

### 第3章 自殺対策の基本方針

本市では、平成29年7月に閣議決定された自殺総合対策大綱を踏まえて、以下の5つの基本方針に基づき自殺対策を推進します。

- 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の強化
- 3 対応の段階に応じた対策の推進
- 4 実践と啓発を両輪として推進
- 5 役割の明確化と連携・協働の推進

#### 1. 生きることの包括的な支援として推進

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、その多くを防ぐことのできる社会的な問題であることから、自殺対策を生きることの包括的な支援として、社会全体の自殺リスクを低下させるとともに、一人ひとりの生活を守るという姿勢で展開するものとしています。

個人においても地域においても、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」より「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」が上回ったときに自殺リスクが高くなります。裏を返せば、「生きることの阻害要因」となる失業や多重債務、生活苦等を同じように抱えていても、全ての人や社会の自殺リスクが同様に高まるわけではありません。「生きることの促進要因」となる自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等と比較して、阻害要因が上回れば自殺リスクは高くなり、促進要因が上回れば自殺リスクは高まりません。

そのため、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」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させる方向で、生きることの包括的な支援として推進する必要があります。

#### 「生きることの促進要因」

- △家族や友人との信頼関係
- △やりがいのある仕事や趣味
- △経済的な安定
- △ライフスキル（問題対処能力）
- △信仰
- △地域とのつながり
- △自己肯定感                      など

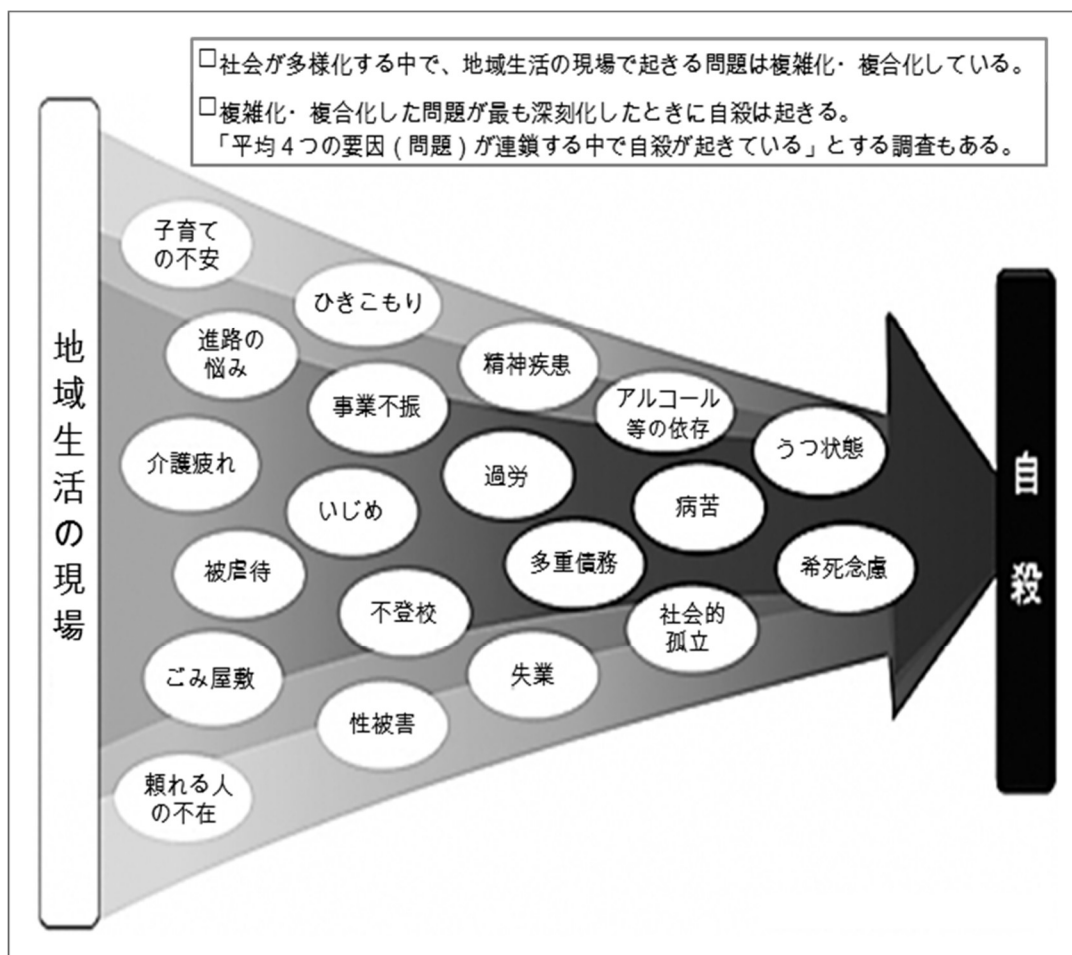
#### 「生きることの阻害要因」

- ▼将来への不安や絶望
- ▼失業や不安定雇用
- ▼過重労働
- ▼借金や貧困
- ▼虐待、いじめ
- ▼病気、介護疲れ
- ▼孤独、役割喪失感              など

## 2. 関連施策との有機的な連携の強化

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して自殺を防ぐためには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取組が重要です。また、このような包括的な取組を実施するためには、様々な分野の施策、人々や組織が密接に連携する必要があります。自殺の要因となり得る生活困窮、児童虐待、性暴力被害、ひきこもり、性的マイノリティ等、関連の分野においても同様の取組が展開されています。連携の効果を更に高めるため、そうした様々な分野の生きる支援にあたる人々がそれぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有することが重要です。

【図11】自殺の危機要因イメージ図



参考：NPO 法人ライフリンク資料

### 3. 対応の段階に応じた対策の推進

#### (1) 対人支援・地域連携・社会制度のレベルごとの対策の連動

自殺対策に係る個別の施策は、以下の3つのレベルに分けて考え、これらを有機的に連動させることで、総合的に推進します。

- ① 個人の問題解決に取り組む相談支援を行う「対人支援のレベル」
- ② 問題を複合的に抱える人に対して包括的な支援を行うための関係機関等による事務連携などの「地域連携のレベル」
- ③ 法律、大綱、計画等の枠組みの整備や修正に関わる「社会制度のレベル」

#### (2) 事前対応・自殺発生の危機対応・事後対応等の段階ごとに効果的な施策の推進

- ① 事前対応：心身の健康の保持増進についての取組、自殺や精神疾患等についての正しい知識の普及啓発等、自殺の危険性が低い段階での対応。
- ② 自殺発生の危機対応：現に起こりつつある自殺発生の危険に介入し、自殺を発生させない対応。
- ③ 事後対応：不幸にして自殺や自殺未遂が生じてしまった場合に家族や職場の同僚等に与える影響を最小限とし、新たな自殺を発生させない対応。

#### (3) 自殺の事前対応の更に前段階での取組の推進

地域の相談機関や抱えた問題の解決策を知らないがゆえに支援を得ることができず自殺に追い込まれる人が少ないことから、学校において、命や暮らしの危機に直面したとき、誰にどうやって助けを求めればよいかの具体的なかつ実践的な方法を学ぶと同時に、つらいときや苦しいときには助けを求めてもよいということを学ぶ教育（SOSの出し方に関する教育）を推進します。

### 4. 実践と啓発を両輪として推進

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への理解を深めることも含めて、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、地域全体の共通認識となるように積極的に普及啓発を行うことが重要です。

全ての市民が、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインに早く気づき、精神科医等の専門家につなぎ、その指導を受けながら見守っていけるよう、広報活動、教育活動等に取り組んでいくことが必要です。

### 5. 役割の明確化と連携・協働の推進

「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」のためには、国、県、市町村、関係団体、民間団体、企業、そして、市民一人ひとりが連携・協働して自殺対策を総合的に推進することが必要です。それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有化した上で、相互の連携・協働の仕組みを構築することが重要です。

具体的には、国には「自殺対策を総合的に策定し実施する」責務があり、県及び市町村には「地域の状況に応じた施策を策定し実施する」責務があります。また、関係団体や民間団体、企業には、それぞれの活動内容の特性等に応じて「積極的に自殺対策に参画する」ことが求められ、市民には「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現のため、主体的に自殺対策に取り組む」ことが期待されます。