

いのち  
支える

# 十日町市自殺対策推進計画

～誰も自殺に追い込まれることのない十日町市の実現を目指して～

平成 31(令和元)～令和 10 年度

平成 31 年 3 月

令和8年3月改訂

十日町市



# 十日町市自殺対策推進計画 改訂版の発行にあたって

国では、平成 18 年に「自殺対策基本法」が制定され、自殺を「個人の問題」ではなく「社会の問題」として捉え、国を挙げて自殺対策に取り組んだ結果、平成 22 年から全国の自殺者数は減少傾向が続いていました。ところが、新型コロナウイルス感染症拡大などを背景として、令和 2 年には再び増加、その後も毎年 2 万人を超える水準で推移してきました。

最新の令和 7 年の暫定値では 1 万 9 千人台となり、統計開始以来、初めて 2 万人を下回る見込みとなっています。



本市においては、平成 17 年の市町村合併当時、自殺死亡率(人口 10 万人あたりの自殺者数)が 51.6、年間の自殺者数が 32 人でありましたが、地域保健活動を中心としたハイリスク者への支援等により、10 年後の平成 27 年には、自殺死亡率が 25.5、自殺者数も 14 人まで大幅に減少しています。

また、平成 31 年度から令和 7 年度までを計画期間とする「十日町市自殺対策推進計画」を策定し、令和 2 年から令和 6 年までの 5 年平均の自殺死亡率を 21.8、自殺者数を 10.3 人以下と掲げ、国の自殺対策大綱の基本方針に沿った「誰も自殺に追い込まれることのない十日町市の実現」を目指して、総合的な自殺対策を推進してまいりました。

令和 2 年には、自殺死亡率が 20.2、自殺者数が 10 人まで減少し、対策の成果が目に見えてきたものの、令和 3 年には、国同様、新型コロナウイルス感染症の影響などで、自殺死亡率が 43.0、自殺者数が 21 人と倍増し、改めて自殺対策の難しさを痛感させられたところであります。

なお、最新の令和 7 年の自殺者数は、暫定値ではありますが、市町村合併以来、初めての一桁台となる見込みです。

今般、現行計画の期間満了にあたり、次期計画を令和 10 年度に「第 4 次健康とおかまち 21(健康増進計画)」と一体的に策定するため、計画期間を 3 年間延長する改訂を行いました。

本改訂版は、現行計画をベースとしつつ、最新の状況などを踏まえた一部修正を加え、令和 10 年度までの自殺対策としてまとめたものです。

これまでの取組を最大限に生かしつつ、昨今の自殺における傾向や世代ごとの課題などの分析をもとに、特に「市民への啓発と周知」と「生きることの促進要因への支援」を重点的に行ってまいります。加えて、関係機関との連携強化を図りながら、最終年度である令和 10 年度での目標到達に向け、引き続き、具体的な施策を進めてまいります。

令和 8 年 3 月

十日町市長 関口 芳史

## 目 次

序 章	計画期間の延長について	
	1 趣旨	1
	2 計画の数値目標	1
	3 十日町市の自殺の現状について	3
第1章	計画の基本的な考え方	
	1 計画策定の背景	4
	2 計画の位置づけ	5
第2章	十日町市の自殺をめぐる現状	
	1 はじめに	6
	2 十日町市における7つの特徴と支援が優先されるべき対象群	7
	3 自殺者の動向	8
	4 十日町市自殺対策市民アンケート結果	16
第3章	十日町市の自殺対策における取組	
	1 基本理念	33
	2 基本方針	33
	3 施策体系	35
	4 基本施策	36
	基本施策1 地域におけるネットワークの強化	
	基本施策2 自殺対策を支える人材の育成	
	基本施策3 市民への啓発と周知	
	基本施策4 生きることの促進要因への支援	
	基本施策5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育	
	5 重点施策	48
	重点施策1 高齢者の自殺対策の推進	
	重点施策2 生活困窮者自立支援制度と自殺対策の連動性の向上	
	重点施策3 勤務・経営問題に関わる自殺対策の推進	
	6 生きる支援の関連施策	58~63
第4章	自殺対策の推進体制	
	1 自殺対策の推進体制	64
	2 計画の進捗管理	64

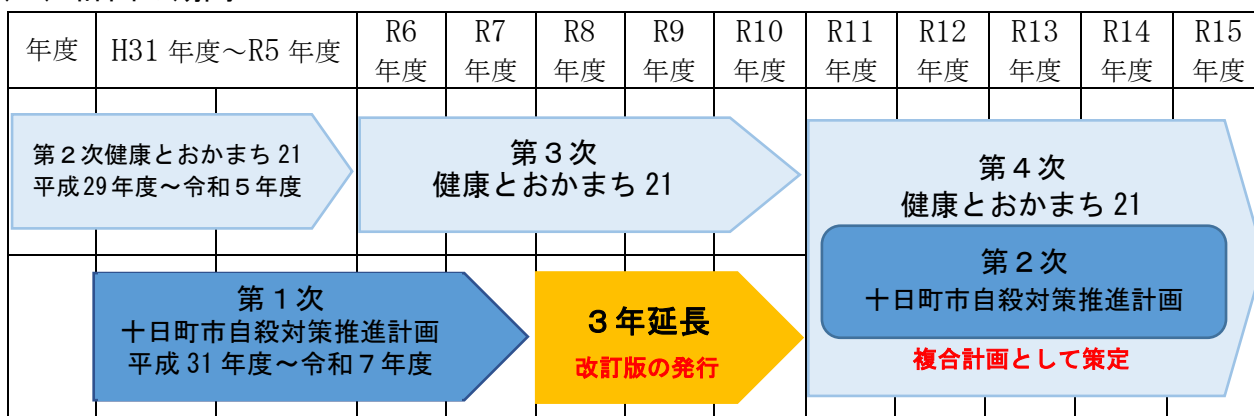
# 序章 計画期間の延長について（令和8年3月改訂）

## 1 趣 旨

現行の十日町市自殺対策推進計画は、令和7年度末をもって計画期間満了を迎えますが、今般、次期計画を「第4次健康とおかまち 21（健康増進計画）」と一体的に策定することとしました。計画の体系や目標項目などが共通しており、健康増進と自殺対策の両面から包括的に取り組むことが効果的であるためです。

これに伴い、計画期間を3年間延長して「平成31年度（令和元年度）から令和10年度まで」とし、改訂版を発行します。

### （1）計画の期間



### （2）改訂の内容

現行計画の数値目標に到達していないことから、数値目標は変更せず、計画延長により最終年度となる令和10年度に向け、取組を継続します。

ただし、評価指標については、改訂時の値を追記するとともに令和10年度における目標値に改めます。各施策については、これまでの進捗・達成状況や現状に合わせて、特に強化したいポイントなどを本文に追記するほか、事業・取組の一部見直しを行います。

また、改訂時において最新の自殺の現状を記載します。

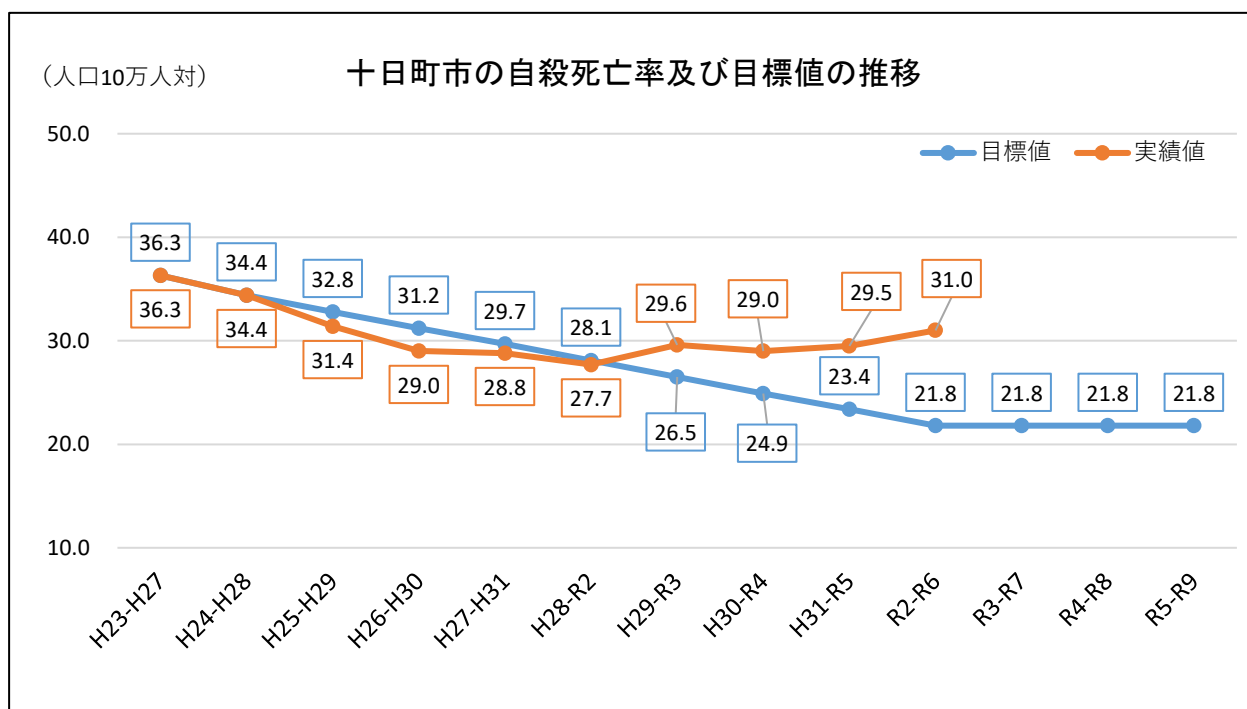
## 2 計画の数値目標

	基準値（H27） H23～H27の5か年平均	目標値（R6） R2～R6の5か年平均	改訂時（R6）【現状値】 R2～R6の5か年平均	目標値（R9） R5～R9の5か年平均
自殺死亡率 （人口10万人対）	36.3	21.8以下	31.0	21.8以下
自殺者数 （人）	20.6	10.3以下	14.8	10.3以下

新潟県が、平成 27 年を基準値として、自殺者数を平成 28 年から令和 2 年までに 20%減少、令和 6 年までにさらに 20%減少を目指していたことから、当市もこれに準じた目標を設定しています。

自殺死亡率は、平成 23 年から平成 27 年までの 5 か年の平均値である 36.3 を基準値とし、令和 2 年から令和 6 年までの 5 か年の平均値をその約 40%減となる 21.8 以下としました。また、自殺者数は、国立社会保障・人口問題研究所の「日本の地域別将来推計人口」による令和 5 年の十日町市の人口 47,330 人を基に算出し、10.3 人以下としました。

しかし、現状値は自殺死亡率が 31.0、自殺者数が 14.8 人であり、目標に到達していないため、数値目標は変更しません。



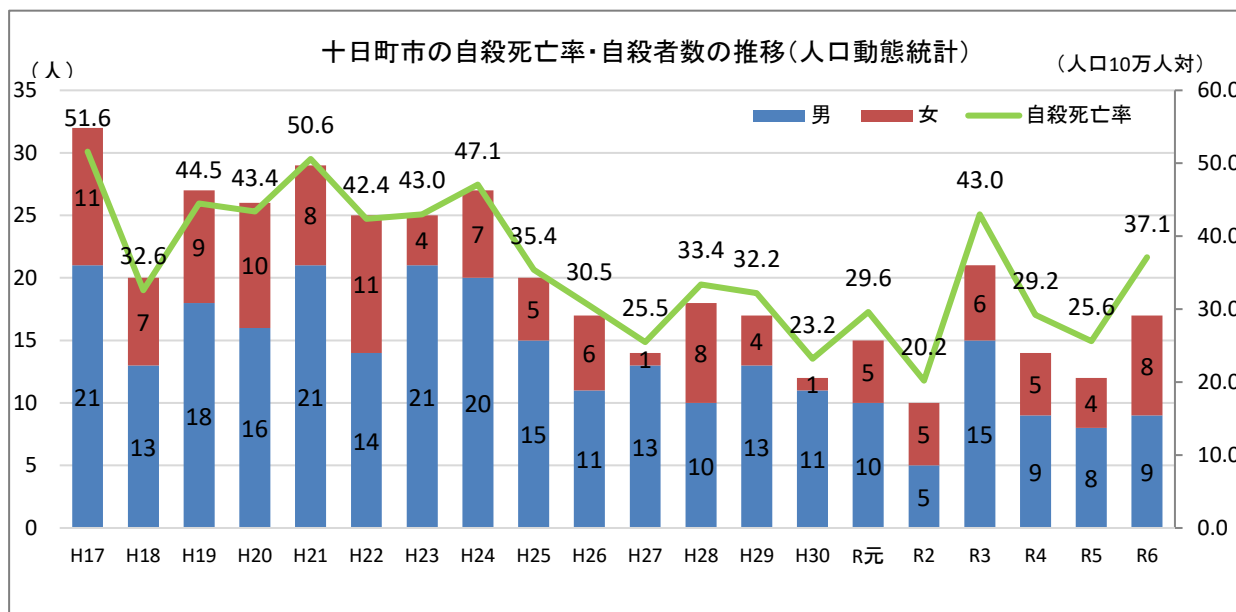
上記のグラフは、自殺死亡率の 5 か年平均を表したものです。平成 23 年以降、下降傾向が続いていましたが、令和 3 年の自殺死亡率が突出して高かったため、一気に上昇へと転じました。そのため、令和 3 年が含まれる 5 か年については、高い数値で推移しています。加えて、令和 6 年も近年では令和 3 年に次いで、自殺死亡率が高かったため、目標値と実績値の差がさらに広がる結果となっています。

令和 7 年の自殺者数は、暫定値(※)ではありますが、一桁台となる見込みです。目標値である自殺死亡率 21.8 以下の到達に向け、令和 7 年から 9 年までの 3 か年で自殺死亡率 15.4 以下／年平均、自殺者数 7.3 人以下／年平均を目指していきます。

(※) 厚生労働省：地域における自殺の基礎資料  
暫定値 (R7.12 月分) より

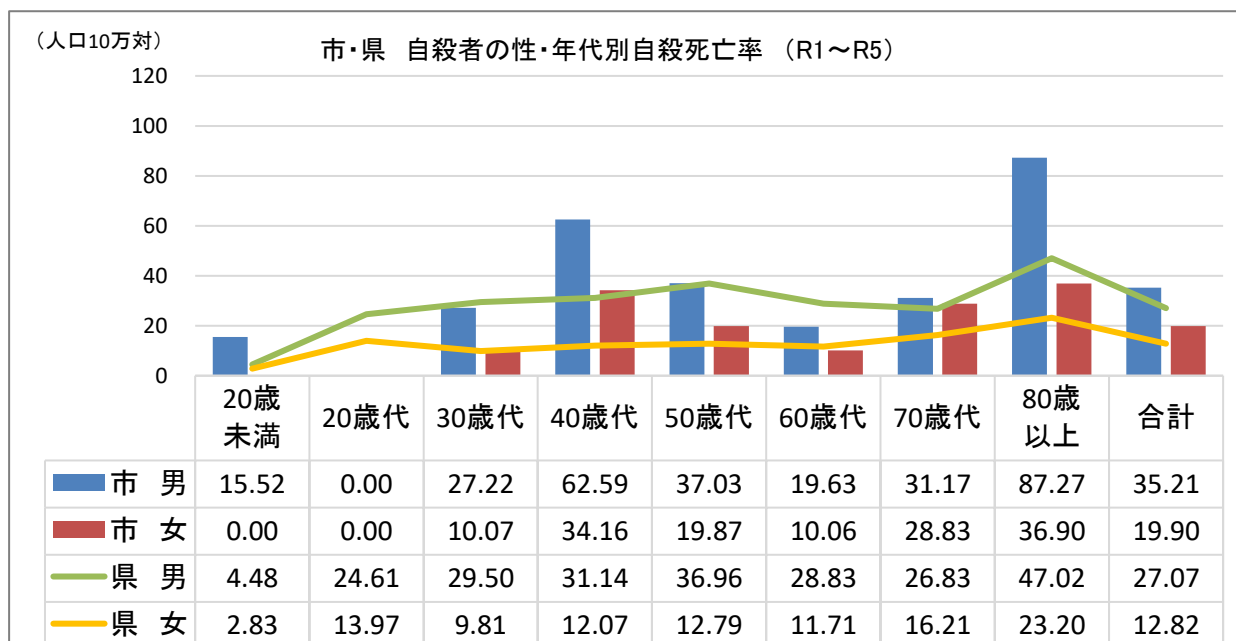
### 3 十日町市の自殺の現状について

計画期間の延長にあたり、改訂時現在で最新の状況を掲載します。



自殺死亡率は、単年では波があるものの、長期的に見るとH17～H24と比較して、H25以降は大幅に減少しています。しかし、県内20市中でワースト5位以内に入ることが多く、R3とR6にはワースト1位となりました。自殺者数は、H26以降、毎年10人台で推移していましたが、R3にはコロナ禍の影響もあり、21人と急増しました。その後、減少していますが、R6には再び増加に転じています。

R7の自殺者数は、暫定値ですが、H17以降、初の一桁台となる見込みです。



男性は40～50歳代、70歳代以上、特に80歳以上が非常に多くなっています。

女性は40歳代、50歳代、70歳代、80歳以上が多くなっており、「中高年」と「高齢者」がハイリスク群と言えます。国との比較でもほぼ同様の傾向が見られます。

# 第1章 計画の基本的な考え方

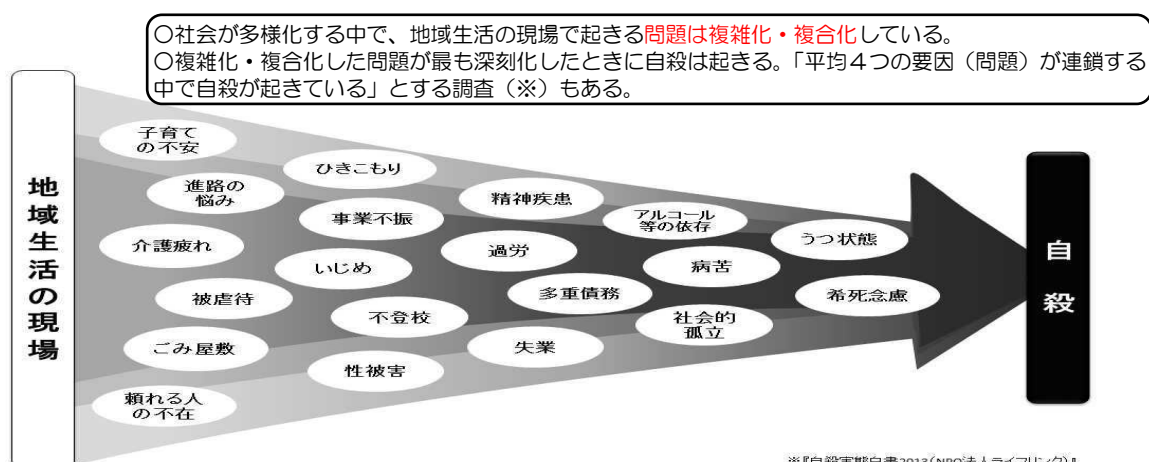
## 1 計画策定の背景

我が国の自殺者数は、平成10年に3万人を超え、平成23年まで14年連続して3万人を超える状態が続きました。平成24年に3万人を下回ったものの、依然として主要先進7か国と比較して高い水準で推移しています。自殺者数の累計は毎年2万人を超える水準で積み上がっていることから、非常事態はいまだ続いていると言わざるを得ません。

そうした中、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して自殺対策を更に総合的かつ効果的に推進するため、平成18年の自殺対策基本法制定から10年の節目に当たる平成28年に同法が改正されました。自殺対策が「生きることの包括的な支援」として実施されるべきこと等を基本理念に明記するとともに、自殺対策の地域間格差を解消し、誰もが「生きることの包括的な支援」としての自殺対策に関する必要な支援を受けられるよう、すべての自治体が「自殺対策計画」を策定することとされました。

十日町市では、昭和60年から旧松之山町で実施されていた中山間地域における自殺対策において全国の先駆となった「松之山方式」（うつスクリーニングでハイリスク者を抽出し支援を行うと同時に、地域保健活動として集落単位でも健康づくり教室を行い、住民に町の実態を伝えていく手法）を参考にしながら取組を実施してきました。その他、平成20年度から自殺相談対応能力養成研修会やうつ病家族教室を開催し、平成22年度から全市対象にこころのケア講演会を開催しました。また、平成23年度にはゲートキーパー研修会やNPO法人ライフリンクとNPO法人蜘蛛（くも）の糸から講師を招き、全市民を対象にうつ自殺予防講演会を実施した他、臨床心理士によるこころの相談会も開催しました。平成24年度からは十日町市自殺予防対策連絡会を開催し、総合的な自殺対策に取り組んできました。

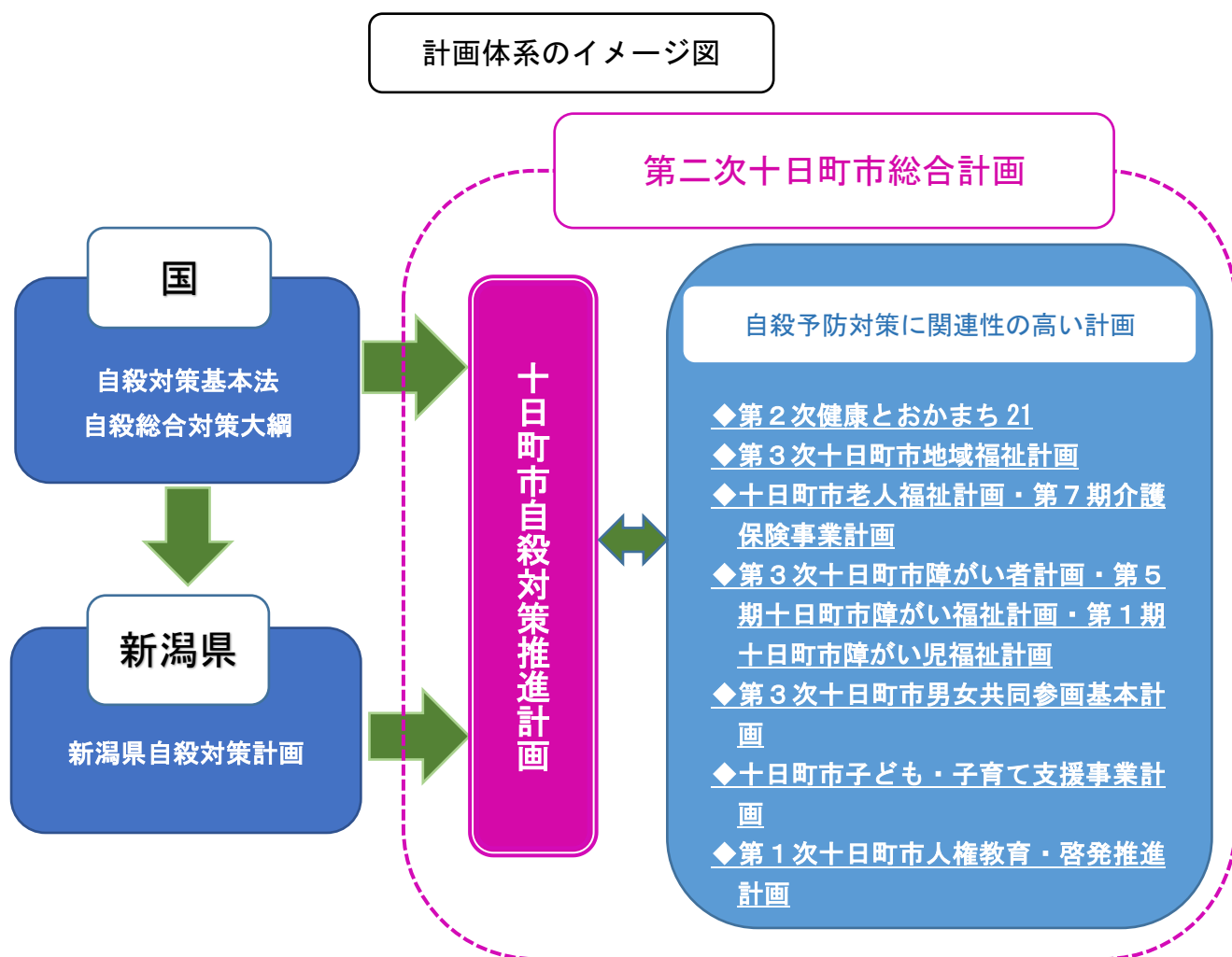
本計画では、自殺対策における現状と課題を明らかにするとともに自殺対策を総合的かつ効果的に推進するための基本的方針を定め、「誰も自殺に追い込まれることのない地域」を実現するために更なる推進を図ることとします。



※『自殺実態白書2013(NPO法人ライフリンク)』  
引用：『自殺実態白書2013(NPO法人ライフリンク)』

## 2 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法第13条第2項の規定により、十日町市における実情を勘案して定める自殺対策についての計画です。また、「十日町市総合計画」及び「健康とおかまち21」等と整合性を図り策定するものです。



## 第2章 十日町市の自殺をめぐる現状

### 1 はじめに

十日町市では、自殺総合対策推進センターが各自治体の自殺の実態をまとめた「地域自殺実態プロファイル」を活用するとともに、十日町市の人口動態調査(死亡小票)を活用して、多角的な視点で地域の自殺の現状の把握に努めました。

また、平成30年5月に市内に住所を有する20歳から84歳までの1,500人を対象(無作為抽出)に市民アンケートを実施し、市民の自殺に関する意識についての実態を把握しました。

#### (1) 自殺実態の分析にあたって

本章の分析にあたっては、厚生労働省「人口動態統計」及び「地域における自殺の基礎資料」を使用しました。なお、両者の統計には以下のような違いがあります。

- ①調査対象の差異:「人口動態統計」は、日本における日本人を対象とし、「地域における自殺の基礎資料」は、総人口(日本における外国人も含む)を対象としています。
- ②事務手続き上の差異:「人口動態統計」は、自殺、他殺あるいは事故死のいずれか不明のときは自殺以外で処理しており、死亡診断書等について作成者からの自殺の旨の訂正報告がない限り、自殺に計上していません。「地域における自殺の基礎資料」は、捜査等により、自殺であると判明した時点で、自殺統計原票を作成し計上しています。
- ③項目の差異:「地域における自殺の基礎資料」は、「職業別」「原因・動機別」といった項目がありますが、「人口動態統計」にそれらの項目はありません。

#### (2) 作図に用いたデータ

本章で掲載した図2～14及び表1は、それぞれ以下の統計を使用し作図したものです。

- ・図2～5 人口動態統計
  - ・図6～12 地域における自殺の基礎資料(確定値) ※年毎の公表
  - ・図13 地域における自殺の基礎資料(暫定値) ※月毎の公表
  - ・図14 NPO法人ライフリンク「自殺の危機経路」
  - ・表1 自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル(2018更新版)」
- } 数は合致  
} しない

#### (3) アンケート集計結果

結果は百分比で表示しています。解説及び図の百分比は小数点第2位を四捨五入したため、合計が100%に過不足することがあります。

## 2 十日町市における7つの特徴と支援が優先されるべき対象群

十日町市における自殺の実態を様々な観点から分析した結果、以下の7つの特徴があることがわかりました。また、自殺総合対策推進センターの分析から、十日町市において特に支援が優先されるべき対象群が抽出されました。

### (1) 十日町市における7つの特徴

- ①自殺者数も自殺死亡率も年々減少傾向にありますが、自殺死亡率は依然として、新潟県や全国と比較すると高値です。(図2・図3)  
地区別に見ると、自殺死亡率に差がみられます。
- ②年代別自殺者数割合は50歳代までは、新潟県や全国に比べ低い傾向にありますが、60歳以降に多い状況となっています。特に60歳代、80歳以上の割合が高い状況です。(図6)
- ③特に男性に多く、女性の約2.6倍となっています。(図7、図8)
- ④同居人のいる人が多くを占めています。(図9)
- ⑤自殺未遂歴のある人は6人に1人となっていて、新潟県や全国に比べるとやや下回っています。(図10)
- ⑥職業別では無職者が最も多く、新潟県や全国を上回っています。特に年金・雇用保険等生活者に多い状況です。(図12)
- ⑦月別では自殺者割合の多い月は4月、次いで5月、11月、6月と10月となっています。(図13)

### (2) 十日町市において支援が優先されるべき対象群(表1)

- ①集団Ⅰ：自殺者数が最も多いのは60歳以上の男性の同居人のいる無職者です。平成25～29年の5年間の自殺者数は24人(自殺死亡率は96.3)で全体の27.3%を占めています。
- ②集団Ⅱ：2番目に自殺者数が多いのは60歳以上の女性の同居人のいる無職者です。平成25～29年の5年間の自殺者数は15人(自殺死亡率は31.2)で全体の17.0%を占めています。
- ③集団Ⅲ：3番目に自殺者数が多いのは40～59歳の男性の同居人のいる有職者です。平成25～29年の5年間の自殺者数は10人(自殺死亡率は34.3)で全体の12.1%を占めています。
- ④集団Ⅳ：4番目に自殺者数が多いのは60歳以上の男性の同居人のいる有職者です。平成25～29年の5年間の自殺者数は9人(自殺死亡率は39.1)で全体の10.2%を占めています。
- ⑤集団Ⅴ：5番目に自殺者数が多いのは60歳以上の男性の同居人のいない無職者です。平成25～29年の5年間の自殺者数は6人(自殺死亡率は208.7)で全体の6.8%を占めています。

※自殺死亡率の母数(人口)は平成27年国勢調査を元に自殺総合対策推進センターで推計しました。

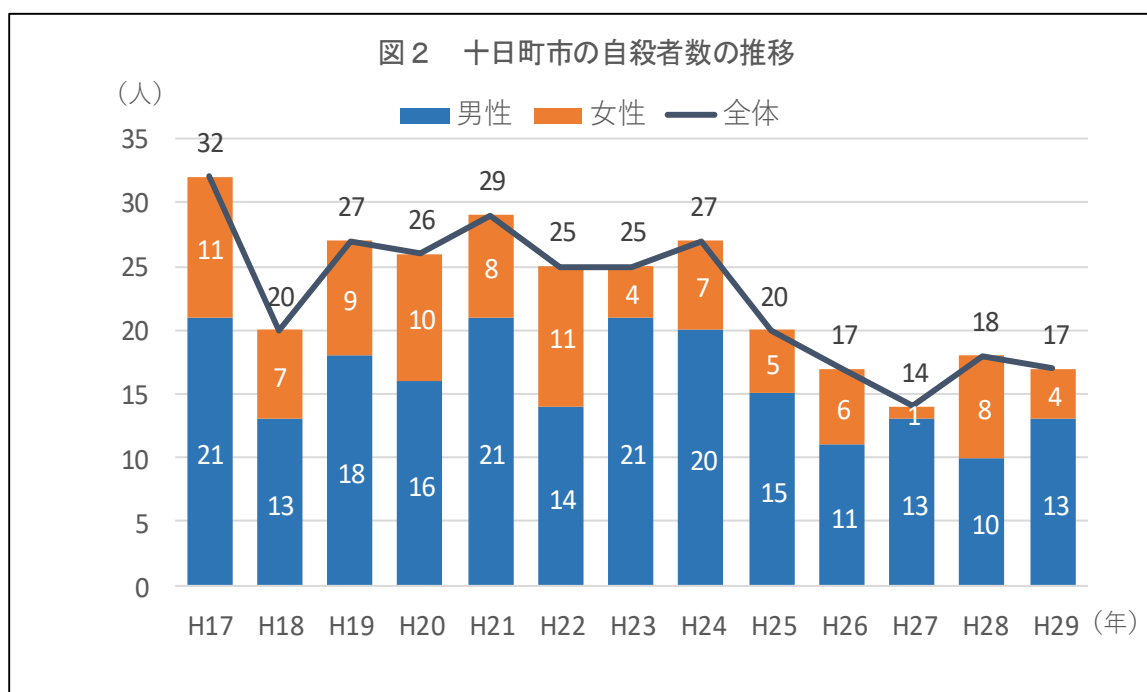
### 3 自殺者の動向

#### (1) 自殺者数の推移

平成 17 年以降の十日町市の年間自殺者数は 10 人台から 30 人台で推移し、平成 17 年が最も多く 32 人でした。自殺対策基本法が平成 18 年に制定され、十日町市でも平成 20 年から自殺対策事業の実施を強化しました。平成 24 年度には十日町市自殺予防対策連絡会を設置・開催し、庁内外の連携体制づくりを行ってきました。平成 25 年には自殺者数が 20 人となり、以後 10 人台で推移しています。

(図 2)

男性が全体の約 7 割を占める傾向は、全国や新潟県と同様となっています。地区別に見ると、自殺死亡率に差がみられます。

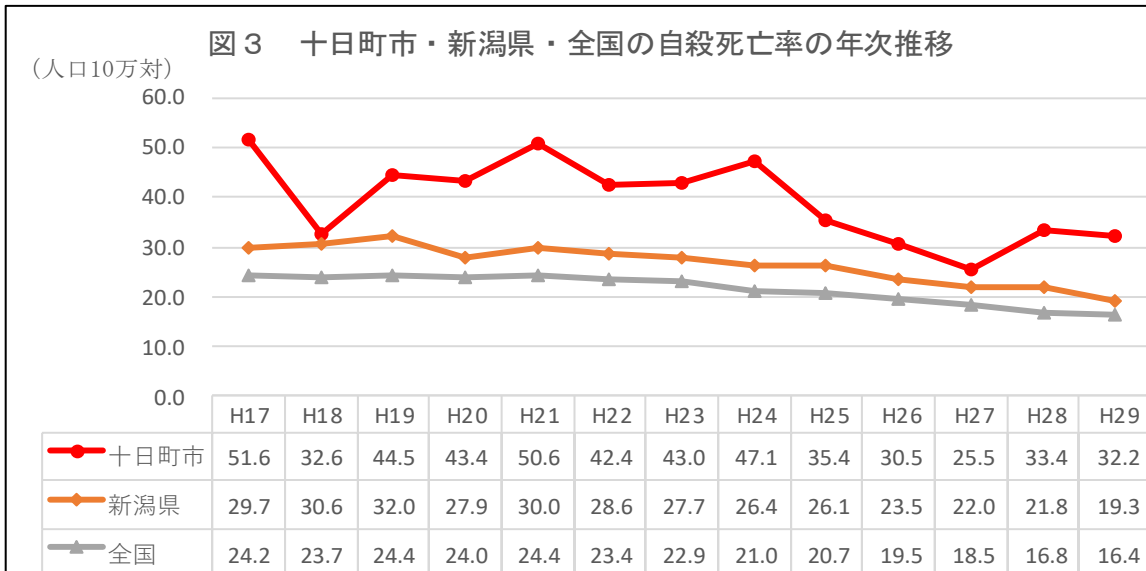


資料：厚生労働省「人口動態統計」

## (2) 自殺死亡率の推移

自殺死亡率は、増減を繰り返しながら減少していますが、新潟県や全国の自殺死亡率を上回って推移しています。

平成 24 年から平成 27 年にかけて減少し、新潟県の数値に近づいてきましたが、平成 28 年に再び上昇し、平成 29 年の新潟県との差は 12.9 ポイントに拡大しています。(図 3)

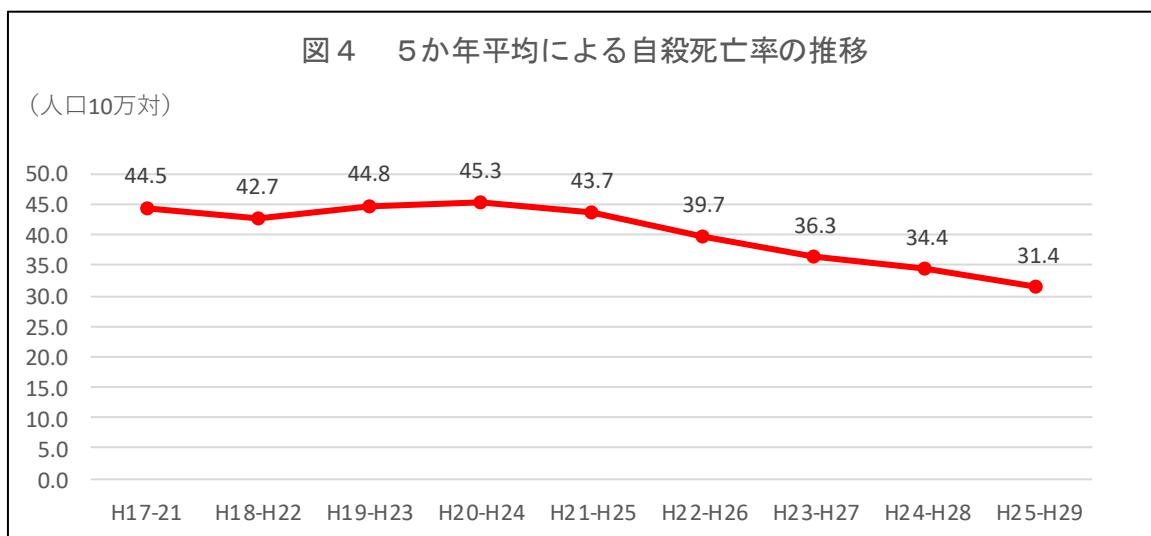


資料：厚生労働省「人口動態統計」

## (3) 5か年平均による自殺死亡率の推移

十日町市の人口規模では、単年による自殺死亡率に大きな増減がみられることから、平成 29 年までの自殺死亡率について 5 か年の平均の数値で推移をみたものが下記のグラフです。緩やかに増減を繰り返しながら、減少傾向です。

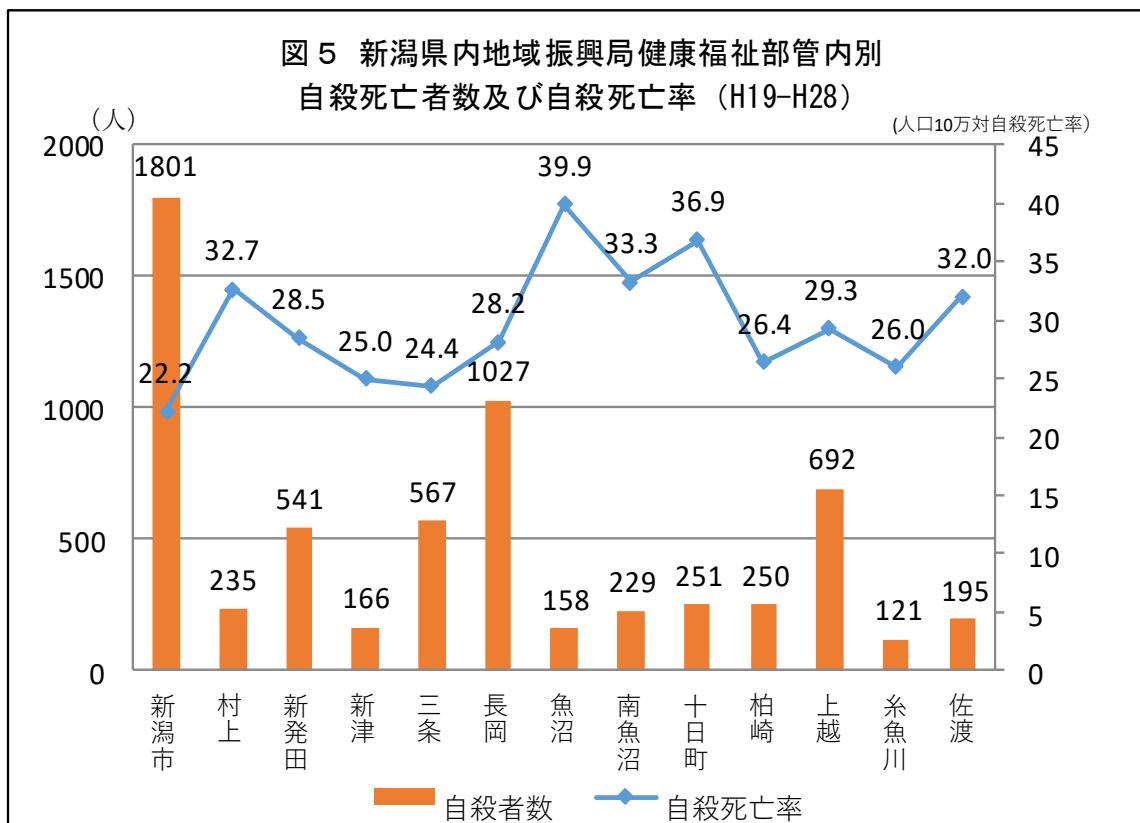
なお、直近の平成 25 年から平成 29 年の自殺死亡率は 31.4 でした。(図 4)



資料：厚生労働省「人口動態統計」

#### (4) 十日町地域振興局健康福祉部管内別自殺死亡率

平成19年から平成28年の新潟県内における各地域振興局健康福祉部管内別平均自殺死亡率は、十日町管内で36.9となっており、全国の中でも自殺死亡率の高い新潟県において、さらに高値となっています。(図5)



資料：十日町地域振興局健康福祉部作成 厚生労働省「人口動態統計」

#### (5) 性・年代別自殺者割合

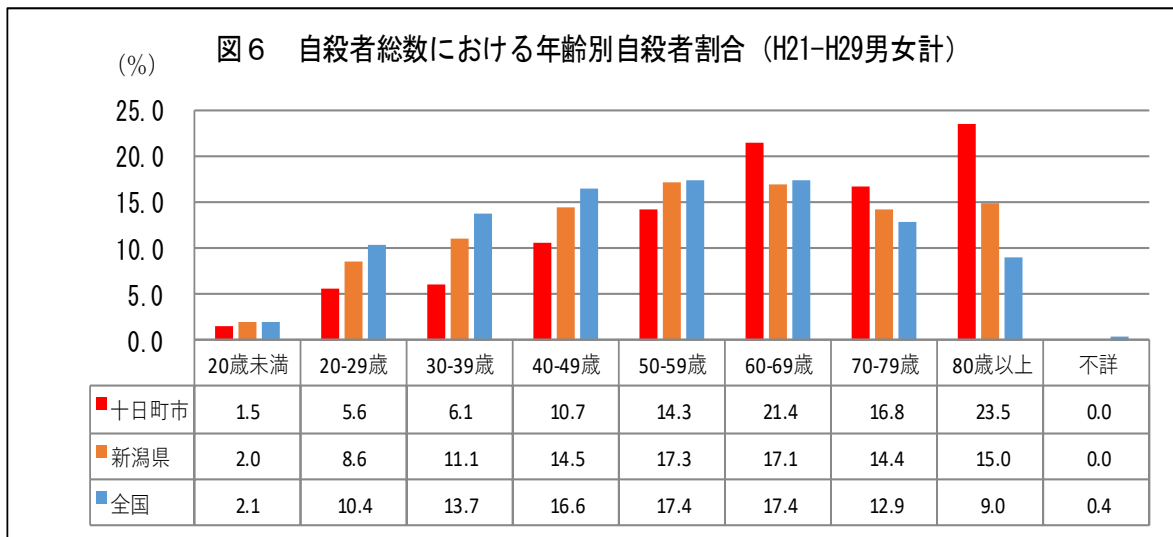
厚生労働省による「地域における自殺の基礎資料」では平成21年から平成29年までの十日町市の累計自殺者数は196人です。

そのうち男性の自殺者は143人(73.0%)、女性は53人(27.0%)となっています。

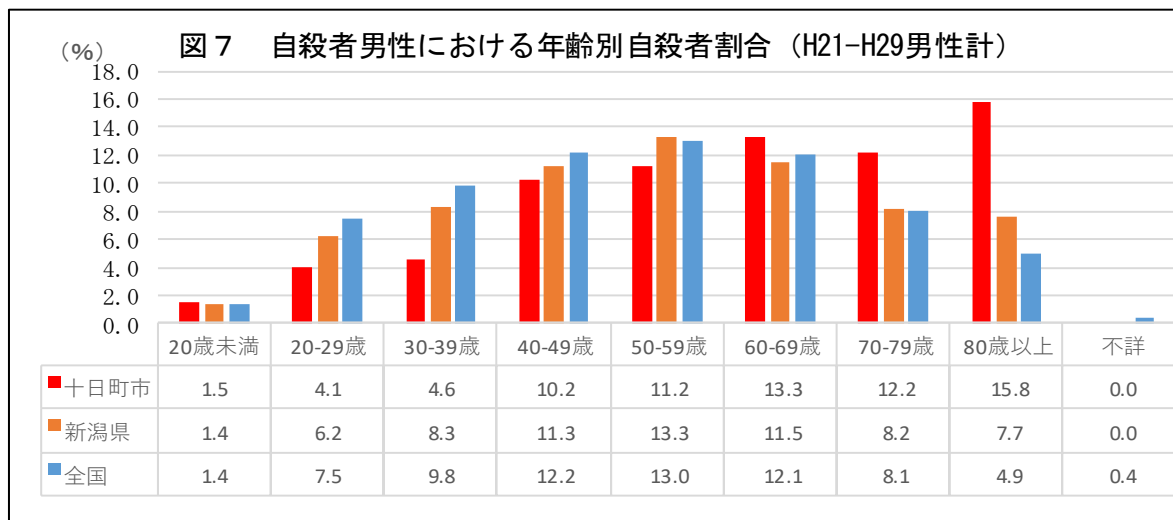
年代別にみると60歳代以降に多く、61.7%を占めていて、新潟県の46.5%、全国の39.3%と比較すると高値となっています。特に80歳以上の割合が高い状況です。(図6)

男性では、60歳代以降に多く、41.3%を占めていて、新潟県の27.4%、全国の25.1%と比較すると約1.6倍となっています。(図7)

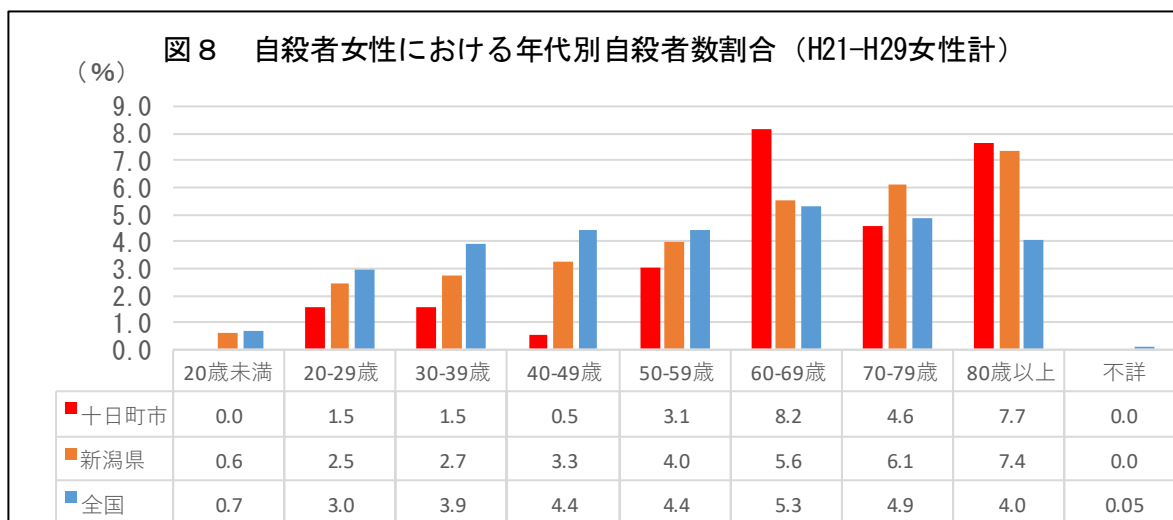
女性では、60歳代で8.2%、80歳以上で7.7%と、2つの年代に山があります。また、男性同様、60歳代以降の自殺者割合が高く、全体の20.5%を占めています。(図8)



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」



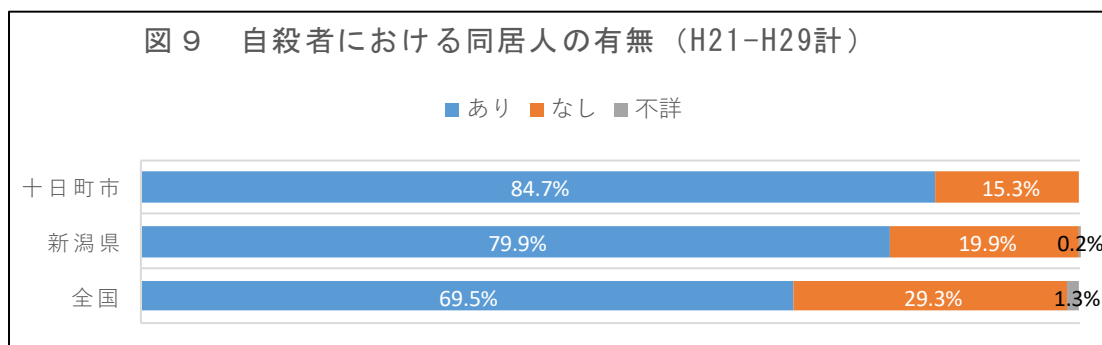
資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

## (6) 同居人の有無

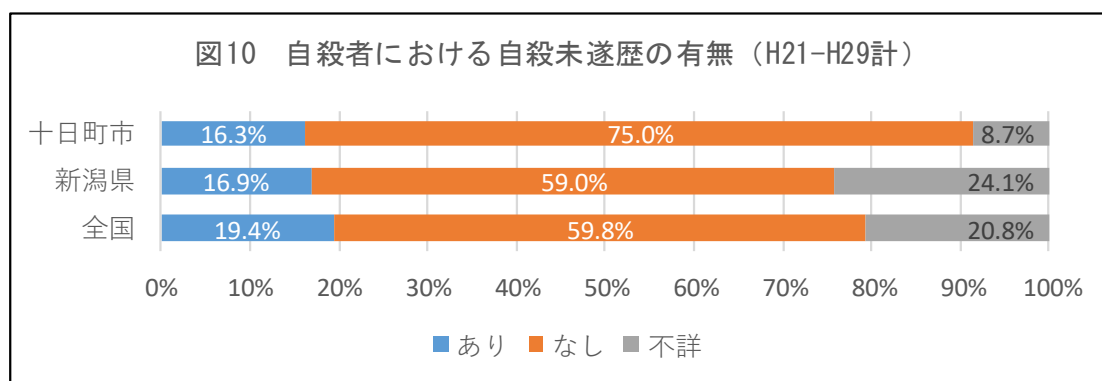
「地域における自殺の基礎資料」の平成21年から平成29年までの十日町市の累計自殺者数196人のうち、同居人のある人は166人（84.7%）、ない人は30人（15.3%）となっています。（図9）



資料：厚生労働省による「地域における自殺の基礎資料」

## (7) 自殺未遂歴の有無

「地域における自殺の基礎資料」の平成21年から平成29年までの十日町市の累計自殺者数196人のうち、自殺未遂歴のある人は32人（16.3%）と6人に1人は未遂歴があります。新潟県や全国に比べるとやや下回っています。（図10）

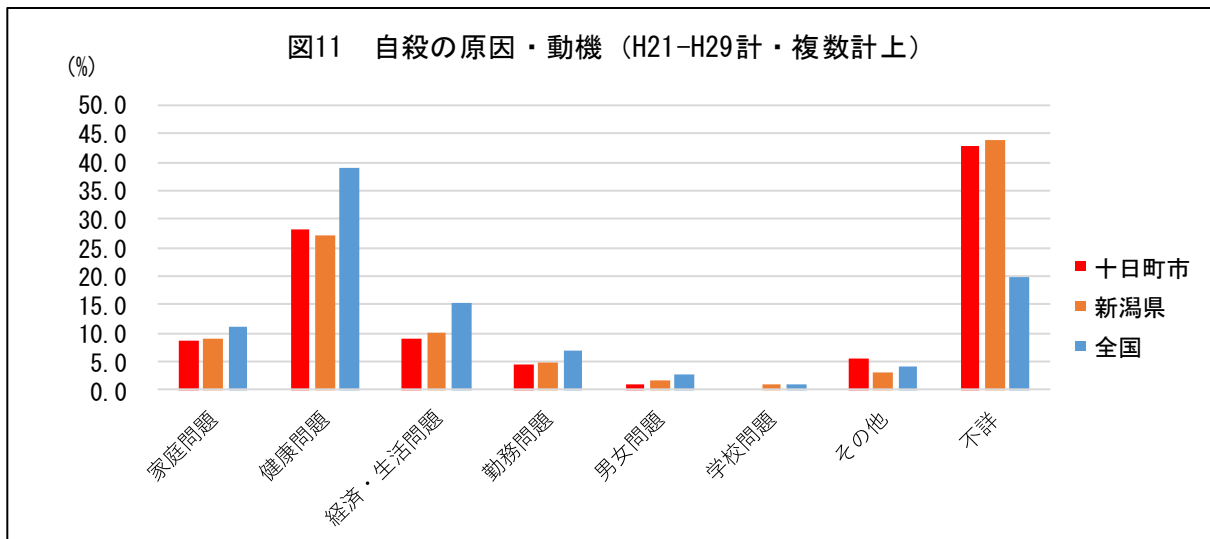


資料：厚生労働省による「地域における自殺の基礎資料」

## (8) 原因・動機別にみた自殺者の状況

「地域における自殺の基礎資料」の平成21年から平成29年までの十日町市の累計自殺者数196人の原因・動機については、不詳が最も多い状況です。次いで多いのは健康問題28.3%、経済・生活問題9.1%、家庭問題8.7%の順となっています。（図11）

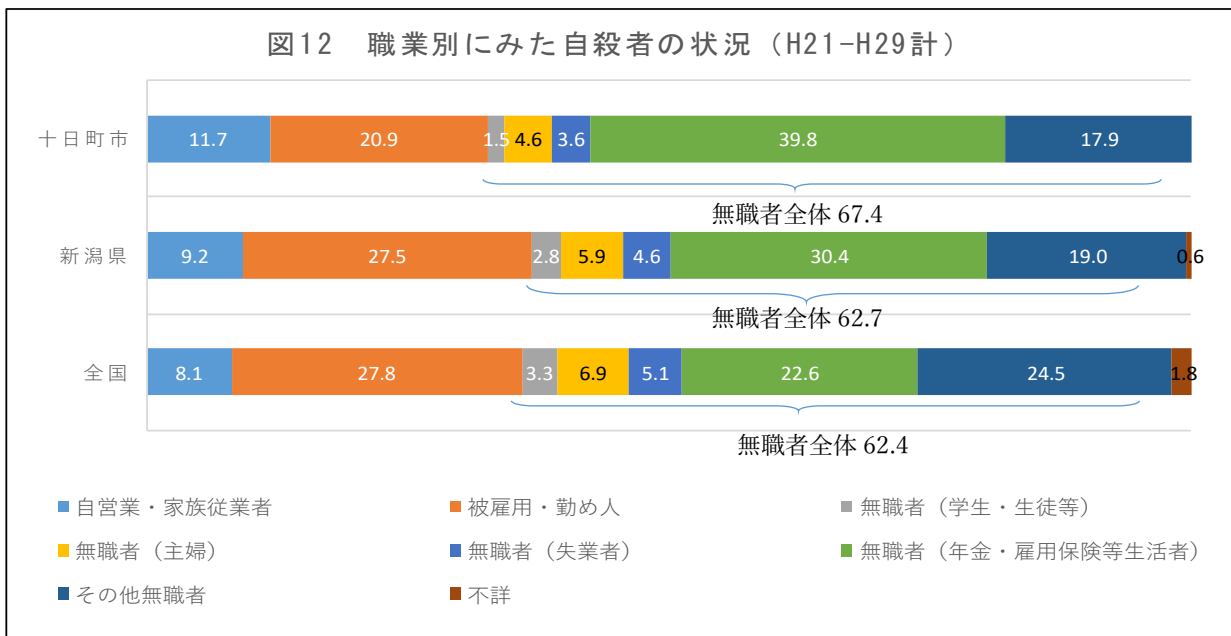
特定されている動機のうち健康問題が最も多い傾向は、新潟県・全国と同様です。一方、自殺対策基本法や自殺総合対策大綱においても指摘されているとおり、自殺は多様かつ複合的な原因・背景を有することが知られています。



資料：厚生労働省による「地域における自殺の基礎資料」

### （9）職業別にみた自殺者の状況

「地域における自殺の基礎資料」の平成21年から平成29年までの十日町市の累計自殺者数196人のうち無職者が最も多く、67.3%（132人）を占め、次いで被雇用・勤め人20.9%（41人）、自営業・家事従事者11.7%（23人）となっています。この順位は新潟県も全国も同様ですが、無職者が占める割合は新潟県（62.7%）、全国（62.4%）を上回り、被雇用人・勤め人の占める割合が新潟県（27.5%）、全国（27.8%）を下回っています。（図12）

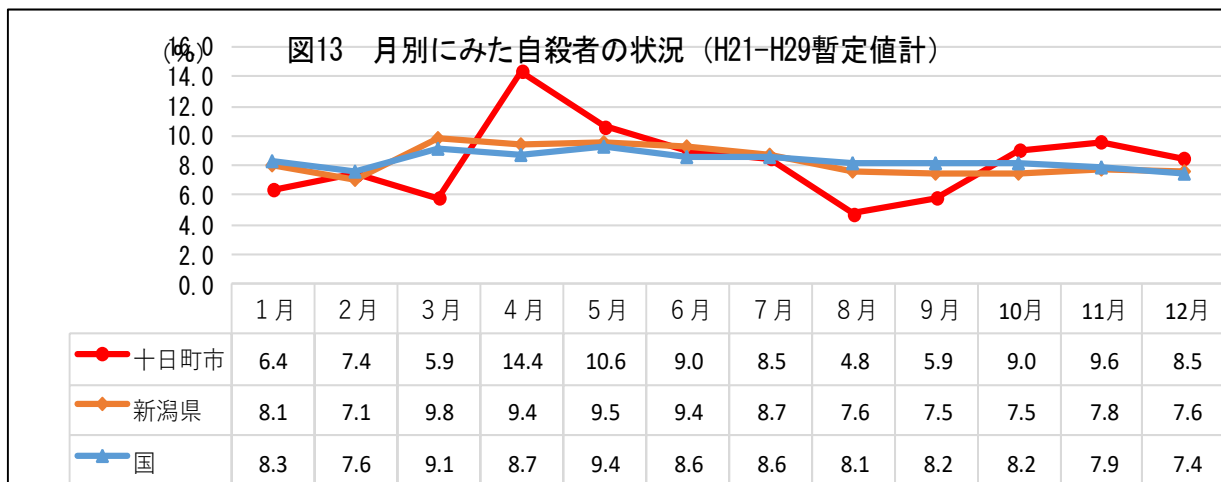


資料：厚生労働省による「地域における自殺の基礎資料」

## (10) 月別にみた自殺者の状況

「地域における自殺の基礎資料（暫定値）」の平成21年から平成29年までの十日町市の累計自殺者数188人のうち、最も自殺者割合の多い月は4月で14.4%（27人）、次いで5月10.6%（20人）、11月9.6%（18人）、6月と10月の9.0%（17人）となっています。（図13）

十日町市では、3月の自殺対策強化月間や9月の新潟県自殺対策推進月間に合わせて、情報館での特設コーナー設置や市報とおかまち等で啓発活動を行っている他、12月の市報では「うつ」についての啓発を実施しています。今後も取組を継続していく必要があります。



資料：厚生労働省による「地域における自殺の基礎資料（暫定値）」

## (11) 支援が優先されるべき対象群

自殺総合対策推進センターの分析によって、平成25年から平成29年の5年間に於いて自殺者数（総数99人）の多い上位5区分が地域の自殺の特徴として抽出されました。これら上位5区分を十日町市として支援が優先されるべき対象群として、背景にある主な自殺の危機経路（図14）を参考にし、支援をしていきます。

表1 地域の主な自殺の特徴（特別集計（自殺日・住居地、H25～H29合計））

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60歳以上 無職同居	24人	27.3%	96.3	失業（退職）→生活苦+介護の悩み （疲れ）+身体疾患→自殺
2位:女性60歳以上 無職同居	15人	17.0%	31.2	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
3位:男性40～59歳 有職同居	10人	11.4%	34.3	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
4位:男性60歳以上 有職同居	9人	10.2%	39.1	①【労働者】身体疾患+介護疲れ→ アルコール依存→うつ状態→自殺/ ②【自営業者】事業不振→借金+介 護疲れ→うつ状態→自殺
5位:男性60歳以上 無職独居	6人	6.8%	208.7	失業（退職）+死別・離別→うつ状 態→将来生活への悲観→自殺

資料：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2018更新版）」

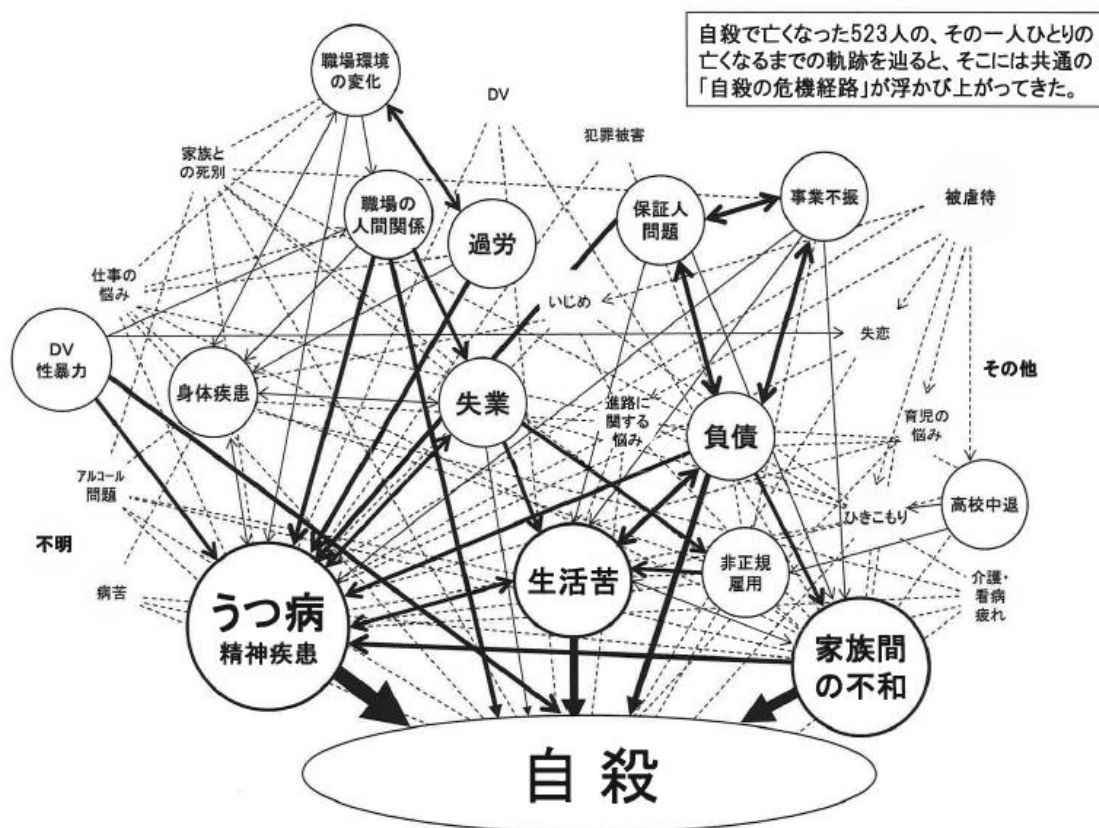
- ※1 順位は自殺者数の多さに基づき、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。
- ※2 \*自殺死亡率の母数（人口）は平成27年全国勢調査を元に自殺総合対策推進センターにて推計した。
- ※3 \*\*「背景にある主な自殺の危機経路」は自殺実態白書2013（NPO法人ライフリンク）を参考にした。

※3\*\*「背景にある主な自殺の危機経路」とは

NPO法人ライフリンクが行なった523人の自殺で亡くなった方の実態調査から、自殺は平均すると4つの要因が連鎖して引き起こされており、それら要因の連鎖のプロセス（「自殺の危機経路」という）は、性、年代、職業の属性によって特徴が異なることが明らかになりました。（詳細は『自殺実態白書2013』（NPO法人ライフリンク））

背景にある主な自殺の危機経路には、それぞれのグループが抱え込みやすい要因とその連鎖のうちの主なものが記載されています。（図14）

図14 自殺の危機経路



## 4 十日町市自殺対策市民アンケート結果

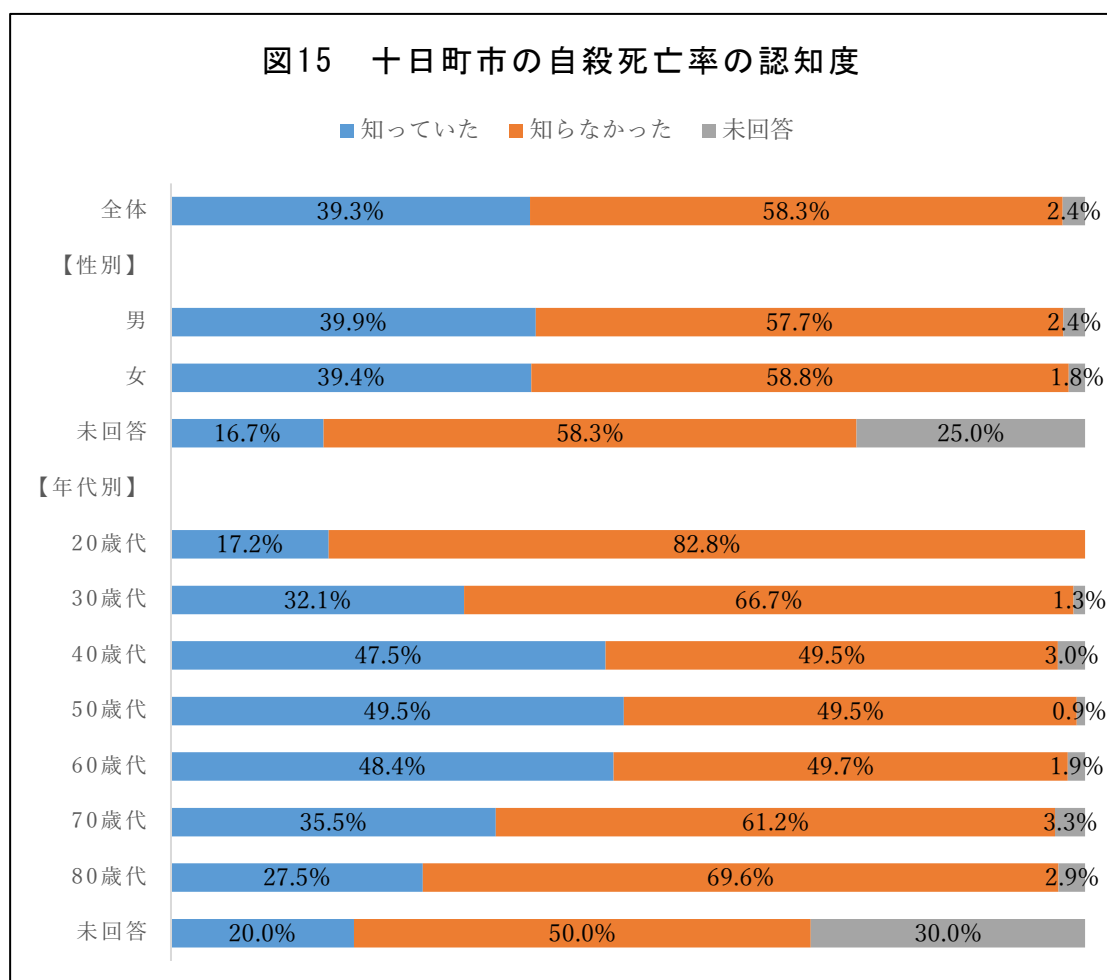
十日町市民の自殺に関する意識について実態把握をすることを目的に、平成30年5月に市内に住所を有する20歳から84歳までの1,500人を無作為抽出し、市民アンケートを実施しました。回収数736人、回収率49.1%の結果は下記のとおりです。調査概要等、詳細については関係資料に掲載をしています。

### 【アンケート結果】

#### (1) 自殺に対する認識について

##### ① 自殺死亡率の認知度

十日町市の自殺死亡率は年々減少傾向ではありますが、平成28年は33.4と新潟県の21.8、全国の16.8を上回っていることを知っているか聞いたところ、「知っていた」が39.3%、「知らなかった」が58.3%となっています。年代別に見ると30歳以下や70歳以上で「知らなかった」という回答が6割を超えています。



## ② 自殺についての意見

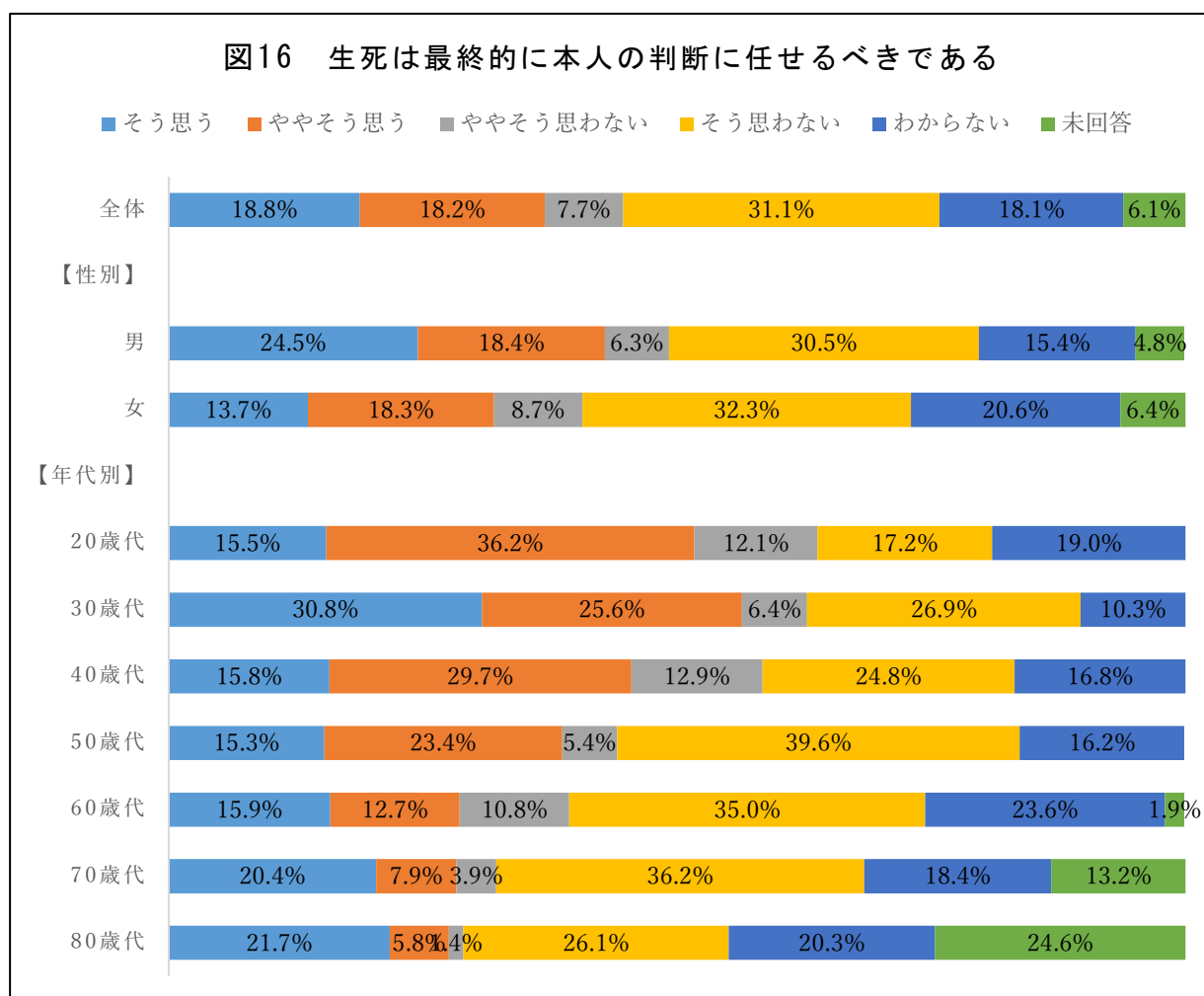
自殺についての5つの意見に対してそう思うか、思わないかを聞いたところ以下のとおりでした。

### a 生死は最終的に本人の判断に任せるべきである

「そう思う」と「ややそう思う」を合わせた『そう思う』が37.0%、「そう思わない」「ややそう思わない」を合わせた『そう思わない』が38.8%となっています。なお、「わからない」と答えた割合は18.1%となっています。

性別に見ると、男性で『そう思う』と答えた割合が多く、女性で『そう思わない』と答えた割合が高くなっています。

年代別に見ると、20～40歳代で『そう思う』と答えた割合が高く、50～70歳代で『そう思わない』と答えた割合が高くなっています。

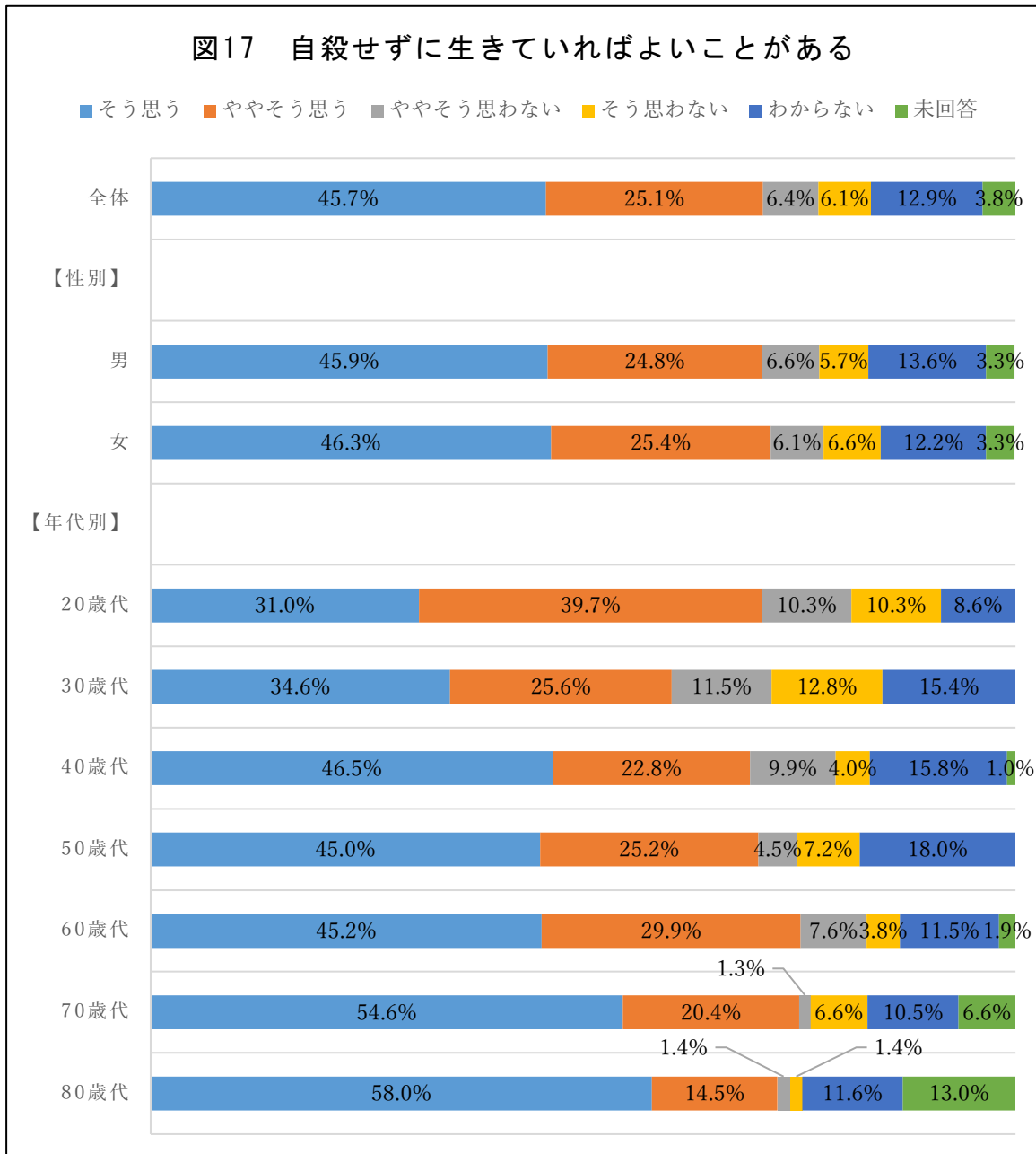


## b 自殺をせずに生きていけばよいことがある

「そう思う」と「ややそう思う」を合わせた『そう思う』が70.8%、「そう思わない」「ややそう思わない」を合わせた『そう思わない』が12.5%となっています。なお、「わからない」と答えた割合は12.9%となっています。

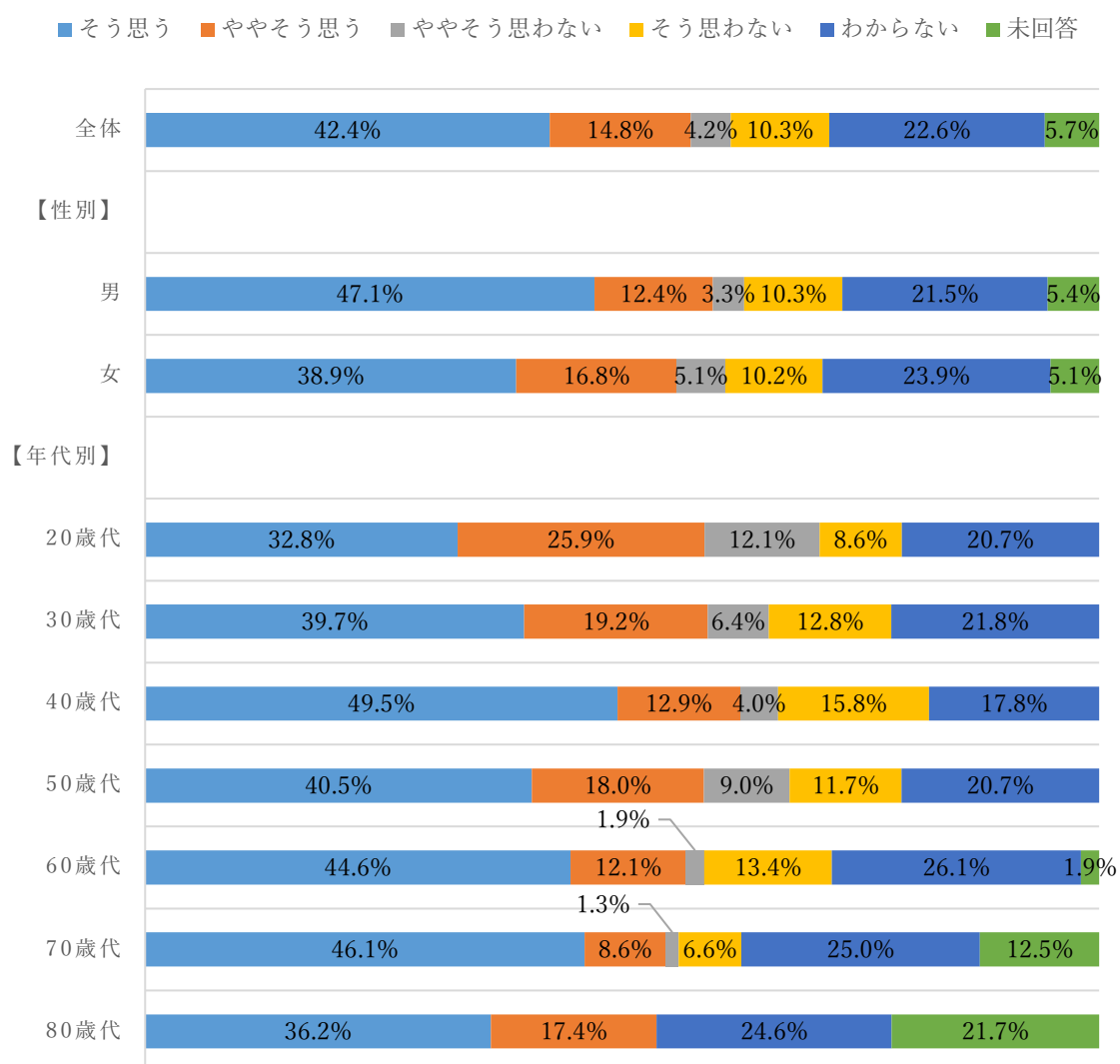
性別に見ても、大きな差はありませんでした。

年代別に見ると、20歳代、30歳代で『そう思わない』と答えた者の割合が高くなっています。



c 自殺をする人は、直前まで実行するかやめるか気持ちが揺れ動いている  
「そう思う」と「ややそう思う」を合わせた『そう思う』が 57.2%、「そ  
う思わない」「やや思わない」を合わせた『そう思わない』が 14.5%と  
なっています。なお、「わからない」と答えた割合は 22.6%となっています。  
性別に見ても、大きな差はありませんでした。  
年代別に見ると、20 歳から 60 歳代で『そう思わない』と答えた割合が高  
くなっています。

図18 自殺をする人は、直前まで実行するか  
やめるか気持ちが揺れ動いている

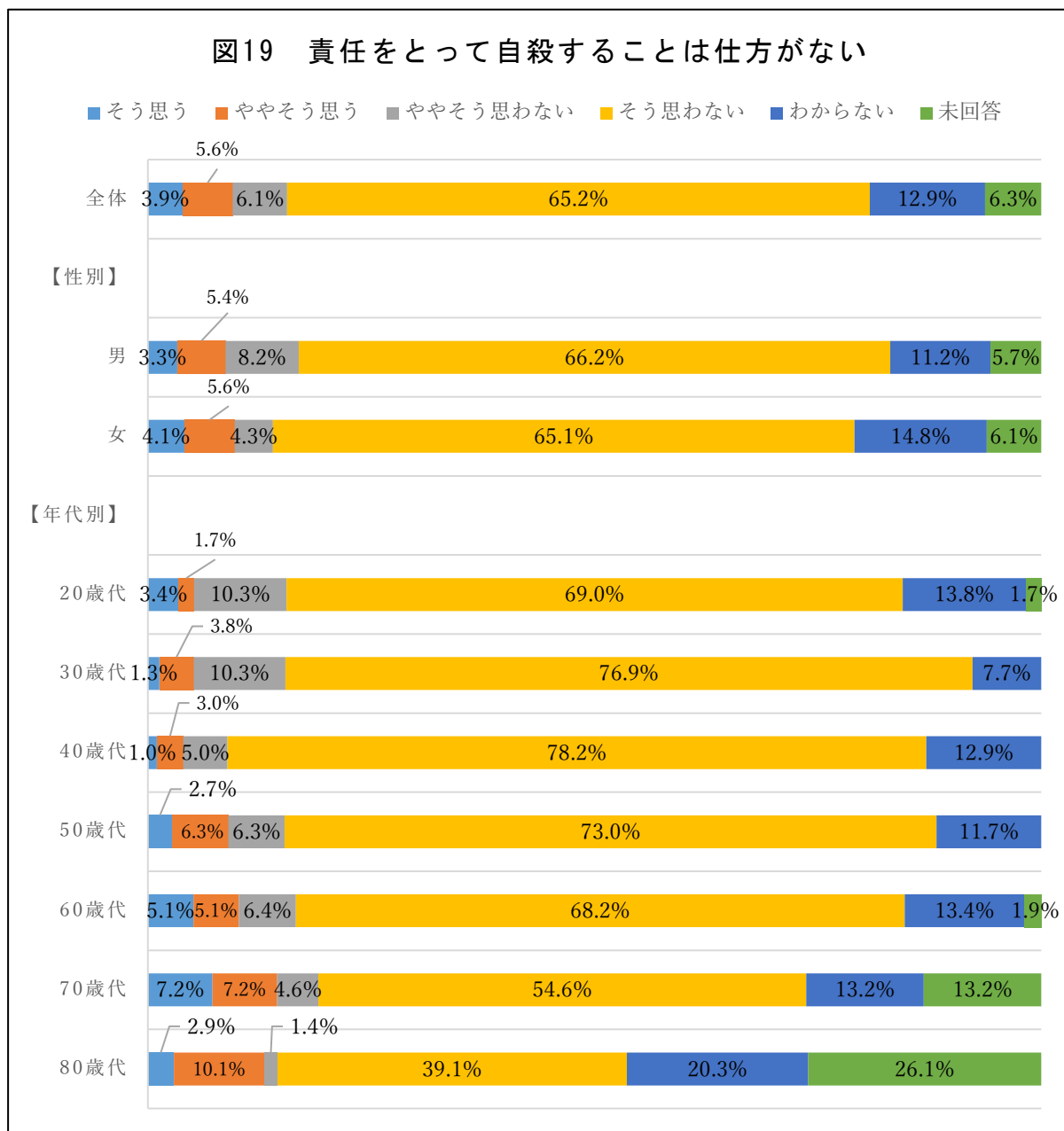


#### d 責任をとって自殺することは仕方がない

「そう思う」と「ややそう思う」を合わせた『そう思う』が9.5%、「そう思わない」「ややそう思わない」を合わせた『そう思わない』が71.3%となっています。なお、「わからない」と答えた割合は12.9%となっています。

性別に見ても、大きな差はありませんでした。

年代別に見ると、70歳代、80歳代では『そう思う』と答えた割合が高くなっています。



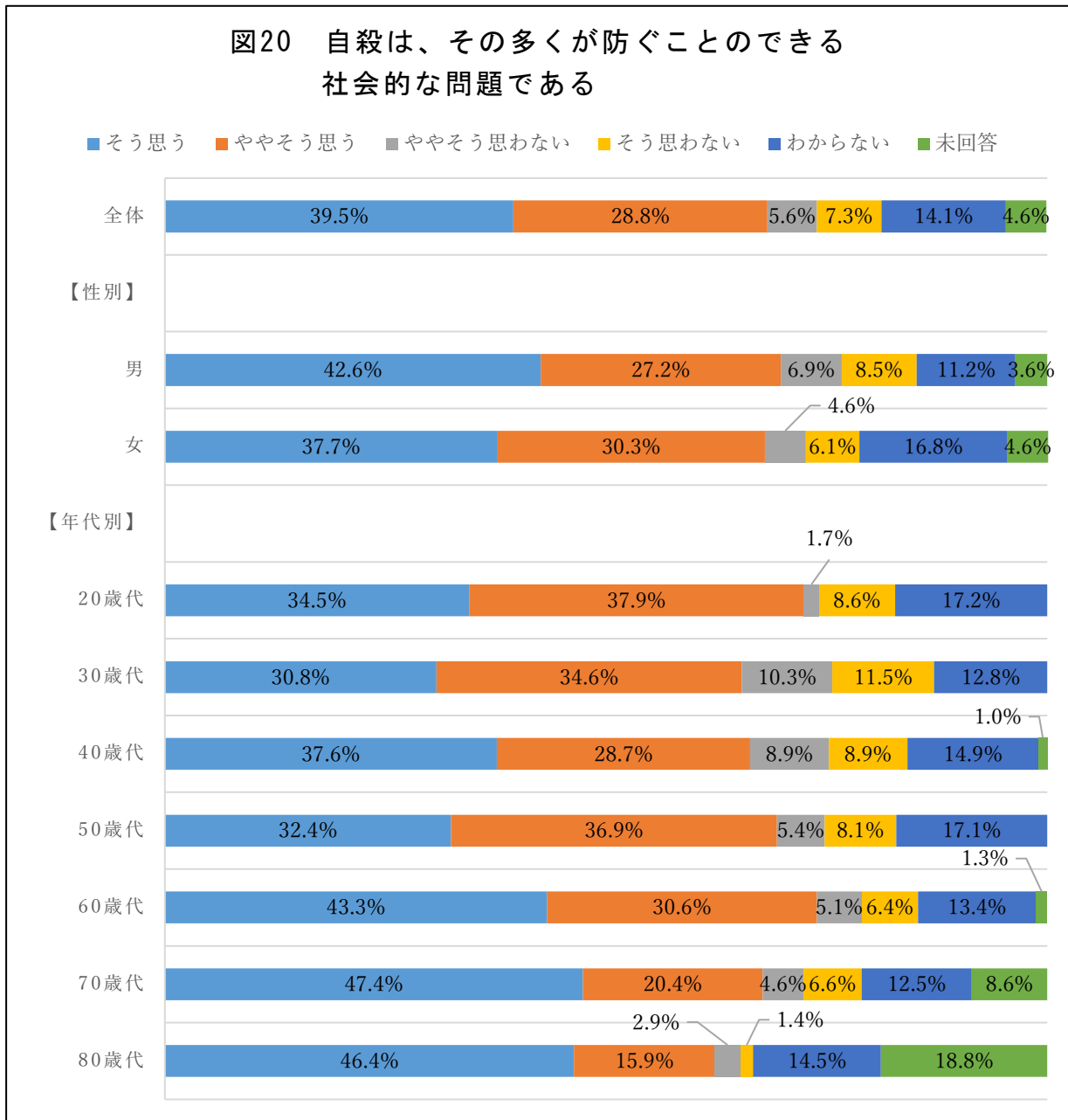
e 自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題である

「そう思う」と「ややそう思う」を合わせた『そう思う』が 68.3%、「そう思わない」「ややそう思わない」を合わせた『そう思わない』が 12.9%となっています。なお、「わからない」と答えた者の割合は 14.1%となっています。

性別で見ると、大きな差はありませんでした。

年代別に見ると、80歳代で『そう思わない』と答えた割合が低くなっています。

図20 自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題である



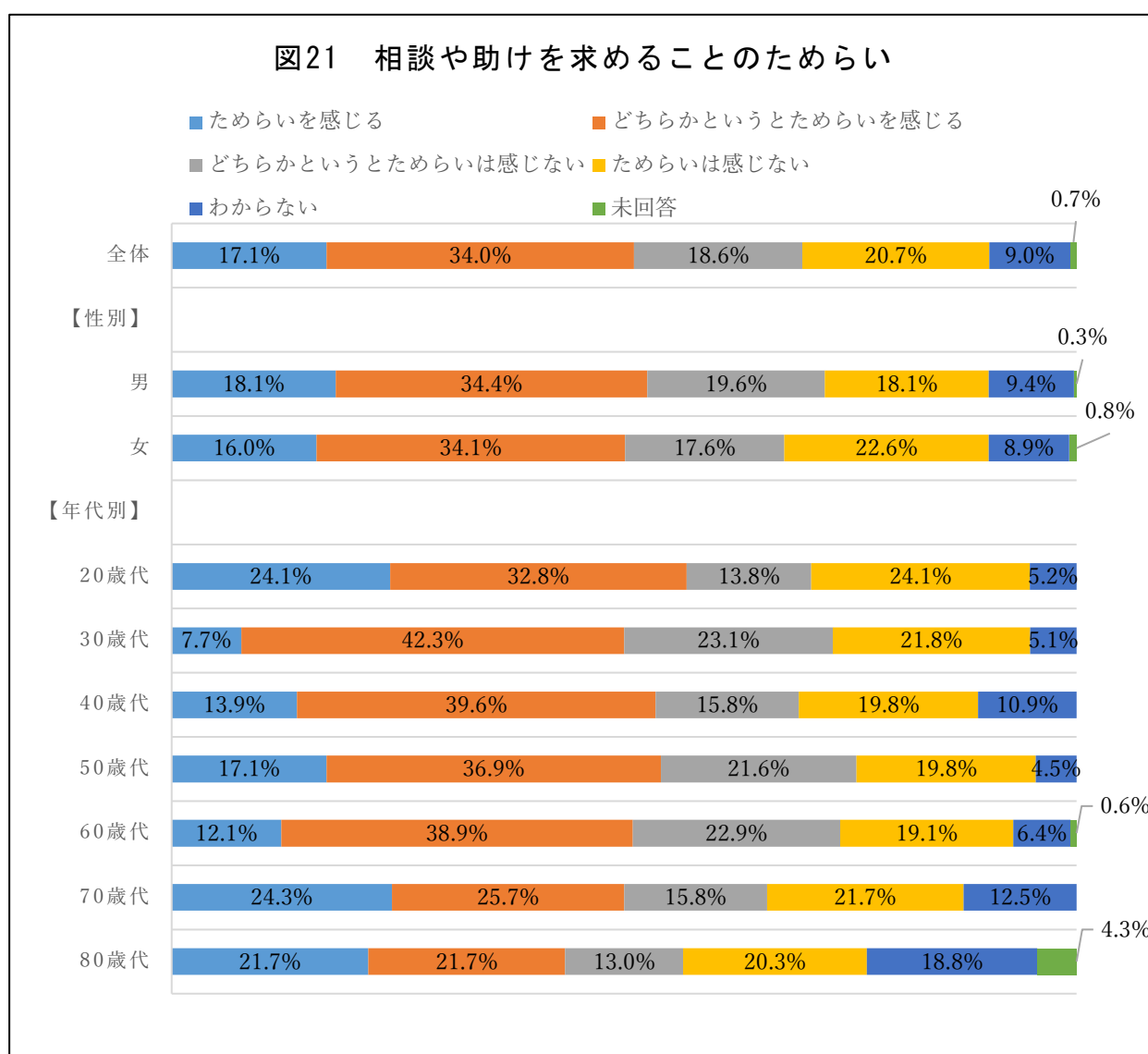
## (2) 相談に関する意識について

### ①相談や助けを求めることへのためらい

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るか聞いたところ、「ためらいを感じる」と「どちらかというともためらいを感じる」を合わせた『ためらいを感じる』が51.1%、「ためらいを感じない」「どちらかといえばためらいを感じない」を合わせた『ためらいを感じない』が39.3%となっています。なお、「わからない」と答えた割合は9.0%となっています。

性別で見ると、大きな差はありませんでした。

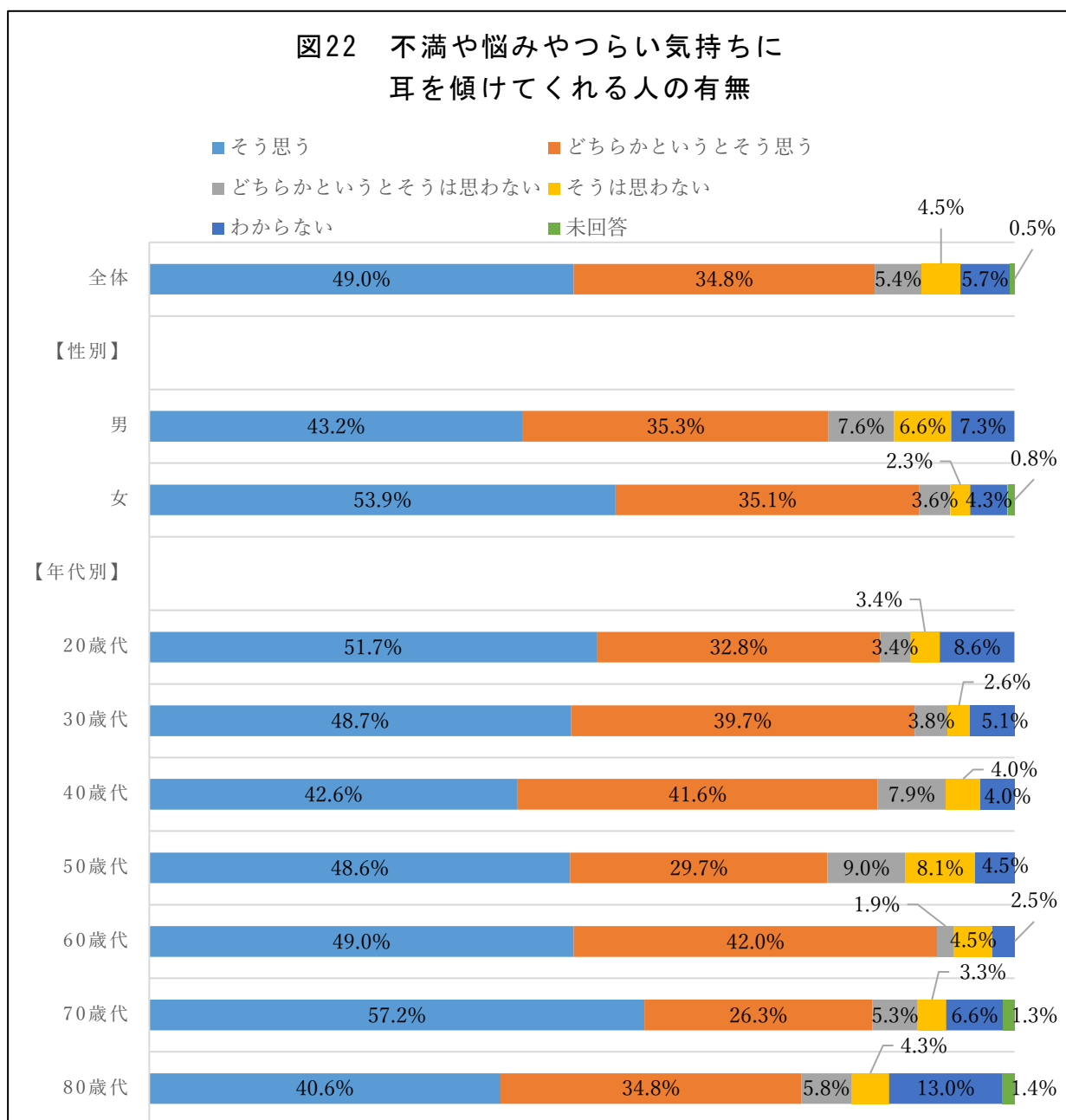
年代別でも大きな差はありませんが、20歳代、40歳代、50歳代で『ためらいを感じる』と回答した割合がやや高くなっています。



## ②不満や悩みやつらい気持ちに耳を傾けてくれる人の有無

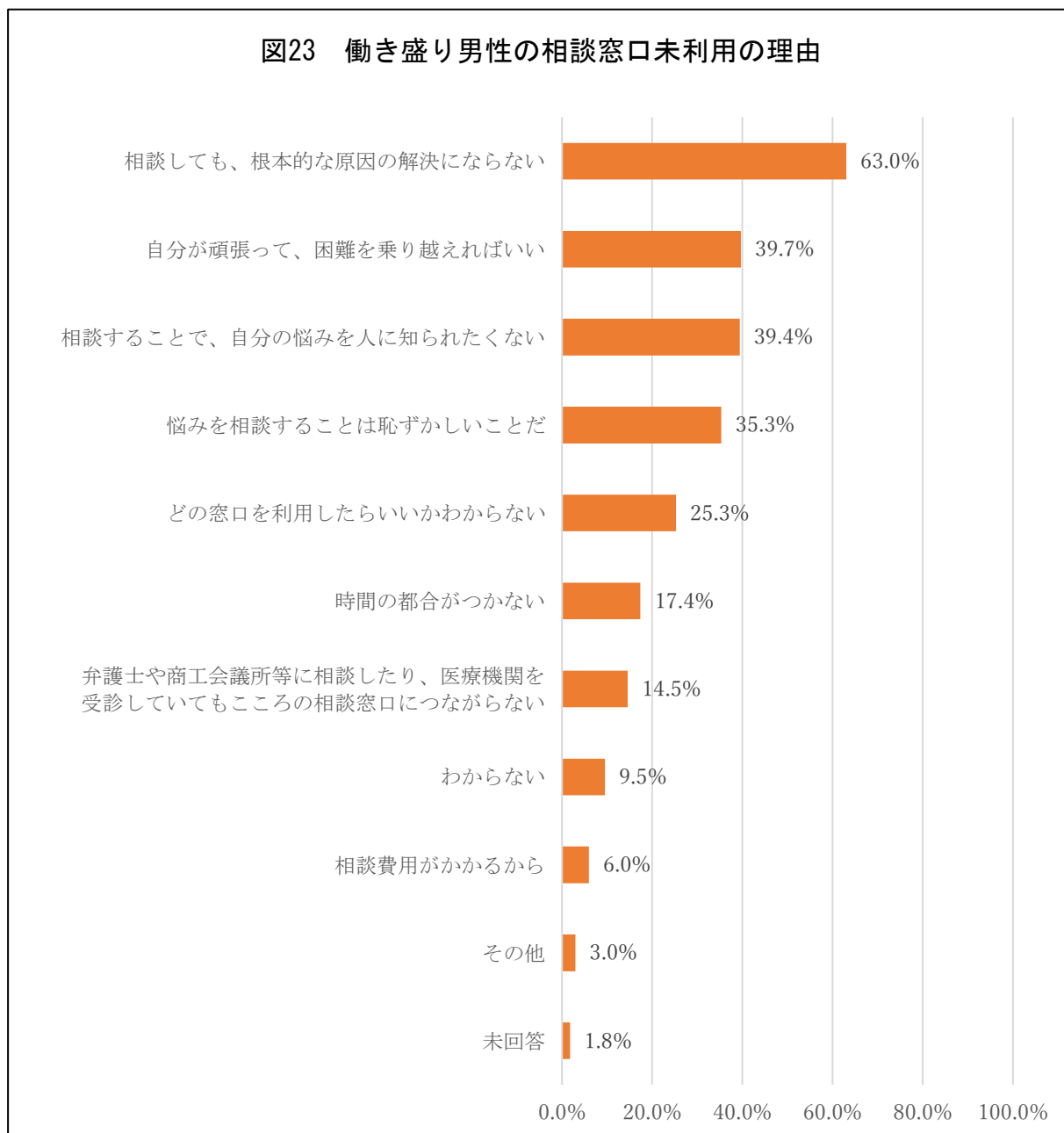
不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思うか聞いたところ、「そう思う」と「どちらかというと思う」を合わせた『そう思う』が83.5%、「そう思わない」「どちらかというと思わない」を合わせた『そう思わない』が9.9%となっています。なお、「わからない」と答えた割合は5.7%となっています。

性別では、男性が『そう思う』との回答が女性に比べて少なくなっています。年代別では50歳代、80歳代で『そう思う』との回答が少なくなっています。



### ③働き盛り男性の相談窓口未利用の理由

働き盛り男性は、悩みを抱えていても、相談窓口を利用しないことが多く見られるため、利用しない理由を聞いたところ、「相談しても、根本的な原因の解決にならない」という理由が63.0%、次いで「自分が頑張っ、困難を乗り越えればいい」39.7%、「相談することで、自分の悩みを人に知られたくない」39.4%となっています。



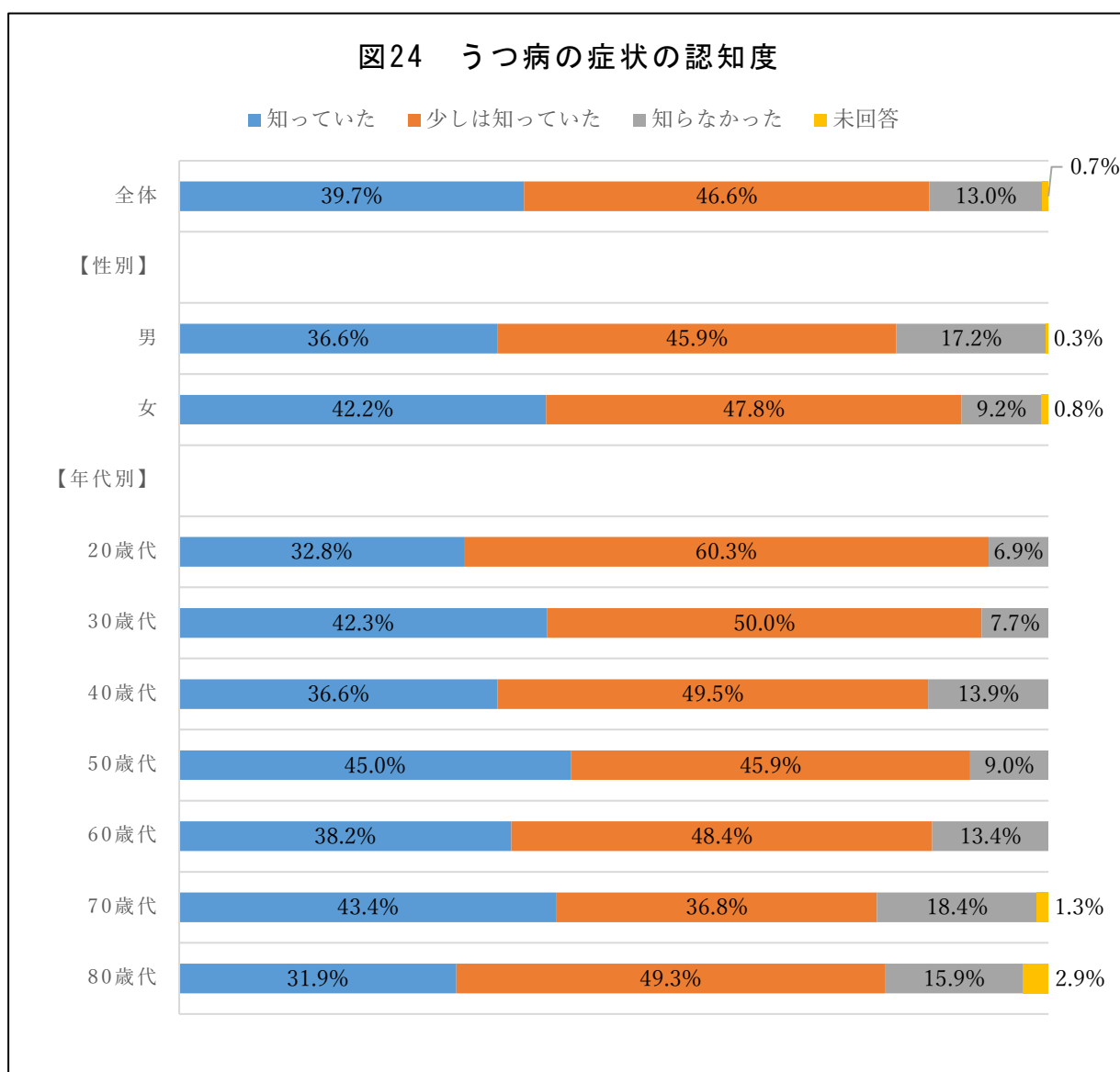
### (3) うつ病に関する知識と対応について

#### ① うつ病の症状の認知度

「知っていた」「少しは知っていた」をあわせた『知っていた』が86.3%、「知らなかった」が13.0%となっています。

性別に見ると、大きな差はありませんでした。

年代別に見ると40歳代、60歳代以上で「知らなかった」との回答がやや多い状況です。

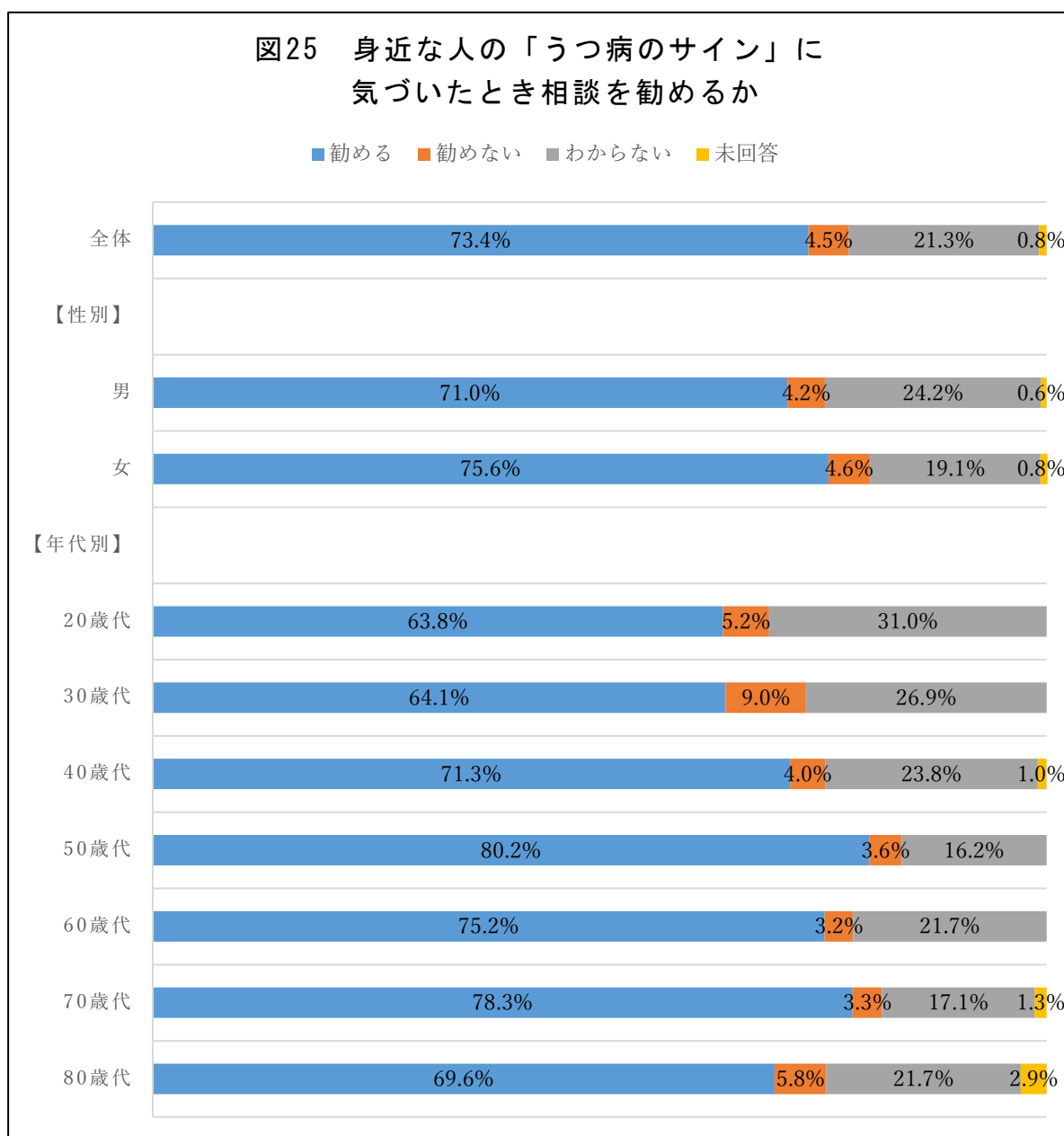


## ②身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき相談を勧めるか

家族等身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、専門の相談窓口へ相談することを勧めるか聞いたところ、「勧める」が73.4%、「勧めない」が4.5%となっています。なお、「わからない」と答えた者の割合は21.3%となっています。

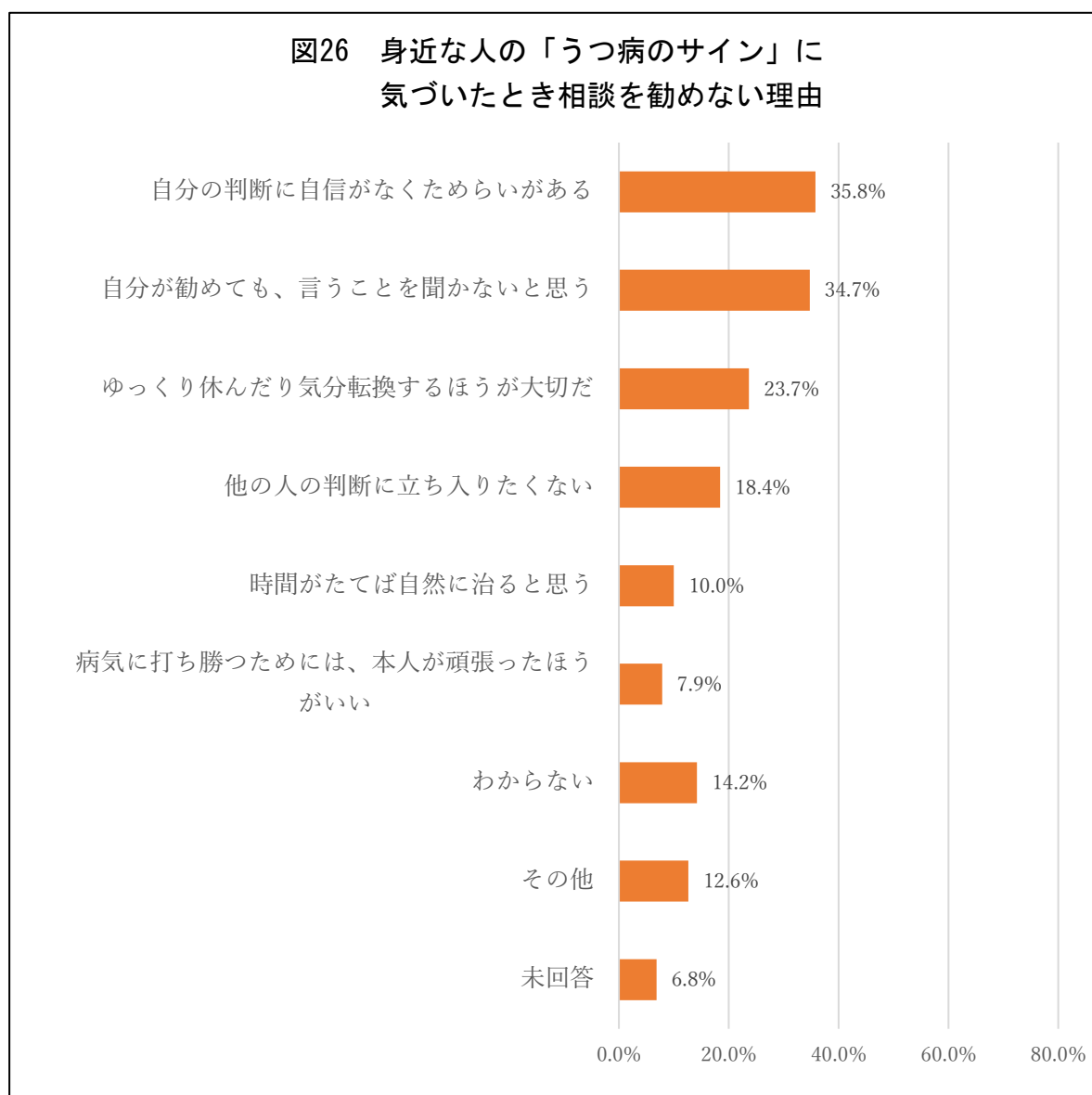
性別に見ると、大きな差はありません。

年代別に見ると、20歳代、30歳代、80歳代で「勧めない」と答えた割合が他の年代に比べやや高くなっています。



### ③身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、相談を勧めない理由

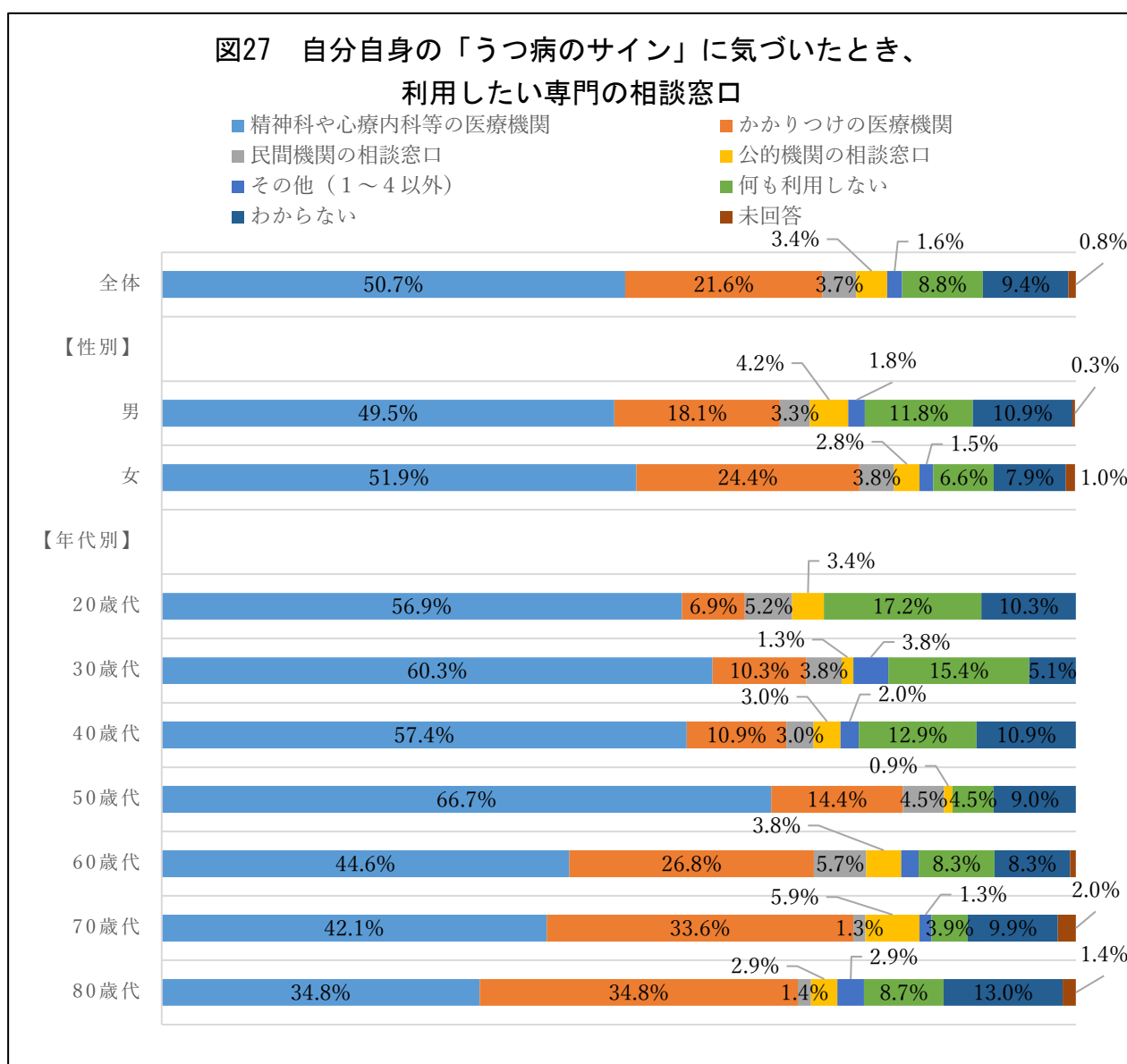
身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、専門の相談窓口を「勧めない」「(勧めるかどうか) わからない」と答えた190人に勧めない理由を聞いたところ、「自分の判断に自信がなくためらいがある」と答えた割合が35.8%と最も高くなっています。以下、「自分が勧めても、言うことを聞かないと思う」(34.7%)、「ゆっくり休んだり気分転換するほうが大切だ」(23.7%)「他の人の判断に立ち入りたくない」(18.4%)「わからない」(14.2%)「時間がたてば自然に治ると思う」(10.0%)となっています。



#### ④自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、利用したい専門の相談窓口

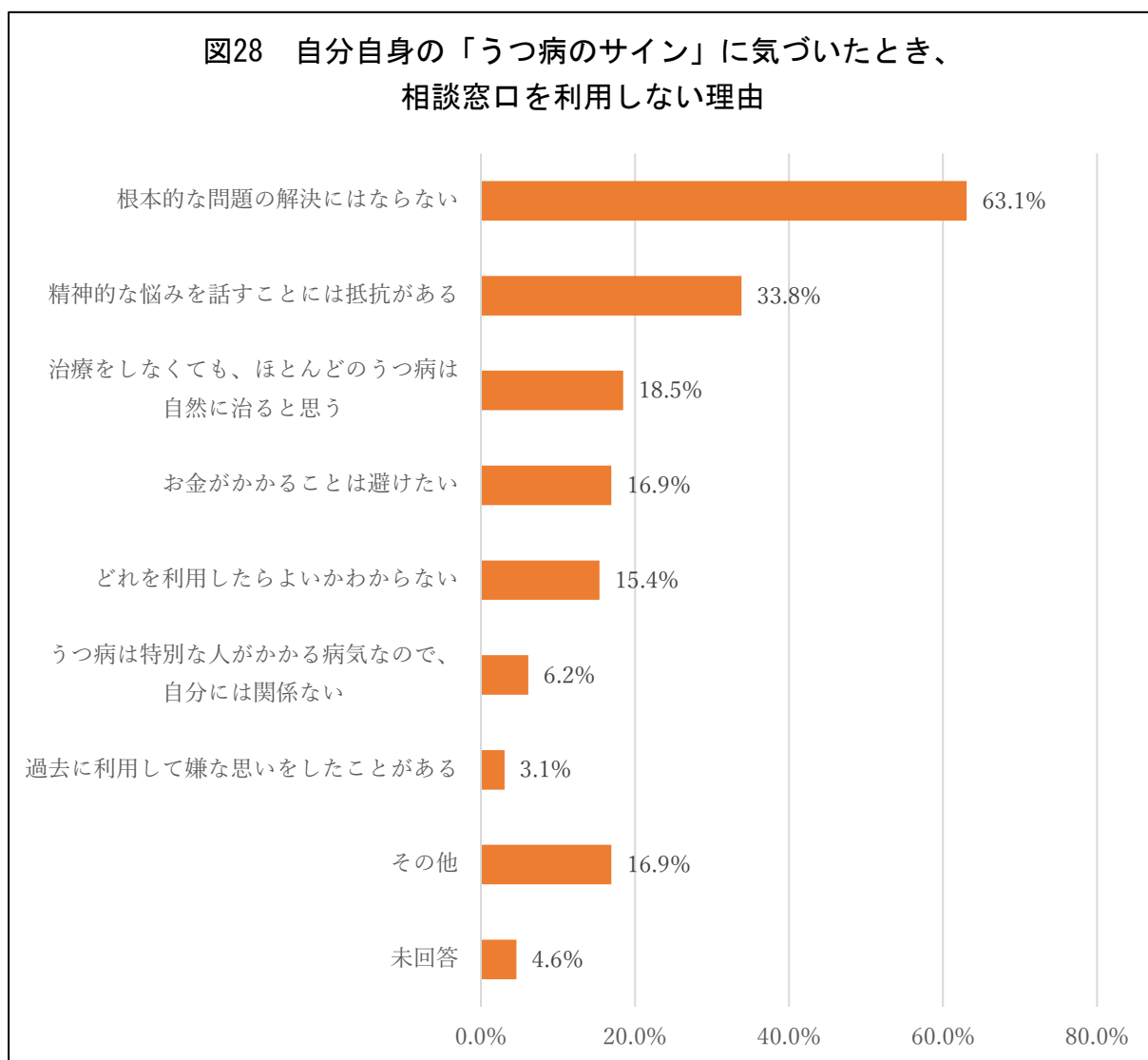
自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、利用したい専門の相談窓口を聞いたところ、「精神科や心療内科等の医療機関」50.7%と最も高くなっている。以下、「かかりつけの医療機関」21.6%、「民間機関の相談窓口」3.7%、「公的機関の相談窓口」3.4%となっています。なお、「何も利用しない」8.8%、「わからない」9.4%となっています。

年代別にみると50歳以下で「精神科や心療内科等の医療機関」と答えた割合が高くなっています。また年代が高くなるにつれ、「かかりつけの医療機関」と答えた割合が高くなっていきます。なお、20～40歳代で「何も利用しない」と答えた割合が高くなっています。



## ⑤自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、相談窓口を利用しない理由

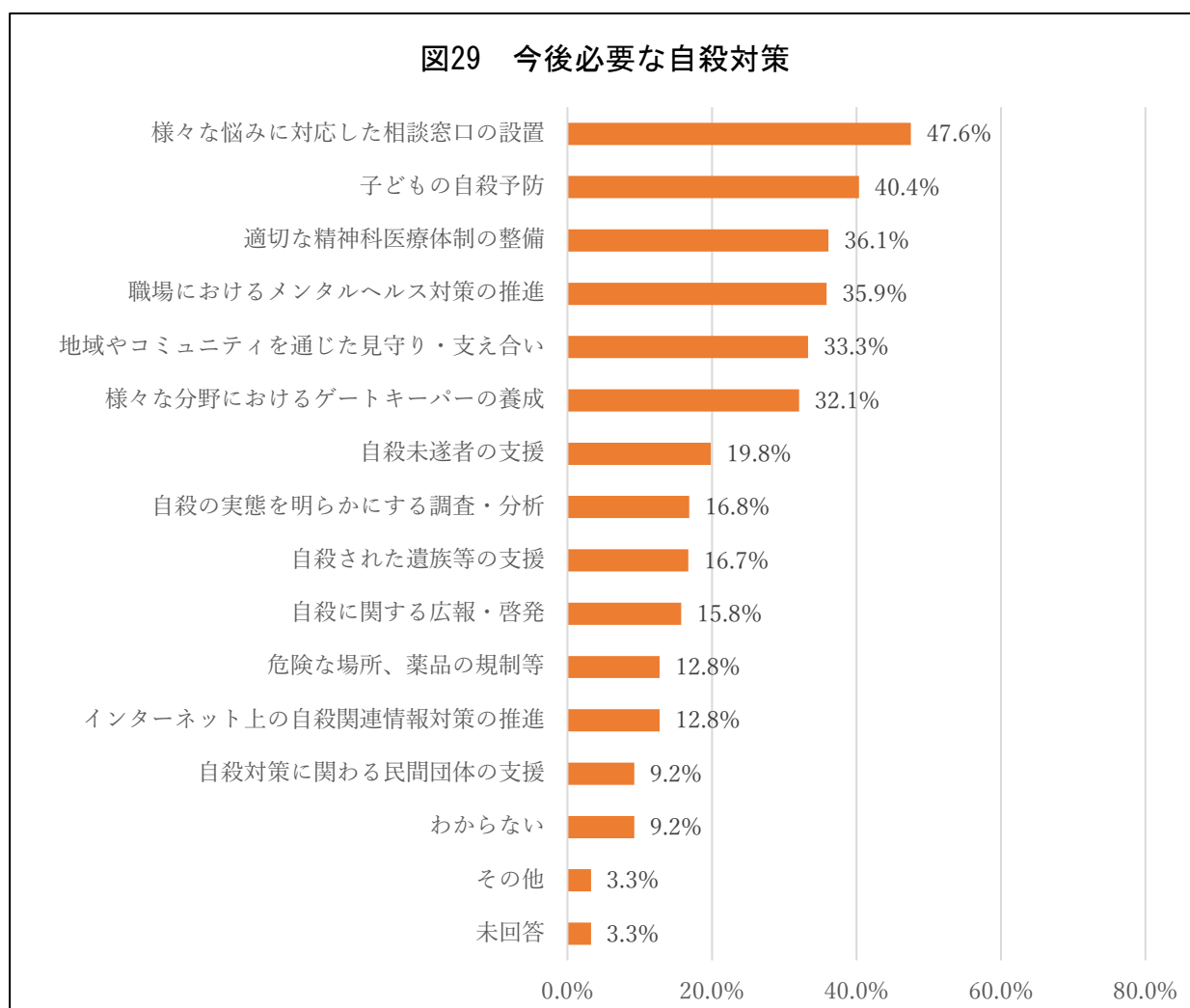
自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、専門の相談窓口を「何も利用しない」と答えた65人に、利用しない理由を聞いたところ、「根本的な問題の解決にはならない」と答えた割合が63.1%と最も高くなっています。以下、「精神的な悩みを話すことには抵抗がある」(33.8%)、「治療をしなくても、ほとんどのうつ病は自然に治ると思う」(18.5%)、「お金がかかることは避けたい」(16.9%)、「その他」(16.9%)、「どれを利用したらよいかわからない」(15.4%)、「うつ病は特別な人がかかる病気なので、自分には関係ない」(6.2%)、「過去に利用して嫌な思いをしたことがある」(3.1%)となっています。



#### (4) 十日町市の自殺対策に必要な取組について

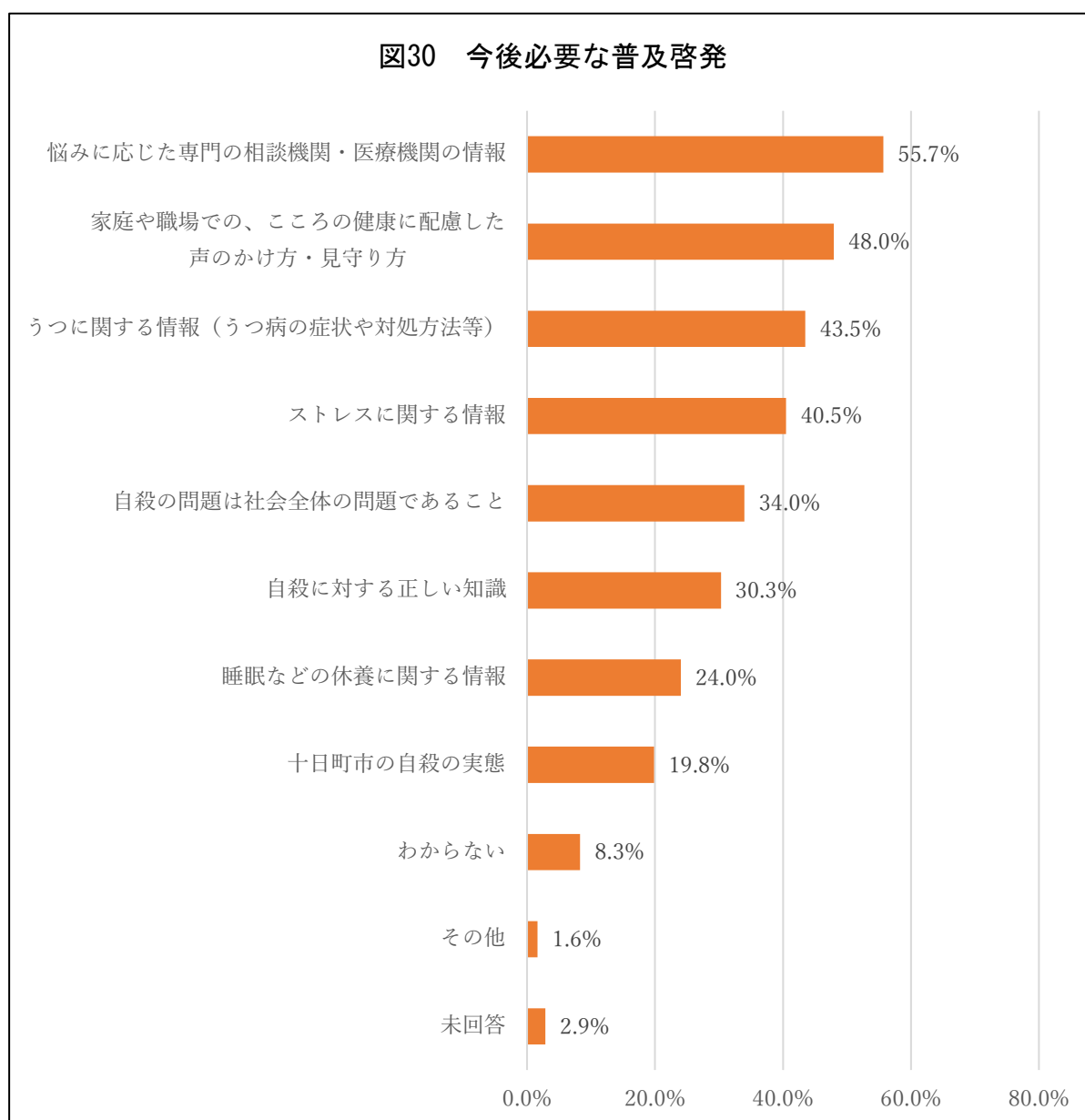
##### ① 今後必要な自殺対策

今後求められるものとして、どのような自殺対策が必要になると思うか聞いたところ、「様々な悩みに対応した相談窓口の設置」と答えた割合が47.6%と最も高くなっています。以下「子どもの自殺予防」(40.4%)、「適切な精神科医療体制の整備」(36.1%)、「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」(35.9%)、「地域やコミュニティを通じた見守り・支え合い」(33.3%)、「様々な分野におけるゲートキーパーの養成」(32.1%)、「自殺未遂者の支援」(19.8%)、「自殺の実態を明らかにする調査・分析」(16.8%)、「自殺された遺族等の支援」(16.7%)、「自殺に関する広報・啓発」(15.8%)、「危険な場所、薬品の規制等」(12.8%)、「インターネット上の自殺関連情報対策の推進」(12.8%)、「自殺対策に関わる民間団体の支援」(9.2%)、「その他」(3.3%)となっています。なお、「わからない」とした回答は9.2%となっています。



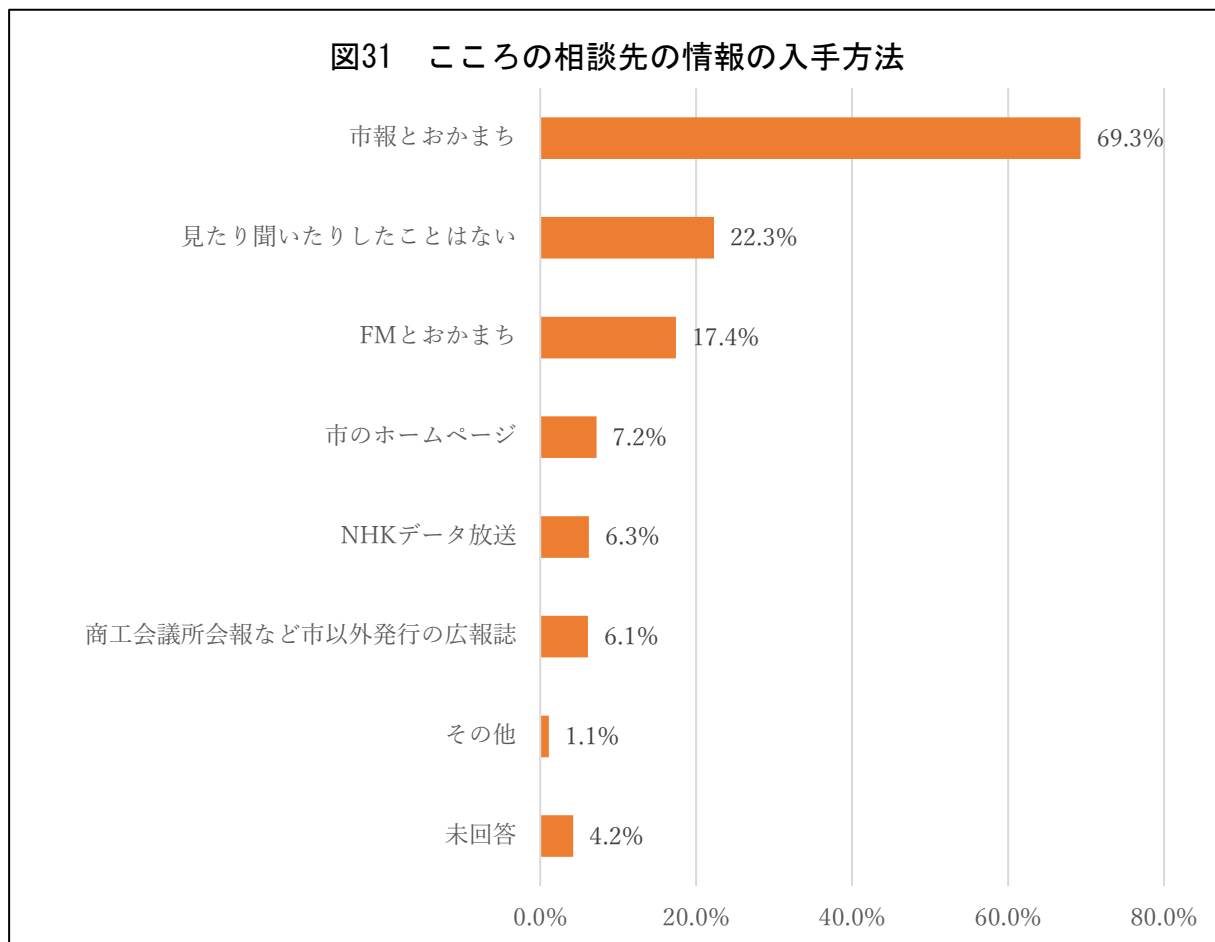
## ②今後必要な普及啓発

今後求められるものとして、どのような普及啓発が必要になると思うか聞いたところ、「悩みに応じた専門の相談機関・医療機関の情報」と答えた割合が55.7%と最も高くなっています。以下「家庭や職場での、こころの健康に配慮した声のかけ方・見守り方」(48.0%)、「うつに関する情報」(43.5%)、「ストレスに関する情報」(40.5%)、「自殺の問題は社会全体の問題であること」(34.0%)、「自殺に対する正しい知識」(30.3%)、「睡眠等の休養に関する情報」(24.0%)、「十日町市の自殺の実態」(19.8%)、「その他」(1.6%)となっています。なお、「わからない」とした回答は8.3%となっています。



### ③こころの相談先の情報の入手方法

「こころの相談先」の情報の入手方法について聞いたところ、「市報とおかまち」と答えた割合が69.3%と最も高くなっています。以下「FMとおかまち」(17.4%)、「市のホームページ」(7.2%)、「NHKデータ放送」(6.3%)、「商工会議所会報等市以外発行の広報誌」(6.1%)、「その他」(1.1%)となっています。なお、「見たり聞いたりしたことはない」とした回答は22.3%となっています。



## 第3章 十日町市の自殺対策における取組

### 1 基本理念

誰も自殺に追い込まれることのない十日町市の実現を目指す

### 2 基本方針

国の自殺総合対策大綱を踏まえて、十日町市では以下の5点を、自殺対策における「基本方針」としてしています。

- (1) 自殺対策を生きることの包括的な支援として推進する。
- (2) 関連する他の施策と連携させることで、総合的な対策として展開する。
- (3) 対応のレベルと段階に応じた、様々な施策の効果的な連動を図る。
- (4) 自殺対策における実践的な取組と自殺問題の啓発的な取組を合わせて推進する。
- (5) 関係者の役割を明確化するとともに、関係者同士が連携・協働して取組を推進する。

#### 基本方針1 自殺対策を生きることの包括的な支援として推進

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取組のみならず、地域における「生きる支援」に関連するあらゆる取組を総動員し、「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。

#### 基本方針2 関連する他の施策と連携させることで、総合的な対策として展開

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を送れるようにするには精神保健の視点だけでなく、社会・経済的な視点を含んだ様々な取組が重要です。このような取組を包括的に実施するためには、様々な分野の関係者や組織等が緊密に連携する必要があります。

自殺のリスク要因となり得る生活困窮、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に、様々な関係者や組織等が連携して取組を展開しています。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あたる関係者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。

特に、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等、自殺対策事業と関連の深い精神科医療、保健、福祉等に関する各種施策との連動性を高めていくことにより、誰もが住み慣れた地域で、適切な精神保健医療福祉サービスを受けられる地域社会づくりを進めていく必要があります。

### **基本方針3 対応のレベルと段階に応じた、様々な施策の効果的な連動**

自殺対策は、自殺のリスクを抱えた個人等に支援を行う「対人支援のレベル」、支援者や関係機関同士の連携を深めていくことで、支援の網の目からこぼれ落ちる人を生まないようにする「地域連携のレベル」、さらには支援制度の整備等を通じて、人を自殺に追い込むことのない地域社会の構築を図る「社会制度のレベル」という3つのレベルに分けることができます。社会全体の自殺リスクの低下につながり得る、効果的な対策を講じるためには、様々な関係者の協力を得ながらそれぞれのレベルにおける取組を、強力かつ総合的に推進していくことが重要です。

また、時系列的な対応の段階としては、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」という、3つの段階が挙げられ、それぞれの段階において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組」として、学校では今後、児童生徒等を対象に、「SOSの出し方に関する教育」を推進することも重要とされます。

### **基本方針4 自殺対策における実践的な取組と自殺問題の啓発的な取組を合わせて推進**

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は未だ十分に理解されていないのが現状です。そのため、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ことが適切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。

全ての市民が、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、精神科医等の専門家につなぐとともに、そうした専門家と協力しながら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ことが重要です。

### **基本方針5 関係者の役割を明確化するとともに、関係者同士が連携・協働して取組を推進**

「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、国や地方公共団体、関係団体、民間団体、企業、そして何より市民の皆さん一人ひとりと共に連携・協働し、一体となって自殺対策を推進していく必要があります。

「誰も自殺に追い込まれることのない十日町市」の実現に向けては、この地域社会で暮らす私たち一人ひとりが一丸となって、それぞれができる取組を進めていくことが重要です。

### 3 施策体系

十日町市の自殺対策は、大きく3つの施策群で構成されています。

国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」においてすべての市町村が共通して取り組むべきとされている「基本施策」と十日町市の自殺の実態を踏まえてまとめた「重点施策」、さらに、その他の事業をまとめた「生きる支援の関連施策」です。

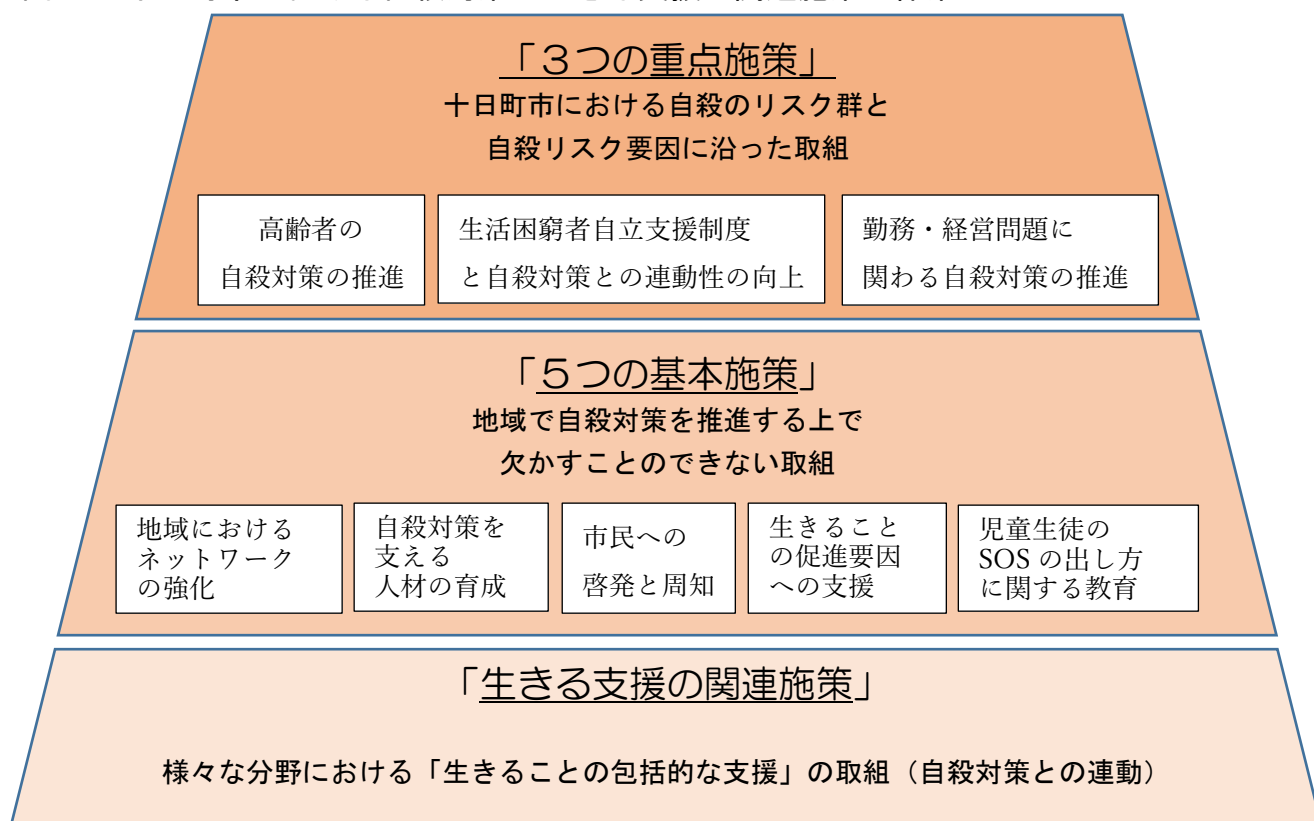
「基本施策」は、「地域におけるネットワークの強化」や「自殺対策を支える人材の育成」等、地域で自殺対策を推進する上で欠かすことのできない基盤的な取組です。そのため「事前対応」「危機対応」「事後対応」「事前対応の更に前段階での取組」のすべての段階に及び、分野的にも「実践」と「啓発」の両方を網羅した、幅広い内容となっています。

一方、「重点施策」は十日町市における自殺のハイリスク群である高齢者と、自殺のリスク要因となっている、生活困窮者対策、勤務・経営問題の焦点を絞った取組です。それぞれの対象に関わる様々な施策を結集させることで、一体的かつ包括的な施策群となっています。

また、「生きる支援の関連施策」は、十日町市において既に行なわれている様々な事業を、自殺対策と連携して推進するために、取組の内容ごとに分類した施策群です。

このように施策の体系を定めることで、十日町市の自殺対策を「生きることの包括的な支援」として、推進していきます。

図 31 十日町市における自殺対策と生きる支援の関連施策の体系



## 4 基本施策

基本施策とは、地域で自殺対策を推進する上で欠かすことのできない基盤的な取組、すなわち「地域におけるネットワークの強化」「自殺対策を支える人材の育成」「市民への啓発と周知」「生きることの促進要因への支援」「児童生徒のSOSの出し方に関する教育」の5つです。

これらの施策それぞれを強力に、かつこれらを連動させて総合的に推進することで、十日町市における自殺対策の基盤を強化します。

継続（継）：十日町市がすでに取組んでいる事業  
 拡充（拡）：十日町市がすでに取組んでいる事業で今後、拡充をすすめる事業  
 新規（新）：十日町市が今後、取組及び検討をすすめる事業  
 外部（外）：新潟県等の関係行政機関、民間団体による事業

### 基本施策1 地域におけるネットワークの強化

自殺対策を推進する上での基盤となる取組が、地域におけるネットワークの強化です。そのため、自殺対策に特化したネットワークだけでなく、他の事業を通じて地域に展開されているネットワーク等と自殺対策との連携の強化にも取組んでいきます。

#### (1) 地域におけるネットワークの強化

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 続	十日町市自殺予防対策連絡会	市役所内の各分野の部署及び市役所以外の関係機関や民間団体等と緊密な連携を図るとともに、様々な関係者の知見を活かして自殺対策を総合的かつ効果的に推進するために設置・開催する。	健康づくり推進課	年1回
継 続	十日町市自殺対策庁内推進会議	市として取組むべき自殺対策事業の選定及び事業の推進に関する協議・決定を行うとともに、庁内の横断的な体制を整え、自殺対策を推進するために設置・開催する。	健康づくり推進課	年1回
拡 充	地域包括ケアシステムの構築（精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築）	誰もが住み慣れた地域で安心して自分らしい暮らしを続けることができるよう、「住まい・医療・介護・介護予防・生活支援」を地域で一体的に提供する地域包括ケアシステムの構築を目指す。（精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築を目指す。）	地域ケア推進課 福祉課 健康づくり推進課	随時

継続・外部	関係機関の更なる連携強化に向けた研修	様々な分野における支援策の連動・連携を更に強化していくため、各分野の支援策や相談窓口の情報等について、相談担当職員がともに学ぶ研修会等を開催する。	健康づくり推進課 十日町地域振興局健康福祉部 等	随時
-------	--------------------	---	-----------------------------	----

(2) 特定の問題に関する連携・ネットワークの強化

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継続	地域自立支援協議会	医療・保健・福祉・教育及び就労に関係する機関とのネットワークを構築し、体制を整える。	福祉課	随時
継続・外部	生活保護制度や生活困窮者自立支援制度との連携強化	自殺対策と生活困窮者に対する各種事業との連携を強化し、自殺リスクの高い生活困窮者を関係機関が連携して支援を行うための基盤を整える。	福祉課 十日町市社会福祉協議会	随時
拡充	保幼小連携推進事業	担当指導主事を配置し、研修会の開催等を通して、保育園、幼稚園及び小学校の連携を推進する。小学校区毎に作成した架け橋期プログラムの進捗管理等を通して、就学までに育みたいこども像と必要な資質への共通理解を促進し、就学後の不登校等の発生を予防する。	学校教育課	随時

【評価指標】

評価項目	策定時 平成 29 年度	目標値 令和 6 年度	改訂時（現状値） 令和 6 年度	目標値 令和 10 年度
十日町市自殺対策 庁内推進会議	なし	年 1 回	年 1 回	年 1 回

## 基本施策2 自殺対策を支える人材の育成

地域のネットワークは、それを担い支える人材がいて、初めて機能するものです。そのため自殺対策を支える人材の育成は、対策を推進する上での基礎となる重要な取組です。市民アンケートの結果からも、今後必要な自殺対策として「様々な分野におけるゲートキーパー研修」が32.1%、今後必要な普及啓発として「家庭や職場でのこころの健康に配慮した声のかけ方・見守り方」が48.0%と市民も必要性を感じています。十日町市では自殺対策を強力に推進していくために、様々な分野の専門家や関係者だけでなく、市民を対象にした研修等を開催することで、専門の窓口を勧めるポイントを周知し地域のネットワークの担い手、支え手となる人材を育成していきます。

### (1) 様々な職種を対象とした研修の実施

	事業・取組	内容	担当及び関係機関	計画
継続・外部	専門職及び相談窓口担当職員向けゲートキーパー研修会	保健、医療、介護、福祉、教育、経済、労働等、様々な分野において相談・支援等を行う専門職従事者及び相談窓口担当職員に対し、ゲートキーパー研修会を実施する。併せて、相談者が直面しがちな様々な自殺リスクについて学ぶ機会を提供する。	健康づくり推進課 福祉課 市民生活課 子育て支援課 税務課 学校教育課 上下水道局 都市計画課 教育総務課 委託事業所 等	年1回
継続・外部	ハイリスク者支援・事例検討会等人材育成	ハイリスク者支援事例検討会、既遂事例検討会、アルコール問題支援者相談会等において、自殺リスク及び対応のポイントを学ぶため研修会等を行なう。	十日町地域振興局 健康福祉部	随時

### (2) 市民に対する研修

	事業・取組	内容	担当及び関係機関	計画
継続	市民向けのゲートキーパー研修会	地域における自殺対策の支え手を育成することで市民に対する見守り体制の強化を図る。また、日常的に市民に対する見守り活動等に尽力している民生委員児童委員、食生活改善推進員、認知症サポーター等に対して積極的に参加を呼びかける。	健康づくり推進課 生涯学習課 福祉課 地域ケア推進課	年1回

## 【評価指標】

評価項目	策定時 平成 29 年度	目標値 令和 6 年度	改訂時（現状値） 令和 6 年度	目標値 令和 10 年度
専門職・市民向け ゲートキーパー研修会 受講者数	53 人	年平均 60 人 (R1-6 累計 360 人 以上)	年平均 73 人 (R1-6 累計 440 人)	年平均 80 人 (R1-10 累計 800 人以上)

### 基本施策 3 市民への啓発と周知

地域のネットワークを強化して相談体制を整えても、市民が相談機関や相談窓口の存在を知らなければ、問題を抱えた際に適切な支援へとつながることができません。市民アンケートの結果から「十日町市の自殺死亡率が新潟県、全国を上回っていることを知らなかった」が 58.3%、「こころの相談先を見たり聞いたりしたことのない」が 22.3%となっています。これまでも、こころのケア講演会や各種健康教育、住民健診、市報等で知識啓発を行ってきましたが、「知っていた」と回答した割合が少ない年代もありました。そのため、市民が自殺予防について理解を深められるよう講演会等の開催や相談機関等に関する情報の周知を強化するとともに、市民との様々な接点を活かしてこころのケア講演会等に参加しない層への取組も強化していく必要があります。

また、十日町市の月別自殺者の状況を見ると、4月から6月、10月・11月に自殺者が増加することから、3月の自殺対策強化月間や9月の新潟県自殺対策推進月間での取組を継続します。地域全体に向けた啓発や相談先情報の周知を地域の広報媒体や図書館等施設と連携し実施していきます。

#### (1) リーフレット等啓発グッズの作成配布

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
拡 充	リーフレットの作成配布	自殺予防の理解促進を図るため、適宜内容の充実を行いながらリーフレットを作成し、様々な機会を通じて市民への普及啓発を行う。	健康づくり推進課 各支所地域振興課	随時
継 続	自殺対策強化月間及び新潟県自殺対策推進月間キャンペーンの実施	3月の自殺対策強化月間や9月の新潟県自殺対策推進月間に合わせて、市の自殺の実態や相談先情報の周知を図る。 市報等各種広報媒体や情報館に特設コーナーを設置して、関連する本、リーフレット、ポスター等を掲示する。	健康づくり推進課 情報館	年 2 回
継 続	各種ガイドブック（転入者、障がい者支援、子育て支援等）への相談先の掲載	市の暮らしに役立つ生活情報を掲載したガイドブックの中に、生きる支援に関する様々な相談先情報を掲載し、情報周知を図る。	企画政策課 福祉課 子育て支援課	随時

## (2) 市民向けの講演会等の開催

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 続	こころのケア講演会	うつ予防及び自殺の実態や相談先情報の周知を行う。	健康づくり推進課 各支所地域振興課	年6回 以上
継 続	各種健康教育と連携した自殺予防対策の普及啓発	高齢者サロンや生活習慣病予防等の教室でうつ予防及び自殺の実態、相談先情報の周知を行う。	健康づくり推進課 各支所地域振興課 地域ケア推進課	随時
継 続	自殺予防対策重点地域における自殺対策事業	自殺予防について重点的に、うつ予防及び自殺の実態や相談先情報等の周知を図る。	健康づくり推進課 各支所地域振興課	年2回 以上
継 続	まちづくり出前講座	市職員が地域に出向き、行政に関する情報をわかりやすく説明する。また、テーマを「誰にでもあるこころの悩みやストレスを相談しよう」とし、自殺予防について市民への啓発活動を行う。	健康づくり推進課 企画政策課 各支所地域振興課	随時

## (3) 各種メディア媒体を活用した啓発活動

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
拡 充	広報誌・ホームページ等の活用	3月の自殺対策強化月間や9月の新潟県自殺対策推進月間、降雪前の時期に市報やホームページ等の媒体を活用し、うつ予防（冬季うつ含む）及び自殺の実態や相談先情報等の周知を強化する。	健康づくり推進課 企画政策課	年3回
継 続	FMとおかまちの活用	3月の自殺対策強化月間や9月の新潟県自殺対策推進月間に合わせて、FMとおかまちを活用し、自殺予防に関する内容を周知する。	健康づくり推進課 企画政策課	年1～ 2回

## (4) 地域や学校と連携した情報の発信

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 続	地域自治組織との連携	自殺の実態や自殺対策について説明を行うことで、市民が自殺に追い込まれることのない地域をつくっていくうえでの基盤強化を図る。	健康づくり推進課 企画政策課	随時

継続	児童生徒の自殺に対する理解の推進	保護者を対象に、児童生徒が直面し得る自殺のリスクや自殺の危険を示すサイン等に関する説明を行う。加えて、学校の広報誌等を通じて、SOS の出し方教育やその対応について市民に情報発信する。	学校教育課 生涯学習課	随時
----	------------------	--	----------------	----

### 【評価指標】

評価項目	策定時 平成 29 年度	目標値 令和 6 年度	改訂時（現状値） 令和 6 年度	目標値 令和 10 年度
こころのケア 講演会参加者数	124 人	年平均 160 人 (R1-6 累計 1,000 人以上)	年平均 117 人 (R1-6 累計 701 人)	年平均 130 人 (R1-10 累計 1,300 人以上)

## 基本施策4 生きることの促進要因への支援

自殺に追い込まれる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」が上回ったときです。そのため、「生きることの促進要因」を増やすための取組を合わせて行うことによって、自殺リスクを低下させる必要があります。こうした点を踏まえて十日町市では、「生きることの促進要因」の強化につながり得る、様々な取組を進めます。

また、市民アンケートの結果から相談窓口等を設置していても相談しない理由として、「相談しても根本的な原因の解決にならない」「相談することにためらいがある（自分の悩みを相談することは恥ずかしい、知られたくない）」「どの窓口を利用したらいいかわからない」等が上位を占めています。このことから、相談体制の強化や相談技術の向上を図っていく必要があります。

### (1) 自殺リスクを抱える可能性のある人への支援（居場所活動含む）

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継続	こころの相談会	不眠や気分の落ち込み等のある人が自己解決能力を高めるために臨床心理士による相談を実施する。	健康づくり推進課	年6回
継続・外部	精神保健	希死念慮を訴える人や精神疾患等の早期対応・早期治療、社会復帰促進のため、精神保健福祉相談員や保健師等による相談支援を実施する。	健康づくり推進課 各支所地域振興課 福祉課 地域ケア推進課 他 十日町地域振興局 健康福祉部	随時
継続	こころの健康相談	精神疾患等の早期発見・早期治療・社会復帰促進のため、専門医による相談を実施する。	健康づくり推進課 各支所地域振興課 十日町地域振興局 健康福祉部	年3回
継続	子育て支援センターの運営	乳幼児とその保護者が交流できる場として、子育て支援センターを運営する。子育てについての相談や各種情報の提供、助言等の提供を通じて、地域の子育て支援機能の充実を図ることにより、保護者の子育てに伴う不安感を緩和するとともに、こどもの健やかな成長を支援する。	子育て支援課	随時
継続	十日町市地域活動支援センターI型	障がい者等が通うことにより、地域の実情に応じた、創作的活動又は生産活動の機会を提供し、社会との交流の促進等の便宜を供与する。	福祉課 障がい者地域生活支援センター エンゼル妻有	随時

継続	十日町市障害者等相談支援事業	障がい者等の困りごとや、地域で生活するためのサービスの利用等の相談支援を実施する。	福祉課 障がい者地域生活支援センターエンゼル 妻有・あおぞら	随時
継・外	すまい・生活・しごと総合サポート（ハローワーク・ワンストップ窓口）	精神症状や健康問題、家族状況、多重債務等により復職が困難になっている人を対象とし、必要な支援につなぐことで働き世代の自殺を予防する。	十日町公共職業安定所	随時
継続	ワンステップ相談	ひきこもり等から働くことに自信のない人等を対象に相談を行い、就労の準備に向けた支援を実施する。	福祉課	月2回
継続	高齢者生きがい活動支援通所事業（生きがいデイサービス）	概ね65歳以上の高齢者で、ひとりで用の足りる方かつ介護保険の認定を受けていない人を対象に、生きがいづくりや閉じこもりの予防、介護予防等を目的とした通所型事業を行う。	福祉課 各支所地域振興課	随時
継続	高齢者・障がい者安心サービス事業	日常生活上、困りごとがある高齢者及び障がい者の方に対し、認証団体が日常的な買い物や掃除等の支援を行う。	福祉課	随時
継続	高齢者冬期共同住宅事業	雪の多い地域でも高齢者が冬期間安心して住み続けることができるよう共同住宅を設置する。	松之山支所地域振興課	随時
継続	家族介護交流教室	介護技術の習得による家族の介護負担の軽減を図るとともに、介護者の心身のリフレッシュを図り、在宅介護を支援する。	地域ケア推進課	随時
継・外	高齢者、障がい児・者支援事業	一時支援・見守り支援、買い物・見守り支援、除雪支援等地域支えあいを目指して、支援事業を実施する。	NPO ほほえみ	随時
継・外	市民による主体的なまちづくり活動への支援	町内・集落毎に拠点を設けて地域に居場所を構築することにより、市民が主体となって相互に支え合い、安心して暮らせる地域社会の構築を目指す。	十日町市社会福祉協議会	随時
継・外	新潟県こころの相談ダイヤル	精神的不調や不安を抱える人または家族の他、様々な機関で支援や相談にあたる職員を対象に、新潟県内共通ダイヤルによる電話相談を実施する。	十日町地域振興局 健康福祉部	随時

継続・外部	新潟いのちの電話	自殺をはじめとする精神的危機に直面し、助けと励ましを求めている人と電話を通して対話することで、その危機を克服し、新たに生きる勇気をもてるよう支援する。	社会福祉法人 新潟 いのちの電話	随時
拡充	医療機関との連携強化	医療機関の医師や看護師、スタッフに対し、市の自殺の現状を伝えるとともに自殺リスクを抱える可能性のある住民を市につなげてもらうよう働きかけを行う。	健康づくり推進課	随時

## (2) 自殺未遂者への支援

	事業・取組	内容	担当及び関係機関	計画
継続・外部	自殺未遂者及びその家族への相談支援	自殺未遂者等の自殺リスクが高い人及びその家族等からの相談を受け付け、必要な支援の提供、もしくは相談先情報の紹介等を行う。	十日町地域振興局 健康福祉部 中越地域いのちとこころの支援センター 健康づくり推進課 各支所地域振興課	随時
継・外	自殺未遂者等ハイリスク者に対する支援体制の強化	自殺リスクが高い人への対応力を向上させ、支援の強化を図るための検討会を開催する。	十日町地域振興局 健康福祉部	随時
拡充・外部	医療機関等との連携強化	自傷行為や自殺未遂者等、自殺のリスクが高い人を早期に支援につなげるために、市内病院と必要な情報共有ができる体制を検討し、令和7年度より運用開始。今後は市外精神科病院や消防本部との連携体制づくりを進める。	十日町地域振興局 健康福祉部 健康づくり推進課	随時

## (3) 遺された人への支援

	事業・取組	内容	担当及び関係機関	計画
継続	大切な人を亡くした遺族のつどいと健康相談	自ら命を絶った人の家族に対し、健康相談を実施する。また、必要に応じてその悲しみを分かち合い、支え合うことを目的としたつどいの場などを紹介する。	健康づくり推進課 各支所地域振興課	随時
継・外	新潟県こころの相談ダイヤル【再掲】	精神的不調や不安を抱える人または家族の他、様々な機関で支援や相談にあたる職員を対象に、新潟県内共通ダイヤルによる電話相談を実施する。	十日町市地域振興局健康福祉部	随時

継続	各種支援情報の提供	各種相談先情報や相談会の開催等、自殺対策の関連情報をホームページや市報とおかまちに掲載することで、自死遺族への情報周知を行う。	健康づくり推進課	随時
継続	死亡届時の遺族支援情報の配布	死亡届時に配布する資料の遺族支援関連情報を追加掲載して周知を推進する。	健康づくり推進課 市民生活課 各支所地域振興課	随時

#### (4) 支援者への支援

	事業・取組	内容	担当及び関係機関	計画
継続	市職員への支援	健康相談の機会の提供や、健診結果に基づく各種指導の実施を通じて、市職員の心身面における健康の維持増進を図る。	総務課	随時
継続	学校職員ストレスチェック事業	ストレスチェックの結果を活用することで、教職員に対する支援を強化し、メンタル不調の未然防止を図る。	学校教育課	年1回
継続	相談対応に当たる市職員へのフォロー体制の強化	自殺念慮を抱えた市民の相談対応に当たる職員の相談援助体制の強化・充実を図る。	健康づくり推進課	随時
継続・外	市町村や関係機関・団体による相談対応等への支援	関係機関・団体が、市民に対してより適切な支援を提供できるよう、専門的立場から必要な支援を行うことで、相談援助体制の強化・充実を図る。	十日町地域振興局 健康福祉部	随時

#### 【評価指標】

評価項目	策定時 平成 29 年度	目標値 令和 6 年度	改訂時（現状値） 令和 6 年度	目標値 令和 10 年度
こころの相談会 （臨床心理士）	年 12 回	年 12 回	年 7 回	年 6 回
【参考】保健師相談件数（保健師数）※	延 1,089 件 （保健師 23 人）	—	延 1,210 件 （保健師 21.5 人）	—
高齢者うつスクリーニング調査事業	・うつ調査実施 ・H30、5項目該当者への状況把握と支援の実施	・うつ調査実施 ・4項目及び5項目該当者への状況把握と支援の実施	令和6年度から事業評価により終了 …詳細は3基本施策4 (1)参照	—

※市保健師による精神保健の随時健康相談（電話相談含む）及び市保健師数

## 基本施策5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

経済・生活問題や勤務問題、家族関係の不和、心身面での不調等の自殺の背景にあるとされる様々な問題は、人生の中で誰もが直面し得る危機ですが、自殺の発生を防ぐには、それらの問題への対処方法や支援先に関する情報を早い時期から身につけておくことが重要です。市民アンケートの結果からも今後必要な自殺予防対策として、「子どもの自殺予防」が40.4%を占めています。こうしたことから、十日町市では、保護者や地域の関係者等と連携しつつ、児童生徒に対するSOSの出し方に関する教育を推進する等、問題を抱える前の段階から対策を講じることで、将来的な自殺リスクの低減を図ります。

### (1) SOSの出し方に関する教育の実施に向けた体制の整備

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 続	生活指導・健全育成事業 いじめ防止対策事業	いじめを含む問題行動の未然防止のため、児童生徒のSOSの出し方に関する教育を推進する体制を整備し、児童生徒の健全育成のための研修及び職員体制を充実させる。	学校教育課	年6回

### (2) SOSの出し方に関する教育に対する理解の促進

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 続	教職員に対する研修 (生活指導・健全育成事業、いじめ防止対策事業)【再掲】	市内の児童生徒の実態や若者の自殺実態及び抱え込みがちな自殺リスク、SOSの出し方に関する教育等の情報を提供することで、教職員の理解の促進を図る。	学校教育課	年5回 以上
継 続	はぐくみのまちづくり 運動	次世代を担うこどもを住民全体で育成する機運を高め、児童生徒の自殺の実態や抱え込みがちな自殺リスク、SOSの出し方に関する教育等の情報を提供することで、地域住民の理解の促進を図る。	生涯学習課	随時

### (3) 児童生徒からのSOSに対応する受け皿の整備

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継続	関係機関とのケース会議を通じた児童生徒の支援体制の強化	不登校やいじめ等問題行動及び自殺リスクの高い児童生徒の早期発見と適切な対応を進めるために、相談先情報の周知を図るとともに新潟県教育庁の支援を受けながらスクールソーシャルワーカーやスクールカウンセラーの派遣を推進する。また児童相談所をはじめとする関係機関とのケース会議等を通じて、連携を強化し支援体制を確立する。	<u>学校教育課</u>	随時
継続	児童生徒や若者の健全育成に向けた各種事業の実施	青少年育成委員による巡回活動や、市民会議の開催等の各種活動を通じて児童生徒の健全育成に努める。	<u>生涯学習課</u>	随時
継続・外部	SOSミニレターによる人権相談	こども間のいじめ、こどもへの暴力や虐待等の人権問題による苦しみ、悲しみ、救済を求めるこどものSOSを人権擁護委員に相談する「SOSミニレター」を全小学生・中学生に配布し、児童生徒から届いた手紙に人権擁護委員や法務局職員が、手紙や電話で返事をする。	<u>十日町人権擁護委員協議会</u> <u>法務省</u>	随時

#### 【評価指標】

評価項目	策定時 平成 29 年度	目標値 令和 6 年度	改訂時（現状値） 令和 6 年度	目標値 令和 10 年度
教職員に対する 研修会の開催	年 4 回	年 5 回以上	年 4 回	年 5 回以上

## 5 重点施策

自殺総合対策推進センターの作成した「十日町市自殺実態プロファイル」において「高齢者」「生活困窮者」「勤務・経営問題」への取組を、今後重点的に進めることが推奨されています。そのため十日町市ではこの3点に関わる自殺への対策を、今後の重点施策と定めた上で取組を進めていきます。

### 重点施策1 高齢者の自殺対策の推進

#### 【高齢者の現状】

- 年代別自殺者割合は60歳代以降が61.7%を占めている。新潟県46.5%、全国39.3%と比較し高値となっている。特に80歳以上が23.5%と高値を示している。
- 十日町市自殺対策市民アンケート 「自殺に対する認識について」
  - ① 「十日町市の自殺率が新潟県、全国を上回っている」ことについて、「知らなかった」と答えた割合は70歳代、80歳代で6割を超えている。
  - ② 「責任をとって自殺することは仕方ない」について、「そう思う」「ややそう思う」と答えた割合は、全体に比べ70歳代、80歳代が多い。
  - ③ 「自殺はその多くが防ぐことのできる社会的な問題である」について、「そう思わない」「ややそう思わない」と答えた割合は、全体に比べ80歳代が少ない。
  - ④ 「不満や悩みやつらい気持ちに耳を傾けてくれる人はいるか」について、「そう思う」「どちらかというと思う」と答えた割合は、全体に比べ80歳代が少ない。
- 高齢者は身体疾患や配偶者をはじめとした家族との死別や離別等をきっかけに、孤立や介護、生活困窮等の複数の問題を抱え込みがちである。
- 地域でのつながりが希薄である場合には、問題の把握が遅れてしまい、その間にリスクが高まる恐れがある。
- 介護にまつわる悩みや問題を抱える高齢者とその家族やひきこもり生活の長期化に伴い、公的な支援につながらないまま親と子どもが高齢化してしまう「8050問題」等、高齢者本人だけでなく家族や世帯に絡んだ複合的な問題も増えている。そうした家庭では、支えられる側と支える側ともに疲弊してしまい、共倒れの危機につながる。

#### 【高齢者の課題】

高齢者本人を対象にした取組のみならず、高齢者を支える家族や介護者等の支援者に対する支援も含めて、自殺対策（生きることの包括的支援）の啓発と実践を共に強化していく必要がある。具体的には、相談先情報を高齢者や支援者に周知することや、自殺リスクの高い高齢者を早期に発見し、支援へとつなぐ。また、高齢者とその家族が、社会的に孤立することなく、他者と関わり、生きがいを感じられるような地域づくりを進めていく必要がある。

## 【高齢者の自殺予防に向けた施策の方向性と施策】

上述した課題を踏まえて、十日町市では次の4つの取組を、高齢者を対象として重点施策として展開する。

- (1) 高齢者とその支援者向けの各種支援先情報に関する周知を進める。
- (2) 支援者の「気づき」の力を高める。
- (3) 高齢者が生きがいと役割を実感できる地域づくりを推進する。
- (4) 介護者(支援者)への支援を強化する。

### (1) 高齢者とその支援者向けの各種支援先情報に関する周知の推進

高齢者とその支援者に対して、高齢者向けの様々な相談・支援機関に関する情報周知を図るため、相談先情報等の掲載された啓発リーフレットを、以下の事業を通じて配布する等の取組を推進します。

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継続	地域包括支援センター 包括的支援事業 (高齢者の総合相談窓口)	高齢者の総合相談窓口として、様々な困りごとを抱える高齢者に対し、必要な相談、支援及び関係機関への紹介等を行う。	地域ケア推進課 各地域包括支援センター	随時
継続	民生委員児童委員協議会	独居高齢者や高齢者のみ世帯への訪問活動を通じて、困りごとを抱える市民を早期に発見し、随時必要な相談、支援機関につなげる。	福祉課 各支所地域振興課	随時
継続	各種健康教育と連携した自殺予防対策の普及啓発【再掲】	高齢者サロンや生活習慣病予防等の教室でうつ予防及び自殺の実態、相談先情報の周知を行う。	健康づくり推進課 各支所地域振興課 地域ケア推進課	随時

### (2) 支援者の「気づき」の力を高める

日々の関わりを通じて高齢者の自殺のリスクに早期に気づき、必要な支援につながることができるよう、支援者に対し、既存の研修等の機会を活用し、情報提供やゲートキーパー研修会の開催を行います。

#### ① 既存の研修等等の機会の活用

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継続	高齢者サービスに関わる職員向けの各種研修会	高齢者サービスに関わる職員に対し、地域の高齢者の自殺の実態や自殺のリスク等を説明し支援者の理解の醸成を図る。	健康づくり推進課 地域ケア推進課	随時

## ② ゲートキーパー研修会の実施

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
拡 充	民生委員児童委員向け 研修会	自殺リスクの高い高齢者の早期発見 と対応につなげるため、民生委員児童 委員に対して実施する。	健康づくり推進課 福祉課	年数回
拡 充	支援者向け研修会	自殺リスクの高い高齢者の早期発見 と対応につなげるため、介護支援専 門員や介護認定調査員、地域包括支 援センター職員等に対してより実践 的な内容で実施する。	健康づくり推進課 地域ケア推進課 福祉課	年1～ 2回

### (3) 高齢者が生きがいと役割を実感できる地域づくりの推進

市民が自由に集える場の提供等、地域につながりを持てる機会を増やすことで、  
高齢者が自らの生きがいと役割を見出せる地域づくりを進めます。

#### ① 高齢者向け「居場所活動」の推進

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 続	地域介護予防活動支援 事業 ・ 自主活動支援事業 ・ 介護予防運動教室 (フォローアップ教室)	介護予防の観点から地域の住民主体 の通いの場や運動教室等の活動を支 援することにより、地域内交流の活 性化を図る。	地域ケア推進課	随時

#### ② 各種講座や教室を通じた社会参加の推進

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 続	介護予防ボランティア 育成講座 生活支援サポーター養成 講座	地域の住民主体の通いの場や運動教 室等の活動支援及び生活支援ボラン ティアを高齢者自らが担う環境を整 備し社会参加を勧める。	地域ケア推進課	年1回
継 続	介護予防普及啓発事業 (介護予防教室)	高齢者を対象に、公民館や地域におい て各種教室を実施し、高齢者の健康増 進や地域での仲間づくり、生きがいの 獲得や社会参加を勧める。	地域ケア推進課 各公民館	随時

#### (4) 介護者（支援者）への支援の強化

家族の介護疲れによる共倒れや、介護従事者による虐待等の発生を防ぐためにも高齢者本人だけでなく支援者への支援も合わせて推進します。

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継続	家族介護交流教室 【再掲】	介護技術の習得による介護負担の軽減を図るとともに、交流会を開催し、介護者の心身のリフレッシュを図り、在宅介護を支援する。	地域ケア推進課	随時
継続	認知症カフェ	認知症の家族がいる人や認知症に関心のある人、介護従事者等、地域で認知症に関心を持つ市民が気軽に集まれる場を開設することにより、気分転換や情報交換のできる機会を提供する。	地域ケア推進課 介護サービス事業所	随時
継続	認知症サポーター養成講座	認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を応援する認知症サポーターを養成する。	地域ケア推進課	随時
継続	認知症総合支援事業	認知症地域支援推進員が認知症の人とその家族を支援することで、医療や介護等のサービスにつなぎ、介護負担の軽減を図る。	地域ケア推進課	随時

#### 重点施策2 生活困窮者自立支援制度と自殺対策の連動性の向上

##### 【生活困窮者の現状】

- 原因・動機別にみた自殺者の状況（複数計上）で「経済・生活問題」は9.1%となっている。
- 職業別にみた自殺者の状況では、67.3%が無職者となっている。
- 生活困窮者の中には複合的な問題を抱える人が多く、生活困窮者の自殺は深刻である。

##### 【生活困窮者の課題】

- 単に経済的な支援だけでなく、就労や心身面での疾患への治療等、医療や保健等の様々な関係者が分野の壁を越えて協働し、様々な取組を通じて生活困窮者に対する支援と自殺対策との連動性を高めるための取組を行っていく必要がある。

##### 【生活困窮者の自殺予防に向けた施策の方向性と施策】

上述した課題を踏まえて、十日町市では次の3つの取組を重点施策として展開する。

- (1) 生活困窮者に対する「生きることの包括的な支援」を強化する。
- (2) 支援につながっていない人を、早期に支援へつなぐための取組を推進する。
- (3) 多分野の関係機関が連携・協働する基盤を整備する。

## (1) 生活困窮者に対する「生きることの包括的な支援」を強化する

生活困窮者自立支援事業及び生活保護制度に基づく取組と、自殺対策との連携を強化するとともに、支援の担い手となる人材の育成を進め、生活苦に陥った市民に対する「生きることの包括的な支援」を強化します。

### ① 生活苦に陥った人への「生きることの包括的な支援」の強化

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 続	生活保護制度	生活保護受給者への各種相談・支援の提供を通じ、本人や家族の問題状況を把握し、必要に応じて適切な支援につなげる。	福祉課	随時
継 続 ・ 外 部	生活困窮者自立支援制度（ひきこもりサポート事業）	自立相談や家計相談、就労支援、子どもに対する学習支援、住居確保資金の給付等の各種自立支援事業を実施し、生活安定のための支援をする。また、ひきこもりサポーターの派遣を通じ、ひきこもり状態にある人の早期支援・自立支援を図る。	福祉課  （社会福祉協議会 へ委託）	随時
継 続	ひとり親家庭に対する子育て支援	医療費の助成や児童扶養手当の支給、就職に有利な資格の取得に向けた自立支援教育訓練給付金の支給等、ひとり親家庭に対する経済面での各種支援の提供を通じて生活の立て直しを図り、生活自立に向けた支援を行う。	子育て支援課	随時
継 続	就学援助制度	市内に在住する児童生徒の保護者であって、経済的に困窮している人に対して、小・中学校でかかる学用品費等の費用の一部を援助する。	教育総務課	随時
継 続	奨学金及び入学準備金貸与事業	経済的理由により進学が困難な学生に対し、奨学金及び入学準備金を無利子で貸与することにより学習環境を整備し職業選択の機会を広げ、将来の生活安定に向けた支援を行う。	教育総務課	年1回
継 ・ 外	生活保護受給者等就労自立促進事業	求職者の中で、生活面で困窮した人を必要な支援機関へとつなぐ支援を行う。	十日町公共職業安定所	随時

## (2) 支援につながっていない人を、早期に支援へとつなぐための取組の推進

生活苦に陥っている人の中には、支援制度につながらず自殺のリスクを抱え込んでしまう人も少なくありません。そこで十日町市では、行政側から対象者への働きかけを積極的に行う等、支援につながるためのアウトリーチの体制を強化します。また、自殺のリスクにつながりかねない問題を抱えている人を、早い段階で必要な支援へとつなぐための取組を推進します。

### ① 滞納金の徴収担当職員に対するゲートキーパー研修会の実施

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継続・外部	専門職及び相談窓口担当職員向けゲートキーパー研修会【再掲】	保健、医療、介護、福祉、教育、経済、労働等、様々な分野において相談・支援等を行う専門職従事者及び相談窓口担当職員に対し、ゲートキーパー研修会を実施する。併せて、相談者が直面しがちな様々な自殺リスクについて学ぶ機会を提供する。	健康づくり推進課 福祉課 市民生活課 子育て支援課 税務課 学校教育課 上下水道局 都市計画課 教育総務課 委託事業所等	年1回

### ② 複数の問題を抱える人を早期に支援へとつなぐための取組の実施

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継続・外部	すまい・生活・しごと総合サポート（ハローワーク・ワンストップ窓口）【再掲】	精神症状や健康問題、家族状況、多重債務等により復職が困難になっている人を対象とし、必要な支援につなぐことで働き世代の自殺を予防する。	十日町公共職業安定所	随時
継続	生活安定対策事業（若年者の就労相談）	若年者の就労相談・内職の求人求職相談・就職面接会・就労支援セミナー等を実施し、生きることの包括的な支援を行う。	産業政策課	随時
継続	多重債務相談	消費生活上のトラブルを抱えた人に対し、専門家への相談機会を提供し、問題解決につなげる。	市民生活課	月1回
継続・外部	精神保健【再掲】	希死念慮を訴える人や精神疾患等の早期発見・早期治療、社会復帰促進のため、精神保健福祉相談員や保健師等による相談支援を実施する。	健康づくり推進課 各支所地域振興課 福祉課 地域ケア推進課 十日町地域振興局健康福祉部	随時

継 ・ 外	無料法律相談	金銭問題、家庭問題、多重債務、 借地問題等で法的な観点から相談 支援を行う。	市民生活課 新潟県弁護士会	毎週 木曜日
-------------	--------	--	------------------	-----------

### ③ 問題が深刻化する前に支援へとつなげるための取組

対象者との様々な接点の構築・活用を通じて、問題が深刻化する前に支援へとつなげるための方策を展開します。

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 続	民生委員児童委員協議 会【再掲】	独居高齢者や高齢者のみ世帯への 訪問活動を通じて、困りごとを抱 える市民を早期に発見し、随時必 要な相談、支援機関につなげる	福祉課	随時
継 続	市民向けゲートキーパー 研修会の開催【再掲】	地域における自殺対策の支え手を 育成することで市民に対する見守 り体制の強化を図る。また、日常 的に市民に対する見守り活動等に 尽力している民生委員児童委員、 食生活改善推進員、認知症サポー ター等に対して積極的に参加を呼 びかける。	健康づくり推進課 生涯学習課 福祉課 地域ケア推進課	年1回
継 続	生活困窮者自立支援事 業制度【再掲】	自立相談や家計相談、就労支援、 子どもに対する学習支援、住宅確 保資金の給付等の各種自立支援事 業を実施し、生活安定のための支 援をする。	福祉課 十日町社会福祉協議会	随時

### (3) 多分野の関係機関が連携・協働する基盤の整備

多分野の関係機関が連携し「生きることの包括的な支援」を推進するための基盤整備を進めるとともに、取組の推進にむけたツールの導入を検討します。

#### ① 各機関同士のスムーズな情報共有と連携の促進にむけたツールの導入

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 続	十日町市自殺予防対策 連絡会における関係機 関連携体制整備検討	市職員庁内ネットワークを活用し、 関係課との情報共有や連携強化を行 い、当事者の状態に応じた包括的か つ継続的な支援の提供体制を推進す る。	健康づくり推進課 福祉課 他	随時

## 重点施策3 勤務・経営問題に関わる自殺対策の推進

### 【勤務・経営問題に関わる自殺の現状】

- 有職者の自殺者数は、64人で十日町市の自殺死亡者の32.6%を占めている。その内訳は被雇用・勤め人41人、自営業・家事従事者23人となっている。
- 2014（平成26）年度の経済センサス基礎調査によると、市内事業所の約92%が従業員20人未満の小規模事業所である。また50人未満となると市内事業所の約98%を占めている。そうした事業所では、従業員のメンタルヘルス対策が遅れているとも指摘されている。
- 配置転換や職場での人間関係等の勤務にまつわる様々な問題をきっかけに、退職や失業を余儀なくされた結果、生活困窮や多重債務、家庭内の不和等が発症し、最終的に自殺のリスクが高まるというケースも想定される。

### 【勤務・経営問題に関わる自殺対策の課題】

- 勤務上の悩みを抱えた人が適切な相談先、支援先につながれるよう、相談体制の強化や窓口情報の周知を図る必要がある。
- 自殺リスクを生まないような労働環境を整備する必要がある。

### 【勤務・経営問題に関わる自殺の予防に向けた施策の方向性と施策】

上述した課題を踏まえて、十日町市では次の3つの取組を重点施策として展開する。

- (1) 勤務問題による自殺リスクの低減に向けて、相談体制を強化する。
- (2) 勤務問題の現状に関する啓発や相談先の周知を進める。
- (3) 健康経営に資する取組を推進する。

### （1）勤務・経営問題による自殺リスクの低減にむけた相談体制の強化

過労やパワハラ、職場の人間関係上のトラブル等、各種勤務問題にまつわる自殺リスクの低減に向けて、労働者や経営者を対象とした各種事業を展開します。

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 ・ 外	メンタルヘルス職域研修会	職域に向けてこころの健康に関する知識を啓発し、セルフケア方法や相談先を周知することでこころの病気の予防や早期発見につなげる。	十日町地域産業保健センター 健康づくり推進課	年1回
継 ・ 外	十日町地域産業保健センターにおける健康相談	市内で働く人を対象として、労働安全衛生法で定められた保健指導等の産業保健サービスを提供する。	十日町地域産業保健センター	随時
継 ・ 外	すまい・生活・しごと総合サポート（ハローワーク・ワンストップ窓口） 【再掲】	精神症状や健康問題、家族状況、多重債務等により復職が困難になっている人を対象とし、必要な支援につなぐことで働き世代の自殺を予防する。	十日町公共職業安定所	随時
新 ・ 外	一般事業所向けメンタルヘルス出前講座	勤労者のメンタルヘルス不調を防ぐことを目的に、事業所等へ出向き、「メンタルヘルス出前講座」を実施する。	十日町地域振興局 健康福祉部	随時

新規	無職者等に対するこころの健康や相談窓口の周知	無職者が来庁することが多い窓口(国民健康保険の切替手続き)でこころの健康と相談窓口に関するリーフレットを配布する。	健康づくり推進課 市民生活課	通年
継続	ワンステップ相談 【再掲】	ひきこもり等から働くことに自信のない人等を対象に相談を行い、就労の準備に向けた支援を実施する。	福祉課	月2回
継続	創業相談(専門家派遣)	中小企業の様々な経営課題に対応して、各種の専門家を派遣し、解決まで継続して経営上のアドバイスを行い事業者の経営力の向上を図る。	産業政策課	年18回

## (2) 勤務・経営問題の現状に関する啓発や相談先の周知の促進

十日町産業保健センターや十日町商工会議所をはじめとした外部機関とも連携し、市内の事業所に対して、勤務問題の現状についての啓発や相談先情報の周知を進めます。

	事業・取組	内容	担当及び関係機関	計画
継続	労務広報誌発行等事業	市内に事業所を持つ雇用主に勤務経営にまつわる様々な情報を提供することを通じて労働者のメンタルヘルス保持に関する啓発や相談先情報の周知を行う。	産業政策課	随時
継・外	十日町地域産業保健センターにおける健康相談【再掲】	市内で働く人を対象として、労働安全衛生法で定められた保健指導等の産業保健サービスを提供する。	十日町地域産業保健センター	随時
継・外	労働者へのメンタルヘルス保持に関する啓発・周知	事業所等に配布している「十日町商工会議所会報」等を通じて、労働者のメンタルヘルス保持に関する啓発や相談先情報の周知を行う。	十日町商工会議所 十日町地域産業保健センター	随時
継・外	地域・職域連携推進事業	働き世代の「生活習慣病予防のモデル事業」や管内イベント等での健康づくり普及啓発等を通じて、労働者のメンタルヘルス保持に関する啓発や相談先情報の周知を行う。	十日町地域振興局 健康福祉部	随時

## (3) 健康経営に資する取組の推進

ワーク・ライフ・バランスの推進やストレスチェックの実施等メンタルヘルスの向上に向けた各種取組の実施を通じて、労働者一人ひとりが心身共に健康でやりがいを持って働き続けることのできる職場環境づくりを積極的に推進し、勤務問題による自殺のリスクを生み出さないための労働環境を整えていきます。

	事業・取組	内 容	担当及び関係機関	計画
継 続	労務広報誌発行等事業 【再掲】	市内に事業所を持つ雇用主に勤務経営にまつわる様々な情報を提供することで、望ましい雇用就業構造の実現を推進する。	産業政策課	随時
継 ・ 外	労働者へのメンタルヘルス保持に関する啓発・周知【再掲】	事業所等に配布している「十日町商工会議所会報」等を通じて、労働者のメンタルヘルス保持に関する啓発や相談先情報の周知を行う。	十日町商工会議所 十日町地域産業保健センター	随時

## 6 生きる支援の関連施策

※十日町市と新潟県十日町地域振興局健康福祉部の施策について記載しています。

### 1 既存の研修と連携して生きる支援（自殺対策）を強化する

No.	予算事業名	事業概要	「生きる支援」実施内容	担当部署	担当課
1	民生・児童委員事務	民生・児童委員による地域の相談・支援等の実施	民生・児童委員を対象にした研修会や各地区での会議などにおいて、地域における自殺の実態や自殺対策についての情報提供を行うことにより、各委員の問題理解の促進を図る。	市民福祉部	福祉課

### 2 気づきのための人材育成（ゲートキーパー研修）を様々な分野で推奨する

No.	予算事業名	事業概要	「生きる支援」実施内容	担当部署	担当課
2	保健福祉総合相談・案内窓口事業	住民の福祉や利便性向上のため、総合的な保健・福祉相談サービスの提供や案内等を行う。	・相談対応を行う職員にゲートキーパー研修を受講してもらうことで、自殺のリスクを抱えた（抱え込みかねない）相談者がいた場合に、その職員が適切な機関につなぐ等、気づき役としての役割を担えるようになる可能性がある。	市民福祉部	健康づくり推進課 福祉課 地域ケア推進課 子育て支援課
3	本庁庁内案内業務	総合案内にて庁内案内業務を行う。	・どこに相談したらよいか迷っている人が、どの窓口に行けばいいか尋ねてくることも少なくないと思われる。 ・ゲートキーパー研修を受講してもらうことで、気づき役としての視点をもちてもらうことにつながるが得る。	市民福祉部	市民生活課
4	保育の実施(公立保育園・私立保育園など)一時預かり事業等	・公立保育園・私立保育園などによる保育 ・育児相談の実施 ・保護者による家庭保育が困難な乳幼児の保育に関する相談	・保育士にゲートキーパー研修を実施することで、保護者の自殺リスクを早期に発見し、他の機関へつなぐ等、保育士が気づき役やつなぎ役としての役割を担えるようになる可能性がある。	市民福祉部	子育て支援課
5	ファミリー・サポート・センターの運営	・育児の援助を行いたい人と育児の援助を受けたい人の会員組織化 ・子育てサポートひろは事業(施設での子ども一時預かり)	・会員を対象にゲートキーパー研修を実施することで、子育てに関連する悩みや自殺リスクの把握についての理解が深まり、必要時には専門機関の支援につながるなど、気づき役やつなぎ役の役割を担えるようになる可能性がある。	市民福祉部	子育て支援課
6	学童保育事業 放課後児童健全育成事業(児童クラブ)	就業等により居間保護者のいない家庭の小学校児童を放課後及び長期休業中に学童保育所で保育する。	・学童保育を通じて、保護者や子どもたちの状況把握を行う機会が多々あり、悩みを抱えた子どもや保護者を把握する接点になり得る。 ・学童保育所の職員にゲートキーパー研修を受講してもらうことで、問題を抱えている保護者や子どもがいた場合には、その職員が必要な機関へつなぐ等の対応が取れるようになる可能性がある。	市民福祉部	子育て支援課
7	発達支援センターの相談事業	発達障がいのある方とそのご家族・支援者からの相談対応	・発達障がいを抱えた人や家族は、日常生活で様々な生きづらさを抱え、自殺リスクの高い方もいる。 ・相談の機会がそうした方の抱える問題を抱え、適切な支援機関につながる機会もなり得る。	市民福祉部	発達支援センター
8	不登校児童対策推進事業	(1)不登校児童生徒(公立学校に通う小学生)を対象にした教育支援センター(SSR)を設置 (2)不登校児童生徒が描く将来像の実現に向けた教育と自立を援助する学習・生活指導等の実施 (3)不登校児童生徒の保護者に対する相談活動の実施	・適応指導教室の指導員にゲートキーパー研修を受講してもらうことで、自殺リスクの把握と対応について理解が深まり、不登校児童生徒の支援の拡充につながる可能性がある。 ・ゲートキーパー研修受講により、不登校児童生徒の保護者から相談があった場合には、指導員が必要に応じて適切な機関へつなぐ等々の対応をとれるようになる可能性がある。	教育委員会	学校教育課

No.	予算事業名	事業概要	「生きる支援」実施内容	担当部署	担当課
9	青少年教育事務	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 青少年の豊かな人格形成や指導者の資質の向上を図る各種講習会の開催</li> <li>・ 青少年委員に関する事務</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 青少年層は学校や会社等でのつながりが切れてしまうと、社会との接点を喪失し孤立化する危険性が高い。</li> <li>・ 青少年たちの集える場や機会の創設・運営を支援することで、自殺のリスクを抱えかねない青少年との接触を図れる可能性がある。</li> </ul>	文化スポーツ部	生涯学習課
10	障がい児地域療育等支援事業	在宅障がい児等のライフステージに応じた地域での生活を支援するために、都道府県が指定した支援施設の有する機能を活用し、療育・相談体制の充実を図るとともに、各種福祉サービスの提供の援助、調整を行い、障がい児等及びその家族の福祉の向上を図る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 障がい児の直面する様々な生活上の困難への対応負担から、保護者自身が疲弊し自殺リスクを抱える可能性もある。</li> <li>・ 対応を行う職員にゲートキーパー研修を実施することで、家族の状況把握の際に自殺対策の視点についても理解してもらうことで、問題を抱えている場合には、その職員が適切な窓口へつながり得る。</li> </ul>	市民福祉部	発達支援センター
11	障がい者差別解消推進事業	障がい者を理由とする差別の解消を推進するため、住民や民間事業者等に対し周知・啓発を行う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 相談対応にあたる職員にゲートキーパー研修を受講してもらうことで、必要時には適切な機関へつながり等々の対応について理解を深めてもらい、自殺リスクを抱えた人の把握、支援を拡充していくことができる。</li> </ul>	市民福祉部	福祉課
12	社会復帰支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 精神障がい者地域生活安定化支援事業（地域で生活する障がい者に対し、病状悪化による問題行動やトラブル発生等を防ぐために集中的な支援を実施）</li> <li>・ 精神障がい者就業支援事業</li> <li>・ 精神障がい者自立生活体験事業</li> <li>・ 精神障がい者居住支援事業</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 精神障がいを抱えた方は生活を送る上での様々な困難や課題に直面し、自殺リスクの高い方も少なくない。</li> <li>・ 地域活動支援センターの職員にゲートキーパー研修等を受講してもらい、相談者のニーズを踏まえた寄り添い型の支援を提供することにより、対象者の自殺リスクの軽減に寄与し得る。</li> </ul>	市民福祉部	福祉課
13	訪問入浴事業	重度の心身障がい者の保健衛生の向上及びその家族の身体的・精神的な負担の軽減を図る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 訪問入浴の介助を行う職員にゲートキーパー研修を受講してもらうことで、障がい者とその家族が何か問題等を抱えている場合には、その職員が適切な窓口へつながり等々のための対応を取れるようになる可能性がある。</li> </ul>	市民福祉部	福祉課
14	手話奉仕員養成研修事業	身体障がい者福祉の概要や、手話通訳の役割・責務について理解を深め、手話通訳に必要な手話語彙、手話表現技術を習得した手話奉仕員を養成する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 養成講座の中で自殺のリスク要因や対策事業について言及することで、支援対象者の中で自殺リスクの高い方がいた場合には、適切な支援先につなぐ等、気づき役、つなぎ役としての意識を高めてもらう機会となり得る。</li> </ul>	市民福祉部	福祉課
15	意思疎通支援事業	聴覚障がい者・中途失聴者が社会生活において意思疎通を図る上で、支援がある場合に意思疎通支援者を派遣し、コミュニケーションの確保、社会参加及び緊急時の支援を行う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 障がい者の抱える様々な問題に気づき、適切な支援先へとつなげる上での最初の窓口となり得るものでそうした取組は自殺リスクの軽減にも寄与し得る。</li> </ul>	市民福祉部	福祉課
16	高齢者への総合相談事業	高齢者に対し必要な支援を把握するため地域包括支援センター等において初段階から継続して相談支援を行う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 問題の種類を問わず総合的に相談を受けられることで、困難な状況に陥った高齢者の情報を最初にキャッチアップできる窓口となり得る。</li> </ul>	市民福祉部	地域ケア推進課
17	難病患者地域支援対策推進事業	訪問相談員等育成事業 地域全体のケア能力の向上や地域支援者の人材育成のため、研修会等を開催する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 難病を抱えている方とその家族の中には、日常生活上で様々な困難や問題に直面し自殺リスクの高い方もいる。</li> <li>・ 研修や講演会等で自殺対策につき話をする中で、支援者に対し問題理解の促進と意識の醸成を図ることができる。</li> </ul>	新潟県十日町地域振興局健康福祉部	地域保健課

### 3 あらゆる分野での広報・啓発を強化する

No.	予算事業名	事業概要	「生きる支援」実施内容	担当部署	担当課
18	消費生活関連イベントの開催	消費者問題が複雑・多様化していることから、消費者情報発信や消費者啓発を積極的に行うための体験型イベント（出前講座等）を開催する。	・消費生活に関するイベントにおいて、生きる支援に関する様々な相談先情報の掲載されたリーフレットを配布する。	産業観光部	産業政策課
19	性的指向及びび性自認に起因する困難と差別の解消に向けた知識の普及と理解の促進	性的指向及びび性自認に起因する困難と差別の解消の理解に向けた学習の機会や広報誌等による意識啓発及び情報発信を行う。	・性的指向及びび性自認に起因する困難と差別の解消の促進 ・差別の解消に向けた知識の普及と理解の促進を進めていくことで生きづらさの解消を図る。	総務部	企画政策課 市民生活課
20	エイズ・性感染症相談	エイズや性感染症等に関する電話相談・検査の実施	・エイズや性感染症の罹患に至る背景には、性に関連する深刻な問題を抱え、自殺の潜在的なリスクが高い可能性があるため、自殺リスクの高い層にアプローチする上での窓口として有効である。	新潟県十日町地域振興局健康福祉部	地域保健課
21	地域・職域連携推進事業	(1)地域・職域連携推進協議会 ・働き盛り世代の健康づくり、生活習慣病予防（糖尿病、慢性腎臓病等）、健康管理について、関係機関と課題を共有し取り組みを検討する。 (2)働き盛り世代の健康づくり普及啓発の工夫セミナー (3)にいがた健康経営推進企業の登録事業 ・働き盛り世代の健康づくりに向けた各種施策との連動性を高めていくことで、労働者向けの生きることへの包括的支援（自殺対策）の拡充を図ることができ	・働く世代の健康づくりに向けた各種施策との連動性を高めていくことで、労働者向けの生きることの包括的支援（自殺対策）の拡充を図ることができる。	新潟県十日町地域振興局健康福祉部	地域保健課

### 4 生きることの包括的な支援を実施・継続する

No.	予算事業名	事業概要	「生きる支援」実施内容	担当部署	担当課
22	母子健康手帳	妊娠届出により、母子健康手帳を交付	・母子健康手帳の交付機会を活用し、自殺リスクの高い保護者の早期発見と対応に努めることともに、必要に応じて関係機関と連携し支援を行う。	市民福祉部	健康づくり推進課
23	妊産婦健康診査	妊娠届出により、医療機関で行う妊産婦健康診査の受診票を交付	・妊産婦健診等の交付の機会を活用し、自殺リスクの高い保護者の早期発見と対応に努めることともに、必要に応じて関係機関と連携し支援を行う。	市民福祉部	健康づくり推進課
24	新生児訪問指導	生後28日以内に助産師等が家庭訪問	・乳児を抱える保護者との接触の機会を活用し、自殺リスクの高い保護者の早期発見と対応に努めることともに、必要に応じて関係機関と連携し支援を行う。	市民福祉部	健康づくり推進課
25	こんにちは赤ちゃん訪問	生後2か月から3か月に保健師等が家庭訪問	・乳児を抱える保護者との接触の機会を活用し、自殺リスクの高い保護者の早期発見と対応に努めることともに、必要に応じて関係機関と連携し支援を行う。	市民福祉部	健康づくり推進課

No.	予算事業名	事業概要	「生きる支援」実施内容	担当部署	担当課
26	産後ケア事業	医療機関で体を休めながら授乳指導や育児相談を受けられる	・育児に不安を抱えており、自殺リスクの高い保護者の早期発見と対応に努めるとともに、必要に応じて関係機関と連携し支援を行う。	市民福祉部	健康づくり推進課
27	乳幼児健康診査（身体測定）事業	4か月児・10か月児・1歳6か月児・2歳6か月児・3歳6か月児病気の早期発見や育児相談を受けられる	・乳幼児健康診査等の機会を活用し、自殺リスクの高い保護者の早期発見と対応に努めるとともに、必要に応じて関係機関と連携し支援を行う。	市民福祉部	健康づくり推進課
28	乳幼児健康相談	発育・発達の確認や育児相談を受けられる	・乳幼児健康相談の機会を活用し、自殺リスクの高い保護者の早期発見と対応に努めるとともに、必要に応じて関係機関と連携し支援を行う。（本庁開催回数を6回→8回へ増加）	市民福祉部	健康づくり推進課
29	離乳食教室	離乳食についての相談	・離乳食教室の機会を活用し、自殺リスクの高い保護者の早期発見と対応に努めるとともに、必要に応じて関係機関と連携し支援を行う。	市民福祉部	健康づくり推進課
30	子ども家庭センター	総合相談及び情報提供	・母子保健と児童福祉（家庭相談室含む）が連携して、妊産婦、こどもとその家庭を対象に、母子保健や育児に関する相談支援を行い、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援を行う。 ・こどもの虐待の発生防止、早期発見及び対応を行い、体罰によらない子育てを普及しながら、体制の強化を図る。また、関係機関と連携を強化して、虐待の発生と重症化の予防に努める。	市民福祉部	健康づくり推進課
31	子育て支援センターの運営	乳幼児のいる保護者同士の交流・情報交換や子育てに係る相談の場の設置	・周囲に親類・知人がいない場合、子育てに伴う過度な負担が夫婦（特に妻）にかかり、自殺のリスクが高まる恐れもある。 ・保護者が集い交流できる場を設けることで、そうしたリスクの軽減に寄与し得るとともに、危機的状況にある保護者を発見し早期の対応につなげる接点にもなり得る	市民福祉部	子育て支援課
32	ふたごのつどい	多児の会等の当事者グループへの支援	・子育て中の保護者に対するリスクの把握、切れ目のない多様な支援は、生きることの包括的支援（自殺対策）にもなり得る。	市民福祉部	子育て支援課
33	児童扶養手当支給事務	児童扶養手当の支給	・家族との離別・死別を経験している方は自殺のリスクが高まる場合がある。 ・扶養手当の支給機会を、自殺のリスクを抱えている可能性がある集団との接触窓口として活用し得る。	市民福祉部	子育て支援課
34	ひとり親家庭等医療費助成事務	ひとり親家庭等医療費の助成	・ひとり親家庭は貧困に陥りやすく、また孤立しがちであるなど、自殺につながる問題要因を抱え込みやすい。 ・医療費の助成時に当事者との直接的な接触機会があれば、彼らの抱える問題の早期発見と対応への接点になり得る。	市民福祉部	子育て支援課
35	学級満足度調査	児童・生徒の心理面や学級集団を客観的に把握し、学級経営や授業を改善する。	一人一台端末を使用した心理アンケート「WE B Q U」の実施を通して、児童生徒の心理面や学級集団の状況を把握し、学級経営や授業を改善する。 ・客観的指標に基づき専門的見地を有する有識者による助言や支援を通して、親和型の学級づくりにより活用することにより、新規不登校の発生を未然に防止する。 ・児童生徒のメンタルヘルスの状態から自殺リスクを早期に発見し、状況に応じて適切な支援につなげる。	教育委員会	学校教育課

No.	予算事業名	事業概要	「生きる支援」実施内容	担当部署	担当課
36	震災児童生徒就学援助事業	震災の理由により就学が困難な児童生徒徒に対し、学用品費や給食費を援助する。	震災からの年月の経過に伴い、国の事業が廃止となった場合、通常の就学援助事業への移行を予定（R9年度以降、国の動向を注視する必要がある）。	教育委員会	学校教育課
37	生活習慣病予防	健康教育・保健指導・健診結果相談会の実施	・健康教育等の機会を利用し、自殺のリスクの高い住民については、他機関と連動して支援を行う。	市民福祉部	健康づくり推進課
38	重複多受診者訪問指導	被保険者の健康相談、適正受診の指導を行う。	・医療機関を頻回・重複受診する方の中には、地域で孤立状態にあたり、日々の生活や心身の健康面等で不安や問題を抱え、自殺リスクが高い方もいると思われ ・訪問指導の際に状況の聞き取りと把握を行うことで、自殺のリスクが高い場合には、他機関につなぐ等の対応を行うことができ、自殺リスクの軽減にもつながり	市民福祉部	市民生活課 健康づくり推進課
39	健康診査事業	特定健康診査の実施及び40歳未満や後期高齢者で健診の機会のない者に対する健康診査を実施する。	・健康診断の機会を活かし、問題がある場合にはより詳細な聞き取りを行うことにより、専門機関による支援への接続になり得る。	市民福祉部	健康づくり推進課
40	障がい児支援に関する事務	・児童発達支援・医療型児童発達支援・放課後等デイサービス・保育所等訪問支援 ・障がい児相談支援	・障がい児を抱えた保護者への相談支援の提供は、保護者に過度な負担が掛かるのを防ぎ、結果として保護者の自殺リスクの軽減にも寄与し得る。	市民福祉部	福祉課 発達支援センター
41	障がい者介護給付訓練等給付に関する事務	居宅介護等介護給付事業・自立訓練・就労移行支援・就労継続支援A型B型・共同生活援助等の訓練給付	・障がい者の抱える様々な問題に気づき、適切な支援先へとつなげる上での最初の窓口となり得るもので、そうした取組は自殺リスクの軽減にも寄与し得る。	市民福祉部	福祉課
42	障がい者虐待の対応	障がい者虐待に関する通報・相談窓口の設置	・虐待への対応を糸口に、当人や家族等、擁護者を支援していくことで、背後にある様々な問題をも察知し、適切な支援先へとつなげていく接点（生きていることの包括的支援への接点）にもなり得る。	市民福祉部	福祉課
43	介護給付に関する事務	・訪問介護・訪問入浴介護・訪問看護・通所介護等居宅サービス・小規模多機能型居宅介護・認知症対応型共同生活介護等地域密着型サービス、及び介護老人福祉施設・介護老人保健施設等施設サービス ・相談支援	・介護は当人や家族にとつて負担が大きく、最悪の場合、心中や殺人へとつながる危険もある。 ・相談支援の提供は、介護にまつわる問題を抱えて自殺のリスクが高い住民との接触機会として活用し得る。 ・相談を通じて当人や家族の負担軽減を図ることで、自殺リスクの軽減にも寄与し得る。	市民福祉部	福祉課
44	第1号訪問・通所・生活支援事業	・心身機能の維持向上のための在宅援助活動	・介護保険未利用で閉じこもりがちであったり、身体面で問題や不安を抱えて孤立状態にある高齢者への解決のためのアプローチのひとりとなり得る。	市民福祉部	地域ケア推進課
45	名老百選事業	松之山地域の生活技術・文化・芸能など一芸に秀でた70歳以上の高齢者「名老」として認定する。	・過去、松之山地域の高齢者が高齢になるにつれ家族の負担になるという考えを持つ傾向にあった。地域の暮らしの中で伝えてきた文化、技術を後世に伝え、また自分に誇りを持ち、価値を再認識してもらうために、一芸に秀でた方を「名老」として認定し顕彰することで、自殺リスクの軽減に寄与する。	松之山支所	地域振興課
46	要介護世帯除排雪援助事業	除排雪に係る援助	・経済的援助を行うことで降雪時の不安を軽減し、安心して暮らすことができる。	市民福祉部	福祉課

No.	予算事業名	事業概要	「生きる支援」実施内容	担当部署	担当課
47	権利擁護事業	成年後見制度中核機関を設置し、権利擁護に関する地域連携ネットワークのコーディネートを行う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>判断能力に不安を抱える方の中には、精神疾患や知的障がい等を有し、自殺のリスクが高い方も含まれる可能性がある。</li> <li>事業の中で当事者と接触する機会があれば、自殺のリスクが高い人の情報をキャッチし、支援につなぐための機会、接点となりうる。</li> </ul>	市民福祉部	地域ケア推進課
48	葬祭費	被保険者の死亡に対し、一時金を支給する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>葬祭費の申請を行う方の中には、大切な方との死別のみならず、費用の支払いや死後の手続き面などで様々な問題を抱えて、自殺リスクの高まっている方もいる可能性がある。そのため抱えている問題に応じて、そうした方を支援機関へとつなぐ機会として活用し得る。</li> </ul>	市民福祉部	市民生活課
49	公営住宅事務	公営住宅の管理事務・公募事務を行う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>公営住宅の居住者や入居申込者は、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。</li> </ul>	建設部	都市計画課
50	公営住宅建設事業	住宅に困窮する低額所得者に対して低廉な家賃で賃貸することにより、住民の生活の安定と社会福祉の増進に寄与することを目的に公営住宅を建設する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>住居は生活の基盤であり、その喪失は自殺リスクを高める。</li> <li>公営住宅への入居に際して申請対応等を行う職員に、ゲートキーパー研修を受講してもらおうことなど、入居申請者の中に様々な困難を抱えた住民がいた場合には、その職員が他機関へつなぐ等の対応をとれるようになる可能性がある。</li> </ul>	建設部	都市計画課
51	公園・児童遊園等の管理及び設置に関する事務	<ul style="list-style-type: none"> <li>公園・児童遊園等の管理に関する事務</li> <li>公園施設の維持補修に関する事務</li> <li>公園等の整備に関する事務</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域内の公園施設が自殺発生の多発地となっている場合は、公園を対策の拠点とし巡回等を行うなどの対応を取るなどハイリスク地対策を進めることができる。</li> </ul>	建設部	都市計画課
52	中小企業資金融資	<ul style="list-style-type: none"> <li>低利の融資あつせん</li> <li>中小企業に対する経営安定化に向けた緊急助成</li> <li>信用保証制度を利用した中小企業者に対する補助</li> <li>特定中小企業者の認定事業者に対する倒産防止の為に特別助成の補給</li> <li>経営支援融資（災害緊急）を利用した事業者に対する助成金の補給</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>融資の機会を通じて、企業の経営状況を把握するとともに、経営難に陥り自殺のリスクの高まっている経営者の情報をキャッチし、適切な支援先へとつなげる等の機能を果たし得る。</li> <li>健康経営促進に向けたPR案の検討を行うことで、健康経営の強化を図る起点にもなり得る。また、それらは労働者への生きることの包括的支援につながり得る。</li> </ul>	産業観光部	産業政策課
53	公害・環境関係の苦情相談	住民から公害・環境に関する苦情や相談を受け付けるとともに、問題の早期解決を図る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>自殺に至る背景には、近隣関係の悩みやトラブル等が関与している場合や、悪臭・騒音等の住環境に関するトラブルの背景に精神疾患の悪化等が絡んでいる場合も少なくない。</li> <li>公害や環境に関する住民からの苦情相談は、それらの問題を把握・対処する上で有益な情報源として活用できる可能性がある。</li> </ul>	環境エネルギー部	環境衛生課
54	エイズ・性感染症相談【再掲】	エイズや性感染症等に関する電話相談・検査の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>エイズや性感染症の罹患に至る背景には、性に関連する深刻な問題を抱え、自殺の潜在的なリスクが高い可能性があるため、自殺リスクの高い層にアプローチする上で有効である。</li> </ul>	新潟県十日町地域振興局健康福祉部	地域保健課
55	難病患者地域支援対策推進事業	難病患者へ決め細かな支援を行うため、在宅療養支援計画の作成及び評価、患者や家族の集いや医療講演会の実施、相談支援を行う。また医療費助成の受付業務を行う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>難病を抱えている方とその家族の中には、日常生活上で様々な困難や問題に直面し自殺リスクの高い方もいる。</li> <li>研修や講演会等で自殺対策につき話をすることで、支援者に対し問題理解の促進と意識の醸成を図ることができる。</li> </ul>	新潟県十日町地域振興局健康福祉部	地域保健課

## 第4章 自殺対策の推進体制

### 1 自殺対策の推進体制

#### (1) 十日町市自殺対策庁内推進会議

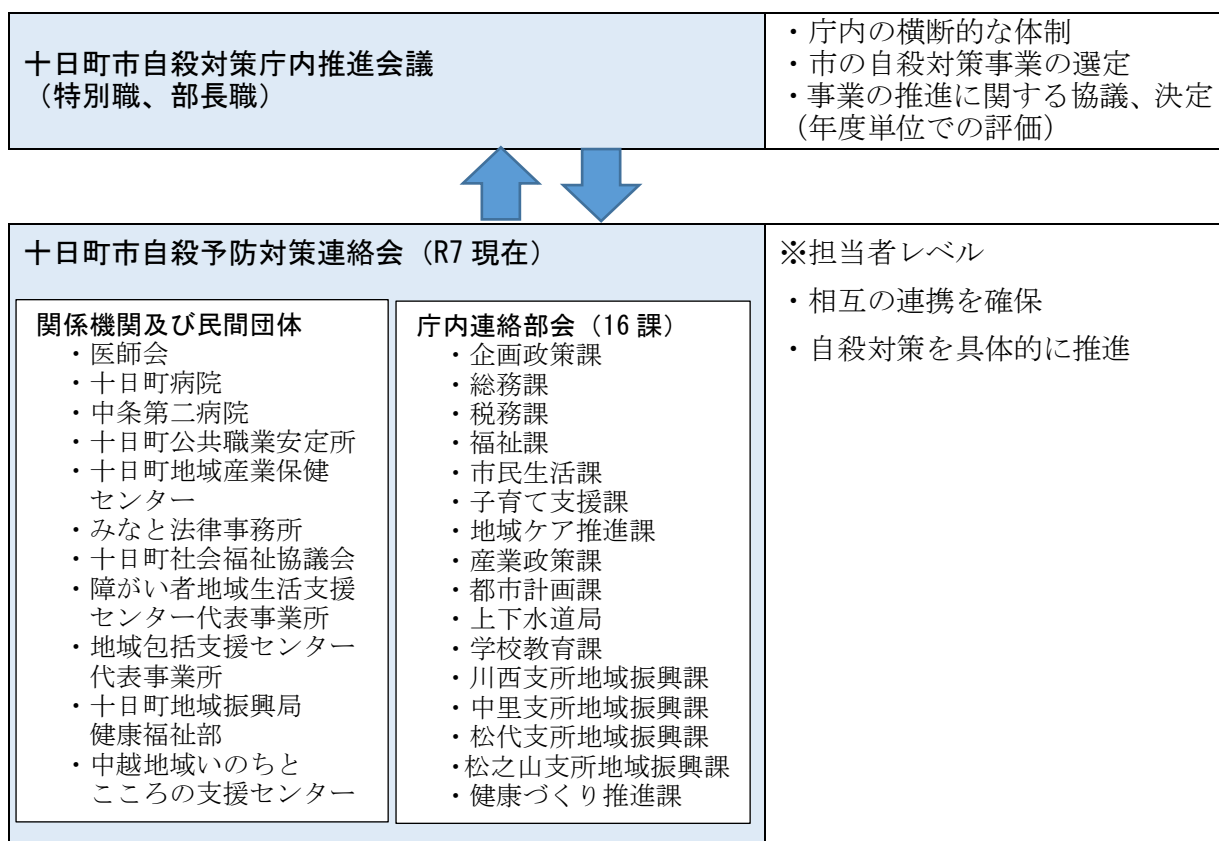
庁議構成員により、自殺対策を推進させるため、庁内の横断的な体制を整え、市として取り組むべき自殺対策事業の選定及び事業の推進に関する協議・決定を行います。

#### (2) 十日町市自殺予防対策連絡会

医療・産業・法律・教育・福祉の関係機関及び民間団体と十日町市関係部局を構成員として相互の密接な連携を確保し、十日町市の自殺対策を具体的に推進します。

### 2 計画の進捗管理

本計画における基本施策、重点施策については、自殺対策庁内推進会議で年度単位の評価を実施し、併せて自殺予防対策連絡会での意見を取り入れることで目標達成に向けた着実な推進を図ります。



十日町市自殺対策推進計画（令和8年3月改訂）

平成31年3月 策定

令和8年 3 月 改訂

発行：十日町市市民福祉部 健康づくり推進課

〒945-8501 新潟県十日町市千歳町 3 丁目 3 番地

電話 025-757-9764

E-mail [t-kenko@city.tokamachi.lg.jp](mailto:t-kenko@city.tokamachi.lg.jp)