



こころやからだの悩み

●妊娠中、赤ちゃんから大人まで●

長浜市健康推進課(ながはまウェルセンター1階)
北部健康推進センター(保健センター高月分室)

☎ 65-7751

☎ 85-6420

●アルコール・ひきこもり・薬物・ギャンブル等の専門相談●

滋賀県長浜保健所
滋賀県立精神保健福祉センター

☎ 65-6610

☎ 077-567-5010

●誰にも話せず、不安や孤独に悩むとき●

●さまざまなお悩みで途方にくれているとき●

滋賀いのちの電話 (金~月 10時~20時30分)
こころの電話相談 (10時~12時 13時~21時)
LINE相談「心のサポートしが」
(毎日16時~22時)▶



☎ 077-553-7387

☎ 077-567-5560

お金に関する相談

●消費生活相談● 借金・多重債務、商品購入の契約トラブルなど

長浜市消費生活相談窓口 (9時~16時)
(市役所本庁舎1階)

☎ 65-6567

●生活福祉資金貸付相談等●

長浜市社会福祉協議会 長浜センター
長浜市社会福祉協議会 木之本センター

☎ 62-1804

☎ 82-5419

●生活保護・生活困窮に関する相談●

長浜市社会福祉課 (市役所本庁舎1階)

☎ 65-6519

職場に関する相談

●職場での人権の悩み● パワハラ・セクハラなど

彦根労働基準監督署(彦根総合労働相談コーナー)

☎ 0749-22-0654

高齢者に関する相談

●生活全般にかかる悩みや心配事、介護に関するご相談等●

長浜市長寿推進課 (市役所本庁舎1階)

☎ 65-7841

南長浜地域包括支援センター(長浜・六莊・西黒田・神田)
神照郷里地域包括支援センター(神照・南郷里・北郷里)
浅井びわ虎姫地域包括支援センター(浅井・びわ・虎姫)
湖北高月地域包括支援センター(湖北・高月)
木之本余呉西浅井地域包括支援センター(木之本・余呉・西浅井)

☎ 65-8352

☎ 65-8267

☎ 73-2653

☎ 85-5702

☎ 82-3570

他の相談

※その他、こころの相談窓口▶

●子どもに関わる総合相談窓口●

長浜市こども家庭センター (市役所本庁舎1階)

☎ 65-6535

●ひきこもりや自立に関する相談●

長浜市社会福祉課 自立生活サポート窓口 (市役所本庁舎1階)

☎ 65-6536

●しうがいに関する相談●

長浜市しうがい福祉課 (市役所本庁舎1階)

☎ 65-6518

※相談窓口については令和6年3月時点のものです。相談先や電話番号等が変更になることがあります。

発行日
令和6年3月
長浜市健康福祉部健康推進課 長浜市小堀町32番地3「ながはまウェルセンター」内
(0749-65-7759)



健康ながはま21

第2期

長浜市自殺対策計画(案)

～誰もがいきいきと暮らし、「生きる」を支え合う長浜市を目指して～

令和6年度（2024年度）～令和12年度（2030年度）

基本理念

市民一人ひとりの
かけがえのない命を大切にし、
つながり支え合う長浜

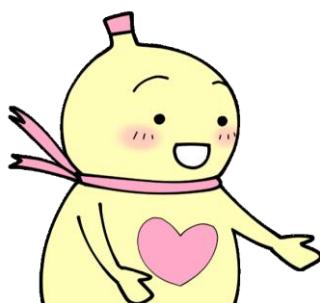
令和6年(2024)3月

長浜市



長浜市健康づくり推進キャラクター
ココロン

計画策定の趣旨



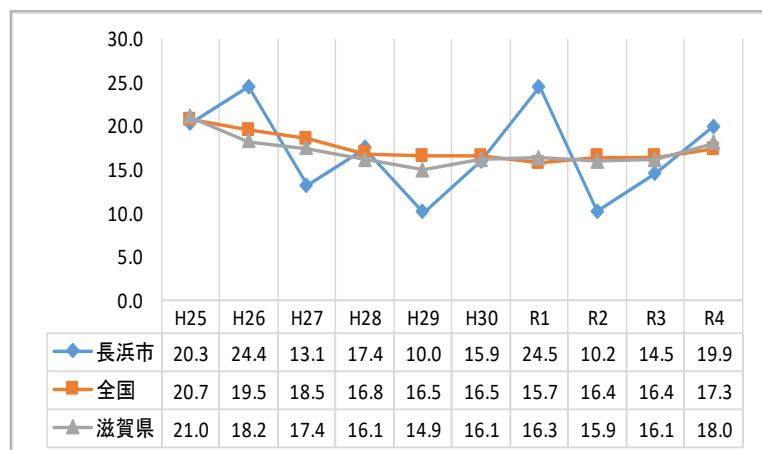
本市では、総合的な対策を推進するため、平成31年3月に「長浜市自殺対策計画」を策定し、ゲートキーパーの養成や相談窓口の啓発、各関係機関等との連携など、自殺対策に取り組んできました。現計画の計画期間が満了することから、これまでの実施から見えた課題や市民アンケート、国や県、市の現況等を鑑み、自殺対策の一層の推進を図るため、第2期長浜市自殺対策計画を策定します。

自殺の現状

本市の年間自殺者数は、年間10～30人前後で推移し、自殺死亡率は令和2年、令和3年と、国や県に比べ低いものの、令和4年については、国や県よりも高い状況です。

また、令和2年に一旦減少したものの令和3年度から再び増加傾向が見られます。年齢別割合(H30～R4年)では、40歳代が最も多く、次に30歳代、50歳代、70歳代が多い状況です。

自殺死亡率の推移(H25年～R4年) 人口10万対



年齢別自殺者割合



厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

長浜市の特徴

長浜市の主な自殺の特徴として、男性 40～59歳有職で同居家族がいる人の割合が高く、続いて 20～39 歳の同様の男性となっており、働く世代の男性の自殺者が多い現状があります。職業別にみると、自営業や被雇用・勤め人が43%と就労者の割合が高く、次いで年金・雇用保険等生活者、その他無職者となっています。

計画の数値目標

令和12年の自殺死亡率を9.9以下
(中間目標:令和8年の自殺死亡率12.0以下)

本市においては、自殺者数が年で大きく変動しているため、平成25年から平成29年までの5年間の平均自殺死亡率17.04を平成27年の自殺死亡率と見なします。中間目標の令和8年については、国や滋賀県と同じ平成27年から30%以上減少させることを目標値とし、12.0以下を目指します。第2期最終年度の令和12年の目標値は、平成27年から42%の減少となる9.9以下とします。

◆具体的な取組◆

基本施策と主な評価指標



基本施策1

市民一人ひとりの気づき見守りの推進

幅広い年代層へこころの健康に関することや自殺に対する知識等啓発、危機時の対応、相談窓口等について広く啓発していきます。

主な評価指標	現状値 (令和5年度)	中間目標値 (令和9年度)	最終目標値 (令和12年度)
悩みやストレスを相談する相手や場所がある人の割合	70.4%	—	85%

基本施策2

地域におけるネットワークの強化

自殺対策を包括的に実施していくため、関係機関との情報共有や連携など、地域共生社会の実現にむけた取組をはじめとした各種施策と連携を図ります。

主な評価指標	現状値 (令和5年度)	中間目標値 (令和9年度)	最終目標値 (令和12年度)
心の健康専門部会の開催	—	1回	1回

基本施策3

自殺未遂者、遺された人等への支援の充実

再発のリスクが高い自殺未遂者、遺された人等のハイリスク者への個別支援や関係機関との連携を行います。

主な評価指標	現状値 (令和5年度)	中間目標値 (令和9年度)	最終目標値 (令和12年度)
いのちのサポート事業等の自殺関連の個別支援件数(年間延べ件数)	214件	230件	250件

基本施策4

自殺対策を支える人材の育成

さまざまな年代に対し、多くの機会を通じてゲートキーパーの養成を行います。また、自殺対策に取り組む支援者等に対し、ケース検討やスープーパーバイズ等の相談事業を実施します。

主な評価指標	現状値 (令和5年度)	中間目標値 (令和9年度)	最終目標値 (令和12年度)
ゲートキーパー養成人数(延べ人数)	3,491人	4,500人	5,700人

基本施策5

児童生徒のSOSの出し方に関する教育の推進

児童生徒に対する自殺予防に関する教育の推進、教職員・保護者に対して、子どもの心理状況やSOSを受け止めるための研修や啓発を行います。

主な評価指標	現状値 (令和5年度)	中間目標値 (令和9年度)	最終目標値 (令和12年度)
PTAや教職員向け研修の実施(延べ開催数)	—	10回	24回

重点施策と主な評価指標

重点施策1

妊娠期から始まる子ども・若者への対策を推進する

子育てコンシェルジュ等が、産後うつ病などの啓発や育児の相談等を行い、必要時に関係機関と連携をして支援を行います。また、子どもに対して声をかける取組やいのちの大切さに関する教育、子ども・若者への相談の実施、関係機関との連携を行います。

主な評価指標	現状値 (令和5年度)	中間目標値 (令和9年度)	最終目標値 (令和12年度)
産婦健診の受診率(令和6年度開始)	—	100%	100%
産婦健診受診者で支援が必要な人への支援割合	—	100%	100%

重点施策2

就労者への対策を推進する

心やからだが疲れた時は仕事を休むなど休息を取ることの大切さを就労者や経営者へ啓発します。また、周囲の人が悩んでいる人に気づき、声をかけ、必要な支援につなげることができるよう対応方法や相談窓口を周知啓発します。

主な評価指標	現状値 (令和5年度)	中間目標値 (令和9年度)	最終目標値 (令和12年度)
職場でメンタルヘルス研修実施企業数(延べ数)	19企業	27企業	35企業

重点施策3

高齢者世代への対策を推進する

地域とのつながりを持ちながら、生きがいをもった生活が送れるよう居場所づくりに取り組みます。高齢者が必要な支援につながり、困りごとや悩みが相談できるよう相談窓口の周知を行います。

主な評価指標	現状値 (令和5年度)	中間目標値 (令和9年度)	最終目標値 (令和12年度)
生きがいを持って生活している高齢者の割合	62.8%	増加	増加

重点施策4

生活困窮等への対策を推進する

総合相談窓口の啓発を行い、生活困窮者等に対して生活相談や就労支援等を実施するとともに、多くの複合的な課題を抱えている場合は、関係機関と連携し、検討しながら支援を行います。

主な評価指標	現状値 (令和5年度)	中間目標値 (令和9年度)	最終目標値 (令和12年度)
自立生活サポート窓口受付件数(新規)	272件	300件	300件

生きる支援関連施策

庁内の多様な事業を、「生きることを支える取組」として自殺対策の観点から捉え直し、生きる支援に関連の事業との連携を図ります。