

小金井市自殺対策計画 骨子案

令和元年 9 月

□ ■ 目次 ■ □

第1章 計画策定に当たって	1
1 計画策定の趣旨.....	1
2 計画の位置付け.....	2
3 計画の期間.....	3
4 計画の数値目標.....	3
第2章 小金井市における自殺の特徴	4
1 小金井市における自殺者の現状.....	4
2 小金井市における自殺者の特徴.....	17
3 こころの健康に関するアンケート調査の結果.....	18
4 既存アンケート調査の結果から見る子どもの現状.....	21
5 小金井市における自殺対策の課題.....	25
第3章 これまでの取組	26
1 小金井市における自殺対策に関する取組.....	26
第4章 いのち支える自殺対策における取組	27
1 自殺対策の基本理念.....	27
2 自殺対策の基本方針.....	27
3 施策体系.....	29

第1章 計画策定に当たって

1 計画策定の趣旨

我が国の自殺者数は平成 10 年以降、14 年連続して3万人を超える状態が続いていましたが、平成 24 年には3万人を下回りました。自殺者数は年々減少傾向にありますが、それでも平成 30 年の自殺者数は年間2万人を超えている状況です。

このように自殺者数が一定数減少している背景として、平成 18 年 10 月に「自殺対策基本法」が制定され、それまで「個人的な問題」とされてきた自殺が「社会的な問題」と捉えなおされ、社会全体で自殺対策を推進してきたことが挙げられます。そして、平成 28 年3月には、自殺対策を更に強化するため「自殺対策基本法」が改正され、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指すとともに、すべての都道府県及び市町村において「地域自殺対策計画」を策定することとされました。さらに、政府が推進すべき自殺対策の指針である「自殺総合対策大綱」が平成 24 年と平成 29 年の二度にわたって見直しが行われ、平成 29 年の見直しでは、「自殺死亡率を先進諸国の現在の水準まで減少することを目指し、平成 38 年までに平成 27 年比 30%以上減少させることを目標とする」ことなどが掲げられています。

また、東京都においては、多角的な観点から自殺対策の推進を図るため、平成 19 年7月に医療福祉関係団体や自殺防止活動を行う民間団体、有識者等からなる「自殺総合対策東京会議」を設置したほか、平成 21 年3月には「東京における自殺総合対策の基本的な取組方針」を策定するとともに、平成 25 年 11 月には更に効果的な自殺対策を推進するため、国の自殺総合対策大綱の見直しと都の自殺の現状を踏まえて、取組方針を改正しています。

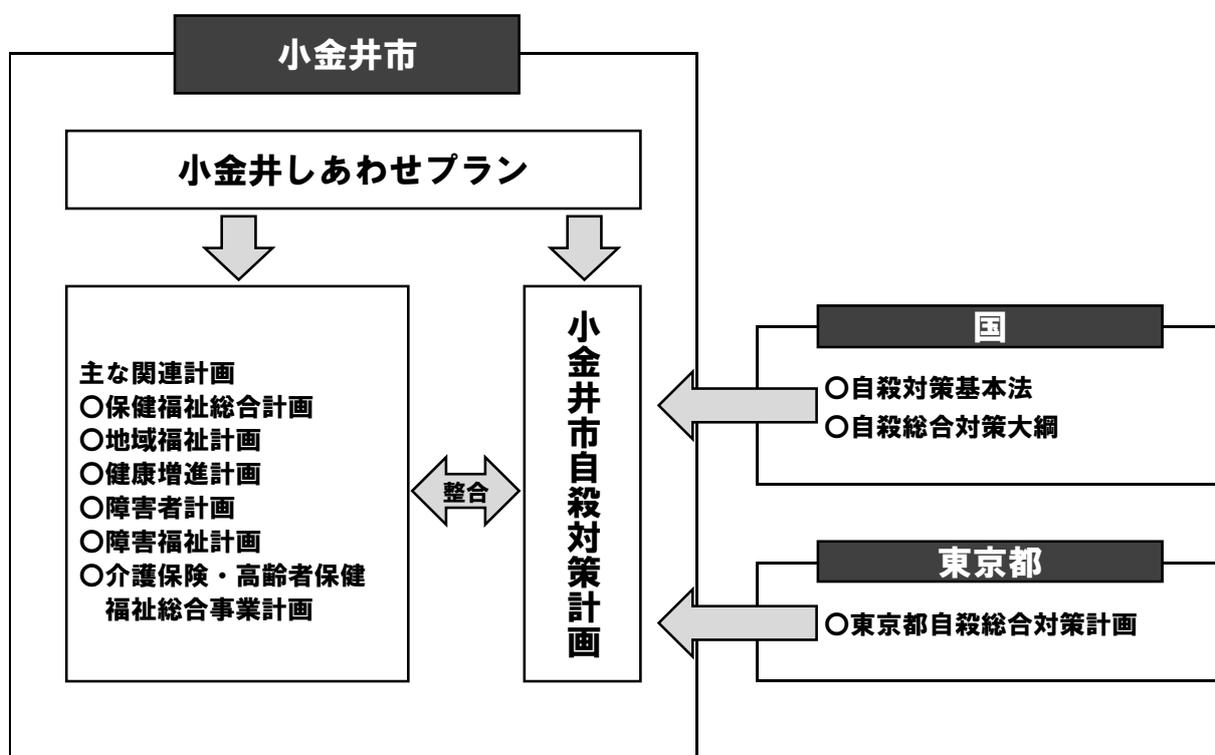
小金井市では、市民が心身の健康を保てるように、休養に関する情報提供の充実やこころの健康についての知識の普及啓発に努めてきたところです。そして、上述した国や東京都の取組も踏まえて、自殺対策を総合的に推進するためにも本計画を策定し、「誰も自殺に追い込まれることのない小金井市の実現」を目指します。

2 計画の位置付け

本計画は、自殺対策基本法第 13 条第2項の規定により、小金井市における地域の実情を勘案して定める自殺対策を推進するための計画であるとともに、国の「自殺総合対策大綱」及び東京都の「東京都自殺総合対策計画」に対応するものです。

また、小金井市の上位計画である「小金井しあわせプラン」や、関連計画である「小金井市保健福祉総合計画」等との整合性を図るものとします。

図表 計画の位置付け



3 計画の期間

本計画は、本市の保健福祉施策を総合的に推進するための計画である「保健福祉総合計画」の計画期間との整合を図っていくため、令和2年度を初年度として、令和5年度までの4年間を計画期間とします。また、国・東京都の動向、社会情勢の変化などを踏まえ、必要に応じて見直しを行うこととします。

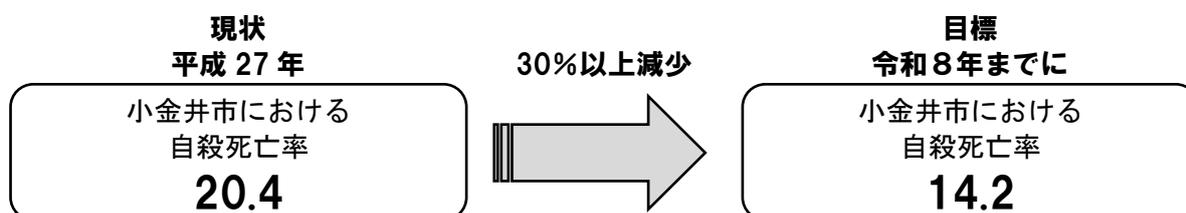
図表 計画の期間

計画名	年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
小金井しあわせプラン 基本構想・基本計画		第4次後期	←	第5次前期	→
保健福祉総合計画		第2期			
地域福祉計画		→			
健康増進計画		第2次			
障害者計画		→			
障害福祉計画		第5期	←	第6期	→
介護保険・高齢者 保健福祉総合事業計画		第7期	←	第8期	→
自殺対策計画		← 本計画の期間 →			

4 計画の数値目標

「自殺総合対策大綱」において国が掲げる数値目標、「東京都自殺総合対策計画」において東京都が掲げる数値目標と整合性を図り、小金井市においても令和8年までに、自殺死亡率为平成27年と比較して30%以上減少させることを目標とします。

図表 計画の数値目標



第2章 小金井市における自殺の特徴

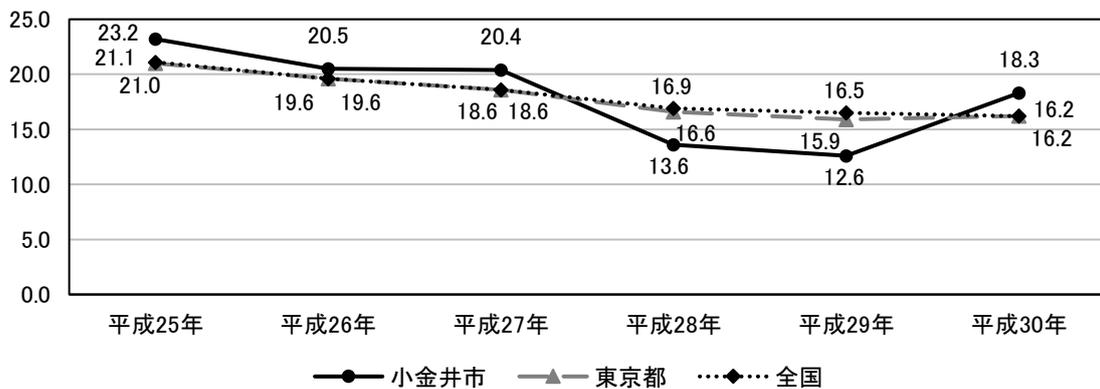
1 小金井市における自殺者の現状

(1) 自殺死亡率の推移

自殺死亡率^{*}の推移は、平成25年から平成27年にかけて小金井市の自殺死亡率が東京都・全国よりも高く、平成28年と平成29年は小金井市が東京都・全国よりも低くなっています。平成30年は、小金井市が東京都・全国を上回り18.3となっています。

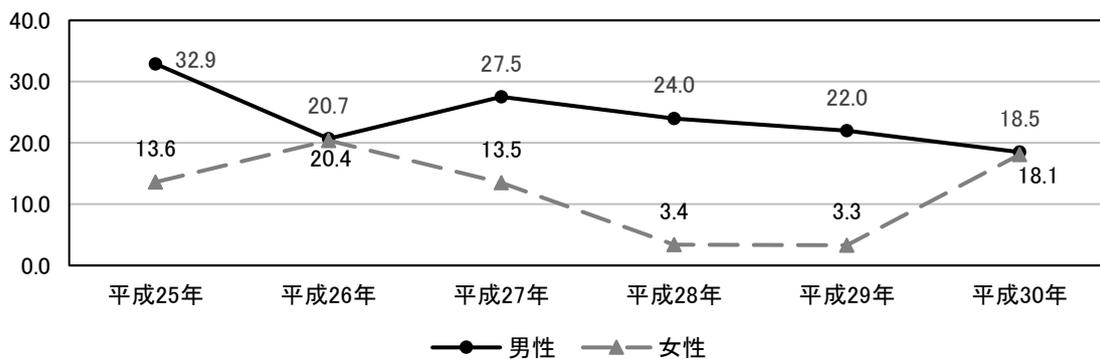
小金井市における男女別自殺死亡率の推移は、いずれの年度も「男性」が「女性」より高くなっています。

図表 自殺死亡率の推移



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 小金井市における男女別自殺死亡率の推移



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

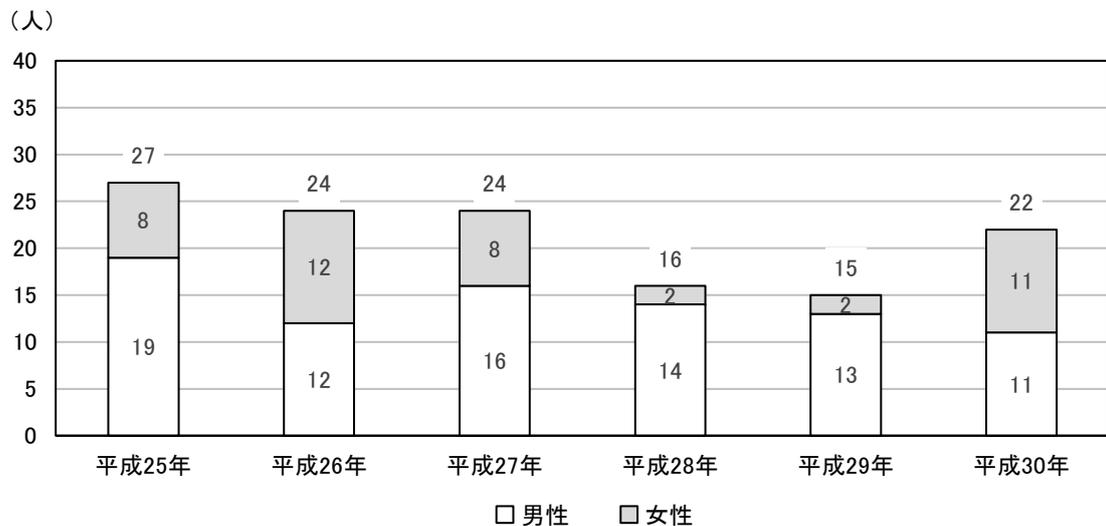
^{*} 人口10万人当たりの自殺者数のことです。

(2) 自殺者数の推移

小金井市における自殺者数の推移は、平成 25 年の 27 人をピークに平成 29 年には 15 人まで減少しています。しかし、平成 30 年には増加して 22 人となっています。平成 25 年から平成 30 年の年間平均自殺者数は 21.3 人となっています。

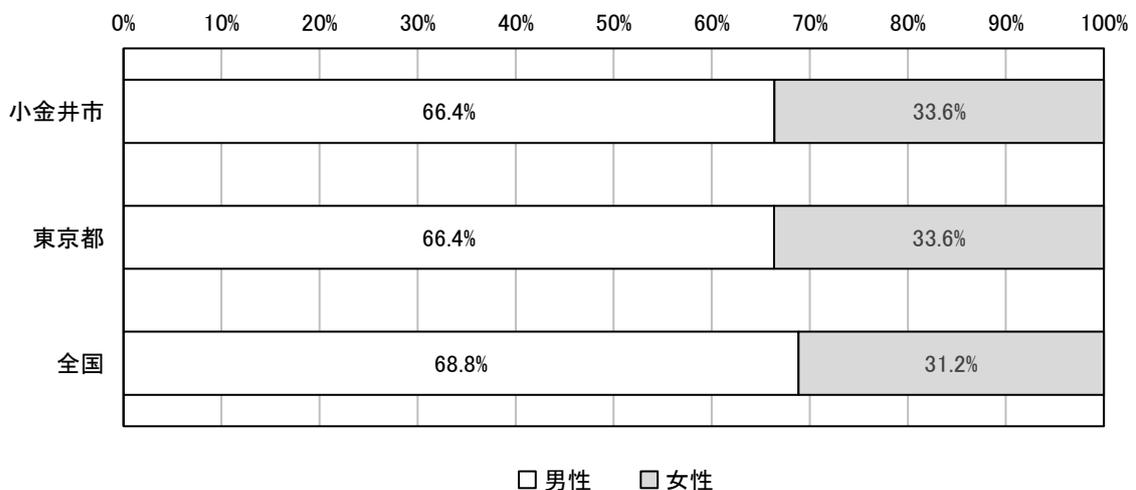
自殺者数の性別割合を比較すると、小金井市・東京都は男女の割合が同程度となっています。全国と比べると「女性」の割合がわずかに高くなっています。

図表 小金井市における自殺者数の推移



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 性別自殺者数の割合の比較（平成 25 年から平成 30 年の合計値）



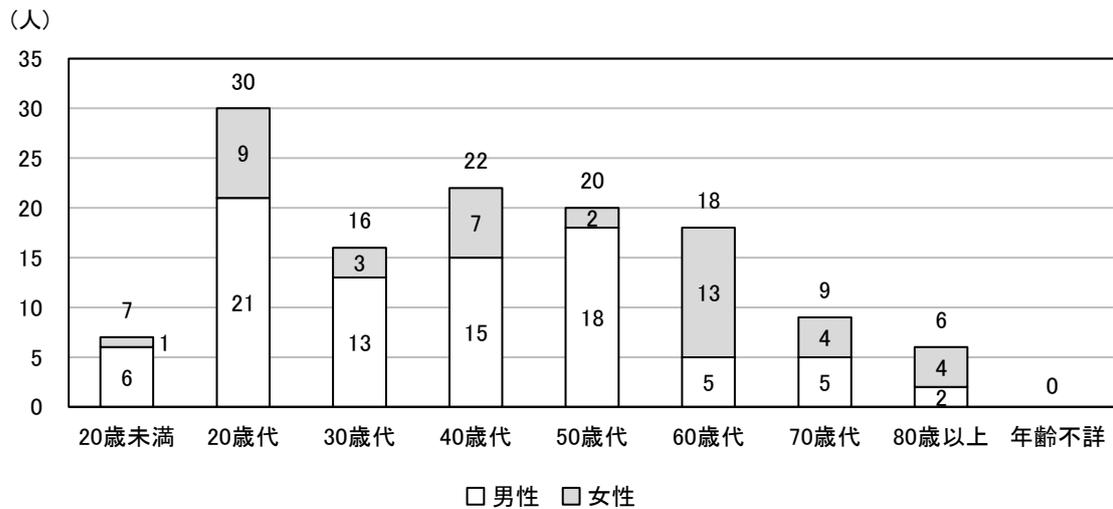
出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(3) 年代別自殺者数（平成 25 年から平成 30 年の合計値）

小金井市における年代別自殺者数は、「20 歳代」が最も多く 30 人となっており、次いで「40 歳代」が 22 人、「50 歳代」が 20 人となっています。

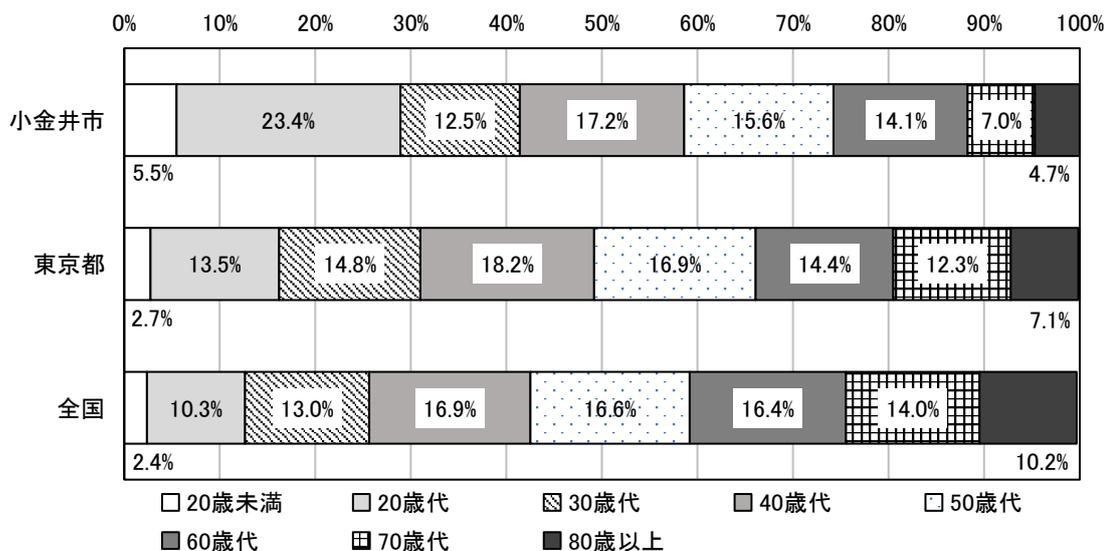
年代別自殺者数の割合を比較すると、「20 歳未満」と「20 歳代」において小金井市は東京都・全国の割合を上回っています。

図表 小金井市における年代別自殺者数



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 年代別自殺者数の割合の比較



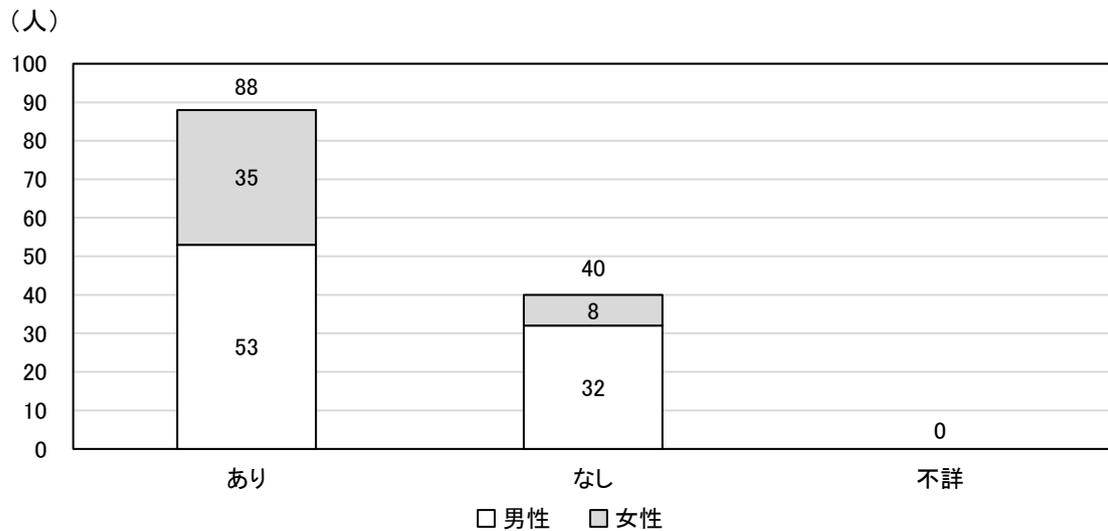
出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(4) 同居人の有無別自殺者数（平成 25 年から平成 30 年の合計値）

小金井市における同居人の有無別自殺者数は、同居人「あり」が 88 人、同居人「なし」が 40 人となっています。

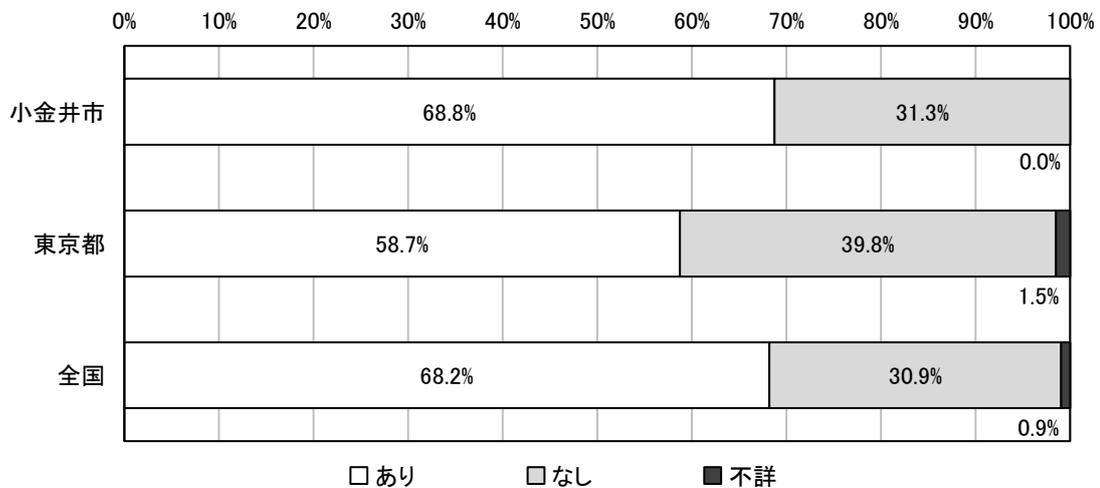
同居人の有無別自殺者数の割合を比較すると、同居人「あり」の割合が東京都より 10.1 ポイント高く、全国より 0.6 ポイント高くなっています。

図表 小金井市における同居人の有無別自殺者数



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 同居人の有無別自殺者数の割合の比較



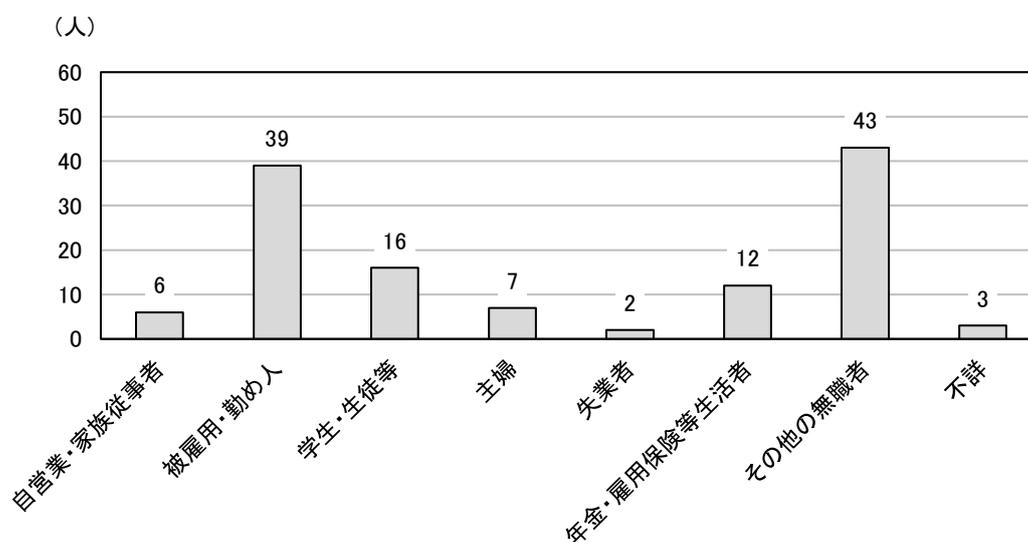
出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(5) 職業別自殺者数（平成 25 年から平成 30 年の合計値）

小金井市における職業別自殺者数は、「その他の無職者」が 43 人と最も多く、次いで「被雇用・勤め人」が 39 人、「学生・生徒等」が 16 人となっています。

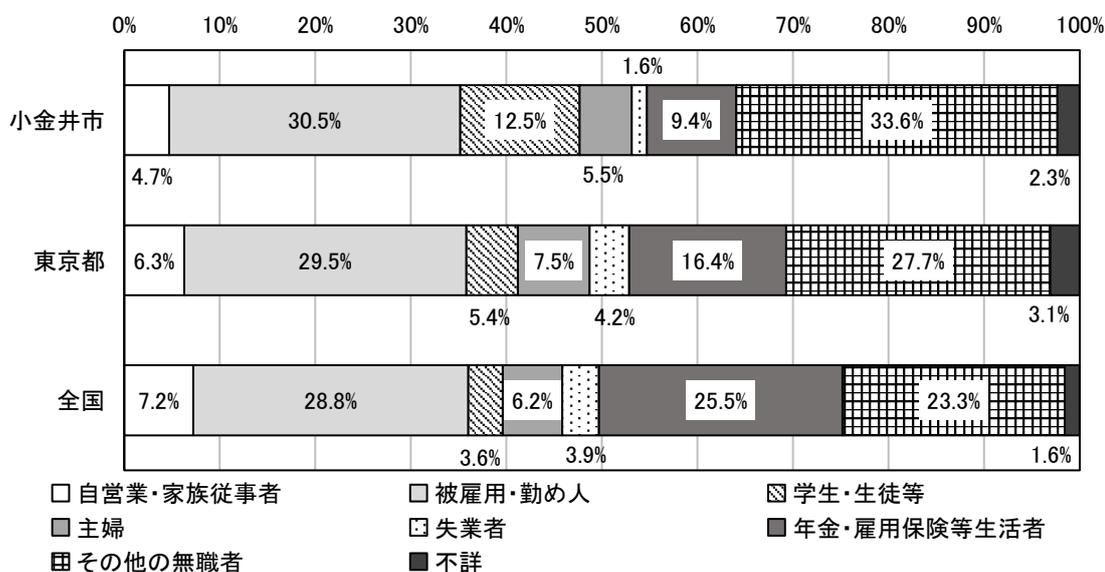
職業別自殺者数の割合を比較すると、「被雇用・勤め人」、「学生・生徒等」、「その他の無職者」において、小金井市は東京都・全国の割合を上回っています。特に、「学生・生徒等」の割合は東京都の 2 倍以上、全国の 3 倍以上となっています。

図表 小金井市における職業別自殺者数



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 職業別自殺者数の割合の比較



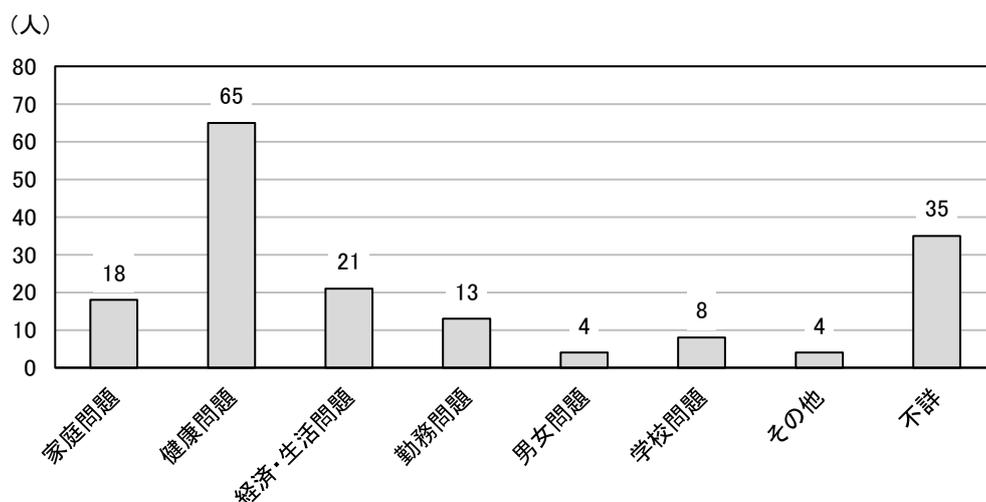
出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(6) 原因・動機別自殺者数（平成 25 年から平成 30 年の合計値）

小金井市における原因・動機別自殺者数は、「健康問題」が 65 人と最も多く、次いで「経済・生活問題」が 21 人、「家庭問題」が 18 人となっています。

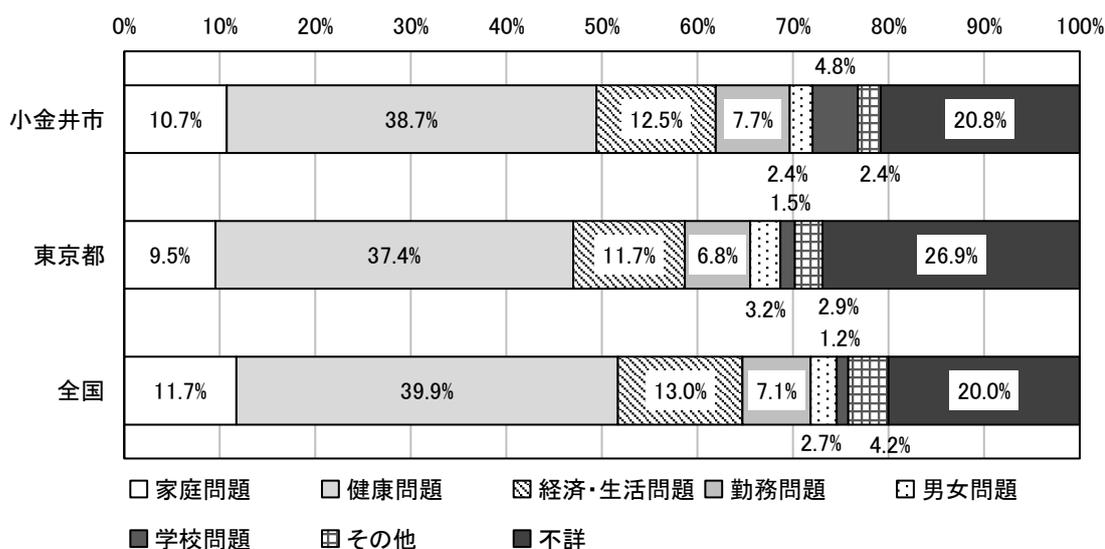
原因・動機別自殺者数の割合を比較すると、「勤務問題」、「学校問題」において、小金井市は東京都・全国の割合を上回っています。

図表 小金井市における原因・動機別自殺者数



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 原因・動機別自殺者数の割合の比較



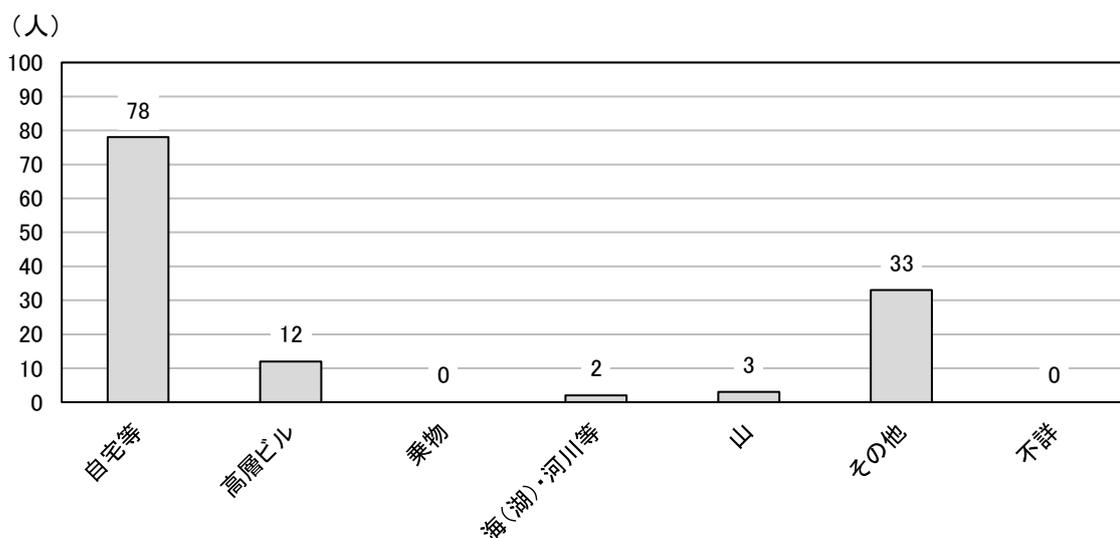
出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(7) 自殺企図の場所別自殺者数（平成 25 年から平成 30 年の合計値）

小金井市における自殺企図の場所別自殺者数は、「自宅等」が 78 人と最も多く、次いで「高層ビル」が 12 人、「山」が 3 人となっています。

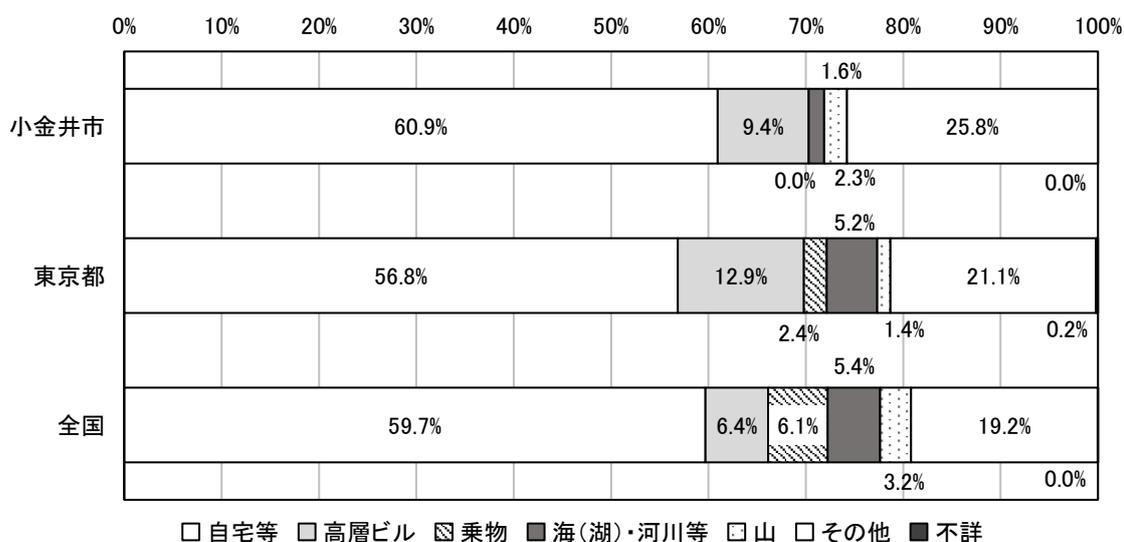
自殺企図の場所別自殺者数の割合を比較すると、「自宅等」において、小金井市は東京都・全国の割合を上回っています。

図表 小金井市における自殺企図の場所別自殺者数



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 自殺企図の場所別自殺者数の割合の比較



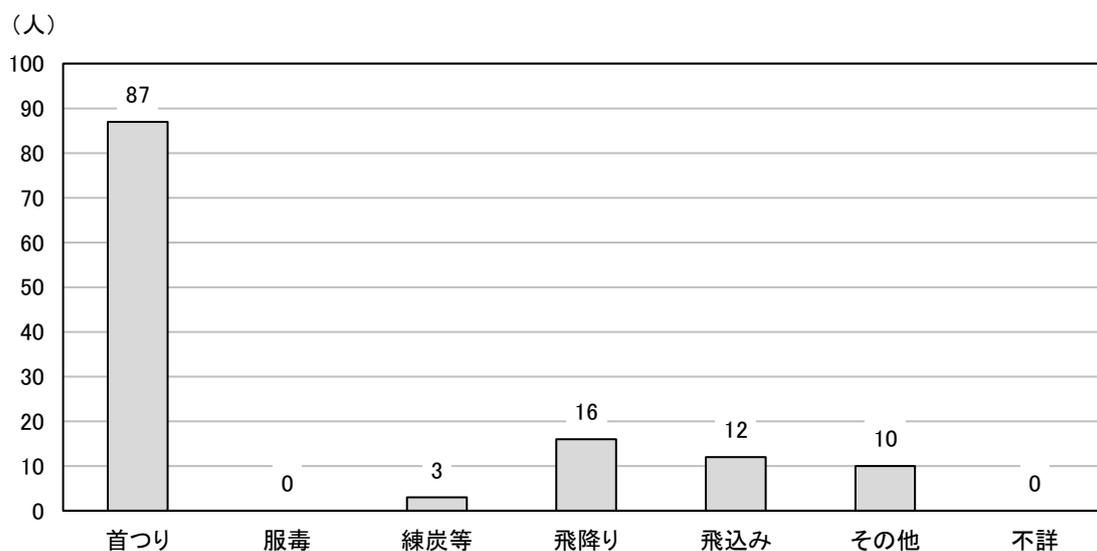
出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(8) 自殺の企図手段別自殺者数（平成 25 年から平成 30 年の合計値）

小金井市における自殺の企図手段別自殺者数は、「首つり」が 87 人と最も多く、次いで「飛降り」が 16 人、「飛込み」が 12 人となっています。

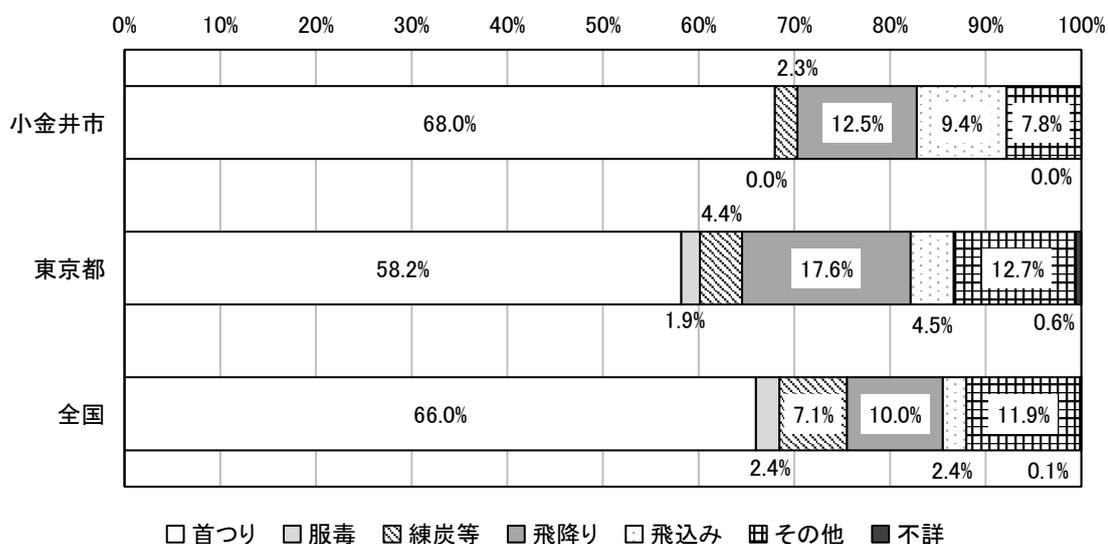
自殺の企図手段別自殺者数の割合を比較すると、「首つり」、「飛込み」において、小金井市は東京都・全国の割合を上回っています。特に、「飛込み」割合は東京都の 2 倍以上、全国の 3 倍以上となっています。

図表 小金井市における自殺の企図手段別自殺者数



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 自殺の企図手段別自殺者数の割合の比較



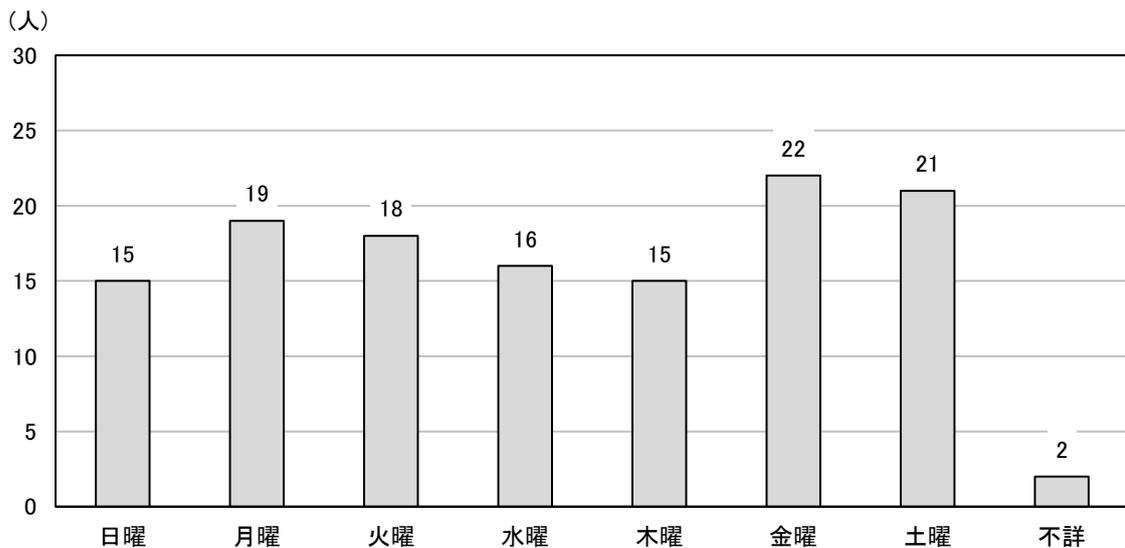
出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(9) 曜日別自殺者数（平成 25 年から平成 30 年の合計値）

小金井市における曜日別自殺者数は、「金曜」が 22 人と最も多く、次いで「土曜」が 21 人、「月曜」が 19 人となっています。

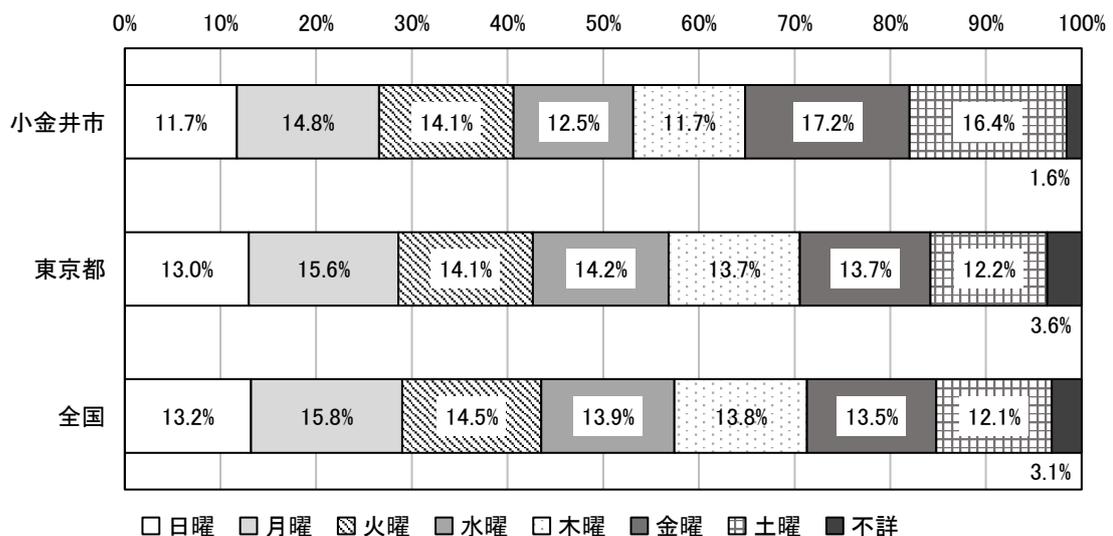
曜日別自殺者数の割合を比較すると、「金曜」、「土曜」において、小金井市は東京都・全国の割合を上回っています。

図表 小金井市における曜日別自殺者数



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 曜日別自殺者数の割合の比較



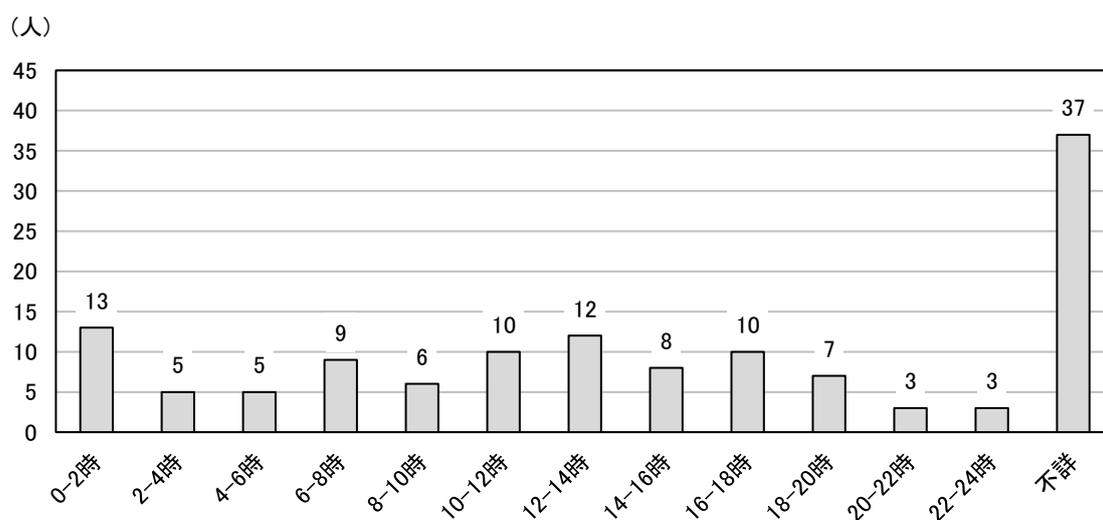
出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(10) 時間帯別自殺者数（平成 25 年から平成 30 年の合計値）

小金井市における時間帯別自殺者数は、「0-2 時」が 13 人と最も多く、次いで「12-14 時」が 12 人、「10-12 時」と「16-18 時」が 10 人となっています。

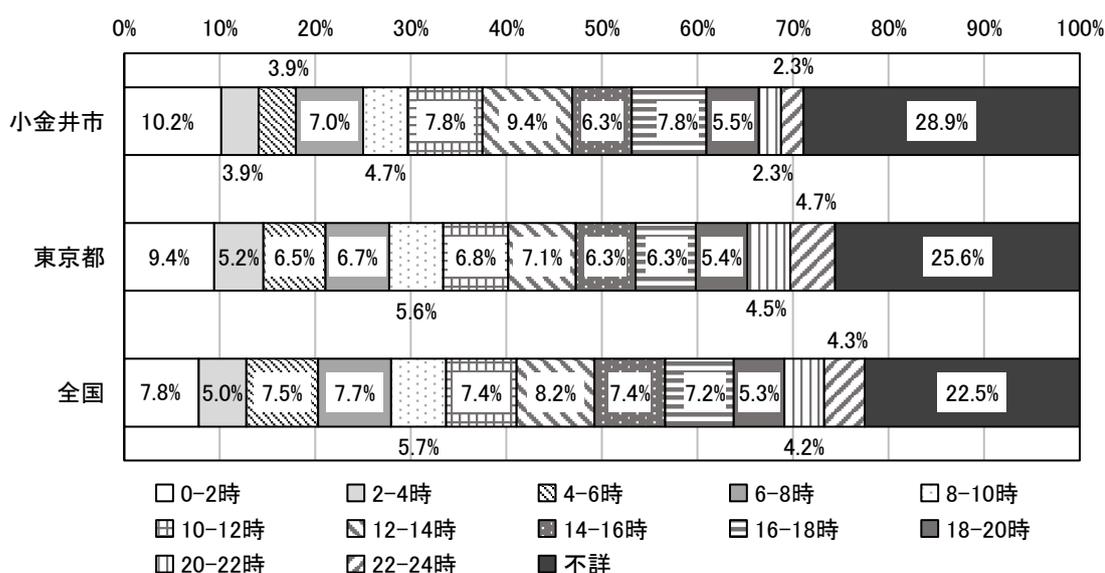
時間帯別自殺者数の割合を比較すると、「0-2 時」、「10-12 時」、「12-14 時」、「16-18 時」、「18-20 時」において、小金井市は東京都・全国の割合を上回っています。

図表 小金井市における時間帯別自殺者数



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 時間帯別自殺者数の割合の比較



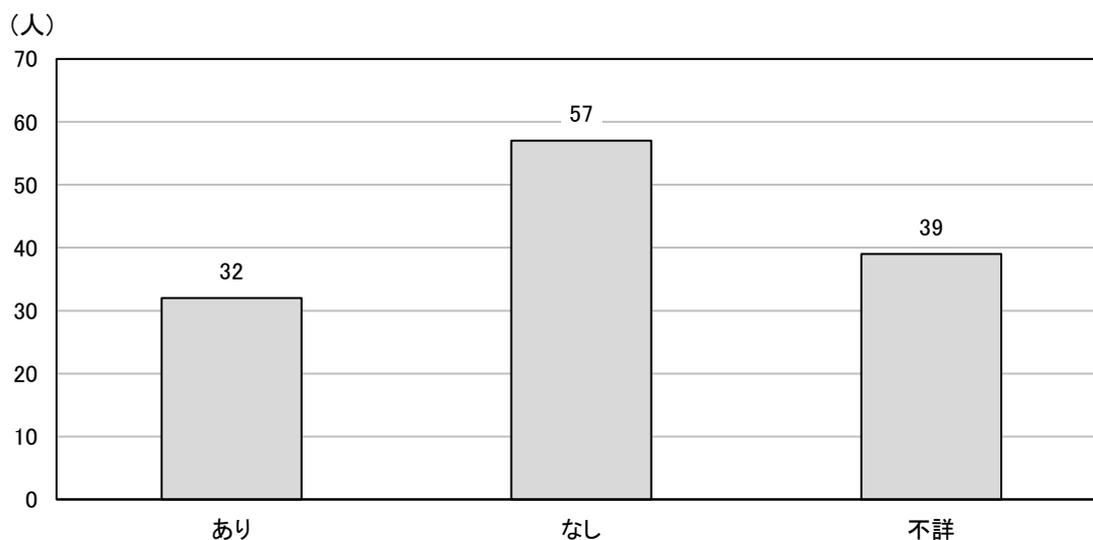
出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(11) 未遂歴の有無別自殺者数（平成 25 年から平成 30 年の合計値）

小金井市における未遂歴の有無別自殺者数は、未遂歴「あり」が 32 人、未遂歴「なし」が 57 人となっています。

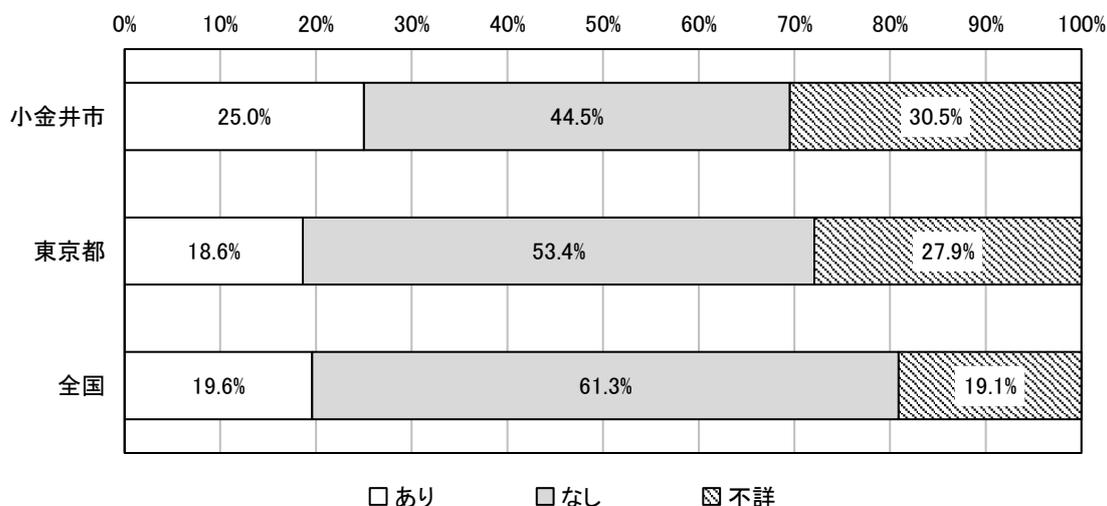
未遂歴の有無別自殺者数の割合を比較すると、小金井市における未遂歴「あり」の割合は東京都・全国を上回っています。

図表 小金井市における未遂歴の有無別自殺者数



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 未遂歴の有無別自殺者数の割合の比較



出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(12) 年代別に見た死因の状況

小金井市における年代別に見た死因の状況は、20歳代において「自殺」が3人で1位となっており、40歳代において「自殺」が3人で2位、50歳代においては「自殺」、「心疾患」、「脳血管疾患」が各4人で2位となっています。

60歳代から80歳以上においては、「悪性新生物（腫瘍）」や「心疾患」といった項目が死因の上位を占めており、「自殺」は死因の上位5項目に入っていません。

年代別に見た死因の状況（平成29年）

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上
1位	自殺 (3人)	悪性新生物 (腫瘍) (2人)	悪性新生物 (腫瘍) (9人)	悪性新生物 (腫瘍) (13人)	悪性新生物 (腫瘍) (46人)	悪性新生物 (腫瘍) (68人)	悪性新生物 (腫瘍) (138人)
2位	悪性新生物 (腫瘍) (2人)	心疾患、脳血管疾患 (各1人)	自殺 (3人)	自殺、心疾患、 脳血管疾患 (各4人)	心疾患 (8人)	心疾患 (26人)	心疾患 (101人)
3位					脳血管疾患 (6人)	肺炎 (9人)	老衰 (69人)
4位					肺炎 (3人)	不慮の事故 (5人)	脳血管疾患 (51人)
5位					糖尿病 (2人)	腎不全 (3人)	肺炎 (49人)

出典：平成30年版事業概要（東京都多摩府中保健所）

2 小金井市における自殺者の特徴

ここまでを踏まえて、小金井市における自殺者の特徴を整理すると、以下のとおりです。

図表 小金井市における自殺者の特徴

- ① 平成 30 年の自殺死亡率は 18.3 で、東京都・全国の 16.2 を上回っています。
- ② 平成 25 年から平成 30 年にかけて、年間平均で 21.3 人が自殺をしています。また、「男性」が「女性」よりも自殺者数が多い傾向にあります。
- ③ 「20 歳代」の自殺者数が最も多く 30 人となっています。また、「20 歳未満」や「20 歳代」の割合において小金井市は東京都・全国を上回っています。
- ④ 同居人「あり」の自殺者数が同居人「なし」より多く、同居人「あり」の割合において小金井市は東京都・全国を上回っています。
- ⑤ 職業別自殺者数は、「その他の無職者」が 43 人と最も多くなっています。「学生・生徒等」の割合において、小金井市は東京都の 2 倍以上、全国の 3 倍以上となっています。
- ⑥ 原因・動機別自殺者数は、「健康問題」が 65 人と最も多くなっています。「勤務問題」、「学校問題」の割合において、小金井市は東京都・全国を上回っています。
- ⑦ 自殺企図の場所は、「自宅等」が 78 人と最も多くなっています。また、「自宅等」の割合において、小金井市は東京都・全国を上回っています。
- ⑧ 自殺の企図手段は、「首つり」が 87 人と最も多くなっています。「飛び込み」の割合において、小金井市は東京都の 2 倍以上、全国の 3 倍以上となっています。
- ⑨ 曜日別自殺者数は、「金曜」が 22 人と最も多く、次いで「土曜」が 21 人となっています。「金曜」、「土曜」の割合において、小金井市は東京都・全国を上回っています。
- ⑩ 時間帯別自殺者数は、「0-2 時」が 13 人と最も多くなっています。
- ⑪ 未遂歴「あり」の割合において、小金井市は東京都・全国を上回っています。
- ⑫ 平成 29 年における 20 歳代の死因の 1 位が自殺となっています。
- ⑬ 小金井市において自殺者が多い属性は、以下の 5 区分となっています。
 - 1 位：40～59 歳の男性で、有職者であり、同居人がいる人（自殺者全体の 12.3%）
 - 2 位：60 歳以上の女性で、無職者であり、同居人がいる人（自殺者全体の 9.4%）
 - 3 位：40～59 歳の男性で、無職者であり、同居人がいる人（自殺者全体の 8.5%）
 - 4 位：20～39 歳の男性で、有職者であり、独居の人（自殺者全体の 7.5%）
 - 5 位：20～39 歳の男性で、有職者であり、同居人がいる人（自殺者全体の 7.5%）

3 こころの健康に関するアンケート調査の結果

本計画の策定に当たって、市民のこころの健康状態、自殺に関する現状認識や課題意識などを把握する基礎資料とするため、こころの健康に関するアンケート調査を行いました。

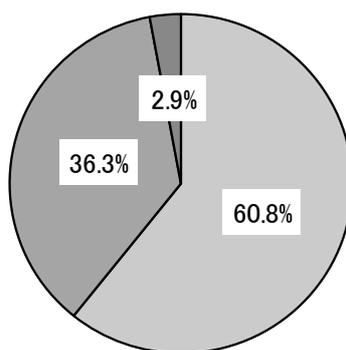
図表 こころの健康に関するアンケート調査の概要

項目	内容
調査名	小金井市こころの健康に関するアンケート調査
調査対象	小金井市に在住の18歳以上の市民の中から、3,000人
抽出方法	住民基本台帳による無作為抽出
調査方法	郵送配布・郵送回収
調査時期	令和元年7月17日から7月31日まで
回収結果	有効回収数 989 票、有効回収率 33.0%

(1) 国の自殺の現状の認知状況

国における自殺者数が平成30年においても約2万人いることを知っているかという設問に対して、「知っていた」と回答した人が60.8%、「知らなかった」と回答した人が36.3%となっています。

図表 国の自殺の現状の認知状況



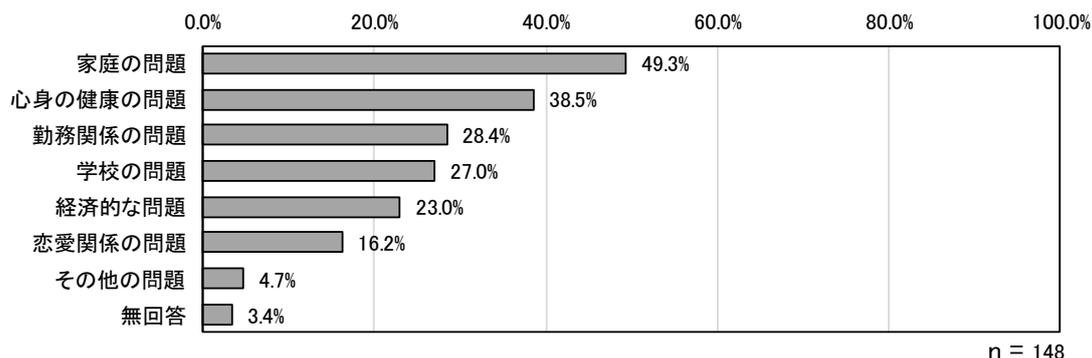
□知っていた □知らなかった □無回答 n = 989

出典：小金井市こころの健康に関するアンケート調査

(2) 自殺を考えた理由や原因

自殺を考えた理由として、「家庭の問題」と回答した人が49.3%と最も多くなっています。次いで「心身の健康の問題」が38.5%、「勤務関係の問題」が28.4%となっています。

図表 自殺をしたいと考えた理由や原因

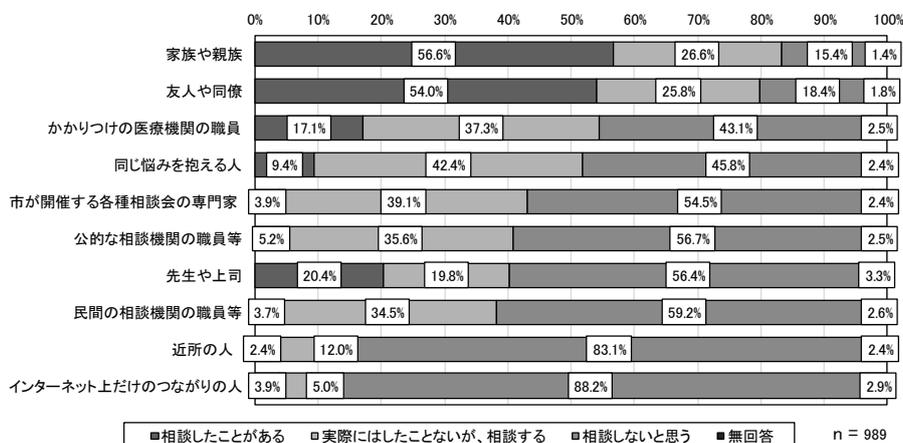


出典：小金井市こころの健康に関するアンケート調査

(3) ストレスを抱えたときに、誰に相談するか

ストレスを抱えたときに、誰に相談するかという設問については、「家族や親族」に対して『相談する』（「相談したことがある」56.6%+「実際にはしたことはないが、相談する」26.6%）と回答した人が83.2%と、最も多くなっています。次いで「友人や同僚」に対して『相談する』（「相談したことがある」54.0%+「実際にはしたことはないが、相談する」25.8%）と回答した人が79.8%、「かかりつけの医療機関の職員」に対して『相談する』（「相談したことがある」17.1%+「実際にはしたことはないが、相談する」37.3%）と回答した人が54.4%となっています。

図表 ストレスを抱えたときに、誰に相談するか

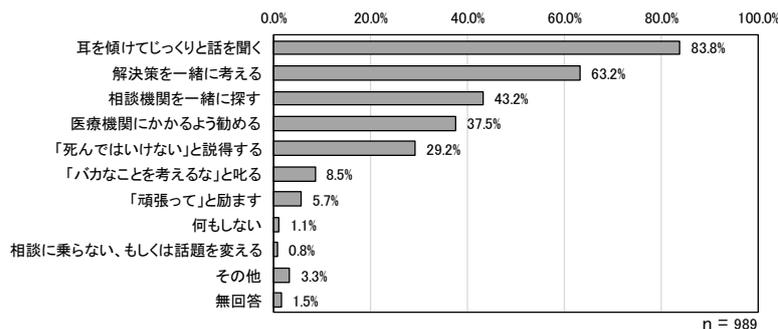


出典：小金井市こころの健康に関するアンケート調査

(4) 「死にたい」と打ち明けられたときの対応

「死にたい」と打ち明けられたときの対応については、「耳を傾けてじっくりと話を聞く」と回答した人が 83.8%と最も多くなっています。次いで「解決策を一緒に考える」が 63.2%となっています。一方で、「『死んではいけない』と説得する」が 29.2%、「『バカなことを考えるな』と叱る」が 8.5%となっています。

図表 「死にたい」と打ち明けられたときの対応



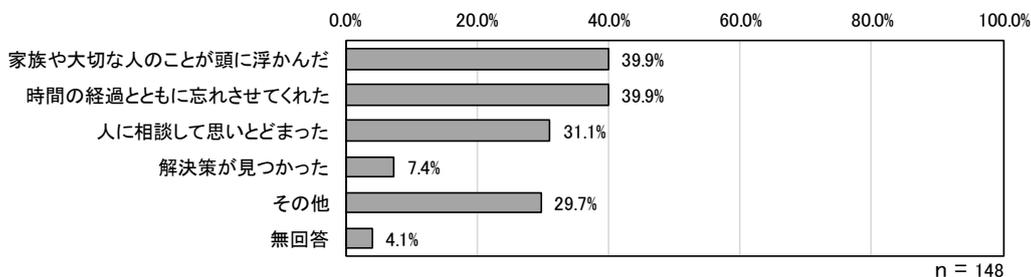
出典：小金井市こころの健康に関するアンケート調査

(5) 自殺を思いとどまった理由

自殺を思いとどまった理由については、「家族や大切な人のことが頭に浮かんだ」と「時間の経過とともに忘れさせてくれた」と回答した人が 39.9%と最も多くなっています。次いで「人に相談して思いとどまった」が 31.1%、「解決策が見つかった」が 7.4%となっています。

また「その他」においては「環境が変わったことで解決した」「別のことで気が紛れた」のような回答が多くありました。

図表 自殺を思いとどまった理由

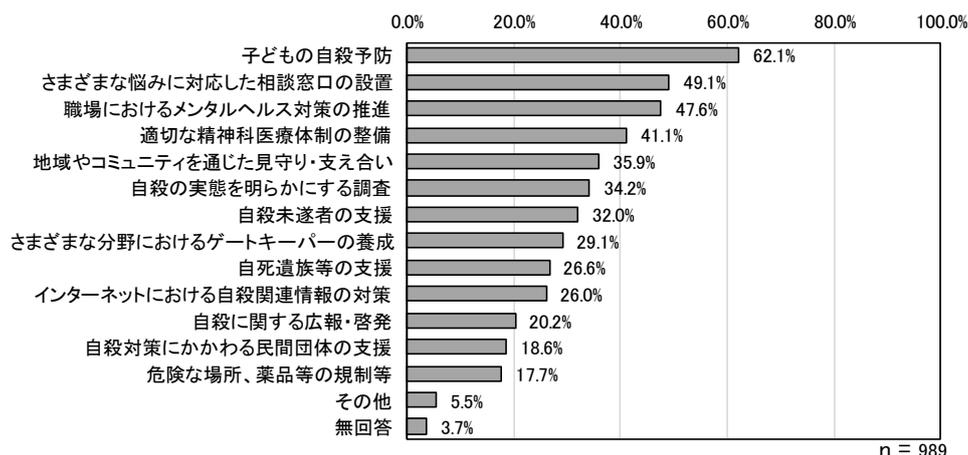


出典：小金井市こころの健康に関するアンケート調査

(6) 今後必要だと思う自殺対策

今後必要だと思う自殺対策に関しては、「子どもの自殺予防」と回答した人が62.1%と最も多くなっています。次いで「さまざまな悩みに対応した相談窓口の設置」が49.1%、「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」が47.6%となっています。

図表 今後必要だと思う自殺対策



出典：小金井市こころの健康に関するアンケート調査

4 既存アンケート調査の結果から見る子どもの現状

子どもの自殺対策を推進していくため、既に本市で実施されたアンケート調査結果を分析し、本計画を策定するための基礎資料としました。

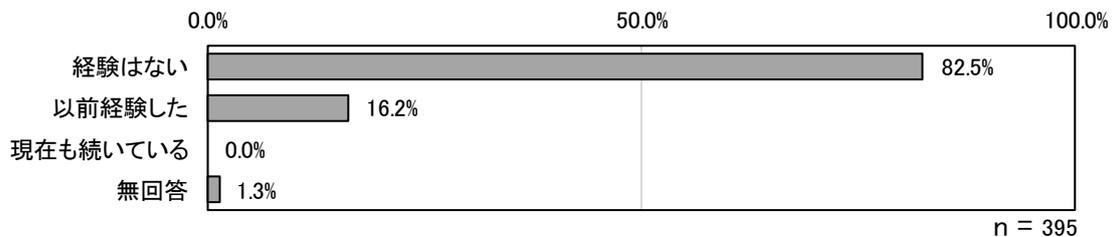
図表 小金井市子ども・子育て支援に関するニーズ調査の概要

項目	内容
調査名	小金井市子ども・子育て支援に関するニーズ調査
調査対象	中学校・高校年代の青少年
抽出方法	住民基本台帳から無作為に抽出した1,250人
調査方法	郵送配布・郵送回収
調査時期	平成30年11月15日から12月5日まで
回収結果	有効回収数395票、有効回収率31.6%

(1) いじめを受けたことはあるか

中学校・高校の生徒のうち、「経験はない」と回答した人が82.5%と最も多くなっています。次いで「以前経験した」が16.2%、「現在も続いている」が0.0%となっています。

図表 いじめを受けたことはあるか

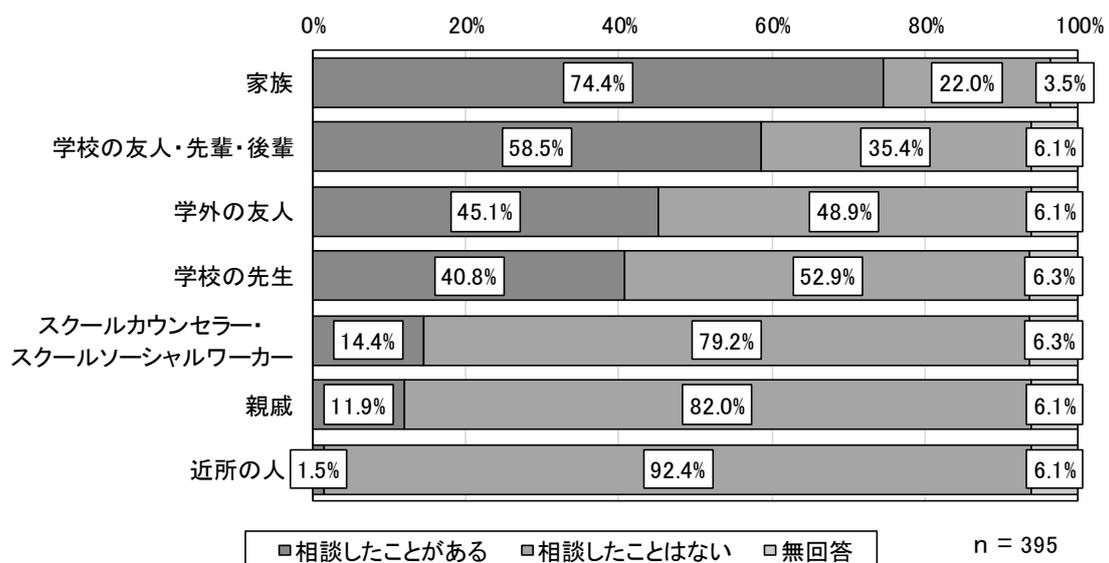


出典：小金井市子ども・子育て支援に関するニーズ調査

(2) 相談したことがある相手

相談したことがある相手については「家族」と回答した人が74.4%と最も多くなっています。次いで「学校の友人・先輩・後輩」が58.5%、「学外の友人」が45.1%となっています。

図表 相談したことがある相手

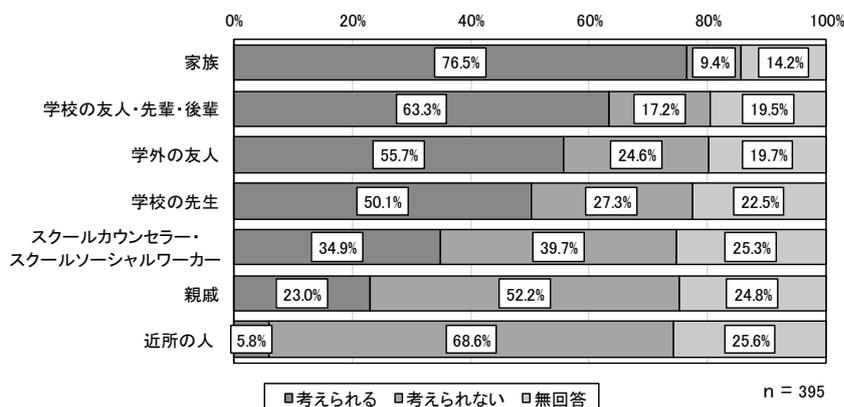


出典：小金井市子ども・子育て支援に関するニーズ調査

(3) 相談先として考えられる相手

相談したい相手としては、「家族」が76.5%と一番高くなっています。次いで「学校の友人・先輩・後輩」が63.3%、「学外の友人」が55.7%となっています。

図表 相談先として考えられる相手



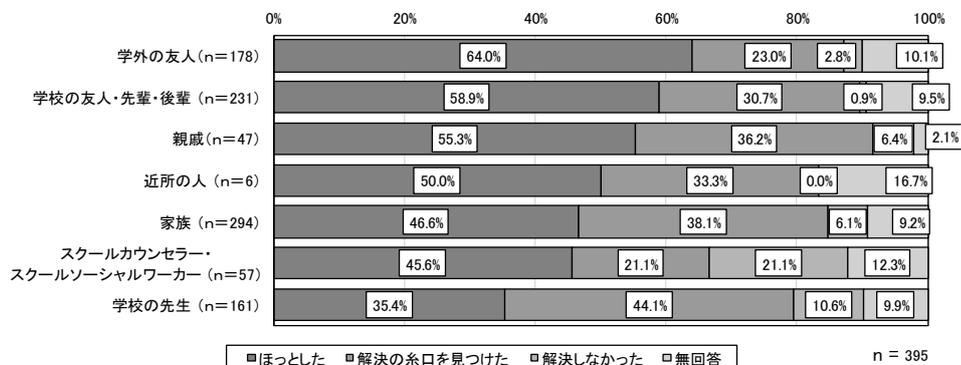
出典：小金井市子ども・子育て支援に関するニーズ調査

(4) 相談先ごとの相談結果

相談先ごとの相談結果について、「ほっとした」と「解決の糸口を見つけた」の合計に関しては「親戚」が「ほっとした(55.3%)」+「解決の糸口を見つけた(36.2%)」で91.5%と最も多くなっています。次いで「学校内の友人・先輩・後輩」が58.9%+30.7%で89.6%、「学外の友人」が64.0%+23.0%で87.0%となっています。

一方で、「解決しなかった」に関しては「スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー」が21.1%と最も高く、次いで「学校の先生」が10.6%、「家族」が6.1%となっています。

図表 相談先ごとの相談結果



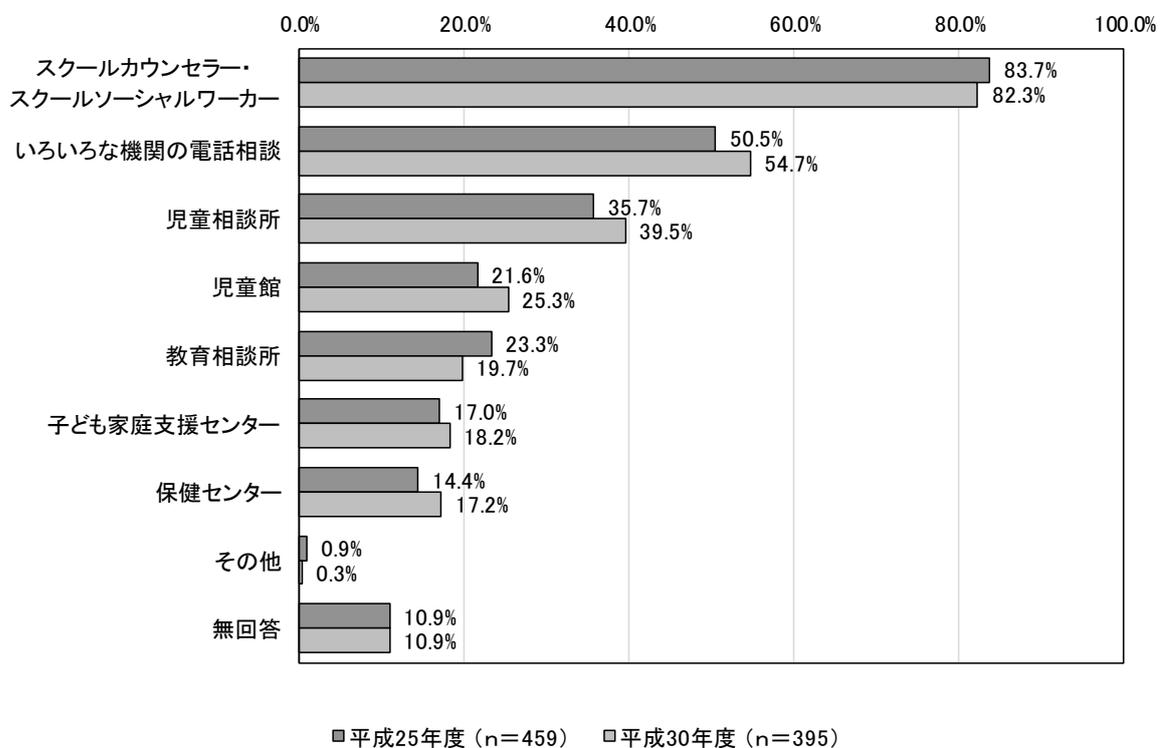
出典：小金井市子ども・子育て支援に関するニーズ調査

(5) 相談場所の認知度状況

悩みごとや困ったことを相談できる場所の認知度状況に関する設問では、「スクールカウンセラー・ソーシャルワーカー」が最も多く、平成30年度では82.3%になっています。次いで「いろいろな機関の電話相談」が54.7%、「児童相談所」が39.5%、「児童館」が25.3%となっています。

平成30年度の「スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー」「教育相談所」の認知状況に関しては、平成25年度に比べてやや下がっています。

図表 悩みごとや困りごとを相談できる場所の認知度



出典：小金井市子ども・子育て支援に関するニーズ調査

5 小金井市における自殺対策の課題

課題1 自殺の実態に対する理解の促進

平成30年の時点で小金井市住民の自殺死亡率は、全国や東京よりも高くなっています。一方で、全国で多く自殺が発生していることを知っている人は6割程度にとどまります。

また、「『死にたい』と打ち明けられたときの対応」については、3割弱の人が『死んではいけない』と説得する、1割弱の人が「『バカなことを考えるな』と叱る」という回答をしています。しかしながら、自殺を考えている方に対してその意思を否定するような行動は、より一層こうした方々を追い込むともいわれており、適切な対応の周知が必要とされています。

このように、自殺の原因や、自殺を考えている人に対する対応の仕方、自殺そのものについてなど、住民に対する促進を図って自殺の実態に関する理解を醸成していくことが求められています。

課題2 自殺の徴候に気づくことのできる人材の育成

自殺を考えている人の中には、悩みを他の人に打ち明けることができず、1人で苦しんでいる人も少なくありません。しかしながら、周囲の人が自殺の徴候に気づき、適切な支援につなぐことができれば、こうした方々の自殺を防止することが可能だと考えられます。

また、本市で自殺された人のうち、同居人がいる人は全体の3分の2と多くなっており、同居家族をはじめとした身近にいる人が、早期に自殺の徴候を発見できるよう、ゲートキーパーの役割を担っていただくことが求められています。

また、徴候発見後に適切な処置ができるよう、関係機関との連携体制を構築していくことも必要となります。

課題3 子どもの自殺対策の推進

昨今、子どもの自殺の要因として、家庭や学校に対する問題、心の悩みなどが上がっています。また、本市でも「今後必要だと思う自殺対策」の設問において、6割強の人が、「子どもの自殺予防」と答えています。子どもたちが自分たちの悩みを1人で抱えることのないようにすることが求められています。

一方で、中学生・高校生を対象に行ったアンケートの「相談できる機関を知っているか」という設問については、スクールカウンセラー・ソーシャルワーカーが約8割であり、いろいろな機関の電話相談が約5割、児童相談所であっても4割弱、次いで児童館が全体の4分の1、教育相談所が2割弱と続きます。

これらを受け、子どもたちが相談しやすい環境づくりや、悩みを1人で抱えることがないよう、SOSの出し方を伝えていくことが必要となります。

第3章 これまでの取組

1 小金井市における自殺対策に関する取組

小金井市ではこれまで、自殺対策に関連した分野として以下のような取組を進めています。

(1) ゲートキーパー養成講座の実施

自殺対策におけるゲートキーパーとは、「地域や職場、教育、その他さまざまな分野において、身近な人の自殺のサインに気づき、その人の話を受け止め、必要に応じて専門相談機関につなぐなどの役割が期待される人」のことです。そこで、地域住民と接する機会が多い市役所職員の自殺予防に関する知識を高めることで、心身の問題を抱えている方を早期発見し、適切な関わりができるよう、職員を対象にしたゲートキーパー養成講座を実施しました。また、職員だけでなく、市民を対象としたゲートキーパー養成講座も開催することで、市民同士が身近にいる人の心身の問題を早期発見し、適切に関わっていくことのできる体制づくりを進めてきました。

(2) 相談体制の周知や充実

健康増進計画を改定する際の基礎資料とすることを目的に実施されたアンケート調査では、「こころの健康を保つためにあれば良い機関や仕組み」において、「いつでも相談できる窓口（電話・インターネットなど）」や「同じ悩みを持つ人と話せる場所や機会の提供」といった回答が高い割合を示していました。

自殺対策に特化した事業ではありませんが、子ども家庭支援センターにおける相談窓口など、市民にとって身近な各種相談窓口において市民からのさまざまな相談への対応や情報提供を図ってきました。さらに、こうした環境において、同じ悩みを持つ人と話せる機会の提供なども進めてきました。

第4章 いのち支える自殺対策における取組

1 自殺対策の基本理念

小金井市では、自殺総合対策大綱との整合を図り、本計画における基本理念を「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す」と設定します。

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

2 自殺対策の基本方針

自殺総合対策大綱において、自殺に対する基本認識として「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、非常事態はいまだ続いている」「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」と3点が挙げられています。こうした基本認識を踏まえながら、本計画に掲げる基本理念の実現を目指して、次に掲げる5つの基本方針のもと、各種取組を推進します。

基本方針1 生きることの包括的な支援

- 自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、その多くが防ぐことができる社会的な問題であるとの基本認識の下、自殺対策を「生きることの包括的な支援」として、「生きる支援」に関する地域のあらゆる取組を総動員し、社会全体の自殺リスクを低下させるとともに、一人ひとりの生活を守るという姿勢で展開するものとします。
- 個人においても地域においても、自殺に対する保護要因となる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」を、自殺のリスク要因となる失業や多重債務、生活苦等の「生きることの阻害要因」が上回ったときに自殺リスクが高まります。そのため、「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させる方向で自殺対策を生きることの包括的な支援として推進します。

基本方針2 関連分野の有機的な連携の強化

- 自殺に追い込まれようとしている人が安心して生きられるようにして自殺を防ぐため、さまざまな分野の施策、人々や組織と密接に連携し、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取組を実施します。
- 自殺の要因となり得る関連の分野においても、実践的な活動を通じた連携の取組が展開されていることから、連携の効果を更に高めるため、さまざまな分野の生きる支援に当たる人々が自殺対策の一翼を担っているという意識を共有します。

基本方針3 対応のレベルに応じた対策の効果的な連動

- 「対人支援のレベル」「地域連携のレベル」「社会制度のレベル」等、対応の段階に応じたレベルごとの対策を強力かつ効果的に連動させ、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で自殺対策を推進します。
- 時系列的な対応としては、啓発等の「事前対応」と、自殺発生の危険に介入する「危機対応」、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」のそれぞれの段階において施策を講じます。
- 「自殺の事前対応の更に前段階での取組」として、学校において児童生徒等を対象とした、自殺予防教育を推進します。

基本方針4 実践と啓発を両輪とした推進

- 自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があり、そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適切であるということが、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います。
- 市民一人一人が、身近にいるかもしれない自殺を考えている人が発している、不眠や原因不明の体調不良等の自殺の危険を示すサインに早く気づき、精神科医等の専門家につなぎ、その指導を受けながら見守っていけるよう、広報活動、教育活動等の取組を推進します。

基本方針5 関係機関の役割の明確化と連携・協働の推進

- 自殺対策が最大限その効果を発揮して「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、市をはじめ、関係団体、民間団体、企業、市民等が連携・協働し、市を挙げて自殺対策を総合的に推進することが必要です。
- それぞれが果たすべき役割を明確化、共有化した上で、相互の連携・協働の仕組みを構築します。

3 施策体系

本計画では、以下の5つを基本施策、3つを重点施策として設定し、総合的な自殺対策を推進します。

基本理念	基本施策	施策項目
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	基本施策1 地域におけるネットワークの強化	(1) 地域ネットワークの構築・連携強化 (2) 地域ネットワークの活用による支援
	基本施策2 自殺対策を支える人材の育成	(1) さまざまな職種を対象とする研修 (2) 一般住民を対象とする研修
	基本施策3 住民への啓発と周知	(1) リーフレット・啓発グッズ等の作成と活用 (2) 市民向け講演会・イベント等の開催
	基本施策4 生きることの促進要因の支援と阻害要因の軽減	(1) 居場所づくり (2) 障がいのある方への支援 (3) 子育て世帯への支援 (4) その他の方への支援
	基本施策5 児童・生徒のSOSの出し方に関する教育	(1) SOSの出し方に関する教育の実施 (2) SOSの出し方に関する教育を推進するための連携強化
	重点施策1 高齢者に関わる自殺対策の推進	(1) 高齢者への支援
	重点施策2 生活困窮者に関わる自殺対策の推進	(1) 生活困窮者への支援 (2) 自立に向けた支援
	重点施策3 勤務・経営問題に関わる自殺対策の推進	(1) 就労支援 (2) 経営支援

基本施策1 地域におけるネットワークの強化

施策項目	事業名
(1) 地域ネットワークの構築・連携強化	1 小金井市いのち支える自殺対策推進本部の運営
	2 権利擁護の仕組みづくり
	3 意思疎通支援事業
	4 子育て支援ネットワーク
	5 子ども家庭支援センターの運営（児童虐待防止対策の充実）
(2) 地域ネットワークの活用による支援	1 民生委員児童委員事務
	2 成年後見制度利用事業
	3 小金井市重度身体障害者等緊急通報システム事業

基本施策2 自殺対策を支える人材の育成

施策項目	事業名
(1) さまざまな職種を対象とする研修	1 男女共同参画行動計画
	2 保護司会補助金
	3 職員向けゲートキーパー養成講座
	4 障害者相談員による相談業務（身体・知的障害者相談員）
	5 介護サービス事業者振興事業に要する経費
(2) 一般住民を対象とする研修	1 小金井市精神保健福祉ボランティア育成事業費補助金
	2 市民向けゲートキーパー養成講座
	3 ファミリー・サポート・センター事業

基本施策3 住民への啓発と周知

施策項目	事業名
(1) リーフレット・啓発グッズ等の作成と活用	1 人権施策の啓発
	2 地域福祉推進事業
(2) 市民向け講演会・イベント等の開催	1 若者コーナーの運営と活用

基本施策4 生きることの促進要因への支援

施策項目	事業名
(1) 居場所づくり	1 子ども食堂推進事業補助金
	2 子育てひろば事業
(2) 障がいのある方への支援	1 介護給付、訓練等給付に関する事務
	2 小金井市知的障害者グループホーム利用者家賃助成
	3 補装具費支給事務
	4 日常生活用具費支給事務
	5 障害児支援に関する事務
	6 訓練等給付に関する事務
	7 移動支援費・日中一時支援費給付事業
	8 小金井市重度脳性麻痺者介護事業
	9 小金井市障害者福祉センター緊急一時保護
	10 特別障害者手当等支給事務
	11 心身障害者福祉手当支給事務
	12 難病者福祉手当支給事務
	13 難病等医療費助成制度
(3) 子育て世帯への支援	1 妊婦面談
	2 小金井市妊産婦訪問指導事業
	3 のびゆくこどもプラン小金井の計画的推進
	4 母子父子寡婦福祉資金貸付事業
	5 母子生活支援施設措置費
	6 母子・父子自立支援員設置事業
	7 ひとり親家庭等日常生活支援事業
	8 子ども家庭支援センターの運営（総合相談及び情報提供）
	9 子ども家庭支援センターの運営（ショートステイ事業）
	10 児童扶養手当支給事務
	11 児童育成手当支給事務
	12 ひとり親家庭等医療費助成事務
	13 就学援助費支給事業
(4) その他の方への支援	1 女性総合相談
	2 市民相談及び人権・身の上相談業務

基本施策5 児童・生徒のSOSの出し方に関する教育

施策項目	事業名
(1) SOSの出し方に関する教育の実施	1 生活指導主任研修（教員向け研修）
	2 いじめ防止対策
(2) SOSの出し方に関する教育を推進するための連携強化	1 教育相談事業
	2 スクールソーシャルワーカーの配置
	3 もくせい教室の設置

重点施策1 高齢者に関わる自殺対策の推進

施策項目	事業名
(1) 高齢者への支援	1 高齢者権利擁護事業に要する経費

重点施策2 生活困窮者に関わる自殺対策の推進

施策項目	事業名
(1) 生活困窮者への支援	3 住居確保給付金
	6 生活保護各種扶助事務
	7 法外援護事務
(2) 自立に向けた支援	1 納税相談における生活困窮者等支援機関への相談・案内
	2 生活困窮者自立相談支援事業
	4 生活困窮者学習支援事業
	5 生活保護施行に関する事務

重点施策3 勤務・経営問題に関わる自殺対策の推進

施策項目	事業名
(1) 就労支援	1 就労支援事業
(2) 経営支援	1 小口事業資金融資あっせん制度

小金井市自殺対策計画（骨子案）

発行年月：令和元年9月

発行：小金井市

編集：福祉保健部 自立生活支援課

住所：〒184-8504

東京都小金井市本町6丁目6番3号

電話：042-387-9841

F A X：042-384-2524