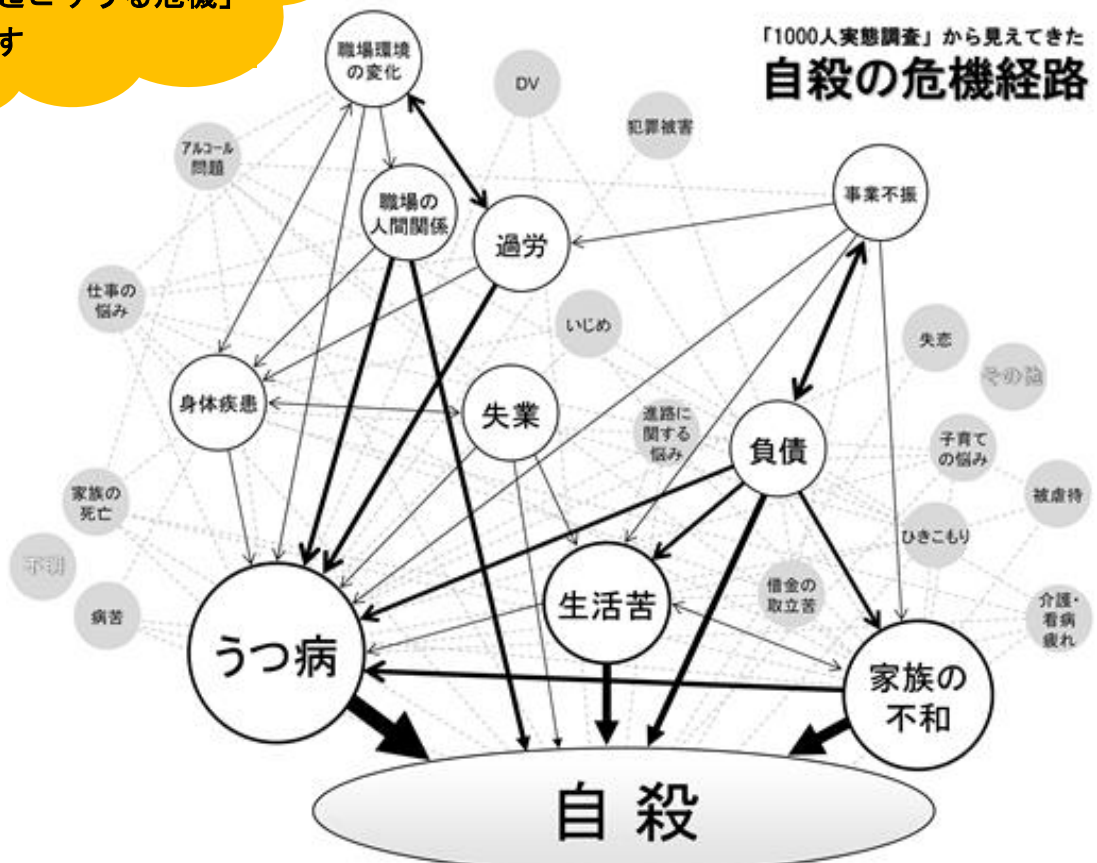
順位は自殺者数の多さに基づき、自殺者数が同数の場合は自殺率の高い順としています。

自殺率の母数（人口）は平成27年国勢調査を元に自殺総合対策推進センターにて推計しています。

「背景にある主な自殺の危機経路」は「自殺実態白書 2013（ライフリンク）」を参考にしており、それぞれのグループが抱え込みやすい要因とその連鎖のうちの主なものが記載されています。

自殺は様々な悩みによって
追い込まれた末に生じる
「誰にでも起こりうる危機」
だといえます

[自殺の危機経路]



資料：自殺対策支援センターライフリンク資料

●目 標 自殺死亡者数の減少(2023年までに年5人以下へ)

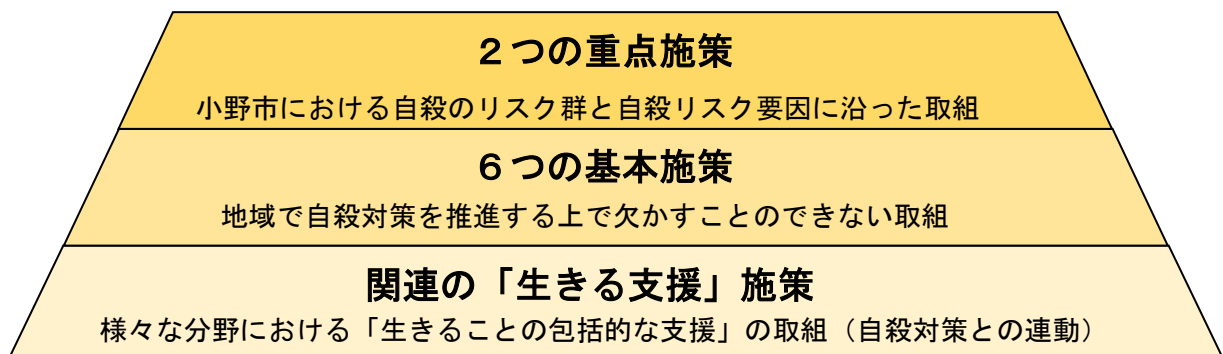
本市においては自殺者を出さないということを目録対策の目標として定めつつ、その達成に向け、国と県の数値目標を踏まえ、目標値を以上のとおり定めます。

●小野市の自殺対策

本市の自殺対策は、前述した現状・課題等を踏まえつつ、「6つの基本施策」と「2つの重点施策」について展開していきます。

6つの基本施策	
1	地域のネットワークの強化による体制の基盤整備 (1) 地域の自殺対策推進体制の強化 (2) 庁内の自殺対策推進体制の強化 (3) 既存のネットワークを活用した連携体制の強化
2	自殺対策を支える人材(ゲートキーパー)の育成 (1) 自殺対策を支える人材の育成に向けた研修機会の充実 (2) 市民・関係機関が自殺対策の担い手として活躍するため研修の実施
3	市民への啓発と周知による自殺対策への理解の促進 (1) メディア等を活用した普及啓発による自殺対策に対する正しい理解の促進 (2) 様々な分野と連携した普及啓発による自殺対策に対する正しい理解の促進
4	生きることの促進要因への支援 (1) 生きることを促す要因を増やす取組の推進 (2) 生きることを阻害する要因を減らす取組の推進 (3) 自殺未遂者及び遺族に対する円滑な支援の実施に向けた環境づくり
5	児童生徒のSOSの出し方に関する教育 (1) SOSを出せるようになるための教育の促進 (2) 児童生徒・教職員の自殺リスクの軽減に向けた取組の推進
6	地域の関係機関の強化による自殺対策の基盤整備の充実 (1) 関係団体との協働による自殺対策の推進に向けた連携強化 (2) 関係団体による自殺対策の推進
2つの重点施策	
1	高齢者に関する自殺対策 (1) 介護や虐待防止と連携した自殺対策の推進 (2) 高齢者の健康づくり・生きがいづくりの促進
2	生活困窮者に関する自殺対策 (1) 相談支援、生活支援の充実 (2) 生活困窮者の暮らしを支えるための自立支援の推進

[小野市における自殺対策計画の施策と関連の「生きる支援」の体系]



※関連の「生きる支援」施策は別添としています。

～あなたも身近な人のゲートキーパーに～

■ゲートキーパーとは

ゲートキーパーとは、「いのちの門番」と位置づけられる人々のことです。

生活における様々な悩みに追いつめられた末に死を選ぶ前に、悩みを抱えている人に「気づき、声をかけ」「話を聴き」「必要な相談窓口につなげ、見守る」ことがゲートキーパーの役割です。

ゲートキーパーになるために特別な資格は必要ではありません。身近な人のところからだの不調に気がつき、話を聴いて、支援につなぐことができれば、ゲートキーパーとして自殺を防ぐことにつながります。

気づき・声かけ

家族や友人の変化に気づき、声をかける

- 変化 ⇒ 身近な人の様子が「いつもと違う」
うつ、借金、死別、過重労働、病気、出産

傾聴

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

- 真剣な態度で「死にたいと思う気持ちやその背景」を聴く
- 相手のペースに合わせる（せかさない）
- 共感を伝える

つなぐ・見守る

早めに専門家に相談するよう促し、温かく寄り添い見守る

- 相談者の了承を得た上で、つなぐ先（専門家等）に連絡をする
- つなぐ先の方が対応できる日時、窓口名、担当者名などを確認する
- つなぐ先で確認した内容を悩んでいる人に伝える
- 今後も相談にのること、心配しているということを伝え、見守る

資料：兵庫県「ゲートキーパー手帳」

