

(仮称)町田市自殺対策計画の市民意見募集の実施について

1 計画の構成

(1) 基本理念

かけがえのない“いのち”を大切にすまち

市民の誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指します。人の「命」は何ものにも代えがたいものです。家庭、地域、学校、職場、専門機関等、様々な分野の人々や組織が密接に連携し、「いつもと違う」様子に気づき、みんなで生きることを支えるため、理念として「かけがえのない“いのち”を大切にすまち」を掲げ、取り組みを包括的に推進していきます。

(2) 基本目標・基本施策

3つの基本目標及び4つの基本施策を定め、町田市が主体となって行う事業、町田市と地域が協働で行う事業を通じて推進します。

基本目標1. 生きることの促進要因を増やす

基本施策(1) 市民への啓発と周知

基本施策(2) 生きることの促進要因への支援

基本目標2. 生きることの阻害要因を減らす

基本施策(3) 自殺防止に向けた取組

基本目標3. 関係機関が連携して自殺対策を推進する

基本施策(4) 地域におけるネットワークの強化

2 市民意見募集の実施について

(1) 期間

2018年10月15日(月)から2018年11月16日(金)

(2) 資料の閲覧及び配布場所

市庁舎、保健所中町庁舎、健康福祉会館、各市民センター、図書館、その他イベント会場など

※町田市ホームページにも掲載します。

(3) 寄せられた意見等の公表

2018年12月中

3 今後の予定

2018年12月 市民意見募集の結果について行政報告

2019年 3月 計画策定について行政報告

(仮称) 町田市自殺対策計画概要

計画期間 2019年度→2023年度

町 田 市

第 1 章 計画の策定にあたって

1 背景・動向

(1) 自殺の現状と傾向

町田市の自殺者数は、1998 年以降、横ばい状態で推移していましたが、2011 年以降に減少傾向となっています。

国の自殺者数は、1998 年以降 3 万人を超え、2010 年以降 7 年連続して減少しています。しかしながら、依然として年間 2 万人を超えており、人口 10 万人対自殺死亡率(以下「自殺死亡率」)は、主要先進 7 か国で最も高い状況となっています。また、自殺が 15～39 歳の若い世代の死因の第 1 位となっており、若年層の自殺が深刻な状況となっています。

(2) 自殺対策についての基本認識

「自殺総合対策」では「生きることへの支援」という観点から、以下の通りの認識をしています。町田市でもその認識を踏まえて取り組んでいきます。

① 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である

自殺は、様々な悩みが原因で心理的に追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ることや、役割喪失感、過剰な負担感から、危機的な状態にまで追い込まれてしまうと考えられています。町田市が、誰も自殺に追い込まれることのない地域となり、自殺者数が 0 人になることを目指しています。

② 社会全体の自殺リスクを低下させる

自殺は、その多くが防ぐことができる社会的な問題であるとの基本認識の下、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です。

③ 生きることの阻害要因を減らし、促進要因を増やす

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。

2 計画の位置づけ

本計画は、2016年に改正された「自殺対策基本法」に基づき、国の定める「自殺総合対策大綱」等の趣旨を踏まえて、同法第13条第2項に定める「市町村自殺対策計画」として策定するものです。

また、「東京都自殺総合対策計画」や町田市の最上位計画である「町田市基本計画『まちだ未来づくりプラン』」「まちだ健康づくり推進プラン(第5次町田市保健医療計画)」「第7期町田市介護保険事業計画」「新・町田市子どもマスタープラン」「町田市教育プラン」「第5次町田市障がい者計画」等との整合性を図りながら策定します。

3 基本理念

本計画では、「かけがえのない“いのち”を大切にするまち」を基本理念として、市民の誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指します。

人の「命」は何ものにも代えがたいものです。家庭、地域、学校、職場、専門機関等、様々な分野の人々や組織が密接に連携し、「いつもと違う」様子に気づき、みんなで生きることを支えるための取り組みを包括的に推進していきます。

基本理念

かけがえのない“いのち”を大切にするまち



4 全体指標と目標値

本計画を総合的に評価する際の指標(以下「全体指標」)は、町田市民の自殺死亡率とします。

全体指標	根拠	現状値(基準)	目標値
		2015年	2023年
自殺死亡率	厚生労働省 地域における自殺の基礎資料 【自殺日・居住地】	17.4	13.6

自殺総合対策大綱及び東京都自殺総合対策計画では、2015年を基準年として2026年までに30%以上減少させることを目標としています。

町田市においても、同様の考え方で、2015年を基準年として2026年までに30%以上減少することを目標とします。

本計画の最終年は2023年であることから、2023年の自殺死亡率の目標値を設定します。2015年を基準年とし、8年後の減少率を算出し、約20%減少していれば2026年までの目標達成につながると考え、本計画における自殺死亡率の目標値は13.6とします。

※町田市民の自殺死亡率について

町田市では、国や東京都と比べて人口が少ないため、単年度の自殺者数だけ見ていくと、自殺死亡率の変動が大きくなります。

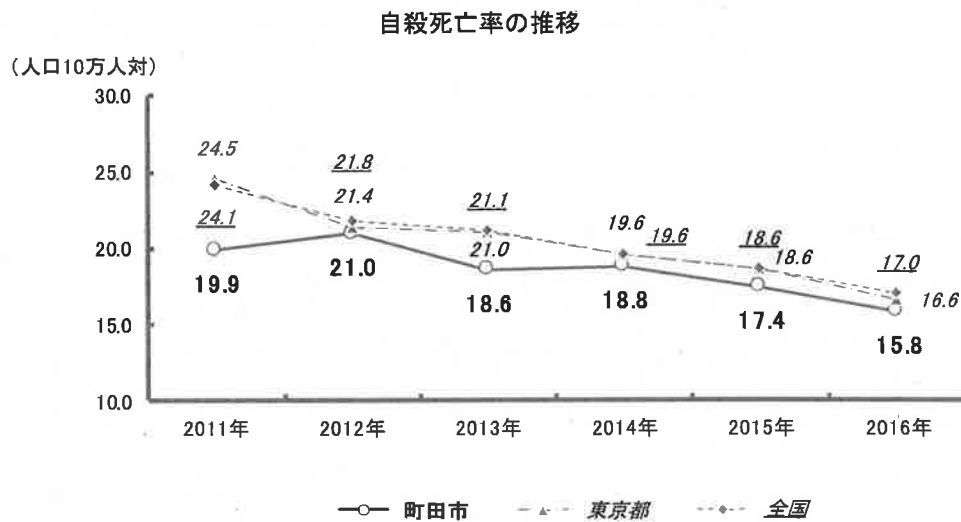
この場合、変動を滑らかにし、経年傾向を俯瞰する手法として、移動平均を用います。移動平均は国や東京都、他集団と比較する場合や、市の経年傾向をみる場合に有効です。

本計画では、特に断りのない限り3年間の移動平均を使っています。

第2章 町田市の自殺の現状と課題

1 町田市の自殺の傾向

町田市の自殺死亡率の推移をみると、減少傾向となっています。2016年では自殺死亡率が15.8となっており、東京都・全国の自殺死亡率よりも低くなっています。



	2011年	2012年	2013年	2014年	2015年	2016年
町田市	19.9	21.0	18.6	18.8	17.4	15.8
東京都	24.5	21.4	21.0	19.6	18.6	16.6
全国	24.1	21.8	21.1	19.6	18.6	17.0

資料：厚生労働省ホームページ、地域における自殺の基礎資料【自殺日・住居地】

2 町田市における自殺対策の現状と課題

《統計からみる町田市の自殺の傾向》

- ・自殺死亡率の推移は、近年、減少傾向
- ・自殺者数の推移は、これまで女性に比べ男性が多かったが、2017年ではほぼ同等
- ・男性では20歳代、70歳代で東京都・全国より高く、60歳代、80歳以上で低い。
- ・女性では40歳代で東京都・全国より高く、60歳代以上で低い。
- ・自殺者数は、男性60歳以上無職が最も高い。
- ・自殺未遂歴の「あり」の割合が東京都・全国と比べ高い。
- ・児童・生徒等の自殺の内訳は、大学生・専修学校生等が約7割、高校生以下が約3割である。全国と比べ、大学生・専修学校生等の割合が高い。

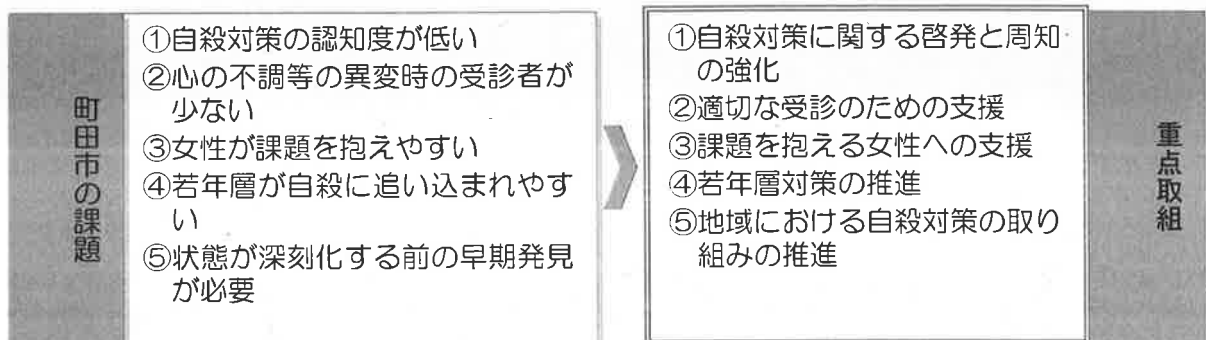
《意識調査からみる市民意識と現状》

- 認知度
 - ・自殺対策は自分自身に関わる問題だと思ふ人の割合（35.1%）
 - ・自殺対策に関する事柄の認知度で「内容まで知っていた」の割合が1割未満と低い。
- 相談
 - ・心の不調等が2週間以上続く場合でも、医療機関を受診しない人の割合（58.3%）
- 自殺を考える要因
 - ・40歳以上は、家庭に関すること(家族関係の不和、子育て、家族介護、看病等)
- 若年層(39歳以下)
 - ・悩みを抱えたときやストレスを感じた時に誰かに相談したり助けを求めたりすることにためらいを感じる人の割合で、職業別では学生が一番高い。
- 地域ネットワーク
 - ・地域の人と話をしたり、交流したりする機会がない人の割合（52.3%）

《町田市自殺総合対策基本方針からみた課題》

- ・年齢層は幅広い対象とする必要がある。
- ・性・年齢別の特徴や原因・動機別の特徴を踏まえて効果的に取り組む必要がある。
- ・各団体と連携・協力して進める必要がある。
- ・事前予防・危機対応・事後対応の各段階に応じて総合的な対策として進める必要がある。

《町田市における自殺対策の現状を踏まえた課題と重点とすべき取り組み》

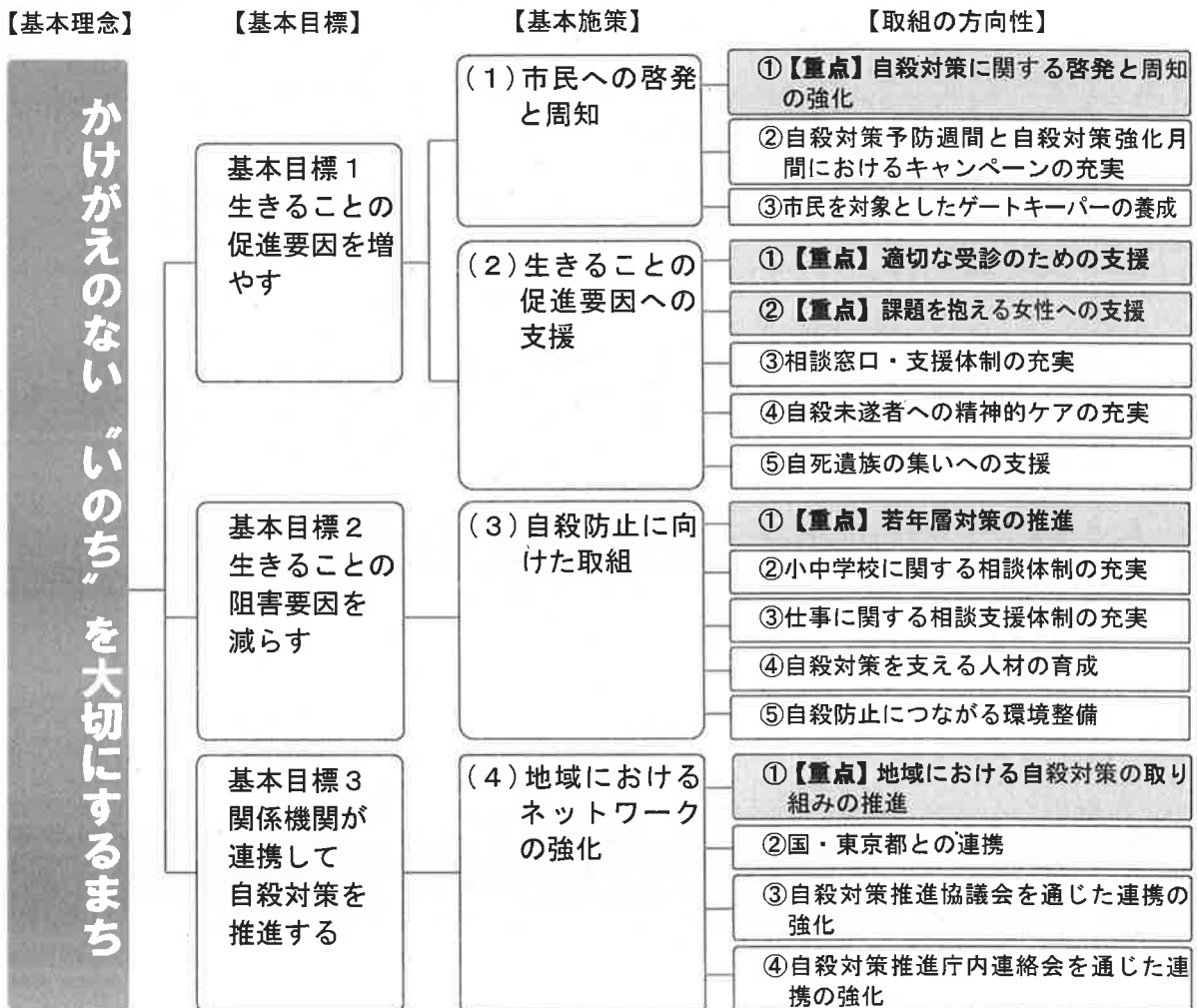


第3章 目標・施策

1 体系

基本理念「かけがえのない“いのち”を大切にすまち」を実現するため、以下の基本目標及び基本施策を定め、町田市が主体となつて行う事業、町田市と地域が協働で行う事業を通じて自殺対策を推進します。

また、町田市の現状と課題をふまえて重点とすべき取り組みとして5つ（①自殺対策に関する啓発と周知の強化、②適切な受診のための支援、③課題を抱える女性への支援、④若年層対策の推進、⑤地域における自殺対策の取り組みの推進）があり、それぞれ【取組の方向性】の中で位置づけています。



2 基本目標

基本目標 1 生きることの促進要因を増やす

目指す姿

誰もが信頼できる人間関係を持ち、自己肯定感や危機回避能力を高めていく

市民意識調査の結果によると、この1か月間くらいで、悩みや不安、ストレスを感じたことについて、「たまに感じることもある（月に1～2回程度）」の割合が40.0%と最も高く、「ときどき感じることもある（週に1回程度）」の割合が24.2%、「いつも感じている」の割合が18.5%となっています。年齢が低くなるにつれ「いつも感じている」の割合が高く、20～29歳で約3割と高くなっています。

しかし、こころの不調や不眠が2週間以上続いていても、医療機関などを「受診しない」割合が58.3%と高く、その理由については、「自然に治るだろうから」が51.7%、「自分で解決できるから」が40.2%の割合となっています。

自殺に至る様々な悩みや心理的に追い込まれている状況は一人ひとりによって違いがあるのは当然であるものの、その年代特有の特徴があります。特に、女性においては、子育て、家族介護等、課題を抱えやすい状況があることから、それぞれのステージにおける問題に応じた取組について啓発と周知を進める必要があり、多様な視点で「生きることの促進要因」を増やす取り組みが必要です。

成果指標 1	根拠	現状値（基準）	目標値
		2017年	2023年
自殺対策は自分自身に関わる問題だと思う人の割合	こころの健康に関する市民意識調査	35.1%	42.1% (基準から20%増)

基本目標 2 生きることの阻害要因を減らす

目指す姿

自殺対策を、生きることの包括的な支援としてとらえ、実施することにより、地域全体の自殺リスクを低下させていく

市民意識調査の結果によると、悩みを抱えたときやストレスを感じたときに、誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じる人の割合は、全体で40.4%となっています。また、自殺したいと思ったことのある人の割合は、約5割と高くなっています。このうち、学生では5割程度が自殺したいと思ったことがあると回答しており、他の年代より高くなっています。

また、児童生徒の回答をみると、自殺予防について学ぶべきこととして「周囲の人に助けを求めることが恥ずかしくないこと」の割合が74.7%と最も高く、次いで「心の問題を抱えた際の心理、身体状況について正しく知ること」の割合が55.9%、「ストレスへの対処方法を知ること」の割合が51.8%となっており、子供たちはSOSを出しやすい環境を求めていることがうかがえます。

自殺の背景には様々な要因が複雑に絡みあっています。問題を抱えたり悩んでいることに気づき、その人に声をかけるなど周囲が見守っていくことは大切なことですが、自ら支援を求めず、悩んでいることを誰にも気づかれないよう隠している人もいます。こうした場合には、抱えた問題や悩みは周囲にはわかりにくくなり、気づかれないこともあります。危機に陥った人の心情や背景を理解できるようにするための講演会の開催や、危機に陥った場合に援助を求めやすい地域環境が醸成できるように取り組みを進める必要があります。

さらに、自殺対策を支える人材を育成するとともに、困難やストレスに直面した児童・生徒が助けの声をあげられるように周囲の大人と信頼関係を構築するとともに、SOSの出し方についての教育プログラムを整備していくことが必要です。

成果指標 2	根拠	現状値（基準）	
		2017年	目標値 2023年
身近に相談者がいる人の割合	町田市民の 保健医療意識調査	68.3%	81.9% (基準から20%増)

基本目標 3 関係機関が連携して自殺対策を推進する

目指す姿

様々な分野で実施している「生きる支援」の相互連携を強化していく

市民意識調査の結果によると、全体では、自殺をしたいと考えたことがある割合が27.2%、30～39歳の人では約35%と、他の年代に比べ高くなっています。

学校や職場（もしくは地域）での人間関係については“良い”の割合が83.5%、住まいの地域の人々は日頃から互いに気遣ったり声をかけあっていると思うかについて、“そう思う”の割合が56.0%となっていますが、町内の人や地域の人と話をしたり、交流したりする機会について、“ない”の割合が52.3%、特に20～29歳では約7割と他の年代に比べ高くなっています。一方、身近な人の様子が、明らかに精神的に不安定であると感じたとき、できる事について、「本人の様子に気づき、自ら声をかけることはできる」の割合が46.3%、「自ら声はかけにくいですが、本人から相談されれば受ける」の割合が25.0%となっています。

また、自身が不安や悩みやつらい気持ちがあるときに「相談したいができない」の割合が1.5%、「相談しようと思わない」の割合が7.7%となっています。

市民が、自分の周りにいる自殺を考えている人の存在に気づき、声をかけ、必要に応じて適切な相談機関や専門家等につなぎ、自殺予防につながるよう、あらゆる機会を通じて、啓発していくことが重要です。

成果指標 3	根拠	現状値（基準）	目標値
		2017年	2023年
自分が住んでいる地域の人々が日頃から互いに気遣ったり声をかけあっていると思う割合	こころの健康に関する市民意識調査	56%	67.2% (基準から20%増)