

【概要版】

誰も自殺に追い込まれることのない いのち支えあう 南陽市自殺対策計画 (令和2年度～令和6年度) 南陽市



1 自殺対策とは

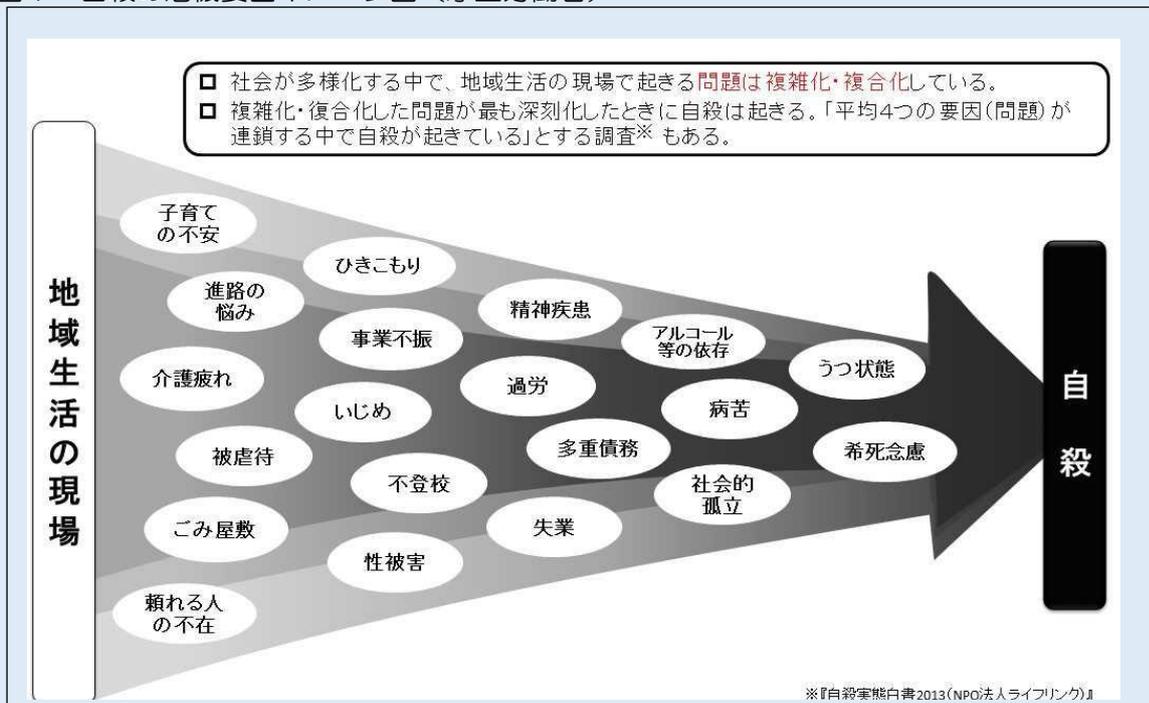
● 人の「いのち」は、何ものにも代えがたいものです。また、自殺は本人にとってこの上ない悲劇であるだけでなく、家族や周りの人々に大きな悲しみと生活上の困難をもたらし、社会全体にとっても大きな損失となります。

● 自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。その背景には、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原因となって追い詰められ、自殺以外の選択肢を考えられない状態に陥ることが知られています。

また、自殺を図った人の多くが、心理的に追い詰められた結果、うつ病やアルコール依存症などの精神疾患を発症しており、正常な判断を行うことができない状態となっています。

自殺に追い込まれる危機は「誰にでも起こりうる危機」とも言えます。

図1：自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省）



● 自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題です。

世界保健機関（WHO）では、自殺の多くは社会の努力で防ぐことができると言われており、失業、倒産、多重債務などの社会的な要因による自殺は、相談・支援体制の整備等により未然に防ぐことができます。また、健康や家庭問題などの要因によるもの、さらに、うつ病等の精神疾患などの要因によるものは、専門家への相談や適切な治療等に結びつけることで、自殺の多くを防ぐことができます。

自殺は「個人の問題」ではなく「社会の問題」としてとらえる必要があります。

● 平成28年に自殺対策基本法（平成18年）が大きく改正され、自殺対策は「生きることの包括的な支援」であり、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指すことが謳われました。生きる支援として、全ての人々がかげがえのない個人として尊重されるなど、生きることの促進的要因を増やす取組みが重要です。

第1章 計画の策定にあたって

1 計画策定の趣旨

本市の自殺対策に関する現状と課題、施策の方向性を明確にし、関係機関等が一体となって“生きることの包括的な支援”としての自殺対策を推進するため、本計画を策定します。

2 計画の位置づけ

自殺対策基本法第13条2項に定める「市町村対策計画」として策定します。また、山形県の「いのちを支える山形県自殺対策計画」との整合性を図り、市政運営の基本方針となる「南陽市総合計画」に基づき、「南陽市地域福祉計画」等との調和と市民生活に係る諸分野の計画等との連携を図ります。

3 計画の期間と数値目標

計画の期間は、令和2年（2020年）から令和6年（2024年）の5年間とします。数値目標は、国の自殺総合対策大綱で最終目標年とする令和8年（2026年）までの7年間で、平成25年～29年の自殺死亡率の単純平均値（20.7）より30%以上減少を目指すこととします。これにより、本市における計画最終年次の令和6年（2024年）の目標を、自殺死亡率16.2（年間5人以下の自殺者数）とします。

〈本計画における目標〉

人口動態統計（人口10万人対の自殺者数）

	現状	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年	令和8年
自殺死亡率	20.7	19.8	18.9	18.0	17.1	16.2	14.5
比率	100%	95.7%	91.4%	87.1%	82.8%	78.5%	70.0%

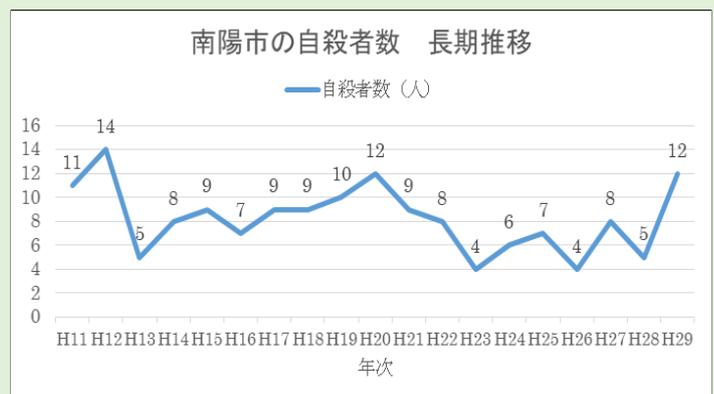
30%減少

第2章 南陽市における自殺の現状と課題

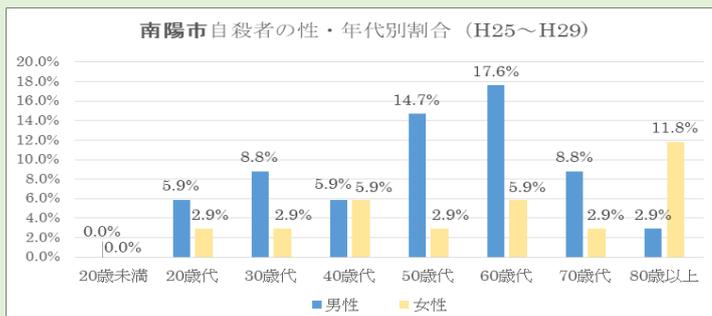
1 南陽市の自殺の現状

(1) 自殺者数の推移等

南陽市の自殺者数は、平成21年～29年の9年間の合計で63人です。平均すると、年間7人が自らのいのちを絶っていることとなります。本市の自殺死亡率はこれまで国、県より低い水準にありましたが、平成26年には15.0と近年で最も低くなり、平成29年度は31.1と最も高い自殺死亡率になりました。



（出典：地域自殺実態プロフィール【2018 更新版】（JSCC 提供）



(2) 南陽市自殺者の性・年代別割合

自殺の傾向としては、高齢期・壮年期における自殺者が最も多くなっています。男性の割合が高く約7割を占めています。年齢は男女ともに60歳以上の高齢者の割合が高く、男性においては壮年期50歳代の割合も高くなっています。60歳代男性は同年代の女性と比較すると約3倍になっており、また、女性に関しては、全体的に高齢者になるほど自殺者は多くなる傾向にあります。

(3) 南陽市における自殺の原因・動機

原因・動機としては、近年は「健康問題」が最も多くなっており、その割合は約5割になります。自殺の原因は複合的であり、単純なものではありませんが、その他に「家庭問題」や「勤務問題」も散見されます。

2 今後の課題

(1) 自殺の特徴を踏まえた対策について

「地域自殺実態プロフィール（2018）」では、総合的に見て、右記の項目が南陽市の重点項目として推奨されています。

自殺者が多い高齢期・壮年期の年代では、過労・生活困窮・介護疲れなどの悩みが複合的に起こりやすいため、総合的な取組みが求められます。

自殺の原因で最も多い健康問題として『うつ病』があります。うつ病は、その人の考え方や生活環境、ストレスなど複数の要因が絡み合い発症すると考えられており、自殺対策としては、個人のうつ病予防だけでは不十分であり、うつ病になる背景（問題）を解決することが重要だとされています。そのためには、生活や経済問題を含めた相談事業の充実が有効であることから、相談支援体制を整備することが極めて重要で、第一に取り組むべきことと考えられます。今後の対策として、相談窓口の存在を広く普及啓発しながら、医療・保健・福祉関係機関・団体等と幅広く連携し、各相談窓口での相談が、必要な支援に確実につながる仕組みを構築する必要があります。

また、地域づくりの観点から、いのちを互いに支えあう地域をつくるために、身近な人の悩みやこころの危険信号に気づき、対応できる人材育成も極めて重要です。

自殺を「個人の問題」ではなく「社会の問題」としてとらえ、南陽市総合計画や南陽市地域福祉計画を始め他の施策や事業と整合性を図りながら、誰も自殺に追い込まれることのない地域づくりを目指して、包括的な体制整備を推進していかなくてはなりません。

●地域自殺実態プロフィールより推奨される南陽市の重点項目

重点項目	
	・高齢者 ・生活困窮者 ・勤務・経営 ・子ども・若者

国が示す重点項目には、上記以外にも、無職者・失業者、ハイリスク他、震災等被災地などの自殺の特徴がある。

第3章 南陽市における自殺対策の基本理念と基本方針

【基本理念】

誰も自殺に追い込まれることのない いのち支えあう南陽市

- 市民一人ひとりが、自分自身と地域（まわり）の人を大切にする行動を通りして、いのちを支えあい、誰も自殺に追い込まれることのないまちを目指します。

基本方針1. 市民一人ひとりが、いのちとこころを大切にする取組みの充実

心身の健康の保持増進の大切さや方法、ストレス対策、うつ病の予防等についての周知啓発やセルフケアの取組みを支援します。また相談窓口の周知など教育活動、広報活動等を通じた啓発を実施します。

基本方針2. 地域で「気づき・つなぎ・見守る」人材を育成する

身近な人の悩みやこころの危険信号に気づき、声をかけ、話を聴いて、相談機関や専門家につなぎ、見守るなどの対応のできる人材育成を推進します。

基本方針3. いのち支えあう取組みの充実（ライフステージに応じた支援）

ライフステージを「妊産婦・こども」「思春期・青年期」「壮年期」「高齢期」と4つに分類し、「生きることを阻害する要因（自殺のリスク要因）」（過労・生活困窮・子育ての悩み・介護看病疲れ等）を減らす取組みを充実させ、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」（居場所づくり等）を増やす取組みを行います。

基本方針4. 庁内・関係機関とのネットワーク体制の強化

国、県、関係団体、民間支援団体、企業、地域等が連携し「生きることの包括的な支援」として自殺対策を推進していくため、関係者が自殺を正しく理解し、自殺対策について共通認識を持ち密接な連携をとりながら対策に取り組みます。

第4章 いのち支えあう南陽市の自殺対策の施策

基本方針1. 市民一人ひとりが、いのちとこころを大切にする取組みの充実

施策	取組み
○自殺対策に関する周知啓発 ○心身の健康づくり・ストレス対策・うつ病予防等の啓発及びセルフケアの取組み支援 ○相談窓口の周知啓発	① 自殺の現状や自殺対策に関する市民の理解の促進 ② うつ病予防やセルフケアの情報発信 ③ 相談窓口の設置及び相談窓口の情報発信

基本方針2. 地域で「気づき・つながり・見守る」人材を育成する

施策	取組み
ゲートキーパーの養成	① ゲートキーパー養成講座の開催（市民、事業者、市職員向け）

基本方針3. いのち支えあう取組みの充実（ライフステージに応じた支援）

	施策	取組み
ライフステージに応じた支援	(1) 妊産婦・こども	① 育児支援 ② 相談の場 ③ 家庭環境の調整
	(2) 思春期・青年期	① 相談の場 ③ こころの健康づくり ② 体制の整備 ④ 特性に応じた支援
	(3) 壮年期 【重点ステージ】	① 経済支援、企業支援等 ② 勤務問題に関して関係機関との連携 ③ 法律、生活等の相談の場
	(4) 高齢期 【重点ステージ】	① 居場所や生きがいづくり ② 地域での見守り・支えあいの推進 ③ 介護者の支援
	(5) ライフステージを問わない支援	① 相談の場 ③ ネットワークの構築 ② 居場所づくり ④ 自殺未遂者、自死遺族

基本方針4. 庁内・関係機関とのネットワーク体制の強化

施策	取組み
庁内における連携	① 庁内ネットワークの整備 ② 職員の資質向上、セルフケア
関係機関との連携	① 関係機関とのネットワーク

第5章 自殺対策の推進体制

行政の最大の責務は住民のいのちを守ることであり、自殺対策は住民のいのちを守る取組みそのものです。また、自殺対策を総合的に推進するためには、行政だけでなく、各関係機関・団体等それぞれの主体（①市、②関係機関、③学校、④民間支援団体、⑤職場・企業、⑥市民等）が果たすべき役割を明確にし、共有しながら、相互の連携を図り協働できる仕組みを構築し、総合的に取り組む必要があります。本市では、南陽市自殺対策推進本部を設置し、自殺対策計画の策定やその進捗管理を図るなど、全庁的な取組みとして自殺対策を推進します。