



第 1 章 計画策定に当たって

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です。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。

平成10年以降、14年連続して日本国内の自殺者数が3万人を超える状態が続いていましたが、平成24年に15年ぶりに3万人を下回りました。また、平成22年以降は9年連続の減少となり、平成30年は2万840人で昭和56年以来37年ぶりに2万1,000人を下回りました。しかし、依然として、2万人を超える方が自ら命を絶っており、深刻な状況が続いています。

自殺死亡率が低下してきている一方、若年層では、20歳未満は自殺死亡率が平成10年以降ほとんど減少していない状態となっており、20歳代や30歳代における死因の第1位が自殺であり、自殺死亡率も他の年代に比べてピーク時からの減り方が少なくなっています。

さらに、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響等で自殺の要因となる様々な問題が悪化したこと等により、女性や若者の自殺が増加しました。

国では、平成10年以降、自殺者数が3万人を超え続けていたことを受けて、平成18年10月に自殺対策基本法が施行され、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」と捉えられるようになりました。施行から10年の節目に当たる平成28年に、自殺対策基本法が改正され、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を基本理念に明記するとともに、自殺対策の地域間格差を解消し、誰もが「生きることの包括的な支援」としての自殺対策に関する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」を策定することとされました。

さらに、令和4年10月に「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。この自殺総合対策大綱では、コロナ禍の自殺の動向も踏まえつつ、これまでの取り組みに加え、「子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化」、「女性に対する支援の強化」、「地域自殺対策の取組強化」、「新

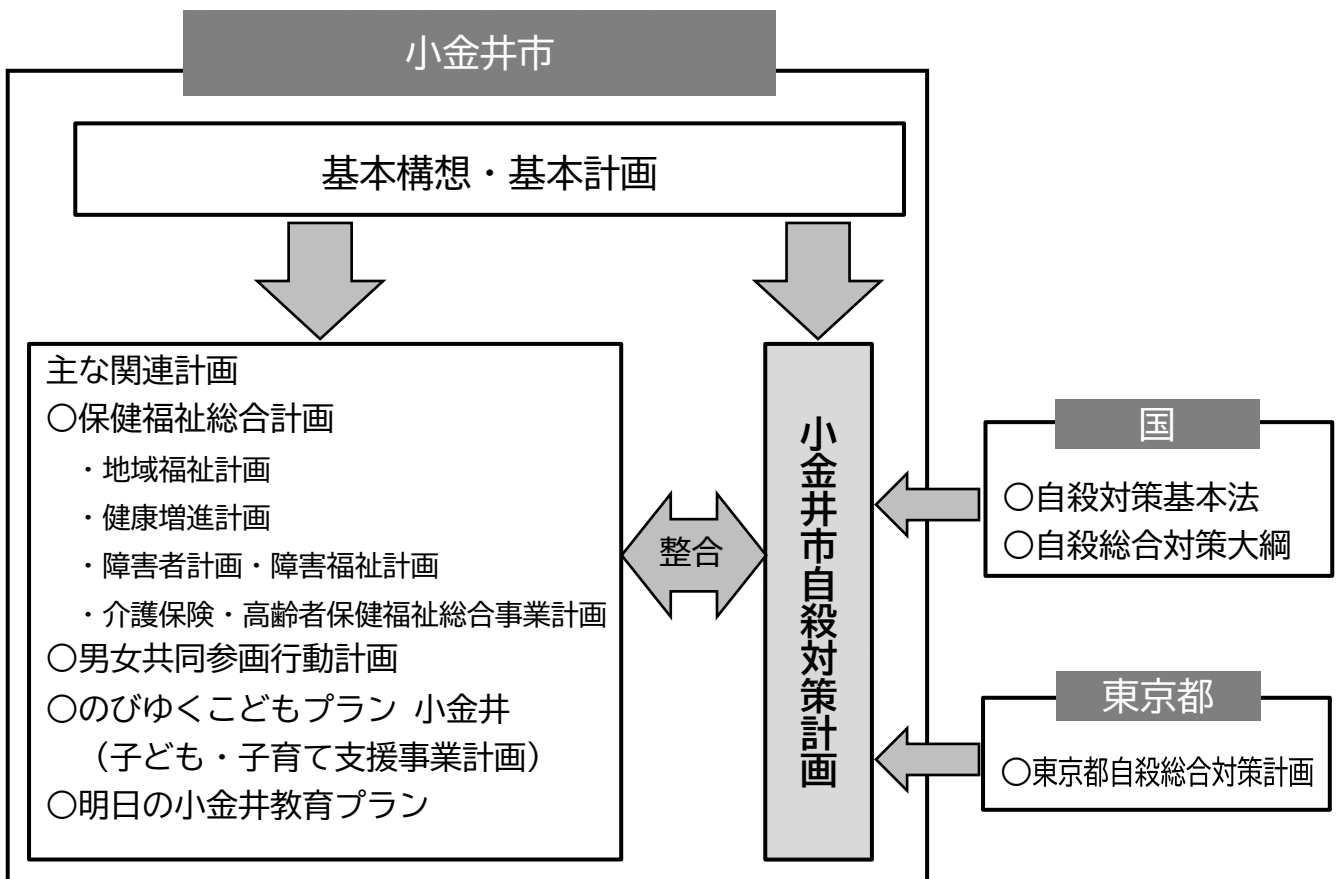
型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進」などを追加し、総合的な自殺対策の更なる推進・強化を掲げています。

東京都においては、総合的・効果的な自殺対策をより一層進めていくことを目的に、平成21年3月に「東京における自殺総合対策の基本的な取組方針」を改正し、平成30年6月に「自殺総合対策計画～こころといのちのサポートプラン～」を策定しました。令和5年度には、関係機関・区市町村等と連携しながら、自殺対策をより総合的に推進していくための「自殺総合対策計画～こころといのちのサポートプラン（第2次）～」を策定しました。

本市では、令和2年3月に「小金井市自殺対策計画」を策定し、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ました。今回、計画期間の満了に伴い「第2次小金井市自殺対策計画」を策定します。

2 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法第13条第2項の規定により、本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、本市の最上位計画である「小金井市基本構想・基本計画」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。



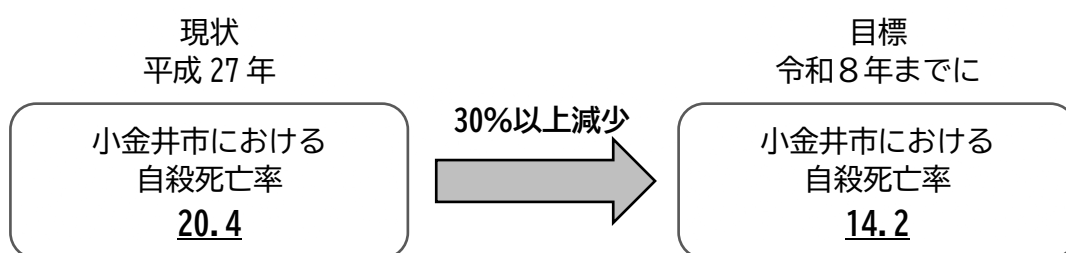
3 計画の期間

この計画は、関連計画である「小金井市保健福祉総合計画」との整合を図るため、令和6年度から令和11年度の6か年計画とします。ただし、国の動向や自殺をめぐる諸情勢への変化、施策の推進状況等を踏まえ、必要に応じ見直しを図ります。

4 計画の目標数値

本計画は、「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、自殺死亡率を（人口10万人当たりの自殺者数）平成27年と比較して30%以上減少させることを目標とし、本計画においては中長期的な取組の方向性と当面の各種施策を示します。

本市の平成27年の自殺死亡率は20.4であり、それを30%以上減少させると14.2以下となります。





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

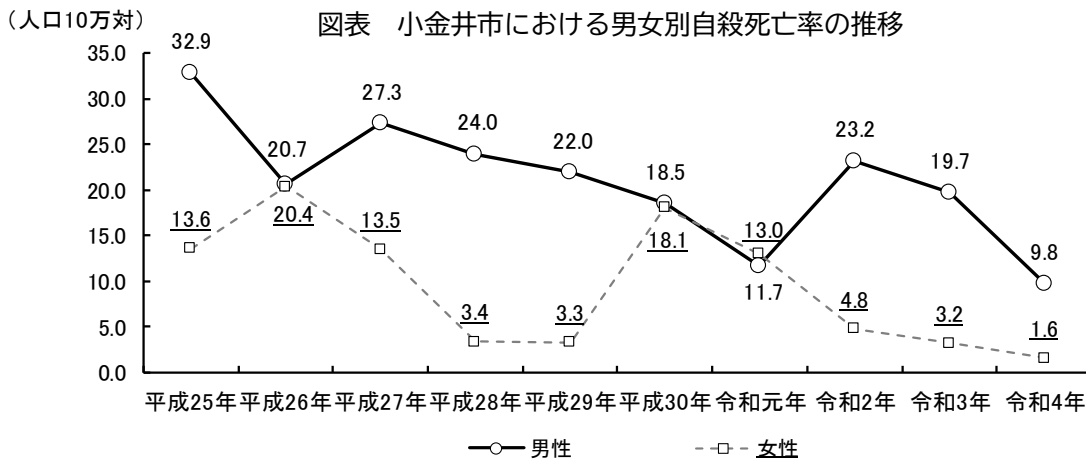
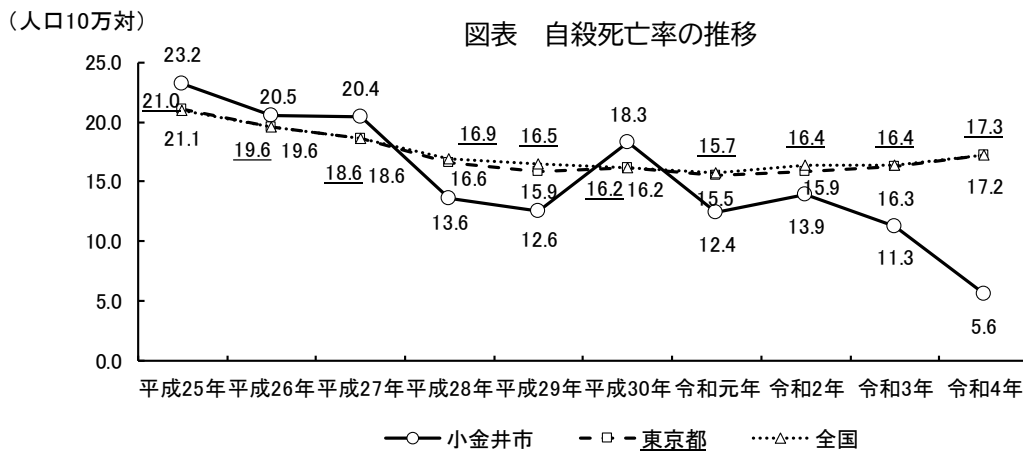
(1) 自殺死亡率の推移

自殺死亡率(人口10万対)^{※1}の推移は、平成30年では小金井市の自殺率が18.3となっており、東京都(16.2)・全国(16.2)よりも高いものの、令和元年以降は小金井市が東京都・全国よりも低くなっています。

全国的には、新型コロナウイルス感染症の拡大により、自殺者数の増加が社会的な問題となっていますが、令和2年以降の小金井市の自殺死亡率は低下傾向となっており、令和4年では5.6まで減少しています。

小金井市における男女別死亡率は、令和元年で男性に比べ女性で割合が高かったものの、令和2年以降は、男性の割合が高くなっています。

また、男女別自殺死亡率(人口10万対)の推移をみると男性は令和2年以降、女性は平成30年以降減少しており、令和4年では男性が9.8、女性が1.6まで低下しています。



資料：地域における自殺の基礎資料(厚生労働省)

※1 人口10万人あたりの自殺者数。(計算式：自殺者数÷人口×100,000)

(2) 自殺者数の推移

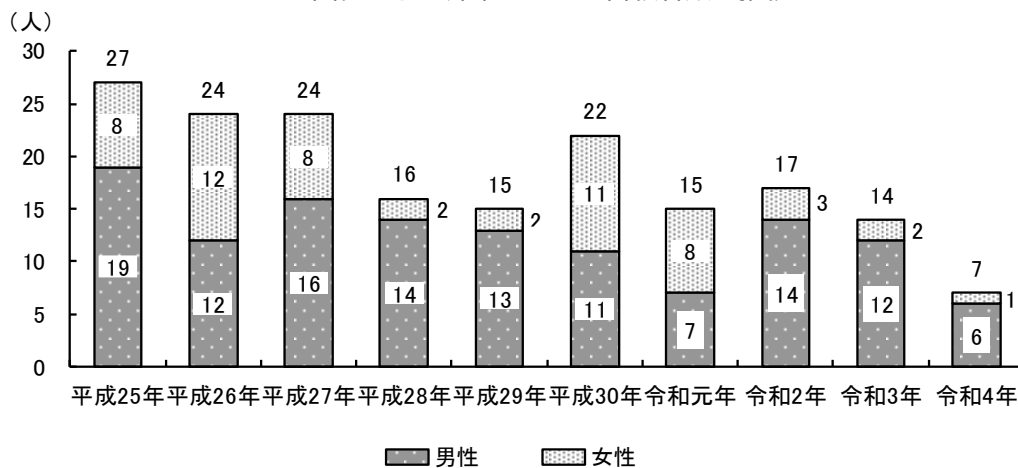
小金井市における自殺者数の推移は、平成29年までは減少傾向にありましたが、平成30年に22人と増加したのち、その後は増減を繰り返しており、令和4年では7人となっています。

性別で見ると、男性は増減を繰り返していますが、女性では平成30年以降は減少しており、令和4年では男性が6人、女性が1人となっています。

自殺者数の性別割合を比較すると、平成29年から令和4年の合計値では、小金井市の「男性」の割合が70.0%と、東京都（64.4%）、全国（67.9%）よりも高くなっています。

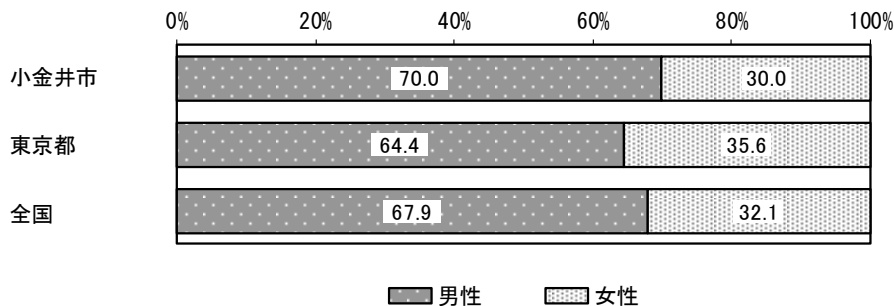
小金井市の「女性」の割合は30.0%と、東京都、全国と比べ低くなっているものの、3人に1人が女性となっています。

図表 小金井市における自殺者数の推移



資料：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



資料：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29年から令和4年の合計値）

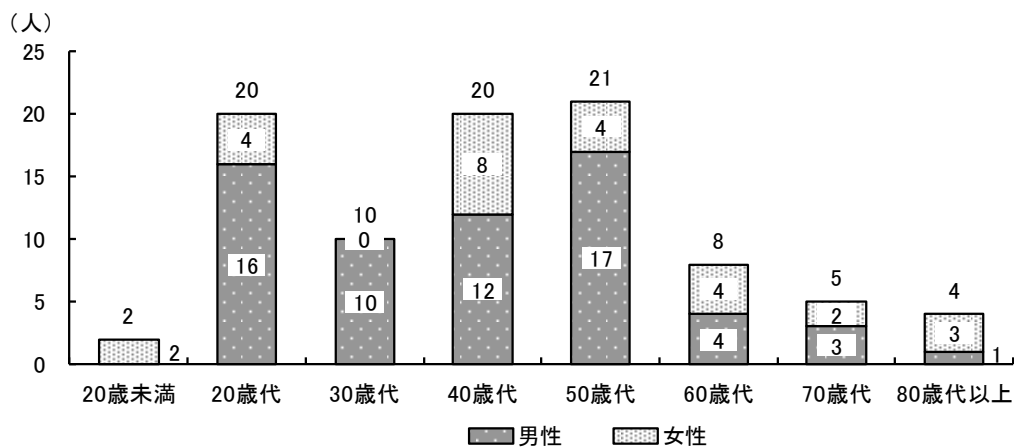
小金井市における年代別自殺者数は、「50歳代」が最も多く22人となっており、次いで「20歳代」、「40歳代」が20人となっています。

年代別自殺者数の割合を比較すると、「20歳代」で22.2%と東京都（15.2%）、全国（11.2%）と、高くなっており、「20歳未満」の割合を合わせると、自殺者数の4人に1人が20歳代以下となっています。

また、働き世代である「40歳代」、「50歳代」においても小金井市は東京都・全国を上回っています。

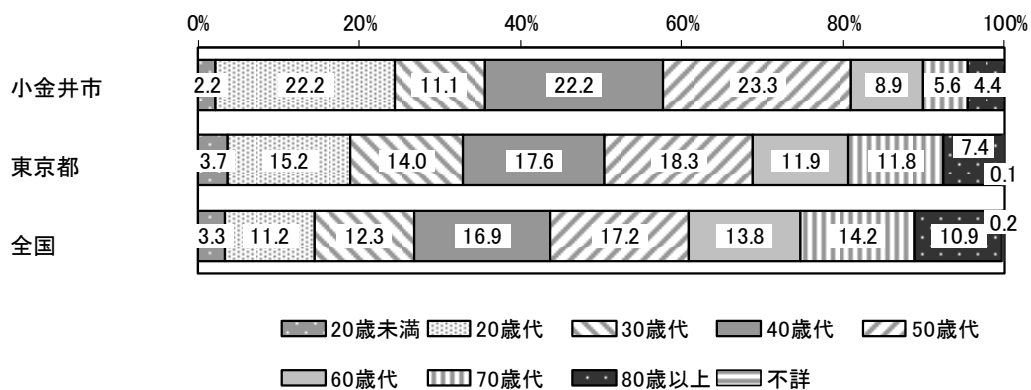
一方で、60歳代以上では、東京都・全国に比べ低くなっています。

図表 小金井市における年代別自殺者数



資料：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



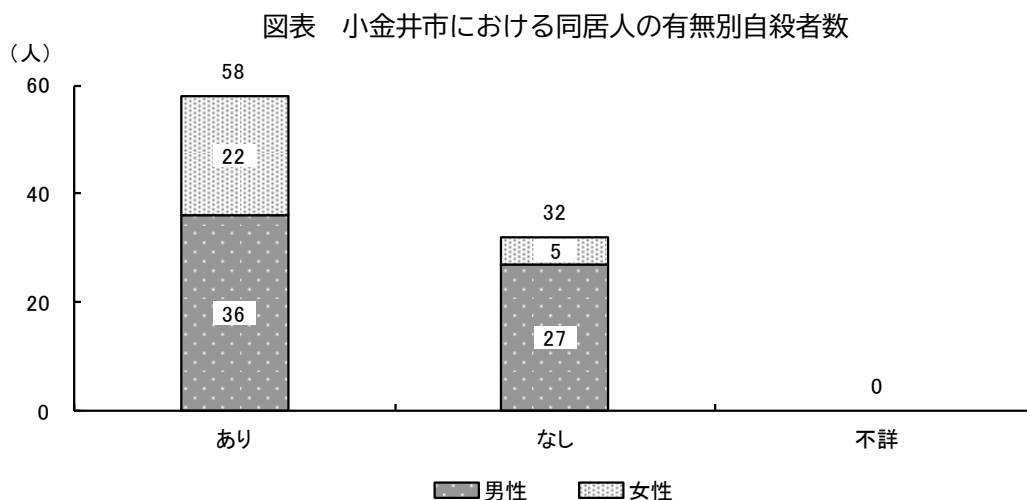
資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(4) 同居人の有無別自殺者数（平成29年から令和4年の合計値）

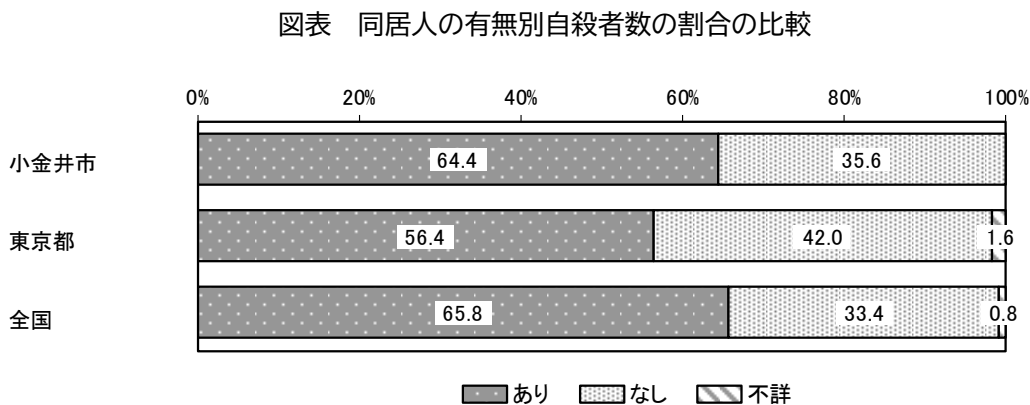
小金井市における同居人の有無別自殺者数は、同居人「あり」が58人、「なし」が32人となっています。

特に、女性では、同居人がいても自殺者数が多いことがうかがえます。

同居人の有無別自殺者数の割合をみると、小金井市と全国の割合は同程度となっています。小金井市と東京都では、同居人「あり」の割合が東京都より8.0ポイント高くなっています。



資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）



資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

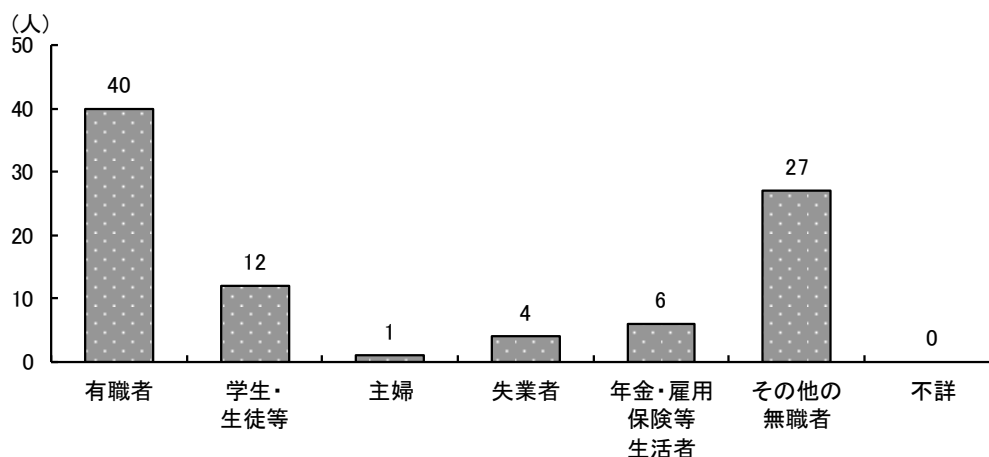
(5) 職業別自殺者数（平成29年から令和4年の合計値）

小金井市における職業別自殺者数(平成29年から令和4年の合計値)は、「有職者」が40人と最も多く、次いで「その他の無職者」が27人、「学生・生徒等」が12人となっています。

職業別自殺者数の割合を比較すると、特に「学生・生徒等」で13.3%となっており、東京都(6.3%)、全国(4.5%)の2倍以上となっています。直近の3年間でも「学生・生徒等」は5名(13.2%)となっていますが、年代別自殺者数でみると20歳未満は2名となっており、20歳代の学生が多いと考えられます。

また、「有職者」、「その他の無職者」においても、小金井市は東京都・全国を上回っています。

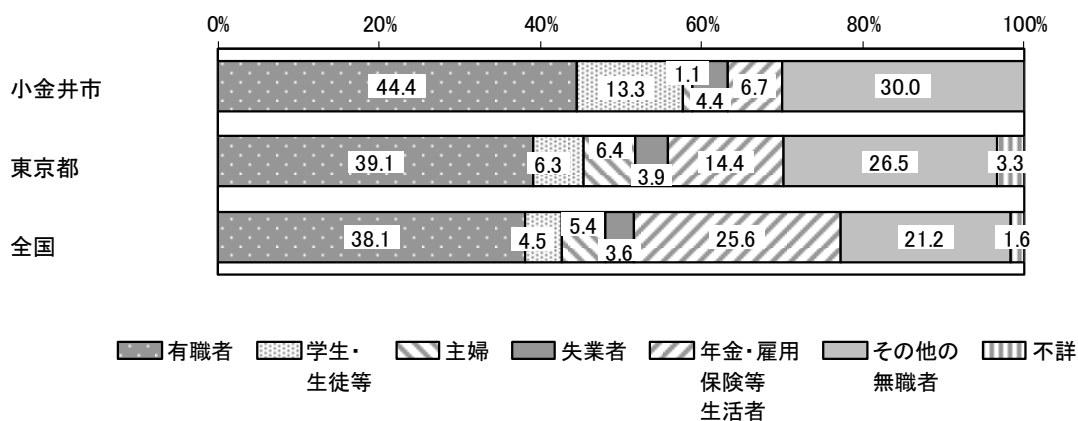
図表 小金井市における職業別自殺者数



※平成29年から令和3年の「有職者」は「自営業・家族従業者」と「被雇用・勤め人」の合算

資料：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



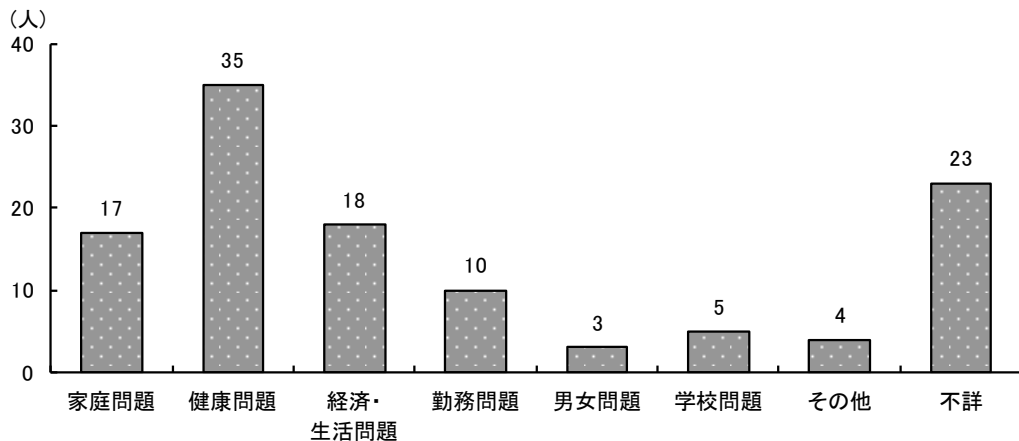
資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(6) 原因・動機別自殺者数（平成29年から令和4年の合計値）

小金井市における原因・動機別自殺者数（平成29年から令和4年の合計値）は、「健康問題」が35人と最も多く、次いで「経済・生活問題」が18人、「家庭問題」が17人となっています。

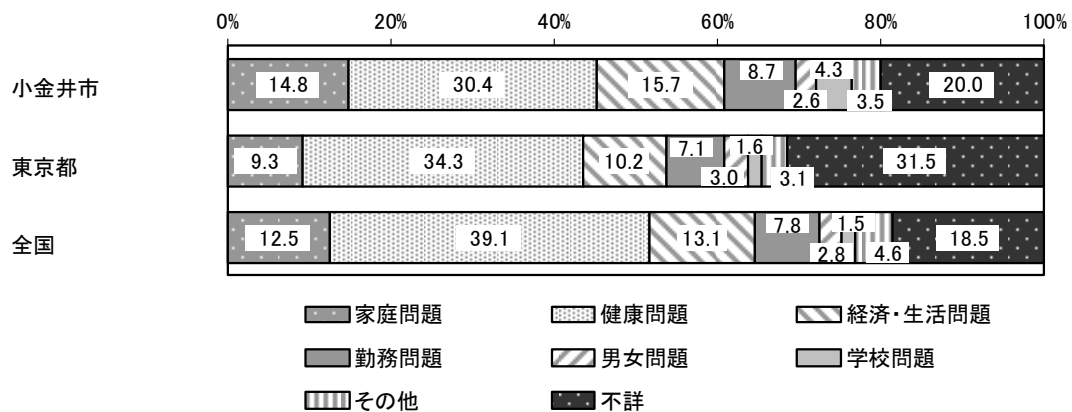
原因・動機別自殺者数の割合を比較すると、「経済・生活問題」が東京都・全国を上回っており、「家庭問題」が東京都よりも5.5ポイント高くなっています。また、「学校問題」の割合は4.3%となっており、東京都（1.6%）、全国（1.5%）の2倍以上となっています。

図表 小金井市における原因・動機別自殺者数



資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

図表 原因・動機別自殺者数割合の比較



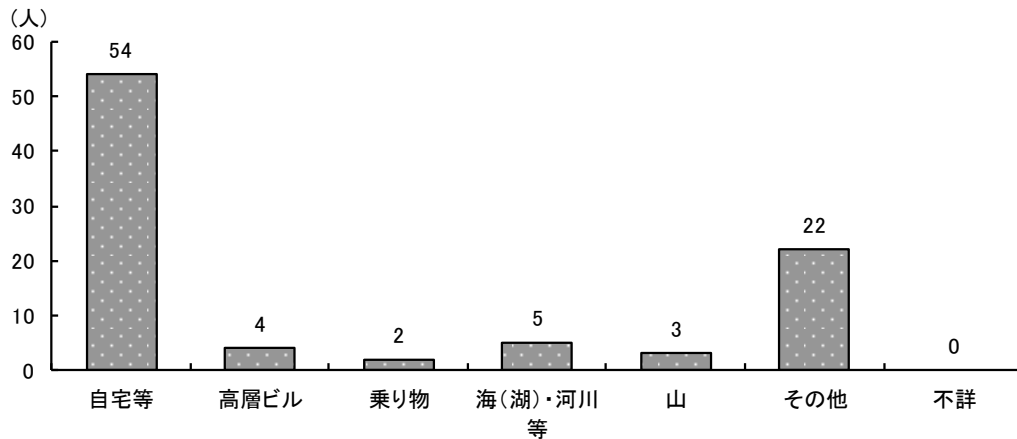
資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(7) 自殺企図の場所別自殺者数（平成29年から令和4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54人と最も多く、次いで「海（湖）・河川等」が5人、「高層ビル」が4人となっています。

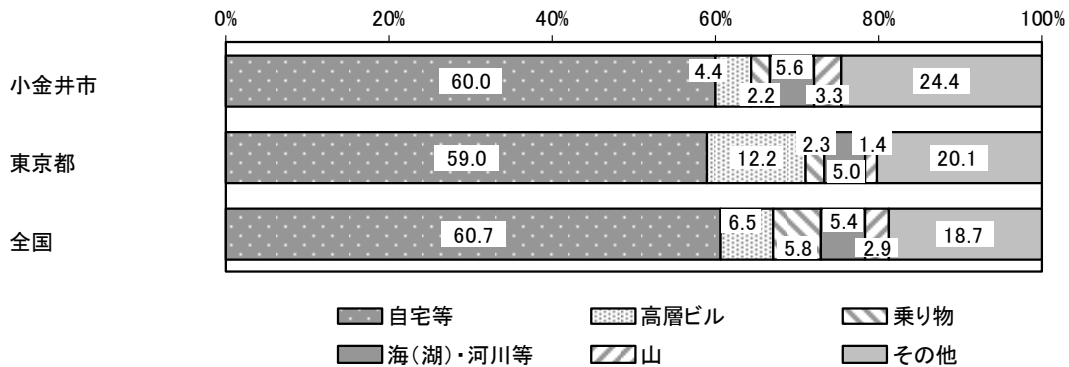
自殺企図の場所別自殺者数の割合を比較すると、「高層ビル」が東京都に比べて7.8ポイント低くなっています。

図表 小金井市における自殺企図の場所別自殺者数



資料：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



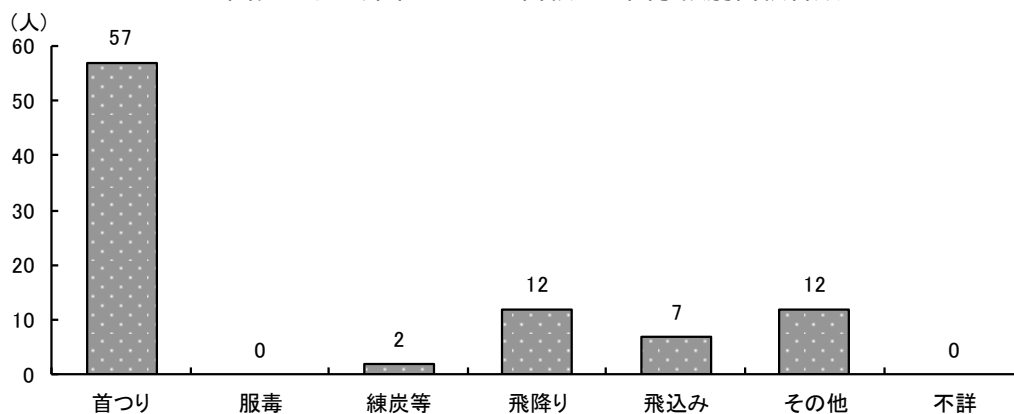
資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(8) 自殺の企図手段別自殺者数（平成29年から令和4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57人と最も多く、「飛降り」が12人、「飛込み」が7人となっています。

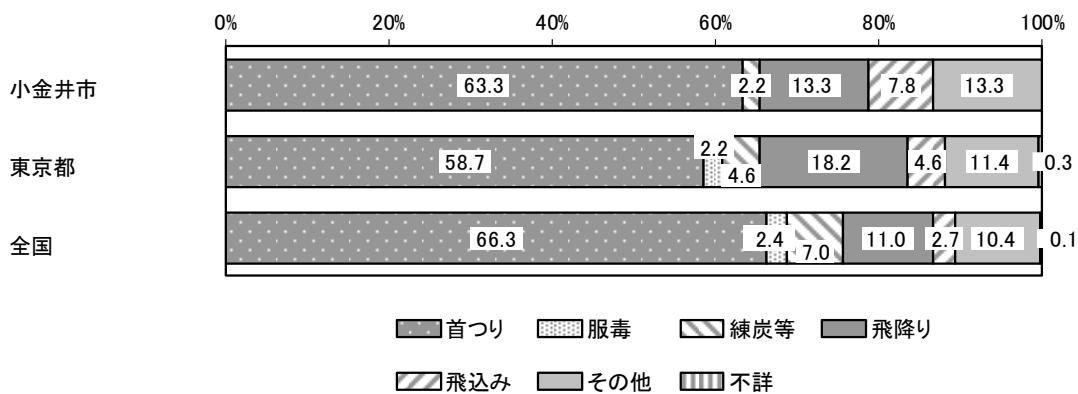
自殺の企図手段別自殺者数の割合を比較すると、「飛込み」において、小金井市は7.8%となっており、東京都（4.6%）・全国（2.7%）を上回っています。

図表 小金井市における自殺の企図手段別自殺者数



資料：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



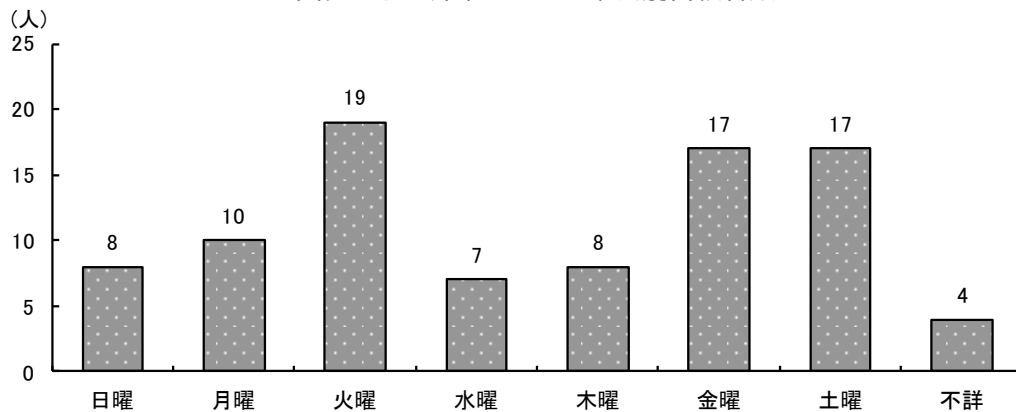
資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(9) 曜日別自殺者数（平成29年から令和4年の合計値）

小金井市における曜日別自殺者数は、「火曜」が19人と最も多く、次いで「金曜」、「土曜」が17人となっています。

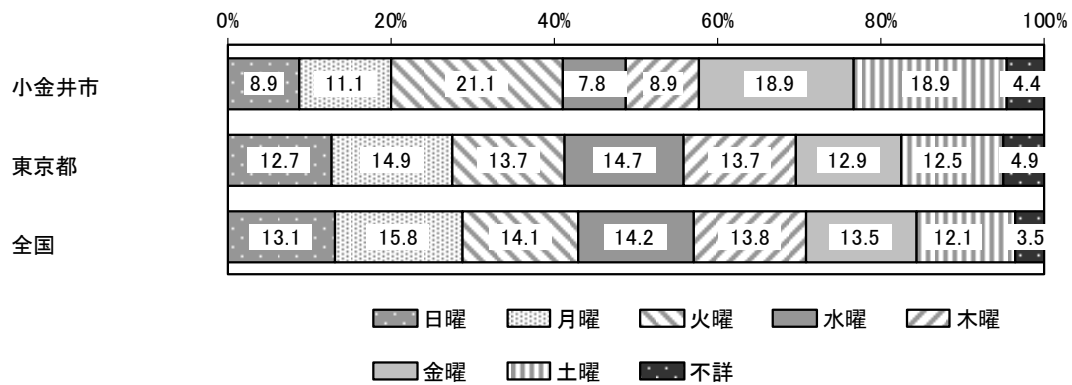
曜日別自殺者数の割合を比較すると、小金井市では「火曜」の割合が21.1%となっており、東京都（13.7%）、全国（14.1%）を大きく上回っています。また、「金曜」、「土曜」の割合においても、小金井市は東京都・全国を上回っています。

図表 小金井市における曜日別自殺者数



資料：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



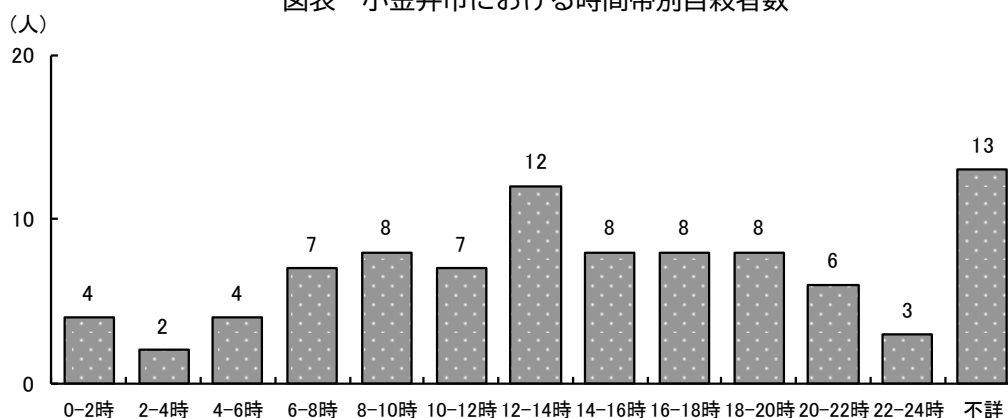
資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

(10) 時間帯別自殺者数（平成29年から令和4年の合計値）

小金井市における時間帯別自殺者数は、「12-14時」が12人と最も多く、次いで「8-10時」、「14-16時」、「16-18時」、「18-20時」が8人となっています。

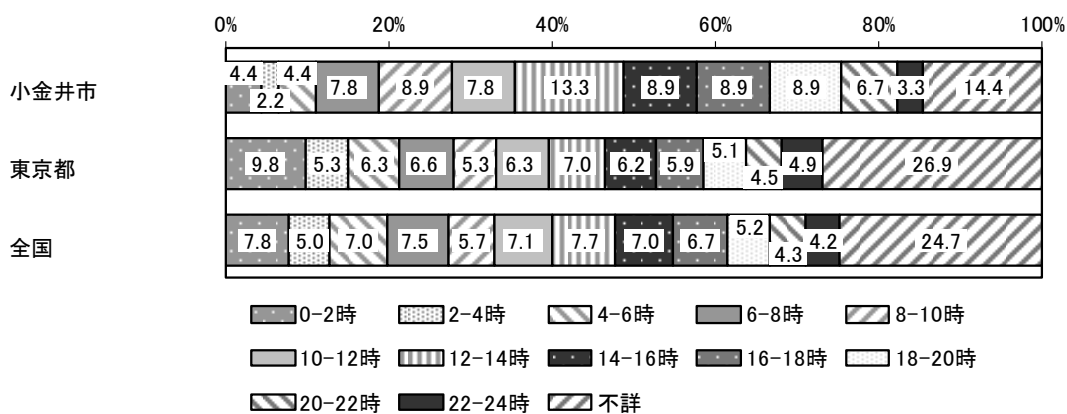
時間帯別自殺者数の割合を比較すると、小金井市では「12-14時」の割合が13.3%となっており、東京都(7.0%)、全国(7.7%)を大きく上回っています。また、「14-16時」、「16-18時」、「18-20時」においても、小金井市は東京都・全国の割合を上回っています。

図表 小金井市における時間帯別自殺者数



資料：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

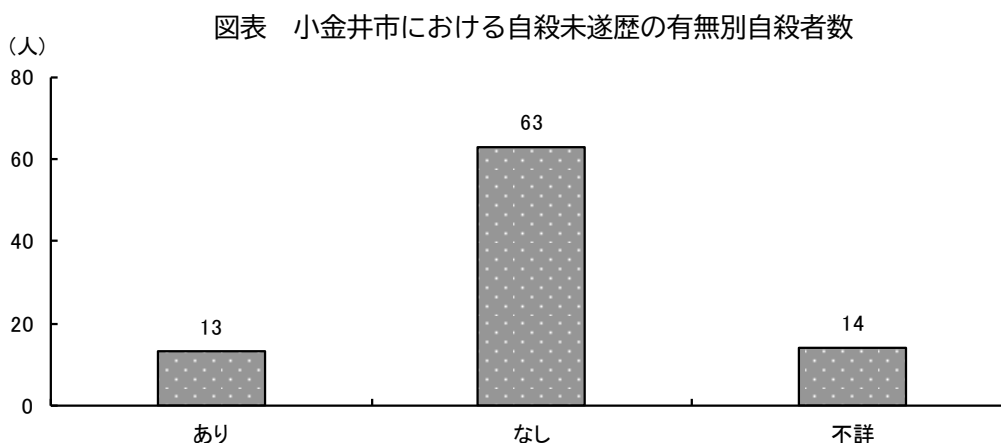


資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）

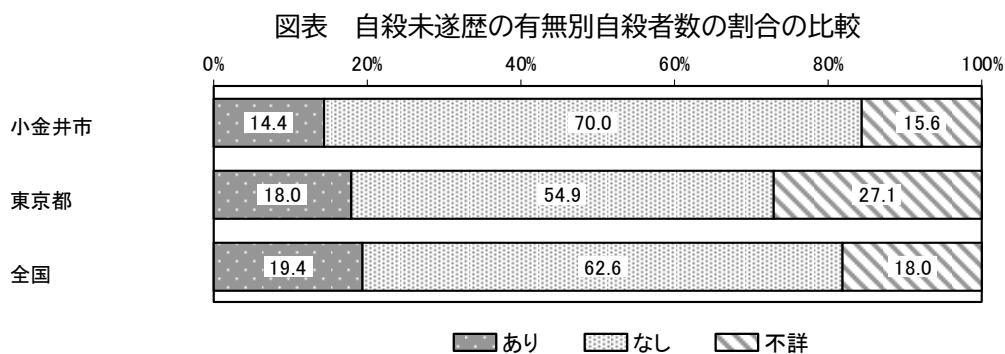
(11) 自殺未遂歴の有無別自殺者数（平成29年から令和4年の合計値）

小金井市における自殺未遂歴の有無別自殺者数は、自殺未遂歴「あり」が13人、自殺未遂歴「なし」が63人となっています。

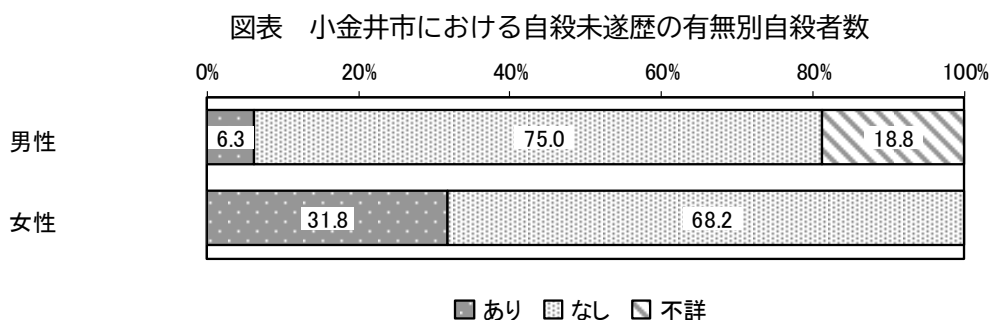
自殺未遂歴の有無別自殺者数の割合を比較すると、自殺未遂歴「あり」の割合は、小金井市で14.4%となっており、東京都（18.0%）・全国（19.4%）を下回っていますが、10人に1.5人が自殺未遂歴ありとなっています。また、男女別で見ると、女性の自殺未遂歴が男性よりも上回っています。



資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）



資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）



資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）
平成30年から令和2年の合計値

(12) 死因の状況

小金井市における死因の状況は、平成30年において自殺が7番目に多くなっています。平成元年以降においては、上位7項目には入っていません。

図表 死亡主要原因別順位

	平成 30 年	令和元年	令和 2 年
1 位	悪性新生物 276 (30.8%)	悪性新生物 263 (28.3%)	悪性新生物 276 (28.7%)
2 位	心疾患 145 (16.2%)	心疾患 136 (14.6%)	心疾患 115 (12%)
3 位	老衰 78 (8.7%)	老衰 98 (10.5%)	老衰 101 (10.5%)
4 位	脳血管疾患 59 (6.6%)	肺炎 66 (7.1%)	脳血管疾患 78 (8.1%)
5 位	肺炎 48 (5.4%)	脳血管疾患 58 (6.2%)	肺炎 55 (5.7%)
6 位	腎不全 21 (2.3%)	不慮の事故 32 (3.4%)	不慮の事故 22 (2.3%)
7 位	自殺 18 (2.0%)	腎不全 14 (1.5%)	肝疾患 16 (1.7%)

資料：令和4年版こがねいのとうけい

(13) 対策が優先されるべき対象群の把握

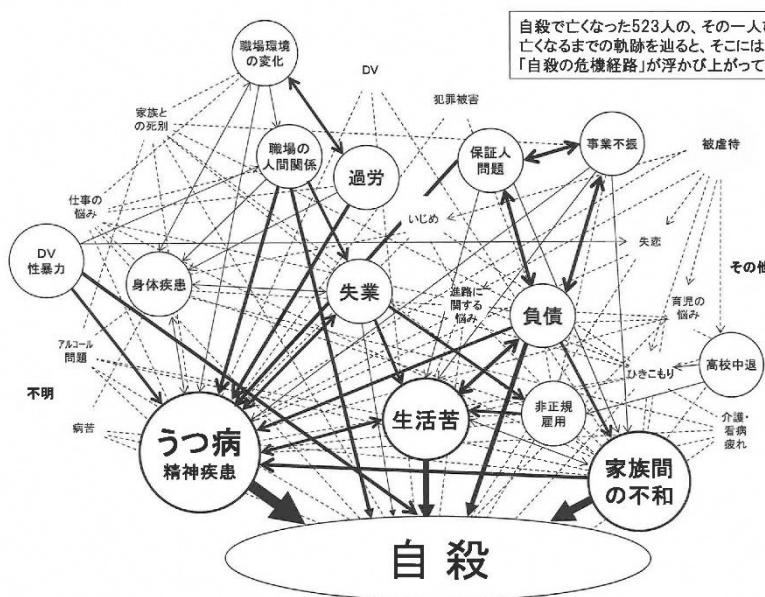
平成29年から令和3年の5年間で、小金井市における自殺者の多い属性（性別×年代別×仕事の有無別×同居人の有無別）は、以下の5区分となっています。

図表 地域の主な自殺の特徴（平成29年～令和3年合計）

上位5区分		自殺者数	割合	自殺死亡率	背景にある主な自殺の危機経路
1位	男性 40～59 歳 有職同居	14	16.9	21.6	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺
2位	男性 40～59 歳 無職独居	8	9.6	323.3	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺
3位	男性 20～39 歳 無職同居	7	8.4	56.2	①【30代その他無職】ひきこもり+家族間の不和→孤立→自殺/ ②【20代学生】就職失敗→将来悲観→うつ状態→自殺
4位	男性 20～39 歳 有職独居	7	8.4	29.5	①【正規雇用】配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺/ ②【非正規雇用】(被虐待・高校中退)非正規雇用→生活苦→借金→うつ状態→自殺
5位	女性 40～59 歳 無職同居	7	8.4	17.9	近隣関係の悩み+家族間の不和→うつ病→自殺

出典：「地域自殺実態プロフィール」（自殺総合対策推進センター）

図表 自殺の危機経路（参考）



NPO 法人ライフリンクが行った自殺実態調査から見てきた自殺の危機経路では、円の大きさが要因の発生頻度を表しており、大きいほど自殺者がその要因を抱えていた頻度が高いことを示しています。また、矢印の太さは、要因と要因の連鎖の因果関係の強さを表しており、太いほど因果関係が強いことを示しています。自殺で亡くなった人は、平均4つの要因を抱えていたことが分かっています。

出典：「自殺実態白書 2013」（NPO 法人ライフリンク）

2 小金井市の特徴

小金井市では、自殺死亡率の減少を目指すため、「地域におけるネットワークの強化」「自殺対策を支える人材の育成」「市民への周知・啓発と相談体制の充実」「生きることの促進要因の支援と阻害要因の軽減」を基本施策として、取り組みを推進してきました。

そのため、自殺死亡率は減少してきていますが、令和4年では7人の方々が自殺により命を落としている状況は深刻であり、更なる対策が必要となっています。

誰も自殺に追い込まれることのない市を実現するため、自殺の現状、背景・原因、対策の対象を明確にして、様々な機関との連携のもと、地域の実情に応じた施策を推進する必要があります。

より良い小金井市の実現に向けて、今後取り組むべき施策を明確にするために、下記のように特徴を整理しました。

【小金井市の特徴】

- 全国的に、新型コロナウイルス感染症の拡大により、自殺者数は増加傾向にありますが、小金井市では、平成27年で20.4あった自殺死亡率は減少しており、令和4年では5.6まで減少しています。
- 自殺者数の性別割合を比較すると、小金井市の「男性」の割合が70.0%と、東京都（64.4%）、全国（67.9%）よりも高くなっています。小金井市の「女性」の割合は30.0%と、東京都、全国と比べ低くなっているものの、3人に1人が女性となっています。
- 小金井市の年代別自殺者数の割合をみると、20歳代以下で24.4%となっており、自殺者数の4人に1人が20歳代以下となっています。
- 働き世代である「40歳代」、「50歳代」においても小金井市の年代別自殺者数の割合は東京都・全国を上回っています。一方で、60歳代以上では、東京都・全国に比べ低くなっています。
- 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58人、「なし」が32人となっており、特に、女性では、同居人がいても自殺者数が多いことがうかがえます。

- 職業別自殺者数の割合を比較すると、特に「学生・生徒等」で13.3%となっており、東京都（6.3%）、全国（4.5%）と2倍以上となっています。
- 原因・動機別自殺者数の割合を比較すると、「経済・生活問題」が東京都・全国を上回っており、「家庭問題」が東京都よりも上回っています。
- 職業別自殺者数の割合において、「学生・生徒等」の割合が高いことから、原因・動機別自殺者数は「学校問題」の割合も東京都・全国を上回っています。
- 自殺の企図手段別自殺者数の割合を比較すると、「飛び込み」において、小金井市は7.8%となっており、東京都・全国を上回っています。
- 曜日別自殺者数の割合を比較すると、小金井市では「火曜」の割合が高く、東京都・全国を大きく上回っています。また、「金曜」、「土曜」の割合においても、小金井市は東京都・全国を上回っています。
- 時間帯別自殺者数の割合を比較すると、小金井市では「12-14時」の割合が13.3%となっており、東京都、全国を大きく上回っています。
- 自殺未遂歴の有無別自殺者数の割合を比較すると、自殺未遂歴「あり」の割合は、小金井市で14.4%と、東京都・全国を下回っていますが、10人に1.5人が自殺未遂歴ありとなっています。
- 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：男性40～59歳有職同居（自殺者全体の16.9%）
 - 2位：男性40～59歳無職独居（自殺者全体の9.6%）
 - 3位：男性20～39歳無職同居（自殺者全体の8.4%）
 - 4位：男性20～39歳有職独居（自殺者全体の8.4%）
 - 5位：女性40～59歳無職同居（自殺者全体の8.4%）