

## 第3章 自殺対策の基本方針

## 第3章 自殺対策の基本方針

当市における自殺対策の基本方針を次のとおりとします。

### 1 生きることの包括的な支援として推進する

#### ① 社会全体の自殺リスクを低下させる

世界保健機関が「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題」と明言しているように、自殺は社会の努力で避けることのできる死であるということが世界の共通認識となっていることを踏まえ、「誰一人取り残さない」持続可能でよりよい社会の実現を目指すSDGsの理念と合致させながら、社会全体の自殺リスクを低下させる取組を推進します。

#### ② 生きることの阻害要因を減らし、促進要因を増やす

個人においても社会においても、「生きることの促進要因」となる自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等と比較して、阻害要因が上回れば自殺リスクは高くなり、促進要因が上回れば自殺リスクは低くなります。そのため、自殺対策は、「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、生きることの包括的な支援として推進します。

### 2 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む

#### ① 様々な分野の生きる支援との連携を強化する

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するためには、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が重要であり、様々な分野の施策、人々や組織が密接に連携する必要があります。

また、自殺の要因となり得る生活困窮、孤独・孤立、児童虐待、性暴力被害、ひきこもり、性的マイノリティ等の分野において生きる支援にあたる人々が、それぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有することが重要です。

そして、様々な分野で生きる支援にあたる人々が、自殺の危険を示すサインやその対応方法、問題に対応した相談窓口に関する基礎知識を有し、支援が受けられる外部の保健・医療機関などにつなげていけるよう、連携を強化していきます。

#### ② 地域共生社会の実現に向けた取組や生活困窮者自立支援制度などとの連携

制度の狭間にある人、複合的な課題を抱え自ら相談に行くことが困難な人などを地域において早期に発見し、確実に支援していくため、属性を問わない相

談支援、参加支援及び地域づくりに向けた支援を一体的に行う「重層的支援体制整備事業」の実施など、地域共生社会の実現に向けた取組をはじめとした各種施策との連携を図ることが重要です。

また、自殺の背景ともなる生活困窮に対応していくためには、自殺対策の相談窓口で把握した生活困窮者を自立相談支援の窓口につなぐことや、自立相談支援の窓口で把握した自殺の危険性の高い人に対して、自殺対策の相談窓口と協働して、適切な支援を行うなどの取組を引き続き進めることなど、生活困窮者自立支援制度も含めて一体的に取り組み、効果的かつ効率的に施策を展開していくことが重要です。

### ③ 精神保健医療福祉施策との連携

自殺の危険性の高い人を早期に発見し、確実に精神科医療につなげられるよう、かかりつけ医、精神科医等と連携しながら多職種で継続して支援する取組に併せて、自殺の危険性を高めた背景にある経済・生活の問題、福祉の問題、家族の問題など様々な問題に包括的かつ継続的に対応するため、精神科医療、保健、福祉等の各施策の連動性を高めて、誰もが適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにすることが重要です。

### ④ 孤独・孤立対策との連携

孤独・孤立の問題を抱える当事者やその家族に対する支援を行っていくことは、自殺予防につながるものであることから、孤独・孤立対策とも連携を図っていく必要があります。

### ⑤ 子どもの関係機関との連携

全国的に子どもの自殺者数が増加傾向を示している中で、子どもの自殺対策を強力に推進するには、児童福祉部門や教育委員会をはじめとする関係機関と連携を図っていく必要があります。

## 3 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる

### ① 対人支援・地域連携・社会制度のレベルごとの対策を連動させる

自殺対策に係る個別の施策は、以下の3つのレベルに分けて考え、これらを有機的に連動させながら総合的に推進します。

「対人支援のレベル」：個々人の問題解決に取り組む相談支援を行う

「地域連携のレベル」：問題を複合的に抱える人に対して、包括的な支援を行うための関係機関等が実務連携する

「社会制度のレベル」：自殺対策計画等の枠組みの整備や修正に関わる

### ② 事前対応・自殺発生の危機対応・事後対応の段階ごとに効果的な施策を講じる

「事前対応」：心身の健康の保持増進についての取組や、自殺及び精神疾患等に関する正しい知識と普及啓発等を、自殺の危険性が低い段階で行う

「自殺発生の危機対応」：現に起こりつつある自殺発生の危険に介入し、自殺を防ぐ

「事後対応」：自殺や自殺未遂が生じた場合に、家族や職場の同僚等に与える影響を最小限とし、新たな自殺を防ぎ、発生当初から継続的に遺族等を支援する

### ③ 自殺の事前対応の更に前段階での取組を推進する

地域の相談機関や抱えた問題の解決策を知らないがゆえに支援を得ることができず自殺に追い込まれる人が少なくないことから、学校において、命や暮らしの危機に直面したとき、誰にどうやって助けを求めればよいかの具体的かつ実践的な方法を学ぶと同時に、辛いときや苦しいときには助けを求めてもよいということを知る教育（SOSの出し方に関する教育）を推進します。問題の整理や対処方法を身に付けることができれば、それが「生きることの促進要因」となり、学校で直面する問題や、その後の社会人として直面する問題にも対処する力、ライフスキルを身に付けることにもつながると考えられます。

また、SOSの出し方に関する教育と併せて、孤立を防ぐための居場所づくり等を推進していきます。

## 4 実践と啓発を両輪として推進する

### ① 自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識を醸成する

自殺は「誰にでも起こり得る危機」である一方で、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくいことから、そうした心情や背景への理解を深め、危機に陥った場合には、誰かに支援を求めることが適当であるということが社会全体の共通認識となるよう、積極的に普及啓発を行います。

### ② 自殺や精神疾患に対する偏見をなくす取組を推進する

我が国では、精神疾患や精神科医療に対する偏見が強いことから、精神科を受診することに心理的な抵抗を感じる人は少なくありません。

一方で、死にたいと考えている人は、心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いており、不眠、原因不明の体調不良など、自殺の危険を示すサインを発していることが多いと言われています。

身近にいるかもしれない、自殺を考えている人の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人が増えるよう、広報活動、教育活動等に取り組みます。

また、自殺に対する誤った認識や偏見によって、遺族等が悩みや苦しさを打ち明けづらい状況が作られているだけでなく、支援者等による遺族等への支援の妨げにもなっていることから、遺族等への支援としても、自殺に対する偏見を払拭し正しい理解を促進する啓発活動に取り組みます。

## 5 市、関係団体、民間団体、企業及び市民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

自殺対策が最大限の効果を発揮するよう、各団体等が連携・協働して自殺対策を総合的に推進するとともに、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有化した上で、相互に連携・協働する仕組みを構築します。

### ① 市の役割

市は、大綱、地域の実情等を勘案して、市自殺対策計画を策定します。市民一人ひとりの身近な行政主体として、国や県と連携しつつ、地域における各主体の緊密な連携・協働に努めながら自殺対策を推進します。

### ② 関係団体の役割

保健、医療、福祉、教育、労働、法律その他の自殺対策に関係する専門職の職能団体や大学・学術団体、自殺対策に直接関係はしないがその活動内容が自殺対策に寄与し得る業界団体等の関係団体は、国を挙げて自殺対策に取り組むことの重要性に鑑み、それぞれの活動内容の特性等に応じて積極的に自殺対策に参画します。

### ③ 民間団体の役割

地域で活動する民間団体は、自殺防止を直接目的とする活動のみならず、保健、医療、福祉、教育、人権、労働、法律その他の関連する分野での活動もひいては自殺対策に寄与し得るということを理解して、他の主体との連携・協働の下、国、県等からの支援も得ながら、積極的に自殺対策に参画します。

### ④ 企業の役割

企業は、労働者を雇用し経済活動を営む社会的存在として、その雇用する労働者の心の健康の保持及び生命身体の安全の確保を図ることなどにより自殺対策において重要な役割を果たせること、ストレス関連疾患や勤務問題による自殺は、本人やその家族にとって計り知れない苦痛であるだけでなく、結果として、企業の活力や生産性の低下をもたらすことを認識し、積極的に自殺対策に参画します。

### ⑤ 市民の役割

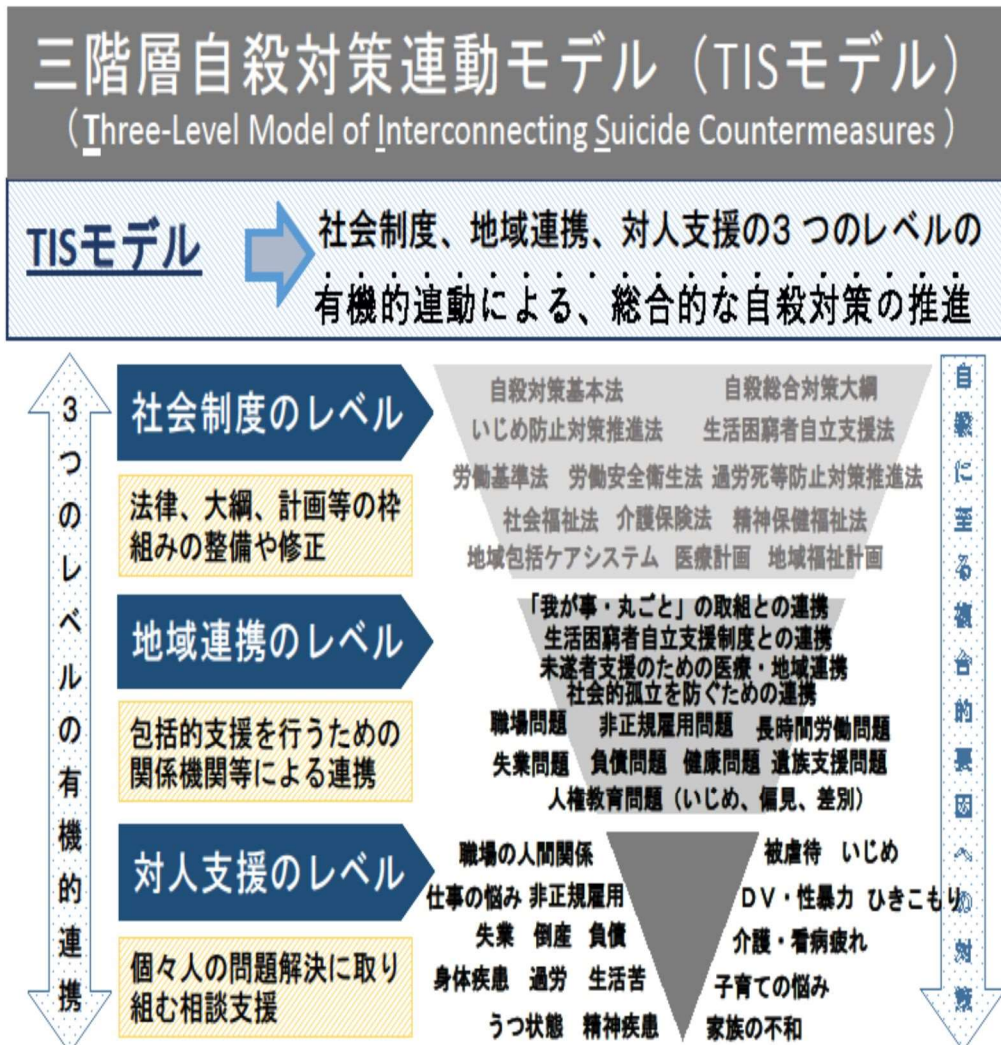
市民は、自殺の状況や生きることの包括的な支援としての自殺対策の重要性に対する理解と関心を深めるとともに、自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」であって、その場合には誰かに援助を求めることが適当であるということを理解し、また、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実も踏まえ、そうした心情や背景への理解を深めるよう努めつつ、自らの心の不調や周りの人の心の不調に気づき、適切に対処するこ

とができるようにします。

## 6 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する

自殺対策基本法第9条に基づき、自殺者及び自殺未遂者、親族等の名誉と生活の平穩を侵害することのないよう十分配慮しながら、自殺対策に取り組みます。

図10 厚生労働省 三階層自殺対策連動モデル



出典：JSCP（いのち支える自殺対策推進センター）資料