

第3章 自殺対策の基本理念・基本方針

1 基本理念

誰も自殺に追い込まれることがなく、
一人ひとりが「命」の尊さを理解し合い、ともに支え合う、
安心して暮らすことができる千歳市の実現

本計画では、前計画の基本理念「誰も自殺に追い込まれることがなく、一人ひとりが《命》の尊さを理解し合い、ともに支え合う、安心して暮らすことができる千歳市の実現」を継承し、関連施策のさらなる推進と強化を図ります。自殺の社会的な要因に対して様々な施策を講じることにより、市民が周囲の人たちを気にかけて支え合い、自殺を考えている人を地域全体で一人でも多く救うことによって、安心して暮らすことができる千歳市の実現を目指します。

この考え方は、「誰一人取り残さない」持続可能でよりよい社会の実現を目指す世界共通の目標であるSDGsの理念と合致するものであることから、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です。

2 基本方針

また、本市では、基本理念と同様に、国の自殺総合対策大綱を踏まえ、以下の6点を自殺対策における「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する

個人においても地域においても、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）」より、失業や多重債務、生活困窮等の「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」が上回ったときに自殺リスクが高まるとされています。

そのため、自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させる方向で推進する必要があります。

自殺防止や遺族支援といった狭義の自殺対策だけでなく、「生きる支援」に関する地域のあらゆる取組を総動員して、「生きることの包括的な支援」を推進します。

(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

「誰も自殺に追い込まれることがなく、一人ひとりが「命」の尊さを理解し合い、ともに支え合う、安心して暮らすことができる千歳市の実現」を目指すには、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取組が重要です。また、このような包括的な取組を実施するために、様々な分野の施策、人々や組織の密接な連携を強化します。

自殺の要因となり得る孤独・孤立、生活困窮、児童虐待、性暴力被害、ひきこもり、性的マイノリティ等、関連の分野においても同様の連携の取組が展開されています。

連携の効果を更に高めるため、そうした様々な分野の生きる支援に当たる人々がそれぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有することが重要です。

適切な保健・医療・福祉等のサービスを、誰もが安心して住み続けられるまちづくりに向け、各種施策との連動性を高め、総合的な対策を展開します。

(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」、それぞれにおいて強力に、かつそれらを総合的に推進することが重要です。

【対人支援のレベル】

個別の問題解決に取り組む相談支援を行います。

【地域連携のレベル】

問題を複合的に抱えている人に対して、包括的な支援を行うために関係機関等の連携促進を行います。

【社会制度のレベル】

様々な支援制度や計画の枠組みの整備や修正に関わる施策を展開します。

また、個別の施策については、「事前対応」、「危機対応」、「事後対応」の段階ごとに実効性のある施策を講じます。

【事前対応】

心身の健康の保持増進についての取組、自殺やうつ病等精神疾患について正しい知識の普及啓発等、自殺の危険性が低い段階における対応を行います。

【危機対応】

現に起こりつつある自殺発生の危険に介入し、自殺を発生させない対応を行います。

【事後対応】

不幸にして自殺や自殺未遂が生じてしまった場合に、ご家族やその職場の同僚等に与える影響を最小限とし、新たな自殺を発生させない対応に努めます。

(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、他者には危機に陥った人の心情や背景が十分に理解されていない現状があります。そのような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、一人で抱え込むことなく、誰かに援助を求めることが適当であることが、地域全体の共通認識となるように普及啓発を積極的に行います。

全ての市民が、身近な人の自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、必要な支援につなぎ、見守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、各種啓発活動、教育活動等に取り組みます。

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う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が少なからずあります。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きます。

(5) 関係者の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

自殺対策が最大限その効果を発揮して「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、国、道、市をはじめ、関係団体、民間団体、企業、市民等が連携・協働し、市を挙げて自殺対策を総合的に推進することが必要です。そして何より市民一人ひとりの連携と協働を進めることにより、一体となって自殺対策を推進していきます。

そのため、それぞれの主体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します。

(6) 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する

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者の親族等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、いやしくもこれらを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、本市は、このことを改めて認識し、自殺対策に取り組んでいきます。

3 計画の数値目標

【国の定める数値目標】（自殺総合対策大綱から）

国は令和8（2026）年までに、人口10万人当たりの自殺死亡者数（自殺死亡率）を平成27（2015）年の18.5から、先進諸国同様水準の13.0以下まで、30%以上減少させることを目標としています。

【本市の定める数値目標】

国の自殺総合対策大綱では、当面の目標として、自殺死亡率を令和8（2026）年までに、平成27（2015）年と比べて30%以上減少させる数値目標が設定されていることを踏まえ、本計画では令和10（2028）年の目標値（令和4（2022）年から令和8（2026）年の平均値）を13.2以下（35%以上減少）とします。

指標名	基準値 平成30（2018）年 平成24年～平成28年の平均値	実績値 令和5（2023）年 平成29年～令和3年の平均値	目標値 令和10（2028）年 令和4年～令和8年の平均値
千歳市 自殺死亡率	20.3	15.9	13.2以下

（厚生労働省「人口動態統計」より）

※ 本市の自殺死亡率は、各年により増減があり、単年の自殺死亡率を基準とした目標値では実情を反映できない可能性があるため、直近5年間の自殺死亡率の平均値を基に数値目標を設定しています。

（参考）

指標名	基準値 平成27（2015）年	実績値 令和3（2021）年	目標値 令和8（2026）年
国 自殺死亡率	18.5	16.5	13.0以下

（自殺総合対策大綱より）

指標名	基準値 平成28（2016）年	実績値 令和3（2021）年	目標値 令和9（2027）年
北海道 自殺死亡率	17.5	17.5	12.1以下

（第4期北海道自殺対策行動計画より）