



## いのちを支える自殺対策における取組

基本理念及び基本方針を実現するために、調布市における自殺の実態の特徴を踏まえ、以下の基本施策と重点施策を掲げます。

### 1 基本施策

#### (1) 地域におけるネットワークの強化

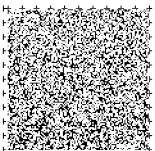
家族や地域のつながりが希薄化している中で、様々な悩みを抱える市民が適切な相談機関につながり、問題や悩みの解決が図られるよう医療・保健・福祉の関係機関が連携・協働して自殺対策を包括的に推進することが必要です。また、地域においては、行政及び関係機関の相談窓口や支援機関等とのネットワーク化を推進し必要な情報の共有が可能となる地域プラットフォームづくりが重要となります。

##### ○ 市民同士のつながりの強化

- ・ 市民同士が困った時に気軽に相談したり、声をかけ合ったりできるよう、生きがいや健康づくりの場等を活用し、市民のネットワークの強化を図ります。
- ・ 一人ひとりが身近な人のこころの不調や自殺の危険を示すサインに気づき、自殺予防に結び付く行動が取れるようになることを目指して、自殺の要因の一つであるうつ病等の精神疾患に対する正しい知識をはじめ、「自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、その危機は誰にでも起こりうるもの」との理解への普及啓発を行います。
- ・ すべての市民が、生きることの促進要因である夢や希望、生きがい、自己肯定感を持つことを目指した普及啓発を行います。
- ・ 障害者や高齢者等が生きがいを持って生活し孤立しないよう社会参加を促すとともに、地域福祉コーディネーター等と連携して居場所づくりを推進します。

##### ○ 医療・保健・福祉・警察・消防など自殺対策に関わる関係機関のネットワークの強化

- ・ 生きづらさを抱えている市民等の自殺のリスクが高い人を早期に発見し、必要に応じて精神医療を含む医療、保健、福祉をはじめ各関連機関が連携して支援できるようネットワークの強化を図ります。
- ・ 平成30年～令和4年の5年間における調布市の自殺者数のうち、13.4%に自殺未遂歴があります。自殺未遂者の自殺再企図を防ぐため、医療・保健・福祉をはじめ地域の関係機関が連携し、切れ目ない支援に努めます。



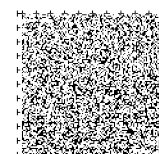
- ・ 自殺の背景となる健康問題、家庭問題、経済・生活問題、勤務問題、学校問題等への相談に的確に対応するため、行政、教育、警察、消防などを含む各相談・支援機関とのネットワークの場を活用します。それぞれの役割・機能等についての情報共有を図り、相互に顔の見える関係を築くなど見守り・連携協力体制の強化を図ります。
- ・ 複合的な課題を抱える人を支えるため、関係機関との会議等で支援に必要な情報をお互いに共有した上で、関係機関を通じて広く周知していきます。

○ 包括的な支援体制の整備

- ・ 複合的な課題を抱える人の中には、自殺リスクを抱える人が少なくないため、直接相談にあたる部署や機関でなくても、悩みや自殺の危険を示すサインに気づき、自殺予防のネットワークとして効果的かつ効率的な支援ができることを目指し、市が行う関係機関との会議の場を活用し、連携の強化を図ります。

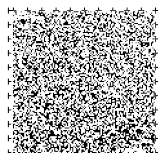
<主な関連事業>

事業名	事業概要	担当課
地区協議会の推進・自治会活動への支援	地域コミュニティの活性化を図るため、地区協議会の設立及び運営を支援する。調布市自治会連合協議会と協働し、自治会の加入促進やPRなど、活動支援を実施する。	協働推進課
要保護児童対策地域協議会	要保護児童及びその保護者又は特定妊婦の支援を図るための協議会。代表者会議と実務者会議があり、会議内で要保護児童等の適切な保護を図るため情報交換する。	子ども家庭センター
子ども・若者支援地域協議会	子ども・若者支援地域ネットワークを通して、多様な専門機関が連携し、困難を抱える子ども・若者の支援に取り組む。	児童青少年課
地域福祉コーディネーター事業	複雑化・複合化した課題に対応するため、地域福祉コーディネーターを中心に、支援関係機関等をコーディネートするとともに、地域住民や関係機関と連携して課題を発見し、受け止め、多機関協働による課題解決に取り組む。	福祉総務課
重層的支援会議及び支援会議	複雑化・複合化した課題を抱える方等に対して、必要な支援が包括的に提供できるよう、福祉分野のみならず、多分野における支援関係機関等の連携により、具体的な支援プランに関する検討や支援に必要な情報共有等を行う。	福祉総務課



事業名	事業概要	担当課
生活支援体制整備事業	地域支え合い推進員※(生活支援コーディネーター)が「協議体」ネットワークを活かし、住民主体のサービスが活性化するように、地域全体で高齢者を支える体制づくりを進める。	高齢者支援室
地域ケア会議	5つの機能(個別課題解決, ネットワークの構築, 地域課題の発見・地域づくり, 資源開発, 政策形成)をもつ地域ケア会議を地域包括ケアシステムの実現に向けて開催する。	高齢者支援室
調布地域精神保健福祉ネットワーク連絡会	精神障害者(児)及び発達障害者(児)とその家族に安定したサービスを提供するため、市内支援機関と情報交換, 連携する。精神障害者にも対応した地域包括システムの構築を目指す。	障害福祉課
障害児等福祉教育連携会議	個別記録票「i-ファイル」の内容等について協議し、福祉と教育の連携と一貫した支援のあり方を検討することにより、障害児等の健やかな成長及び発達を図る。	障害福祉課 (子ども発達センター)
こころといのちのネットワーク会議	各関係機関(医療・警察・消防・福祉関係者・教育関係者等)が連携し、自殺対策に関する取組を共有し、地域のネットワークの強化を図る。	健康推進課
東京都薬物乱用防止推進調布地区協議会	地域に根ざした薬物乱用防止の啓発活動を推進し、薬物乱用の根絶を図る。	健康推進課
いじめ防止対策事業	各校のいじめ防止基本方針の点検と見直し, 早期発見・対応, 再発予防。調布市教育委員会いじめ防止に関する規則に基づき, 調布市教育委員会いじめ問題対策協議会を設置。	指導室
教育支援コーディネーター室	教育支援コーディネーターを配置して関係機関と連携し, 教員, 児童・生徒, 保護者や地域の人等の相談を受け, 支援をコーディネートする。	指導室

※ 地域支え合い推進員：地域の「あること」と「あったらいいな」を見つけ、つなぎ合わせることで、高齢者の「自助」と地域の「互助」の推進をサポートする人。



## (2) 自殺対策を支える人材の育成

自殺を防ぐには、自分の周りにはいるかもしれない自殺を考えている方の存在に気づき、思いに寄り添い、声をかけ、話を聴き、必要に応じて専門家につなぎ、見守っていく「ゲートキーパー」の存在が必要不可欠です。「ゲートキーパー」の役割を担う人材を養成するため、市民の認知度を上げ、研修会を幅広い分野で継続して開催するとともに、自殺対策を支える人材の確保、育成、資質の向上に努めます。

### ○ ゲートキーパーの養成など市民を対象とした講座の実施

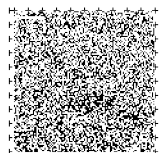
- ・ 自殺について正しく理解し、適切に対応できる市民を増やすため、様々な機会を通じてゲートキーパー養成講座を実施します。また、ゲートキーパーのスキルアップと自身のメンタルヘルスクアを目的としたフォローアップ講座を実施します。
- ・ 行政・民間等を問わず、様々な分野においてゲートキーパーとなる人材の育成ができるよう取組を強化します。

### ○ 地域の医療・保健・福祉分野等の職員の対応力の向上と相談員のこころのケア

- ・ 各機関で相談にあたる職員等の対応力を向上させるため、関連施設の相談窓口職員等に対してゲートキーパー養成研修を実施していきます。また、経済問題や法的問題への対応、疾病の特性の理解など、個別課題についても研修の機会の確保に努め、様々な悩みや生活上の困難を抱える人に早期に気づき、その人の尊厳を保持しながら各分野の職員の観点から、適切な支援につなげられる人材の育成を図ります。
- ・ 様々な悩みや課題を抱える市民と接する相談員や職員に対し、健康相談やメンタルヘルスチェック等を実施するとともに、専門医等からの助言や指導を行い、相談員等のこころの健康の維持・増進を図ります。

### ○ 市役所など公的機関の職員を対象とする研修の実施

- ・ 各機関で相談にあたる職員等が対応の中で自殺のリスクを抱える人に気づく力を向上させるため、公的機関の相談窓口職員等に対してゲートキーパー養成研修を実施しています。また、経済問題や法的問題への対応、疾病の特性の理解など、個別課題についても研修の機会の確保に努め、様々な悩みや生活上の困難を抱える人に早期に気づき、その人の尊厳を保持しながら、適切な支援につなげられる人材の育成を図ります。
- ・ 自身のメンタルヘルスだけでなく、周囲や同僚との関わり方に関する研修や、上司としてのラインケアを学ぶ研修のほか、職員同士がお互いに関心を持って気づき合える研修を実施します。

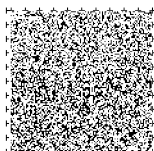


○ 教職員に対する普及啓発

- ・ 児童・生徒の自殺を予防するために、児童・生徒のＳＯＳの受け止め方等について研修を行うなど、自殺予防の取組を推進します。
- ・ 教職員を対象とした連絡会等において、自殺予防等に関する講義・協議を行います。

<主な関連事業>

事業名	事業概要	担当課
職員研修	新任職員等を対象としたメンタルヘルス研修の実施や東京都市町村職員研修所への受講生の派遣を行い、職員のメンタルヘルスに関する基礎知識の習得を図る。	人事課
福祉人材育成センター	福祉人材の確保及び育成を総合的に推進し、将来にわたって福祉・介護ニーズに的確に対応できる人材を安定的に確保する。	障害福祉課
精神保健福祉相談 (スーパーバイザー)	精神保健福祉に関する一般相談・社会復帰相談を行う担当者に対し、利用者の病状等の把握や支援方法について、専門医及び精神保健福祉士から、助言・教育等のスーパーバイズを行い、人材の育成・指導を図る。	障害福祉課
ゲートキーパーの養成	悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る役割を担う「ゲートキーパー」の養成を行う。	健康推進課



### (3) 市民のこころとからだの健康づくりの推進

自殺の原因となり得る様々なストレスについて、ストレス要因の軽減、ストレスへの対応方法に関する情報を発信することで、一人ひとりのこころの健康づくりを推進します。

また、その人が抱える悩み、様々な問題・課題に対応できるよう、精神医療を含む医療、保健、福祉をはじめ各関連施策の連動性を高め、誰もが適切な支援やサービスを利用できるよう支援します。

#### ○ 自殺やメンタルヘルスに関する正しい知識の普及啓発

- ・ 食事、運動、睡眠などの生活習慣や、休養、ストレスの対処方法、こころの健康づくりに関する正しい知識等について、リーフレットや市ホームページ、イベントなどを通じて普及啓発を行います。
- ・ 飲酒に伴うリスクや、アルコール依存症について、正しい知識の普及啓発を推進します。アルコール健康障害<sup>\*</sup>の発生を予防する取組を保健所と共に有機的な連携を推進します。

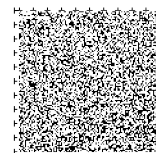
#### ○ 東京都の自殺対策強化月間における普及啓発

- ・ 東京都の自殺対策強化月間（3月・9月）にあわせ、「自殺は、その多くが追い込まれた末の死である」「自殺対策とは生きることの包括的支援である」という認識やメンタルヘルスの正しい知識の普及啓発を行います。

#### ○ 相談機関、医療機関の周知啓発

- ・ こころの悩みを抱えている人、自殺を考えている人やその家族などの身近な人が、うつ病のサインなどに気づいた時に相談できるよう、相談窓口について周知啓発を進めます。
- ・ 相談者が利用しやすいように、電話、対面（来所・訪問）、メール等、様々な手法による相談体制の構築を図ります。
- ・ 就労、経済、生活の問題など、様々な悩みについて、気軽に相談できるよう関係機関が連携して相談体制の強化を図ります。
- ・ 市の生活相談や福祉相談のほか、税の窓口等あらゆる機会を通じて、生活困窮者を早めに専門窓口につなげられるよう橋渡しをします。
- ・ 自立に向けた相談や就労・就学に関することなど、子ども・若者や生きづらさを抱えた人への支援の充実を図ります。
- ・ 悩みや問題を抱える人が、支援を必要としている時に、医療機関や相談機関等を利用しやすくなるよう、各機関の相談窓口や相談内容について明示するとともに、自殺対策強化月間中の特別相談を周知啓発する等、情報提供の強化を図ります。
- ・ 民間団体が行う啓発や相談支援等の活動や自死遺族の家族会等について周知啓発を進めます。

<sup>\*</sup>アルコール健康障害：アルコール依存症その他の多量の飲酒、20歳未満の者の飲酒、妊婦の飲酒等の不適切な飲酒の影響による心身の健康障害。



○ ゲートキーパーの周知啓発

- ・ 「自殺は、その多くが追い込まれた末の死である」「自殺対策とは生きることの包括的支援である」という認識やメンタルヘルスの正しい知識と共にゲートキーパーの存在やその役割について普及啓発を行います。

○ ケアラー<sup>※1</sup>等への相談支援

- ・ 各種相談業務や窓口業務の機会をとおして、様々な悩みや課題を抱えるケアラー及びケアラーを取り巻く市民に対し、こころの健康の維持・増進を図ります。
- ・ ケアラーの身体的、精神的負担を緩和し、孤立を予防するために、レスパイト<sup>※2</sup>、ショートステイ、ケアラーの集いなどの支援充実を図ります。

※1 ケアラー：「介護」「看病」「療育」「世話」「こころや身体に不調のある家族への気づかい」など、ケアに必要な家族や親者、友人、知人などを無償でケアする人のこと。

※2 レスパイト：一時的中断，休息，息抜きを意味するという意味。

① 飲酒と自殺との関係について

アルコール依存症と自殺の関係は明瞭で、依存症でない人と比較して自殺の危険性が約6倍高くなっています。

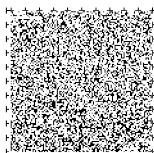
うつ病の合併、負のライフイベント（離婚・別離・失業・身体疾患・単身等）、社会的サポートの欠如などは自殺のリスクを高めます。

自殺予防総合対策センター<sup>※</sup>の調査によれば、自殺者の2割以上が死亡する1年以内にアルコールの問題を抱えていたというデータもあり、また自殺した人のうち3分の1の割合で直前の飲酒が認められます。

自殺はアルコール依存症レベルに限らず、アルコールの乱用、深酒によるストレスの発散、眠るための飲酒なども危険であり、アルコールに関係したあらゆる問題が自殺と密接に関連しているということを認識する必要があります。

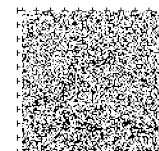
※ 国立精神・神経医療研究センターに設置されていたが現在は廃止

特定医療法人社団青山会 青木病院 青木浩子理事長



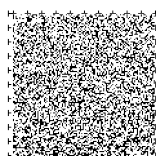
<主な関連事業>

事業名	事業概要	担当課
男女共同参画推進センター相談事業	男女共同参画の視点に立ち、生活、心・健康、家庭における暴力、仕事や再就職などの社会環境や家族の形態の変化により生じる様々な悩みについて、女性又は男性の専門相談員による相談を実施し、性別にとらわれない自由な生き方を選択できるよう支援する。性的指向及び性自認に起因する悩み、疑問、不安等に対して、専門相談員による相談を実施する。	多様性社会・男女共同参画推進課
配偶者暴力防止計画推進事業	「女性に対する暴力をなくす運動」期間にちなみ、パープルリボンキャンペーン及びDV防止啓発を行う。デートDVを未然に防げるよう、若年層を対象に意識啓発のための出前講座を実施する。	多様性社会・男女共同参画推進課
民間ノウハウを活用した中小企業・小規模事業者の支援	多摩信用金庫等の金融機関と締結した「中小企業等支援に関する包括協定」に基づき、創業・経営支援、事業承継等の事業の連携をしながら、市内中小企業を支援する。	産業振興課
調布国領しごと情報広場	ハローワーク府中の出先機関である当事業への運営の参画を行い、就労を希望する市民への職業紹介や相談などを実施する。	産業振興課
子ども家庭支援センターすこやか総合相談	18歳未満の子どもと保護者の相談に専門の相談員が対応する。必要に応じ児童相談所等の関係機関と連携を図る。来所、電話、電子メールによる相談をする。	子ども家庭センター
産前・産後支援ヘルパー事業（ベイビーすこやか）	産前・産後の家事や育児の支援が必要な家庭にヘルパーを派遣し、子どもの世話や家事援助を行う。	子ども家庭センター
児童虐待防止センター事業	児童虐待防止ホットラインによる通告・相談の受付、虐待通告による現場の確認等、児童虐待の早期・対応、児童相談所等と連携し、見守りの必要な家庭の支援を行う。	子ども家庭センター
ヤングケアラー支援事業	ヤングケアラーと思われる児童を早期に発見・把握し、その家庭の状況に応じて適切な支援・サービスにつなげるため、ヤングケアラー・コーディネーターを配置し、必要な相談支援、助言を行う。	子ども家庭センター
保育相談	公立保育園・私立保育園などによる保育・育児相談を実施する。	保育課
母子・父子自立支援員による相談	母子・父子自立支援員がひとり親家庭の抱えている生活上の課題、自立に必要な支援、職業能力の向上及び求職活動に関する情報提供等の相談支援を行う。	子ども育成課





事業名	事業概要	担当課
相談・居場所事業 (ここあ)	相談対応や居場所の提供を通して、不登校、無業、ひきこもり等の子ども・若者の自立に向けた計画的な支援を行う。(子ども・若者総合支援事業)	児童青少年課
民生委員・児童委員	社会福祉増進のため、地域の様々な相談に応じ、相談者と行政機関とのパイプ役として地域に根ざした広範囲な活動を行う。	福祉総務課
地域包括支援センター事業	高齢者やそのご家族が地域で安心して暮らせるよう、福祉や介護に関する様々な相談ができる総合相談窓口を設置し、生活を支援する。	高齢者支援室
ケアラー支援	ケアラーを支えるグループが活動を継続するために必要な知識を得られる学習会や、グループ間の情報交換が行える機会をつくる。	高齢者支援室
こころの健康支援センター事業	精神障害者、発達障害者の自立及び社会参加支援をすることにより、精神保健福祉の向上を図る。	障害福祉課
障害者相談支援事業 (ドルチェ, 希望ヶ丘, ちようふだぞう)	障害者及びその家族の相談に応じ、情報の提供及び助言し、障害者に対する権利擁護のために必要な援助を行うことにより、障害者の自立と社会参加の促進を図る。	障害福祉課
障害者基幹相談支援センター事業	地域における市内の相談支援事業所の中核的な役割を担う基幹相談支援センターを障害福祉課内に設置し、総合的な相談業務を実施する。	障害福祉課
子ども発達センター相談事業	子どもの発達に心配がある保護者や子ども施設からの相談に応じるとともに、子ども施設支援、普及啓発・保護者支援を行う。	障害福祉課 (子ども発達センター)
健康相談(電話・面接・訪問相談)	市民に対して健康相談、支援など行う。	健康推進課
自殺対策の啓発事業	メンタルヘルスの正しい知識や「こころの体温計」の普及啓発、こころの悩みを抱えている人が相談できるよう相談窓口の周知啓発を行う。	健康推進課
リーダー養成講習会	中学生及び高校生学齢対象のリーダー講習会、高校生学齢以上対象のレクリエーション講習会で、青少年の健全育成を図り、地域で活躍できる人材を養成する。	社会教育課



## (4) 児童・生徒のこころの健康づくりの推進

学校での人間関係や学業・進路等による様々な困難・ストレスへの対処方法を身に付けるための教育を推進するとともに、保護者や教職員が児童・生徒の出したSOSのサインについていち早く気づき、受け止め、対応するための啓発・情報提供を進めます。

また、子どもの命を守っていく上で、子どもの権利を社会全体で守ることは重要であり、「子どもの権利条約」を踏まえた権利擁護の取組を推進します。

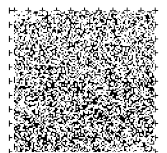
さらに、国や東京都が推進しているSNSを活用した自殺相談の取組と連携し、児童・生徒が相談しやすい多様な相談手段の確保に努めます。

### ○ 命の大切さやSOSの出し方に関する教育の推進

- ・ 道徳の授業や、「いのちと心の教育」月間（12月）の取組等を通じて、児童・生徒が命の大切さを自覚するとともに、人の尊厳を重んじ、互いの良さや違いを認め合うことのできる豊かな心の育成を推進していきます。
- ・ 児童・生徒が自身のストレスに気づき、様々な困難やストレスへの対処方法を身に付けるために、SOSの出し方に関する教育を推進していきます。
- ・ 児童・生徒が命の大切さとともに、SOSの出し方や友人から発せられるSOSに気づき、その受け止め方を学び、信頼できる大人につなぎ、支援を受けられるような教育等の推進を図ります。
- ・ 児童・生徒の出したSOSについて、保護者や教職員、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーのほか、地域の人たちなど周囲の大人が気づき、受け止めていけるよう、情報提供や相談支援体制の充実を図ります。

### ○ 児童・生徒のSOSを受け止められる支援体制の構築

- ・ 児童・生徒が命の大切さとともに、SOSの出し方や友人から発せられるSOSに気づき、その受け止め方を学び、信頼できる大人につなぎ、支援を受けられるような教育等の推進を図ります。
- ・ 児童・生徒の出したSOSについて、保護者や教職員、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーのほか、地域の人たちなど周囲の大人が気づき、受け止めていけるよう、情報提供や相談支援体制の充実を図ります。
- ・ 発達段階に合わせてストレスマネジメントができるよう、自己肯定感や自己有用感を育むとともに、意欲、発想力、コミュニケーション力、感情のコントロール力等を伸ばし、こころの健康の維持・増進につながる取組を実施します。
- ・ 幼少期から子どもが豊かな人間性と社会性を育むことができるように、特に子どもに関わる学校や児童館等の施設や関係機関では、虐待や家庭内暴力等の問題の早期発見に努め、適切な対応をして必要な支援を行います。



## ② こころの健康教育 自殺対策啓発ツール

### こころとからだのモヤモヤってなんだろう？～なんでもいいから話してみよう～

コロナ禍以降、児童生徒を取り巻く環境は大きく変化しています。学校では暴力行為等の問題行動や不登校の児童生徒が増えており※，学校生活や家庭内での孤立や不安等，こころとからだの悩みを抱える児童生徒へのきめ細かい支援が必要です。

多摩府中保健所では、児童生徒を対象とした、こころの健康教育に活用できる自殺対策普及啓発ツールを作成しました。ツールでは、事例やワークを盛り込むことで、自分の中の「モヤモヤ」に早期に気づき、また「モヤモヤ」を解消するために相談するまでを児童生徒自身が考えられるような内容となっています。

SOSの出し方教育や健康教育のほか、児童生徒からの個別の相談対応や、地域の相談支援機関等でも活用できる内容となっています。是非ご活用ください。

※ 令和6年度東京都教育庁指導部より引用「令和5年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」より

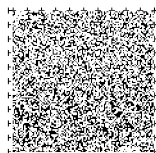


ホームページから  
ダウンロードできます。

多摩府中保健所

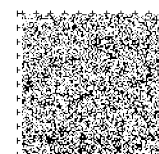


東京都多摩府中保健所



<主な関連事業>

事業名	事業概要	担当課
要保護児童対策地域協議会の運営	要保護児童等への適切な支援を図るため、当該協議会の枠組みを通じ、関係者間で積極的な情報共有及び支援に関する協議を行う。	子ども家庭センター
子ども家庭支援センターすこやか総合相談（再掲）	18歳未満の子どもと保護者の相談に専門の相談員が対応する。必要に応じ児童相談所等の関係機関と連携を図る。来所、電話、電子メールによる相談をする。	子ども家庭センター
児童虐待防止センター事業（再掲）	児童虐待防止ホットラインによる通告・相談の受付、虐待通告による現場の確認等、児童虐待の早期・対応、児童相談所等と連携し、見守りの必要な家庭の支援を行う。	子ども家庭センター
ヤングケアラー支援事業（再掲）	ヤングケアラーと思われる児童を早期に発見・把握し、その家庭の状況に応じて適切な支援・サービスにつなげるため、ヤングケアラー・コーディネーターを配置し、必要な相談支援、助言を行う。	子ども家庭センター
青少年ステーション（CAPS）事業	中・高校生世代の健全な居場所を提供し、様々な活動を支援するほか、専門知識を有するスタッフが事業展開を図る。また、多感な年代の様々な悩み・相談に対応する。	児童青少年課
学童クラブ事業	児童福祉法第6条の3第2項に規定する放課後児童健全育成事業を市内施設の学童クラブで実施する。	児童青少年課
いじめ防止対策事業（再掲）	各校のいじめ防止基本方針の点検と見直し、早期発見・対応、再発予防。調布市教育委員会いじめ防止に関する規則に基づき、調布市教育委員会いじめ問題対策協議会を設置。	指導室
SOSの出し方に関する教育の推進	DVD教材を活用して、様々な困難・ストレスへの対処方法を身に付けさせる。また、児童・生徒の出したSOSについて、教職員をはじめとする周囲の大人が気づき、受け止める体制を構築する。	指導室
教育支援コーディネーター室（再掲）	教育支援コーディネーターを配置して関係機関と連携し、教員、児童・生徒、保護者や地域の人等の相談を受け、支援をコーディネートする。	指導室
来所相談・電話相談	いじめなど子どもの教育上の悩みや心配事に関する相談を、相談員が対面で受け付ける。仕事の都合や家庭の事情等で来所できない場合には、電話相談も行う。	教育相談所



## (5) 自殺未遂者への支援

自殺未遂者の自殺の再企図を防ぐためには、医療機関を受診した自殺未遂者に対し、精神科医療や自殺未遂者等の抱える様々な社会的問題への包括的な支援が必要であり、精神医療を含む医療、保健、福祉をはじめ各関連機関が連携した、継続的かつ切れ目のない支援を推進します。

### ○ 地域プラットフォームづくり

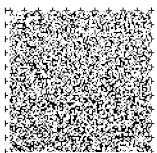
- ・ 「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を実現するためには、関係機関や民間団体が、相互に連携・協働を図ることが重要です。地域共生社会実現に向けて、子ども・若者支援や高齢者の見守り、精神保健福祉等、既存のプラットフォームとの連動性を高め、自殺対策に関するプラットフォームを整備する必要があります。そのため、それぞれの取組主体が果たすべき役割を明確化し、共有した上で、プラットフォーム形成により、相互の連携・協働の仕組みを整え、支援者のネットワークを活用した情報共有・相互理解・多職種協働を展開していきます。

### ○ 保健所や警察・消防・精神科病院等の連携による自殺未遂者支援

- ・ 自殺企図者の多くは複合的な要因を抱えており、自殺未遂の再発防止には、身体的・精神的治療だけでなく、その他自殺要因の改善に向けた支援も必要とされています。こころといのちのネットワーク会議を通じて、保健所や警察・消防・精神科病院など、関係機関との連携体制の強化を図り、自殺未遂者への継続支援体制の構築や、自殺未遂者支援のための普及啓発などを実施します。
- ・ 警察・消防・救急医療機関など関係機関と連携し、個別的な支援を進め、自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐための取組を実施します。

### ○ 相談窓口・支援体制の充実

- ・ 相談者が利用しやすいように、電話、対面（来所・訪問）、メール等、様々な手法による相談体制の構築を図ります。
- ・ 相談者が安心して相談できるように、窓口の整備や相談員のスキルアップを図り、相談しやすい環境づくりの推進を図ります。



### ③ 自殺未遂者の声

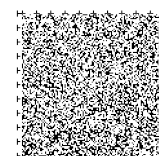
40代に入り、病状も悪化し、幻聴・幻覚などもよりひどくなり、会社や自宅に自分の居場所がないと感じ、つらくて自分自身の存在を消したいといつも思っていたこと覚えています。そんな中、母校の少年サッカーを見学しに行った時に子どもたちに「一緒にサッカーやろうよ」と言われた時に、ここに自分の居場所があるんだと思いました。

その後こころの健康支援センターに相談し、話を聞いてもらい、ここにも自分の居場所があると救われました。今では、ほかの方の声援や自分を必要としてくれる声を大事にすることができています。必要とされているからやりがいがある、センターのボランティアクラブは働きながら続けています。誰かに必要と思ってもらえるように、人との関わりを大切にしています。こころの健康支援センターは自分のことを親身になって聞いてくれて、就労プログラムやサロンが自分の心のオアシスになっています。

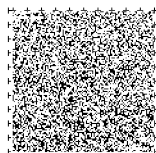
当事者

#### <主な関連事業>

事業名	事業概要	担当課
男女共同参画推進センター相談事業（再掲）	男女共同参画の視点に立ち、生活、心・健康、家庭における暴力、仕事や再就職などの社会環境や家族の形態の変化により生じる様々な悩みについて、女性又は男性の専門相談員による相談を実施し、性別にとらわれない自由な生き方を選択できるよう支援する。性的指向及び性自認に起因する悩み、疑問、不安等に対して、専門相談員による相談を実施する。	多様性社会・男女共同参画推進課
要保護児童対策地域協議会の運営（再掲）	要保護児童及びその保護者又は特定妊婦の支援を図るための協議会。代表者会議と実務者会議があり、会議内で要保護児童等の適切な保護を図るため情報交換する。	子ども家庭センター
子ども・若者支援地域協議会（再掲）	子ども・若者支援地域ネットワークを通して、多様な専門機関が連携し、困難を抱える子ども・若者の支援に取り組む。	児童青少年課
生活福祉相談・生活保護	生活困窮者で、世帯の収入が国で定めた最低基準に満たない場合、収入の不足分を給付する。地区担当員、就労支援員、健康管理支援員等による支援を行う。	生活福祉課
友愛訪問事業	高齢者の住居に原則週1回訪問し、安否確認するとともに、1回概ね1時間話し相手になることにより、孤独感を和らげる。市からの補助により社会福祉協議会が実施する。	高齢者支援室



事業名	事業概要	担当課
認知症サポーター養成講座	誰もが安心して暮らせる地域づくりを目指して、認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を応援する認知症サポーターを養成する。	高齢者支援室
障害者相談支援事業（ドルチェ、希望ヶ丘、ちょうふだぞう）（再掲）	障害者及びその家族の相談に応じ、情報の提供及び助言し、障害者に対する権利擁護のために必要な援助を行うことにより、障害者の自立と社会参加の促進を図る。	障害福祉課
障害者基幹相談支援センター事業（再掲）	地域における市内の相談支援事業所の中核的な役割を担う基幹相談支援センターを障害福祉課内に設置し、総合的な相談業務を実施する。	障害福祉課
こころの健康支援センター事業（再掲）	精神障害者、発達障害者の自立及び社会参加支援をすることにより、精神保健福祉の向上を図る。	障害福祉課
調布地域精神保健福祉ネットワーク連絡会（再掲）	精神障害者（児）及び発達障害者（児）とその家族に安定したサービスを提供するため、市内支援機関と情報交換、連携する。精神障害者にも対応した地域包括システムの構築を目指す。	障害福祉課
健康相談（電話・面接・訪問相談）（再掲）	市民に対して健康相談、支援など行う。	健康推進課
こころといのちのネットワーク会議（再掲）	各関係機関（医療・警察・消防・福祉関係者・教育関係者等）が連携し、自殺対策に関する取組を共有し、地域のネットワークの強化を図る。	健康推進課
ケアラー支援（再掲）	ケアラーを支えるグループが活動を継続するために必要な知識を得られる学習会や、グループ間の情報交換が行える機会をつくります。	高齢者支援室



## (6) 自死遺族等への支援

遺された親族等を支援するため、必要かつ適切な情報の提供、相談体制の充実に努めるとともに、自死遺族等の自助グループの情報提供を進めます。

### ○ 自死遺族等への情報提供

- ・ 遺族等が必要な時期やそのニーズに応じた支援が受けられるよう、公的機関や民間団体が連携して、遺族等の支援に取り組む公的機関や民間団体を周知します。
- ・ 遺された人に起こりうるこころと身体の変化や生活上の変化について、リーフレット等を用いて適切な情報提供を行います。

### ○ 相談窓口・支援体制の充実(再掲)

- ・ 相談者が利用しやすいように、電話、対面（来所・訪問）、メール等、様々な手法による相談体制の構築を図ります。
- ・ 相談者が安心して相談できるように、窓口の整備や相談員のスキルアップを図り、相談しやすい環境づくりの推進を図ります。

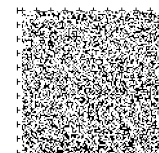
#### ④ 自死遺族の声

私は、19歳の一人娘を2005年8月に亡くしました。悲しみよりも苦しい、なぜ守れなかったのか…。辛さと自責にさいなまれ、かと言って妻に話すことはできず。妻は話したかったのかもしれませんが、受けとめる度量がありませんでした。一方で、外で深酒をして「娘が自殺した」とわめく夜も。そんな自分が2009年3月から「自死遺族とうきょう自助グループ『みずべの集い』」という会を始めました。自死遺族だけで「わかちあいの会」を運営しています。様々な自死遺族の方と出会い、自分独りではないことを知りました。自死に対する偏見や差別に苦しめられている方が少なくないことも。思いをわかちあうことによって、生きなおす力を互いに培っていく場に。そう思って「みずべの集い」に関わっています。

自死遺族とうきょう自助グループ「みずべの集い」共同代表 明英彦さん

#### <主な関連事業>

事業名	事業概要	担当課
地域包括支援センター事業（再掲）	高齢者やそのご家族が地域で安心して暮らせるよう、福祉や介護に関する様々な相談ができる総合相談窓口を設置し、生活を支援する。	高齢者支援室
障害者相談支援事業（ドルチェ、希望ヶ丘、ちょうふだぞう）（再掲）	障害者及びその家族の相談に応じ、情報の提供及び助言し、障害者に対する権利擁護のために必要な援助を行うことにより、障害者の自立と社会参加の促進を図る。	障害福祉課
健康相談（電話・面接・訪問相談）（再掲）	市民に対して健康相談、支援など行う。	健康推進課





## 2 重点施策

### (1) 子ども・若者の自殺対策の推進

子ども・若者世代に対して、各年齢層に対応する適切な支援が求められることから、学校、就労、生活支援、子育て等子ども・若者を取り巻く幅広い分野が連携しながら、ライフステージに応じた切れ目のない支援につなげていきます。

#### ○ 困難を抱える子どもに対する相談支援

- ・ 悩みや困難を抱える児童・生徒が身近なところで相談できるよう、スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーの活用などにより相談体制の充実を図ります。
- ・ ヤングケアラーを早期に発見し適切な支援につなげることができるよう、子どもやその家族の支援に関わる関係機関との連携強化を図るとともに、ヤングケアラーに関する正しい知識や様々な支援内容の普及啓発に努めます。
- ・ 児童・生徒がいじめや不登校をはじめとした様々な悩みについて相談機関へ相談しやすくなるよう普及啓発をします。
- ・ 様々な普及啓発をする際は、各年齢層に合わせて、チラシやポスター、SNS等を活用します。

#### ⑤ ヤングケアラーとは

ヤングケアラーとは、家族の介護その他の日常生活上の世話を過度に行っている子ども・若者とされ、ケアの責任や負担の重さにより、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。

市では、ヤングケアラーの早期発見、家庭の状況に応じた適切な支援につなげるため、調布ゆうあい福祉公社にヤングケアラー・コーディネーターを配置し、子ども家庭支援センターすこやかと共に支援に取り組んでいます。

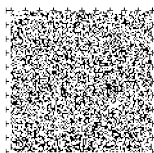
支援の中で「心が軽くなった」、「自分の時間が持てるようになった」などの声が聞かれます。

子ども家庭支援センター すこやか

#### ヤングケアラーの研究者及び当事者の立場から

調布市では様々な福祉相談窓口が開設されており、場に応じた適切な支援内容を提案してもらえます。窓口を利用する上で、被支援者である自覚や、自身が受ける支援を考えておくことは必要ありません。勿論、支援可否が福祉的な属性の有無で決定することはありません。現状に少しでも「違和感」があるのであれば、是非福祉相談窓口を利用してみてください。ヤングケアラーといっても、人によって置かれている状況は様々です。今の生活に支障は無くとも、状況の変化は起こります。それが急な場合、自殺につながることもあるでしょう。精神的な依存先を公的機関に作っておくのが重要です。

稲葉剣斗さん（大学生）



○ 困難を抱える若者に対する相談支援

- ・ 進学や就職，友人関係，家庭生活（ひきこもりを含む）等の困りごとについて相談に応じ，面談，電話，訪問等により悩みを軽減できるよう支援します。
- ・ 大学等と連携し，若者が抱えている悩みや，その悩みにどのように対応していくかを若者自らが考えていくことを目的とした講演会を企画・運営していきます。

○ 保護者に対する相談支援

- ・ 各種相談窓口の周知啓発・情報提供を行います。
- ・ 家庭生活（ひきこもりを含む）等の困りごとについて相談に応じ，面談，電話，訪問等により悩みを軽減できるよう支援します。

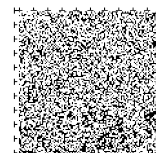
○ 教職員に対する普及啓発

- ・ 児童・生徒の自殺を予防するために，教職員が児童・生徒のSOSを受け止められること，必要時に適切な機関等へ相談できる力を身に付けることを目的とした研修を行う等，自殺予防の取組を推進します。

○ 関係機関との連携強化

- ・ 子ども・若者やその家族を対象として電話やメール，対面（来所・訪問）等による様々な相談を実施し，幅広い分野にまたがる子ども・若者が抱える問題の相談を受け付け，適切な支援や専門機関につなぐことで，子ども・若者の自立を後押しします。また，調布市子ども・若者支援地域ネットワークを活用して，行政のみならず，地域で活動している様々な支援機関や団体との連携による支援を行います。
- ・ 子ども家庭支援センター，児童館，青少年交流館，子ども・若者総合支援事業※（ここあ），調布市青少年ステーションCAPSなど，子ども・若者やその保護者，家族が安心して過ごせる地域の居場所づくりを行います。
- ・ 子ども・若者等の孤立を防ぎ，夢や希望を育めるよう，気軽に参加できる居場所の提供とその周知を図るとともに，民間のピアサポート事業を支援します。
- ・ 自殺の要因の1つであるうつ病等の治療や生活支援が適切に受けられるよう，精神医療を含む医療，保健，福祉をはじめ各関連機関の連携強化を図ります。

※ 子ども・若者総合支援事業：家庭の事情等により，進学や就職をあきらめてしまうことがないよう，子ども・若者に対して学習支援や居場所の提供を行うとともに，進学や自立に向けた相談支援を行うこと。



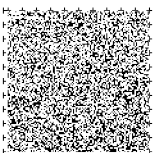
## ⑥ 自立ってなんだろう？

「依存先を増やしていくことこそが自立」という言葉をご存じでしょうか？これは脳性まひの小児科医、熊谷晋一郎さんが提唱された考え方です。「自立」と聞くと、ほかの援助を受けずに経済的にも精神的にも肉体的にも、すべて一人の力でできるようになること、というイメージが一般的かと思います。ですが、実際には我々の生活は、誰かが作ってくれたご飯を食べることも多く、推しの笑顔、ゲーム、音楽等、様々な物や事、人々に支えられています。何でも自力でできるようになる必要はなく、頼りにできる、依存できる物や事、人を周りにたくさん作って自分らしく生活を送ることを「自立」と捉えると、ご自分の生活について新たな見え方ができるかもしれません。

調布市子ども・若者総合支援事業（ここあ）

### <主な関連事業>

事業名	事業概要	担当課
ちょうふ若者サポートステーション	働くことに悩みを抱える若者（15～49歳）の職業的自立を支援するため、個別相談やセミナー、しごと体験を行う。	産業振興課
子ども家庭支援センターすこやか総合相談（再掲）	18歳未満の子どもと保護者の相談に専門の相談員が対応する。必要に応じ児童相談所等の関係機関と連携を図る。来所、電話、電子メールによる相談をする。	子ども家庭センター
児童虐待防止センター事業（再掲）	児童虐待防止ホットラインによる通告・相談の受付、虐待通告による現場の確認等、児童虐待の早期・対応、児童相談所等と連携し、見守りの必要な家庭の支援を行う。	子ども家庭センター
ヤングケアラー支援事業（再掲）	ヤングケアラーと思われる児童を早期に発見・把握し、その家庭の状況に応じて適切な支援・サービスにつなげるため、ヤングケアラー・コーディネーターを配置し、必要な相談支援、助言を行う。	子ども家庭センター
要保護児童対策地域協議会の運営（再掲）	要保護児童等への適切な支援を図るため、当該協議会の枠組みを通じ、関係者間で積極的な情報共有及び支援に関する協議を行う。	子ども家庭センター
通信制高校卒業支援事業給付金	ひとり親家庭の20歳未満の子どもが通信制高校に在籍し通学型の学習サポートを受ける場合の授業料の一部を給付し、その卒業を支援する。	子ども育成課
相談・居場所事業（ここあ）（再掲）	相談対応や居場所の提供を通して、不登校、無業、ひきこもり等の子ども・若者の自立に向けた計画的な支援を行う。（子ども・若者総合支援事業）	児童青少年課
教育支援コーディネーター室（再掲）	教育支援コーディネーターを配置して関係機関と連携し、教員、児童・生徒、保護者や地域の人等の相談を受け、支援をコーディネートする。	指導室



## (2) 働く人の自殺対策の推進

ライフ・ワーク・バランスの確保やライフステージ各種ハラスメントの防止・解決のための啓発や相談窓口の周知及び情報提供を行っていきます。

また、労働者や経営者等に対する相談窓口の情報提供を行います。

### ○ 経営・就労に関する相談窓口等の周知啓発

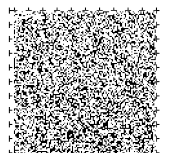
- ・ 長時間労働によるうつ病等を減らし、健康を保てるよう、働く人にライフ・ワーク・バランスの確保、職場のメンタルヘルス対策の普及啓発を図るとともに、相談体制の整備・充実を推進します。
- ・ 市内事業者・経営者に対し、経営に関する相談が気軽にできる環境を整えます。また調布市産業労働支援センターと医療、保健、福祉をはじめ各関係機関等との連携を深めることで、相談しやすい環境づくりに努めます。
- ・ 市内の働く人へ職業相談や職業紹介相談等、相談できる機関の存在について、チラシを配布するなど広く周知します。
- ・ 市内の中小企業の事業資金融資あっせん制度の利用相談の際、必要に応じて経営、債務、生活相談などの相談窓口を紹介します。
- ・ 就労に関するトラブルの未然防止や解決の参考となる、労働法の知識と相談窓口が掲載されている「ポケット労働法」を多くの人に知ってもらえるよう周知します。

### ○ 職域におけるメンタルヘルス対策の普及啓発

- ・ 中小企業の経営者と従業員に、多摩東部地域産業保健センター等の相談窓口を紹介します。
- ・ 調布市商工会等と連携して就労者・経営者等向けのメンタルヘルス研修を実施します。
- ・ 中小企業を対象とした経営セミナー等の場を活用し、ゲートキーパーの養成やメンタルヘルスに関する情報提供をします。
- ・ 自殺の要因の1つであるうつ病等の治療が適切に受けられるよう、精神医療を含む医療、保健、福祉をはじめ各関係機関の連携強化を図ります。
- ・ ハラスメント問題については、人権身の上相談や女性を対象とした仕事や生活に関する相談、東京都労働相談情報センターなど、相談窓口を広く周知します。

### ○ 働きやすい職場環境づくりの推進に向けた取組

- ・ ライフ・ワーク・バランスの確保については、国や東京都の多様な働き方等に関する情報を市ホームページ等で発信します。
- ・ 様々な背景から、人間関係の構築のしづらさを感じている人でも働きやすい職場環境づくりについて、事業所への啓発や情報発信を行います。

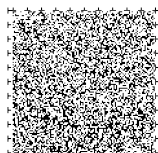


○ ライフステージに応じた働き方の推進に向けた取組

- ・ リモートワークやフレックスタイム制度の導入など柔軟な勤務形態の導入に関する事業所への働きかけや情報発信を行います。
- ・ 育児休業や介護休業など、ライフイベントに応じた休暇制度の整備について、事業所への啓発を行います。

<主な関連事業>

事業名	事業概要	担当課
民間ノウハウを活用した中小企業・小規模事業者の支援（再掲）	多摩信用金庫等の金融機関と締結した「中小企業等支援に関する包括協定」に基づき、創業・経営支援、事業承継等の事業の連携をしながら、市内中小企業を支援する。	産業振興課
中小企業事業資金融資あっせん	市内の中小企業者等に対して、経営に必要な資金の融資をあっせんし、金融機関から融資を受ける際にかかる利子及び信用保証料の一部補助を行う。	産業振興課
ひとり親家庭の就労支援事業	ひとり親家庭の就労の相談に応じ、ハローワークと連携し、自立に必要な情報提供及び助言、職業能力の向上及び求職活動に関する支援を行い、生活の安定を図る。	子ども育成課
調布市シルバー人材センター運営費補助事業	健康で働く意欲のある高齢者に対して、就業の機会を提供するとともに、活力ある地域づくりに寄与する調布市シルバー人材センターを支援する。	高齢者支援室
障害者就労支援事業（ちょうふだぞう、こころの健康支援センター「就労支援室ライズ」）	障害者が一般就労し、安心して働き続けることができるよう、身近な地域において就労面及び生活面の支援を一体的に提供し障害者の就労を促進する。	障害福祉課
調布市雇用と福祉の一体的就労支援事業	生活保護を受けている方や生活に困窮している方を対象に、「ちょうふ就職サポート」を庁舎内に設置し、就職支援ナビゲーターと就労支援員との連携により職業相談・職業紹介・求人情報の提供を行うほか、対象者の課題解決のため就労支援会議を開催する。（市と東京都及び府中公共職業安定所の協働事業）	生活福祉課 子ども育成課

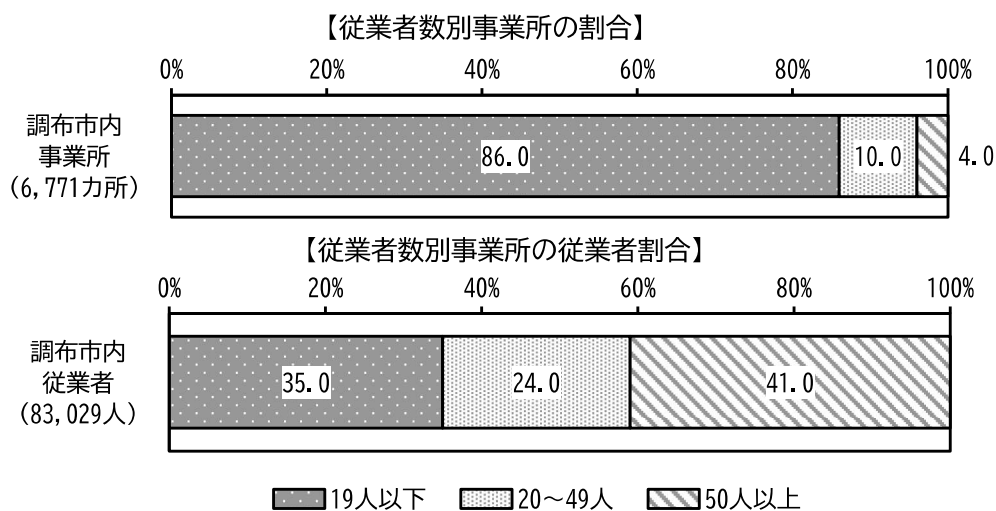


## ⑦ 市内事業所で働く人の状況

調布市内の事業所を従業員数別にみると、「19人以下」が86.0%と最も多くなっており、次いで「20～49人」が10.0%、「50人以上」が4.0%となっています。

また、市内従業員（市民以外含む）を従業員数別にみると、「50人以上」が41.0%と最も多くなっており、次いで「19人以下」が35.0%、「20～49人」が24.0%となっています。

単位：人



単位：人

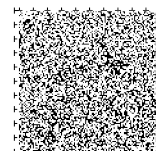
	総数	1～4人	5～9人	10～19人	20～29人	30～49人	50～99人	100人以上	出向・派遣従業員のみ
事業所数	6,771	3,540	1,408	895	366	287	148	91	36
従業員数	83,029	7,681	9,325	12,136	8,695	10,824	9,948	24,420	-

資料：経済センサス-基礎調査（令和3年）

市内の事業所で働く人の58.6%が、従業員数50人未満の事業所に所属しています。

これまで、従業員が50人を超える企業は労働安全衛生法に基づき、産業医の選任やストレスチェックの実施等が義務化されていますが、50人未満の企業は努力義務とされていることから、未実施の企業も少なくありません。国は、今後すべての企業に対してメンタルヘルス対策の実施を義務付ける方針です。

調布市 福祉健康部 健康推進課



### (3) 高齢者の自殺対策の推進

高齢者を地域や家庭のなかで孤立させないための居場所づくりや見守りを行うとともに、いきいきとした心を持続させるために高齢者の社会参加の促進を図ります。

#### ○ 相談窓口の周知啓発

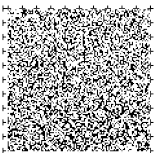
- ・身近な地域で気軽に相談や情報提供を受けられる窓口として、調布市地域包括支援センターのより一層の周知啓発を図ります。また、成年後見制度などの専門的な相談について、関係機関や相談窓口につなげます。
- ・相談窓口まで出向くことが難しい方に対しては、電話や訪問等による対応を行います。

#### ○ 支援体制の充実

- ・住み慣れた地域で安全に安心して暮らせるよう、地域全体で見守っていくことを目的とした見守りネットワーク事業や、住み慣れた地域で助け合う地域包括ケアシステムの構築を推進します。
- ・市のホームページやポスター等の媒体を活用し、自治会、老人クラブ、民生委員・児童委員、地域支え合い推進員、地域福祉コーディネーター、ごみ収集スタッフなどの協力を得ながら、見守りネットワークについて周知していきます。
- ・見守りの必要性や見守るポイントを、市民やケアマネジャー等に分かりやすく説明する講座や、ゲートキーパー養成講座を行います。

#### ○ 社会参加と生活支援の推進

- ・配偶者をはじめとした家族等との死別・離別からのうつ病や、閉じこもりによる孤立を防ぐため生活支援サービスの充実を図ります。
- ・孤独・孤立を防ぐため、見守り・交流の場や居場所を確保し、人と人との「つながり」を実感できる地域づくりを行います。
- ・介護予防普及啓発事業や地域リハビリテーション活動支援事業等を活用し、社会福祉協議会など関係機関との連携により、社会参加を推進します。
- ・生きがいや地域活動、健康、介護予防、医療など高齢者の生活を豊かにする情報を提供します。
- ・調布市地域包括支援センターやケアマネジャー、地域支え合い推進員、地域福祉コーディネーター等が連携して、居場所づくりや調布市全体での支え合いの仕組みづくりを推進します。
- ・シルバー人材センターの活動を推進し、高齢者の社会参加や生きがいとなる機会の確保を図ります。



○ 住環境の整備

- ・ 住宅確保要配慮者<sup>※1</sup>の居住の確保が図れるよう、公営住宅や民間賃貸住宅への入居等を促進し、居住支援協議会<sup>※2</sup>を中心とした居住支援に取り組みます。

○ 関係機関との連携の強化

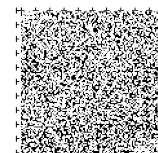
- ・ 自殺の背景には、うつ病をはじめとする様々な精神疾患が関連することが多いと言われていますが、治療を受けていない方々も多くいます。生活の中で起こる様々な要因が複雑に結びついて高齢者においてもうつ病が発症します。早期治療につながり適切にケアが受けられるよう、精神医療を含む医療、保健、福祉をはじめ、各関係機関との連携強化を図ります。
- ・ かかりつけ医等が自殺のリスクが高いと思われる人を、専門医や専門医療機関に適切につなぐことができるよう、医療機関への情報発信や各関係機関との連携強化を図ります。

※1 住宅確保要配慮者：低額所得者、被災者、高齢者、障害者、子育て世帯など、住宅の確保に特に配慮を必要とする方々。

※2 居住支援協議会：低額所得者、被災者、高齢者、障害者、子どもを育成する家庭その他住宅の確保に特に配慮を要する者（住宅確保要配慮者）の民間賃貸住宅への円滑な入居の促進を図ることを目的としている組織。

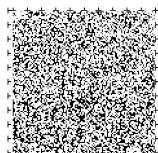
<主な関連事業>

事業名	事業概要	担当課
利用者サポート事業	権利擁護支援の窓口である「利用者サポート相談」に専門の相談員を配置し、権利擁護支援を必要とする方に対し、相談支援等を行う。	福祉総務課
高齢者住宅（シルバーピア）	高齢者の住宅で、安心して生活できるよう、各種安全設備、管理人が設置され、安否確認や、日常の相談に応じる。（住宅課との協同事業）	高齢者支援室
友愛訪問事業（再掲）	高齢者の住居に原則週1回訪問し、安否確認するとともに、1回概ね1時間話し相手になることにより、孤独感を和らげる。市からの補助により社会福祉協議会が実施する。	高齢者支援室
認知症サポーター養成講座（再掲）	誰もが安心して暮らせる地域づくりを目指して、認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を応援する認知症サポーターを養成する。	高齢者支援室
紙おむつの給付	紙おむつを給付し、経済的負担軽減を図るとともに配達時に安否確認を行う。	高齢者支援室





事業名	事業概要	担当課
配食サービス事業	昼食・夕食を自宅にお届けし、手渡しすることで、食事の確保と安否確認を行う。	高齢者支援室
見守りネットワーク事業	ひとりぐらしの高齢者や高齢者世帯、日中独居の高齢者、障害者や生活困窮者等の方々が、住み慣れた地域でいつまでも安全で安心して暮らし続けられるよう、社会・地域からのソフトな見守り・ゆるやかな働きかけを行う。	高齢者支援室
地域包括支援センター事業（再掲）	高齢者やそのご家族が地域で安心して暮らせるよう、福祉や介護に関する様々な相談ができる総合相談窓口を設置し、生活を支援する。	高齢者支援室
調布市シルバー人材センター運営費補助事業（再掲）	健康で働く意欲のある高齢者に対して、就業の機会を提供するとともに、活力ある地域づくりに寄与する調布市シルバー人材センターを支援する。	高齢者支援室
民生委員・児童委員（再掲）	社会福祉増進のため、地域の様々な相談に応じ、相談者と行政機関とのパイプ役として地域に根ざした広範囲な活動を行う。	福祉総務課
調布市ふれあい収集	要介護認定（要介護1以上）、身体障害者手帳1・2級、精神障害者保健福祉手帳1・2級の手帳を所持している方、病気等で長期療養中の方、妊娠中の方のごみ収集を行う。 排出場所に家庭ごみを持ち出すことが困難な障害者、高齢者等に対し、戸別の訪問による家庭ごみの収集を実施することにより、家庭ごみの排出に係る負担を軽減する。	資源循環推進課



## (4) 様々な生きづらさを抱えた人の自殺対策の推進

自殺の背景には様々な要因が複雑に絡みあっています。生きづらさを抱えた人が自殺に追い込まれることを防ぎ、安心して地域や支援とつながることができるよう、その多様な社会的要因に応じた施策を推進します。

女性の自殺対策として、妊娠や出産に対する正しい知識の普及に努めるとともに、予期せぬ妊娠や生活上の不安など悩みを抱える妊婦や子育て中の方などに対して、電話、対面（来所、訪問）等の適切な相談支援、自立支援等を実施します。また、ひとり親や配偶者からの暴力等の様々な困難を抱える女性に対しても同様に、相談支援や自立支援等を実施します。

生活困窮の状態や生活困窮に陥る可能性がある方が、ひとりで孤立し追いつめられることがないように、相談者に寄り添い、相談者自身の力で課題を解決し、これからの人生を生きていくための力を高めていけるような相談や制度支援を実施していきます。

### ○ 困難な状況に置かれている女性への相談支援

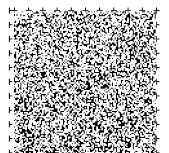
- ・ 予期せぬ妊娠や生活上の不安など悩みを抱える方が育児不安や育児の悩みを抱えながら孤立しないよう、妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援の充実を図ります。
- ・ 子育てサービスや相談体制等の整備を図り、予期せぬ妊娠や生活上の不安など悩みを抱える方の育児負担や育児不安を軽減することで、家庭において子どもの夢や希望、自信や自尊心が育めるように、子育て環境の整備に努めます。
- ・ ひとり親家庭やその関係者に対し、就業、養育費、面会交流など生活全般の相談支援や各種支援制度等の周知啓発を実施し、自立支援と生活の安定化を図ります。
- ・ 配偶者等からの暴力被害者や夫婦問題、生き方や人間関係等の相談支援を実施するとともに、各種悩みに応じた相談窓口の周知啓発を実施します。
- ・ ハラスメント問題については、人権身の上相談や女性を対象とした仕事や生活に関する相談、東京都労働相談情報センターなど、相談窓口を広く周知します。

### ○ 多様な性<sup>※</sup>に関する相談支援

- ・ 多様な性に関する理解を深めるための啓発に努めるとともに、性的指向及び性自認に起因する悩み、疑問、不安等に対して、専門相談員による相談を実施し、周知に取り組みます。
- ・ 多様な性について理解し、適切に対応できる職員を増やすために、職員研修を実施していきます。

※ 多様な性のあり方はSOGIやSOGIEなどと表現される。

SOGIは、性のあり方の4つの要素のうち、性的指向(Sexual Orientation)と、性自認(Gender Identity)の英語の頭文字をとった言葉。SOGIは誰もが持っているもので、性のあり方は人それぞれ異なっていることを表す。



## ⑧ 性別の多様性に配慮した自殺対策

世界のほとんどの国や地域で、男性の自殺は女性よりも多く、日本ではその比率は約2：1です。1998年に日本の自殺者数が急増した際、中高年男性の自殺が大幅に増えたことから、その層への対策に注目が集まってきました。しかし、日本では女性の自殺も世界的に見ても多く、近年ではコロナ禍での増加が注目されていますが、この問題は実は明治期から続いています。また、性的マイノリティの人たちは、偏見や差別を受けやすい現状による生きづらさから、自殺のリスクが高いことが報告されています。しかし、性に関する問題は決して特定のグループに限られたものではなく、私たち一人ひとり、誰もが向き合うべき課題です。自殺対策においても、多種多様な性のあり方を理解し、配慮し合う取組が求められています。

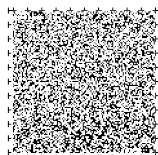
武蔵野大学 人間科学部 社会福祉学科 小高真美 教授

### ○ 生活困窮者や失業者等を含む対策や相談支援

- ・ 就労、経済、生活の問題など、様々な悩みに応え、生活の基盤を支えるための各種相談体制の強化・周知を図ります。
- ・ 福祉、就労、教育、財務及び住宅等の各分野の相談窓口が早期に包括的な支援をし、重層的なセーフティネットの構築により、課題がより複雑化・深刻化する前に、生活困窮者の自立支援に向けた取組を実施します。
- ・ 高齢、障害、病気などを持った家族の介護、子育てなどを起因とする、複合的な問題を抱える人について、各分野で支援対策を進めていきます。
- ・ 最後のセーフティネットである生活保護制度の情報を必要な人に届け、制度利用につながるよう周知や相談体制の整備を図ります。
- ・ 住居を失い、インターネットカフェや漫画喫茶等で寝泊まりしながら不安定な就労に従事する者や離職者等に対して、生活支援、居住支援を行う東京都のサポートセンター（TOKYOチャレンジネット）を活用できるよう周知を行います。

### ○ 多重債務問題に関する相談支援

- ・ 各種相談窓口等の職員に対し、多重債務問題の現状、国及び東京都の取組状況を周知し、多重債務問題への取組を推進します。
- ・ 消費生活に関する相談窓口や法律専門家に相談者をつなぐ多重債務相談「多重債務110番」など、専門の相談機関、関係機関の紹介を行い、多重債務者の救済、支援につなげていきます。
- ・ 東京都多重債務者生活再生事業など専門相談窓口へつなげることで、多重債務問題の解決を図り、生活の再生を支援します。



○ 子育て家庭への支援

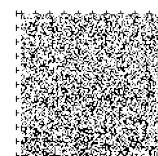
- ・ 育児不安や育児の悩みを抱えながら孤立しないよう、母子健康手帳交付時の面接や、乳幼児健診等での子育て相談を通して困りごとを把握し、妊娠期から子育て期にわたりニーズに寄り添った切れ目のない支援の充実を図ります。
- ・ 子育てサービスや相談体制等の整備を図るとともに、子育て家庭同士のつながりや支え合いを支援することで、育児負担や不安を軽減し、安心して子育てができるよう、子育て環境の整備に努めます。
- ・ 生活状況に応じて、保育園や学童クラブ、ショートステイ、一時預かり等、子どもを預かるサービスの活用により、負担軽減に努めます。
- ・ 各種相談窓口の周知啓発・情報提供を行うとともに、各種の相談窓口で保護者の悩みに寄り添い、子育ての困難感を軽減できるよう各関係機関と連携し、支援します。

○ 要配慮者への対応

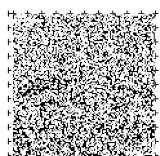
- ・ 日常生活上での不便等の課題を抱える方や家庭への相談体制の充実や支援・援助、各種手続き等の周知などに努めます。
- ・ 日常生活上での不便等の課題を抱える方の日常生活のサポートを行う支援者に対して、ゲートキーパー養成研修の受講について協力を求め、支援体制を推進します。

<主な関連事業>

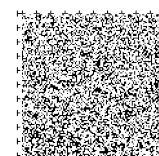
事業名	事業概要	担当課
市政情報の情報発信	市報、ホームページなどの様々な媒体で情報発信を行うことにより、自殺対策の啓発として、総合相談会や居場所活動等の各種事業・支援策等に関する情報を市民等に提供する。	広報課
市税の収納・徴収業務	特別な事情で市税を納期限までに納付することが困難な方のための相談を実施する。必要に応じて税の減免や生活支援などの市の制度等を案内している。	納税課
消費生活相談事務	市民の消費者トラブルに迅速に対応できるよう、専門の消費生活相談員が、来所、電話による相談を受ける。消費者被害を未然に防止するための講座等啓発事業を行う。	文化生涯 学習課



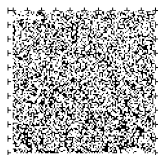
事業名	事業概要	担当課
男女共同参画推進センター相談事業（再掲）	男女共同参画の視点に立ち、生活、心・健康、家庭における暴力、仕事や再就職などの社会環境や家族の形態の変化により生じる様々な悩みについて、女性又は男性の専門相談員による相談を実施し、性別にとらわれない自由な生き方を選択できるよう支援する。性的指向及び性自認に起因する悩み、疑問、不安等に対して、専門相談員による相談を実施する。	多様性社会・男女共同参画推進課
児童虐待防止センター事業（再掲）	児童虐待防止ホットラインによる通告・相談の受付、虐待通告による現場の確認等、児童虐待の早期・対応、児童相談所等と連携し、見守りが必要な家庭の支援を行う。	子ども家庭センター
子ども家庭支援センターすこやか総合相談（再掲）	18歳未満の子どもと保護者の相談に専門の相談員が対応する。必要に応じ児童相談所等の関係機関と連携を図る。来所、電話、電子メールによる相談をする。	子ども家庭センター
一時預かり事業（すこやか保育）	子育てから離れてリフレッシュしたいときなど、理由を問わず、一時的に子どもの保育をする。	子ども家庭センター
産前・産後支援ヘルパー事業（ベイビーすこやか）（再掲）	産前・産後の家事や育児の支援が必要な家庭にヘルパーを派遣し、子どもの世話や家事援助を行う。	子ども家庭センター
保育事業	就労・疾病等で乳児の養育ができない保護者に代わり、児童の健全育成を図る。認可・小規模・家庭的・居宅訪問型・事業所内保育・認可外がある。	保育課
保育相談（再掲）	公立保育園・私立保育園などによる保育・育児相談を実施する。	保育課
保育コンシェルジュ配置事業	保育コンシェルジュが相談に応じ、それぞれのニーズに合ったサービスの情報を提供することで保護者の選択肢を増やすとともに、待機児童の減少を図る。	保育課
ひとり親家庭の相談支援事業	ひとり親家庭の親及び子どもの相談に応じ、その自立に必要な情報提供及び助言、課題の解決のため、学校等関係機関との連絡調整を行う。（子ども・若者総合支援事業）	子ども育成課
ひとり親家庭の学習支援事業	ひとり親家庭の中学生に対し高校進学に向けた学習支援を行うことで、学習習慣及び自己肯定感、学習ボランティアとの関りで得られる将来の展望等の獲得を目指す。また、高校卒業程度認定試験の合格を目指すひとり親家庭の親と20歳未満の子どもに対する学習支援を行う。（子ども・若者総合支援事業）	子ども育成課
相談・居場所事業（ここあ）（再掲）	相談対応や居場所の提供を通して、不登校、無業、ひきこもり等の子ども・若者の自立に向けた計画的な支援を行う。（子ども・若者総合支援事業）	児童青少年課



事業名	事業概要	担当課
民生委員・児童委員 (再掲)	社会福祉増進のため、地域の様々な相談に応じ、相談者と行政機関とのパイプ役として地域に根ざした広範囲な活動を行う。	福祉総務課
生活福祉相談・生活保護 (再掲)	生活困窮者で、世帯の収入が国で定めた最低基準に満たない場合、収入の不足分を給付する。地区担当員、就労支援員、健康管理支援員等による支援を行う。	生活福祉課
生活困窮者自立相談支援事業 (調布ライフサポート)	離職や失業等による生活困窮者の相談窓口(自立相談支援機関)で、一人ひとりの状況に応じた生活支援を検討・実行し生活困窮者の生活再建を図る。	生活福祉課
緊急援護資金貸付事業	生活困窮世帯に対して、緊急援護資金の貸付けを行う。	生活福祉課
家族介護者支援事業	認知症の「だれでもカフェ」、介護者・当事者のコミュニティカフェ開設を支援。介護者支援の「ケアラー支援マップ」を全戸配布するほか、「ケアラーサポートブック」を作成・配布を行う。	高齢者支援室
紙おむつの給付(再掲)	紙おむつを給付し、経済的負担軽減を図るとともに配達時に安否確認を行う。	高齢者支援室
配食サービス事業 (再掲)	昼食・夕食を自宅にお届けし、手渡しすることで、食事の確保と安否確認を行う。	高齢者支援室
見守りネットワーク事業 (再掲)	ひとりぐらしの高齢者や高齢者世帯、日中独居の高齢者、障害者や生活困窮者等の方々が、住み慣れた地域でいつまでも安全で安心して暮らし続けられるよう、社会・地域からのソフトな見守り・ゆるやかな働きかけを行う。	高齢者支援室
障害者相談支援事業 (ドルチェ、希望ヶ丘、 ちょうふだぞう) (再掲)	障害者及びその家族の相談に応じ、情報の提供及び助言し、障害者に対する権利擁護のために必要な援助を行うことにより、障害者の自立と社会参加の促進を図る。	障害福祉課
健康相談(電話・面接・ 訪問相談)(再掲)	市民に対して健康相談、支援など行う。	健康推進課
こどもの相談室 個別相談(こころ・ことば・ うんどう) ことばを育てるふれあい遊 <small>び</small>	子どもの健康や発達、育児等に関する相談について言語聴覚士、心理士、作業療法士等の専門職が個別・集団で対応する。また、グループワークを通じて保護者同士の交流を図る。	子ども家庭センター
住宅確保要配慮者相談 窓口設置事業(住まいぬくもり相談室)	窓口相談業務を委託し、専門の相談員を設置し生活困窮状況を把握する。市内の不動産店と連携し民間賃貸住宅のマッチングを行う。	住宅課



事業名	事業概要	担当課
調布市民間賃貸住宅仲介支援・債務保証事業の助成金	住宅確保要配慮者相談窓口などで相談をし、民間賃貸住宅に実際に入居した際、不動産仲介手数料や民間の保証会社を利用した際の初回の保証料を助成する。	住宅課
来所相談・電話相談（再掲）	いじめなど子どもの教育上の悩みや心配事に関する相談を、相談員が対面で受け付ける。仕事の都合や家庭の事情等で来所できない場合には、電話相談も行う。	教育相談所
調布市雇用と福祉の一体的就労支援事業（再掲）	生活保護を受けている方や生活に困窮している方を対象に、「ちょうふ就職サポート」を庁舎内に設置し、就職支援ナビゲーターと就労支援員との連携により職業相談・職業紹介・求人情報の提供を行うほか、対象者の課題解決のため就労支援会議を開催する。（市と東京都及び府中公共職業安定所の協働事業）	生活福祉課 子ども育成課



### 3 その他の自殺対策に資する取組

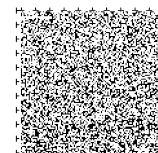
基本施策，重点施策のほか，自殺対策に資する取組として，以下の取組を進めます。

#### ○ 自殺を防ぐ環境整備

- ・ 鉄道駅におけるバリアフリー化の促進や安全性の確保のため，鉄道事業者によるホームドア整備が進められています。京王電鉄では，市内9駅のうち4駅にホームドア等が設置されており，2030年代前半を目標に全駅への設置を完了するとしています。ホームドアは，列車への飛び込みによる自殺を抑止することにも効果が期待されます。市としても未整備の市内各駅へのホームドア等の設置が早期に実現するよう関係事業者と相互理解を図りながら推進していきます。
- ・ 事故や犯罪被害などを予防することで，自殺の危険因子に含まれている「苦痛の体験」や「自殺につながりやすい心理状態」に陥ることを防ぐことができます。市民の生活を守り，安心して暮らすことができるよう地域の見守りやパトロールを実施し，事故や犯罪被害等から市民を守る地域づくりを目指します。

#### <主な関連事業>

事業名	事業概要	担当課
調布市子ども安全・安心パトロール	下校時間帯から夜間における児童・生徒の安全を守るため，小・中学校や児童館などの施設や通学路を重点とした防犯パトロールを実施。	総合防災安全課
特殊詐欺撃退「自動通話録音機」無料貸出	オレオレ詐欺や還付金詐欺等の特殊詐欺防止対策として，「自動通話録音機」を無料で貸出を実施する。	総合防災安全課
移動等円滑化促進地区におけるバリアフリー化の促進	公共交通のバリアフリー化の一環として，鉄道駅におけるホームドアや可動式ホーム柵の設置を促進する。	交通対策課





## 4 計画の成果指標

国は、令和4年10月に閣議決定した自殺総合対策大綱において、令和8年までに自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）を平成27年と比べて30%以上減少させることを、国が進める自殺対策の目標として定めています。

こうした国の方針を踏まえ、調布市では、以下を目標に計画を推進していきます。

全体目標	平成27年 (2015年) 基準値	令和5年 (2023年) 現状値	令和12年 (2030年) 目標値
自殺死亡率	20.1	19.3	14.1以下

### ⑨ 生きづらさを感じているあなたへ（こころの悩み相談）

調布市のホームページでは、こころの悩みに関する相談窓口を紹介しています。  
あなた自身の命とあなたの大切な人を守るために、ひとりで悩まず、ご相談ください。

<https://www.city.chofu.lg.jp/060070/p037038.html>

