

久慈地域自殺対策アクションプラン【令和6年度～令和10年度】概要版

1 計画策定の趣旨

現行の久慈地域自殺対策アクションプランの計画期間が令和5年度で満了となることから、引き続き総合的な自殺対策を推進するために策定

2 計画期間

令和6年度～令和10年度までの5か年
(概ね5年ごとに実施される国の自殺総合対策大綱の見直しに対応できるよう、計画期間は5か年)

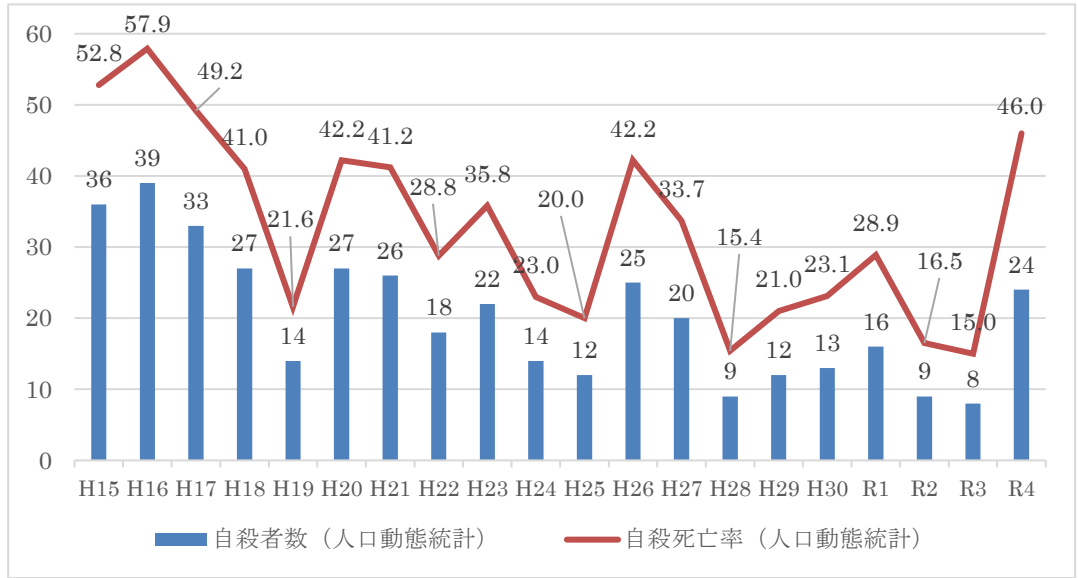
3 計画の評価及び見直し

毎年度、「久慈地域自殺対策推進ネットワーク会議」・「久慈地域メンタルヘルス・サポートネットワーク連絡会」において、重点施策の取組状況や目標の達成度等について、確認・評価し、必要な見直しを行うなど、PDCAサイクルによる自殺対策の推進を図るものとする。

4 久慈地域の自殺の現状

自殺者数・自殺死亡率の推移

平成16年に自殺者数39人、自殺死亡率57.9とピークにあった。
その後は単年では増減を繰り返しながらも長期的に見ると減少傾向にある。



平成30年から令和4年における自殺者の傾向

- ・性別：男性が女性よりも多く、近年では自殺者の半数以上が男性。
- ・年齢別：男女ともに80歳代以上が最多。男性は30歳代～60歳の働き盛り世代も多い。
- ・職業別：無職が7割を占め、無職者の中でも年金・雇用保険等生活者が4割強。
- ・原因・動機別：健康問題が最多。次いで、家庭問題。
- ・東日本大震災津波関連（県）：発災時をピークに減少傾向。

5 地域の目指す姿

- (1) さまざまな人・組織・場をつなぐネットワークの拡大により、少ない社会資源の中でも有機的な連携を継続することにより、地域の誰もが生きがいと役割を持ち、主体的にこころの健康づくりを実践できる地域
- (2) 新規の事業と既存の事業の組み合わせにより、住民がひとりで悩まずに健康・生活上の困難を気軽に相談・解決できる地域
- (3) 専門的人材の育成に取り組み、ハイリスク者に対して充実した支援のできる地域
- (4) 民間団体、ボランティアの養成・育成強化に取り組み、住民の誰もが身近なところで、相談や交流ができる地域
- (5) 地域分析に基づいた、Plan（計画）→ Do（実行・推進）→ Check（評価・検証）→ Action（改善）のサイクルを回すことにより自殺対策を推進する地域
- (6) 関係機関との連携により、被災者に寄り添った支援に継続して取組む地域

6 基本認識

- 1 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である
- 2 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はまだ続いている
- 3 新型コロナウイルス感染症などの新たな感染症の発生及び拡大の影響を踏まえた対策の推進
- 4 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

7 基本方針

- 1 生きることの包括的な支援として推進
- 2 関連施策との有機的な連携による総合的な対策の推進
- 3 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動
- 4 実践と啓発を両輪として推進
- 5 関係者の役割の明確化と関係者による連携・協働の推進
- 6 自殺者等の名誉及び生活の平穏に配慮
- 7 災害によるリスクに対応した包括的な取組

8 取組の方向性

1 包括的な自殺対策プログラム（久慈モデル）の実践

- (1) 地域におけるネットワークの強化
- (2) 一次予防（住民全体へのアプローチ）
- (3) 二次予防（ハイリスク者へのアプローチ）
- (4) 三次予防（自死遺族へのアプローチ）
- (5) 精神疾患へのアプローチ
- (6) 職域へのアプローチ

2 対象に応じた自殺対策の推進

- (1) 高齢者への対策
- (2) 生活困窮者への対策
- (3) 働き盛り世代への対策
- (4) 健康課題を抱える者への対策
- (5) 子ども・若者への対策
- (6) 女性への対策

3 地域特性に応じた自殺対策の推進

4 東日本大震災津波の影響への対策

5 相談支援体制の充実・強化

9 目標

1人でも多くの自殺者を防ぎ、自殺者の減少を目指します。

当面の目標として、平成29年の自殺死亡率21.0を31.4%以上減少させ、令和10年の自殺死亡率が14.4以下になることを目指します。

10 重点施策及び主な取組事項

取組1 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する	取組8 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
自殺総合対策に資する情報・統計データの収集、整理・分析 市町村が自殺対策計画に基づく取組が推進できるよう支援していきます	自殺未遂の背景にある社会的要因の解決に向けてサポートする体制に取組みます
取組2 県民一人ひとりの気づきと見守りを促す	取組9 遺された人への支援を充実する
県民一人ひとりが自殺の起こり得る状況を理解して、身近な人の心の変化に気づき、声をかけ、見守っていくことができるよう広く普及啓発を実施します	大切なご親族等をを自死で亡くした方への相談対応、わかち合いの場の提供により、自死により遺された方等が抱える苦しみを少しでも和らぐための支援を行います
取組3 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する	取組10 民間団体との連携を強化する
自殺総合対策に資する情報・統計データの収集、整理・分析を行い、効果的な施策の立案に生かします	自殺対策において民間団体との協力や連携が不可欠であることから、民間団体の活動を支援・協力を行っていきます
取組4 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る	取組11 子ども・若者の自殺対策を更に推進する
自殺のリスクが高い人の早期発見、早期対応を図るため自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応ができる人材を養成します	20歳代未満から30歳代までの若年層の死因に占める自殺の割合は高いことから、若年層への自殺対策について更に推進していきます
取組5 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	取組12 勤務問題による自殺対策を更に推進する
自殺の原因と成り得る様々なストレスについて、ストレス要因の低減やストレスへの適切な対応など、こころの健康の保持・増進を図るための体制づくりを進めます	職場のメンタルヘルスについての啓発や相談窓口情報の周知等、被雇用・勤め人への対策を周知し、勤務問題のへの自殺対策をさらに推進していきます
取組6 適切な精神保健福祉サービスを受けられるようにする	取組13 女性の自殺対策を更に推進する
うつ病を始めとする様々な精神疾患が重症化する前に適切な支援や治療につながるための取組を行います	妊産婦への支援をはじめ、配偶者からの暴力や性犯罪被害など、女性特有の視点も踏まえながら対策を講じていきます
取組7 社会全体の自殺リスクを低下させる	取組14 被災地における包括的な支援により自殺を防ぐ
社会全体の自殺リスクを低下させるため、関係機関と連携し、様々な分野において生きることの「阻害要因」を減らし「促進要因」を増やす取組を推進します	被災後、時間の経過に伴い抱える問題も複雑化・多様化してきており、引き続き被災地でのこころのケア活動や生活支援等様々な活動との連携を図り震災関連の自殺を防ぐための取組を行います