

計画期間

2022（令和4）～2026（令和8）年度

**気づき 支え合い 誰もが生きることが  
保障されるまちを目指して**

～国立市自殺対策計画～



**2022（令和4）年3月**

**国 立 市**



## はじめに



わが国の自殺死亡率は、主要先進7ヶ国（G7）で最も高く、自殺者数は2003（平成15）年の3万4千人超をピークに減少に転じたものの、2020（令和2）年は、新型コロナウイルス感染症拡大による生活環境の変化など幅広い要因の影響を受け、11年ぶりに増加に転じたことから、自殺対策の更なる強化が必要になっています。

そうした中、「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、自殺対策を更に総合的かつ効果的に推進するため、2016（平成28）年に、自殺対策基本法が改正されました。自殺対策の地域間格差を解消し、いわばナショナル・ミニマムとして、誰もが「生きる

ことの包括的な支援」としての必要な支援を受けられるよう、市町村が「市町村自殺対策計画」を策定し、自殺対策に取り組むことが求められています。

本市では、2019（平成31）年4月に「国立市人権を尊重し多様性を認め合う平和なまちづくり基本条例」を施行し、全ての人を社会的孤立や排除から守り、社会の一員として共に支え合うというソーシャル・インクルージョンの理念を掲げました。そして、人権・平和を市のあらゆる施策の根幹として位置づけ、互いの多様性を認め合い、人権を尊重することによる平和なまちづくりを目指すとともに、各課において、ゲートキーパー養成研修をはじめ、福祉や子どもに関する総合相談窓口の設置や地域包括支援センターによる情報提供や支援を行うなど、自殺対策につながる取組を実施してまいりました。

そういった取組を踏まえ、ひとりの人があるきっかけから追い込まれることがないように、その人の変化に気づき、支え合う地域を市民の皆さまと目指していくため、この度、本計画を策定いたしました。本市の第1期基本構想は「人間を大切にする」というまちづくりの理念を40余年に亘って引き継いでいることから、本計画では、「人間を大切にし、誰もが生きることを保障される社会を目指す」を基本理念として掲げ、それに基づいた基本施策、重点施策を定め、自殺対策の取組を推進してまいります。

結びに、本計画の策定にあたり、ご助言・ご指導をいただきましたスーパーバイザーをはじめ、貴重なご意見をお寄せいただきました市民の皆さま、関係者の皆さまに対し、心から感謝申し上げます。

2022（令和4）年3月

国立市長 永見 理夫

# 目次

## 第1章 計画策定の背景

- 1 国の動向 . . . . . 1
- 2 東京都の動向 . . . . . 8

## 第2章 計画の策定にあたって

- 1 計画の策定及び趣旨 . . . . . 9
- 2 計画の基本理念 . . . . . 10
- 3 計画の位置付け . . . . . 10
- 4 計画期間 . . . . . 11
- 5 計画の目標 . . . . . 12

## 第3章 国立市の現状

- 1 国立市民の死亡の状況 . . . . . 13
- 2 国立市における自殺の特徴 . . . . . 14
  - (1) 自殺死亡率の推移 . . . . . 14
  - (2) 性・年代別の自殺者割合 . . . . . 14
  - (3) 性・年代別の自殺死亡率 . . . . . 15
  - (4) 直近5年の平均自殺死亡率（全国・東京都との比較） . . . . . 16
  - (5) 性別、年代別、有職・無職別の自殺の割合 . . . . . 16
  - (6) 主な自殺の特徴 . . . . . 17
  - (7) 自殺未遂歴の有無 . . . . . 18

## 第4章 これまでの取組

- 1 国立市の対応状況 . . . . . 19
- 2 自殺対策取組実績 . . . . . 20
  - 2-1 地域におけるネットワークの強化 . . . . . 20
  - 2-2 自殺対策を支える人材の育成 . . . . . 22
  - 2-3 住民への啓発と周知 . . . . . 22
  - 2-4 生きることの促進要因への支援 . . . . . 22
  - 2-5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育 . . . . . 26
  - 2-6 基本パッケージ以外の対策 . . . . . 26

## 第5章 自殺対策の取組

1	基本施策	27
	基本施策1 地域におけるネットワークの強化	27
	基本施策2 自殺対策を支える人材の育成	28
	基本施策3 住民への啓発と周知	29
	基本施策4 生きることの促進要因への支援	30
	基本施策5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育	32
2	重点施策	33
	重点施策1 勤務環境や労働環境の多様化に対応した自殺対策の推進	34
	重点施策2 子ども・若者に対する自殺対策の推進	35
	重点施策3 無職者・失業者に対する自殺対策の推進	37
	重点施策4 生活困窮者に対する自殺対策の推進	38
	重点施策5 自殺手段への自殺対策の推進	40

## 第6章 計画の推進

1	計画の周知・啓発	42
2	計画の推進体制	42

## 資料編

1	策定経過	43
2	庁内体制	44
3	自殺対策基本法	46
4	国立市地域福祉推進本部設置要綱	51
5	国立市自殺対策庁内連絡会設置要領	53
6	用語の解説	55
付録	相談先一覧	61

### ～インフォメーション一覧～

インフォメーション1	福祉・生活に関する相談	20
インフォメーション2	高齢者の相談	21
インフォメーション3	子ども・育児相談	21
インフォメーション4	子ども発達相談	23
インフォメーション5	まちの振興課の取組	24

インフォメーション6	児童・生徒の自殺予防に係る取組	25
インフォメーション7	健康相談	28
インフォメーション8	男女平等や女性相談	30
インフォメーション9	しょうがいしゃの相談窓口	31
インフォメーション10	子育て総合相談	36
インフォメーション11	生活保護に関する相談	39

●P.55以降に用語の解説を記載しています。解説を記載している用語には、用語の後に「\*」が付いています（例：P.1・3行目「健康日本21\*」）。

●本計画における「自死」と「自殺」の使い分けについて

「自死・自殺」の表現については、一部自治体の自殺対策計画において「自死」に統一する対応を行っている自治体があるなど、表現方法に違いがみられます。

本計画の「自死」及び「自殺」の表現につきましては、NPO法人 全国自死遺族総合支援センターの『「自死・自殺」の表現に関するガイドライン～「言い換え」ではなく「使い分け」を～』に則った方法で「使い分け」を行っております。

**(1) 行為を表現するときは「自殺」を使う**

**(2) 多くの自殺は「追い込まれた末の死」として、プロセスで起きていることを理解し、「自殺した」ではなく「自殺で亡くなった」と表現する**

**(3) 遺族や遺児に関する表現は「自死」を使う**

出典：NPO法人 全国自死遺族総合支援センター『「自死・自殺」の表現に関するガイドライン～「言い換え」ではなく「使い分け」を～』



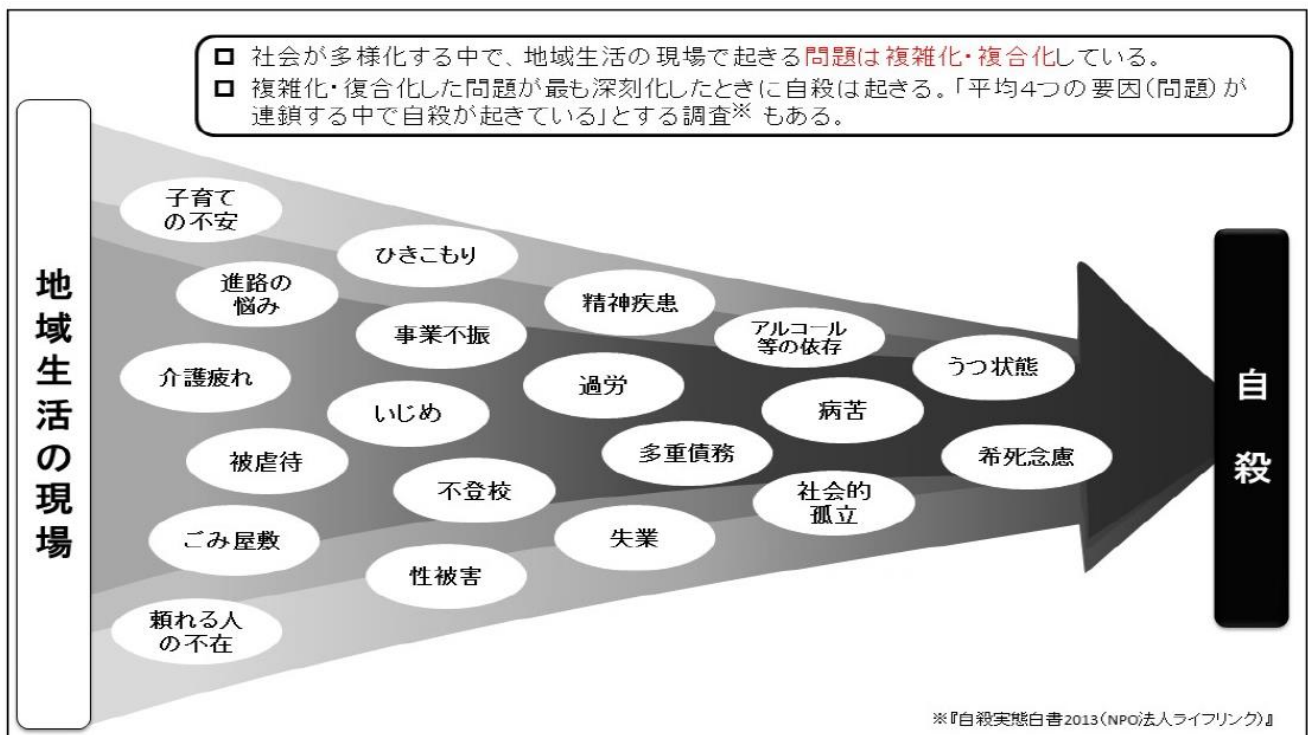
# 第1章 計画策定の背景

## 1 国の動向

日本では、1998（平成10）年に年間の自殺者が前年比8,000人余り急増したことにより、自殺問題が社会問題として強く認識されるようになりました。2000（平成12）年には「健康日本21\*」の中で自殺とうつ病との関連性に着目して、こころの健康づくりの観点から自殺者数減少への取り組みが掲げられ、その後も全国での自殺者数は3万人を割り込むことなく推移しました。

2006（平成18）年、超党派の国会議員による「自殺防止対策を考える議員有志の会」が結成され、「自殺対策基本法案」について検討が進められ、国会での審議を経て、自殺対策基本法が公布・施行されました。この法律では、自殺対策を総合的に推進し、自殺の防止を図り、併せて自死遺族などへの支援充実を図ることが目的とされました。また、2007（平成19）年、政府は「自殺総合対策大綱」を策定し（P.7図5参照）、自殺は追い込まれた末の死であること（図1参照）、自殺は防ぐことができること、自殺を考えている人はサインを発していることなどを基本認識として、対策を進めていくことを明らかにしました。

図1 自殺の危機要因（イメージ図）（厚生労働省資料）





基本法施行から10年目の2016（平成28）年、自殺対策基本法が改正され、都道府県・市町村における自殺対策計画の策定が定められました。また、2017（平成29）年の新しい「自殺総合対策大綱」では、最終的に目指すべきは「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現であるとしつつ、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ことを基本理念としています（P.6図4参照）。また、2026（令和8）年までに自殺死亡率を2015（平成27）年と比べて30%減少させることを目指し、重点施策として、以下のような内容を掲げています。

## 【重点施策】

### 1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する

- ・地域自殺実態プロファイル\*、地域自殺対策の政策パッケージの作成
- ・地域自殺対策計画の策定ガイドラインの作成
- ・地域自殺対策推進センターへの支援
- ・自殺対策の専任職員の配置・専任部署の設置の促進

### 2. 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す

- ・自殺予防週間と自殺対策強化月間の実施
- ・児童生徒の自殺対策に資する教育の実施(SOSの出し方に関する教育の推進)
- ・自殺や自殺関連事象等に関する正しい知識の普及
- ・うつ病等についての普及啓発の推進

### 3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する

- ・自殺の実態や自殺対策の実施状況等に関する調査研究・検証・成果活用  
(革新的自殺研究推進プログラム)
- ・先進的な取組に関する情報の収集、整理、提供
- ・子ども・若者の自殺調査
- ・死因究明制度との連動
- ・オンサイト施設の形成等により自殺対策の関連情報を安全に集積・整理・分析

### 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

- ・自殺対策の連携調整を担う人材の養成
- ・かかりつけ医の資質向上
- ・教職員に対する普及啓発
- ・地域保健・産業保健スタッフの資質向上
- ・ゲートキーパーの養成
- ・家族や知人等を含めた支援者への支援

## **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**

- ・職場におけるメンタルヘルス\*対策の推進
- ・地域における心の健康づくり推進体制の整備
- ・学校における心の健康づくり推進体制の整備
- ・大規模災害における被災者の心のケア、生活再建等の推進

## **6. 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**

- ・精神科医療、保健、福祉等の連動性の向上、専門職の配置
- ・精神保健医療福祉サービスを担う人材の養成等
- ・うつ病、統合失調症\*、アルコール依存症、ギャンブル依存症等のハイリスク者対策

## **7. 社会全体の自殺リスクを低下させる**

- ・ICT（インターネットやSNS等）の活用
- ・ひきこもり、児童虐待、性犯罪・性暴力の被害者、生活困窮者、ひとり親家庭、セクシュアル・マイノリティに対する支援の充実
- ・妊産婦への支援の充実
- ・相談の多様な手段の確保、アウトリーチの強化
- ・関係機関等の連携に必要な情報共有の周知
- ・自殺対策に資する居場所づくりの推進

## **8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ**

- ・地域の自殺未遂者支援の拠点機能を担う医療機関の整備
- ・医療と地域の連携推進による包括的な未遂者支援の強化
- ・居場所づくりとの連動による支援
- ・家族等の身近な支援者に対する支援
- ・学校、職場等での事後対応の促進

## **9. 遺された人への支援を充実する**

- ・遺族の自助グループ等の運営支援
- ・学校、職場等での事後対応の促進
- ・遺族等の総合的な支援ニーズに対する情報提供の推進等
- ・遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上
- ・遺児等への支援

## **10. 民間団体との連携を強化する**

- ・民間団体の人材育成に対する支援
- ・地域における連携体制の確立
- ・民間団体の相談事業に対する支援
- ・民間団体の先駆的・試行的取組や自殺多発地域における取組に対する支援

## 11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する

- ・ いじめを苦しめた子どもの自殺の予防
- ・ 学生・生徒への支援充実
- ・ SOSの出し方に関する教育の推進
- ・ 子どもへの支援の充実
- ・ 若者への支援の充実
- ・ 若者の特性に応じた支援の充実
- ・ 知人等への支援

## 12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する

- ・ 長時間労働の是正
- ・ 職場におけるメンタルヘルス対策の推進
- ・ ハラスメント防止対策

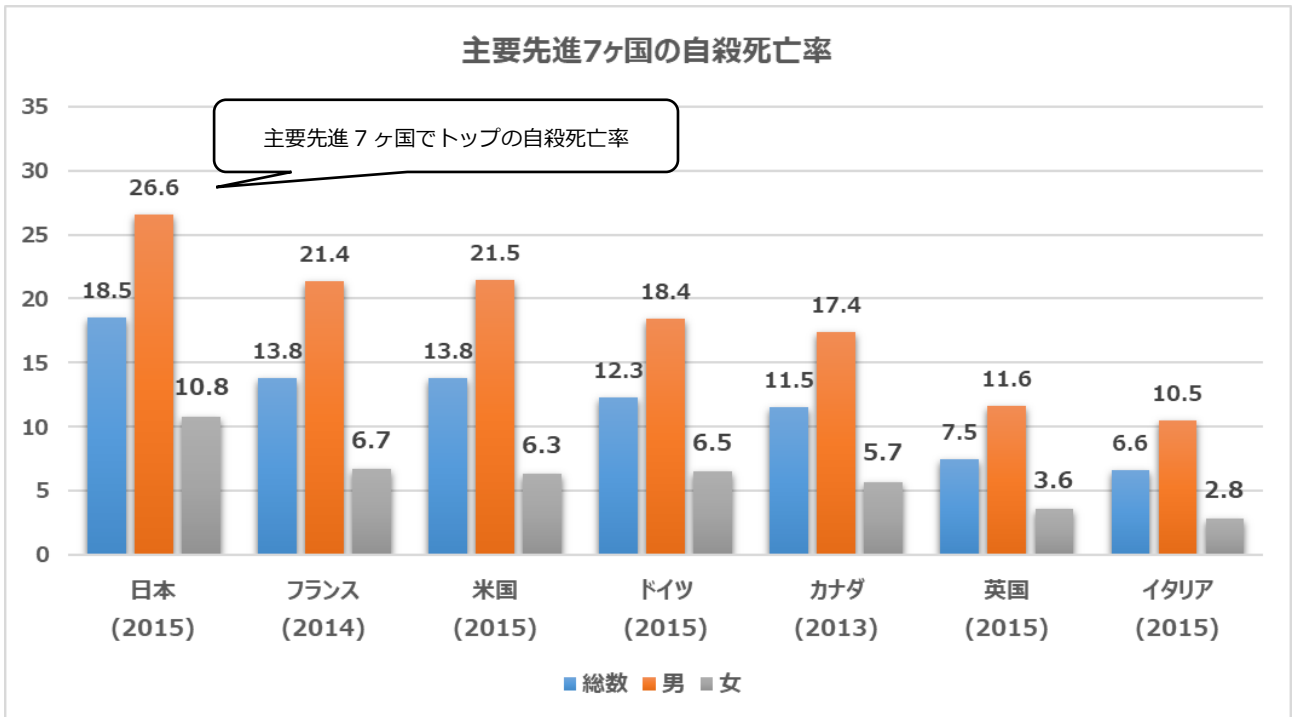
2020（令和2）年には、新型コロナウイルス感染症拡大による生活環境の変化など幅広い要因の影響を受け、自殺者数は11年ぶりに増加に転じました。男性は前年比23人減少しましたが、女性は前年比935人の増加、若年層に至っては498人に上り、1978（昭和53）年の統計開始以来最多だった1986（昭和61）年の401人を大きく上回ったことから、自殺を未然に防止するための対策を強化することが求められています。

また、2015（平成27）年9月の国連サミットでは、持続可能な開発目標（SDGs\*）が採択されました。これにより先進国を含め、すべての国が「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包括性のある社会の実現のため、2030年を年限とする17の国際目標に取り組むこ

とが求められています。17の目標のひとつである「3：すべての人に健康と福祉を」では、あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進することが掲げられています。この中で、自殺対策に関しても世界共通で取り組むことが求められています。「3：すべての人に健康と福祉を」以外の目標の一部も「生きることの包括的支援」に関連することから、国立市においても、SDGsの目標達成に貢献することを意識しつつ、自殺対策に取り組む必要があります。

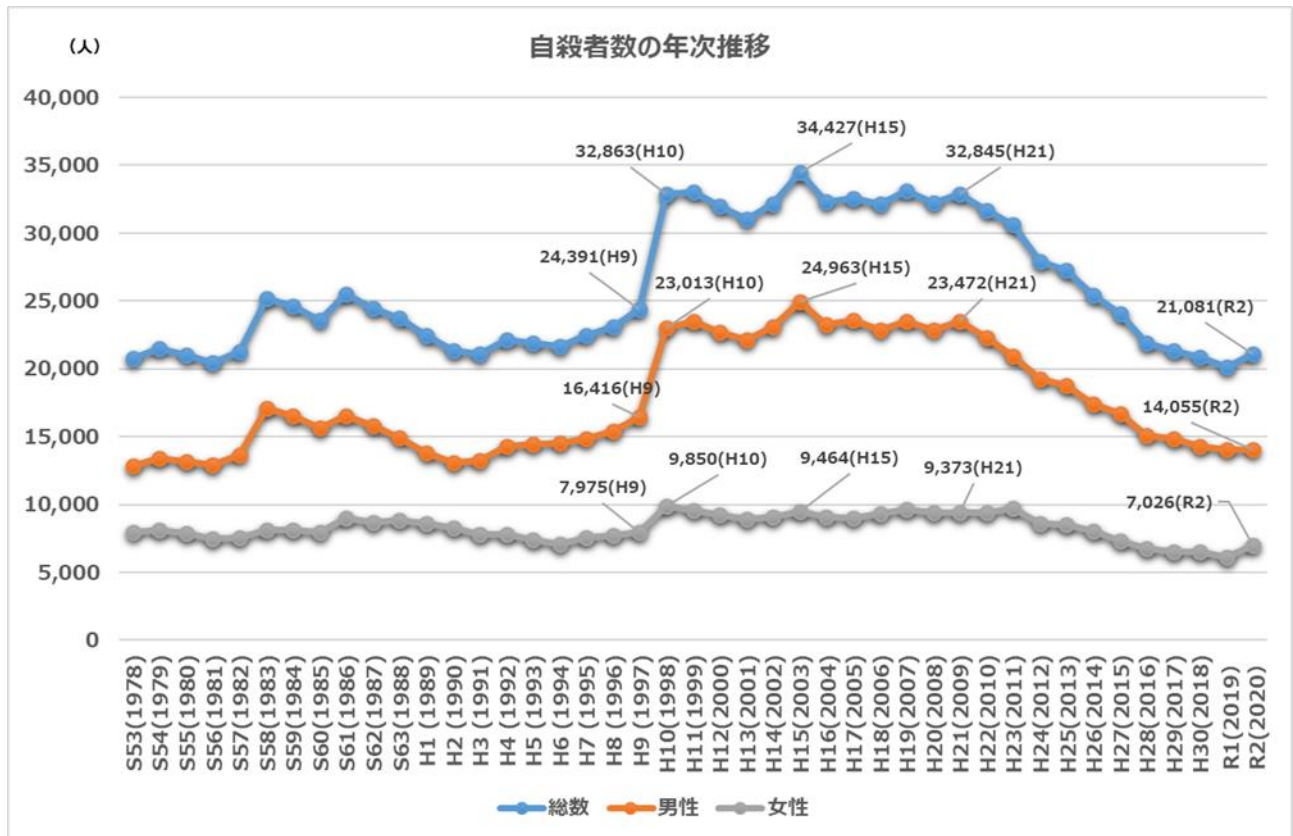


図2 自殺死亡率の国際比較



出典…厚生労働省「令和2年版 自殺対策白書」  
自殺死亡率…人口10万人当たりの自殺者数

図3 日本の自殺者数の推移



出典…厚生労働省・警察庁「令和2年中における自殺の状況」

図4 自殺総合対策大綱の策定イメージ図

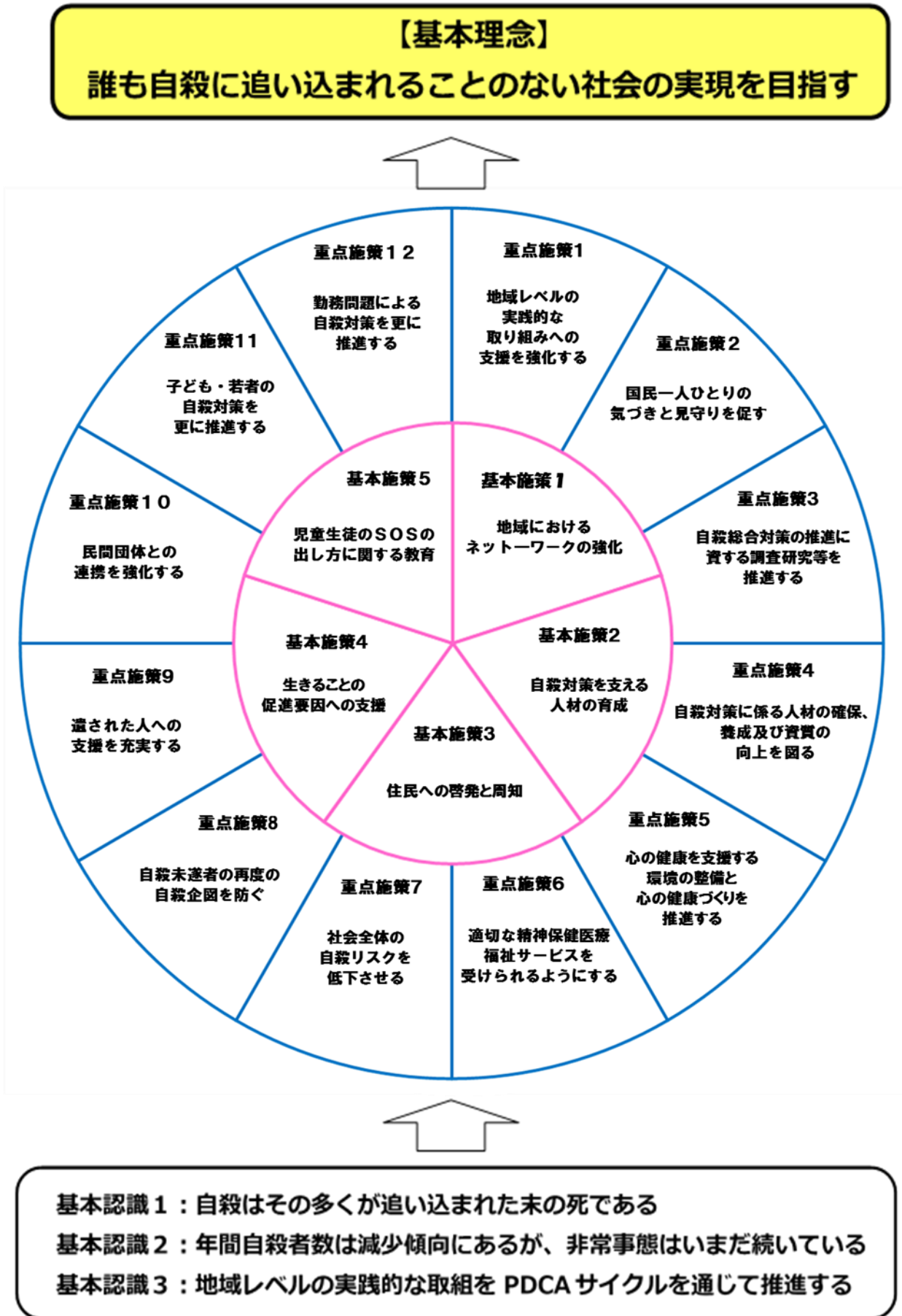


図5 「自殺総合対策大綱」（概要）（厚生労働省ホームページより）

## 「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

1. **生きることの包括的な支援**として推進する
2. 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
3. **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
4. 実践と啓発を両輪として推進する
5. 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

1. **地域レベルの実践的な取組への支援を強化**する
2. 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す
3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する
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
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
6. 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
7. **社会全体の自殺リスクを低下**させる
8. 自殺未遂者の再発の自殺企図を防ぐ
9. 遺された人への支援を充実する
10. 民間団体との連携を強化する
11. **子ども・若者の自殺対策を更に推進**する
12. **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

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

## 2 東京都の動向

東京都では、2007（平成19）年7月に、保健医療、福祉、教育、労働などの多様な分野の参加により、行政・民間などが連携して自殺対策に取り組むため「自殺総合対策東京会議」を立ち上げました。また、2007（平成19）年9月に「自殺防止！東京キャンペーン」の第1回の取組を実施し、以降、毎年3月と9月にキャンペーンの中で講演会や相談会などを開催しています。

2009（平成21）年には、「東京における自殺総合対策の取組方針」を策定し、東京都民だけでなく都内への通勤者などもあわせて広く対象として捉え、環境整備や社会的要因への対策も含めた取組を進める考え方を打ち出しました。

その後、国の自殺対策基本法改正と自殺総合対策大綱の見直しを受けて、2018（平成30）年6月に「東京都自殺総合対策計画：こころといのちのサポートプラン」を策定し、「広域的な普及啓発」「相談体制の充実」「若年層対策の推進」などに重点を置くことを掲げました（図6参照）。

図6 「東京都自殺総合対策計画の概要」（東京都福祉保健局ホームページより）

東京都自殺総合対策計画の概要 ～こころといのちのサポートプラン～	
<p><b>第1章 これまでの経緯</b></p> <p><b>第2章 計画の策定にあたって</b></p> <p>(1) 計画策定の趣旨 (2) 計画の位置づけ (3) 自殺対策の基本的な考え方 (4) 計画期間 平成30(2018)年度から34(2022)年度の5年間 (5) 数値目標 平成27年と比較して30%以上減少 自殺死亡率 17.4→平成38(2026)年までに 12.2以下 自殺者数 2,290人→平成38(2026)年までに 1,600人以下</p> <p><b>第3章 東京都の自殺の現状</b></p> <p>【統計データから見る東京都の現状】 (1) 全体的な状況 ○自殺者数・自殺死亡率の年次推移 (2) 性別・年齢別の特徴 ○性別・年齢階級別の自殺者数、自殺者の年齢構成 (3) 自殺者の自殺未遂歴の状況 (4) 職業別の自殺者数の推移 (5) 自殺の原因・動機</p> <p>【意識調査・アンケート結果】 ○自殺防止対策を推進した方が良いと思う年代 ○自殺防止対策として効果的だと思う取組</p> <p><b>第4章 これまでの取組</b></p> <p>【事前予防（一次予防）】 &gt;自殺防止！東京キャンペーン、ホームページ『こころナビ』 【危機対応（二次予防）】 &gt;自殺相談ダイヤル、ゲートキーパー養成事業 【事後対応（三次予防）】 &gt;自殺未遂者支援、遺族支援など</p>	<p><b>第5章 東京都における今後の方向性</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・若年層の自殺対策を強化</li> <li>・働く人の自殺を防ぐ</li> <li>・自殺未遂者の再企図を防ぐ</li> <li>・遺された人への支援を充実する</li> <li>・地域の状況に応じた効果的な対策を推進</li> </ul> <p><b>第6章 東京都における施策</b></p> <p>【基本施策】 (1) 区市町村等への支援強化（地域自殺対策推進センターによる支援） (2) 地域ネットワークの強化（自殺総合対策東京会議の運営等） (3) 自殺対策を支える人材育成（ゲートキーパー、相談職員等への研修等） (4) 住民への啓発と周知（自殺対策強化月間における啓発事業等） (5) 生きることの促進要因への支援（相談窓口・支援体制の充実等）</p> <p>【重点施策】 (1) 広域的な普及啓発（自殺は誰にでも起こり得る問題であることへの理解促進等） (2) 相談体制の充実（各専門相談機関と連携した相談者への支援等） (3) 若年層対策の推進（SOSの出し方に関する教育、SNSを活用した自殺相談等） (4) 職場における自殺対策の推進（メンタルヘルス対策の推進等） (5) 自殺未遂者の再企図を防ぐ（医療機関や地域保健関係者等に対する研修等） (6) 遺された人への支援の充実（遺族等が適切な支援を受けられるよう必要な情報の提供）</p> <p>【生きる支援関連施策】 (1) 自殺防止につながる環境整備（ホームの転落防止対策等） (2) 様々な悩み・問題に対する相談支援の実施（多重債務相談等法律関係機関と連携等） (3) 関係機関の職員等を対象とした研修等（各種相談窓口職員に対する支援等） (4) 地域における必要な支援につなげるための取組 （高齢者の見守り支援ネットワークの活用等） (5) 適切な精神科医療の受診確保（自殺未遂等による救急患者への対応等）</p> <p><b>第7章 推進体制</b></p> <p>◇自殺総合対策東京会議 ◇関係機関・団体等の役割 ◇区市町村の役割 ◇都の役割（東京都地域自殺対策推進センター） ◇都民の役割</p>

## 第2章 計画の策定にあたって

### 1 計画の策定及び趣旨

2016（平成28）年の自殺対策基本法改正及び自殺総合対策大綱により、市町村に「いのち支える自殺対策」を理念とした計画策定が求められました。2020（令和2）年の国内の自殺者数（速報値）は、2009（平成21）年以来の増加に転じ、毎年2万人前後の尊い命が失われている厳しい状況にあることから、行政には待ったなしの自殺対策＝住民の命を守るための施策が求められています。

自殺総合対策大綱では、計画策定にあたっては、行政トップが関わる形で「いのち支える自殺対策推進本部（仮称）」を設置し、自殺対策を推進する体制を整えることを謳っています。行政トップが責任者となり、全庁的な取組として計画策定及び各施策を進めます。

本市においては、既存の国立市地域福祉推進本部を最上部に置き、その下に関係各課による庁内連絡会を設置し、各段階で確認を得ながら計画策定を進めました。2019（令和元）年8月には、全庁的な取り組みの一環として、「国立市自殺対策庁内連絡会」（以下「庁内連絡会」という。）及び「国立市自殺対策庁内連絡会ワーキンググループ」（以下「ワーキンググループ」という。）を発足し、計画策定に着手しました。

計画策定の前段として、データ分析、各課の自殺対策事業の実績報告などを行い、庁内連絡会で確認した計画骨子を基に計画素案を作成し、計画策定に反映しました。また、計画策定の基礎資料となる本市の実態調査・分析において専門的な知見を得るため、ワーキンググループではスーパーバイザーの助言・指導を受けながら進めました。国が示したガイドラインでは、計画策定の過程において、地域住民のニーズを把握し、同時に地域住民の理解を醸成するために、パブリックコメント\*を実施するなど、広く住民の参加を得ることが大切であるとしています。このガイドラインにより、計画素案を元にパブリックコメントを実施し、広く市民の意見を募り、これらの意見を集約し、計画策定に反映しました。



## 2 計画の基本理念

自殺総合対策大綱における基本理念

**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**

国立市自殺対策計画の基本理念

**人間を大切にし、誰もが生きることが保障される社会を目指す**

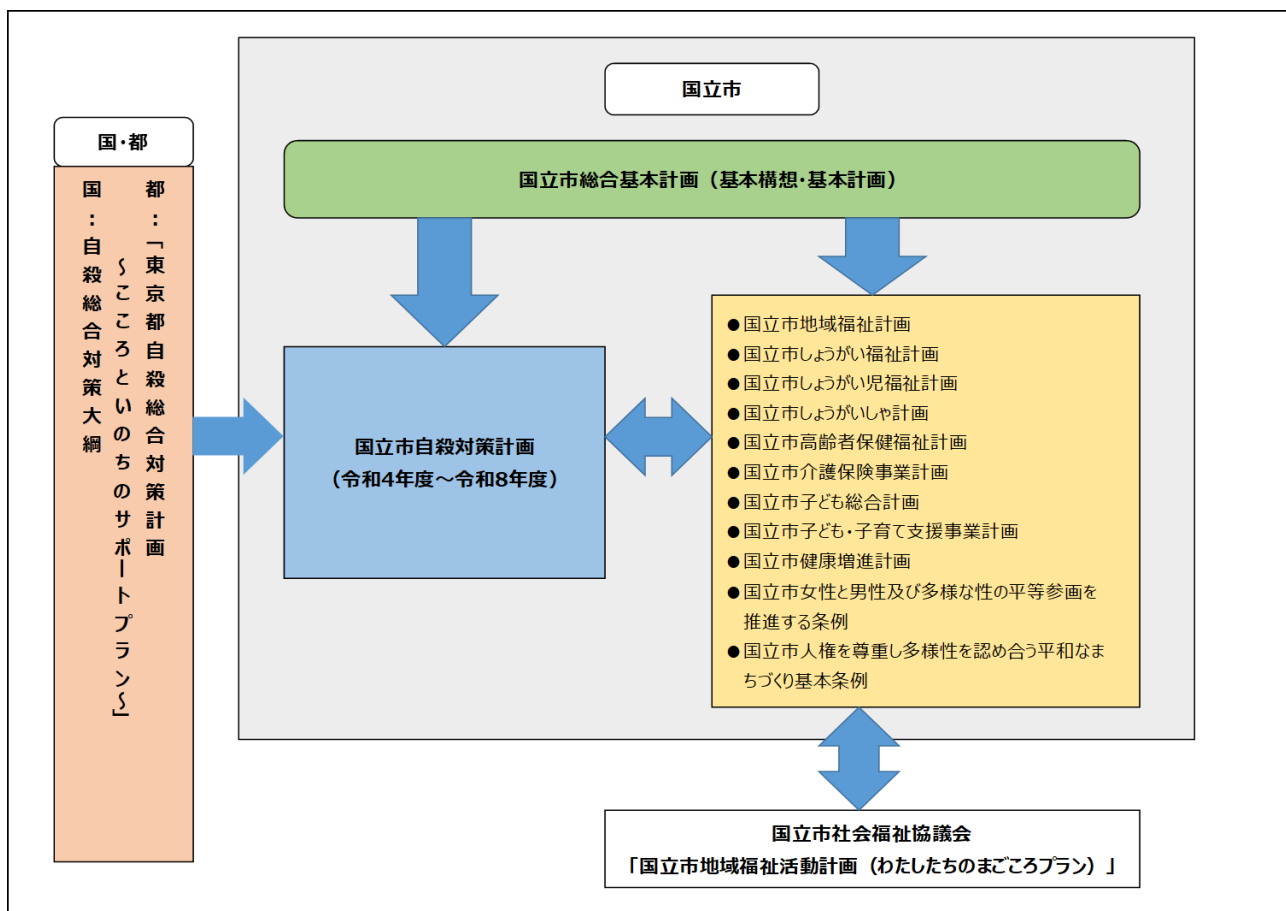
本市では、第1期基本構想の「人間を大切にする」というまちづくりの基本理念を40余年に亘って引き継いでいることから、この一言を、本市の「ソーシャル・インクルージョン」の理念にも通じる「誰もが生きることが保障される社会を目指す」に添えて表しました。

## 3 計画の位置付け

本計画は、国の定める自殺総合対策大綱及び東京都自殺総合対策計画を踏まえ、自殺対策基本法第13条第2項に基づく「市町村自殺対策計画」として、地域の実情を勘案し、本市が策定するものです。

本市では、社会福祉法（昭和26年法律第45号）第107条の規定に基づく市町村の計画である「国立市第二次地域福祉計画」〔2017（平成29）年度から2022（令和4）年度まで〕を策定しており、市の総合計画である基本構想・基本計画を上位計画とする個別計画であるとともに、各分野の福祉計画の上位計画として位置付けられます。この自殺対策計画は、地域福祉計画との整合性を持ち、各分野を横断し、共通して取り組むべき事項を示し、総合的に推進するための個別計画です（P.11図7参照）。

図7 計画の体系



#### 4 計画期間

**2022（令和4）～2026（令和8）年度**

本計画の計画期間は、2022（令和4）年度から2026（令和8）年度までの5年間とします。これは、自殺総合対策大綱の目標年度に合わせたものです。ただし、国や東京都の動向、自殺の実態や社会情勢の変化などを踏まえながら、評価及び検証を行い、必要に応じて計画の内容の見直しを行うこととしています。

## 5 計画の目標

本計画が最終的に目指すべきところは「誰もが生きることが保障される社会」の実現です。国の自殺総合対策大綱では、当面の目標としては、2026（令和8）年までに、自殺死亡率<sup>注1</sup>を2015（平成27）年と比べて30%以上減少させることと定めています。

本市において、国と同様に2015（平成27）年の自殺死亡率及び自殺者数を基準に目標値の算出を行うと、計画の最終年度である2026（令和8）年までに、自殺死亡率12.18以下、自殺者数9人以下を目標とすることになりますが、本計画を効果的に推進することを通じて、基本理念である「誰もが生きることが保障される社会」を実現するため、「自殺者0人」を目標とします。

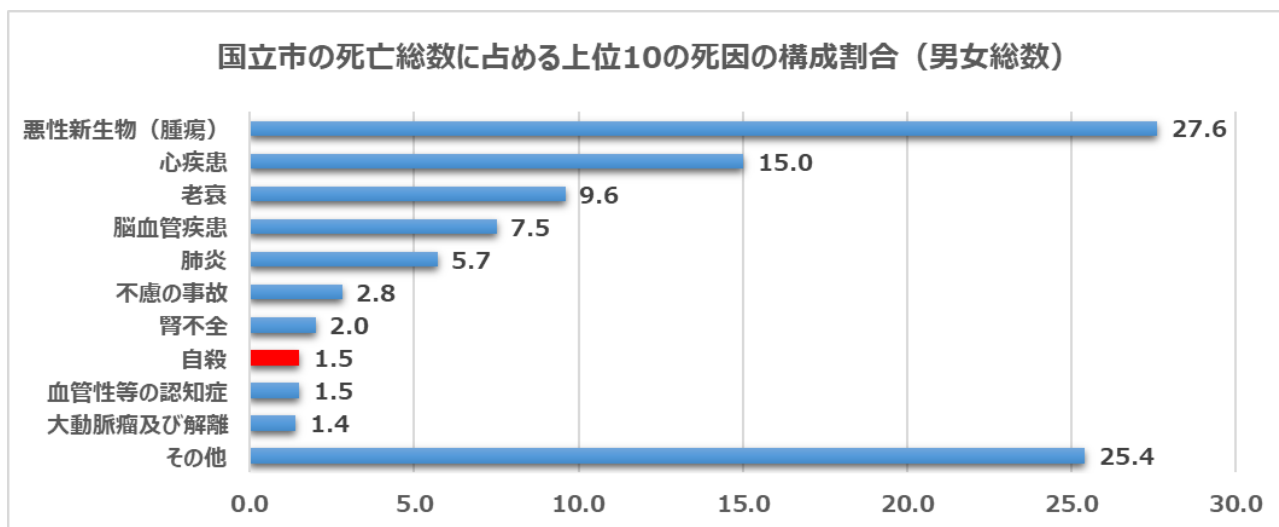
注1：自殺死亡率とは、人口10万人当たりの自殺者数を表したもので、 $\left[ \left( 100,000 / \text{当該自治体の人口} \right) \times \text{当該年の自殺者数} \right]$ で算出します。

## 第3章 国立市の現状

### 1 国立市民の死亡の状況

2019（令和元）年の国立市の死亡者数は660人で、これを上位10位の死因とその他の死因とで構成割合と見ると、上位となるのは悪性新生物（腫瘍）、心疾患、老衰です（図8参照）。2020（令和2）年における全国の死因の順位の上位2つは国立市と同様です（図9参照）。

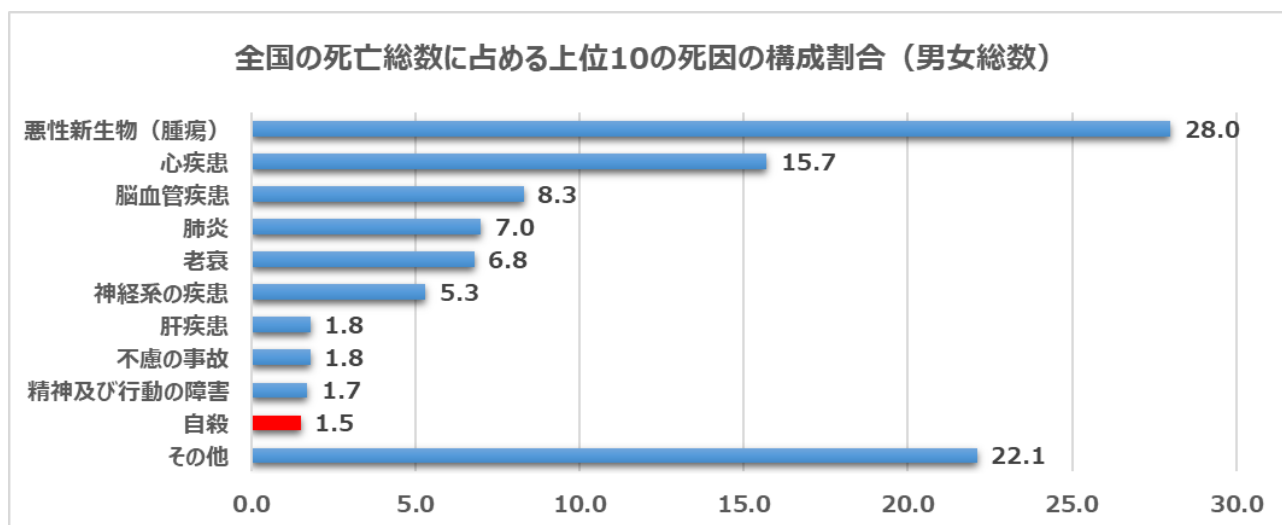
図8 国立市の死亡総数に占める上位10の死因の構成割合（令和元年）（単位：％）



出典…東京都「令和元年東京都人口動態統計 死因簡単分類・市区町村別」

※「心疾患」は高血圧性を除きます。

図9 全国の死亡総数に占める上位10の死因の構成割合（令和2年）（単位：％）



出典…厚生労働省「令和2年人口動態統計（確定数）の概要」

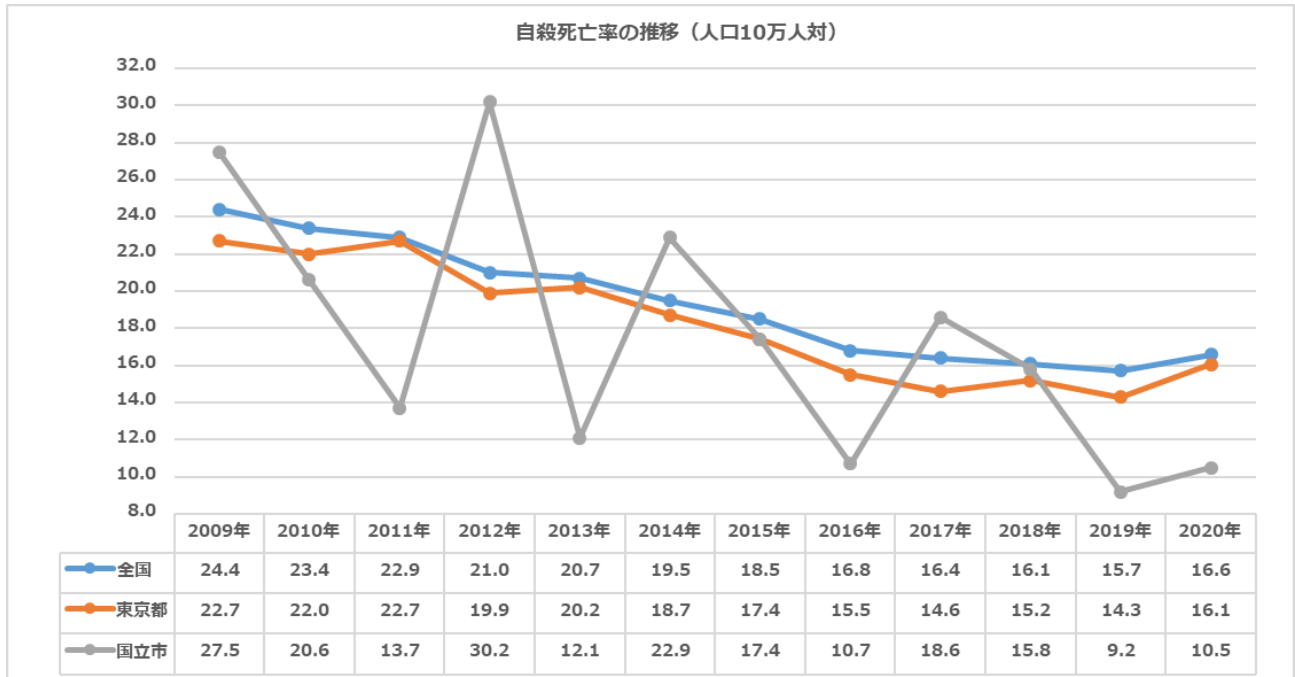
※「心疾患」は高血圧性を除きます。「精神及び行動の障害」は「血管性及び詳細不明の認知症」及び「その他の精神及び行動の障害」が該当します。

## 2 国立市における自殺の特徴

### (1) 自殺死亡率の推移

各年の自殺死亡率（人口10万人対）を見ると、全国も東京都も減少傾向にあります。本市では、人口規模が小さいことにより、自殺者数1人の増減でも大きく率の変動が起きていますが、増減を繰り返す様子が伺えます（図10参照）。

図10 自殺死亡率の推移（人口10万人対）

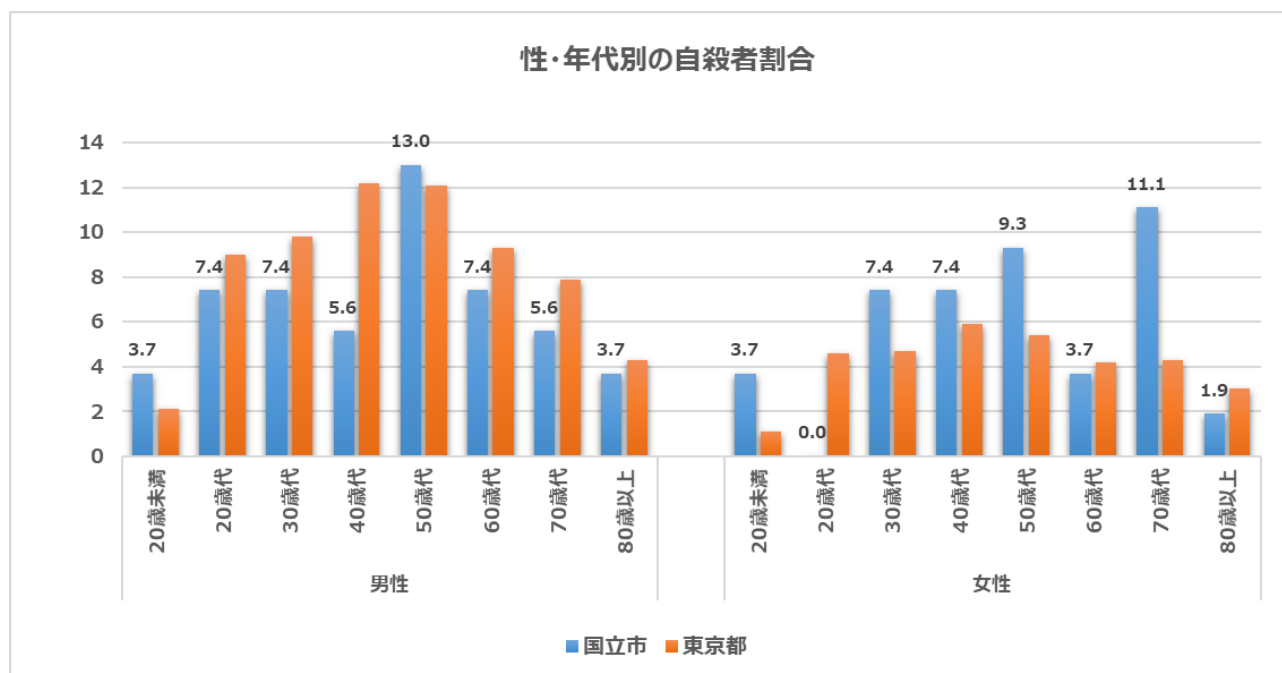


出典…厚生労働省「人口動態統計に基づく自殺死亡数及び自殺死亡率」  
「地域における自殺の基礎資料」

### (2) 性・年代別の自殺者割合

2015（平成27）年から2019（令和元）年の5年間で性の年代別の自殺者割合をみると、男性は、東京都と比較して、20代未満、50代で高くなっています。一方、女性は、東京都と比較して、20歳未満、30代、40代、50代、70代が高くなっています（P.15図11参照）。

図 1 1 性・年代別の自殺者割合（2015（平成 27）年～2019（令和元）年平均）

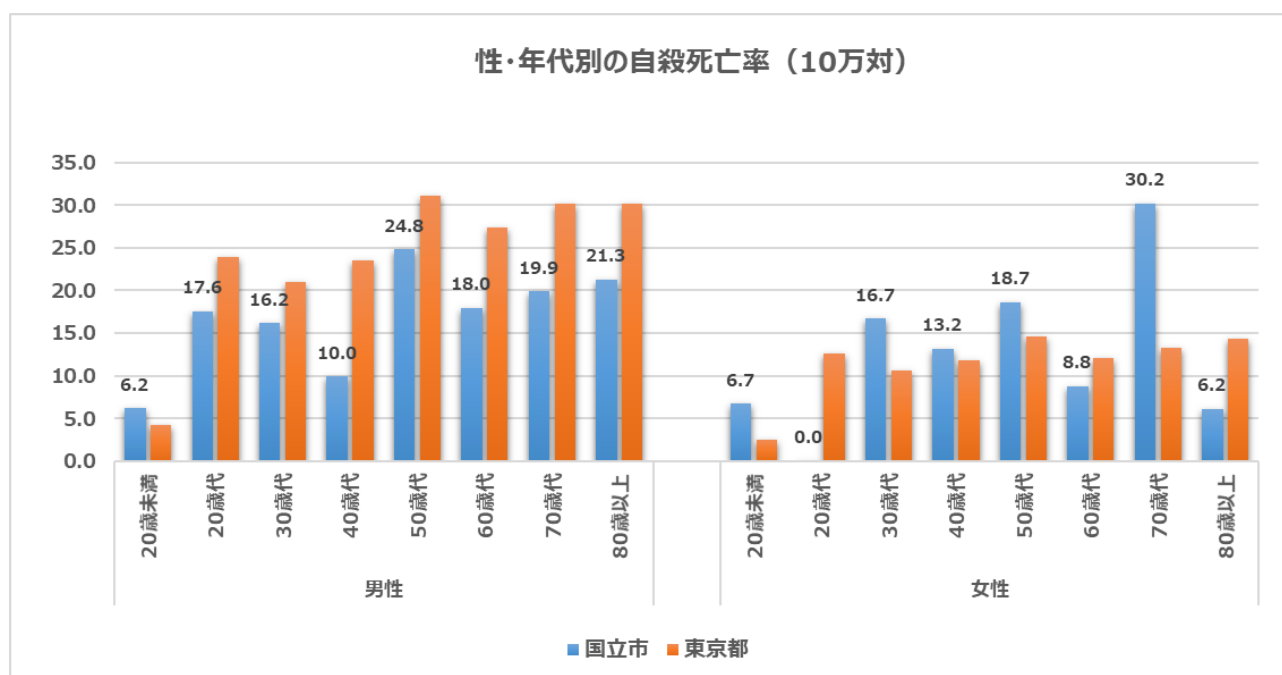


出典…JSCP「地域自殺実態プロファイル（2020年更新版）」

### （3）性・年代別の自殺死亡率

2015（平成27）年から2019（令和元）年の5年間で性の年代別の自殺死亡率をみると、男性は、東京都と比較し、低い傾向にあるものの、20歳未満では高くなっています。一方、女性は、東京都と比較し、高い傾向にあり、20歳未満、30代、40代、50代、70代で高くなっています（図12参照）。

図 1 2 性・年代別の自殺死亡率（2015（平成 27）年～2019（令和元）年平均）



出典…JSCP「地域自殺実態プロファイル（2020年更新版）」

#### (4) 直近5年の平均自殺死亡率（全国・東京都との比較）

地域自殺実態プロフィール（2020年更新版）により、2015（平成27）年～2019（令和元）年の平均自殺死亡率を比べると、総数においては、全国や東京都よりも低くなっています。ただし、女性の平均自殺死亡率は、全国や東京都と比べて高くなっています（図13参照）。

図13 自殺死亡率（人口10万人対）（2015（平成27）年～2019（令和元年）年平均）

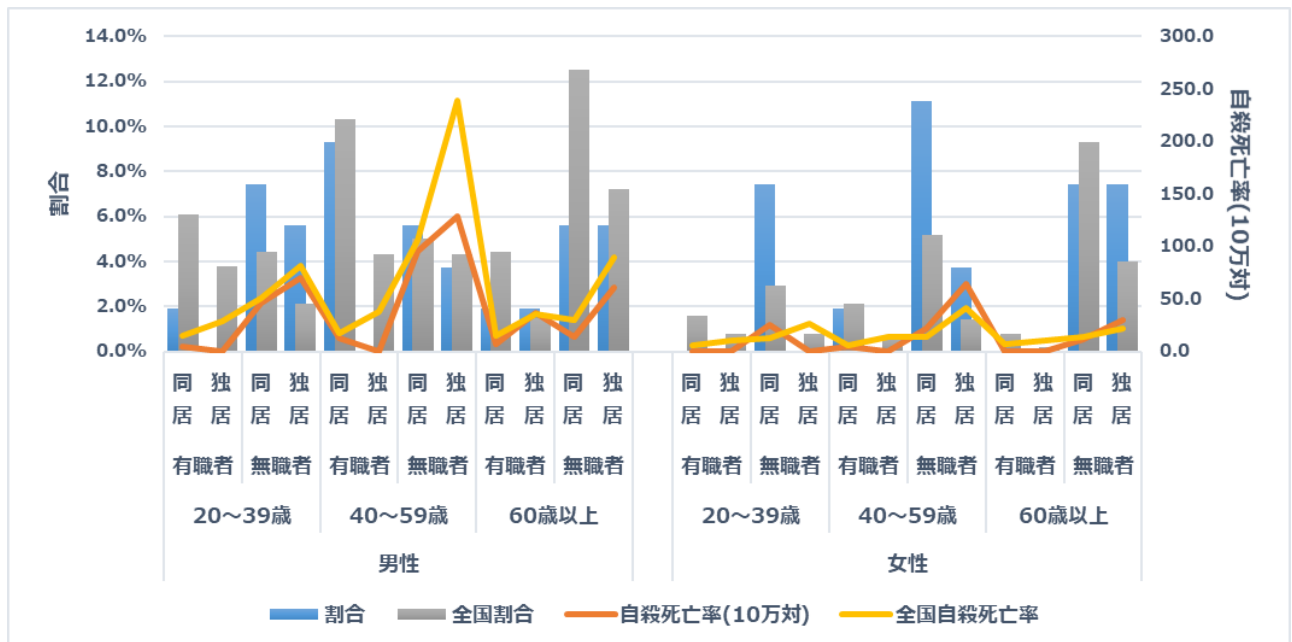


出典…JSCP「地域自殺実態プロフィール（2020年更新版）」

#### (5) 性別、年代別、有職・無職別の自殺の割合

また、本市における性別、年代別、有職・無職別の自殺の割合は、「20～39歳 無職 同居男性」「20～39歳 無職 独居男性」「40～59歳 無職 同居男性」「20～39歳 無職 同居女性」「40～59歳 無職 同居女性」「40～59歳 無職 独居女性」「60歳以上 無職 独居女性」の7項目において、全国割合を上回っています（図14参照）。

図14 性別、年代別、有職・無職別の自殺の割合（2015（平成27）年～2019（令和元）年合計）



出典…JSCP「地域自殺実態プロフィール（2020年更新版）」

## (6) 主な自殺の特徴

本市の自殺の特徴として、40～59歳の無職かつ同居人がいる女性及び40～59歳の有職かつ同居人がいる男性の自殺者数が多いことがあげられます（表1参照）。

また、本市では、同居人がいる場合の自殺者数が多いことから、希死念慮者だけでなく、同居家族の希死念慮に悩む家族への支援を行い、自殺を未然に防ぐことも必要となっています。

有職者と比べ無職者においては、生活困窮に追い込まれ、生きることの阻害要因を多く抱えている傾向があると考えられます。そのため、自殺リスクを減らすだけでなく、生きることの促進要因を強化することも自殺防止の観点では重要となっています。

なお、全国ベースの生活状況別に見た背景としては、職場の人間関係の悩みやDV、死別や離別、病苦、家族間の不和等から、不安や悩みが高じ、うつ状態となり、自殺に至るとということが推定として挙げられています（JSCP「自殺実態プロファイル（2020年更新版）」）。

**表1 国立市の主な自殺の特徴（2015（平成27）年～2019（令和元）年合計）**

生活状況	自殺者数(人) (過去5年計)	過去5年市内自殺者総数 に占める割合 (%)	自殺死亡率 (人口10万人当たりの 自殺者数) <sup>注1</sup>
男性 20～39歳 無職同居	4	7.4	4.6
女性 20～39歳 無職同居	4	7.4	2.5
男性 40～59歳 有職同居	5	9.3	1.2
女性 40～59歳 無職同居	6	11.1	2.1
女性 60歳以上 無職独居	4	7.4	3.0

出典…JSCP「地域自殺実態プロファイル（2020年更新版）」

注1 自殺死亡率の算出方法：〔(100,000/生活状況別推定人口) × 生活状況別過去5年計自殺者数〕/5  
(小数点以下、切り捨て)

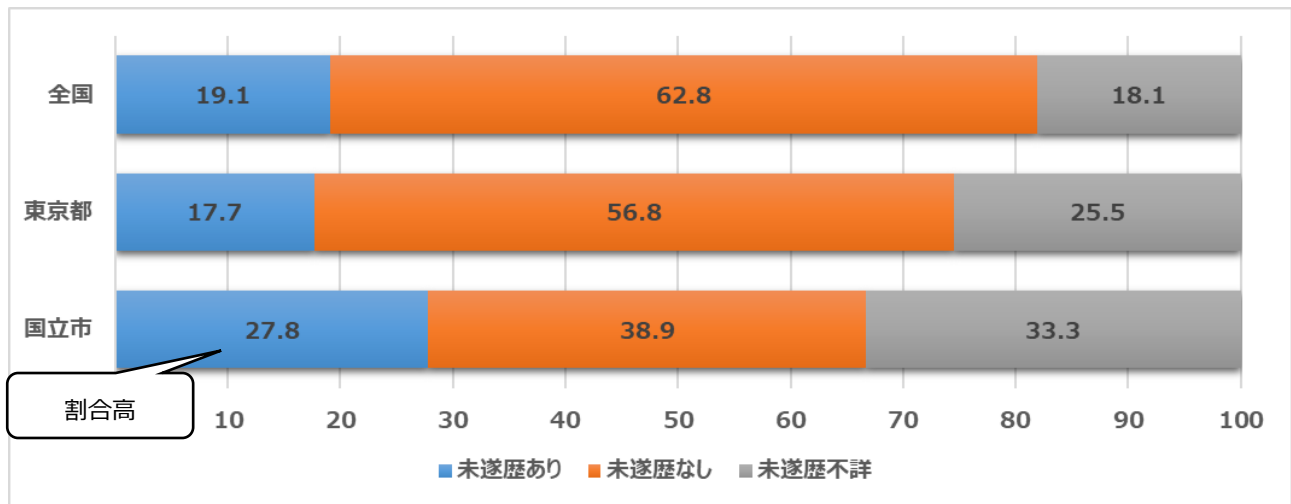


### (7) 自殺未遂歴の有無

自殺者における未遂歴を見ると、本市は全国に比べて「未遂歴あり」の割合が高くなっています。死にたいほどつらくて自殺を試みようとした人が、再び同じ気持ちにならないための支援が必要と言えます（図15参照）。

図15 自殺者における自殺未遂歴の有無（2015（平成27）年～2019（令和元）年合計）

（単位：％）



出典…JSCP「地域自殺実態プロファイル（2020年更新版）」

## 第4章 これまでの取組

### 1 国立市の対応状況

これまで、本市では、市民の健康づくりを目指す「国立市第二次健康増進計画」を策定する中で、「心の健康づくり」を基本とし、生きることへの包括的支援や職員向けのゲートキーパー養成研修などを行ってきました。

今回、計画策定の基礎資料とするため、各課において実施した自殺対策に関する取組実績を報告してもらい、ワーキンググループにおいて検証しました。

報告内容は、自殺対策に関する事業の全てのものとしましたが、自殺対策と謳わなくとも、自殺の防止につながる事業、あるいは、生きることの促進につながる事業であれば有効であるという観点から、【基本パッケージ\*における基本施策】（下欄）に照らし合わせて分析し、今後の自殺対策の取組の方向性を固めました。

#### 【基本パッケージにおける基本施策】（自殺総合対策推進センターのホームページより引用）

##### 1) 地域におけるネットワークの強化

国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業、国民等が相互に連携・協働する仕組みを構築し、ネットワークを強化する。

##### 2) 自殺対策を支える人材の育成

さまざまな悩みや生活上の困難を抱える人に対する早期の「気づき」が重要であり、「気づき」のための人材育成の方策を充実させる必要がある。

##### 3) 住民への啓発と周知

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」であり、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適当であるということが、社会全体の共通認識となるように、積極的に普及啓発を行う必要がある。

##### 4) 生きることの促進要因への支援

自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行うことである。このような観点から、居場所づくり、自殺未遂者への支援、遺された人への支援に関する対策を推進する。

##### 5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

児童生徒のSOSの出し方に関する教育を全国的に展開していくためには、「生きる包括的な支援」として「困難やストレスに直面した児童・生徒が信頼できる大人に助けの声をあげられる」ということを目標として、学校の教育活動として位置づけ、地区担当の保健師等地域の専門家が授業を行うという形で実施していくことが考えられる。

## 2 自殺対策取組実績

### 2-1 地域におけるネットワークの強化

事業・取組	内容	担当課
福祉総合相談事業	複数の生活課題を整理し、適切な支援先につなぐほか、精神疾患の疑いがある人などについて、家族や近隣から相談が入ることもあるため保健所と連携し、対応しています。どこにもつなげられない人については、ふくふく窓口で継続して相談を受けています。	福祉総務課
民生委員・児童委員* 協議会との連携	民生委員・児童委員により、市民の様々な困難状況を把握し、生活困窮者については「ふくふく窓口」へ、育児の相談については「くにたち子育てサポート窓口」へ案内しています。	福祉総務課

#### ～インフォメーション1～

福祉・生活に関する相談（福祉総合相談係） ☎ 572-2111（直通）

「些細なことだけれど、誰かに話を聞いてほしい」

「困りごとがあるけれど、どこに相談したら良いか分からない」

そんなお気持ちを「ふくふく窓口」に話してみませんか？

誰かに自分の話を聞いてもらうだけでも、心は軽くなります。

悩みを共有することで、問題解決に向けた一歩につながります。

困りごとや悩み事はひとりで抱え込まずに、ぜひ「ふくふく窓口」にいらしてください。

事業・取組	内容	担当課
地域包括支援センター運営事業	本人、家族、近隣住民、地域のネットワークなどを通じて様々な相談を受け、的確な状況把握を行い、必要な情報の提供や支援につなげています。	高齢者支援課
子ども・若者支援事業	ひきこもり・子どもの貧困など、子ども・若者を取り巻く課題に直面している人などを対象に、より適切かつ円滑に支援を受けられるような支援関係の構築を行っています。	児童青少年課
子ども家庭支援センター（総合相談事業・要保護児童対策地域協議会）	お子さんや保護者から相談を受ける中で、自殺に関わる問題が出てきた場合に、専門機関につなげ、連携して対応しています。	子育て支援課

### ～インフォメーション2～

高齢者の相談（地域包括支援センター） ☎ 5 7 6 - 2 1 2 3（直通）

「地域包括支援センター」は、高齢者の生活を総合的に支えていくための相談窓口です。「高齢になり、これから生活していけるのか不安」「親や配偶者の介護で疲れてしまった」そんな時はお気軽にご相談ください。サービス・制度のご案内や、生活の困りごとの解決策を一緒に考えることにより、不安・負担の軽減に向けて支援していきます。

### ～インフォメーション3～

子ども・育児相談（子ども家庭支援センター） ☎ 5 7 3 - 0 1 9 2（直通）

子育ては楽しい時ばかりではありません。毎日、家事や育児、仕事で身も心も疲れているのに子どもが言うことを聞いてくれない、子どもが可愛いと思えない、イライラして怒鳴ってしまう、悪いとわかっているのに叩いてしまう、だんだん子育てに自信がなくなった、誰もこんな私の気持ちを理解してくれない・・・そんな時は一人で抱え込まずに是非、子ども家庭支援センターにお電話ください。あなたの辛い気持ちをお聞かせください。ゆっくりお話を伺いながら、一緒にできることを考えていきたいと思えます。

## 2-2 自殺対策を支える人材の育成

事業・取組	内容	担当課
ゲートキーパー養成研修	市民に接する機会のある職員すべてを対象として、「気づく」、「傾聴する」、「つなぐ」ことができるゲートキーパーの養成を行っています。	健康増進課
人権感覚醸成のための研修	人権教育プログラムなどを活用して、人権感覚を磨き、人権課題についての理解と認識を深めています。	教育指導支援課

## 2-3 住民への啓発と周知

事業・取組	内容	担当課
「こころといのちのほっとライン」シールの貼付	庁舎トイレに左記シールを貼付し、悩んでいる方の目に留まることで、支援につなげる取り組みを行っています。	総務課
「こころの健康」に係るリーフレット等の配布	うつ病の予防や対策、休養・睡眠のとり方、ストレスなどについて啓発するリーフレットやクリアファイルなどを購入し、様々な事業の機会を利用して配布しています。	健康増進課
学童保育所運営事業	学校や家庭などでの過ごし方に心苦しさを感じている児童にとって、第三の居場所として機能しています。	児童青少年課

## 2-4 生きることの促進要因への支援

事業・取組	内容	担当課
子どもの人権オンブズマン	子どもの人権侵害に関する相談に応じ、子ども主体の支援または必要に応じて助言、調整などを行うことにより、子どもが困りごとを気軽に安心して相談できる環境を提供しています。	オンブズマン事務局

事業・取組	内容	担当課
人権を尊重し多様性を認め合う平和なまちづくり基本条例関連事業	人権・平和のまちづくりの総合的な推進を図るための基本方針及び推進計画を今後策定し、不当な差別に悩む方の人権救済に向けて必要な措置を検討しています。	市長室
DV被害者支援業務	住民票発行制限や検索画面での警告、閲覧台帳から削除することで、DV加害者が被害者の居所を把握できないようにし、DV被害者の心身の消耗を和らげ、最悪の事態防止につなげています。	市民課
生活困窮者自立支援事業	支援策を充実させ、生活困窮状態が解消できるように支援し、困難な状況であっても対象者に寄り添い、一緒に考えていく伴走型の支援を行っています。	福祉総務課
生活保護の実施	日本国憲法第25条に規定されている生存権を保障し、その他、学習支援事業や就労準備支援事業などを通じて、自立した生活を送れるよう支援しています。	福祉総務課

#### ～インフォメーション4～

子ども発達相談（子ども保健・発達支援係） ☎ 574-3311（直通）

子ども保健・発達支援係では、お子様の出産から乳幼児期にかけての健康・子育てに関すること、また、0歳から18歳までのお子様の発達に係ることについて、乳幼児健診をはじめとする様々な事業や相談を実施しています。子育ては、喜び・楽しみだけではなく、次々におそってくる悩みや日々の大変さに心が折れそうになることもありますよね。そんな時は、親御さんたちを見守り寄り添う「ジジ・ババ」である私たちに、遠慮なくお声かけください。

事業・取組	内容	担当課
相談支援事業	しょうがいのある市民の困難状況を把握し、緊急時には医療機関などと連携し、解決を図っています。	しょうがいしゃ支援課
介護予防・生活支援サービス事業	要介護状態となることの予防や状態の軽減、悪化防止に資するサービスの提供により、活動的で生きがいのある人生を送ることができるよう支援しています。	高齢者支援課
学童保育所運営事業	学校や家庭などでの過ごし方に心苦しさを感じている児童にとって、第三の居場所として機能しています。	児童青少年課
個別家族相談会	子育て・家族関係から生じる行き詰まり感などを臨床心理士や相談員と共に考えることで、解決の糸口を見つけることができます。	子育て支援課
市民相談事業	市民相談時に、生活困窮等相談者の困難状況を把握した場合は、福祉部局などしかるべき担当部局へ案内しています。	まちの振興課

### ～インフォメーション5～

#### まちの振興課の取組（市民相談・消費生活センター）

☎576-2111（代表）

「まちの振興課」では、弁護士による法律相談や税理士による税務相談、人権擁護委員による人権・身の上相談等、専門家による各種相談を行っています。また、消費者契約に関するトラブルや悪質商法、商品の購入やサービスを受けたときのトラブルといった消費生活に関する相談について、専門の相談員がアドバイスを行う「国立市消費生活センター」を設置しています。法律问题や商品・契約についてのトラブル等、日常生活の中での困りごとがありましたら、「まちの振興課」までご相談ください。

事業・取組	内容	担当課
人権推進教育の推進	「命の教育の充実と児童・生徒一人一人の人権の尊重」を最重点項目として教育課程に位置付けており、人権推進教育の推進事業を実施しています。	教育指導支援課
いじめ防止対策推進	いじめ防止対策推進事業及び道徳教育の推進事業により、「国立市いじめ防止対策推進基本方針」に基づき、いじめの重大事態発生を未然に防ぐ取り組みを実施しています。道徳科では、「生命の尊さ」について理解を深めることができる授業を行っています。	教育指導支援課

### ～インフォメーション6～

#### 児童・生徒の自殺予防に係る取組(教育指導支援課)

☎ 576-2111 (代表)

18歳以下の自殺が長期休業日明けに増加する傾向を踏まえ、学校組織全体での自殺予防の取組を行うよう通知しています。子供が悩みや不安を抱えたときに、教職員等に相談したり助けを求めたりすることなどができるよう、「SOS の出し方に関する教育」を進めております。また、教職員の「SOS の受け止め方」に関する対応力の向上を図ることや、児童・生徒への丁寧な観察やアンケート調査の実施等を通じて、気になる様子が見られる児童・生徒に対して家庭訪問を実施するなど保護者等と連携をして早期発見・早期対応につなげています。



事業・取組	内容	担当課
自立に課題を抱える若者支援事業	公民館の学習支援、居場所、就労実習などにつながることで、社会参加へのきっかけを作っています。	公民館
図書館ボランティア事業	市民がボランティア活動を通じて、社会との接点や生きがいを見出すことができるよう取り組んでいます。	くにたち中央図書館
メンタルヘルス相談事業	庁内や外部機関に相談できるように相談体制を整えます。外部機関に相談があった場合、本人の同意や希望があれば、職員課へ報告をもらい、対応します。職員の悩み事などを把握し、自殺を未然に防止することにつなげています。	職員課
産後ケア事業	産後における心身の不調や育児不安を抱える産婦に対し、休養の確保や助産師によるケアを行うことで、心身の健康の保持増進を図れるようにしています。	子育て支援課

## 2-5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

事業・取組	内容	担当課
SOSの出し方に関する教育	市内小中学校と保健センターが連携し、児童・生徒を対象にSOSの出し方に関する教育を実施し、子どもが悩みや不安を抱えたときの対処法について、理解・啓発を進めています。	教育指導支援課 健康増進課

## 2-6 基本パッケージ以外の対策

事業・取組	内容	担当課
鉄道駅ホームドア設置事業 ※市が主体の事業ではない。	市内を発見地とする自殺のうち、「飛び込み」の割合は全国割合より高くなっていることから、市内の鉄道駅3駅のホームドア設置について、事業者側に設置の要望を行っています。	道路交通課

## 第5章 自殺対策の取組

本計画の基本理念及びSDGsで掲げられている17の目標を踏まえ、基本施策、重点施策を定め、本市の自殺対策の取組を推進します（P.41図16参照）。

あわせて、新型コロナウイルス感染症をはじめとした感染症や伝染病によるパンデミック\*の影響は、健康問題だけではなく、育児や介護負担、家庭内暴力、虐待リスクなどの生活面の不安や、失職や休職、倒産による経済面の不安などから、自殺リスクの増加につながる可能性があるため、保健、医療、福祉、教育、労働など、様々な分野の関係機関、関係団体と連携を強化し、総合的な自殺対策を推進します。

### 1 基本施策

#### 基本施策1 地域におけるネットワークの強化

国、地方公共団体、関係団体、企業などが、相互に連携・協働する仕組みを構築し、ネットワークを強化することが謳われています。本市は人口規模が小さいこと、また、自殺が居住地で起きるとは限らないことから、市町村や公・民の違いなどを越えた取組や連携を検討していきます。

#### ○具体的な取組

事業・取組	実施内容	担当課
福祉総合相談事業による連携強化	自殺に結び付く様々な要因、課題の整理を行い、必要に応じた支援につなげられるよう、社会福祉協議会やNPOなど関係機関との連携を強化します。	福祉総務課
関係団体、組織等における連携強化	福祉行政に関連のある民生委員・児童委員協議会や社会福祉協議会などと連携し、日頃から、市民の様々な相談事を把握し、生きるための行政の支援につなげます。	福祉総務課
地域包括支援センター運営事業による連携強化	介護保険法に基づく地域包括支援センター運営事業を展開することで、適切な相談業務、情報提供や支援を図ります。	高齢者支援課

## 基本施策 2 自殺対策を支える人材の育成

様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対して早期の「気づき」や「傾聴」などが重要であり、そのための人材育成の方策を充実させる必要があります。保健、医療、福祉、教育、労働、その他債務について、関係者などに対して研修の機会を確保します。

ゲートキーパー研修を通じて、「気づくこと」、「傾聴すること」、「支援者へのつなぎと連携」について学ぶ他に、自殺対策計画そのものの理解やプロフィールを参考とした地域の特性（未遂歴のある自殺者が多いことなど）を含めた内容の研修を提供します。

### ○具体的な取組

事業・取組	実施内容	担当課
市職員向けゲートキーパー研修の実施	相談対応や滞納整理における徴収の過程など、各対応の場面で、様々な問題に早期に気づき、支援へとつなぐ等、自殺そのものを未然に防ぐため、職員のスキルアップを図ります。	健康増進課
市民向けゲートキーパー研修講座の実施	広く市民に向けて、相談対応の場面で、自殺そのものを未然に防ぐためのスキルアップを図る講座を実施します。	健康増進課
人権感覚醸成のための研修の実施	自殺と関連の深いいじめや多様な性に係る内容について、基本的な知識を習得します。	教育指導支援課

### ～インフォメーション7～

健康相談（保健センター） ☎ 572-6111（直通）

『今困っているけれど、誰に、どこに相談してよいかわからない』ということはございませんか？体調も優れない、健康面での心配もある、そんな時には「保健センター」へご相談ください。ゆっくり前に進んでいけるように、一緒に考えていきましょう。

### 基本施策3 住民への啓発と周知

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」であり、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適当であるということが、社会全体の共通認識となるよう、積極的に普及啓発を行う必要があります。「つらい」、「助けて」が言えるように、広報、パンフレットなどの媒体を用いて普及を図ります。

#### ○具体的な取組

事業・取組	実施内容	担当課
人権を尊重し多様性を認め合う平和なまちづくり基本条例関連事業の推進	基本方針及び推進計画については、当事者を含めた市民及び事業者などからの意見を幅広く聞き、適切に反映した上で策定していきます。また、人権救済のための措置を検討する際には、関係機関や市民などとも連携しながら進めていきます。様々な人権問題を当事者と共に学び、考える機会を作ります。	市長室
自殺対策に関する啓発と周知	自殺対策に関する計画や事業の情報などを広く市民に発信します。	福祉総務課 健康増進課
「こころの健康」に係るリーフレット類の配布・シールの貼付	市民誰もが自殺に追い込まれることのないよう、ストレス耐性や人とのつながりについて、知識の普及を図ります。また、庁舎内トイレに「こころといのちのほっとライン」シールを貼付し、悩みを抱えている方の目に留まるようにし、支援につなげます。	健康増進課 総務課

## 基本施策 4 生きることの促進要因への支援

自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行うことが重要です。本市の女性の年齢別自殺者割合及び自殺死亡率は、東京都と比較して多くの年代で高くなっており（P.15 図11、図12参照）、さらに、コロナ禍において全国的に女性の自殺者数が増加していることから、更なる女性相談事業の推進が必要となります。同様に自殺未遂者への居場所づくりや遺された人への支援に関する対策を推進することが不可欠です。

生きることの促進要因への支援として、孤立化を防ぐとともに、自尊感情（自分が大切だと感じられること、自己肯定感）や自己効力感（自分が何かを成すことができるという可能性の認知）へのはたらきかけができるような居場所づくりや学習支援、就労準備セミナー、創作作業のある集まりなど、下記の具体的な取組を行います。

### ○具体的な取組

事業・取組	実施内容	担当課
女性相談事業の推進	女性の抱える困難さについて耳を傾け、具体的な支援につなげていきます。関係機関との連携強化を図るとともに、DV被害やジェンダーに関する意識啓発を実施し、女性のエンパワーメントを支えます。	市長室

### ～インフォメーション8～

女性相談（市長室） ☎576-2127（直通）

男女平等（くにたち男女平等参画ステーション パラソル）

☎501-6996（相談専用）

「こんな話、家族や友人にはできない。」「どこに相談したらいいんだろう。」というような時ってありますよね。女性相談窓口では、家庭や職場の人間関係の悩みや、離婚、健康、仕事の悩みなどあらゆる女性からのお話を伺っています。誰かに話すことで気持ちが整理されたり、解決の糸口が見つかることがあります。まずは女性相談窓口にご連絡ください。また、くにたち男女平等参画ステーション「パラソル」では、上記のような相談の他に、法律相談、職業相談、心理相談、SOGI 相談などの専門相談を設けています。その他、夜間休日に電話相談できる女性専用の窓口もありますので、一人で悩み事を抱え込まずに、まずはお話を聞かせてください。

事業・取組	実施内容	担当課
しょうがいしゃ相談 支援事業の推進	しょうがいを持つ方々の緊急時には医療機関や 保健所などと連携して、解決を図ります。	しょうがいしゃ 支援課
介護予防・生活支援サ ービス事業の推進	高齢者が活動的で生きがいのある生活や人生を 送ることができるよう、支援者や地域住民の支え 合いの体制づくりを推進します。	高齢者支援課
生きがいづくり・居場 所づくりの促進	社会福祉協議会のボランティアセンターとの連 携をはじめ、図書館ボランティアやサークル活 動、レジャー農園など、生きるための行政の支援 策の一環として、生きがいづくり・居場所づくり を促進します。	福祉総務課 高齢者支援課 くにたち中央図書館
自死遺族へのサポー ト・相談	身近な方を自殺で亡くされた方をサポート・相談 できる場として、「全国自死遺族総合支援センタ ー」や「自死遺族相談ダイヤル」などの情報提供 を行います。	健康増進課 福祉総務課

### ～インフォメーション9～

しょうがいしゃの相談窓口（相談支援係） ☎ 5 7 6 - 2 1 2 1（直通）

しょうがいがあるとその影響で、日常生活や人との関りなどで難しさを感じることもあ  
ります。そして、そのせいで「つらい」という気持ちも出てくるかもしれません。

その気持ちがしょうがいの影響だとわかれば、サポートの利用によって新しい道が開け  
るかもしれません。国立市では、しょうがいのある人もない人も、誰もがあたりまえに  
暮らせるよう、様々なサポートを用意しています。

まずは「しょうがいしゃ支援課」までご相談ください。

## 基本施策5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

児童生徒のSOSの出し方に関する教育を全国的に展開していくためには、「生きることの包括的な支援」として「困難やストレスに直面した児童・生徒が信頼できる大人に助けの声をあげられる」ということを目標として、学校の教育活動として位置づけ、地区担当の保健師など、地域の専門家が授業を行う形で実施していくことが考えられています。

本市では、東京都教育委員会が足立区の先進事例を参考に展開を考えた、チームティーチング方式による一回完結式の授業が実施されており、地域の保健師がこれに協力しています。創意工夫を重ねつつ、市内の小・中学校での実施を進めていきます。

### ○具体的な取組

事業・取組	実施内容	担当課
SOSの出し方教育の推進	市内小中学校での授業で「自殺予防」を強調はしないが、命の大切さや周囲の人たちとの関わりを伝えていきます。また、実施クラスの拡充を図ります。	教育指導支援課 健康増進課

## 2 重点施策

プロファイル（2020年更新版）で推奨されている本市の重点パッケージ\*（下欄）の分野は、「勤務・経営」「子ども・若者」「無職者・失業者」「生活困窮者」です。また、これに加えて、本市では、「自殺手段」の分野についても対象とします。

なお、本市を含む北多摩西部保健医療圏\*と東京都のプロファイル（2020年更新版）では、推奨される重点パッケージとして高齢者の分野が挙げられています。本市では、高齢者の自殺対策については、推奨される分野になっていませんが、今後の動向を注視していく必要があります。

### 地域自殺対策政策パッケージ\* ～重点パッケージの構成～ 一覧

<p><b>○子ども・若者</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①いじめを苦にした子どもの自殺の予防</li> <li>②若者の抱えやすい課題に着目した学生・生徒等への支援の充実</li> <li>③経済的困窮を抱える子ども等への支援の充実</li> <li>④ICTを活用した若者へのアウトリーチの強化等</li> <li>⑤若者自身が身近な相談者となる取組</li> <li>⑥社会全体で若者の自殺のリスクを減らす取組</li> </ul> <p><b>○勤務・経営</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①職場におけるメンタルヘルス対策の推進</li> <li>②長時間労働の是正</li> <li>③ハラスメント防止対策</li> </ul> <p><b>○生活困窮者</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①相談支援、人材育成の推進</li> <li>②居場所づくりや生活支援の充実</li> </ul> <p><b>○無職者・失業者</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①失業者等に対する相談窓口等の充実</li> <li>②職業的自立へ向けた若者への支援の充実</li> <li>③無職者失業者の居場所づくり等の推進</li> <li>④自殺対策と生活困窮者自立支援制度*との連動</li> </ul>	<p><b>○高齢者</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①包括的な支援のための連携の推進</li> <li>②地域における要介護者に対する支援</li> <li>③高齢者の健康不安に対する支援</li> <li>④社会参加の強化と孤独・孤立の支援</li> </ul> <p><b>○ハイリスク等</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①関係者によるパトロールや監視カメラの使用</li> <li>②自殺念慮者に対するシェルターによる一時保護と生活支援</li> <li>③自殺念慮者が援助を求めやすくなるような取組</li> <li>④飛び降り・飛び込み防止等の取組</li> </ul> <p><b>○震災等被災地</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①大規模災害被災者に対する支援対策の推進</li> <li>②アルコール依存症・ギャンブル依存症等に対する支援の充実</li> <li>③被災地域でのアウトリーチの強化や多職種・他部門連携による寄り添い支援</li> </ul> <p><b>○自殺手段</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①飛び降り・飛び込み防止等の取組（再掲）</li> <li>②農薬・ガス（練炭による一酸化炭素等）を用いた自殺の防止</li> <li>③過量服薬等防止の取組</li> </ul>
--	---

資料…自殺総合対策推進センター「地域自殺対策政策パッケージ」より一部抜粋



## 《地域自殺実態プロフィールで推奨される国立市の重点パッケージ》

- ①勤務・経営
- ②子ども・若者
- ③無職者・失業者
- ④生活困窮者

### 重点施策 1 勤務環境や労働環境の多様化に対応した自殺対策の推進

政府の働き方改革実行計画において、「改革の目指すところは、働く方一人ひとりが、より良い将来の展望を持ち得るようにする」ことが挙げられていますが、自殺に追い込まれる有職者はまさにこの反対の状況にあります。都道府県・市町村における勤務・経営に関する自殺対策は働き方改革の諸施策との連携を図りながら進める必要が指摘されています。勤務・経営対策は、勤務環境、労働環境の多様化に対応できるよう、単に職域、各事業所での対策だけではなく、行政や地域の業界団体の役割が重要であり、地域での周知、啓発なども望まれています。また、地域の就労環境や就労構造の特徴を踏まえる必要があります。

重点パッケージでは経営者に対する相談事業の実施などを行うことも望まれており、商工会などとの連携も検討する必要があります。また、地域自殺実態プロフィール（2020年版）では、労働者数50人未満の小規模事業所でのメンタルヘルス対策の遅れについて言及されていますが、本市では50人未満の事業所がほとんどであるため、この対策の検討も必要です。

さらに、2021（令和3）年版の「自殺対策白書」によると、働く女性の自殺者が1,698人となり、2019（令和元）年までの5年間の平均と比べて約3割増加したことが伺えます。「新型コロナウイルス感染症拡大の影響による非正規雇用などの労働環境の変化」が要因の一つであると言われており、福祉部局をはじめとした庁内及び関係機関の連携による複合的な支援がより一層求められます。

#### ○具体的な取組

事業・取組	実施内容	担当課
市民相談事業の実施	福祉部局などと連携し、市民や様々な相談事を把握し、生きるための行政の支援策につなげます。	まちの振興課
労働者の地位向上と良好な労使関係の促進	関係機関と連携して、社内メンタルヘルス対策に関するセミナーなどを実施し、労働環境の改善を推進します。	まちの振興課

## 重点施策 2 子ども・若者に対する自殺対策の推進

子ども・若者対策として、児童生徒、大学生、10歳代から30歳代の有職者と無職者、非正規雇用者などの対象者を念頭に自殺対策を進める必要があります。子ども・若者対策は、そのライフスタイルや生活の場に応じた対応が求められます。抱える悩みは多様ですが、子どもから大人への移行期には特有の大きな変化があり、ライフステージや立場ごとに置かれている状況も異なることから、それぞれの段階にあった対策が求められます。

学校での問題に起因する子どもの自殺の一因として、いじめは深刻な課題です。いじめは決して許されないことであり、いじめの問題については、その兆候をいち早く把握し、迅速に対応すること、学校だけでなく関係機関が緊密に連携して、きめ細かな支援を行う必要があります。国立市いじめ防止対策推進基本方針（2015（平成27）年2月）においても、児童・生徒の尊厳を守るために、市、学校、家庭、地域住民、その他関係機関と連携することを謳っています。

基本パッケージに基づく施策に記した「生きることの促進要因への支援」については、子どもの人権オンブズマンの周知を推進し、「SOSの出し方に関する教育」については、子どもの援助希求（助けてが言えること）を大切に実施していきます。

経済的な困難を抱えているなど、生活困窮世帯が抱える様々な問題は、その家庭で成長する子どもや若者の自殺のリスクを高める要因にもなりかねません。そのため、子どもの貧困対策の推進に関する法律に基づいて実施される施策を、子どもや若者の自殺を予防しうる対策としても捉えなおす必要があります。本市で実施されている子どもや若者を支援するための会議や講演会などの事業について、自殺を予防しうるとの視点で展開していきます。

性的指向（好きになる相手の性別）や性自認（自らの性に対する自己認識）などに悩みを抱えるセクシュアル・マイノリティの子ども・若者は、社会の無理解に加え、相手に受け入れられない経験などから自己肯定感を持ちにくく、いじめや自殺につながりやすい現状があります。また、いわゆるアウティング（本人の同意なく第三者が本人のセクシュアリティなどを公にすること）は、職場や友人などの居場所を奪うことにつながり、本人の自殺企図にも関わります。

子ども・若者の性的指向、性自認に関する悩みなどは、相談のしにくさから問題が表面化されない傾向がありますが、仮に周囲に存在が見えなくても「当事者がいる」という考えで支援体制を整えることが必要です。このような考えのもと、誰もが安心して相談できる相談窓口の充実、コミュニティ・スペースの整備、多様な性についての幅広い啓発活動などに取り組みます。加えて、教育機関における取組として、教職員が性的指向・性自認に関する知識を学ぶ機会を設け、成長段階にある子ども一人ひとりの心と体の変化に合わせた柔軟な対応を行えるよう取り組んでいきます。

○具体的な取組

事業・取組	実施内容	担当課
子どもの人権オンブズマンの周知	学校など、子ども関係機関と連携して、子どもオンブズマンの周知、啓発を行い、子どもが困りごとを気軽に安心して相談できる環境を提供します。	オンブズマン事務局
子ども・若者支援事業の推進	庁内職員及び社会福祉協議会が連携し、対象者に必要な支援を適切に提供します。	児童青少年課
子ども総合相談窓口事業・子ども家庭支援センター運営事業・母子保健事業の推進	子どもや保護者から相談を受ける中で、自殺に関わる問題が出てきた場合に、専門機関につなげ、連携して対応します。	子育て支援課
人権推進教育・いじめ防止対策の推進	教育活動全体を通して、組織的・計画的に人権教育を推進していきます。また、いじめの未然防止、早期発見・早期対応の取組を充実させることにより、重大事態の発生を防ぎます。	教育指導支援課
自立に課題を抱える若者支援事業の推進	子ども・若者の社会参加をきっかけとして、当事者の家族、地域、教育機関、支援機関による横断的な支援につなげます。	公民館

～インフォメーション10～

子育て総合相談(子ども総合相談担当) ☎ 576-2105 (直通)

妊娠期や子育てをしている中で不安を感じることはありませんか。くにたち子育てサポート窓口は妊娠期から子育て期にわたって切れ目なく支援を行う子ども・子育て総合相談窓口として相談者やその家族に寄り添って継続的にお話を伺い、必要な支援を適切に受けられように支援します。子育てに不安を感じたら「くにサポ」にご相談ください。

### 重点施策3 無職者・失業者に対する自殺対策の推進

勤労世代の無職者の自殺率は同世代の有職者に比べ高いことが知られています。自殺のリスクが高い無職者・失業者ではしょうがいや人間関係の問題などを抱えている場合もあります。勤労世代の無職者・失業者は社会的に排除されやすい傾向があり、無職者・失業者に対する自殺対策を、包括的な自殺対策の中に位置づけ、諸施策を検討することが望ましいとされています。このような観点から、自殺のリスクの高い無職者・失業者に対して、当事者のリスクを漏れなく把握し、多職種、多分野で支える当事者本位の支援体制を構築する必要があります。

重点施策3「無職者・失業者に対する自殺対策の推進」と重点施策4「生活困窮者に対する自殺対策の推進」は密接に関連しており、本市の場合、相談保護（生活保護）、福祉総合相談（ふくふく窓口）、しょうがいしゃ相談支援、子育て支援（ひとり親）などの各部署が連携し、就労支援、就労準備支援などを実施しています。

#### ○具体的な取組

事業・取組	実施内容	担当課
生活保護・生活困窮者自立支援事業（就労支援、住居確保給付金、家計改善支援事業、就労準備支援事業、子どもの学習・生活支援事業）の推進	生活保護の実施及び生活困窮者自立支援法に基づく個別相談を実施し、住居確保給付金事業や家計改善支援事業、就労支援準備事業などを展開していきます。自殺の危険性が高い者を早期に発見し、適切な支援を行います。	福祉総務課
保健・福祉にかかる相談支援従事者の連携強化	福祉総合相談において、庁内及び関係機関の保健・福祉の相談支援従事者をつなぎ、連携強化を図ります。	福祉総務課

## 重点施策 4 生活困窮者に対する自殺対策の推進

生活困窮者はその背景として、虐待、性暴力被害、DV被害、依存症、セクシュアル・マイノリティ、知的しょうがい、発達しょうがい、精神しょうがい、身体疾患、被災避難、多重債務、労働、介護などの多様かつ広範な問題を、複合的に抱えていることが多く、経済的困窮に加えて関係性の貧困があり、社会的に排除されやすい傾向があります。様々な背景を抱える生活困窮者は、自殺リスクの高い人たちであるため、効果的な生活困窮者支援対策が、包括的な生きる支援としての自殺対策ともなりえます。社会的に孤立した生活困窮者を地域の人々とつなぐ活動が、生きることの促進要因を強化するとともに、自殺リスクを抱える生活困窮者を見出し、支援へとつなぐこととなります。

本市では、福祉総合相談において、庁内及び関係機関の保健・福祉の相談支援の従事者をつなぎ連携強化を図るほか、生活困窮者自立支援法に基づく個別相談を実施し、住居確保給付金事業や家計改善支援事業、就労準備支援事業などを展開しています。また、他の制度やサービスを組み合わせることによって、生活困窮状態の改善に努め、制度の狭間にある人や困難な課題を抱える人に対しては、課題解決まで寄り添う「伴走型の支援」を行います。これらの取り組みを、自殺対策の視点で実施していく必要があります。

また、自殺のハイリスク者である生活困窮者に対する相談支援に必要な人材育成を行い、基本パッケージに基づく施策で記したとおり、ゲートキーパーの養成については、継続的かつ段階的な研修を開催します。

### ○具体的な取組（重点施策 3 を再掲）

事業・取組	実施内容	担当課
生活保護・生活困窮者自立支援事業（就労支援、住居確保給付金、家計改善支援事業、就労準備支援事業、子どもの学習・生活支援事業）の推進（再掲）	生活保護の実施及び生活困窮者自立支援法に基づく個別相談を実施し、住居確保給付金事業や家計改善支援事業、就労支援準備事業などを展開していきます。自殺をする危険性が高い者を早期に発見し、適切な支援を行います。	福祉総務課
保健・福祉にかかる相談支援従事者の連携強化（再掲）	福祉総合相談において、庁内及び関係機関の保健・福祉の相談支援従事者をつなぎ、連携強化を図ります。	福祉総務課

事業・取組	実施内容	担当課
SOGIに関する相談事業の実施	くにたち男女平等参画ステーション「パラソル」において、SOGI（性的指向・性自認）に関する相談窓口を設置し、セクシュアル・マイノリティ当事者の方や家族・友人等の相談内容に寄り添った支援を行っていきます。	市長室

～インフォメーション11～

生活保護に関する相談（相談保護係） ☎ 576-2120（直通）

日々の暮らしの中で、思わぬご病気やお怪我で入院したり、雇止めで収入が減ったりして、生活が立ち行かなくなってしまうたり、不安を感じたりすることはどなたでも起こりうる話です。このようなときに、最低限の生活費や医療費の保障を受けながら再び生活を立て直していくのが生活保護の制度です。「相談保護係」では生活保護をはじめ様々な制度を利用しながら、お困りごとの課題整理や、自立に向けた計画等を一緒になって考えていきます。生活のこと、金銭的なことでお困りのことがあれば一度「相談保護係」へご相談ください。

## 重点施策 5 自殺手段への自殺対策の推進

飛び降り、飛び込み、服毒、ガス（練炭による一酸化炭素、硫化水素など）などの物理的手段への対策として、自殺のリスクの高い人が、自殺手段に近づきにくくする対策の実施が求められます。特定の自殺手段への対策は他の手段による自殺企図を増加させないことから、自殺手段への対策は自殺の減少に有効です。飛び降りについては、断崖、橋梁、高層ビルなどで、転落防止柵の設置などの施策を推進する、公営の高層住宅に転落防止柵を設置するなどの対策を取ることが考えられます。飛び込みについて、鉄道駅のホームドア・ホーム柵の設置は、視覚障害者などの転落事故防止の観点から、都市部において進められており、自殺対策にも寄与しているものと考えられます。国土交通省は、視覚障害者などの転落防止対策としての観点から、1日に10万人以上が利用する駅について、車両の扉位置が一定しているなどの整備条件を満たしている場合、ホームドアを整備することを鉄道各社に求めています。

本市の場合、乗降客数の最も多い国立駅で日によって10万人を超えることがある程度ですが、本市が発見地となる自殺において、「飛び込み」の割合が全国割合より高くなっています。そのため、鉄道事業者側へのホームドア設置の要請及びJR南武線の踏切対策のための立体交差化等について、東京都、隣接市、鉄道事業者等の関係者と連携し、取り組んでいくことが必要と考えられます。

### ○具体的な取組

事業・取組	内容	担当課
鉄道駅ホームドア設置事業 ※市が主体の事業ではない。	市内3駅のホームのうち、令和4年度中に谷保駅にホームドアを設置する予定です。 谷保駅については福祉施設等が多いことから優先整備する予定です。残りの国立駅・矢川駅の2駅については随時設置の予定となっており、事業者側に設置の要望を積極的に行っていきます。	道路交通課
JR南武線連続立体交差事業	JR南武線の踏切対策について、東京都の踏切対策基本方針に基づき、東京都、隣接市、鉄道事業者等の関係者と連携して、鉄道と道路との立体交差化等に取り組みます。	南部地域まちづくり課

図 1 6 国立市自殺対策計画のイメージ図





## 第6章 計画の推進

### 1 計画の周知・啓発

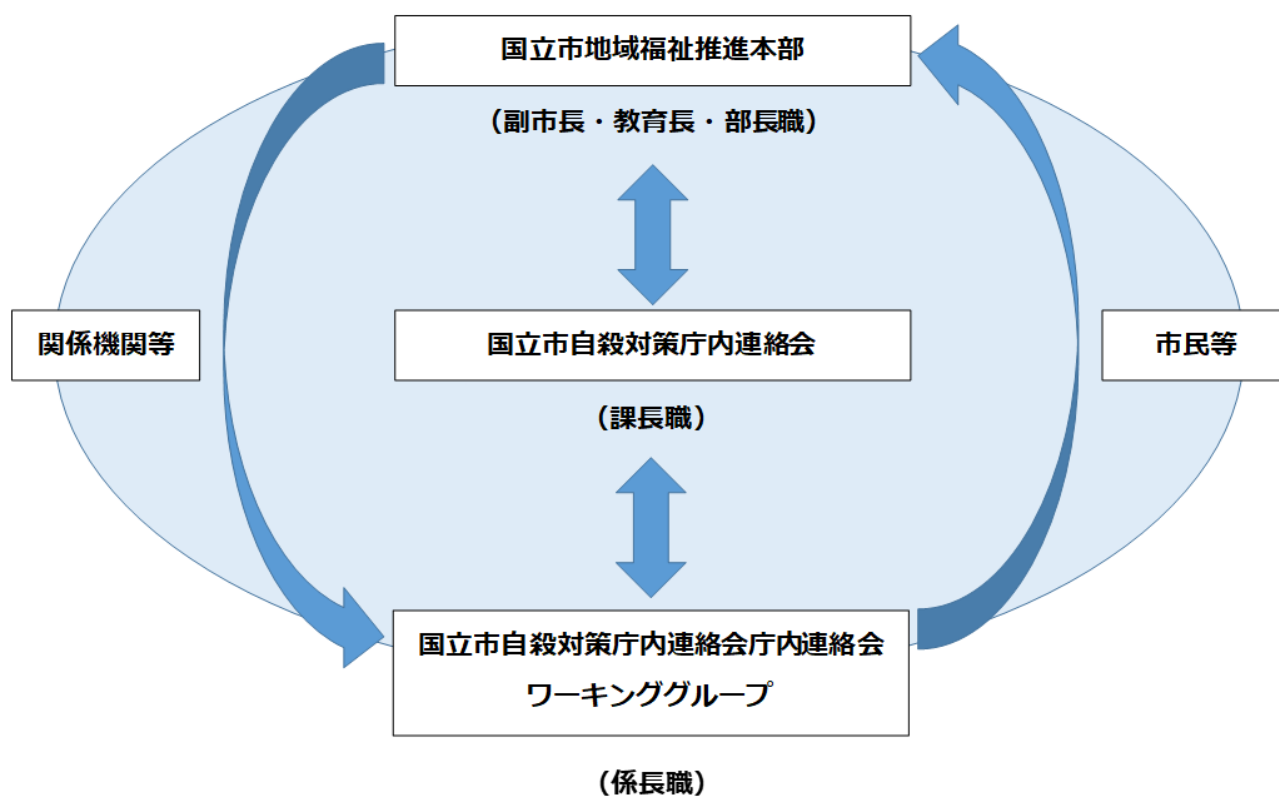
本計画は、本市ホームページ、広報誌などで公表・周知するほか、研修会や講演会などにおける啓発、関係機関・団体などへの配布を通じて、計画の周知を図ります。

### 2 計画の推進体制

計画を着実に実施するため、庁内の関係部局が幅広く参画し、行政全体として自殺対策を推進する体制を整えます。最上位には、副市長、教育長、部長職による国立市地域福祉推進本部を置き、その下には、課長職からなる国立市自殺対策庁内連絡会、係長職からなる国立市自殺対策庁内連絡会ワーキンググループを設け、それぞれが緊密に連動しながら施策を推進します（図17参照）。

また、自殺対策は、家庭や学校、職場、地域など社会全般に深く関係しており、総合的な自殺対策を推進するためには、庁内体制だけではなく、例えば保健所など地域の多様な関係者の連携・協力を確保しつつ、地域の特性に応じた実効性の高い施策を推進していく必要があります。

図17 計画の推進体制



## 資料編

### 1 策定経過

国立市地域福祉推進本部、国立市自殺対策庁内連絡会及び国立市自殺対策庁内連絡会ワーキンググループによる審議を踏まえ、策定しました。

日程	会議等	主な内容
令和元年8月21日	第1回国立市自殺対策庁内連絡会	・各課現状と課題の調査依頼 ・計画骨子案の検討、各窓口事例のアンケート調査
9月5日	第1回国立市自殺対策庁内連絡会 ワーキンググループ	・計画骨子案の検討 ・各課事業の棚卸調査
10月31日	第2回国立市自殺対策庁内連絡会 ワーキンググループ	・計画素案の検討
令和2年1月23日	第3回国立市自殺対策庁内連絡会 ワーキンググループ	・計画素案の作成、確認
2月20日	第2回国立市自殺対策庁内連絡会	・計画素案の確認等
2月27日	第4回国立市自殺対策庁内連絡会 ワーキンググループ	・計画素案の修正確認 →推進本部へ報告
3月27日	国立市地域福祉推進本部	・計画素案の確認
令和3年7月7日	第3回国立市自殺対策庁内連絡会	・計画素案の確認
8月10日	国立市地域福祉推進本部	・計画素案の確認
9月9日	第3回常任委員会	・市議会福祉保険委員会へ計画素案報告
10月5日～10月25日	「国立市自殺対策計画」(素案)に対するパブリックコメント	
11月2日	第4回国立市自殺対策庁内連絡会	・計画(案)の確認
11月11日	国立市地域福祉推進本部	・計画(案)の確認
12月14日	第4回常任委員会	・市議会福祉保険委員会へ計画(案)を報告
12月20日	第5回国立市自殺対策庁内連絡会	・計画(案)の確認
令和4年1月12日	国立市地域福祉推進本部	・計画(案)の確認 →庁議付議を経て計画策定

## 2 庁内体制

### 国立市地域福祉推進本部（副市長～部長職）

#### 国立市地域福祉推進本部委員

令和3年4月1日現在

1	本部長	副市長
2	副本部長	教育長
3	本部委員	政策経営部長
4	〃	行政管理部長
5	〃	健康福祉部長
6	〃	地域包括ケア・健康づくり推進担当部長
7	〃	子ども家庭部長
8	〃	生活環境部長
9	〃	都市整備部長
10	〃	都市整備部参事
11	〃	教育次長

■事務局：健康福祉部福祉総務課地域福祉推進係

### 国立市自殺対策庁内連絡会（課長職）

#### 国立市自殺対策庁内連絡会委員

令和元年8月26日現在

1	委員長	健康福祉部福祉総務課長
2	副委員長	健康福祉部健康づくり担当課長
3	委員	オンブズマン事務局長
4	〃	政策経営部市長室長
5	〃	行政管理部防災安全課長
6	〃	健康福祉部しょうがいしゃ支援課長
7	〃	健康福祉部高齢者支援課長
8	〃	子ども家庭部子育て支援課長

9	〃	生活環境部まちの振興課長
10	〃	都市整備部道路交通課長
11	〃	教育委員会事務局教育指導支援課長

■事務局：健康福祉部福祉総務課地域福祉推進係

## 国立市自殺対策庁内連絡会ワーキンググループ（係長職）

### 国立市自殺対策庁内連絡会ワーキンググループ委員

令和元年8月26日現在

1	座長	健康福祉部福祉総務課地域福祉推進係長
2	副座長	健康福祉部健康増進課健康推進担当係長
3	委員	オンブズマン事務局オンブズマン係長
4	〃	政策経営部市長室平和・人権・ダイバーシティ推進係長
5	〃	行政管理部防災安全課防災・消防係長
6	〃	健康福祉部福祉総務課福祉総合相談係長
7	〃	健康福祉部福祉総務課相談保護係長
8	〃	健康福祉部しょうがいしゃ支援課相談支援係長
9	〃	健康福祉部高齢者支援課地域包括支援センター主査
10	〃	子ども家庭部子育て支援課子ども総合相談担当主査
11	〃	都市整備部道路交通課交通係長
12	〃	教育委員会事務局教育指導支援課指導支援係長

■事務局：健康福祉部福祉総務課地域福祉推進係

■スーパーバイザー：西村 康平氏（神奈川県立精神医療センター医師）

### 3 自殺対策基本法

#### 自殺対策基本法（平成十八年法律第八十五号）

最終改正：平成28年法律第11号

目次

第一章 総則（第一条—第十一条）

第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等（第十二条—第十四条）

第三章 基本的施策（第十五条—第二十二条）

第四章 自殺総合対策会議等（第二十三条—第二十五条）

附則

#### 第一章 総則

（目的）

**第一条** この法律は、近年、我が国において自殺による死亡者数が高い水準で推移している状況にあり、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、これに対処していくことが重要な課題となっていることに鑑み、自殺対策に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、自殺対策の基本となる事項を定めること等により、自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的とする。

（基本理念）

**第二条** 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかげがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

2 自殺対策は、自殺が個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく、その背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、社会的な取組として実施されなければならない。

3 自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。

4 自殺対策は、自殺の事前予防、自殺発生の危機への対応及び自殺が発生した後又は自殺が未遂に終わった後の事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施されなければならない。

5 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

（国及び地方公共団体の責務）

**第三条** 国は、前条の基本理念（次項において「基本理念」という。）にのっとり、自殺対策を総合的に策定し、及び実施する責務を有する。

2 地方公共団体は、基本理念にのっとり、自殺対策について、国と協力しつつ、当該地域の状況に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。

3 国は、地方公共団体に対し、前項の責務が十分に果たされるように必要な助言その他の援助を行うものとする。

(事業主の責務)

**第四条** 事業主は、国及び地方公共団体が実施する自殺対策に協力するとともに、その雇用する労働者の心の健康の保持を図るため必要な措置を講ずるよう努めるものとする。

(国民の責務)

**第五条** 国民は、生きることの包括的な支援としての自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるよう努めるものとする。

(国民の理解の増進)

**第六条** 国及び地方公共団体は、教育活動、広報活動等を通じて、自殺対策に関する国民の理解を深めるよう必要な措置を講ずるものとする。

(自殺予防週間及び自殺対策強化月間)

**第七条** 国民の間に広く自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるとともに、自殺対策の総合的な推進に資するため、自殺予防週間及び自殺対策強化月間を設ける。

2 自殺予防週間は九月十日から九月十六日までとし、自殺対策強化月間は三月とする。

3 国及び地方公共団体は、自殺予防週間においては、啓発活動を広く展開するものとし、それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

4 国及び地方公共団体は、自殺対策強化月間においては、自殺対策を集中的に展開するものとし、関係機関及び関係団体と相互に連携協力を図りながら、相談事業その他それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

(関係者の連携協力)

**第八条** 国、地方公共団体、医療機関、事業主、学校（学校教育法（昭和二十二年法律第二十六号）第一条に規定する学校をいい、幼稚園及び特別支援学校の幼稚部を除く。第十七条第一項及び第三項において同じ。）、自殺対策に係る活動を行う民間の団体その他の関係者は、自殺対策の総合的かつ効果的な推進のため、相互に連携を図りながら協力するものとする。

(名誉及び生活の平穏への配慮)

**第九条** 自殺対策の実施に当たっては、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穏に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない。

(法制上の措置等)

**第十条** 政府は、この法律の目的を達成するため、必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

(年次報告)

**第十一条** 政府は、毎年、国会に、我が国における自殺の概況及び講じた自殺対策に関する報告書を提出しなければならない。

## **第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等**

(自殺総合対策大綱)

**第十二条** 政府は、政府が推進すべき自殺対策の指針として、基本的かつ総合的な自殺対策の大綱(次条及び第二十三条第二項第一号において「自殺総合対策大綱」という。)を定めなければならない。

(都道府県自殺対策計画等)

**第十三条** 都道府県は、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、当該都道府県の区域内における自殺対策についての計画(次項及び次条において「都道府県自殺対策計画」という。)を定めるものとする。

2 市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画(次条において「市町村自殺対策計画」という。)を定めるものとする。

(都道府県及び市町村に対する交付金の交付)

**第十四条** 国は、都道府県自殺対策計画又は市町村自殺対策計画に基づいて当該地域の状況に応じた自殺対策のために必要な事業、その総合的かつ効果的な取組等を実施する都道府県又は市町村に対し、当該事業等の実施に要する経費に充てるため、推進される自殺対策の内容その他の事項を勘案して、厚生労働省令で定めるところにより、予算の範囲内で、交付金を交付することができる。

## **第三章 基本的施策**

(調査研究等の推進及び体制の整備)

**第十五条** 国及び地方公共団体は、自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するため、自殺の実態、自殺の防止、自殺者の親族等の支援の在り方、地域の状況に応じた自殺対策の在り方、自殺対策の実施の状況等又は心の健康の保持増進についての調査研究及び検証並びにその成果の活用を推進するとともに、自殺対策について、先進的な取組に関する情報その他の情報の収集、整理及び提供を行うものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策の効率的かつ円滑な実施に資するための体制の整備を行うものとする。

(人材の確保等)

**第十六条** 国及び地方公共団体は、大学、専修学校、関係団体等との連携協力を図りながら、自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上に必要な施策を講ずるものとする。

(心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進等)

**第十七条** 国及び地方公共団体は、職域、学校、地域等における国民の心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進並びに相談体制の整備、事業主、学校の教職員等に対する国民の心の健康の保持に関する研修の機会の確保等必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策で大学及び高等専門学校に係るものを講ずるに当たっては、大学及び高等専門学校における教育の特性に配慮しなければならない。

3 学校は、当該学校に在籍する児童、生徒等の保護者、地域住民その他の関係者との連携を図りつつ、当該学校に在籍する児童、生徒等に対し、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていくことについての意識の涵養等に資する教育又は啓発、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育又は啓発その他当該学校に在籍する児童、生徒等の心の健康の保持に係る教育又は啓発を行うよう努めるものとする。

(医療提供体制の整備)

**第十八条** 国及び地方公共団体は、心の健康の保持に支障を生じていることにより自殺のおそれがある者に対し必要な医療が早期かつ適切に提供されるよう、精神疾患を有する者が精神保健に関して学識経験を有する医師（以下この条において「精神科医」という。）の診療を受けやすい環境の整備、良質かつ適切な精神医療が提供される体制の整備、身体の傷害又は疾病についての診療の初期の段階における当該診療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、救急医療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、精神科医とその地域において自殺対策に係る活動を行うその他の心理、保健福祉等に関する専門家、民間の団体等の関係者との円滑な連携の確保等必要な施策を講ずるものとする。

(自殺発生回避のための体制の整備等)

**第十九条** 国及び地方公共団体は、自殺をする危険性が高い者を早期に発見し、相談その他の自殺の発生を回避するための適切な対処を行う体制の整備及び充実に必要な施策を講ずるものとする。

(自殺未遂者等の支援)

**第二十条** 国及び地方公共団体は、自殺未遂者が再び自殺を図ることのないよう、自殺未遂者等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

(自殺者の親族等の支援)

**第二十一条** 国及び地方公共団体は、自殺又は自殺未遂が自殺者又は自殺未遂者の親族等に及ぼす深刻な心理的影響が緩和されるよう、当該親族等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

(民間団体の活動の支援)

**第二十二条** 国及び地方公共団体は、民間の団体が行う自殺の防止、自殺者の親族等の支援等に関する活動を支援するため、助言、財政上の措置その他の必要な施策を講ずるものとする。

#### **第四章 自殺総合対策会議等**



(設置及び所掌事務)

**第二十三条** 厚生労働省に、特別の機関として、自殺総合対策会議（以下「会議」という。）を置く。

- 2 会議は、次に掲げる事務をつかさどる。
  - 一 自殺総合対策大綱の案を作成すること。
  - 二 自殺対策について必要な関係行政機関相互の調整をすること。
  - 三 前二号に掲げるもののほか、自殺対策に関する重要事項について審議し、及び自殺対策の実施を推進すること。

(会議の組織等)

**第二十四条** 会議は、会長及び委員をもって組織する。

- 2 会長は、厚生労働大臣をもって充てる。
- 3 委員は、厚生労働大臣以外の国務大臣のうちから、厚生労働大臣の申出により、内閣総理大臣が指定する者をもって充てる。
- 4 会議に、幹事を置く。
- 5 幹事は、関係行政機関の職員のうちから、厚生労働大臣が任命する。
- 6 幹事は、会議の所掌事務について、会長及び委員を助ける。
- 7 前各項に定めるもののほか、会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

(必要な組織の整備)

**第二十五条** 前二条に定めるもののほか、政府は、自殺対策を推進するにつき、必要な組織の整備を図るものとする。

## 4 国立市地域福祉推進本部設置要綱

平成6年9月1日訓令（甲）第40号

（設置）

**第1条** 国立市地域福祉施策の円滑な推進を図るため、国立市地域福祉推進本部（以下「本部」という。）を設置する。

（所掌事項）

**第2条** 本部の所掌事項は、次のとおりとする。

（1）国立市地域福祉計画、国立市しょうがいしゃ計画及び国立市高齢者保健福祉計画の推進の総合調整に関すること。

（2）前号に掲げるもののほか、福祉施策の企画・調整に関すること。

（組織）

**第3条** 本部は、本部長、副本部長及び本部委員をもって組織する。

（1）本部長は、副市長とする。

（2）副本部長は、教育長とする。

（3）本部委員は、別表1に掲げる職にあるものとする。

（本部長等の職務）

**第4条** 本部長は、本部を統括する。

2 副本部長は本部長を補佐し、本部長に事故あるときは、本部長があらかじめ指定する順位により、その職務を代理する。

（会議）

**第5条** 本部会議は、必要に応じて本部長が招集し、会議を主催する。

（推進委員会）

**第6条** 本部のもとに、推進委員会をおく。

2 推進委員会は、別表2に掲げる職にある者をもって構成し、推進委員長は健康福祉部長とする。

3 推進委員会の所掌事項は、次のとおりとする。

（1）本部から指示された事項の協議に関すること。

（2）本部に付議する事項の調整に関すること。

（3）前2号に掲げるもののほか、福祉施策に必要な事項の協議・調整に関すること。

4 推進委員会は、必要に応じて委員長が招集し、会議を主催する。

5 推進委員会には、必要に応じて分科会を置くことができる。

6 推進委員会には、必要に応じて関係行政機関等の職員を出席させることができる。

（庶務）

**第7条** 本部の庶務は、国立市地域福祉計画の推進の総合調整及び第2条第2号に掲げる事項に係るものについては健康福祉部福祉総務課において、国立市しょうがいしゃ計画の推進の総合調整に係るものについては健康福祉部しょうがいしゃ支援課において、国立市高齢者保健福祉計画の推進の総合調整に係るものについては健康福祉部高齢者支援課において処理する。

(委任)

**第8条** この要綱に定めるもののほか、本部の運営に関して必要な事項は本部長が定める。

**付 則** (令和元年8月16日訓令第21号)

この訓令は、令和元年8月16日から施行する。

**別表 1**

政策経営部長	行政管理部長	健康福祉部長	子ども家庭部長
生活環境部長	都市整備部長	都市整備部参事	教育次長

**別表 2**

政策経営部	政策経営課長
行政管理部	職員課長 防災安全課長
健康福祉部	健康福祉部長 福祉総務課長 しょうがいしゃ支援課長 高齢者支援課長 地域包括ケア推進担当課長 健康増進課長 健康づくり担当課長
子ども家庭部	児童青少年課長 施策推進担当課長 子育て支援課長
生活環境部	まちの振興課長
都市整備部	都市計画課長 道路交通課長 国立駅周辺整備課長
教育委員会	教育指導支援課長

## 5 国立市自殺対策庁内連絡会設置要領

令和元年8月26日

(設置)

**第1条** 自殺対策基本法（平成18年法律第85号）第13条第2項の規定に基づき、国立市の区域内における自殺対策についての計画（以下「自殺対策計画」という。）を策定し、自殺対策の総合的な推進を図るため、国立市自殺対策庁内連絡会（以下「連絡会」という。）を設置する。

(所掌事項)

**第2条** 連絡会は、次に掲げる事項について所掌する。

- (1) 自殺対策計画の策定に関すること。
- (2) 自殺対策計画の進行管理に関すること。
- (3) その他自殺対策に関すること。

(組織)

**第3条** 連絡会は、委員長、副委員長及び委員をもって組織する。

- 2 委員長は健康福祉部福祉総務課長を、副委員長は健康福祉部健康づくり担当課長をもって充てる。
- 3 委員は、別表に掲げる職にある者をもって充てる。

(委員長及び副委員長の職務)

**第4条** 委員長は、委員会を代表し、会務を総理する。

- 2 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

**第5条** 連絡会は、必要に応じ委員長が招集する。

- 2 委員長は、連絡会の議長となる。
- 3 委員長は、必要があると認めるときは、連絡会の構成員以外の者を連絡会に出席させ、説明又は意見を聴取することができる。

(実務者会議)

**第6条** 委員長は、連絡会に実務者会議（ワーキンググループ）を置くことができる。

- 2 実務者会議は、連絡会の運営に関し必要な事項を検討し、その結果を連絡会に報告するほか、委員長の指示する事項を処理する。
- 3 実務者会議は、別表に掲げる連絡会を構成する部署の実務者をもって構成する。

(庶務)

**第7条** 連絡会の庶務は、福祉総務課地域福祉推進係において処理する。

(その他)

**第8条** この要領に定めるもののほか、連絡会の運営について必要な事項は、委員長が定める。

## 附 則

この要領は、令和元年8月26日から実施する。

### 別 表（第3条関係）

1	委員長	健康福祉部福祉総務課長
2	副委員長	健康福祉部健康づくり担当課長
3	委員	オンブズマン事務局長
4	〃	政策経営部市長室長
5	〃	行政管理部防災安全課長
6	〃	健康福祉部しょうがいしゃ支援課長
7	〃	健康福祉部高齢者支援課長
8	〃	子ども家庭部子育て支援課長
9	〃	生活環境部まちの振興課長
10	〃	都市整備部道路交通課長
11	〃	教育委員会事務局教育指導支援課長

### 別 表（第6条関係）

1	座長	健康福祉部福祉総務課地域福祉推進係長
2	副座長	健康福祉部健康増進課健康推進担当係長
3	委員	オンブズマン事務局オンブズマン係長
4	〃	政策経営部市長室平和・人権・ダイバーシティ推進係長
5	〃	行政管理部防災安全課防災・消防係長
6	〃	健康福祉部福祉総務課福祉総合相談係長
7	〃	健康福祉部福祉総務課相談保護係長
8	〃	健康福祉部しょうがいしゃ支援課相談支援係長
9	〃	健康福祉部高齢者支援課地域包括支援センター主査
10	〃	子ども家庭部子育て支援課子ども総合相談担当主査
11	〃	都市整備部道路交通課交通係長
12	〃	教育委員会事務局教育指導支援課指導支援係長

## 6 用語の解説

	用語	解説	ページ
あ	医療圏	<p>地域の実情に応じた医療を提供する体制を確保するために、都道府県が設定する地域単位の範囲のことです。医療圏には「1次医療圏」「2次医療圏」「3次医療圏」の3つがあります。</p> <p>1次医療圏は日常生活に密着した保健医療を提供する区域のことで、おおむね市町村単位となっています。2次医療圏は一般的な入院時に医療を確保できる範囲のことです。国立市は、立川市・昭島市・国分寺市・東大和市・武蔵村山市とともに「北多摩西部」が2次医療圏となっています。</p> <p>3次医療圏は先進医療や特殊な医療機器を使用する際の医療提供の範囲とされており、原則、都道府県ごとに1つ（北海道のみ6つ）の医療圏とされています。</p> <p>2次医療圏と3次医療圏については、医療法第30条の4第2項12及び13に規定されています。</p>	33
	SDGs(エス・ディー・ジーズ)	<p>2015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」にて記載された2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標のことです。17のゴール(目標)・169のターゲットから構成され、地球上の「誰一人取り残さない」ことを誓っています。</p>	4,27

	用語	解説	ページ
か	基本パッケージ	地域自殺対策計画の策定を支援するために、自殺総合対策推進センター(JSSC)*が作成した「地域自殺対策政策パッケージ」の中の1つ。 基本パッケージにおける基本施策は5つあり、いずれも地域自殺対策の推進においてすべての自治体で取り組むことが望ましい施策をしめています。	19,26,35,38
	ゲートキーパー	身近な人の悩みに気づき、声をかけ、その人の話にじっくり耳を傾け(傾聴)、専門家や相談窓口につなぎ、見守る人のことを「ゲートキーパー」=「命の門番」と言います。	はじめに,2,19,22,28,38
	健康日本21	健康増進法に基づき、厚生労働省が平成25年度から進めている健康づくり対策の名称のこと。正式名称は「21世紀における第2次国民健康づくり運動(健康日本21(第二次))」です。	1
さ	自殺死亡率	人口10万人当たりの自殺による死亡者数を表した数値です。	はじめに,2,5,12,14,15,16,17,30
	自殺総合対策推進センター(JSSC)	平成28年4月1日に施行された改正自殺対策基本法の新しい理念と趣旨に基づき、学際的な観点から関係者が連携して自殺対策のPDCAサイクルに取り組むためのエビデンスの提供及び民間団体を含めた地域の自殺対策を支援する機能を強化する目的で発足した団体のこと。令和2年4月1日より、「一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター(JSCP)」が継承。	19,33,56,57,58
	自殺総合対策大綱	政府が推進すべき自殺対策の指針です。「対人支援のレベル」、「地域連携のレベル」、「社会制度のレベル」、それぞれにおいて強力的に、かつそれらを総合的に推進するものとされています。	1,2,6,7,8,9,10,11,12,46,48,50

	用語	解説	ページ
さ	自殺対策基本法	わが国において自殺による死亡者数が高い水準で推移している状況に対処するために、「誰も自殺に追いこまれることのない社会の実現」を目指して、自殺対策に関し基本理念、国、地方公共団体等の責務及び自殺対策の基本となる事項を定めた法律です。	はじめに, 1, 2, 8, 9, 10, 46, 53, 56
	重点パッケージ	地域自殺対策計画の策定を支援するために、自殺総合対策推進センター(JSSC)が作成した「地域自殺対策政策パッケージ」の中の1つ。 重点パッケージの対策として、子ども・若者、勤務・経営、生活困窮者、無職者・失業者、高齢者、ハイリスク地、震災等被災地、自殺手段についての施策群が提示されています。自治体ごと、地域の自殺実態に応じて、施策群の中から最適な施策群を選択することで、地域自殺対策推進に役立てることを目的としています。	33, 34, 58
	人口動態統計	厚生労働省が公表する統計です。市区町村に届出等がされた出生、死亡、死産、婚姻及び離婚の全数を対象としています。	5, 13, 14



	用語	解説	ページ
さ	生活困窮者自立支援制度	就労の状況、心身の状況、地域社会からの孤立の状況など様々な状況又はそれらの複合的な状況に応じて、自立相談支援事業(自立支援相談窓口で相談を受けた支援員が、自立に向けた支援プランを作成し、就労支援やその他様々な支援を行います)を中核に、住居確保給付金の支給(離職などで住居を失った方や、失うおそれの高い方に、就職活動をする等の条件をもとに、一定期間家賃相当額を支給します)、就労準備支援事業(「社会との関わりに不安がある」など直ちに就労が困難なかに就労に向けた支援や就労の機会を提供します)の実施などにより包括的かつ早期的な支援を提供する制度です。	33
	ソーシャル・インクルージョン(社会的包摂)	「全ての人々を孤独や孤立、排除や摩擦から援護し、健康で文化的な生活の実現につなげるよう、社会の構成員として包み支え合う」という理念のことです。	はじめに、10
た	地域自殺対策政策パッケージ	地域自殺対策計画の策定を支援するために、自殺総合対策推進センター(JSSC)が作成したものの。地域の自殺の実態を詳細に分析した「地域自殺実態プロファイル」と、地域自殺対策の策定に役立つ「地域自殺対策政策パッケージ」があります。 「地域自殺対策政策パッケージ」は「基本パッケージ」と「重点パッケージ」から構成されています。	33,56,57
	地域自殺実態プロファイル	自殺総合対策推進センター(JSSC)において作成した、すべての都道府県及び市町村それぞれの自殺の実態を分析した資料のことです。	2,15,16,17,18,34

	用語	解説	ページ
た	統合失調症	幻覚(実際にはないものが感覚として感じられるもの)や妄想(明らかに誤った内容であるのに信じてしまい、周りが訂正しようとしても受け入れられないと考え)という症状が特徴的な精神疾患です。それに伴って人々と交流しながら家庭や社会で生活を営むための、適切な会話や行動や作業ができにくくなり、症状が強い場合には、それが病気の症状であると認識できないという特徴を併せもっています。	3
な	ナショナル・ミニマム	国が憲法 25 条に基づき全国民に対し保障する「健康で文化的な最低限度の生活」水準のことです。	はじめに
は	パブリックコメント	政策等の策定途中で、事前にその計画等の素案を市民の皆さんに公表し、それに対して、意見、課題、問題点、情報等をいただき、提出された意見等を考慮して政策等を決定していくとともに、寄せられた意見とそれに対する市の考え等を公表する制度をいいます。	9,43
	パンデミック	感染症や伝染病が世界的に大流行し、非常に多くの感染者や患者が発生することを言います。過去に起こったパンデミックとしては、ペスト（黒死病）やコレラ、スペインかぜ（インフルエンザ）や COVID19（新型コロナウイルス感染症）が該当します。	27

	用語	解説	ページ
ま	民生委員・児童委員	厚生労働大臣から委嘱を受け、地域の福祉活動を行うボランティアです。地域住民の相談や援助を行う法的活動の中で、人権やプライバシーに配慮をしつつ、援助が必要な方の福祉ニーズに応じたサービスが提供されるよう、行政や関係機関の調整役・パイプ役として活動しています。	20,27
	メンタルヘルス	「こころの健康」を指します。ストレスによる精神的疲労や精神疾患の予防やケアを行うことによって、こころの病気に適切に対処し、自身や周囲の人がこころの病気を正しく理解することが重要となっています。	3,4,26,33,34,63

## 付録 相談先一覧

あなたの気持ちを話してみませんか？話すことで問題の解決につながるかもしれません。  
ぜひ勇気をもって話してみてください。

### 1 こころやからだの健康について

こんな悩みありませんか？

【気持ちが落ち込む・不眠が続く・お酒がやめられない・死にたいと思ってしまう・健康のことで悩んでいる】

	相談名	主催者	連絡先	受付時間
1	健康相談	健康増進課 保健センター	042-572-6111	月～金（祝日を除く） 8:30～17:00
2	こころの相談	東京都多摩総合精神保健福祉センター	042-371-5560	月～金（年末年始・祝日を除く） 9:00～17:00
3	こころの電話相談	東京都	03-3302-7711	月～金（年末年始・祝日を除く） 9:00～17:00
4	夜間こころの電話相談	東京都	03-5155-5028	毎日 17:00～22:00 （受付は 21:30 まで）
5	東京都自殺相談ダイヤル（こころといのちのほっとライン）	東京都	0570-087478	年中無休 14:00～翌日 5:30

## 2 経済や生活の問題について

こんなお悩みありませんか？

【生活に困っている・借金の返済に困っている・家族に内緒で借金している・くらしの中の心配事がある】

	相談名	主催者	連絡先	受付時間
1	福祉総合相談 ふくふく窓口	健康福祉部 福祉総務課 福祉総合相談係	042-572-2111 (直通)	月～金（年末年始・祝 日を除く） 8:30～17:15
2	生活保護に関する 相談	健康福祉部 福祉総務課 相談保護係	042-576-2120 (直通)	月～金（年末年始・祝 日を除く） 9:00～17:15
3	くらしの相談	国立市社会福祉協議会	0120-294-201	月～金（祝日を除く） 9:30～17:00
4	世帯への生活費及 び一時的な資金の 貸付について	国立市社会福祉協議会	042-575-3226	平日 8:30～17:00
5	架空請求に関する 相談	東京都消費者総合セン ター 架空請求 110 番	03-3235-2400	月～土（年末年始・祝 日を除く） 9:00～17:00
6	東京都多重債務者 生活再生事業	東京都生活再生相談窓 口	03-5227-7266	平日 9:30～18:00
7	しょうがいしゃの 相談窓口	健康福祉部 しょうがいしゃ支援課 相談支援係	042-576-2121 (直通)	月～金（年末年始・祝 日を除く） 9:00～17:15
8	高齢の方に関する 心配事やお悩み事 の相談	国立市地域包括支援セ ンター	042-576-2123 (直通)	月～土 8:30～17:00 時間外及び日曜、祝日 は電話による相談を受 け付けています。 042-576-2175

### 3 職場や仕事について

こんなお悩みありませんか？

【職場のメンタルヘルス対策・過重労働・職場の人間関係で悩んでいる・ハラスメントを受けている】

	相談名	主催者	連絡先	受付時間
1	人権身の上相談	まちの振興課 市長室 人権擁護委員	【まちの振興課】 042-576-2111 (内線：178) 【市長室】 042-576-2111 (内線：229)	毎月第2火曜 10:00～12:00
2	労働・年金相談	まちの振興課	042-576-2111 (内線：178)	毎月第3木曜 10:00～12:00
3	労働相談	東京都労働相談情報センター	0570-00-6110	月～金 9:00～20:00 土 9:00～17:00
4	労働相談	日本労働組合総連合会 東京都連合会	042-529-5550	平日のみ 10:00～16:00

#### 4 学校・教育について

こんなお悩みありませんか？

【学校に行くことがつらい・いじめられている・学校生活になじめない・学業不振・不登校で悩んでいる】

	相談名	主催者	連絡先	受付時間
1	教育相談	教育相談室	042-576-2109 (要予約)	月～金 9:30～17:00
2	子ども電話相談 (いじめ110番)	教育センター	042-576-2050	月～金 9:30～16:00
3	子どもの人権	子どもの人権オンブズ マン	0120-70-7830	月～金(祝日を除く) 8:30～17:00
4	教育相談一般・東京 都いじめ相談ホッ トライン	東京都教育相談センタ ー	0120-53-8288	24時間 365日受付
5	チャイルドライン 18歳までのこども 専用	チャイルドライン支援 センター	01210-99-7777	毎日 16:00～21:00

## 5 子育て相談

こんなお悩みありませんか？

【どこに相談したらよいかわからない・誰に相談したらよいかわからない子育ての相談窓口】

	相談名	主催者	連絡先	受付時間
1	子ども総合相談 (くにサポ)	子育て支援課 子育て支援係 子ども総合相談担当	042-576-2105 (直通)	月～金(年末年始・祝 日を除く) 8:30～17:15
2	子ども・育児相談	子ども家庭支援センタ ー	042-573-0192	月～土(祝日を除く) 8:30～17:00
3	子ども発達相談	子育て支援課 子ども保健・発達支援 係 (保健センター内)	042-574-3311	月～金(年末年始・祝 日を除く) 8:30～17:00
4	4152(よいこに) 電話相談	東京都児童相談センタ ー	03-3366-4152	月～金 9:00～21:00 土・日・祝日 9:00～17:00 (年末年始を除く)



## 6 総合相談

どこに相談したらよいかわからない、総合相談の窓口

	相談名	主催者	連絡先	受付時間
1	福祉総合相談 ふくふく窓口	健康福祉部 福祉総務課 福祉総合相談係	042-572-2111 (直通)	月～金（年末年始・祝 日を除く） 8:30～17:15
2	法テラス	日本司法支援センター	0570-078374	平日 9:00～21:00 土 9:00～17:00 （年末年始・祝日を除 く）

気づき 支え合い 誰もが生きることが保障されるまちを目指して  
～国立市自殺対策計画～

2022（令和4）年3月

発行：国立市

編集：健康福祉部福祉総務課

住所：〒186-8501

国立市富士見台2丁目47番地の1

電話：042-576-2111（代表）（内線）796・797

ファックス：042-576-2138



