

みんなで守ろう 大切な命 大月市

大月市自殺防止対策推進計画

(第2期)

「誰も自殺に追い込まれることのない大月市」

の実現を目指して

令和5年3月

大 月 市

目次

第1章 計画策定の趣旨等.....	1
1 計画策定の趣旨.....	1
2 計画の位置付け.....	2
3 計画の期間.....	2
第2章 大月市における自殺の特徴.....	3
1 統計データからみる大月市の現状と課題.....	3
(1) 自殺者数・自殺死亡率の推移	
(2) 大月市の自殺の特徴	
(3) 「健やかライフ おおつき21～大月市第9次健康増進計画・食育推進計画～」より抜粋	
第3章 いのち支える自殺対策における取組.....	10
1 基本施策.....	10
(1) 地域におけるネットワークの強化	
(2) 自殺対策を支える人材育成	
(3) 住民への啓発と周知	
(4) 生きることの促進要因への支援	
(5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育	
2 重点施策.....	14
(1) 高齢者対策	
(2) 生活困窮者対策及び無職者・失業者対策	
(3) ハイリスク地対策及び自殺手段対策	
第4章 自殺対策の推進体制等.....	16
1 数値目標	
2 推進体制	

第1章 計画の基本的事項

1 計画策定の趣旨

自殺は、その多くが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、社会における「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」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方向で、「対人支援のレベル」、「地域連携のレベル」、「社会制度のレベル」において強力に、かつそれらを総合的に推進することが重要です。

国においては、2006（平成18）年に「自殺対策基本法」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「社会問題」と認識されるようになったといえます。また、2007（平成19）年には推進すべき自殺対策の指針として「自殺総合対策大綱」を策定し、自殺対策を総合的に推進してきました。その結果、1998（平成10）年の急増以降3万人を超えていた自殺者数は、2010（平成22）年以降減少してきました。しかし、依然、自殺者数は年間2万人を超える水準で推移し、男性が大きな割合を占めている状況は続いていること、また、コロナ禍で女性の自殺者数は2年連続の増加、小中高生の自殺者数は過去最多の水準になるなど、今後対応すべき新たな課題も顕在化しています。

このような状況を踏まえ、総合的な対策の更なる強化を図るため、2022（令和4）年10月に自殺対策大綱の見直しが行われました。

また、2016（平成28）年4月に「自殺対策基本法」が改正され、市町村は、「自殺総合対策大綱」及び地域の実情を勘案して「市町村自殺対策計画」を策定するものとされました。

山梨県においては、2012（平成24）年に「山梨県自殺防止対策行動指針」を、2016（平成28）年には「山梨県自殺対策推進計画」を策定し、具体的な施策を展開しています。

本市においては、2019（平成31）年度に本市の特性を踏まえた「大月市自殺防止対策推進計画」を策定し、「誰も自殺に追い込まれることのない大月市」の実現を目指して、自殺防止対策の推進を図っています。2022（令和4）年度をもって、計画期間が満了することから、これまでの一連の取り組みを継続し、さらなる自殺対策を推進するため、国や県の動向を踏まえ「大月市自殺防止対策推進計画 第2期」の策定を行います。

2 計画の位置付け

本計画は、「自殺対策基本法」第13条第2項に規定された「市町村自殺対策計画」として位置づけられ、2022（令和4）年10月に見直された「自殺総合対策大綱」の方針を踏まえて策定するものであり、本市における自殺対策関連施策の総合的な指針となるものです。

なお、策定にあたっては、「大月市第7次総合計画」を上位計画とし、「大月市第9次健康増進計画」をはじめとするその他関連計画や、県の「山梨県自殺対策推進計画」などとの整合性及び連携を図るものです。

◇SDGsとの関係

SDGsとは、2015（平成27）年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」による、平成28年から令和12年までを期間として定める国際的な目標です。持続可能な世界を実現するための17の長期的なビジョン（ゴール）と、169の具体的な開発目標（ターゲット）で構成され、あらゆる不平等の是正や住み続けられるまちづくり等、様々な分野において地球上の誰一人取り残さない包摂的な社会を作ること为目标に掲げています。

本計画の推進において、庁内の関係各課と連携して健康格差の解消や市民協働の推進等、SDGsの考え方を取り入れていきます。



3 計画の期間

本計画の期間は、2023（令和5）年度から2027（令和9）年度までの5年間とします。なお、「自殺対策基本法」または「自殺総合対策大綱」の改正、その他社会動向の変化や計画の進捗状況に対応して、見直しを行うこととします。

第2期は、2022（令和4）年度10月に閣議決定された「自殺総合対策大綱」や自殺の実態、社会状況等の変化を踏まえた見直しを行い、その結果を反映しました。

第2章 大月市における自殺の特徴

1 統計データからみる大月市の現状と課題

(1) 自殺者数・自殺死亡率の推移

① 住所地

◇本市に住所を有していた自殺者数は、2018（平成30）年に9人と多かったですが、2021（令和3）年は4人にまで減少しています。（表1）

◇本市の自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）は、2018（平成30）年をピークに年々減少していますが、全国および山梨県を上回っています。（図1）

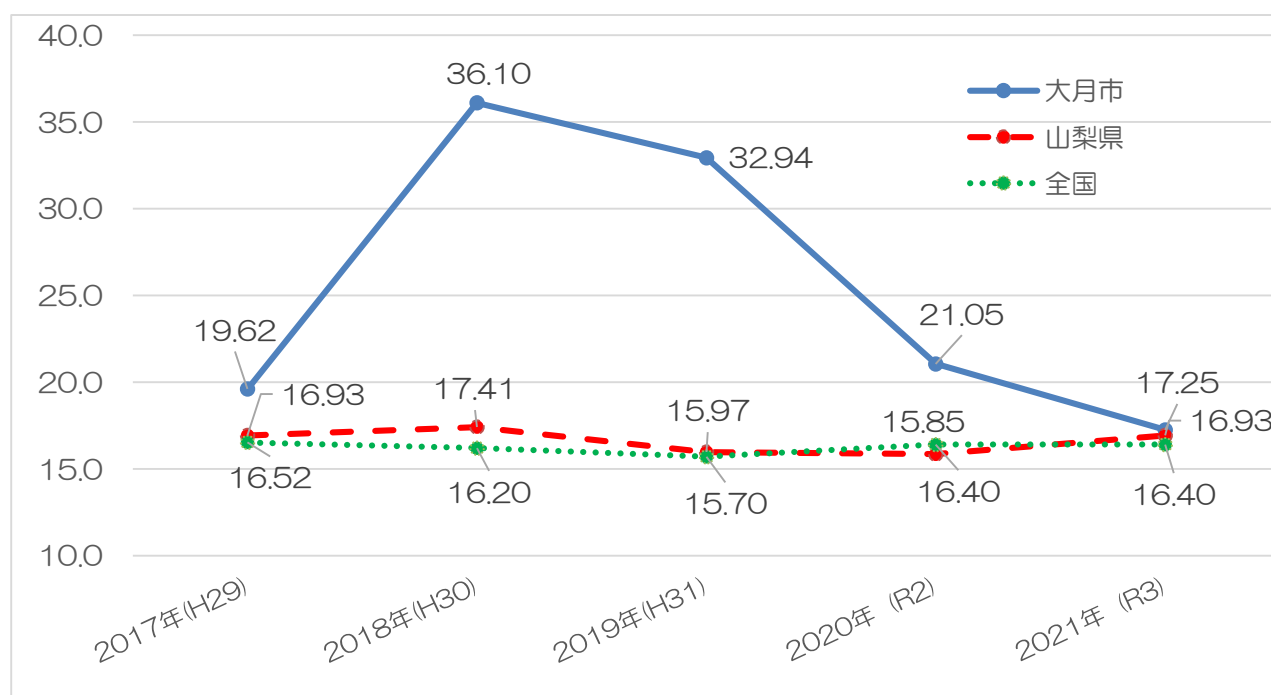
表1 自殺者数・自殺死亡率の推移（住所地）

（実数：人 率：人口10万対）

		2017 (H29)	2018 (H30)	2019 (H31)	2020 (R2)	2021 (R3)
大月市	実数	5	9	8	5	4
	率	19.62	36.10	32.94	21.05	17.25
山梨県	実数	143	146	133	131	139
	率	16.93	17.41	15.97	15.85	16.93
全国	実数	21,127	20,668	19,974	20,907	20,820
	率	16.52	16.20	15.70	16.40	16.40

資料：地域自殺実態プロフィール2022

図1 自殺死亡率の推移（住所地）



②発見地

◇本市内で発見された自殺者数は、２０１８（平成３０）年に１５人と増加しましたが、その後は減少し、２０２１（令和３）年は５人となっています。（表２）

◇自殺死亡率は、２０１８（平成３０）年は６０．１７と山梨県及び全国を大きく上回りましたが、その後は減少し、２０２１（令和３）年は、２１．５７と山梨県をやや下回っています。（図２）

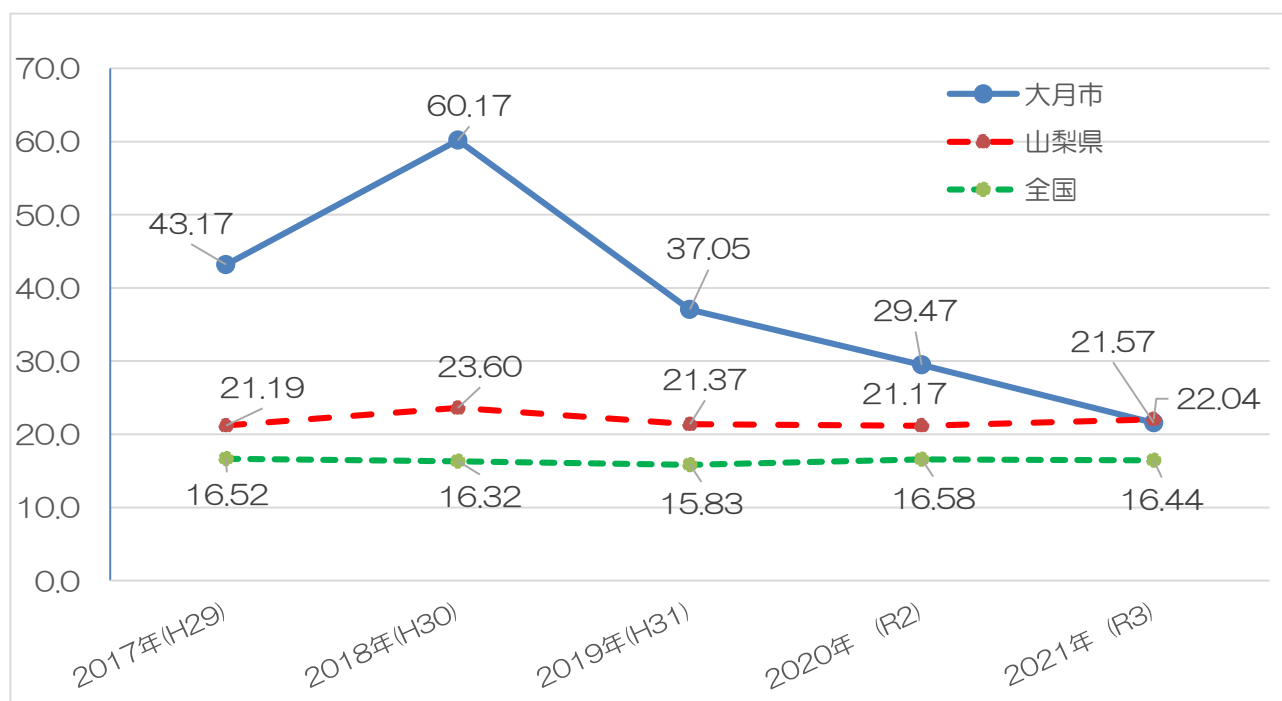
表２ 自殺者数・自殺死亡率の推移（発見地）

（実数：人 率：人口１０万対）

		2017 (H29)	2018 (H30)	2019 (H31)	2020 (R2)	2021 (R3)
大月市	実数	11	15	9	7	5
	率	43.17	60.17	37.05	29.47	21.57
山梨県	実数	179	198	178	175	181
	率	21.19	23.6	21.37	21.17	22.04
全国	実数	21,127	20,668	19,974	20,907	20,820
	率	16.52	16.32	15.83	16.58	16.44

資料：地域自殺実態プロファイル２０２２、地域における自殺の基礎資料

図２ 自殺死亡率の推移（発見地）



③性・年代別の平均自殺死亡率(10万対)〈2017～2021年〉

◇本市では、男性の80歳代が102.41と最も高く、続いて男性の70歳代45.36、女性の20歳代45.09となっています。

県や全国と比較すると、ほとんどの年代で上回っていることがわかります。

図3 性・年代別の平均死亡率（男性）

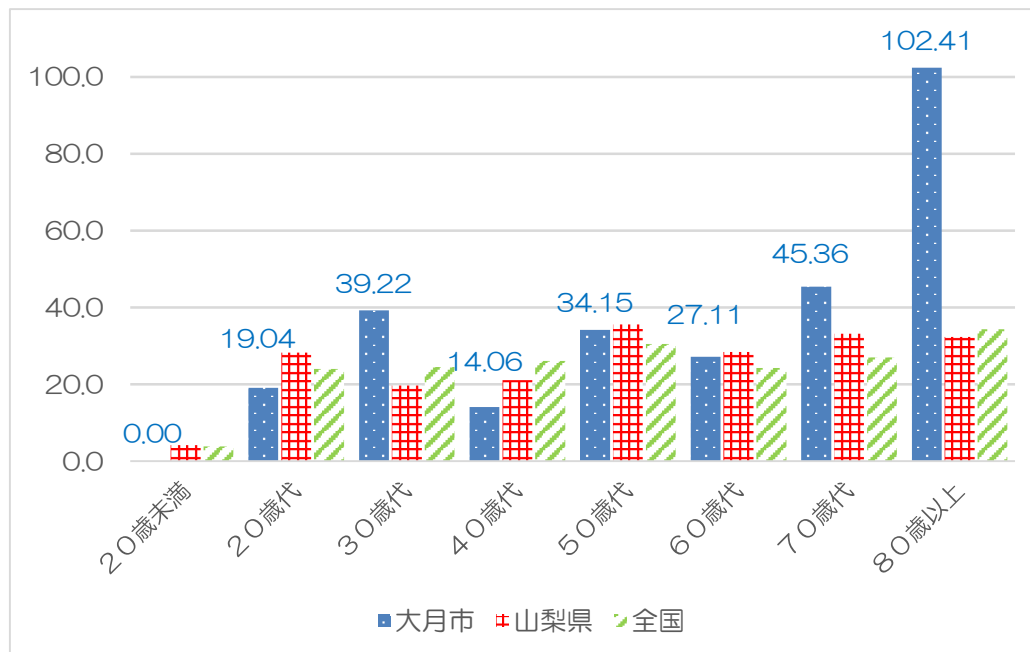
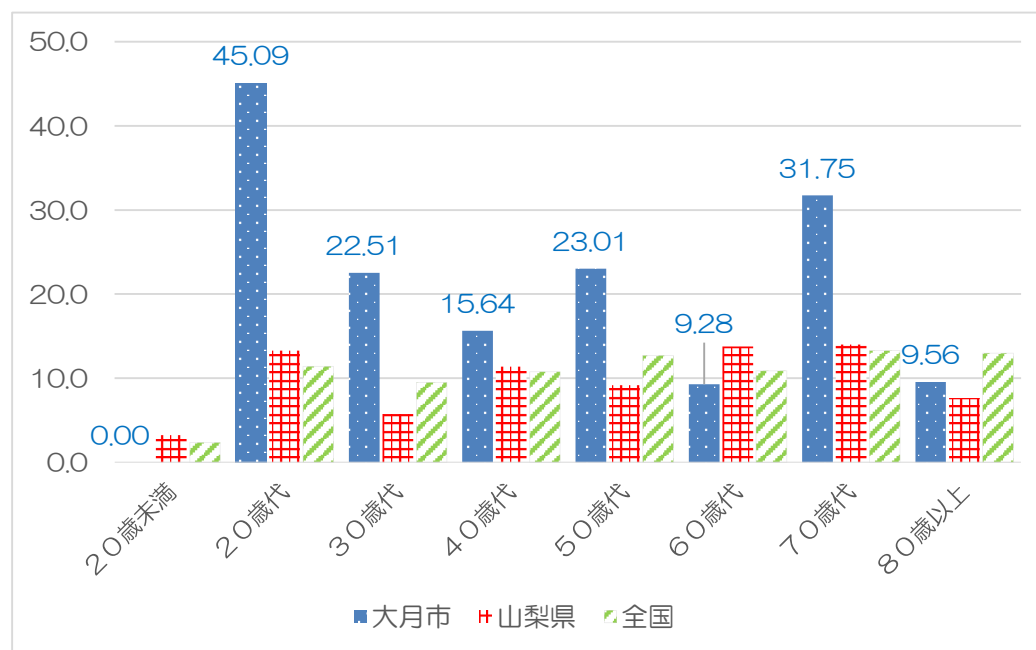


図4 性・年代別の平均死亡率（女性）



資料：地域自殺実態プロフィール2022

④ 60歳以上の自殺者における同居人あり・なしに関する割合

◇本市における同居人あり・なしの割合をみると、すべての年代において、男性・女性ともに同居人「あり」が高くなっています。

特に、80歳以上の同居人ありの男性が33.3%と高く、続いて70歳代の男性と女性が16.7%となっています。

◇全国と比較すると、同居人ありの割合は、男女共に70歳代、男性の80歳代以上は本市の方が高く、60歳代は男女ともに全国の方が高い状況にあります。

表3 60歳以上の自殺者における同居人あり・なしに関する割合

同居人の有無		自殺者数（人）		割合（％）		全国割合（％）	
		あり	なし	あり	なし	あり	なし
男性	60歳代	2	1	11.1	5.6	14.0	10.4
	70歳代	3	1	16.7	5.6	15.0	8.0
	80歳以上	6	0	33.3	0.0	11.5	5.0
女性	60歳代	1	0	5.6	0.0	8.7	2.8
	70歳代	3	0	16.7	0.0	9.1	4.3
	80歳以上	1	0	5.6	0.0	6.9	4.3
合計		18		100.0		100.0	

資料：地域自殺実態プロファイル2022

(2) 大月市の自殺の特徴

自殺の実態について自殺総合対策推進センターの「地域自殺実態プロファイル（2022）」により、本市において自殺で亡くなる人の割合が多い属性（性別×年齢×職業の有無別×同居人の有無別）の上位5区分が示されました。

また、この属性情報から、本市において推奨される重点施策として、「高齢者」「生活困窮者」「無職者・失業者」「ハイリスク地」「自殺手段」に対する取組があげられました。

◇2017（平成29）年～2021（令和3）年の5年間における本市の自殺者数は、合計 31 人（男性 20 人、女性 11 人）となっています。

（厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」（自殺日・住居地）より集計）

◇無職の方の自殺者の割合が高くなっています。

◇背景にある主な自殺の危機経路をみると、失業や生活苦、介護疲れ、夫婦間の問題、身体疾患、借金などから、うつ状態になり自殺された方が多いことがわかります。

表4 大月市の主な自殺の上位5区分

※順位は自殺者数の多さにもとづき、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順としました。

大月市の主な自殺者の特徴

（自殺日・住居地）

自殺者の特性上位5区分	自殺者数 (人) (5年計)	割合 (%)	自殺死亡率※1 (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路※2
1位:男性 60歳以上 無職同居	10	32.3	75.8	失業（退職）→生活苦＋介護の悩み（疲れ） ＋身体疾患→自殺
2位:女性 60歳以上 無職同居	4	12.9	19.7	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
3位:女性 40～59歳 無職独居	2	6.5	889.7	夫婦間の不和→離婚→生活苦→うつ状態→ 自殺
4位:男性 40～59歳 無職同居	2	6.5	178.3	失業→生活苦→借金＋家族間の不和→ うつ状態→自殺
5位:男性 60歳以上 無職独居	2	6.5	85.7	失業（退職）＋死別・離別→うつ状態→ 将来生活への悲観→自殺

資料：地域自殺実態プロファイル2022

警察庁自殺統計原票データを厚生労働省（自殺対策推進室）にて特別集計

※1 自殺死亡率の母数（人口）は総務省「令和2年国勢調査」常行状態等基本集計を基に自殺総合対策推進センターにて推計。

※2 「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）を参考に推定した。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。

（3）「健やかライフ おおつき21

～大月市第9次健康増進計画・食育推進計画～」より抜粋

＜現状と課題＞

健康状態を維持するためには、運動習慣等に加え、適切な休養が重要です。また、近年のライフスタイルの変化や価値観の多様化等により、成人だけではなく子どももストレスを抱える傾向があり、こころの健康づくりについての重要性も高まっています。適切な休養を取りながら、こころの健康に対する正しい知識を持つことで、こころの健康を維持していくことが重要となります。

一般市民を対象としたアンケート調査においては、ストレスがあると答えた割合は58.1%となっていますが、ストレスの解消法がないと答えた割合は35.8%となっており、ストレスを抱える割合が多い一方で、ストレスの解消法がない市民が一定程度いることがわかります。また、中学生から18歳を対象としたアンケート調査においても、不満や悩み、ストレスを解消できていると思うと答えた割合は44.9%となっており、悩み事を相談できる人がいないと答えた割合は11.7%となっています。中学生から18歳においてもストレスを抱えながらも相談できる相手がない市民が一定程度いることがわかります。

策定委員会では、不登校の子ども増加・長期化、地域における声掛けの減少、学校卒業後のフォローの不足、相談に行く最初の一步が難しい等の課題が指摘されています。

第3章 いのちささえる自殺対策における取組

1 基本施策

(1) 地域におけるネットワークの強化

誰も自殺に追い込まれることのない地域社会を実現していくためには、市、関係団体、事業所、市民等の様々な主体が連携・協力し、総合的に自殺対策を推進していく必要があります。そのためには、地域の様々な主体の役割を明確化したうえで、相互の連携・協働の仕組みを構築し、地域におけるネットワークを強化し、様々な領域で積極的に自殺対策に参画できる環境整備の推進が必要です。

【主な取組】

- ① 大月市要保護児童対策協議会による情報共有と支援体制の強化
- ② 子育て世代包括支援センターの強化
- ③ 高齢者見守りネットワークの強化
- ④ 地域包括ケアの推進
- ⑤ 学校や保育園、幼稚園、関係機関等と連携し身近な相談場所の提供
- ⑥ 自殺等の調査や自殺対策に係る様々なデータの収集・分析等の推進
- ⑦ 地域セーフティーネット連絡会議（県）等への参加
- ⑧ 職場におけるメンタルヘルス対策及びパワーハラスメント対策の推進

(2) 自殺対策を支える人材育成

自殺を防止するためには、自殺のサインにいち早く「気づく」ことが大切になります。自殺や自殺関連事象に関する正しい知識を普及したり、自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守ったりする、「ゲートキーパー（※）」の役割を担う人材等を養成することが必要です。地域の人的資源の連携を調整し、包括的な支援の仕組みを構築する役割を担う人材を養成します。

【主な取組】

- ① 市民や様々な領域を対象とする、地域の中で「気づき、見守り、つながる」ことができるゲートキーパー（※）の育成
- ② 自殺対策従事者や支援者ための心のケア

(※)ゲートキーパー

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、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげる、見守る）を図ることができる人のこと

(3) 住民への啓発と周知

自殺は「誰にでも起こり得る危機」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があり、そうした心情や背景に対して理解を深めていくことが重要になります。危機に陥った場合、誰かに助けを求めることが適当であることが地域全体の共通認識となるように、自殺に対する正しい認識を普及させていくことが必要です。自殺は、その多くが追い込まれた末の死であるが、その一方で、中には病気などにより衝動的に自殺で亡くなる人がいることも併せて周知をします。こころの健康の大切さ、自殺や自殺対策に関する正しい理解促進の取り組みを推進します。市民の一人ひとりの気づきと見守りを促す啓発活動を行っていきます。

キャッチフレーズ

『 みんなで守ろう 大切な命 大月市 』

【主な取組】

- ① キャッチフレーズの周知
- ② リーフレット・啓発グッズ等の配布
- ③ 広報やホームページ、ICT(インターネット・SNS 等)等を活用した、自殺や自殺関連事象、うつ病等に対する正しい知識の発信と普及啓発
- ④ 地域や学校、職場における「こころの健康づくり」の普及啓発
- ⑤ 「山梨いのちの日」や自殺予防週間、自殺対策強化月間等の周知・啓発
- ⑥ 相談できる専門機関や医療機関などの情報の発信及び支援体制の充実

(4) 生きることの促進要因への支援

自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」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方向で実施する必要があります。そのため様々な分野において、「生きることの阻害要因」を減らし、併せて「生きることの促進要因」を増やす取り組みを推進します。また、日頃から自殺リスクを低減できるような相談体制の充実を図ります。

【主な取組】

- ① 関係機関と連携した妊娠・出産・子育ての切れ目のない支援を行う体制整備
- ② 妊産婦への産後ケア事業の推進や相談の場を活用した産後うつ等の早期発見、適切な支援の充実
- ③ 保育園（所）や幼稚園、認定こども園、学校などと連携し、身近に気軽に相談・交流ができる場所の提供
- ④ 働き盛り世代や高齢者への支援の充実
- ⑤ 精神障害者への支援の充実
- ⑥ 老人クラブ活動や地域活動等、様々な活動への参加を促進し、居場所づくり・仲間づくり

など交流機会の充実

- ⑦ 生活困窮者への支援
- ⑧ 性的マイノリティの方等に対する支援の充実
- ⑨ 自殺未遂者や残された人への支援の充実
- ⑩ ひきこもりの方や家族への支援体制の充実

(5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

様々な困難やストレスの対処法を身につけるため、学校において、SOSの出し方に関する教育を実施することは、自殺対策において重要です。困難やストレスに直面した際の対応能力を高めるため、命の大切さ・尊さ、SOSの出し方、こころの健康に関する正しい知識や適切な対応を含めたこころの健康にかかる教育等について、教育機関と連携し推進していきます。

【主な取組】

- ① 市内小中学校及び高校生に対するSOSの出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応を含めたこころの健康の保持に係る教育の推進
- ② 子どもがSOSを出しやすい環境整備及び子どものSOSを受け止められる体制の構築
- ③ 大月短期大学生に対するSOSの出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応を含めたこころの健康の保持に係る教育の推進

2 重点施策

「地域自殺実態プロファイル」により、本市において推奨される重点施策として、「高齢者」「生活困窮者」「無職者・失業者」「ハイリスク地」「自殺手段」に対する取り組みがあげられました。この5つを本市における重点施策として位置づけ、基本施策の基盤強化と合わせて、地域の関係機関や庁内全体で取組として対策を推進します。

(1) 高齢者対策

高齢者の自殺については、慢性疾患による継続的な身体的苦痛や将来への不安、身体機能の低下に伴う社会や家庭での役割の喪失感、近親者の喪失体験、介護疲れ等によるうつ病も多いとされています。また近年では、新型コロナウイルス感染症拡大により人との接触機会が減り、地域での活動が縮小され、社会的な孤立が深刻化しています。

本市においては、60歳以上の高齢者の自殺死亡率が高く、特に80歳以上の高齢者の自殺死亡率はかなり高い状況にあります。このため、家庭や地域における気づきや見守りなど、地域包括支援センターと協働・連携し、介護等において多様化するニーズ等に対応した取り組みが必要となることから、高齢者への対策を推進します。

【主な施策等】

- ◇ 高齢者見守りネットワークの強化
- ◇ 地域包括ケアの推進
- ◇ 生きがい施策
- ◇ ゲートキーパー養成講座の実施
- ◇ 各種団体等への情報提供
- ◇ 相談支援体制の充実
- ◇ 介護予防やフレイル対策

(2) 生活困窮者対策及び無職者・失業者対策

生活困窮の背景には、虐待、性犯罪・性暴力被害、依存症、性的マイノリティ、障害、被災避難、介護、多重債務、労働等の多様かつ広範な問題を複合的に抱えていることが多いため、重層的・包括的な支援が必要となります。生活困窮者自立支援制度に関する事業を展開するとともに、自殺リスクを抱える人を早期に発見し、支援につなげることができるよう、生活困窮者自立支援担当者部門と警察や司法、民間団体等と連携した対応が重要になることから、人材育成や支援体制の充実など推進します。また、無職者・失業者では、社会的に排除されやすい傾向があり、離職・長期間失業など就労や経済の問題を抱えている場合や、経済問題以外の傷病、障害や人間関係の問題などを抱えている場合もあります。失業者に対する相談窓口の充実や社会的に孤立しないような支援などの体制の整備を推進します。

【主な施策等】

- ◇ 相談支援体制の充実
- ◇ 生活困窮者自立支援制度及び生活保護制度等に基づく事業の実施
- ◇ 関係機関等との連携

(3) ハイリスク地対策及び自殺手段対策

本市の自殺死亡率は、住所地ベースより発見地ベースが大幅に上回っています。本市の自殺の現状や対策について、県内の市町村や他の都道府県へ広く周知を図るとともに、本市の自殺の危険性が高い地域や場所の把握、地元住民への普及・啓発など、関係機関や企業、地元住民が連携し、水際対策や負のイメージを払拭するための取り組みなどを推進します。

【主な施策等】

- ◇ 自殺の危険性の高い地域や場所の把握
- ◇ 市民への普及啓発

第4章 自殺対策の推進体制等

1 数値目標

自殺総合対策大綱においては、国は2026（令和8）年までに、自殺死亡率を2015（平成27）年と比べて30%以上減少させ、自殺死亡率を13.0以下とすることを目標としています。

本市の2021（令和3）年の自殺死亡率は、17.25と前回目標値を下回っていますが、本計画における目標年となる2026（令和8）年の自殺死亡率は前回の目標値15.82以下を目指します。

図5 自殺死亡率の推移（目標率）

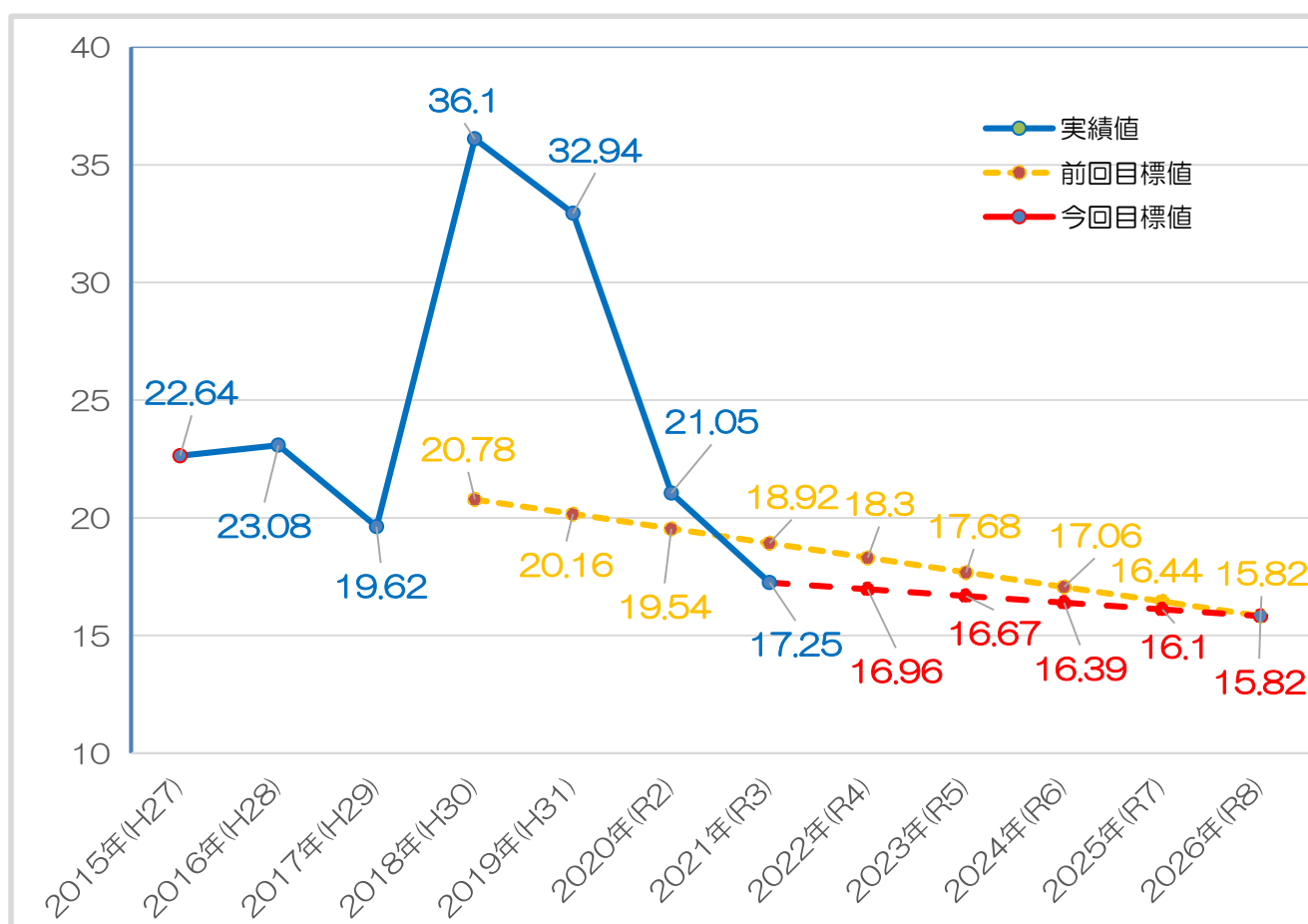


表5 数値目標

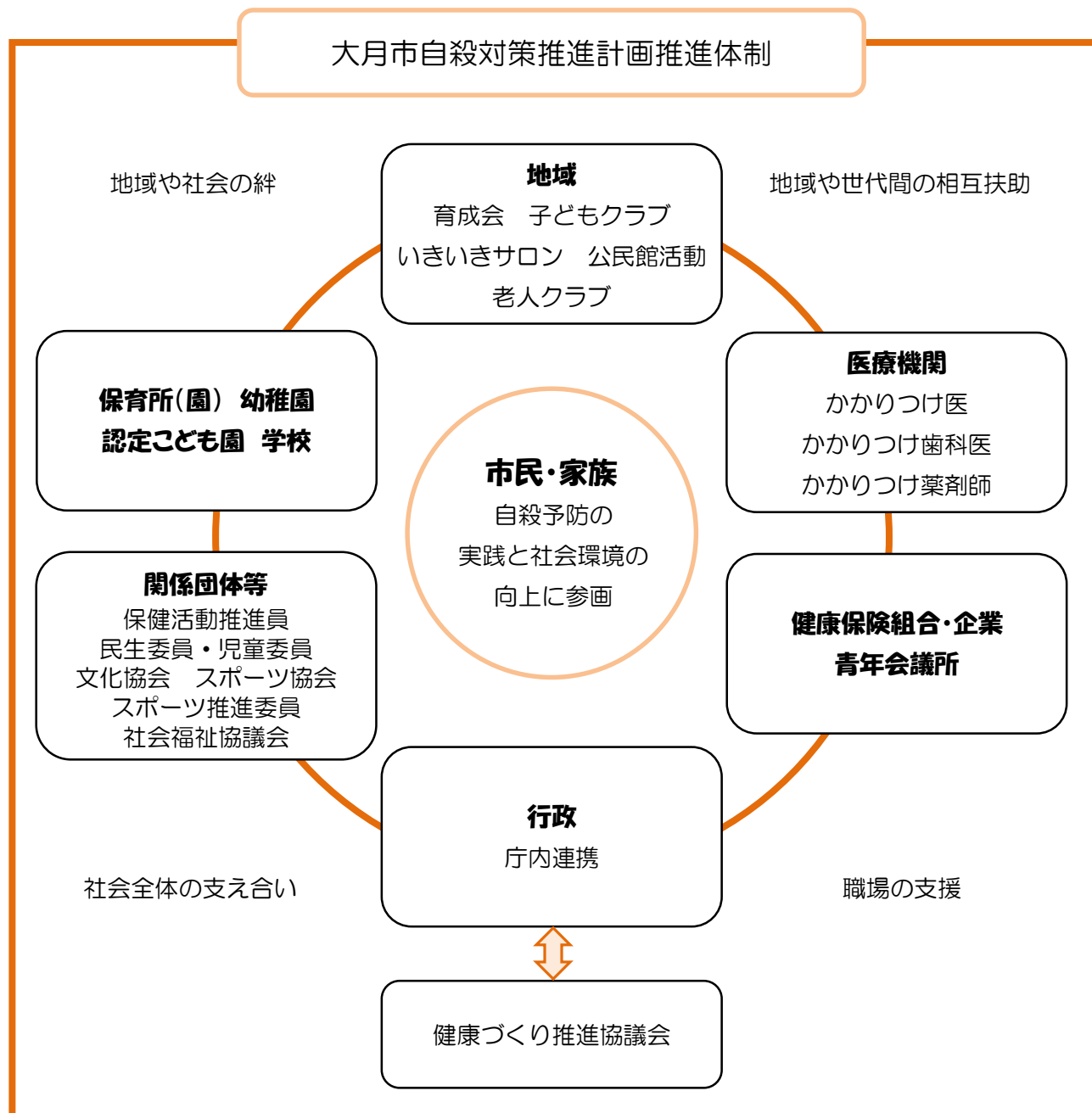
指 標	現 状 2021（令和3）年	目 標 2026（令和8）年
自殺死亡率 【住所地】	17.25	15.82
ゲートキーパー 養成講座開催回数	年1回	年2回以上開催する

2 推進体制

こころの健康づくり・自殺対策の推進のためには、市民一人ひとり、関係団体、企業、行政が連携・協働して「生きることの包括的な支援」に取り組む必要があります。

計画の推進のために、庁内全体で連携を図り取り組みを推進します。

本市では、「健康づくり推進協議会」及び「庁内」等において実施状況を評価しながら、実情に応じた施策を推進していきます。



大月市自殺防止対策推進計画（第2期）

～「誰も自殺に追い込まれることのない大月市」の実現を目指して～

発 行 令和5年3月

発 行 者 大 月 市

企画・編集 子育て健康課

〒401-8601

山梨県大月市大月2丁目6番20号

T E L 0554-23-8038（ダイヤルイン）

F A X 0554-22-6422

[https:// www.city.otsuki.yamanashi.jp](https://www.city.otsuki.yamanashi.jp)