

福祉教育委員会資料

豊橋市自殺対策計画(案)

平成30年12月17日
健康部 健康増進課

目 次

第1章 計画の策定にあたって

1 計画策定の背景・経緯.....	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	2

第2章 自殺の現状

1 豊橋市の自殺の現状.....	3
2 市民意識調査の集計結果.....	9
3 その他の統計	13
4 豊橋市の自殺の特徴.....	13
5 豊橋市において重点的に取り組む課題.....	14

第3章 計画の基本的な考え方

1 これまでの自殺対策の取組.....	15
2 計画の基本理念	15
3 計画の基本目標	15
4 計画の基本方針	16
5 自殺対策の取組の考え方.....	16

第4章 取組の展開

1 基本施策	19
(1) 地域におけるネットワークの強化.....	19
(2) 自殺対策を支える人材の育成.....	20
(3) 市民への啓発と周知.....	21
(4) 生きることの促進要因への支援.....	23
2 対象に応じた重点施策.....	29
(1) 子ども・若者に対する自殺対策の推進.....	29
(2) 高齢期の女性に対する自殺対策の推進.....	36
(3) 壮年期の男性に対する自殺対策の推進.....	40

第5章 計画の推進にあたって

1 計画の総合的な推進体制.....	44
2 計画の評価・管理.....	44

資料編

1 計画策定の体制	47
2 豊橋市自殺対策計画策定会議設置要綱.....	48
3 豊橋市自殺対策計画策定専門委員会設置要綱.....	51
4 用語集	53
5 相談窓口等一覧	59

第1章 計画の策定にあたって

1 計画策定の背景・経緯

我が国の自殺者数は、平成10年（1998年）に年間3万人を超え、平成15年（2003年）には34,427人となりました。その後、徐々に減少しているものの年間2万人を超え、他の先進国と比較すると高い水準です。

本市でも国と同様に推移し、今もなお年間60人前後の方が自殺しています。これは、交通事故死亡者数の数倍に上り、憂慮すべき状況です。

国は、平成18年（2006年）に「自殺対策基本法[※]」を制定し、その後、自殺総合対策大綱[※]の策定と見直しが行われ、同大綱に基づき、国、都道府県、民間団体等が連携して自殺対策に取り組んできました。平成28年（2016年）4月には自殺対策基本法が改正され、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。

本市では、平成21年度より自殺対策事業を開始し、こころの不調を抱えた人を対象とした個別相談事業や一般市民に向けた啓発事業等に取り組んできました。

新たな自殺総合対策大綱では、「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」を基本理念としました。自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があり、自殺対策には、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関係機関が連携し、生きることの包括的な支援を推進することとされています。

本計画は、自殺対策基本法の改正を踏まえ、社会・経済的な視点を含む「生きる支援」として、本市の自殺予防対策を更に包括的に推進するために策定するものです。

【自殺総合対策大綱（概要）より】

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

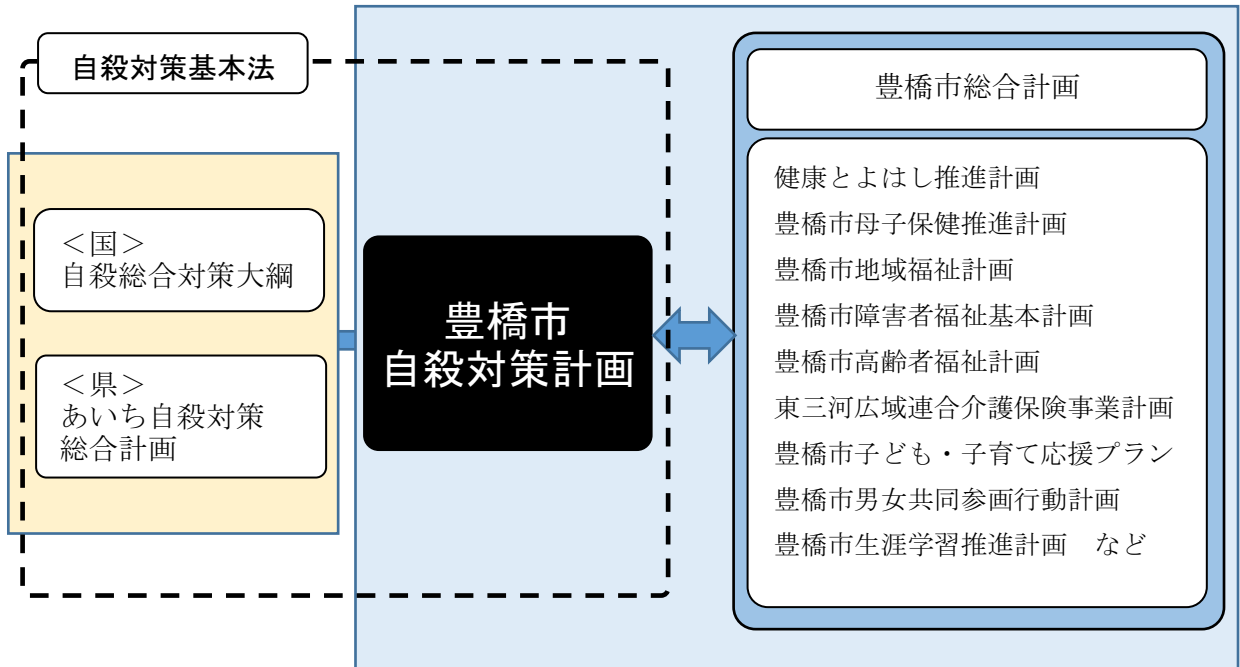
- 1 生きることの包括的な支援として推進する
- 2 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む
- 3 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる
- 4 実践と啓発を両輪として推進する
- 5 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

自殺対策の数値目標

平成38年（2026年）までに自殺死亡率を平成27年（2015年）と比べて30%以上減少

2 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「市町村自殺対策計画」とします。
また、本市の他の関連計画との連携を図りながら自殺対策を推進していきます。



3 計画の期間

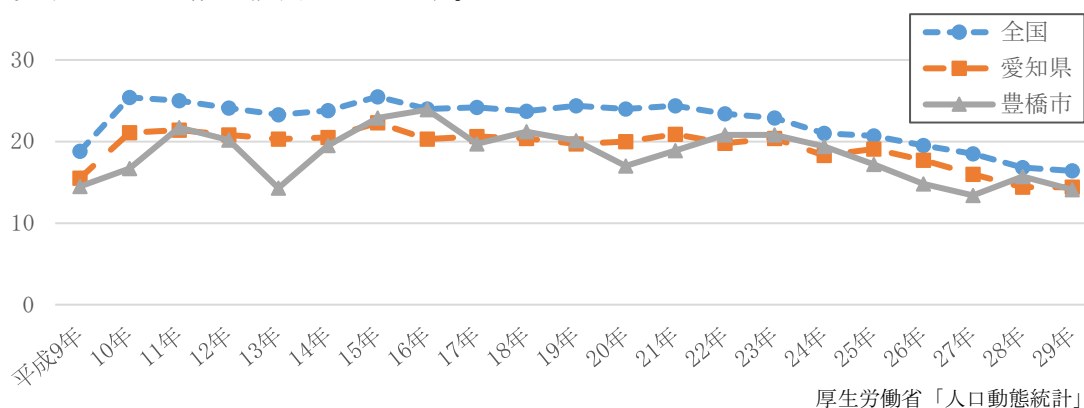
本計画の期間は、2019年4月からの施行とし、「第3期あいち自殺対策総合計画※（2018年度～2022年度）」の改定を見据え、2024年3月までの5年間とします。

第2章 自殺の現状

1 豊橋市の自殺の現状

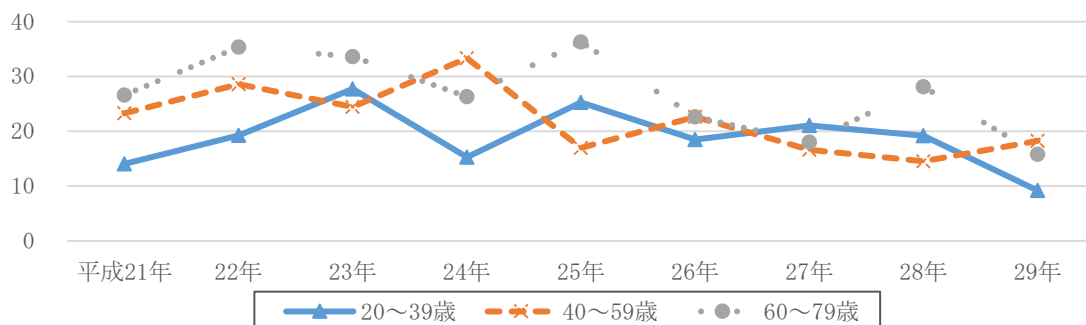
(1) 自殺死亡率※（人口10万人当たりの自殺者数）の年次推移

全国の自殺死亡率は、平成21年（2009年）以降減少しており、本市においても変動しながら減少傾向にあります。



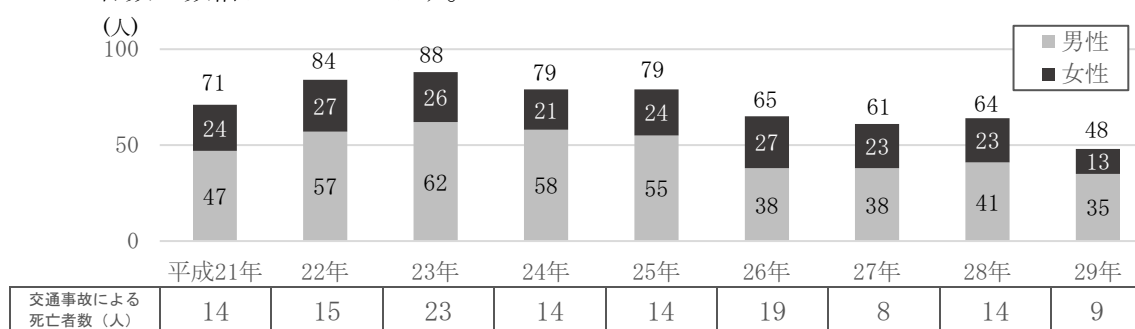
(2) 豊橋市の年代別自殺死亡率の年次推移

20～39歳においては、平成29年（2017年）は減少していますが、平成28年（2016年）までは、ほぼ横ばいで推移しています。



(3) 豊橋市の男女別自殺者数の年次推移

自殺者数を男女別にみると、男性の割合が多くなっています。また、交通事故死亡者数の数倍に上っています。



(参考) 各種統計資料における自殺者数・自殺死亡率の推移(豊橋市・愛知県・全国)

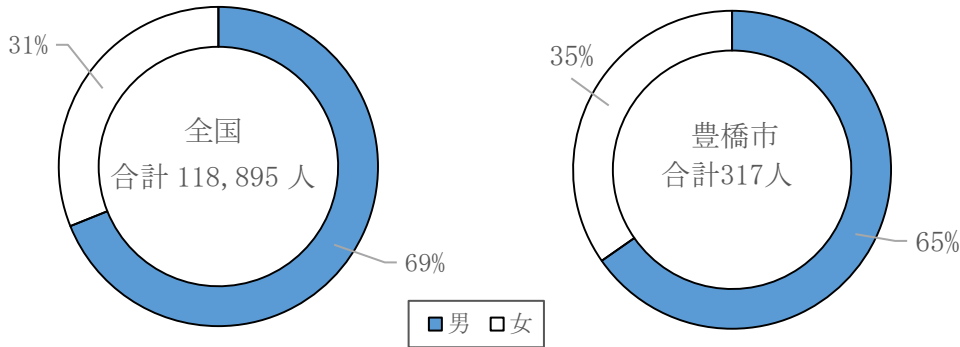
	自殺の概要資料 (警察庁 生活安全企画課)						地域における自殺の基礎資料 (厚生労働省 自殺対策推進室)						人口動態統計 (厚生労働省 人口動態・保健社会統計室)					
	自殺者数(人)			自殺死亡率 (人口10万対)			自殺者数(人)			自殺死亡率 (人口10万対)			自殺者数(人)			自殺死亡率 (人口10万対)		
	豊橋市	県	全国	豊橋市	県	全国	豊橋市	県	全国	豊橋市	県	全国	豊橋市	県	全国	豊橋市	県	全国
平成9年 (1997年)		1,115	24,391										51	1,060	23,494	14.5	15.5	18.8
平成10年 (1998年)		1,579	32,863										59	1,451	31,755	16.7	21.1	25.4
平成11年 (1999年)		1,547	33,048										77	1,474	31,413	21.7	21.4	25.0
平成12年 (2000年)		1,510	31,957										72	1,444	30,251	20.2	20.8	24.1
平成13年 (2001年)		1,486	31,042										51	1,418	29,375	14.3	20.3	23.3
平成14年 (2002年)		1,552	32,143										70	1,432	29,949	19.5	20.5	23.8
平成15年 (2003年)		1,633	34,427										82	1,566	32,109	22.9	22.3	25.5
平成16年 (2004年)		1,485	32,325										86	1,432	30,247	23.9	20.3	24.0
平成17年 (2005年)		1,532	32,552										71	1,466	30,553	19.7	20.6	24.2
平成18年 (2006年)		1,510	32,155		20.7	25.2							77	1,455	29,921	21.2	20.4	23.7
平成19年 (2007年)		1,546	33,093		21.0	25.9							73	1,415	30,827	20.1	19.7	24.4
平成20年 (2008年)		1,555	32,249		21.0	25.3							62	1,441	30,229	17.0	20.0	24.0
平成21年 (2009年)	62	1,623	32,845	16.98	21.9	25.8	71	1,652	32,485	19.4	22.9	25.6	69	1,512	30,707	18.9	20.9	24.4
平成22年 (2010年)	81	1,571	31,690	22.16	21.2	24.9	84	1,604	31,334	23.0	22.2	24.7	76	1,434	29,554	20.8	19.8	23.4
平成23年 (2011年)	87	1,634	30,651	23.79	22.0	24.0	88	1,640	30,370	24.1	22.6	24.1	76	1,481	28,896	20.8	20.4	22.9
平成24年 (2012年)	87	1,454	27,858	22.38	19.6	21.8	79	1,464	27,589	21.6	20.2	21.8	71	1,332	26,433	19.4	18.3	21.0
平成25年 (2013年)	81	1,517	27,283	21.33	20.4	21.4	79	1,520	27,041	20.8	20.4	21.1	63	1,389	26,063	17.2	19.1	20.7
平成26年 (2014年)	64	1,395	25,427	16.86	18.7	20.0	65	1,424	25,218	17.1	19.0	19.6	54	1,290	24,417	14.8	17.7	19.5
平成27年 (2015年)	58	1,301	24,025	15.3	17.5	18.9	61	1,331	23,806	16.1	17.8	18.6	49	1,172	23,152	13.4	16.0	18.5
平成28年 (2016年)	67	1,180	21,897	16.91	15.7	17.3	64	1,196	21,703	16.9	15.9	17.0	57	1,055	21,017	15.7	14.4	16.8
平成29年 (2017年)	47	1,151	21,321	12.7	15.3	16.8	48	1,165	21,127	12.7	15.47	16.52	51	1,054	20,465	14.1	14.4	16.4

○各統計の違い

区分	自殺の概要資料	地域における自殺の基礎資料	人口動態統計
対象	総人口(外国人を含む)	総人口(外国人を含む)	国内日本人のみ
計上時点	自殺死体の発見日・発見地	自殺死体の自殺日・居住地	自殺死亡者の自殺日・住所地
計上方法	死体発見時に処理をした警察官が作成した自殺統計原票を基に作成して計上	左記の警察庁統計を厚生労働省で再集計	医師が作成した死亡診断書若しくは死体検案書から調査票を計上

(4) 自殺者の男女比（平成 25 年（2013 年）～29 年（2017 年）合計）

自殺者数の男女比は、男性が女性の約 2 倍となっており、これは全国と同様の傾向にあります。



厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(5) 年齢階級別にみた死因順位（平成 28 年（2016 年））

「その他の死因」を除き、15～39 歳で「自殺」が死因順位の 1 位となっており、40～59 歳で第 3 位、60～69 歳は第 4 位となっています。

年 代		1 位	2 位	3 位	4 位	5 位
子ども・若者	0～14 歳	その他の死因*	不慮の事故	—	—	—
	15～19 歳	自殺	悪性新生物*	心疾患	不慮の事故	その他の死因
	20～29 歳	その他の死因	自殺	不慮の事故	心疾患	悪性新生物
	30～39 歳	自殺	その他の死因	悪性新生物	脳血管疾患	—
壮年期	40～49 歳	悪性新生物	その他の死因	脳血管疾患	自殺	心疾患
	50～59 歳	悪性新生物	その他の死因	心疾患	自殺	脳血管疾患
高齢期	60～69 歳	悪性新生物	その他の死因	脳血管疾患	心疾患	自殺
	70～79 歳	悪性新生物	その他の死因	脳血管疾患	肺炎	心疾患
	80 歳以上	その他の死因	悪性新生物	心疾患	肺炎	老衰

厚生労働省「人口動態統計」

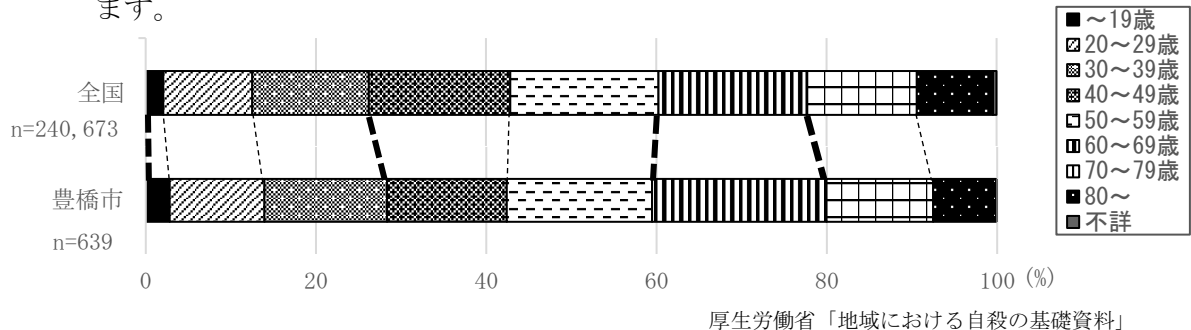
* その他の死因

結核、悪性新生物、糖尿病、高血圧性疾患、心疾患、脳血管疾患、肺炎、肝疾患、腎不全、老衰、不慮の事故、自殺を除いた疾患を含む

(6) 自殺者の年齢構成

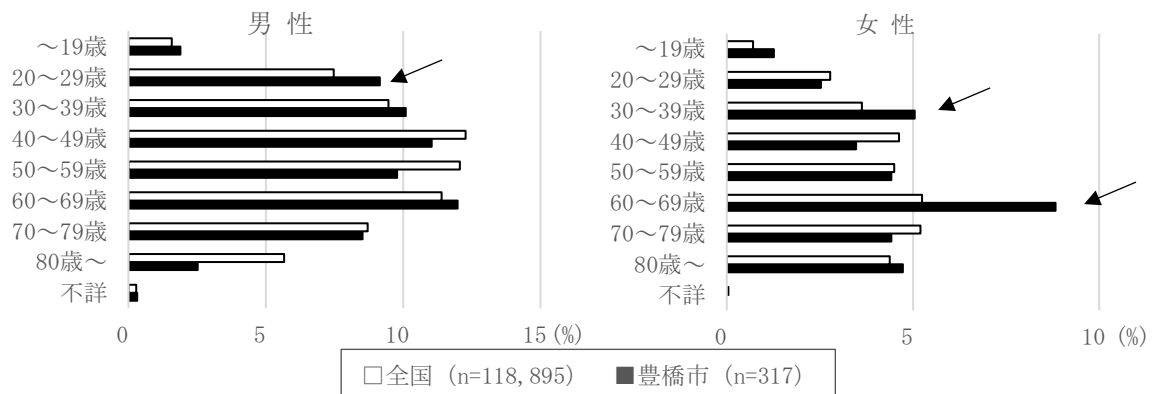
1) 全国との比較(平成21年(2009年)～29年(2017年)合計)

全国の状況と比べ、30歳代までの若者(39歳以下)や60歳代が高くなっています。



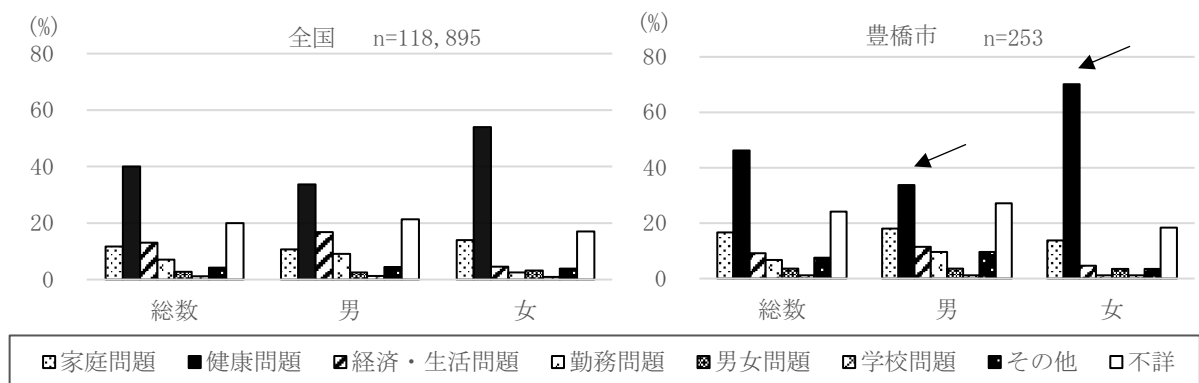
2) 男女別の年齢階級別自殺者割合(平成25年(2013年)～29年(2017年)合計)

全国の状況と比べ、20歳代の男性や30歳代、60歳代の女性の割合が高くなっています。



(7) 原因・動機別の自殺者割合(平成25年(2013年)～29年(2017年)合計)

男女とも「健康問題」が最も多く、次いで「家庭問題」、「経済・生活問題」の順です。全国の状況と比べ、男性においては「家庭問題」の割合が多くなっています。



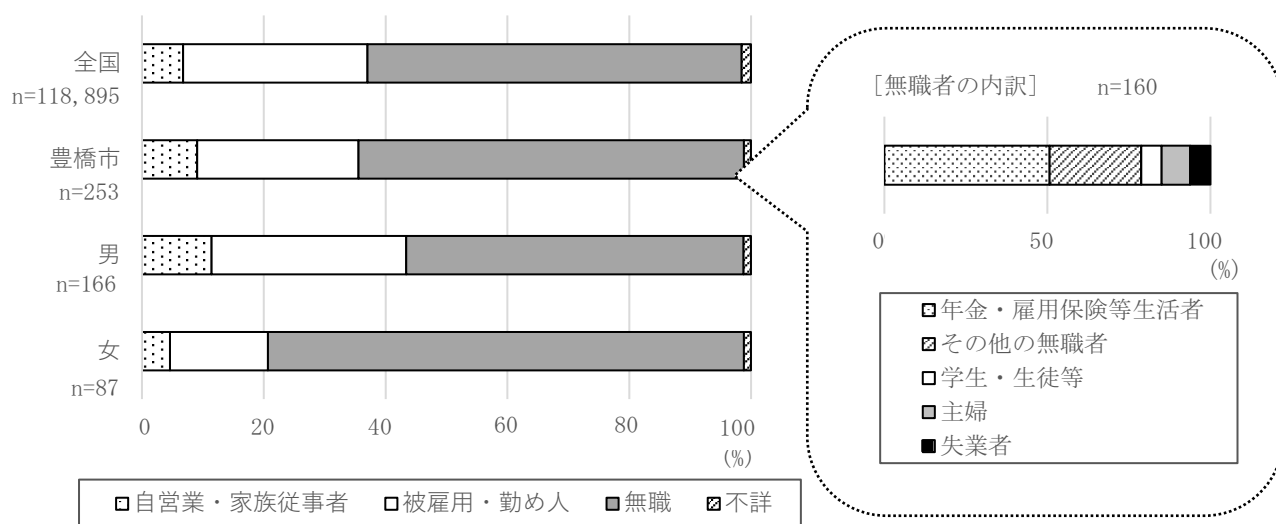
・明らかに推定できる原因・動機を3つまで計上可能としており、重複もある(不詳を除く)

・平成28年の豊橋市分は非公表のため含まない

厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(8) 職業別の自殺者割合（平成25年（2013年）～29年（2017年）合計）

無職者が全体の約6割を占めており、男性より女性に多くなっています。全国と比べると、自営業・家族従事者が多く、被雇用・勤め人が少ない状況です。また、無職者の内訳では、約半数が年金・雇用保険等生活者です。

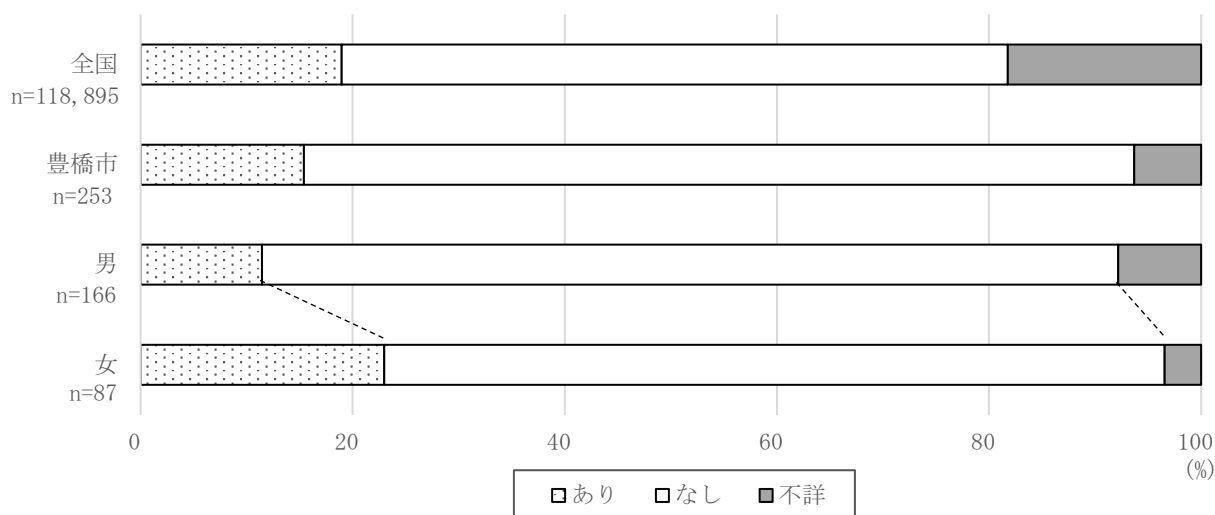


・平成28年の豊橋市分は非公表のため含まない

厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(9) 自殺未遂[※]歴の有無別の自殺者割合（平成25年（2013年）～29年（2017年）合計）

女性は男性に比べて、自殺未遂歴のある者の割合が高い状況にあります。



・平成28年の豊橋市分は非公表のため含まない

厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(10) 国から示された「地域の自殺の特徴（地域自殺実態プロファイル【2017】）」

(特別集計（自殺日・住居地、平成24年（2012年）～28年（2016年）合計））

国から「地域の自殺の特徴」として示された、豊橋市の自殺の実態は、以下のとおりです。性、年代、職業、同居人の有無から自殺者数が多い5つの区分が示されました。

1) 自殺者数の多い対象群

区分	自殺者数 5年計	割合	自殺死亡率 (10万人対)	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	45	12.9%	36.8	失業（退職）→生活苦＋介護の悩み（疲れ）＋身体疾患→自殺
2位: 女性 60歳以上無職同居	41	11.8%	20.3	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
3位: 男性 40～59歳有職同居	32	9.2%	15.6	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
4位: 男性 40～59歳無職同居	21	6.0%	157.5	失業→生活苦→借金＋家族間の不和→うつ状態→自殺
5位: 男性 20～39歳有職同居	20	5.7%	13.3	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

・自殺死亡率の母数（人口）は、平成27年（2015年）国勢調査※を基に自殺総合対策推進センター※にて推計

* 背景にある主な自殺の危機経路

NPO法人ライフリンク※が行った500人以上の自殺で亡くなった方についての実態調査から、それぞれの区分が抱え込みやすい要因とその連鎖のうち主なものを記載

2) 自殺死亡率の高い対象群

区分	自殺者数 5年計	割合	自殺死亡率 (10万人対)	全国 割合	全国 自殺死亡率 (10万人対)
1位: 男性 40～59歳無職独居	11	3.2%	265.4	4.2%	275.8
2位: 男性 20～39歳無職独居	12	3.4%	164.5	2.3%	105.9
3位: 男性 40～59歳無職同居	21	6.0%	157.5	5.3%	133.2
4位: 男性 60歳以上無職独居	16	4.6%	84.1	6.6%	96.2
5位: 男性 20～39歳無職同居	18	5.2%	72.3	5.0%	67.2

・自殺死亡率の母数（人口）は、平成27年（2015年）国勢調査※を基に自殺総合対策推進センターにて推計

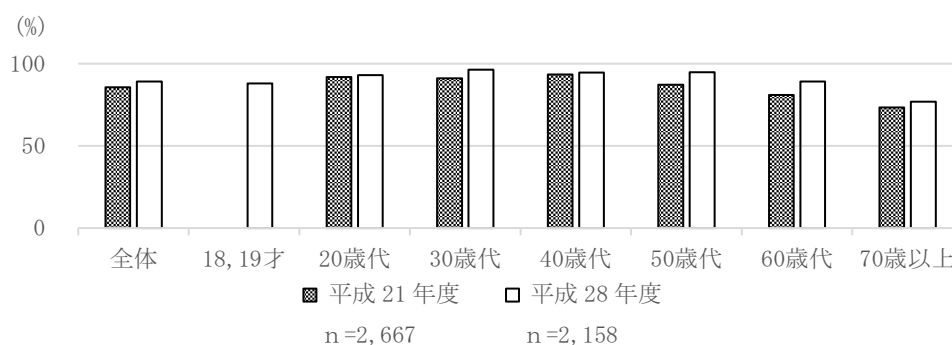
2 市民意識調査の集計結果

(1) 平成21年度、28年度の市民意識調査*の結果

各質問に対し、「はい」と回答した割合を平成21年度と28年度で比較した結果は次のとおりです。(平成21年度調査は20歳以上を対象としている)

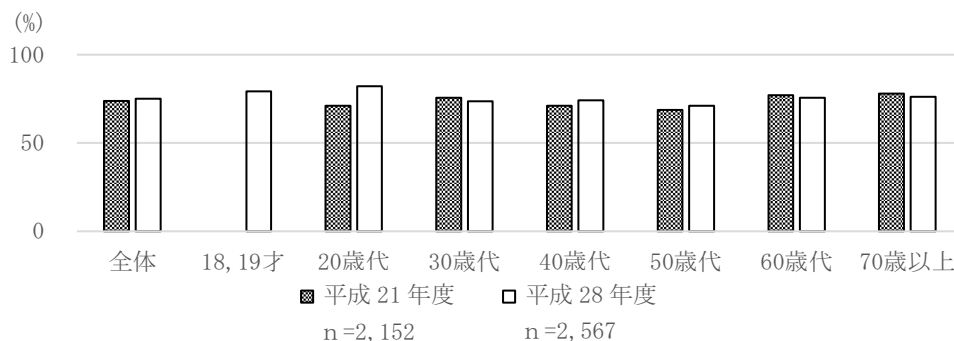
1) こころの病気は誰もがかかる可能性があるといますか

「はい」と回答した人の割合が概ね80%以上です。どの年代においても、平成21年度に比べ28年度は割合が高くなっています。



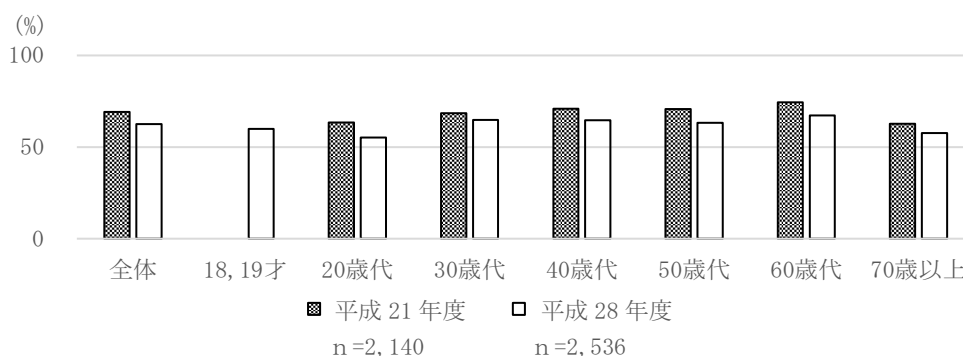
2) 毎日の生活は充実していますか

「はい」と回答した人の割合が概ね70%以上です。20・40・50歳代においては、平成21年度に比べ28年度は割合が高くなっています。



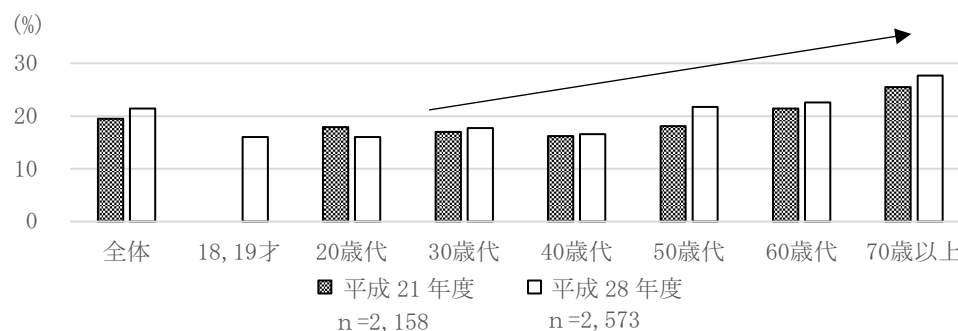
3) 自分は役に立つ人間だと思いますか

「はい」と回答した人の割合が概ね60%以上です。どの年代においても、平成21年度に比べ28年度は割合が低くなっています。



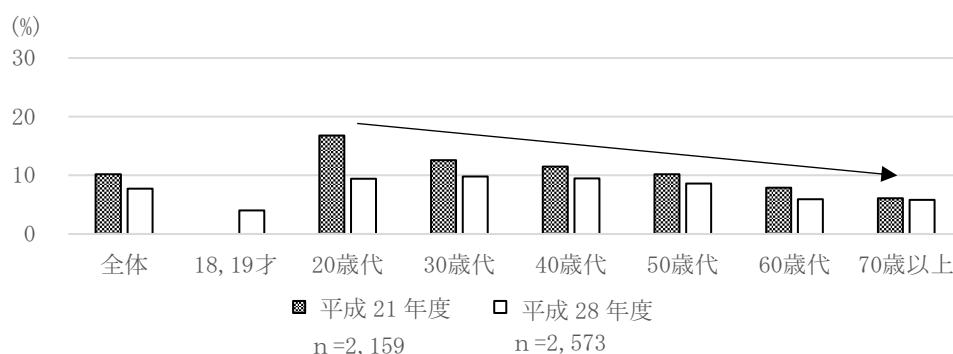
4) 死について何度も考えたことがありますか

「はい」と回答した人の割合が概ね 20%で、年齢が上がるにつれ、割合も高くなっています。20 歳代においては、平成 21 年度に比べ 28 年度は割合が低くなっています。



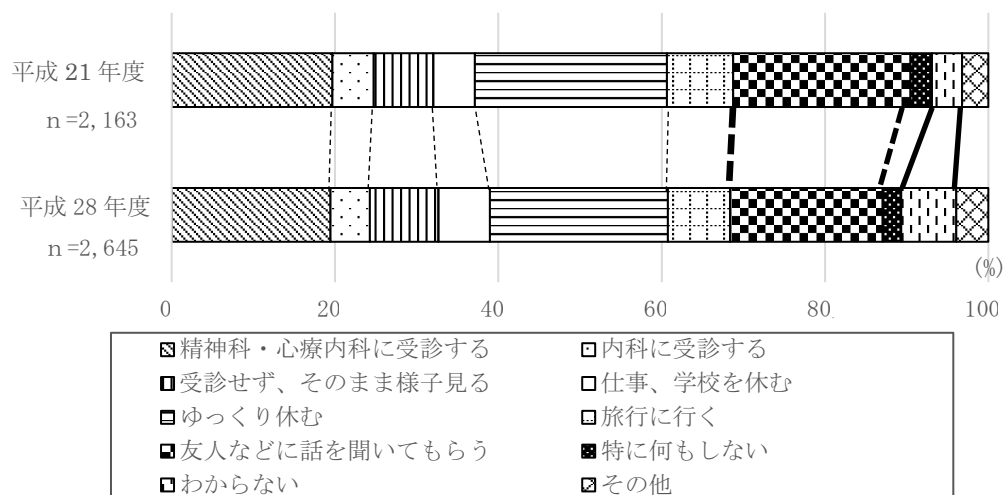
5) 気分が落ち込み、自殺を考えたことがありますか

「はい」と回答した人の割合が概ね 10%以下で、年齢が上がるにつれ割合が低くなっています。20 歳代においては、平成 21 年度に比べ 28 年度は割合が大きく減っています。



6) あなたはうつ状態が続いたときにどのように対処しますか

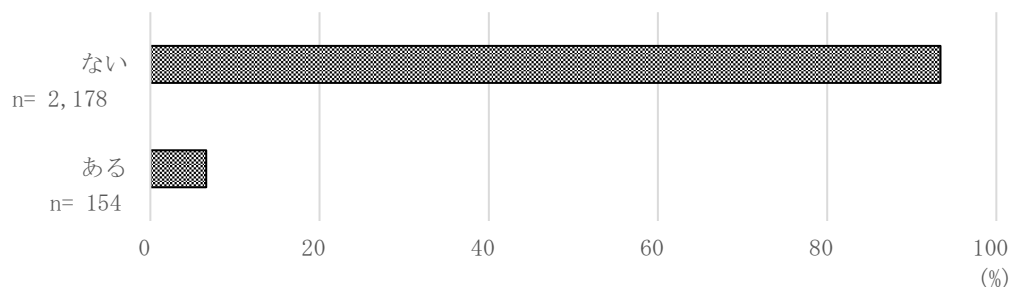
平成 28 年度は 21 年度に比べて、「友人などに話を聞いてもらう」の割合が低くなっています。また、「わからない」と回答した割合が高くなっています。



(2) 平成30年度市民意識調査の結果

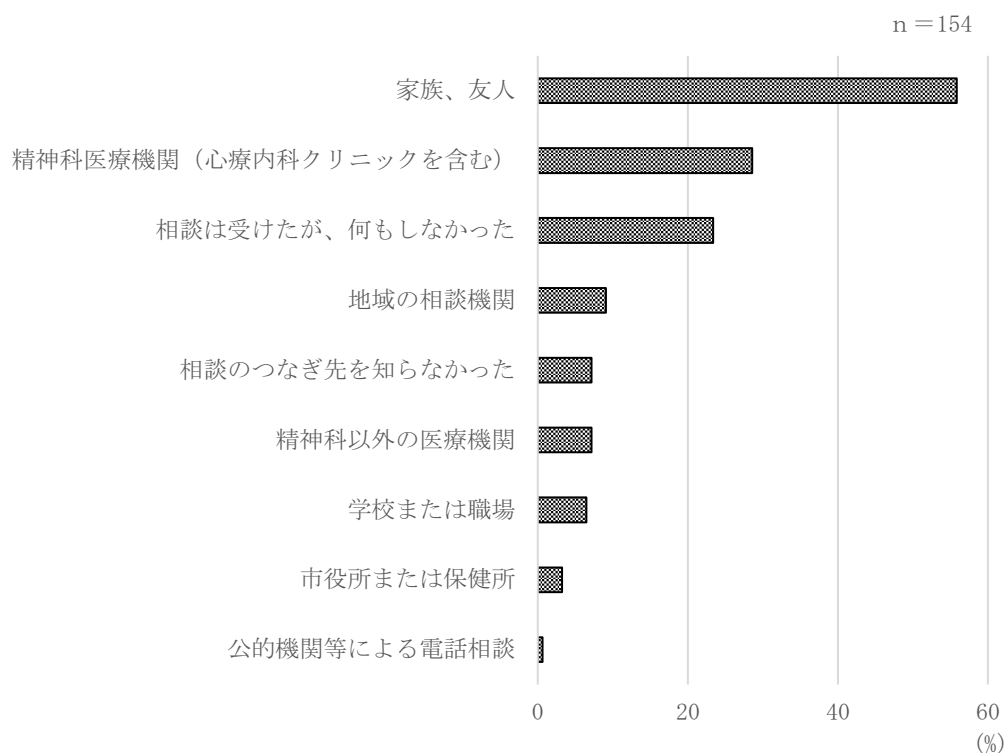
1) ここ5年以内で、身近な人（家族、友人）から「死にたい」という相談を受けたことがありますか。

身近な人から「死にたい」と相談を受けたことがあると回答した人が、6.6%います。



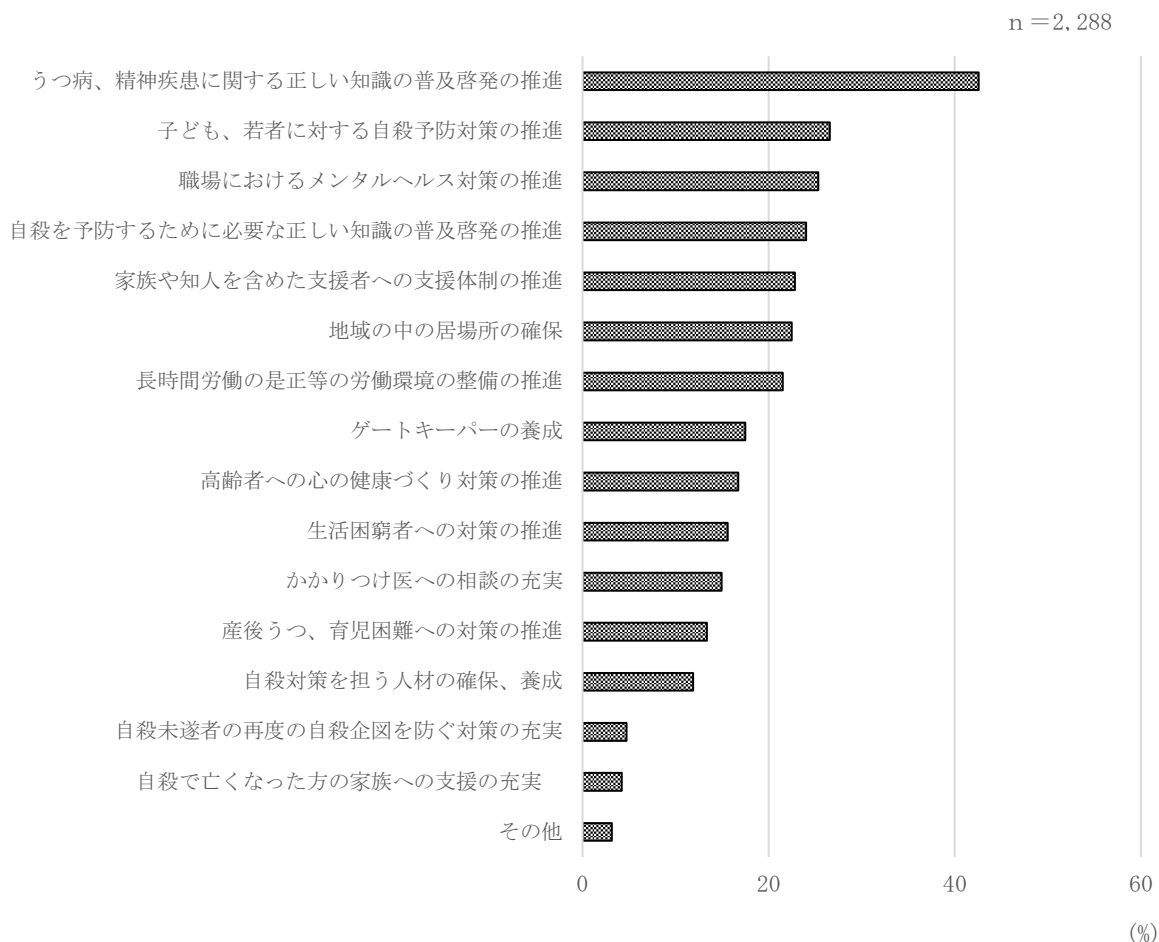
2) 相談を受けたのち、あなたはどこかにもしくは誰かに相談をつなぎましたか。(当てはまるものすべてを選択)

自殺の相談を受けた人が「家族、友人」に相談すると回答した人は55.8%います。一方で「相談は受けたが、何もしなかった」と回答した人は23.4%、「相談のつなぎ先を知らなかった」と回答した人は7.1%います。



3) 自殺を予防する対策の中で特に重要だと思われる対策はどれですか。 (特に重要だと思う事を3つまで選択)

「うつ病※、精神疾患に関する正しい知識の普及啓発の推進」と回答された人が最も多くいます。



*市民意識調査

市民と行政が一体となったまちづくりを推進するにあたり、市民の皆さまの貴重なご意見やご要望をお聞きし、豊橋市のまちづくりに反映させることを目的に実施している調査です。

	平成 21 年度（2009 年度）	平成 28 年度（2016 年度）	平成 30 年度（2018 年度）
調査地域	豊橋市全域		
調査対象	市内在住の満 20 歳以上の男女	市内在住の満 18 歳以上の男女	
標本数	5,000		
抽出方法	市民基本台帳から等間隔無作為抽出		
調査方法	設問紙に基づく郵送法		
調査期間	2009 年 6 月 15 日 ～6 月 29 日	2016 年 6 月 8 日 ～7 月 8 日	2018 年 7 月 9 日 ～7 月 31 日

3 その他の統計

(1) 豊橋市の産後うつ病^{*}疑い（エジンバラ産後うつ病質問票^{*}9点以上）の発生率

産婦健康診査時（出産後2週間）に産後うつ病の早期発見のために実施するエジンバラ産後うつ病質問票で、9点以上のハイリスク群が約8.7%見られます。国立成育医療研究センターの調査では、妊産婦死亡の原因で自殺が最も多い状況であり、子育てへの不安やストレスによっておこる産後うつ病が原因の一つと考えられるとの報告があります。このことから、妊娠から育児への切れ目のない支援が重要です。

エジンバラ産後うつ病 質問票回答数	産後うつ病疑い 人数	産後うつ病疑い 割合	全国 [*]
1,101人	96人	8.7%	9.0%

・平成30年（2018年）6月から10月に産婦健康診査を受けた産婦の結果 こども保健課「産婦健康診査」

^{*}厚生労働省「健やか親子21」最終評価を参照

4 豊橋市の自殺の特徴

(1) 男性の自殺の特徴

- ・男性は女性に比べ、自殺者数が多い
- ・自殺の原因・動機は、「健康問題」「家庭問題」「経済・生活問題」の順に多い
- ・60歳以上の無職者の自殺者割合が高い
- ・40～59歳の無職者の自殺死亡率が特に高い

(2) 女性の自殺の特徴

- ・全国に比べ、特に60歳代の自殺者割合が高い
- ・自殺の原因・動機は、特に「健康問題」とする割合が高い

(3) 子ども・若者（39歳以下）の自殺の特徴

- ・自殺死亡率は、他の年代は年々減少しているが、子ども・若者の年代は横ばいで推移している
- ・若者の死亡原因の第1位は、自殺（その他の死因を除く）である
- ・全国に比べ、20歳代の男性の自殺者割合が高い
- ・全国に比べ、30歳代の女性の自殺者割合が高い

5 豊橋市において重点的に取り組む課題

豊橋市の自殺の特徴に示したように、子ども・若者の自殺死亡率はほぼ横ばいで、減少率は低い状況です。また、全国と比べ高齢期の女性の自殺者割合及び壮年期の男性の自殺死亡率が高くなっています。

今後、重点的に取り組むべき課題を以下のとおりとします。

（１）子ども・若者に対する自殺対策の推進

若年層における自殺死亡率の減少率が低いと、生きづらさを抱えた子ども・若者に対し重点的に取り組む必要があります。また、子ども・若者への支援は、将来自殺に追い込まれる危機に陥った際に、自殺を踏みとどまる力につながるため、特に優先的に取り組む必要があります。

（２）高齢期の女性に対する自殺対策の推進

60歳代の女性の自殺者割合が全国より高く、自殺の原因・動機で多くが健康問題を挙げています。加齢による身体の衰えや介護負担など様々な悩みや不安が背景にあるため、60歳代の女性に対し重点的に取り組む必要があります。

（３）壮年期の男性に対する自殺対策の推進

40～59歳の男性・無職者の自殺死亡率は、どの年代よりも高くなっています。

壮年期の男性は、職場環境や経済問題のストレスから、こころの健康に変調をきたしやすい年代です。職場におけるメンタルヘルス※対策等、勤務や経済の問題に関する支援の充実に取り組む必要があります。

第3章 計画の基本的な考え方

1 これまでの自殺対策の取組

豊橋市では、平成 21 年度より地域自殺対策緊急強化基金[※]市町村等事業費補助金の交付を受け、自殺対策事業を開始しました。こころの不調を抱えた人を対象とした個別相談事業、市窓口職員や相談職員、民生委員・児童委員[※]等を対象としたゲートキーパー[※]養成研修、市内高等学校への自殺予防啓発チラシの配布、一般市民に向けた啓発事業に取り組んできました。

しかし、自殺の背景には様々な要因があり、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含めた「生きる支援」としての取組が重要です。このような包括的な取組を実施するには、様々な分野での施策の展開や、人々や組織が密接に連携し対策を推進することが必要です。

2 計画の基本理念

自殺は、人が自ら命を絶つ瞬間的な行為としてだけではなく、人が命を絶たざるを得ない状況に追い込まれた末の死であり、精神保健上の問題だけでなく、社会・経済的視点を含む生きる支援が必要です。自殺対策の本質が生きることの支援にあることから「いのち支える自殺対策」という理念のもと、計画の基本理念を「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」とします。

3 計画の基本目標

国は、自殺総合対策大綱において、2026 年までに、自殺死亡率（人口 10 万人当たりの自殺者数）を 2015 年と比べ、30%以上減少（2015 年 18.5⇒2026 年 13.0 以下）させることを、国の進める自殺対策の目標と定めています。

こうした国の方針を踏まえつつ、本市でも 2026 年までに自殺死亡率を 2015 年と比べ 30%以上減少させることを目標に、最終目標値を 9.4 以下とします。本計画では、5 年後の 2023 年までに自殺死亡率を 2015 年と比べ 20%以上減少させることを目標に、目標値を 10.7 以下とします。

項 目	平成 27 年（2015 年）	目標値（2023 年）	最終目標値（2026 年）
自殺死亡率の減少	13.4	10.7 以下	9.4 以下

厚生労働省「人口動態統計」

4 計画の基本方針

(1) 生きることの包括的支援としての総合的な施策の推進

- 1) 生きることの阻害要因を減らし、促進要因を増やします
- 2) 様々な分野の生きる支援の連携を強化します

(2) 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動

- 1) 事前対応・自殺発生の危機対応・事後対応等の段階ごとに効果的な施策を講じます
- 2) 自殺の事前対応の更に前段階での取組を推進します

5 自殺対策の取組の考え方

(1) 基本施策

誰もが生きる支援を受けられるように、地域全体で取り組む「基本施策」を以下のとおりとします。

1) 地域におけるネットワークの強化

自殺を個人的な問題とせず、社会的な問題として捉え、庁内及び外部の関係機関との連携により、誰も自殺に追い込まれることなく安心して生きられることを目指します。

2) 自殺対策を支える人材の育成

生活上の困難を抱える人に対し、身近で「気づき」「傾聴」「つなぎ」「見守り」ができる人材の育成及び相談技術の向上に取り組むことで、早期に気づき支える人を増やすことを目指します。

3) 市民への啓発と周知

自殺の多くが追い込まれた末の死であること、そして自殺に追い込まれる人の心情や背景を理解することができるよう、自殺対策に関する正しい知識の普及に取り組むことで、支え合う地域を目指します。

4) 生きることの促進要因への支援

生きることを阻害する要因（失業や多重債務、生活上の苦痛など）より生きることを促進する要因（自己肯定感^{*}、信頼できる人間関係、危機回避能力など）が上回れば自殺のリスクを抑えることができます。相談体制の充実、自殺未遂者の支援、災害時のこころの支援等を含めた生きることを支える支援の充実により、自殺のリスクを抑えることを目指します。

(2) 対象に応じた重点施策

本市が抱える課題に対する取り組みとして、対象者別に取り組む「対象に応じた重点施策」を以下のとおりとします。

1) 子ども・若者に対する自殺対策の推進

生きづらさを抱えた子ども・若者が将来自殺に追い込まれる危機に陥った際に、自殺を踏みとどまる力をつける必要があります。自己肯定感を高め自他の命の大切さを学び、困難に直面したときの対処方法を身につけることで、困難を乗り越える力を高めることを目指します。

さらに、子ども・若者がSOSを出した時に、それを受け止めることのできる身近な大人を地域に増やすための取組を実施します。

また、産後うつ病に対し、妊娠期からの支援を開始します。安定、安心できる妊娠、出産、育児が出来るよう支援の充実を図ります。

2) 高齢期の女性に対する自殺対策の推進

高齢期の女性は、加齢による身体の衰えや介護負担など様々な悩みや不安が背景にあるため、市民と支援者、支援者同士の連携の強化を図ることで、健康問題や家庭問題を抱える女性が安心・継続して支援を受けられることを目指します。

3) 壮年期の男性に対する自殺対策の推進

働く世代である40～50歳代男性は、職場環境や経済問題のストレスからのこころの健康に変調をきたしやすい年代です。職場のメンタルヘルス対策や、相談しやすい環境を整えることにより、家庭生活や地域活動と仕事を両立でき、いきいきと働き続けられることを目指します。

＜施策の体系＞

基本理念、基本方針を踏まえ、誰もが生きる支援を受けられるように、地域全体で取り組む「基本施策」を進めていきます。さらに、本市が抱える課題に対する「対象に応じた重点施策」に取り組み、自殺対策を包括的に推進していきます。

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

基本方針

- ・ 生きることの包括的支援としての総合的な施策の推進
- ・ 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動

基本施策

- 1 地域におけるネットワークの強化
- 2 自殺対策を支える人材の育成
- 3 市民への啓発と周知
- 4 生きることの促進要因への支援

対象に応じた重点施策

- 1 子ども・若者に対する自殺対策の推進
- 2 高齢期の女性に対する自殺対策の推進
- 3 壮年期の男性に対する自殺対策の推進

第4章 取組の展開

1 基本施策

(1) 地域におけるネットワークの強化

【課題】

- ◇自殺対策を社会的な問題として捉え、きめ細やかな対応ができるよう、庁内及び外部の関係機関と連携強化を図る必要があります。
- ◇緊急時対応を含め、関係機関の相互の役割を理解し、適切な機関との連携を図る必要があります。

【取組】

①庁内及び外部関係機関とのネットワークの強化

会議を開催し、自殺対策に関する課題共有や具体的な対策を検討し、関係の強化を図ります。また、緊急時対応も含め、それぞれの役割を明確にし、相互のネットワークを強化します。啓発活動、研修会への参加を通し、自殺対策の理解を図り連携の強化を行います。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
◎	庁内推進体制の構築	庁内関係部署により、自殺対策計画の進捗管理及び課題の共有と連携の促進を図ります。	市（健康部、関係部局）
◎	外部関係機関とのネットワークの強化	外部の関係機関の参画を得て、ネットワーク会議において、自殺の実態や課題の共有と連携の促進を図ります。	市（健康部）、関係団体
◎	相談窓口一覧の配布	適切な相談へつながることができるよう、相談窓口の一覧を作成し、関係機関への配布を行います。	市（健康部）

(2) 自殺対策を支える人材の育成

【課題】

◇困難を抱える人に対して、身近な人による早期の「気づき」「傾聴」「つなぎ」「見守り」ができるようゲートキーパーの役割を知り、役割を担うことのできる人材の育成を図る必要があります。

【取組】

①早期に気づき、支えることのできる人材育成の推進

自殺対策に関する啓発を図るための研修会を実施し、市民が相互に支え合うことができるようゲートキーパー*になりうる人材の育成を推進します。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
◎	ゲートキーパー研修 (市職員、医師会・歯科医師会・薬剤師会等医療従事者、福祉関係職員、民生委員・児童委員、自治会役員等地域市民に関わる支援者向け)	自殺予防につなげるために、必要な知識と専門機関へのつなぎ方を学ぶゲートキーパー研修を実施します。	市（健康部）
	まちづくり出前講座（こころの健康）	地域の団体からの要望に応じ、ゲートキーパー研修を実施します。	市（健康部）

*自殺の危険サインに気づき、声をかけ、傾聴し、適切な支援につなぎ、見守るという役割を担う人で、「いのちの門番」とも位置づけられています。

(3) 市民への啓発と周知

【課題】

- ◇ストレスの解消法などのこころの健康づくり及びこころの問題の早期発見や、対応を理解するための知識の普及啓発を強化する必要があります。
- ◇自殺の危機に陥った人の心情や背景は理解されにくいいため、自殺対策に関する正しい知識の普及を図る必要があります。
- ◇精神疾患（統合失調症※、うつ病、アルコール・薬物・ギャンブル依存症※等）、引きこもり※等の生きにくさを抱える人、性的マイノリティ※の理解の促進を図る必要があります。

【取組】

①市民への啓発と正しい知識の周知

自殺予防週間、自殺対策強化月間及び各種イベント等を活用し、ストレスの解消法、精神疾患等の正しい知識、相談窓口の啓発と周知を図ります。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
◎	自殺対策啓発普及講演会	こころの健康に関する正しい知識の普及を目的に研修会の開催を行います。	市（健康部）
◎	ほっとスポットの周知	こころが疲れた時の対処方法として、市内の公共施設等、ほっとできる場所、または活動を紹介します。	市（健康部、都市計画部、総合動植物公園部等）
◎	ギャンブル依存症相談窓口の周知	ギャンブル依存症対策として、競輪場内にギャンブル依存症相談窓口の周知や自殺に関する相談窓口の一覧について掲示し、周知します。	市（産業部）
	性的マイノリティに対する理解促進	セミナーや啓発紙等により、LGBT※等性的少数者に対する理解促進を図ります。	市（市民協創部）
	相談窓口のご案内等のガイドブックへの相談窓口の掲載	ガイドブックへ相談窓口を掲載することで、相談機関の周知を行います。	市（市民協創部、福祉部等）

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	自殺予防街頭キャンペーン及び啓発事業	9月の自殺予防週間に市民向けの街頭キャンペーンを開催します。 3月の強化月間において、図書館、保健所等での啓発を行います。	市（健康部）、企業
	各種イベントでの啓発活動	各種イベント（豊橋まつり、まちづくり事業等）において啓発活動を行います。	市（健康部、産業部等）、関係団体

(4) 生きることの促進要因への支援

1) 相談体制の充実

【課題】

- ◇心理的に追いつめられたり、相談への抵抗感から支援を求められず、問題が深刻化したりすることがあります。
- ◇親族等身近な方を亡くされた方は、深い悲嘆などから精神的不調をきたすことがあります。自殺に対する周囲の偏見や知識の不足により大切な人を亡くしたことを誰にも話せずに孤立してしまうなど苦痛を抱えることがあります。身近に相談できる相談窓口の充実が必要です。
- ◇自殺は様々な要因が重なりあっているため、相談窓口相互の連携強化を図る必要があります。

【取組】

①自殺の要因となる様々な悩みに対応する相談体制の充実

日常生活から生じる悩みに対し、各種相談窓口体制の充実を推進します。多様化する問題への対応は、相談機関が相互に連携しながら支援を進めます。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	こども・若者総合相談	妊産婦、子ども・若者(39歳以下まで)、またその家族を対象に、あらゆる相談に応じ、子どもと若者の健やかな暮らし、伸びやかな未来を一緒に考えながら一人ひとりの困りごとに寄り添ったサポートをします。	市(こども未来部)
	市民相談	日常生活から生じる様々な問題に対し、解決の手がかりや方法について助言し、安定した市民生活の向上を図ります。	市(市民協創部)
	健康相談	身体やこころの不調について相談に応じます。	市(健康部)
	女性相談	家庭や生活上の問題解決のための各種相談に応じます。(女性のための悩みごと電話・面接相談、女性のための法律相談)	市(市民協創部)
	外国人相談	外国人市民に対し、行政相談、生活相談を行い、困りごとへの対応、助言を行います。	市(市民協創部)

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	精神保健福祉相談	こころの不調を抱える方（精神疾患、アルコール等の依存症、自殺願望のある方、自死遺族※の方等）に対し、精神科医師、保健師が相談に応じます。	市（健康部）
	こころの健康相談	こころの問題で悩んでいる方を対象に臨床心理士が相談に乗ることにより、相談者自身が問題解決の方法を考えていくきっかけとし、うつ病予防とします。	市（健康部）
	障害者総合相談	障害者本人、家族からの就労・生活・福祉制度など様々な相談に応じ、必要な情報提供、助言を行うとともに、関係機関と連携した支援を行います。	市（福祉部）
◎	性的マイノリティに関する相談体制の充実	LGBT 等性的少数者が悩みを打ち明けられる環境とするため、関係機関において相談員のスキルアップや体制のネットワーク化を進めます。	市（市民協創部）
	DV※相談	配偶者等からの暴力の相談に対し、解決の手がかりや対応方法について助言します。	市（市民協創部）
	ギャンブル依存症に関する相談	ギャンブル依存症に対する相談窓口を設置し、相談対応体制の整備、依存症に関する知識の普及・啓発による予防、職員への教育及び申請に応じた入場制限体制の整備、その他依存症対策に必要な業務を行います。	市（産業部）
	医療相談	入院・通院している患者で、本人や家族が抱える様々な生活・療養上の問題についての相談に応じます。	医療機関、医師会、薬剤師会

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	がん相談	がん相談員が、がんに関する疑問や不安、悩みについて相談に応じます。必要に応じ、病院スタッフ間で連携を図ります。	市（市民病院）
	女性相談（医療機関）	健康に関する女性特有の悩みに関し、女性の看護師が相談に応じます。	市（市民病院）
	難病※相談	難病による療養上の悩み等に対し、保健師、管理栄養士等が相談に応じます。	市（健康部）

2) 自殺未遂者への支援の充実

【課題】

- ◇自殺未遂者は、再度の自殺企図^{*}を起こす自殺のハイリスク群です。自殺未遂者支援の正しい知識の普及を図る必要があります。
- ◇自殺未遂者の再企図を防止するため、医療、保健、福祉等の連携を強化し、支援の充実を図る必要があります。

【取組】

①自殺未遂者を支える人材育成の推進

医療従事者、救急隊員等の自殺未遂者と接する機会のある人が、自殺未遂に関する正しい知識を身につけることで、自殺に対する理解を深め、適切な対応ができるよう啓発を行います。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	自殺未遂者支援研修	警察、消防、相談窓口職員に対し、自殺未遂者支援に対する研修会を開催します。	市（健康部）

②自殺未遂に関する相談体制の充実

当事者やその家族、身近な人が相談できるよう相談体制の充実を図ります。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	【再掲】 精神保健福祉相談	こころの不調を抱える方（精神疾患、アルコール等の依存症、自殺願望のある方、自死遺族の方等）に対し、精神科医師、保健師が相談に応じます。	市（健康部）
	【再掲】 こころの健康相談	こころの問題で悩んでいる方を対象に臨床心理士が相談に乗ることにより、相談者自身が問題解決の方法を考えていくきっかけとし、うつ病予防とします。	市（健康部）
	【再掲】 医療相談	入院・通院している患者で、本人や家族が抱える様々な生活・療養上の問題についての相談に応じます。	医療機関

③自殺未遂者を支援する関係機関の連携の強化

自殺未遂者を支援する関係機関が相互に情報共有・連携の強化を図ります。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	各機関による支援の連携	自殺未遂者の支援において、地域の関係機関との情報共有・連携の強化を図ります。	市（健康部）、関係団体

④当事者や家族等への情報提供の推進

相談窓口の周知としてリーフレットやカードの配布を行います。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
◎	カード配布事業	自殺未遂者やその家族に対し、相談窓口のカード等を配布します。	市（健康部、消防本部）

⑤自殺防止、事故対策のための環境整備の強化

自殺企図者を出さないために、公園等の安全な環境づくりに努めます。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	維持管理事業	防犯、事故対策を含め、周囲から見通しの良い公園等の整備や管理を行います。	市（都市計画部、総合動植物公園部）

3) 災害時のこころのケア

【課題】

- ◇災害時に被災者に起こるこころの変化やケアの重要性等について、平常時から市民への正しい知識の普及を図る必要があります。
- ◇災害を経験することは、大きな心理的負担を抱えるきっかけとなることが多く、自殺のリスクが高まります。災害時の相談窓口の確保及び継続した支援が必要です。

【取組】

①平常時の対策の充実

災害時の知識・情報として、メンタルヘルスについて平常時より周知します。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	防災講話	市民や自主防災会*向けの防災講話等の中で、災害時の知識・情報の1つとして被災者・支援者のこころについての相談窓口等を周知します。	市（防災危機管理課）

②災害時の対策の充実

早期に保健活動を実施し、被災者の孤立防止、精神面に配慮した取り組みを行います。生活再建等の復興関連に関わる施策を迅速かつ的確に実施します。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	専門職による相談等の実施	災害時のこころのケアを目的にした相談を、避難所等へ出向き行います。	市（健康部）、県、医師会、関係団体
	復興関連施策等への迅速な対応	生活再建等復興関連施策について、豊橋市地域防災計画に基づき県、関係部局・機関が連携します。	市（防災危機管理課、関係部局）、県 他

2 対象に応じた重点施策

(1) 子ども・若者に対する自殺対策の推進

【課題】

- ◇子ども・若者に対し、自己肯定感を育む取組、SOSを出すことのできる力、適切な相談機関につなぐことのできる力を身につける教育が必要です。
- ◇子ども・若者のSOSに早期に「気づき」対応のできる身近な大人を増やすことが必要です。
- ◇悩みを抱える児童・生徒・若者やその保護者、家庭に対して、相談窓口の充実、情報共有・関係機関が連携した切れ目のない支援の強化が必要です。
- ◇妊娠出産時は、ホルモンバランスや環境の劇的な変化による精神面の不調をきたすことがあるため、子育てへの不安や悩みを相談でき、適切な支援につなぐことができるよう妊娠期からの支援の充実が必要です。
- ◇乳幼児期に保護者と愛着形成ができる環境づくりが必要です。

【取組】

①自己肯定感を育む教育の推進

1人1人の児童・生徒を大切にした教育、ストレスや困難に直面した際にSOSを出せる、友人からの相談を受け止める力を身につける教育を推進します。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
◎	SOSの出し方教育	児童・生徒が自己肯定感を持てるように支援するとともに、将来起きるかもしれない危機的状況に対して適切な行動が取れるように教育します。	市（健康部、教育部）
	よりよい学級づくりと友達づくりのためのアンケートの実施	市内小学6年生、中学1年生に対し、学校生活に関するアンケートを実施し、学級の抱える問題を視覚化し、要支援児童・生徒への個々の対応を強化します。	市（教育部）
	赤ちゃんふれあい体験	児童・生徒に赤ちゃんをあやし、抱っこをする機会を設け、将来親となるための母性、父性を養い、子どもに接する親の姿や子どもへの気持ちから命の尊さや大切さを学びます。	市（健康部）

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	若者へのゲートキーパー研修	身近な友人の変化に早期に「気づき」、信頼できる人への「つなぎ」を行える力を育てます。	市（健康部）、各高等学校、各大学

②子ども・若者と関わる職員や支援者向けの人材育成の推進

子ども・若者に対してゲートキーパーとなりうる人材の育成を推進します。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
◎	ゲートキーパー研修（教職員、市職員等、子ども・若者に関わる支援者向け）	子ども・若者に関わる職員やスタッフ等へ、自殺予防につなげるために必要な知識と専門機関へのつなぎ方を学ぶゲートキーパー研修を実施します。	市（健康部）
	教職員向け研修	研修を通して自殺予防、いじめ予防、不登校※等に対する理解を深めます。	市（教育部）
	【再掲】 まちづくり出前講座（こころの健康）	地域の団体からの要望に応じ、ゲートキーパー研修を実施します。	市（健康部）

③生きづらさを抱える子ども・若者に関する相談体制の充実

いじめ、不登校の問題を抱える子ども・若者やその保護者に対して、気軽に相談できる体制の整備を推進します。

非正規雇用等による生活上の困難感や発達障害※、性的マイノリティ等の中で生きづらさを抱えた時に気軽に相談できる体制の整備を推進します。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	【再掲】 こども・若者総合相談	妊産婦、子ども・若者（39歳以下まで）、またその家族を対象に、あらゆる相談に応じ、子どもと若者の健やかな暮らし、伸びやかな未来を一緒に考えながら一人ひとりの困りごとに寄り添ったサポートをします。	市（こども未来部）

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	こども専用相談ダイヤル	小学校中学年から高校生を対象に、自ら相談できるよう子ども専用の相談ダイヤルで相談に応じます。	市（こども未来部）
	児童相談支援事業	児童虐待防止を図るため、養育支援員が訪問や相談に応じることで保護者の負担を軽減します。	市（こども未来部）
	教育相談 （不登校・いじめ・教育一般）	児童・生徒の教育や子育てに関する課題について、保護者からの相談に対応することで、課題解決を図ります。また、いじめや不登校等、子どもが抱える多様な課題に合わせ、個別カウンセリングや適応指導教室※の運営を行います。	市（教育部）
	スクールソーシャルワーカー※活用事業	子どもが抱える課題解決に向け、教育・福祉・医療等の関係機関と連携して支援を行います。	市（教育部）
	臨床心理士の配置	児童・生徒や保護者からの学校生活における相談を受け、教職員等との連携により課題解決を図ります。	市（教育部）
	スクールカウンセラー※の配置	児童・生徒や保護者から学校生活における悩みなどの相談を受け、継続したこころのサポートや教職員等と連携して課題解決を図ります。	県（教育委員会事務局）
	メンタルフレンド事業	引きこもり傾向にある児童・生徒の家庭を大学生などのメンタルフレンドが訪問し、こころの友として話し合ったり、軽い運動をしたりして、自立のサポートを行います。	市（教育部）
	思春期精神保健福祉相談	子どもの問題行動や子どもに関する悩みや不安について、解決に向けて児童精神科医が相談に応じます。	市（健康部）

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
◎	【再掲】 性的マイノリティに関する相談体制の充実	LGBT 等性的少数者が悩みを打ち明けられる環境とするため、関係機関において相談員のスキルアップや体制のネットワーク化を進めます。	市（市民協創部）
	【再掲】 DV 相談	配偶者等からの暴力の相談に対し、解決の手がかりや対応方法について助言します。	市（市民協創部）
	若者就職サポート塾	合同企業説明会等で就職相談ブースを設置します。相談内容に合わせ、豊橋公共職業安定所 [※] やとよはし若者サポートステーション [※] 等の支援機関に相談者をつなぎ、就職支援をすることで、若者の社会的自立を支援します。	市（産業部）、企業、関係団体

④切れ目のない支援を目指した関係機関の連携の強化

切れ目のない支援を目指すため、関係機関が相互に情報の共有・連携の強化を図ります。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	教育に関する調査研究・会議や連絡会	支援が必要な児童・生徒や家庭を把握し、各相談機関と連携し支援を行います。	市（教育部）
	生活サポート主任の配置	児童・生徒の自立支援、不登校対策指導、校内マネジメント、校外の関係機関と調整に当たるため、各学校に生活サポート主任を配置し、生活サポート委員会の設置をします。	市（教育部）
	要保護児童対策ネットワーク協議会	児童虐待における要保護家庭・要支援家庭について、関係機関と連携し支援を行います。	市（こども未来部）
	子ども・若者自立支援事業（子ども若者支援地域協議会）	若者における課題や現状について、関係者間での情報共有と支援検討を行います。	市（こども未来部）

⑤安心、安全に過ごすことのできる居場所の確保の推進

子ども・若者が、地域で安心して生活できる居場所の確保を推進します。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	ほっとプラザの運営	学校に行きづらい子どもの居場所として、ほっとプラザの運営を行います。	市（教育部）
	切れ目のない子育て支援事業（子どもの居場所づくり推進事業）	食事提供等を通して、食育や団らん、居場所の確保の機会を提供します。	市（こども未来部）、関係団体
	放課後児童クラブの設置	放課後に適切な遊び及び生活の場を提供し、児童の健全育成を図ります。	市（こども未来部）、関係団体
	放課後子ども教室	放課後を安心安全に過ごし、多様な体験活動を通じて地域のつながり・絆を強化します。	市（こども未来部）
	学習支援事業	学習の場を設けることで、子どもの居場所を作るとともに、子どもが抱えている悩みの軽減や貧困の連鎖を防ぎ、社会との関係を育むよう支援します。	市（福祉部、こども未来部）、関係団体
	トヨッキースクール推進事業	多彩な体験活動を通して子どもたちの体験量を増やすことにより、「知・徳・体」調和のとれた人間形成を図るとともに、地域人材の活用を通して地域ぐるみで子どもを育てる風土をつくります。	市（教育部）
	地域いきいき子育て促進事業	多様な体験活動を通じて、地域のつながり・絆を強化します。	市（教育部）
	おたまじゃくしの会（引きこもりの方を抱える家族のつどい）	引きこもりの方の家族を対象として、情報交換や情報共有を行うことで、家族自身の課題を解決する力を身につけるために家族交流会を実施します。また、子どもの心身の不調に気づくことで、適切な対応ができるよう支援します。	市（健康部）

⑥子ども・若者に関する市民への啓発と周知

子ども・若者を支える保護者や地域市民が自殺防止に対する理解を深めるために、市民への啓発と周知を図ります。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	学校保健連携事業	出前講座、学校保健委員会※等で、人間形成の基盤となる、基本的生活習慣の確立や命の大切さについて考える教育を行います。	市（健康部）
	【再掲】 自殺予防街頭キャンペーン及び啓発事業	9月の自殺予防週間に市民向けの街頭キャンペーンを開催します。 3月の強化月間において、図書館、保健所等での啓発を行います。	市（健康部）、企業

⑦産後うつ病対策の充実

産後うつ病に対し、妊娠期から支援を開始し、出産、育児までの継続した支援を行います。安定、安心できる妊娠、出産、育児ができるよう支援の充実を推進します。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	妊娠出産子育て総合相談窓口	妊娠期からのママサポートプランの作成を行い、出産または育児に対する不安を抱えた妊婦や未就学児のいる保護者の総合的な相談支援を行います。	市（こども未来部、健康部）
	産婦健康診査／産後ケア事業	産後うつ病等を早期発見し、自殺予防を図るとともに、安心して育児がスタートできるように、健診や宿泊等により、心身のケア等を行います。	市（健康部）
	産科医療機関連携会議	支援が必要な家庭を把握し、妊娠中から医療機関と連携し支援を行います。	市（健康部）、医療機関

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	母子健康手帳アプリ 「育なびレター@とよはし」	子育てに関するメールを定期配信し、行政のサービスや講座、イベント等の情報を提供することで子どもの養育環境を改善し、健全育成を図ります。また、自殺予防に関連する情報や相談場所等の情報も随時配信・掲載します。	市（こども未来部）

<参考指標>

指 標		平成 28 年度 (2016 年度)	目標値 (2023 年度)
自分は役に立つ人間だと考えられる若者の割合	20 歳代	55.2%	増加
	30 歳代	64.9%	増加
ゆったりとした気分で子どもと過ごせる母親の割合*	4 か月児	90.2%	95%以上
	1.6 歳児	77.7%	90%以上
	3 歳児	72.9%	80%以上
自分の身体をいつも大切にしている割合*	中学 3 年生	63.9%	90%以上
	高校 3 年生	75.7%	90%以上

*母子保健推進計画における成果指標

(2) 高齢期の女性に対する自殺対策の推進

【課題】

- ◇女性特有のホルモンバランスの変化等により、身体面、精神面の不調をきたすことや、子どもの成長、夫の退職等、家族の生活形態の変化により、役割の喪失を経験することがあります。
- ◇本人、家族が身近に相談できる窓口の充実、ゲートキーパーの育成が必要です。また、人とのつながりが途切れない生活を営める体制づくりが必要です。
- ◇高齢者の介護者は60歳代が最も多く、また、女性が多くを占めています（高齢者等実態把握調査：東三河広域連合※より）。介護負担の軽減と介護者・当事者の孤立予防の推進を図る必要があります。

【取組】

① 高齢期の女性の様々な悩みに対応できる相談体制の充実

健康問題、介護疲れ等、様々な相談に対応できるような相談体制の充実を図ります。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	【再掲】 健康相談	身体やこころの不調について相談に応じます。	市（健康部）
	【再掲】 医療相談	入院・通院している患者で、本人や家族が抱える様々な生活・療養上の問題についての相談に応じます。	医療機関、医師会、薬剤師会
	【再掲】 がん相談	がん相談員が、がんに関する疑問や不安、悩みについて相談に応じます。必要に応じ、病院スタッフ間で連携を図ります。	市（市民病院）
	【再掲】 女性相談（医療機関）	健康に関する女性特有の悩みに関し、女性の看護師が相談に応じます。	市（市民病院）
	【再掲】 女性相談	家庭や生活上の問題解決のための各種相談に応じます。（女性のための悩みごと電話・面接相談、女性のための法律相談）	市（市民協創部）
	地域包括支援センター※ 運営事業	高齢者についての介護予防、総合相談、権利擁護※等を行います。	市（福祉部）

②高齢期の女性を支える人材育成の推進

高齢期の女性に対して、ゲートキーパーとなりうる人材の育成を推進します。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
◎	ゲートキーパー研修（医療従事者、地域包括支援センター職員、市職員等、高齢期の女性に関わる支援者向け）	窓口職員や関係機関職員へ自殺予防につなげるために、必要な知識と専門機関へのつなぎ方を学ぶゲートキーパー研修を実施します。	市（健康部）
	【再掲】 まちづくり出前講座（こころの健康）	地域の団体からの要望に応じ、ゲートキーパー研修を実施します。	市（健康部）

③高齢者を支える関係機関の連携の強化

関係機関が相互に情報共有・連携の強化を図ります。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	高齢者虐待防止ネットワーク運営事業	地域包括支援センターを拠点として地域連携による虐待防止のため、運営委員会を設置するとともに、虐待の早期発見や見守り、虐待ケースの実態調査等を行います。	市（福祉部）、関係団体
	高齢者等見守りネットワーク事業	高齢者の安否確認を速やかに行えるよう、ライフライン事業者をはじめとした地域の事業者が通常業務を行う中での市民の異変に気づいた際に、行政等に連絡します。	市（福祉部）、関係団体

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	地域包括支援センター運営事業、地域ケア会議推進事業	高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、総合相談、権利擁護、介護予防等の事業を実施します。 医療、介護、行政などの関係者と地域住民が共に高齢者の個別課題の解決に向けた検討をするとともに、個別ケースの課題分析を積み重ねることにより地域課題の共有を図ります。	市（福祉部）、関係団体

④高齢者の孤立予防のための居場所の確保と情報提供の推進

高齢者の見守り、居場所の確保、活躍の機会をつくり、孤立の予防を行います。
また、介護負担の軽減と介護者・当事者の孤立を防ぐために活用できる資源の情報提供を行います。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
◎	健診等を活用した啓発事業	中高年の女性特有のこころの不調に関するリーフレットを配布し、相談先情報等を周知します。	市（健康部）
	地域介護予防活動支援事業	高齢者の生きがいを支援するため、シルバースポーツ中央大会、高齢者福祉大会等を開催します。	市（福祉部）、関係団体
	アクティブシニア活動促進事業	アクティブシニア（元気高齢者）の増加に向けて、市内のアクティブシニア活動を広く紹介します。	市（福祉部）、関係団体
	お互いさまのまちづくり協議会	まちの居場所活動や助け合い活動を通じて地域住民一人ひとりができることを持ち寄る地域づくりを推進します。	市（福祉部）、関係団体
	老人クラブ活動事業	市内の各老人クラブに対して活動を支援します。	市（福祉部）、関係団体
	老人福祉センター等施設管理運営事業	高齢者の健康増進、教養の向上及びレクリエーションのための便宜を総合的に供与するため、老人福祉センター等を運営します。	市（福祉部）

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	家族介護教室等開催事業	認知症※の方を介護している家族が認知症について理解を深め、介護者相互の交流を図ることで介護不安を軽減する機会とします。	市（福祉部）、関係団体
	【再掲】 自殺予防街頭キャンペーン及び啓発事業	9月の自殺予防週間に市民向けの街頭キャンペーンを開催します。 3月の強化月間において、図書館、保健所等での啓発を行います。	市（健康部）、企業

< 参考指標 >

指 標	平成 28 年度 (2016 年度)	目標値 (2023 年度)
60 歳以上の女性の睡眠で十分休養がとれている者の割合	73.5%	増加
高齢者等見守りネットワーク事業の協力事業所数*	160 事業所	200 事業所以上

*第7期豊橋市高齢者福祉計画

(3) 壮年期の男性に対する自殺対策の推進

【課題】

- ◇「職場のメンタルヘルス対策に取り組んでいない」と回答した企業は 37.1%となっており、企業規模が小さくなるほど取り組んでいない企業の割合が高くなります（平成 28 年労働条件・労働福祉実態調査：愛知県より）。本市では、従業員 50 人未満の小規模事業所が 96%を占めています。
- ◇職場のメンタルヘルス対策の推進とそれをサポートする体制づくりと支援の充実を図る必要があります。
- ◇がん罹患率^{*}は、50 歳代から増加します（がん登録・統計：国立がん研究センター^{*}より）。働く世代のがん患者が、離職による社会的な疎外感や経済的不安を感じることがないように、治療と仕事の両立を図るための取組を推進することが必要です。
- ◇安定した勤務・経営のため、過重労働や長時間労働の是正を図る必要があります。
- ◇介護離職や失業により生じた、家計・借金などの経済的問題を抱えている方のみならず、引きこもりなど制度のはざまで悩んでいる方に対して、アウトリーチによる早期発見、早期対応を行い、自立促進を図る必要があります。

【取組】

① 壮年期の男性を支える人材育成の推進

職場や地域においてゲートキーパーになりうる人材の育成を行います。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
◎	ゲートキーパー研修（企業・公共職業安定所職員、市職員等、壮年期男性に関わる支援者向け）	窓口職員や関係機関職員へ自殺予防につなげるために、必要な知識と専門機関へのつなぎ方を学ぶゲートキーパー研修を実施します。	市（健康部、産業部）、企業、公共職業安定所
	【再掲】 まちづくり出前講座（こころの健康）	地域の団体からの要望に応じ、ゲートキーパー研修を実施します。	市（健康部）

②職場のメンタルヘルスに関する啓発の推進

職場のメンタルヘルス対策に関する啓発を行います。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
◎	健康経営	企業に対し、健康経営を推進し、健康づくりやメンタルヘルスに関する啓発を行います。	市（健康部）、企業
◎	職域への自殺対策研修	従業員 50 人未満の小規模事業所等に出向き、「こころの健康」や「自殺の相談窓口」案内のチラシの配布や講座を行い、メンタルヘルス対策の啓発を行います。	市（健康部）、企業
	ストレスチェック※の実施に関する周知	事業所の巡回指導時やストレスチェック実施報告書未提出の事業所に対して、ストレスチェックの実施勧奨を行い、職場のメンタルヘルス対策の一つとして啓発を行います。	労働基準監督署

③安定して働き続けられる職場環境の推進

企業等に対し、長時間労働の是正等勤務体制の整備を進めるための働きかけや、健康問題を抱えた人が治療と就労を両立できるよう、環境づくりを推進します。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	企業の働き方改革を進めるための働きかけ	健康経営やワークライフバランス※に注目した働き方改革を進める企業を増やすため、豊橋公共職業安定所等と連携し、市内企業へ理解を深める働きかけを行います。	市（産業部）、企業、関係団体
	疾病を抱える労働者の健康確保対策の推進	治療と職業生活の両立支援のためのガイドラインの周知啓発を図り、企業の意識改革及び支援体制の促進を図ります。	労働基準監督署
	融資制度に関する周知	市のホームページに各種融資制度に関する情報を掲載し、安定した経営への支援について情報提供を行います。	市（産業部）

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	ファミリー・フレンドリー企業※登録（県事業）事業所の周知	ホームページや会議等でファミリー・フレンドリー企業登録に向けた啓発を行い、より多くの事業所が登録に向けて取り組むよう促します。	市（産業部）、企業
	勤労、生活、金融に関する相談	解雇等の勤労問題、相続等の生活に関する事、多重債務等の金融に関する相談に応じます。	東三河勤労者福祉サービスセンター
	【再掲】 市民相談	日常生活から生じる様々な問題に対し、解決の手がかりや方法について助言し、安定した市民生活の向上を図ります。	市（市民協創部）
	【再掲】 健康相談	身体やこころの不調について相談に応じます。	市（健康部）
	【再掲】 精神保健福祉相談	こころの不調を抱える方（精神疾患、アルコール等の依存症、自殺願望のある方、自死遺族の方等）に対し、精神科医師、保健師が相談に応じます。	市（健康部）
	【再掲】 こころの健康相談	こころの問題で悩んでいる方を対象に臨床心理士が相談に乗ることにより、相談者自身が問題解決の方法を考えていくきっかけとし、うつ病予防とします。	市（健康部）

④生活困窮者への支援の充実

生活困窮者に対し、関係機関との連携を図りながら、包括的な支援体制の充実を進めます。

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	税の減免制度に関する周知	失業や廃業などにより生活困窮となった場合の市・県民税の減免制度について、市のホームページで情報提供を行います。	市（財務部）

◎ 新規 事業	事業名または事業概要	「生きる支援」実施内容	事業主体
	生活困窮者自立支援事業	生活困窮者が抱える課題に、個別的、包括的及び継続的に各種支援を行い、困窮状態からの早期の脱却を支援します。	市（福祉部）
	生活保護扶助事業	最低限度の生活を保障することで、心身の健康を維持しつつ自立への支援を行います。	市（福祉部）

<参考指標>

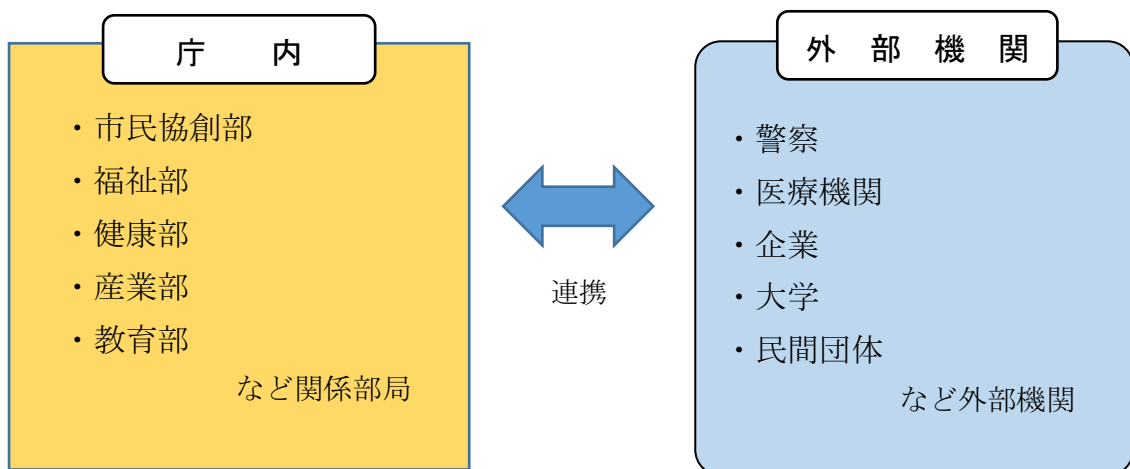
指 標	平成 28 年度 (2016 年度)	目標値 (2023 年度)
毎日の生活が充実していると感じている 50 歳代の割合	71.1%	増加
40 歳代、50 歳代の男性の睡眠で十分休養がとれている者の割合	66.4%	増加

第5章 計画の推進にあたって

1 計画の総合的な推進体制

「豊橋市自殺対策計画」を推進するために、社会全体で取り組めるよう関係機関との総合的な推進体制を構築していきます。

推進にあたっては、市長を会長とした市内の関係部署からなる自殺対策会議を設置し、市における総合的な対策を推進します。同時に、関係機関や民間団体等で構成する会議等も開催し、広く地域のネットワークの参画を得て推進していきます。



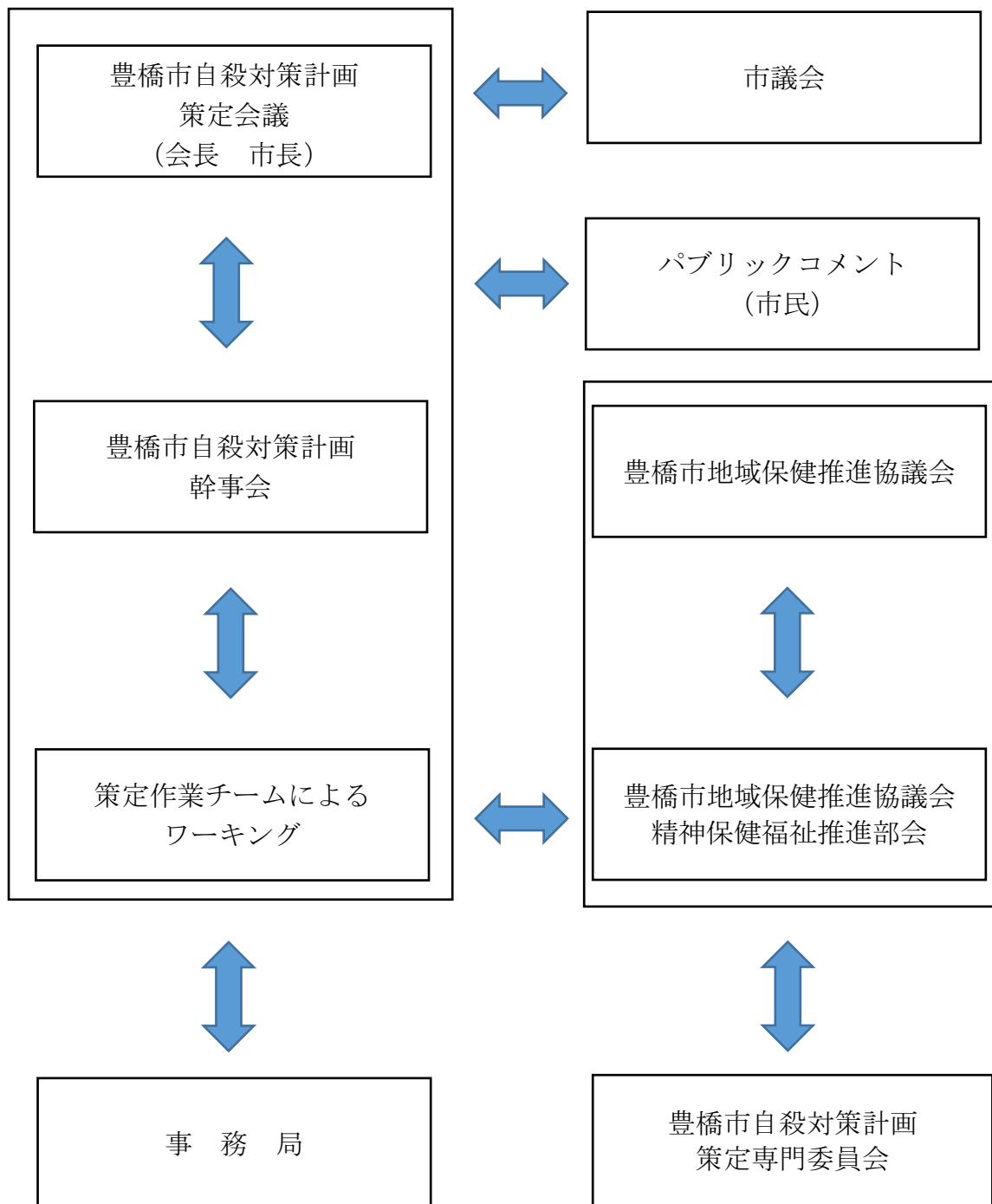
2 計画の評価・管理

計画における各事業の進捗状況について、毎年または適時適切に把握、確認を行います。取組における市内の評価・進捗管理は外部の意見も踏まえ、PDCA サイクルに基づき行います。

また、市民を取り巻く社会情勢や制度改正など大幅な変化が生じ実情に合わないような場合には、随時見直しを検討します。

資料編

1 計画策定の体制



2 豊橋市自殺対策計画策定会議設置要綱

(設置)

第1条 豊橋市自殺対策計画を策定するため、豊橋市自殺対策計画策定会議（以下「策定会議」という。）を設置する。

(所掌事項)

第2条 策定会議の所掌事項は、次のとおりとする。

- (1) 豊橋市自殺対策計画案の策定に関すること。
- (2) その他豊橋市自殺対策計画の策定に関すること。

(策定会議)

第3条 策定会議は、会長、副会長及び委員をもって組織する。

- 2 会長、副会長及び委員は、別表第1に掲げる職にある者をもって充てる。
- 3 会長は、策定会議の会務を総理する。
- 4 会長は、必要があると認めるときは、関係職員の出席を求め、説明または意見を聴くことができる。
- 5 副会長は、会長を補佐し、会長が不在のときは、その職務を代理する。
- 6 策定会議は、豊橋市自殺対策計画の策定に当たり市民の意見を反映させるため、必要に応じて豊橋市地域保健推進協議会に意見を求めるものとする。

(幹事会)

第4条 策定会議の下に、豊橋市自殺対策計画幹事会（以下「幹事会」という。）を置き、別表第2に掲げる職にある者をもって充てる。

- 2 幹事会等は、次の事項を所掌し、幹事長は策定会議に必要な資料を提出する。
 - (1) 豊橋市自殺対策計画に関する調査、検討。
 - (2) 豊橋市自殺対策計画の素案の作成。

(策定作業チーム)

第5条 幹事会に策定作業チームを置き、委員は幹事会の推薦者をもって充てる。

- 2 策定作業チームは、前条2に掲げる事項を円滑に進めるため調査検討し、幹事会等に必要な資料を提出するものとする。

(事務局)

第6条 策定会議、幹事会の庶務は、事務局において処理する。

- 2 事務局は、健康部健康増進課の職員をもって組織する。

(委任)

第7条 この要綱に定めるもののほか、策定会議の運営に関し必要な事項は、会議に諮

って定めるものとする。

附 則

この要綱は、平成３０年４月１０日から施行し、計画の策定をもってその効力を失う。

別表第１（第３条関係）

豊橋市自殺対策計画策定会議名簿

役職	職名
会長	市長
副会長	金田副市長
〃	有野副市長
委員	教育長
〃	危機管理統括部長
〃	総務部長
〃	財務部長
〃	企画部長
〃	市民協創部長
〃	文化・スポーツ部長
〃	福祉部長兼福祉事務所長
〃	こども未来部長兼福祉事務所副所長
〃	健康部長兼保健所長
〃	環境部長
〃	産業部長
〃	建設部長
〃	都市計画部長
〃	総合動植物公園部長
〃	市民病院事務局長
〃	水道事業及び下水道事業管理者
〃	消防長
〃	教育委員会事務局教育部長

別表第2（第4条関係）

豊橋市自殺対策計画幹事会名簿

役職	部局名	職名
幹事長	健康部	健康増進課長
副幹事長	こども未来部	こども家庭課長兼 こども若者総合相談支援センター長
〃	教育部	学校教育課長
委員	防災危機管理課	防災危機管理課長
〃	総務部	人事課長
〃	財務部	市民税課長
〃	〃	納税課長
〃	企画部	政策企画課長兼地方創生推進室長
〃	市民協創部	市民協働推進課長
〃	〃	安全生活課長
〃	文化・スポーツ部	「文化のまち」づくり課長
〃	福祉部	長寿介護課長
〃	〃	障害福祉課長
〃	〃	生活福祉課長
〃	健康部	健康政策課長
〃	〃	こども保健課長
〃	環境部	環境政策課長
〃	産業部	商工業振興課長
〃	〃	競輪事務所長
〃	建設部	住宅課長
〃	都市計画部	都市計画課長
〃	総合動植物公園部	動植物公園長
〃	市民病院	医事課長
〃	上下水道局	営業課長
〃	消防本部	消防救急課長

3 豊橋市自殺対策計画策定専門委員会設置要綱

(設置)

第1条 豊橋市自殺対策計画を策定するため、豊橋市自殺対策計画策定専門委員会（以下「策定専門委員会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 策定専門委員会は、豊橋市自殺対策計画の策定に向けて、豊橋市地域保健推進協議会精神保健福祉推進部会へ提言を行う。

(組織)

第3条 委員は次に掲げる者及びその構成員等から組織する。

- (1) 学識経験を有する者
- (2) 保健、医療、福祉に関する職務に従事する者
- (3) 関係団体の構成員
- (4) 学校関係者
- (5) その他代表が必要と認めた者

(代表及び副代表)

第4条 策定専門委員会に委員長及び副委員長を置く。

- 2 委員長は委員の互選とする。
- 3 副委員長は、委員の中から委員長が指名する。
- 4 副委員長は委員長を補佐し、委員長に事故があるときはその職務を代理する。

(会議)

第5条 策定専門委員会の会議は、委員長が招集し、委員長が議長となる。

(庶務)

第6条 策定専門委員会の庶務は、健康部健康増進課において行う。

(その他の事項)

第7条 この要綱に定めるもののほか、策定専門委員会の運営に関し必要な事項は別に定める。

附 則

この要綱は、平成30年5月1日から施行し、計画の策定をもってその効力を失う。

豊橋市自殺対策計画策定専門委員会名簿

	所属	職名・職種	氏名
委員長	愛知大学 文学部	教授	木之下 隆夫
副委員長	豊橋市医師会精神科医会	会長	小久保 至浩
委員	松崎病院 豊橋こころのケアセンター	院長	竹澤 健司
〃	岩屋病院	精神保健福祉士	長浜 翔子
〃	豊橋技術科学大学 健康支援センター	教授	小島 俊男
〃	豊橋公共職業安定所	上席職業指導官	久米 秀和
〃	とよはし総合相談支援センター	統括相談員	鈴木 陽一郎
〃	豊橋市東部地域包括支援センター	社会福祉士/ 精神保健福祉士	前田 匠子
〃	愛知県精神保健福祉センター	保健福祉課主任	
〃	長寿介護課	課長	
〃	生活福祉課	課長	
〃	こども若者総合相談支援センター	こども家庭課長兼 こども若者総合相談支援センター長	
〃	商工業振興課	課長	
〃	学校教育課	課長	

(順不同、敬称略)

4 用語集

あ行

あいち自殺対策総合計画

自殺対策基本法及び自殺総合対策大綱を踏まえ、愛知県における自殺対策を総合的かつ効果的に推進するために策定された計画。

悪性新生物

「がん」のことを指し、遺伝子に変化し、異常細胞が増殖した結果起こる病気。

依存症

特定の物質や行為・過程に対して止めたくても止められない、程々にできない状態。代表的なものに、アルコール・薬物・ギャンブル等がある。自分や家族の健全な社会生活に悪影響を及ぼす可能性がある。

うつ病

精神的ストレスや身体的ストレスが重なることなど、様々な理由から脳の機能障害が起きている状態。脳がうまく働かないので、ものの見方が否定的になり、自分がダメな人間だと感じることもある。そのため普段なら乗り越えられるストレスも、より辛く感じられるという、悪循環が起きる。

エジンバラ産後うつ病質問票

産後うつ病のスクリーニング票として英国で開発。

NPO法人ライフリンク

特定非営利活動法人自殺対策支援センターライフリンクのこと。自殺予防や自死遺族ケアなどの自殺対策を行っている全国の団体や個人等に対して、活動促進のために必要な実態の調査や関連情報の提供などを行い、誰しもが自殺の危機に陥ることなく平和に暮らせる社会の実現に寄与することを目的としている。

LGBT

同性愛の Lesbian（レズビアン）と Gay（ゲイ）、両性愛の Bisexual（バイセクシュアル）、心と体の性が一致しない Transgender（トランスジェンダー）の総称で、それぞれの頭文字をとった略語。

か行

学校保健委員会

学校における健康の問題を研究協議し、健康づくりを推進するために教職員、児童・生徒、保護者等で構成される組織。

ゲートキーパー

自殺の危険サインに気づき、声をかけ、傾聴し、適切な支援につなぎ、見守るという役割を担う人で、「いのちの門番」とも位置づけられる。

権利擁護

自己の権利や援助ニーズを表明することが困難な寝たきりや認知症の高齢者や障害者に代わって、援助者が代理としてその権利やニーズの表明を支援し、代弁すること。

公共職業安定所

職業安定法に基づいて設置される国の行政機関で、職業紹介、職業指導、雇用保険の事務処理など、職業安定法の目的を達成するための業務を無料で行う機関。

国勢調査

日本に居住するすべての人を対象にした、年齢・世帯・就業・住宅など人口の基本的属性を知るための調査。

国立がん研究センター

日本の国立研究開発法人。国立高度専門医療研究センターの一つ。日本におけるがん征圧の中核拠点として、がんその他の悪性新生物に対する診療、研究、技術開発、治験、調査、政策提言、人材育成、情報提供を行っている。

さ行

産後うつ病

分娩直後の数週間、時には数か月までの時期に見られる強い悲観と、それに関連する心理的障害が起きている状態。

自己肯定感

人と比べて優れているかどうかで自分を評価するのではなく、そのままの自分を認める感覚であり、「自分は大切な存在だ」「自分はかけがえのない存在」だと思えるころの状態。この感覚を持てると、自分を尊重するように、他者や周りも尊重でき、すると他者からも尊重され、お互いに尊重し合える関係がつかれる。

自殺死亡率

人口 10 万人あたりの自殺者数。

自殺総合対策推進センター

平成 28 年（2016 年）4 月の自殺対策基本法の改正に踏まえ、国が地方公共団体に対して、地域自殺実態プロファイルや地域自殺対策の政策パッケージ等を提供するなどして、地域レベルの実践的な取組への支援を強化するために設置した厚生労働省の組織。（平成 28 年（2016 年）4 月 1 日自殺予防総合対策センターを改組）

自殺総合対策大綱

自殺対策基本法第 12 条に基づき、政府が推進すべき基本的かつ総合的な自殺対策の指針を定めたもの。

自殺対策基本法

我が国において自殺による死亡者数が高い水準で推移している状況に対処するために、自殺対策に関し基本理念や国、地方公共団体等の責務等自殺対策の基本となる事柄を定めた法律。

自殺企図・自殺未遂

自殺企図は、首つり、リストカット、大量服薬など様々な手段により実際に自殺を意図して行った行為。自殺企図の結果、生存している場合を自殺未遂という。

自死遺族

家族・親族を自殺により亡くした人。

自主防災会

近所の人たちが協力し合い、「自分たちの町は自分たちで守ろう」という地域の防災活動を行うための自発的な防災組織。

スクールカウンセラー

学校に配置され、児童・生徒の生活上の問題や悩みの相談に応じるとともに、教師や保護者に対して指導、助言を行う専門家。多くは臨床心理士が従事。

スクールソーシャルワーカー

いじめや不登校、虐待、貧困など学校や日常生活における問題に直面する子どもを支援する社会福祉の専門家。子ども本人だけでなく、家族や友人、学校、地域など周囲の環境に働きかけて問題解決を行う。

ストレスチェック

労働安全衛生法の一部改正に伴い平成 27 年（2015 年）12 月より施行。定期的に労働者のストレスの状況について検査を行い、本人にその結果を通知して自らのストレスの状況について気づきを促し、個人のメンタルヘルス不調のリスクを低減させるとともに、検査結果を集团的に分析し、職場環境の改善につなげる取組。

性的マイノリティ

LGBT などの性的少数者。

た行

地域自殺対策緊急強化基金

国が地域における自殺対策力の強化を目的に都道府県を対象に造成した基金。地域の実情を踏まえて地方公共団体の対策や民間団体の活動等の支援に取り組む。

地域包括支援センター

高齢者の生活を総合的に支えていくための拠点。市町村が設置主体となり、保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員を配置して、3 職種のチームアプローチにより、住民の健康の保持及び生活の安定のために必要な援助を行うことにより、その保健医療の向上及び福祉の推進を包括的に支援することを目的とする施設。

D V

Domestic Violence の略。配偶者やパートナーなど親密な関係の人から振るわれる暴力のこと。身体暴力のみならず、精神的暴力、経済的暴力、性的暴力なども含み、一方が力で支配する不平等な関係。

適応指導教室

心理的な理由で登校できない子どもたちが、体験活動や学習支援を充実することで早期に学校復帰できるよう支援を行うための教室。「とよはしほっとプラザ」という名称で市内に中央、東、西の 3 か所に設置。

統合失調症

幻覚や妄想といった精神病症状や意欲・自発性の低下などの機能低下、認知機能低下などを主症状とする精神疾患。100 人に 1 人ほどが発症すると考えられており、決して稀な疾患ではない。

とよはし若者サポートステーション

働くことに悩みを抱えている 15 歳～39 歳までの若者に対し、キャリアコンサルタントなどによる専門的な相談、コミュニケーション訓練などによるステップアップ、協力企業への就労体験などにより、就労に向けた支援を行う場所。

な行**難病**

発病の機構が明らかでなく、かつ、治療方法が確立していない希少な疾病であって、長期にわたり療養を必要とするもの。

認知症

生後いったん正常に発達した種々の精神機能が慢性的に減退・消失することで、日常生活・社会生活を営めない状態。

は行**発達障害**

生まれつき脳の一部の機能に障害があり、自閉症、アスペルガー症候群、注意欠如・多動性障害、学習障害、チック障害、吃音（症）などのいくつかのタイプに分類される。同じ人に、いくつかのタイプの発達障害があることも珍しくなく、そのため、同じ障害がある人同士でもまったく似ていないように見えることがある。

東三河広域連合

東三河地域（豊橋市、豊川市、蒲郡市、新城市、田原市、設楽町、東栄町、豊根村）でそれぞれ行っている事務を一括で処理することで、行政サービスの水準を維持するとともに事務の効率化を図るために、平成 27 年 4 月に発足。

引きこもり

様々な要因の結果として社会的参加を回避し、仕事や学校に行けず家にこもり、家族以外とほとんど交流がない人の状況を指す。厚生労働省は、こうした状態が 6 か月以上続いた場合を定義としている。

ファミリー・フレンドリー企業

社員が仕事と生活の調和を図ることができるよう積極的に取り組んでいる企業。

不登校

文部科学省は「何らかの心理的、情緒的、身体的あるいは社会的要因・背景により、登校しないあるいはしたくともできない状況にあるために年間 30 日以上欠席した児童・生徒のうち、病気や経済的な理由による者を除いたもの」と定義。

ま行**民生委員・児童委員**

厚生労働大臣から委嘱され、地域における住民からの相談対応や援助を行い、社会福祉の増進に努める人。

メンタルヘルス

精神面における健康のこと。主に精神的な疲労、ストレス、悩みなどの軽減や緩和とそれへのサポート、メンタルヘルス対策、あるいは精神保健医療のように精神障害の予防と回復を目的とした場面で使われる。

ら行

罹患率

一定期間にどれだけの疾病（健康障害）者が発生したかを示す指標。

わ行

ワークライフバランス

それぞれの人が仕事の責任を果たしつつ、「仕事」と「仕事以外の生活」との調和を図り、その両方が充実している状態。

（今後追加修正あり）

5 相談窓口等一覧

○子ども・若者に関する相談

相談名称等	相談日時等	対象	内容	連絡先
こども・若者 総合相談	月～金曜（祝 日・年末年始を 除く） 9時～19時 土・日曜日 9時～17時	妊産婦、子ど も・若者（39歳 以下まで）、ま たその家族 関係機関や支 援者	子どもと若者 に関するあら ゆる相談に応 じ、子どもと若 者の健やかな 暮らし、伸びや かな未来を一 緒に考えなが ら一人ひとり の困りごとに 寄り添ったサ ポートをしま す	豊橋市こども若者総合 相談支援センター ココエール 総合相談受付 0532-54-7830
こども専用 相談ダイヤ ル	月～金曜（祝 日・年末年始を 除く） 9時～19時 土・日曜日 9時～17時	小学校中学年 から高校生	自ら相談でき るよう、子ども 専用の相談ダ イヤルで子ど ものあらゆる 相談に応じま す	豊橋市こども若者総合 相談支援センター ココエール こども専用（県内無料） 0800-200-7832
就学相談 「にじの子 相談室」	【予約制】 月～土曜 （祝日・年末 年始を除く） 9時～17時	特別な支援が 必要な子とそ の家族	特別な支援が 必要な子の就 学・進路等（教 育相談員及び 心理判定員に よる面接相談、 検査等）	豊橋市教育会館相談室 0532-33-1366
教育相談	【予約制】 月～土曜 （祝日・年末 年始を除く） 9時～19時	小・中学生とそ の家族	教育一般・不登 校・いじめ等 （教育相談員・ 臨床心理士に よる相談）	豊橋市教育会館相談室 0532-33-2115
就労に関す る相談等	火～土曜 10時～17時	15歳～39歳 の方（保護者・関 係者等からの 相談も可）	就労の不安、対 人関係、現状や 将来の不安、生 き方の不安の ある若者、退学 された方の就 労相談	とよはし若者サポ ートステーション 0532-48-7808

○女性・配偶者等に関する相談

相談名称等	相談日時等	対象	内容	連絡先
女性のための悩みごと 電話相談(女性相談員による相談)	月～土曜 [祝日・第3月曜 (祝日の場合は翌日も)、年末年始除く] 9時～15時	悩みを持つ女性	自分・夫婦・家族のこと、人間関係等、女性の様々な悩みを相談員がともに受け止め、解決の方法を一緒に考えます	女性相談室 0532-33-3098
女性のための悩みごと 面接相談 (女性相談員による相談)	【予約制】 原則毎月第2・4金曜 13時30分～15時40分		生き方やさまざまな悩みごとについて、女性相談員がアドバイスします	豊橋市男女共同参画センター 0532-33-2822
法律相談(弁護士による相談)	年6回 【予約制】 13時30分～15時30分		身のまわりの法律問題について女性弁護士がアドバイスします	豊橋市男女共同参画センター 0532-33-2822
DV相談(専門相談員による相談)	月～土曜 [祝日・第3月曜 (祝日の場合は翌日も)、年末年始除く] 9時～15時	配偶者や交際相手からの暴力・暴言に疑問や悩みを感じている方	配偶者等からの暴力・暴言に対する相談、情報提供等。面接相談も可能(火、木)	DV相談室 0532-33-9980

○医療・福祉に関する相談

相談名称等	相談日時等	対象	内容	連絡先
医療相談（医療ソーシャルワーカーによる相談）	月～金曜日 （祝日・年末年始を除く） 8時30分～17時	病気を持つ患者とその家族	・医療費、生活費について ・退院後の家庭での療養や介護について ・身体障害者手帳や精神保健福祉手帳等について ・福祉制度について 等	豊橋市民病院 患者総合支援センター内 『医療福祉相談』 0532-33-6111（代）
がん相談	月～金曜日 （祝日・年末年始を除く） 8時30分～17時	がん患者とその家族 地域住民 医療機関等	がん患者さんが、安心して治療、療養できるよう、医療ソーシャルワーカー、看護師ががんに関する情報の提供や相談をお受けしています	豊橋市民病院 患者総合支援センター内 『がん相談支援センター』 0532-33-6290
女性相談	月～金曜日 （祝日・年末年始を除く） 8時30分～17時	女性特有の身体の不調を抱えている方	女性特有の身体の不調を抱えている方に対し、女性看護師が相談に応じます	豊橋市民病院 患者総合支援センター内 『女性相談』 0532-33-6232
保健師による相談	月～金曜日 （祝日・年末年始を除く） 8時30分～17時15分	病気等で悩んでいる方やその家族	病気に関する悩みごと、家庭での療養生活、社会制度の利用に関わることなど、保健師が電話・面接・訪問相談に応じます	豊橋市保健所 健康増進課 0532-39-9145

相談名称等	相談日時等	対象	内容	連絡先
とよはし総合相談支援センターほっとぴあ	月～土曜日 (祝日・年末年始を除く) 9時～18時	障害がある方や そのご家族など 関係機関の職員	・ 障害福祉サービスの利用 方法や情報提供など ・ 日常生活や 社会生活について ・ 就労に関する 相談	とよはし総合相談支援 センター ほっとぴあ 0532-56-4111

○消費生活に関する相談・その他

相談名称等	相談日時等	対象	内容	連絡先
消費生活相談 多重債務者 相談 (消費生活 相談員による 相談)	月～金曜 (祝日・年末 年始を除く) 9時～16時30 分	消費生活や借金 等で悩まれる方	商品やサービス に対する苦情や契 約に関するトラブ ル、架空請求等 の消費生活全般 及び借金の相談	東三河広域連合消費生 活総合センター 0532-51-2305
市民相談(市 民相談員による 相談)	月～金曜 (祝日・年末 年始を除く) 9時～16時30 分	日常生活上の悩 み事を抱えた方	家庭内・近所と のトラブル、相 続や離婚の一般 的な相談	豊橋市役所 安全生活 課 0532-51-2300
生活に困窮 する方の生活 相談(職員による 相談)	月～金曜 (祝日・年末 年始を除く) 8時30分～17 時15分	生活に困っている 方	病気、障害、失 業等により生活 に困っている方 が、自立した生 活を送れるよう 相談・支援を行 います	豊橋市役所 生活福祉 課 0532-51-2313
勤労(解雇等) 生活(相続等)、 金融(多重債務 等)に関する 相談	月～金曜 (祝日・年末 年始を除く) 10時～16時、 第2・4日曜日 【予約制】	東三河にお勤 め、お住まいの 勤労者で、勤労・ 生活・金融にま つわることでお 困りの方	勤労(雇用・解 雇等)、生活(不 動産・相続等) や金融(多重債 務等)に関する 相談を行います	東三河勤労者福祉サー ビスセンター 0532-64-7777

相談名称等	相談日時等	対象	内容	連絡先
職業相談・紹介（職員による相談）	月～金曜 （祝日・年末年始を除く） 8時30分～17時15分	再就職をお探しの方	再就職に関する相談及び職業紹介	ハローワーク豊橋 専門援助部門 0532-81-0376

〇こころの不調に関する相談

相談名称等	相談日時等	対象	内容	連絡先
保健師による相談	月～金曜（祝日・年末年始を除く） 8時30分～17時15分	こころの病気等で悩んでいる方やその家族	こころの病気に関する悩みごと、家庭での療養生活、社会制度の利用に関わることなど、保健師が電話・面接・訪問相談に応じます	豊橋市保健所 健康増進課 0532-39-9145
こころの健康相談	年24回 【予約制】 午後1時～午後3時45分		様々な要因で気分が沈む、眠れない、死について考えるなど、こころの不調で悩んでいる方に臨床心理士が相談に応じます	豊橋市保健所 健康増進課 0532-39-9145
精神保健福祉相談	年6回 【予約制】 午後1時30分～午後3時30分		こころの病気などで悩んでいる方や家族の方を対象に、精神科医が相談に応じます	豊橋市保健所 健康増進課 0532-39-9145
思春期精神保健相談	年8回 【予約制】 午後1時30分～午後3時30分		不登校、摂食障害等思春期特有のこころの問題について思春期の方や家族の方を対象に、児童精神科医が相談に応じます	豊橋市保健所 健康増進課 0532-39-9145

相談名称等	相談日時等	対象	内容	連絡先
産業医によるこころの健康についての相談	月～金曜（祝日・年末年始を除く） 10時～16時	50人未満の事業場の従業員	メンタルヘルスに関する相談を行います	東三河地域産業保健センター 0532-45-4911
あいちこころほっとライン365	毎日9時～16時30分	こころの悩みを抱える方	こころの健康に関する電話相談	愛知県精神保健福祉センター 052-951-2881
精神保健福祉相談	平日 9時～12時 13時～16時30分 （面接は予約制）	こころの病気等で悩んでいる方やその家族	精神疾患等、精神保健福祉に関する電話相談・面接相談	愛知県精神保健福祉センター 052-962-5377
名古屋いのちの電話	365日24時間	こころの痛みや孤独の中で悩み、つらい思いを抱える方	こころの痛みや孤独の中で悩み、つらい思いを抱える方の相談	愛知いのちの電話協会 052-931-4343
ひきこもり専門相談	平日 9時～12時 13時～16時30分 （面接は予約制）	ひきこもりの状態にある本人やその家族	電話相談・面接相談	愛知県精神保健福祉センター 052-962-3088
自死遺族相談	第3木曜日 14時～15時30分 （予約は平日9時～12時13時～16時30分）	自死で大切な方を亡くされた方	面接相談	愛知県精神保健福祉センター 052-962-5377
ひきこもり・メンタルヘルスEメール相談	365日24時間	ひきこもりの状態にある本人やその家族	メール相談	愛知県精神保健福祉センター https://www.aichi-pref-email.jp/top.html

○アルコール・薬物等依存症に関する相談

相談名称等	相談日時等	対象	内容	連絡先
薬物・アルコール相談等	月～金曜 9時～17時	薬物・アルコールに問題がある方とその家族	薬物・アルコールに関する相談	三河ダルク 0532-52-8596
アルコールに関する相談	毎日	アルコールに問題がある方とその家族	アルコールに関する相談	豊橋はまゆう断酒友の会 0532-66-0965
	火・木・土曜 (祝日・年末年始を除く)			豊橋断酒会 0532-54-2649
AA	月・水・金曜 (祝日・年末年始を除く) 12時～17時	アルコールの問題を抱えた本人	アルコールの問題を抱えたご本人の会です。豊橋市でもミーティングをしています	AA 中部北陸セントラルオフィス 052-915-1602
アラノン家族グループ	月・火・木金曜(祝日・年末年始を除く) 10時～16時	アルコール依存症の家族や友人	アルコール依存症者の家族や友人の会です	アラノンジャパンG S O 03-5483-3313 http://www.alanon.or.jp/
アルコールに関する電話相談・面接相談	月～金曜 (祝日・年末年始を除く) 9時～12時 13時～16時30分 (面接は予約制)	アルコールに問題がある方とその家族	アルコールに関する電話相談・面接相談	愛知県精神保健福祉センター 052-951-5015
薬物依存に関する電話相談・面接相談	月～金曜 (祝日・年末年始を除く) 9時～12時 13時～16時30分 (面接は予約制)	薬物依存症等の問題がある方とその家族	薬物問題一般に関するものや、本人への関わり方や対応の仕方、支援機関などの社会資源についての情報提供等	愛知県精神保健福祉センター 052-962-5377

(今後追加修正あり)

豊橋市自殺対策計画

平成 31 年 3 月

発行 豊橋市

編集 豊橋市健康部健康増進課

〒441－8539 豊橋市中野町字中原 100 番地

電話 (0532) 39-9145

E-mail kenkouzoushin@city.toyohashi.lg.jp