

第4章 施策の推進方策

施策の体系	取組方針（◆は重点項目）
I 自殺予防に向けた普及啓発の推進	自殺予防に関する市民の理解促進
II 自殺予防のための相談・支援の充実	◆地域における包括的連携の強化
	相談支援体制の充実
	自殺対策を支える人材育成の促進
III 世代の特性に応じた施策の推進	子どもの特性に応じた支援の充実
	◆若者の特性に応じた支援の充実
	◆働く世代の特性に応じた支援の充実
	◆女性の特性に応じた支援の充実
	高齢者の特性に応じた支援の充実

I 自殺予防に向けた普及啓発の推進

推進施策

1 自殺予防に関する市民の理解促進

(1) 自殺予防週間・自殺対策強化月間における重点的な啓発活動

自殺の問題に関する市民一人ひとりの気づきと見守りを促すために、自殺予防週間(9月10日から9月16日まで)・自殺対策強化月間(3月)において啓発コーナーの設置やインターネットによる情報発信などの啓発活動を重点的に展開します。

(2) うつ予防などに対する正しい理解を促すための情報提供と啓発の推進

こころの健康づくり講演会の開催や、地域への出前講座を通して、精神疾患や自殺予防等に関する正しい理解を促すための情報提供と啓発を推進します。

様々な機会を捉え、ゲートキーパー研修を実施し、市民一人ひとりが悩んでいる人に気づき、必要な支援につなぐことができるよう人材育成に努めます。

市のホームページやラジオなどメディアを介した情報発信、広報活動をこれまで以上に分かりやすい内容で実施します。

【自殺予防週間と自殺対策強化月間】

2016年4月の自殺対策基本法の改正により、基本法第7条に「自殺予防週間」(9月10日から16日まで)及び「自殺対策強化月間」(3月)が規定され、国や県などが連携し「自殺予防週間においては、啓発活動を広く展開すること」「自殺対策強化月間においては、自殺対策を集中的に展開すること」とされました。

【世界自殺予防デー】

世界保健機関(WHO)では、2004年以降、毎年9月10日を「世界自殺予防デー」と定め、「自殺は大きな、しかし予防可能な公衆衛生上の問題である」ことについて世界中の関心を喚起しています。

Ⅱ 自殺予防のための相談・支援の充実

推進施策

1 地域における包括的連携の強化（◆重点項目）

（１）庁内ネットワークの強化

相談を受けた窓口担当者がゲートキーパーの役割を担い、自殺の危険性が高い場合には、関係課との緊密な連携により生きるための支援につなげます。

庁内関係課の連携強化のため、自殺防止対策庁内相談担当者連絡会を開催し、様々な課題に対応する施策を踏まえ、自殺対策を全庁的な取組として推進するとともに、庁内担当課長会議を開催し、各課で実施する自殺対策関連事業の共有と評価を行います。

（２）相談業務を担当する職員の資質向上

自殺防止対策庁内相談担当者連絡会では、本市における自殺の現状を共有するほか、自殺に至る原因や背景、自殺の予兆・支援のポイント等について学ぶなど研修の意味を持たせ、自殺予防と対応策について理解を深めていきます。

（３）地域における各種相談窓口の連携強化

問題を抱えた人が必要なときに適切な支援につながることで、自殺未遂者の再発防止、自死遺族へのケアなど、様々な段階における複合的課題に対応していくことが必要です。そのためには、保健、医療、福祉、教育、労働など様々な分野で支援を行う関係機関とのネットワークを構築し、連携することが重要であり、地域におけるネットワークづくりのための会議を開催し、協力体制の構築と連携強化を目指します。

また、複雑な課題を抱える方については、重層的体制整備事業においても支援の検討をしていきます。

（４）関係機関・関係団体との取組の共有

関係機関等との会議を行い、石川県、多分野の関係機関・関係団体に加え、民生委員・児童委員や町内会などと取組を共有します。

自殺未遂者の再発防止においては、消防と連携し、「こころのマップ」を配付するなど、相談窓口の情報提供をしていきます。また石川県こころの健康センターとも連携し、自死遺族の支援の情報提供もしていきます。

2 相談支援体制の充実

こころの健康問題を抱えた人に対する支援として、個別支援、精神科医・心理士によるこころの健康相談や、危機介入とその後のフォローアップ等を行っているほか、ひきこもり長期化防止のための相談支援にも取り組んでおり、この取組を継続していきます。

また、失業、多重債務、DV、介護疲れ、健康障害、虐待、性犯罪被害、LGBTQ+など、自殺の背景となり得る要因は多様であるため、庁内における様々な相談窓口において課題解決のための支援や見守り等を行っており、引き続き適切な支援機関につなげています。加えて、令和6年能登半島地震でも避難が長期化するほどこころのケアが重要となっており、今後、災害時における支援体制も含め、社会的な課題に応じた各種相談機能の強化と支援体制の充実を図り、誰もが相談しやすい体制づくりを行います。そして市民に対して相談窓口などのわかりやすい発信に努め、誰一人取り残さない支援を行います。

3 自殺対策を支える人材育成の促進

自殺の危険性が高い人の早期発見・早期対応を図るため、職場や地域等において、身近にいる人がゲートキーパーの役割を担うことができるように支援します。

職場や地域においてゲートキーパー研修を実施していますが、この取組をさらに推進し、自殺は誰にでも起こり得る危機であるという認識を広め、地域で自殺予防対策を支える人材の育成に努めることで、社会全体で取り組むべき課題であるとの共通認識の醸成を図っていきます。

Ⅲ 世代の特性に応じた施策の推進

推進施策

1 子どもの特性に応じた支援の充実

(1) 生命の尊さや人権を大切にす教育の推進

学校教育において「命の大切さ」の指導に加え、困りごとや悩みがある場合の相談窓口を児童・生徒に周知するなどのほか、教職員を対象とした研修や関係機関と連携した様々な取組を行っており、今後も人権教育などを踏まえた支援の充実を図ります。

併せて、教職員自身のメンタルヘルス対策にも取り組みます。

(2) 関係機関・関係団体との連携の強化

いじめに悩む子どもや不登校の子どもなどへの支援については、早期から支援につながるような様々な関係機関・関係団体と連携し、支援体制の充実を図ります。

2 若者の特性に応じた支援の充実（◆重点項目）

（1）ひきこもり長期化防止への支援

思春期や青年期では、不登校やひきこもりの原因として、発達の問題や適応のしづらさを抱えている場合、うつ病などの精神的な病気が潜む場合が少なくありません。ひきこもりが長期化することにより症状の悪化や心理的に追い込まれた状態となり、自殺の危機に陥る可能性もあります。

ひきこもりに悩む人が自立を目指すことができるよう、ひきこもり相談の拡充や支援団体とのネットワークの強化などを通じて、更なる支援の充実に努めます。

また、交流会等を開催し、ひきこもりに関する理解の促進や相談機関の周知、つどいの場の提供なども引き続き実施していきます。加えて、保健、医療、福祉、教育、労働など関係機関の連携を強化し、本人や家族に対する相談・支援の更なる充実に推進します。

（2）学生へのゲートキーパー研修

思春期以降になると、友人に悩みを相談することも多く、友人が悩みに気づく可能性が高いと思われれます。そのため、学生自身がゲートキーパーについて学び、その役割を担うことが大切です。

学生に対して実施しているゲートキーパー研修をさらに拡充し、学生一人ひとりの自殺予防に関する意識が高まるようゲートキーパーの普及を図ります。

（3）大学との連携による自殺予防に向けた取組の推進

自殺者における学生・生徒等の内訳を見ると、大学生の占める割合が全国に比べ高い傾向にあることから、大学と連携し、大学生の実態に応じた対策を検討するとともに、相談機関に関する情報の発信等の効果的な支援を推進します。

また、学生だけでなく教職員に対してもゲートキーパー研修を実施し、学内での支援強化に努めます。

（4）インターネットなどを活用した支援体制の整備

若い世代は、相談機関につながりにくい傾向があり、悩みの特性から電話や対面による相談に抵抗を感じやすいと考えられます。相談しやすい環境づくりのために、これまでの電話や対面による相談体制に加えて、若い世代が日常的にコミュニケーション手段として活用しているインターネットやSNSなどに対応した相談体制を構築するとともに、支援情報の提供にも努めます。

また、インターネットやSNSなどの非対面型相談支援で完結することなく、対面による継続支援につなげるなど、丁寧な支援体制を整備します。

（5）関係機関・関係団体との連携の強化

性別や年齢、家庭状況等により抱える問題や立場などは様々であり、個人の状況に応じた支援が必要となります。そのため、若い世代の置かれている状況や特性に応じた支援ができるよう、様々な関係機関・関係団体と連携・協力し、支援体制を整備します。

3 働く世代の特性に応じた支援の充実（◆重点項目）

（1）職場でのメンタルヘルス対策への支援の強化

働く世代が心身ともに健康で働き続けるために、メンタルヘルス対策の充実を図ることは、個人の職業生活の充実のみならず、地域や社会の活性化につながります。労働環境の改善を巡る取組は、ワーク・ライフ・バランスの実現、長時間労働の縮減、ハラスメントの防止、病気や障害、また、性の多様性に対する理解の促進など、多岐に渡ります。

職場におけるメンタルヘルス対策の重要性を市民や企業に啓発していきます。

（2）小規模事業所を対象とした対策の推進

安全衛生管理体制上、安全管理者・衛生管理者・産業医の選任義務のない小規模事業所については、石川労働局や石川産業保健総合支援センター等と連携し、早期に適切な相談窓口や支援につながるができるよう、労働者に対して相談機関や産業保健に関する情報を提供し、メンタルヘルスや自殺予防の啓発を行います。

（3）関係機関・関係団体との連携の強化

新型コロナウイルス感染症や令和6年能登半島地震の影響をはじめ、様々な理由で職を失った方や多重債務を抱える方など、勤務・経済問題を抱える相談者については、将来における金銭面の不安が大きくなる方も多いためと考えられることから、庁内の相談窓口や金沢弁護士会・石川県司法書士会など関係機関・関係団体と連携し、精神的な面においても必要な相談が受けられるよう相談機能の充実を図っていきます。

複合的な問題や事業所への支援については、石川産業保健総合支援センターや地域における関係機関・関係団体等との重層的な連携を強化し、支援の充実を図ります。

（4）健康問題への支援の強化

働く世代は、職場における勤務問題等により強い不安やストレスを感じるとともに、仕事の有無に関わらず、家庭における問題や経済的な問題など、心理的・社会的に負担を抱えることが多くなります。また、生活習慣病の発症やアルコール依存症などの健康問題に起因し、うつ病の発症リスクが高まる世代でもあります。

こうした世代の特性に応じて各種健康診査やその後の健康相談・保健指導、こころの健康相談など心身両面からの支援の充実を図ります。また、健康診査の開設日や相談日を一部、休日に設定するなど、引き続き、働く世代も利用しやすい環境を整備していきます。

4 女性の特性に応じた支援の充実（◆重点項目）

（1）妊産婦および子育ての悩みなどに関する相談体制の充実

女性のライフサイクルの中で、妊娠中や出産後はうつ病など精神疾患が発症しやすい時期とされています。産後うつや育児ストレスなどが原因で自殺に至る場合もあります。産科医療機関や精神科医療機関等と連携し、適切な支援を行うことにより、産後うつの予防及び早期発見に努めます。

また、子育ての悩み等について妊婦や母親が一人で抱えこむことがないように、赤ちゃん訪問や乳幼児健康診査、電話相談、まちの子育て保健室での相談などを実施するとともに、安心して子育てを行うことができるようこども家庭センターとして機能の強化や支援体制の充実を図ります。

併せて、医療・福祉・保健・地域が連携し、妊娠期から出産・育児期に至るまでの切れ目のない包括的支援の充実を図ります。

(2) コロナ禍で顕在化した課題における支援

やむを得ず職を失った方への支援としては、ハローワークにおける相談支援等の情報提供をするなど、きめ細かな支援を実施していきます。

(3) 困難な問題を抱える女性の支援

女性が悩みを抱えやすい要因には、親子不和や夫婦不和、子育ての悩み、予期しない妊娠や産後うつ、性暴力被害など、様々な問題が挙げられます。社会や家庭環境の変化による心身への影響や、更年期の体調変化、うつ病予防対策として、女性の特性に応じた健康づくりの情報について普及啓発を行います。

また、相談場所にたどり着くように、相談窓口をインターネットなどでわかりやすく周知するとともに、女性の参加が多いイベントなどで、「こころのマップ」を周知していきます。

5 高齢者の特性に応じた支援の充実

(1) 高齢者の見守り・生きがづくりなどの推進

高齢者は慢性疾患を抱えている方が多く、また、心身機能の低下などにより、うつ状態になる危険性が高まります。加えて、配偶者や近親者の死などの喪失体験や、仕事からの引退、子どもの独立等による社会的役割の喪失、社会参加の機会減少などから、閉じこもりやうつ状態になるおそれがあります。特に、新型コロナウイルス感染症の拡大以降、いわゆるコロナフレイルとも言われ、社会的な隔絶から心身に影響を及ぼすことが問題となりました。

フレイル予防のためには、運動・栄養・社会参加の各側面から対応する必要があります。後期高齢者も含めた高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施により、健康面でのリスクの高い人はもとより、広く社会参加の場での保健指導を実施するなど、支援の充実に努めていきます。

また、高齢者に対する自殺予防においては、高齢者を孤立させないという視点が重要になります。高齢者が住み慣れた地域で安心していきいきと生活するために、民生委員をはじめとする見守り体制の充実や、地域における生きがづくり、社会参加の機会増加などの取組の充実を図ります。

(2) 介護者への支援の充実

高齢者の介護は、心身ともに大きな負担がかかり、介護者自身が介護疲れなどからうつ状態になるおそれがあります。要介護者のみならず、介護者に対する相談・支援の充実も必要です。認知症サポーターや認知症カフェなど地域全体で認知症の高齢者を見守る体制整備は、介護者の負担軽減にもつながります。

介護者に対する相談支援体制を充実させ、相談機関や支援団体など支援先情報の周知を図ります。

(3) 関係機関・関係団体との連携の強化

高齢者の見守り・生きがいつくりや介護者への相談支援体制の充実を図るには、関係機関・関係団体との連携が必要です。地域包括支援センター等の関係機関、関係団体との連携を強化し、高齢者を地域で包括的に支援する体制の充実を図ります。