

# 第3章 計画の基本理念・認識と施策

## 【基本理念】

誰も自殺に追い込まれることのない伊予市の実現

## 【基本認識】

- ①自殺は、その多くが追い込まれた末の死である
- ②年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いている
- ③伊予市の地域性に応じた実践的な取組をP D C Aサイクル〔Plan(計画)→Do(実行)→Check(評価)→Action(改善)〕を通じて推進する

## 【施策の体系】

### 5つの基本施策

伊予市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

- (1) 地域におけるネットワークの強化 (P18~19)
- (2) 自殺対策を支える人材の育成 (P20~22)
- (3) 市民への啓発と周知 (P23~25)
- (4) 生きることの促進要因への支援 (P26~32)
- (5) 児童生徒のS O Sの出し方に関する教育 (P33~34)

### 2つの重点施策

伊予市における自殺のハイリスク群と自殺のリスク要因に沿った取組

- (1) 高齢者への自殺対策の推進 (P35~37)
- (2) 生活困窮者支援と自殺対策の連動 (P38~39)

### 生きる支援関連施策

「自殺対策（生きることの包括的な支援）」の取組 (P40~41)

図14 計画の基本理念・認識と施策の体系

## 1 基本理念

自殺総合対策大綱の基本理念を本計画の基本理念とし、全庁横断的な体制のもと、関係機関等との連携を図り、「誰も自殺に追い込まれることのない伊予市の実現」を目指します。

### 【自殺総合対策大綱の基本理念】（抜粋）

自殺は、その多くが追い込まれた末の死である。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る。このため、自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やすことを通じて、社会全体の自殺の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ものとする。

自殺対策の本質が生きることの支援にあることを改めて確認し、「いのち支える自殺対策」という理念を前面に打ち出して、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指す。

### 【自殺対策基本法 第2条（基本理念）】

第2条 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかけがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

2 自殺対策は、自殺が個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく、その背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、社会的な取組として実施されなければならない。

3 自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。

4 自殺対策は、自殺の事前予防、自殺発生の危機への対応及び自殺が発生した後又は自殺が未遂に終わった後の事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施されなければならない。

5 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

## 2 基本認識

本市における基本認識については、国の自殺総合対策大綱に準じ、下記の①～③とします。

### 基本認識① 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である

自殺は、人が自ら命を絶つ瞬間的な行為としてだけでなく、人が命を絶たざるを得ない状況に追い込まれるプロセスとして捉える必要があります。

○自殺に至る心理としては、

- 様々な悩みが原因で心理的に追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥る。
- 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、危機的な状態に追い込まれる。

○自殺行動に至った人の直前の心の健康状態を見ると、

- 大多数の方が、抑うつ状態、うつ病、アルコール依存症等の精神疾患を発症し、正常な判断を行うことができない状態となっている。

これまで、自殺は個人の問題とされてきましたが、2007年に策定された自殺総合対策大綱において、自殺は個人の自由な意思や選択の結果ではなく、「自殺は、その多くが追い込まれた末の死」であり、社会全体の問題として取り組むこととされました。

本市では、関係機関等と連携を図り、それぞれの分野で「生きる支援」に関連又は関連し得る、かつ自殺対策の視点を加えることが可能な既存事業の洗い出しを行い、総合的に推進していきます。

### 基本認識② 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いている

国は、2007年に政府が推進すべき自殺対策の指針として、自殺総合対策大綱を策定し、国・地方公共団体・関係団体・民間団体・企業及び国民の役割の明確化と連携・協働等による取組を推進してきた結果、年間3万人を超えていた自殺者数は、2010年以降8年連続して減少し、自殺死亡率も着実に低下してきましたが、依然として次の非常事態は続いている状況です。

- 自殺死亡率は、主要7か国(日本・フランス・米国・ドイツ・カナダ・英国・イタリア)の中で最も高い。
- 20歳代や30歳代における死因は、自殺が第一位である。
- 年間自殺者数は、依然として2万人を超えている。

本市は、図4「伊予市の自殺者数の推移」(P4)のとおり、推移の判断が難しい状況ですが、2009年から2017年の間に78人の自殺者がいたという事態を踏まえ、一人でも多くの方を救済できるよう、関係機関等と連携を図り、各種取組を推進していきます。

### 基本認識③ 伊予市の地域性に応じた実践的な取組を PDCA サイクルを通じて推進する

自殺対策基本法では、自殺対策を社会づくり・地域づくりとして推進することとし、各都道府県及び市町村において、地域性に応じた計画を策定することが義務付けられています。また、この計画の策定に当たり、国の果たす役割が明確化されるとともに、PDCAサイクルによる検証等により、自殺対策を進化させながら推進することが求められています。

- 都道府県及び市町村は、大綱及び地域の実情等を勘案して、地域自殺対策計画を策定する。
- 国は、地方公共団体による地域自殺対策計画の策定を支援するため、自殺総合対策推進センターにおいて、都道府県及び市町村を自殺の地域特性ごとに類型化し、それぞれの類型において実施すべき自殺対策事業をまとめた政策パッケージを提供する。
- 都道府県及び市町村が実施した政策パッケージの各自殺対策事業の成果等を分析し、分析結果を踏まえてそれぞれの政策パッケージの改善を図ることで、より精度の高い政策パッケージを地方公共団体に還元する。

本市では、計画の策定に当たり、本市の特性に応じた基本施策、重点施策、生きる支援関連施策を設定するとともに、策定後は、これら施策のPDCAサイクルを通じた評価を行うことで、自殺対策を常に進化させながら推進していきます。



伊予市 心の健康づくりイメージキャラクター  
「ココろちゃん」

### 3 5つの基本施策

基本施策は、地域において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として、全ての自治体が共通して取り組む必要があるとされています。

本市では、国が示している「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つの取組を本計画の基本施策に設定します。

#### (1) 地域におけるネットワークの強化

「誰も自殺に追い込まれることのない伊予市の実現」を目指すためには、国、地方公共団体、関係機関、企業、市民等が有機的に連携・協働して自殺対策を総合的に推進していくことが必要です。そのためには、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することが重要です。

本市では、本計画の策定に当たり、関係機関等による「伊予市自殺対策計画策定審議会」と庁内関係課による「伊予市自殺対策計画策定連絡会」を設置し、相互の連携と協働の仕組みを構築しました。

本計画の策定後は、より広い分野の関係機関等による「伊予市自殺対策計画推進協議会（仮称）」と庁内全課による「伊予市自殺対策計画推進委員会（仮称）」を設置し、更なるネットワークの強化を図る予定です（表6）。

表6 各種ネットワーク

取組	内容	担当課	構成員等
【新規】 伊予市自殺対策 計画推進協議会 （仮称）	○関係機関等で構成し、連携を強化し、社会全体での取組を推進していきます。 ○毎年度、本計画の各種施策の進捗状況や目標数値の検証と改善に向けた検討を行います。	健康増進課	協議会委員が属する関係機関等 (P40~41 参照)
【新規】 伊予市自殺対策 計画推進委員会 （仮称）	○庁内全課で構成し、毎年度、各取組の進捗状況や目標数値の検証と改善に向けた検討を行います。		庁内全課員

本市では、地域におけるネットワークの強化を着実に推進していくために、より実効性のある取組となるよう次の目標を設定します（表7）。

表7 各種ネットワークの強化にかかる目標

指 標	目 標	目標設定の考え方
伊予市自殺対策計画推進協議会（仮称）の開催	毎年1回以上	【新規】 各種施策の進捗状況や目標数値についてPDCAサイクルによる検証等を実施するため、各会を年1回以上開催する。
伊予市自殺対策計画推進委員会（仮称）の開催	毎年1回以上	

## コラム ストレスサインに気付こう！



生活等の「変化」は悩みの大きな要因となります。

～主な生活上の「変化」～

結婚 出産・育児 入学 就職 昇進 失業 転職 過重労働 病気  
離婚 事故・災害 詐欺 介護 別居・死別



### ストレスサイン

#### 体に出る場合

肩こり 目の疲れ 疲労 肌荒れ 脱毛  
頭痛 腰痛 自律神経の乱れ 不眠(2週間以上続く場合は、相談のタイミング)

#### 心に出る場合

不安 落ち込み 怒り イライラ 希望のなさ  
気力・集中力の低下

#### 行動に出る場合

生活の乱れ 散財 暴飲暴食 ギャンブル  
暴言・暴力

### 気づき

いつもと違う様子に  
気づきましょう。

傾聴  
つなぐ  
見守る



こころや身体の病気



## (2) 自殺対策を支える人材の育成

さまざまな悩みや生活上の困難を抱える人を自殺から守るためには、早期の「気づき」が重要です。1人でも多くの方が自殺の危険を示すサインに気づき、傾聴し、見守ることにより、自殺予防対策につながります。

自殺の危険を示すサインに気づき、傾聴し、見守り、相談を経て必要な関係機関につなぐ役割を担う人材の育成を行うため、ゲートキーパー養成など必要な研修の機会の確保を図っていきます（表8）。

「ゲートキーパー」とは

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

悩みを抱えた人は自分ひとりで悩みを抱えてしまい、誰にも相談できない状況に陥ることがあります。また、気持ちが沈み、一人では解決策を見出せなくなることもあります。

そのような時に、周囲の私たちが悩みを抱えた人たちのサインに気づき、話に耳を傾け、相談機関へつなぎ、その後も見守っていくゲートキーパーの役割が大切になってきます。悩んでいる人に寄り添い、関わることで自殺対策になるだけでなく、お互いが笑顔になれるような社会を目指します。

～ゲートキーパーの役割～

- ① 気づく・・・家族や仲間の変化に気づいて、声をかける
- ② 傾聴する・・・本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- ③ つなぐ・・・早めに専門家に相談するように促す
- ④ 見守る・・・温かく寄り添いながら、じっくり見守る

また、地域全体での取組意識を高めるため、自殺対策やメンタルヘルスについて、市民や各課の関係機関等を対象にした研修を充実させることが重要です。

表8 人材育成研修の取組

取組	内 容	担当課	関係機関等
ゲートキーパー 養成講座	○市職員がゲートキーパーの役割を担うことで、早期発見と適切な相談窓口につなげることができるよう、全市職員の受講を推奨します。 【新規】	総務課 健康増進課	—
	○民生児童委員、高齢者見守り員がゲートキーパーの役割を担うことで、それぞれの立場で早期発見に努め、適切な相談窓口につなげる事ができるよう開催します。	健康増進課	—
	○民生児童委員の受講を推奨します。	福祉課	民生児童委員
	○高齢者見守り員の受講を推奨します。	長寿介護課	高齢者見守り員
【新規】 自殺対策に関する研修会等	○自殺対策への理解と関心を高めるため、市民や各課の関係機関等を対象に研修会を開催します。	健康増進課	心と体の健康センター 中予保健所
	○関係機関等に、市（健康増進課）が開催する研修会への受講を推奨します。	※表 8-1	





表 8-1 自殺対策に関する研修会等の担当課及び関係機関等一覧

担当部	担当課	受講推奨先
総務部	総務課	行政相談委員、広報区長、広報委員等
市民福祉部	福祉課	民生児童委員、人権擁護委員、社会福祉協議会、生活相談支援センター、扶桑会館、障がい者相談支援事業所、障がい者相談支援専門員
	子育て支援課	公立保育所等、放課後児童クラブ、指定管理施設（みんくる、あすなる）
	長寿介護課	高齢者見守り員、介護サービス事業所、地域包括支援センター、老人クラブ
	健康増進課	健康づくり・食育推進協議会、精神障がい者家族、精神保健ボランティアグループ、健康づくりの会、食生活改善推進協議会、健康増進推進団体
産業建設部	経済雇用戦略課	指定管理施設（町家、花の森ホテル、遊栗館、特産品センター、ウッドクラフトセンター、ふたみシーサイド公園等）、伊予商工会議所、双海中山商工会
	都市住宅課	指定管理施設（ウエルピア伊予、しおさい公園、ふたみ潮風ふれあい公園）
農業委員会事務局		農業委員、農地利用最適化推進委員
議会事務局		市議会議員
教育委員会事務局	学校教育課	小・中学校関係者、巡回教育相談員

本市では、人材育成研修の取組を着実に推進していくために、より実効性のあ  
る取組となるよう次の目標を設定します（表9）。

表 9 人材育成研修の取組にかかる目標

指 標	目 標	目標設定の考え方
ゲートキーパー養成講座の 開催回数	市職員：年 1 回	【新規】 計画年度（5年間中）に全職員が受講 できるよう年 1 回実施する。
	民生児童委員、高齢 者見守り員：年 2 回	・2018年度実績 2回 ゲートキーパーの増員及びスキル アップを図るために、民生児童委員 等を対象にした講座を年 2 回開催す る。
自殺対策に関する研修会等 の開催回数	年 1 回	【新規】 自殺対策計画の啓発と周知を図るた めに、市民や関係機関等を対象とす る研修会を年 1 回開催する。

### (3) 市民への啓発と周知

自殺に追い込まれるという危機は誰にでも起こり得ますが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があります。

こうした心情や背景への理解を深めることを含め、自殺の問題は一部の人や地域だけの問題ではないことを理解する必要があります。

そのような中、本市では、自殺に対する誤った認識や偏見を払拭し、命や暮らしの危機に陥った場合には誰かに援助を求めることや、自殺を考えている人の存在に気づき、寄り添い、声をかけ、話を聞き、必要に応じて専門家につなぐことができるよう、市民に対し広報や教育等を通じた活動の啓発と周知に努めます（表 10）。

表 10 市民への啓発と周知の取組

取 組	内 容	担当課等	関係機関等
チラシの配布等	○市民が自殺に対する正しい知識や相談窓口の情報を得られるように関係機関等を通じ、啓発と周知に努めます。 ・関係機関等の職員、関係者への配布 ・関係機関等の窓口への配置	※表 10-1	
各事業とタイアップによる啓発、周知	○関連行事等（イベント、講演会など）の会場でチラシの配布やブース・コーナーを開設し、啓発と周知を行います。	※表 10-2	
広報紙・ホームページによる啓発、周知	○自殺予防週間（9月）や自殺対策強化月間（3月）等にあわせて自殺予防に関する情報を周知し市民の意識向上を図ります。 ○相談窓口一覧の情報を市ホームページに常時掲載し、市民の関心度の向上と自殺予防の啓発に努めます。	健康増進課	—



表 10-1 チラシの配布等を行う関係機関等一覧

担当部	担当課	関係機関等
総務部	総務課	行政相談委員
	財政課	市庁舎
	危機管理課	交通安全協会、消防団員
	中山・双海地域事務所	中山・双海地域事務所
市民福祉部	福祉課	民生児童委員、人権擁護委員、社会福祉協議会、生活相談支援センター、扶桑会館、障がい者相談支援事業所
	子育て支援課	公立保育所等、放課後児童クラブ、指定管理施設（みんくる、あすなろ）
	長寿介護課	高齢者見守り員、介護サービス事業所、指定管理施設（ふれあい館、ふれあいプラザ、老人憩いの家）、地域包括支援センター、シルバー人材センター、いきいきサロン、老人クラブ
	健康増進課	健康づくりの会、食生活改善推進協議会、精神障がい者家族、精神保健ボランティアグループ、健康増進推進団体、総合保健福祉センター、双海保健センター
産業建設部	経済雇用戦略課	指定管理施設（町家、花の森ホテル、遊栗館、特産品センター、ウッドクラフトセンター、ふたみシーサイド公園等）、伊予商工会議所、双海中山商工会、彩浜館、さざなみ館
	都市住宅課	指定管理施設（ウェルピア伊予、しおさい公園、ふたみ潮風ふれあい公園）
	農業振興課	農業振興センター、
農業委員会事務局		農業委員、農地利用最適化推進委員
水道課		市庁舎第1別館
議会事務局		市議会議員
教育委員会事務局	学校教育課	小・中学校、公立幼稚園、PTA
	社会教育課	青少年センター運営協議会、スポーツ協会登録団体、文化協会登録団体、各地区公民館、文化交流センター（予定）、人権教育協議会

表 10-2 関連行事

担当部	担当課	関連行事
市民福祉部	福祉課 子育て支援課 長寿介護課 健康増進課	各種フォーラム、セミナー、講演会、教室等
	教育委員会事務局	
産業建設部	経済雇用戦略課	各種イベント

本市では、啓発と周知の取組を着実に推進していくために、より実効性のある取組となるよう次の目標を設定します（表 11）。

表 11 啓発と周知の取組にかかる目標

指 標	目 標	目標設定の考え方
チラシの配布等	設置箇所（表 10-1）：30か所以上	<b>【拡充】</b> 2018年度実績 設置4か所 チラシによる啓発と周知の充実を図るために、設置箇所を30か所以上にする。
	配布の関係機関等（表 10-1）：年1回	<b>【新規】</b> 関係機関等の連携強化を図るため、職員等へチラシの配布を年1回する。
広報紙・ホームページ等による啓発、周知	広報紙・ホームページに自殺予防週間（9月）、自殺対策強化月間（3月）の掲載：各年1回	<b>【継続】</b> 広報誌・ホームページによる自殺予防週間及び自殺対策強化月間の啓発と周知を継続して実施する。
	市ホームページに自殺対策予防に関する情報の記載：常時掲載	<b>【継続】</b> 市ホームページによる自殺予防週間及び自殺対策強化月間の啓発と周知を継続して実施する。
各事業とタイアップによる啓発、周知	各関連行事（表 10-2）：年1回	<b>【新規】</b> 自殺対策計画とタイアップできる各関連行事において、年1回チラシの配布等による啓発と周知を図る。

#### (4) 生きることの促進要因への支援

自殺は、個人においても社会においても「生きることの促進要因（自殺を防ぐ要因）」より「生きることの阻害要因（自殺につながりやすい要因）」が上回ったときに自殺リスクが高くなります。

このため、自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らすとともに、「生きることの促進要因」を増やす包括的な取組が必要となります（図 15、表 12）。

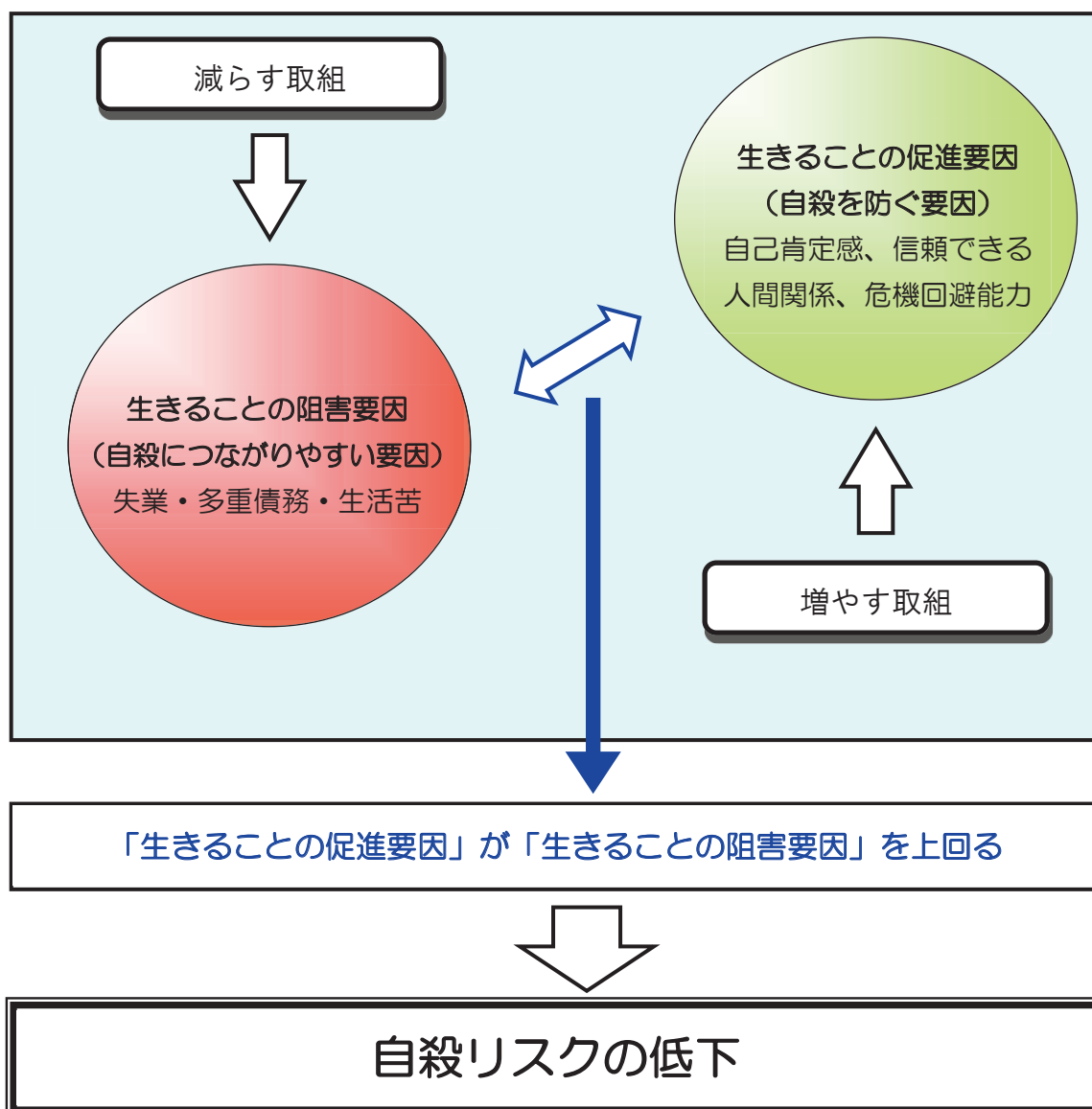


図 15 自殺対策への包括的な取組

表 12 生きることへの促進要因を増やす取組

取 組	内 容	担当課	関係機関等
ゲートキーパー養成講座の受講の推奨 【再掲】 P21	○早期発見のサインに気づくことができるよう、また全庁的な取組意識を高めるため、市職員を対象に、総務課・健康増進課が開催するゲートキーパー養成講座への受講を推奨していきます。	全課	—
相談体制の充実	○生活上の困り事を察知し、庁内関係課及び関係機関等と連携を図りながら相談対応と問題解決に当たるよう相談体制の充実に努めます。	全課	—
新規採用職員研修	○新規職員を対象に基礎的な研修の際に、自殺予防について正しく理解できるよう、ゲートキーパー養成講座の受講を推奨します。	総務課	該当課
産業カウンセラー相談事業	○市職員を対象に産業カウンセラーによる相談を実施し、悩みや不安の軽減を図ります。		—
職員ストレスチェック	○うつ等の早期発見に努め、個別支援につなげるため、市職員を対象にストレスチェックを実施し、結果配布時に自殺予防のリーフレット等を配布します。		
メンタルヘルス研修	○愛媛県主催の研修に市職員を派遣し、生きるための包括的な支援を行う人材育成を進めます。		
民生児童委員との連携	○民生児童委員と連携し、悩みを抱えている人の早期発見と支援に努めます。		福祉課
障がい者虐待対応業務	○虐待への対応を糸口に、当事者や家族の支援を行うことで、背後にある様々な問題を察知し、関係機関等と連携を図りながら、適切な支援先につなぎます。	福祉課	—
子ども総合センター事業	○妊娠期、新生児期から支援が必要な家庭を把握し、関係機関等と連携を図りながら、18歳までの子どもとその保護者に対し、切れ目のない相談、支援の充実に努め、自殺リスクの低下に努めます。	子育て支援課	—

取 組	内 容	担当課	関係機関等
児童虐待対応業務	○虐待への対応を糸口に、児童や保護者の支援を行うことで、背後にある様々な問題を察知し、要保護児童対策地域協議会と連携を図り、適切な支援につなぎます。	子育て支援課	要保護児童対策地域協議会
子育て支援センター事業	○孤立を防ぐため、保護者同士が交流、情報交換できる環境を充実し、育児不安の軽減、解消に努めます。また、関係機関等と連携し、支援が必要な保護者を発見し、早期対応をします。		—
配偶者暴力（DV）等対策事業	○配偶者などからの暴力の相談に応じ、背後にある様々な問題を察知し、関係機関等と連携し、安全の確保を図り、適切な支援先につなぎます。		—
ひとり親家庭等の生活支援（児童扶養手当等）	○ひとり親家庭等の生活の安定と自立を助けるため、生きる支援に関する情報提供を継続して進めます。また相談窓口一覧の情報を必要に応じて配布し、困り事に応じて関係機関等と連携を図りながら相談対応と問題解決に当たります。		—
地域包括支援センター運営事業	○地域包括支援センターが中核となり、高齢者が抱える問題や生活困窮など自殺リスクの高い方の情報等を把握し、各種福祉サービス及び支援が必要な関係機関との調整や共有、連携を図ります。	長寿介護課	地域包括支援センター
地域包括支援センター運営協議会	○高齢者が抱える問題や生活困窮など自殺リスクの高い方の情報等を把握し、協議会等で共有していくとともに、地域包括支援センターが適切に運営されるよう調整を行い、市民生活の向上に努めます。		
介護予防・生活支援サービス事業	○要支援者などに対し、介護予防を目的として、日常生活上の支援及び機能訓練や閉じこもり予防、自立支援に資するサービスを提供する際に、自殺対策の啓発を行い、要支援者等の早期発見に努め、個別の支援につなぎます。		

取 組	内 容	担当課	関係機関等
認知症予防事業	○認知症についての正しい知識の普及、啓発のため、認知症フォーラムや認知症セミナーを開催し、その参加者に自殺対策の啓発を行い、うつ等の可能性のある人の早期発見に努め、個別の支援につなぎます。	長寿介護課	地域包括支援センター
認知症初期集中支援推進事業	○在宅で生活する 40 歳以上の認知症が疑われる方や認知症の方で、医療・介護サービスを受けていない方等に対し、自殺予防の視点をもって、本人や家族を訪問し、病院受診や介護サービス利用、家族へのサポートなど初期の支援を集中的に行います。		
認知症サポーター養成講座	○認知症サポーター養成講座の開催に合わせ、自殺対策の啓発を行い、うつ等の可能性のある人の早期発見に努め、個別の支援につなぎます。		
成年後見制度利用支援事業	○認知症、知的障がい又は精神障がいのため、判断能力が不十分で日常生活を営むことに支障があり、かつ身寄りがない者への相談の際に、背後にある様々な問題を察知し、関係機関等と連携を図りながら成年後見制度利用に向け、支援を行います。	長寿介護課 福祉課	社会福祉協議会
介護保険料納付相談	○介護保険料の納付に関する相談を糸口に、背後にある様々な問題を察知し、適切な支援先につなぎます。	長寿介護課	-
特定入所者介護サービス費 (介護保険負担限度)	○低所得の人の施設利用が困難とならないように、申請により住居費、食費の利用者負担の軽減を図りながら、その背後にある様々な問題を察知し、必要に応じて適切な支援先につなぎます。		
母子健康包括支援センター運営事業	○妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない相談、支援を充実します。様々な困り事に応じて、関係機関等と連携を図りながら相談対応と問題解決に当たり、安心して出産、子育てできる環境の整備に努めます。	健康増進課（母子健康包括支援センター）	-



取 組	内 容	担当課	関係機関等
産前・産後 サービス事業	○様々な困り事に応じて、関係機関等と連携を図りながら、子育て支援ヘルパー派遣事業、産後ケア事業の充実を図り、安心して出産、子育てできる環境の整備に努めます。	健康増進課 (母子健康包括 支援センター)	-
【新規】 産後うつ等の スクリーニング	○妊産婦を対象に産後うつ等のスクリーニングを実施し、産後うつや不安の強い妊産婦の早期発見、早期治療に努め、個別の支援につなぎます。		
妊産婦訪問、 乳児家庭全戸訪 問	○妊産婦及び概ね生後 4 か月までの乳児に、家庭訪問、又は電話等を行い、妊産婦や子どもの健康や生活状況等を確認し、早期に支援が必要な家庭の把握に努め、適切な支援につなぎます。	健康増進課 子育て支援課	-
精神障がい者 家族懇談会	○家族が抱える悩みの分かち合いや精神疾患と障がいの理解促進のため、松前町と合同で精神障がい者家族懇談会を実施し、家族の悩みの軽減に努めます。	健康増進課	各家族会 松前町 中予保健所
デイケア事業 (精神障がい者 社会復帰促進対 策事業)	○外出して人と接することや日常生活の訓練を通して社会参加していくため、松前町と合同でデイケア事業を実施し、社会生活上のストレスと上手に付き合いながら生活できるよう支援を行います。		松前町
精神障がい者 地域交流事業へ の支援	○精神障がい者やその家族が孤独になったり孤立することがないように、居場所や他者とのつながり合う機会として、中予保健所、県精神保健福祉協会中予支部主催の中予管内2市3町(伊予市、東温市、松前町、砥部町、久万高原町)の地域交流事業を支援します。		中予保健所 1市3町
こころの体温計	○市民がインターネットを活用した心の健康度チェック事業「こころの体温計」を活用して、うつ状態等の可能性があるかの心身の自己管理ができるよう、事業利用を啓発します。		-

取 組	内 容	担当課	関係機関等
こころの健康相談	○こころの悩みを抱えた市民に対し、精神保健福祉士や精神科医師の専門家による相談の機会を提供し、不安の軽減を図り、適切な支援先につなぎます。	健康増進課	—
健康相談	○生活習慣病、がんといった健康問題の背景にうつ病等の精神疾患が隠れている場合があることを踏まえて、保健師、栄養士、歯科衛生士等による健康相談を実施し、不安の軽減を図り、適切な支援先につなぎます。		—
【新規】 自殺未遂者への支援	○中予保健所と協力し、中予地域自殺未遂者相談支援事業と連携した対策を推進します。 ○自殺未遂者に対して救急医療機関や警察、消防等との連携が強化できるよう、愛媛県中予地域自殺対策検討連絡会等を通じて、本人や家族等に適切な医療、相談支援体制を検討します。		中予保健所 医療機関 伊予警察署 伊予消防署
【新規】 自死遺族等への支援	○自死により身近な人を失った経験をされた遺族に対して、早期に県と協力し、自死遺族の会等の周知に努めるとともに、個別の支援を行います。		中予保健所 NPO法人松山 自殺防止センター等
食生活改善推進員の活動支援	○食生活改善の支援を通じて、自殺対策の啓発を行い、要支援者等の早期発見に努め、個別の支援につなぎます。		食生活改善推進協議会
ストレスチェック業務	○50人以上の教職員がいる学校の教職員を対象にストレスチェックを実施し、早期発見、早期治療に努めます。		学校教育課
スクールカウンセラー等の巡回	○スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー、巡回教育相談員を派遣し、児童生徒の見守りや相談体制の充実を図ります。	各学校	

取組	内容	担当課	関係機関等
いじめ対策	○いじめの兆候をいち早く察知し、迅速な対応を行うことで、児童生徒が安心して通学できる環境を整えます。 ○インターネット上のいじめに対応するため、情報モラルを身に付けさせる指導の充実を図るとともに、いじめに対処する体制整備に努めます。	学校教育課	各学校
適応指導教室事業の推進	○不登校児童生徒が抱える様々な問題を察知し、関係機関等と連携を図りながら自立と学校生活の復帰を支援します。	学校教育課 子育て支援課	—
差別のない明るい社会の推進	○関係機関等における自発的活動としての研修会で「いのち支える自殺対策」をテーマとした研修を実施するよう働きかけます。	学校教育課 社会教育課	—

本市では、生きることへの促進要因の取組を着実に推進していくこととし、より実効性のある取組となるよう次の目標を設定します（表 13）。

表 13 生きることへの促進要因の取組にかかる目標

指 標	目 標	目標設定の考え方
うつ等のスクリーニングの実施	妊娠期：1人1回 出産後：1人1回	【新規】 産後うつ等の早期発見と治療につなげるために、妊娠期と出産後にスクリーニングを1回実施する。
認知症サポーター養成講座参加者へのチラシ配布	配布率：100%	【新規】 新たな認知症サポーターへの啓発と周知に努めるために、参加者全員にチラシを配布する。
妊産婦訪問又は電話、乳児家庭全戸訪問の割合	妊産婦訪問又は電話：100% 乳児訪問：100%	【継続】2017年度実績 妊産婦訪問又は電話100% 乳児訪問99.2% 妊産婦訪問や乳児訪問等を100%実施することで、妊産婦や乳児等の心身の状態を確認すると共に、早期発見と適切な対応を図る。

## (5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

いじめを苦とした児童生徒の自殺が大きな社会問題となる中、2016年4月の自殺対策基本法の改正では、学校におけるSOSの出し方教育の推進が盛り込まれました。

児童生徒が命の大切さを実感できる教育だけではなく、命や暮らしの危機に直面したとき、誰にどうやって助けを求めればよいのかといった具体的かつ実践的な方法を学ぶと同時に、つらいときや苦しいときには助けを求めてもよいということを学ぶ教育（SOSの出し方に関する教育）を推進し、学校で直面する問題や、その後の社会人として直面する問題にも対処する力、ライフスキルを身に付けることができるよう取り組みます（表14）。

表14 児童生徒のSOSの出し方に関する取組

取組	内容	担当課	関係機関等
SOSの出し方に関する教育の実施	<p>○道徳、学級活動などにおいて、いじめ等の様々な困難やストレスに直面した際に、信頼できる大人や相談機関に早めに助けの声を上げられるよう、具体的かつ実践的な教育を行います。</p> <p>○学校の長期休業明けに、児童生徒の自殺が急増する傾向があることを踏まえ、保護者、関係機関等と連携しながら相談窓口の周知を図り、早期発見・見守り等に取り組みます。</p>	学校教育課	各学校
スクールカウンセラー等の巡回【再掲】P31	○各学校にスクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー、巡回教育相談員の派遣を行い、児童生徒の見守りや相談体制の充実を図ります。		
いじめ対策【再掲】P32	<p>○いじめの兆候をいち早く察知し、迅速な対応を行うことで、児童生徒が安心して通学できる環境を整えます。</p> <p>○インターネット上のいじめに対応するため、情報モラルを身に付けさせる指導の充実を図るとともに、いじめに対処する体制を整備します。</p>		
適応指導教室事業の推進【再掲】P32	○不登校児童生徒の背景にある様々な問題を察知し、関係機関等と連携を図りながら自立と学校生活の復帰を支援します。		

本市では、児童生徒のＳＯＳの出し方に関する取組を着実に推進していくこととし、より実効性のある取組となるよう次の目標を設定します（表 15）。

表 15 児童生徒のＳＯＳの出し方に関する取組にかかる目標

指 標	目 標	目標設定の考え方
小中学校で実施するアンケートのうち「家の人（兄弟姉妹を除く）と学校での出来事について話をする」と答えた割合	現状より増加	<p>全国学力・学習状況調査児童生徒質問紙結果より</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 2018 年現状値</li> <li>小学生 84.5%</li> <li>中学生 77.2%</li> </ul> <p>家庭のなかで、学校での出来事の会話を通して、子どものＳＯＳに早期に気づき、子どもが悩み事を一人で抱え込むことがない環境づくりに努める。</p>

## コラム 子どもの相談事業

### 子どもの人権ＳＯＳ

●通話無料 子どもの人権 110 番 0120-007-110

●相談時間：月曜日～金曜日（8:30～17:15）

※土曜日、日曜日、祝日、平日の時間外は留守番電話です。

### いよしこどもほっとライン

（伊予市青少年センター子どもの悩み相談専用電話）

●電話番号 089-982-2602

●電話受付日時：月・水曜日（8:30～17:00）／金曜日（8:30～12:00）



## コラム こころの体温計で心の健康度チェック

最近、眠れない・・・いつもイライラする・・・

そんな心のストレス度や落ち込み度を携帯電話やパソコンを使って簡単にチェックすることができます。

※利用料は無料ですが、通信料は自己負担になります。

アドレス⇒<https://fishbowlindex.jp/iyo/>



## 4 2つの重点施策

国の地域自殺実態プロファイルにおいて、重点課題は、各都道府県及び市町村の自殺の特徴から設定されたもので、本市は、表4「伊予市の自殺の特徴」(P9)の分析結果から、自殺者数の上位3区分という社会的な背景を重視した「高齢者」と、「背景にある主な自殺の危機経路」で生活苦の課題が大きいと考えられる「生活困窮者」の2つを設定し、優先的に推進していきます(P6~8 性別・年齢階層別・職業別の特徴参照)。

### (1) 高齢者への自殺対策の推進

本市では、2012年から2016年の合算(5年間、40人)の割合をみると、60歳以上の方が57.5%となり、半数以上を占めています。

高齢者は、閉じこもりや抑うつ状態になりやすく、心身的に孤立や孤独に陥りやすいことから、包括的支援体制の構築や地域包括ケアシステムなどの施策と連動した事業の展開を図る必要があります(表16)。

表16 高齢者への自殺対策の取組

取組	内容	担当課	関係機関等
包括的な相談支援体制の充実	○伊予市包括的支援体制構築事業において高齢者に対する支援体制の充実を図り、関係機関等との連携により、自殺のリスクを抱えた人の生きることへの包括的支援を実施します。	長寿介護課	地域包括支援センター
高齢者虐待対応業務	○虐待への対応を糸口に、背後にある様々な問題を察知し、緊密な連携を図りながら安全の確保を図り、適切な支援先につなぎます。		
地域包括支援センター運営事業【再掲】P28	○地域包括支援センターが中核となり、高齢者が抱える問題や生活困窮など自殺リスクの高い方の情報等を把握し、各種福祉サービスの利用や必要な関係機関との調整や共有を図ります。		
地域包括支援センター運営協議会【再掲】P28	○高齢者が抱える問題や生活困窮など自殺リスクの高い方の情報等を把握し、協議会等で共有するとともに、地域包括支援センターが適切に運営されるように調整を行い、市民生活の向上に努めます。		

取 組	内 容	担当課	関係機関等
介護予防・生活支援サービス事業 【再掲】 P28	○介護予防を目的として、日常生活上の支援及び機能訓練や閉じこもり予防、自立支援に資するサービスを提供する際に、自殺対策の啓発を行い、支援が必要な要支援者等の早期発見に努め、個別の支援につながります。	長寿介護課	地域包括支援センター
緊急通報体制整備事業	○ひとり暮らし高齢者などに緊急通報装置を貸与し、緊急連絡の手段の確保を図るとともに孤独感の解消を図ります。		-
老人クラブ活動育成事業	○老人クラブ活動の参加者に対し、自殺対策の啓発を行い、支援が必要な高齢者の早期発見に努め、個別の支援につながります。		
高齢者配食サービス	○高齢者配食サービスを通じてひとり暮らし高齢者等に声かけを行い、安否確認をしつつ、孤独・孤立の防止を図ります。		
成年後見制度利用支援事業 【再掲】 P29	○認知症、知的障がい又は精神障がいのため、判断能力が不十分で日常生活を営むことに支障があり、かつ身寄りがいない者への相談の際に、背後にある様々な問題を察知し、関係機関等と連携を図りながら成年後見制度利用に向け、支援を行います。		
介護保険料納付相談 【再掲】 P29	○介護保険料の納付に関する相談を糸口に、背後にある様々な問題を察知し、適切な支援先につながります。		
特定入所者介護サービス費（介護保険負担限度） 【再掲】 P29	○低所得の人の施設利用が困難とならないように、申請により住居費、食費の利用者負担の軽減を図りながら、その背後にある様々な問題を察知し、適切な支援先につながります。		
シルバー人材センター事業	○就労による社会参加を促すことで、経済面及び精神面での向上を目指すとともに、高齢者の社会的喪失感や孤独感の解消を図ります。		シルバー人材センター

取 組	内 容	担当課	関係機関等
一般介護予防事業	○高齢者に対し、必要な知識を習得してもらうため介護予防教室を開催し、その参加者に自殺対策の啓発を行い、うつ等の可能性のある人の早期発見に努め、個別の支援につなぎます。	長寿介護課	地域包括支援センター等
高齢者見守り員事業	○高齢者見守り員が定期的に訪問し、安否確認を行うことにより、孤独感の解消を図ります。		社会福祉協議会
栄養改善事業	○高齢者の食生活改善と地域の食育推進の輪を広げるため、食生活改善推進協議会の協力のもと、各地域で栄養改善の伝達講習会を開催し、その受講者に自殺対策の啓発を行い、うつ状態の可能性のある人の早期発見に努め、個別の支援につなぎます。	健康増進課	食生活改善推進協議会

本市では、高齢者の自殺対策を着実に推進していくこととし、より実効性のある取組となるよう次の目標を設定します（表 17）。

表 17 高齢者への自殺対策の取組にかかる目標

指 標	目 標	目標設定の考え方
介護保険料納付相談件数	年 30 件	・ 2017 年度実績 25 件 介護保険納付方法等の相談時において、一人で悩み事を抱えている高齢者の早期発見に努め、適切な相談対応につなげる。
老人クラブ活動における啓発	年 4 回	【新規】 老人クラブの総会や活動の場において、チラシの配布等を実施し、高齢者への啓発と周知に努める。





## (2) 生活困窮者支援と自殺対策の連動

生活困窮者は、経済的な課題だけでなく、人間関係や心身の健康問題等多様な問題を複合的に抱えていることが多いため、各関係機関の連携を必要とします。

本市では、生活支援は自殺対策であるという観点を持ち、自立支援に携わる担当課や関係機関等が連携し、包括的な支援に取り組んでいきます（表 18）。

表 18 生活困窮者への支援と自殺対策の取組

取 組	内 容	担当課	関係機関等
包括的な相談支援体制の充実	○伊予市包括的支援体制構築事業において、生活困窮者等に対する支援体制の充実に図り、関係機関等との連携により、自殺のリスクを抱えた人への生きることへの包括的な支援を実施します。	福祉課 市民課 子育て支援課 長寿介護課 健康増進課	社会福祉協議会
生活困窮者自立支援事業	○社会福祉協議会に委託し、自立相談支援事業を実施しています。心身の状況、地域社会からの孤立といった様々な問題を察知し、生活困窮の状況に応じた支援が包括的・早期に行われるよう、関係機関等と連携し、情報の共有化を図ります。		社会福祉協議会
生活保護業務	○生活に困窮する人に対し、背景にある様々な問題を察知し、関係機関等と連携を図りながらその困窮の程度に応じて必要な保護を行い、その最低限の生活を保障するとともにその自立を助長します。 ○受給世帯の課題を的確に把握し、必要に応じて適切な支援先につなぎます。	福祉課	—
こころの健康相談 【再掲】 P31	○こころの悩みを抱えた市民に対し、精神保健福祉士や精神科医師の専門家による相談の機会を提供し、不安の軽減を図り、適切な支援先につなぎます。	健康増進課	—

取 組	内 容	担当課	関係機関等
無料相談等	○消費生活上のトラブルや生活困窮などの悩みを抱えた市民に対し、専門家への相談機会の提供や無料相談先情報の周知に努めることで、不安の軽減を図り、適切な支援先につながります。	経済雇用戦略課 市民課	愛媛県消費生活センター 社会福祉協議会
各種納付相談	○各種税金や保険料の支払等の際、生活面で深刻な問題を抱えていたり、困難な状況にある等、その背景にある様々な問題を察知するとともに「生きることの包括的な支援」のきっかけと捉え、関係機関等と連携を図りながら支援を行います。	税務課 市民課 福祉課 子育て支援課 長寿介護課 都市住宅課 水道課	

本市では、生活困窮者の自殺対策を着実に推進していくこととし、より実効性のある取組となるよう次の目標を設定します（表 19）。

表 19 生活困窮者への自殺対策の取組にかかる目標

指 標	目 標	目標設定の考え方
生活困窮者自立支援事業新規相談件数	年 40 件以上	・ 2017 年度実績 37 件 生活困窮者への自立支援を促進するため、相談事業を継続して実施する。
こころの健康相談件数	現状より増加	・ 2017 年度実績 12 回 35 件 専門家による相談を通して、不安の軽減を図り、適切な支援先につなげる。



## 5 生きる支援関連施策

自殺対策とは「生きることへの包括的な支援」であるとの視点から、既存事業を最大限に生かし、計画に盛り込むべく、庁内の事業を「生きる支援」に関連又は関連し得るかどうか、どうすれば自殺対策と連携し得るのかを考え、広く把握していくことが重要です。これらの事業については、市の基本施策 5 項目及び重点施策 2 項目に基づいて庁内の関連事業を分類し位置付けています。

また、推進に当たっては、全庁横断的な体制を整えるとともに、市民や地域ネットワークの参加を得ることが重要であることから、本市では関係機関等の取組を「生きる支援関連施策」として計画に盛り込み、それぞれの活動内容の特性に応じて自殺予防対策に関する業務・役割を遂行するとともに、相互連携を図り、地域をあげて自殺対策に取り組みます（表 20）。

表 20 生きる支援関連施策一覧

共通の取組	内 容
チラシの配布等	○自殺予防対策の周知や啓発を図るため、相談窓口一覧のチラシ（P52）等を配布します。
関係機関等	取組の内容
伊予医師会 伊予歯科医師会	○かかりつけ医受診時に、精神的な症状等があった場合、適切な医療や相談機関につなぐよう取り組みます。
愛媛県司法書士会	○多重債務等の問題に必要なに応じて、関係機関等と連携を図りながら、法律の専門家として相談対応と問題解決に当たります。
心と体の健康センター	○心の健康についての専門的な相談、アルコール、薬物、ギャンブル依存に関する相談、ひきこもり相談、思春期相談など、精神保健福祉全般にわたる相談に対応します。
中予保健所	○こころの健康、保健、医療、福祉に関する相談や訪問、自殺未遂者相談支援事業等を通じて関係機関等と連携を強化し、支援体制の構築を図ります。
伊予警察署	○様々な困りごとに応じて、関係機関等と連携を図りながら、相談対応と問題解決に当たります。
伊予消防署	○救急現場や講習会、イベント等において、自殺対策リーフレットを配布し普及啓発に取り組みます。

関係機関等	取組の内容
小・中学校、高等学校	○児童生徒が命の大切さを実感できる教育だけではなく、命や暮らしの危機に直面したときに助けを求める力を学ぶ教育（SOS の出し方に関する教育）を推進し、学校で直面する問題や社会人として直面する問題に対処する力、ライフスキルを身につけることができるよう取り組みます。
愛媛産業保健総合支援センター	○過労自殺や精神障がい等による労災補償の増加など労働者を取り巻く職場環境は依然として厳しいものがあり、地域保健とも協力し、職場におけるメンタルヘルス対策を推進します。
伊予商工会議所 双海中山商工会	○経営上の様々な相談の際に、悩みを抱えた勤労者の心身の変調に早く気づき、またその問題状況に対し、適切な相談窓口につなぐよう取り組みます。
民生児童委員 高齢者見守り員	○地域の悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなぎ、見守るゲートキーパーとして、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して孤立や孤独を防ぎ、生きる支援に取り組みます。
老人クラブ連合会	○老人クラブ活動に参加することで孤独感の解消や仲間づくりができ、健康で生きがいのある生活を目指します。
健康づくりの会 食生活改善推進協議会	○健康寿命の延伸を目指すため、健康の保持・増進に関する正しい知識を身につけ、地域でその輪を広げる活動を通じて、悩みを抱えた人の心身の変調にいち早く気づくことができるよう、住民同士で支え合いと見守りができる地域力を推進します。
精神保健ボランティアグループ	○心の病について理解を深め、精神障がい者の社会参加や住民の心の健康づくりに取り組み、そのボランティア活動の輪を拡げながら地域に心の交流を深めます。
社会福祉協議会 生活相談支援センター 相談支援事業所	○関係機関等との連携のもと、自殺のリスクとなりうる生活困窮を含めた生活上の様々な問題に早期に気づき、地域福祉の問題の解決を図り、地域に暮らす誰もが安心して幸せに暮らせるまちづくりを目指します。
地域包括支援センター	○高齢者の生活を総合的に支えていく拠点として、高齢者が抱える問題や生活困窮など自殺リスクの高い方の情報等を把握し、関係機関等との連携を図りながら、各種福祉サービス等の調整を図ります。
市民	○市民一人ひとりが自殺対策に関心を持ち、理解を深めることが必要です。身近な人が悩んでいる場合に、早めに「気づき」、「声をかけ」、「話をよく聴き」、「必要な相談先に寄り添いながらつなぐ」ことが大切です。