

第6章 自殺対策計画



1 計画の策定に当たって

(1) 計画策定の背景と趣旨

我が国では、平成18（2006）年に「自殺対策基本法」が制定されて以降、これまで「個人の問題」と認識されがちであった自殺が広く「社会の問題」として認識されるようになり、国を挙げた自殺対策が総合的に推進されるようになりました。その結果、平成10（1998）年には3万人を超えていた自殺者数が、平成24（2012）年に3万人を下回った後、減少を続けてきました。

しかし、新型コロナウイルス感染症の拡大による社会環境の変化等を受けて、令和2（2020）年には平成21（2009）年以来11年ぶりの増加に転じました。特に、社会・生活環境の変化を受けやすい女性や子ども・若者の自殺者数が増加しています。

このような状況を踏まえ、令和4（2022）年に見直された新たな「自殺総合対策大綱」においては、コロナ禍の自殺の動向も踏まえた総合的な自殺対策のさらなる推進・強化が求められています。

兵庫県においても、自殺者数が令和元（2019）年に阪神・淡路大震災以降で最少となったものの、令和2（2020）年以降増加傾向にあり、特に女性や子ども・若者・中高年層の自殺者数が多くなっています。このような中で、令和5（2023）年3月には国の新たな「自殺総合対策大綱」を踏まえ、「兵庫県自殺対策計画」の見直しが行われました。

自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、背景には精神保健上の問題だけでなく、多様な社会的要因があることが知られています。自殺対策を進めるためには、保健・医療・福祉・教育・労働その他の関連施策との有機的な連携により、「生きることの包括的な支援」として実施していくことが重要です。

播磨町では、平成31（2019）年に「播磨町自殺対策計画」を策定し、計画に基づいた取組を推進しているところです。この度、令和5（2023）年度に第1期計画の計画期間が終了となることから、国、県等の動向を踏まえるとともに、引き続きすべての町民がかけがえのない個人として尊重され、「生きることの阻害要因」を減らし、併せて「生きることの促進要因」を増やすことを通じて、誰も自殺に追い込まれることのない社会を実現することを目指し、「播磨町自殺対策計画」を策定します。

(2) 新しい自殺総合対策大綱のポイント

令和4（2022）年10月に閣議決定された、新しい大綱のポイントは以下の通りです。

1 子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化

- 自殺の事案について詳細な調査や分析を進め、自殺を防止する方策を検討。
- 子どもの自殺危機に対応していくチームとして学校・地域の支援者等が連携し自殺対策に当たることができる仕組み等の構築。
- 命の大切さ・尊さ、SOSの出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応等を含めた教育の推進。
- 学校の長期休業時の自殺予防強化、タブレットの活用等による自殺リスクの把握やプッシュ型支援情報の発信。
- 令和5年4月設立の「こども家庭庁」と連携し、子ども・若者の自殺対策を推進する体制を整備。

2 女性に対する支援の強化

- 妊産婦への支援、コロナ禍で顕在化した課題を踏まえた女性の自殺対策を「当面の重点施策」に新たに位置づけて取組を強化。

3 地域自殺対策の取組強化

- 地域の関係者のネットワーク構築や支援に必要な情報共有のためのプラットフォームづくりの支援。
- 地域自殺対策推進センターの機能強化。

4 総合的な自殺対策の更なる推進・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。
- 国・地方公共団体・医療機関・民間団体等が一丸となって取り組んできた総合的な施策の更なる推進・強化。

資料：厚生労働省「自殺総合対策大綱の見直しのポイント」より

2 播磨町の自殺対策の現状と課題

(1) 統計データからみる現状

① 自殺死亡率の推移

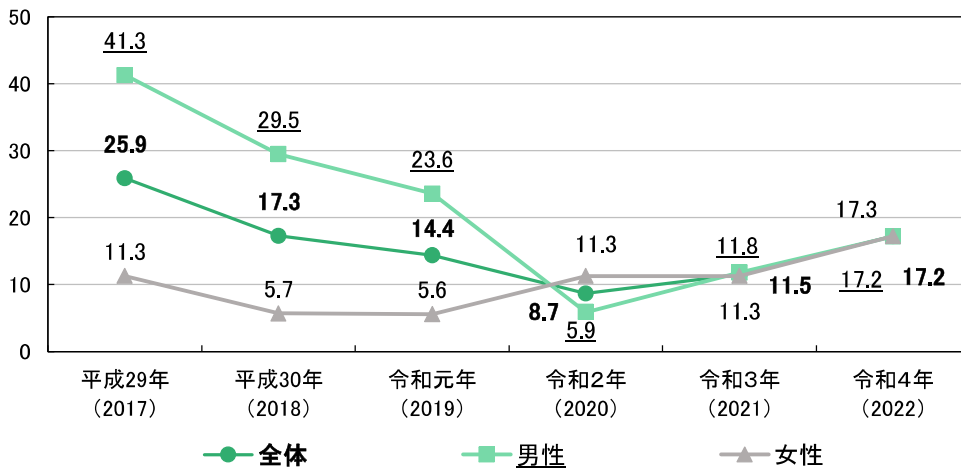
播磨町の自殺死亡率[※]は平成29（2017）年から令和2（2020）年にかけて減少傾向にありましたが、令和3（2021）年以降増加しています。性別で見ると、令和2（2020）年と令和4（2022）年を除き、男性の自殺死亡率が女性の自殺死亡率を上回っています。

また、播磨町の自殺死亡率を国・県と比較すると、令和元（2019）年から令和3（2021）年にかけては国・県の自殺死亡率を下回っています。令和4（2022）年では県と並んでおり、国を下回っています。

※「自殺死亡率」とは、人口10万人当たりの自殺者数を表す。自殺死亡率は、「(ある年の自殺者数 ÷ 同年1月1日の住民基本台帳に基づく人口) × 10万」によって算出され、単位は「10万人対」となります。播磨町の人口規模を鑑み、個人の特定を避けるために、自殺者数5人以下の数値は自殺死亡率あるいは割合で表記しています。

■ 播磨町の男女別自殺死亡率の推移

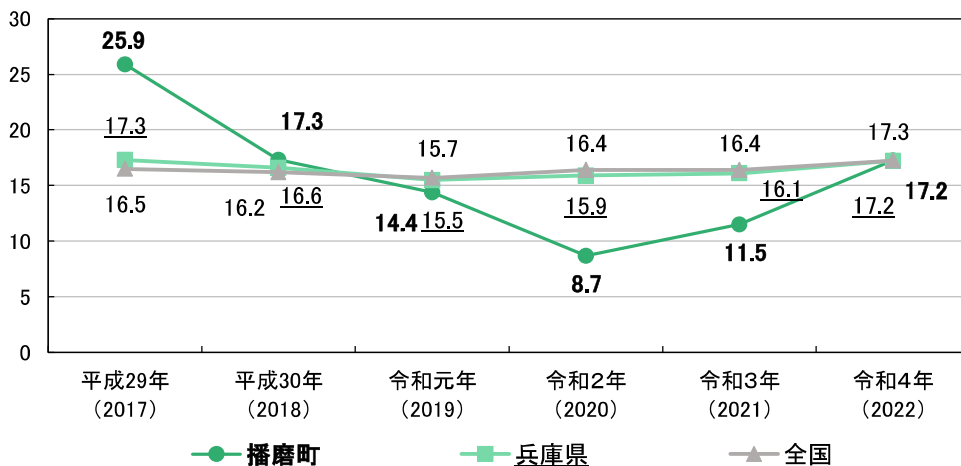
(10万人対)



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

■ 播磨町・兵庫県・全国の自殺死亡率の推移

(10万人対)

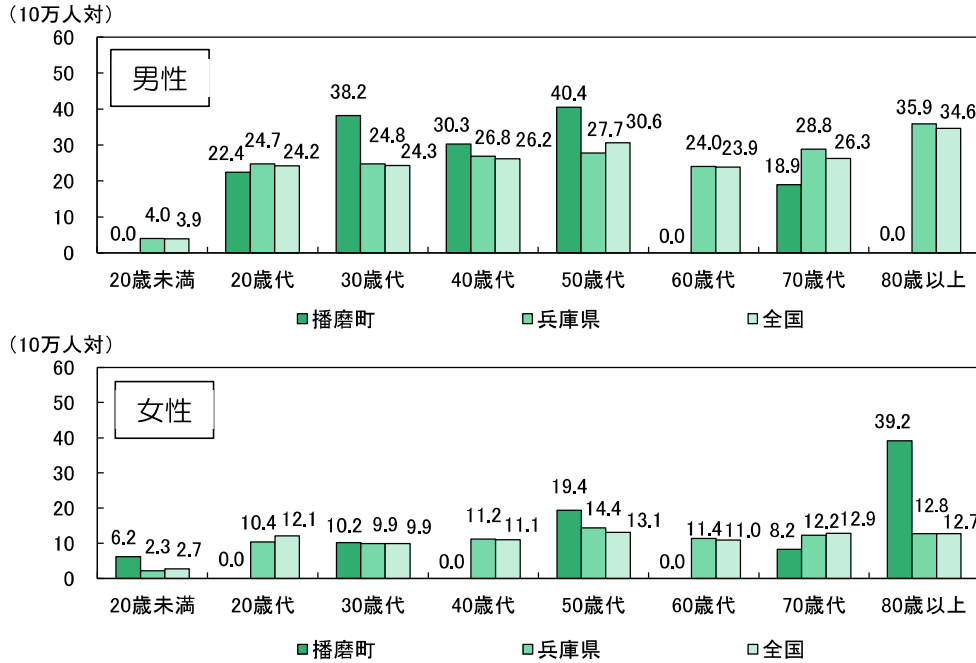


資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

② 性・年代別自殺死亡率

播磨町の自殺死亡率は、男性では30歳代、40歳代、50歳代、女性では20歳未満、30歳代、50歳代、80歳以上が国・県よりも高くなっています。

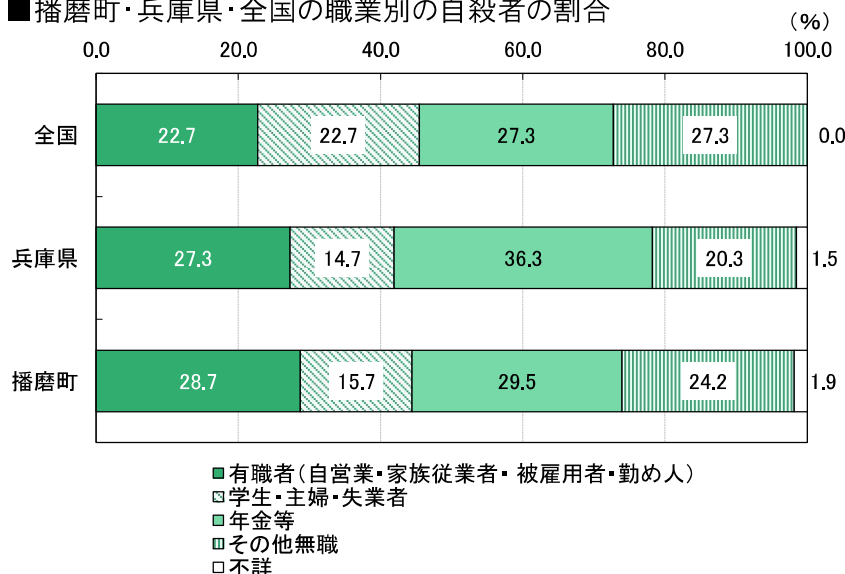
■性・年齢別でみた播磨町・兵庫県・全国の自殺死亡率(平成30(2018)～令和4(2022)年平均)



③ 職業別の自殺者の状況

播磨町の職業別の自殺者の割合をみると、「年金等」が最も高く、次いで「有職者(自営業・家族従事者・被雇用者・勤め人)」が高くなっており、県と比較すると、「学生・主婦・失業者」の占める割合が高くなっています。

■播磨町・兵庫県・全国の職業別の自殺者の割合



※平成30(2018)年～令和4(2022)年の合計値を掲載

資料:自殺者数は警察庁自殺統計原票データを厚生労働省(自殺対策推進室)にて特別集計

④ 自殺の経路

主な自殺者の特徴についてみると、40～59歳の男性が多くなっており、仕事や経済上の悩みや家庭問題等が自殺の原因となっていることが考えられます。

■地域の主な自殺者の特徴(平成29(2017)～令和3(2021)年合計)

上位5区分	自殺者数 (5年計)	割合 (%)	自殺死亡率※ ¹ (10万対)	背景にある 主な自殺の危機経路※ ²
1位： 男性 40～59 歳有職同居	4	14.8%	22.2	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 歳無職同居	3	11.1%	189.8	失業→生活苦→借金+家族間の不和→うつ状態→自殺
3位： 男性 20～39 歳無職同居	3	11.1%	130.3	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： 女性 60 歳以上無職独居	3	11.1%	52.0	死別・離別+身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
5位： 男性 40～59 歳有職独居	2	7.4%	83.5	配置転換(昇進/降格含む)→過労+仕事の失敗→うつ状態+アルコール依存→自殺

資料：警察庁自殺統計原票データを厚生労働省(自殺対策推進室)にて特別集計

区分の順位は自殺者数の多い順で、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。

※1：自殺死亡率の算出に用いた人口(母数)は、総務省「令和2年国勢調査」就業状態等基本集計を基にJSCP(いのち支える自殺対策推進センター)にて推計したもの。

※2：「背景にある主な自殺の危機経路」は、ライフリンク「自殺実態白書 2013」を参考に推定したもの。

(2) 第1期播磨町自殺対策計画の達成状況・評価

① 数値目標の達成状況

第1期播磨町自殺対策計画では、令和5（2023）年時点の町内自殺者数を50%以下となる3.5人とすることを目標としています。令和4（2022）年時点では令和元（2019）年からの4年間の自殺者数の平均が4.25人となっており、基準値よりは改善しているものの、目標値には達していない状況となっています。

	基準値 (2009～2016 平均)	目標値 (2019～2023 平均)	現状値 (2019～2022 平均)
自殺者数	7人	3.5人	4.25人

※第1期計画では、平成21（2009）年から平成28（2016）年までの8年間の播磨町の自殺者数の平均（7人）を、平成29（2017）年から令和8（2026）年までの10年間で0人まで減少させることを最終目標としています。令和5（2023）年時点での目標値は、その途中経過として50%以上減少させた場合の数値とし、平成31（2019）年から令和5（2023）年までの5年間の播磨町における自殺者数の平均が3.5人となることを目標に設定している。

② 各施策の主な実施状況

1 基本的な取組

		取組状況			
1-1 地域におけるネットワークの強化					
1 自殺対策関連会議の開催		○自殺対策防止部会、青少年問題協議会で協議を実施するとともに、令和2（2020）年度に自殺対策連絡協議会を立ち上げた。 ○自殺対策連絡協議会では、自殺防止の体制を整備した。			
2 町全体での自殺対策の推進に向けた検討		○令和3（2021）年度策定の「第5次播磨町総合計画」に自殺対策に関する内容を盛り込んだ。令和4（2022）年度には「まちづくりパートナー事業補助金」を創設し、町と協働で取り組む事業提案を募集した。 ○多様化する課題に町全体で対応できるよう、協働のまちづくりをさらに推進する。 ○連携協力体制を図るための「播磨町自殺防止対策協力連携事業」を開始し関係機関や参加団体の加入を勧めた。			
3 いのちを守るための支援・連携体制の強化		○関係機関で個別ケースの検討や研修等を実施し、情報の共有を図った。 ○母子への支援として産後のケア訪問等が、産後うつ軽減につながった。			
重点施策 自殺対策関連会議の開催		令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
自殺対策連絡協議会等の立ち上げ及び開催回数（回/年）		0回	1回	2回	2回

「1-1 地域におけるネットワークの強化」の重点施策の進捗状況を見ると、自殺対策連絡協議会が立ち上げられ、令和4（2022）年度時点で年に2回開催されています。

取組状況				
1-2 自殺対策に携わる人への支援				
1 研修機会の充実	<p>○町職員や民生委員児童委員等支援者へのゲートキーパー研修を実施する。</p> <p>○町職員から構成される自殺防止対策部会で意見交換や自殺未遂事例検討会を実施した。</p> <p>○総合相談員は、様々な研修会に参加し対応力の強化を図った。</p>			
2 教育現場における啓発の実施	<p>○いじめ未然防止に向けた教育研修会を実施した。</p> <p>○自殺予防啓発グッズを小学5年生、中学2年生に配布した。</p>			
3 職員へのケアを通じた理解促進	<p>○職員の負担軽減と職場環境の改善のために上位職や産業医による面談等を実施した。また、係長級以下職員を対象にハラスメント研修を実施した。</p> <p>○職員の健康状態の把握とともに、ストレスチェックを行い、今後の改善につなげるため、結果をフィードバックした。</p>			
重点施策 研修機会の充実	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
ゲートキーパー養成講座等 受講人数（人／年）	13名	87名	36名	56名

「1-2 自殺対策に携わる人への支援」の重点施策の進捗状況をみると、これまで受講したことがない人を対象にゲートキーパー養成講座を実施しており、新型コロナウイルス感染症の影響による人数制限がある中で、令和4（2022）年度には新たに56名が受講しています。

取組状況				
1-3 住民への周知と啓発				
1 我が事としての意識啓発の取組	<p>○児童・生徒を対象に人権作文等の募集や、「ありがとうプロジェクト」を実施し、ともに支え合う大切さの啓発を行った。</p> <p>○健診の案内に啓発グッズを同封して配布し、啓発を行った。</p>			
2 情報媒体を活用した啓発の実施	<p>○リーフレットや講演会を通じて家庭への啓発を行った。また、人権意識啓発のDVDの貸し出しによる啓発、さらに、播磨町のホームページにメンタルヘルスチェックを行うことのできる「こころの体温計」を追加した。</p>			
重点施策 我が事としての意識啓発の取組	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
自殺防止に関する啓発事業の実施回数（回／年）	2回	2回	3回	1回

「1-3 住民への周知と啓発」の重点施策の進捗状況をみると、自殺防止に関する啓発のために、役場に懸垂幕やのぼりを掲示しています。

		取組状況			
1-4 生きることの促進要因への支援					
1 居場所づくりによる支援	<p>○各種イベントの開催や女性団体への支援、スポーツレクリエーション・風薫るフェスタ・成人式などを実施することで、参加や交流により孤立を防止するきっかけをつくった。</p> <p>○様々な団体やレクリエーション等を通して参加を促し、居場所づくりを図った。</p>				
2 相談支援体制の充実	<p>○総合相談や、ひきこもり相談、成年後見相談をはじめ、健康相談や悩み相談、無料法律相談等を各部署や社会福祉協議会でも実施した。</p> <p>○障害者基幹相談支援センターは、支援者支援のための場づくりを行うなどつながりをつくった。</p>				
3 自殺を予防するための環境整備	<p>○交通事故で身近な人を亡くさないよう、また後遺症を負ったことなどを起因としてこころの健康を損なうことがないよう、交通安全教室の開催に加え、道路の修繕や防止柵（ガードパイプ等）の設置等を進めた。</p>				
4 健康の維持・増進に関する取組の推進	<p>○休日や夜間の応急診療など、必要な医療の受診について周知を図った。また、健診等の未受診者への勧奨通知に自殺予防の啓発グッズを同封し、健康と自殺予防の啓発を同時に実施した。</p> <p>○広報「はりま」や播磨町公式LINE等で応急診療等の情報や、健康施策のイベントなどの周知を行った。</p>				
5 保護者の負担軽減	<p>○こども窓口や子育て支援センター等で相談しやすい環境整備を進め、情報交換ができる場を提供した。</p> <p>○民生委員児童委員と保健師が連携し、こんにちは赤ちゃん事業を実施した。</p> <p>○子育て家庭ショートステイ事業や産後サポート事業等切れ目のない子育て支援を行った。</p>				
6 障がいのある人への支援	<p>○各種障害福祉サービスの提供をはじめ、更生援護補助金、タクシーチケットの交付、重度心身障害者介護手当等の生活を支えるための支給を行った。</p>				
重点施策 居場所づくりによる支援	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	
いきいきフォーラムにおける各自治会参加人数（人／年）	56人	中止	中止	62人	

「1-4 生きることの促進要因への支援」の重点施策の進捗状況をみると、令和2（2020）年度と令和3（2021）年度では新型コロナウイルス感染症の影響により、いきいきフォーラムが中止となっていましたが、令和4（2022）年度には令和元（2019）年度の56人を上回る62人が参加しています。

		取組状況			
1-5 子どもがいのちの大切さを実感できる環境づくり					
1 子どもが安心して過ごすことのできる環境の構築	<ul style="list-style-type: none"> ○学校生活サポーターや学生及び社会人サポーター、スクールソーシャルワーカーの派遣、ふれあいルームの運営等により、困難を抱える児童やその家庭への支援を行った。 ○地域見守り活動の実施や、学童保育の運営により、放課後や長期休暇における子どもの安全な居場所を確保した。 ○不登校児童・生徒数の増加に伴い、ふれあいルームの活用などを行った。 				
2 子どもの健全な育成の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○医療費の一部を助成しており、令和4（2022）年7月診療分より対象年齢を高校3年生まで拡大した。 ○心身の発達に不安がある保護者を対象に、必要に応じて療育事業の実施や関係機関への連絡や調整を行った。 ○教職員を対象にストレスチェックを実施した。 ○就学援助など保護者の経済的負担の軽減や療育事業などを実施した。 				
3 いのちの大切さを学ぶ取組の実施	<ul style="list-style-type: none"> ○いのちに関するテーマでの特別授業を各校にて実施した。 ○「思春期ふれあい体験学習」として中学生と赤ちゃんがふれあう機会をつくりいのちの大切さを学んだ。 				
重点施策	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	
いのちの大切さを学ぶ取組の実施					
町内学校への出前講座等の実施校数（校/年）	6校	6校	6校	6校	

※第1期播磨町自殺対策計画では、年間の実施回数を目標に掲げていましたが、町内のすべての小中学校で継続して講座が開催されていることを確認するために、実施校数で評価を行っています。

「1-5 子どもがいのちの大切さを実感できる環境づくり」の重点施策の進捗状況を見ると、いのちに関するテーマでの特別授業を町内の各校において毎年実施しています。

2 播磨町の特性に応じた取組

		取組状況			
2-1 高齢者への支援					
1 地域包括ケアシステムを活用した高齢者への支援	○医療費の助成や相談支援を実施した。また、SOS ネットワーク登録支援及び既登録者の状況確認を行った。 ○地域で孤立しないよう認知症カフェ等を通じた地域の見守り体制を整えた。				
2 高齢者の健康づくり	○健診や健診後の個別健康相談を実施した。 ○高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施により、切れ目のない支援が行いやすい環境になった。				
3 高齢者の居場所づくり	○「はつらつ広場」「いきいき100歳体操」に加え、つどいカフェが町内3箇所で運営され、仲間づくりや高齢者の居場所が増加している。 ○シルバー人材センターやいきいきサロンへの助成、シニアクラブへの補助金の交付、スポーツレクリエーションの推進等に取り組んだ。				
4 介護家族に対する支援	○地域包括支援センターでの休日介護相談会等を実施した。 ○認知症サポーター育成講座の実施、物忘れ検診により早期発見につなげた。				
重点施策 高齢者の居場所づくり		令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
認知症カフェ・サロン 設置数(箇所/年)		1箇所	2箇所	2箇所	7箇所

「2-1 高齢者への支援」の重点施策の進捗状況をみると、認知症カフェ・サロンの設置数は増加しており、令和4(2022)年度には7箇所となっています。

		取組状況			
2-2 無職・失業者や生活に困窮している方への支援					
1 日常生活において問題を抱えている人への対応	○窓口対応で生活困窮等を把握した場合は総合相談窓口等、適宜担当課につなぎ、連携し、減免制度の適応や猶予期間を設けるなどの柔軟な対応を行った。福祉専門職への研修や相談窓口の共有を行った。 ○コロナ禍・物価高騰の影響が続く中、滞納に関し、納付相談などにより丁寧な対応を心がけるとともに、状況把握に努め、柔軟な対応を行う。				
2 生活支援の充実	○ひとり親家庭や65歳から69歳の低所得者等に対し、医療費の一部を助成した。 ○社会福祉協議会の実施する貸付などを紹介した。 ○フードバンクなどからの食料支援を行った。				
3 就業者に対する支援の実施	○商工会が行う、事務・事業等に必要な経費について補助を行った。				
重点施策 日常生活において問題を抱えている人への対応		令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
生活困窮相談者の就労への 接続件数(件/年)		0件	1件	9件	8件

「2-2 無職・失業者や生活に困窮している方への支援」の重点施策の進捗状況をみると、生活困窮相談者の就労への接続件数は令和3(2021)年度から増加しており、令和4(2022)年度では8件となっています。

3 計画の数値目標

国では令和4（2022）年に改定した新たな自殺総合対策大綱において、令和8（2026）年までに自殺死亡者を平成27（2015）年の18.5と比べて30%以上減少させるという考え方を示しています。

また、県においては、平成28（2016）年の自殺死亡者を基に、国の目標値である「令和8（2026）年における自殺死亡者数13.0以下」に見合うよう、令和8（2026）年の目標として「県内の年間自殺死亡者数600人以下」を掲げています。

播磨町においても、国や県の目標を踏まえ、令和10（2028）年までの町内の自殺死亡者を30%以上減少させることを目標に設定します。

令和10年までの自殺死亡者を基準値に比べて30%以上減少させる。

【考え方】

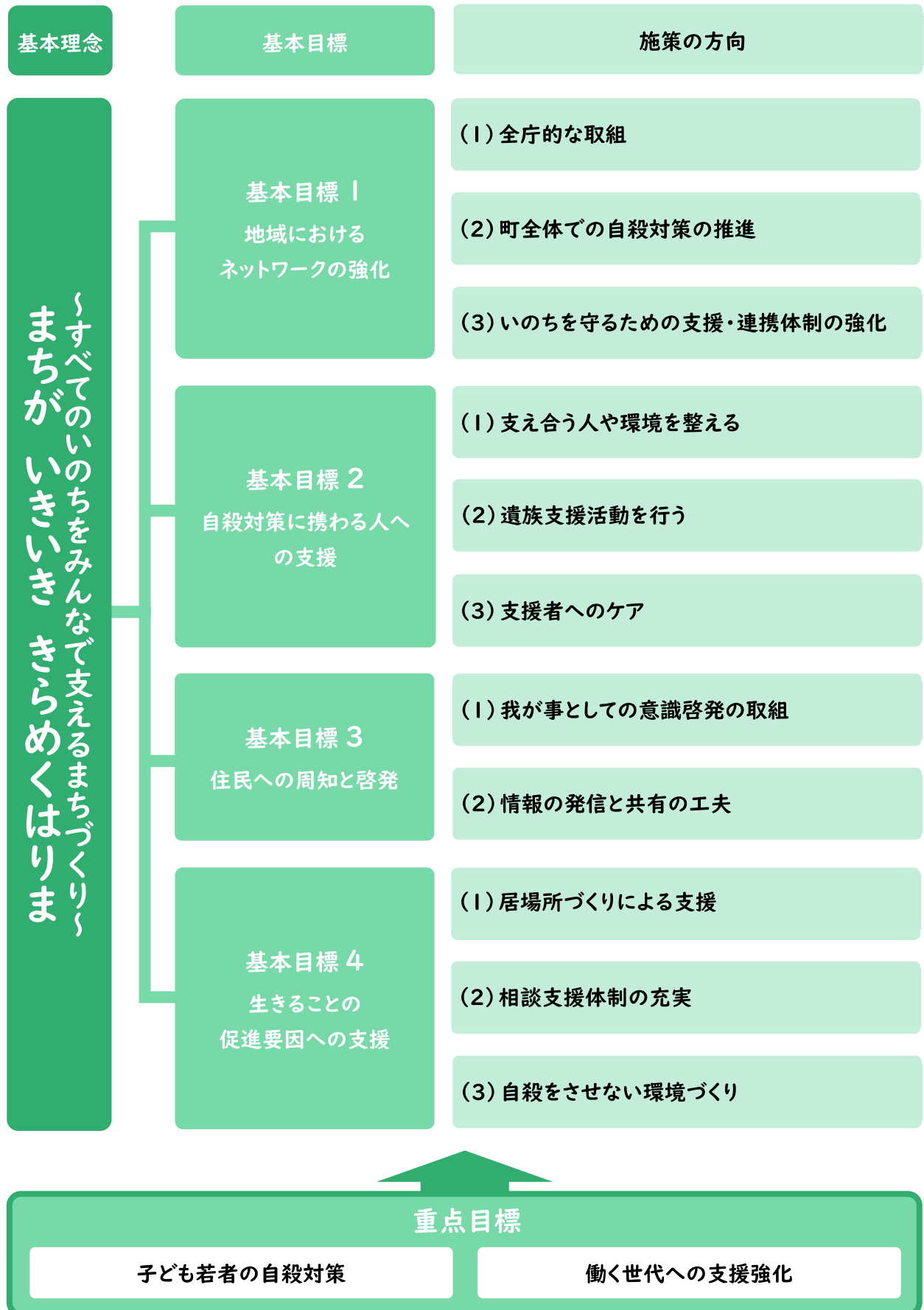
基準値と比べて令和10年までの自殺死亡者を30%以上減少させることを目指します。

項目	基準値 (平成30年～令和4年平均)	計画目標 (令和5年～令和10年平均)
自殺死亡率	13.82	9.67

資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

※目標値の設定については、計画目標（令和5（2023）年から令和10（2028）年の6年間の自殺死亡率の平均）が基準値（平成30（2018）年から令和4（2022）年の5年間の自殺死亡率の平均）から30%以上減少するものとして設定している。

4 施策体系



5 いのちを守るための取組

(1) 基本目標

I 地域におけるネットワークの強化



自殺に至る背景には様々な社会的な要因が複雑に絡みあっており、「誰もが自殺に追い込まれることのない社会」を実現するためには、行政をはじめ、地域の様々な関係機関や団体が連携し、「生きることの包括的な支援」を行っていくことが重要です。

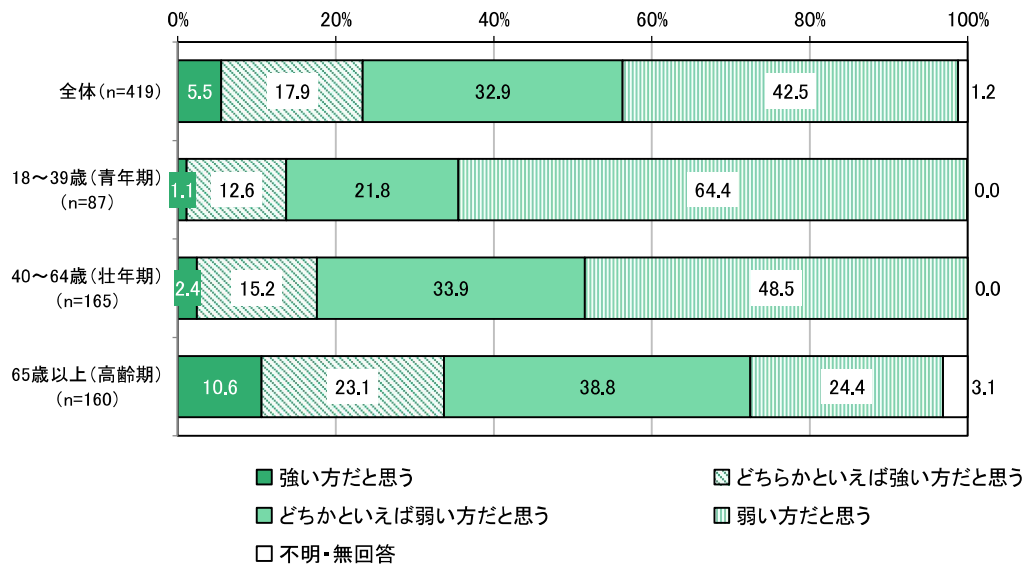
今後は、全庁的な重層的支援体制の推進を通じて、自殺念慮者やその家族の複雑化・複合化した課題に対し、関係機関と連携し、本人に寄り添った支援を行うとともに、地域団体やNPO 法人等の様々な主体と連携し、地域課題の共有と解決に向けた取組を推進します。

現状と課題

～アンケート調査結果より～

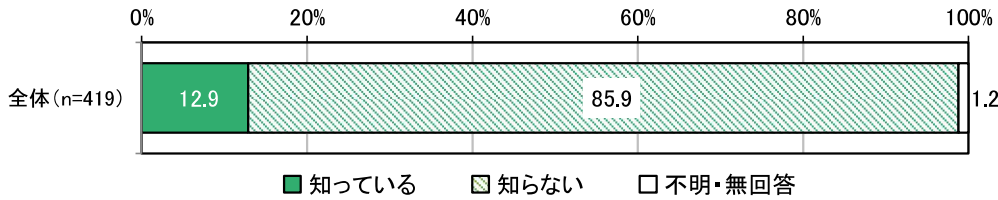
〇年齢が下がるにつれて自分と地域とのつながりが『強い方だと思ふ（「強い方だと思ふ」と「どちらかといえば強い方だと思ふ」の合計）』の割合が低くなっており、地域のつながりの希薄化がうかがえるため、より一層地域と連携し、困難を抱える人を早期に発見し、支援につなげていく必要があります。

■自分と地域とのつながりが強いと思うか



○播磨町が自殺対策に取り組んでいることを「知っている」の割合が約1割となっており、自殺対策に関する取組をより一層進めていくことが求められます。

■ 播磨町が自殺対策に取り組んでいることを知っているか



今後の取組

(1) 全庁的な取組

- 重層的支援体制整備事業を全庁的な自殺対策の観点を持ったうえで推進します。
- 自殺防止対策部会では、グループディスカッション等を通じて各課窓口や総合相談窓口で対応業務を行う職員に、自殺対策の一環を担っているという意識の共有を図り、相互の連携を強化するために、自殺予防に関する研修等により正しい知識の普及啓発に取り組みます。

(2) 町全体での自殺対策の推進

- 住民の参画による自殺対策関連事業の提案やまちづくりに取り組む地域団体やNPO法人等との連携により、多様化する課題に町全体で対応できるよう、協働のまちづくりを目指します。
- 自殺対策連絡協議会を中心に、自殺対策推進に関する取組の体制維持や協力団体の確保、住民への啓発等を推進するためのネットワークの構築を進めます。
- 消費生活や生活困窮、介護予防講演会等の各種講演会や、虐待防止等のフォーラム等あらゆる機会を通じて、自殺予防につながる取組を取り上げることで、分野を横断した自殺対策を推進します。

(3) いのちを守るための支援・連携体制の強化

- 生活支援等サービス提供体制の整備に向けた取組を社会福祉協議会と連携し、地域課題への共通認識を深めるとともに、解決に向けた具体的な仕組みづくりに必要なコミュニティワーカー等の配置を検討します。
- 民生委員児童委員の活動を通じて、地域実態の把握や適切な支援機関の案内等、地域での自殺防止につなげるため、民生委員児童委員に対し研修等を実施することで自殺予防に関する知識の向上、普及啓発を図ります。
- 医療や福祉等の各種支援機関によって構成されるネットワークにおいて、情報共有を図り地域全体での自殺防止に取り組む体制づくりを進めます。

- 見守りや権利擁護支援が必要な高齢者や障がい者が、地域で安心して暮らせるように、権利擁護支援員等の人材の養成や、養成した人材を活用するための地域での支え合いを推進するシステムづくりの支援を行います。
- 虐待を受けている児童の早期発見及び適切な保護等について、「要保護児童対策地域協議会」を構成する関係機関及び関係者の連携により、迅速かつ適切な対応を図ります。
- 孤独・孤立に陥っている人を早期に発見することができるよう、講演会等を通じて、自殺は個人の問題ではないという認識や、社会全体で自殺リスクを低下させる必要性について啓発を行います。

評価指標

評価指標	令和5年度	目標値 令和11年度	出典
自殺防止対策協力連携事業の協力団体数（団体）	16	増加	1
播磨町が自殺対策に取り組んでいることを知っている人の割合（％）	12.9	増加	2

【出典】

- 1 播磨町健康福祉課
- 2 住民アンケート

2 自殺対策に携わる人への支援



自殺対策を効果的に推進するためには、一人ひとりが抱えている様々な悩みや不安、生活上の困難に周囲の人がいち早く気付き、働きかけを行うことが重要です。また、自殺のリスクを抱えやすい身近な人を自殺で亡くした遺族、悩みや不安等の相談を受ける相談員のこころのケアを行っていくことも必要です。

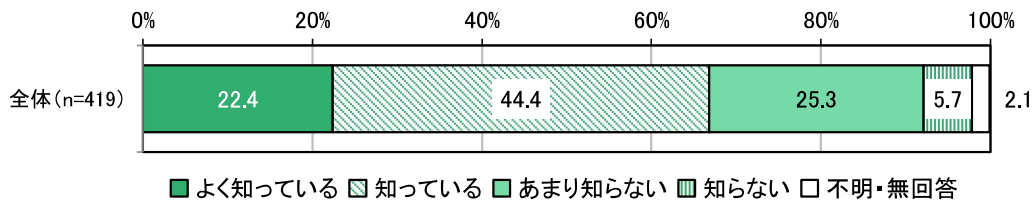
今後は、町職員や支援団体、専門職や教職員、住民の方への研修を実施し、自殺対策を支える人材の育成に取り組むとともに、自殺遺族や支援者同士の交流の機会の創出や自殺対策に関わる知識の提供等の支援を行います。

現状と課題

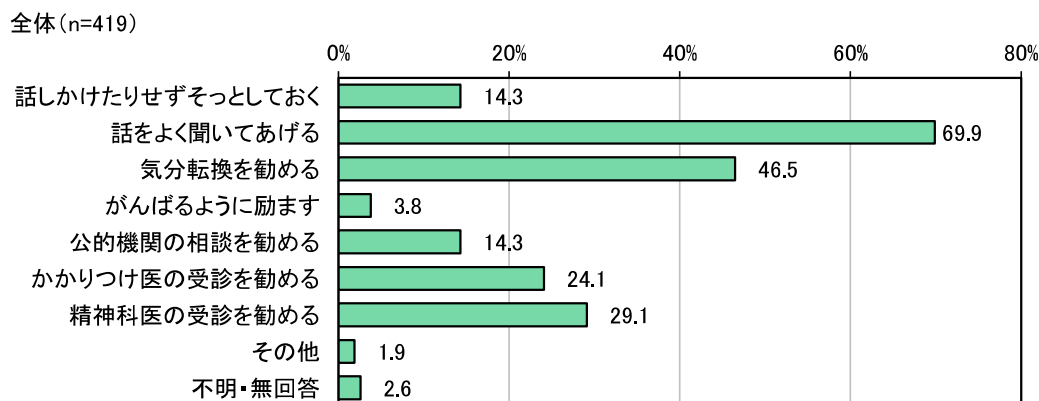
～アンケート調査結果より～

うつサインについては、『知っている（「よく知っている」と「知っている」の合計）』の割合が全体の6割以上となっており、うつサインに気付いた時や悩みを打ち明けられた時の対応については、「話をよく聞いてあげる」が7割近くとなっています。悩みの相談を受ける側の支援者も相談を受けることにより心理状態に影響が出ることが考えられるため、支援者のサポートを行っていく必要があります。

■ うつのサインの認知度



■ うつのサインに気付いた時や悩みを打ち明けられた時の対応



今後の取組

(1) 支え合う人や環境を整える

- 引き続き庁内職員や民生委員児童委員等を対象にゲートキーパー養成講座を開催し、ゲートキーパーを養成するとともに、実際の活用について検討を行います。
- 教職員の資質や指導技術の向上、また、様々な教育課題に対応する能力を育てるため、研修を行います。
- 各校におけるいじめ防止基本方針を改訂し、各小中学校において研修会を実施するとともに、「悩み相談シート」を活用した生徒指導を行います。
- 地域包括支援センターに配置された、認知症の人やその家族への支援と認知症の正しい知識の普及啓発を行う認知症地域支援推進員に対して研修受講を奨励し、家族支援の際に自殺の可能性を発見し、必要に応じて支援機関につなぐことのできる人材育成に努めます。また、地域で連携することで見守り体制の充実を図ります。
- 兵庫県が開催する自殺対策の研修会に、自殺対策従事者が積極的に参加するよう情報提供と働きかけを行います。

(2) 遺族支援活動を行う

- 自殺遺族支援への理解を深めるため、関係機関が実施する研修に自殺遺族の支援に携わる町職員等の参加を進めます。
- 自殺に対する誤った認識や偏見に対し、自殺対策に関する正しい知識の普及を図ります。
- 自殺対策や遺族支援に関する情報を播磨町のホームページや広報「はりま」に掲載するとともに、相談支援や必要に応じて自殺遺族の自助グループの紹介、支援機関への案内を行います。
- 亡くなられた後に必要となる播磨町の窓口における手続きの支援や相談方法等の情報提供を行い、遺族の負担軽減を図ります。
- 国や県の SNS・LINE 相談を播磨町のホームページ等にて周知を図ります。

(3) 支援者へのケア

- 自殺対策に携わる支援者同士の交流機会を創出し、参加者同士の交流や情報交換を行います。
- 地域の支援者を対象に、自殺対策に関する知識やゲートキーパー養成講座に関する情報を提供します。
- 支援に携わる町職員や支援者のこころの健康を保つために、ストレスチェックを実施します。
- 事例検討を行うことによって、対応力の向上や支援者の孤立を防ぎます。

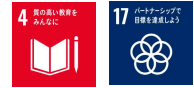
評価指標

評価指標	令和5年度	目標値 令和11年度	出典
ゲートキーパー養成講座等受講人数（人/年）	137	増加	1
支援者同士の交流会の開催回数（回/年）	0	1	1

【出典】

- 1 播磨町健康福祉課

3 住民への周知と啓発



自殺を予防するためには、一人ひとりが自身や周囲の人のこころの不調に気づき、専門機関への相談等の適切な対応を早期に行うことが重要です。

そのためには、悩みを抱える人が孤立し、心理的に追い詰められることがないように、自殺に対する様々な誤解や偏見を取り除き、自殺は誰にでも起こりうる問題であるという理解を広げることが必要です。

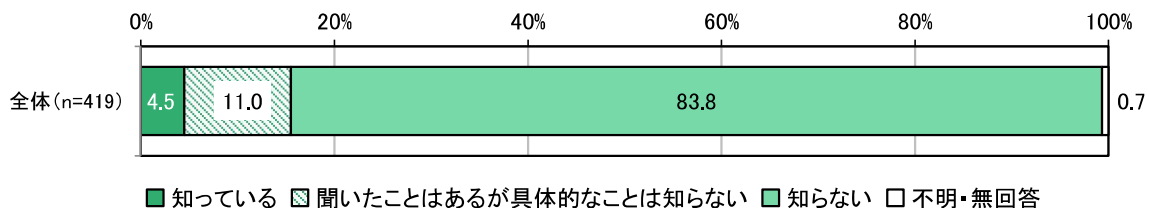
今後は、播磨町のホームページ、広報「はりま」、播磨町公式 LINE 等の様々な媒体を活用しながら、相談窓口や「こころの体温計」等の自殺対策に関する情報の効果的な発信に取り組みます。

現状と課題

～アンケート調査結果より～

〇ゲートキーパーの認知度については、「知らない」の割合が全体の8割以上となっており、周知を図る必要があります。

■ゲートキーパーの認知度



今後の取組

(1) 我が事としての意識啓発の取組

- 人権作文の募集や「ありがとうプロジェクト」等の啓発事業を通じて、いのちの大切さについて学び、他人を思いやるこころの醸成を図ります。
- 関連部署と連携しながら「住民まちづくりアンケート調査」として、自殺対策やこころの健康を取り上げ、地域の自殺に関する実態や意識を調査し、自殺対策の啓発を図ります。
- 社会教育推進委員会に出席する関係者に対して、自殺防止のための啓発資料等の配布を通じた周知や理解促進を検討します。
- 自殺予防週間、自殺対策強化月間だけでなく、日頃から庁舎や図書館等において啓発を行うとともに、広報「はりま」に特集記事等を掲載します。
- うつ病は精神症状だけでなく身体症状として発症することもあるため、内科等のかかりつけ医や産業医がうつ病の早期発見・早期治療を担えるよう連携を図ります。
- 精神障害にも対応した地域包括ケアシステムを構築します。

- 「二十歳のつどい」を開催し、社会の一員としての責任と自覚を促します。また、式案内においてこころの健康づくりや相談方法等の情報を提供します。

(2) 情報の発信と共有の工夫

- 関連部署と連携しながら播磨町のホームページ、広報「はりま」、及びBAN-BANテレビ、ラジオの行政情報番組等を活用し、「ゲートキーパー研修」や「こころの体温計」をはじめとした自殺対策に関連する情報を提供します。
- いじめや差別等、人権意識の向上をテーマとしたDVDを個人や企業・自治会に無料で貸し出します。
- 介護予防に関する活動の一環として、いきいき100歳体操の普及啓発を図ります。

評価指標

評価指標	令和5年度	目標値 令和11年度	出典
「こころの体温計」のアクセス件数（件/月平均）	360	増加	1
ゲートキーパーを知っている人の割合（%）	15.5	増加	2

【出典】

- 1 播磨町健康福祉課
- 2 住民アンケート

4 生きることの促進要因への支援



自殺対策では、自殺に追い込まれるプロセスにおいて、失業や多重債務、生活苦等の「生きることの阻害要因」を減らす取組に加え、自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等の「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やす取組の双方を通じて自殺リスクを低下させることが重要です。

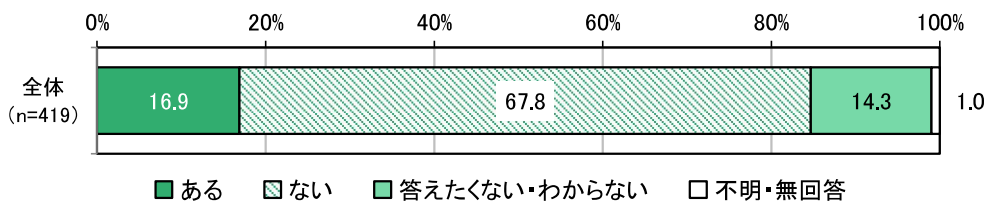
そのために、自殺リスクを抱える可能性のある人に社会的な孤立を感じさせない居場所づくりや断らない相談支援を通じた悩みや不安の解消等に取り組めます。

現状と課題

～アンケート調査結果より～

○死にたいと思いつめるほど悩んだことが「ある」と答えた人の割合が 16.9%となっており、引き続き日常の生活における生きづらさを取り除くための取組を進めていく必要があります。

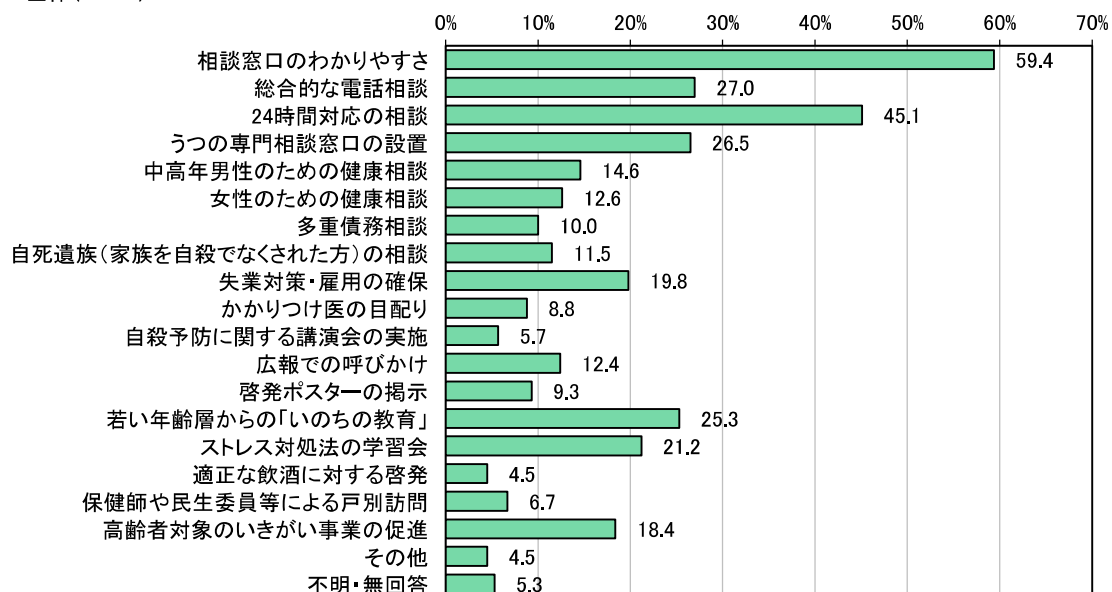
■死にたいと思いつめるほど悩んだことがあるか



○今後の自殺対策に大切なものとして、「相談窓口のわかりやすさ」の割合が 59.4%と最も高くなっており、友人や配偶者等の身近な人に悩みや不安を相談できない場合に、専門の相談窓口で相談が受けやすい環境をつくる必要があります。

■今後の自殺対策として大切なもの

全体(n=419)



今後の取組

(1) 居場所づくりによる支援

- いきいきフォーラムにおいて、日頃の暮らしでの様々な人権課題について話し合うことでよりよい人間関係づくりを目指し、地域での孤立を防ぎます。
- 自治会活動に対して支援や補助を行うことで、地域や町全体での連帯意識の向上や地域活動の活性化を図ります。
- 様々な体験や交流を通して学びとふれあいを深める場として「はりま春風フェス」を開催し、普段イベントに参加しない人にも参加を促すことで、ひきこもりや孤独の解消につなげていきます。
- スポーツ推進委員やスポーツクラブと連携し、イベントやレクリエーションの実施やスポーツ指導者の育成等を行い、スポーツを通じた居場所づくりや運動を通じたところの健康の維持に取り組みます。
- 高齢者が地域社会とつながり、生きがいを持って生活することができるよう、シルバー人材センターやシニアクラブ、いきいきサロン等の地域の居場所づくり活動等への支援を行います。

(2) 相談支援体制の充実

- 高齢者や障がい者、生活困窮者等の様々な生きづらさを抱える世帯への包括的な支援に取り組む総合相談窓口等の相談支援体制の充実を図ります。また、必要な支援につなげられるよう、関係機関との連携や町職員への研修を実施します。
- 無料法律相談や行政相談の場の情報を提供し、法律や行政に関する困りごとの解決に向けた支援を行います。
- 健康相談や悩み相談について、専門職等が相談者に寄り添った対応を行うとともに、必要に応じて他の支援機関へつなぎます。
- 保健師や助産師、ホームヘルパー等の専門職や民生委員児童委員等が連携を図り、妊娠期から子育て期にわたり、一人ひとりの状況に合わせた切れ目のない支援を提供します。
- 産婦に対しては EPDS（エジンバラ産後うつ病質問票）を用い、産後うつ病対策に取り組めます。
- 女性の抱える様々な悩みごとや法律に関する相談について対応します。また、必要に応じてより専門的な支援機関や関係部署につなげるなど、相談者に寄り添った支援を行います。

(3) 自殺をさせない環境づくり

- 交通事故の防止に向けて、交通安全教室の開催や交通事故相談窓口の周知に加え、道路の維持管理やバリアフリー等の環境整備を進めます。
- 東はりま夜間休日応急診療センターの周知に努め、救急患者の医療不安の解消を図ります。

- 健康づくりの推進及び健康診査・がん検診等を実施することにより、住民の健康づくりへの意識向上や健康寿命の延伸を目指すとともに、必要に応じて、個別相談につなぎます。また、保健事業等を通してこころの健康の維持・増進に取り組みます。
- 特定健診や後期高齢者を対象とした健診を実施するとともに、未受診者に対しては受診勧奨を行います。また、保健指導において生活習慣等の聞き取りや栄養相談を実施し、必要に応じて専門の機関へとつなぎます。
- 救急医療機関等と連携し、自殺未遂者が救急搬送された医療機関で身体的治療を終えて地域に戻った後も、必要なケアを受けることができるように支援し、再度の自殺企図を防ぎます。
- 保護者の緊急時に子育て家庭ショートステイ事業を提供するとともに、児童家庭相談員により家庭の状況を把握し、必要に応じて適切な支援機関につなぐなど子育ての負担感から生じるストレスの軽減を図ります。
- 子育て世代の負担軽減を図るため、身近な場所での子育てを相談できる場の設置や交流の機会や講座の実施、保健師やヘルパー等の訪問による養育に関する相談や育児・家事援助を実施します。また、経済的負担の軽減を目的に児童手当の支給や母子家庭等の医療費の一部を助成します。
- 障がい者（児）が自立した日常生活や社会生活を営むことができるよう、社会参加の場の確保や多様な障害福祉サービスに係る給付や支援を行います。
- 重度の心身障がい者（児）に対して、生活行動範囲の拡大と社会参加のため、利用するタクシー料金の一部を助成することで、経済的な負担軽減を図ります。また、介護手当を支給することで、介護者の負担を軽減します。
- 18歳未満の障がい児等には、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、臨床心理士による訓練や相談等の療育事業を実施します。
- 認知症の正しい理解に向けた啓発を進め、認知症サポーター養成講座の実施や早期発見・早期対応を促進します。
- 消費者問題に対応するために、専門相談員を設置した相談窓口の充実を図るとともに、被害の発生予防や拡大防止のための啓発活動を推進します。また、相談の中で、相談者が現在抱えている問題に対応できる支援先を紹介またはつなぐことで、相談者の不安解消を図ります。
- 関連部署と連携しながら外国人に対して、生活に必要な行政情報や地域情報を播磨町のホームページや SNS で発信するとともに、日常生活等の悩みごとや分からないことについて気軽に相談できる相談窓口を案内します。
- 性的マイノリティに関する正しい理解促進の取組や学校における適切な教育相談を実施します。
- 再犯防止対策を推進します。

評価指標

評価指標	令和5年度	目標値 令和11年度	出典
死にたいと思いつめるほど悩んだことがある割合(%)	16.9	減少	1
死にたいと思いつめるほど悩んだことがある割合 青年期(18~39歳)(%)	28.7	減少	1

【出典】

1 住民アンケート

(2) 重点目標

1 子ども若者の自殺対策



子どもや若者の抱える悩みは、ライフステージや立場ごとに置かれている状況が異なっており、自殺に追い込まれる事情も異なるため、それぞれの段階や状況に応じて、家庭や学校、地域の関係者が連携して、適切な対応を行うことが必要です。また、子どもや若者に対する自殺対策は、その子の現在の自殺予防につながるだけでなく、将来の自殺リスクを低減させることにもなるため、「誰もが自殺に追い込まれることのない社会」を実現するうえでも重要な取組です。

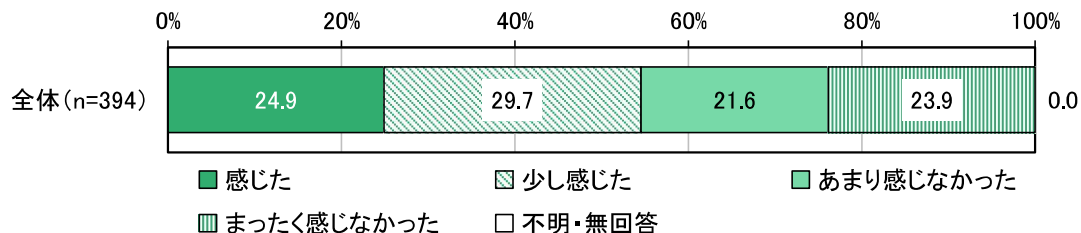
今後は、子どもが孤立することのない環境づくりや自殺リスクの把握、問題を抱える子どもやその家族の支援に取り組むとともに、困難やストレスに直面した際に SOS を発信できるようになるための教育に取り組みます。

現状と課題

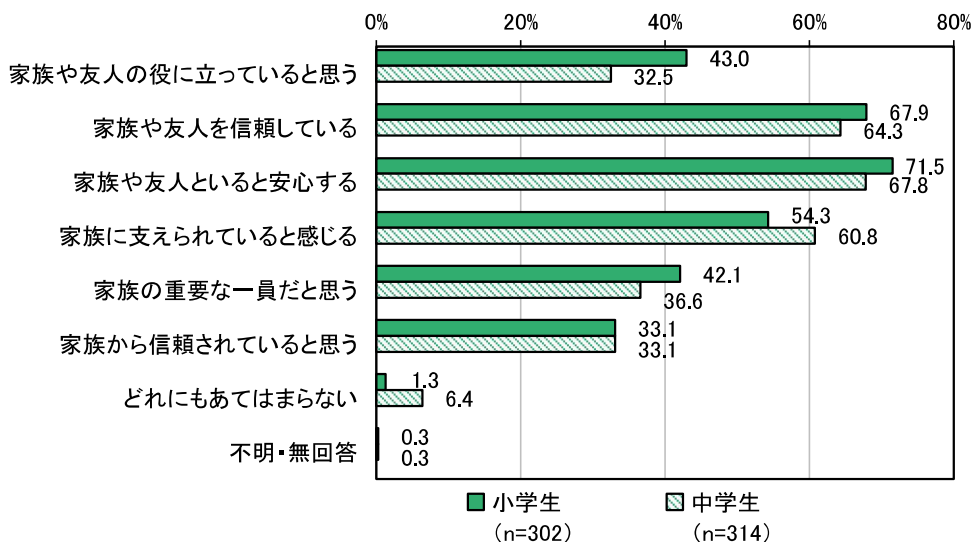
～アンケート調査結果より～

○最近1か月で不安になったことがあるかについては、中学生と15～18歳の全体で、『感じた（「感じた」と「少し感じた」の合計）』の割合が54.6%となっています。また、家族、友人との関係について、「どれにもあてはまらない」と答えた割合が、小学生で1.3%、中学生で6.4%となっています。

■最近1か月で不安になったことがあるか

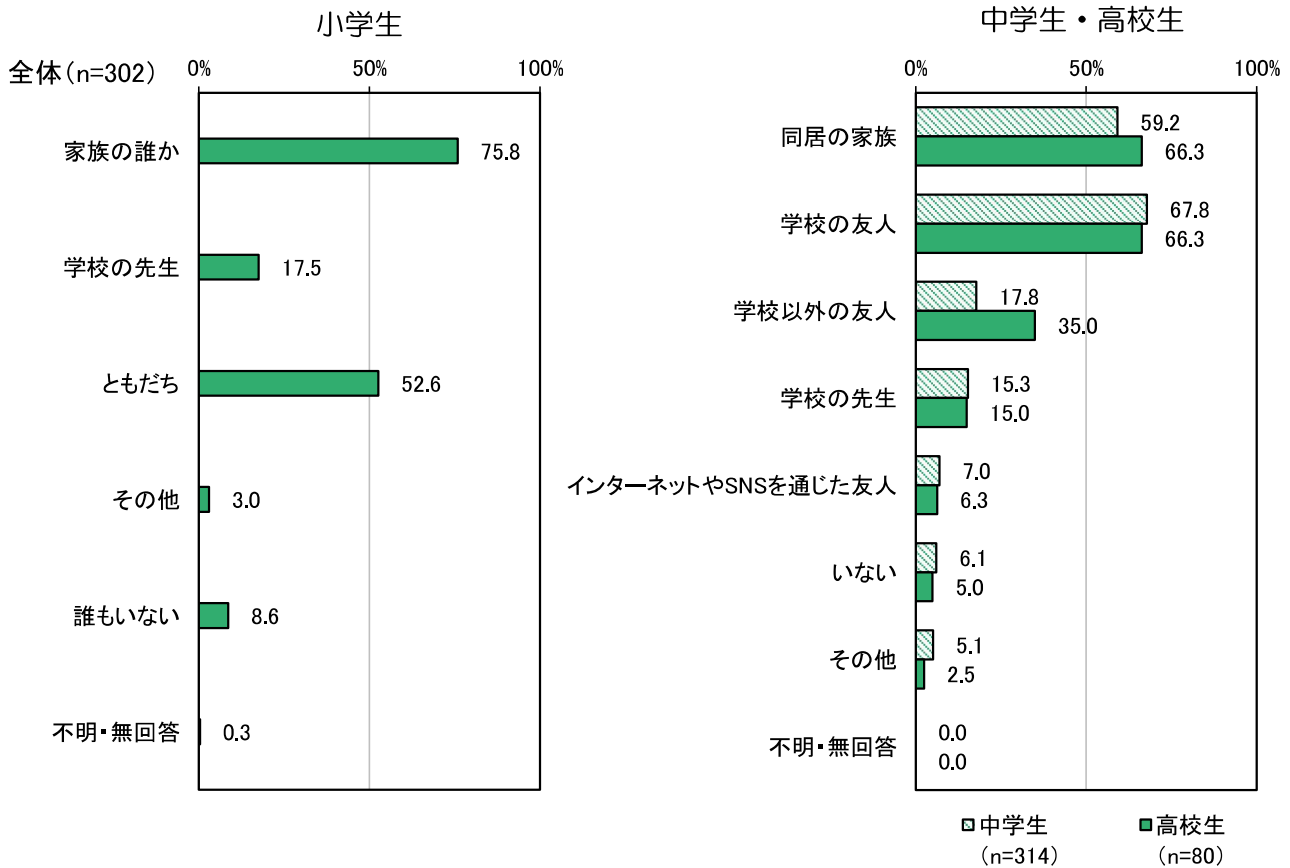


■家族、友人との関係について普段思っていること



○不安があった時の相談先として小学生、中学生、高校生ともに家族や友人が多くなっている一方で、「学校の先生」は小学生では17.5%、中学生と高校生では約15%となっており、学校や地域が一体となって子どもの抱える悩みや不安を解消することのできる環境をつくっていく必要があります。

■不安があった時の相談先



今後の取組

(1) 子どもが安心して過ごすことのできる環境の構築

- 播磨町の子どもを孤立させることなく、様々な居場所を構築し、見守られているという安心感の中で自尊感情を高め、自ら学習しようとする意欲を持てる環境づくりを進めます。
- 地域住民や豊富な社会経験を持つ外部人材の協力を得ながら、全学年を対象に放課後子ども教室を実施し、児童の安全・安心な放課後の居場所づくりを進めます。
- 長期欠席者が社会的に自立し、自らの進路を主体的にとらえて学校やそれぞれにふさわしい居場所に復帰できるよう、児童・生徒の自己実現や社会の構成員としての個性と能力の伸長を図ります。また、支援の必要な児童・生徒に対して、個々に応じた適切な支援を行うとともに、必要に応じて関係機関に紹介します。

- インターネットや SNS 等によるいじめ、誹謗中傷による被害、危険なサイトの利用、個人情報や写真の流出等の IT リテラシーに関する授業を実施します。
- 巡回補導や町内の関係機関の連携により、児童・生徒への声かけ等を通して、地域の方々が見守り、子どもを大切にすることで、子どもの自尊感情を高めます。
- 学校配布のタブレット端末を活用し、自殺リスクの把握に努めます。
- 虐待を受けている児童の早期発見及び適切な保護等について、「要保護児童対策地域協議会」を構成する関係機関及び関係者の連携により、迅速かつ適切な対応を図ります。
- 子どもが安心して過ごせる環境づくりや、親子間の信頼関係構築に向けて、啓発リーフレットの配布や保護者向けの研修を行い、家庭教育の推進を図ります。
- 外国人児童・生徒等に対して、学校に安心して通えるように学習指導の支援等を行います。

(2) 子どもの健全な育成の推進

- 幼稚園児や小中学生、園や学校の教職員を対象として健康診断を実施し、健康の保持及び増進を図ります。
- 0歳から高校3年生まで、外来・入院ともに医療保険の自己負担分を助成します。
- 18歳未満の障がい児等には、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、臨床心理士による訓練や相談等の療育事業を実施します。(再掲)
- 子どもの健康保持及び増進を図るため、健康診査・健康教育・保健指導・その他必要な支援を実施します。また、必要に応じて関係機関への連絡や調整を行います。
- 青少年の健全育成を図るため、青少年問題協議会の開催や子ども会育成連絡協議会等の青少年団体の育成・支援、青少年の健全育成に向けた啓発活動等を行います。
- 特別な配慮を必要とする子どもに対して、児童発達支援センター等の関係機関と連携して子どもの状況に応じた支援を行い、自立する力や社会参加する力を育みます。
- 貧困状況にある子どもが抱える様々な問題が自殺のリスク要因となる可能性があるため、子どもの貧困対策を実施します。

(3) いのちの大切さを学ぶ取組の実施

- 小学生を対象に環境体験学習や海のふれあい事業を実施し、いのちあるものとふれあう中で、「いのちの大切さ」や自然に対する豊かな感性、いのちを尊ぶところを育みます。
- いのちに関するテーマでの特別授業を町内の学校において実施するとともに、相談窓口を掲載した資料を児童・生徒に配布し、SOSを発信するための周知啓発を行います。
- 思春期ふれあい体験学習として、赤ちゃんとふれあう中でいのちの尊さや子育ての楽しさ・大変さ等を学ぶ、特別授業を行います。
- 海上保安署による安全講習を行い、海上での身の安全を守る学習を実施します。

(4) 青少年や家族への支援

- 家庭児童相談員を配置し、18歳未満の児童や家庭の様々な問題や悩みの相談を受け、必要に応じてこども家庭センターや教育委員会等の関係機関との連携を図り、適切な支援を行います。
- ひきこもり、不登校、非行等の困難を抱える子どもや青少年・家族に対するメンタルケアや相談支援を行います。

評価指標

評価指標	令和5年度	目標値 令和11年度	出典
不安を抱えている中学生・15～18歳の割合(%)	24.9	減少	1

【出典】

- 1 中学生・15～18歳アンケート

2 働く世代への支援強化



就労者のこころの健康に影響を受ける主な要因としては、職場の人間関係や仕事上の過剰な責任の発生、事故の経験等が挙げられます。ハラスメント対策をはじめとして、職場におけるストレスチェックを含めたメンタルヘルス対策を講じていくことが必要です。事業者への情報提供等を通じて、町内の就労者の就業環境の改善を図ります。

加えて、長時間労働により、精神疾患の発症や過労自殺へとつながるケースも考えられることから、事業者と連携し、就労している人のワーク・ライフ・バランスを推進します。

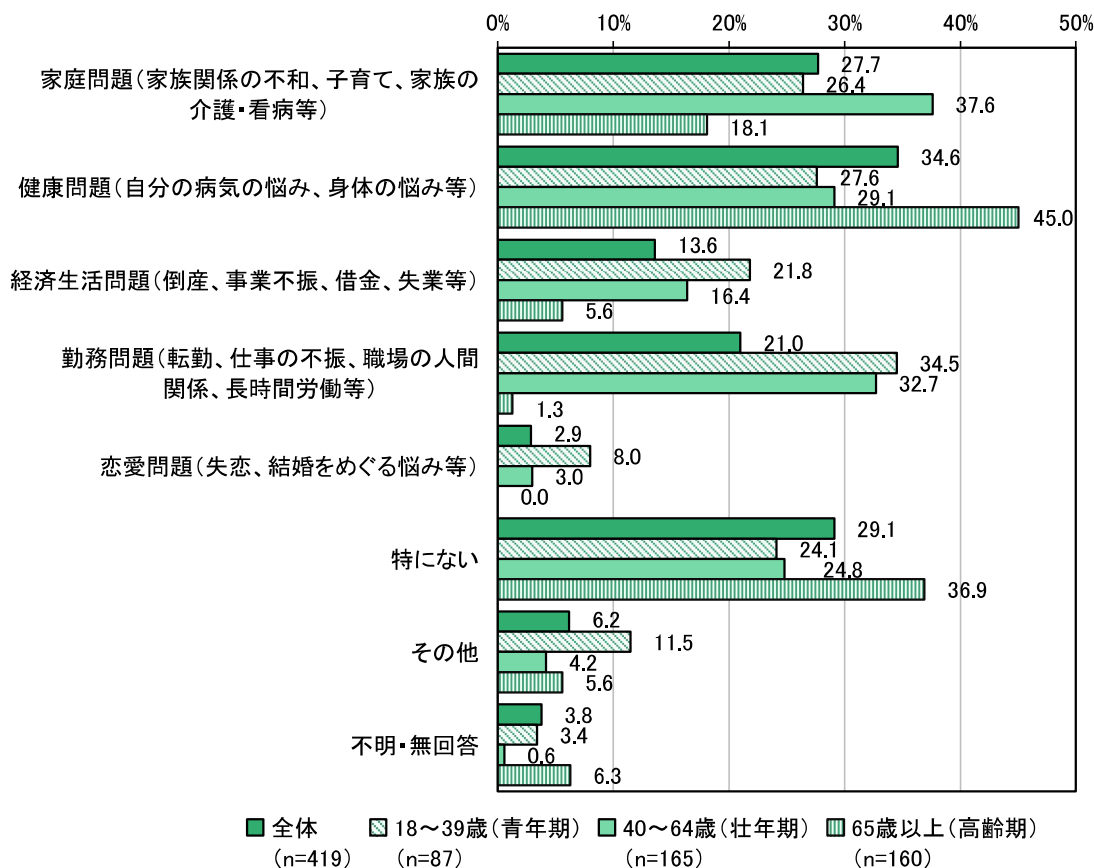
また、中高年層の就労者は勤務問題と家庭問題の両方を抱え、追い詰められることが多いため、相談窓口を周知し、相談支援を行うとともに、必要に応じて支援先の紹介を行います。

現状と課題

～アンケート調査結果より～

○現在抱えている不安のうち、青年期においては勤務問題（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等）が、34.5%、壮年期においては家庭問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）が37.6%、高齢期は健康問題（自分の病気の悩み、身体の悩み等）が45.0%と最も高くなっていて、ライフステージごとに悩みが異なることが分かります。

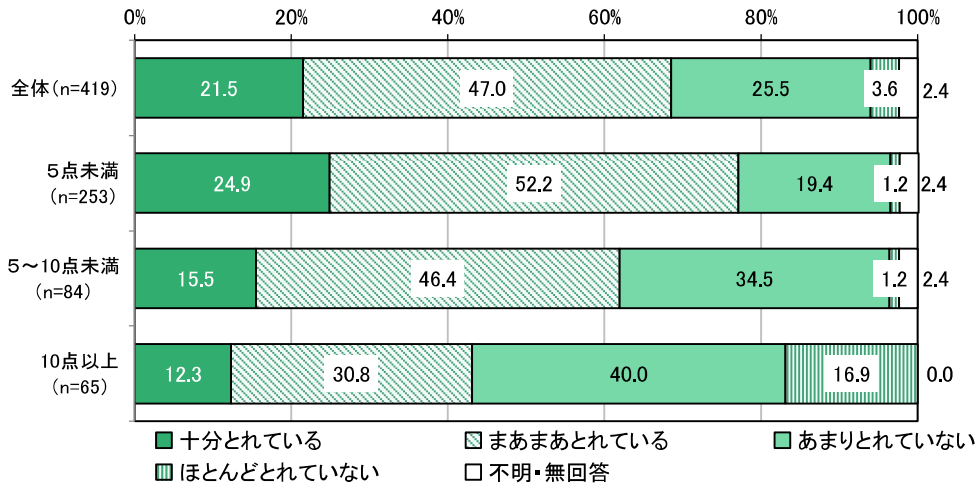
■現在抱えている不安



OK6*の点数別に睡眠時間の状況をみると、点数の高い人ほど睡眠時間がとれていない傾向があることから、事業者への長時間労働の是正に関する働きかけや睡眠の重要性についての啓発が必要です。

※こころの健康状態をチェックするための指標であり、住民アンケートの回答結果を基に合計点を算出することで精神不調の程度を把握します。合計点が高いほど、うつ病や不安障害の可能性が高くなります。

■K6と睡眠時間の状況の関連



今後の取組

(1) 自殺対策・自殺予防に向けた情報の提供

- 商工会のお知らせや播磨町のホームページで、自殺対策やメンタルヘルスに関する内容を掲載し、各相談窓口の情報等の周知・啓発につなげます。
- 播磨町自殺防止対策協力連携事業の協力団体への参加を呼びかけ、町からの啓発の情報提供を行います。

(2) 事業者への働きかけ

- 過労死や過労自殺がなく、仕事と生活を調和させ、健康で充実して働き続けることのできる社会の実現のため、長時間労働の是正を推進します。
- 職場におけるメンタルヘルス対策を連携促進します。
- 職場におけるパワーハラスメントやセクシュアルハラスメント等により、働く人が精神的に追い込まれることがないように、関係機関や町内事業所と連携し対策を行います。

(3) 就労に関する困難を抱える人への支援

- 労働者及び使用者等を対象に、労働条件その他労働契約上で生じた労働問題に対し、必要に応じて専門機関への紹介を実施します。
- ハローワークと連携し、失業者の再就職に向けた就労支援、生活困窮者やひとり親の経済的自立に向けた支援を行います。

- 町内の就業者の経済的な安定を維持するために、商工会と連携して支援を行い、商工業の振興及び発展を図ります。
- 様々な媒体や講習会等の機会を活用し、長時間労働の防止やハラスメント、メンタルヘルスに関する普及啓発に取り組みます。

評価指標

評価指標	令和5年度	目標値 令和11年度	出典
勤務問題への不安の割合（％）	21.0	減少	1
町内のひょうご仕事と生活の調和推進認定企業数（社）	0	増加	2

【出典】

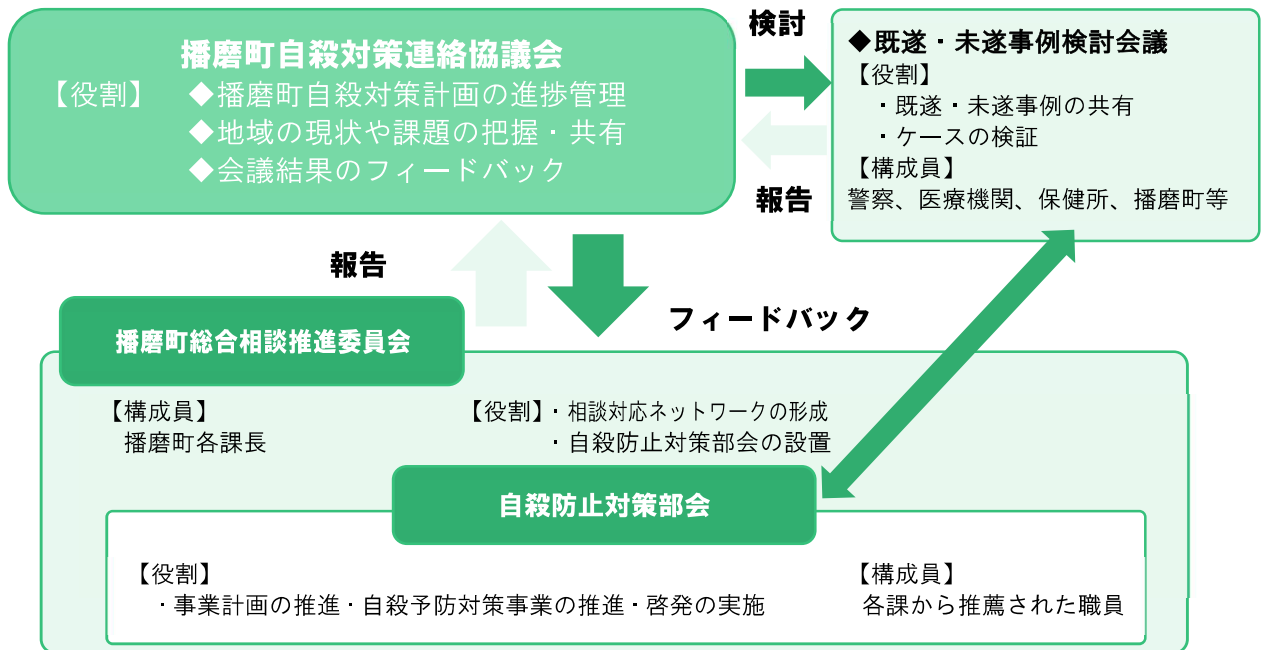
- 1 住民アンケート
- 2 公益財団法人兵庫県勤労福祉協会ひょうご仕事と生活センター

(3) 自殺対策の推進体制

① 播磨町の自殺対策の連携・協働体制

自殺対策を進めるために設置した、学識経験者や地域活動団体の代表、医療や福祉、教育関係者によって構成される「播磨町自殺対策連絡協議会」を中心に、町、町民、関係機関等が一体となって取り組むために「播磨町自殺防止対策協力連携事業」を町全体で実施することで、すべてのいのちをみんなで支えるまちづくりを進めていきます。

■ 播磨町の自殺対策の体制イメージ



関係機関や団体、地域住民による協働・連携（自殺防止対策協力連携事業）



② PDCAサイクルによる進捗管理

本計画の進捗状況の管理・評価については、播磨町自殺対策連絡協議会が、計画の立案(Plan)、その実行 (Do)、進捗状況の点検評価 (Check)、取組の改善 (Act) といった一連のPDCAサイクルに基づいて行います。