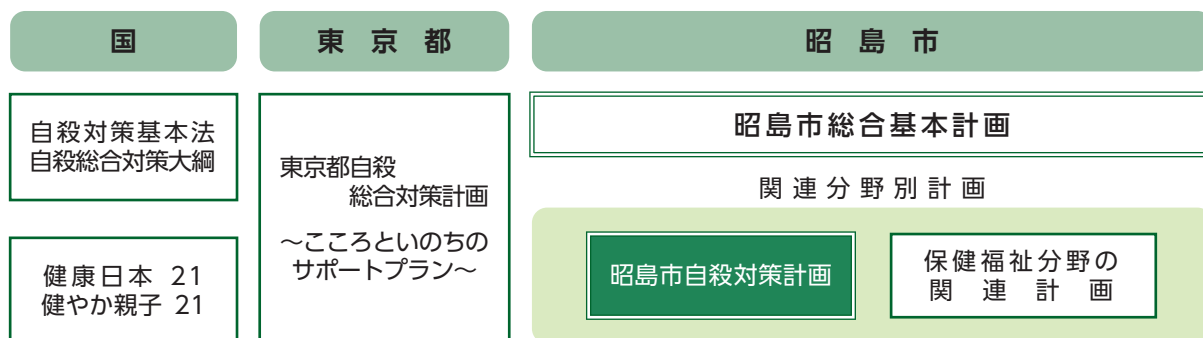


自殺対策計画とは

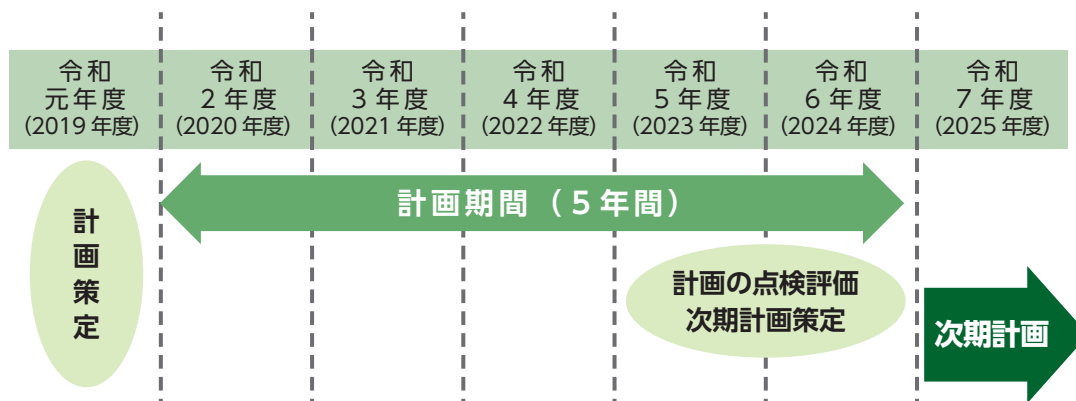
- 「自殺対策計画」は、昭島市の自殺対策を推進していくための総合的な計画で、自殺対策基本法第13条第2項に示される市町村自殺対策計画にあたります。国の自殺総合対策大綱や東京都自殺総合対策計画に沿いつつ、地域の実情を踏まえて策定しています。
- 「自殺対策計画」は、昭島市の最上位計画である総合基本計画をはじめとして、関連する保健福祉分野や教育分野の計画や施策との整合と連携を図り、昭島市の自殺対策の方向性や目標に加え、それらに関する取り組みと、関連する事業などを示すものです。



計画期間

- 国の自殺総合対策大綱が、おおむね5年を目途に見直しを行うとされていることから、計画期間を令和2年度（2020年度）から令和6年度（2024年度）までの5年間とします。
- 新たな課題の発生や状況の大きな変化等により計画の見直しが必要となったときは、計画期間中であっても計画の見直しを行うこととします。

■ 計画期間



昭島市の自殺対策の基本的な考え方

- 昭島市ではこれまで、保健や医療、福祉や教育だけではなく、労働、産業、防災、コミュニティ、まちづくりなど、全ての関連施策と有機的な連携を図り、全庁を挙げた取り組みを基本とし、関係機関や団体と連携して自殺対策の取り組みを進めてきました。
- 今後、昭島市の実態を踏まえ、事前予防（一次予防）、危機対応（二次予防）、事後対応（三次予防）の各ステージにおいて、次の対象ごとの取り組みを効果的に組み合わせ、必要な対策を切れ目なく進めます。

■ 昭島市における段階的な予防介入

- 全体的予防介入：リスクの度合いを問わず、全ての人を対象とする一般的な取り組みです
- 選択的予防介入：自殺行動のリスクが高い人々を対象とする取り組みです
- 個別的予防介入：自殺行動のリスクが高い個人に対する個別の取り組みです

- 「自殺対策計画」の基本理念を次のとおり定めます。

誰も大切な一人 いのちを支え合うまち あきしま

- 昭島市では、今生きる一人ひとりのいのちを尊重し、また、自らのいのちを絶とうとしている一人ひとりを支援するまちづくりを進めます。
- 一人ひとりのいのちを大切に、困っている人、苦しんでいる人、悩んでいる人を家族、友人、地域、学校、職場、市や専門機関が手を取り合って、お互いに支え合い、生きる意欲を分かち合う、自殺者を出さないまちを目指します。

自殺死亡率、自殺者数の数値目標の設定

- 昭島市では、自殺者を出さないことを、究極の目標とします。
- しかしながら、このような環境は、一朝一夕で造り出せるものではなく、一歩ずつ、段階的に取り組みを進めていく必要があります。このため、計画期間の開始時期を取り組みのスタートとして、終了時点を行程の通過点として、中間的な目標を設定します。
- 昭島市では、年ごとの変動が大きいため、「平成 26 年（2014 年）から平成 30 年（2018 年）までの 5 年間の平均値を基に、令和 2 年（2020 年）から令和 6 年（2024 年）までの 5 年間で自殺者数、自殺死亡率の平均を 30%以上減少させることを目指すもの」とします。

平成 26 年（2014 年）から
平成 30 年（2018 年）までの
5 年間の平均値
自殺者数：21 人
自殺死亡率：18.3

5 年間で
30%以上減少

令和 2 年（2020 年）から
令和 6 年（2024 年）までの
5 年間の平均値
自殺者数：15 人以下
自殺死亡率：12.8 以下

昭島市の課題と基本方針

- 本計画の策定に当たって、自殺関連の統計情報や国の関係機関の分析結果、市民アンケート調査結果、関係団体への調査結果から7つの課題を整理し、そこから5つの基本方針を導き出しました。

課題

1 悩みを抱えながら生活をしている市民の現状把握に努め、特に、高齢女性や若年層などリスクが高いとされている対象を中心とした支援を図り、自殺の未然防止につなげるとともに、自死遺族に対し、個別に配慮した支援が必要です。

2 高齢者、生活困窮者、無職者・失業者などのハイリスク層に対しては、それぞれが抱える多様な問題、特に「健康問題」を中心として、その解決に向けた支援を図り、自殺の抑制につなげる取り組みが必要です。

3 問題が顕在化する前に、悩みや困りごとを早い段階から、本人の身近で、気兼ねなく相談できる体制の整備と強化が必要です。

4 地域において住民同士が相互に理解し、悩みを共有して支え合う環境を構築するとともに、きっかけを与えずに、自殺の未然防止を図る地域づくりが必要です。

5 各年齢層の特徴に配慮した、効果的な周知、啓発に努めるとともに、さまざまな機会を捉え、自殺についての正しい認識や適切な対応を広めていくことが必要です。

6 自殺対策を担う団体等への支援の充実を図るとともに、自殺対策活動に対し、市民の自主的な参加を促進する取り組みが必要です。

7 行政、医療機関、関係団体、地域が連携して自殺対策に取り組む体制の強化を図る中で、それぞれの連携がより効果的な対策につながるよう、施策の方向性を検討していくことが必要です。

基本方針

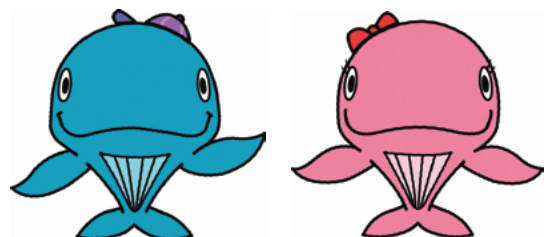
1 本人の状況に応じた、効果的で継続的な支援の推進

2 悩みや困りごとの軽減や解消に向けた、身近な相談・支援体制の充実

3 住民同士が相互に支え合う、地域共生社会の実現

4 市民の意識向上と活動の促進に向けた周知・啓発の推進と人材の育成

5 多様な支援の実施に向けた、連携体制の強化



昭島市公式キャラクター アッキー&アイラン

施策の体系

基本施策

基本施策1 本人の状況に応じた、効果的・継続的な支援の推進

- (1) 包括的で切れ目のない、個々の状況に寄り添った支援の推進
- (2) 対象者の特性に応じた、「居場所」づくりの推進
- (3) 自殺未遂者等に対する支援の強化
- (4) 遺された人への適切な支援の実施

基本施策2 悩みや困りごとの軽減や解消に向けた、身近な相談・支援体制の充実

- (1) 身近で気軽に相談できる環境の整備
- (2) 「困ったときは抱え込まずに、誰かに相談する」ことの徹底
- (3) 対面方式以外による初期相談体制の構築

基本施策3 住民同士が相互に支え合う、地域共生社会の実現

- (1) 地域における市民連携の強化
- (2) 地域共生社会の確かな実現

基本施策4 市民の意識向上と活動の促進に向けた周知・啓発の推進と人材の育成

- (1) 市民への啓発と周知
- (2) 自殺対策を支える人材の育成

基本施策5 多様な支援の実施に向けた、連携体制の強化

- (1) 地域におけるネットワークの強化
- (2) 連携体制のさらなる強化

重点施策

重点施策1 高齢者を対象とした自殺対策の推進

- (1) 包括的な支援の実施
- (2) 介護保険事業などの取り組みを踏まえた支援の実施
- (3) 高齢者の特性に配慮した支援の実施

重点施策2 生活困窮者を対象とした自殺対策の推進

- (1) 対象者の背景を踏まえた支援の実施
- (2) 生活困窮者自立支援制度との連携

重点施策3 無職者・失業者を対象とした自殺対策の推進

- (1) 当事者本位の支援体制の構築
- (2) 包括的な就労支援の推進

重点施策4 地域の特徴的な自殺手段に対する取り組み

重点施策

- 昭島市の自殺者を年齢や性別、世帯状況、就労状況別に分析した結果、以下の方を対象に4つの「重点施策」を進めていくこととしました。

1 高齢者を対象とした自殺対策の推進

- 昭島市では、平成25年から平成29年までの自殺者数のうち、「同居人がいる60歳以上(無職)」と「60歳以上のひとり暮らし・無職の男性」の方が1/4以上を占めています。
- 市内で暮らす高齢者の方に、健康状態や要介護状態に応じた、サービスや生活支援を進めていきます。

- (1) 包括的な支援の実施
- (2) 介護保険事業などの取り組みを踏まえた支援の実施
- (3) 高齢者の特性に配慮した支援の実施

2 生活困窮者を対象とした自殺対策の推進

- 「生活困窮者」は、その背景に多様で広範囲にわたる問題を抱えている方が多く、問題を複合的に抱えている場合もあります。また、自立した生活のために、周囲からの支援を必要としている方も見られます。
- 生活困窮者の方に、それぞれの状況に応じた支援や「生活困窮者自立支援制度」と連携した支援を進めていきます。

- (1) 対象者の背景を踏まえた支援の実施
- (2) 生活困窮者自立支援制度との連携

3 無職者・失業者を対象とした自殺対策の推進

- 昭島市では、「20代～50代のひとり暮らし・無職の男性」の自殺死亡率が他の世代に比べて高い数値となっています。
- 無職者・失業者が経済的な安定を持ち、社会とのつながりを持って生活できるよう、本人の状況に合わせた支援体制づくりや関係機関との連携による支援を進めていきます。

- (1) 当事者本位の支援体制の構築
- (2) 包括的な就労支援の推進

4 地域の特徴的な自殺手段に対する取り組み

- 昭島市の自殺の特徴の1つとして、「飛降り」による自殺が、全国平均より高い割合となっています。
- 高層建築物が多い都市部において、自殺のリスクが高い人をできる限り自殺手段に近づけないようにし、自殺を思いとどまらせるため、転落防止柵の設置や啓発物の掲示を進めていきます。

- 飛降り、飛込み自殺の予防に向けた取り組み

評価指標の設定

- 計画期間内（令和2年度～令和6年度）に「基本施策」や「重点施策」を進め、以下の「目標値」の達成を目指します。

(1) 基本施策

	評価項目	現状値	目標値
		平成30年度 (2018年度)	令和6年度 (2024年度)
基本施策1 本人の状況に応じた、効果的・継続的な支援の推進	サロンや子ども食堂、学習支援の実施数	89か所 サロン 80か所 子ども食堂 4か所 学習支援 5か所	150か所
基本施策2 悩みや困りごとの軽減や解消に向けた、身近な相談・支援体制の充実	① SNSを活用した24時間対応の相談窓口の利用者数	(未実施)	50人
	② 「こころといのちの相談」における相談者数	169人	200人
基本施策3 住民同士が相互に支え合う、地域共生社会の実現	① 地域活動に参加する意思のない市民の数	30.9% (市民アンケート結果)	25%
	② 昭島ボランティアセンターの登録団体数	104団体	150団体
基本施策4 市民の意識向上と活動の促進に向けた周知・啓発の推進と人材の育成	① 市民に対するゲートキーパー初期研修の受講者数	24人	100人
	② ゲートキーパー養成研修の受講者数（5年間の累計）	(未実施)	50人
基本施策5 多様な支援の実施に向けた、連携体制の強化	(仮称) 自殺対策ネットワーク会議の開催数	(未実施)	2回+講演会等の実施

(2) 重点施策

	評価項目	現状値	目標値
		平成30年度 (2018年度)	令和6年度 (2024年度)
重点施策1 高齢者を対象とした自殺対策の推進	高齢者の支援を担う人を対象としたゲートキーパー初期研修の受講者数	14人	40人
重点施策2 生活困窮者を対象とした自殺対策の推進	生活困窮者自立支援制度による就業者数	47人	70人
重点施策3 無職者・失業者を対象とした自殺対策の推進	ひきこもりに対するアウトリーチ型の支援件数	1人	10人
重点施策4 地域の特徴的な自殺手段に対する取り組み	市管理施設における自殺防止対策の実施	(未実施)	3階層以上の施設全て

相談窓口 (令和2年2月末時点)

こころに悩みを感じたら		
こころといのちの相談窓口 (昭島市保健福祉部健康課地域保健係)	042-544-5126	平日 8時30分～17時 土日祝 12/29～1/3 は休み
精神保健一般の相談 (東京都立多摩総合精神保健福祉センター)	042-371-5560	平日 9時～17時 土日祝 12/29～1/3 は休み
生きていくことに自信をなくしたとき		
東京いのちの電話 インターネット相談	03-3264-4343 https://www.inochinodenwa-net.jp/	年中無休 24時間
よりそいホットライン	0120-279-338	年中無休 24時間
東京自殺相談ダイヤル ～こころといのちのほっとライン～	0570-087478	年中無休 14時 ～翌朝 5時30分
仕事・職場での悩み		
東京都ろうどう 110番	0570-00-6110	平日 9時～20時 土曜 9時～17時 日祝、12/29～1/3 は休み
多重債務・法律・生活などの悩み		
昭島市消費生活センター	042-544-9399	平日 9時～正午、 13時～16時 土日祝 12/29～1/3 は休み
法テラス多摩(立川)	0570-078305 (IP電話の場合は 050-3383-5327)	平日 9時～17時 土日祝 12/29～1/3 は休み
学校・家庭・友達・パートナーなどの悩み		
昭島市子ども家庭支援センター	042-543-9046	平日 9時～18時30分 土日祝 12/29～1/3 は休み
教育・発達総合相談	042-519-2290	平日 9時～16時30分 土日祝 12/29～1/3 は休み
いじめ相談ホットライン	042-543-7633	平日 9時～16時30分 土日祝 12/29～1/3 は休み
東京都女性相談センター	03-5261-3110 夜間休日の緊急の場合 03-5261-3911	平日 9時～20時 土日祝 12/29～1/3 は休み
自殺により家族や大切な人を失われた方		
NPO 法人全国自死遺族総合支援センター 自死遺族相談ダイヤル	03-3261-4350	毎木曜日 11時～19時 年末年始にかかる場合はお休み
NPO 法人グリーンケア・サポートプラザ 自死遺族傾聴電話	03-3796-5453	火・木・土 10時～18時通年 (年末年始に関わらず)

※相談料は無料ですが、フリーダイヤル以外は通話料・通信料がかかります。
0570で始まるナビダイヤルは携帯電話の無料通話、かけ放題プラン等の対象外です。

昭島市自殺対策計画 【概要版】

(令和2年度～令和6年度)

発行年月：令和2年3月

発行：昭島市

編集：昭島市保健福祉部健康課

〒196-8790 東京都昭島市昭和町4丁目7番1号

TEL：042-544-5126 FAX：042-544-7130