

柏崎市自殺対策行動計画改訂版

オープンハート・プラン

平成31年度（2019年度）～令和7年度（2025年度）

柏 崎 市

## はじめに

～「こころ」が疲れたら助けを求めよう！  
みんなで「いのち」を支え合うまち～



イラスト制作：  
ひきこもり支援センター  
「アマ・テラス」相談者

我が国の自殺対策は、平成18年（2006年）に自殺対策基本法が制定されて以降、大きく前進しました。

しかし、自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺による死亡率）は、主要先進7か国の中で最も高く、自殺者数の累計は毎年2万人を超えています。

このため、本市では、自殺対策庁内連絡会議の開催、市民や職員を対象としたゲートキーパー養成研修を始め、相談窓口の周知、関係機関との連携強化など、自殺対策に積極的に取り組んでまいりました。

こうした中、平成28年（2016年）4月に自殺対策基本法が改正され、自殺対策が「生きることの包括的な支援」と新たに位置付けられ、全ての市町村に自殺を防ぐための計画策定が義務付けられたことから、平成29年（2017年）3月に自殺対策を更に推進するための指針として「柏崎市自殺対策行動計画」を策定しました。

その後、国では、同年7月に新たな自殺総合対策大綱が閣議決定され、具体的な取組の方向性が示されました。本市では、これを踏まえ、自殺者数及び自殺死亡率の減少を目指すとともに、市民の自殺に対する正しい知識の普及啓発や自殺対策に係る人材の育成、悩みを抱えた人が相談できる体制づくり等、社会全体で自殺対策を推進するため、「柏崎市自殺対策行動計画改訂版」を策定しました。

この改訂版には、生きづらさを抱えて苦しんでおられる方のこころを開くきっかけになってほしいとの願いと、計画の趣旨等を広く理解していただきたいとの思いを込めて、「オープンハート・プラン」と副題を付けております。

社会全体で自殺対策を推進していくためには、市民を始め、地域コミュニティや企業、医療機関など関係団体との連携が重要となりますので、皆様のより一層の御理解と御協力をお願い申し上げます。

終わりに、改訂版の策定に当たり御協力をいただきました柏崎市健康づくり推進会議自殺対策専門部会の皆様を始め、貴重な御意見や御提案をいただきました市民の皆様にご心より感謝申し上げます。

平成31年（2019年）3月

柏崎市長 櫻井 雅浩

# 目 次

## 第1章 計画改訂に当たり

1 計画改訂の趣旨	1
2 計画の位置付け	3
3 計画期間と進行管理	4

## 第2章 自殺の現状等

1 柏崎市の概況	5
2 自殺に係るデータ及び基本認識	10
3 現状から見た課題及び今後の方向性	16

## 第3章 計画の基本方針

1 計画の基本理念	17
2 基本施策	18
3 施策の体系	19

## 第4章 基本施策

基本施策1 地域におけるネットワークの強化	20
基本施策2 自殺対策を支える人材の育成	21
基本施策3 市民への啓発と周知	23
基本施策4 生きることの促進要因への支援	25
基本施策5 子ども・若者の自殺対策の推進	28
それぞれの主体のこころがけ	30

## 第5章 数値目標・重点施策

1 計画の全体目標	31
2 3つの重点施策と評価指標	32
重点施策1 生活支援と自殺対策の連動	33
重点施策2 高齢者の自殺対策の推進	35
重点施策3 働き盛り世代の自殺対策の推進	39

## 第6章 計画の推進体制

1 推進体制	41
用語解説	43

# 第1章 計画改訂に当たり

## 1 計画改訂の趣旨

我が国の自殺者数は、平成10年（1998年）以降年間3万人を超え、その後も高い水準で推移していました。このような中、平成18年（2006年）10月28日に自殺対策基本法（平成18年法律第85号）が施行され、それまで「個人的な問題」とされてきた自殺が「社会的な問題」と捉えられるようになり、社会全体で自殺対策が進められるようになりました。平成19年（2007年）に自殺対策の指針として自殺総合対策大綱が示され、平成24年（2012年）にその大綱の見直しが行われました。

これら法整備等により、地方公共団体等でこころの健康づくり等、様々な取組が行われてきたことや社会経済状況の変化等から、平成22年（2010年）以降は自殺者数が減少傾向となりました。しかし、いまだに毎年2万人を超える方々が自殺により亡くなっている状況が続いており、日本の自殺者数は、国際的に見ると先進国の中ではいまだ高い水準となっています。そのため、国は、平成28年（2016年）4月に自殺対策基本法を改正し、自殺対策を「生きることの包括的な支援」と新たに位置付け、地方自治体に自殺を防ぐための計画策定を義務付けました。

柏崎市では、これらの動向やこれまで取り組んできたこころの健康等に関する施策を踏まえ、自殺予防を総合的かつ効果的に推進するため、平成29年（2017年）3月に「柏崎市自殺対策行動計画」を策定し、柏崎市の自殺防止対策の指針としました。

昨年7月に新たな自殺総合対策大綱が閣議決定され、具体的な取組の方向性が示されたことから、これらを踏まえ、自殺者数及び自殺死亡率の減少を目指すとともに、市民の自殺に対する正しい知識の普及啓発や自殺対策に係る人材の育成、また、自殺の危険性が高い人のケアや、悩みを抱えた人が相談できる体制づくり等、社会全体で自殺対策を推進するために、「柏崎市自殺対策行動計画」を見直し、改訂版を策定することとしました。

図1：日本の自殺者数の推移（平成30年（2018年）版「自殺対策白書」第1-1

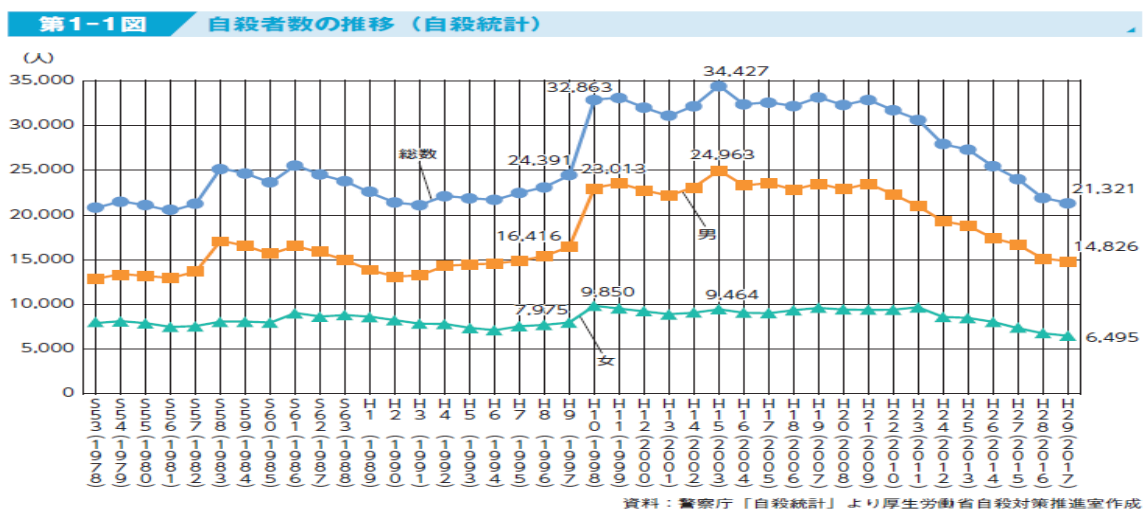


図2：日本の自殺死亡率の推移（平成30年（2018年）版「自殺対策白書」第1-3

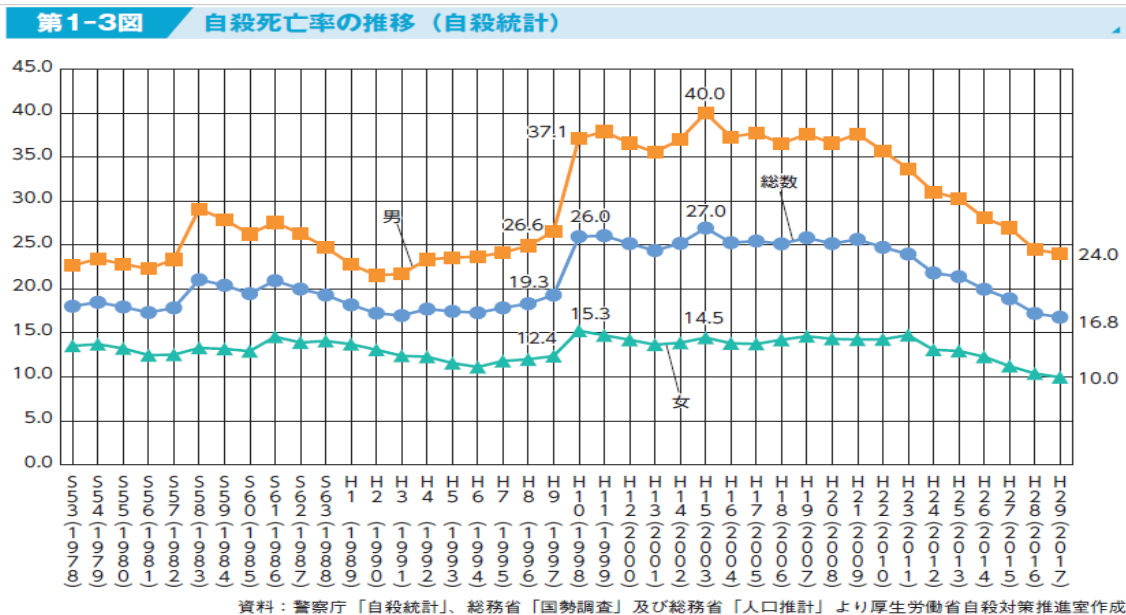


図3：平成29年（2017年）7月25日閣議決定「自殺総合対策大綱」

## 「自殺総合対策大綱」（概要）

※下線は旧大綱からの主な変更箇所

### 平成28年の自殺対策基本法の改正や我が国の自殺の実態を踏まえ抜本的に見直し

#### 第1 自殺総合対策の基本理念

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

- 自殺対策は、社会における「**生きることの阻害要因**」を減らし、「**生きることの促進要因**」を増やすことを通じて、**社会全体の自殺リスクを低下**させる

阻害要因：過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立等  
促進要因：自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力等

#### 第2 自殺の現状と自殺総合対策における基本認識

- 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である
- 年間自殺者数は減少傾向にあるが、**非常事態はまだまだ続いている**
- 地域レベルの実践的な取組を**PDCAサイクルを通じて推進**する

#### 第3 自殺総合対策の基本方針

- 生きることの**包括的な支援**として推進する
- 関連施策との**有機的な連携を強化**して総合的に取り組む
- 対応の段階に応じて**レベルごとの対策を効果的に連動**させる
- 実践と啓発を両輪として推進する
- 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

#### 第4 自殺総合対策における当面の重点施策

- 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する
- 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す
- 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する
- 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る
- 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
- 適切な**精神保健医療福祉サービス**を受けられるようにする
- 社会全体の自殺リスクを低下**させる
- 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
- 遺された人への支援を充実する
- 民間団体との連携を強化する
- 子ども・若者の自殺対策を更に推進**する
- 勤務問題による自殺対策を更に推進**する

#### 第5 自殺対策の数値目標

先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、**平成38年までに、自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少**（平成27年18.5 ⇒ 13.0以下）

(WHO:仏15.1(2013)、米13.4(2014)、独12.6(2014)、加11.3(2012)、英7.5(2013)、伊7.2(2012))

#### 第6 推進体制等

- 国における推進体制
- 地域における**計画的な自殺対策の推進**
- 施策の評価及び管理
- 大綱の見直し

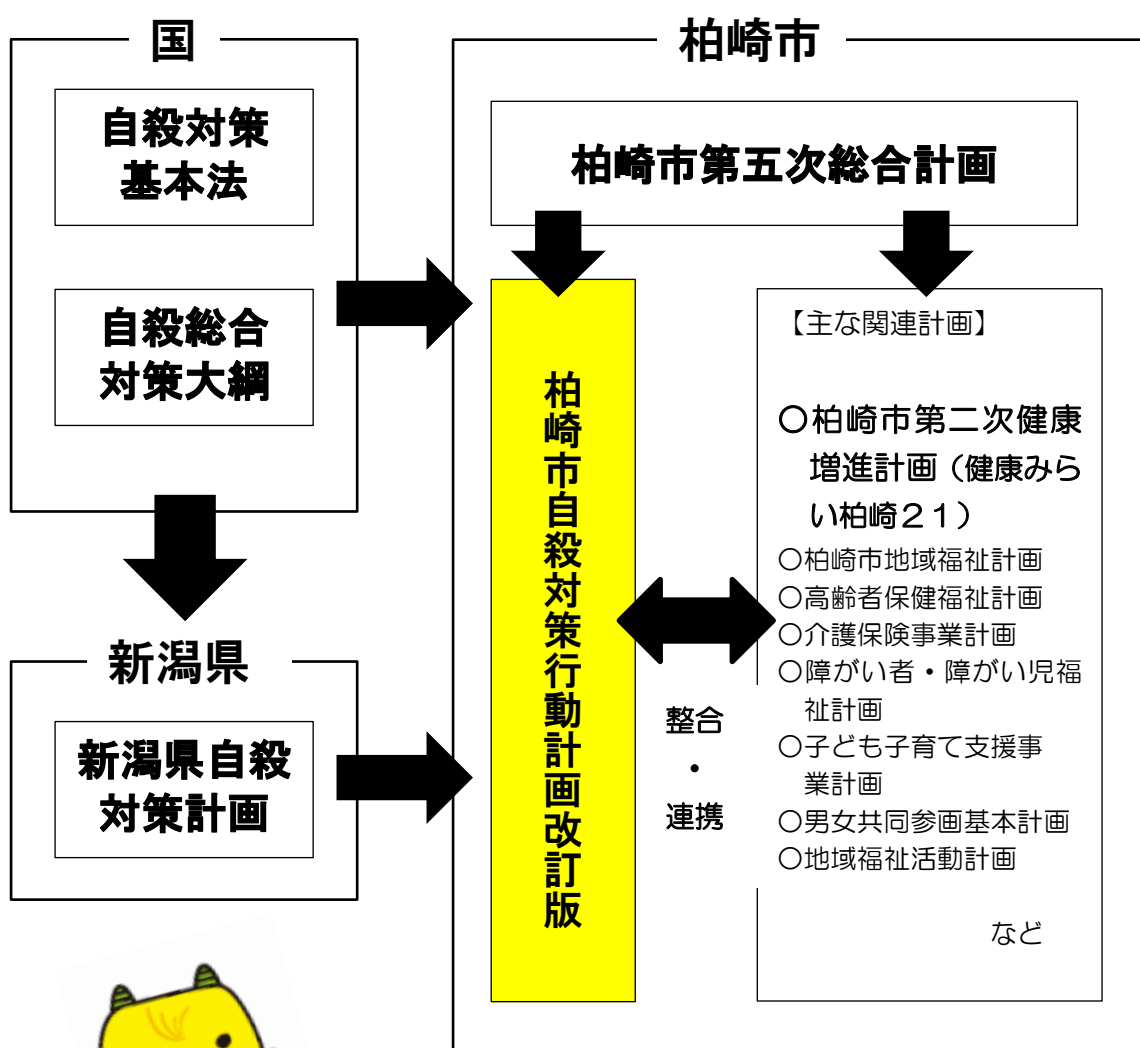
※グラフは計画策定時のものです

## 2 計画の位置付け

柏崎市自殺対策行動計画改訂版は、柏崎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項の規定に示される市町村自殺対策計画であり、自殺総合対策大綱、新潟県自殺対策計画に対応するものです。

また、本計画は、柏崎市のあらゆる分野のまちづくりの方向性を定めた「柏崎市第五次総合計画」を基とし、「柏崎市第二次健康増進計画（健康みらい柏崎21）」との整合・連携を図り、市の自殺対策の基本的な方向や具体的な事業・取組を示すものです。

### 計画の位置付け





### 3 計画期間と進行管理

自殺対策は、予防から継続的に取り組む必要があります。国は自殺総合対策大綱において、自殺死亡率の数値目標を平成27年（2015年）から令和8年（2026年）で設定しており、さらに、自殺総合対策大綱をおおむね5年を目途に見直すとしています。

また、本市はこころの健康づくりに係る施策・目標等を掲げている柏崎市第二次健康増進計画「健康みらい柏崎21」の計画期間を平成28年度（2016年度）から令和7年度（2025年度）までの10年間としています。

これらのことを踏まえ、本計画の計画期間は、平成31年度（2019年度）から令和7年度（2025年度）までの7年間とし、今後は、「健康みらい柏崎21」を始め、各種関連計画と整合・連携を図り、一体的な取組を推進します。

ただし、国・県の動向、自殺実態、社会情勢の変化などを踏まえ、必要に応じて適宜内容の見直しを行います。

#### 計画期間

		H29 (2017)	H30 (2018)	H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)	R8 (2026)
国	2006 ●自殺対策基本法										
	2007 ●自殺総合対策大綱	●自殺総合対策大綱の見直し	第13条第2項の規定に市町村自殺対策計画の策定が義務付けられる。								
	2017 ●自殺対策基本法改正										
県		新潟県自殺対策計画									
市		柏崎市自殺対策行動計画	柏崎市自殺対策行動計画改訂版(オープンハート・プラン)								

#### 進行管理

本計画の進行管理については、数値目標による定量的な管理のほか、毎年度基本施策ごとに取組の進捗状況の把握と新たな課題の整理を行いながら質的な管理評価に努めます。

# 第2章 自殺の現状等

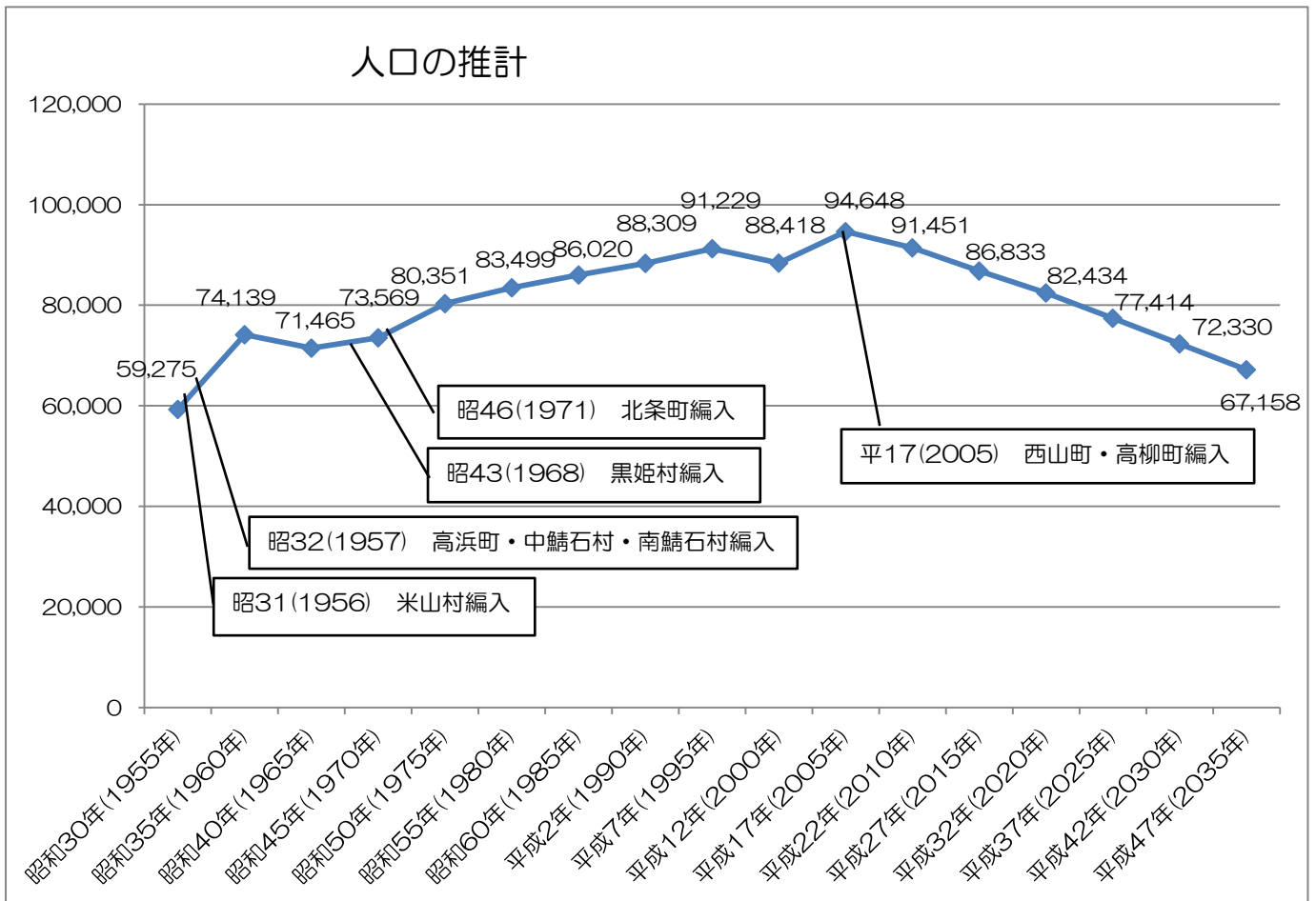
## 1 柏崎市の概況

### (1) 人口の推移

本市の人口は、昭和30年（1955年）から昭和50年（1975年）にかけて減少していたものの、昭和50年（1975年）から平成7年（1995年）までの20年間は増加に転じ、その後、現在に至るまで減少しています。

※グラフ中、平成17年（2005年）の増加は、西山町、高柳町との合併が要因

人口構成の推移と将来人口



\*出典：国勢調査（各年10月1日現在）

※グラフは計画策定時のものです



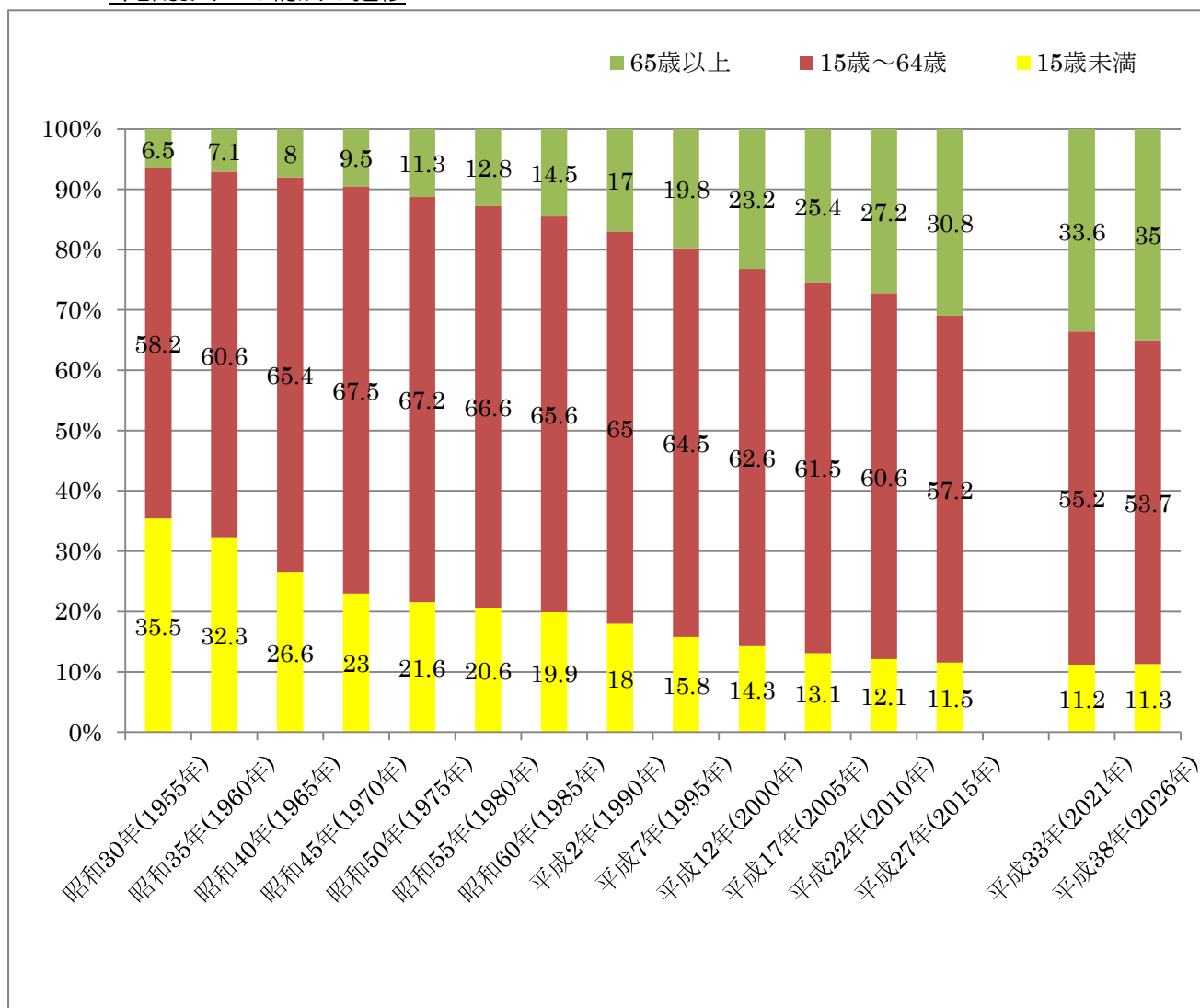
(2) 年齢別人口の推移

生産年齢人口（5歳～64歳）は、平成7年（1995年）をピークに減少が続き、平成27年（2015年）には、49,656人で57.2%となっています。

15歳未満の年少人口は、昭和60年（1985年）以降減少が進み、平成27年（2015年）には10,001人で、11.5%にまで減少しています。

逆に、65歳以上の老年人口は、昭和50年（1975年）以降増加傾向にあり、平成7年（1995年）以降は年少人口を上回り、平成27年（2015年）には26,772人で30.8%と、年少人口の倍以上を占めている状況です。

年齢別人口の構成の推移



※グラフは計画策定時のものです

\*出典：国勢調査（各年10月1日現在）

(3) 就業人口の推移

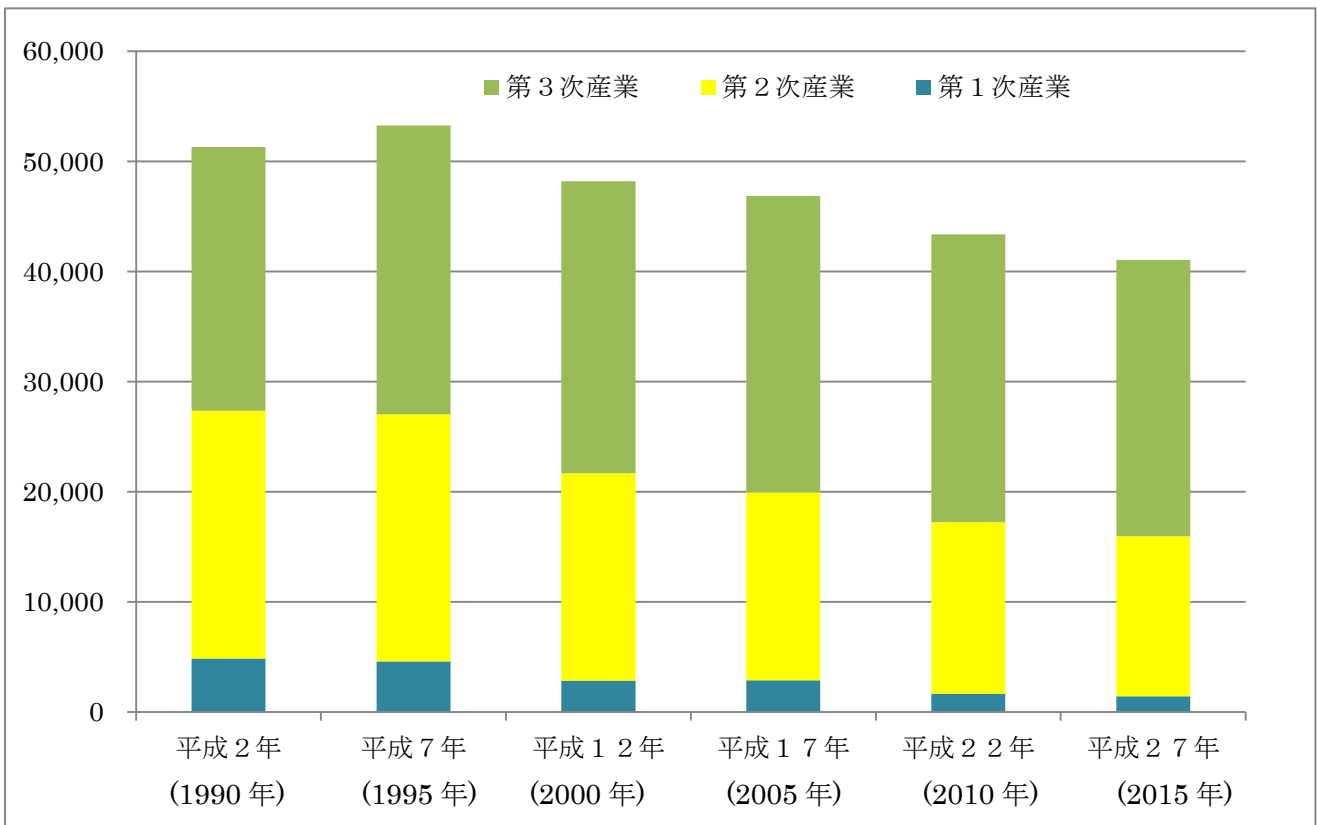
平成27年(2015年)国勢調査の結果によると、本市の15歳以上の就業人口は、41,479人で全体の47.8%となっています。平成22年(2010年)調査時と比べ2,308人減少しています。

産業3部門別にみると、第1次産業は1,423人、第2次産業は14,520人、第3次産業は25,104人となっています。平成22年(2010年)調査時と比較すると、第1次産業は2,244人、第2次産業は1,067人、第3次産業は1,053人の減少となっています。

全就業者に占める割合で比較すると、第1次産業3.4%、第2次産業35.0%、第3次産業60.5%となり、第3次産業が本市で最も就業人口が多い産業となっています。

産業大分類別に就業人口を見ると、本市で最も就業者が多い産業分野は、第2次産業の製造業の9,511人で、全就業者の22.9%を占めています。第2次産業は、市全体では減少傾向にあるものの、本市の就業人口の中心的存在となっています。

就業人口の推移



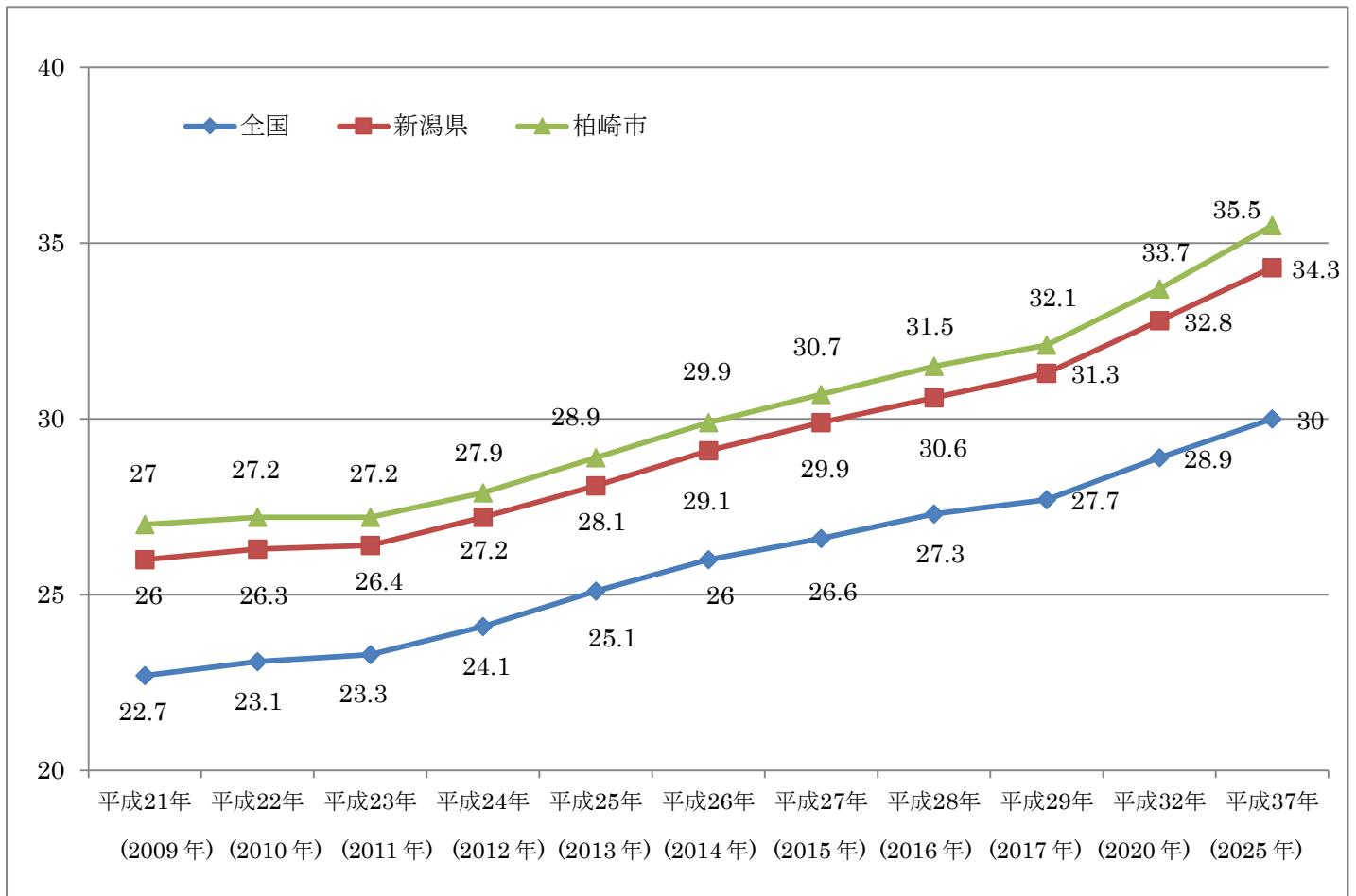
\*出典：国勢調査(各年10月1日現在)

(4) 高齢者の状況

本市では、国の高齢化率を上回る勢いで人口の高齢化が進んでおり、高齢者に対する施策が重要な課題となっています。

超高齢社会を迎え、寝たきりや認知症などで介護を必要とする高齢者が増えている中、核家族化や介護者の高齢化で家庭における介護力の低下も深刻化しています。

高齢化の推移



※グラフは計画策定時のものです

\*出典：介護高齢課【第7期介護保険事業計画】

## (5) 生活困窮者の状況

### ア 生活保護世帯の推移

本市における保護率(平成30年(2018年)3月)は、6.51%で新潟県全体の9.33%、全国の16.7%よりも低率となっています。※単位はパーミル(千分率)

また、生活保護世帯数は、平成20年度(2008年)秋以降は経済状況の悪化に伴い、急激な増加に転じ、その後も増加傾向が続いています。

生活保護に至る原因は、社会情勢も影響し、複雑・多岐にわたりますが、主に雇用の喪失による収入減や傷病・障がいによる預貯金減が挙げられます。また、高齢者が増加し(特に単身世帯)、保護世帯の約49%に達しています。

### イ 生活困窮者自立支援制度

平成27年(2015年)4月1日から、生活保護に到る前の自立支援策の強化のため生活困窮者自立支援法(平成25年法律第105号)が施行されました。生活困窮者に対し、家計相談や就労支援を実施するとともに、住居を確保し、就職を容易にするための給付金を支給するなど、生活困窮者それぞれの状態に応じたきめ細やかな支援が行われています。



## 2 自殺に係るデータ及び基本認識

自殺件数は年により異なり、経済状態や社会情勢の変化に影響を受けやすく、自殺件数にばらつきが出ています。

このため、効果的な自殺対策に取り組むため、地域の自殺の実態、特徴が把握できるように直近5年間の集計を用いています。

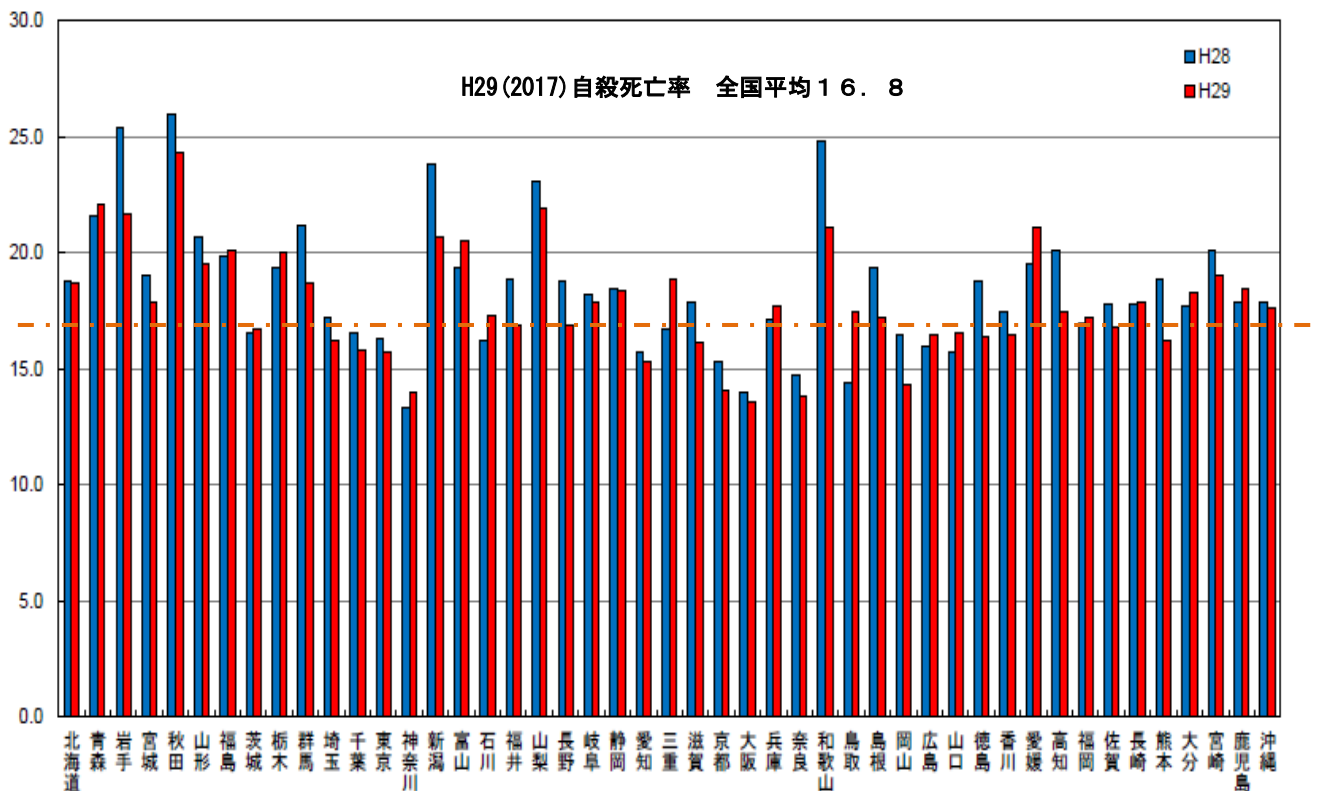
今後は、蓄積したデータを整理・分析し、効果的な自殺対策事業・取組を推進する必要があります。

※本章で用いるデータの出典で特に記載のないものは、全て「地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）」を基に、市で一部加工して作成したものです。

### (1) 自殺者数・自殺死亡率

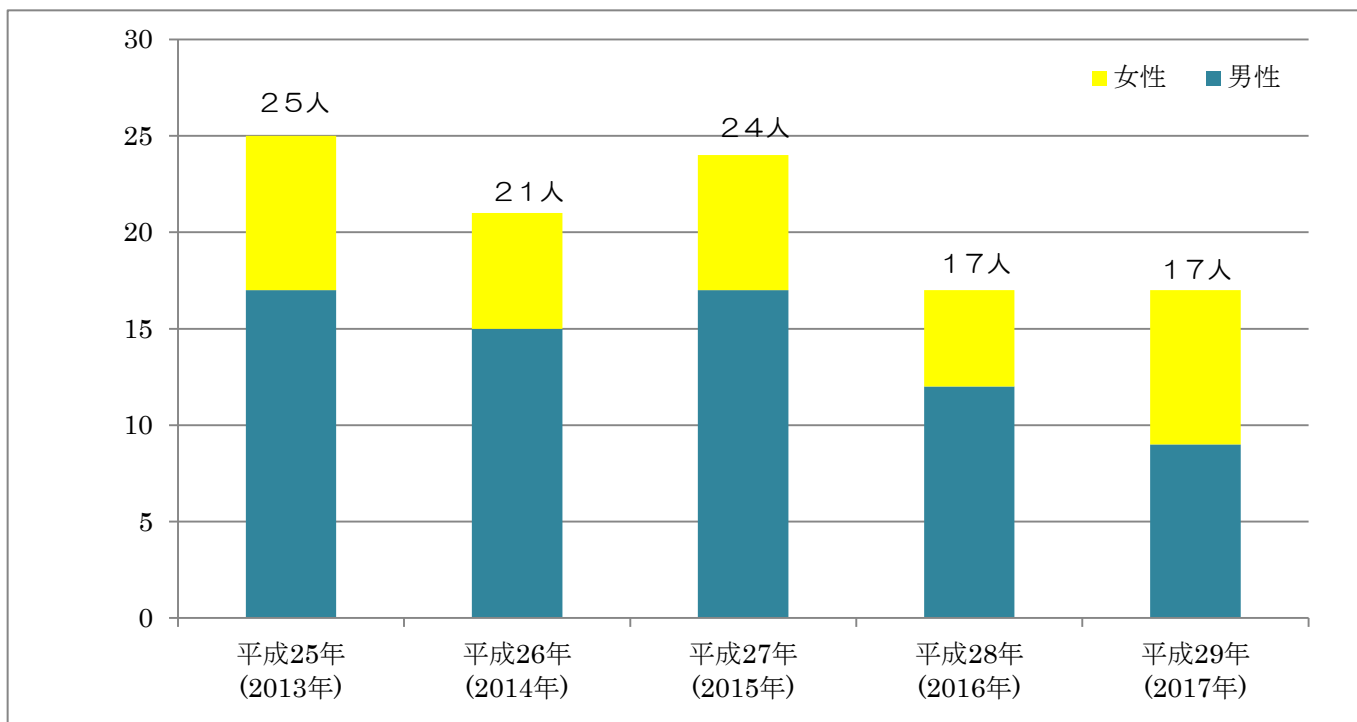
本市の近年の自殺者数は年間20件前後で推移しており、平成25年（2013年）～平成29年（2017年）の総数で104人が自殺により亡くなっています。平成29年（2017年）の自殺死亡率（人口10万人対）は、19.69となっており、国の16.8を上回る高い水準です。

### 都道府県別自殺の状況

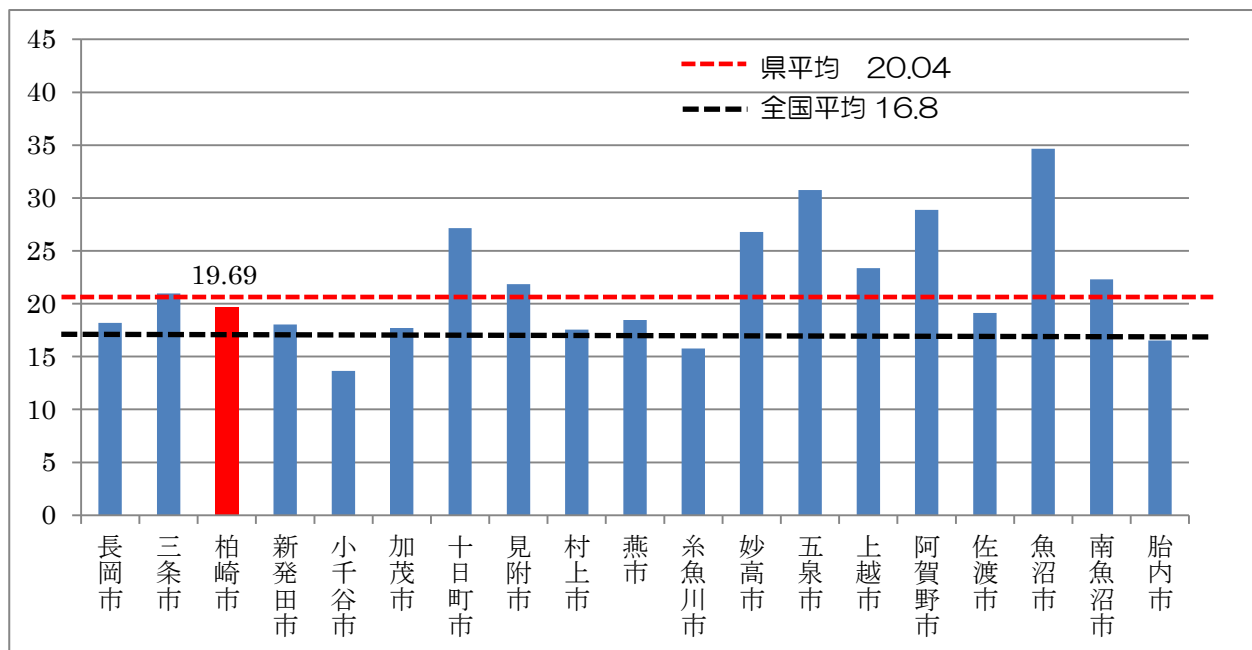


資料:警察庁自殺統計原票データ及び総務省「人口推計(平成28年10月1日現在)」より厚生労働省作成

柏崎市の自殺者数の推移



県内各市の自殺の状況 H29 (2017)



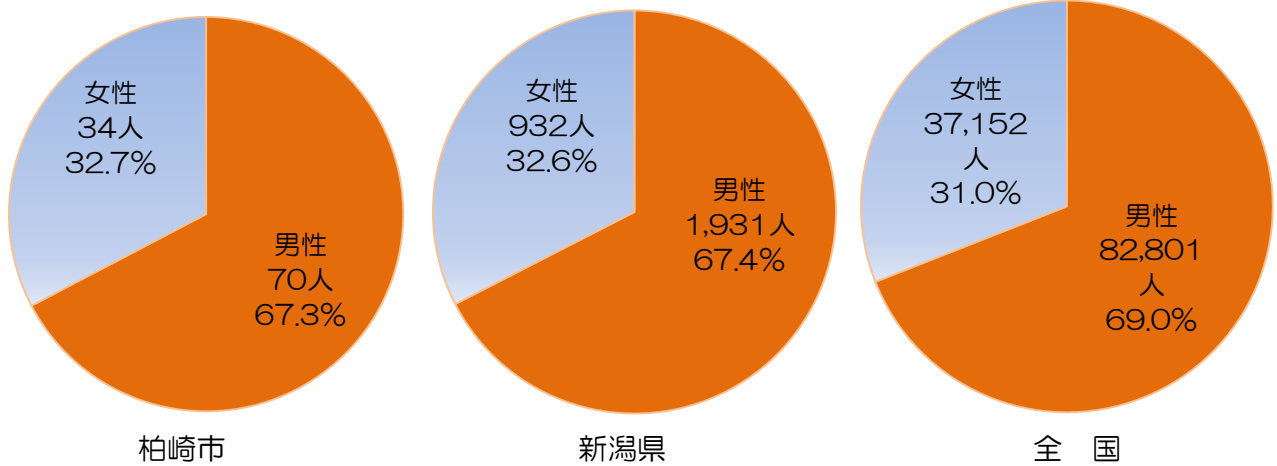
平成29年(2017年)の本市の自殺死亡率は、県平均以下にありますが、全国平均と比較すると高い状態にあります。



(2) 性・年代別自殺者の状況

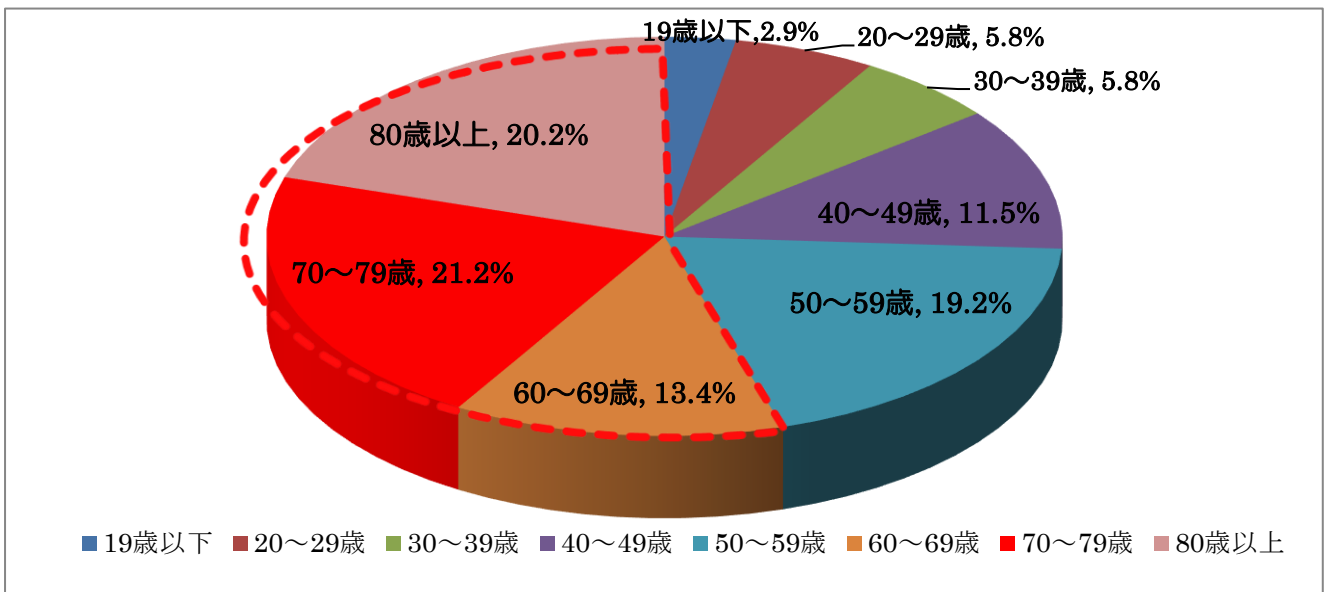
男女別で見ると、国・新潟県平均同様、本市においても自殺者数・自殺死亡率ともに男性が女性を大きく上回っています。

性別割合の比較 H25 (2013) ~H29 (2017) 総数



年代別では、平成25年(2013年)~平成29年(2017年)は19歳以下の死亡は、2.9%、20代が5.8%、30代も5.8%と割合は低くなっており、40代が11.5%、50代が19.2%と働き盛り世代が全体の30%以上を占めています。また、60代が13.4%、70代が21.2%、80代以上は20.2%となっており、60歳以上の占める割合は54.8%と自殺者全体の5割以上を占め、高齢期の自殺者が多い状況となっています。

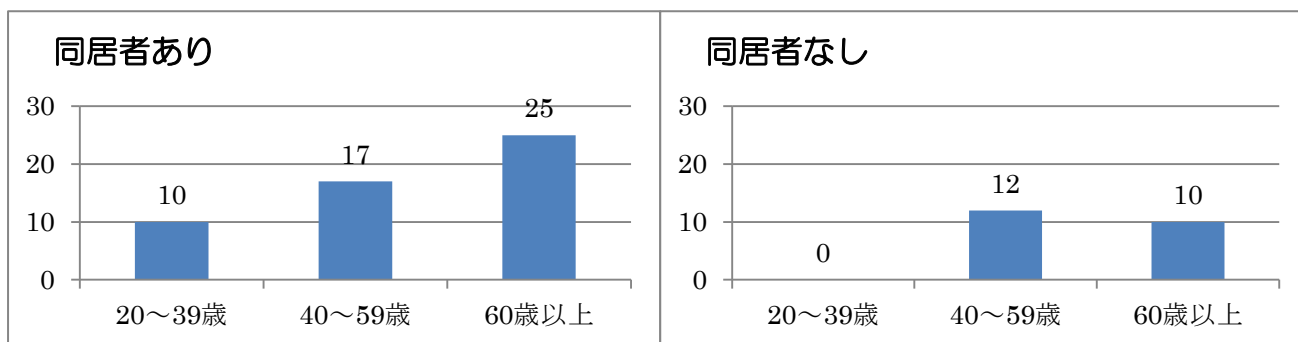
柏崎市の年代別自殺者の割合 H25 (2013) ~H29 (2017)



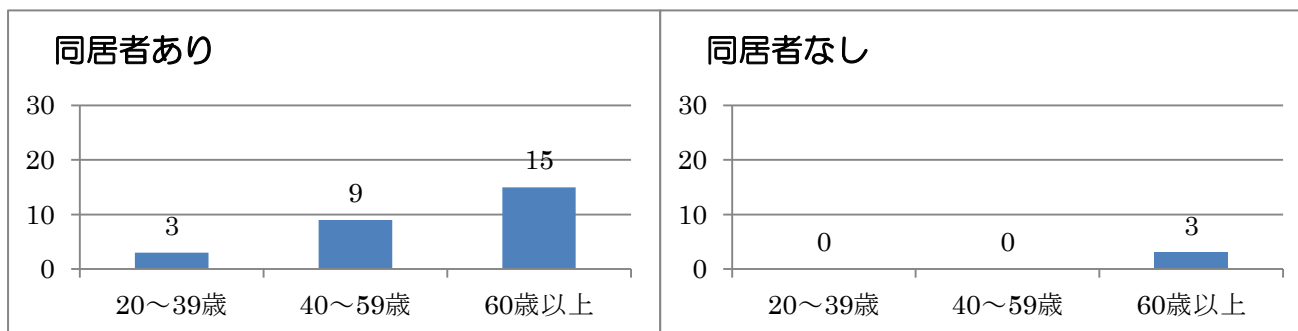
(3) 同居の有無別×性別×年代別の自殺者の状況（柏崎市）

男女とも同居者がいる人の割合が多くなっており、同居者がいる60歳以上の割合が高いことが分かります。特に同居者がいる60歳以上の男性の自殺が最も多い結果となりました。一方で、同居者のいない人では、男女とも20歳～39歳の世代で自殺者はゼロです。

【男性】同居者有無別・年代別自殺者数 H24（2012）～H28（2016）合計



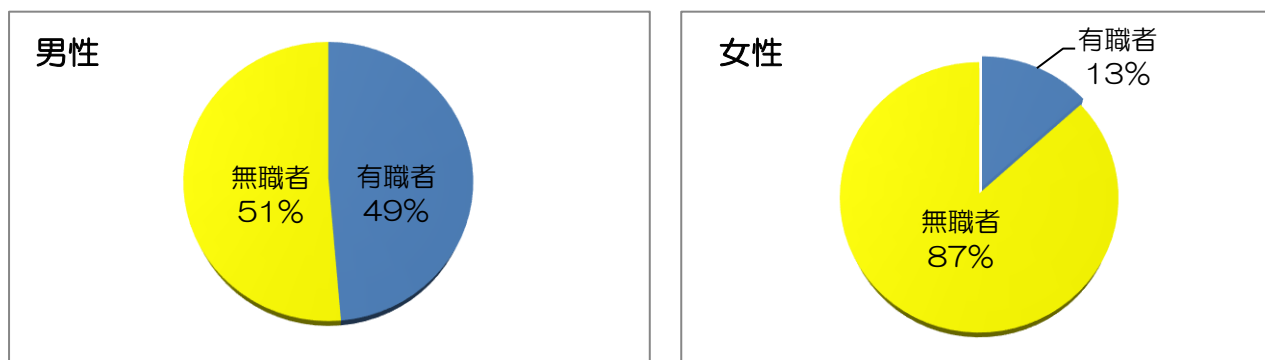
【女性】同居者有無別・年代別自殺者数 H24（2012）～H28（2016）合計



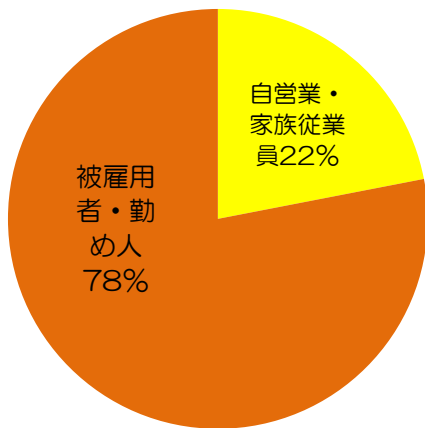
(4) 男女それぞれにおける有職者と無職者の状況（柏崎市）

有職者と無職者の比率は、男性が49対51とほぼ同割合であるのに対し、女性は13対87と無職者の割合が高いことが分かります。

男女それぞれの有職者／無職者の割合 H24（2012）～H28（2016）合計



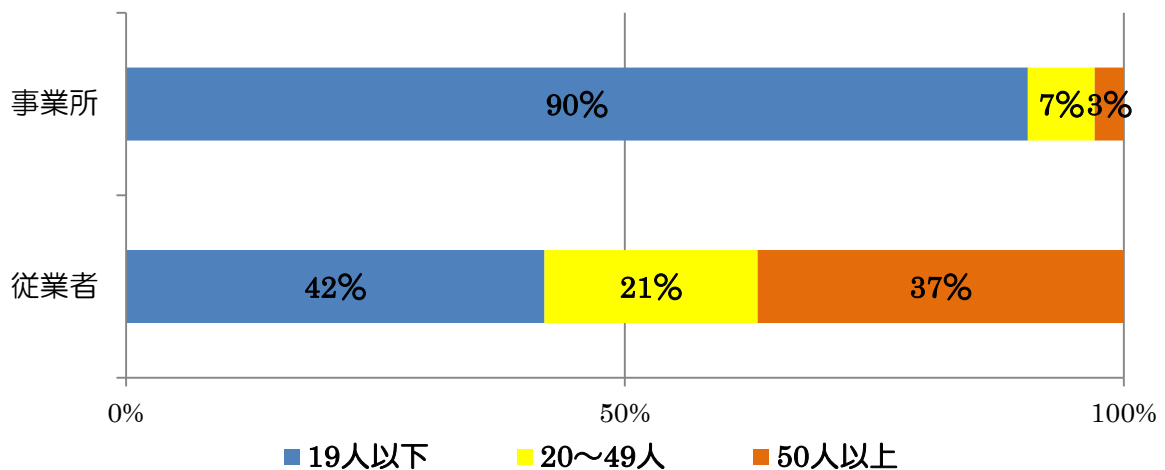
(5) 有職者の勤務・経営との関連（柏崎市）



有職者のうち、自営業・家族従業員の割合は22%で、会社等に勤務する被雇用者・勤め人の割合は78%となっていて、全国的な割合と同様、会社等に勤める人の割合が高いことが分かります。

職業	自殺者数	割合	全国割合
自営業・家族従業者	9	22.0%	21.4%
被雇用者・勤め人	32	78.0%	78.6%
合計	41	100.0%	100.0%

柏崎市の従業者規模別事業所数／従業者割合 H26（2014）経済センサス基礎調査



	総数	1~4人	5~9人	10~19人	20~29人	30~49人	50~99人	100人以上	出向・派遣従業者のみ
事業所数	4,449	2,754	758	509	177	122	67	47	15
従業者数	41,984	5,792	4,988	6,832	4,267	4,700	4,593	10,812	-

労働者数50人未満の小規模事業所では、主にストレスチェック制度などのメンタルヘルス対策が十分に浸透していない状況が指摘されており、地域産業保健センター等による支援が行われています。自殺対策の推進の上でも地域の関係機関との連携による小規模事業所への働き掛けが求められます。

(6) 対策が優先されるべき対象群

国が設置する「自殺総合対策推進センター」が本市の自殺に係るデータを分析した結果、本市において自殺に至ってしまった事例には、次のような傾向が多く見受けられることが分かりました。

柏崎市の自殺の特徴【地域自殺実態プロファイル：自殺総合対策推進センター】

上位5区分	世代	自殺率* (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	高齢期	47.3	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
2位:男性 40~59歳有職同居	働き盛り	30.6	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
3位:女性 60歳以上無職同居	高齢期	19.9	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
4位:男性 60歳以上無職独居	高齢期	131.9	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
5位:男性 20~39歳有職同居	働き盛り	25.9	職場の人間関係/仕事の悩み(ブラック企業)→パワハラ+過労→うつ状態→自殺

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率の高い順

\*自殺率の母数(人口)は平成27年(2015年)国勢調査を基に推計

\*\*「背景にある主な自殺の危機経路」は自殺実態白書2013(ライフリンク)を参考



基本認識 (本市の自殺における4つの特徴)

- 1 男女別で見ると、国・県の平均同様、本市においても自殺者数・自殺死亡率ともに男性が女性を大きく上回っています。
- 2 年代別に比較すると、39歳以下の年代の自殺者は少なく、40代、50代の働き盛り世代の自殺者が全体の30%以上を占めています。
- 3 60歳以上の自殺者は全体の54.8%を占め、高齢期の自殺者が多い状況となっています。
- 4 男女とも同居者がいる人の自殺割合が多くなっており、中でも60歳以上の男性の自殺が多い結果となっています。

### 3 現状から見た課題及び今後の方向性

これまで行ってきた主な取組や自殺に係る様々なデータを整理した本市の課題と今後の方向は、次のとおりです。

#### (1) 自殺予防に対する市民意識の醸成

普及啓発については、自殺予防週間や自殺対策強化月間等において様々な方法で自殺予防に関する普及啓発活動を実施しています。しかし、現在の普及活動では、自殺防止に関する理解と関心を深めることが十分にできていると言える状況ではありません。

今後はライフステージに応じて内容を工夫し、事業所や教育機関など多方面へ周知し、一人でも多くの市民が「自殺の実態を知り」「自殺予防の認識を持つ」ことができるよう、関係機関と連携して啓発活動を実施する必要があります。

#### (2) 未成年からのストレス対処法と早期相談の必要性の啓発

本市では、未成年者の自殺者が少ない状況です。いじめの未然防止や若年者層へのこころの健康、ストレス解消の対処法に係る取組は学校等において実施されていますが、様々な困難やストレスへの対処法を身に付けるための教育（SOSの出し方に関する教育）や、一人で悩まず相談することの必要性を周知・啓発していく必要があります。

#### (3) 関係機関との連携による早期介入・早期対応の実施

自殺に至る人の多くが、様々な悩みにより追い詰められた結果、アルコール依存症やうつ病などの精神疾患を発症していることが分かっています。うつ症状等について相談する人の中には、受診や服薬に対して不安や抵抗を感じている人が少なくありません。様々な相談窓口が相互に連携し、早期介入・早期対応を行うことのできる体制を強化していく必要があります。

#### (4) 総合的な自殺対策の推進

自殺は、健康問題、経済・生活問題、人間関係の問題のほか、地域・職場の環境の変化など様々な要因とその人の性格傾向、家族の状況、死生観などが複雑に関係しており、自殺に追い込まれず安心して生きられるよう精神保健分野の視点だけでなく、経済、教育、福祉、産業など関係するあらゆる視点から総合的な取組が必要です。

生活に関連するあらゆる分野が「自殺対策の一翼を担っているという共通認識」を持ちながら、連携効果を高め合う仕組み作りを進める必要があります。

# 第3章 計画の基本方針

## 1 計画の基本理念

国が掲げる理念である「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」、さらに、「柏崎市第五次総合計画」の健康づくり分野における基本方針である『健やかさをつなぐまちをめざして』を踏まえ、柏崎市第二次健康増進計画「健康みらい柏崎21」の基本方針「いのちを大切にすることの健康づくり」の実現のため、本市の自殺対策は『「こころ」が疲れたら助けを求めよう！みんなで「いのち」を支え合うまち』を基本理念とし、その実現に向けて自殺対策を推進します。

また、各施策の実施に当たっては、市民、地域、関係機関、民間団体、企業、学校、行政等が連携・協働し、地域全体で世代間をつなぐ自殺対策に取り組みます。

### 基本理念

**「こころ」が疲れたら助けを求めよう！**

**みんなで「いのち」を支え合うまち**

参考：柏崎市第五次総合計画

【将来都市像】

力強く 心地よいまち

【基本理念】

- ・頼もしさをつなぐまちをめざして
- ・たくましさをつなぐまちをめざして
- ・柏崎らしさをつなぐまちをめざして
- ・豊かさをつなぐまちをめざして
- ・健やかさをつなぐまちをめざして
- ・共につくる 共にはぐくむ

参考：柏崎市第二次健康増進計画「健康みらい柏崎21」

【基本理念】

一人ひとりが健康づくりの実践者、みんなで支えあい、笑顔でつながるまちを目指します。

【基本方針】（こころの健康分野）

いのちを大切にすることの健康づくり



## 2 基本施策

「自殺総合対策大綱」における12の当面の重点目標と、本市の自殺の特徴や傾向、課題等を踏まえて、自殺対策を推進するための基本施策を示します。

### 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最も基礎となる取組が、地域におけるネットワークの強化です。これには、自殺対策に特化したネットワークの強化だけでなく、他の目的で地域に展開されている様々なネットワーク等と自殺対策との連携の強化も含まれます。

特に、自殺の要因となり得る分野のネットワークとの強化を進めます。

### 基本施策2 自殺対策を支える人材の育成

地域におけるネットワークは、それを支える優れた人材がいてこそ機能します。そのため、自殺対策を支える人材の育成も、自殺対策を推進する上での基礎となる取組です。身近な地域で支え手となる市民や支援者を増やし、様々な分野の専門家や関係者に自殺対策の視点を持ってもらうための取組を進めます。

### 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支援体制を整えても、市民が相談機関や相談窓口の存在を知らなければ、支援が必要な人へ支援が届きません。そのため、様々な機会を通じて相談機関等に関する情報提供を行い、市民が自殺対策について興味を持ち理解を深めることのできる機会を増やします。

### 基本施策4 生きることの促進要因への支援

自殺対策は、※「生きことを阻害する要因」を減らす取組に加えて、※「生きことを促進する要因」を増やす取組を行い、両方の取組を通じて自殺のリスクを低下させる方向で推進していく必要があります。そのため、ライフステージに応じて自殺対策と関連の深い様々な分野の取組を幅広く進めます。

※「生きことを阻害する要因」……病気、失業、多重債務、生活苦等

※「生きことを促進する要因」……自己肯定感、信頼できる人間関係、生きがい等

### 基本施策5 子ども・若者の自殺対策の推進

児童生徒が、困り事やストレスを感じたときに、身近な人へ相談することができ、また、自殺やこころの健康に関する正しい知識を持って、生きづらいと思うことにも対処できる力を持つことができるよう、学童期から支援をしていきます。

また、進学や就職など人生の節目や転機に関わる出来事が多く、ストレスを受けやすい若者に対して、適切な相談窓口につながるよう関係機関が協力して支援します。

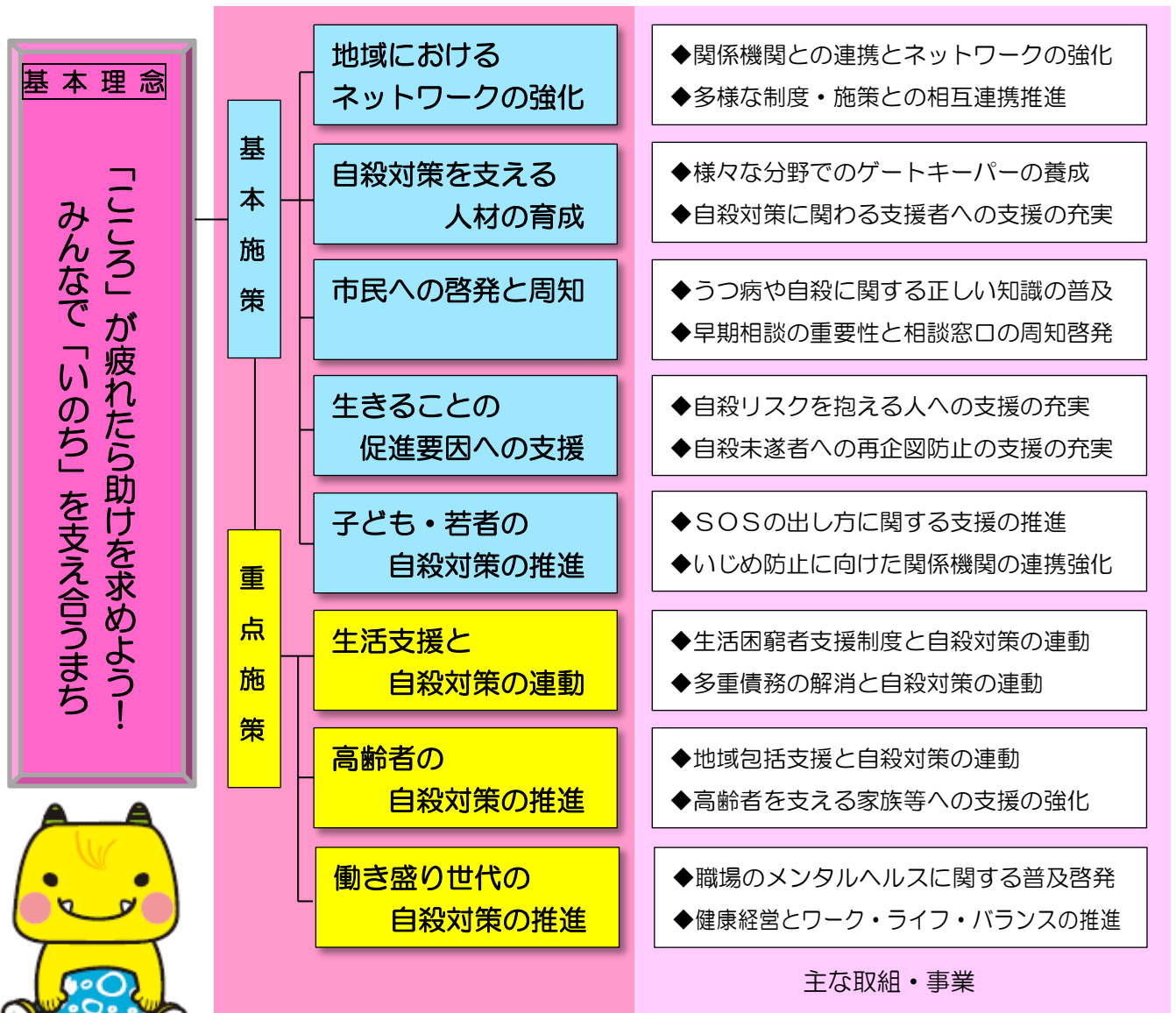
### 3 施策の体系

本市の自殺対策は、国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」において、全ての市町村が共通して取り組むべきとされている「5つの基本施策」と、本市における自殺の現状を踏まえた上で、基本施策から再掲した「3つの重点施策」で構成されています。

5つの基本施策は、「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」など、地域で自殺対策を推進する上で欠くことのできない基盤的な取組です。

3つの重点施策は、本市における自殺のハイリスク層である高齢者と働き盛り世代、自殺のリスク要因となっている生活問題等に対し、特にこの分野への取組を推進します。

また、人口減少や少子化対策の観点からも、学校や教育委員会と連携し、若年層への自殺予防の取組を継続し、子ども・若者の自殺対策を推進します。



## 第4章 基本施策



### 基本施策 1

### 地域におけるネットワークの強化

#### 施策の方向

様々な要因や環境により、自殺に追い込まれようとしている人が、安心して生きられるように自殺を防ぐためには、精神保健分野の視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取組が重要です。

生活困窮者支援、労働者支援、高齢者支援などの制度と連携を強化し、包括的な支援が可能となるよう、地域のネットワークの強化に努めます。

#### 主な取組・事業

取組・事業名	事業内容	担当課
柏崎市自殺対策 庁内推進会議	自殺対策行動計画改訂版に基づき、うつ・自殺予防対策の全庁的取組を推進し、庁内連携の体制の強化を図ります。	健康推進課
柏崎市健康づくり 推進会議自殺 対策専門部会	自殺対策行動計画改訂版の進行管理と事業評価を行い、目標達成に向けた自殺対策の着実な推進を図ります。	健康推進課
ハートスクラム かしわざき交流 会	民間8団体が、自殺予防に関する情報交換や研修を通して、ゲートキーパー活動の普及啓発を行います。	健康推進課
生活困窮者自立 支援調整会議	生活困窮者の自立支援に向け、庁内関係課や関係機関が連携を図るための会議を開催します。	福祉課



## 基本施策2

## 自殺対策を支える人材の育成

### 施策の方向

自殺や自殺に関連する疾患等に関する正しい知識を普及啓発し、「こころのゲートキーパー」等の役割を担う人材を育成するため、「こころのゲートキーパー養成研修」を幅広い分野で拡大実施し、自殺対策に係る人材の確保、養成、資質の向上に努めます。

また、自殺対策に関わる相談支援を行う支援者が、研修や事例検討を通して具体的な対応方法を習得し、安心して対応できるよう支援者をケアする取組を進めます。

### 主な取組・事業

取組・事業名	事業内容	担当課
オープンハート事業 (こころのゲートキーパー養成研修)	以下に記す団体の関係者を始め、あらゆる市民階層に対し、自殺の現状や要因、予防等に関する正しい知識を普及し、早期対応の中心的役割を果たす人材を養成します。  ➤ 民生・児童委員、健康推進員、食生活改善推進員、介護支援専門員、訪問介護員、訪問看護師、地域包括支援センター職員、教職員、市職員、大学生、高校生など  ➤ 事業所(従業者)など	健康推進課

### 【目標値】

平成29年度(2017年度)までのゲートキーパー養成研修受講人数 **4,200人**



令和7年度(2025年度)までにゲートキーパー養成研修受講人数 **8,800人**

取組・事業名	事業内容	担当課
困難事例検討会の実施	自殺や自殺関連事象を要因として支援困難となっている事例について、精神科医と関係機関等を参集して事例検討を実施することで、解決策を探るとともに、支援者の資質向上と関係機関との連携、支援体制の強化を図ります。	健康推進課
若年層支援者研修会の実施	教職員・養護教諭・保育園保育士・幼稚園教諭、児童委員等を対象に学童期及び思春期特有の問題に関する早期介入のための支援の在り方を学びます。	健康推進課
専門知識・技術研修会	支援者に対してメンタルヘルスに関する知識及び資質の向上を目的とした研修の機会を設けます。	健康推進課
新任民生・児童委員研修会	3年ごとに一斉改選される民生・児童委員に対し、民生・児童委員活動を行う上で必要な研修を実施する際、自殺予防の知識の普及啓発を行います。	福祉課
認知症サポーター養成講座	認知症の正しい理解を普及し、地域の見守り支援を行う人材を養成する講座を実施する際、自殺予防の知識の普及啓発を行います。	介護高齢課
主任児童委員研修会	児童福祉の推進のため、年3回実施する児童福祉部会で、産後うつや自殺予防等、妊産婦の精神保健に関する普及啓発のための研修を実施します。	子育て支援課
生徒指導主事・養護教諭研修	児童生徒のメンタルヘルス、自殺予防及びSOSの出し方に関する研修会を実施します。	学校教育課



## 基本施策3 市民への啓発と周知

### 施策の方向

追い込まれた末の「自殺」という危機は、誰にでも起こることですが、危機に陥った人の心情や背景は理解されにくい現状があります。自殺に追い込まれる心情や背景の理解を深めることで、自殺は誰もが当事者となり得る重大な問題であることについて、市民の理解促進を図ります。

また、自殺や精神疾患に対する誤った認識や偏見を防止し、自殺対策における市民の役割等について関心が深まるよう、普及啓発活動を展開するとともに、相談窓口をお知らせします。

### 主な取組・事業

取組・事業名	事業内容	担当課
ホームページ・広報を活用した情報発信	市内における自殺の現状や地域の特性・特徴、相談窓口について、ホームページや広報を活用して情報発信を行います。	健康推進課
自殺対策の強化月間・推進月間の取組	自殺者が多い9月の自殺対策推進月間、3月の自殺対策強化月間において、自殺予防の周知啓発を重点的に実施します。	健康推進課
こころの相談窓口及び精神科・心療内科のある医療機関の周知啓発	庁内各課が実施する事業のうち、自殺対策に関連する事業や相談業務、訪問活動などを通じて「こころの相談窓口カード」等を活用し、早期相談を促す取組を行います。	健康推進課
出前講座やイベントによるこころの健康づくりに関する普及啓発	保健師が出前講座やイベント等で、心身の健康づくり、うつ病等の予防、睡眠・ストレス対処法等に関する普及啓発を行います。	健康推進課
職域や妊娠期・子育て時期に向けた普及啓発	産業保健や妊産婦に関わる関係機関・関係課と、情報交換を行い、連携を図りながら、働く人たちや妊娠期・子育て時期の保護者に対して、こころの病気の予防やメンタルヘルス不調に気付き、早期に相談する大切さについて普及啓発を行います。	健康推進課



取組・事業名	事業内容	担当課
こころの相談窓口等の周知啓発	広報かしわざき、市ホームページ、チラシの配布等によって、こころの健康を保つ大切さと相談機関の周知啓発を行います。	健康推進課
介護保険サービスの周知	パンフレットの作成やふれあい講座を通じて介護保険制度やサービスの周知を図ります。	介護高齢課
コツコツ貯筋体操	コツコツ貯筋体操の実践会場において、体操参加者へ自殺予防の知識の普及啓発を行います。	介護高齢課

～コラム～



「市民誰もがゲートキーパー」を目指して

「ゲートキーパー」とは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声を掛け、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。

柏崎市では、自殺者を一人でも減らしていくために、市民を始め、各階層を対象とした「いのちを守るゲートキーパー養成研修」を推進します。



## 基本施策4 生きることの促進要因への支援

### 施策の方向

本計画の基本理念にあるとおり、『「こころ」が疲れたら助けを求めよう!みんなで「いのち」を支え合うまち』の実現に向け、\*「生きことを阻害する要因」を減らすとともに\*「生きことを促進する要因」を増やすための取組を併せて行うことで、自殺のリスクを低下させる必要があります。

このため、保健・福祉・医療分野のほか、教育、労働等の様々な分野が相互に連携し、「生きることの促進要因」の強化に努めます。

※「生きことを阻害する要因」「生きことを促進する要因」は、P18参照

### 主な取組・事業

#### 【★生きる支援に直接的に関連する取組・事業】

取組・事業名	事業内容	担当課
死亡小票の調査分析による現状把握	人口動態統計の死亡小票を調査し、自殺の現状分析を行い、自殺対策の見直し強化を図ります。	健康推進課
地域コミュニティ気付き・見守り体制構築事業	地域特性や地域資源を生かした気付き・見守り体制の構築を通じて自殺対策の取組を実施します。	健康推進課
自殺危機リスク判定シートの活用	自殺予防に関わる支援者が、共通のシートにより適切な対応を行います。	健康推進課
ひきこもり支援事業	おおむね15歳から60歳までの（中学校・高等学校に在籍する方を除く）、様々な生きづらさや困難さを抱えたひきこもり状態にある方とその家族に対し、孤立を防ぎ丁寧で寄り添った支援を行います。	健康推進課
精神保健相談業務	精神保健相談員等が、個別相談、メンタルヘルス不調を生じたハイリスク者に関する専門的な助言や支援を行い、精神保健福祉の向上を図ります。また、自殺対策の総合相談窓口として自殺予防支援体制の推進を図っていきます。	健康推進課

社会福祉法人 新潟いのちの電話運営	市民に、自殺を始めとする心の危機が生じたとき、24時間、365日電話相談を利用できる体制を維持するため、他市町村等と同様に運営費の助成を行います。	健康推進課
生活困窮者自立 相談支援事業	経済的に困窮し、最低限度の生活を維持することができなくなるおそれのある方の相談支援を行い、生活困窮要因の解消と自立に向けた支援を行います。	福祉課
フリースペース 「ぶらっと」（生活困窮者就労準備支援事業）	生活困窮状態にある方で、生活リズムが崩れている、就労意欲の喚起が必要な状態など、一般就労に向けた準備が必要な方やその家族に支援を行います。	福祉課
消費生活相談事業	消費生活センターの相談員が消費生活トラブルの相談に対応し、必要に応じて弁護士相談や専門相談機関の紹介を行います。	市民活動支援課
多重債務相談会	県、市、法律専門家、臨床心理士等によるワンストップ相談会を実施し、多重債務の解消に向けた支援を行います。	市民活動支援課
公住入居者のこころの不調への対応	公営住宅入居者との面談等において、入居者のこころの不調を感じたときは、こころの相談窓口へつなぎます。	建築住宅課
救急出場事案における「自損行為の疑いのある事案」の調査分析	救急出場事案のうち「自損行為又は自損行為が疑われる事案」について健康推進課と連携し、必要に応じて情報を提供します。	消防署

【★生きる支援に間接的に関連する取組・事業】

取組・事業名	事業内容	担当課
シルバー人材センター事業	高齢者の社会参加と就労の機会を拡大し、生きがいを創出します。	介護高齢課
地域包括支援センター相談業務	高齢者の介護や福祉に関する相談に対応し、支援します。	介護高齢課

生活支援体制整備事業	高齢者の介護予防・生活支援サービスの提供体制を充実させるとともに、高齢者による支え合い活動等の社会参加の推進を図ります。	介護高齢課
子どもの虐待防止事業	18歳未満の子どもを持つ家庭の子育ての不安や悩み等に対し、家庭児童相談員等が相談支援を行います。	子育て支援課
こんにちは赤ちゃん訪問事業	赤ちゃんが誕生した家庭に助産師や地域の主任児童委員が訪問し、子育てに関する相談支援を行います。	子育て支援課
ワーク・ライフ・バランス推進事業	仕事と家庭生活等が両立できる職場環境の整備に積極的な企業や事業者等の増加を図ります。	人権啓発・男女共同参画室
高齢者活躍推進事業	高齢者の雇用・就業を安定させます。	商業観光課
事業承継支援事業	中小企業の技術や経営資源の散逸を防ぐため、経営者に対して事業承継の重要性を啓発することと併せ、健康経営を見据えたこころの健康管理の重要性を伝えます。	商業観光課
若年者就労支援事業	若年者等を対象とした職業相談員による職業相談や就職支援セミナーを実施することで、個性に合う就労スタイルを提案します。	商業観光課
グリーフケアパンフレットの活用	死亡に伴う手続時、グリーフケアが必要そうな遺族にパンフレットを渡し、心の不調等を感じたときは、こころの相談の必要性を伝えます。	市民課





## 基本施策5 子ども・若者の自殺対策の推進

### 施策の方向

厚生労働省の「人口動態統計」によれば、若年層の死因に占める「自殺」の割合は高い状態が続いています。当市では若者の自殺者は少ない状況にありますが、少子化の進行や人口減少問題の観点からも、若者の自殺対策の継続に努めます。

児童生徒が、社会生活において直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処法を身に付けるための支援（SOSの出し方に関する支援）に努めるとともに、周囲の友達や大人が発せられたSOSを受け止めて、適切な相談窓口につなげられる教育を進めます。

また、ICTを活用した子ども・若者が安心して「助けて」と言える社会、受け止められる社会の受け皿づくりの検討を進めます。

### 主な取組・事業

取組・事業名	事業内容	担当課
教育相談窓口の開設	主に学齢期の不登校・いじめ・発達障害などの教育相談に応じます。	子どもの発達支援課
学校への出前講座	学校保健委員会やPTA会合などにおいて、保護者を対象に子どもの「SOSのサイン」や子どもが相談に来た時の「対応方法」などの講座を実施します。	健康推進課
SOSの出し方に関する教育の推進	小学校・中学校・高等学校の児童生徒に対し、保健師などが「悩み事を抱えた時の対応方法」「SOSを発信することのメリット」「SOSの受け止め方」などを啓発するための講座を実施します。	健康推進課
子育て家庭への相談支援業務	主に子育て中の家庭を対象に相談支援を行います。	子育て支援課
学校における健康相談の実施	小・中学校における保健室の機能を生かし、養護教諭がいつでも児童生徒の相談に応じることのできる関係を築きます。	学校教育課

取組・事業名	事業内容	担当課
学年に応じた心の健康づくりの実施	小・中学校において「生命の尊重」をテーマにした授業を必ず行い、自他を大切にすることを醸成するとともに自殺予防を図ります。	学校教育課
教職員向け自殺予防指導力向上研修の実施	文部科学省のテキストや県の自殺予防教育プログラム等を用いた校内研修や授業を積極的に実施し、教職員の知識の向上を図ります。	学校教育課
「学校いじめ防止基本方針」に基づく校内体制の整備	「学校いじめ防止基本方針」の見直しと評価を行い、着実にいじめ防止に取り組む校内体制の整備を図ります。	学校教育課
スクールカウンセラーによる相談体制の充実	県のスクールカウンセラー派遣事業、市の「心の教室相談員」配置事業等により、児童生徒の相談支援体制を整備します。	学校教育課
学校における教育相談体制の充実	小・中学校において、定期的な教育相談や日常における相談等を通して、児童生徒の心のケアを図ります。	学校教育課
学校における生活アンケートの実施	小・中学校において定期的に「生活アンケート」を実施することで児童生徒の不安や悩みを把握し、早期対応につなげます。	学校教育課





## それぞれの主体のこころがけ

本市の自殺対策は、本計画にある基本施策・重点施策に係る事業・取組のほかにも、日々の生活の中でそれぞれの主体が取り組むこころがけも重要なポイントです。下記は、柏崎市第二次健康増進計画「健康みらい柏崎21」の中で、こころの健康づくりを推し進めるために、それぞれの主体が取り組む役割を表したものを、本計画の中では、「それぞれの主体のこころがけ」として再掲し、自殺対策に係る普及啓発事業のあらゆる場面で確認・推奨していきます。

### 【個人・家庭のこころがけ】

- 自分なりのストレス対処法を持ちます。
- 相談相手を持ち、相談窓口などを活用し、一人で悩まないようにします。
- 質の良い睡眠をとれるよう意識し、取り組みます。
- 家族や親しい人を見守り、いつもと違う変化に気付き、声を掛けます。
- 家族や仲間、地域とのつながりを深めます。

### 【地域のこころがけ】

- 地域での声掛けや挨拶を大切にします。
- 隣近所の付き合いを大切にします。
- 町内活動や地域住民の交流の機会を作り、人とのつながりを深めます。
- 地域全体で、メンタルヘルス不調の人に気付き、見守りに取り組みます。

### 【企業・関係機関のこころがけ】

- メンタルヘルス不調の人への対応や体制整備に取り組みます。
- 企業・大学等でのストレスへの対処法や相談窓口の周知等の取組を強化します。
- 不調時には、早めに精神科や心身医療科が受診できるよう、意識啓発を行います。
- 医療機関や関係機関の連携を強化します。

### 【行政のこころがけ】

- 自殺予防やこころの病気とその予防、睡眠やストレス対処法等こころの健康づくりに関する普及啓発を行います。
- こころの健康に関する相談窓口を広く周知し、活用を促す取組を行います。
- 地域や職場、教育機関でのメンタルヘルス不調の人に気付いて相談窓口につなぐ取組を支援します。
- 自殺予防のネットワーク作りやその強化を図ります。
- メンタルヘルス不調の人やひきこもり者への個別支援を強化します。
- 学童期・思春期のこころの悩みに対する相談機能を強化し、切れ目のない支援体制を整備します。

# 第5章 数値目標・重点施策

## 1 計画の全体目標

平成28年(2016年)4月の自殺対策基本法の改正により、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対処していくことが重要な課題であるとされ、自殺総合対策大綱に当面の目標として、自殺死亡率(人口10万人対)を先進諸国の現在の水準まで減少させることが掲げられました。こうした国の方針を踏まえつつ、本計画では、全体目標値として自殺者数及び自殺死亡率の減少を掲げます。

また、本市の自殺の実態の分析を行い、重点的に取り組む施策を整理し、重点施策として積極的に推進し、重点施策に盛り込んだ各施策については、可能な限り数値目標を掲げ、取り組んでいきます。



### 全体目標値

自殺総合対策大綱において、国では令和8年(2026年)の自殺死亡率を平成27年(2015年)の18.5と比べ30%以上減少させ、13.0以下にすることとしています。

本市では、柏崎市第二次健康増進計画(健康みらい柏崎21)における自殺死亡率の数値目標と整合を図り、平成25(2013年)～平成29年(2017年)の平均自殺者数20.8人、平均自殺死亡率23.5を、令和7年(2025年)18%以上減少させ、自殺者数17.0人以下、自殺死亡率19.3以下となることを数値目標に掲げ、各種事業・取組を推進します。

#### ☆目標値 全体1 自殺者数の減少

自殺総合対策大綱を踏まえ、現状から令和7年(2025年)に自殺者数が18%以上減少することを目標とします。

☆現状H25(2013)～H29(2017)平均  
20.8人



R7(2025)目標値  
17.0人以下

#### ☆目標値 全体2 自殺死亡率の低下

自殺総合対策大綱を踏まえ、現状から令和7年(2025年)に自殺死亡率が18%以上減少することを目標とします。

☆現状H25(2013)～H29(2017)平均  
人口10万人対 23.5



R7(2025)目標値  
19.3以下

## 2 3つの重点施策と評価指標

「柏崎市自殺実態プロファイル（自殺総合対策推進センター作成）」において、本市の自殺対策として「生活困窮」「高齢者」「働き盛り」に関わる取組が喫緊の課題とされています。自殺対策をより効果的に実施するため、基本施策の中から19の取組・事業を厳選して重点施策として位置付け、優先的な取組を進め、他の基本施策と合わせて総合的な自殺対策を推進します。

### 重点施策1 生活支援と自殺対策の連動

生活困窮は「生きることを阻害する要因」の一つであり、自殺のリスクを高めることとなります。

生活困窮者はその背景として、虐待、依存症、介護問題、多重債務や様々な障害などの課題を複合的に抱えていることが多いことから、生活困窮者自立支援制度の自立相談支援等との連携した相談支援体制を目指します。

また、生活困窮に陥っているにもかかわらず、必要な支援を得られていないなど、自殺リスクを抱え込みかねない人を支援につなぐ取組の強化と、多分野の関係機関による「生きることの包括的な支援」の連携強化に取り組めます。

### 重点施策2 高齢者の自殺対策の推進

高齢者は、死別や離別、病気や孤立をきっかけに複数の問題を連鎖的に抱え込み、自殺のリスクが急速に高まることがあります。

さらに、高齢化が進むことで、介護に関わる悩みや問題も一層増えることが考えられることから、高齢者に関する様々な情報を高齢者本人や支援者に対して積極的に発信し、高齢者を支える家族や介護者等への支援（支援者への支援）を進め、高齢者の自殺対策を進めます。

### 重点施策3 働き盛り世代の自殺対策の推進

仕事で抱える悩みに加え、子育てや家族の介護などから、過剰なストレスを抱え、うつ病を発症する人も多いことから、事業所やそこで働く方へ「職場のメンタルヘルス」についての普及啓発を推進します。平成27年度（2015年度）から「ストレスチェック制度」が始まりましたが、メンタルヘルス対策が十分に浸透していない状況がありますので、健康経営についての取組を進め、働き盛り世代の自殺対策を推進します。

また、過労や職場における悩み事、ワーク・ライフ・バランスの推進などに関して、仕事帰りや休日に利用できる相談窓口や医療機関の周知の啓発を推進します。



## 重点施策1 生活支援と自殺対策の連動【主な事業・取組】

### ■生活困窮者自立支援調整会議 (福祉課)

生活困窮者の自立支援に向け、庁内関係課や関係機関が連携を図るための実務者会議を月1回、拡大会議を年2回開催します。

☆自立支援調整会議の開催

実務者会議 ⇒ 月1回以上  
拡大会議 ⇒ 年2回以上

実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						

### ■生活困窮者自立相談支援事業 (福祉課)

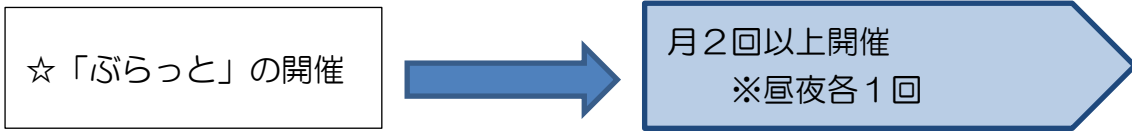
経済的に困窮し、最低限度の生活を維持できなくなるおそれのある方からの相談に対して、個々の課題を踏まえて関係機関と連携しながら、生活困窮要因の解消と自立に向けた支援を行います。また、年間の支援実績を生活困窮者自立支援調整会議に報告します。

実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						

■ **フリースペース「ぶらっと」(生活困窮者就労準備支援事業)** (福祉課)

一般就労に向けた準備が必要な方に対して、フリースペース「ぶらっと」を月2回(昼夜各1回)開催します。



実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						

■ **消費生活相談事業** (市民活動支援課)

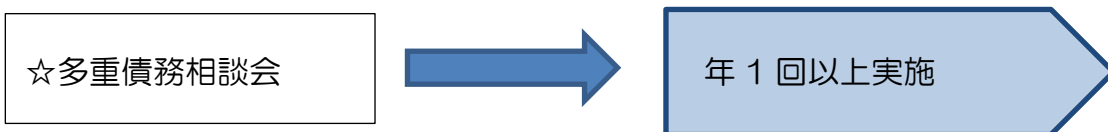
消費生活センターの相談員が消費生活トラブルの相談に対応し、中でも多重債務における相談について、弁護士相談の紹介を行います。

実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						

■ **多重債務相談会** (市民活動支援課)

県、市、法律専門家、臨床心理士等によるワンストップの多重債務相談会を年1回以上実施します。



実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						



## 重点施策2 高齢者の自殺対策の推進【主な事業・取組】

### ■要介護高齢者の支援者に対するこころのゲートキーパー養成研修（健康推進課）

介護支援専門員、訪問介護員、訪問看護師、地域包括支援センター職員を対象に、ゲートキーパー養成研修を年1回以上実施し、受講者アンケートで「自殺対策の理解が深まった」と回答する人の割合が70%以上になることを目指します。

☆ゲートキーパー養成研修の実施回数及び受講者の理解度

年1回以上（毎年）実施  
受講アンケートで理解度の深まり70%以上

実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						

### ■認知症サポーター養成講座（介護高齢課）

認知症の正しい理解を普及し、地域の見守り支援を行う人材を養成する講座を通じて自殺予防の知識の普及啓発を行います。

☆養成講座の実施回数  
及び受講人数

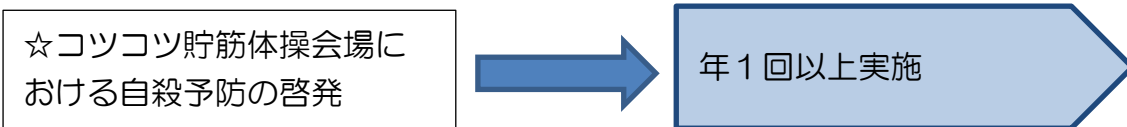
年15回以上 延べ500人以上  
R5（2023）年度までの間

実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						

■ **コツコツ貯筋体操** (介護高齢課)

コツコツ貯筋体操の実践会場において、健康教育を通じて体操参加者へ自殺予防の知識の普及啓発を行います。



実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						

■ **介護保険サービスの周知** (介護高齢課)

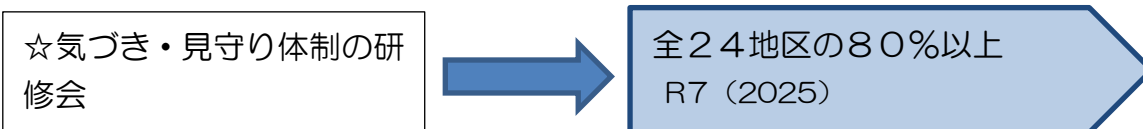
パンフレットの作成やふれあい講座を通じて介護保険制度やサービスの周知を図る中で自殺予防の啓発・周知に努めます。

実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						

■ **地域コミュニティ気づき・見守り体制構築事業** (健康推進課)

地域特性や地域資源を生かした気づき・見守り体制の構築を通じた自殺対策の取組を、令和7年度(2025年度)までに、市内の80%以上の地区に対して実施します。



実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→ 検討	→ 実施			→ 検討	→ 実施	

■ **シルバー人材センター事業** (介護高齢課)

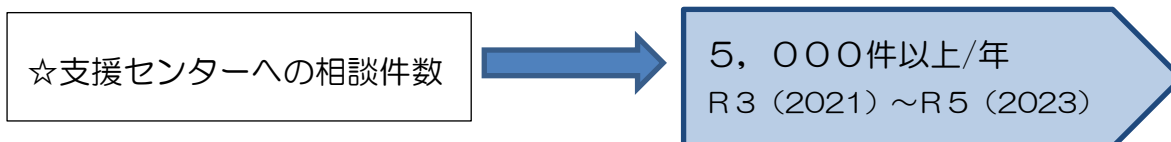
高齢者の社会参加と就労の機会を拡大し、働くことを通じた生きがいの創出を図ります。

実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						

■ **地域包括支援センター相談業務** (介護高齢課)

高齢者の介護や福祉に関する相談件数を年5,000件以上に目標を定め、自殺が危惧される事例については、相談機関及び医療機関と連携して支援します。



実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						

■ **生活支援体制整備事業** (介護高齢課)

高齢者の介護予防・生活支援サービスの提供体制を充実させるとともに、高齢者による支え合い活動等の社会参加の推進を図ります。コミュニティを基本単位とする住民協議の場やくらしのサポートセンター等における助け合い活動の増加を目指します。

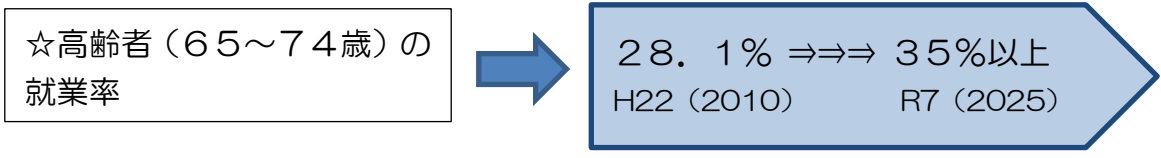
実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						



■ **高齢者活躍推進事業** (商業観光課)

高齢者の雇用・就業を安定させ、高齢者の就業率を令和7年度(2025年度)までに35%以上にすることを目標とします。



実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)





### 重点施策3 働き盛り世代の自殺対策の推進【主な事業・取組】

#### ■出前講座やイベントによるこころの健康づくりに関する普及啓発（健康推進課）

保健師が事業所などに対して行う出前講座やイベントなどで、心身の健康づくり、うつ病等の予防、睡眠やストレス対処法等に関する普及啓発を行います。

☆事業所への出前講座  
☆イベントでの啓発



年3回以上実施  
メンタルヘルスコーナー設置

実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)

#### ■職域や妊娠期・子育て時期に向けた普及啓発（健康推進課）

産業保健や妊産婦に関わる関係機関・関係課と情報交換を行い、連携を図りながら、働く人たちや妊娠期・子育て時期の保護者に対して、こころの病気の予防やメンタルヘルス不調に気付き、早期に相談する大切さについて普及啓発を行います。

実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
検討	実施					

■ **ワーク・ライフ・バランス推進事業** (人権啓発・男女共同参画室)

仕事と家庭生活等が両立できる職場環境の整備に積極的な企業や事業者等の増加を図るため、「ハッピー・パートナー企業」の登録数を令和7年度(2025年度)までに80社に増加させることを目標とします。

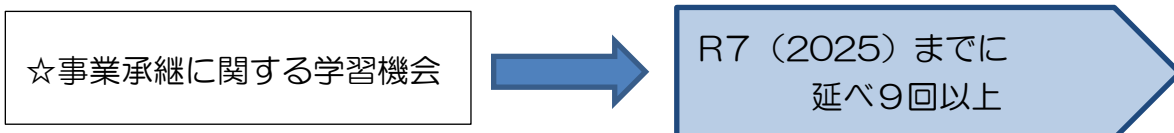


実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
→						

■ **事業承継支援事業** (商業観光課)

中小企業の技術や経営資源の散逸を防ぐため、経営者に対して事業承継の重要性を啓発することと併せ、健康経営を見据えたところの健康管理の重要性を伝えます。



実施期間

H31 (2019)	R2 (2020)	R3 (2021)	R4 (2022)	R5 (2023)	R6 (2024)	R7 (2025)
			見直し	→		

# 第6章 計画の推進体制

## 1 推進体制

本市における自殺対策の推進体制は、次のとおりです。

### (1) 柏崎市自殺対策庁内推進会議

副市長をトップに自殺対策に関係の深い部局により構成されています。自殺対策行動計画改訂版に基づき、自殺対策の全庁的取組を推進し、庁内連携の体制の強化を図ります。また、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。

所属部	自殺対策庁内推進会議メンバー	
副市長	副市長	
総合企画部	総合企画部長	人事課長
		人権啓発・男女共同参画室長
市民生活部	市民生活部長	市民活動支援課長
		市民課長
子ども未来部	子ども未来部長	子育て支援課長
		子どもの発達支援課長
産業振興部	産業振興部長	商業観光課長
都市整備部	都市整備部長	建築住宅課長
消防本部	消防長	消防署長
教育委員会	教育部長	学校教育課長
福祉保健部	福祉保健部長	福祉課長
		介護高齢課長
		健康推進課長

(2) 柏崎市健康づくり推進会議自殺対策専門部会 (平成31年(2019年)3月現在)

市の附属機関で、市民の健康増進に関する事項を検討するために設置されている推進会議に専門部会を立ち上げ、自殺対策行動計画改訂版の策定に関する事項を検討しました。また、本計画の事業評価を年度単位で実施し、その結果を柏崎市自殺対策庁内推進会議にフィードバックすることで、目標達成に向けた自殺対策の着実な推進を図ります。

【委員】

所 属	役職等	氏 名	担当領域
柏崎市刈羽郡医師会 (精神科医)	関病院理事長	阿部 亮	精神疾病全体
柏崎市刈羽郡小中学校長会連絡協議会	北条中学校校長	太平 敏夫	児童・生徒
柏崎地域振興局健康福祉部	部長	永瀬 吉彦	県自殺対策計画
柏崎商工会議所	事務局次長	片岡 哲雄	企業経営者
連合新潟・柏崎地域協議会	事務局長	西巻 淳一	就業者
枇杷島コミュニティセンター	センター長	大沢 圭司	地域住民

【オブザーバー】

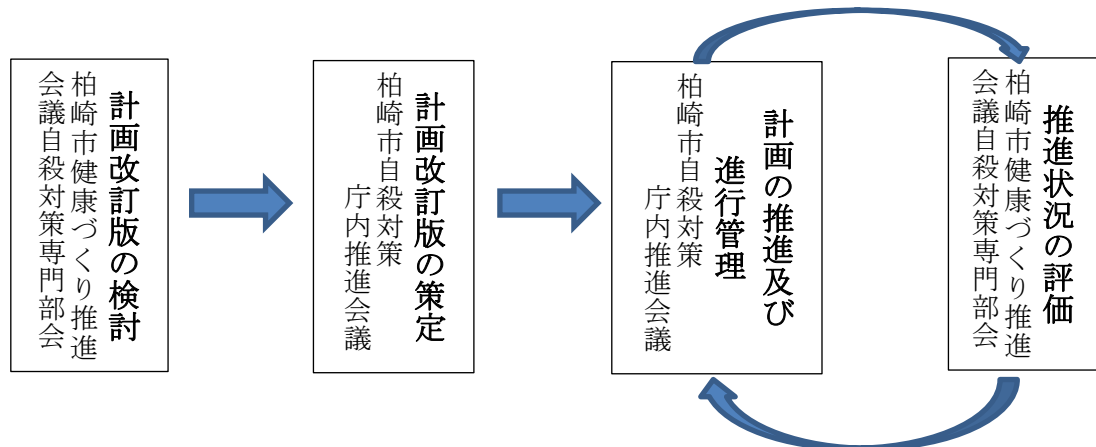
(医)立川メディカルセンター 柏崎厚生病院	病院長	松田 ひろし	高齢者・精神疾病
-----------------------	-----	--------	----------

【事務局】

福祉保健部こころの相談支援課	課長	小林 東
福祉保健部こころの相談支援課	主幹	中村 正彦
福祉保健部こころの相談支援課	副主幹	小林 泉
福祉保健部こころの相談支援課	主任	渡邊 真砂美

※上記表は、本計画改訂版の策定委員を掲載したもので、進行管理及び評価を担当する委員は、新たに選任する予定です。

自殺対策の推進体制イメージ



## 用語解説

### 【あ】行

- ICT《あいしーていー》  
情報処理・情報通信分野の関連技術の総称
- いじめ見逃しゼロスクール集会《いじめみのがしゼロすくーるしゅうかい》  
新潟県が進める学校・家庭・地域が連携していじめを始めとする生徒指導上の諸問題の解消と未然防止に社会全体で取り組もうとする「いじめ見逃しゼロ県民運動」の一環で、市内全ての学校で実施している。

### 【か】行

- 柏崎市第二次健康増進計画《かしわざきしだいにじけんこうぞうしんけいかく》  
市民の健康増進を図るための基本的な事項を示すため、健康増進法第8条第2項の規定に基づく市町村健康増進計画として位置付けられている。
- 学校いじめ防止基本方針《がっこういじめぼうしきほんほうしん》  
いじめ防止対策推進法の規定に基づき策定された、学校におけるいじめ防止対策の検証を行い、改善策を検討するための方針
- グリーフケア《ぐりーふけあ》  
近い人と死別した人を悲嘆から立ち直る過程を支援する取組
- 経済センサス基礎調査《けいざいせんさすきそちょうさ》  
わが国の全ての事業所及び企業の経済活動の状態等を調査する国の基本的な統計調査の一つ
- ゲートキーパー《げーとキーぱー》  
地域の中で自殺危機の可能性のある人に会った際、そのサインに気づき、必要に応じて相談機関につなげるスキルを身につけた人
- 健康推進員《けんこうすいしんいん》  
年度ごとに町内会から選任され、自分自身の健康づくりと地域の健康づくり活動に取り組んでいる。
- 高齢化率《こうれいかりつ》  
総人口に占める65歳以上の割合
- コツコツ貯筋体操《こつこつちょきんたいそう》  
高齢者などが身近な場所に集い、足腰の筋力と柔軟性を向上させ、転倒しにくい体を作ることを目的とした体操

## 【さ】行

- 自殺危機リスク判定シート《じさつききりすくはんていしーと》  
自殺企図が疑われた場合に自殺リスクの高さを判定するための用いられるシート
- 自殺死亡率《じさつしぼうりつ》  
人口10万人当たりの自殺者数
- 自殺総合対策推進センター《じさつそうごうたいさくすいしんせんたー》  
平成28年(2016年)に国によって創設され、全ての自治体の実効性ある自殺対策を  
あまねく広げる活動をしている。
- 自殺総合対策大綱《じさつそうごうたいさくたいこう》  
自殺対策基本法に基づき、国が推進すべき自殺対策の指針として、誰も自殺に追い込  
まれることのない社会の実現を目指して定められた。
- 自殺対策基本法《じさつたいさくきほんほう》  
自殺の防止や自殺者の親族等への支援の充実を図るため、総合的な対策を推進するこ  
とを目的として制定された法律
- 自殺対策強化月間《じさつたいさくきょうかげっかん》  
新潟県が定めた強化月間で、3月に自殺対策事業を集中的に実施している。
- 自殺予防週間《じさつよぼうしゅうかん》  
9月10日から16日までの期間に集中的な啓発事業等の実施を通じて、国民に自殺  
や精神疾患についての正しい知識を普及啓発する取組
- 主任児童委員《しゅにんじどういいん》  
民生委員・児童委員のうち、妊産婦や児童に特化して支援活動を行う人
- 食生活改善推進員《しょくせいかつかいぜんすいしんいん》  
市が主催する養成講座を受講し、健康の基本である食生活の改善等のために活動して  
いるボランティア
- 死亡小票《しぼうこひょう》  
人口動態調査票のうち死亡に関するものの写しなど
- スクールカウンセラー《すくーるかうんせらー》  
教育機関において心理相談業務に従事する心理職専門家の職業名、及び当該の任に就  
く人のこと。
- ストレスチェック《すとれすちえっく》  
ストレスに関する質問票に記入し、それを集計・分析することで自分のストレスがど  
のような状態にあるか調べる簡単な調査

## 【た】行

### ●地域産業保健センター《ちいきさんぎょうほけんせんたー》

国の委託を受け、産業医の選任義務のない50人未満の事業場を対象に事業主・労働者の健康相談、健康指導を行う機関

### ●地域自殺実態プロフィール《ちいきじさつじったいぷろふあいる》

地域の自殺実態の分析は、自治体の裁量に任せられていたが、新たな自殺総合対策大綱の中で国において自治体ごとの自殺実態を分析することになった。

### ●地域自殺対策政策パッケージ《ちいきじさつたいさくせいさくぱっけーじ》

自殺対策計画の策定に資するよう、地域特性を考慮したきめ細やかな対策を盛り込んだ政策パッケージで自殺総合対策推進センターが開発・公表したもの

### ●地域包括ケアシステム《ちいきほうかつけあしすてむ》

2025年を目途に高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的の下で、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、地域の包括的な支援・サービス提供の体制づくり

## 【な】行

### ●認知症サポーター《にんちしょうさぽーたー》

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を暖かく見守る応援者となり、自分のできる範囲で活動を行う。

## 【は】行

### ●ハートスクラムかしわざき《はーとすくらむかしわざき》

ゲートキーパー養成講座を受講したことを機に自殺予防活動団体として、平成26年(2014年)に発足した。目的は、研修や情報交換を通じて自殺予防に関する知識・技術の向上を目指すとともに活動意識を高めている。現在は8団体が加盟している。

### ●パブリック・コメント《ぱぶりっく・こめんと》

行政機関による計画や規制などを制定・改廃する際に事前に広く一般から意見を募ること。

### ●フリースペース「ぶらっと」《ふりーすぺーす「ぶらっと」》

長期間のひきこもり及びひきこもり傾向にある方への支援のため、居場所づくりの一環として総合福祉センターを会場に柏崎市社会福祉協議会が開催している。

### ●保護率《ほごりつ》



総人口（各年10月1日現在）における被保護実人員（1か月平均）の割合。

## 【ま】行

### ●民生委員・児童委員《みんせい・じどういいん》

厚生労働大臣から委嘱された非常勤特別職の地方公務員。地域住民の福祉のために、市民の身近な相談役として暮らしを支援している。

### ●メンタルヘルス対策《めんたるへるすたいさく》

こころの健康や病気の対策(ストレスチェックなど)

## 【わ】行

### ●ワーク・ライフ・バランス《わーく・らいふ・ばらんす》

「仕事と生活の調和」の意味で、働きながら私生活も充実させられるように職場や社会環境を整えること。



## 柏崎市自殺対策行動計画改訂版

平成31年（2019年）3月

令和5年（2023年）3月一部修正

発行：柏崎市福祉保健部健康推進課

〒945-0061 新潟県柏崎市栄町18番26号(元気館内)

電話 0257-20-4214

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

URL <http://www.city.kashiwazaki.lg.jp>

