

## 第4章 自殺対策における取組

### 1 施策体系

本市の自殺対策は、国が定める「地域自殺対策政策パッケージ<sup>※7)</sup>」において、全国的に実施されることが望ましい「基本施策」と、本市の自殺の特徴や現状の課題に即した「重点施策」を柱とし、地域の特性に応じた実効性の高い施策を推進します。

#### (1) 基本施策

- ① 自殺対策を支える人材育成の強化
  - ・ゲートキーパー<sup>※8)</sup>研修等
- ② 市民への啓発と周知
  - ・こころの健康づくり・生きるを支える支援についての知識・情報の普及啓発
  - ・講演会・講座・イベント等の開催を通じた普及啓発
- ③ 生きることの促進要因への支援
  - ・各種市民相談                      ・自殺未遂者等への支援                      ・自死遺族等への支援
- ④ 地域における連携とネットワークの強化
  - ・地域や庁内における各種会議の開催及び参画                      ・各種個別計画との整合

#### (2) 重点施策

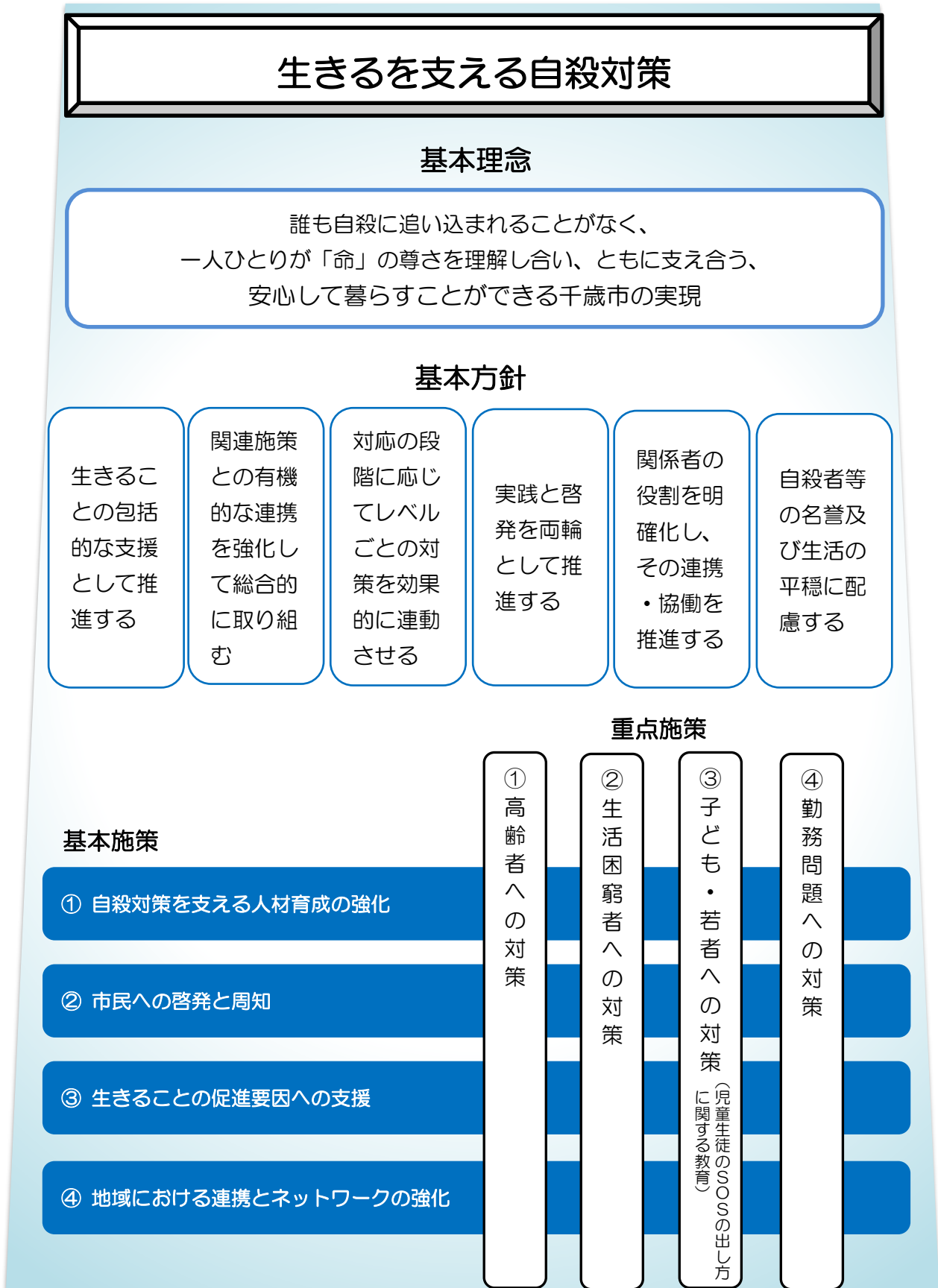
「第2章 千歳市の現状と課題」において取りまとめた課題を踏まえ、次の施策を本市の重点課題とします。

- ① 高齢者への対策
  - ・包括的支援や介護予防事業など的高齢者施策
- ② 生活困窮者への対策
  - ・生活困窮者自立支援事業など
- ③ 子ども・若者への対策（児童生徒のSOSの出し方に関する教育）
  - ・教育機関等と連携した子ども・若者への支援の充実
  - ・うつスクリーニング等
  - ・人権教室（SOSの出し方に関する教育等）の充実・推進等
- ④ 勤務問題への対策
  - ・市内企業等に対する支援（ゲートキーパー研修・講座・講演会等）
  - ・メンタルヘルス対策についての情報提供や窓口の周知

※7)地域自殺対策政策パッケージ：都道府県及び市区町村における地域自殺対策計画を策定する際に、盛り込むことが推奨される施策群について、その具体的な取組事例と合わせて提示することにより、地域自殺対策計画の円滑な策定を支援するもの。

※8)ゲートキーパー：心理、社会的問題や生活上の問題、健康上の問題を抱えている人など、自殺の危険を抱えた人々に気づき、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）を図る役割を担う者のこと。

【図 4.1.2.1】 体系図



## 2 基本施策

国が定める「地域自殺政策パッケージ」に示されている5つの基本施策のうち、次の施策を本市の基本施策とし、「児童生徒のSOSの出し方に関する教育」については重点施策「子ども・若者への対策」施策の中で展開を図るものとします。

1. 自殺対策を支える人材育成の強化
2. 市民への啓発と周知
3. 生きることの促進要因への支援
4. 地域における連携とネットワークの強化

### (1) 自殺対策を支える人材育成の強化



アンケート調査結果によると、自殺したいと思ったことがある人が、自殺を思いとどまった理由として、「家族や大切な人のことが頭に浮かんだ」「人に相談して思いとどまった」が上位に挙がっています。

悩みを抱えた人の近くに寄り添い、話を聞く人の存在は重要であり、様々な悩みや生活上の困難を抱える人が発するサインに早期に気づき、適切な対応をとることのできる「ゲートキーパー」の役割を担う人材育成が自殺対策の推進において大きな役割を果たします。

#### ◆ 取組の方向

自殺や自殺関連事象に関する正しい知識を普及したり、自殺の危険を示すサインに気づき、声を掛け、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守ったりする、「ゲートキーパー」の役割を担う人材等の養成に努めます。

#### ◆ 評価指標

関係部署・団体等を対象としてゲートキーパー研修を実施します。

【表4.2.1.1】 ゲートキーパー研修の評価指標

指標名	実績値 令和5(2023)年	目標値 令和10(2028)年
ゲートキーパー研修の 延受講者数	656人 (平成23～令和4年)	881人 (平成23～令和9年)
ゲートキーパー研修受講者 の理解度のポイント※9)	4.1 (平成30年～令和4年の平均値)	4.1以上 (令和5年～令和9年の平均値)
ゲートキーパー研修受講者 の満足度のポイント※10)	4.3 (平成30年～令和4年の平均値)	4.3以上 (令和5年～令和9年の平均値)

※9) ゲートキーパー研修受講者の理解度のポイント：各講座において、よく理解できた5点～理解できなかった1点で採点した平均

※10) ゲートキーパー研修受講者の満足度のポイント：各講座において、満足5点～不満1点で採点した平均

【表4.2.1.2】 主な事業・取組

No.	事業名	事業内容	課
1	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 ゲートキーパー研修	①市内の企業、福祉施設従事者、介護関係者、医療関係者、庁内各種相談窓口の担当者等を対象としたゲートキーパー研修の受講を勧奨します。	保健福祉部 健康づくり課
	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 【新規】 ゲートキーパー研修 (学校教職員等向け)	②教育機関と連携し身近に子ども達と関わる教職員(市内教育機関)を対象とした、心の悩みを抱える子ども達への対応方法や医療への連携に関する知識の普及を目的に、講師に精神科医等を招き研修会を実施します。	
	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 【新規】 ゲートキーパー研修 (学生向け)	③市内の大学、高等学校に対してゲートキーパー研修や千歳学出前講座について周知をはかり、希望がある各学校へ出向き研修を実施します。	
	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 ゲートキーパー研修 (一般市民向け)	④市民に対しゲートキーパー研修や千歳学出前講座の案内、自殺対策に関する情報提供を実施し、支援へのつながりの強化を目指します。	
	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 ゲートキーパーガイドブックの配布	⑤ゲートキーパーとしての基本的な役割や対応についての理解を深めるため、ゲートキーパーガイドブックを市ホームページの掲載や市職員、市内企業、介護福祉施設等を対象に配布します。	

## (2) 市民への啓発と周知



自殺に追い込まれる事態は誰にでも起こり得ることでありながら、自殺に陥った人の心情や背景は、様々な要因が複雑に絡み合っていることもあり、理解されにくいのが現状です。自殺うつなどに対する正しい知識が得られるとともに、危機に直面した場合に相談窓口や専門機関、周囲の人に援助を求めることができる環境を整えることが必要です。

### ◆ 取組の方向

リーフレットや相談窓口一覧の作成と配布、こころの健康づくり講演会の開催、自殺予防週間、自殺対策強化月間でのパネル展や広報媒体での周知や関係機関等との連携などあらゆる保健福祉事業や住民活動の機会を通じて教育活動、広報活動等を通じた啓発活動を推進します。またSNSを活用した適時適切な普及啓発を推進します。

### ◆ 評価指標

自殺対策に関する事柄の認知を図ります。

【表4.2.2.1】 市民への啓発と周知の評価指標

指標名	実績値 令和5（2023）年 自殺対策計画策定時 市民アンケート	目標値 令和10（2028）年	参考値 令和3年8月 厚生労働省「自殺対策に 関する意識調査」
認知度：ゲートキーパー	8.7%	10.0%以上	12.3%
認知度：自殺予防週間・ 自殺対策強化月間	22.7%	30.0%以上	32.3%
認知度：こころの健康相 談統一ダイヤル	49.0%	50.0%以上	57.9%
認知度：SNS を活用した 相談	19.5%	30.0%以上	33.5%

（■内容まで知っていた ■内容までは知らなかったが、言葉は聞いたことがある）

自殺対策に関する正しい知識の理解を促進します。

指標名	実績値 令和5（2023）年 自殺対策計画策定時 市民アンケート	目標値 令和10（2028）年
自殺対策に関する講演会や 講習会の参加が「ある」と 回答する人	5.5%	増加

【表4.2.2.2】 主な事業・取組

No.	事業名	事業内容	課
1	広報・市民カレンダー発行事業	市政情報として、広報ちとせと市民カレンダーを通じて自殺対策関連の情報を発信するなど啓発活動を推進します。	企画部 広報広聴課
2	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 普及啓発	<p>①メンタルヘルスチェックシステム 「こころの体温計」 気軽にストレスや落ち込み度をチェックすることができるインターネットサービスを市ホームページに掲載し、悩みを抱えた人が必要な支援が受けられるよう周知を図ります。</p> <p>②携帯用相談先一覧カードの配布 困りごとに対応する相談先を記載した携帯用カードを市内の中学、高校、専門学校、大学生の皆様に配布し、悩みを抱えた人が必要な支援が受けられるよう周知を図ります。</p> <p>③こころの健康チェック票の配布 うつ病や自殺について正しい知識の普及啓発を図るとともに、自分自身のこころの健康状態に対する気づきを促します。</p> <p>④こころの健康づくり講演会 こころの健康づくり及び自殺予防に対する理解を深める講演会を開催し、悩みを抱えた人が必要な支援が受けられるよう周知を図ります。</p> <p>⑤出前講座 出前講座等で心の健康づくりなど自殺対策に関連するテーマで実施します。</p> <p>⑥「生きるを支える」知識・情報の普及啓発 自殺予防週間（9月）や自殺対策強化月間（3月）、保健福祉関係イベント等で、自殺対策に関するパネル展示やリーフレットの設置などにおいて啓発活動を推進します。 その他、市内の企業や医療機関、介護福祉事業所等へリーフレットの配布等やSNSを活用した啓発・周知に努めます。</p> <p>⑦主な行政窓口におけるリーフレットの配布 住民票交付、税等収納窓口など行政サービス窓口において心の健康づくりや自殺対策に関するリーフレットの配布等により転入者ほか広く市民へ周知・啓発に努めます。 （市税徴収、国保、介護保険収納、市営住宅管理業務、保育料、水道料金徴収など）</p>	保健福祉部 健康づくり課
3	※各種ガイドブック等への相談先一覧の掲載		
	冊子「保健福祉サービス総合ガイドブック」への掲載  冊子「障がい福祉制度のしおり」への掲載	各課で発行するガイドブック等の冊子において、生きる支援に関連する相談窓口の一覧情報を掲載し、住民に対する相談機関の周知の拡充を図ります。	保健福祉部 福祉課  保健福祉部 障がい者支援課

### (3) 生きることの促進要因への支援



自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、その背景には、精神保健上の問題だけではなく、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。

アンケート調査結果によると、自殺を考えた理由として、「家族関係の不和」や「子育て」等の家族問題、「仕事の疲れ」や「職場の人間関係」等の勤務問題、「心の悩み」等の健康問題が上位に挙がっており、多岐に渡ります。また、今後必要だと思う自殺対策として「様々な悩みに対応した相談窓口の設置」が最も多く挙げられています。

このことから、全ての市民が生きことを支えるためには、悩みを相談できる窓口、問題を抱えた人への個別支援を実践できる体制を充実させることが必要不可欠となります。

#### ◆ 取組の方向

本市においても自殺対策と関連の深い様々な分野における取組を幅広く推進するため、必要に応じて適切な相談機関・窓口へと案内するとともに、相談者本人の意思を尊重しつつ相談機関の連携や情報共有を図ります。

#### ◆ 評価指標

危機に陥った場合には、誰かに援助を求めることがスキルを身につけることを推進します。

【表4.2.3.1】 生きることの促進要因への支援の評価指標

指標名	実績値 令和5（2023）年 自殺対策計画策定時 市民アンケート	目標値 令和10（2028）年	参考値 令和3年8月 厚生労働省「自殺対策に 関する意識調査」
相談することに対するためらい※11） 「感じない」もしくは「どちらかという と感じない」と回答する人	49.4%	50.0%以上	51.7%

※11）設問「あなたは、悩みを抱えたときやストレスを感じたときに、誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じますか。」

【表4.2.3.2】 主な事業・取組

No.	事業名	事業内容	課
1	職員健康管理業務	行政サービスの提供や住民からの相談に応じる職員の健診、健康相談等により、心身の健康の維持増進を図ります。	総務部 主幹（職員健康管理担当）
2	消費者保護育成事業 ■消費生活相談業務	消費生活センターにおいて、消費生活や多重債務等の相談支援を行い、必要に応じて弁護士相談や他の相談窓口につなぎます。	市民環境部 市民生活課
3	市民相談事業	隣人とのトラブルなど身近な生活上の問題解決のため、市民相談員や弁護士に相談する場を設け、市民に周知を図り対応するとともに、相談内容に応じた関係機関の紹介や連携支援を行います。	
4	人権擁護活動事業	本市の人権擁護委員は協議会を組織し、委員相互に連携しながら人権相談、人権思想の普及啓発及び教育活動を積極的に推進しています。人権相談やSOSミニレター等人権擁護活動の中で何らかの問題を抱えている方へ関係機関の紹介や相談内容に応じた連携支援を行います。	
5	女性相談事業	女性相談員を配置し、女性が抱える離婚やDV <sup>※12</sup> などの悩み事や困難を抱えた女性の相談に応じ、支援につながる情報提供を行うとともに、必要に応じ、関係機関と連携し、迅速かつ柔軟な問題解決に努めます。	
6	生活保護事業	様々な理由により生活に困窮している市民に対して、生活保護法により、憲法が定める健康で文化的な最低限度の生活を保障し、自立した生活ができるよう、必要に応じて関係機関と連携し支援します。	
7	生活困窮者自立支援事業 ■自立相談支援事業	経済的・精神的な問題、家庭での悩みや健康上の問題など、困り事や不安を抱えている方の相談を受け、アセスメント（課題の分析）を行い、個々に応じた支援計画を作成します。その後、必要なサービスの提供につなげ自立を支援します。	
	生活困窮者自立支援事業 ■住居確保給付金事業	離職などにより家賃が払えず住居を失った方、又は失うおそれのある方に、就職に向けた活動することなどを条件に、一定期間、家賃相当額を支給し、就職に向けた支援を行います。	
	生活困窮者自立支援事業 ■家計改善支援事業	家計収支の均衡が取れない、多重債務、税金の滞納などの相談に応じ、家計改善に必要な情報提供や専門的助言を継続的に行い、相談者自身の家計を管理する力を高め、早期に生活が再生するよう支援します。	
	生活困窮者自立支援事業 ■就労準備支援事業	引きこもりとなっている方や働いた経験が無い方など、就労に向けた準備が整っていない生活困窮者の方に、基礎的な能力の習得を段階的にサポートし、一般就労に向けた準備としての支援を行います。	
	生活困窮者自立支援事業 ■学習支援事業	生活困窮世帯やひとり親世帯の中学生、高校生を対象に居場所づくりを含む学習支援事業を実施し、本人や家庭の抱える問題の把握に努め、必要に応じ、関係機関とも連携して適切な支援につなぎます。	



No.	事業名	事業内容	課
8	千歳市保護司会支援事業	千歳市保護司会は、各小学校の巡回、街頭啓発等の活動や、地域の特性・課題等の調査研究及び保護観察人との面談等を定期的に行い、自立更生を目指す市民が抱えている問題にきめ細やかな対応を行っています。市は、保護司会への補助金交付により、その活動を支援しています。	保健福祉部 福祉課
9	成年後見制度利用支援事業	市内に居住する認知症高齢者、知的障がい者、精神障がい者などが、住み慣れた地域で安心して暮らすため、成年後見支援センターにおいて、制度の周知や相談に応じ、制度利用の支援を行います。	
10	民生委員関係業務	民生委員・児童委員は、少子高齢化や地域における希薄化が進展する中、社会奉仕の精神をもって常に住民の立場に立って相談に応じるとともに必要な援助を行い、社会福祉の増進に努めています。地域で困難を抱えている人を把握し、必要に応じ適切な相談機関につなぎます。	
11	生活困窮世帯 冬季生活支援事業	生活に困窮している高齢者、障がい者、ひとり親世帯などに対して暖房費の一部を助成し、冬季の生活を支援するとともに、対象世帯の問題状況を把握することで必要な支援につなぎます。	
12	高齢者相談業務	来庁者や電話、メールでの相談、苦情等に対応しています。また、地域包括支援センターが受け付けた相談、苦情のうち、判断が難しいものについては連携して対応しています。相談等に対応することで、家族や本人が抱える様々な問題を察知し、支援につなぎます。	保健福祉部 高齢者支援課
13	自立支援給付事業・ 地域生活支援事業	障がいのある人が自己の有する能力や適正に応じて、自立した日常生活又は社会生活をおくるために必要な福祉サービスを提供するとともに、サービス利用者の状況把握に努め、必要に応じて相談支援窓口他関係機関へつなぎます。 また、福祉サービスの利用を通じ、本人が抱える様々な悩みや問題を察知した場合には関係事業所や関係機関などと連携し、必要な支援につなぎます。	保健福祉部 障がい者支援課
14	障がい者総合支援 センター運営事業	障がい者総合支援センターにおいて、障がい者とその家族の悩みごとや障がい福祉サービス等に関する総合的な相談に対応し、困難を抱えている方に対しては必要な支援につなぎます。	
15	障がい者就労支援事業	「就労推進室やませみ」が中心となって関係機関との連携調整、企業等における障がい者雇用の実態把握や雇用促進の啓発活動、就労や職場定着に向けた支援などを促進します。	
16	健康相談・健康教育事業 ■健康相談業務	市民のアルコール・薬物・こころの悩みなどに関する相談や、自殺未遂者・自死遺族等からの相談に対し、関係機関と連携を図り、適切な支援につなぎます。	保健福祉部 健康づくり課

No.	事業名	事業内容	課
17	【新規】 初回産科受診料支援事業	低所得妊婦の経済負担軽減を図り、当該妊婦の継続的な支援につなげるため、初回産科受診料の費用を助成します。必要に応じ産婦人科や関係機関などと連携し、必要な支援につなぎます。	保健福祉部 母子保健課
18	新生児訪問（こんにちは赤ちゃん）事業	生後4か月までの乳児がいる全ての家庭に、助産師又は保健師が家庭訪問し、産婦の保健指導、新生児の発育、栄養、生活・育児環境等を把握し、産後うつや育児によるストレス等を抱える母親には専門機関と連携して専門的な支援を行います。	
19	母子保健相談支援事業	乳幼児健診・相談等において、母子の状況に応じ母親の負担や不安感の軽減に努めます。 また、妊娠中や育児の不安や問題等について状況把握に努め、必要に応じ、関係機関とも連携して当該家庭の適切な支援につなぎます。	
20	こども家庭センターの母子保健事業	妊娠から出産までの「妊婦ネウボラ」 <sup>※13</sup> と、出産後から子育て期までの「こどもネウボラ」を実施し、母子保健課、子育て総合支援センター、こども家庭課他関係機関が連携して、全ての妊婦、母子、子育て家庭に対して、直接のアドバイスやサポートプランの作成などにより、妊娠から出産、子どもが生まれた後も切れ目なく包括的に支援を行うことで、母親の孤立や児童虐待を防止し、切れ目のない相談を行います。	
21	産婦健康診査事業	産後2週間、産後1か月等の産後間もない時期の産婦に対して、産婦健康診査費用を助成し、経済的な負担を軽減することで受診の促進を図り、医療機関と連携し、母体の身体的機能回復、新生児への虐待予防、産後うつ病の早期発見等に努めます。	
22	産前・産後ケア事業	産前産後に関する来庁相談及び出産直後の早期段階から専門職が助言・指導等を行い、産後の育児への不安等の軽減を図るとともに、産後うつや育児によるストレス等を抱える母親には専門機関と連携して専門的な支援を行います。	
23	健診結果相談事業	健康診断受診後、保健指導が必要な市民に対し、家庭訪問や電話等により、個々の健康状態に応じた保健指導を行い、療養上の心身機能の低下防止と健康の保持増進を図ります。 また、相談内容に応じた関係機関の紹介や連携支援を行います。	保健福祉部 市民健康課
24	休日夜間急病センター運営事業	休日・夜間などの応急処置が必要な患者のうち、精神疾患の急激な悪化や家族の暴力等の問題を抱えているケースを把握した場合、必要に応じて関係機関へ情報提供に努めます。	保健福祉部 救急医療課
25	母子家庭等相談支援事業	母子家庭等ひとり親世帯からの相談に応じ、その自立に必要な情報提供、指導、職業能力の向上及び求職活動に関する支援、北海道が行っている母子・父子・寡婦福祉資金貸付業務に関する受付業務など、母子・父子自立支援員による母子家庭等の自立促進に向けた総合的、かつ、継続的な相談指導等を行います。	こども福祉部 こども家庭課

No.	事業名	事業内容	課
26	家庭児童相談室事業	家庭児童相談員や臨床心理士を配置し、児童虐待や児童の養育問題などの相談や保護者・児童と面接するカウンセリング等を行い、虐待を受けている、あるいはを受けていると思われる児童の早期発見、早期対応を図ります。	こども福祉部 こども家庭課
27	子育てコンシェルジュ事業	子育て家庭の個別ニーズの把握を行いながら、教育・保育施設の内容、支給認定制度、多種多様な子育て支援事業の利用の情報提供や利用者支援など、関係機関と連携して子育て世帯を支援します。 また、相談内容に応じた関係機関の紹介や連携支援を行います。	こども福祉部 子育て総合支援センター
28	早期療育事業 ■発達相談業務	心身の発達に心配のある乳幼児の保護者からの相談に対応し、発達の課題に応じた助言や支援、関係機関との連絡調整等を行います。 また、相談内容に応じた関係機関の紹介や連携支援を行います。	こども福祉部 こども療育課
29	早期療育事業 【新規】 ■相談支援業務	心身の発達に心配のある児童の保護者からの障害児通所支援や障害福祉サービスの利用に関する相談に対応し、必要なサービス利用や適切な支援につなぎます。 また、相談内容に応じた関係機関の紹介や連携支援を行います。	
30	【新規】 障害児給付事業	心身の発達に心配のある児童が、自立した日常生活又は社会生活を送るために必要な障害児通所支援サービスを提供します。 また、障害児通所支援の利用を通じ、児童やその保護者が抱える様々な悩みや問題を察知した場合には、関係事業所や関係機関などと連携し、必要な支援につなぎます。	
31	市営住宅管理業務	市営住宅の入退去や住宅使用料徴収等の管理業務や入居者・家賃滞納者等からの各種相談の中で、生活面で深刻な問題を抱えていたり、困難な状況を把握し、必要に応じて関係機関と連携して適切な支援先につなぎます。	建設部 市営住宅課
32	医療相談業務	院内の患者や家族からの相談に対応し、必要に応じ適切な相談機関につなぎます。	千歳市民病院 地域医療連携課
33	特別支援教育事業	特別支援教育の充実を図るため、就学相談を行うとともに、教育支援委員会における障がいの程度の判定に応じ、児童生徒の適正な就学と障がい配慮した教育支援を行います。 また、教育相談の中で、相談内容に応じた関係機関の紹介や連携支援を行います。	教育部 学校教育課
34	適応指導教室運営事業	不登校状態の小中学生個々の居場所となる適応指導教室「おあしす」を開設し、適切な教育相談や基本的な生活習慣等の指導を行い、自立や学校生活への復帰を支援します。また、スクールソーシャルワーカーを教育委員会に配置し、学校・地域・関係機関と連携して、いじめや不登校等の問題行動の早期解決と未然防止に向けた支援体制づくりに取り組みます。	教育部 青少年課

No.	事業名	事業内容	課
35	心の教室相談員配置事業	児童生徒の悩みや不安、ストレス等を解消するため、市内小中学校に心の教室相談員を配置し、基本的な生活習慣等の指導を行います。	教育部 青少年課
36	スクールカウンセラー配置事業	児童生徒の悩みや不安、ストレス等を解消するため、臨床心理に関して専門的な知識・経験を有する臨床心理士によるカウンセリングを行い、適切な心のケアを行います。	
37	生徒指導事業	いじめは決して許されないことであり、「どの子どもにも、どの学校でも起こり得る」ものであることを周知徹底し、全ての教育関係者がいじめの兆候をいち早く把握して、迅速に対応し、学校・教育委員会と家庭・地域が連携に努めます。	
38	青少年非行防止事業	青少年の街頭指導、育成事業、保護及び矯正に関し関係機関・団体と連携しながら青少年の健全育成を図ります。	

※1 2)DV(ドメスティック・バイオレンス)：明確な定義はありませんが、日本では「配偶者や恋人など親密な関係にある、又はあった者から振るわれる暴力」という意味で使用されることが多い。

※1 3)ネウボラ：フィンランド語で“ネウボ(neuvo)＝アドバイス”の“ラ(la)＝場所”という意味で、妊娠・出産・子育てをワンストップで支援する仕組みのこと。

## (4) 地域における連携とネットワークの強化



様々な困りごとに対し、それぞれのサービスや制度等で対策がなされているだけでは、複数の困りごとや、複雑化した問題に対処することは困難になります。

「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、本市、関係機関、民間団体、学校、市民等が連携・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。

### ◆ 取組の方向

市の関係各課で自殺対策の基本認識を共有し、自殺対策の視点を持って日常の業務を行います。

生きることの阻害要因に働きかけ、社会の意識と行動を変えていくため、行政はもちろん、地域で活躍する関係機関、民間団体、学校、市民等、それぞれが果たすべき役割を明確化し、共有化した上で、相互の連携と協働の仕組みの構築を検討し、関係機関等と連携して、総合的かつ効果的に自殺対策を検討します。

### ◆ 評価指標

庁内関係部署や関係機関との会議及び委員会を開催し、連携を図ると共に、全庁的かつ包括的な取組を推進します。

【表4.2.4.1】 地域における連携とネットワークの強化の評価指標

指標名	実績値 令和5（2023）年	目標値 令和10（2028）年
千歳市自殺対策計画検討会議	年2回	年1回以上
千歳市保健福祉調査研究委員会	年2回	年1回以上

【表4.2.4.2】 主な事業・取組

No.	事業名	事業内容	課
1	保健福祉業務推進事業 ■保健福祉調査研究委員会	保健福祉を取り巻く様々な環境の変化に対応するため、学識経験者、福祉関係団体及び市民等の意見を反映させる保健福祉に関する施策を総合的に検討します。 また、自殺対策と関連する保健福祉の推進を図ります。	保健福祉部 福祉課
2	保健福祉業務推進事業 ■保健福祉推進委員会	保健福祉を取り巻く様々な環境の変化に対応するため、庁内関係部局等の情報共有化とともに意見を反映させ保健福祉に関する施策を総合的に検討します。 また、自殺対策と関連する保健福祉の推進を図ります。	
3	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策計画検討会議	自殺対策計画策定に当たっては、自殺対策に係る庁内関係各課との連携を密にし、円滑かつ効率的な検討を行います。	保健福祉部 健康づくり課
4	健康相談・健康教育事業 ■千歳地域自殺予防対策連絡会議等への参画	千歳保健所が、地域における自殺の実態や資源等の状況に応じた普及啓発等の対策を推進するため設置する「千歳地域自殺予防対策連絡会議」等に参画し、構成機関である千歳市、恵庭市、北広島市の3市ほか、医療、警察、消防、労働分野等の関係機関の情報共有と連絡に努めるとともに、自殺未遂者支援の方策等、効果的な対策について意見反映に努めます。	保健福祉部 健康づくり課
5	各種相談事業	各種相談員で構成される千歳市各種相談員連絡協議会において、市民の困りごとや悩み事などに関する地域課題の共有化を図り、各相談員の連絡調整や相互の連携などにより、相談体制の充実に努めます。	市民環境部 市民生活課
6	女性相談事業（再掲）	女性が抱える離婚やDVなどの問題に対応するため、必要に応じ、関係機関と柔軟に連携し、迅速な問題解決を行います。	
7	生活困窮者自立支援事業 ■生活困窮者自立支援連絡調整会議	庁内関係部課及び関係機関により構成する生活困窮者自立支援連絡調整会議を設置し、定期的開催することにより、生活困窮者の自立に向け、包括的かつ継続的な支援を行うとともに、生活困窮者の情報収集や適切な支援のための連絡調整を行い、関係機関が連携を図り支援体制を構築します。	保健福祉部 福祉課
8	障がい者総合支援センター運営事業 ■障がい者地域自立支援協議会	障がい者地域自立支援協議会において、医療・保健・福祉・教育及び就労等に関係する機関が支援を必要とする障がい者や地域における課題などに関する情報の共有化とともに適切な支援につながるよう支援体制を構築します。また、精神障がいのある人が地域で生活しやすい環境づくりのための地域包括支援システム構築に関する協議の場の設置について検討していきます。	保健福祉部 障がい者支援課

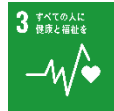
No.	事業名	事業内容	課
9	千歳市障がい者虐待防止センター運営事業	障がい者の虐待防止を図るとともに、虐待を受けた障がい者を保護を行うため、虐待に関する通報・届出・相談を受け、必要な助言、指導を行い、適切な対応に努めます。	保健福祉部 障がい者支援課
10	こども家庭センターの母子保健事業（再掲）	妊娠から出産までの「妊婦ネウボウ」と、出産後から子育て期までの「こどもネウボウ」を実施し、母子保健課、子育て総合支援センター、こども家庭課他関係機関が連携して、全ての妊婦、母子、子育て家庭に対して、直接のアドバイスやサポートプランの作成などにより、妊娠から出産、子どもが生まれた後も切れ目なく包括的に支援を行うことで、母親の孤立や児童虐待を防止し、切れ目のない相談を行います。	保健福祉部 母子保健課
11	要保護児童地域ネットワーク協議会事業	千歳市要保護児童地域ネットワーク協議会を設置し、児童相談所をはじめ関係機関・団体と連携しながら要保護児童に対応しており、必要に応じ、関係機関とも連携して当該家庭の適切な支援につなげていきます。	こども福祉部 こども家庭課
12	救急業務	年間の救急出動に係る自損行為事案について、関係部署と共有する外、自殺未遂による救急対応時に、傷病者や関係者へ状況に応じて適切な相談窓口につなげる支援に努めます。	消防署 救急課
13	総合計画推進業務	「千歳市総合計画」の中で、自殺対策を施策に関連づけます。	企画部 企画課
14	保健福祉業務推進事業 ■地域福祉計画進捗管理業務	「地域福祉計画」の中で、自殺対策を関連づけます。	保健福祉部 福祉課
15	高齢者福祉計画・介護保険事業計画策定事業	「高齢者福祉計画」の中で、自殺対策を関連づけます。	保健福祉部 高齢者支援課
16	障がい者計画・障がい福祉計画推進事業	「障がい者計画」の中で、自殺対策を関連づけます。	保健福祉部 障がい者支援課
17	健康増進計画策定業務	「健康づくり計画」の中で、自殺対策を関連づけます。	保健福祉部 健康づくり課
18	子ども・子育て支援事業 ■計画推進事業	「子ども・子育て支援事業計画」の中で、他の部門別計画のひとつとして自殺対策を関連づけます。	こども福祉部 こども政策課

### 3 重点施策

「第2章 千歳市の現状と課題」の各統計データ、アンケート結果及び国の「政策パッケージ・地域自殺実態プロファイル」を踏まえ、取りまとめた課題（49ページ）に即し、次の施策を本市の重点課題とします。

1. 高齢者への対策
2. 生活困窮者への対策
3. 子ども・若者への対策（児童生徒のSOSの出し方に関する教育）
4. 勤務問題への対策

#### （1）高齢者への対策



高齢者は他の年代に比べ、様々な喪失体験をする機会が多く、孤独感・社会的な孤立・絶望感など深刻なストレスを抱えやすい傾向にあります。

アンケート調査結果によると、60～70歳代以上の相談しやすいと思う手法について、「対面での相談」「電話での相談」が上位を占めている一方、70歳代以上は「相談はしない」がどの年代よりも高い結果となっていることから、当人が抱える様々な問題を察知し、適切な支援につなげていく必要があります。

また、介護に関する悩みにより、高齢者を含む家庭全体が心身ともに疲弊してしまう、いわゆる「8050問題<sup>※14)</sup>」などもリスクの一つとしてあげられるため、介護者などの支援も含めた自殺対策が必要です。

#### ◆ 取組の方向

包括的な支援の入口として介護・医療の場を通して相談の機会を増やします。  
また、孤独・孤立の予防と社会参加を促すサービス事業を推進します。

※14) 8050（はちまる・ごうまる）問題：80代の親が、自宅にひきこもる50代の子どもの生活を支え、孤立したまま経済的にも精神的にも行き詰ってしまう状態のこと。



【表4.3.1.1】 主な事業・取組

No.	事業名	事業内容	課
1	老人クラブ育成事業	老人クラブの活動費補助を通じて、高齢者の社会参加や健康・生きがいづくりの促進等各クラブ単位の活動を支援します。	保健福祉部 高齢者支援課
2	高齢者福祉サービス利用券助成事業	7月1日現在において市内に引き続き6か月以上居住し、市民税が非課税となる満75歳以上の高齢者を対象に、福祉サービス利用券を配布することにより、高齢者の閉じこもり防止や社会参加を促します。	
3	緊急通報システム整備事業	緊急通報システムを利用している一人暮らし高齢者の安否確認等を通じて、問題の早期発見や他機関へのつなぎ等を行います。	
4	養護老人ホーム入所措置事業	環境上の理由や経済的理由により、居宅において生活することが困難な高齢者の方の問題状況等の把握に努め、必要な支援先の確保に努めるほか、家族等からの虐待を受けている高齢者を一時保護するための施設としても機能していることから、地域包括支援センター等と連携を図りながら、適切な支援を行います。	
5	認定調査事業	介護認定の手続きで、介護にまつわる諸問題についての相談機会の提供を通じて、家族や当人が抱える様々な問題を察知し、生きることの包括的支援につなぎます。	
6	高齢者相談業務	来庁者や電話、メールでの相談、苦情等に対応しています。また、地域包括支援センターが受け付けた相談、苦情のうち、判断が難しいものについては連携して対応しています。相談等に対応することで、家族や当人が抱える様々な問題を察知し、生きることの包括的支援につなげていきます。	
7	包括的支援事業	地域包括支援センターが高齢者の諸問題についての相談機会を通じて、家族や高齢者が抱える様々な問題を察知し、生きることの包括的な支援につなぎます。	
8	在宅医療・介護連携推進事業	介護や医療を受けながら住み慣れた地域で安心して暮らせるよう環境を整える中で、家族や高齢者が抱える様々な問題を察知し、生きることの包括的な支援につなぎます。	
9	生活支援体制整備事業	高齢者や地域住民相互の支え合いを推進します。	
10	認知症総合支援事業	認知症地域支援推進員の配置と認知症初期集中支援チームの設置を通じて、介護者の負担の軽減（支援者の支援）と、交流の場を設けることで、支援者相互の支え合いを推進します。	
11	地域ケア会議推進事業	包括的・継続的ケアマネジメント業務に基づき、地域ケア会議を開催し、指導、助言を行います。	
12	訪問給食サービス事業	食事の提供機会を活用し、高齢者の安否確認を行い緊急時に救急活動を行う等の対応を図ります。	

No.	事業名	事業内容	課
13	家族介護用品支給事業	介護をしている親族に対し、介護用品を支給し、介護負担を軽減します。	保健福祉部 高齢者支援課
14	生活援助員派遣事業	生活援助員が高齢者の暮らしを見守り、相談を行い、必要時、対処します。	
15	高齢者虐待緊急保護支援事業	高齢者の安全を図り、高齢者や家族に対して必要な支援を行います。	
16	地域支援事業 介護予防普及啓発事業	①健康づくりと居場所づくり いきいき体操やノルディックウォーキング、口腔支援等で高齢者の身体・口腔等の機能の維持・向上などの健康づくりと、居場所づくりを行います。 高齢者の地域単位での介護予防活動を通じた健康づくりと、居場所づくり、見守り活動を行います。	
		②社会参加 きずなポイントを通じた地域参加、社会貢献を促進します。	
17	介護保険趣旨普及事業	介護保険保健福祉サービスガイドを活用し、日常生活に何らかの困難を抱えている高齢者やその家族に対する福祉サービスの利用の問い合わせ先を周知し、必要な支援につなぎます	
18	健康相談・教育事業 ■自殺対策事業 ゲートキーパー研修 (再掲)	市内の企業、福祉施設従事者、介護関係者、医療関係者、庁内各種相談窓口の担当者等を対象としたゲートキーパー研修の受講を勧奨します。	
	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 普及啓発(再掲)	リーフレット及び携帯用相談先一覧カードの配布 介護サービス提供事業所等に対し、自殺対策に関連するリーフレットや相談先一覧を配布し、自殺の現状や相談窓口を周知啓発します。	

## (2) 生活困窮者への対策



生活困窮の状態にある人・生活困窮に至る可能性のある人が自殺に至らないように、生活者に身近な本市において、生活困窮者自立支援制度の自立相談支援等と連動させて効果的な対策を進める必要があります。

生活困窮の背景に多様かつ広範的な問題を複合的に抱えていることが多く、経済的困窮に加えて生きづらさを抱えていることもあります。様々な背景を抱える生活困窮者は自殺リスクを抱えている人が少なくないのが実情です。生活困窮者自立支援制度の活用により、生活困窮者が抱える自殺リスクの軽減を図ります。

### ◆ 取組の方向

様々な問題を抱えた生活困窮者に対して、適切な相談支援を行い、関係機関相互の連携を推進します。

【表4.3.2.1】 主な事業・取組

No.	事業名	事業内容	課
1	生活保護事業（再掲）	様々な理由により生活に困窮している市民に対して、生活保護法により、憲法が定める健康で文化的な最低限度の生活を保障し、自立した生活ができるよう、必要に応じて関係機関と連携し支援します。	保健福祉部 福祉課
2	生活困窮者自立支援事業 ■自立相談支援事業（再掲）	経済的・精神的な問題、家庭での悩みや健康上の問題など、困り事や不安を抱えている方の相談を受け、アセスメント（課題の分析）を行い、個々に応じた支援計画を作成します。その後、必要なサービスの提供につなげ自立を支援します。	
	生活困窮者自立支援事業 ■住居確保給付金事業（再掲）	離職などにより家賃が払えず住居を失った方、又は失うおそれのある方に、就職に向けた活動することなどを条件に、一定期間、家賃相当額を支給し、就職に向けた支援を行います。	
	生活困窮者自立支援事業 ■家計改善支援事業（再掲）	家計収支の均衡が取れない、多重債務、税金の滞納などの相談に応じ、家計改善に必要な情報提供や専門的助言を継続的に行い、相談者自身の家計を管理する力を高め、早期に生活が再生するよう支援します。	
	生活困窮者自立支援事業 ■就労準備支援事業（再掲）	引きこもりとなっている方や働いた経験が無い方など、就労に向けた準備が整っていない生活困窮者の方に、基礎的な能力の習得を段階的にサポートし、一般就労に向けた準備としての支援を行います。	
	生活困窮世帯やひとり親世帯の中学生、高校生を対象に居場所づくりを含む学習支援事業を実施し、本人や家庭の抱える問題の把握に努め、必要に応じ、関係機関とも連携して適切な支援につなぎます。		

No.	事業名	事業内容	課
3	生活困窮世帯 冬季生活支援事業（再掲）	生活に困窮している高齢者、障がい者、ひとり親世帯などに対して暖房費の一部を助成し、冬季の生活を支援するとともに、対象世帯の問題状況を把握することで必要な支援につなぎます。	保健福祉部 福祉課

### (3) 子ども・若者への対策

(児童生徒のSOSの出し方に関する教育)



子どもは家庭や学校など限られた範囲で生活の大半を過ごしています。また、若者も社会に出たばかりで新しい体験に戸惑うことが多いのが現実です。困難な状況に置かれた場合に改めて自分の身に何が起きているのか客観視できずに、相談先にも気づかなかったり、近い関係者には相談することもためらわれたりと対処する行動に結び付きづらい状況にあります。

児童生徒や若者が受ける強い心理的負担へ対処する環境の整備や、身近な人に相談できる環境をつくることで、将来への自殺リスクを低減させることへつなげます。

#### ◆ 取組の方向

子ども・若者に対し、相談することは恥ずかしいことではないこと、また、自殺に関する正しい情報を得やすくし、安心安全な相談先をあらかじめ知ることができ、生活上の困難やストレスに直面した場合に信頼できる大人に助けの声をあげることや日常での相談ができるよう、日ごろの啓発や相談先一覧の配布などで環境を整えます。

また、児童・生徒の変化に気づきやすく、働きかけもできる立場にある教職員に対しても、学校現場のゲートキーパーとなることを目的に研修を実施するなどの環境整備に努めます。

さらに、関係機関と連携し、子ども、若者がSOSを出せる教育を推進します。

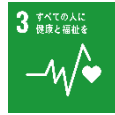
【表4.3.3.1】 主な事業・取組

No.	事業名	事業内容	課
1	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 【新規】 ゲートキーパー研修 (学校教職員等向け) (再掲)	教育機関と連携し身近に子ども達と関わる教職員(市内教育機関)を対象とした、心の悩みを抱える子ども達への対応方法や医療への連携に関する知識の普及を目的に、講師に精神科医等を招き研修会を実施します。	保健福祉部 健康づくり課
2	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 【新規】 ゲートキーパー研修 (学生向け) (再掲)	市内の大学、高等学校に対してゲートキーパー研修や千歳学出前講座について周知をはかり、希望がある各学校へ出向き研修を実施します。	

No.	事業名	事業内容	課
3	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 若年層対策	<p>①インターネットを利用したメンタルチェックシステム「こころの体温計」 若者は、情報収集やコミュニケーション手段としてインターネットやSNSを利用する頻度が高いことから、気軽にストレスや落ち込み度をチェックすることができるようインターネットサービスを開設し、安全な相談先を紹介しているほか、家族モード、赤ちゃんママモードなどもあり、若者を含め悩みを抱えた人が必要な支援を受けられるよう周知を図ります。</p> <p>②携帯用相談先一覧カード及びリーフレットの配布 若者特有の様々な困りごとに対応する相談先を記載した名刺サイズより小さめの携帯用カードを、市内の中学、高校、専門学校、大学生の皆様配布しています。困りごとが発生した場合に、一人で抱え込まず安心して相談できるよう、また自分の周りの人が困っていたら、利用を薦められるよう、信頼のおける公的機関等の社会資源を紹介しています。 また、自分の状態を知ることができるこころの健康チェック等のリーフレットを配布します。</p> <p>③うつスクリーニング 学生から社会人になり様々な体験に遭遇している年代に対し、「こころの健康チェック票」を配布し、自分自身のこころの健康状態についての気づきを促します。また、返信用封筒による返送又はWEB上で回答していただき、必要に応じて支援を行います。</p>	保健福祉部 健康づくり課
4	人権擁護活動事業	人権擁護委員による小中学生を対象とする人権教室におけるいじめ防止の取組や SOS ミニレターなどを通じ、子どもの悩みに寄り添い、必要に応じ関係機関との連携により子どもの人権を守る取組を実施します。大学生等を対象とするデートDV 出前講座により、若年層への人権意識の啓発と人権を守る取組を実施します。	市民環境部 市民生活課
5	生活困窮者自立支援事業 ■学習支援事業（再掲）	生活困窮世帯やひとり親世帯の中学生、高校生を対象に居場所づくりを含む学習支援事業を実施し、本人や家庭の抱える問題の把握に努め、必要に応じ、関係機関とも連携して適切な支援につなぎます。	保健福祉部 福祉課
6	人権教室事業	地域の人材等を活かし、発達段階に応じて人権に関する正しい理解や自他を尊重し思いやる指導の充実を図ります。また、児童生徒が自ら精神的な状況について理解し、安心して周囲の大人や友人にSOSを出す方法を身につけるため、「SOSの出し方に関する教育」を推進します。	教育部 青少年課
7	適応指導教室運営事業 （再掲）	不登校状態の小中学生個々の居場所となる適応指導教室「おあしす」を開設し、適切な教育相談や基本的な生活習慣等の指導を行い、自立や学校生活への復帰を支援します。 また、スクールソーシャルワーカーを教育委員会に配置し、学校・地域・関係機関と連携して、いじめや不登校等の問題行動の早期解決と未然防止に向けた支援体制づくりに取り組みます。	

No.	事業名	事業内容	課
8	心の教室相談員配置事業 (再掲)	児童生徒の悩みや不安、ストレス等を解消するため、市内小中学校に心の教室相談員を配置し、基本的な生活習慣等の指導を行います。	教育部 青少年課
9	スクールカウンセラー 配置事業 (再掲)	児童生徒の悩みや不安、ストレス等を解消するため、臨床心理士に関して専門的な知識・経験を有する臨床心理士によるカウンセリングを行い、適切な心のケアを行います。	
10	青少年非行防止事業 (再掲)	青少年の街頭指導、育成事業、保護及び矯正に関し関係機関・団体と連携しながら青少年の健全育成を図ります。	
11	生徒指導事業 (再掲)	いじめは決して許されないことであり、「どの子どもにも、どの学校でも起こり得る」ものであることを周知徹底し、全ての教育関係者がいじめの兆候をいち早く把握して、迅速に対応し、学校・教育委員会と家庭・地域が連携に努めます。	
12	はたちのつどい開催事業	20歳を迎える青年を対象に、「千歳市はたちのつどい」等におけるリーフレットの配布等により自殺対策に関する啓発・周知に努めます。	教育部 生涯学習課

## （４）勤務問題への対策



労働者や経営者は、過重労働、職場の人間関係、経営不振、社会情勢等、様々な要因で悩みを抱え、心身の健康を損ないやすいとされています。

また、職場での勤務問題をはじめとし、それに伴う家庭の不和、生活困窮などが引き起こされた結果、自殺のリスクが高まります。

アンケート調査結果においては、自殺を考えた理由は「心の悩み」が最も多く、次いで「職場の人間関係」となっており、職場におけるメンタルヘルス対策や働き盛り世代の人の健康的な生活習慣の定着、市内企業等に対する支援（ゲートキーパー研修・講座・講演会等）を推進します。

### ◆ 取組の方向

市においては、市内事業所や労働者・家族に対する心身の健康づくりの普及啓発、長時間労働や過労死、ハラスメント、職場環境の改善やメンタルヘルス対策についての情報提供や相談窓口の紹介を行います。

また、日常の保健福祉事業の中で労働者の家族や周囲の人の早期の気づきを促す取組を行います。

【表4.3.4.1】 主な事業・取組

No.	事務事業名	事業内容	課
1	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 ゲートキーパー研修 (再掲)	市内の企業、福祉施設従事者、介護関係者、医療関係者、庁内各種相談窓口の担当者等を対象としたゲートキーパー研修の受講を勧奨します。	保健福祉部 健康づくり課
	健康相談・健康教育事業 ■自殺対策事業 普及啓発(再掲)	①出前講座 市内企業に対し、出前講座等で心の健康づくりなど自殺対策に関連するテーマで実施します。	
		②こころの健康づくり講演会 こころの健康づくり及び自殺予防に対する理解を深める講演会を開催しています。	
		③リーフレット及び携帯用相談先一覧カードの配布 市内企業や労働者等に対し、自殺対策に関連するリーフレットや相談先一覧を配布します。	
2	勤労者生活資金貸付事業	市内に勤務し、居住する方の生活安定を図るため、市内金融機関に勤労者生活資金の原資を預託し、教育費や医療費、その他生活安定向上に必要と認められる資金の貸付を行います。	産業振興部 商業労働課
3	季節労働者就労対策事業	季節労働者の生活安定を図るため、冬期間に除雪作業等を実施し、季節労働者の雇用の場を創出します。	産業振興部 商業労働課
4	雇用情報センター設置運営事業	雇用需要等調査を送付する際に、自殺対策に関するリーフレット等を同封し、市内事業者への周知・啓発に努めるほか、市民等から雇用に関する相談を受ける際に、必要に応じて相談先等に関する情報提供を行います。	産業振興部 商業労働課