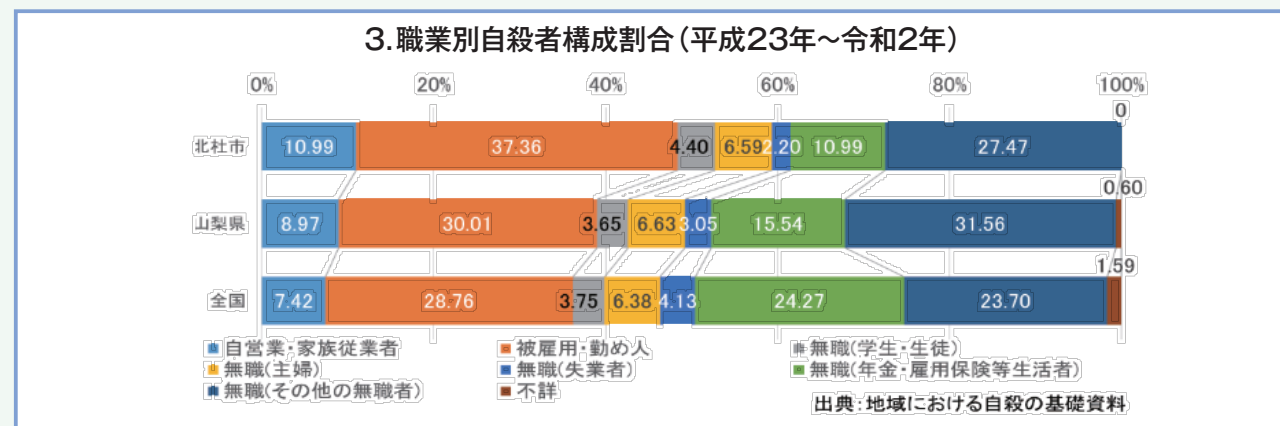
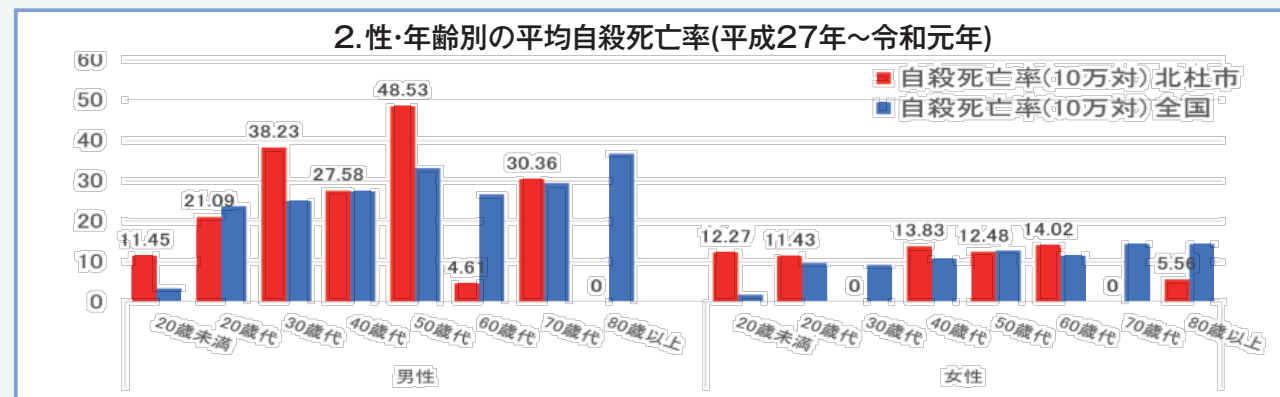
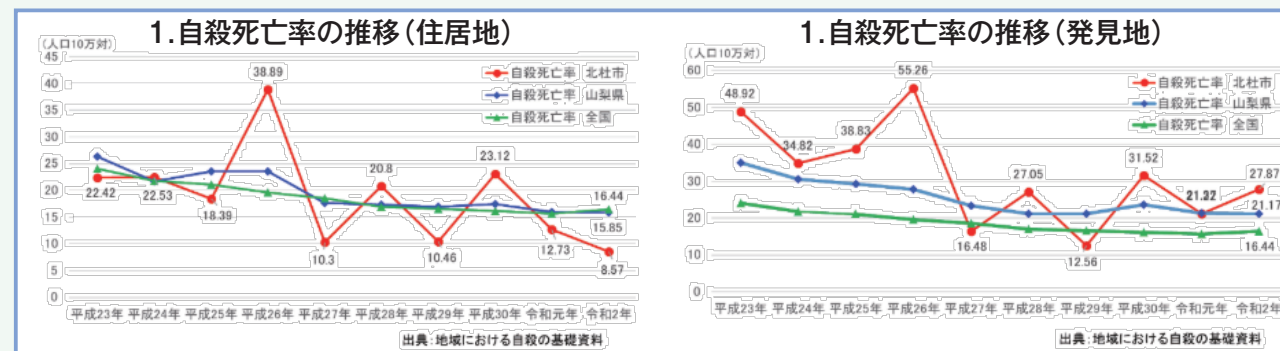


北杜市における自殺の実態

1. 発見地ベースの自殺死亡率が国や県よりも高く、市民以外の方が市内で自殺する割合が高い。
⇒ハイリスク対策
2. 20歳未満の若年層の自殺死亡率が男女ともに国より高い。
⇒若年層への対策
3. 30歳代、50歳代男性の自殺死亡率が国よりも高く、また、職業別では被雇用者勤め人の自殺者が多い。
⇒勤務経営者の対策

	平成 23年	平成 24年	平成 25年	平成 26年	平成 27年	平成 28年	平成 29年	平成 30年	令和 元年	令和 2年
自殺者数（住居地）	11	11	9	19	5	10	5	11	6	4
自殺者数（発見地）	24	17	19	27	8	13	6	15	10	13
自殺死亡率 北杜市（住居地）	22.42	22.53	18.39	38.89	10.3	20.8	10.46	23.12	12.73	8.57
自殺死亡率 北杜市（発見地）	48.92	34.82	38.83	55.26	16.48	27.05	12.56	31.52	21.22	27.87



第2期北杜市自殺対策計画 概要版

計画の趣旨

日本における自殺者は平成10年以降、年間3万人を超える高い水準で推移してきました。しかし、平成18年10月に自殺対策基本法（以下「基本法」という。）が施行されて以降、自殺は「個人の問題」としてだけでなく、「社会の問題」として広く認識されるようになり、国を挙げて自殺対策が総合的に推進された結果、自殺者数の年次推移は減少傾向となりました。

施行から10年目の節目に当たる平成28年には自殺対策基本法が改正され、「全ての人がかけがえのない個人として尊重される社会、誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して、自殺対策を「生きることの包括的な支援」として位置づけました。自殺対策の総合的かつ効果的な推進のため、国、地方公共団体、その他の関係機関団体が相互の連携を図りながら自殺対策に取り組むこととされ、全ての都道府県及び市町村は「自殺対策計画」を策定することとなりました。

これを受け本市は、保健・福祉・教育その他の関連施策と連携を図り、誰もが生きることの包括的な支援としての自殺対策に関する必要な支援を受けられるよう「北杜市自殺対策計画」を策定しました。

基本理念

『誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して』

計画期間

令和4年度（2022年度）～令和8年度（2026年度）

計画の目標

本計画を効率的・効果的に推進することで、最終目標である、「誰も自殺に追い込まれることのない北杜市」として「自殺者ゼロ」を目指します。

ただし、段階的に目標を達成していくため、本計画期間においては、国の方針を踏まえ、住居地ベースの自殺死亡率を10.36以下、発見地ベースの自殺死亡率を18.81以下にすることを目標とします。

※国の自殺対策大綱では、人口10万人当たりの自殺死亡率（以下「自殺死亡率」という）を、平成27年度から10年間で30%以上減少させることを目標にしています。

指 標	現況値（令和2年）	目標値（令和8年）
自殺死亡率（住居地ベース）	14.8	10.36 以下
自殺死亡率（発見地ベース）	26.87	18.81 以下

※過去3年間の平均値を現況値としました。

指 標	現況値（令和2年度）	目標値（令和8年度）
こころの体温計チェックサイト利用者のうち、レベル3（うつ傾向）の市民の割合	4.9%	4.5%以下

第2期北杜市自殺対策計画【概要版】

発行 北杜市福祉保健部健康増進課 〒408-0188 北杜市須玉町大豆生田 961-1
 電話 0551-42-1335・FAX 0551-42-1123
 Mail kenkozoshin@city.hokuto.yamanashi.jp

基本施策

【1】市民への啓発と周知

市民一人ひとりが自分のこころの健康に目を向けられるよう、「こころの健康づくり」を推進するためには、こころの健康を保つこと、自殺の問題について関心を持つこと、正しい知識を身に着けること、自殺は誰にでも起こりうる問題と理解すること、個人の問題ではなく社会全体の問題と理解することなど、広く認識される必要があります。

- (1) 自殺予防週間・自殺対策強化月間における広報
- (2) こころの健康相談窓口の周知
- (3) こころの体温計チェックサイトの周知

こころの体温計チェックサイト

「心の健康状態」が即座にわかるサイトです。

- ・本人モード
- ・家族モード
- ・赤ちゃんママモード
- ・アルコールチェックモード
- ・睡眠障害チェック
- ・ストレス対処タイプテスト



【2】自殺対策を支える人材の育成

自殺対策を効果的に推進するためには、周りの人がその兆候にいち早く気づき、働きかけを行うことが重要であり、自殺対策を支える人材の育成は、対策を推進する上での基礎となる重要な取り組みです。

- (1) ゲートキーパー研修会の開催（市民向け・関係機関向け・市職員向け）

【3】地域におけるネットワークの強化

地域の連携は、自殺対策を推進するうえで基盤となる取り組みです。既存の各分野のネットワークを活用し、生きることの包括的な支援につながるための連携を強化します。

- (1) 連携・協働のネットワークの強化

【4】生きることへの促進要因への支援

自殺に追い込まれる危険性が高まるのは、自己肯定感や人間関係、危機回避能力などの「生きることの促進要因」よりも、失業や多重債務、生活苦などの「生きることの阻害要因」が上回った時です。

市では、「生きることの阻害要因」を減らす取組並びに、「生きることの促進要因」を増やす取組を各種団体と連携して行っています。

- (1) 居場所づくり
- (2) 自殺者の親族等への支援

【5】児童・生徒の「SOS」の出し方に関する教育

子どもや家庭に対する支援として、児童・生徒が命の大切さを実感できる教育だけでなく、社会において直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処法を身に着けるための教育を推進します。

- (1) 「SOS」の出し方教育の実施（小学校・中学校・高等学校）

重点施策《北杜市の自殺の実態を踏まえ、重点的に推進する取り組みです》

【1】勤務・経営者及び生活困窮者への対策

本市の自殺者を職業別にみると、「被雇用者・勤め人」の割合が県や全国と比べて高くなっています。職場における人間関係や、長時間労働、転勤、異動による環境変化など、勤務場所の問題がきっかけとなり、退職や失業に至った結果から、生活困窮や多重債務などの問題が付随的に発生し、最終的に自殺のリスクが高まるケースは少なくありません。

また、平成28年経済センサス一括調査によると、市内事業所の7割が従業員50人未満の事業所であり、このような事業所では従業員のメンタルヘルス対策が十分でないことも考えられます。市では、勤務上の悩みを抱えた人が、適切な相談・支援につながるような、相談窓口の周知を図ります。

【2】こども・若者への対策

本市における2015年～2019年の年齢階級別の平均自殺死亡率（人口10万対）は、20歳未満が全国を上回っています。自殺総合対策大綱には、学校における「SOS」の出し方教育の整備に加え、子どもの貧困対策や、ひとり親家庭の児童生徒に対する生活学習支援、子どもの居場所づくり、虐待防止などの各種施策の推進の必要があると明記されています。

本市では、保護者や地域の関係者と連携し、児童生徒に対する「SOS」の出し方教育を推進するとともに、児童・生徒、保護者が抱え込みがちな自殺リスクの早期発見に努め、専門職員による包括的な支援をしていきます。

【3】ハイリスク地対策*

本市における、2020年（令和2年）の発見地ベースの自殺死亡者数は、13人であり、住居地ベースの4人を大幅に上回っています。また、2020年の発見地ベースの自殺死亡率（人口10万対）は、27.87であり、県（21.17）や全国（16.44）を大幅に上回っています。

ハイリスク地の対策は、市関係部署による検討を重ねていますが、社会情勢の変容により年々増加傾向にあり喫緊の課題となっています。

市では、県、警察署、消防署、市民団体、市民などと連携し、声掛けや見守り活動に向けた取り組みを行うとともに、水際対策やイメージアップなど、負のイメージを払拭するための取り組みを実施します。

*ハイリスク地（自殺多発地域）とは：次の①から③の条件を全て満たす地点（地域）をいう。

- ①比較的立入が容易な一般の公共の場所であること（自宅、勤務先は除く）
- ②自殺の場所として利用されやすく、そのような場所として知られていること
- ③一定期間において、当該場所で発見された自殺者又は自殺企図者が複数人いること。
地域住民以外の自殺志願者が集まるという現状があること。

【4】生きる支援の関連施策

基本施策、重点施策の他、本市における自殺対策関連事業として相談窓口の機能強化、地域のサポート体制の強化、居場所づくりなど、関連する機関の連携を促進し、他分野における包括的な支援を行います。