

1 基本理念および基本方針

〔基本理念〕

支え合い 認め合い とともに暮らす

自殺の背景には、精神保健上の問題だけではなく、過労や生活困窮、育児や介護疲れ、いじめなど様々な社会的要因があるといわれています。そのため、この計画においても、市民の暮らし全般を視野に入れ、地域福祉を基盤として推進することとし、調布市の福祉の将来像である「みんなが 自分らしく 安心して つながりをもって 暮らし続けられるまち ～支え合い 認め合い とともに暮らす～」を生かした「支え合い 認め合い とともに暮らす」を基本理念とします。

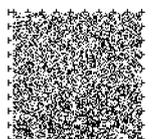
誰もが孤立することなく、互いを尊重し合い、多様性を認め合いながらともに生きられるよう、市民一人ひとりが、その人らしく暮らしていける地域社会を目指します。市民一人ひとりが当事者として、地域や生活の中で自殺につながり得る課題について、ともに考え支え合えるよう、必要なサービスや支援が行き届く体制づくりを進めます。

〔基本方針〕

- ころころの健康を維持・増進する（未然予防）
- 悩んでいる人が適切につながり、
支援を受けられる連携体制を構築する（危機介入）
- 自殺未遂者・遺された人への支援を推進する（連鎖予防）

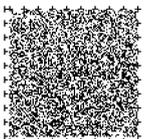
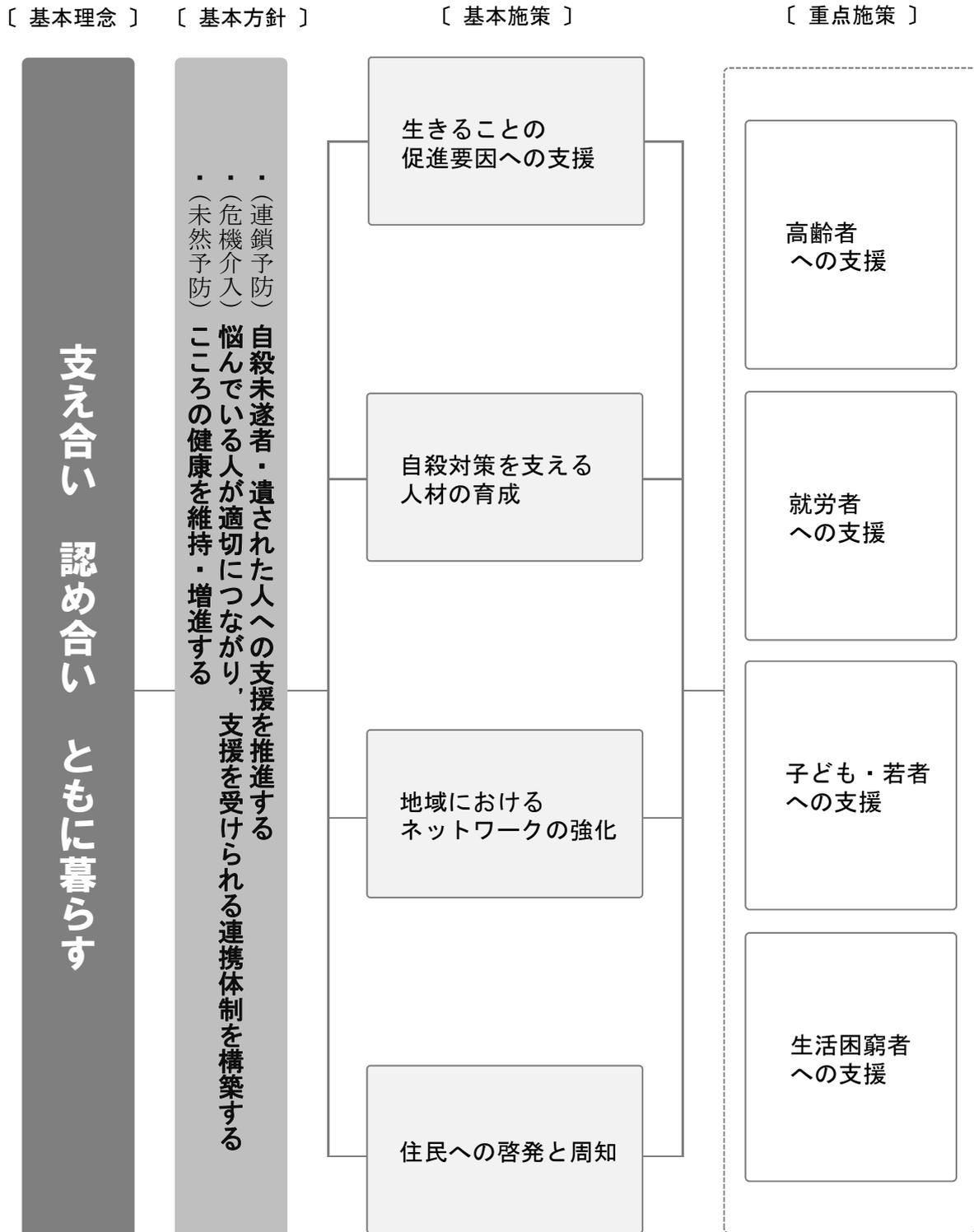
自殺に至る背景には、個人や家族、地域が抱える多様な問題があります。これらを解決していくためには、市民一人ひとりがころころの健康を維持・増進することはもちろん、多くの支援者がそれぞれの強みや専門性をいかして、悩んでいる人や自殺未遂者、遺された人をより包括的に支援することが必要です。

保健福祉のみならず他分野とも連携し、切れ目のない支援を提供できる体制構築を目指すことを基本方針とします。



2 / 全体像

計画は下図のように、「基本理念」「基本方針」と4つの「基本施策」と4つの「重点施策」の推進を図ります。



3 基本施策および重点施策

基本理念およ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ふまえ、以下の基本施策と重点施策を掲げます。現在各部署で実施している施策の状況と自殺対策に係る今後の方向性については参考資料に掲載しています。

(1) 基本施策

【基本施策 1】 生きることの促進要因への支援

【基本施策 2】 自殺対策を支える人材の育成

【基本施策 3】 地域におけるネットワークの強化

【基本施策 4】 住民への啓発と周知

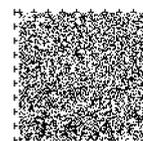
【基本施策 1】 生きることの促進要因への支援

自殺は、個人や社会において、「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）」が上回った時にそのリスクが高まります。そのため、「生きることの阻害要因」となる失業や多重債務、生活困窮の他、家族や職場の人間関係の不和などの課題について、他の課題とからみ複雑になったり深刻になったりする前に適切な窓口を紹介します。また、気軽に相談でき、ともに考え支え合えるよう相談窓口や支援体制の充実を図ります。

一方、「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、危機回避能力を身に付け保持できるよう、多様な視点で「生きることの促進要因」を増やす取組を充実させていきます。「生きることの阻害要因」より、「生きることの促進要因」が上回ることで自殺を思いとどまれるよう、「生きることの促進要因」への支援を充実させていきます。

○相談窓口・支援体制の充実

- ・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付いた時に相談できるよう、窓口について周知を広げるほか、相談しやすい工夫（曜日、時間帯、場所等）や新たな窓口を開設するなど、相談窓口の充実に努めます。
- ・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、税の窓口や商工会における相談事業などで、経済的生活困窮についての視点も念頭に置きながら、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・就学に関する事など、若者や障害者が抱えやすい問題への支援の充実を図ります。
- ・支援を必要としている時に相談先がわかるよう、各支援機関の相談内容について明示し周知をしていきます。また自殺対策強化月間*中の特別相談を実施するなど、相談体制の拡充を図ります。

○子育て支援の充実

- ・親が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の切れ目のない支援の充実を図ります。
- ・必要な家庭には、育児の支援サービスを継続的に提供できるよう体制の整備を図り、保護者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自己肯定感が育めるように、育児環境の整備に努めます。

○児童期からの教育の推進

- ・子ども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の受け止め方を学び、大人の支援を受けられるような教育等の推進を図ります。
- ・子どもの出したSOSについて、保護者や教職員、スクールカウンセラー*の他、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。

○就労者、就労問題への支援

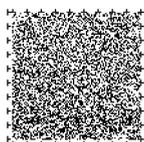
- ・長時間労働によるうつ病等を減らし、健康を保てるよう、市内企業等にワーク・ライフ・バランスの確保、職場のメンタルヘルス*の対策の普及啓発を図るとともに、相談体制の整備・充実を推進します。

○交流の場、居場所づくりの推進

- ・子ども・若者等の孤立を防ぎ、夢を育めるよう、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。
- ・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*等が連携して居場所づくりを推進します。

○支援者やケアラー*（介護者）のこころのケアの推進

- ・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市民と直接接する相談員や職員等に対し、健康相談、メンタルヘルスチェック等を実施し、こころの健康の維持・増進を図ります。
- ・介護者の身体的、精神的負担を緩和し、介護者の孤立を予防するために、レスパイト*、ショートステイ*、ケアラー（介護者）の集いなどの支援充実を図ります。



【基本施策2】 自殺対策を支える人材の育成

自殺を防ぐには、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、支援につなげる「ゲートキーパー」の存在が必要不可欠です。

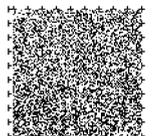
専門家や専門機関だけでなく、市民と直接接する窓口職場の職員や、市民一人ひとりがゲートキーパーの意識を持って身近な人を支え合うことができるよう、自殺対策を支える人を増やしていきます。

○ ゲートキーパーの養成

- ・自殺について正しく理解し適切に対応できる市民や職員等を増やすため、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^{*}ケアを目的としたフォローアップ講座を実施します。
- ・ゲートキーパーを養成するための指導者を育成し、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。

○ 相談担当者を対象とした人材育成

- ・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、市役所及び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、適切な支援につなげられる人材の育成を図ります。



【基本施策3】 地域におけるネットワークの強化

核家族化が進み、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。また相談者を適切に支援していくため、市民同士の地域のネットワークの強化を図ります。

○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、声を掛け合ったりできるよう、生きがいや健康づくりの場を活用し、市民のネットワークの強化を図ります。

○医療・保健・福祉のネットワークの強化

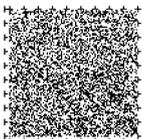
- ・生きづらさを抱えている障害者や生活困窮者等の自殺の危険が高い人を早期に発見し、必要に応じて精神医療を含む医療と保健・福祉の関係機関が連携して支援できるようネットワークの強化を図ります。
- ・自殺未遂者が孤立しないよう医療・保健・福祉の関係機関が連携し、自殺を防ぐために切れ目ない支援に努めます。

○地域のネットワークの強化

- ・自殺の背景となる多重債務、失業、いじめ、過労、健康問題、家庭問題などへの相談に的確に対応するため、調布市保健センター※、調布市こころの健康支援センター※、教育関係、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。

○庁内外の会議体を通じた連携の強化

- ・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、自殺防止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。



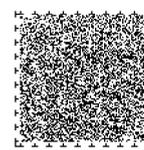
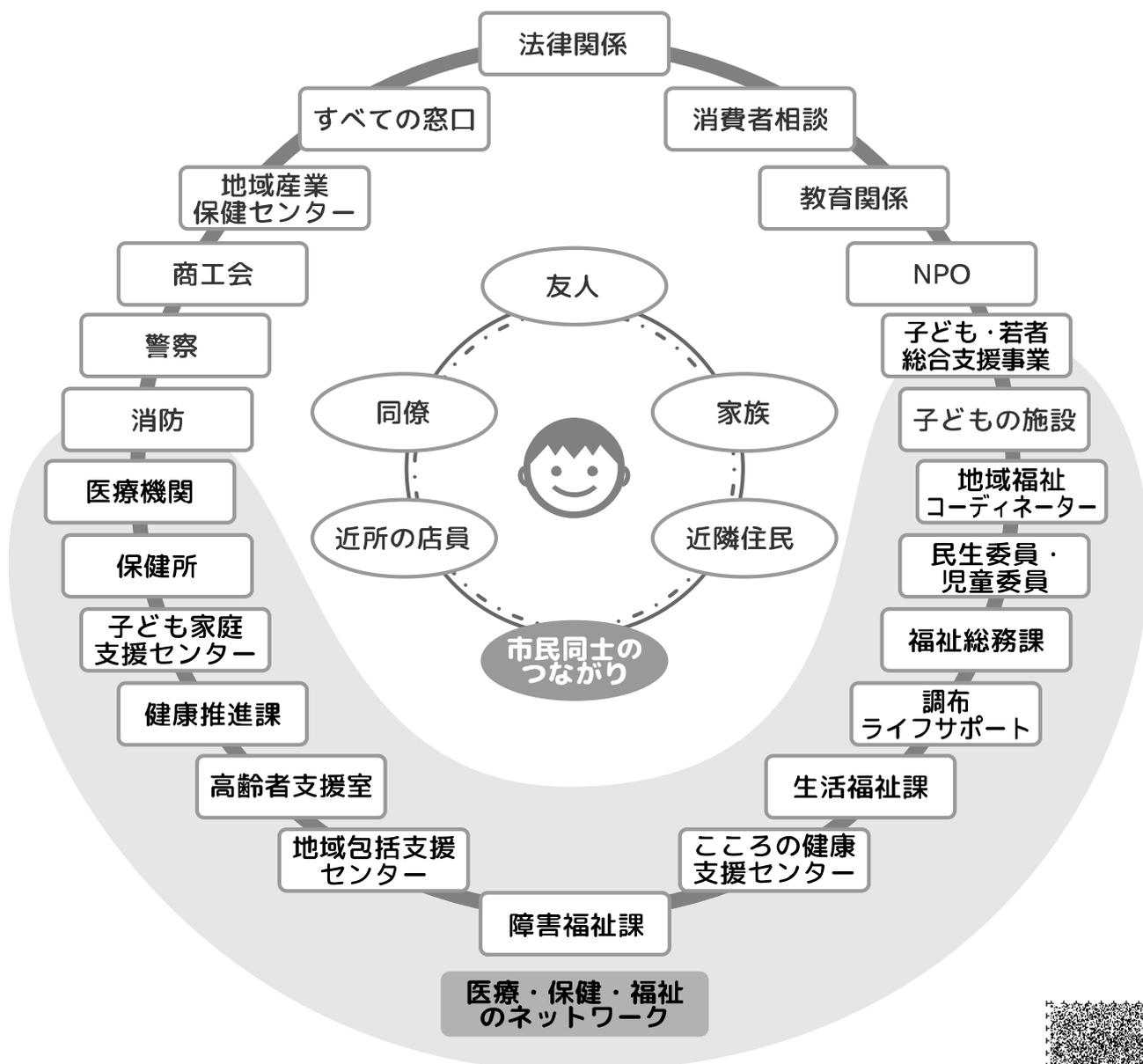
〈地域におけるネットワークのイメージ図〉



地域におけるネットワークが強化されると…



地域のネットワーク



【基本施策4】市民への啓発と周知

自殺は「誰にでも起こり得る危機」で、「誰もが当事者となり得る重大な問題」です。そのため、その過程や背景について市民の理解促進を図ります。また、悩みを抱えた人が必要な支援を受けられるよう、基本施策である「生きることへの促進要因への支援」「自殺対策を支える人材の育成」「地域におけるネットワークの強化」について情報提供をしていきます。

〇こころとからだの健康づくりの啓発

- ・食事、運動、休養（睡眠）などの生活習慣や、こころの健康づくりに関する正しい知識、ストレスの対処方法等について、リーフレットやホームページ、イベントなどを通じて普及啓発を行います。

〇自殺を知り、自殺を防ぐための普及啓発

- ・自殺問題や自殺の要因の一つであるうつ病等の精神疾患に対する、誤解や偏見を取り除き、一人ひとりが身近な人の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普及啓発を行います。
- ・どの年代においても、生きることの促進要因である自己肯定感や夢、生きがいを持てることを目指した普及啓発活動を行います。

〇自殺対策予防週間と自殺対策強化月間*における普及啓発

- ・自殺対策予防週間と自殺対策強化月間（9月、3月）にあわせ、重点的に普及啓発を行います。

〇相談機関、医療機関の周知の強化

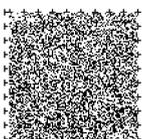
- ・悩みや問題を抱える人が、医療機関や相談機関等を利用しやすくなるよう、相談窓口に関する情報提供を強化します。

〇会議等を活用した周知

- ・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うえで、関係機関を通じて広く周知していきます。

〇自殺未遂者・遺された人への支援に関する情報の周知

- ・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等の適切な情報提供を、リーフレット等を用いて行います。



(2) 重点施策

【重点施策 1】高齢者への支援

【重点施策 2】就労者への支援

【重点施策 3】子ども・若者への支援

【重点施策 4】生活困窮者への支援

【重点施策 1】高齢者への支援

[現状および課題]

調布市の平成24年から平成28年における自殺死亡率*で見ると、女性の60歳代、70歳代が高く、国や東京都と比較して高齢女性の自殺が多いという現状があります。地域の自殺の特徴をみると、「無職で同居家族がいる60歳以上の男性」が1番多く、次いで「無職で同居家族がいる60歳以上の女性」と、高齢者の自殺が多くなっています。

高齢者は、配偶者をはじめとした家族との死別や離別、身体疾患や健康問題等をきっかけに孤立や介護、生活困窮等の複数の問題を抱え込みやすい傾向にあります。また、地域とのつながりが希薄である場合には、問題の把握が遅れ、自殺のリスクが高まる恐れがあります。さらに、高齢の親を介護する場合だけでなく、親が子の介護や世話をしている場合など、介護者が高齢化していく中で新たな悩みや問題を抱えることもあり、要介護者だけでなく、介護する家族に対して公的な支援とともに、自殺対策の啓発と取組の強化が必要です。

高齢者とその支援者が、社会で孤立することなく、生きがいをもって元気にいきいきと住み続けられる地域づくりを進めることも重要です。そのため、高齢者に関わる関係機関等と連携してともに支え合える取組を推進します。

[方向性及び対策]

○相談窓口・支援体制の充実

- ・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*のより一層の普及啓発を図ります。また、成年後見制度などの専門的な相談については関係する機関につなげます。
- ・窓口まで出向くことが難しい方に対しては、電話や訪問による対応を行います。

○地域の見守り体制の充実

- ・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、調布市地域包括支援センターを中心とした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※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

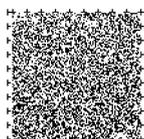
- 配偶者をはじめとした家族等との死別・離別からのうつ病や、閉じこもりによる孤立を防ぐため生活支援サービスの充実を図ります。
- 介護予防普及啓発事業や地域リハビリテーション活動支援事業等を活用し、社会福祉協議会など関係機関との連携により、社会参加を推進します。
- 生きがいや地域活動、健康、介護予防、医療など高齢者の生活を豊かにする情報を提供します。
- 調布市地域包括支援センター※やケアマネジャー、地域支え合い推進員、地域福祉コーディネーターが連携して居場所づくりやオール調布※での支え合いの地域づくりを推進します。

○住環境の整備

- 経済や心身状態または家族状況により、自宅で生活することが難しい方に、公営住宅や民間賃貸住宅の入居支援などを進めます。

○医療・保健・福祉の連携の強化

- 自殺リスクを高める要因であるうつ病の原因の一つに、認知症があります。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と保健・福祉との連携強化を図ります。



【重点施策2】就労者への支援

[現状および課題]

地域の自殺の特徴をみると、「有職で同居家族がいる40～59歳の男性」が3番目に多くなっています。また、市民意識調査の結果でみると、この年代の悩みや不安、ストレスの原因として「職場の人間関係」「仕事の不振」など、勤務の問題が多く挙がっています。勤務に関する悩みを抱えた人が適切な支援に繋がるように相談の体制を充実することや、相談窓口の周知を広めていくことが重要です。

調布市の平成24年から平成28年における自殺者のうち有職者の内訳では、自営業・家族従業者18%、被雇用者・勤め人では82%となっています。市内の事業所の97%は従業員数50人未満の中小企業です。中小企業ではストレスチェック*の実施義務がないため、メンタルヘルス*対策に遅れる傾向にあることが指摘されています。多摩東部地域産業保健センター*などと協力し、自殺対策の推進のうえで、地域の関係機関と小規模事業所*へのメンタルヘルスについて働きかけが必要です。

[方向性及び対策]

○経営・就労に関する相談窓口等の周知

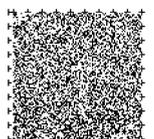
- ・市内事業者・経営者に対し、経営の問題がない時から、経営に関する相談が気軽にできる環境を整えます。また調布市産業労働支援センター*の経営支援と福祉・保健関連機関等との連携を深めることで、相談しやすい環境づくりに努めます。
- ・市内の就労者へは職業相談や職業紹介相談等、相談できる機関の存在について、チラシを配布するなど広く周知します。
- ・市内の中小企業の事業資金融資あっせん制度の利用相談の際、必要に応じて経営、債務、生活相談などの相談窓口を紹介します。
- ・就労に関するトラブルの未然防止や解決の参考となる、労働法の知識と相談窓口が掲載されている「ポケット労働法*」を多くの人に知ってもらえるよう周知します。



【ポケット労働法*】

ポケット労働法は、東京都が年に1回発行している冊子です。この冊子には、労働に関する労働基準法、職業安定法、最低賃金法などの法律が掲載されています。就職などを機に、賃金制度、就職・離職時のポイント、労働時間や保険制度に関する様々な法律が、働く人にとって身近で大切であることを広く知らせる目的でまとめられています。

就労にまつわるトラブルから身を守り対処していくために、就労者自身が知識を得ることも自殺対策として大切です。

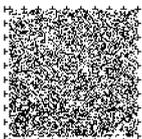


○メンタルヘルス*対策等の推進

- 中小企業の経営者と従業員に、調布市産業労働支援センター*、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。
- 調布市商工会などと連携して就労者・経営者等向けのメンタルヘルス研修を実施するほか、ストレスチェック*の結果で心配がある従業員に対し、多摩東部地域産業保健センターや市の相談機関を周知します。
- 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。
- 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。
- ワーク・ライフ・バランスの確保については、国や都の多様な働き方等に関する情報をホームページ等で発信します。

○医療・保健・福祉の連携の強化

- 自殺のリスクを高める要因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と保健・福祉の連携強化を図ります。



【重点施策3】 子ども・若者*への支援

[現状および課題]

現代の子ども・若者を取り巻く環境には、いじめや不登校、進学、就職の他、心身の不調、家庭の不和などの様々な状況があり、それらは人生の中で誰もが直面し得る問題です。小さい頃から自己肯定感が育まれ、信頼できる人にSOSを発するなどの対処方法や、支援先に関する正確な情報を早い時期から身に付けておくことは、将来の自殺のリスクの軽減につながります。また、幼少期における貧困、虐待はその人の将来の自殺のリスクを高める要因にもなり得ます。こうした観点からも子どもが自殺のリスクを抱える前の段階で対策を講じていくことが重要となります。

調布市の20歳未満、30歳代の自殺死亡率*はほかの年代と比べ、全体を占める割合は低いですが、全国・東京都の自殺死亡率をみても男女ともに高い傾向にあります。また、平成29年度における年代別の死亡原因の状況を見ると、20歳代、30歳代では第1位と、若年層の死因の上位になっています。

市民意識調査の結果から、「子どもの頃からのメンタルヘルス*・自殺予防」「周囲の人に助けを求めることが恥ずかしくないこと」などが多く挙がり、子ども・若者に自殺対策をすることが求められています。

*子ども・若者…40歳未満の者をいう。

[方向性及び対策]

○命の大切さを実感できる教育の取組

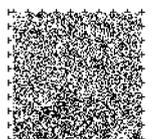
- ・道徳や「命」の授業、「いのちと心の教育」月間の取組、児童・生徒に対する普通救命講習の実施などを通じて、児童・生徒が命の大切さを自覚するとともに、人の尊厳を重んじ、互いのよさや違いを認め合うことのできる豊かな心の育成を推進していきます。
- ・児童・生徒が様々な困難やストレスへの対処方法を身に付けるために、SOSの出し方に関する教育を推進していきます。

○こころの健康の維持・増進に係る教育の取組

- ・発達段階にあ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。
- ・幼少期からこころの健全な発達が伸ばせるように、子どもに関わる施設では、虐待や家庭内暴力等の問題の早期発見に努め、適切な対処をして必要な支援を行います。

○児童・生徒への相談の充実

- ・悩みを持つ児童・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*の活用などにより相談体制の充実を図ります。
- ・児童・生徒がいじめについて相談機関へ気軽に相談できるようにします。



○医療・保健・福祉の連携の強化

- ・自殺のリスクを高める要因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と保健・福祉の連携強化を図ります。

○教職員に対する理解促進

- ・児童・生徒の自殺を予防するために、「SOSの出し方に関する教育を推進するための指導資料」を活用して研修を行うなど、自殺予防の取組を推進します。

○若年層向け講演会の実施

- ・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。
- ・各年齢層に合わせて、チラシやポスター、ツイッターなどを活用した周知をします。

○多様な相談・支援

- ・子ども・若者やその家族を対象として電話やメール、来所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。
- ・各種の相談窓口や教室で保護者の悩みを軽減したり、知識を伝えたり、子育ての困難感を軽減できるよう支援します。
- ・生活状況に応じて、保育園や学童クラブ、ショートステイ*など保護者の代わりに子どもを預かり、保護者の負担を軽減するサービスを活用し、子どもの安全を確保します。
- ・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。

コラム

【まずは生活習慣を整えよう】

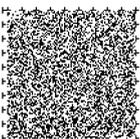
栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する6つの分野を総じて生活習慣といいます。

最近、食事のとり方や朝日を浴びることがうつ予防に関連しているなどの研究発表もあり、生活習慣は、こころにも密接なかかわりがあるとされています。

規則正しい生活習慣を幼少期から身につけることは、生活習慣病*を予防するだけでなく、こころの安定につながり、自己肯定感を育みます。

家族皆で生活習慣を見直すことで、こころとからだの調子を整え、生きることの促進要因を増やしましょう。

*日々積み重ねた不健康な生活習慣が、病気の発症や病状の進行に関係する病気



【重点施策4】生活困窮者への支援

[現状および課題]

市民意識調査で悩みや不安、ストレスに関する内容として、「生活困窮」と回答した人は6.4%でした。また「1年以内に自殺したいと思ったことがある」と回答した人の要因では19.7%の人が経済問題（倒産・事業不振・負債・失業）と回答しています。国の統計でも、「経済・生活問題」が自殺原因の第3位です。これらのことから、生活困窮は調布市における自殺対策の重要課題のひとつです。

生活困窮の背景には、失業、多重債務、詐欺被害、ひとり親家庭、虐待、障害、精神疾患、依存症等の多様かつ広範な問題を複合的に抱えているため、経済的貧困に加えて関係性の貧困がある場合には、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、自殺のリスクが高い人たちであることから、生活困窮の状態にある人や生活困窮に至る可能性のある人が自殺に至らないように、生活困窮者自立支援制度の自立相談支援等と連動させて効果的な対策を進めることが重要になってきます。

[方向性及び対策]

○生活困窮者自立支援事業の推進

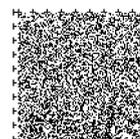
- 生活困窮者自立支援法に基づき、生活保護に至る前の生活困窮者を対象とした包括的な相談支援及び就労支援の各種支援を行い、自立を促進します。

○相談窓口・支援体制の充実、周知

- 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や調布ライフサポート※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専門分野として早期的な支援をすることで、生活困窮につながる原因を取り除き、自殺を未然に防ぐ取組をします。
- 高齢、障害、病気などを持った家族の介護や育児などを起因とする、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。
- 最低限度の生活を保障する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・支援の充実

- 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。



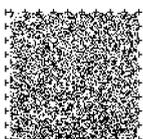
- 消費生活に関する相談窓口や法律専門家に相談者を確実につなぐ多重債務相談「多重債務110番」など，専門の相談機関，関係機関の紹介を行い，一人でも多くの多重債務者の救済，支援につなげていきます。
- 東京都多重債務者生活再生事業[※]など専門相談窓口へつなげることで，多重債務問題の解決を図り，生活の再生を支援します。

○関係機関の職員等を対象とした研修等

- 生活困窮についての包括的な自殺対策推進のため，国及び都などが実施する人材育成を目的とした研修及び講習会など積極的に利用し，支援体制を強化していきます。
- 関係機関の窓口担当職員等に対し，ゲートキーパー養成講座を実施します。

○医療・保健・福祉の連携の強化

- 自殺のリスクを高める要因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と保健・福祉の連携強化を図ります。



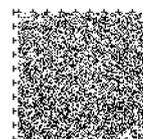
4 計画の成果指標

自殺対策基本法^{*}で示されているように、自殺対策を通じて最終的に目指すのは、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現です。国は、平成29年7月に閣議決定した「自殺総合対策大綱^{*}～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～」において、平成38（2026）年までに、自殺死亡率^{*}を平成27年と比べて30%以上減少させることを、政府の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。

成果指標	平成29年 現状値	平成35 (2023)年 目標値
自殺者数	38人	下げる
自殺死亡率	16.5	下げる

基本施策	成果指標	平成29年度 現状値	平成35 (2023)年度 目標値
生きることの促進要因への支援	こころが健康だと思う人の割合（「健康である」「おおむね健康である」を合わせた人数）	83.4% (平成30年度)	85.0%
自殺対策を支える人材の育成	ゲートキーパーに関する講話を聞いた人数（延べ数）	2,400人	5,000人
地域におけるネットワークの強化	こころといのちのネットワーク会議に参加する団体数	—	10団体
住民への啓発と周知	ゲートキーパーを知っている割合（「内容まで知っていた」「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」を合わせた人数）	14.5% (平成30年度)	20.0%



重点施策	成果指標	平成29年度 現状値	平成35 (2023)年度 目標値
高齢者への支援	住民が主体となって介護予防に取り組む団体の数	117団体	増やす
就労者への支援	就労者・経営者等のメンタルヘルス*研修の参加者数	—	延べ100人
子ども・若者への支援	子ども・若者総合支援事業* (ここあ)の相談事業における 他機関との連携数	383件	増やす
生活困窮者への支援	生活困窮自立支援事業(調布ライフサポート*)新規相談受付件数	117件	増やす

