

第 IV 章

自殺対策(案)

(長浜市自殺対策計画)

～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～令和12年度

1

計画策定の趣旨

1)計画策定の背景

我が国の自殺者数は、平成10年に急増して以来、3万人を超えるという状況が続いていましたが、平成18年10月に自殺対策基本法が施行、平成19年6月には自殺総合対策大綱が閣議決定されて以降、それまで「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」と認識されるようになりました。そして、国を挙げての自殺対策が推進され、自殺者数は減少傾向となりました。

また、平成28年4月の自殺対策基本法の改正を機に、都道府県や市町村の自殺対策計画の策定が義務付けられ、長浜市においても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。

しかしながら、令和2年から、新型コロナウイルス感染症による影響もあり、我が国の自殺者数がやや増加に転向し、長浜市においても同じ傾向が見られました。

このような中、自殺対策をさらに強化させるため、国において令和4年10月に「自殺総合対策大綱」が閣議決定され、これまでの取組に加え、子ども若者や女性に対する支援の推進・強化、地域自殺対策の取組強化など、総合的な自殺対策の更なる推進・強化が盛り込まれました。また、令和5年6月には、こどもが自ら命を絶つようなことのない社会を実現するため、「こどもの自殺対策緊急強化プラン」を取りまとめられ、今後も国あげての自殺対策が強化されていくこととなりました。

長浜市においては、現計画(以下第1期計画)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。

2)計画の基本的な考え方

本計画は、「自殺対策基本法」第13条第2項に定める「市町村自殺対策計画」であり、国の「自殺総合対策大綱」や県の「自殺対策計画」の、基本理念や方針、施策を鑑み、長浜市の自殺対策を示していくものです。また、長浜市他計画との整合を図るとともに、国際目標であるSDGs¹についても関連づけ、取り組むこととします。

¹ 2015年9月の国連サミットで採択された持続可能な開発目標

(1)国の自殺総合対策大綱(令和4年10月)

【基本理念】

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤独・孤立などの様々な社会的要因があることが知られています。このため、自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因(自殺のリスク要因)¹」を減らし、「生きることの促進要因(自殺に対する保護要因)²」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で、「対人支援のレベル」、「地域連携のレベル」、「社会制度のレベル」のそれぞれのレベルにおいて強力に、かつそれらを総合的に推進するものとします。

自殺の基本認識や自殺対策の本質が生きることの支援にあることを改めて確認し、「いのちを支える自殺対策」という理念を前面に打ち出して、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指します。

【自殺総合対策大綱のポイント】

1 子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化

- ▶ 自殺等の事案について詳細な調査や分析をすすめ、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あたることができる仕組み等の構築。
- ▶ 命の大切さ・尊厳、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月に設立が予定されている「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。

■ 孤独・孤立対策等との連携 ■ 自殺者や親族等の名誉等 ■ ゲートキーパー普及 ※ ■ SNS相談体制充実 ■ 精神科医療との連携
■ 自殺未遂者支援 ■ 勤務問題 ■ 遺族支援 ■ 性的マイノリティ支援 ■ 誹謗中傷対策 ■ 自殺報道対策 ■ 調査研究 ■ 国際的情報発信など

¹ 生きることの阻害要因: 孤立、失業、多重債務、いじめ、虐待などの要因

² 生きることの促進要因: 将来への夢や希望、良き人間関係、社会や地域への信頼感など

【自殺総合対策大綱の概要】

第1 自殺総合対策の基本理念

誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す

- ✓ 自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させる

阻害要因：過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立等
促進要因：自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力等

第2 自殺の現状と自殺総合対策における基本認識

- ✓ 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である
- ✓ 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はまだまだ続いている
- ✓ 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
- ✓ 地域レベルの実践的な取組をPDCAサイクルを通じて推進する

第3 自殺総合対策の基本方針

1. 生きることの包括的な支援として推進する
2. 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む
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させる
4. 実践と啓発を両輪として推進する
5. 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する
6. 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する

第4 自殺総合対策における当面の重点施策

1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する
2. 国民一人ひとりの気付きと見守りを促す
3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する
4. 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る
5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
7. 社会全体の自殺リスクを低下させる
8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
9. 遺された人への支援を充実する
10. 民間団体との連携を強化する
11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する
12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する
13. 女性の自殺対策を更に推進する

第5 自殺対策の数値目標

- ✓ 誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指すため、当面は先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、令和8年までに、自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）を平成27年と比べて30%以上減少させることとする。
(平成27年：18.5 ⇒ 令和8年：13.0以下) ※令和2年：16.4

第6 推進体制等

1. 国における推進体制
2. 地域における計画的な自殺対策の推進
3. 施策の評価及び管理
4. 大綱の見直し

(2)こどもの自殺対策緊急プラン

我が国の自殺者数は、近年、全体としては低下傾向にあるものの、小中高生の自殺者数は増えており、令和4年の小中高生の自殺者数が514人と、過去最多となりました。このような中、令和5年4月、こどもまんなか社会の実現を目指すこども家庭庁が発足しました。こどもの自殺者数が増加していることを大変重く受け止め、「こどもが自ら命を絶つようなことのない社会」を作るため、令和5年6月に「こどもの自殺対策緊急強化プラン」が作成されました。

こどもの自殺対策緊急強化プランの概要

こどもの自殺対策緊急強化プラン（概要）

令和5年6月2日
こどもの自殺対策に関する関係省庁連絡会議

- 近年、小中高生の自殺者数は増加しており、令和4年の小中高生の自殺者数は514人と過去最多となった。
- 関係省庁連絡会議を開催。有識者・当事者の方々からのヒアリングも踏まえ、こどもの自殺対策の強化に関する施策をとりまとめた。
- このとりまとめに基づき、自殺に関する情報の集約・分析、全国展開を目指す1人1台端末の活用による自殺リスクの把握や都道府県等の「若者自殺危機対応チーム」の設置の推進など、総合的な取組を進めていく。
- 今後、さらにそれぞれの事項についてより具体化を図った上で、こども大綱に盛り込めるよう検討を進める。

こどもの自殺の要因分析

- ・ 警察や消防、学校や教育委員会、地方自治体等が保有する自殺統計及びその関連資料を集約し、多角的な分析を行うための調査研究の実施（自殺統計原票、救急搬送に関するデータ、CDRによる検証結果、学校の設置者等の協力を得て詳細調査の結果等も活用）
- ・ 学校等における児童生徒等の自殺又は自殺の疑いのある事案についての基本調査・詳細調査の実施。国における調査状況の把握・公表 等

自殺予防に資する教育や普及啓発等

- ・ すべての児童生徒が「SOSの出し方に関する教育」を年1回受けられるよう周知するとともに、こどものSOSをどのように受け止めるのかについて、教員や保護者が学ぶ機会を設定
- ・ 「心の健康」に関して、発達段階に応じて系統性をもって指導。「心の健康」に関する啓発資料の作成・周知 等

自殺リスクの早期発見

- ・ 1人1台端末の活用等による自殺リスクの把握のための、システムの活用方法等を周知し、全国の学校での実施を目指す。科学的根拠に基づいた対応や支援のための調査研究
- ・ 自殺リスク含む支援が必要なこどもや家庭を早期に把握・支援するため、個人情報等の適正な取扱いを確保しながら、教育・保健・福祉などの情報・データを分野を超えた連携に取り組む
- ・ 公立小学校、中学校等でのスクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー等の配置促進 等

電話・SNS等を活用した相談体制の整備

- ・ 「孤独ダイヤル」（#9999）の試行事業の実施
- ・ LINEやウェブチャット・孤立相談等のSNSを活用した相談体制の強化 等

自殺予防のための対応

- ・ 多職種の専門家で構成される「若者の自殺危機対応チーム」を都道府県等に設置し、自殺未遂歴や自傷行為の経験等がある若者など市町村等では対応が困難な場合に、助言等を行うモデル事業の拡充。その上で、危機対応チームの全国展開を目指す
- ・ 不登校児童生徒への教育機会の確保のための関係機関の連携体制の整備や、不登校特例校の設置促進・充実 等

遺されたこどもへの支援

- ・ 地域における遺児等の支援活動の運営の支援 等

こどもの自殺対策に関する関係省庁の連携及び体制強化等

- ・ こども家庭庁の自殺対策室の体制強化、関係省庁と連携した啓発活動
- ・ 「こども若者★いけんばらす」によるこどもの意見の公聴、制度や政策への反映（支援につながりやすい周知の方法も含む）
- ・ 関係閣僚によるゲートキーパー研修の受講及び全国の首長に向けた受講呼びかけメッセージの作成 等

(3)滋賀県自殺対策計画(令和 5 年 3 月)

滋賀県では、新型コロナウイルス感染症による社会経済状況の変化や長期的影響への懸念等から、これまでの計画における成果と課題、社会環境の変化や国の動向、県民のニーズ等を踏まえ、自殺対策の一層の推進を図るため、令和 5 年度から令和 9 年度の 5 年間計画である第 2 期滋賀県自殺対策計画を策定されました。

【基本理念】

誰も自殺に追い込まれることなく、つながり支え合う滋賀の実現

【数値目標】

評価指標	現状値	目標値(R9)	備考
自殺死亡率	15.4(R3)	12.2 以下	人口動態統計
若年層(10～39 歳)自殺者数	70 人(R3)	減少	人口動態統計
自殺未遂歴ありの自殺者数	49 人(R3)	減少	警察庁自殺統計
こころの健康に関する相談窓口の認知度	75%(R4)	増加	滋賀県政世論調査

【基本方針】

1.関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む

- (1)様々な分野の生きる支援との連携を強化する
- (2)地域共生社会の実現に向けた取組や生活困窮者自立支援制度などと連携
- (3)精神保健医療福祉施策との連携
- (4)孤独・孤立対策との連携

2.対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる

- (1)対人支援・地域支援・制度の各レベルごとの対策を効果的に連動させる

3.生きることの包括的な支援として推進する

- (1)社会全体の自殺リスクを低下させる
- (2)生きることの阻害要因を減らし、促進要因を増やす

4.啓発と実践をともに推進する

- (1)自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識を醸成する
- (2)自殺や精神疾患に対する偏見をなくす取組を推進する
- (3)社会全体で幼少期から自尊感情を高める取組を推進する

5.県、市町、関係団体、民間団体、企業および県民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

【自殺対策の具体的取組】

1. 子ども・若者の自殺対策をさらに推進する【重点項目】
2. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ【重点項目】
3. 勤務問題による自殺対策をさらに推進する

4. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
5. 遺された人への支援を充実する
6. 災害時や感染症等により精神的負担を抱えている方への支援を充実する
7. 女性の自殺対策をさらに推進する
8. 社会全体の自殺リスクを低下させる
9. こころの健康を支援する環境の整備とこころの健康づくりを推進する
10. 県民一人ひとりの気づきと見守りを促す
11. 自殺対策に係る人材の確保、養成および資質の向上を図る
12. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する【重点項目】
13. 民間団体との連携を強化する
14. 市町や圏域における実践的な取組を支援する

(4)SDGsの取組み

SDGs(エス・ディー・ジーズ)は、2015 年の国連サミットで採択された、誰一人取り残さないため、持続可能でよりよい社会の実現のための、2016 年から2030 年の15 年間の国際目標です。

自殺対策は、SDGsの達成に向けた政策としての意義も持ち合わせるものになります。本計画においても、施策ごとにSDGsの目標を関連づけ、計画の推進を通じて、SDGsの目標に向けて取り組みます。



2

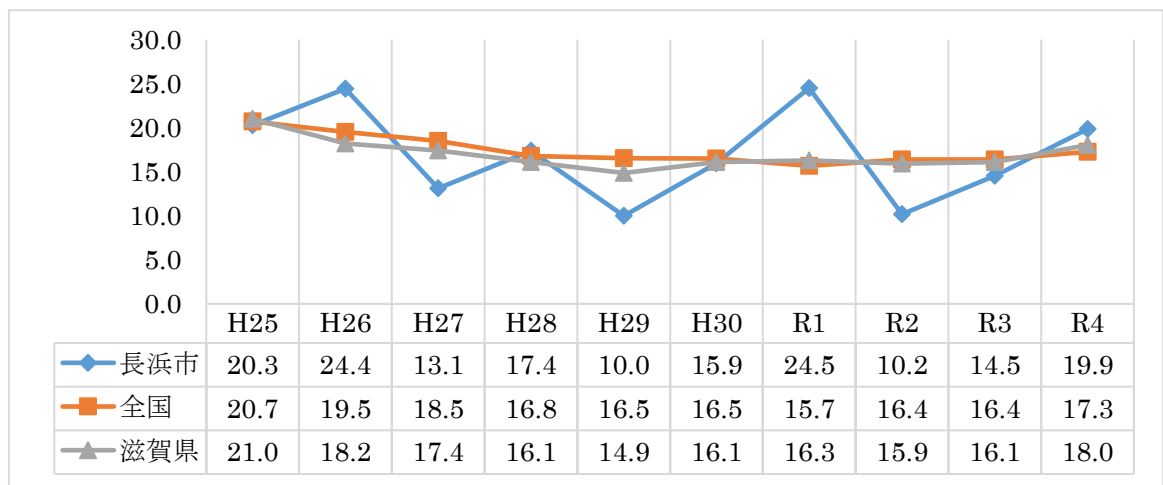
長浜市の自殺の現状

1) 統計データからみる現状（厚生労働省 地域における自殺の基礎資料より）

1. 自殺者数、自殺死亡率¹

年間自殺者数は、年間 10～30 人前後で推移し、令和 2 年は 12 人、令和 3 年は 17 人、令和 4 年は 23 人と、増加傾向にあります。自殺死亡率については、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。【図表1】

【図表 1】長浜市の自殺死亡率の推移(H25 年～R4 年)



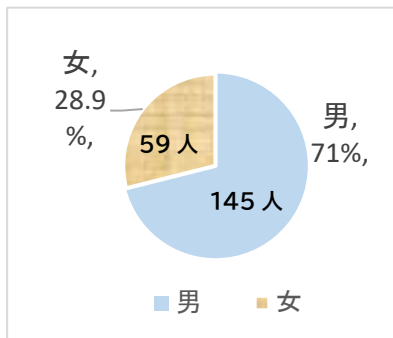
自殺死亡率:人口 10 万人あたりの自殺者数

厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

2. 男女別の割合

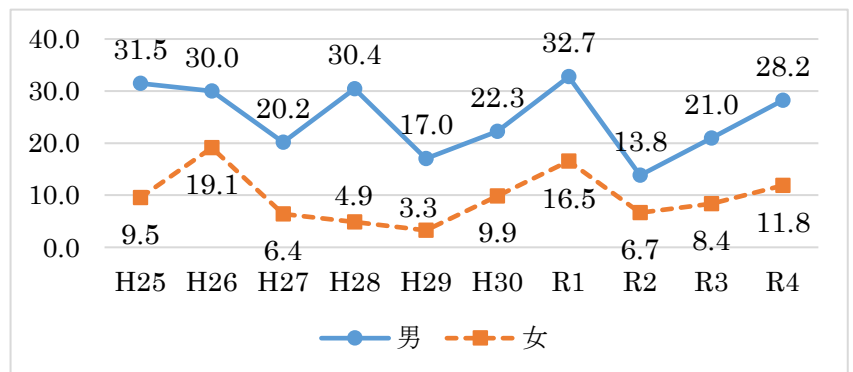
自殺者の男女比の割合は、平成 25 年から令和 4 年の合算で見ると、男性が約 7 割、女性が約 3 割でした。自殺死亡率の推移については、男女とも、令和 2 年に一旦減少したものの令和 3 年度から再び増加傾向が見られます。【図表2、図表3】

【図表 2】長浜市自殺者の男女比
(H25 年～R4 年)



厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

【図表 3】長浜市自殺死亡率の男女別推移(H25～R4)



厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

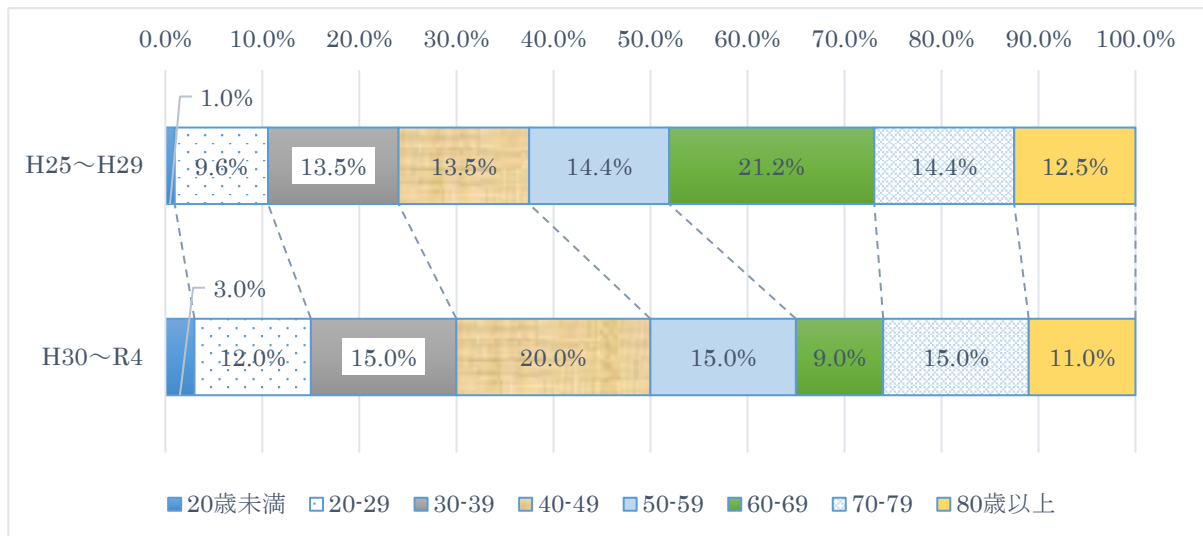
¹ 自殺死亡率:その年の人口 10 万人あたりの自殺者数。厚生労働省の人口動態統計による。

3. 年代別の割合

令和 4 年は、20 歳未満、20 歳代の自殺者数が増加しています。

年代別では、平成 25 年～平成 29 年と比較すると、平成 30 年～令和 4 年は若年化傾向があり、40 歳代が最も多く、次に 30 歳代、50 歳代、70 歳代が多くなっています。【図表4】

【図表 4】長浜市年代別自殺者数

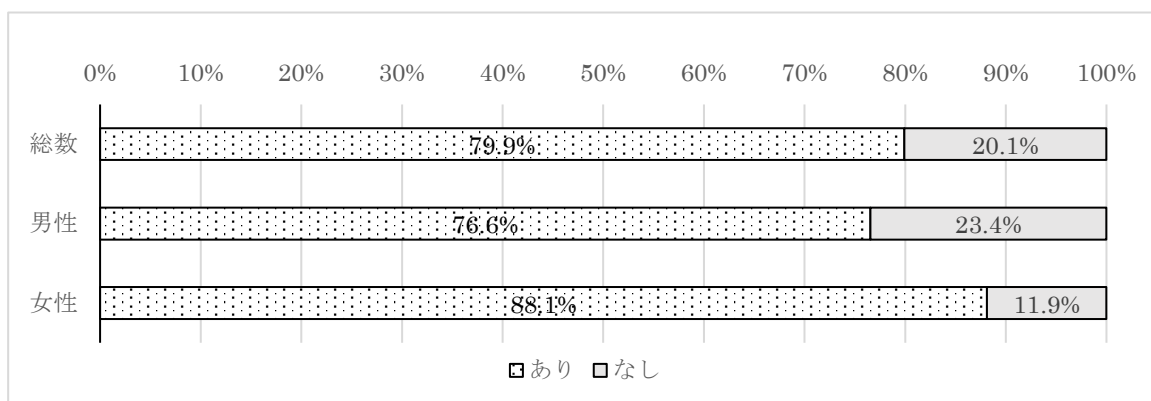


厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

4. 同居人の有無

自殺者の約 8 割の人が、同居人がいる状況であり、男女別で見ると、男性が76.6%、女性が88.1%、同居者がいます。【図表5】

【図表5】長浜市自殺者の同居人の有無(H25～R4)

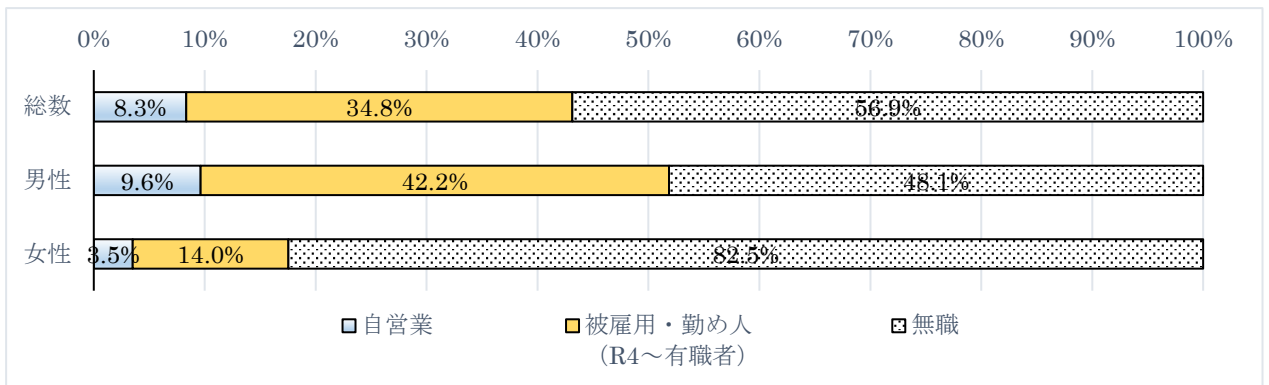


厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

5. 職業別の割合

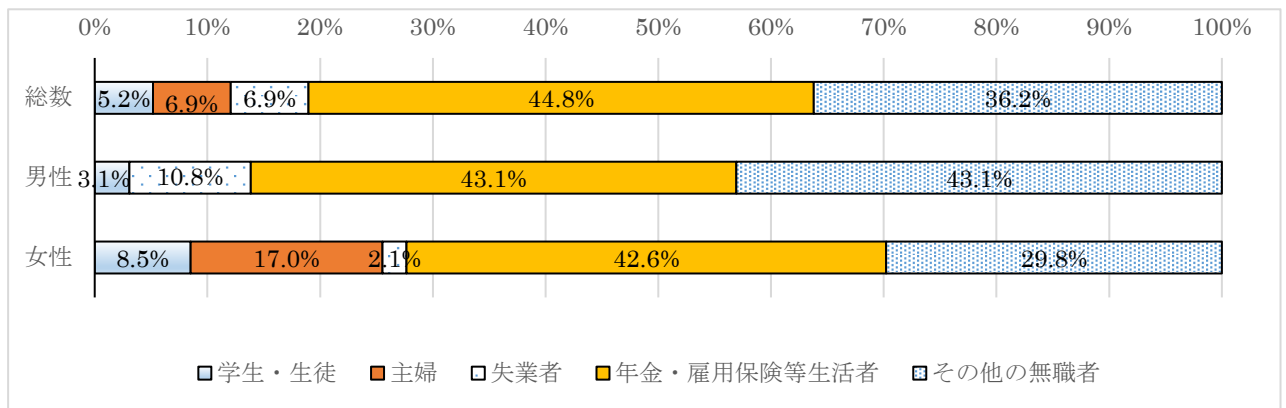
職業別にみると、自営業や被雇用・勤め人が43%と就労者の割合が高い状況です。また、約 6 割が無職の人であり、その中でも、年金・雇用保険等生活者が一番多い状況となっています。男性では、有職者の自殺が多く、女性では無職者が多くなっています。【図表6、図表7】

【図表6】長浜市自殺者の職業別割合(H25～R4)



厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

【図表7】長浜市無職者の内訳割合(H25～R4)

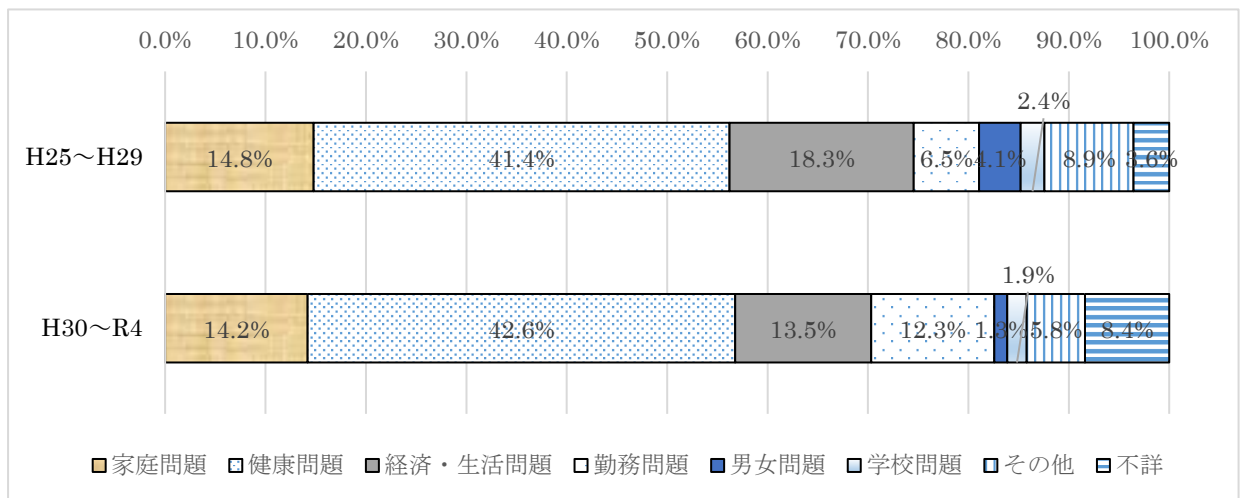


厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

6. 原因・動機別の割合

自殺原因の理由では、平成 25 年～平成 29 年と平成 30 年～令和 4 年ともに、健康問題が一番多く、平成 25 年～平成 29 年と、平成 30 年～令和 4 年を比較すると、経済・生活問題の割合が低くなり、勤務問題の割合が高くなっています。【図表8】

【図表8】長浜市自殺原因の割合

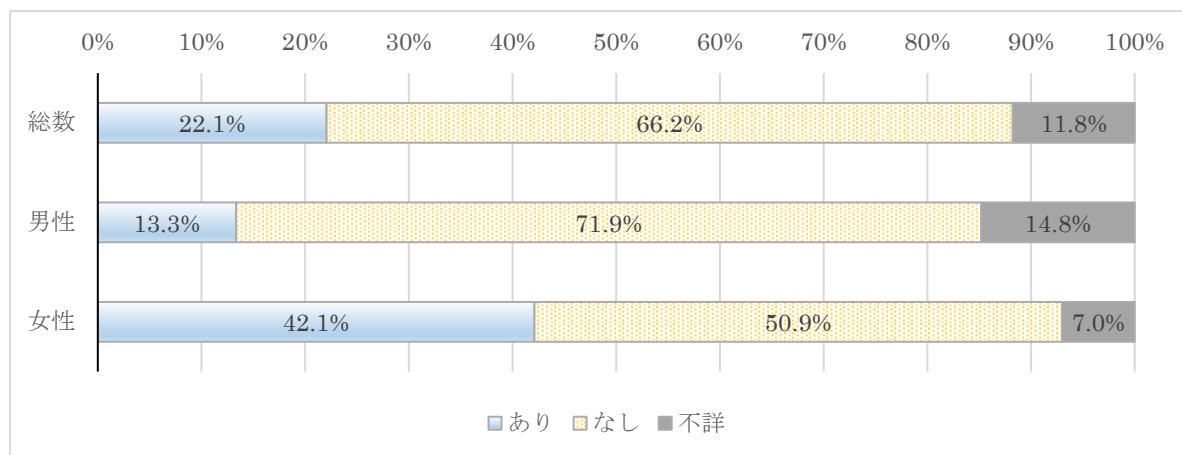


厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

7. 自殺未遂の割合

自殺者の中で、過去に自殺未遂歴が「あり」の人が22.1%となっており、特に女性は42.1%と多くなっています。【図表9】

【図表9】長浜市自殺未遂歴の割合(H25～R4)



厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

2)長浜市地域自殺実態プロフィール(図表10)

地域自殺実態プロフィールとは、いのち支える自殺対策推進センターが国勢調査、人口動態統計調査、企業・経済統計、生活・ライフスタイルに関する統計(国民生活基礎調査、社会生活基本調査等)を独自に集計し地域の自殺の特徴をまとめた簡易レポートです。

【図表 10】長浜市の主な自殺の特徴 (H29～R3 合計)

※危険経路は代表的と考えられる一例であり、唯一のものではない

自殺者の特性上位5区分	自殺者数 (5年計)	割合	自殺死亡率* (10万対)	※背景にある主な自殺の危機経路**
1位:男性 40～59歳有職同居	17	19.1%	27.8	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 20～39歳有職同居	11	12.4%	27.5	職場の人間関係/仕事の悩み(ブラック企業) →パワハラ+過労→うつ状態→自殺
3位:男性 60歳以上無職同居	11	12.4%	24.2	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ) +身体疾患→自殺
4位:女性 60歳以上無職同居	11	12.4%	14.9	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
5位:女性 40～59歳無職同居	6	6.7%	23.1	近隣関係の悩み+家族間の不和→うつ病→自殺

いのち支える自殺対策推進センターが市町村に提供している「地域自殺実態プロフィール」より、自殺で亡くなる人の割合が多い属性(性別、年齢、職業の有無、同居人の有無)の上位5区分が示されています。

図表10から、長浜市は男性 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。

この属性情報などから、長浜市の自殺対策における重点対象者として、「勤務・経営」「子ども・若者」「高齢者」「生活困窮者」が挙がっています。

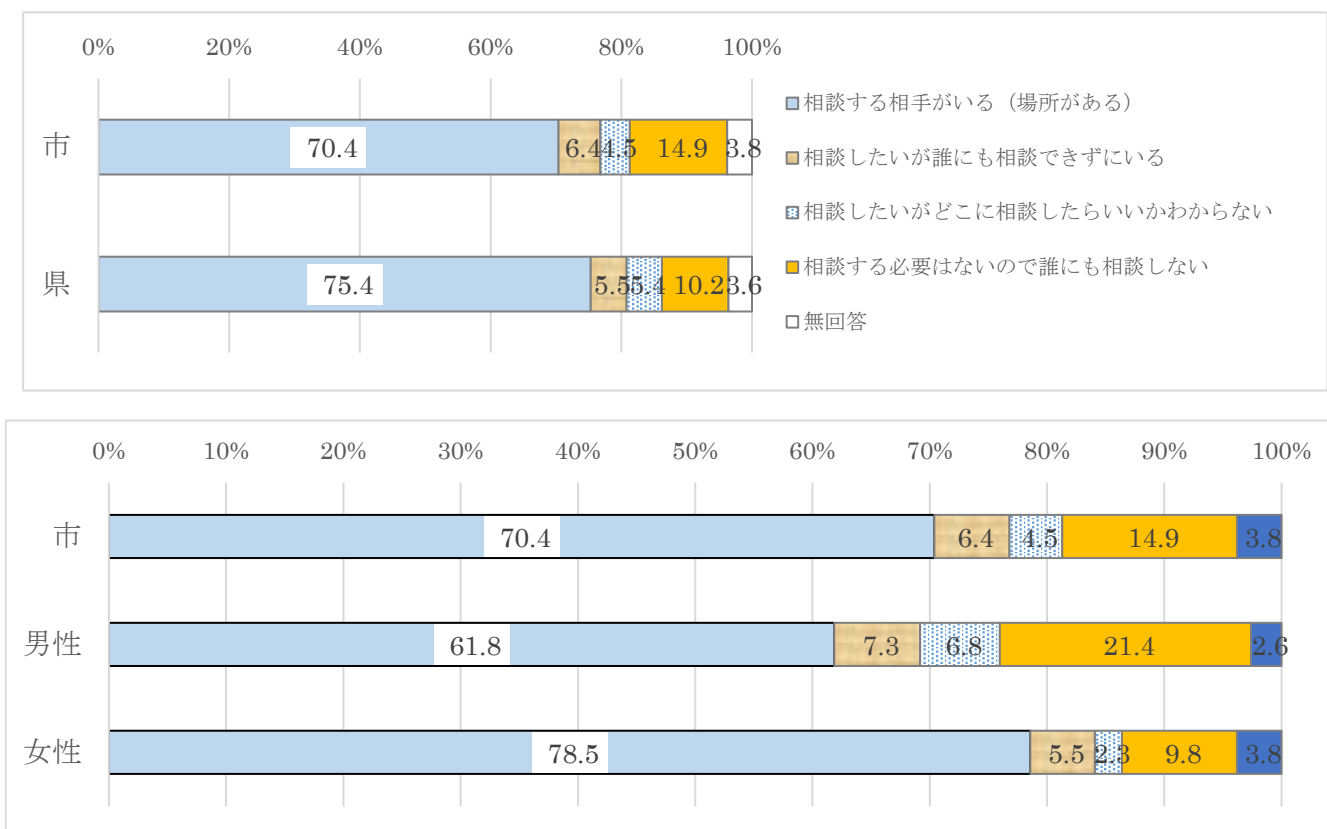
3)健康ながはま21アンケート調査結果からみる現状

1. 悩みやストレスを相談する相手はいますか。

悩みやストレスを相談する相手がいると答えた人は、70.4%で、平成 30 年度の 76.1%から減少しています。また、いると答えた割合は、県の75.4%と比較して、市は70.4%と低くなっています。男女別では、男性の 61.8%、女性の 78.5%がいると答えています。「相談したいが相談先がわからない」などで相談できずにいる人が 10.9%ありました。【図表11】

【図表 11】悩みやストレスを相談する相手はいますか。もしくは場所がありますか。

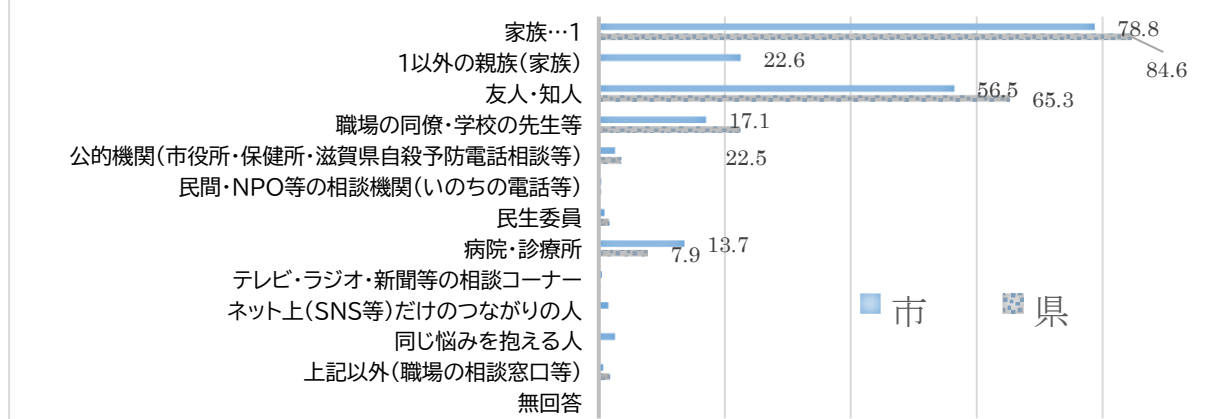
上：市・県比較、下：男女別



2. 悩みやストレスを誰に相談していますか。

悩みやストレスを相談する相手として、家族が一番多い状況でした。県と比較すると家族や友人・知人に相談する割合は少ないですが、病院や診療所などの医療機関に相談する割合が、高い状況でした。【図表12】

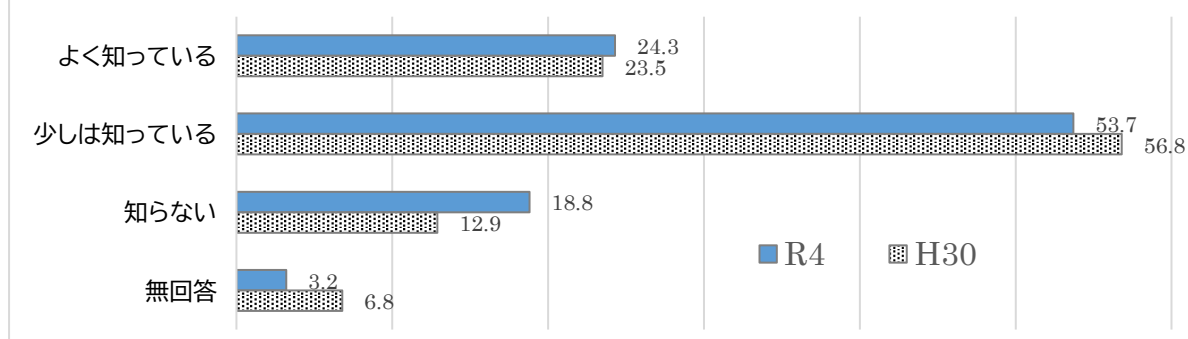
【図表12】悩みやストレスを誰に(どこに)相談していますか。



3. うつ病のサインを知っていますか。

うつ病のサインについては、「よく知っている」「少しは知っている」が78%であり、平成30年度と比較すると、変化はありませんでした。「知らない」と答えた人は平成30年度より増加しました。【図表13】

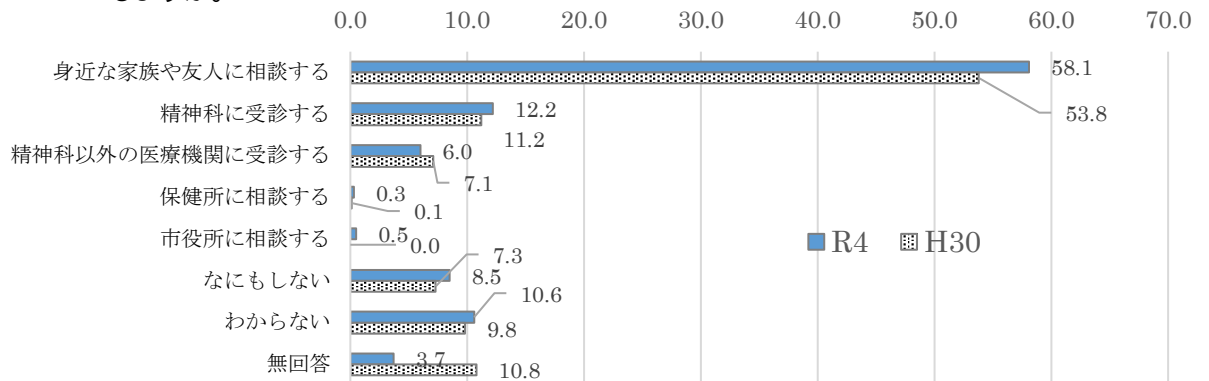
【図表13】うつ病のサインを知っていますか。



4. 自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、あなたは最初にどうしますか。

自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、最初にすることは、「身近な家族や友人に相談する」が58.1%で、「何もしない」人は8.5%でした。平成30年度と比較すると、「身近な家族や友人に相談する」「精神科に受診する」割合が増えていましたが、「なにもしない」「わからない」という割合も同時に増えていました。【図表14】

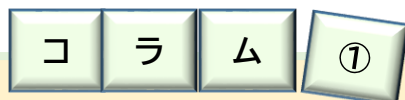
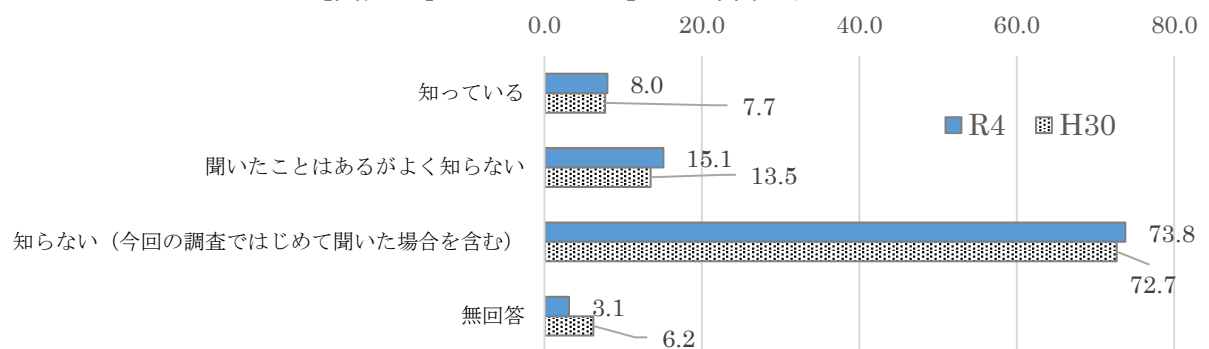
【図表14】あなたが自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、あなたは最初にどうしますか。



5. 「ゲートキーパー」という言葉を知っていますか。

ゲートキーパーという言葉を知っている人は8%であり、前回よりも0.3ポイント増えましたが、依然低い状況です。「知らない」と答えた人は平成30年度よりも1.1ポイント増加しています。【図表15】

【図表15】「ゲートキーパー」という言葉を知っていますか。



うつのサインとは、どのような症状が現れるのでしょうか

自覚症状: 眠れない、憂うつ、気分が重い(沈む)、悲しい、イライラする、集中力がない、好きなこともやりたくない、細かい事が気になる、決断が下せない、悪いことをしたように感じて自分を責める、死にたくなる

周囲が気づく症状: 表情が暗い、涙もろい、反応がおそい、落ち着きがない、飲酒量が増える

身体症状: 疲労・倦怠感、食欲不振、頭痛、下痢、便秘、性欲減退、喉の渇き、めまい

3 第 1 期計画の評価、課題

1) 第 1 期計画の評価(令和元年から令和 4 年度)

(1) 第 1 期計画の方針と施策

基本方針

①地域におけるネットワークの強化

(1) 地域・市内の医療機関・学校・職域・関係機関・行政が必要な情報を共有し、自殺対策を推進する。

②生きることの促進要因への支援(リスクが高い人への支援の強化)

(2) 支援につがっていない人への相談体制を強化する。

(3) 自殺未遂者、自殺者の遺族等への支援を行う。

③市民への周知と啓発

(4) 各種相談窓口をわかりやすく周知する。

(5) 心の健康づくりやうつ病、自殺予防について正しい知識を普及する。

④自殺対策を支える人材の育成

(5) 心の健康づくりやうつ病、自殺予防について正しい知識を普及する。

(6) 地域・学校・行政・関係機関を対象にゲートキーパーを養成する。

重点方針

⑤あらゆる世代における支援の推進

(7) 妊娠期からの相談体制を整備する。

(8) 子どもや若者の健やかな心を育む教育の充実を図る。

(9) 就労者が職場でメンタルヘルス研修やこころの相談が受けられるよう推進する。

(10) 高齢者が孤立せず生きがいを持って生活できるよう啓発する。

(2) 方針の実施内容、結果

基本方針 ①地域におけるネットワークの強化

■具体的施策と実施内容、結果

具体的施策	施策内容	実施結果
(1) 地域・市内の医療機関・学校・職域・関係機関・行政が必要な情報を共有し、自殺対策を推進する。	行政をはじめ、地域、関係機関や医療機関等が必要な情報を共有し、総合的な自殺対策を進めるための相談体制の整備を行い、地域のネットワークの強化を図る。	・行政、地域、関係機関、医療機関をはじめとした有識者が集い、「長浜市健康づくり推進協議会 心の健康専門部会」を開催し、情報共有と自殺対策推進について協議。 ・保健所市町等自殺対策担当者会議や滋賀県自殺未遂者支援対策推進会議での協議、連携。
	市役所内において、関係各課の更なる連携を図ると共に、部局横断で行う包括的な相談体制の構築を進める。	・長浜市相談支援包括化推進会議や重層的支援体制整備事業において、関係者間において相談や協議を行い、包括的な相談体制の整備を行った。

基本方針 ②生きることの促進要因への支援

■具体的施策と実施内容、結果

具体的施策	施策内容	実施結果
(2)支援につながっていない人への相談体制を強化する。	精神科や心療内科以外の診療科において身体疾患等で通院している人で精神的なフォローが必要な場合には、医療機関との連携を強化する。	精神科や心療内科以外の通院患者で精神的なフォローが必要と思われる方については、必要な機関につなぐという連携ができています。
	相談窓口の周知や支援につなげられる人を地域に増やすことができるよう、人材の育成を行う。	ゲートキーパー研修や出前講座を実施したことにより、以前よりも支援につなげられる人材を増やすことができました。令和元年～令和4年度で1180人養成した。
(3)自殺未遂者、自殺者の遺族等への支援を行う。	「湖北いのちのサポート事業」において自殺未遂者の再企图防止のための支援を行う。	湖北いのちのサポート事業の連絡対象者のうち、同意ありの市民に対し支援を継続して行っている。令和元年～令和4年度末で51人あり、支援につながっている。しかし、自殺未遂者の45%から支援についての同意が得られず、支援につながっていない現状がある。
	遺された人には、個別支援の実施や自死遺族会の情報提供などを行う。	遺された人への支援の実施、自死遺族の会の情報を掲載し、周知している。

基本方針 ③住民への啓発と周知

■具体的施策と実施内容、結果

具体的施策	施策内容	実施結果
(4)各種相談窓口をわかりやすく周知する。	各種相談窓口のリーフレット等を作成するなどし、わかりやすく周知することで相談しやすい環境を整える。	各種相談窓口がわかるようなリーフレットやシールを作成し多くの機会を利用して周知している。また、ホームページ等での掲載、相談窓口の記載されたポスターを企業や公共機関において掲示なども行っている。
	一旦相談を受けた機関が、個人の抱える問題によって他機関に相談し、連携して対応ができるよう、関係機関同士の窓口を明確にし、必要な機関へつなげられる。	重層的支援体制整備事業において、関係者間において相談や協議を行い、必要な機関による支援を開始しており、必要な相談機関の窓口は明確にでき、必要時につなげられている。
(5)心の健康づくりやうつ病、自殺予防について正しい知識を普及する。	うつ病等の精神疾患、自殺予防についての正しい知識の普及を行う。	ゲートキーパー研修や出前講座を通じて、うつ病等の正しい知識を啓発している。
	自殺予防週間や自殺対策強化月間を活用し、市の広報やホームページに記事を掲載し、普及啓発を強化する。	自殺予防週間や自殺対策強化月間には、市の広報やホームページに記事を掲載するとともに、街頭啓発を実施したり、図書館での啓発など実施している。

基本方針 ④自殺対策を支える人材の育成

■具体的施策と実施内容、結果

具体的施策	施策内容	実施結果
(5)心の健康づくりやうつ病、自殺予防について正しい知識を普及する。	早期に悩んでいる人に気づき、適切に対応をできるように、専門職を含む関係者に向けて、研修会を通じて人材育成を図る。	支援者が適切な対応ができるよう、支援に悩んだ時に相談ができ支援の方向性が明らかになるよう、支援者が相談できる個別相談会を実施している。また、チームで相談ができるような体制を組んでおり、様々なケースを通して、対応ができる様に育成を行っている。
(6)地域・学校・行政・関係機関を対象にゲートキーパーを養成する。	誰もがゲートキーパーになれるように、基礎編や応用編の「ゲートキーパー養成講座」を実施し、ゲートキーパーを地域に増やす。	様々な対象向けに、ゲートキーパーの養成を行っている。令和5年度末には、目標の3600人の養成ができる予定。
	行政の相談担当者は、自殺予防の視点を持って相談対応に努めるなど、スキルアップを図る	行政の相談担当者を中心にゲートキーパー研修(基礎編・応用編)を開催している。また、令和5年度には、教職員向けのゲートキーパー養成を実施。庁内職員はのべ531人養成済。
	ゲートキーパーについて、広報やホームページに掲載し、広く市民に周知していく。	広報やホームページでゲートキーパー研修やゲートキーパーについて掲載し、周知を行うことを実施している。

(3) 基本方針の評価指標と結果

評価:A:目標値に達成した B:目標値に達成していないが改善傾向にある C:変わらない D:悪化傾向 E:悪化している

評価指標	第1期計画策定時(H30)	目標値	結果	評価
自殺者の減少	H26 24.4 H27 13.1 H28 17.4 H29 10.0	R5までに自殺死亡率 9.9以下を目指す	H30 15.9 R 1 24.5 R 2 10.2 R 3 14.5 R 4 19.9	D
うつのサインを知っている人の増加 (「よく知っていた」「少しは知っていた」人の割合)	80.3% (H30健ながアンケート)	82.0%	78%↓	D
自分自身のうつのサインに気づいた とき「なにもしない」人の減少	7.3% (H30健ながアンケート)	6%以下	8.5%↑	D
不安や悩みの相談相手がいる人の増加	76.1% (H30健ながアンケート)	85.0%	70.4%↓	D
自殺予防やうつについての研修を受けた人(ゲートキーパー)の増加	H30延べ2131人 (H30.8現在) H26～H30 820人	R5 延べ3600人	延べ3491人 (R5.3末現在)	A
「ゲートキーパー」という言葉を「知っている」「聞いたことがある」人の増加	21.2% (H30健ながアンケート)	30%	23.1%↑	B

※健ながアンケート:健康ながはま21アンケート

(4) 基本方針の課題

【自殺死亡率】

- ・自殺死亡率が令和3年から上昇しており、若年層の増加傾向、有職男性の自殺者数が多い現状があります。新型コロナウイルス感染症が 5 類感染症に変更になり、社会活動が通常に戻るなどの社会の変化による影響によって、自殺死亡率が上昇する恐れがあります。これらのことから、今後さらにあらゆる年代に対し相談窓口の啓発等の周知や、気づき見守る人であるゲートキーパー¹の養成等を行い、自殺死亡率の減少を目指す取組を継続していく必要があります。
- ・自殺未遂者の45%が支援につながっていない現状があり、再企図予防のための支援につなげる必要性があります。

【うつの認知度】

- ・うつのサインを知っている人の割合は78%であり、男性が 75%、女性が 82%と男女の差があります。年齢別にみると、40 歳代以上の年齢の認知度がやや低い状況です。うつのサインを知ることが、自身や周囲の人の予防や早期の気づきのために大切なことです。うつは身近な病気であることを知ってもらえるよう、今後も周知していく必要があります。
- ・うつのサインに気づいても何もしない人の割合が、平成 30 年と比較して増えています。年代別では、20～30 代が多い状況です。適切な対応ができるように、うつの症状と合わせて、対処方法についても、あらゆる世代に周知していく必要があります。

【相談相手】

- ・アンケート結果から、不安や悩みの相談相手がいる人の割合が減少している状況です。相談したい人が相談できる体制整備が必要であるとともに、地域にゲートキーパーの知識や技術を習得した人を増やす必要があります。
- ・助け合いの基盤となる人間関係が脆弱となっています。悩みを抱えた人が相談できる人とともに、相談しやすい場、居場所づくりが必要です。また、自殺者が自殺を図る前に何らかの相談窓口を訪れていることがあるため、適切な対応とつなげる体制が必要です。
- ・学校教育の中で困ったことがあった時には、家族や友だち、担任教師に相談するように伝えていますが、今後も引き続き児童生徒へ伝えるとともに、相談しやすい環境づくりやスクールカウンセラーとスクールソーシャルワーカーとの連携が必要です。
- ・家族のあり方や生活スタイルが多様化する中、家族でゆっくり話ができない現状があり、児童生徒が悩みや不安を抱え込んでしまうことがあります。家族が子の相談相手となれるように働きかけていく必要があります。

【ゲートキーパー】

- ・自殺について正しく認識し、周囲の人の少しの変化に気づき、悩んでいる人に寄り添い相談やつなぐことのできる存在は、自殺予防には重要です。ゲートキーパー養成人数はまだ少なく、認知度も低いため、引き続きゲートキーパーの養成を行う必要があります。より身近な問題と捉えてもらえるように、若年、女性、高齢者など、受講者の属性に合わせた内容の研修を実施する必要があります。
- ・教職員がゲートキーパーとなり、児童生徒から相談された場合に適切に対応できるよう研修等の

¹ ゲートキーパー：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、見守る人のこと。

実施が必要です。

重点方針 ⑤あらゆる世代における支援の推進

○妊娠期からの相談体制を整備する

■具体的施策と実施内容、結果

具体的施策	施策内容	実施結果
(7)妊娠期からの相談体制を整備する。	保健師(子育てコンシェルジュ)による妊娠中から子育て期における切れ目のない支援	妊娠届出、新生児訪問、乳幼児健診などやイベントの機会を利用し、支援の必要な方と早期につながるができるよう努めている。また、支援が必要な方には妊娠中から支援計画を立て、継続的に相談支援を行っている。
	医療機関との連携により、早期に介入し、子育て中の母親が孤立感を深め、産後うつ病に陥ることがないよう、地区担当保健師が継続的な支援を行う	妊婦健診時や入院時などの早期から連携を取り合う体制ができており、産後の支援が必要な方に対して互いにスムーズにやりとりし、支援を行うことができた。産後は「エジンバラ産後うつ質問票(EPDS)」を基準に、産後うつや気分の落ち込みに早期に気づき、継続的な支援を行っている。
	産後うつ病予防についての周知を行う	妊娠届出時や新生児訪問時に産後うつについて周知を行っている。

■評価指標と結果

評価:A:目標値に達成した B:目標値に達成していないが改善傾向にある C:変わらない D:悪化傾向 E:悪化している

評価指標	第1期計画策定時(H30)	目標値	結果	評価
産婦のEPDS9点以上の人の減少	H28 11.0% H29 13.0%	EPDS9点以上の高値者 9%以下	H30 6.9% R元 7.9% R2 6.9% R3 8.1% R4 9.0%	A

■評価・課題

産後うつを早期発見するための指標のEPDS¹は、コロナ禍の影響を受け、EPDS9 点以上の「うつのシグナルが出ていると考えられる状態」の割合が、少し高くなっているものの、低い値を維持しています。支援が必要な場合は、妊娠期から医療機関等と連携しながら継続した支援を行っている結果であると考えます。今後も引き続き、安全安心に子育てがしていけるよう、子育てコンシェルジュが寄り添った支援を引き続き行う必要があります。

¹ EPDS(エジンバラ産後うつ質問票): うつの状態を判断するチェックリスト。合計 9 点以上でうつ状態のシグナルが出ていると考えられている。

○子どもや若者の健やかな心を育む教育の充実を図る

■具体的施策と実施内容、結果

具体的施策	施策内容	実施結果
(8)子どもや若者の健やかな心を育む教育の充実を図る。	乳幼児期には、家庭の中で、子どもの心身の健全な発達、それに合わせた関りの方法、生活リズムを整えることについての知識啓発や子育て支援を行う	4か月、10か月、1歳8か月、2歳8か月、3歳8か月のそれぞれの乳幼児健診において、各時期の子どもの発達、関り方、生活リズムのパンフレットを用いて啓発、指導を行っている。
	学齢期では、いのちや人権を大切にするための道徳教育、人権教育を実施する	市内の小学校・中学校・義務教育学校が人権教育や道徳教育に力を注いでおり、多くの学校で複数回、いのちや人権を大切にするための教育を実施している。
	SOSの出し方に関する教育を推進し、児童生徒が出したSOSを受け止める取組も実施する	市内の小学校・中学校・義務教育学校において、SOSの出し方に関する教育やそれを受け止める方法についての教育を実施している。

■評価指標と結果

評価:A:目標値に達成した B:目標値に達成していないが改善傾向にある C:変わらない D:悪化傾向 E:悪化している

評価指標	第1期計画策定時(H30)	目標値	結果	評価
適切な睡眠時間を取っている子どもの増加	小学下学年85%(9時間以上) 小学上学年75%(8時間以上) 中学校78%(7時間以上) H29年度学校保健研究集録より	小学下学年88%以上 小学上学年78%以上 中学校80%以上	小学1～3年生 69%(9時間以上) 小学4～6年生 87%(8時間以上) 中学生 77%(7時間以上) R4年度学校保健研究集録より	B
命や心についての授業と共に相談窓口を啓発する学校の増加	H30から開始	中学2年市内全校(12校)	全学校実施できている	A

■評価・課題

- ・睡眠時間については、小学 1～3 年の適切な睡眠時間をとっている割合が減少しています。睡眠は、脳や心身の発達、ホルモン分泌などに必要であることから、睡眠の大切さについて周知していく必要があります。
- ・スマートフォン等の普及もあり、一人ひとりのスクリーンタイムが増えていることが要因の一つと考えられます。引き続き、学校教育や家庭等で、規則正しい生活習慣、スクリーンタイムが減少するようスマートフォン等との上手な付き合い方について伝えていく必要があります。
- ・児童生徒の中には、強いストレスを受けた際の対応策が分からず、自殺企図に至ってしまうことがあります。ストレスに対する対処方法を児童生徒に伝えていくことが必要です。
- ・リストカット等自傷行為がある児童生徒の低年齢化がみられます。その背景には、様々な要因が考えられます。児童生徒などの若者へ、適切な相談窓口を周知・啓発する必要があります。
- ・教職員等の子どもに関わる大人が、子どもの心の健康や関わりを学ぶための研修が必要です。

○就労者が職場でメンタルヘルス研修や心の相談が受けられるよう推進する

■具体的施策と実施内容、結果

具体的施策	施策内容	実施結果
(9)就労者が職場でメンタルヘルス研修や心の相談が受けられるよう推進する。	「職場でメンタルヘルス研修」の実施	企業がそれぞれ職場でのメンタルに関する研修を実施されているかは把握できていないが、市が実施している「職場でメンタルヘルス研修」は、令和元年～令和4年度末までに5社実施している。コロナ禍であったことから、全般的にメンタルヘルス研修が実施されることが少なかったと考えられる。

■評価指標と結果

評価:A:目標値に達成した B:目標値に達成していないが改善傾向にある C:変わらない D:悪化傾向 E:悪化している

評価指標	第1期計画策定時(H30)	目標値	結果	評価
職場におけるメンタルヘルス研修を受講している企業の増加	延べ14企業	延べ34企業	延べ19企業 (R5.3末現在)	D

■評価・課題

- ・「職場でメンタルヘルス研修」の実施企業が少ない現状があります。企業への対策は、広域的な取り組みが必要であり、労働局や保健所、県の対策と共に実施していく必要があります。
- ・就労者の男性の自殺死亡率が高いため、就労者が健康で働き続けることが出来るよう、メンタルヘルスや相談窓口等について周知し、周囲の人が気づき、声をかけるというゲートキーパーの役割を果たせるよう取り組んでいく必要があります。

○高齢者が孤立せず、生きがいを持って生活できるよう啓発する

■具体的施策と実施内容、結果

具体的施策	施策内容	実施結果
(10)高齢者が孤立せず、生きがいを持って生活できるよう啓発する。	お互いの心配事や悩みに気付き、地域の人や民生委員などが地域包括支援センターに相談につなげられるよう、地域におけるネットワークの推進を進める。	地域包括支援センターと地域との連携の場として、民生委員や福祉委員等の地域の関係者を交えた個別支援会議を開催した。さらに、自立支援会議、生活圏域ケア会議、居宅支援事業所会議等の地域ケア会議を開催し、社会資源の情報共有や地域のネットワークづくりの推進を行った。
	不安を抱えた高齢者が地域で相談につながるよう、地域包括支援センターの役割の周知や啓発を行う	市のホームページへの掲載、地域包括支援センターチラシの発行、各地域包括支援センターごとのたよりを発行し、地域包括支援センターの役割等について周知を行った。地域包括支援センターの認知度の向上により相談件数は年々増加している。
	介護を受ける高齢者だけでなく、支えている介護者の支援についても介護者のつどい等の情報提供や相談支援を行う	介護者に相談先を周知するとともに、介護者のつどい等について情報提供を行った。また、認知症高齢者等SOSほんわかネットワーク事業の推進により、高齢者も介護者も安心して暮らせるまちとなるように、市民の協力のもと、支援体制の強化を図った。

■評価指標と結果

評価:A:目標値に達成した B:目標値に達成していないが改善傾向にある C:変わらない D:悪化傾向 E:悪化している

評価指標	第1期計画策定時(H30)	目標値	結果	評価
生きがいを持って生活している高齢者の増加	生きがいあり:65.8% (H29年度高齢者実態調査)	生きがいがあると答える高齢者の増加	生きがいあり:63.7% (R元年度高齢者実態調査) 生きがいあり:62.8% (R4年度高齢者実態調査)	D
地域包括支援センター等への相談件数の増加	12,767件 (H29年度実績報告)	相談件数の増加	16,259件 (R3年度実績報告) 18,052件 (R4年度実績報告)	A

■評価・課題

- ・生きがいをもって生活している高齢者は徐々に減少している状況です。高齢者の健康維持には生きがいが必要であり、今後も若いころからの啓発活動の継続が必要です。また、アンケート結果から、周囲に悩みを相談できる人がいない割合が高いことから、相談できる人や場所の充実が必要です。
- ・相談窓口である地域包括支援センターへの相談は増加しています。地域包括支援センターの更なる認知度の向上を目指し、啓発活動を継続する必要があります。

2)長浜市の今後の課題

【課題1】就労者への自殺対策の推進

40～50 歳代の有職男性の自殺が多い特徴があります。また、過去 5 年間の自殺の理由では、勤務問題が増えており、働く世代の自殺者数が減少していない状況です。これらのことから、職場でのメンタルヘルス対策は重要であり、職場と連携して取組を推進していく必要があります。

【課題2】子ども若者に対するSOSの出し方の教育と相談体制の充実

若年層の自殺が増えているため、児童生徒への取組として、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を求めることができるよう SOS の出し方に関する教育を、学校と連携して取り組む等、子ども若者の相談体制を整える必要があります。また、SOSを出せるような子どもの心を育むためには、妊娠期から親子の健康支援を行っていく必要があります。

【課題3】一人ひとりの気づきと見守りの推進

アンケート結果では、うつサインや自身のうつサインへの適切な対応を知らない人の割合が、前回よりも増加し、相談相手がいる人の割合が減っている現状があります。一人ひとりが、こころの健康に目を向け、身近な人の変化に気づき、必要な支援につなげ見守っていくことや、相談したい人が相談できるよう相談窓口の周知を推進して行く必要があります。また、こころの健康や自殺について正しく認識し、見守りや相談先となる担い手である人が地域に増えていくとともに、孤立を防ぎ、支え合う地域づくりを推進していく必要があります。

【課題4】幅広い年代層への支える人材育成の更なる推進

「いのちの門番」といわれるゲートキーパーの養成を行ってきましたが、その認知度はまだ低く、数も少ない状況です。今後も幅広い年齢層に対して、ゲートキーパーを養成して行く必要があります。また、様々な悩みを抱えた人に対する支援を適切に行えるよう行政機関だけでなく、関係機関、事業所等に対し、研修会を通じた人材育成を図る必要があります。

【課題5】複合的な課題のある人等への支援

自殺の原因は、経済・生活問題が多い状況が続いています。自殺に追い込まれる原因のひとつである生活困窮や多重債務、ひきこもり等に対して支援機関と連携して対応する必要があります。また、自殺未遂者や遺された人等への支援の充実も必要であることから、様々な相談に対応できるよう、各種相談窓口の機能や連携を強化する必要があります。

【課題6】高齢者の生きがいや居場所づくりの推進

生きがいを持って生活をしていると回答した高齢者は減少傾向です。高齢者の健康維持には生きがいや役割が必要であり、若いころからの啓発活動が必要です。

また、アンケート結果から、周囲に悩みを相談できる人がいない割合が高いことから、相談できる居場所の充実が必要であり、高齢者分野と連携して取り組んでいく必要があります。

4

計画の基本的な方針

1) 基本理念

自殺の背景には、経済・生活問題や健康問題、就労に関する問題、育児や介護疲れ、いじめや孤立など様々な社会的要因があると言われています。

長浜市では、平成31年3月に「長浜市自殺対策計画」を策定し、自殺対策に取り組んできました。しかしながら、コロナ禍での生活環境の変化や生活困窮、いじめや孤立など、自殺を引き起こす様々な社会的要因は依然としてあり、様々な課題に対する取組をさらに強化していく必要があります。

第2期長浜市自殺対策計画においては、「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」を基本理念とし、市民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ます。

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

2) 自殺対策の基本認識

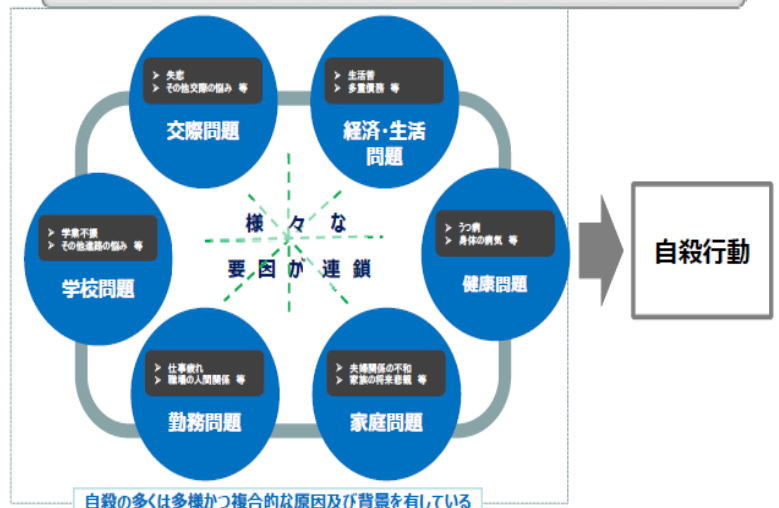
(1) 自殺はその多くが追い込まれた末の死である

自殺は、人が自ら命を絶つ瞬間的な行為としてだけでなく、人が命を絶たざるを得ない状況に追い込まれるプロセスとして捉える必要があります。自殺に至る心理には、様々な悩みが原因で心理的に追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ったり、社会とのつながりの減少や生きていても役に立たないという役割喪失感や、与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感などにより、危機的な状態にまで追い込まれてしまう過程があると考えられるからです。

このように、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、「自殺は、その多くが追い込まれた末の死」ということができます。

自殺の原因・背景について

➤ 自殺の多くは多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、様々な要因が連鎖する中で起きている。
(「経済・生活問題」や「家庭問題」等、他の問題が深刻化する中で、これらと連鎖して、うつ病等の「健康問題」が生ずる等)



自殺の多くは多様かつ複合的な原因及び背景を有している

厚生労働省自殺対策推進室作成

(2)新型コロナウイルス感染症による社会経済状況の変化や長期的影響への懸念等もあり、非常事態はいまだ続いている

自殺対策基本法が成立した平成18年とコロナ禍以前の令和元年とで自殺者数を比較すると、国では男性は38%減、女性は35%減となりました。しかし、それでも非常事態はいまだ続いていると言わざるを得ない状況です。この間、男性、特に中高年男性が大きな割合を占める状況は変わっていませんが、令和2年には新型コロナウイルス感染症拡大の影響等で自殺の要因となり得る様々な問題が悪化したことなどにより、特に女性や小中高生の自殺者数が増え、総数は11年ぶりに前年を上回りました。令和3年の総数は令和2年から減少したものの、女性の自殺者数は増加し、小中高生の自殺者数は過去2番目の水準となりました。さらに、我が国の人口10万人当たりの自殺による死亡率(以下「自殺死亡率」という。)はG7諸国の中で最も高く、年間自殺者数も依然として2万人を超えています。かけがえのない多くの命が日々、自殺に追い込まれている状況にあります。

(3)地域レベルの実践的な取組をPDCAサイクルを通じて推進する

国の自殺対策が目指すのは「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」であり、自殺対策基本法にも、その目的は「国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与すること」とうたわれ、自殺対策を社会づくり、地域づくりとして推進することとされています。

また、施行から10年の節目に当たる平成28年に基本法が改正され、都道府県・市町村は、大綱や地域の実情等を勘案して、地域自殺対策計画を策定するものとされました。併せて、国は、地方公共団体による地域自殺対策計画の策定を支援するため、自殺総合対策推進センターにおいて、都道府県・市町村を自殺の地域特性ごとに類型化し、それぞれの類型において実施すべき自殺対策事業をまとめた政策パッケージを提供しました。そして、都道府県・市町村が実施した各自殺対策事業の成果等を分析し、分析結果を踏まえてそれぞれの政策パッケージの改善を図ることで、より精度の高い政策パッケージを地方公共団体に還元することとなりました。

自殺総合対策は、このようにして国と地方公共団体等が協力しながら、全国的なPDCA サイクル¹を通じて、自殺対策を常に進化させながら推進していきます。



¹ PDCAサイクル:①業務の計画(plan)を立て、②計画に基づいて業務を実行(do)し、③実行した業務を評価(check)し、④改善(act)が必要な部分はないか検討し、次の計画策定に役立てること。

3)自殺対策の基本方針

国や県の基本方針に基づき、6つの方針に沿った自殺対策を推進します。

1. 生きることの包括的な支援を推進する

「生きることの促進要因(自殺に対する保護要因)」より「生きることの阻害要因(自殺のリスク要因)」が上回った時に自殺のリスクが高まります。「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことで自殺リスクを下げることができます。自殺はその多くが追い込まれた死であることから、SDGsの考え方をもとに、生きるための包括的な支援を推進していきます。

2. 関連施策と有機的な連携を強化して総合的に取り組む

自殺は、健康問題、経済・生活問題、対人関係など、様々な要因とその人を取り巻く状況など複雑に関係していることから、精神保健的な視点だけでなく、社会、経済的な視点を含む包括的な視点が必要です。そのため、様々な分野で支援にあたる人々が、それぞれ生きる支援の一翼を担っているという意識を共有して行く必要があります。

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させる

自殺対策は、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で、「対人支援のレベル」、「地域連携のレベル」、「社会制度のレベル」、それぞれにおいて総合的に推進することが重要です。これは、「様々な分野の対人支援を強化すること」、「対人支援の強化等に必要な地域連携を促進すること」、「地域連携の促進等に必要な社会制度を整備すること」を一体的なものとして連動して行っていくという考え方(三階層自殺対策連動モデル)です。

また、自殺の危険性が低い段階における啓発等の「事前対応」と、現に起こりつつある自殺発生の危険に介入する「危機対応」、それに自殺や自殺未遂が生じてしまった場合等における「事後対応」の、それぞれの段階において施策を講じる必要があります。

4. 実践と啓発を両輪として推進する

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」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があり、そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、危機に陥った場合には誰かに援助を求めるといったことが、地域全体の共通認識となるように積極的に啓発を行うことが重要です。全ての市民が、周囲の自殺を考えている人のサインに早く気づき、相談窓口や医療につなげることができるよう、メンタルヘルスへの理解促進も含め、ゲートキーパーの周知啓発に取り組んでいくことが必要です。

また、自殺に対する誤った認識や偏見によって、遺族等が悩みや苦しさを打ち明けづらい状況が作られるだけでなく、支援者等による遺族等への支援の妨げにもなっていることから、自殺に対する偏見を払拭し正しい理解を促進する啓発活動に取り組んでいくことも必要です。

5. 市民、関係者の役割の明確化と関係者による連携・協働の推進

「誰も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、関係機関が連携・協働して自殺対策を総合的に推進することが必要です。そのため、それぞれが果たすべき役割を明確化、共有化した上で、相互の連携・協働の仕組みを構築することが重要です。

6. 自殺者等の名誉及び生活の平穏へ配慮する

自殺対策基本法第 9 条において、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの周囲の人の名誉及び生活の平穏に十分配慮し、不当に侵害することのないようにしなければならないと定められていることを踏まえ、自殺対策に関わる者は、このことを改めて認識して対策に取り組めます。

4)計画の数値目標

【目標】

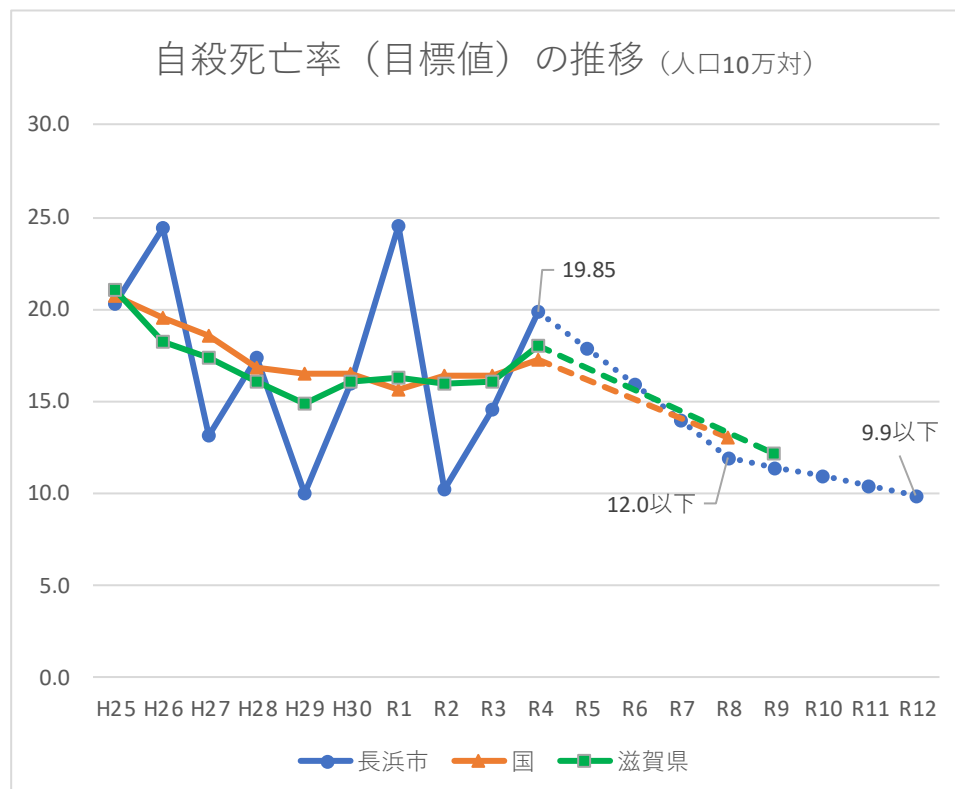
令和 12 年の自殺死亡率を9.9以下
(中間目標:令和8年の自殺死亡率 12.0 以下)

【目標値の考え方】

自殺総合対策大綱「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」、長浜市の「市民一人ひとりのかけがえのない命を大切に、つながり支え合う長浜」を実現するため、様々な対策の効果を、取組結果と合わせて評価していく必要があります。

国は、自殺総合対策大綱における目標として、「令和 8 年までに、自殺死亡率を平成 27 年と比べて30%以上減少させる」ことを目標に掲げています。滋賀県においても自殺死亡率の数値目標は同様となっています。

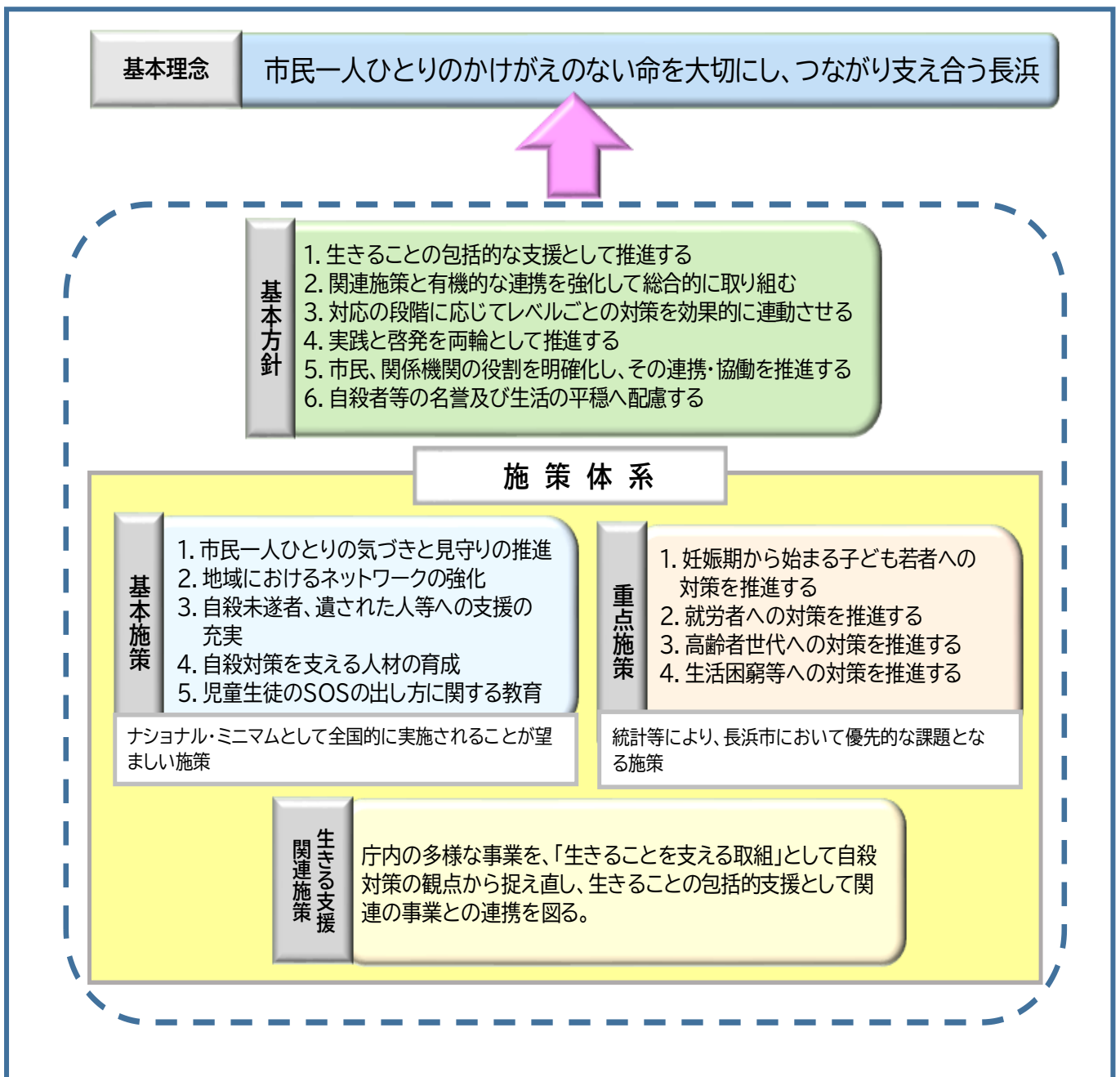
長浜市においては、自殺者数が年で大きく変動しているため、平成 25 年から平成 29 年までの 5 年間の平均自殺死亡率17.04を平成 27 年の自殺死亡率と見なします。中間目標の令和 8 年については、国や滋賀県と同じ平成 27 年から30%以上減少させることを目標値とし、12.0 以下を目指します。最終年度の令和 12 年の目標値は、平成 27 年から42%の減少となる 9.9以下とします。



5)計画の体系

地域自殺対策計画の策定を支援するために、いのちを支える自殺対策推進センターは、地域自殺対策計画の策定に資する地域自殺政策パッケージを作成しました。

本計画は、3つの施策で構成されます。1つ目は、地域自殺政策パッケージにおいて、全国的に共通して取り組むべきとされる「基本施策」です。2つ目は、長浜市の実態を踏まえた「重点施策」です。3つ目は既存事業を自殺対策の観点から見直し、様々な事業を通して生きるための事業を実施していく「生きる支援関連施策」です。



5

基本施策

基本施策1	市民一人ひとりの気づき見守りの推進 (1)こころの健康づくり、自殺予防に関する知識・情報の普及啓発の推進 (2)市民への各種講座、講演会等での啓発と周知
基本施策2	地域におけるネットワークの強化
基本施策3	自殺未遂者、遺された人等への支援の充実 (1)自殺未遂をした人への支援 (2)遺された人への支援 (3)こころの悩みを抱える人への支援 (4)DV、人権等に関することへの支援
基本施策4	自殺対策を支える人材の育成 (1)市民・団体・企業等を対象としたゲートキーパー養成の推進 (2)支援者や教員等の人材育成の推進
基本施策5	児童生徒のSOSの出し方に関する教育の推進 (1)SOSの出し方に関する教育の推進 (2)教職員や保護者等への普及啓発

基本施策 1 市民一人ひとりの気づき見守りの推進



■現状と課題

自殺に追い込まれる事態は誰にでも起こり得る危機ですが、その心理状況や背景はなかなか理解されにくいのが現状です。市民一人ひとりが、自殺は身近な問題であることや誰にでも起こりうる問題であることを理解し、身近な存在である周囲の人の変化に気づくことが重要です。このことから、自殺に対する正しい認識の普及啓発や様々な問題を抱える人が適切な支援を受けられるよう、各種相談窓口についてさまざまな機会を利用し、周知啓発を行う必要があります。

■具体的取組

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。

(1)こころの健康づくり、自殺予防に関する知識・情報の普及啓発の推進

こころの健康づくりの正しい知識や、悩み・ストレスの対処方法、悩み等の相談窓口などの情報を、市広報誌やリーフレットなどを通して周知を行います。

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
子どもや若者の健やかな心を育む教育の充実を図る 【拡充】	学齢期において、いのちや人権を大切にするための道德教育、人権教育を推進する。	教育指導課
各種相談窓口の周知啓発 【拡充】	心や体の不調や家族関係の悩み、お金に関する相談などの相談窓口の一覧を作成し周知啓発を行う。特に、長浜市の自殺者の多い年代層に対する啓発をさらに推進していく。	健康推進課
ゲートキーパーの周知啓発 【拡充】	ゲートキーパーとは何か、どのような役割をする人かなど、ゲートキーパーの周知啓発を様々な媒体を使用しながら引き続き実施する。特に、長浜市の自殺者の多い年代層に対する啓発をさらに推進していく。	健康推進課
自殺予防週間、自殺対策強化月間における啓発活動の実施 【継続】	自殺予防週間(9月10日～16日)、自殺対策強化月間(3月)に合わせて、広報や図書館啓発コーナーの設置、街頭啓発等を行い、相談窓口等の啓発を引き続き行う。	健康推進課

(2)市民への各種講座、講演会等での啓発と周知

市民に対する出前講座や講演会等において、こころの健康や自殺予防、またその要因と成り得る内容について、普及啓発を行います。

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
子どもや若者の健やかな心を育む教育の充実を図る 【拡充】	学齢期では、いのちや人権を大切にするための道德教育、人権教育を推進する。	教育指導課
健康出前講座の実施 【継続】	各種団体から依頼を受けて、保健師よりメンタルヘルスやゲートキーパーの講座を行い、心の健康や自殺予防、うつ病等の正しい知識の普及啓発を引き続き行う。	健康推進課

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
みんなでゲートキーパー研修の実施 【拡充】	自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応ができる「ゲートキーパー」を養成するための講座を幅広い年代層へ実施する。特に、今まで実施したことがない年代層や団体等を対象に推進していく。	健康推進課
職場でメンタルヘルス研修の実施 【拡充】	市内の企業において、メンタルヘルスやゲートキーパーの研修会を実施する。企業での研修を推進するため、関係機関と連携を行っていく。	健康推進課
悪徳商法の被害防止に関する出前講座の実施 【継続】	自治会や一人暮らしの支援者に対して悪徳商法などの出前講座を実施する。	環境保全課 (消費生活相談室)
人権学習と啓発活動の実施 【継続】	様々な人権問題に対する学習・啓発を推進する。	人権施策推進課

■評価指標

指標	現状値 (令和 4 年度)	中間目標値 (令和 8 年度)	最終目標値 (令和 12 年度)
ゲートキーパーという言葉を知っている」「聞いたことがある」人の割合	23.1%	—	30%
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%
心の相談窓口チラシ配布枚数(年間)	2700 枚	増加	増加

■現状と課題

自殺は多様かつ複合的な要因や背景により、様々な要因が連鎖して起こると言われています。様々な問題を抱えている市民に対し、その市民を取り巻く家族や地域、関係機関などの連携を行い、問題解決に向けた体制を整えていく必要があります。また、市全体として自殺対策を推進していくには、関係機関の有機的な連携・協働することが不可欠であり、今後も地域や関係機関、学校、職域、医療機関等が必要な情報を共有し、連携・協力し包括的な相談体制を強化していく必要があります。

■具体的取組

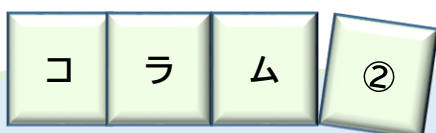
自殺対策を包括的に実施していくため、関係機関との情報共有や連携など、地域共生社会の実現にむけた取組をはじめとした各種施策と連携を図ります。

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
心の健康専門部会の開催 【新規】	行政をはじめ、地域、関係機関や医療機関等が必要な情報を共有し、総合的な自殺対策を進めるため、地域のネットワークの強化を図る。	健康推進課
多機関協働事業 【継続】	相談支援包括化推進員 ¹ が様々な相談支援機関等とのネットワークを構築することで、各相談支援機関等に複合的な課題を抱える相談者からの相談があった場合には、相談支援包括化推進員に連絡が行われる関係をつくる。また、必要に応じ、重層的支援会議を開催し、プランの適切性の協議・評価を行う。今後、各会議内容の効果的な実施を目指す。	社会福祉課
消費者支援連携会議の実施 【継続】	複雑かつ多様な課題を抱える市民に対し、関係各課が連携して適切な支援につなげるために、引き続き開催していく。	環境保全課 (消費生活相談室)
かかりつけ医や専門医との連携を行う 【継続】	うつ病やアルコール依存症、統合失調症などの精神疾患等を支援するため、医療との連携を推進していく。	健康推進課

¹ 相談支援包括化推進員:各相談支援機関等のコーディネートを行い、関係者間での協議及び検討を円滑に行う人材。世帯全体の課題を的確に把握、多職種・多機関のネットワーク化の推進、相談支援包括化推進会議の開催等を実施する。

■評価指標

指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和8年度)	最終目標値 (令和12年度)
心の健康専門部会の開催	0回	年1回	年1回継続
多機関協働事業の開催件数	95件	増加	増加



重層的支援体制整備事業とは

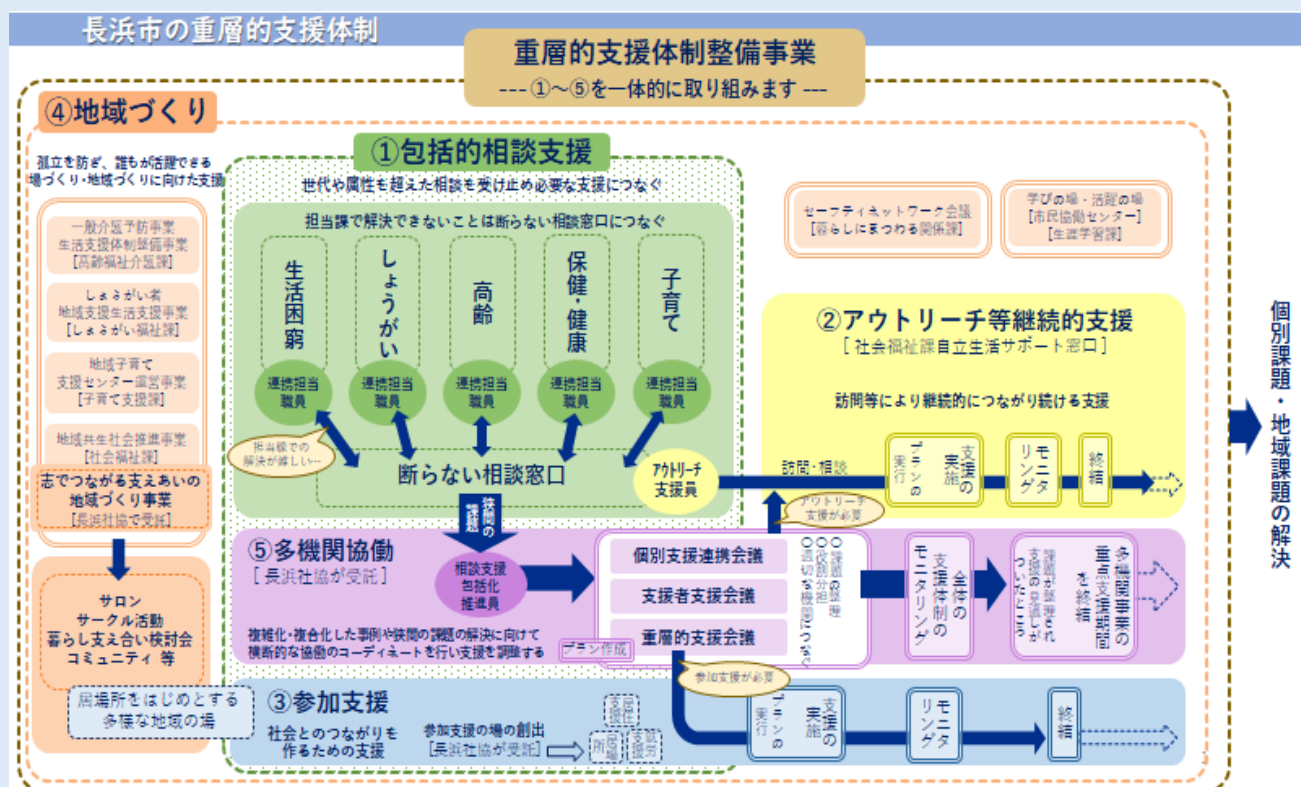
重層的支援体制整備事業を「市町村において、すべての地域住民を対象とする包括的支援の体制整備を行う事業」と位置づけ、そのような体制を支えるためのアウトリーチや多機関協働の機能を強化して「属性を問わない相談支援」、「参加支援」、「地域づくりに向けた支援」の3つの支援を一体的に実施する事業のことです。

○包括的相談支援事業

- ・属性や世代を問わず包括的に相談を受け止める
- ・支援機関のネットワークで対応する
- ・複雑化・複合化した課題については適切に多機関協働事業につなぐ

○多機関協働事業

- ・市町村全体で包括的な相談支援体制を構築する
- ・重層的支援体制整備事業の中核を担う役割を果たす支援関係機関の役割分担を図る



基本施策 3 自殺未遂者、遺された人等への 支援の充実



■現状と課題

長浜市において、自殺未遂歴がある人の自殺者は、地域自殺実態プロファイルでは全体の約20%をしめています。また、いのちのサポート事業での自殺未遂者の連絡も減少していません。自殺の要因となる事象は多岐にわたり、自殺の危険性が高まるのは、「生きることの促進要因」よりも「生きることの阻害要因」が上回った時です。様々な問題を抱えた人への支援体制をより充実させる必要があります。

また、自死などによって、大切な人をなくされた人は、様々な感情や思いを抱き、心身に多大な影響を及ぼすだけでなく、家族や親せき、地域や職場、学校等にも大きな影響を与えます。NPOライフリンクが自殺実態調査の際に行った自死遺族調査では、自死遺族の約4人に1人が「自身も死にたい」と回答しています。遺された人は、今後に対する不安や大切な人をなくされたという悲しみなど、気持ちの整理がつかないまま、死後の手続き等を強いられることもあります。また、自死の場合は偏見等から周囲に相談できず、孤立しやすくなる状況であることから、必要な情報の提供や専門相談、個別対応など、必要な支援を行っていく必要があります。

■具体的取組

再企図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。

(1)自殺未遂をした人への支援

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
湖北いのちのサポート事業 ¹ 【継続】	自殺未遂者及びその家族への相談支援等を、医療機関や保健所等関係機関と連携しながら引き続き行っていく。また、保健所でのいのちのサポート事業に関する連携会議においては、未遂者への支援体制を関係機関と検討していく。	健康推進課

(2)遺された人への支援

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
遺された人への相談支援の実施 【継続】	遺された人に、個別支援の実施や自死遺族会の情報提供などを引き続き行っていく。	健康推進課

¹ 湖北いのちのサポート事業：自殺未遂者が救急告示医療機関を受診した際、本人や家族の同意を得て、医療機関から市へ連絡を行い、再企図防止のため、連携しながら必要な支援を行う。

(3)こころの悩みを抱える人への支援

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
精神保健相談の実施 【継続】	メンタルヘルスに悩みを抱える人や家族の相談に応じ、自殺のリスクをアセスメントするとともに必要時に専門機関につなぐ支援を引き続き行っていく。	健康推進課
自立支援医療 長浜市精神障害者医療費助成 【継続】	医療費の自己負担額の一部を助成する。	しょうがい福祉課
福祉医療費助成制度 【継続】	医療費の自己負担額の一部を助成する。	保険年金課
しょうがい福祉サービス(訓練等給付) 【継続】	自立した日常生活や就労に向けて、能力の向上のための訓練等を受けることができる。	しょうがい福祉課
身体障害者相談員、知的障害者相談員設置事業 【継続】	しょうがい者やその家族の相談に応じ、必要な指導・助言を行い、各関係機関の業務に対する協力並びに、市民のしょうがい福祉にかかる理解について広く促進を図る。	しょうがい福祉課

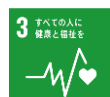
(4)DV、人権等に関することへの支援

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
DVに関する相談及び被害者の保護 【継続】	配偶者やパートナーから暴力を受けることは自殺のリスクが高まる要因である。相談の機会を提供したり、保護をして身の安全を確保することでリスクの軽減を図ることを推進する。	こども家庭支援課(家庭児童相談室)
女性の悩み相談の実施 【継続】	毎月2回、面談形式による悩み相談を行うことを継続して実施する。(面談者は心理士)	人権施策推進課

■評価指標

指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和8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	増加	増加

基本施策 4 自殺対策を支える人材の育成



■現状と課題

悩みや困難を抱える人の変化に気づき、適切な対応ができる「ゲートキーパー」は大きな役割を果たします。地域や学校、行政、関係機関等、幅広い分野や世代においてゲートキーパーは必要不可欠であることから、ゲートキーパーの養成を引き続き行う必要があります。また、支援者や教職員、行政職員などが正しい知識をもち支援が行えるよう、支援者等の資質向上を図る必要があるとともに、支援者等の心の負担を軽減し支援が継続できるよう、心のケアを行う必要があります。

■具体的取組

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、ケース検討やスーパーバイズ等の相談事業を実施します。

(1) 市民・団体・企業等を対象としたゲートキーパー養成の推進

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
みんなでゲートキーパー研修の実施 【拡充】	ゲートキーパーとは何か、どのような役割をする人かなど、ゲートキーパーの周知啓発を引き続き実施する。特に、長浜市の自殺者の多い年代層に対する啓発をさらに推進していく。	健康推進課
職場でメンタルヘルス研修の実施 【拡充】	市内の企業において、メンタルヘルスやゲートキーパーの研修会を実施する。企業での研修を推進するため、関係機関と連携を行っていく。	健康推進課
健康出前講座の実施 【継続】	各種団体から依頼を受けて、保健師よりメンタルヘルスやゲートキーパーの講座を引き続き行う。	健康推進課

(2) 支援者や教員等の人材育成の推進

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
スクールカウンセラー活用事業 【継続】	教員に対して、子どもたちへの懇談の持ち方や対応方法を助言する。	教育指導課
学校支援チーム活用事業 【継続】	学校現場で、児童生徒が自殺をほのめかす発言をしたり自傷行為をしたりする場合、教員がどのような点に留意して子どもや保護者の支援を行ったり、関係機関に繋いだりすべきかを精神科医や弁護士から助言を受ける場を設ける。	教育指導課
取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課

心の健康相談会の実施 【継続】	支援者が、心の健康に悩んでいる市民への対応方法について適切に対応できるため、また支援者自身の心の健康を維持するため、専門家からの指導・助言を継続して行う。	健康推進課
教育相談事業 【継続】	児童生徒、保護者、教職員からの相談を受け、改善策を考えたり、個に応じた指導や支援を実施したりすることで、児童生徒が学校生活を円滑に送れるように支援する。	教育センター

■評価指標

指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和8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
心の健康相談会実施回数	年6回	年6回	年6回継続

基本施策 5 児童生徒のSOSの出し方に関する 教育の推進



■現状と課題

児童生徒を取り巻く生活環境や家庭環境などは常に変化しており、自身で解決できない複雑化・多様化した問題も多くあります。長浜市においても、若年層の自殺や未遂が増えていることから、児童生徒が大きな問題に直面した時、自身で問題を抱え込むことなく、信頼できる身近な大人に相談できるように、また困難やストレスに直面した際の適切な対応方法を学ぶことができるよう、SOSの出し方に関する教育をさらに推進していく必要があります。今後、学校における自殺対策への教育を推進していくためには、教育分野と保健福祉分野等、各機関が連携しながら、協力して取り組んでいく必要があります。

■具体的取組

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。

(1)SOSの出し方に関する教育の推進

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
子どもや若者の健やかな心を育む教育の充実を図る 【拡充】	SOS の出し方に関する教育を推進し、児童生徒が出した SOS を受け止める取組を実施する。	教育指導課
児童生徒への相談窓口啓発 【継続】	悩み等あれば相談することを児童生徒に伝え、夏季休暇前等リスクの高まる時期を中心に、相談窓口の周知啓発を行う。	教育指導課 健康推進課

(2)教職員や保護者等への普及啓発

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
PTA 活動での研修会実施 【拡充】	PTA に対するセミナーや研修会を実施し、児童生徒の SOS に気づく力を高めたり、相談しやすい環境づくりの方法や対応の仕方などについて学んだりする研修を行う。	教育指導課
教職員向け自殺予防研修の実施 【新規】	児童生徒が悩みを抱え込まず周囲に話することができる環境をつくるため、教育機関と連携し、教職員を対象とした自殺予防研修を行う。	健康推進課

■評価指標

指標	現状値 (令和 4 年度)	中間目標値 (令和 8 年度)	最終目標値 (令和 12 年度)
PTAや教職員向け研修の実施 (年間延べ開催数)	0 回	10回	24回

見守る人「ゲートキーパー」とは

ゲートキーパーとは、「いのちの門番」のことです。

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

特別な資格はいらず、どなたでもその役割を担うことができます。

大切なのは「心配だな」「力になれないかな」といった気持ちです。

ゲートキーパーのポイントを知って、あなたも大切な人の力になりましょう。

ゲートキーパーの4つのポイント

気づく

身近な人の変化に気づいて声をかける

- 「いつもと様子がちがうな」と感じたら、「心配しているよ」と優しく声をかけてみましょう。
- 声をかけることが「あなたはひとりじゃない」というメッセージにもなり、話しやすいきっかけを作ることができます。

聴く

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

- 悩みを打ち明けられたら、じっくりと話を聴いてください。
- 焦ってアドバイスをしなくても大丈夫です。今までの頑張りや、勇気を出して話してくれたことをねぎらいましょう。
- 話を聴くことで、本人が自分の気持ちを見つめるきっかけになることもあります。

つなぐ

専門家などに相談するよう促し、相談先につなぐ

- 誰かに悩みを話したり、自分の気持ちを伝えることで解決に向かうことがあります。
- 多くの問題が重なっている場合もありますが、ひとつひとつ相談することで、絡まった問題の糸をはぐすことができるかもしれません。支援の輪を広げていきましょう。

見守る

寄り添って、見守る

- こころの回復には時間が必要です。そのためには、周囲の人のあたたかい理解と見守りが大切です。
- 時々でも「体調はどう？」など、さりげない声かけをすることで、本人の孤立感も軽くすることができます。

6

重点施策

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 (1)妊産婦・子育て中の保護者への支援 (2)子ども・若者の抱える問題に対応する支援の充実 (3)子ども・若者の自殺リスクを減らす取組の推進
重点施策2	就労者への対策を推進する
重点施策3	高齢者世代への対策を推進する
重点施策4	生活困窮等への対策を推進する

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



■現状と課題

妊産婦やその家族は、妊娠・出産・育児に関して喜びや楽しみが大きいものの、同時に不安や負担も大きくなります。そのため、安心して子育てができるよう子育てコンシェルジュ¹等が、相談支援や医療機関等の関係機関と連携するなど、包括的な支援体制を推進する必要があります。

学齢期以降では、全国的にも長浜市においても、子どもの自殺や未遂が増加傾向にあることから、子ども自身が自分を大切にできるよう、いのちの大切さに関する教育を引き続き継続していくとともに、子どもを取り巻く様々な問題についても、必要な支援や相談体制の充実、関係機関との連携などを引き続き行っていく必要があります。

義務教育後の若者への支援についても同様に、適切な支援につながるよう情報発信を行うとともに、関係機関との連携を強化していく必要があります。

■具体的取組

子育てコンシェルジュ等が、産後うつなどの啓発や育児の相談等を行い、また必要時に関係機関と連携をして支援を行います。

学齢期においては、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、相談の実施を行います。

義務教育後の若者への支援については、相談の実施、関係機関との連携を行います。

¹ 子育てコンシェルジュ:妊娠・出産・子育てに関する相談に対応する。妊娠中のこころとからだの相談、妊娠中・産後に受けられるサービスの情報提供、子育ての相談などを行う地区担当保健師。

(1)妊産婦・子育て中の保護者への支援

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
母子健康手帳交付 妊産婦支援 【継続】	母子手帳交付時に妊産婦の不安の軽減を図る。また産後うつ等のリスクをアセスメントし、必要時は医療と連携しながら妊産婦の支援を行う。	健康推進課
新生児訪問 乳幼児健康診査 乳幼児相談 子育て個別相談 【継続】	乳幼児期には、子どもの心身の健全な発達、それに合わせた関りの方法、生活リズムを整えることについての知識啓発や子育て支援を行う。また、保護者との面談時に、育児不安や産後うつなどの異変や困難に気づき、相談に応じるとともに、必要時関係機関につなげる。さらに、子どもの健やかな心の育ちを推進するため、親子への支援を強化していく。	健康推進課
産婦健康診査事業の実施 【新規】	産後うつの早期発見に努めることにより、産後の初期段階における母子に対する支援を強化するため、産後 2 週間、産後1か月などの産婦健康診査2回分に係る費用について助成を行う。	健康推進課
産後ケア事業 【継続】	産後は育児への不安等から、うつのリスクを抱える危険がある。そのようなリスクの軽減を図るため、出産直後の早期段階から専門家が関与し、必要な助言・指導等を提供する。	健康推進課
発達相談 【継続】	子どもの発達に関して専門家が相談に応じること、母親の負担や不安感の軽減を図る。また、必要時には別の関係機関へとつなぐ等、包括的な支援をする。	健康推進課
多胎児家庭サポート事業 【継続】	多胎児の妊娠、育児についての悩みをピアサポーターに相談することで、思いの共有ができ、不安軽減につながる。	健康推進課
子育てコンシェルジュによる 個別相談の実施 【継続】	妊娠・出産・子育てを応援する乳幼児と保護者の身近な相談窓口として、地区担当保健師がいつでも気軽に相談に応じ、保護者の子育ての不安や悩みを和らげ、子育ての孤立を防ぐこと、また、子育てコンシェルジュと地域の関係機関が連携して子育て体制づくりを目指す。	健康推進課
ながはま出産・子育て応援ギフト(経済的支援) 【継続】	すべての妊婦・子育て家庭が安心して出産・子育てが出来るよう出産育児関連用品の購入や育児サービスに役立てていただける経済的支援を行う。	健康推進課

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
ながはま出産・子育て応援ギフト(伴走型相談支援) 【継続】	妊婦・子育て家庭が安心して出産・子育てができるよう母子手帳交付時・妊娠 8 か月・新生児訪問時にアンケートを実施し、子育て等の不安や悩みについて伴走型相談支援として対応している。	健康推進課
長浜市ハッピー子育て事業 【継続】	妊娠期から出産後の不安が多い時期に、安心して子育てができるよう医療専門職が行うサロンや個別相談、イベントなどに利用できるチケットを渡している。	健康推進課
子育て短期支援事業 【継続】	保護者の病気や出産、仕事などの理由により、一時的に家庭での子育てが難しい場合に、子どもを預かる事業を実施する。	こども家庭支援課(家庭児童相談室)
ひとり親家庭に関する相談の実施 【継続】	ひとり親世帯が困難に直面した際の最初の窓口となり、必要な情報提供や助言及び求職活動等に関する支援を行う。	こども家庭支援課
ファミリーサポートセンター事業 【継続】	育児の援助を行いたい人と受けたい人の会員の組織。	こども家庭支援課
児童発達支援・放課後等デイサービス・保育所等訪問支援・日中一時支援事業 【継続】	しょうがいのある児童に対し、集団生活の適応のための支援や見守り、活動の場所を提供する。	しょうがい福祉課

(2)子ども・若者の抱える問題に対応する支援の充実

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
スクールカウンセラー活用事業 【継続】	様々な背景から悩みを抱える子どもたちやその保護者に対して、その悩みを適切な方法で軽減したり、解消したりするために、スクールカウンセラーが子どもやその保護者に対して、カウンセリングを実施する。	教育指導課 教育センター
学校支援チーム活用事業 【継続】	学校現場で、児童生徒が自殺をほのめかす発言をしたり自傷行為をしたりする場合、教員がどのような点に留意して子どもや保護者の支援を行ったり、関係機関に繋いだりすべきかを精神科医や弁護士から助言を受ける場を設ける。	教育指導課

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
スクールソーシャルワーカー活用事業 【継続】	社会福祉等の専門的な知識や技術を有するスクールソーシャルワーカーが、困難なケースの背景の見立てや対応策について助言したり、福祉部局を中心に関係機関の仲立ちを行ったりして課題解決への対応を図る。	教育指導課
ひきこもり者支援事業(えんかふえ) 【継続】	ひきこもりがちな方や、不登校の子供がゲームなどを通して話し合える場を提供する事業であり、若い世代の引きこもりがちな方が誰にも気を遣わずに楽しめる場を提供する。	長浜市社会福祉協議会
児童虐待及びDVに関する相談の実施 【継続】	子どもの養育に関する悩みや不安などに関する相談・児童虐待やDV(配偶者や恋人などからの理不尽な暴力)などに関する相談支援を行う。	こども家庭支援課(家庭児童相談室)
子どもに関わる総合相談窓口 【継続】	子どものいる家庭や子ども自身が子育ての事、家庭のこと、学校や友達のこと等、相談できる総合相談窓口	こども家庭支援課
ヤングケアラー対策 【継続】	本来大人が担うような責任を引き受け、家族のケアを行う子どもを発見し、寄り添い、必要な支援につなぐ。	こども家庭支援課
教育相談事業 【継続】	児童生徒、保護者、教職員からの相談を受け、改善策を考えたり、個に応じた指導や支援を実施したりすることで、児童生徒が学校生活を円滑に送れるように支援する。また、カウンセラー等の専門家や福祉の関係機関と連携し、自立した人間として力強く生きる青少年の育成をめざす。	教育センター
不登校児童生徒支援事業 【継続】	不登校児童生徒を対象にした『こどもサポートルームなないろ(教育支援センター)』を設置し、個に応じた指導・支援を充実させながら多様な学びを確保し、児童生徒の学校復帰や社会的自立をめざす。	教育センター
精神保健相談の実施 【継続】	心の悩みをもつ若者に対し、相談支援を行い、必要に応じて関係機関へつなぐ。	健康推進課

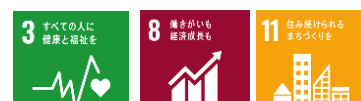
(3)子ども・若者の自殺リスクを減らす取組の推進

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
子どもや若者の健やかな心を育む教育の充実を図る 【拡充】	学齢期では、いのちや人権を大切にするための道徳教育、人権教育を実施する。	教育指導課
	児童生徒が出した SOS を受け止める取組を実施する。	教育指導課
児童生徒への相談窓口啓発 【継続】	悩み等あれば相談することを児童生徒に伝え、相談窓口の周知啓発を行う。	健康推進課 教育指導課
若者への相談窓口の周知啓発 【拡充】	相談窓口が記載された啓発物品等を、教育機関や若者が集まる場所等に設置をするなど、若者への相談窓口の周知をさらに推進する。	健康推進課

■評価指標

指標	現状値 (令和 4 年度)	中間目標値 (令和 8 年度)	最終目標値 (令和 12 年度)
新生児訪問時のEPDS9点以上の割合の減少	9%	減少	減少
40 歳未満の精神保健相談延べ件数(年間延べ件数)	354 件	増加	増加

重点施策 2 就労者への対策を推進する



■現状と課題

長浜市の自殺の現状として、40～50 歳代の有職の男性の自殺が多い特徴があります。また、過去 5 年間の自殺の理由では、勤務問題が増えており、働く世代の自殺者数が減少していない状況です。

これらのことから、職場でのメンタルヘルス対策は重要であり、職場と連携して取組を推進していく必要があります。

■具体的取組

心やからだが疲れた時は、仕事を休むなどの休息を取ることの大切さを啓発します。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。

長時間労働の是正やワーク・ライフ・バランスの大切さの周知啓発を行うとともに、職場におけるメンタルヘルス対策やハラスメント対策をさらに推進していきます。

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
職場でメンタルヘルス研修の実施 【拡充】	市内の企業において、メンタルヘルスやゲートキーパーの研修会を実施する。企業での研修を推進するため、関係機関と連携を行っていく。	健康推進課
休息の大切さや相談窓口の周知啓発 【拡充】	休息の大切さや各種相談窓口の周知啓発を行っていく。働く世代に合わせた、啓発方法を検討し、さらに推進していく。	健康推進課
人権に関する相談窓口の紹介 【継続】	セクシャル・ハラスメントやパワー・ハラスメントの相談窓口の紹介を継続して行う。	人権施策推進課
企業内人権啓発・啓発事業 【継続】	市内事業所における人権意識を向上させ、公平公正な採用と明るく働きやすい職場づくりを推進するため、企業内人権教育推進協議会に加入する企業に対し、各種研修会や企業訪問等を実施する。研修会時や企業訪問時での「生きる」ことに関する情報提供を行っていく。	商工振興課
しょうがい福祉サービス(訓練等給付) 【継続】	自立した日常生活や就労に向けて、能力の向上のための訓練等を受ける機会を提供する。	しょうがい福祉課

■評価指標

指標	現状値 (令和 4 年度)	中間目標値 (令和 8 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
課題や研修案内を周知した企業数(延べ数)	3 企業	30 企業	62企業

重点施策 3 高齢者世代への対策を推進する



■現状と課題

長浜市では、高齢者の自殺は依然として多い現状があります。

高齢者の健康維持には生きがいや役割があることが重要ですが、アンケート結果では生きがいを有して生活をしていると回答した高齢者は減少傾向です。

また、アンケート結果から、周囲に悩みを相談できる人がいない割合が高いことから、相談しやすい居場所づくりが必要です。

閉じこもりや孤立を防ぎ、高齢者が社会参加をし、生きがいをもって、住みなれた地域で安心して暮らしていくために、高齢者分野と連携して取り組んでいく必要があります。

■具体的取組

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。

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
地域におけるネットワークの推進 【継続】	お互いの心配事や悩みに気付き、地域の人や民生委員などが地域包括支援センター ¹ に相談につなげられるよう、地域におけるネットワークの推進を進める。	長寿推進課
地域包括支援センターの周知・啓発 【継続】	不安を抱えた高齢者が地域で相談につながるよう、地域包括支援センターの役割の周知や啓発を行う。	長寿推進課
介護者への支援 【継続】	介護を受ける高齢者だけでなく、支えている介護者の支援についても介護者のつとめ等の情報提供や相談支援を行う。	長寿推進課
介護予防・日常生活支援総合事業(地域介護予防活動支援事業) 【継続】	地域の高齢者が身近な場所で気軽に集い、交流や介護予防ができる居場所づくりを推進するため、地域住民が自主的に実施する活動の運営支援を行う。	長寿推進課

¹ 地域包括支援センター：高齢者のまるごと相談窓口として、市内に5か所設置。介護・福祉・保健・医療など様々な相談支援を行い、高齢者の健康・生活・権利・財産を守る活動を実施。

■評価指標

指標	現状値 (令和 4 年度)	中間目標値 (令和 8 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
地域包括支援センター等への相談件数(延べ件数)	18,052件	増加	増加

重点施策 4 生活困窮等への対策を推進する



■現状と課題

生活困窮や多重債務、ひきこもりの背景は、複合的な問題を抱えている場合が多くあります。長浜市においても、自殺の原因が経済・生活問題である割合が 13.5%あります。生活基盤の不安定さや失業、借金などから将来を悲観したり、孤立するなどの要因により自殺のリスクが高まります。そのため、総合相談窓口における相談対応に加え、金銭的支援・就労支援など関係機関と連携し包括的な支援体制を継続・強化する必要があります。

■具体的取組

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。

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
就学援助と特別支援学級 就学奨励補助の実施 【継続】	・経済的な理由により、就学困難な児童・生徒に対し、給食費・学用品等を補助する。 ・特別支援学級在籍者に対し、就学奨励費の補助を行う。	すこやか教育 推進課
生活困窮者自立支援事業 【継続】	生活困窮者に対する住居確保給付金の支給及びハローワーク等と連携した就労支援、就労準備支援、住居喪失者に対する一時生活支援、生活困窮者世帯等の子どもへの学習支援、家計相談等の事業を実施する。	社会福祉課

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
自立生活サポート窓口 【継続】	ひきこもりの相談や経済的に生活が困窮している方の相談に応じる。また、働きたくても働けない、住むところがない、介護・しょうがい・子育てなどのいくつかの困り事や不安を抱える世帯で、どこに相談したらよいかわからない人の相談を受け止め、他の支援機関と連携し、協働で支援する。	社会福祉課
包括的相談支援事業 【継続】	「自立生活サポート窓口」を設置し、生活の不安や心配について、幅広く相談を受けつけるほか、各相談支援機関等の関係者間で必要な協議及び検討を行うため、長浜市相談支援包括化推進会議を設置し、支援会議等を通じて包括的な支援を行う。	社会福祉課
参加支援事業 【継続】	相談支援包括化推進員が、地域に不足している社会資源(働く場や居場所など)についての情報を収集・整理し、新しい社会資源の開発や潜在している社会資源の活用を推進し、参加支援事業にかかる多様な支援メニューをつくり、参加の場や働く場とのマッチングを行う。	社会福祉課 長浜市社会福祉協議会
アウトリーチ等を通じた継続的支援事業 【継続】	アウトリーチ支援員を配置し、支援が必要な人と直接対面したり、継続的な関わりを持つために、信頼関係の構築に向けた丁寧な働きかけを行い、継続的につながり続ける支援(伴走支援)を行う。	社会福祉課
たすけあい資金貸付 【継続】	生活困窮している世帯に対して必要な相談支援を行い、貸付という形の金銭的支援を行う。	長浜市社会福祉協議会
緊急食糧品給付 【継続】	食料がなく困っている世帯に対して必要な相談支援を行い、食料品(5日分)の支援を行う。	長浜市社会福祉協議会
生活困窮者自立支援事業 【継続】	生活困窮の状態にある方に対し、住まいの支援、就労に向けた支援を一体的に行う。	社会福祉課
生活保護制度に関する相談 【継続】	生活保護等に関する市民や生活保護受給者からの相談に応じる。	社会福祉課

取組・事業	内容(自殺対策の視点)	担当課
消費生活相談 【継続】	多重債務の悩みを抱えた生活困窮者は自殺のリスクがあることから、債務整理に関する相談や悪質業者の被害で返済に困っている人の相談を行う。	環境保全課 (消費生活相談室)
精神保健相談 【継続】	メンタルヘルスに悩みを抱える人や家族の相談に応じ、自殺のリスクをアセスメントするとともに必要時に専門機関につなぐ支援を引き続き行っていく。	健康推進課

■評価指標

指標	現状値 (令和 4 年度)	中間目標値 (令和 8 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

7

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。

■子育てや教育に関する支援

取組、事業	概要	自殺予防につながる視点、または自殺予防を取り入れた事業案	担当課
母子健康手帳交付 妊婦健康診査助成券交付	母子健康手帳、妊婦健康診査助成券の交付を行う。	妊婦や家族と面談し、不安や経済的困窮など自殺のリスクにつながる問題があれば関係機関につなげる等、自殺対策を踏まえた対応の強化を図る。	健康推進課
新生児訪問事業	新生児(ハイリスク児含む)や妊婦に対して、保健師、助産師、看護師、委託事業者が訪問指導を実施する。	産後うつや育児不安等の自殺につながるリスクを確認し、必要時に関係機関と連携をして、支援を行う。	健康推進課
乳幼児健康診査	乳幼児期の節目の時期において病気の予防と早期発見、育児や発達についての相談や支援を行う	保護者の育児不安や生活状況等を確認し、必要な助言を提供することで自殺につながるリスクを軽減するとともに、必要時に関係機関と連携をして、支援を行う。	健康推進課
乳幼児相談 子育て個別相談	児の発達や保護者の困りごとの相談に応じる。	保護者の育児不安や生活状況等を確認し、必要な助言を提供することで自殺につながるリスクを軽減するとともに、必要時に関係機関と連携をして、支援を行う。	健康推進課
発達相談	子どもの発達に関して発達相談員が相談に応じる。	子どもの発達について専門家が相談に応じることで、保護者の負担や不安感の軽減を図る。また、必要時には別の関係機関へとつなぐ等の対応を取ることで、包括的な支援をする。	健康推進課
産後ケア事業	産後は育児への不安等から、うつのリスクを抱える危険がある。そのようなリスクの軽減を図るため、出産直後の早期段階から専門家が関与し、必要な助言・指導等を提供する。	産後は育児への不安等から、うつのリスクを抱える危険があるため、そうしたリスクの軽減を図る。	健康推進課
未熟児養育医療給付事業	出生時の体重が2,000g以下又は身体の発育が未熟なまま生まれた児が入院治療を受ける際に必要な医療費を給付する	必要な医療が受けられることで、保護者の不安を軽減する。	健康推進課
多胎児家庭サポート事業	多胎児妊娠・育児未経験者と多胎児育児経験者をつなぐ。	多胎児の妊娠、育児についての悩みをピアサポーターに相談することで、思いの共有ができ、不安軽減につながる。	健康推進課
子育てコンシェルジュによる個別相談	妊娠・出産・子育てを応援する乳幼児と保護者の身近な相談窓口として、地区担当保健師がいつでも気軽に相談に応じ、保護者の子育ての不安や悩みを和らげる。	保護者の育児や生活に関する不安を確認し、必要な助言を提供することで自殺につながるリスクを軽減するとともに、必要時に関係機関と連携をして、支援を行う。	健康推進課
離乳食のお話タイム	離乳食がスムーズに進むよう、保護者に対して離乳食の相談を行う。	離乳食に関する相談会を通じて、その他の不安や問題等についても聞き取り、問題を早期に発見し対応するための機会とする。	健康推進課
ながはま出産・子育て応援ギフト (経済的支援)	すべての妊婦・子育て家庭が安心して出産・子育てができるよう出産育児関連用品の購入や育児サービスに役立てていただくための経済的支援を行う。	安心して出産子育てができるよう、経済的支援を行う。	健康推進課
ながはま出産・子育て応援ギフト (伴走型相談支援)	妊婦・子育て家庭が安心して出産・子育てができるよう母子手帳交付時・妊娠8か月・新生児訪問時にアンケートを実施し、子育て等の不安や悩みについて伴奏型相談支援として対応している。	保護者の育児や生活に関する不安を確認し、必要な助言を提供することで不安を軽減し、自殺につながるリスクを軽減するとともに、必要時に関係機関と連携をして、支援を行う。	健康推進課

取組、事業	概要	自殺予防につながる視点、または自殺予防を取り入れた事業案	担当課
長浜市ハッピー子育て事業	妊娠期から出産後の不安が多い時期に、安心して子育てができるよう医療専門職が行うサロンや個別相談、イベントなどに利用できるチケットを渡している。	妊婦・子育て家庭が安心して出産・子育てが出来るよう医療専門職が行うサロンや個別相談、イベントなどに参加することで、不安軽減につながる。	健康推進課
妊娠・出産連絡調整会議	地域において安心して出産・育児ができることをめざし、妊娠から出産、子育て期までの課題の共通認識と課題に向けての具体策について検討し、切れ目ない支援体制を構築するための会議を年2回開催している。	国や県の動向や市の課題など共有することで、様々な課題に共通して取り組むことができる。	健康推進課
産婦健康診査事業の実施	産後2週間、産後1か月などの産婦健康診査2回分に係る費用について助成を行う。	産後のうつや早期発見に努めることにより、産後の初期段階における母子に対する支援を強化する。	健康推進課
低所得の妊婦に対する初回産科受診料支援事業	低所得の妊婦の経済的負担軽減を図るとともに当該妊婦の状況を継続的に把握し必要な支援につなげるため	安心して出産子育てができるよう、経済的支援を行い、自殺リスクの軽減を図る。	健康推進課
児童虐待及びDVに関する相談	子どもの養育に関する悩みや不安などに関する相談・児童虐待やDV(配偶者や恋人などからの理不尽な暴力)などに関する相談支援を行う。	子どもへの虐待やDVは家庭が困難な状況にあることを示す1つのサインであるため、保護者への支援を通して問題の深刻化を防ぎ自殺リスクの軽減を図る。	こども家庭支援課 (家庭児童相談室)
子育て短期支援事業	保護者の病気や出産、仕事などの理由により、一時的に家庭での子育てが難しい場合に、子どもを預かる事業。	子どもの一時預かりは家庭の状況や保護者の抱える問題・悩み等を把握し、必要に応じて支援につなぐ機会となり得る。	こども家庭支援課 (家庭児童相談室)
ひとり親家庭に関する相談	ひとり親世帯が困難に直面した際の最初の窓口となり、必要な情報提供や助言及び求職活動等に関する支援を行う。	家族との離別や死別を経験している人は生活上の問題を多く抱える場合がある。窓口となり相談にのる中で必要な支援につなぐ機会となり得る。	こども家庭支援課
ファミリーサポートセンター事業	育児の援助を行い人と受けたい人の会員組織化	育児の援助を行いたい人がゲートキーパー研修を受けることで、子育てに関する悩みや家庭問題に気づき、必要な支援につなぐことができる。	こども家庭支援課
子どもに関わる総合相談窓口	子どものいる家庭や子ども自身が子育ての事、家庭のこと、学校や友達のこと等、相談できる総合相談窓口	どこに相談したらよいかわからない子育てや家庭の問題の相談をうけることで、関係機関と連携して必要な支援をすることができる。	こども家庭支援課
ヤングケアラー対策	本来大人が担うような責任を引き受け、家族のケアを行う子どもを発見し、寄り添い、必要な支援につなぐ。	ヤングケアラーとなっている多くの子どもは自ら相談することは少なく、過度な負担から体調不良や精神的な不調をきたすことが考えられる。周囲の大人が気づき、家庭状況を理解し寄り添いながらサポートをすることができる。	こども家庭支援課
放課後児童クラブ	就業等により昼間、保護者がいない家庭の小学校児童を放課後及び長期休業中に保育する。	クラブ通所を通して保護者や子どもの状況把握を行う機会となり、悩みを抱えた子どもや保護者を把握する機会となり得る。	こども家庭支援課 (放課後児童クラブ運営室)
放課後児童クラブ保護者負担金減免制度	放課後児童クラブの通所費用を減免することで、経済的負担を軽減する。	制度を利用する保護者の中には経済的問題や生活上の様々な問題を抱えている場合もあると思われる。担当職員が相談にのる中で必要な支援につなぐ機会となり得る。	こども家庭支援課 (放課後児童クラブ運営室)
がん教育	学校において、がんに対する予防教育を行う。	児童生徒ががんについて正しく学ぶことにより、命の大切さや生き方についても学ぶ	すこやか教育推進課 健康推進課
児童生徒への相談窓口啓発	相談窓口の書いた啓発物品を配布し、心の悩みの相談窓口の啓発を行う。	悩みを抱える人が専門の相談機関につながることで、自殺につながるリスクを軽減する。	教育指導課 健康推進課
スクールカウンセラー活用事業	スクールカウンセラーが子どもやその保護者に対して、カウンセリングを実施する。教員に対しては、子どもたちへの相談の持ち方や対応方法を助言する。	スクールカウンセラーによるカウンセリングは、児童生徒や保護者の悩みを軽減したり解消したりと、児童生徒や保護者の自殺リスクの軽減につながると考えられる。	教育指導課
学校支援チーム活用事業	学校現場で、教員がどのような点に留意して子どもや保護者の支援を行ったり、関係機関に繋いだりすべきかを精神科医や弁護士から助言を受ける場を設ける。	精神しう害を抱える児童生徒とその家族は、地域社会での生活に際して様々な困難を抱えており、自殺リスクが高い方もいると考えられる。	教育指導課
スクールソーシャルワーカー活用事業	社会福祉等の専門的な知識や技術を有するスクールソーシャルワーカーが、困難なケースの背景の見立てや対応策について助言したり、福祉部局を中心に関係機関の仲立ちを行ったりして課題解決への対応を図る。	スクールソーシャルワーカーによる関係機関とも連携した包括的な支援は、児童生徒や保護者の自殺リスクの軽減につながると考えられる。	教育指導課
PTA活動	PTAに対するセミナーや研修会を実施し、児童生徒のSOSに気づく力を高めたり、相談しやすい環境づくりの方法や対応の仕方などについて学んだりする研修を行う。	・セミナーや研修会等で自殺問題について講演することにより、保護者の間で、子どもの自殺の危機に対する気づきの力を高めることができる。 ・役員会場で相談先の情報等をあわせて提供することで、保護者自身が問題を抱えた際の相談先の情報提供の機会とすることができる。	教育指導課

取組、事業	概要	自殺予防につながる視点、または自殺予防を取り入れた事業案	担当課
教育相談事業	児童生徒、保護者、教職員からの相談を受け、改善策を考えたり、個に応じた指導や支援を実施したりすることで、児童生徒が学校生活を円滑に送れるように支援する。また、カウンセラー等の専門家や福祉の関係機関と連携し、自立した人間として力強く生きる青少年の育成をめざす。	・特別な支援を要する児童生徒は、学校生活上で様々な困難を抱える可能性が高い。 ・検査等による適切なアセスメント、および、個に応じた指導・支援の提案を行うことで、様々な困難や不適応状況の改善を図る。	教育センター
不登校児童生徒支援事業	不登校児童生徒を対象にした『こどもサポートルームなないろ(教育支援センター)』を設置し、個に応じた指導・支援を充実させながら多様な学びを確保し、児童生徒の学校復帰や社会的自立をめざす。	・不登校の子どもは本人だけでなく、その家庭も様々な問題やリスクを抱えている可能性がある。 ・個に応じた支援を実施し、保護者の相談にも応じることで、子どもや保護者の不安軽減を図る。	教育センター
就学援助と特別支援学級就学奨励補助に関する事務	・経済的な理由により、就学困難な児童・生徒に対し、給食費・学用品等を補助する ・特別支援学級在籍者に対し、就学奨励費の補助を行う。	経済的な理由を軽減することにより、就学困難な児童生徒が充実した学校生活を過ごすための一助としている。	すこやか教育推進課
通学路安全対策事業	・通学時の安全確保のため、スクールバスの運行やスクールガードリーダーなど見守りボランティア体制の整備及び通学路の危険箇所の把握及び改善を図る。	児童生徒が安全に通学するためにも、スクールガードの存在は大きい。また、スクールバスを運行することで、学校から自宅まで遠い児童生徒が安全に登校することができる。	すこやか教育推進課
子どもや若者の健やかな心を育む教育の充実を図る	いのちや人権を大切にするための道徳教育、人権教育を実施する	いのちや人権の教育を推進することで、自分やその周囲の命の大切さについて学ぶことができる。	教育指導課
	SOSの出し方に関する教育を推進し、児童生徒が出したSOSを受け止める取組も実施する	悩んだ時にSOSの出し方や、その受け止め方を学ぶことができる。	教育指導課
えんかふえ	ひきこもりがちな方や、不登校がちな子供がゲームなどを通して話し合える場を提供する事業。	若い世代の引きこもりがちな方が誰にも気を遣わずに楽しめる場を提供する。	長浜市社会福祉協議会
若者世代のやりたいことの応援と定着をめざすサードプレイス運営事業	若者が自分らしく自由に過ごせる、家庭とも学校とも違う第三の居場所(サードプレイス)を作り、コミュニケーションを通じて、自分の好きなことややりたいことを見つけ、仲間をつくり実践することで、夢や目標を持ち主体的に活動する「生きる力」を有する人材を育成する。	支援が必要な場合は、関係機関に連絡する。	こども若者応援課

■就労者に関する支援

取組、事業	概要	自殺予防につながる視点、または自殺予防を取り入れた事業案	担当課
職場でメンタルヘルス研修	市内の企業において、メンタルヘルスやゲートキーパーの研修会を行う。	うつや自殺についての正しい知識をもつ人が増えることで、悩みを抱える人を早期に発見し、適切な対応をし、適切な機関へつなぐことができる。	健康推進課
休息の大切さや相談窓口の周知啓発	休息の大切さや企業向け各種相談窓口の周知啓発の実施。	心身の体調不良時に、早期に休息を取ることなどで悪化を予防することができる。また、悩みを抱える人が専門の相談機関につながることで、自殺につながるリスクを軽減する。	健康推進課
企業内人権啓発・啓発事業	市内事業所における人権意識を向上させ、公平公正な採用と明るく働きやすい職場づくりを推進するため、企業内人権教育推進協議会に加入する企業に対し、各種研修会や企業訪問等を実施する。	・各種研修会(新人研修会・リーダー養成研修会・経営者研修会)において、「生きる」に関する情報提供と啓発を行う。 ・年1回の企業訪問時において、「生きる」に関する情報提供と啓発を行う。	商工振興課
勤労者福祉対策事業	勤労者の福利厚生への増進と勤労意欲の向上を図るため、勤労者総合福祉センター「臨湖」を運営し、勤労者活動を促進する。	勤労者総合福祉センターにおいて、「生きる」に関する情報提供と啓発を行う。	商工振興課

■高齢者に関する支援

取組、事業	概要	自殺予防につながる視点、または自殺予防を取り入れた事業案	担当課
高齢者予防接種の減免	生活保護世帯の方対象に、予防接種費用の減免を行う。	生活困窮は、自殺に至る主な理由の1つであり、相談や申請の機会は、自殺のリスクが高い層との接触機会として活用し得る。	健康推進課
社会福祉法人等利用者負担軽減事業	低所得の者が社会福祉法人等の行う介護サービスを利用した際に、その利用料等を軽減する。	申請条件に合致した人の利用する社会福祉法人等の行う介護サービス利用料等を軽減することで経済的負担を軽減する。	介護保険課
小規模住宅改造経費助成事業	日常生活動作能力の低下した高齢者の排泄、入浴、移動等を容易にするための住宅の小規模な改造に必要な経費を助成する。※対象となる改造内容は、介護保険の住宅改修に準ずる。	申請条件に合致した人の住環境を整備し、日常生活動作能力の低下した高齢者の排泄、入浴、移動等を容易にするための住宅の小規模な改造に必要な経費を助成することで経済的負担を軽減する。	介護保険課
地域におけるネットワークの推進	お互いの心配事や悩みに気づき、地域の人や民生委員などが地位包括支援センターに相談につなげられるよう、地域におけるネットワークの推進を進める。	お互いの心配事や悩みに気づき、地域の人や民生委員などが地位包括支援センターに相談につながることで、自殺予防につながる。	長寿推進課
地域包括支援センターの周知・啓発	不安を抱えた高齢者が地域で相談につながるよう、地域包括支援センターの役割の周知や啓発を行う。	お互いの心配事や悩みに気づき、地域の人や民生委員などが地位包括支援センターに相談につながることで、自殺予防につながる。	長寿推進課
介護者への支援	介護を受ける高齢者だけでなく、支えている介護者の支援についても介護者のつとめ等の情報提供や相談支援を行う。	介護の悩みに関する情報提供や相談を受けることで、悩みを軽減することができる。	長寿推進課
介護予防・日常生活支援総合事業(地域介護予防活動支援事業)	地域の高齢者が身近な場所で気軽に集い、交流や介護予防ができる居場所づくりを推進するため、地域住民が自主的に実施する活動の運営支援を行う。	閉じこもりや孤立を防ぎ、高齢者の社会参加を促すことができる。	長寿推進課

■全市民等に関する支援

取組、事業	概要	自殺予防につながる視点、または自殺予防を取り入れた事業案	担当課
精神保健相談	メンタルヘル스에悩むを抱える人や家族の相談に応じる。	メンタルヘル스에悩むを抱える人や家族の相談に応じ、自殺のリスクをアセスメントするとともに専門機関につなぐ。	健康推進課
各種健康診断の自己負担金の免除	市民税非課税世帯、生活保護世帯の人を対象に各種健診に係る費用を免除する。	生活困窮は、自殺に至る主な理由の1つであり、相談や申請の機会、自殺のリスクが高い層との接触機会として活用し得る。	健康推進課
遺された人への相談支援	遺された人に、個別支援の実施や自死遺族会の情報提供などを行う。	自殺リスクが高いことから、遺された人への必要な支援や情報提供を行うことが重要である。	健康推進課
各種相談窓口の周知	心や体の不調や家族関係の悩み、お金に関する相談など、さまざまな問題に対する相談窓口を周知する。	悩みを抱える人が専門の相談機関につながることで、問題が解決に向かい、自殺につながるリスクを軽減できる。	健康推進課
自殺予防週間、自殺対策強化月間における啓発活動の実施	自殺予防週間(9月10日～16日)、自殺対策強化月間(3月)に合わせて、広報や図書館啓発コーナーの設置、街頭啓発等を行い、相談窓口等野啓発を行う。	うつや自殺についての正しい知識をもつ人が増えることで、悩みを抱える人を早期に発見し、適切な対応ができ、専門の機関へつなぐことができる。また、相談窓口を啓発することで自殺予防につながる。	健康推進課
健康出前講座	各種団体から依頼を受けて、保健師よりメンタルヘルスやゲートキーパーの講座を行う。	うつや自殺についての正しい知識をもつ人が増えることで、悩みを抱える人を早期に発見し、適切な対応をし、適切な機関へつなぐことができる。	健康推進課
みんなでゲートキーパー研修	自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応ができる「ゲートキーパー」を養成するための講座を行う。	うつや自殺についての正しい知識をもつ人が増えることで、悩みを抱える人を早期に発見し、適切な対応をし、適切な機関へつなぐことができる。	健康推進課
心の健康専門部会	行政をはじめ、地域、関係機関や医療機関等が必要な情報を共有し、総合的な自殺対策を進めるため、地域のネットワークの強化を図る。	自殺についての現状や課題を共有し、予防のための対策を講じることで自殺のリスクを軽減することができる。	健康推進課
湖北いのちのサポート事業	自殺未遂者及びその家族への相談支援等を行う。	自殺未遂者は再企図のリスクが高いため、その人が抱える問題を解決するために継続的に支援し、治療の継続、就労等の社会参加につなげる。	健康推進課
心の健康相談会	支援者が心の健康に悩んでいる市民の対応方法について専門家に相談し、指導・助言を受ける。	専門家の助言を受けることで、支援者がより適切な支援をすることができ、自殺予防につながる。また、支援者の心の健康維持にもつながる。	健康推進課
生活福祉資金貸付	低所得世帯、しょうがい世帯又は高齢世帯に対して福祉の貸付制度。	生活困窮で困っている低所得世帯等に対して資金の貸付と必要な相談支援を行い、経済的自立と生活意欲の助長促進を図り、安定した生活が送れるよう支援する。	長浜市社会福祉協議会
たすけあい資金貸付	長浜市社協独自の低所得世帯に対して40,000円を限度とした貸付の事業。	生活困窮している世帯に対して必要な相談支援を行い、貸付という形の金銭的支援を行う。	長浜市社会福祉協議会
緊急食糧品給付	低所得世帯で緊急かつ一時的に食料品が必要になった世帯に対して5日分の食料品提供を行う事業。	食料がなくなっている世帯に対して必要な相談支援を行い、食料品(5日分)の支援を行う。	長浜市社会福祉協議会
よろず相談	日常生活の中で抱える困りごとに対して、人権擁護委員等の相談員が相談窓口となり、助言や各関係機関を紹介を行う事業。	日常生活の中での困りごとに対して相談員が窓口で相談を受け助言や関係機関の紹介を行う。	長浜市社会福祉協議会

取組、事業	概要	自殺予防につながる視点、または自殺予防を取り入れた事業案	担当課
法律相談	日常生活の中で抱える困りごとに対して、弁護士に相談できる支援。(予約制1年に1回の相談30分)	日常生活の中での困りごとに対して弁護士が相談を受け助言等を行う。(相談内容の事前提出が必要)	長浜市社会福祉協議会
成年後見・権利擁護センター事業	認知症、知的、しょうがいなどにより、福祉サービスの契約、日常の金銭管理等の財産管理などで不安がある方に対して成年後見制度や地域権利擁護事業の相談、紹介、利用支援の手続きを行う事業。	認知症、知的、しょうがいなどにより、福祉サービスの手続き、金銭管理、書類の管理等ができず困っている人に対して、成年後見制度や権利擁護事業の相談を行い、紹介することで安心して日常生活が送れるよう支援につなげる。	長浜市社会福祉協議会
法人後見事業	認知症、知的、しょうがいなどにより成年後見制度の利用が必要な方の財産管理、身上監護を行い、その人が安心して生活ができるよう支援する制度。	認知症、知的、しょうがいなどにより生きづらさを感じておられる方の相談に応じ安心して日常生活が過ごせるよう財産管理、身上監護等の支援を行う。	長浜市社会福祉協議会
地域福祉権利擁護事業	認知症、知的、しょうがいなどにより、日常的金銭管理、福祉サービスの手続き、書類管理等ができず日常生活に不安を持っておられる方が安心して生活できるよう支援する制度。	認知症、知的、しょうがいなどにより、日常生活に支障が生じている方に対して福祉サービスの利用援助、日常的金銭管理サービス、書類の預かりサービスなどを行うことで、安心して日常生活が送れるよう支援する。	長浜市社会福祉協議会
下水道受益者負担金、使用料の納付相談、減免措置	納付相談を受けて分割納付に応じるほか、条例等で定める基準に該当する者については減免措置をとる。	市税等の滞納状況のほか、必要に応じて生活状況を聞き取り、支援機関につなぐ。	下水道総務課
市営住宅事務	市営住宅の管理事務・公募事務を行う。	市営住宅の入居者や入居申込者は、生活困窮や低収入など、生活面で困難や問題を抱えていることが少なくないため、自殺のリスクが潜在的に高いと思われる住民に接触するための、有効な窓口となり得る。	住宅課
市営住宅使用料等債権管理対策	市営住宅の滞納使用料の効率的収納と自主納付を促進し、住宅使用料収納率の向上を図るため、住宅課に徴収員を設置する。	家賃滞納者の中には、生活面で深刻な問題を抱えていたり、困難な状況にあったりする可能性が高いため、自殺のリスクが潜在的に高いと思われる住民に接触するための、有効な窓口となり得る。	住宅課
税金、保険料等の納付相談(滞納分)	市税、国民健康保険料(税)、後期高齢者医療保険料、介護保険料及び保育所保育料の納付相談(滞納分)	災害、生活困窮、著しい損失等、何らかの理由で納付困難な状況が認められる場合において、本人の窮状に寄り添い、相談を受ける。	滞納整理課
生活保護制度、相談	資産や各支援策を活用しても最低限度の生活を維持出来ない世帯に対し、健康で文化的な生活が出来るよう支援する。また、生活保護に関する相談に応じる。	住宅・医療を含む最低限度の生活が保障されることで、自殺予防への効果が期待される。	社会福祉課
生活困窮者自立支援事業	生活困窮の状態にある方に対し、住まいの支援、就労に向けた支援を一体的に行う。	自殺の要因・動機として、経済・生活問題が1～2割程度を占めており、生活の安定を図ることで自殺予防への効果が期待される。	社会福祉課
重層的支援体制整備事業	相談支援から課題解決、また孤立防止の地域づくりなど、地域社会全体で重層的に取り組む体制・仕組みの構築を図る。	重層的に困りごとを抱えた人を支える仕組みと、自殺の促進要因と言われる孤独・孤立の予防を図ることで、自殺予防への効果が期待される。	社会福祉課
障害福祉計画策定・管理	障害者計画および障害福祉計画の進行管理、次期計画の策定を行う。	アクションプランにて、「心の健康づくりの推進」に取り組む。	しょうがい福祉課
在宅障害者(児)社会参加援助金の支給	日常生活に必要な介護の支援を提供する。	在宅のしょうがい者(児)に対して、自主的な社会参加を援助し、その自立を支援するため、援助金を支給する。	しょうがい福祉課
しょうがい福祉サービス(介護給付)	日常生活に必要な介護の支援を提供する。	直接的な介護のほか、見守りや通院時の付き添い支援等を行う。	しょうがい福祉課
見守り配食支援事業	安否確認を必要とする方を対象に、配食を通じて見守り支援を行う。	弁当を配達する際に、声かけを行い、安否確認を行う。	長寿推進課
在宅福祉理美容サービス事業	衛生的な生活を保っていただけるよう、理美容サービスの利用券を交付する。	理美容師が自宅に訪問し、散髪を行う。理美容師にゲートキーパー研修を受講いただく。	しょうがい福祉課

取組、事業	概要	自殺予防につながる視点、または自殺予防を取り入れた事業案	担当課
障害者訪問入浴サービス事業	訪問により居宅において入浴サービスを提供する。	自宅を訪問し、移動浴槽を用いて入浴サービスを提供する。 介護者にゲートキーパー研修を受講いただく。	しょうがい福祉課
長浜米原しょうがい者自立支援協議会	長浜市、米原市が実施する相談支援事業をはじめ、広域的対応が必要な事業の円滑な実施及び地域のしょうがい福祉に関するシステムづくりに関し、中核的な役割を果たす協議の場を共同で設置。	専門部会、作業班にて、地域課題への取り組みを進める。	しょうがい福祉課
障害者虐待防止事業	障害者虐待に関する通報、相談窓口の設置。	「虐待」という切り口から、適切な支援に繋ぐため、課題を解決するためのアセスメント・支援を行う。	しょうがい福祉課
身体障害者相談員、知的障害者相談員設置事業	障害者やその家族の相談に応じ、必要な指導・助言を行い、各関係機関の業務に対する協力並びに、市民のしょうがい福祉にかかる理解について広く促進を図る。	普段から困っていることや悩んでいることを身近におられる相談員に相談できる。 相談員にゲートキーパー研修を受講いただく。	しょうがい福祉課
発達相談(発達支援センター事業)	乳幼児期～成人期の発達相談を行う。	発達障害を抱えた人やその家族の日常生活での様々な生きづらさについて相談でき、適切な支援機関につなぐことができる。 相談対応を行う職員にゲートキーパー研修を受講いただく。	しょうがい福祉課
自立支援医療 長浜市精神障害者医療費助成	医療費の一部を助成する。	病気等で医療機関に受診し病状管理することは重要であり、その経済的負担を軽減する。	しょうがい福祉課
福祉医療費助成制度	医療費の一部を助成する。	聞き取り内容に応じて、必要な支援が受けられるよう、関係機関へ繋ぐなど連携を行う。	保険年金課
しょうがい福祉サービス(訓練等給付)	自立した日常生活や就労に向けて、能力の向上のための訓練等を受けることができる。	就労支援を行うことで、自立した日常生活や就労につなげる。	しょうがい福祉課
児童発達支援・放課後等デイサービス・保育所等訪問支援・日中一時支援事業	しょうがいのある児童に対し、集団生活の適応のための支援や見守り、活動の場所を提供する。	しょうがいのある児童の活動の場を確保する。	しょうがい福祉課
悪徳商法の被害防止に関する出前講座	自治会や一人暮らしの支援者に対して悪徳商法などの出前講座を行う。	悪質商法の被害者や多重債務者の相談を行うことができる。	環境保全課(消費生活相談室)
消費者支援連携会議	複雑かつ多様な課題を抱える市民に対し、各関係各課が連携して適切な支援につなげるために開催する。	市役所内の関係機関と、相談活動支援の情報共有や連絡調整等を行い、連携を図る。	環境保全課(消費生活相談室)
消費生活相談	多重債務の関する相談、商品購入等の契約トラブルに関する相談、製品故障(製品事故)に関する相談を行う。	多重債務で困窮し自殺リスクの高い相談者家族を関係機関に繋ぐ。	環境保全課(消費生活相談室)
国保料 減免・徴収猶予	傷病や失業等により保険料の納付が困難なものに対し、収入や生活状況等について聞き取りを行い、減免・徴収猶予を行う。	聞き取り内容に応じて、必要な支援が受けられるよう、関係機関へ繋ぐなど連携を行う。	保険年金課
国保療養費 ①高額療養費貸付 ②一部負担金徴収猶予・免除	医療費の支払いが困難な国保世帯に支払い資金の貸付や、一部負担金の免除・徴収猶予を行う。	聞き取り内容に応じて、必要な支援が受けられるよう、関係機関へ繋ぐなど連携を行う。	保険年金課
人権学習と啓発活動	様々な人権問題に対する学習・啓発を推進する。	・じんけん連続講座等でゲートキーパーに関する講座を実施する。 ・セクシャル・ハラスメントやパワー・ハラスメントの相談窓口の紹介やワーク・ライフ・バランス等の情報提供を行う。	人権施策推進課
女性の悩み相談	毎月2回、面談形式による悩み相談を行う。(面談者は心理士)	専門家(心理士)による助言の他、必要に応じて専門機関につなぐ。	人権施策推進課

8 自殺対策の推進体制

1)自殺対策の推進

自殺対策は、家庭や学校、地域、職域、行政など多くが関係しており、総合的に、包括的に対策を行っていくためには、関係者の連携のもと、効果的な施策を推進していく必要があります。

このことから、多くの機関や団体において、連携しながら情報や課題の共有、対策について検討を行い、対策の推進に努めます。

- (1)県や保健所等で実施される自殺対策に関する会議において、県内の多くの機関や他市町と情報交換や協議を行い、市における自殺対策を推進していきます。
- (2)児童生徒や働く世代など各分野における自殺対策について、庁内外の関係機関と効果的な対策を共に検討し、連携ながら自殺対策を推進していきます。

2)進捗管理

進捗状況の管理については、毎年度取組の実施状況の把握を行い、成果動向を確認していきます。また、必要に応じて心の健康専門部会において、計画の進捗状況や達成状況、課題等について検討します。

計画の中間目標である令和 8 年度、最終年度である令和 12 年度には最終評価を行い、設定した数値目標の達成状況を確認し、次期計画への策定に反映します。