

### 第3章 自殺対策の取組

本市の自殺対策に関する施策は、国が示した「地域自殺対策政策パッケージ」において、すべての市町村が共通して取り組むべきとされている「5つの基本施策」と本市の自殺の実態を踏まえた「4つの重点施策」とします。

#### 1. 基本施策

##### ◆5つの基本施策（全国市町村で一律に取り組む施策）

- 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
- ⑤ 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

##### 【基本施策1】 地域におけるネットワークの強化

自殺対策を推進する上で基礎となる取組が、地域におけるネットワークの強化です。保健、医療、福祉、教育、労働等の関係機関・団体等との連携を図り、官民一体となり自殺対策を推進するため、既存のネットワークのほか、地域における他分野のネットワークとの連携に取り組めます。

#### 事業一覧

| No | 市の事業内容                                                                                                                                       | 取組     | 担当課   |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|
| 1  | <b>健康 21 プラン推進協議会</b><br>健康 21 プランに掲げる心の健康問題の課題解決に向け、心身の健康づくりを推進、及び普及啓発に関する事項を協議する。<br>委員は、学識経験者、関係団体等の代表者、保健医療機関等の代表者で構成され、市長が委嘱し、任期は2年とする。 | 年1回    | 健康増進課 |
| 2  | <b>自殺対策委員会</b><br>庁内の各部署において自殺対策に関する情報の共有化を図るとともに、多角的なア                                                                                      | 必要に応じて | 社会福祉課 |

|   |                                                                                                                                    |    |        |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------|
|   | プローチを検討するため、副市長を委員長とし、市の関係部課長で組織する「真岡市自殺対策委員会」と下部組織として「検討部会」を開催する。                                                                 |    |        |
| 3 | <b>こども家庭センター</b><br>すべての妊婦との個別面接を実施し、メンタル面の状況を把握するとともに、支援を必要とする妊産婦に対し、庁内や医療機関と連携して継続的な支援を実施する。<br>子育て家庭の心配ごとに寄り添い、学校等と連携した支援を実施する。 | 通年 | こども家庭課 |
| 4 | <b>子育て支援連絡会議</b><br>妊娠期から子育て期にわたり、支援を必要とする妊産婦等を早期に把握する。関係機関と連携し包括的な支援を実施する。                                                        | 通年 | こども家庭課 |
| 5 | <b>要保護児童対策地域協議会</b><br>家庭児童相談や児童虐待に対し、福祉、医療、警察や教育機関等と連携し、早期発見や児童・保護者の養育支援を実施する。                                                    | 通年 | こども家庭課 |

#### 基本施策2 自殺対策を支える人材の育成

身近な人が異変に気付き、見守ることが自殺対策には重要です。関係するそれぞれの分野における専門職だけではなく、市民に対しても研修等を開催することで、地域の担い手となる人材の育成に努めます。

#### 事業一覧

| No | 市の事業内容                                                                             | 取組 | 担当課   |
|----|------------------------------------------------------------------------------------|----|-------|
| 1  | <b>民生委員</b><br>民生委員法に基づき、市民の立場に立って援助を必要とする人に対し、生活や社会福祉全般に関する相談・援助活動を行う。            | 通年 | 社会福祉課 |
| 2  | <b>児童委員</b><br>児童福祉法に基づき、子どもたちが元気に安心して暮らせるよう、子どもたちを見守り、子育ての不安や妊娠中の心配ごとなどの相談・支援を行う。 | 通年 | 社会福祉課 |

|   |                                                                                                          |     |       |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|
| 3 | <b>ひきこもりサポーター派遣事業</b><br>専門の養成研修を受講し登録された「ひきこもりサポーター」を派遣し、ひきこもり状態の本人や家族に寄り添った相談支援等を行う。                   | 通年  | 社会福祉課 |
| 4 | <b>ゲートキーパー養成講座</b><br>自殺のリスクを抱えた市民を早期に発見し、支援につなぐ役割を担える人材を育成するため、市民、地域のボランティア団体、支援者の他、市職員を対象とし、養成講座を実施する。 | 年1回 | 社会福祉課 |

### 基本施策3 市民への啓発と周知

自殺対策を推進する基盤として、市民一人ひとりが、心の健康づくりについて理解し、自身の心の不調や悩みを抱えた方のSOSサインに気づき、適切に対処できるよう、正しい知識や情報の発信をし、市民への啓発に努めます。

#### 事業一覧

| No | 市の事業内容                                                                                                                                                       | 取組 | 担当課   |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------|
| 1  | <b>健康 21 プラン推進事業</b><br>真岡市健康 21 プランに基づき、健康寿命の延伸や生活習慣病の発症予防や重症化予防のための情報提供をする事業を開催し、心身の健康づくりに取り組めるよう推進する。<br>・健康 21 プラン推進講演会<br>・トータルヘルスセミナー<br>・健診結果等の健康相談事業 | 通年 | 健康増進課 |
| 2  | <b>自殺予防の啓発</b><br>3月の自殺対策強化月間や9月の自殺予防週間にあわせて関係課や断酒会などと連携し、全庁的に実施。懸垂幕やのぼり旗を設置する他、庁内に展示を設ける等、自殺予防に関するリーフレットや啓発グッズを配布することにより、意識啓発及び相談窓口の周知をしていく。                | 通年 | 社会福祉課 |

|   |                                                                                                                                 |     |       |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|
| 3 | <b>こころの体温計</b><br>市民が必要な時に、簡単に自分のこころの状態を確認できるよう、市のホームページ上にストレス度合をチェックできる「こころの体温計」の開設を継続し、周知をはかる。                                | 通年  | 社会福祉課 |
| 4 | <b>働く人のメンタルヘルス相談</b><br>栃木県労働政策課で実施している相談会をホームページやウィークリーニュースもおかに掲載する他、商工団体や工業団地総合管理協会へチラシを配布する。                                 | 月2回 | 商工観光課 |
| 5 | <b>労働条件相談ほっとライン</b><br>厚生労働省で実施している電話相談窓口をホームページ、真岡商工会議所の「かいぎしょだより」やメールマガジン、にのみや商工会の「金ちゃんだより」などの広報誌等に掲載する。                      | 随時  | 商工観光課 |
| 6 | <b>こころの耳電話相談</b><br>メンタルヘルスや健康障害などの実施している厚生労働省の電話相談窓口を紹介する。周知は、ホームページ、真岡商工会議所の「かいぎしょだより」やメールマガジン、にのみや商工会の「金ちゃんだより」などの広報誌等に掲載する。 | 随時  | 商工観光課 |
| 7 | <b>教育相談窓口</b><br>教育委員会のホームページに、教育上の各種悩み事を相談できる窓口を掲載する。                                                                          | 随時  | 学校教育課 |

#### 基本施策4 生きることの促進要因への支援

自殺対策は、「生きることの阻害要因」を減らすだけでなく、「生きることの促進要因」を増やすための取組を合せて行うことで、自殺リスクを低下させる必要があることから、自殺の危険性を抱える可能性がある人に対して「生きることの促進」につながる取組を強化します。

#### 事業一覧

| No | 市の事業内容                                                                                                                                                                                                                                         | 取組                                            | 担当課    |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------|
| 1  | <b>まちなか保健室事業</b><br>駅前館、田町館、二宮館の3か所で、誰でも気軽に健康チェックや休息、利用者同士の交流などを行う。また、看護師・保健師・助産師による健康相談を開設し相談に対応する。                                                                                                                                           | 通年                                            | 健康増進課  |
| 2  | <b>各種健康診査・がん検診</b><br>①総合健診<br>（特定健康診査）40歳以上<br>（胃・肺・大腸）40歳以上<br>（前立腺）50歳以上男性<br>（子宮）40歳以上女性<br>（乳）40歳以上女性<br>②ちょこドック 20～39歳<br>③個別健診<br>（特定健康診査）40歳以上<br>（後期高齢者健診）75歳以上<br>（子宮）20歳以上女性<br>（乳）30歳以上女性<br>（歯周病検診）40・50・60・70歳<br>（後期高齢者歯科健診）76歳 | ① 79回<br><br>② 5回<br>③ 特定・後期は9～11月、子宮・乳は5月～2月 | 健康増進課  |
| 3  | <b>妊産婦等への相談支援</b><br>妊娠、出産（流産等含む）、子育てに関する相談に応じ、心身の安定が図られるよう支援する。                                                                                                                                                                               | 通年                                            | こども家庭課 |
| 4  | <b>妊産婦健康診査事業</b><br>妊産婦健康診査にてエジンバラ産後うつ病質問票を実施し、支援を必要とする妊産婦に対し、医療機関と連携し継続支援を実施する。                                                                                                                                                               | 通年                                            | こども家庭課 |

|    |                                                                                                                                |                   |        |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------|
| 5  | <b>産前・産後サポート事業</b><br>助産師等が、産前・産後の妊産婦の相談等に応じ、出産や育児についての不安解消を図る。                                                                | 通年                | こども家庭課 |
| 6  | <b>産後ケア事業</b><br>産後の母子が宿泊等で専門的なケアを受け、育児の不安や心身の負担軽減をすることで、産後うつ等の予防を図る。                                                          | 通年                | こども家庭課 |
| 7  | <b>こんにちは赤ちゃん訪問事業</b><br>生後4か月までの乳児のいるすべての家庭を訪問し、母子の心身の状況や養育環境等を観察し、必要な支援を実施することで、子育てに対する不安や悩みの解消につなげる。また、市の独自事業により利用料は無料で提供する。 | 通年                | こども家庭課 |
| 8  | <b>養育支援訪問事業</b><br>養育上の問題を抱える家庭等において、安心して子育てや育児ができるよう、家庭相談員や保健師による相談や訪問支援を実施する。                                                | 通年                | こども家庭課 |
| 9  | <b>母子・父子自立支援事業及び女性支援相談事業</b><br>母子家庭等の自立を促進するため、子育て、生活支援、就業支援、養育費の確保、経済的支援など総合的な母子家庭等支援を実施する。                                  | 通年                | こども家庭課 |
| 10 | <b>ひきこもりに関する相談</b><br>①相談会、②家族会、③寄り道事業を実施し、ひきこもり当事者の自立に向けた支援を実施する。                                                             | ①通年<br>②2回<br>③4回 | 社会福祉課  |
| 11 | <b>障害児者相談支援センター<br/>（基幹相談支援センター）</b><br>障害児・者の生活での困りごとに関する相談や地域での問題に関する相談を受ける。                                                 | 通年                | 社会福祉課  |
| 12 | <b>移動支援</b><br>社会生活上必要不可欠な外出及び余暇活動や社会参加のため、外出時にヘルパーを派遣し、必要な移動の介助及び外出に伴って必要となる介護を提供する。                                          | 通年                | 社会福祉課  |

|    |                                                                                                        |            |       |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|
| 13 | <b>生活困窮者自立相談支援事業</b><br>さまざまな理由で経済的に困っている方の相談を受け、相談者の自立に向けた就労・生活支援等を実施する。                              | 通年         | 社会福祉課 |
| 14 | <b>障害者福祉タクシー券の配布</b><br>障害のある方に対し、タクシーの初乗り料金を助成する券を配布。外出の機会を増やすことに繋がり、閉じこもりや孤立化を防ぐ。                    | 年 72 枚     | 社会福祉課 |
| 15 | <b>老人福祉タクシー券の配布</b><br>65歳以上の高齢者のみの世帯で自動車の所有及び使用していない世帯に対し、タクシー初乗り料金を助成する券を配布。外出の機会が増え社会参加につながり孤立化を防ぐ。 | 年 72 枚     | 高齢福祉課 |
| 16 | <b>老人クラブ支援事業</b><br>高齢者の社会活動を促進し、健全で豊かな生活を確保するため、老人クラブ活動を支援する。                                         | 通年         | 高齢福祉課 |
| 17 | <b>安否確認事業（ハローコール）</b><br>在宅の 65 歳以上の独居高齢者で、生活に不安を感じている方を対象に、週に 1 回、電話で安否確認を実施する。                       | 通年         | 高齢福祉課 |
| 18 | <b>シルバーサロン事業</b><br>高齢者が生きがいを持ち、自立した生活を送れるよう、高齢者の積極的な社会参加の場となるシルバーサロンを運営する。                            | 通年         | 高齢福祉課 |
| 19 | <b>地域福祉づくり推進事業</b><br>自治会が実施する高齢者の情緒の安定と、孤立感の解消を目的とした「ミニデイホーム」、日常において高齢者の見守りを行う「高齢者等見守りネットワーク」を支援する。   | 4月～<br>翌2月 | 高齢福祉課 |
| 20 | <b>心配ごと相談事業</b><br>毎週火曜日は社会福祉協議会、第2火曜日は各地区分館で実施し、心配ごとに対して相談を受け付け、不安解消につなげる。                            | 毎週<br>火曜日  | 高齢福祉課 |

|    |                                                                                                                                                           |           |       |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------|
| 21 | <b>法律相談</b><br>毎月第2火曜日に社会福祉協議会で開催。<br>弁護士が相談を受ける。                                                                                                         | 第二<br>火曜日 | 高齢福祉課 |
| 22 | <b>老人保護措置事業</b><br>身体上または精神上の障害があり、日常生活に支障がある 65 歳以上の高齢者を対象に、心身の健康の保持および生活の安定を図るため、養護老人ホームへの入所を措置する。                                                      | 必要時       | 高齢福祉課 |
| 23 | <b>就学援助事業</b><br>要保護、準要保護、被災、特別支援学級在籍のそれぞれの児童生徒に対して、給食費や学用品費への扶助を行う。                                                                                      | 通年        | 学校教育課 |
| 24 | <b>適応指導教室設置事業</b><br>不登校傾向となった児童生徒に対し、集団生活への適応、情緒の安定、基礎学力の補充、基本的生活習慣の改善等のための相談・適応指導を行い、学校復帰を支援し、社会的自立を助ける。                                                | 通年        | 学校教育課 |
| 25 | <b>特別支援を必要とする児童生徒のための教育相談事業</b><br>保護者が求めている養育上の課題や就学時期及びそれ以降の指導上の課題に対する支援、福祉や医療に関する情報提供等を必要に応じて継続的に支援する。                                                 | 月 16 回    | 学校教育課 |
| 26 | <b>スクールソーシャルワーカー（家庭支援アドバイザー）配置事業</b><br>指導上の諸課題に対し、教育分野に関する知識や社会福祉等の専門的な知識や技術を用いて、関係機関等とのネットワークを活用する。課題を抱える児童生徒の様々な環境に働きかけたりするなど、課題解決に向けた学校の取り組み方への助言等行う。 | 随時        | 学校教育課 |
| 27 | <b>特別支援教育アドバイザー派遣</b><br>特別支援学級や通級学級の担当者に対して、特別な支援を必要とする児童生徒が障害による学習上又は生活上の困難を克服                                                                          | 随時        | 学校教育課 |

|    |                                                                                                     |            |       |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|
|    | するための指導や支援が行えるよう、各学校を訪問して適切な助言を行う。また、電話等での相談に随時対応する。                                                |            |       |
| 28 | <b>少年指導センター</b><br>街頭指導・環境浄化活動・親と子の悩みについて電話相談を実施する。                                                 | 通年         | 生涯学習課 |
| 29 | <b>出前講座開設事業</b><br>行政編・趣味教養編などの講座を用意し、市民の教養や生きがいがいづくりの場を提供する。                                       | 随時         | 生涯学習課 |
| 30 | <b>職員のメンタルヘルス事業</b><br>① メンタルヘルスセミナーを実施する<br>他、<br>② カウンセリング事業を、新規採用者、入庁5年目、10年目、新任係長及び希望者を対象に実施する。 | ①2回<br>②1回 | 総務課   |
| 31 | <b>地域公共交通運行事業</b><br>いちごタクシー、いちごバス、もおかベリ一号を運行し、外出の機会を増やすことにより、閉じこもりや孤立化を防ぐ。                         | 通年         | 総合政策課 |

## 基本施策5 児童生徒のＳＯＳの出し方に関する教育

心の健康を保ち健やかに成長し続けるためには、児童、生徒からのＳＯＳに気づくことができるよう、ＳＯＳの出し方に関する教育や、相談を受ける体制の充実をはかります。また、不登校やいじめ、友人との関係などの問題が起こりうる学童期に、命の尊さや思いやりを学ぶ機会を持つ取組を進めます。

### 事業一覧

| No | 市の事業内容                                                                                                                                                    | 取組 | 担当課    |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------|
| 1  | <b>こども家庭センター</b><br>小・中学校の生徒に対して、こども家庭センターやヤングケアラーの相談窓口を周知し、相談支援を行う。                                                                                      | 通年 | こども家庭課 |
| 2  | <b>思春期教室事業</b><br>中学２年生に対し、助産師・保健師による講話を通し、命の大切さや、ありのままの自分でよいという心を育む。                                                                                     | ９校 | こども家庭課 |
| 3  | <b>心理相談員配置事業</b><br>小中学校における特別支援教育及び不登校対策において、教員並びに支援を必要とする児童生徒及びその保護者への適切なアドバイスをを行う。                                                                     | 随時 | 学校教育課  |
| 4  | <b>学校支援相談員配置事業</b><br>学校生活における児童生徒の悩みについて、気軽に話せる教員以外の立場の大人が受け止めることで、ストレスの軽減を図る。                                                                           | 通年 | 学校教育課  |
| 5  | <b>スクールソーシャルワーカー（家庭支援アドバイザー）配置事業</b><br>指導上の諸課題に対し、教育分野に関する知識や社会福祉等の専門的な知識や技術を用いて、関係機関等とのネットワークを活用する。課題を抱える児童生徒の様々な環境に働きかけたりするなど、課題解決に向けた学校の取り組み方への助言等行う。 | 随時 | 学校教育課  |
| 6  | <b>少年指導センター</b><br>街頭指導・環境浄化活動・親と子の悩みについて電話相談を実施する。                                                                                                       | 随時 | 生涯学習課  |

## 2. 重点施策

本市における自殺の現状と課題を踏まえ、高齢者、子ども・若者及び生活困窮者や女性への取組を重点施策として推進していきます。相談が必要な方への支援については、市民全体に対する自殺に関する意識の普及啓発が必要であるため、すべてに係る事項として実施していくこととします。

### ◆4つの重点施策（本市において独自に取り組む施策）

重点施策1 高齢者の自殺対策の推進

重点施策2 子ども・若者の自殺対策の推進

重点施策3 生活困窮者の自殺対策の推進

重点施策4 女性の自殺対策の推進

### ●重点施策1 高齢者の自殺対策の推進

高齢者については、老人クラブや高齢者サロン、社会奉仕活動などの「生きがい」づくりの活動を実施するとともに、高齢者の外出支援を併せて実施することが必要です。また、認知症サポーターの養成や交流の場を持つなど、高齢者を支える家族の負担軽減のため、医療機関や地域包括支援センター、介護保険関連の担当部署等と連携を強化し、高齢者に対する支援に努めます。

#### ① 高齢者の自殺リスクの早期発見【担当課：高齢福祉課】

後期高齢者健診や独居老人訪問事業等を活用して、高齢者のうつ状態の早期発見に努めます。また、介護保険制度の申請や利用等、介護に関する問題について早期対応に努めます。

#### ② 高齢者の孤立化の予防【担当課：高齢福祉課】

地域福祉づくり推進事業やシルバーサロン等で、高齢者の生きがいづくりや居場所を確保し、孤立化を予防します。

#### ③ 高齢者の社会参加の促進【担当課：高齢福祉課】

シルバー人材センターを活用し、高齢者の社会参加を促進します。

## ●重点施策2 子ども・若者の自殺対策の推進

子ども・若者の自殺対策については、全国的にも10歳代から30歳代までの死因の第一位が自殺であり、若者の自殺は特に深刻な状況になっていることから、それぞれの集団に置かれている状況に沿った施策を実施し、相談体制の充実を図るなど、支援に努めます。

### ① 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

【担当課：こども家庭課、学校教育課】

経済・生活や家族の問題、心身の不調等、自殺の背景にある問題に関連する危機に直面した際の対処方法を身に着けることを目的とし、学校や地域との連携を強化します。

### ② 若者の相談支援体制の強化

【担当課：社会福祉課、こども家庭課、生涯学習課】

若者のひきこもり支援を展開している「ポラリスとちぎ」と連携し、ひきこもりからの自立支援に努めます。地域若者サポステーション、とちぎジョブモール等の関係機関と情報の共有化を図り、複合的な問題を抱える方への支援も実施します。また、青少年や社会人サークルなど、公的機関が管理する団体に働きかけ、自殺予防の意識啓発に努めます。

## ●重点施策3 生活困窮者の自殺対策の推進

自殺者の原因・動機別では、「健康問題」に次いで多くを占めているのが「経済・生活問題」です。生活困窮に陥る原因は様々であり、公的助成制度などにより、問題の早期解決に当たっています。生活困窮という状況は、自殺リスクのひとつであるため、生活困窮者自立支援法に基づく包括的な支援を行っていくとともに、関係機関と連携した効果的な支援に努めます。

### ① 関係機関との連携強化【担当課：社会福祉課】

自立相談支援センターとの連携を強化します。自立相談支援センターを通して、ハローワークや関係機関（多重債務は弁護士会や法テラスなど）につなぎ、専門機関と連携して解決に向けた支援を実施します。

### ② 公的助成制度の利用勧奨【担当課：社会福祉課】

自立支援医療費、高額療養費、生活保護などの公的助成制度の活用を促します。

### ③ 生活困窮状態の予防【担当課：社会福祉課】

自立相談支援センターにおいて、生活上の困りごとについて相談支援を行い、支援プランを作成し、必要なサービスにつなげます。就労支援についても、就職先の提案や、ハローワークへの同行支援等を実施します。

#### ●重点施策4 女性の自殺対策の推進

全国の自殺者数は、近年、全体として低下傾向にあるものの、女性の自殺者数は令和2年に2年ぶりに増加し、その後も2年連続前年を上回っています。

女性の自殺対策は、妊産婦や子育て中の女性等の支援を始め、配偶者等からの暴力・離婚などの視点を含め、こども家庭課と連携し、女性に対する支援に努めます。

##### ① 妊産婦や子育て中の女性等の支援体制の強化【担当課：こども家庭課】

予期せぬ妊娠などによる身体的・精神的な悩みや不安を抱えた妊産婦や特定妊婦、子育て中の女性等を支援するため、支援体制の強化を図ります。また、関係機関と連携し、妊産婦や子育て中の女性等の心身の状態や生活・養育環境等の把握を行い、産後のうつや育児の悩み等を早期に発見し、適切な支援を行います。

##### ② 困難な問題を抱える女性への支援【担当課：こども家庭課】

配偶者等からの暴力等の困難を抱えた女性の支援を推進するため、相談窓口の情報提供や相談支援の取り組みを進めます。