

第2次 釜石市自殺対策アクションプラン

基本
理念

誰も自殺に追い込まれることのない地域を目指して

目標

“一人でも多くの自殺者を防ぐ”
平成27年度の自殺死亡率から3割減少させ、令和11年には自殺死亡率15.2以下(人口10万対)となることを目指します



自殺対策の四つの方向性

1 包括的な自殺対策プログラムの実践

- (1) ネットワークの構築
- (2) 一次予防(市民全体へのアプローチ)
- (3) 二次予防(ハイリスク者へのアプローチ)
- (4) 三次予防(自死遺族支援)
- (5) 精神疾患へのアプローチ
- (6) 職域へのアプローチ

2 対象に応じた自殺対策の実践

- (1) 高齢者
- (2) 生活困窮者
- (3) 働き盛り世代
- (4) 健康問題を抱える人
- (5) 子ども・若者
- (6) 女性

3 東日本大震災津波の影響への対策

- (1) 被災者へ寄り添った傾聴サロンの開催
- (2) こころのケア

4 相談体制の充実・強化

- (1) ゲートキーパー*養成講座やフォローアップ
- (2) 関係機関との連携強化

五つの基本施策と主な取組

1 地域のネットワーク体制を強化する

釜石市自殺対策庁内連絡会の開催
釜石地域自殺対策ネットワーク会議との連携強化

2 住民一人ひとりの気づきと見守りを促す

ゲートキーパーについての普及啓発
こころの健康に関する健康教育・保健指導の実施

3 自殺対策を支える人材の確保

ゲートキーパー養成講座・フォローアップ講座の開催
ゲートキーパーや傾聴ボランティアの活動支援

4 働き世代に対する支援の強化

事業所訪問によるこころの健康づくりの普及啓発
や健康教育の実施

5 被災地における包括的な支援により自殺を防ぐ

災害関連の精神的な問題に関する専門的な支援

*いのちを支えるロゴマークは、自殺対策の相談対応で重要な「気づき」「傾聴」「つなぎ」「見守る」の流れを一体的に行うことで、いのちを支えるという決意が込められている。



現状と課題

■自殺死亡率(人口10万対)

- ・H14 46.5 → H25 22.1 → R3 19.2
- ・平成14年がピークで減少傾向が続くが、平成25年以降は横ばいの状況
- ・全体的に男性の割合が高い

■性別・年代別平均自殺死亡率(2018~2022年)

- ・男性 ①40代 ②80歳以上 ③70代
- ・女性 ①50代 ②30代 ③80歳以上

■心的苦痛を感じている人の割合(R5) (K6*質問票による10点以上の人)

- ・20代 5.7% ・30代 20.8%
- ・40代 17.3% ・50代 12.3%
- ・60代 7.7%

■自殺の原因・動機(2018~2022年の合計)

- ①健康 ②経済・生活 ③家庭 ④勤務
- ・全国、県と同様に健康問題が最も多いが、経済・生活問題の比率が高いことが特徴

■相談できる場所・医療機関を知っている人の割合

・H30 63.2% → R5 52.1%

■ゲートキーパーを知っている人の割合

・R5 25.1%

*ゲートキーパー:自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応(悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る)ができる人のこと。「命の門番」ともいわれる。

*K6:不安や抑うつなどの精神疾患をスクリーニングするため使用する6項目の尺度のこと。過去1か月間の心理的ストレスを24点満点で判断し、合計点が高いほど精神的な問題が重い可能性があるとしてされている。