

第2次いのち支える岡崎市自殺対策計画 概要版

発行年月：令和6年3月

編集・発行：岡崎市

計画策定の趣旨

我が国の年間自殺者数は、1998（平成10）年以降14年連続で3万人を超えていました。その後、減少に転じたものの、依然として年間2万人以上の方が自殺により亡くなっている現状があります。

自殺者数の深刻な状況が続いたことを受け、国では2006（平成18）年に「自殺対策基本法」を施行し、2007（平成19）年には国の自殺対策の指針となる「自殺総合対策大綱」が策定されました。

岡崎市においても2019（平成31）年3月に「いのち支える岡崎市自殺対策計画」（以下「第1次計画」）を策定し、この計画に基づき、自殺対策に取り組んできました。

第1次計画の期間が満了することや、「自殺総合対策大綱」の見直し及び「第4期愛知県自殺対策推進計画」の策定を受け、近年の動向や現状に即した「第2次いのち支える岡崎市自殺対策計画」（以下「第2次計画」）を策定するものです。

計画の位置づけ



計画の期間

第2次計画の計画期間は、2024（令和6）年度から2028（令和10）年度までの5年間とします。

	2019 (令和元)	2020 (令和2)	2021 (令和3)	2022 (令和4)	2023 (令和5)	2024 (令和6)	2025 (令和7)	2026 (令和8)	2027 (令和9)	2028 (令和10)
いのち支える岡崎市自殺対策計画	第1次					第2次				
愛知県自殺対策推進計画	第3期				第4期					

自殺者数の現状

岡崎市の自殺者数は、女性よりも男性の方が多くなっています。

自殺死亡率は2018（平成30）年は全国や愛知県と比較して低くなっていましたが、その後は大きな差はありません。

岡崎市の年代別の自殺者数は40歳代が最も多く、次いで50歳代、30歳代となっています。

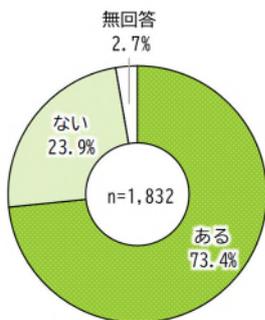


資料：厚生労働省自殺対策推進室「地域における自殺の基礎資料」



アンケート調査

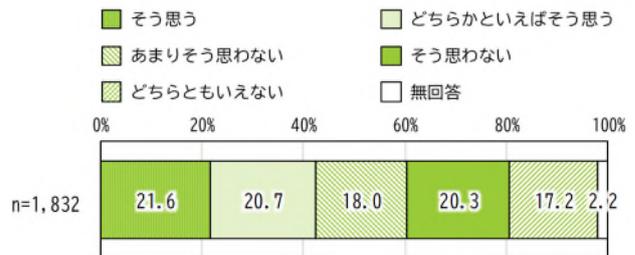
悩み事や不安なことがあった時に相談できるところの有無については、相談ができるところが「ある」が73.4%となっています。



相談できるところがない人が、4人に1人もいるんだね。

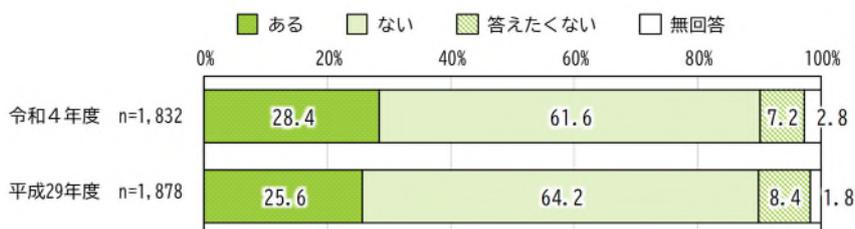


自殺対策は自分自身に関わると思うかについては、“そう思う”（「そう思う」+「どちらかといえばそう思う」）が42.3%、“そう思わない”（「あまりそう思わない」+「そう思わない」）が38.3%の割合となっています。



死にたいと思った経験については、「ある」が28.4%、「ない」が61.6%、「答えたくない」が7.2%の割合となっています。

平成29年度と比較すると、「ある」の割合が2.8ポイント増加しています。



計画の体系

第2次計画では、市民の誰もが生きやすい岡崎市の実現を目指し、市民一人一人が自分事として、地域や生活の課題についてともに考え、みんなで生きることを支えるための取組を包括的に推進していきます。

この計画は、「基本施策」と「対象者に応じた対策」からなります。「基本施策」は全ての人に関わる基盤的な施策であり、「対象者に応じた施策」に対応しています。

基本施策	全ての人に関わり、社会全体の自殺リスクを低下させ、生きることの阻害要因を減らし、促進要因を増やす基盤的な施策
対象者に応じた対策	様々な分野の対象に応じた生きる支援と連携した施策 第1次計画において重点対策としていた対象者を基本とし、国の自殺対策大綱で新たに支援を強化するとされた「女性への支援」を追加

基本理念

～誰もが生きやすい岡崎市の実現を目指して～

目 標

2027年までに自殺死亡率を13.0以下まで減少

体系図

基本施策

対象者に
応じた対策

1
自殺対策に関する
正しい知識の普及・
相談窓口の周知

2
自殺対策に関わる
人材の養成と資質
の向上

3
自殺を防ぐ地域力
の向上と関係機関の
連携強化

1 若年層(40歳未満)対策

2 労働関係対策

3 生活困窮者対策

4 高齢者対策

5 自殺ハイリスク者対策

6 女性への支援 New!

7 自死遺族への支援

基本施策

1 自殺対策に関する正しい知識の普及・相談窓口の周知



自殺は「誰にでも起こり得る危機」であることや、自殺の多くを防ぐことのできる社会的問題であるといった自殺に対する正しい知識を普及啓発し、差別や偏見を取り除いていきます。また、自殺対策における市民の役割等についても理解と関心が深まるよう、広報・教育活動等を実施します。

さらに、問題を抱えた人が適切な相談機関で十分な支援を受けられるよう、関係機関との連携と、市民への相談窓口や支援内容の周知を図ります。



重点取組

- 相談先一覧表の配布/ホームページによる相談窓口等の情報発信
- 相談窓口の周知（高校生・大学生、労働関係機関、高齢者、ハイリスク者、関係機関等）
- SOSの出し方に関する教育の推進/メンタルヘルス研修の実施（市内事業所対象）
- 母子健康手帳・妊婦健康診査受診票交付
- 自死遺族相談

2 自殺対策に関わる人材の養成と資質の向上



身近な人の自殺の危険を示すサインに気づき、適切な支援につなげることができる人を増やすため、市民や地域で活動する人や、関係機関等、様々な分野でゲートキーパー養成講座を実施します。

また、死にたい気持ちのある人に日ごろから接する機会がある教職員、警察職員、消防職員等関係機関に対し、自殺に対する理解と必要な知識やスキルを習得するための研修を行います。



重点取組

- ゲートキーパー養成講座（児童生徒学生、関係機関、一般市民等）/自殺対策に関する人材養成研修

3 自殺を防ぐ地域力の向上と関係機関の連携強化



不安な悩みを抱えている人の存在に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなぎ、見守っていく地域づくりを進めます。

また、既存の関係機関・団体等のネットワークにおいて、引き続き自殺対策に関わる視点で連携・協働し取組を推進します。

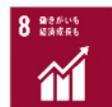


重点取組

- 岡崎市自殺対策推進協議会/岡崎市精神保健福祉支援地域協議会/重層的支援体制整備事業

様々な対象者に応じた自殺対策の展開

1 若年層（40歳未満）対策



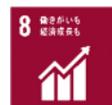
子どもや若者が困難やストレスに直面した際に、一人で抱え込むことなく、地域の大人や学校関係者等へ気軽に相談できるよう、相談窓口の周知を継続していきます。また、SOSの出し方や対処方法などを身につけるための教育を推進するほか、子どものSOSの受け止め方について教職員が学ぶ機会を提供します。

さらに、結婚、出産、子育て、就労など、若者を取り巻く幅広い分野が連携しながら、ライフステージに応じた支援を図ります。

重点取組

- 相談窓口の周知（高校生・大学生）/SOSの出し方に関する教育の推進
- ゲートキーパー養成講座（児童生徒学生）/自殺対策に関する人材養成研修（教職員）

2 労働関係対策



市民がいきいきと働き続けることのできる社会を実現するため、勤務問題に関する相談窓口の周知及び情報提供を行います。また、働きやすい職場環境づくりに向け、育児や介護の休業といった制度の周知や、職場におけるメンタルヘルス対策やハラスメント全般、長時間労働の是正に関する啓発の充実を図ります。

重点取組

- 労働者への相談窓口の周知/メンタルヘルス研修の実施（市内事業所対象）

3 生活困窮者対策



生活困窮の状態や生活困窮に陥る可能性がある人に対して、関係機関等と連携を図りながら、適切な制度や相談機関、窓口につなぎます。また、困窮状況に応じて必要な保護を行い、最低限度の生活を保障するとともに自立に向け支援します。

重点取組

- ゲートキーパー養成講座（生活困窮者に関わる関係機関）
- 生活困窮者自立相談支援事業

4 高齢者対策



高齢者に関わる関係機関に対し、問題を抱えた人が相談しやすい環境を作るとともに、身近なゲートキーパーとして行動できる人材の育成を図ります。

高齢者の孤立を防ぐための見守りを行うとともに、高齢者の社会参加を図る地域での生きがいづくりや居場所づくりを進めます。



重点取組

- 相談窓口の周知（高齢者、関係機関）/ゲートキーパー養成講座（関係機関）
- 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業

5 自殺ハイリスク者対策



自殺未遂者の再度の自殺を防ぐため、自殺未遂者に関わる機会が多いと考えられる職員等に対し、自殺に対する理解を深め、必要なスキルを習得するための研修を行います。

精神疾患患者、がん患者・慢性疾患等の重篤患者、依存症、性的マイノリティの方など、自殺に至るリスクの高い人への相談窓口の周知や関係機関との連携強化に努めます。



重点取組

- 相談窓口の周知（ハイリスク者及び家族）/自殺対策に関する人材養成研修（関係機関）

6 女性への支援



結婚、出産、子育てなど、女性のライフステージに応じた支援を行います。また、女性特有の課題に対応するため、関係機関等と連携・協働して支援します。



重点取組

- 妊産婦への家庭訪問・面接、電話による相談/母子健康手帳・妊婦健康診査受診票交付

7 自死遺族への支援



大切な方を自死で亡くされた方を支援するため、各種相談窓口などの情報提供、相談体制の充実に努めます。また、自死遺族等の自助グループの運営支援やグループ活動の情報提供を実施します。



重点取組

- 自死遺族相談

重点取組

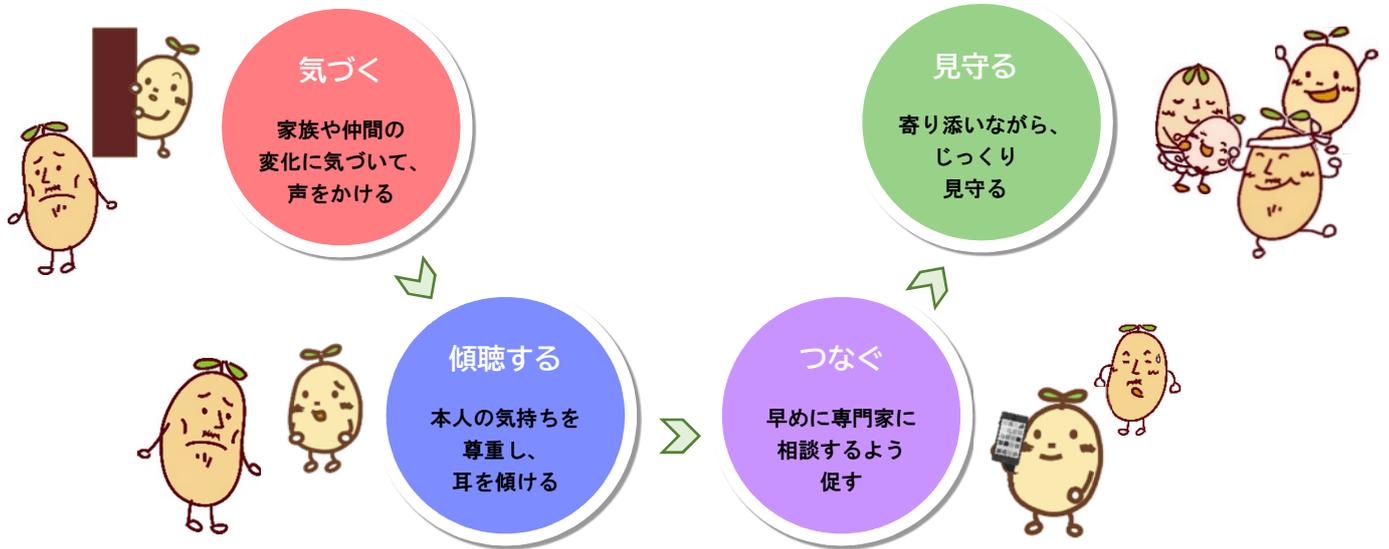
基本施策、対象者に応じた対策ごとの取組のうち、以下について重点的に取り組むこととします。

基本施策				対象者に 応じた対策
対象者	自殺対策に関する 正しい知識の普及・ 相談窓口の周知	自殺対策に関わる 人材の養成と 資質の向上	自殺を防ぐ 地域力の向上 と関係機関の 連携強化	
すべての市民	◆相談先一覧表の配布 ◆ホームページによる 相談窓口等の情報発信	◆一般向けゲートキー パー養成講座の実施	◆岡崎市自殺対 策推進協議会 ◆岡崎市精神保 健福祉支援地域 協議会 ◆重層的支援体 制整備事業	
若年層 (40歳未満) 対策	◆高校生、大学生に対 する相談窓口周知のた めのポスターの掲示や 啓発物の配布 ◆小中学校の児童生徒 に対するSOSの出し方 に関する教育の推進	◆児童・生徒・学生向 けゲートキーパー養成 講座の実施 ◆教職員向け人材養 成研修の実施		
労働関係対策	◆労働関係機関に対す る相談窓口を周知する チラシの配布 ◆市内の事業所を対象 としたメンタルヘルス研 修の実施			
生活困窮者 対策		◆生活困窮者に関わ る関係機関向けゲート キーパー養成講座の 実施		◆経済的に困 窮している人 に対する支援 の実施
高齢者対策	◆フレイルに該当すると 判定された高齢者等 や、高齢者に関わる関 係機関の職員に対する 相談窓口の周知	◆高齢者に関わる関 係機関向けゲートキー パー養成講座の実施		◆認知症・閉 じこもり・うつ のリスクを判 定し、医療機 関の適切な受 診・介護予防 事業への参加 勧奨の実施
自殺 ハイリスク者 対策	◆自殺未遂者等のハイ リスク者及び家族に対 する相談窓口を周知の ためのリーフレット等の 配布	◆警察・消防等自殺未 遂者に携わる関係者 向け人材養成研修の 実施		
女性への支援	◆母子健康手帳等交付 時の面接、相談窓口を 掲載した受診票の交付			◆妊産婦に対 する電話相談 や面接、家庭 訪問の実施
自死遺族への 支援	◆自死遺族相談の実施			

気づいたあなたがいのちの「門番」ゲートキーパー

「ゲートキーパー」とは、健康上の問題や心の問題、仕事や家庭の問題など、悩みを抱えた人のこころのSOSにいち早く気づき、声をかけ、話を聴いて必要な支援につなぎ、見守ってくれる人のことです。

1人でも多くの方に、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、専門性の有無にかかわらず、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが自殺対策につながります。



相談窓口

岡崎市では、こころの健康に関する相談窓口「岡崎市こころホットライン」を設置し、様々なこころの悩みについて、電話相談を受け付けています。また、愛知県でも、こころの健康に関する電話相談窓口を開設しています。

岡崎市こころホットライン	ナヤミナシ ☎ 0564-64-7830
(月～金 祝日・年末年始除く 午後4時30分から午後8時30分まで)	
あいちこころほっとライン 365	☎ 052-951-2881
(毎日 午前9時から午後8時30分)	

その他にも、身近な問題に対する様々な相談窓口があります。お気軽にご相談ください。

子ども・若者	岡崎市子ども・若者総合相談センター ☎ (0564) 64-6665 月～金*午前8時30分から午後5時15分	生活困窮	ほっとサポートおかざき ☎ (0564) 23-6292 月～金*午前8時30分～午後5時15分
女性	女性相談(メール) ☎ (0564) 23-6778 月～金*午前8時30分～午後5時	その他	その他の相談はこちら 

*：祝日、年末年始を除く