

第1章

計画の概要

第1章 計画の概要

1. 計画策定の背景・趣旨

全国の年間自殺者数は、平成10年に急増して以降、14年連続して3万人を超えるという深刻な状況が続き、平成22年から令和元年まで減少傾向に転じた後も依然として2万人を超える方々が自ら尊い命を絶っています。

本市では、平成29年から令和3年の5年間に229人（男性153人、女性76人）が亡くなっています。

令和4年（2022年）の本市自殺者数は45人、自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）は16.46となっており、令和5年（2023年）の本市目標値12.53に届かない状況であり、本市の自殺ハイリスク層である「高齢者」「生活困窮者」「勤務・経営者」の自殺者数は、大半を占めており、深刻な状況が続いています。

自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。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。自殺に至る心理としては、様々な悩みが原因で追い詰められ、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から、また与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感から、危機的な状態にまで追い込まれてしまう過程と見ることができます。

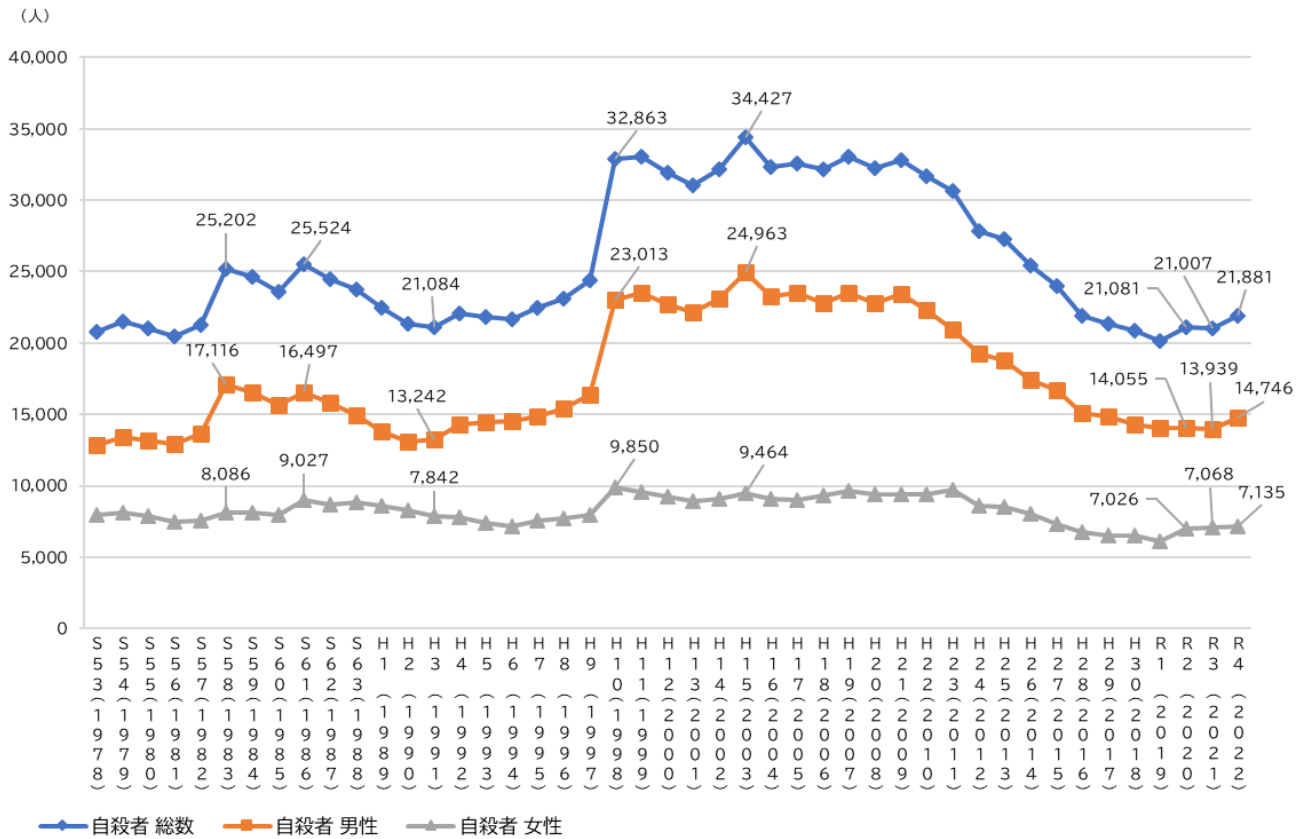
本市では、平成31年（2019年）3月に「第1次福島市自殺対策計画」を策定し、市を挙げて自殺対策を推進してきました。現行計画の期間終了（令和6年3月）とともに、本市における新たな自殺対策の行動計画として、令和4年10月に見直しされた「自殺総合対策大綱」の趣旨も踏まえ、「第2次福島市自殺対策計画」を策定します。

第2次計画では、第1次計画の方向性を踏まえ、「気づく」、「傾聴」、「つなぐ」、「見守る」を生きる支援の柱として位置づけ、それぞれの立場でできることから行動を起こし、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤独・孤立」を防ぐとともに、その役割を担う「ゲートキーパー^(※)」等の人材育成を重要な課題と位置付けます。1人でも多くの方に、資格や専門性の有無にかかわらず、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていただくことを目指します。

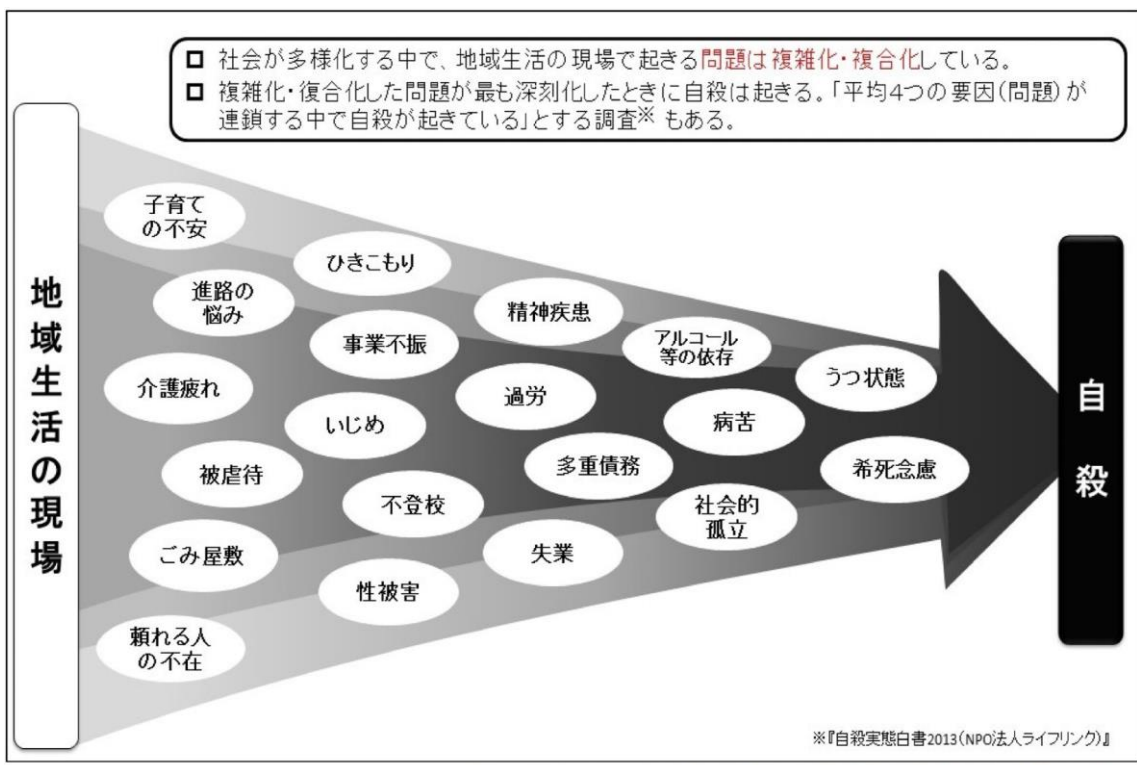
さらには、本市において実施されている事業の中から関連する施策を総動員し、「生きることの包括的な支援」となる積極的な自殺対策により「孤独・孤立」を防ぎ、一人ひとりがかけがえのない個人として尊重され、誰も自殺に追い込まれることのない福島市を目指していきます。

(※) ゲートキーパー 自殺対策におけるゲートキーパーとは、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、見守る人のことをいいます。

■全国の自殺者の推移（自殺統計）



■自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省作成）

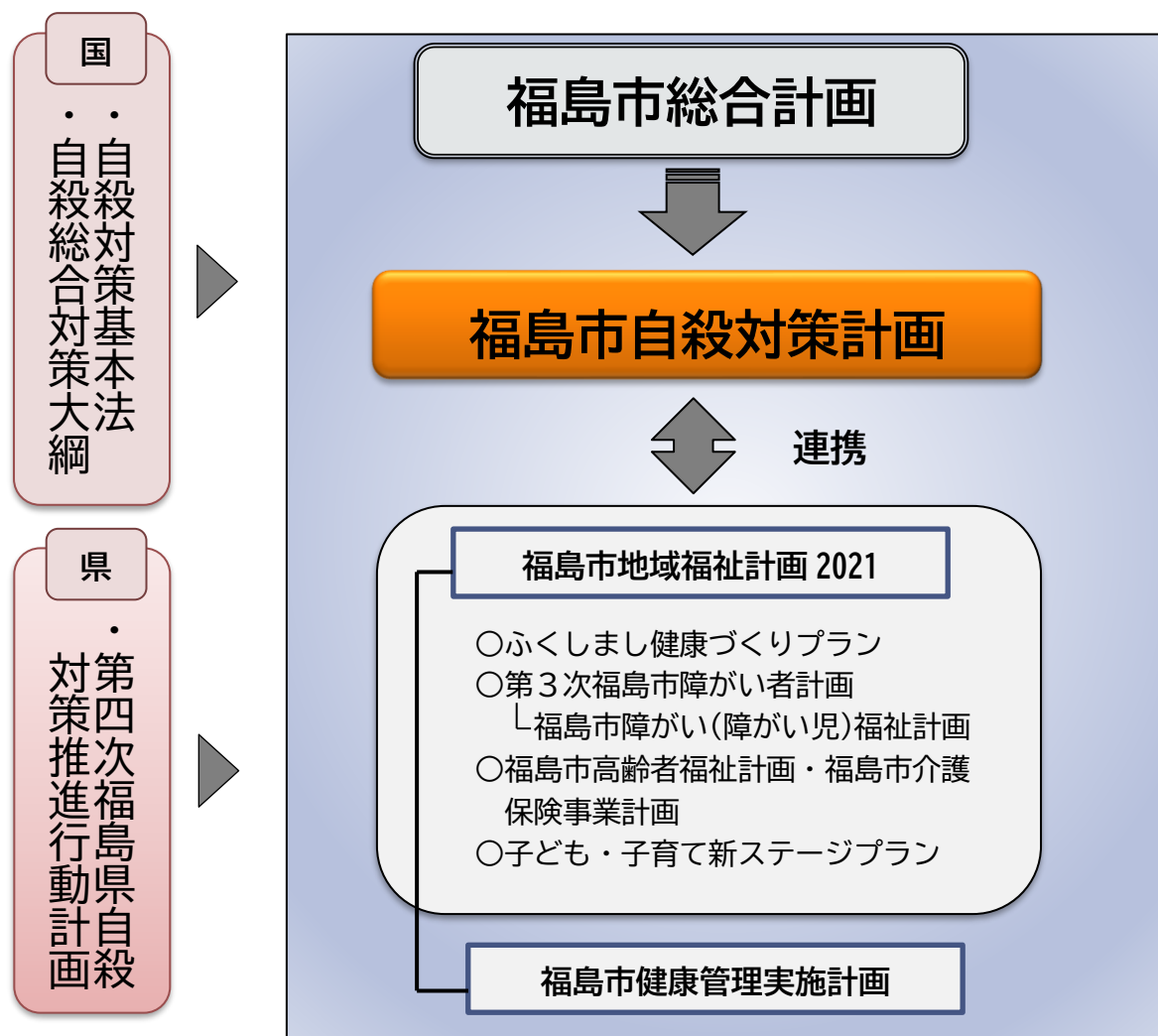


自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料「市町村自殺対策計画策定の手引」より引用）

2. 計画の位置づけ

この計画は「福島市総合計画」及び、自殺防止対策の推進を新規施策とした「福島市地域福祉計画2021」との整合性と連携を図りながら、本市の自殺対策に関する基本的な計画として策定するものです。

また、「自殺対策基本法」(平成18年法律第85号)第13条第2項の規定に基づく「市町村自殺対策計画」の位置付けから、令和4年10月に見直しされた国の「自殺総合対策大綱」や「第4次福島県自殺対策推進行動計画」との整合性を図ります。



福島市自殺対策計画とSDGsとの関係

自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、その多くが防ぐことができる社会的な問題であるとの認識のもと、自殺対策を、孤独・孤立を防ぐことによる生きることの包括的な支援として、一人ひとりの生活を守る姿勢で展開していきます。

この考え方は、「誰一人取り残さない」持続可能性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、本計画は、SDGsの達成に向けた政策としての意義を持ち合わせています。

3. 計画の期間

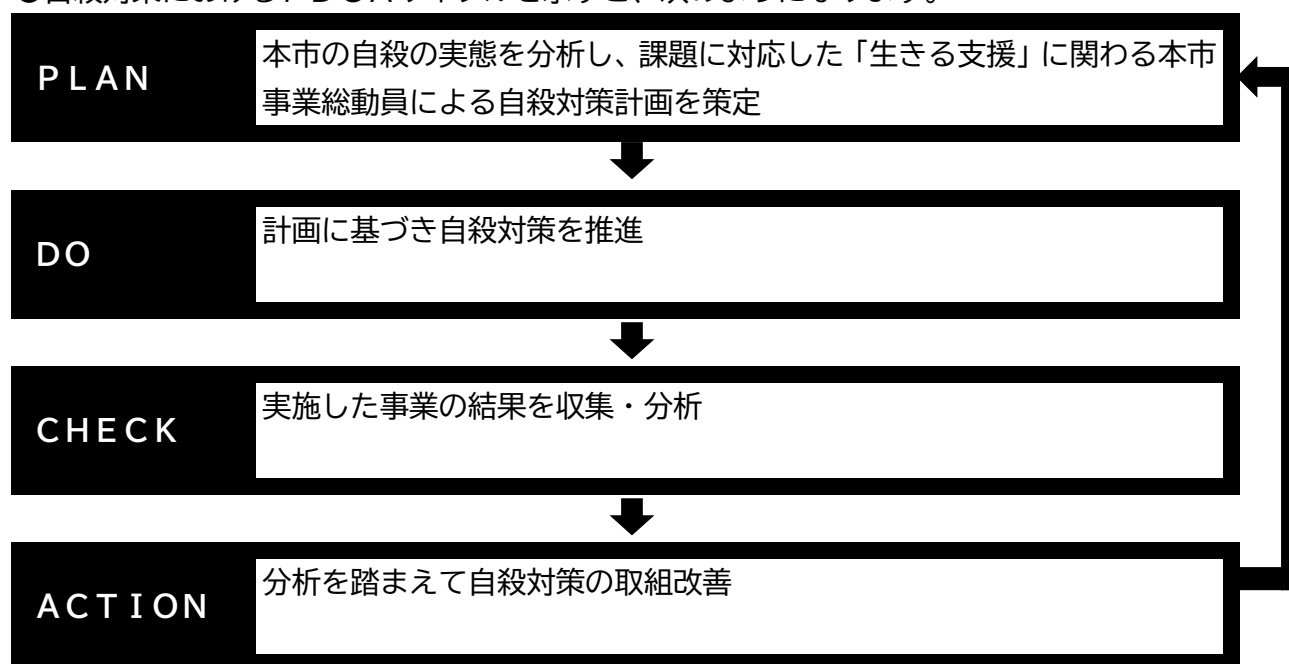
国の「自殺総合対策大綱」が、おおむね5年を目途に見直されることから、本計画の期間は、令和6(2024)年度から令和10(2028)年度までの5年間とし、国の動きや自殺実態、社会状況等を踏まえ見直しを行います。

なお、「自殺対策基本法」または「自殺総合対策大綱」が改正された場合は、必要に応じて対応します。

4. PDCAサイクルによる改善

自殺対策に関わる行政機関や関係団体は、「誰も自殺に追い込まれることのない福島市」の実現に向けて、自殺対策のPDCAサイクルにより、自殺対策を常に改善しながら推進することを認識する必要があります。

●自殺対策におけるPDCAサイクルを示すと、次のようになります。



5. 第1次計画における取り組みと評価

第1次計画では、実施された取組の評価・検証をするため5つの基本施策において評価指標を設定しました。

今回の見直しにあたって評価指標の現状の把握と評価を、「○現状値が目標を達成している」、「△現状値がほぼ変化していない」、「×現状値が悪化しているまたは実施していない」の3つの項目で行いました。

12の取り組みのうち、9の取り組みにおいて目標を達成していますが、後述するように基本目標の達成は困難な状況であり、取り組みが自殺対策にどのように寄与したかの検証と、より現状に沿った取り組みを重点的に行う必要があります。

表1 取り組みの現状と評価

NO.	基本目標	評価指標	計画時(H30)	目標(R5)	現状(R4)	評価
1	1-1	福島市自殺対策推進本部会議の開催		1回以上/年度	未実施	×
2	1-2	福島市自殺対策ネットワーク会議の開催		2回以上/年度	1回	△
3	2-1	市職員向けセミナーの開催	—	1回以上/年度	1回	○
4	2-2	市民向けセミナーの開催	—	1回以上/年度	1回	○
5	3-1	市民講座・出前講座で「自殺対策の理解が深まった」と回答した人の割合	未把握	70%以上	71%	○
6	3-2	自殺対策強化月間イベントにおける啓発	—	1回以上/年度	1回	○
7	4-1	こころの健康相談事業の実施	—	11回/年度	9回	△
8	4-2	アルコール関連支援事業の実施	—	公開講座 1回/年度 家族教室 9回/年度	公開講座1回 家族教室8回	○
9	4-3	ひきこもり相談事業の実施	—	公開講座 1回/年度 家族教室 7回/年度	家族教室6回	○
10	4-1	精神保健福祉セミナーの開催	—	1回/年度	1回	○
11	5-1	家庭教育支援における児童生徒からのSOSに対応する受け止め方の講座の開催	—	1回以上/年度	2回	○
12	5-2	教職員に対する研修の実施	—	1回以上/年度	2回	○

6. 自殺対策の見直しの概要

本市における自殺対策の現状を踏まえた見直しの概要は次のとおりとなります。

1. サブタイトルの見直し

変更前 第1次計画 ～誰も自殺に追い込まれることのない福島市を目指して～

変更後 第2次計画 ～「気づく」、「傾聴」、「つなぐ」、「見守る」～

見直しの理由

第1次計画の方向性を踏まえ、第2次計画では、「ゲートキーパーの養成」を生きる支援の柱として位置づけて計画を推進することから、第2次計画の方向性を明確化して情報発信するために、サブタイトルをゲートキーパーの役割である「気づく」、「傾聴」、「つなぐ」、「見守る」とします。

2. ゲートキーパー養成の強化

自殺対策においては、それぞれのライフステージに応じた対策が必要であり、対象に応じた『自殺対策を支える人材育成の強化』が必須であるため、その役割を担う「ゲートキーパーの養成」に年次計画で取り組みます。

1. 子どもと若者の自殺対策の更なる推進・強化
2. 女性に対する支援の強化
3. 地域自殺対策の取組強化

●ライフステージに応じたゲートキーパー

対象者	ゲートキーパーの対象例
子ども	保護者、教員
若者	大学生、専門学校生、教員
子育て中の女性	パートナー、市内保育所の保育士、幼稚園教諭等
地域住民	民生・児童委員、近隣住民
高齢者	地域包括支援センター職員

7. 自殺対策の基本方針

本市における取り組むべき課題については基本的に前計画を引き継ぎながら、本市の状況の変化や「自殺総合対策大綱」の見直し内容を踏まえ、以下の5点を本市の自殺対策における「基本方針」とします。

- (1) 自殺対策を孤独・孤立を防ぎ、生きることの包括的な支援として推進する
- (2) 関連する施策や関係機関と有機的な連携を図り総合的に取り組む
- (3) 対応の段階やレベルに応じ、さまざまな施策と効果的な連動を図る
- (4) 実践的な取り組みと啓発的な取り組みを合わせて推進する
- (5) 関係者の役割を明確にし、連携・共創による取り組みを推進する

(1) 自殺対策を孤独・孤立を防ぎ、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、生活苦等の「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。

自殺対策は、「生きることの阻害要因」を減らす取り組みに加えて、「生きることの促進要因」を増やす取り組みを行い、双方の取り組み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。

そのためには、自殺防止や遺族支援といった狭義の取り組みだけでなく、地域において「生きる支援」に関する取り組みを総動員して、まさに「孤独・孤立を防ぎ、生きることの包括的な支援」として推進することが重要です。

(2) 関連する施策や関係機関と有機的な連携を図り総合的に取り組む

自殺に追い込まれようとしている人が、地域で安心して生活が送れるようにするためには、精神保健的な視点だけでなく、社会や経済的な視点を含む包括的な取り組みが重要ですが、このような包括的な取り組みを実施するためには、さまざまな分野の関係者や組織等が密接に連携する必要があります。

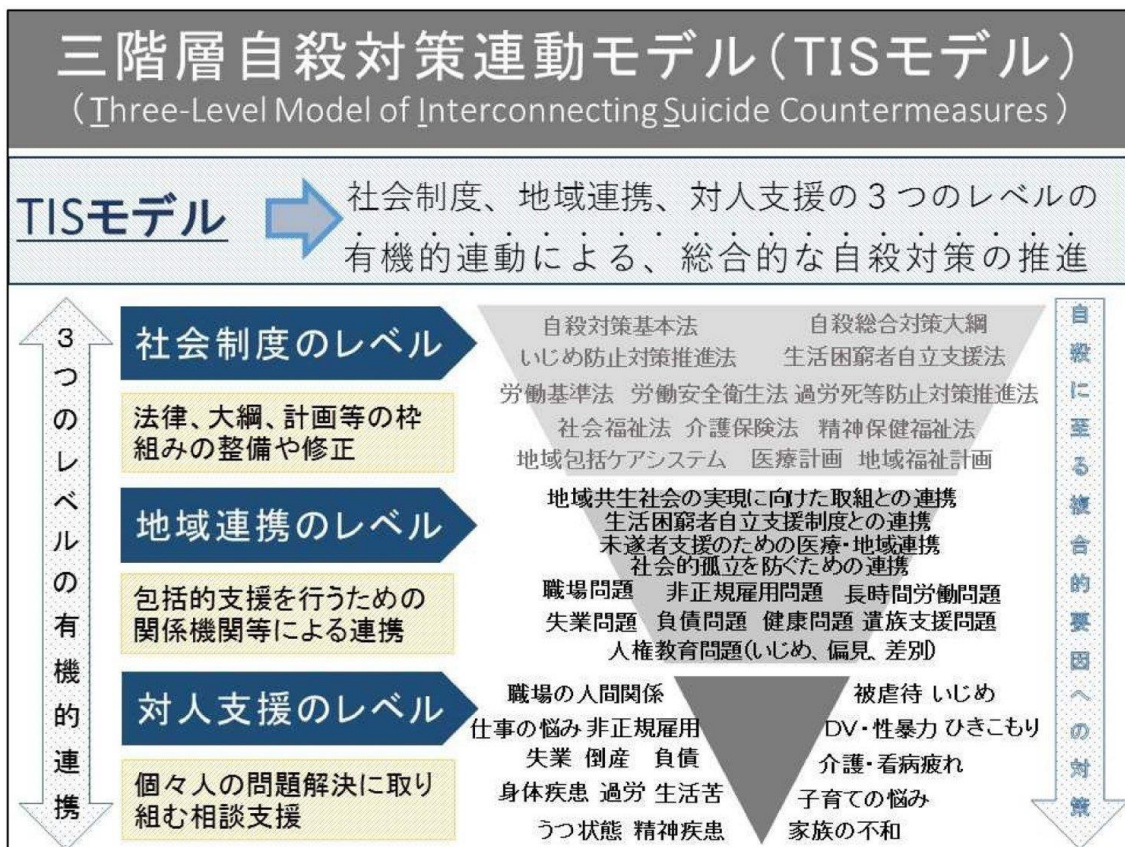
さらに、連携の効果を高めるためには、支援にあたる人々が、それぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有することが重要です。

(3) 対応の段階やレベルに応じ、さまざまな施策と効果的な連動を図る

自殺対策に係る個別の施策は、「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3つに分類することができ、これらを有機的に連動させ総合的に推進することが重要です。

また、時系列的な対応としては、普及啓発等、自殺の危険性が低い段階における「事前対応」や現に起こりつつある自殺発生の危険に介入し自殺を防ぐ「危機対応」、さらに、不幸にして自殺や自殺未遂が生じてしまった場合における「事後対応」と、それぞれの段階において効果的な施策を講じる必要があります。

さらに、「自殺の事前対応の更に前段階での取り組み」として、学校において、児童生徒等を対象とした「SOSの出し方に関する教育」を推進することも重要とされています。問題の整理や対処方法を身につけることができれば、それが自殺に対する保護要因となり、学校やその後の社会で直面する問題にも対処する力、ライフスキルを身につけることにもつながると考えられます。



三階層自殺対策連動モデル (自殺総合対策推進センター資料)

(4) 実践的な取り組みと啓発的な取り組みを合わせて推進する

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、危機に陥った方の心情や背景が周囲には理解されにくい傾向があります。このため、そのような心情や背景への理解を深めることも含め、危機に陥った場合には、誰かに援助を求めることが必要であるということが地域全体の共通認識となるように、積極的に普及啓発を行う必要があります。

さらに、市民一人ひとりが日常生活においても、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインを早期に察知し、相談窓口につなぐとともに見守っていけるよう、広報活動、教育活動等に取り組んでいく必要があります。

(5) 関係者の役割を明確にし、連携・共創による取り組みを推進する

自殺対策を通じて、「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、行政だけでなく、関係団体、民間団体、企業等が連携・共創により自殺対策を推進していく必要があり、そのためには、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・共創に向けた仕組みを構築することが重要となります。

併せて、地域で暮らす私たちも、一人ひとりが一丸となって、それぞれができる取り組みを進めていく必要があります。

8. 基本目標

自殺対策基本法で示されているように、自殺対策を通じて最終的に目指すのは、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現です。そのためには、対策を通じて実現を目指す具体的な数値目標等を定めるとともに、各々の取り組みがどのような効果を挙げたかという、個々の取り組みの成果についても検証と評価を行い、必要に応じて内容の見直しを図っていくことが求められます。

国は、平成29年に閣議決定した「自殺総合対策大綱」において、平成38(2026)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、自殺対策の目標として定めています。

この目標を踏まえて、本市においては第1次計画で平成28年の自殺死亡率14.74(年間自殺者数42人)を令和5年までに15%以上減少させること、具体的には自殺死亡率を12.53(年間およそ35人)に減少させることを目標としておりましたが、令和4年の自殺死亡率が16.46となるなど、達成は困難な状況です。

しかしながら、自殺者を無くすという基本理念に立ち、第2次計画においては、これまで以上の積極的な取り組みにより、令和10年までの5年間で令和4年の自殺死亡率を20%以上減少させることを目標とします。

自殺対策を通じて達成すべき当面の目標値

	平成28年 (2016年)	現状値 令和4年 (2023年)	目標値 令和10年 (2028年)
自殺死亡率(人口10万人対)	14.74	16.46	13.17
年間自殺者数 <small>(※1)</small>	42人	45人	35人 <small>(※2)</small>

(※1) 自殺者数及び自殺死亡率算出の元となる統計は、警察庁「自殺統計」(自殺日・住居地)による。

(※2) 令和10(2028)年の年間自殺者数は、目標値の自殺死亡率と福島市人口ビジョンを基に算出。