

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（2009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、精神保健上の問題だけでなく、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・経済的な視点を含む「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、身近に「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、自殺未遂者への支援、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、困難に直面した時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、育児ができ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