

国東市民の「生きる」を支える

第2期国東市自殺対策計画

(令和5年度～令和9年度)



令和5年3月

国東市

1. 計画の趣旨等

本市では、平成31年3月に第1期計画となる「国東市民の『生きる』を支える国東市自殺対策計画」を策定し、各関係機関や関係部署、市民の協力のもと、自殺対策に係る各種施策に取り組んできました。

このたび、第1期計画の計画期間が令和5年3月に終了することから、これまでの取り組みから見えた課題や令和4年9月に実施した「こころの健康に関するアンケート」の調査結果から見えた課題、国の新たな対策等を鑑み、令和5年3月に「第2期国東市自殺対策計画」を策定しました。

2. 計画の基本理念と基本方針

基本理念は、第1期計画を踏襲し、「誰も自殺に追い込まれることのない『生きる』を支える安心のまちづくり」とします。

基本理念

**「誰も自殺に追い込まれることのない
『生きる』を支える安心のまちづくり」**



基本方針

国の新しい自殺総合対策大綱では、従来の5項目の基本方針に加え、「自殺者等の名誉及び生活の平穏なる配慮」の項目が新たに付け加えられています。

本市の第2期計画の基本方針も、国、県の基本方針に基づいて、以下のを6項目を基本方針とします。

1. 生きることの包括的な支援として推進
2. 関連施策との有機的な連携を強化して総合的な対策の展開
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
4. 実践と啓発を両輪として推進
5. 関係機関、市民の役割を明確化し、その連携・協働の推進
6. 自殺者等の名誉及び生活の平穏なる配慮

3. 数値目標

自殺死亡率を数値目標として掲げます。

本市の人口10万人当たりの自殺死亡率の5年平均(平成29年～令和3年)が12.0であることから、令和8年までの目標は、12.0以下とします。

数値目標		現状	目標(令和8年)
人口10万人 当たりの 自殺死亡率	国東市	12.0 (平成29年～令和3年平均)	12.0以下 (令和4年～令和8年平均)
	大分県	16.9 (平成28年)	13.0
	国	18.5 (平成27年)	13.0以下

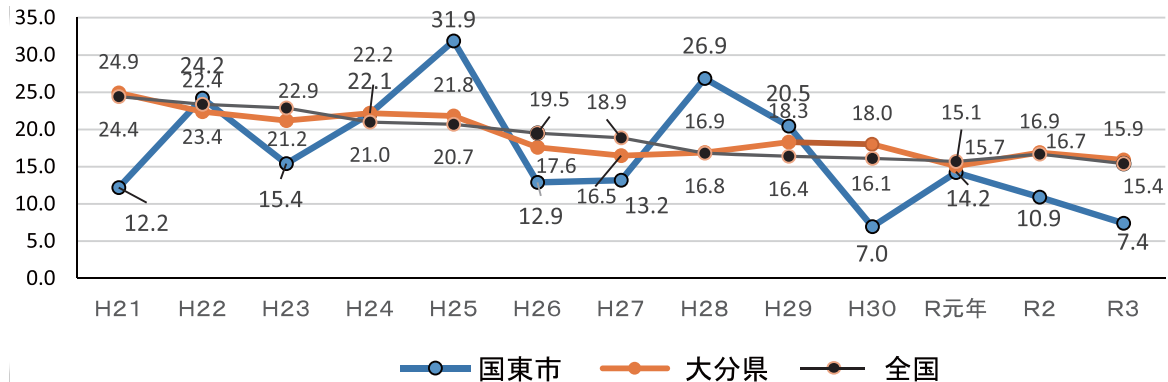
4. 自殺の現状・こころの健康に関するアンケート結果及び課題

【自殺の現状】

自殺死亡率(人口10万人当たり)

令和3年の本市の自殺死亡率は、7.4となっています。

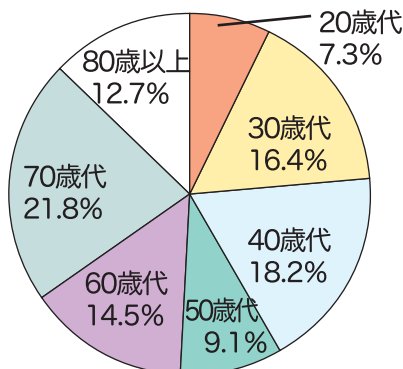
令和3年は、全国は15.4、大分県は15.9となっており、本市の自殺死亡率はかなり低くなっています。



自殺者年代別割合

【平成23年から令和3年まで】

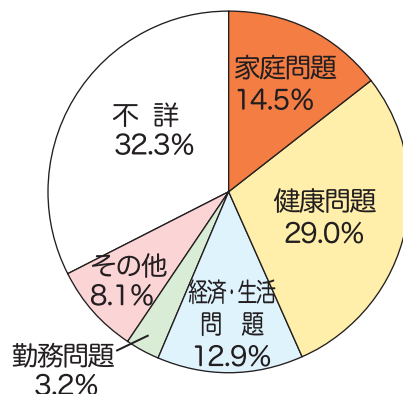
年齢別にみると70歳代が最も高く、21.8%を占めており、次が40歳代の18.2%となっています。



自殺者原因・動機別割合

【平成23年から令和3年まで】

原因・動機別の割合をみると、「健康問題」が29.0%と最も高く、次いで「家庭問題」の14.5%となっています。(「不詳」を除く。)



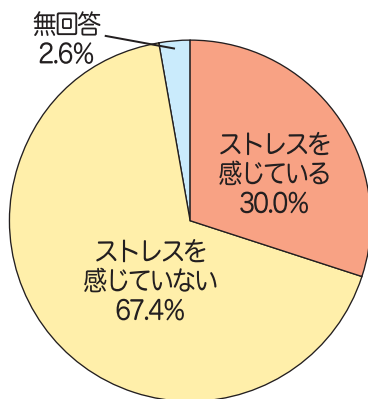
【こころの健康に関するアンケート結果】

実施時期 : 令和4年9月
実施対象 : 20歳以上の国東市民(無作為抽出)1,300人
実施方法 : 郵送配布・回収

有効回収数 : 537人
有効回収率 : 41.3%

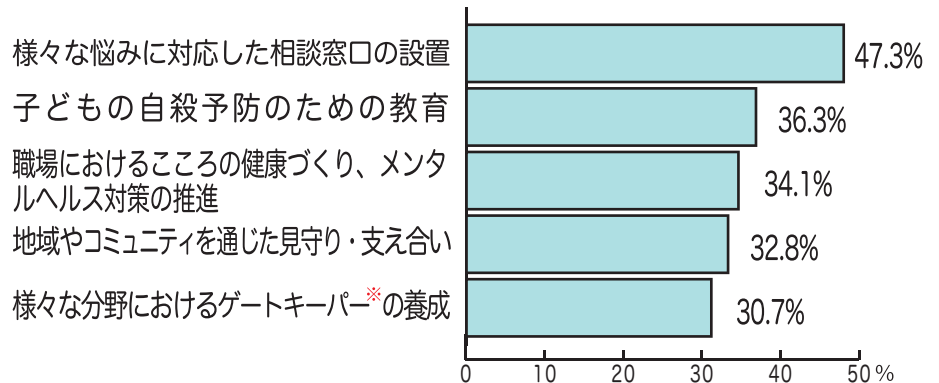
ストレスを感じている人の割合

ストレスを感じている人の割合は、全体の30.0%となっています。



期待される自殺対策

「期待されている自殺対策」で最も高いのは、「様々な悩みに対応した相談窓口の設置」の47.3%で、2番目は「子どもの自殺予防のための教育」の36.3%となっています。



※ゲートキーパーとは、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）を図ることができる人のことで、いのちの門番の役割を行います。

【現状及びアンケートからみた課題】

自殺者の年代別割合は、70歳代が21.8%と最も高くなっています。コロナ禍での交流機会が減少している状況において、高齢者に対する自殺対策について、どのような取組みが有効か検討することが必要です。

また30歳代、40歳代の現役世代の自殺死亡率も依然高いことから、第2期計画も「勤務・経営」に関する自殺対策についても、重点課題の1つとして、取り上げる必要があります。

さらに、アンケート結果のなかで、期待される自殺対策としてあげられた項目についても、重点的に取り組む必要があります。

【課題1】重点推進課題

(高齢者対策、生活困窮者対策、子ども・若者対策、勤務・経営対策)

【課題2】地域やコミュニティを通じた見守り・支え合い、交流機会の充実

【課題3】職場におけるこころの健康づくり・メンタルヘルス対策の推進

【課題4】若い世代に対する相談体制の充実、「こころの教育」の充実

【課題5】生活困窮者への支援等

【課題6】自殺者家族への支援の強化

【課題7】相談窓口の機能強化

【課題8】ゲートキーパーに対する理解、養成の推進

5. 計画の体系

本計画は、5つの基本施策、4つの重点施策、生きる支援関連施策により構成されています。

基本理念

『誰も自殺に追い込まれることのない「生きる」を支える安心のまちづくり』

基本施策

- ①地域におけるネットワークの強化
- ②自殺対策を支える人材育成
- ③住民への啓発と周知
- ④生きることの促進要因への支援
- ⑤児童生徒のSOSの出し方に関する教育

重点施策

- ①高齢者対策
- ②生活困窮者対策
- ③子ども・若者対策
- ④勤務・経営対策

生きる支援関連施策

既存事業を自殺対策（地域づくり）の観点から捉え直し、様々な課題に取り組む各課、各組織の事業の連携

具体的な基本施策・重点施策

基本施策は、地域で自殺対策を推進するために欠かすことのできない基盤的な取り組みです。

そのため「事前対応」「危機対応」「事後対応」のすべての段階に及び、分野的にも「実践」と「啓発」の両方を網羅する幅広い施策となっています。

重点施策は、本市において特に自殺の実態が深刻である「高齢者」と自殺のリスク要因となっている「生活困窮者」、そして「子ども・若者向けの対策」「勤務・経営対策」に焦点を絞った取り組みです。

【具体的な事業例】

- ・地域ふれあいネットワーク会議
- ・生活支援サービス体制整備事業
- ・ゲートキーパー養成研修
- ・自殺対策講演会の開催
- ・各種経済的支援
- ・自死遺族支援等に関する情報提供
- ・こころの体温計事業
- ・スクールソーシャルワーカー活用事業
- ・高校生「こころの健康教室」
- ・小中学生こころの健康づくり研修会
- ・職場への健康づくり

こころの体温計をご利用ください。

国東市では、こころの健康状態を、パソコンや携帯電話から簡単にチェックできる『こころの体温計』システムを導入しています。

ご自分がどんなストレスを抱えているか、チェックしてみてください。また、身近な家族、赤ちゃんをお持ちのママさん向けのこころの健康状態等もチェックできます。

ご利用は無料です。（通信料はご負担ください。）



左記 QR コードまたは下記 URL より「こころの体温計」ホームページをご利用できます。

<https://fishbowlindex.jp/kunisaki/demo/index.pl>

国東市民の「生きる」を支える
第2期国東市自殺対策計画

概要版

令和5年3月

発行 国東市 福祉課
〒 873-0503
大分県国東市国東町鶴川149番地
電話番号：0978-72-1111（代表）
