

第4期須坂市自殺予防対策計画

いのちつなぐ須坂市自殺予防対策計画

(2023年度～2028年度)

2023年3月

須坂市

誰も自殺に追い込まれることのない

須坂市を目指して



自殺は様々な要因が複雑に絡み合い、その多くは追い込まれた末の死であり、その多くが防ぐことができる社会的な問題と考えられます。

2006年10月に自殺対策基本法が施行されて以降、自殺は広く「社会の問題」として認識されるようになり、国を挙げて自殺対策が総合的に推進された結果、全国では自殺者数が3万人台から2万人台に減少しており、須坂市でもこの数年は減少傾向となっています。

しかし、自殺に追い込まれる危機は「誰にでも起こりえる危機」であり、自殺の問題は一部の人の問題ではなく、誰もが当事者となり得る重大な問題です。また、コロナ禍においてこれまでのつながりが途絶え、孤立感を感じるなどの影響も懸念されており、引き続き地域全体で取り組んで行く必要があります。

第六次須坂市総合計画では、「みんなで支えあい健やかに暮らせるまち」を基本目標の一つとし、その中で、こころの健康づくり活動の推進を図ることとしています。第4期須坂市自殺予防対策計画「いのちつなぐ須坂市自殺予防対策計画」では、国の自殺総合対策大綱でも示されているように、「生きることの阻害要因」を減らす取組に加え、「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、『生きることの包括的な支援』を進めるため、関係部署の連携に加え、地域の多様な関係者の連携・協力をお願いし、「誰も自殺に追い込まれることのない須坂市」を目指し自殺予防対策を推進してまいります。

終わりに、本計画策定にあたり、ご協力を賜りました須坂市自殺予防対策連絡会議の皆様をはじめ、須坂市健康づくり推進協議会でご協議いただきました委員の皆様、ご協力いただきました多くの皆様に心から感謝申し上げます。

今後も自殺予防対策推進に向け、さらなるご協力ご支援を賜りますようお願いいたします。

2023年3月

須坂市長 三木正夫

目 次

第1章	計画の基本的な考え方	1
1	趣旨	
2	計画の位置付け	
3	計画の期間	
4	計画の数値目標	
5	第3期計画（2018年度～2022年度）の振り返り	
第2章	須坂市の自殺の現状と課題	6
第3章	自殺対策の基本理念	14
第4章	自殺対策における取組	15
1	基本施策	
	基本施策1 市民一人ひとりの気づきと見守りを促す	
	基本施策2 地域におけるネットワークの強化	
	基本施策3 自殺対策を支える人材の育成	
	基本施策4 生きることの促進要因への支援	
	基本施策5 子ども・若者への支援	
2	重点施策	19
	重点施策1 高齢者対策	
	重点施策2 勤務問題対策	
	重点施策3 生活困窮者、無職者、失業者対策	
	重点施策4 女性対策	
第5章	自殺対策の推進体制	23
1	須坂市自殺予防対策連絡会議	
2	須坂市自殺予防対策連絡会議「ひきこもり対策部会」	
3	須高精神保健福祉連絡協議会	
4	自殺未遂者支援実務検討会	
5	周産期メンタルヘルスケア実務検討会	
第6章	計画の進行管理	24
第7章	資料編	25
1	須坂市自殺予防対策関連事業一覧	
2	須坂市自殺予防対策連絡会議要綱	
3	自殺対策基本法	
4	自殺総合対策大綱	

第1章 計画の基本的な考え方

1 趣旨

2006年10月に「自殺対策基本法」（以下「基本法」という。）が施行されて以降、「個人の問題」と認識されがちであった自殺は広く「社会の問題」として認識されるようになり、国を挙げて自殺対策が総合的に推進された結果、自殺者数は減少傾向にあります。

須坂市においても、年間の自殺者数は2009年の21人をピークに減少していますが、現在も毎年複数の方が自殺に追い込まれています。

このような状況の中で、2016年4月には基本法が改正され、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、「生きることの包括的な支援」として、施策が拡充されました。また、2022年10月に「自殺総合対策大綱」（以下「大綱」という。）が閣議決定され、総合的な自殺対策の推進・強化、新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえた支援といった施策を基本とし、子ども・若者、女性、勤務問題への対応等を重点的に取り組む施策として位置付けられています。

須坂市では、2009年10月に第1期須坂市自殺予防対策計画（以下「計画」という。）を策定し、第3期計画（2018年度～2022年度）では、「誰も自殺に追い込まれることのない須坂市」を目指してきました。

本計画は新たな大綱の趣旨を踏まえ、第3期計画の基本理念を引き継ぎ、市民一人ひとりが主体的に自殺対策に取り組むことで、「誰も自殺に追い込まれることのない須坂市」を目指し、自殺対策を総合的に推進するための新たな指針とします。

2 計画の位置付け

本計画は、基本法第13条第2項の規定に基づき、大綱及び須坂市の実情に応じた施策を示したものです。

また、「第六次須坂市総合計画」（2021～2030年度）をはじめ、「第3次須坂市地域福祉計画」（2021～2025年度）、「須坂市健康づくり計画 第2次健康須坂ときめき21」（2013～2023年度）など、関連する他の計画との整合性を図るものです。

3 計画の期間

国の大綱は概ね5年に1度を目安に見直されており、県の「第4次長野県自殺対策推進計画」も国に合わせて5年間となっています。今後、国や県の動きを踏まえ、須坂市の取り組みの評価が十分行えるよう、本計画の期間を2023年度から2028年度までの6年間とします。

また、毎年計画の取組み状況や課題の整理を行うとともに、社会情勢の変化などを踏まえ、必要に応じ計画の見直しを行います。

4 計画の数値目標

須坂市の自殺死亡率の数値目標はゼロとします。

国は大綱において、数値目標を前大綱の数値目標である「2026年までに自殺死亡率を2015年と比べて30%以上減少させる」を引き継ぐとしており、これは自殺死亡率を13.0以下にすることになります。

また、県は国の目標に準じ2027年までに自殺死亡率を12.2以下にすることを目標としています。

指標	区分	現状値 2021 年	目標値 (評価年)
自殺死亡率 (人口 10 万対)	須崎市	13.91 (自殺の基礎資料)	0.0 (2028 年)
	長野県	16.3 (人口動態統計)	12.2 以下 (2027 年)
	全国	16.4 (自殺の基礎資料)	13.0 以下 (2026 年)

5 第 3 期計画 (2018 年度～2022 年度) の振り返り

(1) 計画の数値目標に対する評価

第 3 期計画での須坂市の自殺死亡率の数値目標は、基本理念である「誰も自殺に追い込まれることのない須崎市」を目指しゼロと設定しました。

第 3 期計画期間中の自殺死亡率は平均で 12.3 となっています。自殺者数の年次推移は減少傾向にあり、自殺死亡率においても 2019 年以降は国・県と比較して低い値となっていることから、一定の成果があったと評価できます。

(2) 基本施策の取り組みと課題

【基本施策 1 市民一人ひとりの気づきと見守りを促す】

こころの健康づくり講座では、認知行動療法やうつ病の理解等をテーマに講演会を開催し、自殺予防キャンペーンでは、市立図書館での特設コーナーの設置や、須高精神保健福祉連絡協議会と連携して (株) Goolight コミュニティチャンネルでゲートキーパー養成動画を放送するなど、様々な機会を捉えて啓発を行いました。また、広報では女性に対する暴力をなくす運動に合わせた啓発記事や、うつ病の理解やアルコールに関する啓発記事の掲載を行いました。

正しい知識の普及や自殺予防対策の市民一人ひとりの役割についての意識が共有されるよう、様々な機会を捉えて普及啓発を図ります。

評価指標	2022 年度目標値	2021 年度実施状況
広報須坂等による情報発信	年 6 回	年 6 回

【基本施策 2 自殺対策を支える人材の育成】

自殺の危険を示すサインに気づき、適切に行動できる人材の育成の対象者が拡大するよう、ゲートキーパー養成講座を生涯学習まちづくり講座の出前講座としました。また、多くの人に関心を持ってもらえるよう DVD を作成し、(株) Goolight コミュニティチャンネルでのゲートキーパー養成動画の放送や健診会場での放送を行いました。

特性に応じた個別の支援を必要とする児童生徒が増えており、子育て支援セミナーや学校職員等研修では、保護者や学校職員が特性の理解や適切な対応について学ぶ機会としました。

自殺の危機を示すサインに気づき、適切に行動できる人材を増やすために、地域、学校、医療機関等幅広い支援者に対しての取り組みを推進します。

評価指標	2022 年度目標値	2021 年度実施状況
ゲートキーパー養成講座の実施	対象の拡大	出前講座として、福祉関係からの希望があった働きざかりの健康づくり研究会、自殺予防対策連絡会議構成課を対象に開催した (2018～2021 年度累計 662 人)

【基本施策3 地域におけるネットワークの強化】

須崎市自殺予防対策連絡会議を中心に、ひきこもり対策部会の開催、自殺未遂者支援実務検討会、周産期メンタルヘルスケア実務検討会を開催しました。

また、新・地域見守り安心ネットワーク事業として、区長、民生児童委員に協力をいただき、災害に備えた支援体制の整備にあわせ隣近所の助け合いの地域づくりの推進を行いました。

社会全体で自殺対策に取り組むため、連携の必要性の理解を深め、地域や医療機関、警察などの関係機関同士の連携を推進します。

評価指標	2022 年度目標値	2021 年度実施状況
自殺予防対策連絡会議の充実	年2回	年1回 2018年度より弁護士、労働基準監督署も地域関係機関として連携し、協議を行った
周産期メンタルヘルスケア実務検討会の充実	年6回	年4回 地域の精神科医も参加し連携・支援体制を強化した

【基本施策4 生きることの促進要因への支援】

保健補導員会によるふれあいサロンや子育て広場の開催を支援してきましたが、コロナ禍により取り組んだ町の数や開催回数が減っています。介護予防サポーター、認知症サポーター養成講座の受講人数でも同様です。

ひとり親家庭を対象にした学習支援及び食事提供では2020年度までは週2回でしたが、2021年度より週3回に増やしました。

コロナ禍においてこれまでのつながりが途絶え、孤立感を抱える方が増えることの無いよう取り組み方法を検討し、地域の支援者が活動できる場を提供していく必要があります。

評価指標	2022 年度目標値	2021 年度実施状況
介護予防サポーター養成講座累計受講者	400人(※)	357人

※第5次須崎市総合計画による2020年度目標値

【基本施策5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育】

各学校において児童生徒に対し、道徳や人権教育、性教育、理科の教科など様々な機会を捉え、命の尊さ・命の教育を行いました。また、気軽に相談できる場として、学校相談窓口を全児童生徒・保護者に周知し、児童生徒や保護者からの相談に対応しました。

命の大切さの理解や自己肯定感を高める取組みとともに、困ったことを周りの大人に相談できるようCAP研修(17ページ参照)や、SOSの出し方に関する教育等の心の健康の保持のための取組みをさらに進める必要があります。

評価指標	2022 年度目標値	2021 年度実施状況
年長児の保護者のCAP研修の参加率	80%(※)	54.7%

※第5次須崎市総合計画による2020年度目標値

(3) 重点施策の取り組みと課題

【重点施策1 勤務問題対策】

関係機関と協働し勤務問題による自殺リスク低減に向け、コロナ禍でもオンライン開催といった感染対策に応じた方法で、ワークライフバランス推進研修会や心身の健康づくりを目的と

した働きざかりいきいきセミナーなどを開催しました。また、中小企業への自殺予防の情報発信として、商工会議所のホームページや議員総会での啓発を行いました。

中小企業への個別支援としては、融資や利子補給などの各種制度へつなぎました。

コロナ禍や物価の高騰等により企業を取り巻く厳しい状況が続いており、引き続き心の健康に関する啓発活動を行なうとともに、適切な支援機関に繋がるよう支援していきます。

評価指標	2022 年度目標値	2021 年度実施状況
ワークライフバランス推進	ワークライフバランスという言葉も内容も知っている市民の割合 40% (男女共同参画に関する市民意識調査より)	同調査 50.6%

【重点施策2 生活困窮者、無職者、失業対策】

生活困窮や無職、失業状態にある方に対し、悩み無料ダイヤルやいのちと暮らしの総合相談会、納税相談、消費生活相談などを行いました。

いのちと暮らしの総合相談会の相談者を見ると複数の相談を抱えている方が多く、医療や就労、生活困窮などの各機関が連携して相談対応する必要があります。また、消費生活相談では通信販売などのトラブルが増加し、インターネットなど新たな手口の被害も予想されます。

経済面や生活面、心の健康、人間関係など幅広い視点での支援や、時代に合わせた対策が求められており、それぞれの相談支援機関と連携しながら取り組んでいく必要があります。

評価指標	2022 年度目標値	2021 年度実施状況
いのちと暮らしの総合相談会	年 1 回	年 1 回
就労につながった人数	10 人 (※)	18 人
消費生活に関する相談	100 件 (※)	195 件

※第5次須坂市総合計画による2020年度目標値

【重点施策3 高齢者対策】

ふれあいサロンの開催や地域包括支援センターでの総合相談、かかりつけ医と関係機関の連携を進めていくことが高齢者の孤立・孤独を防ぎ、自殺対策につながります。高齢化に伴い、総合相談事業の受付件数は2018年度4,845件から2021年度6,194件と増加しており、2021年10月には委託型地域包括支援センターを1か所設置し、相談窓口を充実させ市民にとって相談しやすい体制を整えました。

ふれあいサロンはコロナ禍により開催できないサロンが多く、活動が停滞しています。高齢者の孤立化を防ぐため、関係団体と連携しふれあいサロンの開催回数を増やし、身近に通える新たなサロンの開設や現在あるサロンの位置や情報の見える化などの対策を図ります。

評価指標	2022 年度目標値	2021 年度実施状況
ふれあいサロンの支援	95 か所	105 か所
総合相談事業受付件数	4,300 件	6,194 件

【重点施策4 子ども、若者対策】

子ども、若者の自殺対策として、スクールカウンセラーの配置やいじめに関するアンケート調査の実施、命の大切さについての授業を行いました。スクールカウンセラーを配置することで悩みを抱える児童生徒、保護者からの相談に丁寧に対応することができました。また、命の教育は毎年市内の全ての小学校で実施し、学童期から命の尊さを学ぶ機会としています。

子どもたちを取り巻く状況に対応し、インターネットや SNS などに関する問題について検討するとともに、県が実施するハイリスクアプローチ等の事業の周知や相談しやすい体制の整備など、保健・医療・福祉・教育などの関係機関が連携を図りながら取り組む必要があります。

評価指標	2022 年度目標値	2021 年度実施状況
不登校児童生徒の割合	小学校 0.4% (※)	小学校 1.03%
	中学校 2.8% (※)	中学校 4.92%

※第5次須坂市総合計画による 2020 年度目標値

第2章 須坂市の自殺の現状と課題

課題1 50歳代、70歳代以上の自殺率が高い

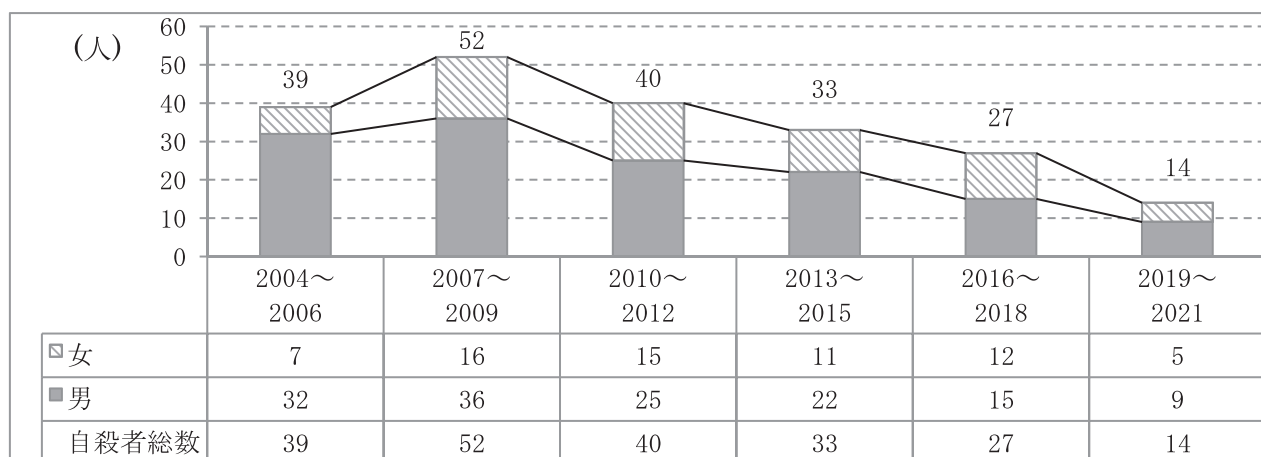
須坂市の自殺者数は、減少傾向となっています。(図1)

自殺死亡率では、年によって変動が大きいです、2019年以降は国や県と比較し低くなっています。(図2)

性別自殺者数を見ると男性が多いですが(図3)、男女の差は少なくなってきました。(図1) 年代別自殺率は国や県と比較し60歳代、40歳代以下は低く、70歳代が高くなっています。また、50歳代、80歳代以上は国や県とほぼ同じ割合で高くなっています。(図4)

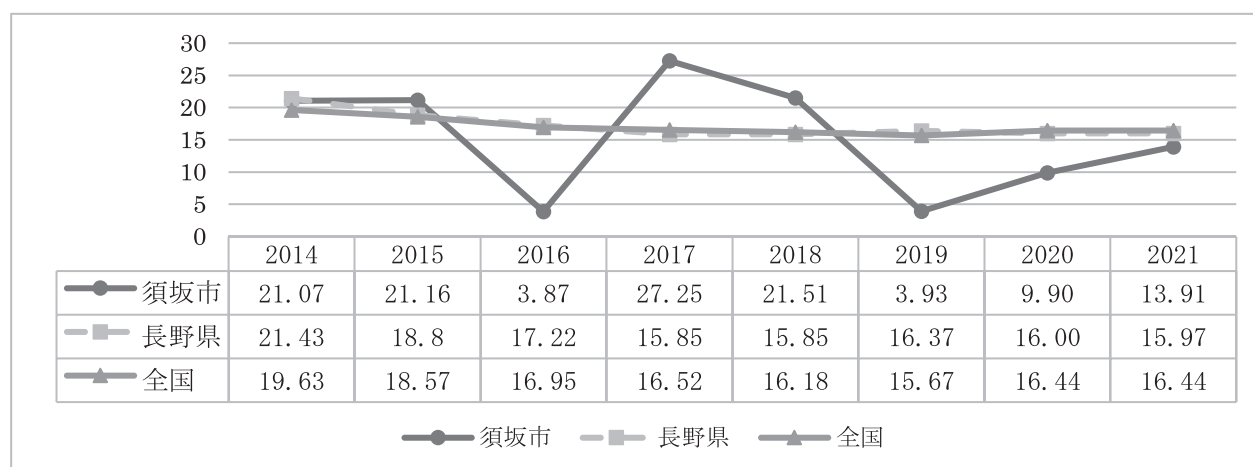
性別年代別では、男性は80歳代以上が最も高く、次いで70歳代、20歳代が高くなっています。女性では70歳代、50歳代、30歳代が高くなっています。(図5)

図1 自殺者数の年次推移



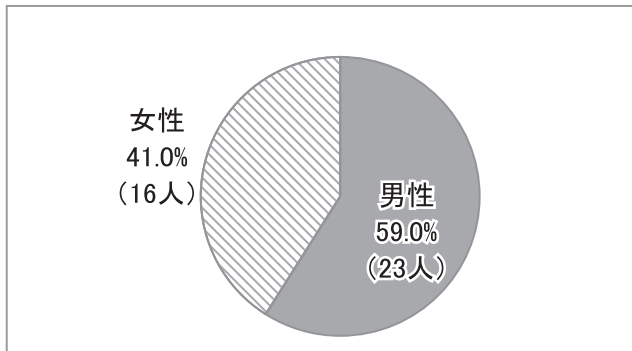
<2004～2008年は長野県衛生年報、2009年～「地域における自殺の基礎資料」(厚生労働省)>

図2 自殺死亡率の年次推移(人口10万対)



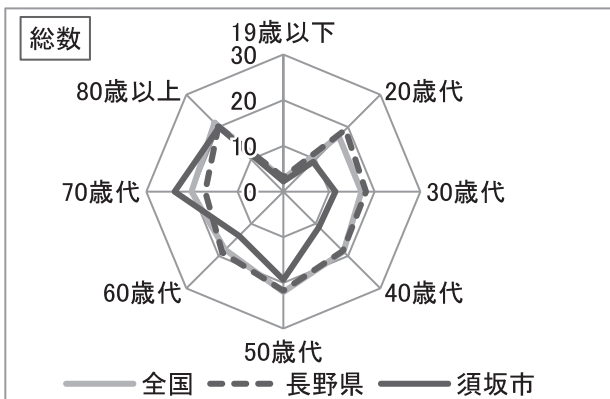
<「地域における自殺の基礎資料(自殺日・居住地)」(厚生労働省)>

図3 性別自殺者数（2017～2021年合計）



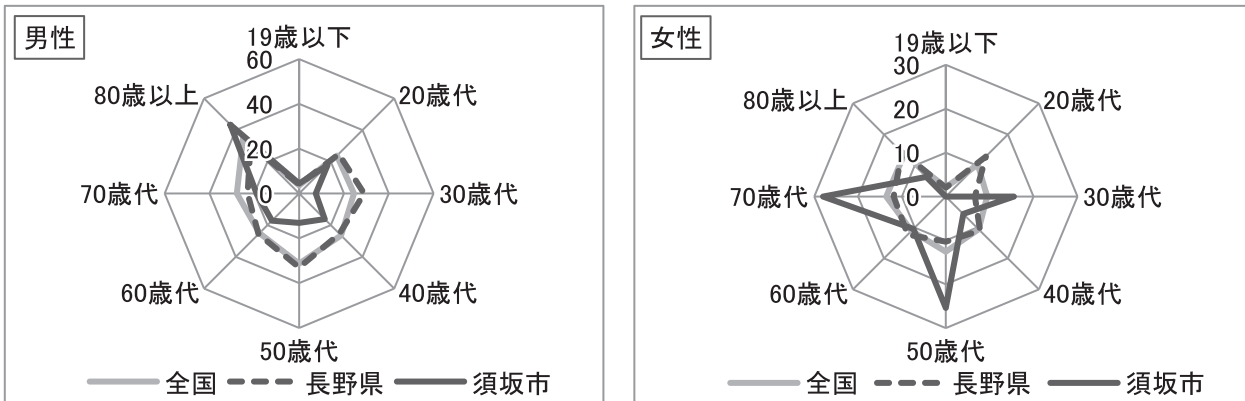
<「地域における自殺の基礎資料」（厚生労働省）>

図4 2016～2020年平均の年代別自殺率（人口10万対）



<「地域における自殺の基礎資料」（厚生労働省）>

図5 2016～2020年平均の性別年代別自殺率（人口10万対）



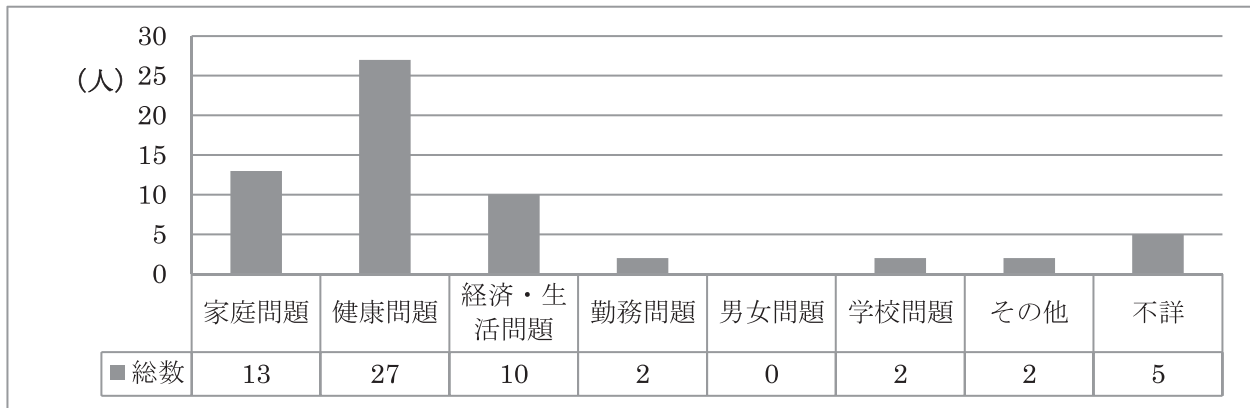
<「地域における自殺の基礎資料」（厚生労働省）>

課題2 自殺の原因はひとつではなく、様々な要因が重なっている

自殺者の原因・動機を見てみると、健康問題が最も多く、次いで家庭問題、経済・生活問題が多い傾向にあります。（図6）

しかし、自殺の原因はひとつではなく、多くの場合、多様な要因が重なっていると言われています。

図6 原因・動機別自殺者数（2017～2021年合計※2019年を除く 注1）



<「地域における自殺の基礎資料」（厚生労働省）>

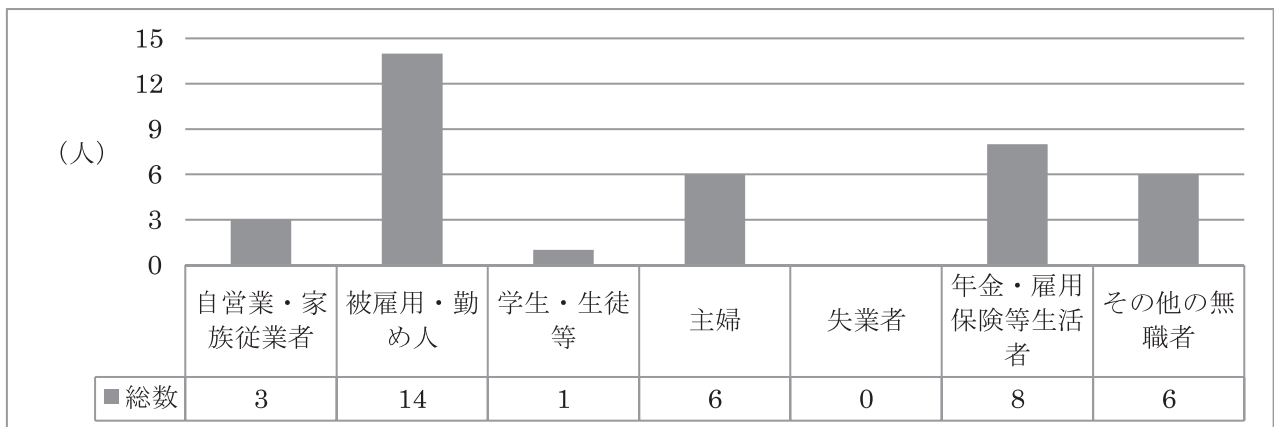
注1：2019年は自殺者数が少なかったため、詳細なデータが公表されていません

課題3 被雇用・勤め人の割合が多い

職業別では、被雇用・勤め人が最も多く、次いで年金・雇用保険等生活者、主婦の自殺者数が多くなっています。（図7）

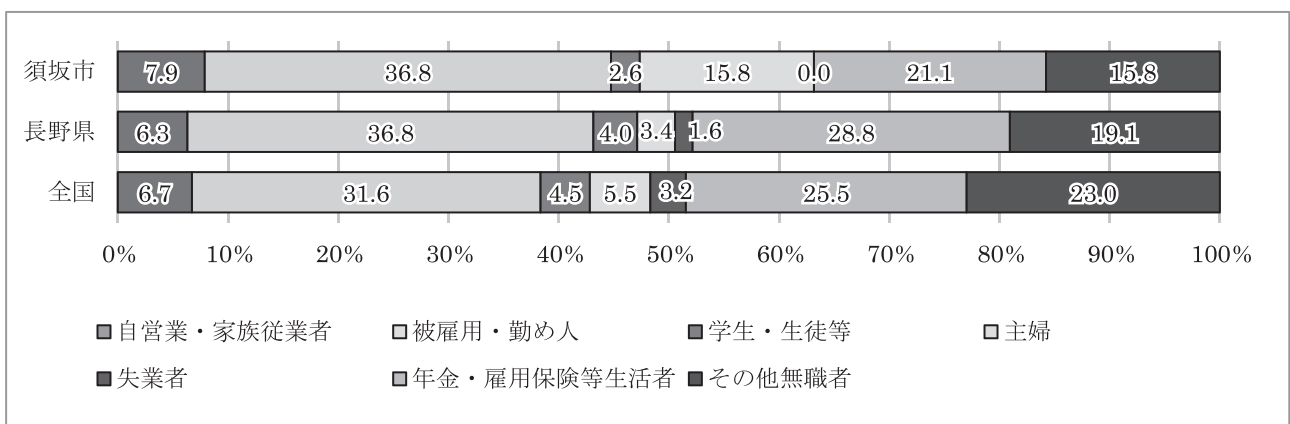
国や県と比較すると主婦の割合が多くなっています。（図8）

図7 職業別自殺者数（2017～2021年合計※2019年を除く）



<「地域における自殺の基礎資料」（厚生労働省）>

図8 職業別自殺者数の割合（2017～2021年合計※2019年を除く）



<「地域における自殺の基礎資料」（厚生労働省）>

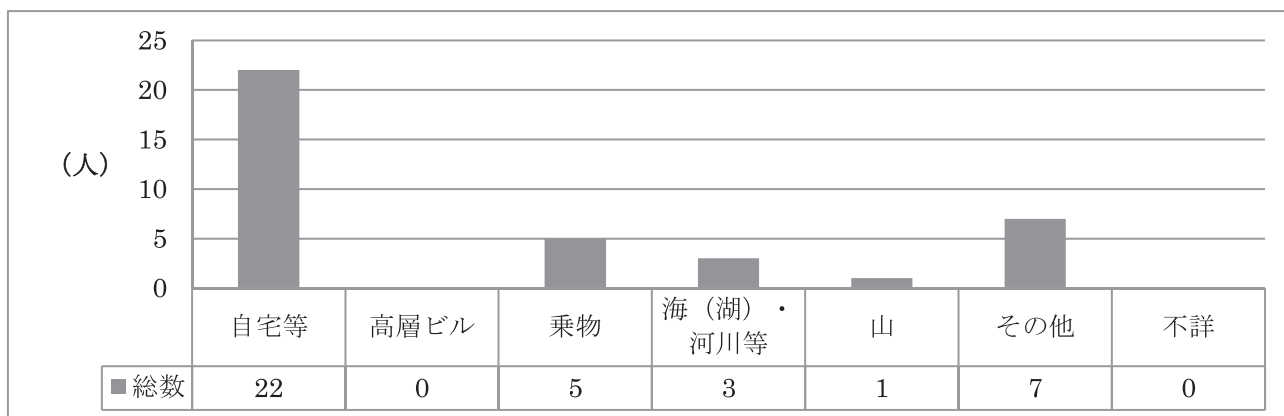
課題4 自殺企図の場所は自宅等が多く、企図手段は首つりが多い

自殺企図の場所は自宅等が最も多く(図9)、企図手段は首つりが最も多くなっています。(図10)

また、男女ともに同居人ありの自殺者数が高くなっています。(図11)

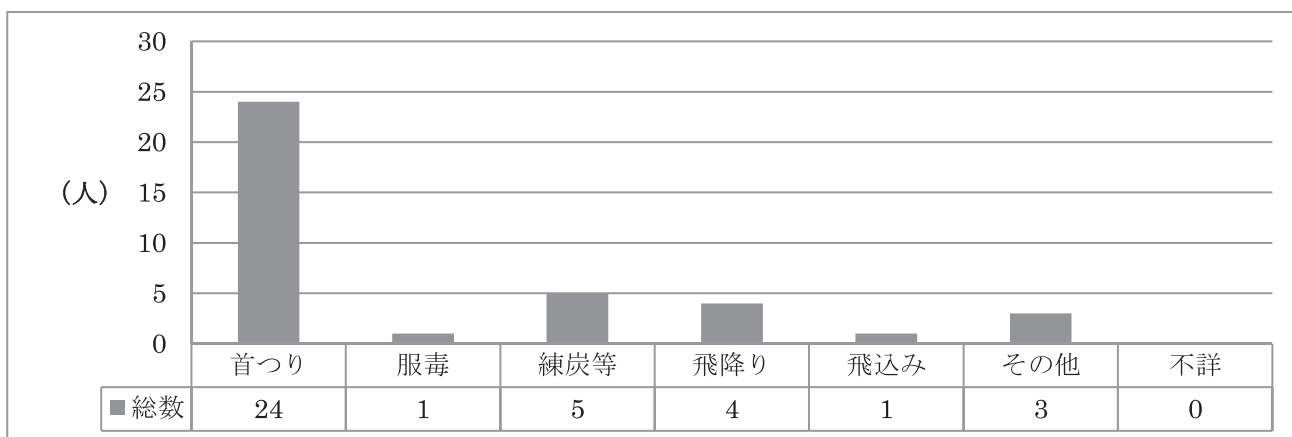
自殺企図の場所が自宅等であり、同居人がある場合、遺族への影響が大きいことが伺えます。

図9 自殺企図の場所 (2017~2021年合計※2019年を除く)



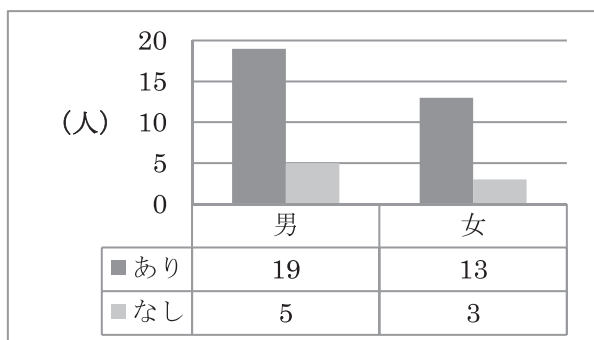
<「地域における自殺の基礎資料」(厚生労働省)>

図10 自殺の企図手段 (2017~2021年合計※2019年を除く)



<「地域における自殺の基礎資料」(厚生労働省)>

図11 同居人の有無別自殺者数 (2017~2021年)

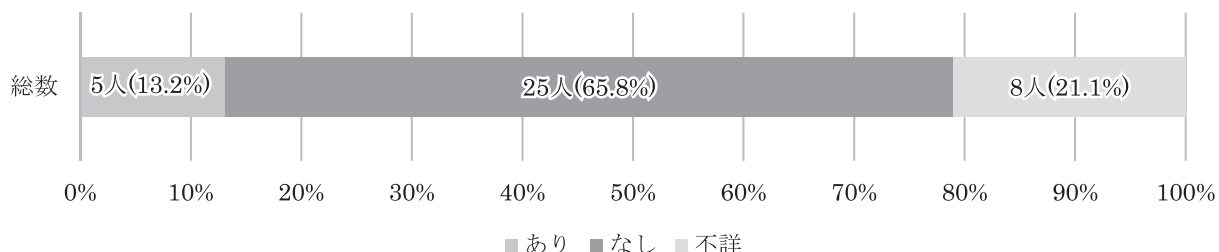


<「地域における自殺の基礎資料」(厚生労働省)>

課題5 自殺者のうち、自殺未遂歴がある者は少なくとも13.2%いる

自殺者のうち自殺未遂歴がある者は把握できている中でも13.2%おり、自殺未遂者への適切な支援の必要性があります。(図12)

図12 自殺者のうち自殺未遂歴の有無(総数)(2017~2021年合計、2019年除く)



<「地域における自殺の基礎資料」(厚生労働省)>

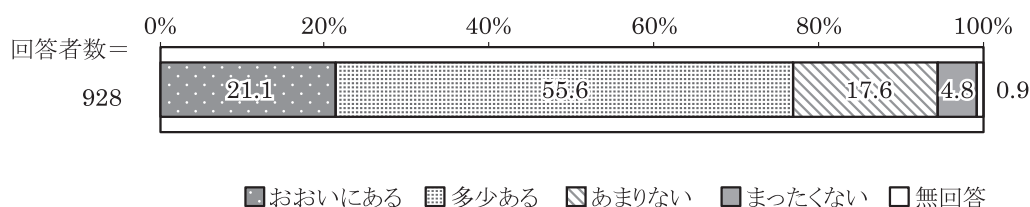
課題6 健康意識に関するアンケート調査(13ページ参照)結果の分析より

① ここ1か月間に日常生活で悩みやストレスがあると答えた人が増加している

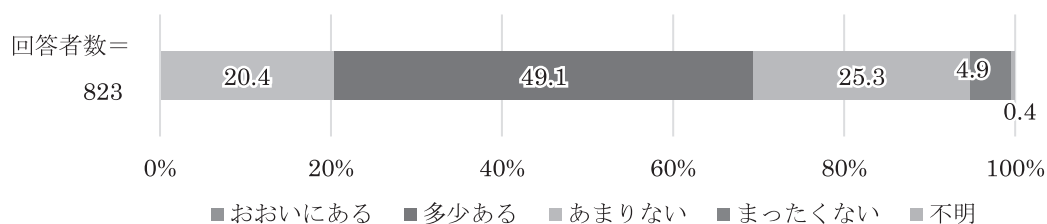
「おおいにある」と「多少ある」を合わせた「ある」の割合が76.7%、「あまりない」と「まったくない」を合わせた「ない」の割合が22.4%となっています。

2010年の住民意識調査では、ストレスが「おおいにある」と「多少ある」の合計が69.5%だったことから、増加していることがわかります。

問：ここ1か月で日常生活で悩みやストレスがあるか



【参考 2010年こころの健康と生活行動の住民意識調査より】



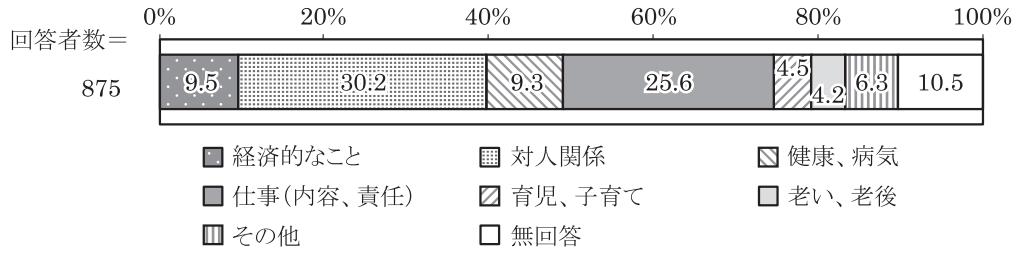
② 悩みやストレスと感ずることは対人関係が一番多く、対人関係の中では仕事関係が増加している

「対人関係」の割合が30.2%と最も高く、次いで「仕事(内容、責任)」の割合が25.6%となっています。2010年の住民意識調査と比較して、対人関係でのストレスは24.7%から30.2%、仕事は15.3%から25.6%と増加しています。

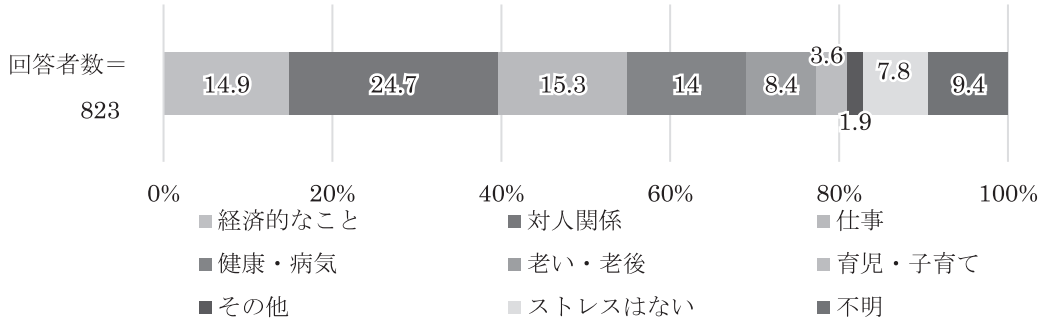
対人関係の内容では「仕事関係」の割合が42.0%と最も高く、次いで「同居家族」の割合が29.5%、「別居家族、親族」の割合が15.5%となっています。

2010年の住民意識調査では仕事関係でのストレスが29.6%であり、大きく増加しています。

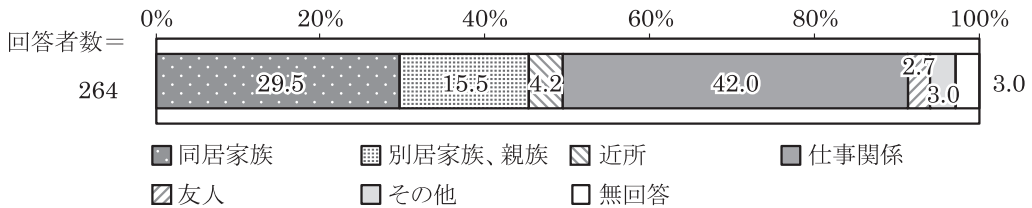
問：日頃、一番の悩みやストレスと感ずることは何か



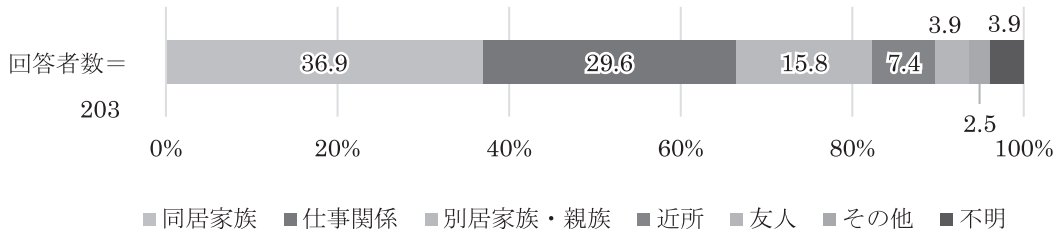
【参考 2010年こころの健康と生活行動の住民意識調査より】



問：どのような対人関係ですか



【参考 2010年こころの健康と生活行動の住民意識調査より】

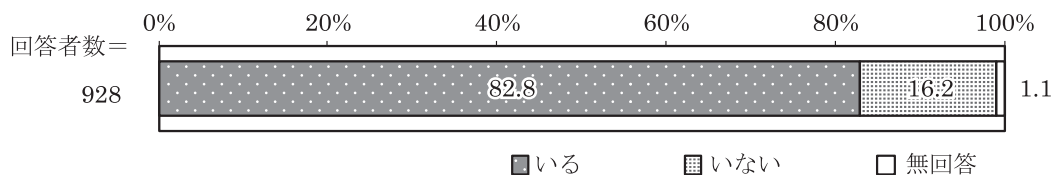


③ 悩み事やストレスを感じた時に、相談したり、助けを求めたりできる人がいない人が16%いる

「いる」の割合が82.8%、「いない」の割合が16.2%となっています。

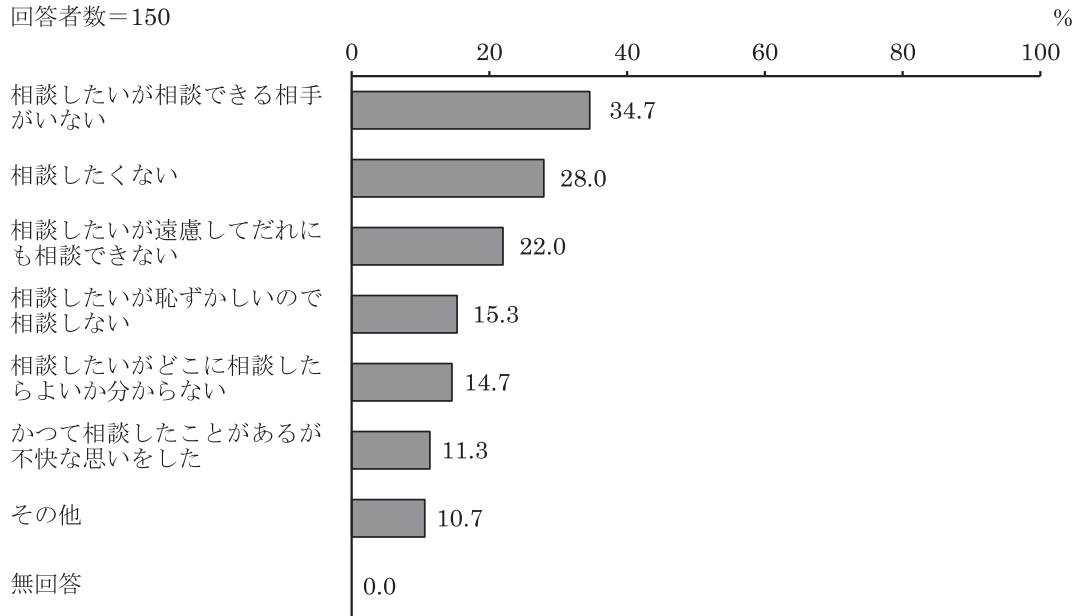
また、「相談したいが相談できる相手がない」が34.7%と最も高く、次いで「相談したくない」が28.0%、「相談したいが遠慮してだれにも相談できない」と答えた方が22.0%となっています。

問：悩み事やストレスを感じた時に相談したり、助けを求めたりできる人がいるか



相談相手がない人：その理由（複数回答）

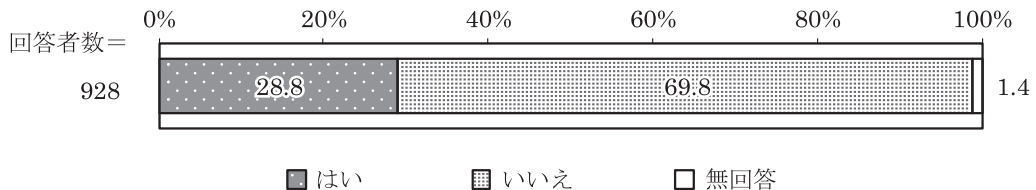
回答者数=150



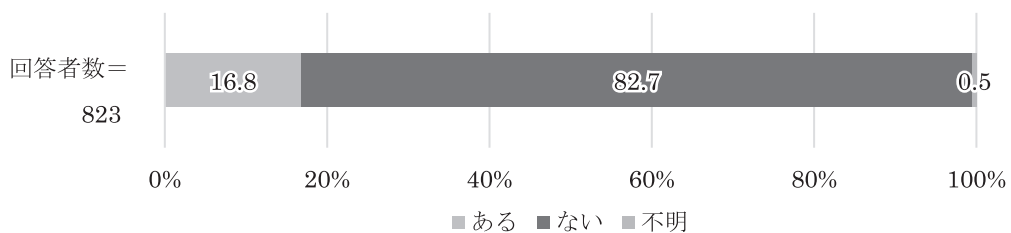
④ これまでの人生の中で、自殺したいと考えたことはあると答えた人が約3割いた
「はい」の割合が28.8%、「いいえ」の割合が69.8%となっています。

2010年の住民意識調査の「はい」の割合16.8%（注2）と比較すると自殺したいと考えたことがある人の割合が増えています。

問：これまでの人生の中で自殺したいと考えたことはありますか



【参考 2010年こころの健康と生活行動の住民意識調査より】

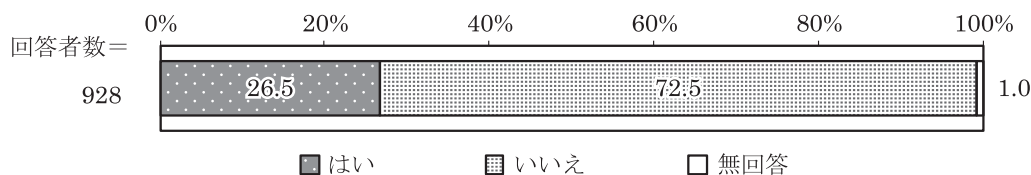


注2：2010年の住民意識調査の設問は「あなたはこれまでの人生の中で、本気で自殺したいと考えたことがありますか」です

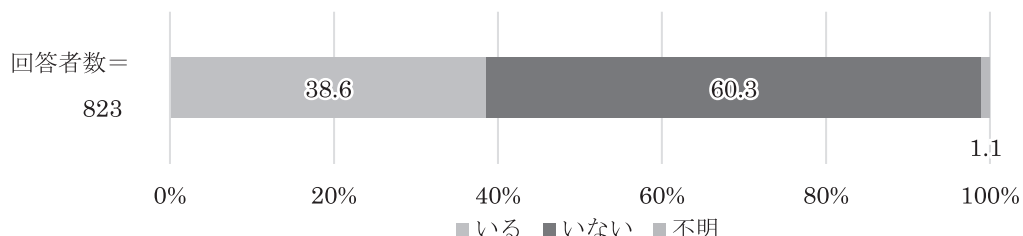
⑤ 身近な人で自殺をした方（自殺未遂も含む）がいると答えた人が4人に1人いる
「はい」の割合が26.5%、「いいえ」の割合が72.5%となっています。

2010年の住民意識調査と比べると減っていますが、今も4人に1人は身近な人の自死や自殺未遂を経験していることになります。

問：あなたの身近な人で自殺をした方（自殺未遂も含む）はいますか



【参考 2010年こころの健康と生活行動の住民意識調査より】



《健康意識に関するアンケート調査について》

【概要】

1 調査の目的

今後策定予定である健康に関する計画策定の基礎資料として、市民の健康意識に関する調査を実施

2 調査対象

須崎市在住の18歳以上69歳までの方を無作為抽出

3 調査期間

2022年1月27日から2月14日

4 調査方法

郵送による配布・回収、インターネットでの回答

5 回答状況

配布数 2,000通
有効回答数 928通
有効回答率 46.4%

6 調査結果の表示方法

回答は小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。【参考 2010年こころと健康と生活行動の住民意識調査】も同様

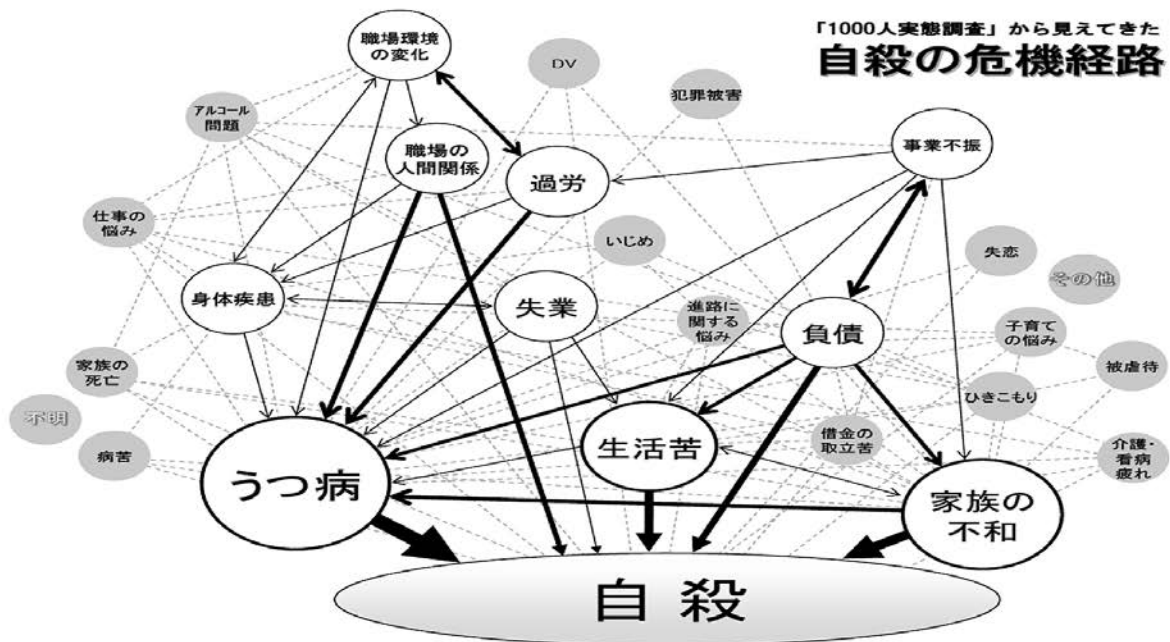
第3章 自殺対策の基本理念

自殺はその多くは追い込まれた末の死であり、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、いじめや孤独・孤立などの様々な社会的要因があることが知られています。このため、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、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で、生きることの包括的な支援として推進することが自殺総合対策大綱で示されています。

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であることや、いくつもの要因が重なることで自殺に追い込まれていくこと、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、「誰も自殺に追い込まれることのない須坂市」を目指します。

自殺のリスクが高まるとき

生きることの促進要因 < 生きることの阻害要因



引用:「自殺実態白書 2013」(NPO 法人ライフリンク)

第4章 自殺対策における取組

1 基本施策

基本施策1 市民一人ひとりの気づきと見守りを促す

自殺に対する誤った認識や偏見をなくし、いのちや暮らし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ということの理解を促進し、誰も自殺に追い込まれることのない地域づくりを推進します。

また、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、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自殺対策における一人ひとりの役割等についての意識が共有されるよう、関係機関と連携し、普及啓発を図ります。

抑うつ状態やうつ病等の精神疾患に対する正しい知識の普及啓発により、早期休息、早期相談、早期受診を促進します。

【具体的施策】

事業名	事業内容	担当部署等
こころの健康づくり講座	市民一人ひとりが心の健康や自殺予防対策の基本的な知識を理解できるよう講座を開催する	健康づくり課
自殺予防キャンペーン	自殺予防週間、自殺対策強化月間にあわせ、自殺予防の普及啓発を行う	健康づくり課
広報須坂等による情報発信	広報須坂やホームページ、フェイスブック、ツイッター等で自殺予防や人権尊重、DV予防等について情報発信する	政策推進課 人権同和・男女共同参画課 健康づくり課

基本施策2 地域におけるネットワークの強化

自殺対策は、健康問題、経済・生活問題、人間関係の問題など様々な要因が複雑に関係しており、保健、医療、福祉、教育、労働その他様々な分野の施策、人々や組織が密接に連携する必要があります。

連携の効果を更に高め、「生きることの包括的な支援」を実施するため、地域におけるネットワークの構築及び強化を図ります。

【具体的施策】

事業名	事業内容	担当部署等
須坂市自殺予防対策連絡会議	市の関係部署や地域関係者が共通認識を持ち、連携・協働するネットワークを構築し、自殺対策を総合的かつ効果的に取組む体制をつくる	健康づくり課
須高精神保健福祉連絡協議会	須高地域の市町村が連携し、精神保健に関する知識の普及や団体支援を実施し、地域の精神保健福祉の向上を図る	健康づくり課
自殺未遂者支援実務検討会	自殺未遂者が搬送される病院や精神科医、消防本部等と連携した支援体制をつくる	健康づくり課

須坂市自殺予防対策連絡会議 「ひきこもり対策部会」	自殺の原因のひとつでもあるひきこもりなどの周囲から孤立している人への支援を高年齢福祉課、地域包括支援センター、学校教育課、子ども課、生活就労支援センター（まいさぼ須坂）と推進する	福祉課 健康づくり課
生活困窮者連携会議	市の関係課等が連携し、生活困窮者を早期に把握し、包括的に支援するネットワークの構築等を図る	福祉課
新・地域見守り安心ネットワーク事業	配慮を要する市民の日頃の見守りや災害時において避難支援を行うため、台帳や組織表の整備を通じた体制づくりを区長や民生児童委員を中心に行う	福祉課 高齢者福祉課 須坂市社会福祉協議会 区長会 民生児童委員協議会
自殺言動者の情報提供	自殺のおそれのある者を把握した場合に 関連機関へ情報提供を行う	警察署等

基本施策3 自殺対策を支える人材の育成

「生きることの包括的な支援」に関わる幅広い支援者等に対して、自殺対策に関する研修等を実施します。

また、自殺の危険を示すサインに気づき、適切に行動できるよう、必要な基礎的知識の普及を図ります。

【具体的施策】

事業名	事業内容	担当部署等
ゲートキーパー養成講座	周りの人の異変に気づくこと、また気づいた場合に適切に行動できるよう、様々な分野の方に受講の機会をつくり、ゲートキーパーを養成する	健康づくり課 関係部署等
自殺対策に係るスタッフの研修	保健、医療、福祉、教育、労働、その他の関係領域の担当者が、様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対して、早期に気づき、適切に対応できるよう研修を実施する	健康づくり課
学校職員等研修	教員補助員、不登校児童生徒支援員、スクールカウンセラー、心の教室相談員、学校職員等を対象に特別支援教育の専門家より児童生徒への接し方や指導方法について学ぶ研修を実施する	学校教育課
ACPT（院内虐待対応会議）	救急外来、小児科外来、産婦人科・小児科病棟、地域医療福祉連携室等のスタッフが集まり、虐待、自殺企図、自殺未遂、	信州医療センター

	DV等の事例について情報共有と今後の対策検討を実施する	
--	-----------------------------	--

基本施策4 生きることの促進要因への支援

自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすという双方の取組を通じて、自殺リスクを低下させる必要があるため、様々な分野において「生きることの包括的な支援」を推進します。

【具体的施策】

事業名	事業内容	担当部署等
地区組織活動支援	保健補導員会や食生活改善推進協議会の活動を支援する 保健補導員会による「子育て広場」「ふれあいサロン」の開催を支援する	健康づくり課
悩み無料ダイヤル	通話料無料の専用ダイヤルを設置し、必要に応じて弁護士、精神科医、職業相談員の専門相談につなげる	健康づくり課
認知症サポーター養成講座	認知症に関する正しい知識を学び、適切な対応ができることを目的に、各町人権問題学習会や中学校等との連携により、サポーター養成講座を開催する	地域包括支援センター
介護予防サポーター養成講座	介護予防を推進するボランティアを養成し、活動を支援する	地域包括支援センター
子どもの生活・学習支援	ひとり親家庭の子ども等に基本的な生活習慣の習得支援、学習支援を団体に委託し、生活の向上を図る	学校教育課

基本施策5 子ども・若者への支援

児童生徒が命の尊さを実感できる教育に加え、社会において直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処方法を身に付けるための教育、心の健康の保持に係る教育、自殺対策に資する教育の実施に向けた環境づくりをすすめます。

家庭状況や学齢、学校や社会とのつながりなど、子ども・若者の置かれている状況はそれぞれ異なっており、幅広い支援が求められています。また、「生きることの促進要因」が少ない子ども・若者は、些細なできごとに対しても大きく傷つき、自殺のリスクが高まる可能性があるため、保健・医療・福祉・教育等の関係機関が連携し、生きることの促進要因の増加を図ります。

【具体的施策】

事業名	事業内容	担当部署等
命の尊さの教育	児童生徒が生命の尊さを理解し、かけがえない自他の生命を尊重することができるように、道徳や人権教育、性教育、理科「生命の誕生」など、発達段階に応じて計画的な教育を行う	学校教育課

SOSの出し方に関する教育	児童生徒が、道徳や学級活動、保健体育などを通し、様々な不安や悩みへの対処方法を学び、心の健康の維持・増進を図る	学校教育課
校内児童生徒相談窓口の設置	どんなことでも気軽に相談できることや居場所がなかったらどうするか等、一緒に考える場所として、様々な悩みを抱える児童生徒や保護者のための学校相談窓口を設置する	学校教育課
スクールカウンセラーの派遣	中学校を拠点校にスクールカウンセラーを配置し、悩みを抱える児童生徒及び保護者等との懇談や指導・助言を行う	学校教育課
CAP研修(※) ※ Child Assault Preventionの略で、子どもが暴力から自分を守るための人権教育プログラム	年長児童とその保護者、全教職員を対象にそれぞれ研修を行う 子どもたちは「自己肯定感」を高め、困ったことを周りの大人に相談できるようになることを学び、教職員と保護者は子どものSOSへの気づきや親子の関わり等を学ぶ	子ども課
命の教育	小学校6年生を対象に、応急手当普及啓発にあわせ、命の大切さについて授業を行い、自分を大切にし、相手を思いやれる気持ちを育成する	消防本部
高校生マネートラブル講座	専門家より、若者が陥りそうなマネートラブルについての事象や金融の知識について学ぶ講座を実施する	労働組合

★評価指標

指標	目標（2028年度）	目標設定の考え方
情報発信	延べ年10回以上	関係部署等の会報、SNS等あらゆる機会を捉え、自殺予防の啓発を行う
自殺予防対策連絡会議の充実	年2回	連携協働するネットワークの構築について議論を深められるよう内容を見直す
ゲートキーパー養成講座の実施	第4期累計受講者数 700人	様々な分野の方に養成講座の受講の機会をつくる（2018～2021年度累計 662人）
介護予防サポーター養成講座累計受講者数	440人(※)	介護予防を地域で進め、元気な高齢者を増やすための担い手の育成を行う（2019年度 352人）
自分には良いところがあると答える児童生徒の割合	小学校 92.0% 中学校 82.0%(※)	子どもたちの「自己肯定感」を高められるような教育や相談支援体制を整える（2019年度 小学校 88.1%中学校 75.5%）

※第六次須坂市総合計画の指標のため2025年度の目標値とする

2 重点施策

重点施策1 高齢者対策

高齢者は閉じこもりや抑うつ状態になりやすく、孤立・孤独に陥りやすいことから、地域包括ケアシステムや地域福祉力の強化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。

高齢者特有の課題をふまえつつ、生きがいや役割の保持などの「生きることの促進要因」を増やす取り組みや、多様な背景や価値観に対応した支援、働きかけが重要なため、行政サービス、民間事業者のサービス、民間団体の支援等を適切に活用し、生きることの包括的支援としての施策の推進を図ります。

【具体的施策】

事業名	事業内容	担当部署等
ふれあいサロンの支援	高齢者の交流の場として定期的を開催する「ふれあいサロン」を支援する	高齢者福祉課 (須坂市社会福祉協議会へ委託)
総合相談事業	地域包括支援センター、在宅介護支援センターで高齢者の総合的な生活相談に応じる	地域包括支援センター
介護教室	正しい介護や各種保健福祉サービス等の知識や技術の習得の場、介護者の孤立を防ぎ、介護者同士の交流の場とし、介護者・高齢者の生活を支援する	地域包括支援センター
診療	高齢者特有の心身の不調を診療する 必要に応じて関係機関等へつなぐ	須高医師会

重点施策2 勤務問題対策

勤務問題による自殺の背景には、仕事の失敗、職場の人間関係、職場環境の変化、仕事疲れ等がある中で、働く方一人ひとりがより良い将来の展望を持ち得るようにする「働き方改革」が国を挙げて推進されており、職場におけるメンタルヘルス対策等が具体的な施策として明記されています。

健康意識に関するアンケート結果では、悩みやストレスと感じていることは対人関係に次いで仕事（内容・責任）が多く、また対人関係の内容では仕事関係が多くなっていることから、働きやすい職場環境づくりやハラスメント対策が重要です。

職域や各事業所での対策だけでなく、行政や地域の業界団体の役割も重要であるため、関係機関等と協働して勤務問題による自殺リスクの低減に向けた取組を推進します。

【具体的施策】

事業名	事業内容	担当部署等
ワークライフバランス推進	ホームページ、企業振興ニュース等で啓発する 市内事業所や関係機関と連携して、研修会を開催する	人権同和・男女共同参画課 産業連携開発課
企業人権教育推進会議	企業人権教育指導者養成講座、企業経営者人権教育研修会等の開催	人権同和教育課 産業連携開発課

中小企業資金融資	低金利の融資を斡旋する 保証料・利子を助成する 須坂商工会議所と連携した経営相談を行う	商業観光課
働きざかりいきいきセミナー	市内にある事業所でつくる「働きざかりの健康づくり研究会」が社員等を対象に心身の健康づくりを目的に「働きざかりいきいきセミナー」を実施する	働きざかりの健康づくり研究会
地域セミナー	知らぬ間に“独り”になっていく時代に支え合うためのコミュニケーション技術を学ぶセミナーを実施する	労働組合
会報やホームページ等による情報発信	自殺予防週間、自殺対策強化月間にあわせ、各事業所へ啓発活動を行う	商工会議所

重点施策3 生活困窮者、無職者、失業者対策

生活困窮や無職、失業状態にある方は、単に経済的な問題だけでなく、心身の健康や家族等との人間関係、ひきこもり等、様々な問題を抱えていることが考えられ、自殺リスクが高い傾向があります。生活状況により情報を得にくい場合も多いため、必要な相談機関の情報が得られるよう、周知方法や相談体制を検討していくことが重要です。

生活困窮者自立支援制度に基づく支援と自殺対策施策が密接に連携し、経済や生活面の支援のほか、心の健康や人間関係等の視点も含めた包括的な支援を推進します。

【具体的施策】

事業名	事業内容	担当部署等
いのちと暮らしの総合相談会	自殺のハイリスク群が、それぞれに抱え込みがちな問題の組合せに応じて支援策を連動させ、複数分野の専門家（弁護士、精神科医、保健師等）や相談員（生活就労支援センター職員等）が連携して、総合的な支援を行う	健康づくり課 （須高精神保健福祉連絡協議会）
納税相談	市税等の滞納者の生活状況等を聞き取り、福祉関係部署との連携を図りながら、徴収・換価の猶予制度に該当するかも念頭におき、納付について相談に応じる	税務課
生活困窮者自立相談支援事業	生活困窮者からの相談に応じ、必要な情報提供と助言を行うとともに、様々な支援を一体的かつ計画的に行う	福祉課
多重債務相談	多重債務者の状況を聞き、解決方法の提示と関係各所へのつなぎを行い、債務整理へ向けたサポートを行う	消費生活・特殊詐欺被害防止センター
消費生活相談	契約等の消費生活トラブルを解決するための助言、あっせんを行い、再発防止につなげる	消費生活・特殊詐欺被害防止センター

巡回相談	福祉事務所に来所している生活保護受給者等の相談・申請段階で巡回相談を行い、就労支援につなげる	ハローワーク
民生児童委員活動	住民の生活上の問題に関する相談に応じ、必要があれば関係機関や社会資源につなげる	民生児童委員協議会

重点施策4 女性対策

自殺者数は減少傾向にありますが、女性の自殺者数は横ばいとなっています。メンタルに不調の出やすい妊産婦への支援をはじめ、家事や育児、介護などはいまだ女性が多くを担っており、社会から孤立している場合もあるため、支援が必要です。

女性特有の視点を踏まえて、保健、医療、福祉などライフステージに応じた関係機関が連携し、生きることの包括的な支援を推進します。

【具体的施策】

事業名	事業内容	担当部署等
周産期メンタルヘルスケア実務検討会	妊娠期から出産、子育て期での産後うつ病等の早期支援や虐待防止のため、産科医や小児科医、精神科医、助産師、看護師等と連携体制をつくる	健康づくり課
妊娠・子育てなんでも相談「おひさま」	妊娠期から子育て期にわたるまでの様々なニーズに対して母子保健と子育て支援が連携した総合的相談支援をワンストップで提供する	健康づくり課 子ども課
子育て世代相互交流・コミュニティ基盤創出事業	子育て世代の仲間づくりの場としてワークショップ等を開催し、同じ立場で悩みや苦労を共有することでの繋がりをつくる	子ども課
男女間のあらゆる暴力をなくす	デートDV啓発リーフレットの配布や相談窓口の周知に努める また、女性の一般相談を実施し、関係機関と連携して相談対応を行う	人権同和・男女共同参画課

★評価指標

指標	目標（2028年度）	目標設定の考え方
月2回以上の住民主体の 通い場数	35箇所(※)	高齢者が身近に通える場の拡充と、生きがいを持って社会参加できる活動を支援する（2019年度27箇所）
企業人権教育推進会議の 開催	延べ年3回	企業での人権意識を高め、ハラスメント防止対策や働きやすい職場づくりの推進を図る
いのちと暮らしの総合相 談会	年1回	相談会で複数分野の悩みに対応できるよう、他機関と連携し継続実施する
生活困窮者自立相談延べ 件数	3,000人(※)	生活に困窮している人が安心して生活できるよう包括的な相談・支援体制の強化を図る（2019年度2,539人）
「子育てしやすいまち」 だと思える市民の割合	53.0% (※)	子育てに関する相談・支援体制や、特別な支援が必要な児童・保護者への対応の充実を図る（2019年度51.8%）

※第六次須坂市総合計画の指標のため2025年度の目標値とする

第5章 自殺対策の推進体制

市民の自殺予防対策を関係機関等の連携により包括的に推進するため、「須坂市自殺予防対策連絡会議」を設置しています。

また、市民全体の健康増進を図るための総合的な健康づくりの方策を協議するため、「須坂市健康づくり推進協議会」を設置しています。

この2つの組織において、自殺予防対策における課題や「誰も自殺に追い込まれることのない須坂市」の実現に向けた取組の視点や実施状況、効果等について検証し、本計画の総括的な評価を行っていきます。

1 須坂市自殺予防対策連絡会議

庁内の関係部署や地域関係機関が自殺対策に関し共通の認識を持ち、連携協働するネットワークを構築し、自殺予防の啓発活動を総合的かつ効果的に取り組むことができるよう、須坂市自殺予防対策連絡会議を開催します。

【構成メンバー】

庁内関係部署	総務部	政策推進課、税務課
	健康福祉部	福祉課、高齢者福祉課、地域包括支援センター、健康づくり課
	市民環境部	市民課、消費生活・特殊詐欺被害防止センター
	社会共創部	人権同和・男女共同参画課
	産業振興部	産業連携開発課、商業観光課
	教育委員会	学校教育課、子ども課、人権同和教育課
	消防本部	警防課
	須坂市社会福祉協議会	
地域関係機関	須高医師会、須坂市民生児童委員協議会、須坂警察署（生活安全課）、長野保健福祉事務所、働きざかりの健康づくり研究会、須坂商工会議所、ハローワーク須坂、労働組合、県立信州医療センター	

2 須坂市自殺予防対策連絡会議「ひきこもり対策部会」

自殺の原因のひとつでもあるひきこもりなどの周囲から孤立している者への支援を考える部会を須坂市自殺予防対策連絡会議に設置します。

【構成メンバー】

庁内関係部署	高齢者福祉課、地域包括支援センター、学校教育課、子ども課、生活就労支援センター（まいさぼ須坂）、健康づくり課、福祉課
--------	--

3 須高精神保健福祉連絡協議会

須高地域の市町村と行政機関が連携し、精神保健に関する知識の普及及び団体支援事業等を実施し、地域の精神保健福祉の向上を図ることを目的に設置します。

【構成メンバー】

小布施町、高山村、須坂市の保健福祉部署

4 自殺未遂者支援実務検討会

自殺未遂歴は重要な自殺の危険因子であることから、再企図や既遂を防ぐため、早期からの適切な支援が行われるよう、須高精神保健連絡協議会として、自殺未遂者が搬送される病院や精神科医、消防本部等と連携した支援体制を確立するため、実務検討会を開催します。

【構成メンバー】

精神科医、長野県精神保健福祉センター、長野保健福祉事務所、県立信州医療センター、消防本部、小布施町、高山村、須坂市

5 周産期メンタルヘルスケア実務検討会

妊娠期から、出産・子育て期での産後うつ病等の早期支援、虐待防止を目的に実務検討会を定期的で開催します。

【構成メンバー】

県立信州医療センター、精神科医、小布施町、高山村、須坂市

第6章 計画の進行管理

本計画に基づく施策を着実に展開するため、須坂市自殺予防対策連絡会議及び須坂市健康づくり推進協議会において、具体的な取組状況を把握し、「Plan(計画)→Do(実行)→Check(評価)→Act(改善)」の4段階によるPDCAサイクルを推進し、関係部署、関係機関等と連携しながら、本計画の推進を図っていきます。

また、須坂市自殺予防対策連絡会議の構成機関が取り組んでいる事業の中で、自殺予防に関連する事業を「須坂市自殺予防対策県連事業一覧」(第7章 資料編 25ページから31ページ)として取りまとめを行い、取り組み状況を把握することで、包括的な自殺予防対策を推進していきます。

第7章 資料編

1 須坂市自殺予防対策関連事業一覧

No	事業名	事業内容	担当部署等
基本施策			
(1) 市民一人ひとりの気づきと見守りを促す			
1	こころの健康づくり講座	自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こりうる危機」であることや、危機に陥った人の心情や背景への理解を深め、自分の周りには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自殺対策における市民一人ひとりの役割等について普及・啓発を図る	健康づくり課
2	自殺予防キャンペーン	市役所庁舎等に懸垂幕や横断幕を設置するとともに、啓発グッズや悩み無料ダイヤル啓発カード、相談窓口一覧を作成し、庁舎関係機関等に卓上旗と合わせて設置、配布する	健康づくり課
3	出前講座「ストレスと心の健康」	ストレスが心と体に及ぼす影響、ストレス解消法についての学習の場を提供する	健康づくり課
4	広報等掲載	自殺予防週間（9/10～9/16）、自殺予防月間（3月）や市民健康づくり講座に合わせて、広報須坂等を活用し啓発活動に努める	健康づくり課
5	須高地域医療福祉推進協議会	毎年「須高地域医療福祉を考える集い」を開催し、医療福祉介護の相談窓口や在宅療養を支える各種サービスの紹介・情報提供、リビング・ウィルの啓発普及等を行っている	地域医療福祉ネットワーク推進室
6	情報発信	ホームページ、フェイスブック、ツイッターによる情報発信、広報須坂への情報掲載等、様々な媒体や機会を通じ、啓発に努める	政策推進課
7	広報等掲載	女性に対する暴力をなくす運動（11/12～11/25）に合わせて、広報等を活用し啓発活動に努める	人権同和・男女共同参画課
8	町別人権問題学習会	同和問題をはじめあらゆる人権問題について学習し、人権尊重の意義やさまざまな人権問題について理解と認識を深める	人権同和教育課
9	出前講座	メンタルヘルスに関する講座を調整し、地域住民に学習の場を提供する	信州医療センター
10	地域見守り事業	子どものいじめや高齢者の一人住まい、地域の異変に気づいたら会議所へ通報するシステム「地域見守り0031」を実施する	須坂商工会議所
11	なんでも相談ダイヤル	“くらしなんでも相談ダイヤル”を設置し、いつでもだれでも相談できる電話・面談による相談体制をつくる	労働組合
(2) 地域におけるネットワークの強化			
12	須坂市自殺予防対策連絡会議	市の関係部署や地域関係機関が共通の認識を持ち、連携・協働するネットワークを構築し、自殺対策を総合的かつ効果的に取り組む	健康づくり課
13	須高精神保健福祉連絡協議会	須高地域の市町村と行政機関が連携し、精神保健に関する知識の普及及び団体支援事業を実施し、地域の精神保健福祉の向上を図る	健康づくり課
14	子育て支援のネットワークづくり	地域における子育て支援者及び団体と連携を図り、子育て中の保護者のつながりを促進する	健康づくり課
15	自殺未遂者支援実務検討会	自殺未遂者が搬送される病院や精神科医、消防本部等と連携した支援体制を確立する	健康づくり課
16	ひきこもり対策部会	自殺の原因のひとつでもあるひきこもりなどの周囲から孤立している人への支援を推進する また、ひきこもり及び不登校に関する施策等を行うことについて協議する	福祉課
			健康づくり課
17	生活困窮者連携会議	市の関係課等が連携して生活困窮者を早期に把握し、包括的に支援するネットワークの構築等を図る	福祉課

18	新・地域見守り安心ネットワーク事業	配慮を要する住民の日頃の見守りや災害時において避難支援を行うため、台帳や組織表の整備を通じた体制づくりを町の区長や民生児童委員を中心に行う	福祉課
			高齢者福祉課
			須坂市社会福祉協議会
			区長会
			民生児童委員協議会
19	須坂市民生児童委員協議会事務	地域における様々な活動や訪問活動を通じて地域住民の生活実態を把握し、相談に応じている民生・児童委員に対して、様々な分野の研修会を開催する	福祉課
			高齢者福祉課
			子ども課
20	相談事業	相談窓口として、随時、人権交流センターで相談に応じる日常相談を行う中で関係機関と連携を図る	人権同和・男女共同参画課
21	子育て支援センター事業	子育てサークルへの支援、各種講座の開催、ファミリー・サポート・センター事業等を通じて、子育て中の保護者の仲間づくりの支援と地域における子育ての相互扶助活動の浸透を図る	子ども課
22	情報提供	警察活動において自殺のおそれのある者を把握した場合に、関連機関に情報提供する	須坂警察署
23	妊婦・新生児・産婦連絡票の送付	妊娠期から出産、子育て期での産後うつ病等の産褥精神病の早期支援や虐待防止のため、外来通院中、入院中、退院時に、地域でのフォローが必要なケースについて、病院から地区保健師に連絡票を送付し連携を図る	信州医療センター
(3)自殺対策を支える人材の育成			
24	ゲートキーパー養成講座	市民一人ひとりが周りの人の異変に気づいた場合に適切に行動できるようゲートキーパーを養成する	健康づくり課
25	須坂市自殺予防対策連絡会議	保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連領域の者が様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対して、早期に気づき、適切に対応できるよう須坂市自殺予防対策連絡会議の構成メンバーを対象に研修を実施する	健康づくり課
26	新任保健師育成	保健師業務の概要やオリエンテーション（健康診査、健康相談、健康教育、地区組織活動、訪問指導等）の実施	健康づくり課
27	うつ病の方の家族教室	うつ病の人の家族を対象に、抑うつ状態やうつ病に対する正しい知識や対応方法を学ぶ場を提供する	健康づくり課
28	精神障がい者家族会支援	精神障がい者の生活支援や対応方法、家族支援として家族会を支援する	健康づくり課
29	企業人権教育推進会議	指導者（企業内人権教育担当者）養成講座開催 企業内における人権教育研修開催	産業連携開発課
		企業内における人権教育研修開催	人権同和教育課
30	職員研修	教員補助員・不登校児童生徒支援員・スクールカウンセラー・心の相談員・学校職員等を対象に、特別支援教育の専門家より障がいのある児童・生徒への接し方や指導方法について学ぶ	学校教育課
31	ACPT（院内虐待対応会議）	月1回、救急外来、小児科外来、産婦人科・小児科病棟の医師、看護師、地域医療福祉連携室、参与、事務スタッフが集まり、各部署での虐待、自殺企図、自殺未遂、DV等の事例について報告し、情報共有と今後の対策検討を実施する	信州医療センター

(4) 生きることの促進要因への支援			
32	地区組織活動支援	保健補導員会や食生活改善推進協議会の活動支援 保健補導員会による「子育て広場」や「ふれあいサロン」の開催支援	健康づくり課
33	悩み無料ダイヤル	通話料無料の専用ダイヤルを設置し、必要に応じて弁護士、精神科医、職業相談員の専門相談につなげる	健康づくり課
34	自殺未遂者支援	自殺未遂者への相談支援 自殺未遂者支援実務検討会の開催	健康づくり課
35	自死遺族支援	自死遺族への相談支援 県が実施している「自死遺族の会」へのつなぎ	健康づくり課
36	相談支援事業	自殺リスクを抱える人に寄り添い、伴走型の支援の重要性を家族や周囲の人に伝える	健康づくり課
37	訪問指導事業	保健師、助産師、管理栄養士等による訪問指導の実施	健康づくり課
38	健康相談事業	保健師、管理栄養士、歯科衛生士等による健康相談の実施	健康づくり課
39	健康診査事業	健康の維持や疾病の予防の・早期発見を図る	健康づくり課
40	ふれあいサロンの支援	高齢者の交流の場として、定期的に開催する「ふれあいサロン」を支援する	高齢者福祉課 (須坂市社会福祉協議会へ委託)
41	介護予防サポーター養成講座	介護予防を推進するボランティアを養成し活動を支援する	地域包括支援センター
42	認知症サポーター養成講座	認知症に関する正しい知識を学び、適切な対応ができることを目的に、各町の人権問題学習会や中学校等との連携により、サポーター養成講座を開催する	地域包括支援センター
43	子どもの生活・学習支援	ひとり親家庭の子どもたちの基本的な生活習慣の習得支援・学習支援を団体へ委託し、生活の向上を図る	学校教育課
		生活保護世帯又は生活困窮世帯の子どもに対して、学習支援及び生活支援を行う	福祉課
44	診療	自殺未遂者への診療 必要に応じて、関係機関等へのつなぎ	須高医師会
45	職員のストレスチェック	全職員に対しストレスチェックテストを実施し、外部機関で分析してストレスの程度を把握し、ハイリスク者に対して相談を促したり、職場環境の改善を検討する	信州医療センター
46	自殺企図、自殺未遂者支援	受診患者の状態に応じて、地区保健師へつないだり、精神科紹介、精神科転院、警察や保健所への通報	信州医療センター
(5) 子ども・若者への支援			
47	命の尊さの教育	児童生徒が生命の尊さを理解し、かけがえない自他の生命を尊重することができるように、道徳や人権教育、性教育、理科「生命の誕生」など、発達段階に応じて計画的な教育を行う	学校教育課
48	SOSの出し方に関する教育	児童生徒が、道徳や学級活動、保健体育などを通し、様々な不安や悩みへの対処方法を学び、心の健康の維持・増進を図る	学校教育課
49	校内児童生徒相談窓口の設置	様々な悩みや不安を抱える児童生徒や保護者の学校相談窓口を明示し、児童生徒と保護者に周知する どんなことでも気軽に相談できることや居場所が無かったらどうするかなど、一緒に考える場所としても利用できることを知らせる	学校教育課

50	スクールカウンセラー情報交換会 不登校支援員等情報交換会	スクールカウンセラーや不登校支援員の情報交換や実践事例を通して、児童生徒理解や保護者対応について研修し、メンタルヘルスケアや医療機関へつなげるなどの資質向上と連携の強化を図る	学校教育課
51	スクールカウンセラーの派遣	中学校を拠点校にスクールカウンセラーを配置し、悩みを抱える児童生徒及び保護者等との懇談や指導・助言を行う	学校教育課
52	「いじめ」に関するアンケート調査	全児童生徒を対象に、6月と11月に「いじめられたことがあるか」「いじめたことがあるか」「いじめを見たり聞いたりしたことがあるか」等のアンケート調査を行い、書かれたことについては学級担任を中心に内容を確認し、学校全体で情報を共有し面談を行い学校体制として対応する 市全体の状況結果をまとめ、分析する	学校教育課
53	よりよい学校生活と友達づくりのためのアンケート調査 (hyper-Q-U検査)	Q-U検査を全小中学校で実施 検査結果からは、不登校になる可能性、いじめ被害を受けている可能性、意欲が低下しているかどうか、学級崩壊に至る可能性、学級集団の雰囲気などが、統計的に示される 各校では結果をもとに対応を検討し、全職員で共通理解を図る	学校教育課
54	心の教室相談員の配置	各中学校に心の教室相談員(図書館職員兼務)を1人配置し、生徒が時間や内容を問わず気軽に訪問し、話し相手や相談相手になることで、生徒の心の安定を図る	学校教育課
55	就学援助費の支給	経済的理由によって就学困難と認められる児童生徒の保護者に対し、要保護及び準要保護児童生徒就学援助費を支給する	学校教育課
56	CAP研修(子どもが暴力から自分を守るための人権教育プログラム)	年長児童とその保護者、全教職員を対象にそれぞれ研修を行う 子どもたちは「自己肯定感」を高め、困ったことを周りの大人に相談できるようになることを学び、教職員と保護者は子どものSOSへの気づきや親子の関わり等を学ぶ	子ども課
57	家庭児童相談事業	家庭における人間関係の健全化及び児童養育の適正化等、家庭児童福祉の向上のため、家庭児童相談員による専門的な相談業務を行う	子ども課
58	命の教育	市内小学校6年生を対象に、応急手当普及啓発に併せ、命の大切さについての授業を実施する 自分を大切に、相手を思いやれる気持ちを育成する	消防本部警防課
59	高校生マネートラブル講座	専門知識をもつ講師(労金職員)より、若者が陥りそうなマネートラブルについての事象や金融の知識を知ってもらう	労働組合
重点施策			
(1)高齢者対策			
60	緊急通報システム事業	緊急通報装置を家庭の固定電話機に接続し、談話回線を利用した緊急時の連絡・通報や日常生活の相談を行う	高齢者福祉課
61	ふれあいサロンの支援	高齢者の交流の場として、定期的に開催する「ふれあいサロン」を支援する	高齢者福祉課 (須坂市社会福祉協議会へ委託)
62	ひとり暮らし高齢者安心コール事業	ひとり暮らし高齢者に対し、ボランティアからの電話により、定期的なコミュニケーションを図る	高齢者福祉課 (須坂市社会福祉協議会へ委託)
63	「食」の自立支援事業	虚弱、心身の障がい、傷病等の理由により食事の調理が困難な方に配食サービスを行い、栄養の偏りがちな食生活の改善を図り、あわせて安否確認を行う	高齢者福祉課 (須坂市社会福祉協議会へ委託)
64	総合相談事業	地域包括支援センター・在宅介護支援センター等で高齢者の総合的な生活相談に応じる	地域包括支援センター

65	介護教室	地域包括支援センター・在宅介護支援センター・信州医療センター等が交互に担当し、介護方法や各種保健福祉サービス等の知識や技術の習得の場、介護者等の交流の場として概ね月に1回程度を開催する	地域包括支援センター
66	認知症総合支援事業	①認知症家族のつどいの開催 ②認知症サポーター養成講座の開催 ③認知症サポーターステップアップ講座 ④もの忘れ相談日の開催 ⑤認知症初期集中支援チーム会議の開催 ⑥認知症を考える市民講座の開催 ⑦認知症ケアパスの作成配布	地域包括支援センター
67	心配ごと相談事業	生活の悩みや経済的困りごとを抱える人に対して、相談員と一緒に考え、課題を整理しながら、生活の立て直しや就労など自立に関する相談を行う	須坂市社会福祉協議会
68	生活福祉資金貸付事業	低所得世帯、高齢者世帯、障がい者世帯を対象に自立生活のための貸し付けを行う	須坂市社会福祉協議会
69	いきいき外出事業	介助が必要で中々外出の機会がない高齢者（障がい者）を対象に、お花見・紅葉狩りなどの外出を支援する	須坂市社会福祉協議会
70	診療	高齢者の診療 必要に応じて、関係機関等へのつなぎ	須高医師会
(2)勤務問題対策			
71	ワーク・ライフ・バランスの推進	ホームページ・企業振興ニュース等で啓発 市内事業所や関係機関と連携して研修会を開催する	人権同和・男女共同参画課 産業連携開発課
72	企業人権教育推進会議	企業経営者人権教育研修会 企業人権教育指導者養成講座開催	産業連携開発課 人権同和教育課
73	企業動向調査 建設業動向調査	四半期ごと年4回景気動向調査実施 分析を行い、ホームページで周知	産業連携開発課
74	中小企業資金融資	低金利の融資あっせん 保証料・利子の助成 須坂商工会議所と連携した経営相談をする	商業観光課
75	職場におけるメンタルヘルス対策	全国労働衛生週間（10月1日～7日）・準備期間（9月1日～30日）において、全国労働衛生週間実施要綱に基づき、重点事項の項目である「自殺予防週間」などを捉えた職場におけるメンタルヘルス対策への積極的な取り組みを実施する	中野労働基準監督署
76	働きざかりいきいきセミナー	須坂市内にある事業所でつくる、「働きざかりの健康づくり研究会」が、市内で働く社員等を対象に、心身の健康づくりのため「働きざかりいきいきセミナー」を開催し、9回シリーズのうち、1回をメンタルヘルス講座として実施し自分自身の心身の健康を考える場を提供する	働きざかりの健康づくり研究会
77	会報掲載 ホームページ掲載	自殺予防週間（9/10～9/16）、自殺予防月間（3月）に合わせて、会報及びホームページへ掲載し、各事業所へ啓発活動を行う	須坂商工会議所
78	地域セミナー	知らぬ間に“独り”になっていく時代に、支え合うためのコミュニケーション技術を身につける	労働組合
(3)生活困窮者、無職者、失業者対策			
79	いのちと暮らしの総合相談会	失業者や労働者、高齢者等の各ハイリスク群が、それぞれに抱え込みがちな問題の組合せに応じて、複数分野の専門家（弁護士、精神科医、保健師）や相談員（生活就労支援センター職員等）が連携して、総合的な支援を行う	健康づくり課 （須高精神保健福祉連絡協議会）

80	養育支援訪問事業	児童の養育について、特に支援が必要な家庭に対し、保健師・ヘルパー等を派遣して専門的な助言・指導を行ったり、家事・育児を援助する	健康づくり課
			子ども課
81	納税相談	市税等の滞納者の生活状況等を聞き取り、福祉関係部署との連携を図りながら、納付についての相談に応じる また、徴収・換価の猶予制度に該当するかもを念頭に相談に応じる	税務課
82	生活保護施行事務	生活保護利用者からの様々な相談への対応、利用者宅への家庭訪問等による生活状況を把握、生活保護法に基づく各種扶助の支給等を実施	福祉課
83	生活困窮者自立相談支援事業（まいさほ須坂）	生活困窮者からの相談に応じ、必要な情報提供及び助言を行うとともに、様々な支援を一体的かつ計画的に行うことにより、生活困窮者の自立の促進を図る	福祉課 （須坂市社会福祉協議会へ委託）
84	地域生活相談支援事業	障がいのある方の地域生活を支援するため、福祉、保健、医療等サービスの情報提供、調整 家庭訪問による相談、助言 各種障がい福祉サービスの紹介 関係機関との連携など様々な相談、連携を実施する	福祉課 （須高地域総合支援センター委託）
85	多重債務相談 消費生活相談	多重債務相談は詳しく状況を聞き、解決方法の提示と関係各所へのつなぎを行い、債務整理へ向けた一歩を踏みだすためのサポートを行う 消費生活相談としては、契約などの消費生活トラブルを解決するための助言、あっせんを行う 多重債務や消費生活に関する情報発信や啓発を行い、トラブル防止につなげる	消費生活・特殊詐欺被害防止センター
86	就業支援センター	専任相談員による就業に関する相談事業を行う	産業連携開発課
87	長野地域UJIターン就業促進事業	長野地域9市町村が連携し、就職説明会等を開催し、首都圏等から長野地域への就職、定着を促す 若手社員向けフォローアップ研修（厚生労働省若年者地域連携事業） 若手社会人向け合同就職説明会	産業連携開発課
88	創業支援事業	創業支援事業計画に基づき、信州SOHO支援協議会・須坂商工会議所と連携し、須高創業セミナーを開催	商業観光課
89	心配ごと相談事業	生活の悩みや経済的困りごとを抱える人に対して、相談員と一緒に考え、課題を整理しながら、生活の立て直しや就労など自立に関する相談を行う	須坂市社会福祉協議会
90	生活福祉資金貸付事業	低所得世帯、高齢者世帯、障がい者世帯を対象に自立生活のための貸し付けを行う	須坂市社会福祉協議会
91	ハイリスク地におけるパトロール活動	通常のパトロールに合わせ、須高地域の自殺各所と呼ばれる場所に立ち寄り、声掛け活動を実施する	須坂警察署
92	巡回相談	悩み無料ダイヤル・専門相談（職業相談） 福祉事務所に来訪している生活保護受給者等の相談・申請段階にハローワークから巡回相談を行い生活保護受給者等就労自立促進事業の就労支援につなげる	ハローワーク須坂
93	民生児童委員活動	一人暮らしの不安、介護についての困りごと、子育て上の不安等、住民の生活上の問題に関する相談に応じ、必要があれば関係機関や社会資源につなげる	民生児童委員協議会
(4) 女性対策			
94	周産期メンタルヘルスケア実務検討会	妊娠期から出産、子育て期での産後うつ病等の早期支援や虐待防止のため、産科医や小児科医、精神科医、助産師、看護師等と連携を図る	健康づくり課

95	母子健康手帳の交付及び面接	母子健康手帳の交付とあわせて、エジンバラ産後うつ病質問票を含めた「妊婦さん おたずね」をもとに、母子保健コーディネーター（保健師）が全妊婦と面接を行う	健康づくり課
96	妊娠・出産包括支援事業	子育て世帯が安心して出産・育児が行えるよう、個々の状況に合わせた妊娠期からの切れ目ない支援や関係機関との連携した支援を行う	健康づくり課
97	妊娠・子育てなんでも相談「おひさま」	妊娠期から子育て期にわたるまでの様々なニーズに対して母子保健と子育て支援が連携した総合的相談支援をワンストップで提供する	健康づくり課
			子ども課
98	子育て世代相互交流・コミュニティ基盤創出事業	子育て世代の仲間づくりの場としてワークショップ等を開催し、同じ立場で悩みや苦労を共有することでの繋がりをつくる	子ども課
99	男女間のあらゆる暴力をなくす	デートDV啓発リーフレットの配布や相談窓口の周知に努める また、女性の一般相談を実施し、関係機関と連携して相談対応を行う	人権同和・男女共同参画課

2 須坂市自殺予防対策連絡会議要綱

第1 目的

自殺対策基本法（平成 18 年制定）の理念に基づき、各行政相談の担当者が自殺に関する理解を深め、相談者の抱える問題に早期に気づき、適切な相談窓口につなげられるネットワークの構築と連携した自殺予防の啓発活動を推進するため、須坂市自殺予防対策連絡会議（以下「連絡会議」という。）を置く。

第2 所掌事項

連絡会議は、次の事項について協議、検討する。

- (1) 自殺予防対策に係る課等の連携及び情報交換に関すること
- (2) 本市における自殺の実態把握に関すること
- (3) 自殺予防に係る周知、啓発等の取組みに関すること
- (4) その他、自殺予防対策に関すること

第3 構成

連絡会議の委員は、下記に挙げる課等の長で構成し、各課での自殺予防の理解と啓発、連携の推進を担う。

2 連絡会議に委員長を置き、健康福祉部長をもって充てる。

3 連絡会議には、委員の所属する課等に担当者を置き、各課での自殺予防対策のリーダー的役割を担い、会議等に参加する。

総務部	政策推進課、税務課
健康福祉部	福祉課、高齢者福祉課、地域包括支援センター、健康づくり課
市民環境部	市民課、消費生活・特殊詐欺被害防止センター
社会共創部	人権同和・男女共同参画課
産業振興部	産業連携開発課、商業観光課
教育委員会	学校教育課、子ども課、人権同和教育課
消防本部	警防課
須坂市社会福祉協議会	

第4 会議

連絡会議は、委員長が必要に応じて招集し、委員長が議長となり、会務を総括する

2 委員長は、必要があると認められた時は、連絡会議に委員以外の者の出席を求め、意見を聴くことができる。

第5 部会

連絡会議に、必要に応じて部会を置くことができる。

2 部会に関し必要な事項は、委員長が定める。

第6 事務局

連絡会議の事務局は、健康福祉部健康づくり課に置く。

補則

この要綱に定めるもののほか、連絡会議の運営に関し必要な要綱は、委員長が別に定める。

附則

この要綱は、2009年10月1日から施行する。

この要綱は、2017年3月1日から施行する。

この要綱は、2017年4月1日から施行する。

この要綱は、2018年4月1日から施行する。

この要綱は、2022年4月1日から施行する。

3 自殺対策基本法

4 自殺総合対策大綱

「自殺対策基本法」「自殺総合対策大綱」についての詳細は下記、厚生労働省ホームページ「自殺対策」をご覧ください。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/index.html

第4期須坂市自殺予防対策計画
「いのちつなぐ須坂市自殺予防対策計画」
2023年3月発行

編集発行：須坂市健康福祉部健康づくり課
〒382-8511 長野県須坂市大字須坂 1528 番地の1
電話：026-248-9023（須坂市保健センター専用）
FAX：026-248-9042
Eメール：s-kenkodukuri@city.suzaka.nagano.jp

この冊子は200部作成し、1冊あたり約358円です。