

# 下松市自殺対策計画

## 「誰も自殺に追い込まれることのない住みよいまち下松」を目指して

2016年4月、自殺対策基本法が改正され、自殺対策のより一層の推進と、より具体的・実効的な計画の必要性が謳われました。

これを受け、本市においても、今後、5年間の自殺対策の方向性を示す「下松市自殺対策計画」を策定することにしました。

自殺対策とは、すべての市民が「自分自身を肯定して生きられる」地域づくりです。

## 「誰も自殺に追い込まれることのない住みよいまち下松」

の実現を目指すため、市民の一人一人が自殺対策の主役となり、つながりを持ち、社会全体で自殺リスクを低下させるよう、地域レベルの実践的な取組を中心とした計画とします。



下松市公式マスコットキャラクター  
くだまる

令和2年3月  
下松市

# 基本理念 誰も自殺に追い込まれることのない住みよいまち下松

## 1. 下松市の自殺者の特徴と課題

### ●下松市の課題

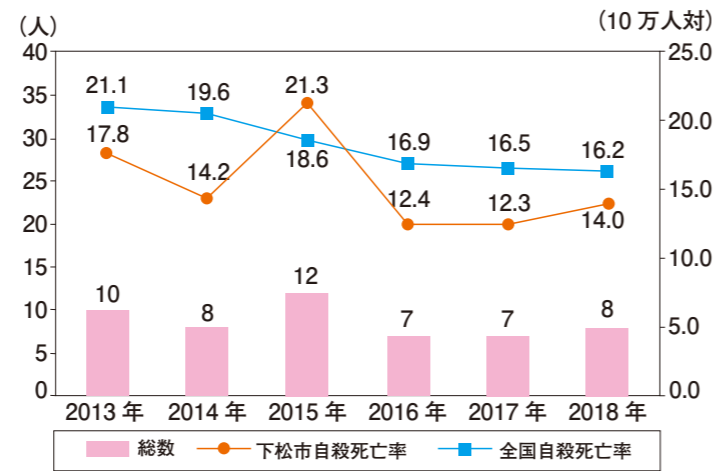
- 地域や関係機関と連携し、自殺対策の体制づくり
- 若者世代や働き盛りの世代等に対してメンタルヘルスの取組や相談機能の充実
- 高齢者が持つ様々な不安に対する相談や、見守り・気づきができる環境づくり

下松市の年間自殺者数は、ここ数年は7～12人で推移しており、自殺死亡率（人口10万人対）は、全国に比べると約2ポイント低く、横ばいとなっています。

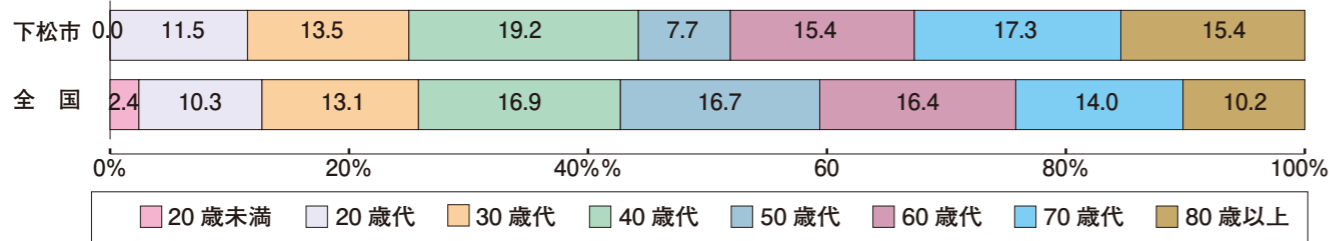
自殺者の年代構成をみると、全体では20歳代、30歳代、40歳代、70歳代、80歳以上において、全国平均を上回っています。

自殺者の年代別死亡率では、男性は全国平均と比べると80歳代、20歳代の年齢層で相対的に高く、女性では40歳代が高くなっていますが、その他の年代では目立って低くなっています。

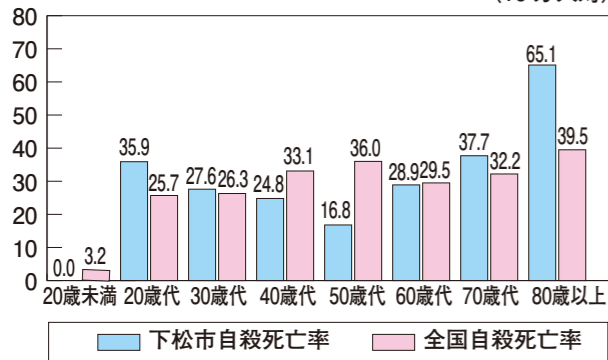
自殺者数・自殺死亡率の推移



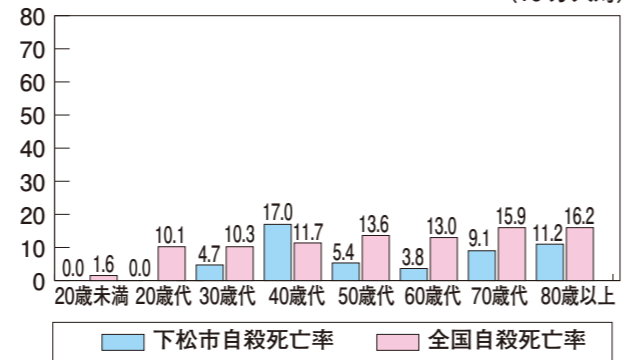
自殺者の年代構成【全体】



性別・年代別死亡率【男性】

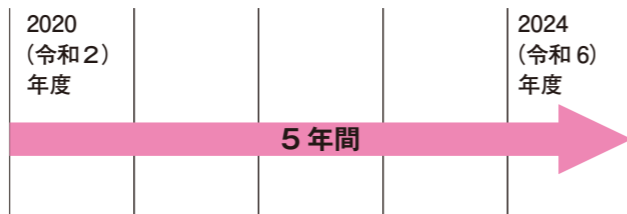


性別・年代別死亡率【女性】



## 2. 計画の期間

2020年から2024年までの5年間



## 3. 計画の目標値

指標名	自殺死亡率5年平均
現在の状況	14.8 (平成26年～平成30年)
目標値	11.8 (令和元年～令和5年)

※自殺死亡率とは、人口10万人あたりの自殺者数を表す指標です



## 4. 基本施策

### (1) 地域におけるネットワークの強化

市民、行政、関係機関が声を掛け合う関係を築きながら地域を活性化するまちづくりを目指します。

#### 主な事業 (抜粋)

- 自殺対策推進協議会の開催
- 民生児童委員活動の充実
- 地域包括ケアシステムの推進

### (2) 自殺対策を支える人材の育成

早期の「気づき」のための人材育成の方策を充実させ、医療・保健、福祉、教育、労働その他の関係機関、一般住民に対して、誰もが早期の「気づき」に対応できるよう、必要な研修の機会を確保を図ります。

- ①様々な職種を対象とする研修
- ②住民を対象とする研修
- ③学校教育に関わる人への研修

#### 主な事業 (抜粋)

- 職員や教員を対象に研修を実施
- 関係機関や関係団体、市民を対象に「ゲートキーパー養成講座」を実施

### (3) 住民への啓発と周知

心の健康や自殺対策に関する正しい知識について、リーフレット等の作成・配布等による普及・啓発を推進します。

- ①リーフレット・啓発グッズ等の作成と活用
- ②市民向け講習会等の開催
- ③メディアを活用した啓発

#### 主な事業 (抜粋)

- 自殺対策の実施や自殺予防に関する周知
- 困りごと相談窓口リーフレットの作成
- 出前講座の実施

### (4) 生きることの促進要因への支援

「生きることの促進要因」への支援という観点から、次のような対策を推進していきます。

- ①居場所づくり
- ②相談機能の充実
- ③自殺未遂者等への支援
- ④遺された人への支援

#### 主な事業 (抜粋)

- 健康づくりや生きがい活動を通じて交流できる拠点づくり
- 市民を対象にした臨床心理士によるストレス相談
- 各ライフステージに応じた相談体制の充実

### (5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

- ①SOSの出し方に関する教育の実施
- ②SOSの出し方に関する教育を推進するための連携の強化

#### 主な事業 (抜粋)

- いじめの早期発見、即時対応、継続的な再発予防
- 青少年の健全育成に関する事業を実践

## 5.重点施策

下松市では、「子ども・若者対策」「高齢者対策」「生活困窮者対策」「勤務・経営対策」の4つを重点施策として取り組みます。

### (1) 子ども・若者対策

- ①子どもの自殺予防
- ②若者層の自殺リスクを低減させる取組

### (2) 高齢者施策

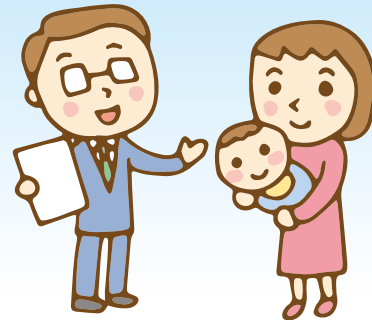
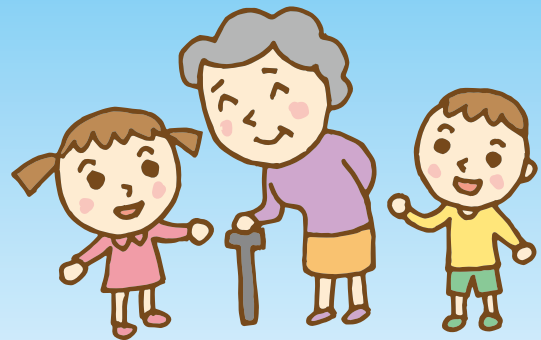
- ①包括的な支援のための連携の推進
- ②地域における要介護者に対する支援
- ③高齢者の健康不安に対する支援
- ④社会参加の促進と孤独・孤立の予防

### (3) 生活困窮者対策

- ①相談支援・人材育成の促進
- ②居場所づくりや生活支援の充実

### (4) 勤務・経営対策

- ①職場におけるメンタルヘルス対策の促進
- ②健康経営に資する取組を推進する



## 6.自殺対策の推進に向けて

医療・保健、福祉、教育、法律・人権擁護、労働、警察、行政担当者等関係機関で構成される「下松市自殺対策推進協議会」において、施策の調整、関係機関との連携の強化等、「生きることの包括的な支援」の推進に努めます。

---

### 下松市自殺対策計画 概要版

発行者 下松市  
編集 下松市健康福祉部健康増進課  
(下松市保健センター)

---

