

第6章 こころの健康（自殺対策計画）

現状

（1）我が国の現状

平成10年に自殺者が急増し、その後14年連続で3万人を超えていましたが、平成18年の「自殺対策基本法」の施行以降、自殺対策が取られたことで平成24年には15年ぶりに自殺者が3万人を下回り、その後は減少しました。しかし、令和2年は新型コロナウイルス感染症が流行した影響もあり11年ぶりに自殺者が増加し、2万人を超えました。

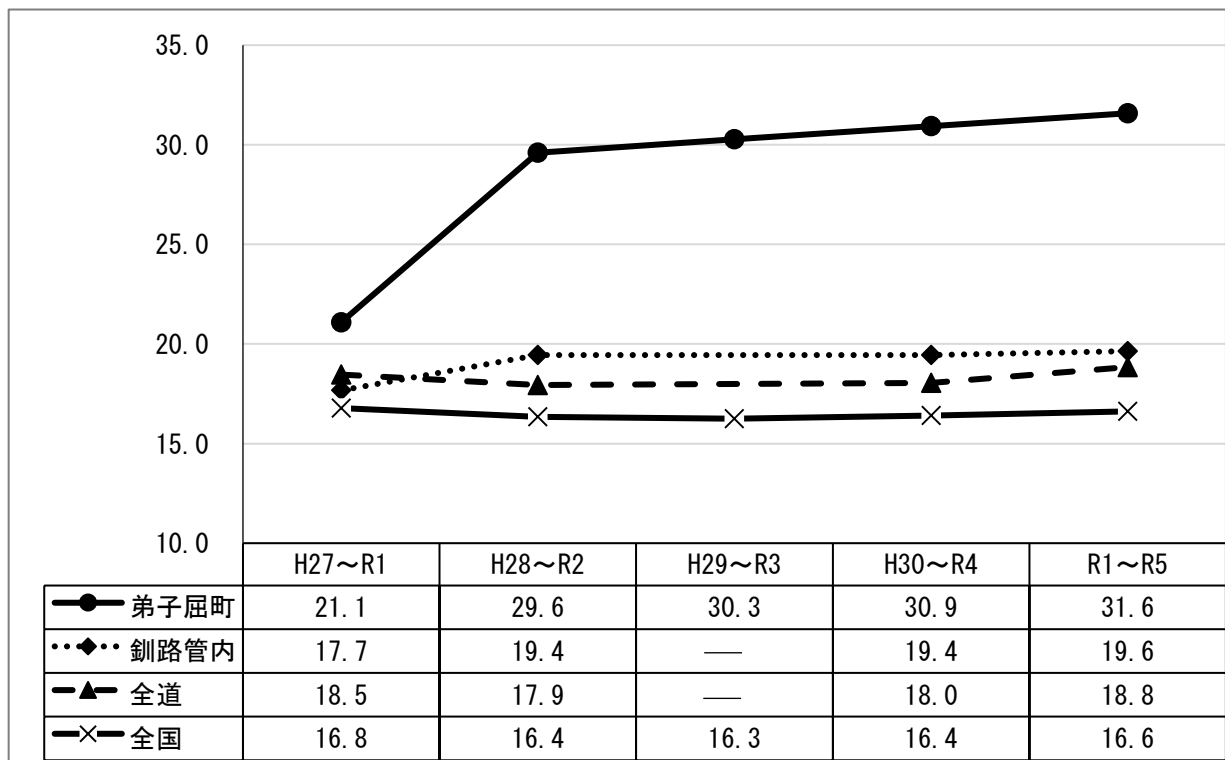
性別・年齢別で見ると、自殺者の総数は女性よりも男性で多く、特に中高年男性が多いという状況です。令和2年は新型コロナウイルス感染症の影響により、女性や40歳未満の若い世代の自殺者が増えており、特に10～20代の自殺者が増えています。

現在でも自殺者数は2万人を超えており、高い水準となっています。

（2）弟子屈町の現状

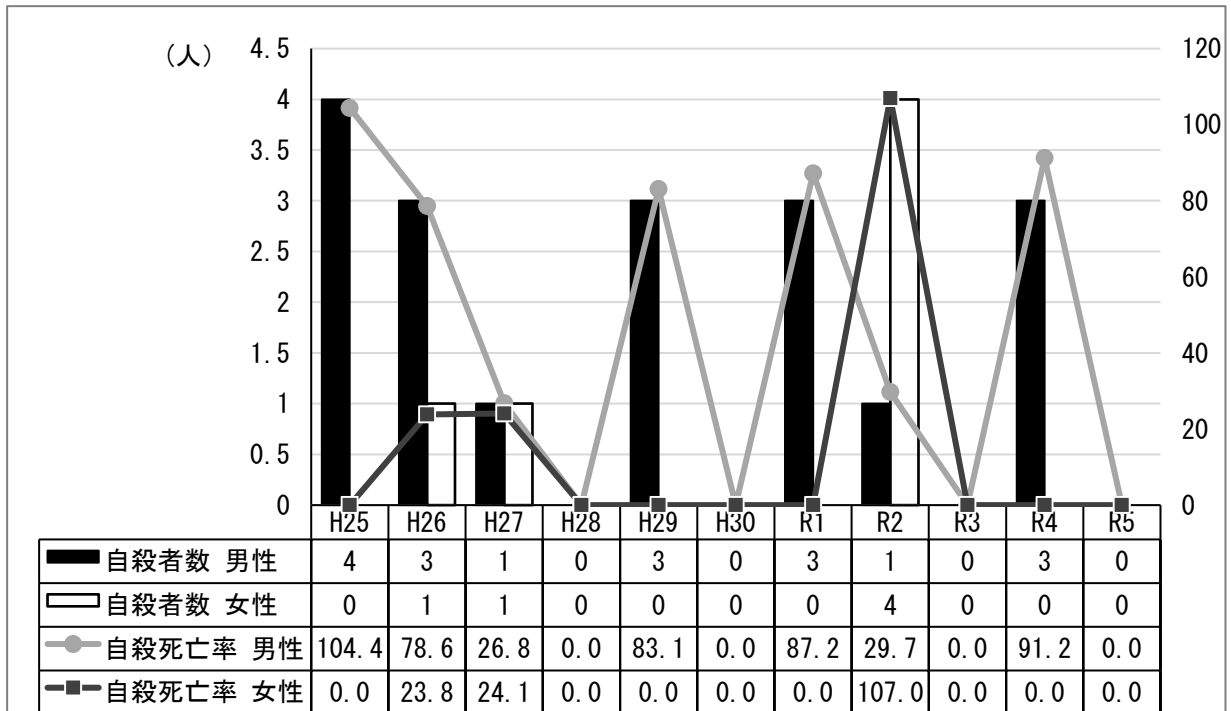
本町の自殺死亡率を全国・全道及び釧路管内と比較して5か年平均で見た場合、どの年においても高く、若干の増加傾向にあります。また本町の性別・年齢別の傾向を見ると男性が多く、各年代で自殺者が出ている一方、女性では高齢者に多い状況にあります。

■自殺死亡率（人口10万対）の推移



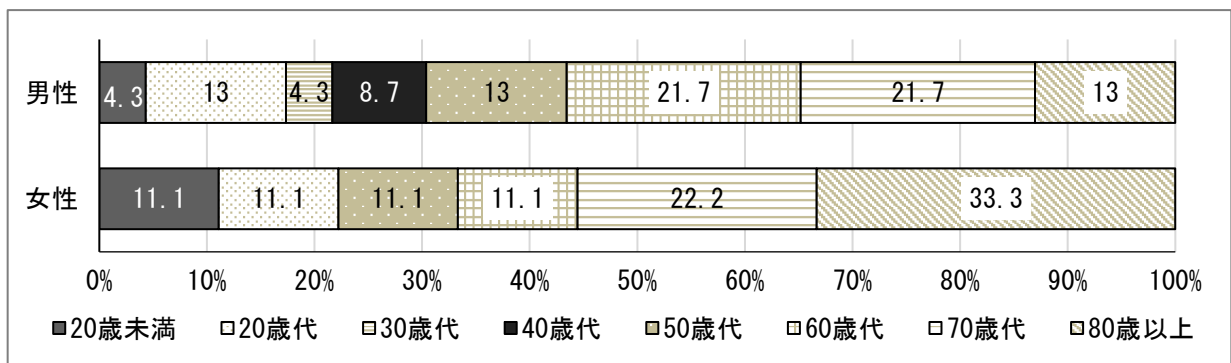
資料：地域自殺実態プロファイル各年資料

■弟子屈町の自殺者数および自殺死亡率（人口 10 万対）の推移



資料：地域自殺実態プロフィール 2024 追加資料

■性別年代別自殺者割合（平成 21 年～令和 5 年）



資料：地域自殺実態プロフィール 2024 追加資料

自殺総合対策推進センターから示された地域自殺実態プロフィール 2024 によると、令和元年から令和 5 年における本町の自殺者の地域的な特徴としては、「高齢者」、「勤務・経営者」、「生活困窮者」が挙げられており、その対象が重点施策として推奨されています。この自殺者の特徴には入っていませんが、近年 20 歳未満の若い世代の自殺も見られています。

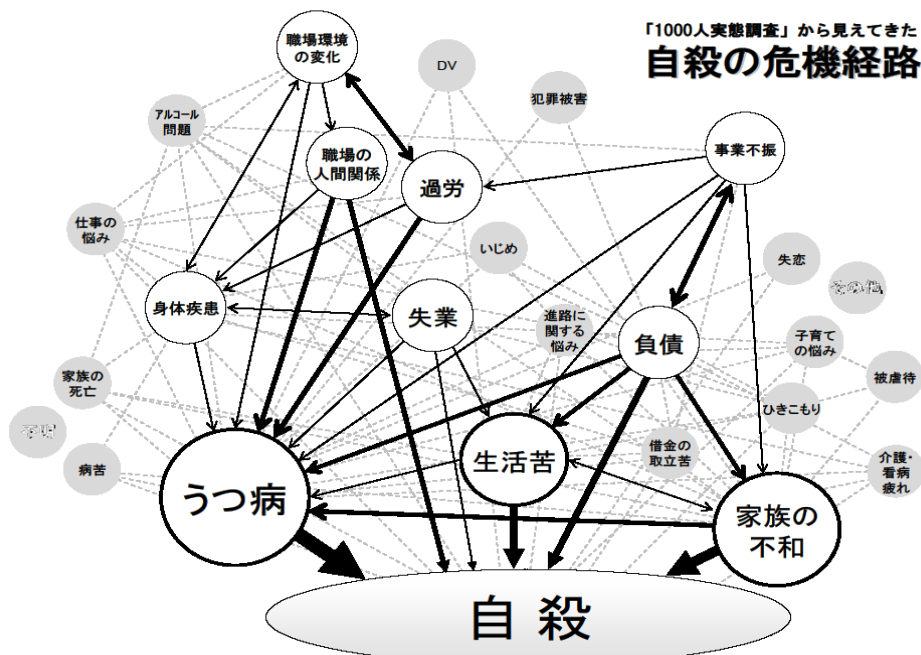
■地域の主な自殺者の特徴

順位	自殺の特徴	自殺者数 (5年計)	自殺死亡率 (人口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 有職/同居	2	73.1	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
2位	女性/60歳以上 無職/同居	2	44.7	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
3位	男性/60歳以上 有職/独居	1	172.4	配置転換/転職+死別・離別→身体疾患→うつ状態→自殺
4位	男性/40~59歳 有職/独居	1	90.7	配置転換(昇進/降格含む)→過労+仕事の失敗→うつ状態+アルコール依存→自殺
5位	女性/60歳以上 無職/独居	1	56.1	死別・離別+身体疾患→病苦→うつ状態→自殺

※「背景にある主な自殺の危機経路」は、NPO法人ライフリンク「自殺実態白書2013」を参考に推定したもの。自殺者の特性別に見て代表的と考えられる経路の一例を示しており、記載の経路が唯一のものではないことに留意。

資料：地域自殺実態プロフィール2024

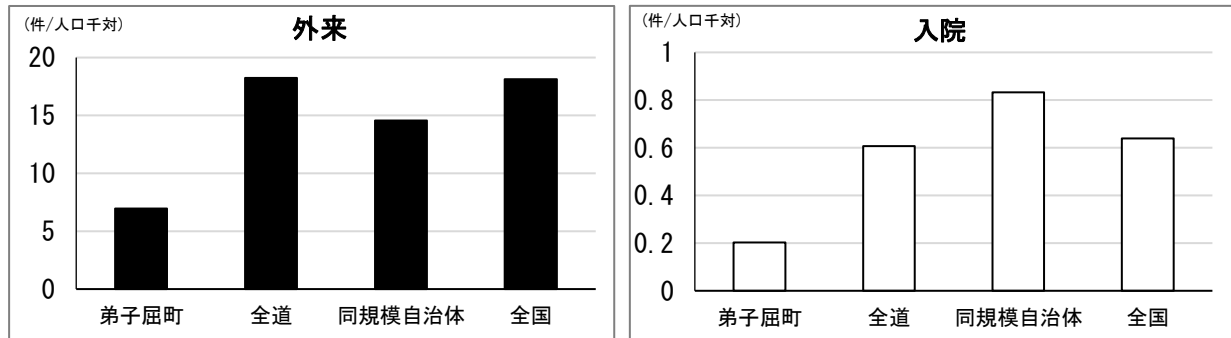
■背景にある主な自殺の危機経路



資料：自殺実態白書2013 (NPO法人ライフリンク)

自殺とうつ病は密接に関連していますが、自殺率が高い一方で、うつ病で受診・入院している町民は全道・全国と比較して少ないため、適切に医療につながっていない人がいる可能性があります。また、レセプト件数の把握は国民健康保険の加入者のみであり、国保以外の保険加入者にうつ病の罹患率が高い可能性があります。

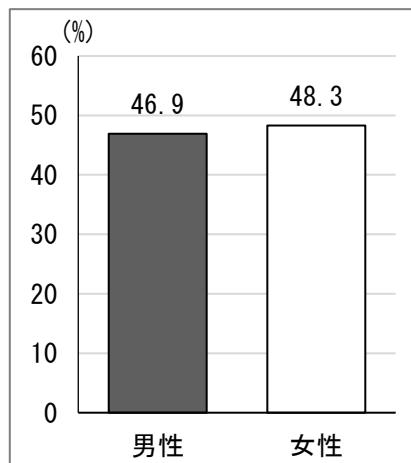
■令和5年度うつ病のレセプト件数



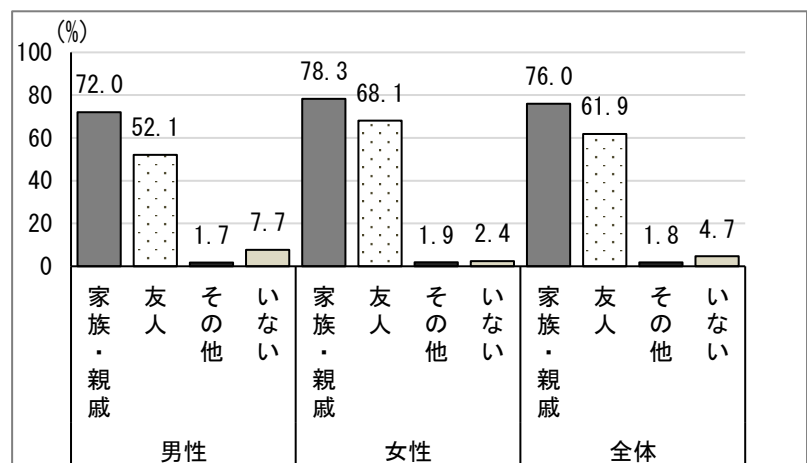
資料：令和5年度 KDB 医療費分析

サークルへの参加の割合は男性より女性の方が高く、「相談者が身近にいない」と答える割合は男性の方が高くなっています。また、生きがいの有無や生活の満足度に男女差はほとんどありませんでした。一方で、女性より男性の自殺死亡率が高いことから、社会参加の場や生きがいがあっても相談者が身近にいないということが自殺に傾きやすくなる要因の一つとなっている可能性があります。

■サークル等の参加者の割合

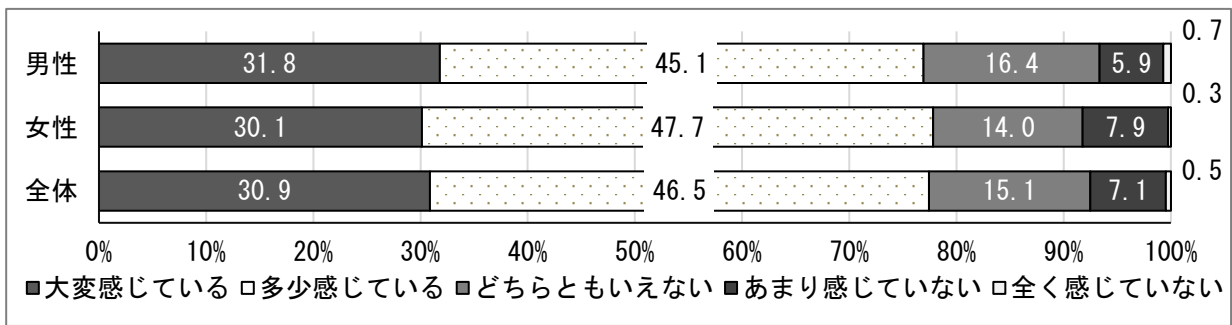


■相談者の種類と割合



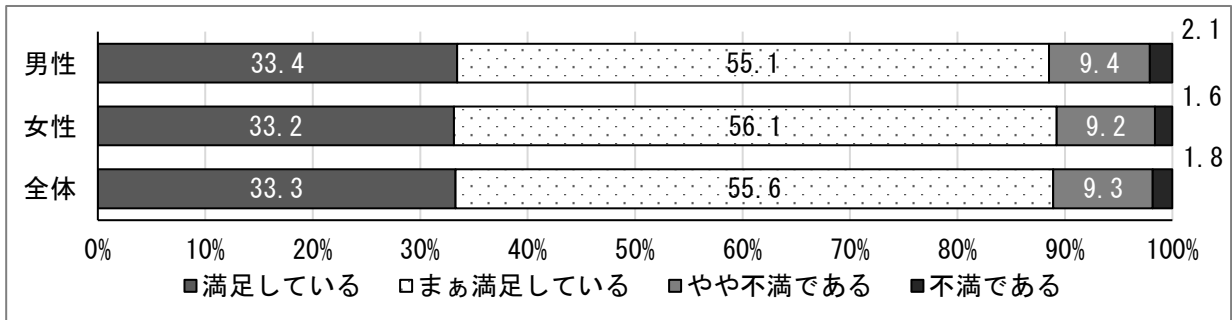
資料：令和5年度総合健診アンケート

■生きがいを感じている人の割合



資料：令和5年度総合健診アンケート

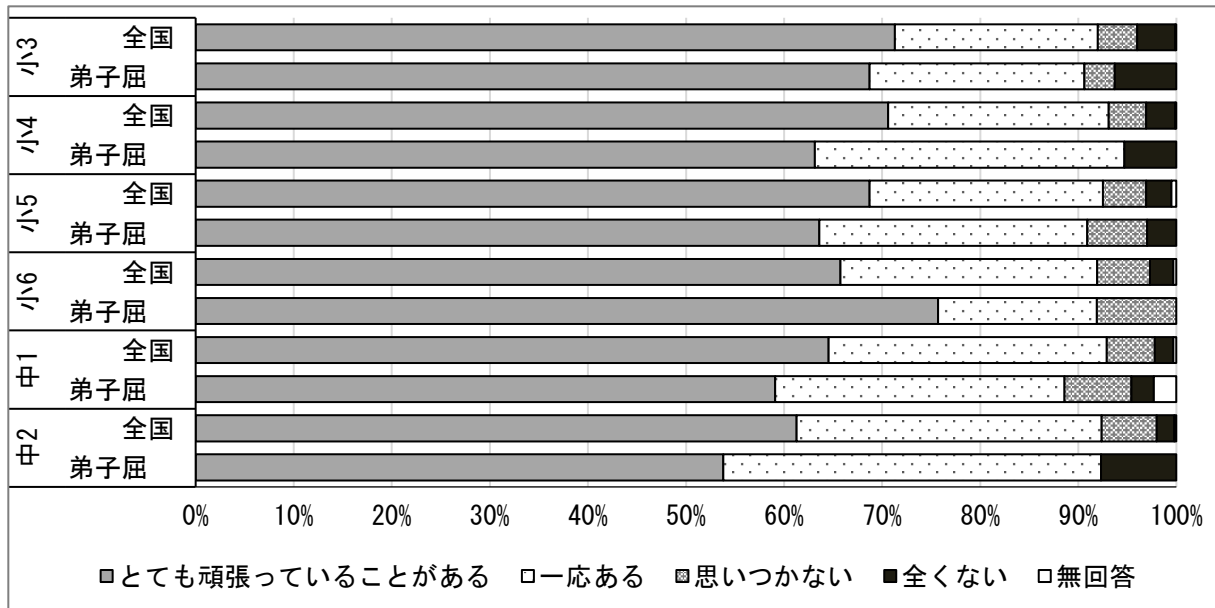
■生活の満足度



資料：令和5年度総合健診アンケート

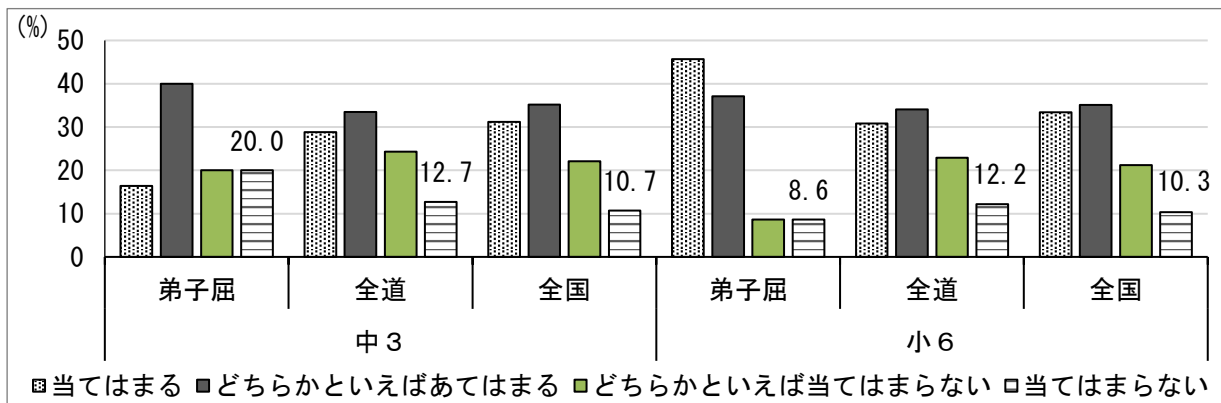
小中学生は趣味など「頑張っていることがある・一応ある」と答えた割合は全国と変わりませんでした。「先生や学校にいる大人にいつでも相談できるか」という問いには、小学6年生は全道全国と同割合で相談できていますが、中学3年生になると「当てはまらない」と回答する割合が高くなっています。また、「嫌な思いをした時、誰にも相談しない」という回答が中学生になると増加していることもあり、悩みが多様化する思春期の相談先が必要と考えられます。

■勉強やスポーツ、習いごと、趣味などで頑張っていることがあるか



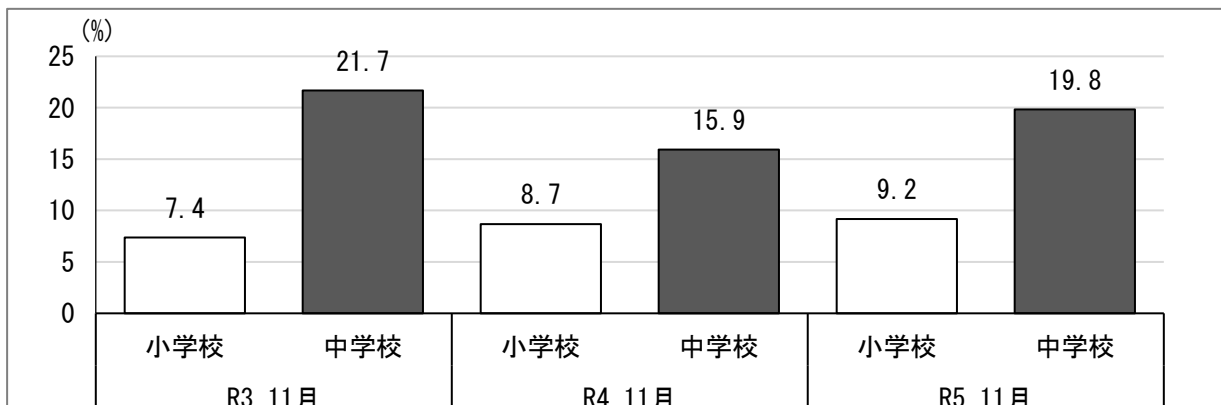
資料：令和5年 i-check

■ 困りごとや不安があるときに、先生や学校にいる大人にいつでも相談できるか



資料：令和5年全国学力・学習状況調査質問紙

■ 「いやな思いをした時、誰にも相談しない」と答えた人の割合



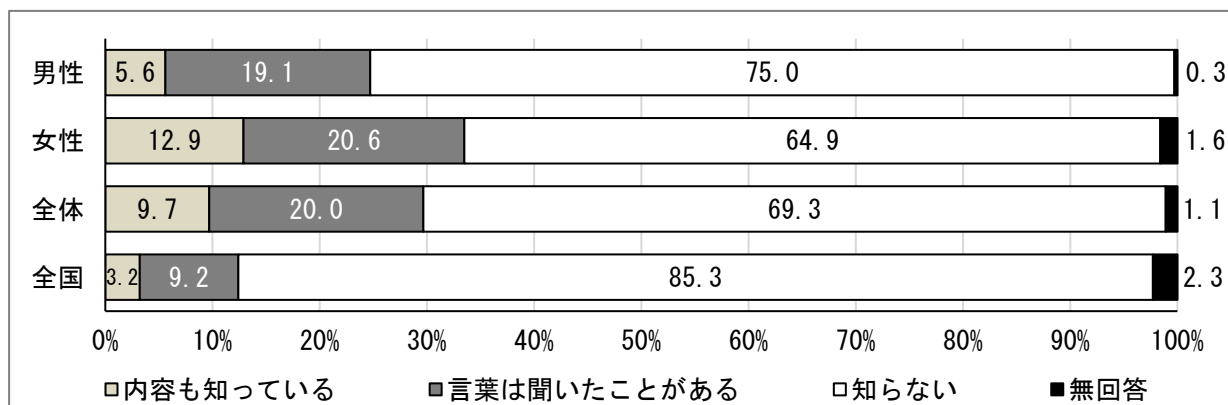
資料：弟子屈町教育委員会 いじめの把握のためのアンケート

ゲートキーパー* 研修受講者数の5年間の推移を見ると、半数以上は新規の方となっています。健康づくり推進委員の他、学校や一部の職域に実施していますが、属性や業種が限定されず、幅広い層にゲートキーパーがいることで、気づきから必要な支援に繋がる経路が増えるため、今後も新規受講者が増えていくような取り組みが必要と考えられます。

ゲートキーパーの認知度については、全国と比較すると男女ともに高い割合でした。町のデータは健診受診者へのアンケート結果のため、高くなった可能性も考えられます。今後はデータ収集方法を工夫する必要があると考えます。ゲートキーパーの数を増やすため、まずは興味をもってもらえるような受講のきっかけ作りとして認知度を上げることも重要と考えられるため、今後も様々な機会での周知を行っていくことが必要となります。

また、複数回受講することで内容を思い出してもらったり、理解が深まり、意識づけに繋がったりしやすくなるため、一度講習を実施した対象であっても繰り返し周知していくことが重要と考えられます。

■ゲートキーパーの認知度



資料：令和5年度総合健診アンケート、令和3年度自殺対策に関する意識調査（厚生労働省）

■ゲートキーパー研修受講者数の推移

	R1	R2	R3	R4	R5	合計
新規	11	0	7	24	13	56
既参加	13	4	9	8	11	44
計	24	4	16	32	24	100

資料：弟子屈町ゲートキーパー研修 実施てん末

課題と行動目標

- ① ほぼ毎年自殺者がみられており、全道・全国と比較しかなり高い。
- ② 自殺者の特徴としては「高齢者」、「勤務・経営者」、「生活困窮者」となっている。近年は若い世代（10代）の自殺も見られている。
- ③ うつ病で受診している人（国保のみ）は全道・全国よりも低いため、適切な受診に繋がっていない可能性や国保以外の保険加入者にうつ病の罹患者が多い可能性がある。

行動目標

自分や周りの人の変化に気づき、こころの健康を保とう！

自殺対策における取組

自殺対策における取組として、すべての自治体で統一して取り組む5つの基本施策と地域の自殺実態を分析し、本町の地域特性に合わせたものを重点施策として取り組み、自殺対策を推進していきます。（詳細はP73 ページ以降に記載）

基本施策	重点施策
1 地域におけるネットワークの強化	1 高齢者への対策
2 自殺対策を支える人材の育成	2 生活に困っている人への対策
3 住民への啓発と周知	3 働いている人・自営業の人への対策
4 生きることの促進要因への支援	4 子ども・若者への対策
5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育	

評価指標

指標	区分	R18 年度 目標	現状 弟子屈町	評価	
				評価方法	頻度
①自殺死亡率 (人口 10 万対)	人口 10 万対 (5 か年平均)	0	31.6 (R1~R5 平均)	地域自殺実態 プロフィール	年 1 回
②ゲートキーパー研修の 新規受講者数	実人数	10 人	24 人※	年度内の 新規受講者	
③ゲートキーパーの認知 度	成人	50%以上	29.7%※	町民アンケート	
④困りごとや不安がある 時に相談相手がない人 の割合	小学6年生	0%	8.6%	全国学力・ 学習状況調査	
	中学3年生		20.0%		
	成人		4.7%※	町民アンケート	
⑤睡眠で休養が十分に とれている人の割合 (再掲)	成人	80%以上	74.1%※	町民アンケート	
⑥睡眠時間が十分に確保 できている人の割合(60 歳未満:6~9 時間、60 歳以 上:6~8 時間)(再掲)	成人	60%以上	-		

※第二次計画と評価方法が異なるため参考値とする

【基本施策】 1 地域におけるネットワークの強化

自殺対策においては、保健、医療、福祉、教育、労働等の様々な関係機関・団体と連携を図りながら総合的に取り組んでいく必要があります。住民や行政、関係機関・団体がお互いに相談しやすい関係を築き、地域で支えあえるまちづくりを推進します。

事業名等	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担 当
自治会	地域住民が自主的に運営する組織である自治会が、活発な地域活動を行うため支援を行う。	自治会活動を通し、自殺につながりそうな問題を抱えた人の見守りや、必要に応じて役場へ相談することで対策となる。	環境生活課 生活係
民生委員・児童委員	住民に身近な相談者として、地域の最初の相談窓口となり、適切な相談機関につなげる。	住民に身近な相談者として、地域の最初の相談窓口になりやすく、適切な相談機関につなげることで、自殺対策となる。	福祉課 地域福祉係
訪問看護ステーション	看護を必要とする方が、住み慣れた自宅・地域で生活を送れるよう、かかりつけ医師の指示の下に医療的ケアなどのサービスを提供する。	健康問題は自殺のリスクになりやすいため、利用者の問題や異変を早期に察知し適切につないでもらう事で対応できるようになる。	健康こども課 健康推進係
釧路地域うつ・自殺予防対策ネットワーク会議	自殺対策に関係する各機関の役割や活動について情報交換を行い、自殺に関する実態や課題を把握する。	関係機関と自殺及び、自殺対策における情報交換・情報共有を行うことで、他地域の状況や医療体制の把握ができ、自殺対策の推進につながる。	健康こども課 健康推進係
自殺未遂者対策事業	町内の医療機関の関係者、自殺企図のある方と関わる可能性のある相談支援事業所等の職員に対し、講師を招いて研修やケース検討等で自殺未遂者への対応について学ぶ。自殺未遂者の状況を調査・確認し、情報共有を行う。	自殺のハイリスク者である自殺未遂者と関わることの多い機関と連携を図ることで必要な支援先につなぎやすくなる。	健康こども課 健康推進係
釧路管内養育者支援保健・医療連携システム	医療機関および保健所と周産期の母子および家庭について情報共有を図り、適切な支援につなげる。	出産前後の精神的に不安定になりやすい時期において、支援が必要な家庭や児についての情報を医療機関と共有を図り、自殺リスクを抱えた保育者を早期発見することで適切な支援を早い時期から行うことができる。	健康こども課 健康推進係

事業名等	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担 当
子ども・子育て会議	子どもが安全・健康に暮らし、成長できる地域づくりのため子ども・子育て支援事業計画の策定と変更の審議を行う。	子育て支援を行う関係団体同士のネットワークを強化していくことで、子育て世代が抱えやすい課題を抽出し、自殺のリスクを軽減するための施策の検討やセーフティネットづくりにつなげる。	健康こども課 こども支援係
要保護児童対策協議会	家庭的なリスクを抱える要保護児童や特定妊婦へ適切な支援につなげるため、関係機関との情報共有および対応について、検討を行う。	関係機関との情報共有を図ることで、家庭的な問題や児童・生徒・妊婦に生じている問題への支援につながり、自殺のリスクを低減する事ができる。	健康こども課 こども支援係
学校・教育分野との連携	学校-教育委員会間で各種協議会や定期的な報告会などを通じて、いじめ・不登校・非行・虐待リスクなど校外生活を含めて広く情報共有・検討を行ない、支援や必要に応じて関係機関との連携を図る。	若年世代の自殺を防ぐためには学校内だけで抱え込まず、多角的で卒業後まで見据えた継続的な支援が必要である。	管理課 学校教育係及び 指導室
地域ケア会議	高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるため、地域の支援者を含めた介護・福祉・保健・医療等の多職種で連携し、支援困難事例や地域の課題について検討する。	地域が抱える課題把握、及び共有、介護・福祉・保健・医療など多職種・多機関との連携することで、社会資源の活用や、ネットワーク構築機能により、リスクマネジメントにつながる。	福祉課 地域包括支援係

事業名等	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担 当
社会福祉協議会との連携	地域住民の福祉ニーズに応え、誰もが安心して暮らせる地域社会を目指し、福祉サービスの相談・支援、ボランティア活動の推進、生活支援、地域交流事業など、多岐にわたる地域福祉活動を行う。	地域住民の生活課題に応じた相談支援や福祉サービスを通じて、孤立を防ぎ、経済的・精神的困窮の軽減を図ることができる。また、地域ネットワークを活かした見守りや関係機関との連携により、潜在的な自殺リスクを抱える方々を早期に発見・支援し、命を守る包括的な自殺対策につながる。	福祉課 地域福祉係 健康こども課 健康推進係
農協・商工会との連携	農協と商工会は、それぞれ農業者や地域の商工業者の経営改善、発展、そして地域の活性化を支援し、経済的・社会的地位向上に取り組むなど多様な事業を行う。	事業者の生活・経営相談を通じて経済的基盤の安定を支援し、精神的負担を軽減できる。また、地域のつながりを強化することで、孤立を解消し、心の健康を保ち、互助の精神を育むほか、行政などの関係機関と連携し、必要な支援への橋渡しを行うことができ、包括的な自殺対策につながる。	農林課 農政係 農業委員会 観光商工課 商工振興係

【基本施策】 2 自殺対策を支える人材の育成

自殺対策には様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対する早期の「気づき」が重要であり、その「気づき」によって自殺リスクの高い人の早期発見や早期対応につながります。行政の職員はもとより関係機関・団体や地域住民等を対象に研修を行うことで、地域や職域で見守り体制の土台をつくります。

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
ゲートキーパー研修	ゲートキーパーは、悩みに気づき、声をかけ、耳を傾け、専門家へつなぎ、見守る「命の門番」である。本研修は、大切な命を守る「命の門番」を育てることを目的とする。	ゲートキーパー研修を受講してもらう事で、自分や周りの人の変化に気づきやすくなるとともに、リスクの高い人を行政に繋ぐ等の対応が取れるようになることにつながる。	健康こども課 健康推進係
自殺未遂者対策事業（再掲）	町内の医療機関の関係者、自殺企図のある方と関わる可能性のある相談支援事業所等の職員に対し、講師を招いて研修やケース検討等で自殺未遂者への対応について学ぶ。自殺未遂者の状況を調査・確認し、情報共有を行う。	研修等を通じて、支援者間で考え方や情報または気持ちの共有が図られるなど、支援者の精神的なフォローアップにつながる。	健康こども課 健康推進係
放課後児童支援員の育成	支援員の資質向上のための各種研修を実施する。	子どもを見守る支援員が自殺問題の視点を身に付けることによって、支援員が子どもの自殺リスクの早期発見ができ、支援につながる。	健康こども課 こども支援係
認知症サポーター養成講座	認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を地域で温かく見守る認知症サポーターを養成する講座を開催する。	認知症の人やその家族を温かく見守り、可能な範囲で支援できる住民が増える事で認知症の本人の不安感の知覚、介護者の負担感が軽減されることにより自殺リスク軽減となる可能性がある。	福祉課 地域包括支援係
町職員研修	自殺のハイリスクともなるメンタルヘルスの不調や精神疾患に関する研修を企画し、実施する。	職員が、メンタルヘルスへの関心や理解を高めることは、住民の異変の気づきにつながることができる。	総務課 職員係

【基本施策】 3 住民への啓発と周知

自殺を考えている人は何らかのサインを発していることが多いと言われています。自分の周りにいるかもしれない、自殺を考えている人の存在に気づき、思いに寄り添い、声をかけ、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守っていくという、町民一人ひとりが「命の門番」であるゲートキーパーとしての役割を担うことについての意識が共有されるよう、普及啓発を行っていきます。

また、自殺や自殺に追い込まれる危機、危機に陥った人の心情や背景に対する誤った認識や偏見をなくし、自殺のリスクを高める様々な悩みや生活上の困難等の危機に陥った場合には、誰かに助けを求めることが適切であることの理解が促進するよう普及啓発を行っていきます。

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
健康相談日	毎週月曜 10～16 時に、保健師、管理栄養士による相談を実施。相談内容は特に定めておらず、健康問題やこころの健康の他、乳児の身体測定や離乳食相談、生活上の困りごとなど様々な相談を受ける。	身体の健康に関するだけでなく、こころの健康に関する相談や生活上の困りごとなどの相談に対応することで、困り感の解消や住民への周知や理解を深め、自殺リスクの軽減を図る。	健康こども課 健康推進係
成人の健康づくり事業	住民団体や事業所など各種団体に向けた健康教育（ポピュレーションアプローチ）や健康相談（ハイリスクアプローチ）を実施する。	健康教育にてメンタルヘルスに関する普及啓発や、健康相談にて、その人の置かれている状況を把握できることから、自殺のリスクを抱えた人について対応できる。	健康こども課 健康推進係
メンタルヘルス講演会	こころの健康に関わる分野から講師を招き、町民に向けた講演を行う。	ストレスへの対処法や、メンタルヘルス向上のための講演を行い、住民のセルフケア能力を高めると共に、自殺のリスクや精神疾患について知ってもらう場とする。	健康こども課 健康推進係
広報活動事業	こころの健康、保健事業、各種サービスや施策等に関して、町民の知りたい情報が得られやすいよう広報やホームページ等あらゆる方法で情報発信を行う。	関係機関による相談の機会や居場所づくり活動、ゲートキーパー研修などの各種事業についてを住民に周知することで、自殺対策の推進を行うことができる。	まちづくり 政策課 政策調整係 健康こども課 健康推進係

【基本施策】 4 生きることへ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「生きることの阻害要因」が上回った時です。「生きることの阻害要因」を減らす取組みに加え、「生きることの促進要因」を増やす取組みを通じて、自殺リスクを低下させる必要があるため、生活上の困りごとなど様々な分野において関係機関と連携を図り、問題の解決に向けての支援を推進していきます。

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
マタニティ教室	年3クール、助産師講話や他妊産婦との交流会等を行う。	助産師や保健師、他妊産婦との交流は、周産期の悩み解消と、妊産婦間のつながり強化や妊娠期からの継続支援により、自殺リスクを軽減させることにつながる。	健康こども課 健康推進係
産前・産後ケア	妊産婦およびその児が、町が委託するケア施設において宿泊、デイケア、訪問にてケアを受ける。	産前・産後ケアの利用は、妊産婦の悩みや不安を解消し休息を促すことで心の負担を軽減することにつながる。また、ケア施設との連携により適切な支援に繋がることは、自殺リスクを軽減することにつながる。	健康こども課 健康推進係
妊婦安心サポート事業	本人の申請に基づいて妊婦の情報を事前に消防署と共有し、緊急時に担当医師の判断の元、救急車で出産予定病院に搬送する事業。	産科医療機関が町内にないため、緊急時の病院への移動を救急車でサポートし、妊婦とその家族の不安の解消や軽減につなげる。	健康こども課 健康推進係
エジンバラ産後うつ評価・育児不安早期把握事業	産後2か月頃および4か月児健康診査時にアンケートを実施し、母の疲労度や育児への負担感、家庭状況等の確認を行う。	アンケートにて母子を取り巻く状況を把握し、関係機関と情報共有を行うことで困り感の解消や必要な支援につながる。	健康こども課 健康推進係
ペアレントトレーニング	希望する保護者に対し、ペアレントトレーニングを実施する。	ペアレントトレーニングを通じて、困り感のある児への対応方法を学び、良好な親子関係を築くことで、親子それぞれの自殺リスクの軽減を図ることにつながる。	健康こども課 健康推進係
養育支援訪問	妊娠期から育児期における不安や困り感を解消するために保健師等が訪問を行う。	訪問して相談に応じ、困りごとを解決することで自殺リスクの解消や必要な支援につながる。	健康こども課 健康推進係

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
保育事業一般	児童福祉施設の整備や支援、入所するための手続きを行う。	家庭での保育が困難な乳幼児に関する相談に対応することで、自殺リスクを抱える家庭を早期に発見し、他部署と連携し、包括的かつ継続的な支援を提供できる。	健康こども課 こども支援係
ひとり親家庭等医療費	ひとり親家庭等の母又は父及び児童に対し、医療費の助成を行う。	ひとり親家庭は、貧困や孤立など、自殺に繋がる問題要因を抱え込みやすく、医療費の助成時に当事者との接触機会があれば、問題の早期発見と対応への接点になる。	健康こども課 保険年金係
地域子育て支援拠点事業	子育て中の親子の交流の促進や子育てに関する相談の実施等を行い、関係機関と綿密な連携をもちながら、子育て支援の拠点となって子育て支援の推進を図る。	育児の孤立や不安を解消するため、相談や子育て親子の交流の場を提供する事で、自殺リスクの解消や関係部署への支援につながる。	子育て支援センター (ひなたぼっこ)
こども発達支援センター事業	心身の発達の遅れやつまづき、障がいなどの早期発見や、相談支援、療育支援を通じて、発達に課題を抱える児とその家族が地域で安心して生活できるよう、指導や助言、発達の促し、基本的な生活習慣の習得のための支援を行う。	早期発見と適切な支援により児童の将来的な自立と安心して生活できる基盤を築き、児童自身の自殺リスクを低減するだけでなく、保護者の育児や将来への不安を解消し、保護者の自殺リスクも軽減させる。	こども発達支援センター (もくば)
DV対策	DVが把握された際には、警察などと連携し、安全の確保など必要な対処を提案し、被害を受けた人が安心した生活を送れるよう適切な機関につなげる。	DV被害者は、一般的に自殺リスクが高く、必要に応じて適切な機関へ繋ぐ等の対応で自殺リスクを抱えた人への支援の拡充を図ることができる。	福祉課 地域福祉係
在宅福祉事業支援	社会福祉協議会が行う入浴・移送・訪問・給食・除雪援助のサービス事業等へ支援を行う。	高齢者や障がいのある方の心身の悩みに気づき、必要なサービスに繋げることで、生活困難の解消や孤立の防止に寄与することができる。	福祉課 地域福祉係
障がい福祉に関する相談支援	障がいのある人が自立した生活を送ることができるように、課題の解決や適切なサービスの利用に向けて支援する。	障がい者及びその家族らの相談支援を行う事で、抱えている困りごとに早期に気づく事ができ、関係部署へつなげ自殺リスクの低減を図ることにつながる。	福祉課 地域福祉係

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
高齢者福祉に関する総合相談	高齢者の健康や生活全般、介護に関する悩み、相談を幅広く受け付ける。	高齢者の生活や介護等の相談対象者に対し、訪問や電話相談等の支援を行う事で、家族の負担軽減につながり、自殺リスクの低減を図ることにつながる。	福祉課 地域包括支援係
教育振興一般	心の教室事業、スクールカウンセラー事業、思春期教育に係る講座を実施する。	各機関が連携し、児童生徒や家族の状況を共有することで、課題を抱える家庭を把握し、継続的な支援を行うことは、自殺リスクの低減につながる	管理課 学校教育係及び指導室
成人活動事業	町内PTA連合会や青年団体、女性団体の活動の支援を実施する。	地域コミュニティへの参加は、住民の社会的繋がりを強化し、地域愛着や地域づくりへの意欲を高める。これらにより精神的健康の向上が図られ、自殺リスクの低減につながる。	社会教育課 社会教育係
生涯学習事業	町内在住の60歳以上の方を対象に、野外活動・体力づくり・体験学習などを通じて健康で明るく生きがいのある暮らしを見出すとともに、仲間づくりや社会参加を促すことを目的とした町民大学校「生きがい講座」を毎月1回行っている。	生涯を通じて学ぶ機会の創出と参加を促し、仲間づくり、生きがいのある暮らしを見出すことで、高齢者等が社会との繋がりを保ち、社会的孤立の防止や心身の健康が保持されることで、自殺リスクの低減につながる。	社会教育課 社会教育係
サークル等への支援	スポーツや文化の団体・サークルの活動支援を行う。	住民個々の生活の質(QOL)やウェルビーイングの向上が図られることにより、自殺リスクの低減につながる。	社会教育課 社会教育係及びスポーツ係
スポーツ活動推進事業	住民が身近な場所で生涯にわたってスポーツに親しめる環境を整備するため、マラソン大会の開催や学校開放事業、摩周ふれあいスポーツクラブによるミニテニス、卓球などのほか、各種スポーツ少年団や団体等への支援を行う。	スポーツができる環境を整備し、スポーツ活動を通じて、青少年の健全育成のほか、住民の心身の健康の保持増進やストレスの発散は、自殺リスクの軽減に寄与し得る。成人や高齢者においては社会的孤立の防止につながる。	社会教育課 スポーツ係
公民館事業	生涯学習の場として、様々な知識や技術、教養を高めるため住民ニーズに即した公民館講座の開催や、学習効果が継続発展できるようロビー展を開催している。	生涯を通じて学ぶという機会の創出や発表の場の提供は、仲間づくりや生きがい意欲の向上に繋がり、自殺リスクの低減につながる。	公民館 学習推進係

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの 事業の捉え方	担当係
図書館 運営事業	あらゆる年齢層に対応する蔵書を整備し、最新の社会情報に即応した図書や郷土資料を収集するなど、利用者ニーズを満たす図書館づくりを推進する。	住民の読書や情報拠点としての役割を担い、生涯学習の場として生きがいのある暮らしの見いだしや、学校に行きづらいている子ども達にとって「安心して過ごせる居場所」となるなど、精神的健康の向上が図られ、自殺リスクの低減につながる。	図書館 業務係

【基本施策】 5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

児童・生徒が社会において直面する可能性のある様々な困難やストレスへの対処方法を身につけるためにSOSの出し方に関する教育を行い、自己肯定感を持ちながら学校生活や卒業後の社会生活を送れるよう教育や知識の普及を行っていきます。

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
心の教室	心の教室相談員を週1日、弟子屈中学校に配置。必要に応じて、各学校へ巡回を実施する。	心の教室相談員を設置し、児童生徒の悩みなどの相談を受ける事で、児童生徒のSOSに気づき、SOSの出し方を伝えることができる。	管理課 学校教育係及び 指導室
児童生徒のSOSの出し方に関する教育	学級活動やホームルームなどの時間を活用し、児童生徒が具体的な相談窓口を理解し、他者の感情を受け止め、共感する方法について指導する。	いじめは自殺リスクを高める。SOSの出し方教育は、いじめを受けた児童生徒が周囲に助けを求められるよう促し、自殺防止につなげる。	管理課 学校教育係及び 指導室
i-checkの実施	児童生徒の自己肯定感やソーシャルスキルなどの視点から、子どもの心の状況や学校生活の状況を把握するために実施する。	悩みを抱える児童生徒や自己肯定感の低い児童生徒、クラスの現状を把握・分析することで、いじめや困り感の早期支援につなげる。	管理課 学校教育係及び 指導室
思春期教育	助産師を講師に、弟子屈小学校は6年生、川湯・和琴・美留和は5、6年生、弟子屈及び川湯中学校は3年生を対象に実施する。スライドや胎児・赤ちゃん人形を使用し、性及び生について講話を行う。またLGBTQに対する意識啓発を行う。	身体的・精神的変化が訪れる思春期の子どもたちに対し、命の尊さや性のあり方の多様性を教え、自分や他者を大切にすることを育む。	管理課 学校教育係及び 指導室
スクールカウンセラーの配置	スクールカウンセラーを、弟子屈中学校及び川湯中学校に週1日配置し、各小学校には最低年1回巡回する。	スクールカウンセラーは、児童生徒、保護者、教職員に対して、心理的な問題に関するカウンセリング、助言、研修を実施する。これにより、学校生活において安心して相談できる環境を確保する。	管理課 学校教育係及び 指導室

【重点施策】 1 高齢者への対策

高齢者は閉じこもりや抑うつ状態から孤立・孤独に陥りやすいといった高齢者特有の課題を踏まえつつ様々な背景や価値観に対応した支援、働きかけが必要になります。行政サービスだけでなく、民間事業者のサービス等と活用し、生きることの包括的支援としての施策を推進していきます。

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
特別養護老人ホーム利用料特例給付事業	低所得で生計が困難な方が、社会福祉法人等による生計困難者等に対する介護保険サービスに係る利用者負担軽減事業を利用し必要なサービスを受けることができるよう、事業者に助成を行う。	介護疲れによる心中や自殺のリスクを高める深刻な問題である。経済的理由から必要なサービスが受けられないとならないよう、自己負担額を軽減することで自殺リスクの低減につながる。	福祉課 介護保険係
包括総合相談支援	地域に暮らす高齢者の保健・医療・福祉・介護など、あらゆる困りごとや相談に対し、専門職が総合的に対応し、必要な支援へつなげる。	高齢者の生活や介護等の相談対象者に対して、訪問や電話相談等の支援を行う事で、家族の負担軽減につながり、自殺リスクの低減につながる。	福祉課 地域包括支援係
介護予防支援事業	事業対象者、要支援認定者本人と相談し必要なサービスを利用するための介護予防サービス計画の作成、評価を行う。	対象者のアセスメント、ケアプラン作成、サービス提供を通じて、対象者や家族が抱える生きにくさや悩み等を早期発見し、関係部署につなぐことで自殺リスクの低減につながる。	福祉課 地域包括支援係
生活支援体制整備事業	誰もが住み慣れた地域で元気にいきいきと暮らし続けることができるよう、地域における支えあいの体制づくりを推進する。	事業の実施、地域ケア会議への参加の際に、対象者等が抱える生きにくさや悩み等を早期発見し、関係部署に繋ぐことで自殺リスクの低減につながる。	福祉課 地域包括支援係
認知症サポーター養成講座(再掲)	認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を地域で温かく見守る認知症サポーターを養成する講座を開催する。	認知症の人やその家族を温かく見守り、可能な範囲で支援できる住民が増える事で認知症の本人の不安感の知覚、介護者の負担感が軽減されることにより自殺リスク軽減となる可能性がある。	福祉課 地域包括支援係
一般介護予防事業	年齢や心身の状況等に関わらず、住民主体の通いの場を支援し、つながりや生活活動の継続を促す。要介護状態になっても生きがいを持って暮らせるよう、いきいき百歳体操などのサークル活動を支援する。	住民個々の生活の質やウェルビーイングの向上を図るとともに、事業実施の中で、対象者等が抱える生きにくさや悩み等を早期発見し、関係部署に繋ぐことで自殺リスクを低減につながる。	福祉課 地域包括支援係

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの 事業の捉え方	担当係
緊急通報システム	老人等の緊急時に電話回線を利用して外部に通報することができる機器を貸与するとともに、緊急時における通報先及び援助を行う者の確保を図る。	緊急時の連絡手段が確保されることで、安心して地域で生活できることに繋がり、孤独感を和らげることに繋がる可能性がある。	福祉課 地域福祉係
80歳以上訪問事業	介護保険サービス等の利用や社会参加がなく、健康状態が不明の方へ、訪問・電話・窓口相談などで状況把握を行い、必要に応じて介護保険や各種サービス、医療、地域コミュニティ、見守り支援などに繋げる。	高齢や疾患、障がいなどから心身の健康問題・経済苦・介護負担・認知機能の低下などが生じていても体力・判断力の低下などから援助希求が難しい場合がある。複合的な課題を直接把握し必要な支援に繋げることで、自殺に傾く危機経路を断ち切ることができる可能性がある。	福祉課 地域包括支援係 健康こども課 健康推進係

【重点施策】 2 生活に困っている人への対策

生活困窮者はその背景として精神疾患、知的障がい、発達障がい、介護、多重債務、労働、虐待、DV など様々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社会から孤立しやすいという傾向があるため、生活困窮にある人、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自立支援制度と連動させて対策を進めていきます。

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
町民相談	町民からの人権に関する相談を受け、問題解決の手助けを行う。また、人権について関心を持ってもらうため、人権教室を開催するなど啓発活動を行う。	町民からの各種相談を受け、庁舎内の担当部署へ引き継ぐことで、町民の不安を解消し自殺防止につながる。	環境生活課 生活係
生活保護受付	困窮の程度に応じて必要な保護を行なうため、町民からの生活保護の申請を速やかに釧路総合振興局へ進達し、生活困窮者を支援する。	生活困窮の背景には心身の不調、障がいなどの生きづらさを抱えている場合が多い。経済的不安の解消から適切な医療、最低限の健康的な生活を保障することで自殺リスクの低減を図る。	福祉課 地域福祉係
自立支援医療給付	心身の障害の除去・軽減をするための医療に係る医療費の自己負担額を軽減する。	障がいを持つ人の医療に係る負担の軽減による経済的な不安を解消することにより、自殺リスクの軽減に寄与し得る。	福祉課 地域福祉係
年金相談	収入の減少や失業等により、国民年金保険料を納めることが困難な方へ、免除・納付猶予制度の申請案内をする。	経済的に困窮している方の相談を適切に拾い上げ、各種制度の利用を促すことで自殺リスクの低減を図る。	健康こども課 保険年金係
医療費の補助	医療費等の自己負担軽減を図るため、高額療養費や治療用装具療養費などを給付する。	長期療養や高額な治療費による経済的不安の解消につなげることは、自殺リスクの軽減に寄与し得る。	健康こども課 保険年金係
町税徴収業務	住民税や固定資産税などの町税の徴収業務を行う。	税金を滞納する場合、各種問題を抱えて生活難に陥っている可能性があり、そのような家庭を把握することができる。必要に応じて他部署と連携し、支援につなげる。	税務課 納税係
確定申告業務	所得税の確定申告の相談や申告書作成。	過徴収などにより経済困窮に陥ることがないように適切な納税額を把握することが必要。また、来庁での申告は職員が住民と直接接する機会となり、生活困窮者の把握にもつながる。	税務課 課税係

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの 事業の捉え方	担当係
公営住宅 維持管理	公営住宅の建物や設備、敷地の整備・点検・修繕のほか、入退去の管理、住宅料の徴収を行う。	住宅使用料を滞納のほか、劣悪な利用方法等がある場合、問題を抱えて生活難に陥っている可能性があり、そのような家庭を把握することができる。必要に応じて他部署と連携し、支援につなげる。	建設課 管理係
水道関係料金 徴収業務	上下水道使用に係るメーター検診や使用料金の徴収を行う。	上下水道使用料などを滞納する場合、各種の問題を抱えて生活難に陥っている可能性があり、そのような家庭を把握することができる。必要に応じて他部署と連携し、支援につなげる。	水道課 管理係

【重点施策】 3 働いている人・自営業の人への対策

働いている世代の心の健康を守るため、勤務問題に起因する自殺リスクの軽減が重要となります。特に本町は個人事業や小規模事業所に従事する町民も多く、これらの事業所において単独でのメンタルヘルス対策が難しいため、商工会や農協、医療機関など様々な関係団体と行政が連携し、対策を推進する必要があります。

地域全体で協力し、心の健康に関する情報提供や啓発活動を進めることで、誰もが安心して相談できる環境を整え、働く方々を支えていきます。

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
ゲートキーパー研修(再掲)	ゲートキーパーは、悩みに気づき、声をかけ、耳を傾け、専門家へつなぎ、見守る「命の門番」である。本研修は、大切な命を守る「命の門番」を育てることを目的とする。	ゲートキーパー研修を受講していることで、自分自身や同僚の変化に気づきやすくなるとともに、リスクの高い人を行政などの支援機関につなぐことができる。	健康こども課 健康推進係
メンタルヘルス講演会(再掲)	こころの健康に関わる分野から講師を招き、町民に向けた講演を行う。	ストレスへの対処法や、メンタルヘルス向上について学ぶことにより、セルフケア能力を高めるとともに、ラインケアの意識を高めることは、自殺リスクの低減につながる。	健康こども課 健康推進係
各種健診・検診	町民自身も自分の健康状態を把握できるよう、特定健康診査およびがん検診を受診できる機会を設ける。	健診では、生活習慣を把握する機会にもなっており、睡眠不足や食欲の低下など、精神的不調が原因になり得るものを把握でき、健診以外においてもアプローチできるきっかけになっている。	健康こども課 健康推進係
農協・商工会との連携(再掲)	農協と商工会は、それぞれ農業者や地域の商工業者の経営改善、発展、そして地域の活性化を支援し、経済的・社会的地位向上に取り組むなど多様な事業を行う。	事業者の生活・経営相談を通じて経済的基盤の安定を支援し、精神的負担を軽減できる。また、地域のつながりを強化することで、孤立を解消し、心の健康を保ち、互助の精神を育むほか、行政などの関係機関と連携し、必要な支援への橋渡しを行うことができ、包括的な自殺対策につながる。	農林課 農政係 農業委員会 観光商工課 商工振興係

【重点施策】 4 子ども・若者への対策

子ども・若者は進学や就職などの環境の変化が大きく、ストレスを受けやすい世代であることに加え、就職の困難さや経済的困窮の影響を受けやすく、様々な悩みを抱えやすい状況にあります。そのため、保健、医療、福祉、教育、労働等の関係機関において連携を図り、相談しやすい体制づくりや相談することの大切さを学ぶことができるよう支援していきます。

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
虐待予防	子ども及び養育者の状況を把握しながら、虐待リスクがある家庭には早期からアプローチし予防する。虐待が発生した場合は、状況を確認したうえで適切な支援機関につなげる。	保護者の精神面のサポートを行いながら、相談事業等を実施し、自殺リスクの早期発見に努める。	健康こども課 こども支援係
ペアレントトレーニング (再掲)	希望する保護者に対し、ペアレントトレーニングを実施する。	ペアレントトレーニングを通じて、困り感のある児への対応方法を学び、良好な親子関係を築くことで、親子それぞれの自殺リスクの軽減を図ることにつながる。	健康こども課 健康推進係
児童生徒のSOSの出し方に関する教育 (再掲)	学級活動やホームルームなどの時間を活用し、児童生徒が具体的な相談窓口を理解し、他者の感情を受け止め、共感する方法について指導する。	いじめは自殺リスクを高める。SOSの出し方教育は、いじめを受けた児童生徒が周囲に助けを求められるよう促し、自殺防止につなげる。	管理課 学校教育係及び 指導室
若年層が抱える様々な問題に応じた相談	スクールカウンセラーの活用、各種相談窓口の周知、学校内の組織的対応によるチャンス相談を実施する。	いじめ、不登校、ひきこもり、虐待、妊娠、人間関係等の若年層が抱える悩みに対し、相談体制を整備し、関係機関での連携を強化することで若年者の自殺リスクを低下させる。	管理課 学校教育係及び 指導室 健康こども課
思春期教育 (再掲)	助産師を講師に、弟子屈小学校は6年生、川湯・和琴・美留和は5、6年生、弟子屈及び川湯中学校は3年生を対象に実施する。スライドや胎児・赤ちゃん人形を使用し、性及び生について講話を行う。またLGBTQに対する意識啓発を行う。	身体的・精神的変化が訪れる思春期の子どもたちに対し、命の尊さや性のあり方の多様性を教え、自分や他者を大切にする心を育む。	管理課 学校教育係及び 指導室
SNSを利用した相談窓口の周知	北海道教育委員会が設置する「おなやみポスト」を活用する。	いじめに関することや学校、家庭などの生活での不安や悩みを町教育委員会や学校と速やかに連携し、児童生徒の実情に応じた支援の充実を図る。	管理課 学校教育係及び 指導室 健康こども課

【生きる支援関連施策】

本来は別の目的を持つ事業であり、「自殺対策」という意識で実施していない事業であっても、結果的に「自殺対策」につながっている事業もあります。これらは基本施策や重点施策には盛り込まれませんが、生きる支援関連施策として「自殺対策」の視点で共有して取り組んでいきます。

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
妊娠届出に係る面談、保健指導	妊娠届出時に面談を行い、アンケート等を用いて必要な情報の収集と各種制度やサポートについての説明、必要があれば保健指導を行う。	妊婦及び家庭の状況や妊娠に伴う困りごと等について確認し、必要に応じて支援することで、その後の妊娠生活を安心して送ることができる。	健康こども課 健康推進係
子育て世代包括支援センター事業	妊娠届出時、新生児・乳児訪問時に妊産婦及びその家族とともに支援プランを作成し、それぞれにあった支援の方向性を検討する。	支援プランを作成することで、妊娠期、子育て期において見通しを持つことで安心して妊娠～出産～育児期を過ごすことができる。	健康こども課 健康推進係
乳児全戸訪問事業	出生した児及び産婦への訪問を行い、児の成長発達、母子の健康状態、育児の様子、家庭環境などを確認する。	育児の様子や負担感、家庭環境、生活上の困り感を把握することで、必要な支援につなげることができる。	健康こども課 健康推進係
乳幼児健診	4か月、7か月、12か月、1歳6か月、3歳、年中児の健診を通して児の成長発達の確認と生活状況、育児に関する負担感等を確認する。	乳幼児の成長発達や育児の負担感、生活状況、生活上の困り感を把握することで、必要な支援につなげることができる。	健康こども課 健康推進係
9.10か月相談	9～10か月の児とその家族に対し、成長発達の確認および歯科指導と離乳食指導を行う。	乳幼児の成長発達や育児の負担感、生活状況、生活上の困り感を把握し、必要な支援につなげることができる。また近い月齢の児を持つ保護者同士で悩みや解決策の共有ができることで、孤立感の軽減にも寄与し得る。	健康こども課 健康推進係

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
感染症に関する普及啓発	感染症のまん延および重症化を防ぐため、感染症予防に係る正しい知識の普及啓発や、予防接種の推進・料金助成を行う。	感染症による経済・健康問題や社会的孤立は自殺リスクを高める。普及啓発活動は偏見を軽減し、相談先を提供することで、罹患者の孤立を防ぎ、自殺対策につなげる。	健康こども課 健康推進係
児童の養育に関する各種手当	児童手当を支給するほか、児童扶養手当の支給事務、母子父子寡婦福祉資金貸付金の周知を行う。	子育て世帯、特にひとり親の経済的困窮や社会的孤立を軽減する。また、申請時の対面機会を通じてリスクを早期発見し、必要な支援につなげることで、自殺リスクの軽減につながる。	健康こども課 こども支援係
障がい者・障がい児への各種手当の支給	障がいを持つ方々やそのご家族の経済的負担を軽減し、生活の安定を図ることを目的に、特別児童扶養手当、障害児福祉手当、特別障害者手当を支給する。	障がい者本人や保護者の就労制限や通院による経済的負担を軽減し、自殺対策につながる。	福祉課 地域福祉係
障がい福祉に関する各種相談（再掲）	障がいのある人が自立した生活を送ることができるように、課題の解決や適切なサービスの利用に向けて支援する。	障がい者及びその家族らの相談支援を行う事で、抱えている困りごとに早期に気づく事ができ、関係部署へつなげ自殺リスクの低減を図ることにつながる。	福祉課 地域福祉係
福祉灯油、家族介護用品給付	福祉灯油：低所得の世帯に対し冬期間の暖房費の一部を助成する。 家族介護用品：在宅の要介護者等の介護者に対し、介護に必要な紙おむつ等の購入に要する経費の一部を補助する。	対象世帯の経済的、精神的負担軽減となる。	福祉課 地域福祉係

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
災害見舞金、弔慰金等	災害により被害を受けた者には応急援護として災害見舞金、さらに、自然災害が原因で死亡した場合は遺族に弔慰金、精神的・身体的に著しい障害を負った場合には災害障害見舞金を支給する。そして被害を受けた世帯主には災害援護資金の貸付けを行う。	町民の福祉の増進及び生活の安定となる。	福祉課 地域福祉係
成年後見制度	判断能力が不十分な認知症高齢者、知的障害者及び精神障害者に対し、成年後見制度の利用を支援する。	制度を利用することで、対象者が有する能力を活用し、自らが希望する、自立した日常生活を営むことで、対象者の不安や生きにくさを相談するきっかけとなる。	福祉課 地域福祉係及び 地域包括支援係
奨学金・修学資金貸付制度	弟子屈町奨学金制度や医師、看護師等修学資金貸付制度による支援を実施する。	経済的困窮による進学・学業継続の断念を防ぎ、児童に将来への希望を与えることができるほか、保護者においても家計不安の精神的重圧を和らげることができ、児童及び保護者の精神的な負担が軽減され自殺リスクの低減に寄与し得る。	健康こども課 福祉課 管理課
子育て家庭への支援	伴走型相談支援事業のほか、経済的支援として妊産婦のための支援給付や保育料の無償化、こども医療費の助成、学校給食費の無償化、就学援助・資金制度などを実施する。	妊娠・出産・子育ての家庭は、養育や経済的な不安を抱えている可能性が高く、これらの解消するための支援は、自殺リスクの軽減に寄与し得る。	健康こども課 こども支援係 管理課 学校教育係
雇用対策事業	人材定着化事業で、若年層の就労者の交流事業を実施するなど、地域での孤独や孤立を防止する事業を行っている。	職域外の同年代との交流を通じて横のつながりができ、孤独・孤立を防止し、ひいては自殺リスクの低減につながる。	観光商工課 商工振興係

事業名	事業内容	自殺対策の視点からの事業の捉え方	担当係
経営安定のための各種支援	人材確保のための支援事業の実施や、中小企業振興条例や企業誘致促進条例、家賃補助など、事業者への貸し付けや補助などを実施する。	人材確保や経営に対する経済的な支援は、事業者の不安解消につながり、自殺リスクの軽減に寄与し得る。	観光商工課 商工振興係 企業誘致推進課 企業誘致推進係
親が働きやすい環境づくり	町立保育園の整備や民間保育施設の運営支援、保育料の無償化やファミリーサポート事業、放課後児童クラブの運営など子育て家庭の働きやすい環境を作る。	保育や育児の援助が充実することで、保護者の働きやすい環境が生まれ、経済的な不安解消につながり、自殺リスクの軽減に寄与し得る。	健康こども課 こども支援係
農業後継者対策	弟子屈町農業担い手育成センターを設置し、事業継承を受けた後継者への支援金や花嫁対策、新規就農者の確保を行っている。	後継者を確保することは、将来にわたる事業の不安の解消を図るができ、自殺リスクの軽減に寄与し得る。	農林課 農政係
職員福利厚生	年次有給休暇や育児休業などを取得しやすい環境の整備や、北海道市町村職員福祉協会の各種助成利用やセミナー受講の促進を図り職員のエンゲージメントの向上を図る。	職員は「住民の福祉の増進」を担っている。職員のエンゲージメントが高まることは、住民支援を行う立場であることから「支援者支援」につながる可能性がある。	総務課 職員係
職員の健康管理	安全衛生委員会や産業医、衛生管理者の設置、職員健診やストレスチェックの実施、メンタルヘルスに関する研修会や定期的な人事面談の実施、精神科医や心理士による支援体制を整備する。	職員は「住民の福祉の増進」を担っている。職員の心身の健康の維持増進が図られることにより、住民支援を行う立場であることから「支援者支援」につながる可能性がある。	総務課 職員係