

第6章 第1期平塚市自殺対策計画

1 自殺対策計画とは

我が国の自殺者数は、1998年以降、2011年まで14年連続で3万人を超える状態が続いていたため、国は2006年に「自殺対策基本法」を制定しました。それまで、自殺に関してはあくまで「個人の問題」と認識されがちでしたが、自殺対策基本法を契機として、自殺は「社会の問題」とであると広く認識されるようになっていきます。

その後、国は2007年に「自殺総合対策大綱」を策定、2016年には自殺対策基本法を一部改正し、2017年に新たな自殺総合対策大綱を閣議決定しました。改正自殺対策基本法第13条第2項において、市町村には国が定める「自殺総合対策大綱」や都道府県の自殺対策計画そして地域の実情を勘案して、自殺対策計画を策定することが義務付けられました。

本市においても、2003年から2005年までの3年間の年間平均自殺者数が50人という深刻な事態を重く受け止め、市民のこころと命を守るという観点に立ち、本市の自殺対策の基本理念を明らかにするとともに、基本的施策を定め、市長が本市の状況に応じた具体的な施策を講ずるよう、2007年に全国で初となる自殺対策の条例「平塚市民のこころと命を守る条例」が議員提案され、可決されました。そして条例に基づき、自殺対策に関する総合的な取組を「こころと命のサポート事業」と位置付け、市民への積極的な啓発をはじめ、人材育成や関係機関間の連携強化に取り組んでいます。

第3期地域福祉計画においても自殺対策に関する項目を位置付け、さまざまな取組を行っていますが、自殺対策基本法が一部改正されたことや新たな自殺総合対策大綱が閣議決定されたことを受け、深刻な悩みを抱える身近な人からのサインに気づき、適切な支援へつなげることができる地域づくりを目指し、国（自殺総合対策推進センター）が本市の自殺実態を分析した「地域自殺実態プロファイル（以下「プロファイル」という。）」に基づく重点的

な取組をはじめとする「第1期平塚市自殺対策計画（以下「自殺対策計画」という。）」を策定することとしました。

2 自殺対策に関する現状と課題

(1) 自殺対策に関する現状

(国の状況)

1998年の急増以降、年間3万人超と高止まっていた年間自殺者数は、2010年以降7年連続して減少し、2015年には1998年の急増前の水準となりました。しかし、それでも20歳未満は10万人当たりの自殺による死亡者数（以下「自殺死亡率」という。）が、1998年以降おおむね横ばいであることに加えて、20歳代や30歳代における死因の第一位が自殺であり、年間自殺者数は減少傾向にあるものの依然として2万人を超えていることから、非常事態はいまだ続いている状況です。

全国の自殺者数の推移



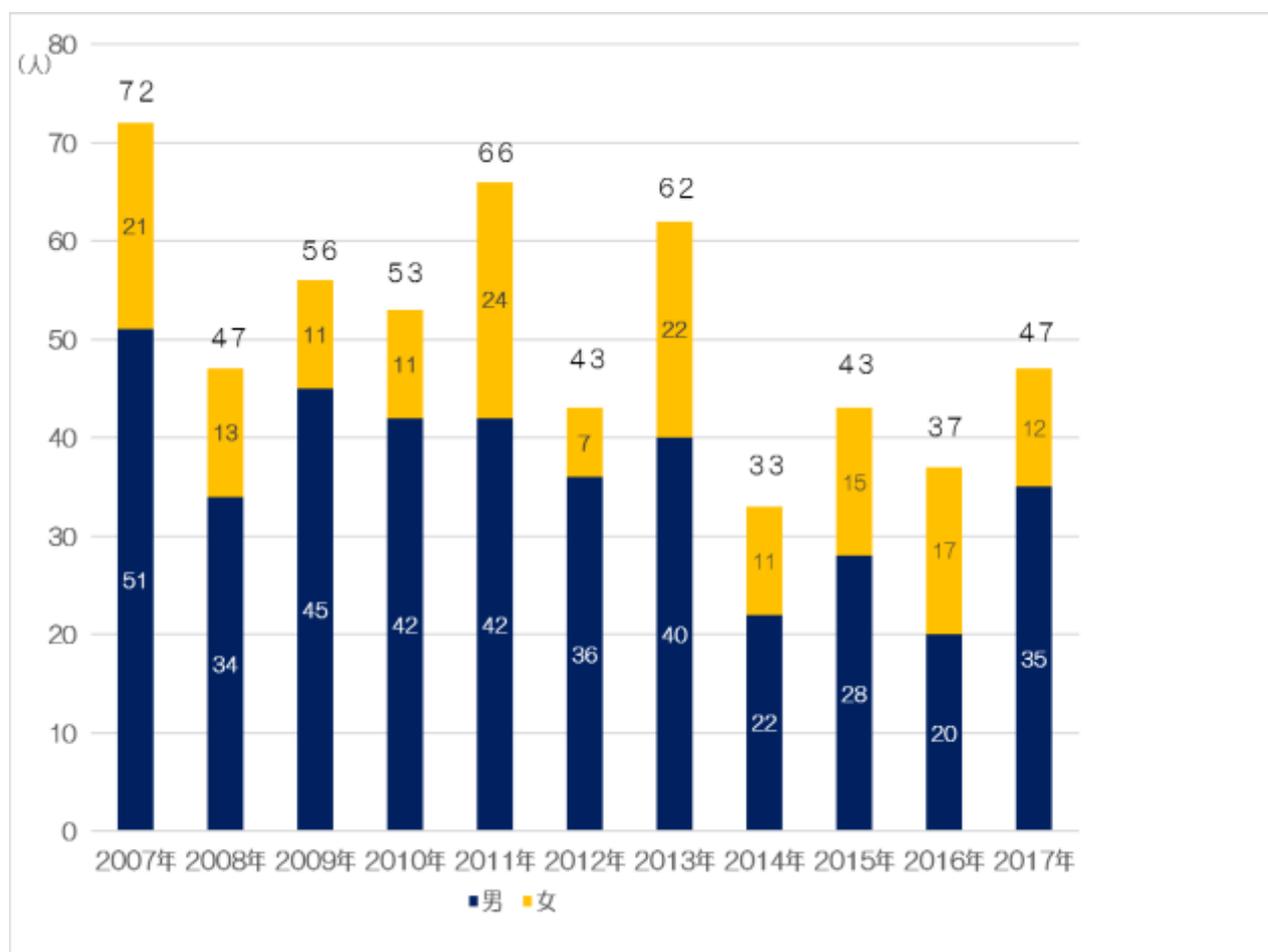
(出典：厚生労働省「自殺対策白書」)

(平塚市の状況)

ア 年間自殺者数

本市の年間自殺者数は、2007年からの推移をみると減少傾向ではありますが、増減を繰り返しています。自殺者の推移を性別で比較すると、女性より男性の自殺者が多い状況です。

平塚市の自殺者数の推移（2007年～2017年）



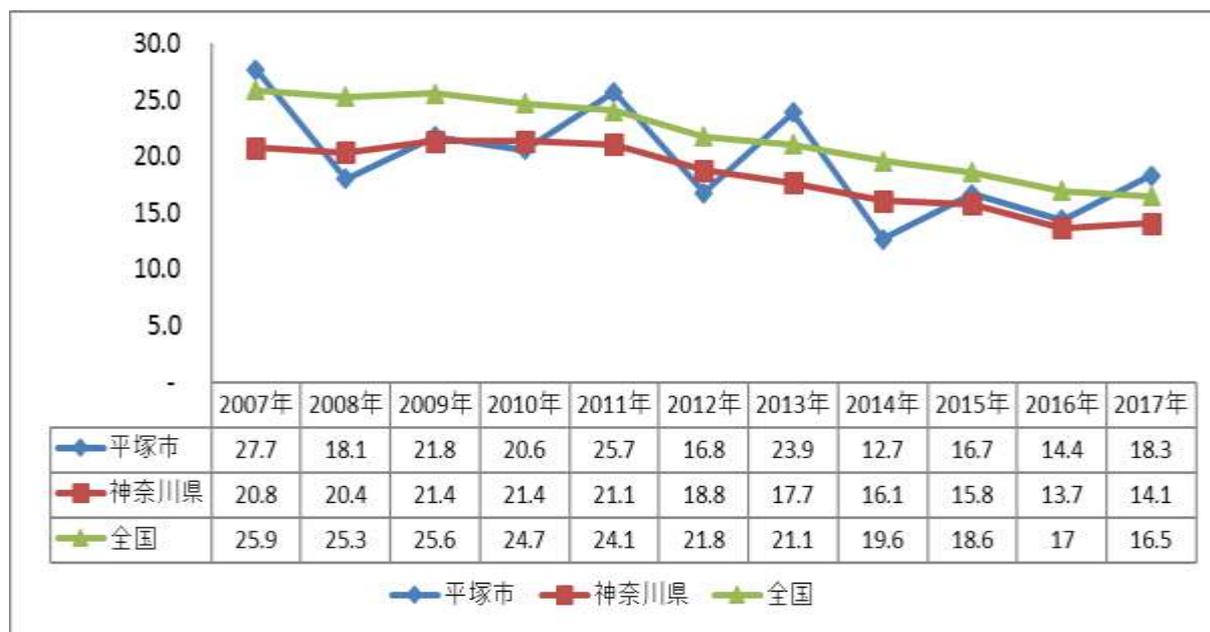
(出典：警察庁自殺統計)

イ 自殺死亡率

本市の自殺死亡率は、全国と比較して低い水準にありましたが、2015年からほぼ同水準であり、2017年は18.3となっています。

自殺死亡率の推移（全国・神奈川県・平塚市）

（単位：人）



（出典：警察庁自殺統計）

ウ 年代別自殺者数

本市の年代別自殺者数の傾向として、40歳代から60歳代までが多く、2013年から2017年までの5年間の累計では、40歳代が一番多く44人、60歳代39人、50歳代31人の順になっています。30歳代以下の若い年齢層でも20歳代は29人おり、30歳代22人、19歳以下8人となっています。また、70歳代以上の高齢者層でも、70歳代26人、80歳以上23人となっています。

エ 職業別自殺者数

本市の職業別の自殺者数の傾向として、2013年から2017年までの5年間の累計では、「被雇用・勤め人」が一番多く70人、次いで「その他無職者」が53人、「年金受給者」が43人おり、続いて「主婦」23人、「学生・生徒」10人、「失業者」8人となっています。

才 原因・動機別自殺者数

本市の原因・動機別自殺者数の傾向として、2013年から2017年までの5年間の累計で、「不詳」を除くと、「健康問題（身体やこころの病気についての悩み）」が最も多く84人、次いで「家庭問題」が35人、「経済・生活問題」が30人、「勤務問題」が17人おり、「その他」9人、「男女問題」6人の順になっています。

なお、自殺に至る原因・動機については、「不詳」が最も多く、直接の原因を特定できないことがあります。また、原因・動機は一つではなく、さまざまな要因が複雑に絡み合っていることが多いと言われています。

力 国が示す本市の主な自殺の特徴

プロフィールでは、「高齢者」、「生活困窮者」、「勤務・経営」区分の自殺が多く、重点的に取り組む項目となっています。

平塚市の主な自殺の特徴（特別集計（自殺日・住居地、2012年～2016年合計））

上位5区分※1	自殺者数 5年計	割合	自殺率※2 (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路※3
1位:男性60歳以上無職同居	28	12.8%	29.7	失業（退職）→生活苦+介護の悩み（疲れ）+身体疾患→自殺
2位:男性40～59歳有職同居	24	11.0%	17.1	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
3位:女性60歳以上無職同居	21	9.6%	13.9	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
4位:男性60歳以上無職独居	16	7.3%	93.3	失業（退職）+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
5位:男性20～39歳無職同居	16	7.3%	67.1	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

（出典：自殺総合対策推進センター「自殺実態プロフィール」）

※1 順位は、自殺者数の多さに基づいたものです。

- ※2 自殺死亡率の母数（人口）は、2015年国勢調査を元に自殺総合対策推進センターにて推計しました。
- ※3 NPO法人自殺対策支援センターライフリンクが行った500人以上の自殺で亡くなった方についての実態調査から、自殺は平均すると4つの要因が連鎖して引き起こされており、それらの要因の連鎖のプロセスは、性、年代、職業等の属性によって特徴が異なることが明らかになりました。（詳細は「自殺実態白書2013」（NPO法人自殺対策支援センターライフリンク））

（2）自殺対策を取り巻く諸課題

本市においては、さまざまな自殺対策の取組を進めているところですが、本市の状況や国の示した「平塚市の主な自殺の特徴」を踏まえ、次のような課題が抽出されます。

- プロファイルにあるとおり、「高齢者」、「生活困窮者」、「勤務・経営」区分の自殺が多くなっており、重点的に取り組む必要があります。
- 年代別自殺者数では、60歳代が二番目に多く70歳代以上でも30歳代より多くなっており、高齢者を支援する施設等と連携して、取り組むことが必要です。
- 職業別自殺者数では、「被雇用・勤め人」が一番多くなっており、事業所、特にメンタルヘルス対策に遅れがあるとされている小規模事業所には、情報提供も含めた取組が必要です。
- 原因・動機別自殺者数では、「不詳」を除くと、「健康問題（身体やこころの病気についての悩み）」が一番多く、次に「家庭問題」、「経済・生活問題」が多くなっていることから、「健康問題」では、相談先の情報、こころの健康やうつ病などに関する正しい理解の普及啓発などが、複合的な課題を抱えることもある生活困窮者に対しては相談支援が必要です。
- 2017年の本市における10歳代の自殺者が2016年に比べて増加していること、また、2017年7月から8月までに実施した市民意識調査では、「自殺対策として大切、充実させるべきと思うことは何か」という質問に対して、「若年層への『いのちの大切さ』を学ぶ教育」とした回答が最も多かったことから、児童生徒へ命の尊さ・大切さを学ぶ教育の機会を充実

させていくことが必要です。

- NPO 法人自殺対策支援センターライフリンクが行った実態調査から、自殺は平均すると4つの要因が連鎖して引き起こされ、その連鎖のプロセス（自殺の危機経路）は、性、年代、職業等の属性によって特徴が異なるとされていることから、さまざまな関係機関等が相互に連携し、適切な支援につなぐ必要があります。

コラム 15 子どもの頃から命の大切さを学ぶ地域での取組

子どもたちが自分や相手のことを大切にし、自分のことを肯定できる気持ちを育む取組を、関係団体、中学校、市が協働し行っています。

命の大切さや生活上の困難やストレスに直面した時の対処方法などを学ぶ講演会を中学校で実施しています。講演を聞いた生徒からは「困っている友達がいたら話を聞いてあげたいと思ったし、自分が困っている時にも相談しようと思った。」と

いった感想が寄せられています。

また、中学校にご協力いただき、「命の大切さ」や「人と人とのつながり、絆」などをテーマにした「自殺予防啓発ポスター」の作成の他、自殺予防啓発街頭キャンペーンに参加してもらっています。

さらに、中学校生徒が保育園で小さい子どもとふれあうことで、命の尊さを感じてもらうとともに自分も大切に育てられた存在であることに気づき、自己肯定感を高めることを目的とした「保育園ふれあい体験ボランティア」を実施しています。



中学生作成の自殺予防啓発ポスター（駅前地下道）

3 施策の推進の基本的な考え方

こうした現状把握と課題抽出を前提としつつ、「平塚市民のこころと命を守る条例」の目的である「市民が健康で生きがいを持って暮らすことができる社会」の実現を目指し、さらに第3章で整理した計画全体の基本理念や基本目標を踏まえた自殺対策計画における施策推進の基本的な考え方は、次のとおりです。

地域住民や職場同僚などが、深刻な悩みやSOSを抱える身近な人からのサインに気づき、適切な支援へつなげることができる地域づくりを目指します。

施策の推進の基本的な考え方を実現するために、プロフィールに基づく重点的な取組のほか、自殺対策の啓発周知の強化やゲートキーパー（※23）の積極的な養成などを行う必要があります。そのため、地域におけるネットワーク体制の強化、自殺対策を支える人材の育成、市民へ自殺に関する正しい知識の啓発や悩み事を相談できる窓口へのつなぎ、関係機関相互の連携強化に基づく「生きること」への支援を促進します。また、児童生徒に社会において直面する可能性のあるさまざまな困難・ストレスへの対処法を身に付ける教育の実施や「いのちの尊さ」を伝えることで、児童生徒がSOSを出することができる教育についての取組を推進します。

【自殺対策計画全体の数値目標】

国が2017年11月に策定した「市町村自殺対策計画策定の手引～誰も自殺に追い込まれることのない社会実現を目指して～」では、市町村単位で策定する自殺対策計画における計画全体で目指すべき数値目標を掲げることが求められています。これを踏まえ、本市の自殺対策計画全体で目指す数値目

※23 ゲートキーパーとは、自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応を図るため、自殺の危険性を示すサインに気づき、適切な対応を図る役割を担う人材のことです。

標を次のとおり定めます。

自殺総合対策大綱(2017年7月改定)で示された国の数値目標(※24)及び神奈川県の子自殺対策計画の数値目標(※25)を踏まえ、市では、自殺死亡率を2019年度(2017年数値18.3)から、5年間で15%以上減少させ、2023年に15.5以下にすることを目指します。

コラム16 本を通じた啓発活動

本市では、2009年度から読書を通じた自殺対策の啓発活動に取り組んでいます。一例として、中央図書館が中心となり、命の大切さを考える本や元気が出る本をテーマに選んだ『こころと命のサポートのための本』をブックリストとしてまとめているほか、自殺予防週間のある9月と自殺対策強化月間の3月には、テーマに沿った本を展示するコーナーを設置し、貸出も行っています。

また、市内の小中学校の学校図書館では、学校司書や司書教諭、ボランティアが中心となり、テーマに沿った本の展示コーナーを設置するなど、児童生徒だけでなく、先生や保護者等、学校を訪れた人にも参考となるよう、工夫しています。



地域の図書コーナーの様子

さらに、本市では中学校の学区ごとに、「子ども読書活動推進地区」を指定し、家庭、地域、学校が連携して子どもの読書活動を進めていく協議会を設置しています。協議会と市が協働して、『いのちの尊さをつたえる本』のリストを作成し、

市ホームページで毎月紹介している他、地域のおはなし会に参加した親子や他地区の協議会に配布して、読み聞かせへの活用をすすめています。

※24 国の数値目標は、先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、2015年の自殺死亡率18.5を2026年までの10年間で30%以上減少させ、13.0以下とすることをしています。

※25 神奈川県の子自殺対策計画の数値目標は、2018年度(2016年数値14.6)から、2022年度までの5年間で自殺死亡率を15%以上減少させ、2021年に12.4以下とすることをしています。

4 市民、関係団体、市（市社協）の役割

自殺対策計画の推進には、単に市や市社協が施策を推進するだけでなく、地域全体の取組が不可欠です。そのため、次のとおり市民、関係団体、市（市社協）に期待される役割を整理しました。

【自殺対策計画を推進するために期待される主な役割】

市民	<ul style="list-style-type: none"> ・自殺対策についての関心と理解を深めるよう努力 ・身近な人のところと身体の不調のサインへの気づき、話を聴き、適切な支援へのつなぎ
関係団体	<ul style="list-style-type: none"> ・事業主は、市と連携しながら雇用する労働者の心の健康保持を図るために適切な措置を講じるよう努力 ・教育関係者は、研修を受講し児童生徒からのサインに気づき適切な対応ができるよう努力 ・子ども読書活動推進協議会は、読み聞かせ等により子どもに「命の大切さ、尊さ」を学ぶ機会の提供
市（市社協）	<ul style="list-style-type: none"> ・庁内及び関係機関が相互かつ密接に連携しネットワーク体制を強化 ・児童生徒に生き方や命の大切さを学ぶ機会を提供 ・悩みや困りごとの相談窓口や機関の情報周知 ・早期の気づきや支援へのつなぎ役であるゲートキーパーの養成

5 自殺対策の取組

自殺対策計画における自殺対策の取組は、次のとおりです。なお、計画事業の数値等目標については、別冊の17ページ以降に取りまとめました。

(1) 地域におけるネットワークの強化	01 事例検討を通じたネットワーク体制の強化
(2) 自殺対策を支える人材の育成	02 ゲートキーパーの積極的養成<重点【高齢者】>
	03 教育関係者に対する自殺対策研修の推進
	04 民間事業所における自殺予防担当者(メンタルヘルス担当者)の養成促進<重点【勤務問題】>
(3) 市民への啓発と周知	05 啓発周知の強化
	06 自殺対策研修会への市民の参加<重点【高齢者】>
	07 メンタルヘルスチェックシステム「こころの体温計」の活用促進
	08 読書活動を活用した自殺対策の推進
(4) 「生きること」への支援促進	09 多重債務者・青少年相談支援体制の強化<重点【生活困窮者】>
	10 自死遺族等への支援拡充
	11 「いのちとくらしの総合相談会」<重点【生活困窮者】【勤務問題】>
(5) 児童生徒がSOSを出すことができる教育の推進	12 生き方・命の大切さを学ぶ機会の提供
	13 「SOSの出し方に関する教育」の推進

※ 重点的な取組を<重点【○○○(対象)】>として示しています。

※ この取組も含めた関連事業の一覧を別冊の101ページ以降に掲載しています。

（１）地域におけるネットワークの強化

実効性のある自殺対策を推進するために、市民、民間団体、医療機関、企業、行政機関が相互に連携・協働する仕組みを充実することが必要です。そのために、事例検討を通じたネットワーク体制の強化を図ります。

01 事例検討を通じたネットワーク体制の強化

（事業に関する現状）

自殺対策を総合的に推進するため、有識者・関係機関等で構成する「平塚市自殺対策会議」や庁内関係課の各課長で構成された「平塚市自殺対策庁内会議」、庁内関係各課及び関係機関（平塚保健福祉事務所、平塚警察署、市社協）で構成された「平塚市自殺対策担当者会議」を設置しています。

（事業に関する課題）

自殺の原因は一つではなく、複合的な要因が絡み合っています。しかし、現状では各機関が個別に支援を提供しているケースが多く、各機関の相互連携・協働の充実が求められます。

（取組の方向性）

「平塚市自殺対策会議」で本市における自殺の現状を踏まえた課題の抽出、各種事業の調査・評価等を行うとともに、各機関が具体事例を通じて連携・協力しつつ適切な支援につなげていくことができる連携・協働の仕組みや相談体制の整備を図ります。

（事業の概要）

「平塚市自殺対策庁内会議」及び「平塚市自殺対策担当者会議」において、自殺対策に関する知識を深めていく研修会だけでなく、具体的な困難事例の検討会を開催して、どの職員でも一定以上の技量を備えた対応ができるよう対応方法を検討し、関係各課の連携、情報共有を推進します。

また、「平塚市自殺対策会議」の機能強化を通じて、ネットワークの強化を

図ります。

(2) 自殺対策を支える人材の育成

さまざまな悩みや生活上の困難を抱える人に対しては、早期の「気づき」や支援への「つながり」が重要です。その役割を担う人材育成の取組を充実させるため、ゲートキーパーの養成や教育関係者に対する研修を行います。

02 ゲートキーパーの積極的養成＜重点【高齢者】＞

(事業に関する現状)

市職員や民生委員、民間事業所のメンタルヘルス推進担当者、大学生等を対象にゲートキーパー養成研修を実施しています。研修内容は自殺の現状や基本認識、自殺に傾いている人の心の状態、対応のポイント等の講義やDVD視聴、対応の模擬演習等となっています。

(事業に関する課題)

自殺未遂者等の自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応を図るための人材の養成が十分ではありません。なお、自殺総合対策推進センターから示されたプロファイルでは、本市の特徴として「高齢者」の自殺が多いと示されており、この点から高齢者に主眼を置いたゲートキーパーの養成が求められています。

(取組の方向性)

一人でも多くのゲートキーパーを養成し、自殺の可能性の高い人に気づき、適切な支援へつなげられるようにします。特に高齢者の自殺対策という観点を踏まえて積極的に取り組みます。

(事業の概要)

よろず相談センターやケアマネジャー、生きがい事業団など高齢者にかかわる支援者に対して重点的に研修を実施します。

03 教育関係者に対する自殺対策研修の推進

（事業に関する現状）

児童生徒の自殺予防を推進するため、小・中学校教職員等を対象に、教育関係職員へ求められる自殺対策に関する基本的知識や技術の習得を図るための研修会を実施しています。

（事業に関する課題）

2017年中の本市における10代の自殺者数は2016年に比べ増加していることから、教職員等に対し自殺対策等に関する基本的知識の習得を図るため、実践的かつ効果的な研修を行う必要があります。

（取組の方向性）

教育関係機関の現場等において悩みを抱える児童生徒からのサインに気づき適切な対応を取ることのできる教職員等を養成します。

（事業の概要）

若年層の自殺を防ぐ観点から、教職員等に求められる自殺予防に資する基本的知識や技術が身につくよう、講師選定や研修テーマを教育委員会と検討するなど研修内容の見直しを図ります。

04 民間事業所における自殺予防担当者（メンタルヘルス担当者）の養成促進＜重点【勤務問題】＞

（事業に関する現状）

労務安全衛生協会が主催する市内の民間事業所を対象とした地区会において、各種相談窓口の情報提供やゲートキーパー養成研修を実施しています。

（事業に関する課題）

プロフィールでは、本市の特徴として「勤務・経営」分野の自殺が多いことが示されています。特に小規模な民間事業所においては、従業員の不調や変調に気づいても次につなげることができずに不調が深刻化するケースが少なくありません。

（取組の方向性）

メンタルヘルス研修会の開催や各相談機関の周知などを通じ、小規模事業所におけるメンタルヘルス対策を重点的に推進します。あわせて、民間事業所に対しゲートキーパー養成やうつ病などへの気づきや理解に関する啓発を推進します。

（事業の概要）

現行の労務安全衛生協会主催地区会における取組に加え、小規模事業所向けにメンタルヘルスに関する研修会等を実施します。

（3）市民への啓発と周知

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」であり、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が、社会全体の共通認識になるように積極的に啓発周知を行う必要があります。

05 啓発周知の強化

（事業に関する現状）

9月の自殺予防週間及び3月の自殺対策強化月間に合わせ、駅前等で街頭キャンペーンを実施しています。

また、啓発用グッズや相談窓口案内リーフレット「気づいてくださいこころのサイン」を作成し、関係機関、関係団体等へ配布するとともに医療機関や公共施設等へ配架及び研修会等での配付により相談先の周知を行っています。

（事業に関する課題）

悩みごとや困りごとがあった際に市民が相談できる窓口や機関の情報周知を強化する必要があります。特に、従業員50人未満の小規模事業所ではメンタルヘルス対策が遅れていると言われており、地域の関係機関との連携に

より小規模事業所への働きかけが必要です。

(取組の方向性)

悩みや困りごとを抱えた市民が、相談窓口や相談機関につながるよう周知を強化します。

(事業の概要)

家族介護教室等の高齢者支援に関連する機関や、小規模事業所やそこで働く人を対象とした保健指導等の産業保健サービスを提供する地域産業保健センターを通じて相談窓口案内のリーフレットを配布して、高齢者及び家族、小規模事業所に対して相談窓口の周知を図ります。

また、自殺予防週間及び自殺対策強化月間に合わせた駅前の街頭キャンペーン等については効果的な実施方法を検討するほか、さまざまな媒体を活用して啓発周知を図ります。

06 自殺対策研修会への市民の参加<重点【高齢者】>

(事業に関する現状)

主に教職員・庁内職員を対象に自殺対策の専門的な研修を実施しています。

(事業に関する課題)

市民向けの研修については、主にゲートキーパー養成研修を行っています。市民が自殺やうつ病などに関する研修を受ける機会を増やす必要があります。

(取組の方向性)

プロフィールで高齢者の自殺が多いことから高齢者が自殺対策について学ぶ機会を増やすことで、自殺対策に関する市民の理解を深めます。

(事業の概要)

教職員研修会や精神保健に関するボランティアの養成研修などの実践的内容を含む一部の研修会等について、老人クラブやよろず相談センターに周知をして高齢者の参加者を増やします。

07 メンタルヘルスチェックシステム「こころの体温計」の活用促進

（事業に関する現状）

幅広い年代に対し、心の状態を知り、心の健康（メンタルヘルス）への関心を喚起するため、携帯電話やパソコンを利用して気軽にメンタルヘルスチェックができるサービスである「こころの体温計」を提供しています。

（事業に関する課題）

「こころの体温計」については随時内容を更新していますが、アクセス数をさらに伸ばしていくことが必要です。ストレスやうつ症状などの可能性がある場合に相談窓口などへつなげていく必要があります。

（取組の方向性）

「こころの体温計」の活用を通じ、市民に対してストレスやメンタルヘルス、心の健康やうつ病などに関する正しい理解の普及啓発を図ります。

また、問題が悪化する前に適切な相談機関への相談、精神科医療への受診を促すため、システム内の相談情報等の充実を図ります。

（事業の概要）

「こころの体温計」を効果的な内容とするため、チェック結果表示画面の改善や市内の精神科医療の情報を追加するなど、システム強化を図ります。

08 読書活動を活用した自殺対策の推進

（事業に関する現状）

中学校区ごとに設置されている「子ども読書活動推進協議会」の活動を通じて「命の大切さ、尊さ」をテーマに取り上げることで、若年層の自殺対策を推進しています。また、中央図書館では学生や教員に協力してもらい、毎年「こころと命のサポートのための本」のリストを作成し、紹介した本を展示したり、おはなし会で取り上げたりしています。

（事業に関する課題）

2017年中の本市における10代の自殺者数が2016年に比べ増加して

いることから、より若年層向けの自殺対策を推進する必要があります。そのため、児童・生徒が「命の大切さ、尊さ」を学ぶきっかけとして読み聞かせなどの環境づくりをさらに進めていく必要があります。

（取組の方向性）

おはなし会や読み聞かせ、「命の大切さ、尊さ」をテーマに選んだ図書の紹介等を通じ、子どもの頃から「命の大切さ、尊さ」を学ぶ機会を提供します。

（事業の概要）

「命の大切さ、尊さ」をテーマとした図書室展示や読み聞かせが、より多くの地域で実施されるよう働きかけるとともに、子ども読書活動推進協議会との協働事業により作成した「命の尊さをつたえる本」のリストと、中央図書館で作成した「こころと命のサポートのための本」（小冊子）を市内小中学校の学校司書及び司書教諭、保育所・幼稚園、各子ども読書活動推進協議会に配付します。また、各地区協議会・中央図書館でのおはなし会などに参加した親子にリストを配布したり、今月のおすすめ本を市のホームページで毎月紹介したりするなどして、家庭での読書活動を促します。

（４）「生きること」への支援促進

自殺対策は「生きることの促進要因」を高め、「生きることの阻害要因」を低くする取組を行うという視点から、多重債務や生活困窮など様々な悩みを抱えた人や若年者、自殺で遺された人への支援に関する対策を推進します。

09 多重債務者・青少年相談支援体制の強化＜重点【生活困窮者】＞

（事業に関する現状）

自殺対策の一環として、「多重債務相談」や「青少年相談」、「ヤングテレホン」を実施しています。

（事業に関する課題）

全国的な傾向として、若年層の自殺が減っていないことや、多重債務者の自殺率が高い状況があります。プロフィールでは、「生活困窮者」を重点的に取り組む項目としており、多重債務により生活困窮になっている場合もあることから多重債務者への支援が必要です。

（取組の方向性）

自殺リスクのある多重債務者、若年層を適切な自殺対策相談窓口や相談機関につなげることで、問題解決や自殺防止の可能性を高めていきます。

（事業の概要）

多重債務相談では、必要に応じて、相談者を法テラスや自立相談支援機関（※26、以下「くらしサポート相談」という。）などの相談窓口につなぎ、対応することで包括的な支援を行います。青少年相談では、電話・来室・メール・手紙で広く相談を受け、相談内容によっては他の専門機関につなぐことで課題の解決へ結びつけます。また、9月と3月に若年層向けの相談「青少年相談」と「ヤングテレホン」を相談強化月間として実施します。

10 自死遺族等への支援拡充

（事業に関する現状）

神奈川県とともに、全国自死遺族総合支援センター等の協力を得て、「自死遺族の集い（わかちあいの会）」を開催しています。

また、自死遺族等が相談できる機関・自死遺族の集いの情報を記載した相談窓口案内のリーフレットを市ホームページで公開しているほか、市内公的機関・公共施設等に配架、街頭キャンペーン等で配布しています。

（事業に関する課題）

家族や身近な人を自殺で亡くした人は、自責の念にかられたり、周囲の自殺に対する偏見にさらされて傷ついたり、長期にわたり、こころと身体

※26 自立相談支援機関とは、自立相談支援事業を行う機関をいいます。本市においては、「くらしサポート相談」の愛称を付けています。

に様々な影響を受けることがあり、市民が自殺や遺族等の置かれた立場や心情について理解を深めていく必要があります。

(取組の方向性)

自死遺族等が、安心して自分の気持ちを語り、分かち合う場を確保することで、自死遺族等の孤立を防ぎます。

また、庁内職員、教育関係者等、市民を対象に、広報や研修会を通じて自死遺族等支援に必要な情報を周知します。

(事業の概要)

神奈川県・自死遺族支援団体等と「わかちあいの会」がより充実するよう、運営方法を検討します。

市民に関わる庁内職員、教育関係者等へのゲートキーパー研修で、自死遺族等の置かれた立場や心情、支援情報に関する内容を増やし、理解向上を図ります。また、自死遺族等が相談できる専門の相談窓口について周知を強化します。

1.1 「いのちとくらしの総合相談会」

<重点【生活困窮者】【勤務問題】>

(事業に関する現状)

失業や多重債務など生活に関する相談と心の健康（メンタルヘルス）相談は、それぞれの相談機関・窓口で対応しています。

(事業に関する課題)

失業者や労働者などの相談は、相談内容が複合的かつ複雑で相談窓口が多岐にわたるケースもあり、相談者の負担を軽減する必要があります。

(取組の方向性)

労働者・失業者が抱えがちな問題（失業、生活苦、多重債務、うつ病、人間関係など）に対応できる専門機関（ハローワーク、労働基準監督署、福祉事務所、法テラス、神奈川県精神保健福祉センター等）と連携した相談体制

を整備します。

(事業の概要)

自殺に至る要因が複合的であることを踏まえ、複数分野の専門家・相談員が連携して総合的な支援を行う総合相談会（いのちとくらしの総合相談会）を開催します。

(5) 児童生徒がSOSを出すことができる教育の推進

子どもたちが他人や自分を傷つけずに、自分のことを肯定する気持ち（自己肯定感）を育ていけるよう「命の大切さ、尊さ」を伝える取組を地域の関係団体・教育委員会・学校等と協力し、進めていきます。

また、児童生徒の「SOSの出し方に関する教育」（以下「SOSの出し方教育」という。）を地域で展開していくために、困難やストレスに直面した児童生徒が信頼できる大人に助けの声をあげることができるよう教育委員会・学校と協力し、取組を進めていきます。

1.2 生き方・命の大切さを学ぶ機会の提供

(事業に関する現状)

中学生を対象として、自尊心を育むことや困難に直面したときの対処の方法などをテーマとした講演会を実施しています。

(事業に関する課題)

日本の若い世代の自己肯定感は、他国と比べ低くなっていることから、若い世代の自己肯定感を高めていくことは全国的な課題となっています。また、2017年7月から8月までに実施した市民意識調査では、「自殺対策として大切、充実させるべきと思うことは何か」という質問に対して、「若年層への『いのちの大切さ』を学ぶ教育」とした回答が最も多かったことから、生徒へ命の大切さ、尊さを学ぶ教育の機会を充実させていくことが必要です。

(取組の方向性)

中学生が自尊心を大切にし、困難等に直面した時の対処方法を身に付けられる機会を提供します。

(事業の概要)

普段あまり接することのない様々な分野の人を招いて、多様な生き方等についての講演会を実施します。また、命の大切さ、尊さをテーマに中学生による演劇の公演を行います。

13 「SOSの出し方に関する教育」の推進

(事業に関する現状)

各学校において「自己肯定感や命の大切さを考える」取組を行っています。

(事業に関する課題)

SOSの出し方教育は自殺予防教育の柱の一つとして位置づけられており、その効果的な実施方法を検討する必要があります。

(取組の方向性)

2017年度に文部科学省・厚生労働省連名で発出された通知に沿った内容のSOSの出し方教育等を各学校の実情に合わせて市内全小中学校で実施します。

(事業の概要)

通知に沿った内容のSOSの出し方教育等の効果的な実施方法等について検討し、市内全小中学校で実施します。

コラム 17 悩みは一人で抱え込まずに相談を～気づきとつなぎ～

自殺された方の多くが、仕事や収入、多重債務、住居、介護や育児、心身の病気、事故や災害など様々な問題に直面し追い込まれながらも、適切な支援を受けていなかったことが分かっています。そのため、身近な人の様子の変化に気がついたら、声をかけ、話を聴き、悩みごとや困りごとの内容に応じて適切な支援につなげることが大切です。平塚市では職員が地域に出向いて、様々な相談を受けることが多い民生委員児童委員等を対象に、自殺に関する正しい知識と対応方法を伝える「ゲートキーパー養成研修」を実施しています。

また、2009年度から相談窓口の情報を集約した「相談窓口案内リーフレット」を作成しています。「市の窓口だと顔が分かってしまうので、相談がしにくい。」という意見があったことから、市の相談窓口だけでなく国や県の機関や民間団体なども含め、一覧にして相談内容を分野別にまとめています。この相談窓口案内リーフレットは、小・中学校、高等学校の児童、生徒を通じて各家庭に配られているほか、民生委員児童委員をはじめ地域で活動をされる方々や市役所の転入手続きをした市民に配付しています。

また、市ホームページへの掲載や精神科医をはじめとした医療機関などに配架しているほか、JR平塚駅の構

JR平塚駅構内での配架



内や駅地下道にある広告板への掲示など広く周知をしています。

○リーフレットに関する市ホームページのアドレス

http://www.city.hiratsuka.kanagawa.jp/fukushi/page-c_00313.html

