

# 箕輪町自殺対策計画

～誰も自殺に追い込まれることのない箕輪町を目指して～



セーフコミュニティ 箕輪

2019年（平成31年）3月

長野県箕輪町

## はじめに



我が国の自殺者数は、平成10年以降、年間3万人を超える状態が続いていましたが、平成22年以降は減少傾向にあり、平成30年には約2万6百人となっております。その一方で、他の先進国と比べ自殺死亡率は高い水準にあり、依然として深刻な状態が続いています。

このような中、箕輪町では自殺対策事業に取り組むとともに、自殺予防の啓発や安全安心なまちづくりを目指し、平成21年度から、セーフコミュニティみのわにおいて自殺対策を重点分野の一つと位置づけ、関係機関や町民の皆さん、庁内の関係部署と連携・協力のもと、各種施策を積極的に進めてまいりました。

そしてこの度、改正自殺対策基本法（平成28年4月施行）において、全ての自治体に自殺対策計画の策定が義務付けられたことを機に、「箕輪町自殺対策計画～誰も自殺に追い込まれることのない箕輪町を目指して～」を策定いたしました。

本計画により、町民の皆さんが自殺について正しい理解を深め、町民一人ひとりを孤立化させることのないよう必要に応じて関係機関等につなぎ、その後さらに見守る体制づくりを推進いたします。これまでの自殺対策の上に本計画を展開させ、自殺者0人の箕輪町を目指します。

計画の推進にあたっては特定の部署に限らず、様々な分野が密接に連携していくことが求められていますので、国、県をはじめ、関係機関との連携を強化し、町民の皆さんと一体となった取組みを展開してまいりたいと考えておりますので、より一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

終わりに、本計画の策定にあたりまして、貴重なご意見やお力添えを賜りました箕輪町自殺予防対策委員会の委員の皆様、箕輪町自殺予防対策連絡会の皆様をはじめご協力いただきました関係各位に心から感謝申し上げます。

2019年（平成31年）3月

箕輪町長 白鳥 政徳

# 目次

## 第1章 計画策定の趣旨等

1 計画策定の趣旨	2
2 計画の位置づけ	3
3 計画の期間	3
4 計画の数値目標	3

## 第2章 箕輪町の自殺をめぐる現状と特徴

1 統計データから見る箕輪町の自殺の現状	4
2 箕輪町の自殺対策と関連するデータの現状	7
3 現状から見た箕輪町における自殺の特徴	18

## 第3章 自殺対策の基本方針

1 生きることの包括的な支援として推進する	19
2 関連機関との有機的な連携を強化して総合的に取り組む	20
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	20
4 実践と啓発を両輪として推進する	20
5 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び住民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する	20

## 第4章 箕輪町の自殺対策の推進体制

箕輪町の自殺対策の推進体制	21
---------------	----

## 第5章 箕輪町の自殺対策

1 施策体系	22
2 基本施策	
《基本施策1》地域におけるネットワークの強化	23
《基本施策2》自殺対策を支える人材の育成	24
《基本施策3》町民への啓発と周知	25
《基本施策4》生きることの促進要因への支援	26
3 重点施策	
《重点施策1》男性の自殺対策の推進	28
《重点施策2》高齢者の自殺対策の推進	29
《重点施策3》若者向けの自殺対策の推進	30
《重点施策4》労働問題に関わる自殺対策の推進	31
《重点施策5》生活困窮者の自殺対策の推進	32
4 生きる支援の関連施策	33

## 第6章 参考資料

1 自殺対策基本法（平成28年4月改正）	43
2 自殺総合対策大綱（概要）（平成29年7月閣議決定）	48
3 ところ・体・生活の相談窓口のご案内	49
4 箕輪町の自殺対策のイメージ	51

# 第1章 計画策定の趣旨等

## 1 計画策定の趣旨

自殺は、その多くが追い込まれた末の死と言われています。自殺の背景には、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ることが知られています。自殺に至る心理としては、様々な悩みが原因で追い詰められて自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ったり、社会とのつながりの減少や生きていても役に立たないという役割喪失感から、また、与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感から、危機的な状態にまで追い込まれてしまう過程と見ることができます。

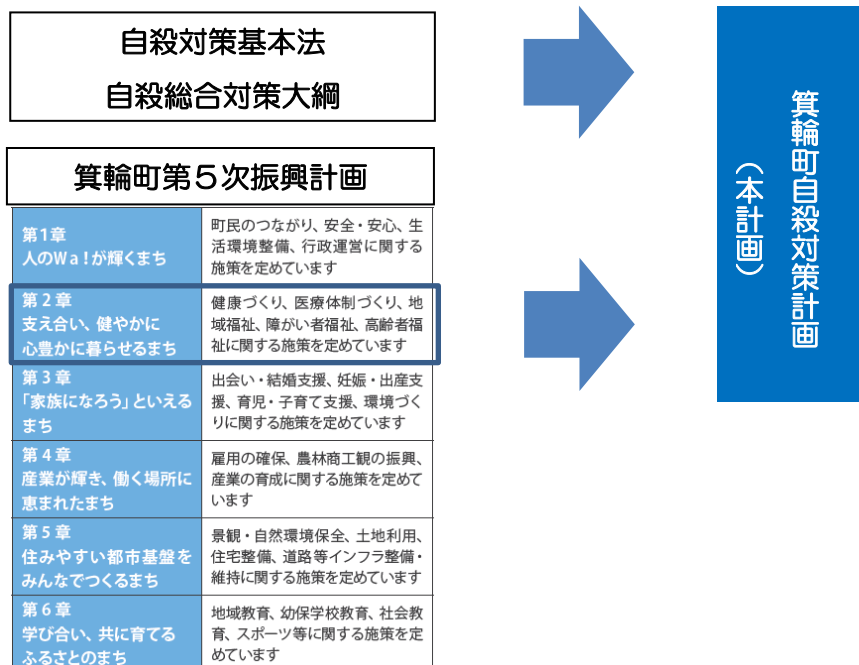
我が国の自殺対策は、平成18年に自殺対策基本法（平成18年法律第85号）が制定されて以降大きく前進しました。それまで「個人の問題」とされてきた自殺が「社会の問題」として広く認識されるようになり、国を挙げて自殺対策を総合的に推進した結果、自殺で亡くなる人数の年次推移は減少傾向にあるなど、着実に成果を上げています。

しかし、我が国の自殺死亡率（人口10万人あたりの自殺による死亡率）は、主要先進7か国の中で最も高く、自殺で亡くなる人数の累計も毎年2万人を超えているなど、非常事態はいまだ続いていると言わざるを得ません。

そうした中、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して自殺対策を更に総合的かつ効果的に推進するため、施行から10年の節目にあたる平成28年に、自殺対策基本法が改正されました。自殺対策が「生きることの包括的な支援」として実施されるべきこと等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、誰もが必要な支援を受けられるよう、全ての都道府県及び市町村が「都道府県自殺対策計画」又は「市町村自殺対策計画」を策定することとなりました。箕輪町ではこれまでの取組みを発展させ、地域全体で更に取組みを推進するため、「箕輪町自殺対策計画」を策定しました。

## 2 計画の位置づけ

本計画は、平成 28 年に改正された自殺対策基本法に基づき、国の定める自殺総合対策大綱の趣旨を踏まえて、同法第 13 条第 2 項に定める「市町村自殺対策計画」として策定するものです。また、中長期的な視点を持って継続的に自殺対策を実施していくため、本計画を、「箕輪町第 5 次振興計画」における 6 つの基本計画のうち、第 2 章「支え合い、健やかに心豊かに暮らせるまち」を目指す方針に位置づけます。



## 3 計画の期間

自殺総合対策大綱は、自殺対策基本法に基づいて国が推進すべき自殺対策の指針として平成 19 年 6 月に策定され、翌年には一部改正、平成 24 年 8 月には初めて全体的な見直しが行われました。平成 28 年には改正された自殺対策基本法の趣旨や自殺の実態を踏まえた見直しが行われ、平成 29 年 7 月に新たな自殺総合対策大綱「自殺総合対策大綱 ～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～」が閣議決定されました。

国の自殺対策の指針である自殺総合対策大綱がおおむね 5 年に一度を目安として改訂されていることから、国の動きや自殺の実態、社会状況等の変化を踏まえる形で、町の計画も 5 年に一度を目安に内容の見直しを行うこととし、「箕輪町自殺対策計画」の推進期間を 2019 年度（平成 31 年度）から 2023 年度までの 5 年間とします。

## 4 計画の数値目標

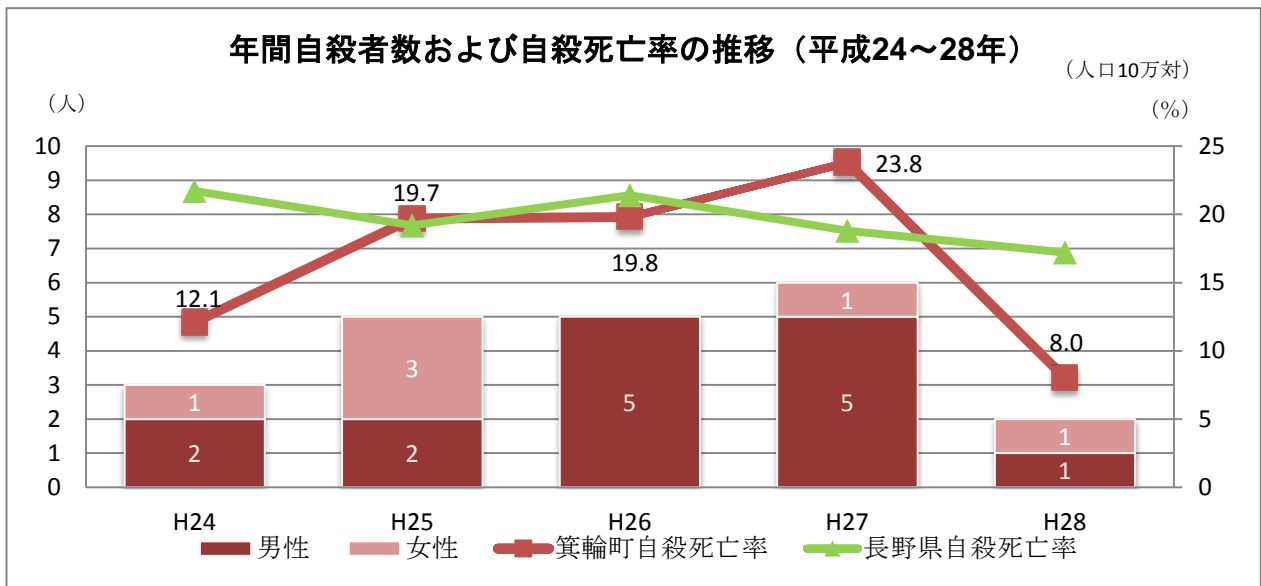
箕輪町として自殺対策を通じて最終的に目指すのは「誰も自殺に追い込まれることのない箕輪町」です。この実現に向けては、対策を進める上での具体的な数値目標等を定めるとともに、それらの取組みがどのような効果を挙げているのかを、取組みの成果と合わせて検証を行っていく必要があります。箕輪町では、平成 24 年から平成 28 年において平均して毎年およそ 4 人が自殺により亡くなっているという状況から、計画最終年度の 2023 年度には、年間自殺者数を 0 人とすることを箕輪町の目標とします。

## 第2章 箕輪町の自殺をめぐる現状と特徴

### 1 統計データから見る箕輪町の自殺の現状

#### (1) 年間自殺者数はおよそ4人。自殺死亡率は長野県よりもやや低い

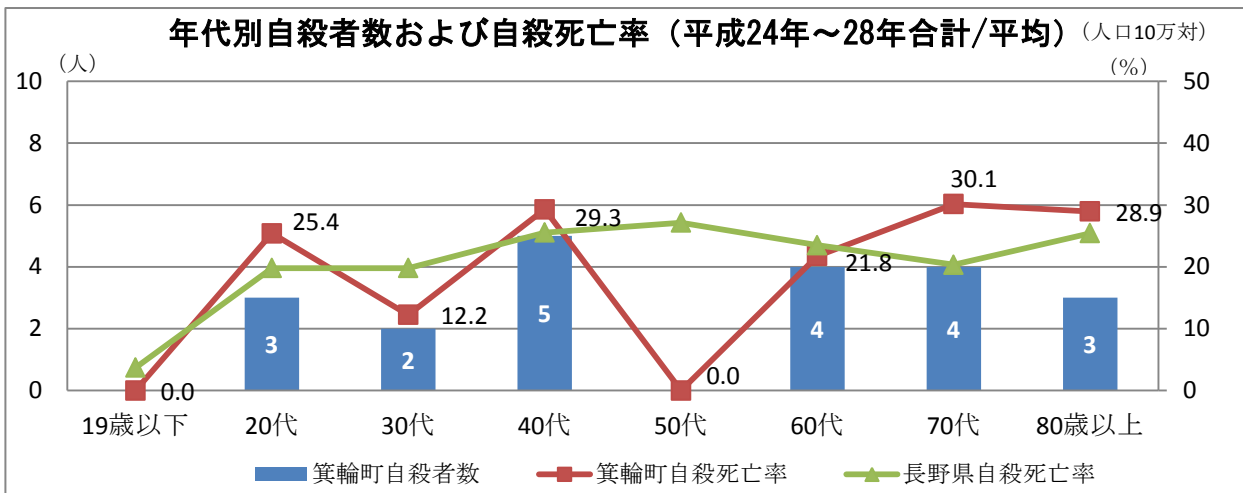
平成 24～28 年の5年間に自殺で亡くなった人の数は 21 人（年間およそ4人）です。男女別では男性が 15 人、女性が6人となっています。年間自殺者数及び自殺死亡率ともに変動がありますが、自殺死亡率の5年平均は 16.7 で、長野県の平均 19.7 よりもやや低い状態となっています。



出典：厚生労働省「地域の自殺の基礎資料」

#### (2) 若年者や高齢者の自殺死亡率が高い

平成 24～28 年の5年間に自殺で亡くなった人を年代別に見ると、箕輪町の自殺死亡率は若年者や高齢者において長野県の自殺死亡率より高くなっています。

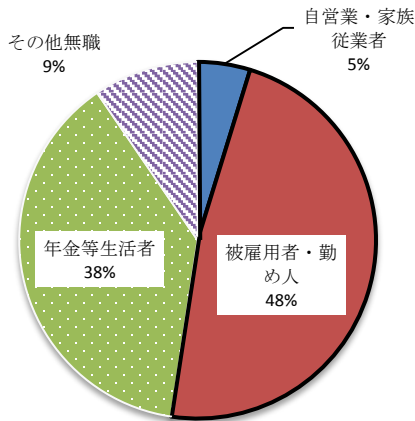


出典：厚生労働省「地域の自殺の基礎資料」

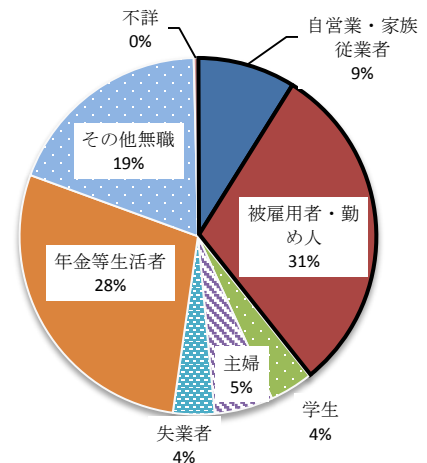
### (3) 自殺者の2人に1人が有職者

有職者・無職者の割合を見ると、平成 24～28 年の5年間に自殺で亡くなった 21 人のうち、2人に1人は有職者でした。長野県と比較すると箕輪町は有職者の割合が高くなっています。

箕輪町の自殺者における有職・無職およびその内訳  
(平成24～28年合計)



長野県の自殺者における有職・無職およびその内訳  
(平成24～28年合計)

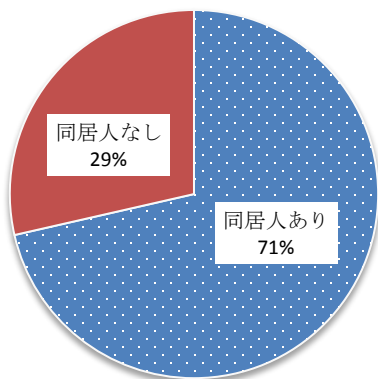


出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2017）」

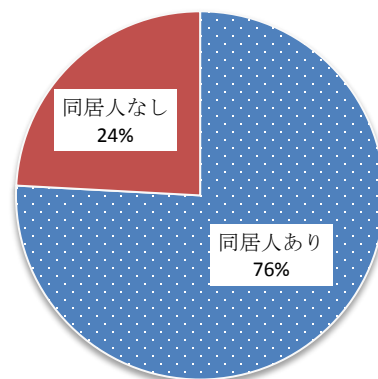
### (4) 自殺者の約7割に同居人がいる

同居人の有無別で見ると、箕輪町は平成 24～28 年の5年間に自殺で亡くなった 21 人のうち、同居人ありの割合が県と同様に7割を超えています。この傾向は県と同様です。

箕輪町の自殺者における同居人の有無  
(平成24～28年合計)



長野県の自殺者における同居人の有無  
(平成24～28年合計)



出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2017）」



## (5) 箕輪町における支援が優先されるべき対象群

自殺総合対策推進センターによる「性別・年代・職の有無・同居の有無」の属性別の自殺者数の集計によると、平成 24～28 年の5年間に於いて、自殺者の多い上位5区分が以下のように示されています。

属性別 上位5区分	自殺者数 5年計	割合	自殺死亡率 (10万対)
1位:女性 60歳以上無職同居	4	19.0%	23.7
2位:男性 20～39歳有職同居	3	14.3%	29.2
3位:男性 60歳以上無職独居	2	9.5%	178.4
4位:男性 20～39歳有職独居	2	9.5%	99.3
5位:男性 60歳以上無職同居	2	9.5%	20.9

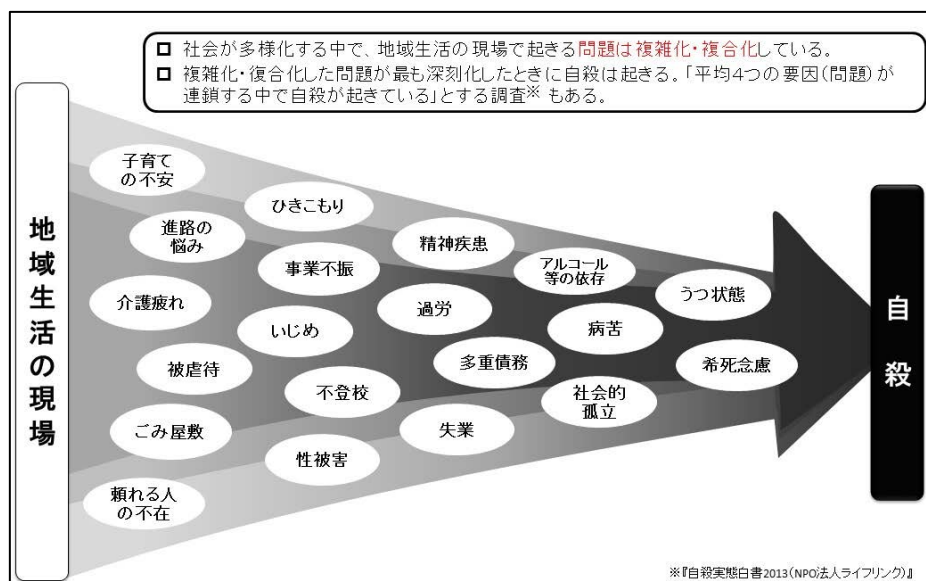
出典 自殺統計【自殺日・住居地】（自殺総合対策推進センター）

- ※ 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死亡率の高い順としました。
- ※ 自殺死亡率の母数（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ました。
- ※ 自殺総合対策推進センターは、平成 28 年 4 月 1 日に施行された改正自殺対策基本法の新しい理念と趣旨に基づき、学際的な観点から関係者が連携して自殺対策の PDCA サイクルに取り組むためのエビデンスの提供や、民間団体を含めた地域の自殺対策を支援するセンターです。すべての都道府県や市町村の自殺の実態を分析し、理解しやすいツール（地域自殺実態プロファイル）により資料を提供しています。

「女性 60 歳以上無職同居」が最も多い属性となっていますが、2位から5位が男性であることから、箕輪町における自殺者の属性としては、男性が多い傾向にあると読み取ることができます。さらに属性の詳細をみると、同居の有無に関わらず「男性 20～39 歳有職者」および「男性 60 歳以上無職者」の自殺者が多いため、この属性における重点的な対策を講じていく必要があると考えられます。

自殺実態白書（2013）NPO 法人ライフリンクによると、「男性 20～39 歳有職者」における一般的な自殺に至る背景としては、職場の人間関係や配置転換、過労など労働に関する問題が引き金となり、うつ状態に陥る傾向があるとされています。

また「男性 60 歳以上無職者」では、失業や退職による生活困窮や、死別・離別及び介護疲れなどの家族に関わる問題から、将来の生活を悲観し自殺を選ぶ傾向があるとされています。



出典 自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料）



## 2 箕輪町の自殺対策と関連するデータの現状

### (1) 心の健康づくりに関する基礎調査の結果

平成 22 年度に心の健康づくりに関する基礎調査を実施しましたが、この中から今回自殺対策計画策定に関係ある項目について抜粋しました。

【アンケート方法】：長野県が自殺対策の基礎資料とするために実施しました。町内の 20 歳以上の男女の中から年齢構成比率に基づいて無作為に抽出し調査票を郵送しました。回収した調査票については信州大学医学部において内容の解析を実施しました。

【調査期間】：配布 平成 22 年 7 月 回収 平成 22 年 8 月～9 月

【調査対象】：20 歳以上の町民

【対象数】：700 人

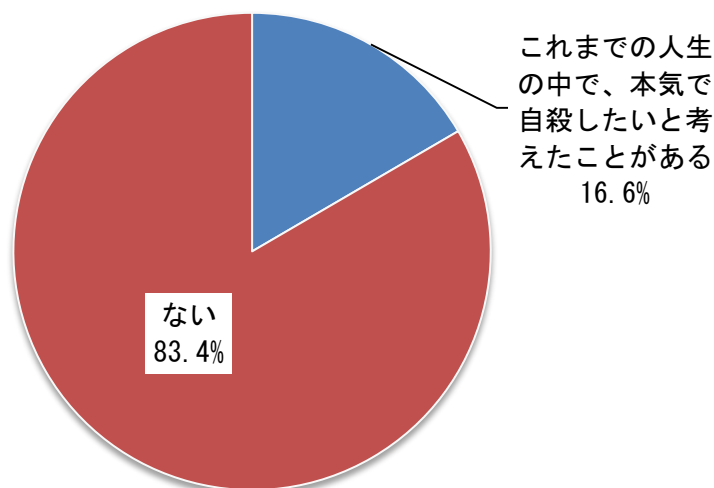
【有効回答数】：452 人

【有効回答率】：64.6%

「これまでの人生のなかで、本気で自殺したいと考えたことがあるか」の問いについて

- 「これまでの人生のなかで、本気で自殺したいと考えたことがある」という質問に対し、「ある」と答えた者の割合は 16.6%（452人中 75 人）です。さらにこのうちで、「最近1年以内に、本気で自殺したいと考えたことがある」の割合は 4.2%（452人中 19 人）です。
- 「これまでの人生のなかで、自殺の計画を立てたことがある」という質問に対し、「ある」と答えた者の割合は 2.7%（452 人中 12 人）です。このうち、「最近1年以内に、自殺の計画を立てたことが1度でもある」の割合は 2.0%（452人中9人）です。
- 「これまでの人生のなかで、自殺を試みたことがある」という質問に対し、「ある」と答えた者の割合は 1.8%（452 人中 8 人）です。このうち、「最近1年以内に、自殺を試みたことが1度でもある」の割合は 0.9%（452 人中 4 人）です。

（心の健康づくりに関する基礎調査）



項目	人数
1 これまでの人生のなかで、本気で自殺したいと考えたことがある	75
うち最近1年以内に、本気で自殺したいと考えたことが1度でもある	19
2 これまでの人生のなかで、自殺の計画を立てたことがある	12
うち最近1年以内に、自殺の計画を立てたことが1度でもある	9
3 これまでの人生のなかで、自殺を試みたことがある	8
うち最近1年以内に、自殺を試みたことが1度でもある	4

出典 心の健康づくりに関する基礎調査

## (2) さわやか健診結果説明時のアンケート調査の結果

さわやか健診結果説明時のアンケートから自殺対策計画策定に関係ある下記の項目について抜粋しました。

【アンケート方法】：さわやか健診結果説明会に配布回収

【調査期間】：平成 29 年 6 月 13 日～平成 29 年 8 月 4 日、平成 29 年 11 月 29 日

【調査対象】：循環器健診（若年健診 特定健診 後期高齢者検診）結果説明会来所者

【対象数】：1,357 人

【有効回答数】：1,026 人

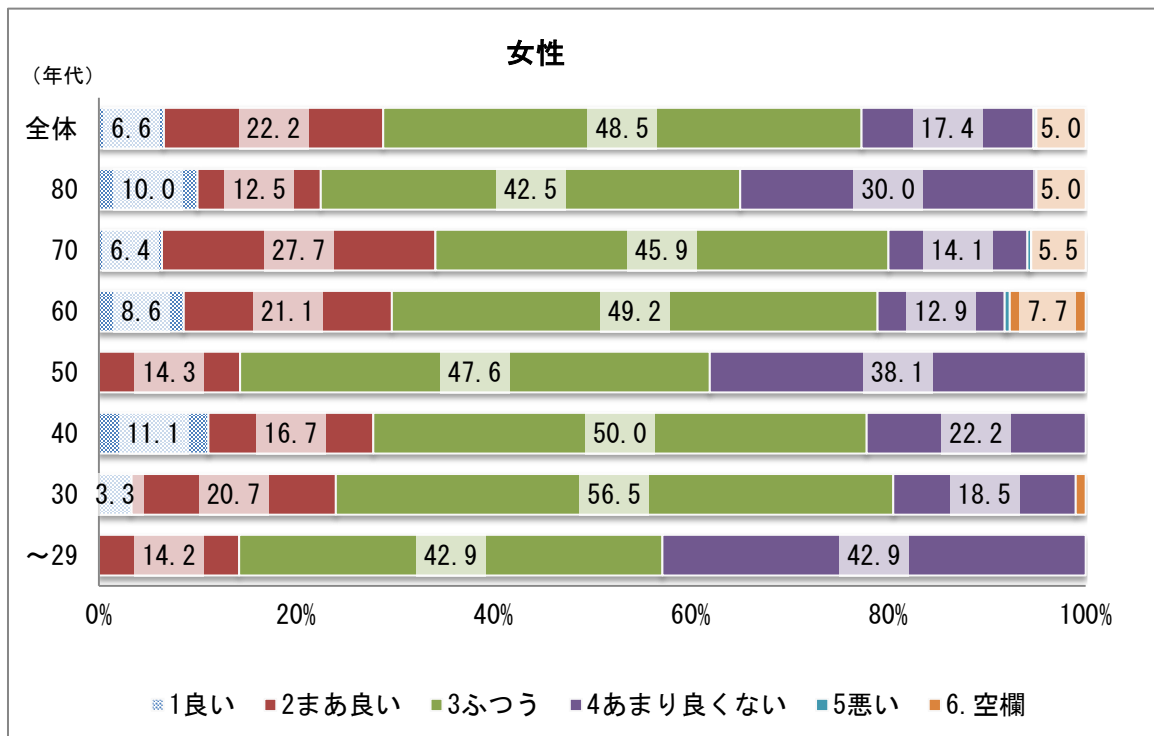
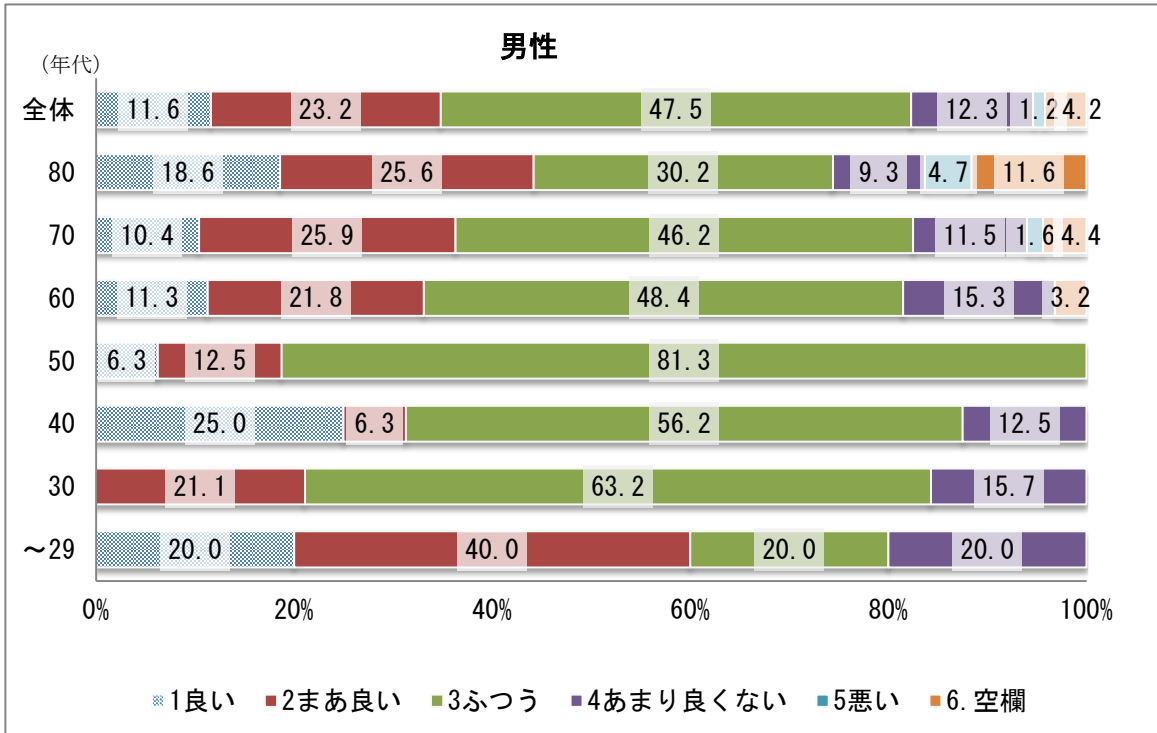
【有効回答率】：75.6%

【アンケート項目】：

- 1 ご自分の健康状態をどのように感じていますか
- 2 ご家族や友人とよく話をしますか
- 3 近所の人とよく話をしますか
- 4 つらい気持ちや悩みがある時に相談できる人がいますか
- 5 夜よく眠れますか
- 6 常日頃、イライラしていると感じますか

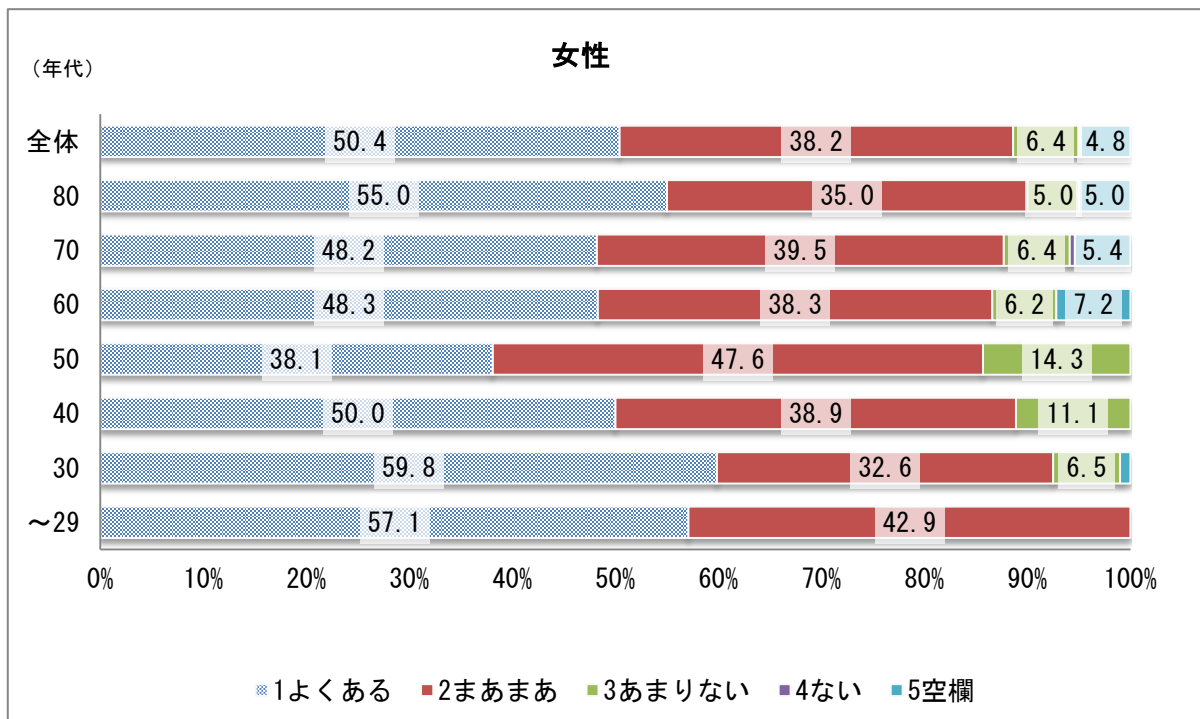
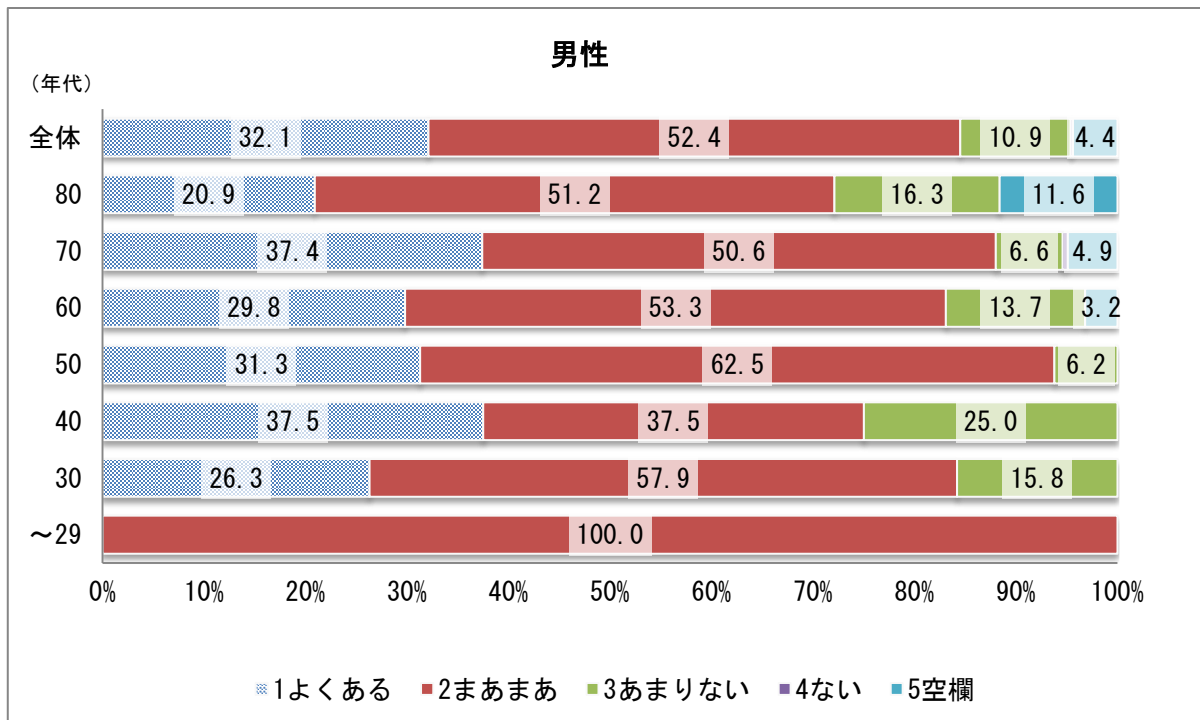
### ①ご自分の健康状態をどのように感じていますか

- 全体で約 15%の人が健康状態が良くない（あまり良くない、悪い）と思っています。
- 女性の20代と50代は約4割、80代は約3割が良くないと思っています。
- 男性の方が女性に比べて各年代で「良い・まあ良い・ふつう」を合わせた割合が高いです。



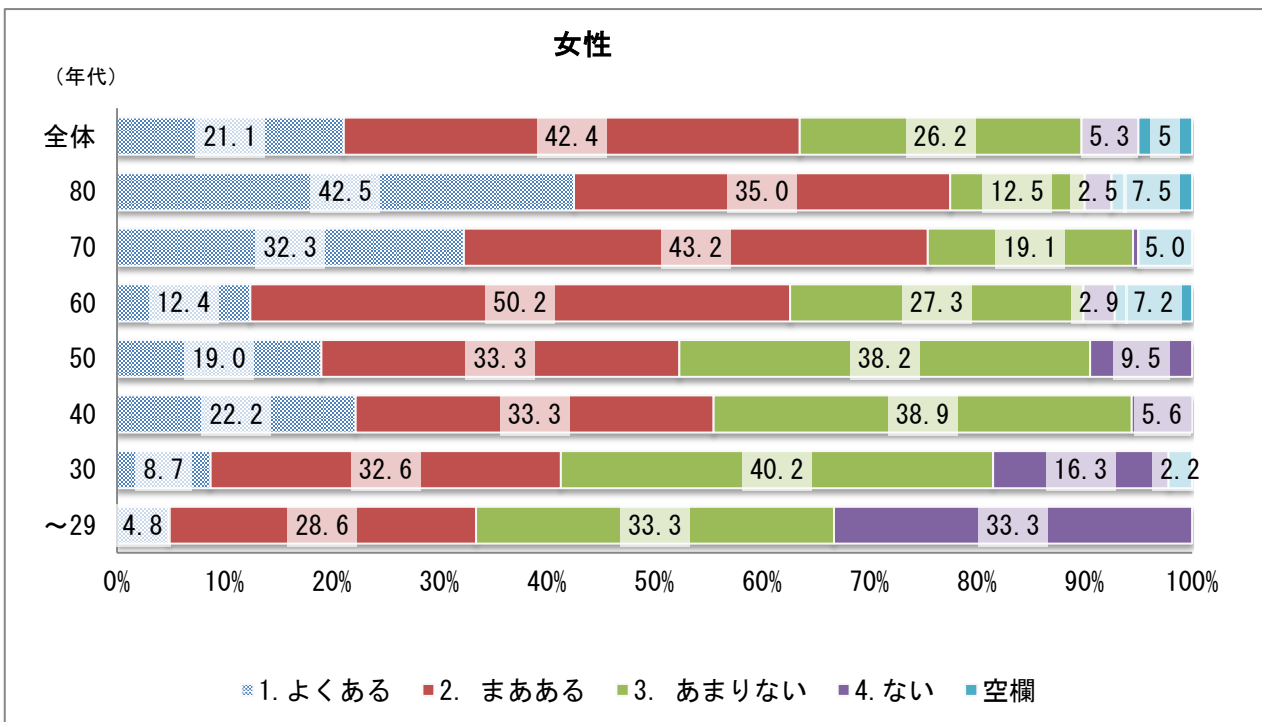
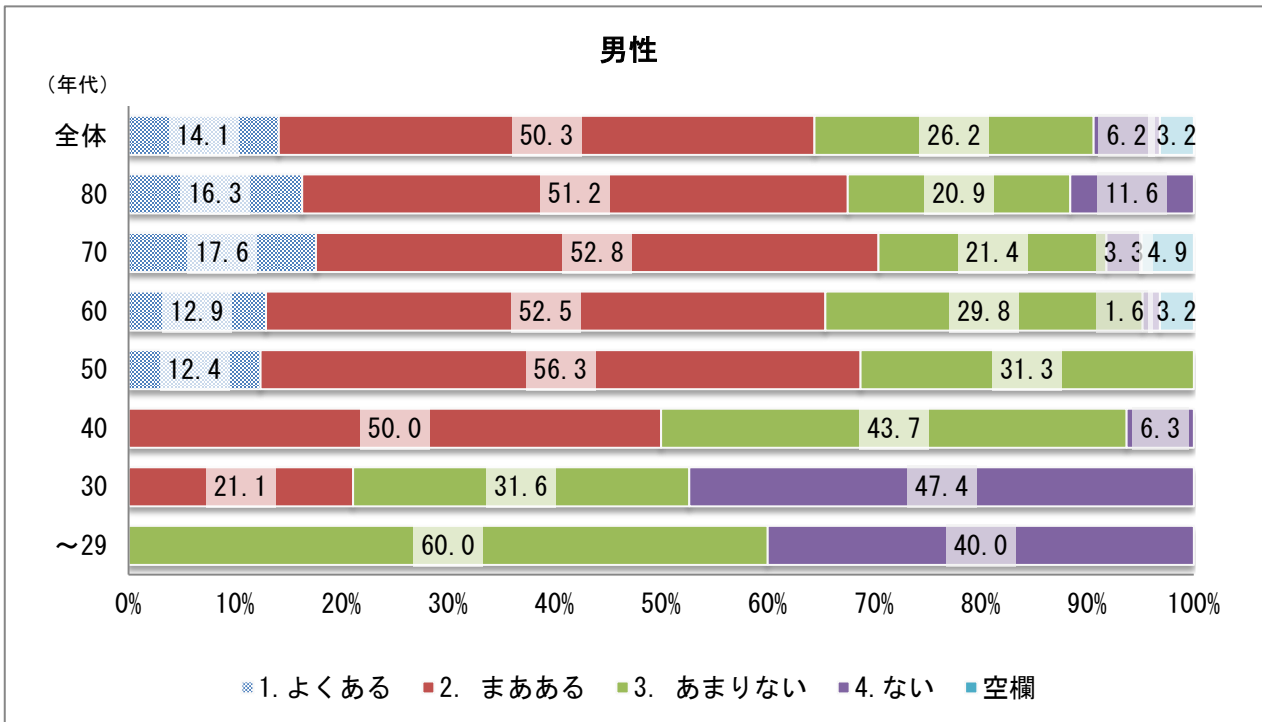
## ②ご家族や友人とよく話をしますか

- 全体的に見ると男性の方が家族や友人と話をしない率が高い。特に 40 代、60 代、80 代は高いです。
- 女性は男性に比べると話をしている率が高い。年齢の差はあまりありません。
- 20 代男性は、100%の人が家族や友人とはまあまあ話をしています。
- 40 代男性は、25%の人がご家族や友人とあまり話をしていません。



### ③近所の人とよく話をしますか

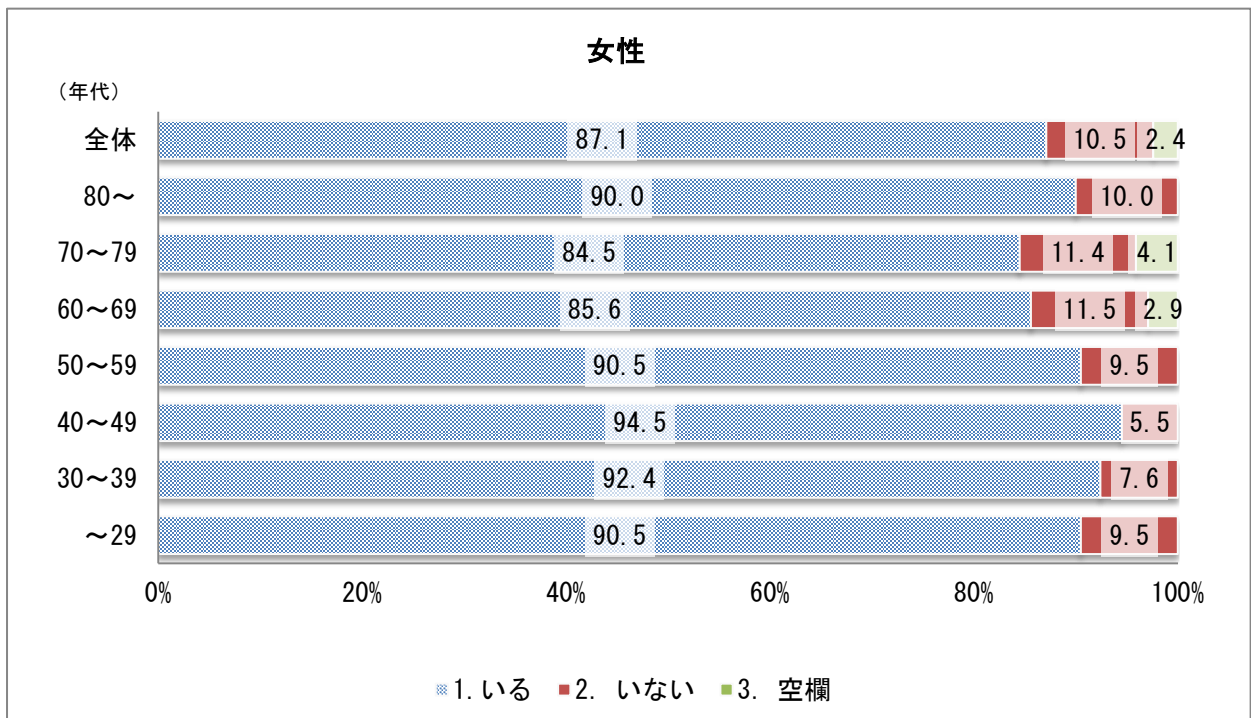
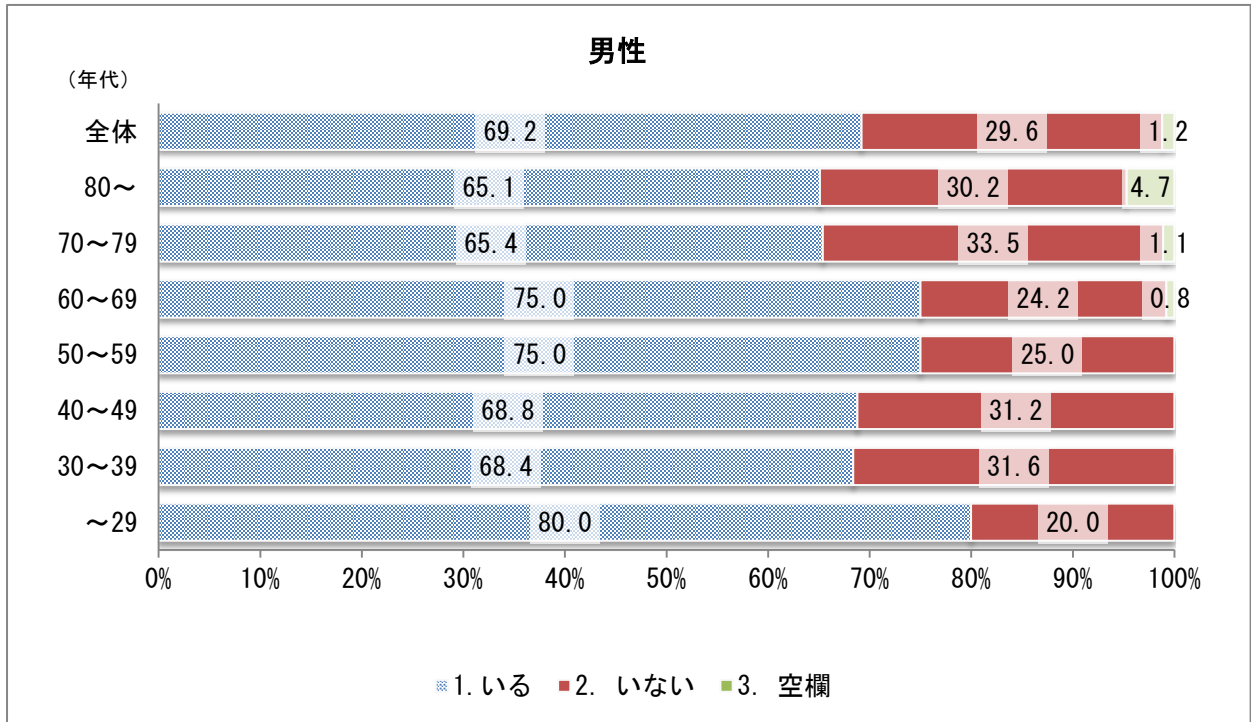
- 男女とも全体で比較すると、「よくある」と「まあある」の合計は6割強を占めています。
- 年齢が上昇するにしたがって、男女とも近所の人と話をする割合は増える。男性の20代は近所の人と話をしている人はかなり少ないです。





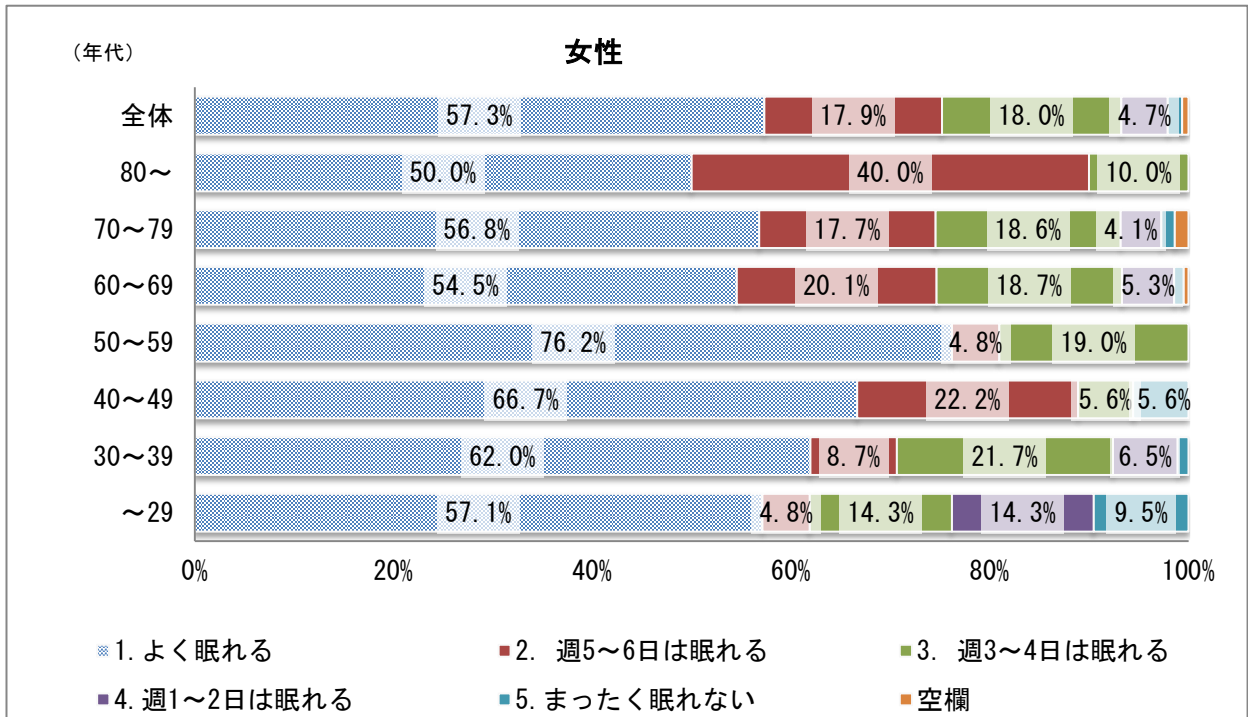
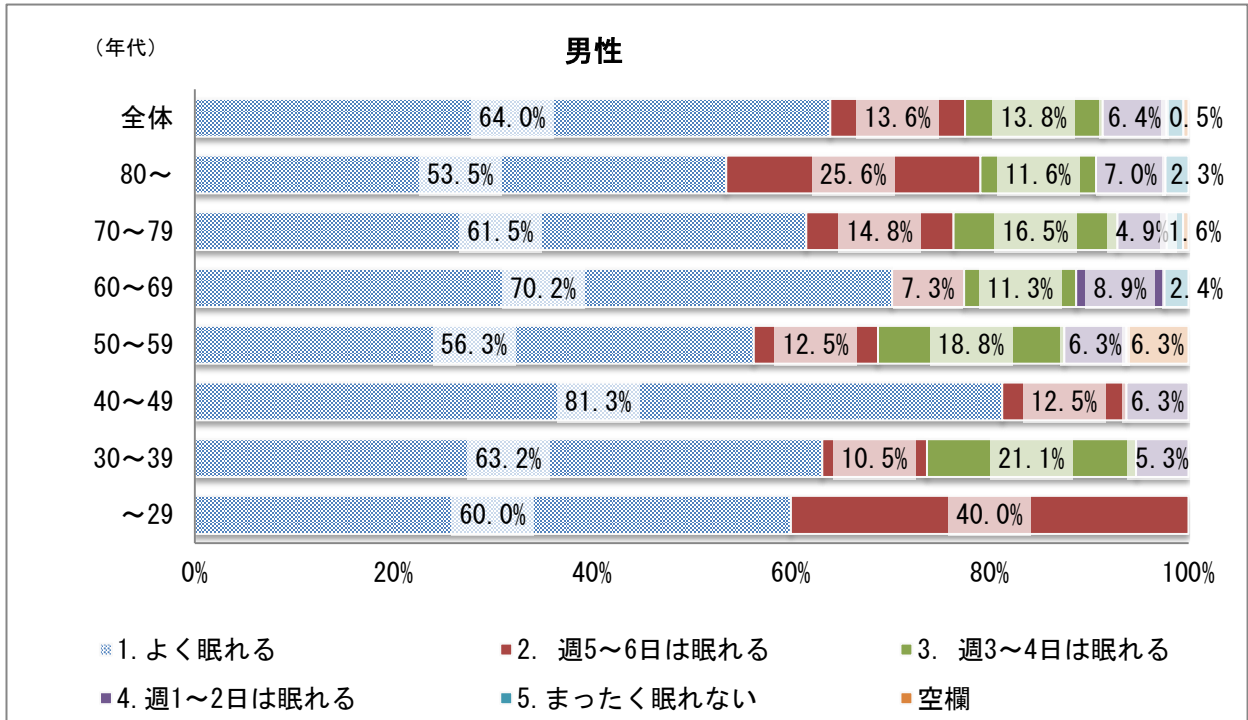
#### ④ つらい気持ちや悩みがある時に相談できる人がいますか

- 各年代とも男性は女性に比べてつらい気持ちや悩みがある時に相談できる人がいない割合が高いです。
- 女性は各年齢とも相談できる人のいる割合が90%前後を占めています。



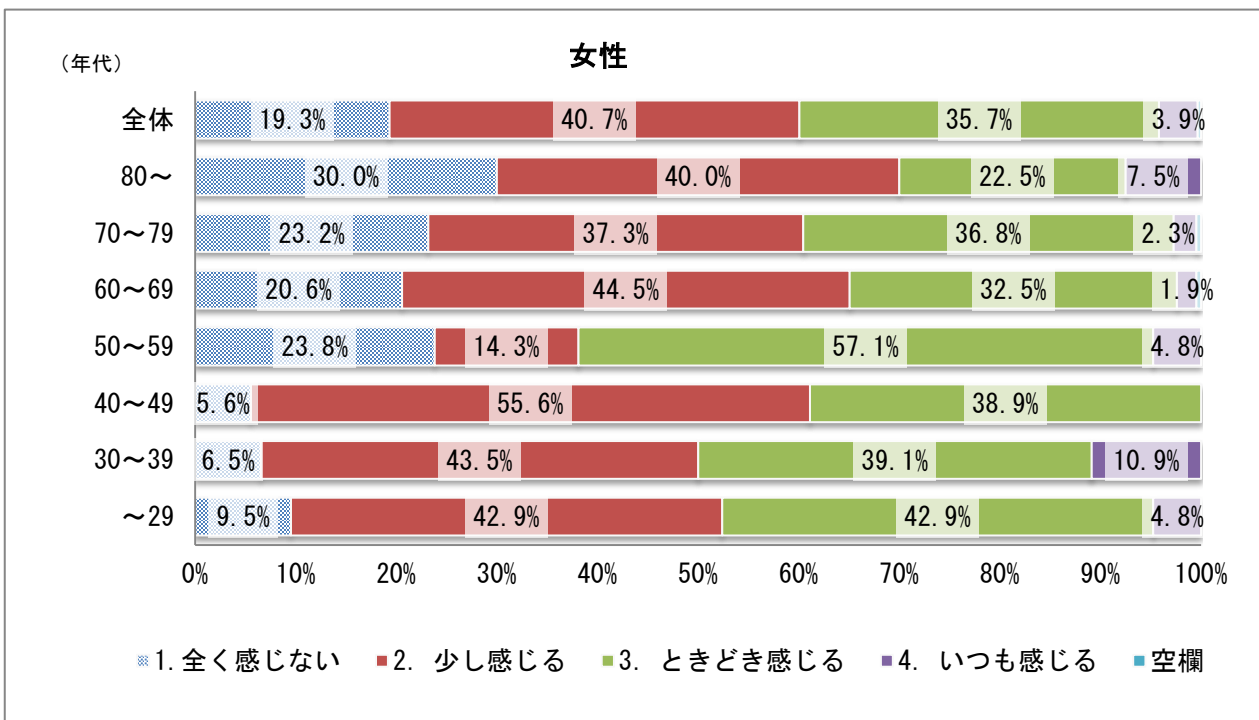
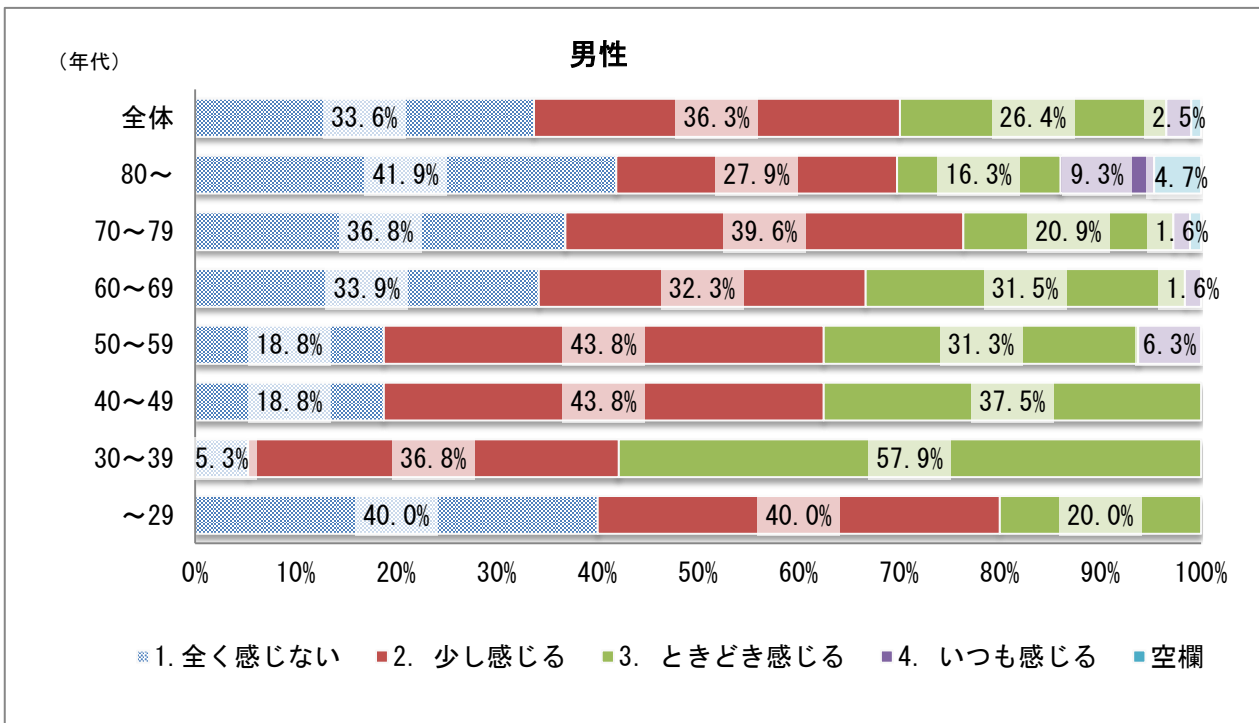
### ⑤夜よく眠れますか

- 「よく眠れる」と「週5～6日は眠れる」を合わせたものを眠れると考えると、男性では20代と40代は眠れている割合が高い。女性では40代と80代は眠れている割合が高いです。
- 男性では50代、女性では20代が眠れていない割合が高いです。
- まったく眠れない人は男性では60代から増えてきます。



## ⑥常日頃、イライラしていると感じますか

- 女性は3～4割位の人がイライラしていると感じている。男性は感じていない人が多いです。



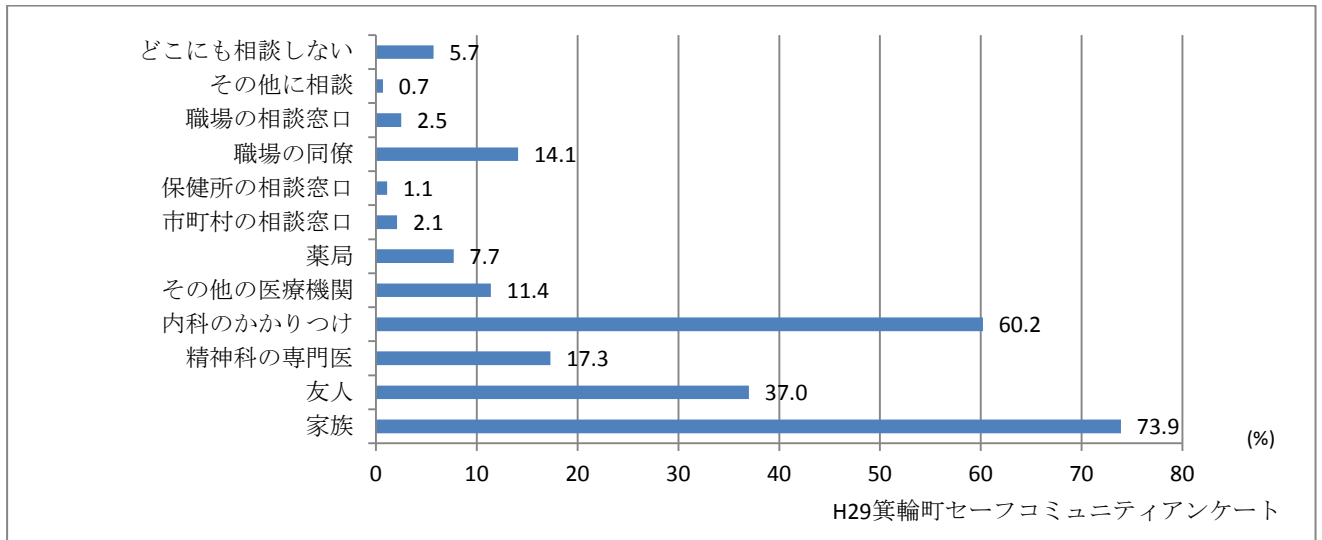
### (3) セーフコミュニティのアンケート調査（平成 29 年度）の結果

セーフコミュニティのアンケート調査の「こころの問題」に関する内容を抜粋しました。

【調査期間】：平成 29 年 8 月から 9 月  
 【調査対象】：20 歳以上の町民から無作為に抽出した 1,000 人  
 【有効回答数】：560 人（男性 264 人 女性 296 人）

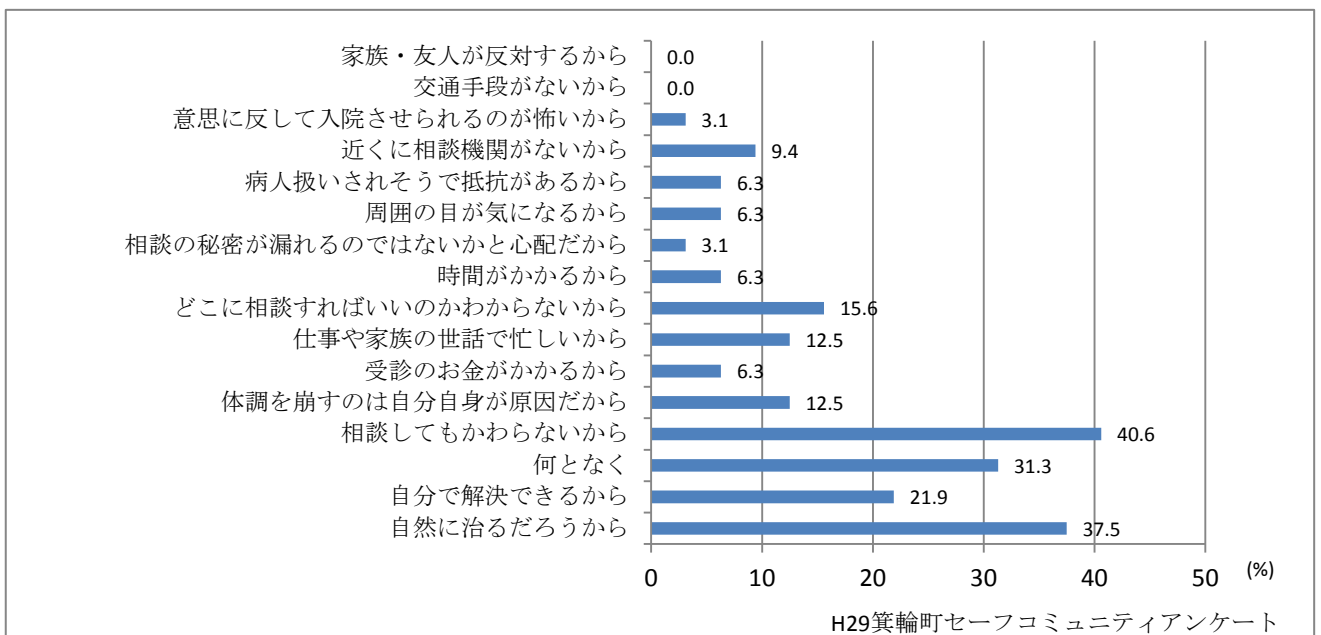
#### ① 2 週間以上の不眠に悩んだらどこに相談しますか。（3 つ選び〇をして下さい。）

- ・家族やかかりつけ医、友人に相談はできるが、精神科医への相談割合が低い。
- ・どこにも相談しない人がおよそ 20 人に 1 人を占めている。



#### ② 「どこにも相談しない」を選ばれた方の理由をお聞きします。（3 つ選び〇をして下さい。）

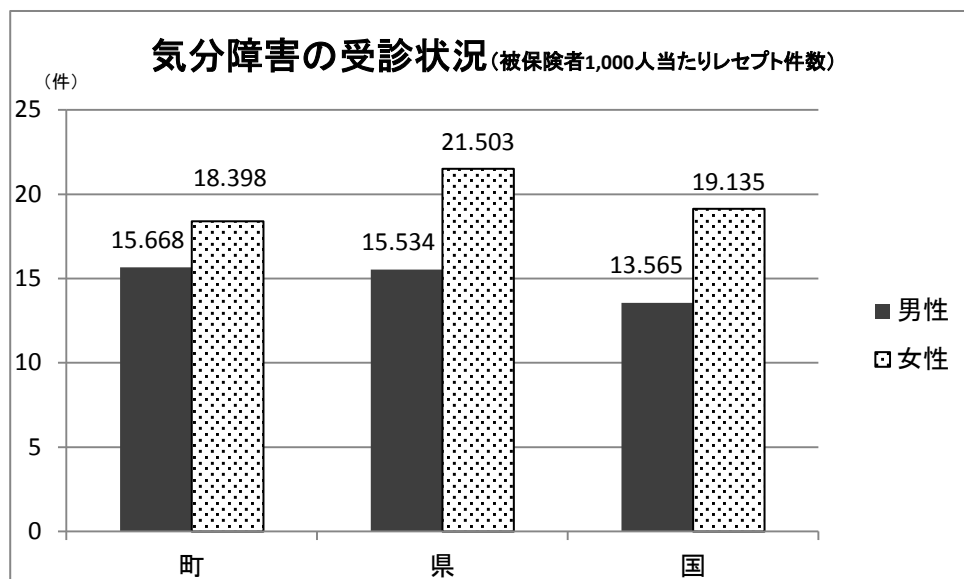
- ・「相談してもかわらない」「自然に治る」等という理由で、対処していない人が多い。



#### (4) 医療の状況から

##### ①気分障害の受診状況について

- うつ病を含む気分障害（※1）の医療機関の受診状況を見ると、女性の受診率が男性より高い。
- 町の特徴は、男女比では女性の受診率が高いが、県や国と比較すると、女性の受診率が低く男性の受診率が高い。



平成 29 年度国保疾病別医療費分析から

※1 気分障害とは病的に抑うつ状態になったり、躁状態になったりする病気です。気分障害にはうつ病と双極性障害が大きく分けてあります。うつ病は抑うつ気分や不眠などの症状が2週間以上続いた場合に疑われます。双極性障害はうつ状態と躁状態が出現する病気です。

### 3 現状から見た箕輪町における自殺の特徴

自殺総合対策推進センターが策定した「地域自殺実態プロファイル」、心の健康づくりに関する基礎調査、さわやか健診結果説明会時アンケート調査、セーフコミュニティアンケート調査、国民健康保険疾病別医療費等の分析結果から見えてきた箕輪町の特徴は以下のようになりました。

#### ▼箕輪町の自殺の現状をめぐる6つの特徴

- 1 市民の年間自殺者数はおよそ4人であり、男性は女性に比べて自殺者数は2倍以上多くなっています。男性は女性より相談できる人がいない傾向があります。（4頁、13頁）
- 2 箕輪町の自殺死亡率は若年者や高齢者において長野県の自殺死亡率より高くなっています。（4頁）
- 3 自殺者の2人に1人が有職者であり、長野県と比べると有職者の割合が高くなっています。（5頁）
- 4 自殺された方のおよそ7割に同居人がいました。（5頁）
- 5 本気で自殺したいと考えたことがある人が16.6%いますが、これはおよそ6人に1人が考えたこととなります（8頁）
- 6 2週間以上の不眠に悩んだ時には、家族や内科のかかりつけ医に相談する人は多いが、精神科医へ相談する人は少ない傾向があります。（16頁）



## 第3章 自殺対策の基本方針

平成29年7月に閣議決定された「自殺総合対策大綱」においては、国は次の5点を「自殺対策における基本方針」として掲げています。町もこの方針を踏まえて自殺対策に取り組みます。

### 自殺総合対策大綱「自殺対策における基本方針」

- 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、企業及び住民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

### 1 生きることの包括的な支援として推進する

個人においても地域においても、自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等の「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」より、失業や多重債務、生活困窮等の「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」が上回ったときに、自殺リスクが高まるとされています。

そのため自殺対策は、「生きることの阻害要因」を減らす取組みに加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組みを行い、双方の取組みを通じて自殺リスクを低下させる方向で推進する必要があります。自殺防止や遺族支援といった狭義の取組みのみならず、地域において「生きる支援」に関連するあらゆる取組みを総動員して、まさに「生きることの包括的な支援」として推進することが重要です。

### 自殺のリスクが高まる時

生きることの  
促進要因 < 生きることの  
阻害要因

△将来の夢  
△家族や友人との信頼関係  
△やりがいのある仕事や趣味  
△経済的な安定  
△ライフスキル(問題対処能力)  
△信仰  
△社会や地域に対する信頼感  
△楽しかった過去の思い出  
△自己肯定感 など

▼将来への不安や絶望  
▼失業や不安定雇用  
▼過重労働  
▼借金や貧困  
▼家族や周囲からの虐待、いじめ  
▼病気、介護疲れ  
▼社会や地域に対する不信感  
▼孤独  
▼役割喪失感 など

## 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

NPO法人ライフリンクによる自死遺族への聞き取り調査によると、自殺で亡くなった人のうちおよそ7割の人が、自殺で亡くなる前にどこかの専門機関に相談に行っていたとされています。様々な悩みを抱えた人が何とかたどり着いた相談先で、確実に必要な支援につながるができるよう、様々な分野の支援機関が自殺対策の一翼を担っているという意識を共有し、互いに有機的な連携を深めることが重要です。

特に、地域共生社会の実現に向けた取組みや生活困窮者自立支援制度など、自殺対策事業と関連の深い精神科医療、保健、福祉等に関する各種施策との連動性を高めていくことにより、誰もが住み慣れた地域で、適切な支援を受けられる地域社会づくりを進めていく必要があります。

## 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

自殺対策は、自殺のリスクを抱えた個人の問題解決に取り組む「対人支援のレベル」、支援者や関係機関同士の連携を深めていくことで、支援の網の目からこぼれ落ちる人を生まないようにする「地域連携のレベル」、更には支援制度の整備等を通じて、人を自殺に追い込むことのない地域社会の構築を図る「社会制度のレベル」という、3つのレベルに分けることができます。社会全体の自殺リスクの低下につながり得る、効果的な対策を講じるためには、それぞれのレベルにおける取組みを、強力かつ総合的に推進していくことが重要です。

また、時系列的な対応の段階としては、自殺の危険性が低い段階における啓発等の「事前対応」と、現に起こりつつある自殺発生の危険に介入する「危機対応」、それに自殺や自殺未遂が生じてしまった場合等における「事後対応」という3つの段階が挙げられ、それぞれの段階において施策を講じる必要があるとされています。

加えて、「自殺の事前対応よりもさらに前段階での取組み」として、学校では、今後児童生徒等を対象に、いわゆる「SOSの出し方に関する教育」を推進することも重要とされます。

## 4 実践と啓発を両輪として推進する

効果的な自殺対策を展開するためには、当事者への様々な支援策を展開したり、支援関係者との連携を図るなどの実践的な取組みだけでなく、この実践的な取組みが地域に広がり、そして根付くために、自殺対策に関する周知・啓発を両輪で推進していくことが重要です。

特に自殺に対する基本的な理解や、危機に陥った人の心情や背景への理解を進め、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが、地域全体の共通認識となるように、積極的に普及啓発を行うことが求められます。

すべての町民が、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインを早期に察知し、雇用問題や金銭問題などのケースに応じて、精神科医や相談機関等の専門家につなぐとともに、そうした専門家と協力しながら見守っていけるよう、広報活動、教育活動等に取り組んでいくことが重要です。

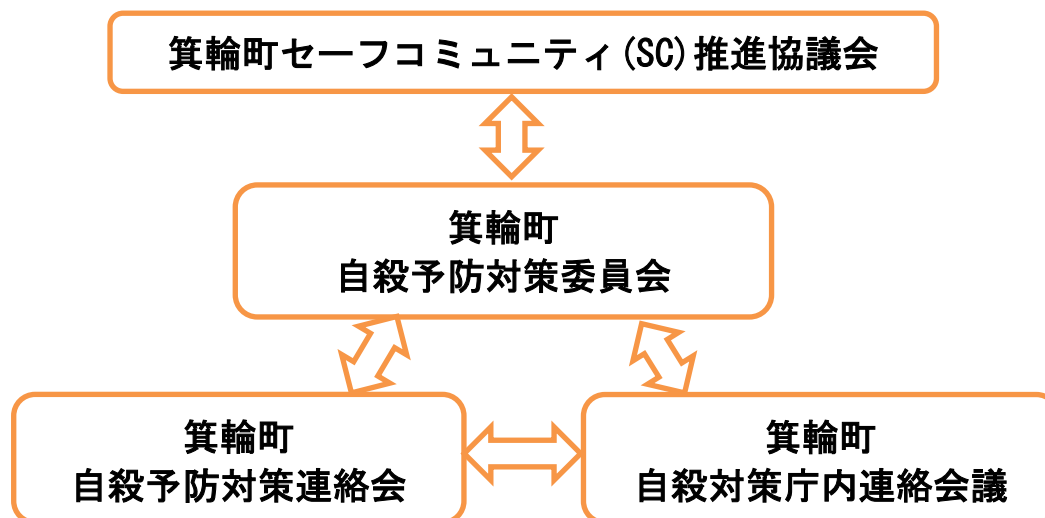
## 5 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び住民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を実現するためには、町だけでなく、国や県、他の市町村、関係団体、民間団体、企業、そして何より住民の皆さん一人ひとりと連携・協働し、一体となって自殺対策を推進していく必要があります。そのためには、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化し、その情報を共有した上で、相互の連携・協働の仕組みを構築することが重要となります。

## 第4章 箕輪町の自殺対策の推進体制

箕輪町はセーフコミュニティみのわ（SC）として安全安心なまちづくりを目指し、その推進体制に自殺予防対策委員会および自殺予防対策連絡会を設置して自殺対策に取り組んできました。本計画の推進にあたってはその推進体制を生かしつつ、町長をトップとした庁内の関係部署で構成される「箕輪町自殺対策庁内連絡会議」を新たに設置し、関係機関並びに民間団体等と緊密な連携を図りながら、「誰も自殺に追い込まれることのない箕輪町」の実現を目指して総合的な自殺対策を推進します。

### セーフコミュニティみのわ



#### ・セーフコミュニティみのわの取組みとは

「事故、自殺、犯罪によるケガなどは、偶然起きるのではなく予防できる」という考えに基づいて、地域、行政、学校、家庭、警察等の関係者が連携協働して、安全安心に暮らすことができるまちづくりを進める取組みです。

#### ・「箕輪町自殺予防対策委員会」の構成（2018.3月現在）

信州大学医学部、箕輪町人権擁護員会、長野県伊那保健福祉事務所(健康づくり支援課)、箕輪町保健補導員会、箕輪町民生児童委員協議会、伊那警察署（生活安全課）、箕輪町男女共同参画推進会議、一般公募（精神保健福祉ボランティア、日本ほめる達人協会）

#### ・「箕輪町自殺予防対策連絡会」の構成（2018.3月現在）

伊那労働基準監督署、伊那警察署、箕輪町歯科医師会、箕輪町薬剤師会、箕輪町商工会、箕輪町区長会、箕輪町小中学校PTA連合会、箕輪町小中学校長会、箕輪町消防団、箕輪町日赤奉仕団、箕輪町民生児童委員協議会、箕輪町人権擁護員会、箕輪町社会福祉協議会、箕輪町保健補導員会、みのわイノベーション心の支援センターきらめき、みのわ健康アカデミーOB会、一般公募

#### ・「箕輪町自殺対策庁内連絡会議」の構成（2019.4月～）

町長、副町長、総務課(セーフコミュニティ推進室)、企画振興課(みのわの魅力発信室)、税務課(収納対策室)、住民環境課、福祉課、子ども未来課、健康推進課、産業振興課(商工観光推進室)、建設課、水道課、会計課、学校教育課、文化スポーツ課、議会事務局

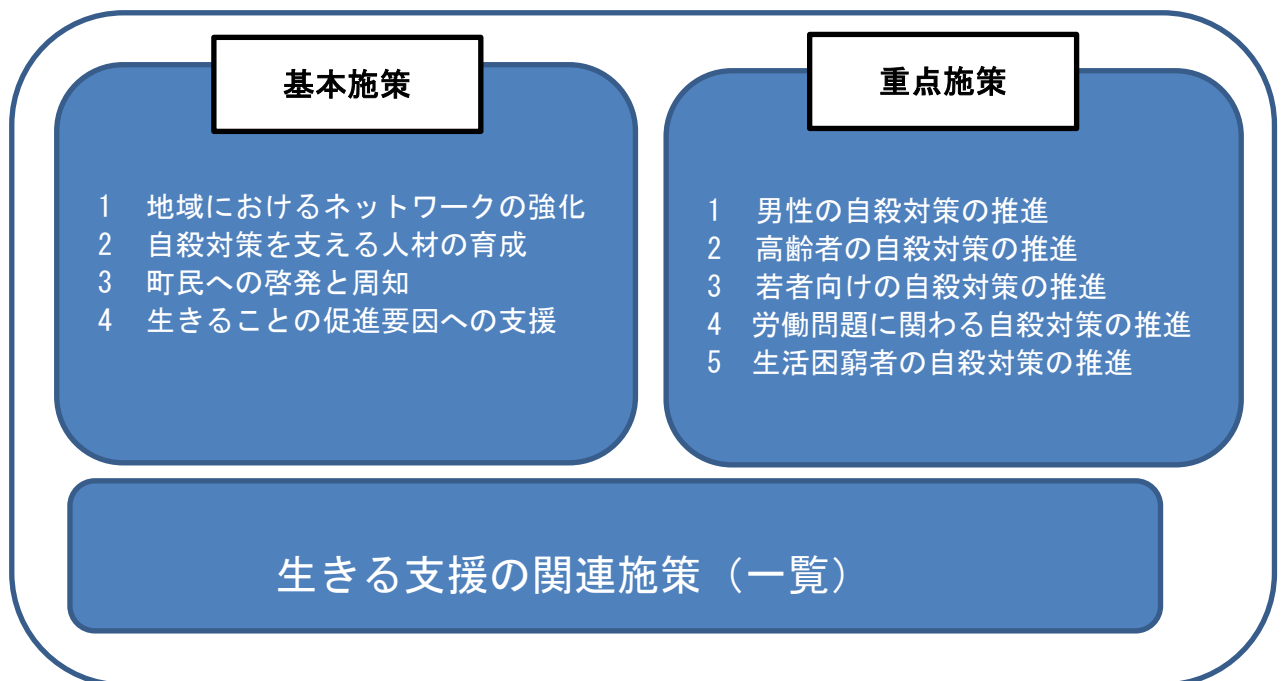
\*必要に応じ、各課の実務者からなる実務者会議を開催します。

## 第5章 箕輪町の自殺対策

### 1 施策体系

これまでも箕輪町は、安全安心の町づくりを推進するセーフコミュニティ活動の中で、「自殺について正しく理解されていない」「関係団体の繋がりが少ないため各団体の活動が情報共有されていない」「男性は悩みを相談する人が少なく自損行為にいたった際、重度化傾向にある」などの課題に取り組んできました。

本計画はすべての市町村が共通して取り組むべき「基本施策」と箕輪町の実態を踏まえてまとめた「重点施策」、更にその他の関連施策等をまとめた「生きる支援の関連施策」の3つの施策群で構成されています。このように施策の体系を定めることで、箕輪町の自殺対策を「生きることの包括的な支援」として推進していきます。



自殺の現状や自殺対策と関連する各種データの現状を踏まえ、かつ自殺対策の基本方針に則り、「誰も自殺に追い込まれることのない箕輪町」の実現を目指して、「基本施策」「重点施策」及び「生きる支援の関連施策」を展開していきます。

## 2 基本施策

基本施策1～4の施策は、国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」において全国的に実施されることが望ましいとされている基本的な取組みです。「事前対応」「危機対応」「事後対応」のすべての段階に及び、「実践」と「啓発」の両方を網羅する幅広い施策となっています。

### 《基本施策1》地域におけるネットワークの強化

□：引き続き取組む事項

■：今後新たに実施を進めていく事項

箕輪町はセーフコミュニティとして安全・安心な地域社会を作るための取組みを推進してきました。

#### (1) 地域におけるネットワークの強化

■箕輪町自殺対策庁内連絡会議：箕輪町役場の各分野の部署と連携し、箕輪町の自殺対策を総合的かつ効果的に推進するために連絡会議を開催します。

(健康推進課、セーフコミュニティ推進室：以後 SC 推進室と略します)

□箕輪町自殺予防対策委員会：安全安心なまちづくりを推進するセーフコミュニティにおける「自殺予防分野」の委員会です。地域の関係機関と住民組織及び自殺対策に関心のある住民等の代表者から構成され、この委員会は自殺の実態を把握し、問題点を絞ります。さらに箕輪町に合った政策を提案し、自殺対策の推進の要となるとともに、共通認識を持ち、連携、協力して総合的な自殺対策を推進します。(健康推進課、SC 推進室)

□箕輪町自殺予防対策連絡会：より住民に身近な地域の関係機関と住民組織及び自殺対策に関心のある住民等の関係者から構成されています。この連絡会では自殺対策についての現状や対策の情報共有を実務者レベルで実施し、連携強化を図ること総合的な自殺対策を推進します。また、自殺対策の情報をそれぞれの立場での相談支援に生かします。(健康推進課、SC 推進室)

□社会福祉協議会や地区社協に参画するコミュニティ組織はもとより、企業や各地域におけるあらゆる組織との繋がりを大切にし、問題や悩みを抱える町民の速やかな把握と、適切な支援へとつなぎます。(健康推進課、SC 推進室、福祉課、社会福祉協議会ほか)

□町民同士の人と人との繋がりを大切にし、問題や悩みを抱える町民の速やかな把握と、適切な支援へとつなぎます。(町民)

#### (2) 特定の問題に関する連携・ネットワークの強化

□自殺対策と生活困窮者自立支援事業の連携を強化し、生きることの困難感や課題を抱えた町民に対して関係機関が連携して支援を行うための基盤を整えます。(福祉課)

#### 【基本施策1 に対する現状値と目標値】

項 目	2017 年度	2022 年度
箕輪町自殺対策庁内連絡会議	年 0 回	年 1 回
箕輪町自殺予防対策委員会の開催	年 3 回	年 3 回
箕輪町自殺予防対策連絡会の開催	年 2 回	年 2 回



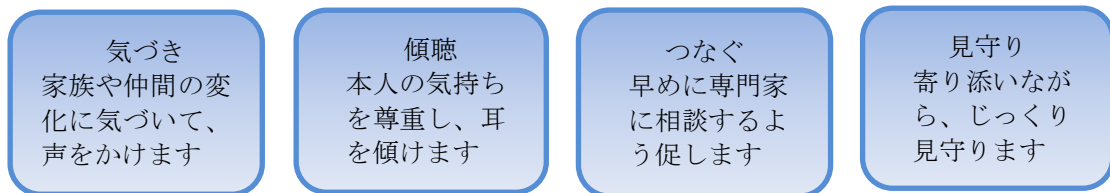
## 《基本施策2》自殺対策を支える人材の育成

自殺対策を支える人材の育成は、町の自殺対策を推進する上で基礎となる取組みです。町民や様々な分野の専門家、関係者に対し研修を開催し、地域で支え手となる人材の育成を強化していきます。

### (1) 町民に対する研修の実施

□ゲートキーパー（※2）養成講座を町民向けに実施し、見守りを強化します。また、希望する町民団体等に対し、出前講座等の機会を活用し、ゲートキーパーのすそ野を広げること努めます。（健康推進課、SC推進室）

※2 ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援や相談につなげ、見守る人のことです。自殺に傾かないための門番とも言えます。家族や地域、職場、保健、医療、教育の場面などで誰もがゲートキーパーになれる。



□精神保健福祉ボランティアの育成：精神障がい者やコミュニケーションが苦手な人に調理実習などを通じて居場所を提供していますが、こうした活動を行う団体などの相談等から必要な研修の実施など支援していきます。（社会福祉協議会、健康推進課、福祉課）

□町民は積極的にゲートキーパー養成講座に参加します。（町民）

### (2) 様々な職種を対象とする研修

□保健、医療、福祉、経済、労働など、様々な分野における職能団体向けゲートキーパー養成講座を実施します。（健康推進課、SC推進室、福祉課）

□役場庁内における窓口業務や相談業務を通じて、早期発見の役割を担う人材の育成と全庁的な連携を図るため、管理職を含めた全職員を対象としたゲートキーパー養成講座を実施します。（健康推進課、総務課、SC推進室、企画振興課、税務課、住民環境課、福祉課、子ども未来課、産業振興課、建設課、水道課、会計課、議会事務局、文化スポーツ課 学校教育課）

□税や料金の徴収を担当する職員に対してゲートキーパー養成講座を行い、支援へのつなぎを強化していきます。

（健康推進課、SC推進室、税務課、福祉課、子ども未来課、建設課、水道課、会計課）

### (3) 学校教育に関わる人への研修

■生徒指導関連の研修で、自殺予防についての取組みを実施します。（学校教育課）

#### 【基本施策2に対する現状値と目標値】

項目	2017年度	2022年度	考え方
ゲートキーパー養成講座受講者数（単年）	46人	200人	役場職員、民生児童委員協議会、自殺対策予防連絡会、地区セーフコミュニティ推進協議会、町内企業、ボランティア団体、各種団体等
ゲートキーパー養成講座における理解度	80%	85%	アンケートに「ゲートキーパーとはどういう人かわかりましたか。」の設問にわかったと回答した人の割合



## 《基本施策3》町民への啓発と周知

行政として町民との様々な接点を生かして相談機関等に関する情報を提供し、さらに講演会等を開催することで町民が自殺対策について理解を深める機会を増やします。

自殺対策の総合的な推進に資するため、自殺予防週間（9月10日から9月16日）においては広く啓発活動を展開し、自殺対策強化月間(3月)においては、自殺対策を集中的に展開し、関係機関及び関係団体と相互に連携協力を図りながら、相談事業を実施するように努めます。

### (1) リーフレット・啓発グッズの作成と周知

- 悩みの相談先をまとめた「相談窓口のカード」の配布と設置を役場庁舎、町文化センターなどの公共施設、医療機関、民間事業所等に実施し、相談窓口の周知を図ります。  
(健康推進課、SC推進室)
- 成人式等のイベントの機会や、自殺予防週間、自殺対策強化月間において、自殺予防に対する正しい知識の普及に努めます。また相談窓口等の啓発のためのチラシやティッシュを配布します。  
(健康推進課、SC推進室、自殺予防対策委員会、自殺予防対策連絡会)
- 各種の心の相談につなげていくための啓発物として、クリアファイルやチラシなどの全戸配布を実施し、心のケアに関する様々な相談先情報を提供します。  
(健康推進課、SC推進室)
- 子育て支援施設や図書館等の公共施設で、啓発資料の掲示やリーフレット・カード等の設置を行います。  
(健康推進課、SC推進室)

### (2) 町民向け講演会・イベント等の開催

- 自殺の現状や課題、自殺対策の取組みなどを啓発するため、町民向けの自殺対策講演会を実施します。  
(健康推進課、SC推進室)
- メンタルヘルスの重要性と正しい情報発信のため、こころの健康づくり講演会を実施します。  
(健康推進課、SC推進室)
- 自殺予防週間、自殺対策強化月間において図書館に自殺予防のための啓発コーナーを設けます。  
(文化スポーツ課、図書館)

### (3) メディアを活用した啓発活動

- 町の広報紙「みのわの実」への、自殺対策関連の情報を掲載することはもとより、もみじチャンネル等も活用し町民への施策の周知と理解の促進を図ります。  
(企画振興課、健康推進課、SC推進室)
- 自殺対策関連の情報や正しい知識の普及のため、随時ホームページで発信します。  
(健康推進課、SC推進室)
- こころの体温計（メンタルヘルスチェックと相談窓口の紹介システム）の周知を図り、心の状態を知る機会とするとともに悩みがあれば相談窓口にご相談ができるようにします。  
(健康推進課、SC推進室)
- 町民は自殺対策関連の正しい情報を知ること努めます。  
(町民)

#### (4) 地域や家庭と連携した啓発活動

- 社会全体で児童生徒をきめ細かく見守り、生活行動の変化に気づくことができるよう P T A や地域の関係団体と連携した啓発活動に努めるとともに、サインを受け止めるための学習の機会を提供します。(学校教育課、文化スポーツ課、PTA)

#### 【基本施策 3 に対する現状値と目標値】

項 目	2017 年度	2022 年度	考 え 方
こころの健康づくり講演会参加者数	220 人	270 人	1 年間に 10 人ずつの増加を目指す
自殺関連の研修会や講演会における満足度	91%	95%	
自殺予防カードの作成・配布	17,863 枚	19,000 枚	自殺予防カードの更新

#### 《基本施策 4》生きることの促進要因への支援

自殺対策は、「生きることの促進要因」を増やす取り組みを行い、自殺リスクを低下させる方向で推進する必要があります。個々の必要性に応じ、プライバシーに配慮し、関連機関と連携協力して自殺対策に取り組みます。

##### (1) 自殺リスクを抱える可能性のある人への支援

- 生きる希望を失い SOS を出した相談者に寄り添いながら、生きる支援を一緒に考えていきます。(健康推進課、福祉課、子ども未来課)
- 民生児童委員等による相談活動や見守り活動を通じて、様々な課題を抱えた対象者の早期発見と対応に努めます。(民生児童委員、福祉課等)
- 悩みのある児童生徒や保護者については、学校や家庭と連携し、相談窓口の紹介や支援の提供等を行います。(子ども未来課、学校教育課)
- 様々な課題のある児童生徒に対し、関係機関等とのネットワークを活用し、当該児童生徒が置かれた環境へ働きかけるなどして課題解決への対応に努めます。(子ども未来課、学校教育課)
- 児童虐待通告への早期対応に努めるとともに関係機関との情報共有や継続的な見守り活動などを通じて、児童虐待の発生予防に取り組みます。(子ども未来課)
- DV 被害者への支援、相談対応において必要な場合には適切な機関へつなぐ等の対応を行います。(福祉課)
- 高齢者虐待の可能性の高い被虐待高齢者等の相談を実施し、早期発見や課題の解決に向けて支援を実施します。(福祉課、地域包括支援センター)

##### (2) 居場所づくり

- 地域活動支援センター「みのわーれ」や「みのあーる」などの紹介や精神保健福祉ボランティアサークルが運営している食事会などの情報提供を行います。(福祉課、健康推進課)
- 精神障がい者当事者の会の「もみじの会」や家族会の支援とともにそれらの広報に努め悩んでいる当事者や家族が孤立化しないように活動を続けます。(健康推進課、福祉課)

(3) 自殺未遂者への支援

□警察や医療機関、保健福祉事務所、消防署等と連携し、自殺未遂者の支援を行います。  
(健康推進課、福祉課)

(4) 遺された人への支援

□自死遺族の相談に応じるとともにリーフレットを窓口に設置し相談窓口を周知します。  
(健康推進課)

□必要に応じて、自死遺族の分かち合いの会の案内を行います。(健康推進課)

■死亡届後の手続きの「死亡に伴う手続きのご案内」を送付する際に相談窓口情報を同封します。(住民環境課、健康推進課)

(5) 児童生徒への支援

□児童生徒が、社会において直面する可能性のある様々な困難やストレスへの対処方法を身に付けるための教育(SOSの出し方に関する教育)の実施に向けた環境づくりを進めます。(学校教育課、子ども未来課、健康推進課)

□子どもたちに命の大切さを理解してもらうために小学校、中学校における命の講演会を実施し、自殺予防対策を推進します。(学校教育課、子ども未来課、健康推進課)

■児童生徒向けのSOSの出し方に関する教育について、文部科学省による教職員の研修に資する教材の作成・配布、教職員の資質向上のための研修など、国の動向等を踏まえ取り組んでいきます。(学校教育課、子ども未来課、健康推進課)

【基本施策4に対する現状値と目標値】

項目	2017年度	2022年度	考え方
民生児童委員の相談、支援件数	1,263人	1,548人	福祉行政報告書データ
精神障がい者等当事者の会加入者数	66人	74人	もみじの会年度末加入者実数
精神障がい者等家族会加入者数	58人	66人	家族会加入者実数
自損行為による救急搬送者数	5人	4人	出典：箕輪消防署救急搬送データ

### 3 重点施策

箕輪町における自殺者数は、平成 24 年から 28 年の5年間で、女性が6人に対して男性が15人と多くなっています。重点施策 1 の取組みは、町において統計的に自殺者数の多い男性に対する取組みです。さらに重点施策 2～5 は自殺の実態が深刻な「高齢者」「若者」への取組みと自殺のリスクを抱えている「勤務者や経営者」「生活困窮者」に焦点を絞った取組みです。町では以下の5つを重点施策と位置づけ、それぞれの課題や対象者に関わる様々な施策を総合的に推進していきます。

#### 《重点施策 1》男性の自殺対策の推進

職場の人間関係や悩み、また過労によりうつ状態になり自殺のリスクが高くなったり、退職後の生活苦や介護の悩みなどが原因で「生きることへの希望」をなくし自殺を考えることが想定できます。男性の自殺が多い原因として、家族とのコミュニケーションはもとより隣近所との関わりが女性よりも少ないこと（11 頁参照）やイライラしていることを自覚できないために、ストレスをため込んでしまう可能性もあることが考えられます。（15 頁参照）イライラしていることを自覚できるということは、イライラしていることをコントロールするために大切なことです。（15 頁参照）男性は、不調の自覚が少ないうえに、周囲にあまり相談せず、心の変調をきたして受診しているとも考えられます。（17 頁参照）

そこで箕輪町では、自殺予防という観点で町民や企業への啓発活動の取組みを推進し、福祉課や社会福祉協議会など関係機関とも連携をし、地域ぐるみで男性への声かけにも取り組んでいきます。

■心の健康づくり講演会や相談会において男性も参加しやすい日程とします。（健康推進課）

□男性が集まることの多い娯楽施設、コンビニエンスストア、飲食店等で相談窓口の紹介につながるティッシュ配布等の街頭活動を実施します。  
（自殺予防対策委員会、自殺対策連絡会、SC 推進室、健康推進課）

■企業支援相談員による企業訪問などの活用し町のこころの相談や伊那保健福祉事務所の精神保健福祉相談、くらしと健康の相談など各種相談窓口を掲載したチラシを手渡すことで、男性も活用できる各種相談窓口の存在を周知します。（産業振興課、健康推進課）

■悩んだ時には一人で悩まず誰かに相談することの大切さについての啓発活動を商工会や企業などと連携し、男性が相談しやすい環境づくりを進めます。  
（SC 推進室、健康推進課、産業振興課）

□ゲートキーパー養成講座や心の健康づくり講演会へ家族や地域の人の参加を促す事により、男性に対して声をかけあえる地域環境をつくります。（健康推進課、SC 推進室）

#### 【重点施策 1 に対する現状値と目標値】

項 目	2017 年度	2022 年度	考 え 方
企業支援相談員による企業訪問時の相談窓口のチラシの配布枚数	0 枚	300 枚	産業振興課企業支援相談員の企業訪問数と相談窓口のチラシ配布数
こころの相談の男性の相談者数	男性6人 (女性10人)	12人 (13人)	男性の相談者数が増加する

## 《重点施策2》高齢者の自殺対策の推進

高齢者は、死別や離別、病気や孤立等をきっかけに複数の問題を連鎖的に抱え込み、結果的に自殺リスクが急速に高まることがあります。そのため、自殺リスクの高い高齢者の早期発見・早期支援が必要です。

また今後、団塊世代の高齢化がさらに進むことで、介護に関わる悩みや問題も一層増加し、さらには、ひきこもり状態が長期化した場合、親も子どもも高齢化し、支援につながらないまま社会から孤立してしまう「8050（ハチマル・ゴウマル）問題」（※3）のように、高齢者本人だけでなく、家族や世帯に絡んだ複合的な問題も増えつつあるのが現状です。

※3「8050（ハチマル・ゴウマル）問題」とは80代の親と50代などの組み合わせで暮らしている世帯で介護が必要な高齢者とひきこもり状態の次世代など生じる問題です。

そこで、箕輪町では、高齢者支援に関する情報を本人や支援者に対して積極的に発信し、家族や介護者等への支援（支援者への支援）を推進します。加えて、高齢者一人ひとりが生きがいや役割を実感できる地域づくりを通じて、「生きることの包括的な支援」を推進していきます。

□高齢者や支援者に対して、高齢者が抱え込みがちな、様々な悩みや問題に対応する相談・支援機関の存在を伝える取組みを進めます。

（福祉課、社会福祉協議会、地区社会福祉協議会、民生児童委員、健康推進課）

□高齢者の周囲にいる一人ひとりが「ゲートキーパー」としての役割を担う事により、高齢者との接触の機会を生かし早期に相談支援へとつながるよう取り組みます。

（町民、民生児童委員、地区社会福祉協議会、福祉課、健康推進課、社会福祉協議会等）

□地域における交流会や講座等を通じて、高齢者と地域がつながる機会を増やすなど、高齢者が生きがいを持って暮らせる地域づくりを進めます。（文化スポーツ課、公民館、各地区公民館、福祉課、社会福祉協議会、地区社会福祉協議会、民生児童委員、町民等）

□家族の介護疲れによる心中などを予防するためにも、高齢者本人への支援だけでなく、家族等の介護者への支援も推進します。

（福祉課、社会福祉協議会、地区社会福祉協議会、民生児童委員）

### 【重点施策2に対する現状値と目標値】

項目	2017年度	2022年度	考え方
高齢者に関するゲートキーパー養成講座の実施個所及び参加者数	2カ所 38人	3カ所 50人	地区社協 傾聴ボランティア 各地区セーフコミュニティ推進協議会 長寿クラブ等



### 《重点施策3》若者向けの自殺対策の推進

若年層の自殺は、長野県全体でも深刻な問題です。平成 24 年から 28 年の5年間に於いて15歳から19歳、20代および30代における死因の第1位が「自殺」となっています。

箕輪町でも過去5年間の自殺者を見ると21人のうち5人が20代から30代の若者でした。自殺には至らずとも深刻な悩みを抱えている若年者は少なくないと思われます。また、妊娠・出産から子育てまでの一貫した支援の強化を図ります。さらに、抱えた悩みや問題が深刻化する手前の段階で必要な支援につながる取組みを推進します。

□町では保育園、小学校でも命の大切について学んでいます。また、中学校において「命の講演会」を実施してきました。さらに中学校と連携し「SOS の出し方教育」を進めていきます。（子ども未来課、健康推進課、学校教育課、保育園、小学校、中学校）

■国や長野県で実施しているSNSを活用した相談窓口を紹介し、若年層の相談先の確保に努め、若年層が相談しやすい窓口の利用につなげます。  
（健康推進課、学校教育課、中学校）

□妊娠、出産時はこころと体に様々な変化が現れやすく、産後うつ病の対策を強化します。さらに、訪問、乳幼児健診、各種相談、教室等を通じて育児不安の軽減のための支援を実施します。  
（健康推進課、子ども未来課）

□子育てノートに産後うつ病の予防について掲載をし、こころの温度計（メンタルヘルスチェックと相談窓口の紹介システム）の紹介をします。  
（健康推進課）

□生きづらさを抱え、ひきこもっている若者に対して、個別支援を行うとともに、民生児童委員や生活困窮者自立支援制度に基づく相談機関（まいさぼ等）、子ども若者サポートネット等の関係機関と連携を図り支えていきます。  
（健康推進課、子ども未来課、福祉課）

#### 【重点施策3に対する現状値と目標値】

項目	2017年度	2022年度	考え方
中学校における命の講演会受講者	795人	850人	中学生、保護者、一般参加者の合計

## 《重点施策4》労働問題に関わる自殺対策の推進

5 頁の表より、自殺で亡くなった21人のうち、2人に1人は有職者であり、長野県と比較すると、有職者の割合が高くなっています。これは働くことにより抱えたストレスが原因でないかと推測されます。そこで、箕輪町は、労働問題の現状やメンタルヘルス対策、ハラスメント防止対策等についての周知・啓発活動を強化するとともに、労働問題による自殺リスクの低減に向けた相談体制を整備し、さらに健康経営（※4）に資する取組みを推進することで、自殺リスクが高まりにくい労働環境の整備を支援していきます。

□町内企業の中で、職場環境の改善やメンタルヘルス対策等に力を入れている企業がまだ決して多くない実情を踏まえ、商工会等とも連携を図りながら、町内企業に対し、勤務問題の現状やストレスチェックなどメンタルヘルス対策の推進やハラスメント防止対策等について啓発します。

（SC 推進室、商工観光推進室、健康推進課、商工会、労働基準監督署等）

□労働問題（過労やパワハラ、職場の人間関係等）による自殺のリスクを低減させる取組みとして、労働者や経営者を対象とした相談、経営者・管理者を対象とした研修会等を開催します。（健康推進課、SC 推進室、産業振興課、商工会、労働基準監督署等）

□「健康経営」の推進とワーク・ライフ・バランスの推進、産業医・産業保健機能の強化等を連動させることで、労働者一人ひとりが心身共に健康で、やりがいを持って働き続けることのできる職場環境づくりを積極的に推進し、勤務問題による自殺のリスクが生まれにくいような環境を整えていきます。（商工会、労働基準監督署等）

※4「健康経営」とは、社員の健康づくりを経営課題として捉え、社員の健康増進に努めることによって、医療費を減らすだけでなく、労働生産性を向上させ、企業価値の向上にもつなげようとする経営手法であり、経済産業省が平成27年に全国の中小企業1万社に実施したアンケート（健康経営の啓発と中小企業の健康投資増進に向けた実態調査）では、「健康経営に取り組んでいる」「取り組みたい」と考える企業は約75%に上っています。

### 【重点施策4に対する現状値と目標値】

項 目	2017年度	2022年度	考 え 方
こころの健康づくり講演会へ企業の担当部門の参加人数	—	20人	こころの健康づくり講演会参加者へのアンケートによる

## 《重点施策5》生活困窮者の自殺対策の推進

生活困窮は「生きることの阻害要因」のひとつであり、自殺のリスクを高める要因になりかねません。

箕輪町では、保健福祉事務所、生活困窮者自立支援制度に基づく「まいさぼ」（※5）等の相談機関等の連携により、生活困窮に陥った人に対する「生きることの包括的な支援」の強化や必要な人材の育成をします。また、生活困窮に陥っているにももの必要な支援を得られていないなど、自殺リスクを抱え込みかねない人の支援につなぐ取組みの強化と、関係機関による「生きることの包括的な支援」をおこなうのための基盤整備にも取り組みます。

- 生活困窮者自立支援制度や生活保護制度に基づく取組みをさらに自殺対策をさらに連携させ、自殺のハイリスク者（潜在的なハイリスク者も含む）に対する「生きることへの包括的な支援」を充実させるとともに、自殺対策の研修会や支援会議などを実施し人材の育成を強化します。（福祉課、社会福祉協議会、まいさぼ、保健福祉事務所等）
- 生活困窮に陥っている人の中には、制度や支援の対象から漏れていることで、誰にも相談できない自殺のリスクを抱え込んでしまう人が少なくありません。それを踏まえて、支援を必要としている人へのアウトリーチ（※6）を強化します。あわせて、自殺のリスクにつながりかねない問題を抱えている人を早い段階で必要な支援へとつなぎます。（福祉課、健康推進課、税務課、水道課、社会福祉協議会、まいさぼ、保健福祉事務所等）
- 多分野の関係機関の連携による「生きることの包括的な支援」を推進するための基盤を整えます。必要なケースについては、その都度関係各課と連携し、ケース検討や会議を実施し、支援の方向性について検討します。そのために必要なツールの導入等を積極的に試みます。（福祉課、税務課、水道課、健康推進課、子ども未来課等役場関係課、保健福祉事務所、社会福祉協議会、まいさぼ等関係機関）

### 【重点施策5に対する現状値と目標値】

項 目	2017 年度	2022 年度	考 え 方
箕輪町のまいさぼの相談者の増加	19 人	38 人	まいさぼ年間相談実人数

※5 「まいさぼ」とは長野県上伊那生活就労支援センター「まいさぼ上伊那」の略です。平成27年4月、生活困窮者自立支援制度がスタートしました。この制度の中核として設置されたのが自立支援機関(長野県内では愛称「まいさぼ」)です。「まいさぼ上伊那」は南箕輪村松寿荘内にあり長野県社会福祉協議会が受託運営しています。

※6 「アウトリーチ」とは「手を差し差し伸べる」という意味で、援助が必要であるにもかかわらず、自発的に申し出をしない潜在的な利用希望者に対して、公共機関などが積極的に訪問等で働きかけて支援をすることです。



4 生きる支援の関連施策

番号	担当課	担当係	事業名	事業の概要と生きる支援	ライフステージ別				
					乳幼児期	学童期	青年期	壮年期	高年期
1	総務課	セーフコミュニティ推進室	セーフコミュニティ推進事業	誰もが生涯にわたって安全安心に暮らすことができるまちづくりを目指して、セーフコミュニティ活動の全町的な展開を図るとともに、取組みの実践・評価・検証を行う。自殺予防対策の取組みが全町的なものとなり定着化されるよう事業を推進します。 (1) 会議開催 ・セーフコミュニティ推進協議会 ・外傷調査委員会 ・交通安全対策委員会 ・高齢者の安全対策委員会 ・子どもの安全対策委員会 ・くらしの安全対策委員会 ・自殺予防対策委員会 (2) 取組みの全町的な展開 (3) 取組みの実践、評価、検証 (4) 各種データの収集 (5) アンケート調査の実施 (6) 年間活動報告書(年間レポート)の提出 (7) セーフコミュニティ取組自治体との交流	○	○	○	○	○
2	総務課	セーフコミュニティ推進室	「安全安心の日の集い」開催	町がセーフコミュニティの国際認証を取得した5月12日を「安全安心の日」として宣言し、この日に合わせて啓発事業を開催します。自殺予防に関する事業を通して自殺予防について考える契機とします。		○	○	○	○
3	総務課	セーフコミュニティ推進室	箕輪町あいさつ運動の推進	子どもの安全、くらしの安全、自殺予防の各対策委員会が街頭活動として通勤通学者に声を掛け、あいさつの浸透・定着を図ります。		○	○	○	○
4	総務課	セーフコミュニティ推進室	セーフコミュニティ推進団体・企業の展開	セーフコミュニティの推進にあたり、地域住民や団体、地元一般企業の理解と協力をいただき、取組みに参画いただきます。特に、労働者の悩みに寄り添う取組みを推進します。			○	○	
5	総務課	人事係	職員相談事業	住民サービスを実施する箕輪町役場職員のための相談事業です。 ・原則、毎月1回、産業カウンセラーによる相談を実施しています。 ・メール等によるハラスメント等に関する相談窓口を設置しています。				○	○
6	総務課	総務係	住民向け無料法律相談	住民の方を対象とした、町顧問弁護士による無料法律相談です。近隣トラブル、相続、賃貸借、金銭問題、離婚など法律上の問題について相談を受け、自殺の危険性の回避を図ります。 偶数月1回 予約制 1人15分				○	○
7	企画振興課	まちづくり政策係	地域総合活性化交付金	地域、団体が行う、地域の活性化や課題解決のための取組に交付金として支援します。地域住民のつながりを深めることができます。	○	○	○	○	○
8	企画振興課	若者・女性活躍推進係	男女共同参画計画推進事業	第2次箕輪町男女共同参画計画(2018-2022)の策定し、計画の概要版の全戸配布を実施したことにより、男女共同参画の推進を図ります。	○	○	○	○	○
9	企画振興課	若者・女性活躍推進係	ハッピーサポート事業	男女の出会いの場をつくり、結婚に至り、家庭生活ができるように支援します。				○	○
10	収納対策室	収納対策室	町税徴収事務 国民健康保険 税の賦課・徴収	町税や国保税の徴収事務。この事務を通して、自殺のリスクとなりうる生活困窮者を含めた生活上の様々な問題に早期に気づき、支援につなげます。担当職員に対してゲートキーパー研修を実施、支援の強化を図ります。				○	○
11	住民環境課	生活環境係	消費生活対策事務	・消費者相談を実施し、情報提供をします。 ・消費者教育を実施し賢い消費者となるための啓発をいたします。 ・消費者団体の活動を支援いたします。				○	○
12	住民環境課	生活環境係	良好な生活環境の保全	騒音・振動・野焼き・ゴミの扱い等の苦情や相談への対応と助言や指導を行い、心身ともに良好な生活環境を保全し、住み良いまちづくりを進めます。				○	○

番号	担当課	担当係	事業名	事業の概要と生きる支援	ライフステージ別					
					乳幼児期	学童期	青年期	壮年期	高齢期	
13	福祉課	社会福祉係	生活困窮等相談業務	生活困窮者等の相談を受け、就労や生活保護など、関係機関と連携した支援を行います。 心配ごと相談の実施(社会福祉協議会へ事業委託)をします。				○	○	○
14	福祉課	社会福祉係	介護保険料の徴収	保険料の徴収事務。この事務を通して、自殺のリスクとなりうる生活困窮者を含めた生活上の様々な問題に早期に気づき、支援につなげます。担当職員に対してゲートキーパー研修を実施し、支援の強化を図ります。				○	○	○
15	福祉課	社会福祉係	民生委員・児童委員協議会	地域住民の福祉増進のため、地域の実情を把握し、行政等の関係機関と密接に連絡をとりながら幅広く奉仕活動を行います。特に、地域で困難を抱えている人に気づき、関係機関につなげる地域の最初の窓口として機能することで、自殺予防を図ります。				○	○	○
16	福祉課	社会福祉係	ひとり暮らし老人の集い事業	社会福祉協議会委託事業:明日葉の会 65歳以上のひとり暮らしの高齢者を対象に集いを実施します。						○
17	福祉課	高齢者福祉係	緊急通報システム設置サービス	急病や災害時の非常事態に備えて、緊急通報装置を設置します。 (対象者)65歳以上の援護を要するひとり暮らし高齢者、その他特に町長が必要と認めた方						○
18	福祉課	社会福祉係	救急医療情報キット配付	救急時に必要な情報を保管する「キット」を配付します。 (対象者)65歳以上のひとり暮らしの方、日中ひとり暮らしとなる65歳以上の方等						○
19	福祉課	高齢者福祉係	安心配食見守りサービス	配食サービスを利用する見守りが必要な高齢者に弁当を届ける際に安否確認をします。 (対象者)概ね65歳以上の者のみの世帯のうち町長が必要と認めた方						○
20	福祉課	高齢者福祉係	認知症家族会のぞみの会	認知症の方を介護する介護者の集いを開催し、情報交換等を行います。					○	○
21	福祉課	高齢者福祉係	認知症カフェ	認知症の人や家族、地域住民が集い、地域において認知症に対する理解を深めるふれあいの場です。						○
22	福祉課	高齢者福祉係	認知症サポーター養成講座	町民、介護者、事業所の職員等の方等に対し、地域で認知症についての理解を深める講座を開催します。		○	○	○	○	○
23	福祉課	高齢者福祉係	地域ふれあいサロン支援事業	地域に住む人たちが気軽に集える場である地域ふれあいサロンを地域住民等が主体的に運営提供する事業に要する経費の一部を補助します。					○	○
24	福祉課	高齢者福祉係	介護予防・日常生活支援総合事業	65歳以上のすべての人を対象とした、市町村が行う介護予防のための事業。総合事業では、一人ひとりの状態に合わせた介護予防や生活支援のサービスを利用できます。						○
25	福祉課	高齢者福祉係	総合相談支援業務	高齢者に対し必要な支援を把握するため、初期段階から継続して相談支援を行い、必要な支援につなげるほかネットワークの構築に努めます。					○	○
26	福祉課	高齢者福祉係	いきいき百歳体操の推進	住民が主体的に介護予防に取り組めるよう体験会等を通じていきいき百歳体操等介護予防に資する活動を推進します。						○
27	福祉課	高齢者福祉係障がい者福祉係	成年後見申立支援	判断能力に不安を抱える方の安心や負担軽減、地域で自立した日常生活を営むための支援です。親族がいる場合は親族申立ての支援、親族がいない場合や親族がいても申立てを行う意思がない場合などにおいては、町長による申立てを行います。				○	○	○

番号	担当課	担当係	事業名	事業の概要と生きる支援	ライフステージ別					
					乳幼児期	学童期	青年期	壮年期	高年期	
28	福祉課	高齢者福祉係	成年後見制度利用支援事業	制度の周知を図るとともに、制度利用に関する相談を受け付けます。また、経済的理由により制度を利用できない者に対し、後見人等への報酬の一部を助成します。						○
29	福祉課	高齢者福祉係	地域ケア会議	個別地域ケア会議を開催し、関係機関のみならず民生児童委員等の地域住民を含め地域一体となってチームを組んで、解決策を検討します。					○	○
30	福祉課	高齢者福祉係	生活支援体制整備事業	高齢者の在宅生活を支えるため、ボランティア、NPO法人、民間企業のほか自治組織による支えあい活動等、多様な主体による生活支援サービスの提供体制を構築します。						○
31	福祉課	障がい者福祉係	障がい者虐待相談窓口の設置	障がい者虐待相談窓口を役場福祉課へ設置し、解決に向けて相談及び生きる支援を行います。				○	○	○
32	福祉課	障がい者福祉係	障害者福祉事業	相談支援事業、ケアマネジメント事業を行い障害者に対する制度の紹介を実施し、物品や福祉サービス給付や補助などを紹介します。	○	○	○	○	○	
33	福祉課	障がい者福祉係	地域活動支援センターの開設	・みのわーれ:障がい者の体験就労の場 どんな人でも交流できる場障がい者の居場所として人と人の触れ合いができる場の提供をします。 ・みのあーる:障がい者等の相談支援の場 居場所。また、相談員に相談ができる場です。これらのセンターの開設により生きる支援を推進する。				○	○	
34	子ども未来課	子育て支援係	いきいき保育創出事業「命の教育」	保育園年長児とその保護者に命の大切さを伝える講演会を実施します。	○			○	○	
35	子ども未来課	子育て支援係	子育て支援センター利用者支援事業	子どもとその保護者の身近な場所で子育て支援や相談助言、関係機関との連絡調整等を行います。	○			○	○	
36	子ども未来課	こども相談室	箕輪町子育て支援ネットワーク協議会の運営(要保護児童対策地域協議会)	支援が必要な子どもやその家庭に対し、関係機関と情報共有と役割分担することでネットワークを推進し、支援を継続する事業です。また、必要な情報提供・支援を提供することで虐待予防を推進します。	○	○	○	○	○	○
37	子ども未来課	こども相談室	こども相談室の運営(総合相談及び情報提供)	子どもと家庭に関する総合相談、訪問、情報提供、子育て支援を行います。事業により、自殺リスクの軽減も図ります。	○	○	○	○	○	
38	子ども未来課	こども相談室	養育支援訪問事業	産後等、身体的・心理的・社会的に支援が必要な保護者に対し、ヘルパー等を派遣し、簡単な家事・育児補助をし、妊産婦・子どもの福祉向上を図ります。	○	○	○	○	○	○
39	子ども未来課	こども相談室	箕輪町子育て短期入所生活支援事業	保護者の身体的・精神的・社会的理由により家庭で一時的に児童の養育ができない場合に、一定期間、宿泊を伴った養育・保護を行うことで児童及びその家族の福祉の向上を図ります。	○	○	○	○	○	
40	子ども未来課	こども相談室	妊娠届出書受理	妊娠届出時、保健師が質問票による面接を行い、精神科受診歴、今の精神状態等について把握し、早期支援に繋ぐ事業です。必要に応じて、妊婦訪問等で継続的にフォローします。				○	○	
41	子ども未来課	こども相談室	子育て講座開催	子育ての悩みや不安を抱えている保護者に対し、ペアレントトレーニングの講座を全8回を年2回開催します。また、子育て中の保護者に対して子育て講座を全2回を年2回開催します。これらの事業は、良好な親子関係を築く一助とします。				○	○	
42	健康推進課	健康づくり支援係	心の健康(メンタルヘルス)に関する出前講座の実施	心の健康について、依頼のあった団体へ出前講座を行い、うつ病や心の健康についての普及啓発を図ります。				○	○	○

番号	担当課	担当係	事業名	事業の概要と生きる支援	ライフステージ別				
					乳幼児期	学童期	青年期	壮年期	高年期
43	健康推進課	健康づくり支援係	生活習慣病予防	健康相談・健診結果説明会の実施			○	○	○
44	こども未来課(健康推進課)	子育て相談室(健康づくり支援係)	母子保健(母子健康手帳交付等)	・母子健康手帳交付 ・心身の大きな変化来しやすい妊娠初期に、保健師による妊婦全数面接(妊娠時に面接し相談やサービス紹介等を実施する)を行い、その後の妊娠、出産、子育て期の切れ目ない支援充実への端緒とする。 ・妊婦健康診査			○	○	
45	健康推進課	健康づくり支援係	母子保健(新生児訪問指導)	・新生児訪問を通じて早期の段階から保健師等が関与し、問題の聞き取りを踏まえて必要な助言・指導を提供することで、産後うつや育児によるストレス等リスクの軽減を目指します。必要時には他の専門機関へつなぐなどの対応をします。			○	○	
46	健康推進課	健康づくり支援係	母子保健(産後ケア事業)	産後は育児への不安等から、うつのリスクを抱える危険があります。出産直後の早期段階から専門家が関与し、必要な助言・指導等を提供することで、そうしたリスクの軽減を図ります。	○		○	○	
47	健康推進課	健康づくり支援係	母子保健(乳幼児健診及び乳児相談における支援)	発達の節目に乳幼児健診、乳幼児相談を実施して健やかな発育と母等保護者の育児を支援します。乳幼児健康診査等早期の段階から医師、保健師、管理栄養士等が関与し、問題の聞き取りを踏まえて必要な助言・指導を提供することで、産後うつ病や育児によるストレス等リスクの軽減を目指します。必要時には他の専門機関へつなぐなどの対応をします。	○		○	○	
48	健康推進課	健康づくり支援係	母子保健(乳幼児健診及び乳児相談における歯科相談・歯科健診)	乳幼児の歯科疾患の予防、口腔の健全な発育・発達支援のために歯科健診・歯科保健指導を行い、悩みを抱えている保護者を支援します。	○		○	○	
49	健康推進課	健康づくり支援係	母子保健(育児ストレス相談)	ちびっこ相談(心理) 産後うつや育児ストレスに対して専門家が相談に応じることで、母親や家族の負担及び不安の軽減を図ります。必要時には別の関係機関等へつなぐ等の対応を取り、包括的な支援をします。	○		○	○	
50	健康推進課	健康づくり支援係	母子保健(こども発達相談)	ちびっこ相談(発達相談) 子どもの発達に関して専門家が相談に応じることで、母親等保護者の負担や不安の軽減を図り、こどもの健やかな成長を促します。必要時には別の関係機関等へつなぐ等の対応を取り、包括的な支援をします。	○		○	○	
51	健康推進課	健康づくり支援係	母子保健(遊びの教室)	・すくすく広場 なかよし広場 発達のバランスがゆっくりな児や子育てに悩んでいる保護者へ子育てがゆとりをもって楽しくできるように具体的アドバイスを実施します。	○		○	○	
52	健康推進課	健康づくり支援係	母子保健(離乳食教室の実施)	離乳食に関する教室を通じて、その他の不安や悩みについての相談も実施します。	○		○	○	
53	健康推進課	健康づくり支援係	精神保健(こころの健康づくり):一部自殺対策強化事業対象	・住民の精神的な相談に対して保健師等による相談や訪問を実施する。精神に不調を訴える方や精神障がい者の早期発見をし、必要に応じて専門医を紹介する。精神障がい者の社会復帰促進も図ります。 ・自殺の可能性のある相談者については、手厚く支援を行い必要があれば専門機関につなげます。		○	○	○	○
54	健康推進課 学校教育課	健康づくり支援係 中学校	精神保健(中学生における命の講演会等):自殺対策強化事業対象	多感な中学生に、命の大切さと悩んだときには信頼できる人にSOSを出すことの重要性を伝えるために命の講演会等を実施します。その機会には保護者等にも参加を促します。		○	○	○	
55	健康推進課	健康づくり支援係	精神保健(こころの健康づくり講演会):自殺対策強化事業対象	ストレス社会において誰もが心の病になる可能性がある事を理解し、こころの健康づくりに関する講演会を実施し、こころの健康の保ち方を学びます。			○	○	○
56	健康推進課	健康づくり支援係	精神保健(こころの相談):自殺対策強化事業対象	精神科医師や臨床心理士による相談 眠れない、不安が強い、うつ状態が続いている、ひきこもり状態である。幻覚、妄想がある。認知症が心配であるなどの相談を実施します。			○	○	○



番号	担当課	担当係	事業名	事業の概要と生きる支援	ライフステージ別					
					乳幼児期	学童期	青年期	壮年期	高年期	
57	健康推進課	健康づくり支援係	精神保健(もみじの会):精神障がい者等当事者の会	人とのコミュニケーションが苦手だったり、こころに不調のある方や精神科等に通院している当事者が仲間との交流を通じて、心の安定を図ります。				○	○	
58	健康推進課	健康づくり支援係	精神保健福祉ボランティアの育成	精神保健福祉ボランティア団体が、精神障害者が気軽に利用できる居場所の開設をしているため、町として活動についての支援を実施します。				○	○	○
59	健康推進課	健康づくり支援係	精神保健(精神障がい者家族会)	精神障がい者がいる家庭向けの家族交流会 家族が悩みを語り合い、聞いてもらう相互支援や福祉制度の学習を行い、精神障がい者が過ごしやすい地域を考えます。				○	○	○
60	健康推進課	健康づくり支援係	精神保健(断酒会への紹介や参加の支援)	アルコール依存症の本人や家族に対して断酒会を紹介し、断酒が継続できるように支援します。				○	○	○
61	健康推進課	健康づくり支援係	ひきこもり支援	・ひきこもりの相談を保健師等が対応し、ケースにより専門医やこころの相談につなげる。家族の相談から本人の面接につなげ、支援を実施します。 ・ひきこもり家族教室を実施し、家族が対応について学ぶ場を作ったり家族同士がつながることのできる場を提供します。				○	○	
62	健康推進課	健康づくり支援係	自殺予防の啓発カードの配置:作成は自殺対策強化事業対象	自殺予防につながる相談先を記載したカードを町内各所に配置します。				○	○	○
63	健康推進課	健康づくり支援係	自殺予防の啓発用ティッシュの配布:作成は自殺対策強化事業対象	自殺予防につながる相談先を記載したティッシュ等を成人式や自殺予防週間、自殺対策強化月間等で町内各所で配置します。				○	○	○
64	健康推進課	健康づくり支援係	メンタルヘルスチェックシステム「こころの体温計」:自殺対策強化事業対象	町のホームページ上からメンタルヘルスチェックをすることができます。また、各種相談窓口の案内により、悩みの相談をする機会を提供します。		○	○	○	○	○
65	健康推進課	健康づくり支援係	食生活改善推進委員会活動	・生活習慣病を予防するため、「食」を通して適塩や野菜摂取の必要性を理解してもらい、生活習慣病を予防するとともに、地域に生活習慣病予防のための食事を広めていただきます。 ・食生活改善推進委員会活動をする中で、地域の人がつながり、生きがいを持って生活ができます。				○	○	○
66	健康推進課	健康づくり支援係	箕輪町保健補導員会活動	・住民参加による保健活動を推進します。自分の健康づくり、家族の健康づくりに関心を持ってもらいます。 ・地域の健康づくりや高齢化についても学んでいただき、保健補導員が健診のお誘い等をする中で、ひとり暮らしや閉じこもりがちな高齢者などとも交流を図ることが出来ます。 ・普段話すことのない人達と話をすることができ、楽しい交流の場が持てることで、地域の人々のつながりを作ります。				○	○	○
67	健康推進課	健康づくり支援係	理美容師協会との連携	理美容師協会との連携により、自殺のリスクを抱える住民の早期発見・対応の担い手を増やします。				○	○	○
68	健康推進課	国保医療係健康づくり支援係	重複多受診者訪問指導	重複多受診者を訪問することにより、被保険者の健康相談、適正受診のアドバイスを実施します。				○	○	○
69	健康推進課	国保医療係	・国民健康保険税 賦課、収納、減免等についての相談 ・後期高齢者医療保険料の徴収	国保税、後期高齢者医療保険料徴収事務。この事務を通して、滞納者に対する納付勧奨・減免状況の把握・医療受診のための相談支援を実施し、生きる支援をします。				○	○	○

番号	担当課	担当係	事業名	事業の概要と生きる支援	ライフステージ別				
					乳幼児期	学童期	青年期	壮年期	高年期
70	健康推進課	国保医療係	生活困窮者の受診相談	生活困窮者が医療機関にかかるための相談支援を実施し、生きる支援をします。 (貸付制度、一部負担金の分納、短期証の発行)			○	○	○
71	健康推進課	健康づくり支援係	難病医療費の助成の相談を受ける	難病についての医療費助成を受けるための相談にのり、保健福祉事務所の窓口を紹介します。			○	○	○
72	産業振興課	未来農戦略係	町民菜園事業	所有する畑地面積が少ないため自家用野菜の作付けに困難し、借地を希望する者に対し町が耕地を貸付けます。農作物を育成することを通じてメンタルヘルスの向上を図ります。			○	○	○
73	産業振興課	未来農戦略係	交流菜園事業	非農家による農地利用の推進を目的とした、家庭菜園の推進のための野菜栽培指導つき町民菜園の貸し出し及び、農ある暮らしの楽しみの提供を材料としたコミュニケーションにより、孤立を防ぎます。			○	○	○
74	産業振興課	農業振興係	農林業者育成資金融資あっせん及び利子補給事業補助金	農林業者の育成のため、経営強化に必要となる資金の融資あっせん及び利子補給を行う等の、経済的支援を実施します。			○	○	○
75	産業振興課	農業振興係	箕輪町営農支援センターの営農支援事業	地域営農組合等が行う農業体験等を通じて居場所の創出を図ります。			○	○	○
76	産業振興課	農業振興係	人・農地プラン作成事業	担い手農業者への農地集積・地域農業のあり方等について地域で話し合い、実践するための将来像を描きます。			○	○	○
77	産業振興課	農業振興係	条件不利農地耕作支援事業補助金	農振農用地であって、ほ場整備未整備地または乗用型農業機械の利用が困難な農地を新たに5年以上借り受け耕作管理する農業者に対し支援します。			○	○	○
78	産業振興課	農業振興係	荒廃農地等利活用促進事業交付金	町農業再生協議会が行う遊休荒廃農地を再生し5年以上借り受け耕作する農業者に対する国の交付金の嵩上げ補助の半額を交付します。			○	○	○
79	産業振興課	商工観光推進室	企業支援相談員による企業訪問	企業支援相談員が、町内にある製造業者を中心に企業訪問し、経営相談や事業相談、マッチング、受注確保、事業承継などについて支援を行います。			○	○	○
80	建設課	建設管理係	公営住宅の管理及び設置	住宅に困窮する低額所得者に対する支援を行います。			○	○	○
81	水道課	水道管理係	上下水道料金徴収業務	水道料金徴収業務を実施する中で生活困窮者等の相談支援を実施します。			○	○	○
82	学校教育課	教育総務係	スタディーサポート事業(放課後学習寺子屋教室)	放課後等の教室、夏休み中の地区公民館等で小学生の夏休み寺子屋教室など地域のボランティアや学校の先生との連携により、豊かな体験や一層の学力向上を目指し、居場所の提供するとともに、生きる支援の促進を図ります。		○			
83	学校教育課	教育総務係	保小中連携事業	保育園、小学校、中学校間で連携し、スムーズな移行を図り、悩んでいる保護者の相談を受け、希望や目標をもって各学校に入学し、それぞれの学校生活にスムーズに移行できる児童生徒を育てることを目的として、生きる支援を実施します。	○	○			
84	学校教育課	教育総務係	教育相談事業	特別に支援を要する児童・生徒に対し、関係機関と協力して保護者の相談に応じ、一人ひとりの障害及び発達の状態に応じたきめ細かな相談を行います。 各校のいじめ防止基本方針の点検と見直し、個別支援等を通じて、いじめの早期発見、即時対応、継続的な再発予防を図り生きる支援をします。		○			

番号	担当課	担当係	事業名	事業の概要と生きる支援	ライフステージ別				
					乳幼児期	学童期	青年期	壮年期	高年期
85	学校教育課	教育総務係	準要保護就学援助費と特別支援教育就学奨励費に関する事務	経済的理由により、就学困難な児童・生徒に対し、給食費・学用品等を補助を実施。また特別支援学級在籍者に対し、就学奨励費の補助を行い就学の支援を実施します。		○			
86	学校教育課	教育総務係	学級満足度調査(QU、ハイパーQU)	客観的指標として児童・生徒の心理面や学級集団を把握することで、学級経営や授業を改善し、生きる支援につなげます。		○			
87	学校教育課	教育総務係	教職員人事・研修関係事務(働き方改革)	教職員の過労や長時間労働が問題となる中で、研修により、メンタルヘルスの状態を客観的に把握し、必要な場合には適切な支援につなげます。また学校職員等のストレスチェックを実施し、メンタル不調の未然防止を図ります。			○	○	
88	学校教育課	教育総務係	性に関する指導推進事業	児童生徒等に、産婦人科などの専門医、助産師を講師として公立小・中・高等学校に派遣し、性に関する指導の充実を図り生きる支援をします。		○			
89	学校教育課	教育総務係	スクールソーシャルワーカー活用事業	社会福祉等の専門的な知識や技術を有するスクールソーシャルワーカーを活用し、さまざまな課題を抱えた児童生徒に対し、当該児童生徒が置かれた環境へ働きかけたり、関係機関等とのネットワークを活用するなど、多様な支援方法を用いて課題解決への対応を図り、生きる支援をします。		○			
90	学校教育課	教育総務係	不登校児童生徒支援事業	中間教室の運営により、不登校の児童・生徒に対し、教員経験者等が連携し、一日も早い学校への復帰を目指して、一人ひとりの状況に応じた学習やグループ活動を実施します。児童生徒が自らの生活を立て直し、自主・自立の力を発揮できるよう支援します。また、不登校児童生徒(公立学校に通う小中学生)を対象にした適応指導教室を設置したり、不登校児童生徒の保護者に対する相談活動の実施し、生きる支援をします。		○			
91	学校教育課	教育総務係	教育に関する連絡会の開催等	不登校対策として、スクールカウンセラーの配置や教育相談室相談員との連携強化を図り、生きる支援を実施します。		○			
92	学校教育課	教育総務係	副学籍制度による交流推進	保護者や児童・生徒の意向を尊重し在籍校と連絡を取りながら交流を実施し、生きる支援を実施します。		○			
93	学校教育課	教育総務係	学童クラブの運営	保護者が労働等により昼間家庭にいない児童に適切な遊び及び生活の場を与えその健全育成を図ります。		○			
94	文化スポーツ課	図書館係	町民への啓発と周知(図書館における自殺対策の啓発)	・自殺対策強化月間や自殺予防週間の際に、関係する本などのテーマ展示コーナーを設置し、住民への情報提供の場として活用し広く啓発を図ります。 ・メンタルヘルスや自殺対策関連の蔵書の充実を図ります。		○	○	○	○
95	文化スポーツ課	図書館係	居場所づくりの推進(図書館の管理運営事業)	幼児から高齢者まで幅広い蔵書の充実、読み聞かせなど多様な講座の開催、気軽に立ち寄れる施設環境整備を実施し、居場所の提供や生きる支援の充実を目指します。	○	○	○	○	○
96	文化スポーツ課	公民館	町民への啓発と周知(公民館人権学習事業)	町公民館における成人大学、学級の場面を活用し人権学習を深めます。分館活動の人権学習を支援し、地域での人権学習を深めます。			○	○	○

番号	担当課	担当係	事業名	事業の概要と生きる支援	ライフステージ別				
					乳幼児期	学童期	青年期	壮年期	高年期
97	文化スポーツ課	公民館	居場所づくりの推進(公民館大学学級講座事業)(地域分館活動支援事業)	町公民館における成人大学、学級や各種講座を開催し、参加を促します。分館の活動を支援し、地域住民の居場所づくりを進めます。		○	○	○	○
98	文化スポーツ課	文化財係	居場所づくりの推進(博物館の管理運営事業)	幼児から高齢者まで幅広い講座の開催、気軽に立ち寄ることのできる施設環境の整備により、居場所の提供や生きる支援を図ります。	○	○	○	○	○
99	文化スポーツ課	生涯学習係	町民への啓発と周知 青少年健全育成事業	青少年健全育成協議会の開催、強調月間等における街頭啓発・夜間巡視・広報活動、社会を明るくする運動青少年健全育成推進大会、あいさつ運動の推進により、生きる支援を実施します。		○	○	○	○
100	文化スポーツ課	生涯学習係	町民への啓発と周知 人権尊重教育事業	人権尊重のまちづくり審議会の開催、人権啓発学習会(講演会・映画会・出前講座)の開催、広報等による人権啓発を実施して、生きる支援の取組みの促進を図ります。		○	○	○	○
101	文化スポーツ課	生涯学習係	居場所づくりの推進(社会教育施設の管理運営事業)	幼児から高齢者まで幅広い文化芸術講座の開催、社会登録団体の支援等、気軽に立ち寄ることのできる施設環境の整備により、生きる支援となります。	○	○	○	○	○
102	文化スポーツ課	スポーツ振興係	社会体育施設や事業を用いた居場所づくりの推進	子どもから高齢者まで幅広いスポーツ講座の開催、社会体育登録団体の支援により、生きることの促進を図ります。		○	○	○	○

番号	自殺予防対策連絡会関係団体等	事業名	事業の概要と生きる支援	ライフステージ別					
				乳幼児期	学童期	青年期	壮年期	高年期	
103	伊那労働基準監督署	長時間労働や労働災害に関する相談	長時間労働や自殺を含む労働災害等に関する本人及び家族の相談に応じます。				○	○	
104	伊那警察署	自殺についての相談	緊急対応、事後対応を実施し、ご本人やご家族の支援をいたします。	○	○	○	○	○	○
105	箕輪町医師会	自殺対策についての啓発啓動への協力	トイレ等に啓発カードの設置の実施をし、相談窓口の普及に協力します。こころの健康づくり講演会等の広報の協力をします。		○	○	○	○	○
106	箕輪町歯科医師会	自殺対策についての啓発啓動への協力	トイレ等に啓発カードの設置の実施をし、相談窓口の普及に協力します。こころの健康づくり講演会等の広報の協力をします。		○	○	○	○	○
107	箕輪町薬剤師会	こころの健康づくり講演会等の広報の協力	会員及び薬局等の来所者へ広報をします。				○	○	○
108	箕輪町商工会	自殺対策についての啓発活動や協力	加入事業所へ啓発カードの配布をします。相談窓口の更新等の機会には、会員への周知の協力をします。加入事業所へ働き方改革や健康経営のための研修会等の実施の支援をします。また、箕輪町のこころの健康づくり講演会等の広報活動への協力をします。				○	○	○



番号	担当課	担当係	事業名	事業の概要と生きる支援	ライフステージ別				
					乳幼児期	学童期	青年期	壮年期	高年期
109	各区	区ごとの住民参加による各種事業やサークル活動への協力参加		地域のつながりを大切にすることで、顔の見える関係を築きあげ困ったことがあれば話を聞いて相談につながるようになります。	○	○	○	○	○
110	箕輪町小中学校PTA連合会	PTA活動		連絡会に参加することで自殺対策等の現状を知り、活動に生かします。中学生対象のいのちの講演会に参加します。保護者が一緒に活動することで人と人とのつながりができます。		○	○	○	
111	箕輪町小中学校長会	小中学校における教育		いじめ問題に取り組みます。キャリア教育等の実施。いじめ問題に早期に対応をします。どういう人間になりたいかという人権感覚を身につけるように教育を実施しています。自尊感情を持てるようにしています。困ったことがあれば支援をいたします。		○	○		
112	箕輪町消防団	消防団活動		消防団活動をする中で、団員の信頼関係をつくり、悩み事等あれば相談できる関係を作ります。地域のつながりを大切にすることで、顔の見える関係を築きあげ困ったことがあれば相談につながるようになります。				○	○
113	箕輪町日赤奉仕団	日赤奉仕団		奉仕団活動をする中で、普段話すことのない人達と出会い話をすることが出来ます。研修会等を通じて楽しい交流の場が持てます。地域のつながりを大切にすることで、顔の見える関係を築きあげ困ったことがあれば相談につながるようになります。				○	○
114	箕輪町児童民生委員	見守り相談業務		一人暮らし及び高齢者世帯、障がい者等見守り支援の必要な方や、家族などの相談に応じて必要な支援につなげます。	○	○	○	○	○
115	人権擁護委員	人権擁護委員による相談業務		相談に来た方の力になるよう、当事者の話を傾聴することにより、生きる支援につながります。		○	○	○	○
116	人権擁護委員	中学生のミニレターの配置		悩みを持つ児童の救いの手として各学校に手紙の投函箱を設置しています。各学校の担当者がその子に寄り添った言葉がけを心掛がけながら返事を書き、気持ちを受け止めながら返信しています。		○	○	○	○
117	社会福祉協議会	心配ごと相談		民生児童委員や人権擁護委員など専任の相談員による予約制の相談です。2回/月				○	○
118	社会福祉協議会	ボランティア活動の支援		ボランティアセンターの機能の充実を図り、地域住民の皆さんのボランティア活動を支援します。		○	○	○	○
119	司法書士無料法律相談	司法書士無料法律相談		社会福祉協議会が窓口の法律的な司法書士による相談支援です。1回/奇数月（予約制）				○	○
120	地区社会福祉協議会	各区ごとの活動		各地区社協ごとの事業や地域のつながりのなかで、孤立しがちな人や家庭に気づき、話を聞いて必要があれば関係者や関係機関等につなげ、さらに見守ります。	○	○	○	○	○
121	ふれあいサロンを実施する各地域や団体	ふれあいサロン		地域や団体による高齢者や地域のふれあいサロンを通じて高齢者や地域の人々等が交流をして孤立化を防ぐことにより、生きる支援となります。(高齢者中心の場合と幅広い年代のためのものとあります)	○	○	○	○	○
122	保健指導員	支部研修会や地域での活動		普段話すことのない人達と出会い話をすることが出来ます。支部研修会を通じて楽しい交流の場が持てます。健診の取りまとめなどを通じて隣近所の顔の見える関係ができます。		○	○	○	○
123	見守り支援や居場所づくりのボランティア団体	ボランティア団体の活動		孤立しがちな障がい者や高齢者等を地域の人々が見守り支援や居場所を提供するなど交流等を実施して、孤立化を防ぎます。	○	○	○	○	○
124	みのわ健康アカデミーOB会	健康づくりに関する自主的団体		みのわ健康アカデミーの卒業生がOB会の活動を通じてつながりをつくり活動することで顔の見える関係を築き生きる意欲を高めます。				○	○

## 第6章 参考資料

1 自殺対策基本法（平成28年4月改正）	43
2 自殺総合対策大綱（概要）（平成29年7月閣議決定）	48
3 こころ・体・生活の相談窓口のご案内	49
4 箕輪町の自殺対策のイメージ	51

# 1 自殺対策基本法（平成 28 年 4 月改正）

自殺対策基本法（平成 18 年法律第 85 号）

## 第 1 章 総則

### （目的）

第 1 条 この法律は、近年、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あり、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、これに対処していくことが重要な課題となっていることに鑑み、自殺対策に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、自殺対策の基本となる事項を定めること等により、自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的とする。

### （基本理念）

第 2 条 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかげがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

2 自殺対策は、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、その背景に様々な社会的な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。

3 自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。

4 自殺対策は、自殺の事前予防、自殺発生の危機への対応及び自殺が発生した後又は自殺が未遂に終わった後の事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施されなければならない。

5 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

### （国及び地方公共団体の責務）

第 3 条 国は、前条の基本理念（次項において「基本理念」という。）にのっとり、自殺対策を総合的に策定し、及び実施する責務を有する。

2 地方公共団体は、基本理念にのっとり、自殺対策について、国と協力しつつ、当該地域の状況に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。

3 国は、地方公共団体に対し、前項の責務が十分に果たされるように必要な助言その他の援助を行うものとする。

### （事業主の責務）

第 4 条 事業主は、国及び地方公共団体が実施する自殺対策に協力するとともに、その雇用する労働者の心の健康の保持を図るため必要な措置を講ずるよう努めるものとする。

(国民の責務)

第5条 国民は、生きることの包括的な支援としての自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるよう努めるものとする。

(国民の理解の増進)

第6条 国及び地方公共団体は、教育活動、広報活動等を通じて、自殺対策に関する国民の理解を深めるよう必要な措置を講ずるものとする。

(自殺予防週間及び自殺対策強化月間)

第7条 国民の間に広く自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるとともに、自殺対策の総合的な推進に資するため、自殺予防週間及び自殺対策強化月間を設ける。

2 自殺予防週間は9月10日から9月16日までとし、自殺対策強化月間は3月とする。

3 国及び地方公共団体は、自殺予防週間においては、啓発活動を広く展開するものとし、それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

4 国及び地方公共団体は、自殺対策強化月間においては、自殺対策を集中的に展開するものとし、関係機関及び関係団体と相互に連携協力を図りながら、相談事業その他それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

(関係者の連携協力)

第8条 国、地方公共団体、医療機関、事業主、学校（学校教育法（昭和22年法律第26号）第1条に規定する学校をいい、幼稚園及び特別支援学校の幼稚部を除く。第17条第1項及び第3項において同じ。）、自殺対策に係る活動を行う民間の団体その他の関係者は、自殺対策の総合的かつ効果的な推進のため、相互に連携を図りながら協力するものとする。

(名誉及び生活の平穩への配慮)

第9条 自殺対策の実施に当たっては、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない。

(法制上の措置等)

第10条 政府は、この法律の目的を達成するため、必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

(年次報告)

第11条 政府は、毎年、国会に、我が国における自殺の概況及び講じた自殺対策に関する報告書を提出しなければならない。

## 第2章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等

(自殺総合対策大綱)

第12条 政府は、政府が推進すべき自殺対策の指針として、基本的かつ総合的な自殺対策の大綱（次条及び第23条第2項第1号において「自殺総合対策大綱」という。）を定めなければならない。

(都道府県自殺対策計画等)

第13条 都道府県は、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、当該都道府県の区域内における自殺対策についての計画（次項及び次条において「都道府県自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

2 市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画（次条において「市町村自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

(都道府県及び市町村に対する交付金の交付)

第14条 国は、都道府県自殺対策計画又は市町村自殺対策計画に基づいて当該地域の状況に応じた自殺対策のために必要な事業、その総合的かつ効果的な取組等を実施する都道府県又は市町村に対し、当該事業等の実施に要する経費に充てるため、推進される自殺対策の内容その他の事項を勘案して、厚生労働省令で定めるところにより、予算の範囲内で、交付金を交付することができる。

### 第3章 基本的施策

(調査研究等の推進及び体制の整備)

第15条 国及び地方公共団体は、自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するため、自殺の実態、自殺の防止、自殺者の親族等の支援の在り方、地域の状況に応じた自殺対策の在り方、自殺対策の実施の状況等又は心の健康の保持増進についての調査研究及び検証並びにその成果の活用を推進するとともに、自殺対策について、先進的な取組に関する情報その他の情報の収集、整理及び提供を行うものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策の効率的かつ円滑な実施に資するための体制の整備を行うものとする。

(人材の確保等)

第16条 国及び地方公共団体は、大学、専修学校、関係団体等との連携協力を図りながら、自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上に必要な施策を講ずるものとする。

(心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進等)

第17条 国及び地方公共団体は、職域、学校、地域等における国民の心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進並びに相談体制の整備、事業主、学校の教職員等に対する国民の心の健康の保持に関する研修の機会の確保等必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策で大学及び高等専門学校に係るものを講ずるに当たっては、大学及び高等専門学校における教育の特性に配慮しなければならない。

3 学校は、当該学校に在籍する児童、生徒等の保護者、地域住民その他の関係者との連携を図りつつ、当該学校に在籍する児童、生徒等に対し、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていくことについての意識の涵かん養等に資する教育又は啓発、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育又は啓発その他当該学校に在籍する児童、生徒等の心の健康の保持に係る教育又は啓発を行うよう努めるものとする。

(医療提供体制の整備)

第18条 国及び地方公共団体は、心の健康の保持に支障を生じていることにより自殺のおそれがある者に対し必要な医療が早期かつ適切に提供されるよう、精神疾患を有する者が精神保健に関して学識経験を有する医師（以下この条において「精神科医」という。）の診療を受けやすい環境の整備、良質かつ適切な精神医療が提供される体制の整備、身体の傷害又は疾病についての診療の初期の段階における当該診療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、救急医療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、精神科医とその地域において自殺対策に係る活動を行うその他の心理、保健福祉等に関する専門家、民間の団体等の関係者との円滑な連携の確保等必要な施策を講ずるものとする。

(自殺発生回避のための体制の整備等)

第19条 国及び地方公共団体は、自殺をする危険性が高い者を早期に発見し、相談その他の自殺の発生を回避するための適切な対応を行う体制の整備及び充実に必要な施策を講ずるものとする。

(自殺未遂者等の支援)

第20条 国及び地方公共団体は、自殺未遂者が再び自殺を図ることのないよう、自殺未遂者等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

(自殺者の親族等の支援)

第21条 国及び地方公共団体は、自殺又は自殺未遂が自殺者又は自殺未遂者の親族等に及ぼす深刻な心理的影響が緩和されるよう、当該親族等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

(民間団体の活動の支援)

第22条 国及び地方公共団体は、民間の団体が行う自殺の防止、自殺者の親族等の支援等に関する活動を支援するため、助言、財政上の措置その他の必要な施策を講ずるものとする。

#### 第4章 自殺総合対策会議等

(設置及び所掌事務)

第23条 厚生労働省に、特別の機関として、自殺総合対策会議（以下「会議」という。）を置く。

2 会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

(1) 自殺総合対策大綱の案を作成すること。

(2) 自殺対策について必要な関係行政機関相互の調整をすること。

(3) 前2号に掲げるもののほか、自殺対策に関する重要事項について審議し、及び自殺対策の実施を推進すること。

(会議の組織等)

第24条 会議は、会長及び委員をもって組織する。

2 会長は、厚生労働大臣をもって充てる。

3 委員は、厚生労働大臣以外の国务大臣のうちから、厚生労働大臣の申出により、内閣総理大臣が

指 定する者をもって充てる。

- 4 会議に、幹事を置く。
- 5 幹事は、関係行政機関の職員のうちから、内閣総理大臣が任命する。
- 6 幹事は、会議の所掌事務について、会長及び委員を助ける。
- 7 前各項に定めるもののほか、会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

(必要な組織の整備)

第25条 前2条に定めるもののほか、政府は、自殺対策を推進するにつき、必要な組織の整備を図るものとする。

附 則 (平成28年3月30日法律第11号) 抄

(施行期日)

- 1 この法律は、平成28年4月1日から施行する。ただし、次項の規定は、公布の日から施行する。



## 2 自殺総合対策大綱（概要）

# 「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

平成28年の自殺対策基本法の改正や我が国の自殺の実態を踏まえ抜本的に見直し

### 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、**非常事態はまだまだ続いている**
- ▶ 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. 国民一人ひとり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・若者の自殺対策を更に推進**する
12. **勤務問題による自殺対策を更に推進**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年までに、自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少**（平成27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

## 自殺総合対策における当面の重点施策（ポイント）

- **自殺対策基本法の改正の趣旨・基本的施策及び我が国の自殺を巡る現状を踏まえて、更なる取組が求められる施策** ※各施策に担当府省を明記 ※補助的な評価指標の盛り込み（例：よりよいホットラインや心の健康相談統一ダイヤルの認知度）

※下線は旧大綱からの主な変更箇所

<p><b>1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化</b>する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域自殺意識マップファイル、地域自殺対策の政策パッケージの作成</li> <li>・地域自殺対策計画の策定ガイドラインの作成</li> <li>・地域自殺対策推進センターの支援</li> <li>・自殺対策の専任職員の配置・専任部署の設置の促進</li> </ul>	<p><b>2. 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺予防週間と自殺対策強化月間の実施</li> <li>・児童生徒の自殺対策に資する教育の実施（<b>SOSの出し方に関する教育の推進</b>）</li> <li>・自殺や自殺関連事象に関する正しい知識の普及</li> <li>・うつ病等についての普及啓発の推進</li> </ul>	<p><b>3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進</b>する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺の実態や自殺対策の実施状況等に関する調査研究・検証・成果活用（<b>革新的自殺研究推進プログラム</b>）</li> <li>・先進的な取組に関する情報の収集、整理、提供</li> <li>・子ども・若者の自殺調査</li> <li>・死因究明制度との連動</li> <li>・オンライン施設の形成等により自殺対策の関連情報を安全に収集・整理・分析</li> </ul>	<p><b>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</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・医療職に関する専門職などを養成する大学や専修学校等と連携した<b>自殺対策教育の推進</b></li> <li>・自殺対策の連携調整を担う人材の養成</li> <li>・かかりつけ医の資質向上</li> <li>・教職員に対する普及啓発</li> <li>・地域保健・産業保健スタッフの資質向上</li> <li>・ゲートキーパーの養成</li> <li>・家族や知人等を含めた<b>支援者への支援</b></li> </ul>	<p><b>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</b>する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・職場におけるメンタルヘルス対策の推進</li> <li>・地域における心の健康づくり推進体制の整備</li> <li>・学校における心の健康づくり推進体制の整備</li> <li>・大規模災害における被災者の心のケア、生活再建等の推進</li> </ul>	<p><b>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</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・精神科医療、保健、福祉等の連動性の向上、専門職の配置</li> <li>・精神保健医療福祉サービスを担う人材の養成等</li> <li>・うつ病、統合失調症、アルコール依存症、ギャンブル依存症等のハイリスク者対策</li> </ul>
<p><b>7. 社会全体の自殺リスクを低下</b>させる</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ICT（インターネットやSNS等）の活用</li> <li>・<b>いじめやいじめ被害、性被害、性被害の被害者、性的マイノリティに対する支援の充実</b></li> <li>・妊娠への支援の充実</li> <li>・相談の多様な手段の確保、アウトリーチの強化</li> <li>・関係機関等の連携に必要な情報共有の周知</li> <li>・自殺対策に資する環境づくりの推進</li> </ul>	<p><b>8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域の自殺未遂者支援の拠点機能を担う医療機関の整備</li> <li>・医療と地域の連携推進による包括的な未遂者支援の強化</li> <li>・居場所づくりとの連動による支援</li> <li>・家族等の身近な支援者に対する支援</li> <li>・学校、職場等での事後対応の促進</li> </ul>	<p><b>9. 遺された人への支援を充実</b>する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・遺族の自助グループ等の運営支援</li> <li>・学校、職場等での事後対応の促進</li> <li>・遺族等の総合的な支援ニーズに対する情報提供の推進等</li> <li>・遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上</li> <li>・遺児等への支援</li> </ul>	<p><b>10. 民間団体との連携を強化</b>する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・民間団体の人材育成に対する支援</li> <li>・地域における連携体制の確立</li> <li>・民間団体の相談事業に対する支援</li> <li>・民間団体の先駆的・試行的取組や自殺多発地域における取組に対する支援</li> </ul>	<p><b>11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進</b>する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いじめを善くした<b>子どもの自殺の予防</b></li> <li>・学生・生徒への支援充実</li> <li>・SOSの出し方に関する教育の推進</li> <li>・子どもへの支援の充実</li> <li>・若者への支援の充実</li> <li>・若者の特性に応じた支援の充実</li> <li>・知人等への支援</li> </ul>	<p><b>12. 勤務問題による自殺対策を更に推進</b>する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・長時間労働の是正</li> <li>・職場におけるメンタルヘルス対策の推進</li> <li>・ハラスメント防止対策</li> </ul>






## ＝ 心・体・生活の相談窓口のご案内 ＝

### 箕輪町の相談

H31.3月作成

相談名	主な内容	相談窓口	電話番号	受付時間
健康相談	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による健康相談 月2回（予約制）	箕輪町役場	健康づくり支援係 0265-79-3118(直通) 0265-79-3111(代表)	平日 8:30～ 17:15
こころの相談	精神科医や臨床心理士による相談 年12回(予約制)			
家庭訪問や電話での相談	保健師・管理栄養士 歯科衛生士等による訪問 相談や電話相談			
生活や福祉に関する相談	生活保護、DV、障がいなど			
高齢者の相談	介護・高齢者の権利擁護などの相談	地域包括支援センター 高齢者福祉係	0265-70-6622(直通) 0265-79-3111(代表)	
子どもの相談	子育て、発達、いじめ、 不登校、児童虐待など 子どもに関する相談	こども相談室	0265-79-0007(直通)	
心配ごと相談	専任相談員による相談 予約制 月2回	社協	箕輪町 社会福祉協議会 0265-79-4180(代表)	平日 8:30～ 17:00
司法書士 無料法律相談	司法書士による相談 予約制 奇数月1回			

### インターネットによる 心の健康と自殺予防のための相談等

相談名	主な内容	連絡先
こころの体温計 	ストレス度・落ち込み度の自己チェック 相談窓口のお知らせ	<a href="http://www.town.minowa.lg.jp/kenkou/hken0005.html">http://www.town.minowa.lg.jp/kenkou/hken0005.html</a>
命と暮らしの相談ナビ	ネット上で相談先が検索できます	<a href="http://www.lifelink-db.org/">http://www.lifelink-db.org/</a>
こころの耳	こころの健康に関するインターネット情報	<a href="http://kokoro.mhlw.go.jp">http://kokoro.mhlw.go.jp</a>

### 伊那保健福祉事務所の相談 電話 0265-76-6837 (直通)

相談名	主な内容	日程等	受付時間
精神保健相談	心の悩み、ひきこもり、家庭内暴力、依存症、認知症等の悩みについて精神科医師等による相談	月1回	予約制 平日
くらしと健康の相談会	失業、倒産、多重債務等についての弁護士の相談 こころと体の健康や悩みについての保健師の相談	6月9月12月3月の月に毎週1回	8:30～ 17:15

### 長野県上伊那生活就労支援センター「まいさぼ上伊那」の相談 電話 0265-96-7845 (直通)

相談名	主な内容	日程等
生活苦や就労支援の相談	働きたくても働けない、住む場所がないといった、就労や生活でお困りの方の総合的な支援	住所： 南箕輪村 松寿荘内 平日 9:30～17:00 受託運営長野県社会福祉協議会

# ひとりで悩まず相談を

～話すこと、きいてもらうことでこころは元気になります～



箕輪町役場 健康推進課 健康づくり支援係（平日8:30～17:15）  
電話 0265-79-3118（直通）

相談内容	相談窓口	電話番号	受付時間	
こころの悩み	伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課	0265-76-6837	平日 8:30～17:15	
	長野県精神保健福祉センター	026-227-1810	平日 8:30～17:15	
	いのちの電話	長野:026-223-4343 松本:0263-29-1414	毎日 11:00～22:00	
	こころの健康相談統一ダイヤル (長野県精神保健福祉センター) "消えてしまいたい"家族や知人に死にたいなどと訴える人がいる" "身内が自死してつらくてどうしようもない"などの自殺に関する相談	0570-064-556	平日 9:30～16:00	
生活・福祉・安全	生活・福祉に関する相談	箕輪町社会福祉協議会	0265-79-4180	平日 8:30～17:15
	生活保護に関する相談	伊那保健福祉事務所 福祉課	0265-76-6811	平日 8:30～17:15
	犯罪被害防止 など安全と平穩に 関する相談	伊那警察署	0265-72-0110	24時間対応
		伊那警察署 箕輪町交番	0265-79-2028	24時間対応
	警察安全相談窓口	#9110 (026-233-9110)	24時間対応	
仕事	就労支援	伊那公共職業安定所	0265-73-8609	平日 8:30～17:15
	生活苦や 就労支援の相談	長野県上伊那生活就労支援センター 「まいさぼ上伊那」	0265-96-7845	平日 9:30～17:00
経営者	経営・倒産	箕輪町商工会	0265-79-2117	平日 8:30～17:15
		長野県商工会連合会	026-228-2131	詳細はお問合せください
労働者	労働問題	南信労政事務所	0265-76-6833	平日 8:30～17:15
	労働相談	伊那労働基準監督署	0265-72-6181	
	労働者の健康	長野産業保健総合支援センター	026-225-8533	平日 9:00～17:15
お金・法律	消費者トラブル	長野県南信消費生活センター	0265-24-8058	平日 8:30～17:00
	多重債務	全国クレジット・サラ金 被害者連絡協議会	0120-996-742	24時間対応
	多重債務・ 法律トラブル	法テラス長野	050-3383-5415	平日 9:00～17:00
		長野県司法書士会 (消費者トラブル・少額トラブル電話相談)	026-233-4110	平日 9:00～14:00
暴力団に関する相談	長野県暴力追放県民センター	026-235-2140	平日 9:00～16:30	
人権	人権相談	長野地方法務局 伊那支局	0265-78-3462	平日 9:00～16:00
	女性の悩み	長野県男女共同参画センター (あいとびあ)	0266-22-8822	火～土 8:30～17:00
		長野県女性相談センター	026-235-5710	平日 8:30～17:15
	性被害相談	りんどうハートながの	026-235-7123	24時間対応
配偶者による暴力など	DV24時間ホットライン	026-219-2413	24時間対応	
子ども	児童虐待ほか	諏訪児童相談所	0266-52-0056	平日 8:30～17:15
		児童相談所全国共通ダイヤル	189(いちはやく)	24時間対応
	子育ての悩み	子育てひといきほっとらいん (悩み・不安・イライラ等)	026-268-0008	火・木 10:00～14:00 土 10:00～12:00 祝日 休み
どんな悩みでも		よりそいホットライン	0120-279-338	24時間対応

# 箕輪町の自殺対策のイメージ

## 学習

### 目指す姿

自殺について正しい理解が深まる。



#### ■ 自身に対して

- ・自尊心を高める教育(学校)
- ・自分を大切に、他人も大切に(学校)
- ・コミュニケーション能力アップ
- ・こころの講演会(町)

#### ■ 支援者に対して

ゲートキーパー養成講座

#### ■ 地域に対して

- ・周囲の理解
- ・疾患に対する理解

## 地域の力

### 目指す姿

地域が希薄にならないようにして、孤立化させない。



#### ■ 気づき、見守り

- ・あいさつ運動(町、区、学校等)
- ・地区の人、隣近所の人とのつながり
- ・民生児童委員
- ・居場所(みのわ〜れ、みのあ〜る、高齢者サロン など)
- ・消防団の活動
- ・地区社協

生きることの阻害要因

お金

病気

仕事

人間関係

## 連携

### 目指す姿

必要に応じた支援につなぎ、  
つないだ後も見守る



#### ■ つなぐ

- ・町 ・ハローワーク ・労働基準監督署
- ・警察署 ・社会福祉協議会 ・まいさぼ
- ・保健福祉事務所 ・医療機関 など

## 相談体制

### 目指す姿

SOSが出しやすい

#### ■ 相談先の周知

- ・相談先一覧クリアファイルの活用
- ・自殺予防啓発カードの配布  
(行政機関、医療機関、企業、商店、コンビニ、パチンコ店、金融機関、酒店、民生児童委員)

#### ■ 傾聴

- ・親身になって話を聞く  
(町、労働基準監督署、警察署、人権擁護委員、民生児童委員、社会福祉協議会)
- ・傾聴ボランティア
- ・家族への支援

#### ■ セルフチェック

- ・こころの体温計(箕輪町ホームページ)

## 箕輪町自殺対策計画

---

平成31年（2019年）3月

〒399-4695

長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪 10298

箕輪町役場

総務課 セーフコミュニティ推進室

健康推進課 健康づくり支援係

TEL : 0265-79-3111 (代表)

FAX : 0265-70-0230

URL : <http://www.town.minowa.lg.jp>

E-mail : [soumu@town.minowa.lg.jp](mailto:soumu@town.minowa.lg.jp)

: [kenko@town.minowa.lg.jp](mailto:kenko@town.minowa.lg.jp)

---