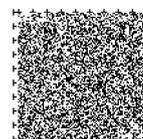


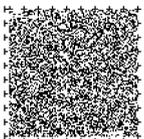
調布市自殺対策計画  
～支え合い 認め合い とともに暮らす～  
(概要版)

平成31(2019)年3月

調 布 市



この計画書の各ページには、「音声コード (Uni-Voice)」を付しています。  
「音声コード」とは、1.8センチメートル角のコードを専用の読取機やスマートフォン用アプリが音声に変換し、文章内容を読み上げるものです。



# 1. 自殺対策計画策定にあたって

## ● 計画策定の背景と趣旨

我が国の自殺者数は、平成10年以降3万人を超え、平成22年以降は7年連続減少しているものの、いまだ年間2万人を超えています。国は、平成18年に「自殺対策基本法」を施行し、平成19年にはこの法律に基づき、国の自殺対策の指針となる「自殺総合対策大綱」が閣議決定されました。平成28年3月に「自殺対策基本法」を一部改正し、自殺対策を「生きることの包括的な支援」と定義し、平成29年7月に閣議決定した「自殺総合対策大綱」では、平成38（2026）年までに自殺死亡率を平成27年の18.6と比べて30%以上減少させ、13.0以下とすることを数値目標として掲げています。

自殺対策は、「生きる支援」に関する地域のあらゆる取組により、誰もが「生きることの包括的な支援」として必要な支援を受けられることが重要です。そして、自殺には下図のように多様かつ複合的な原因及び背景があることを踏まえ、対策を進めるにあたっては、保健、医療、福祉、教育、労働そのほかの関連施策との有機的な連携が図られることが必要です。市は、市民に最も身近な自治体として現状の把握と分析を進め、効果的に自殺対策の施策を展開していく必要があります。

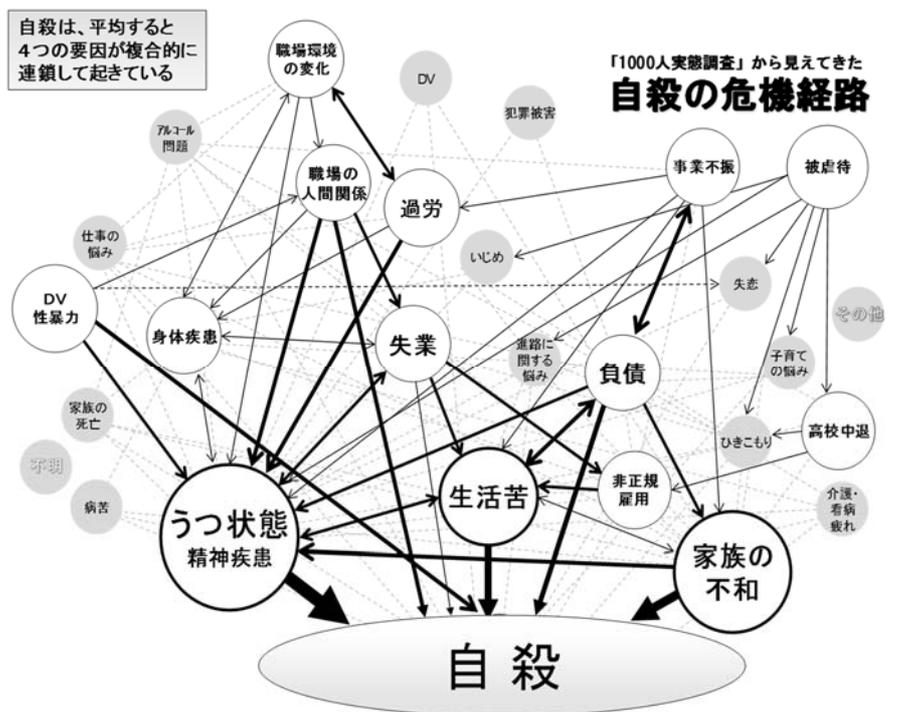
調布市は、市民の誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指し、共に生きることを支えるための取組を包括的に推進していくために、「自殺対策についての基本認識」を踏まえ、「調布市自殺対策計画」を策定します。

**【自殺対策の基本的な考え方】**  
(認識)

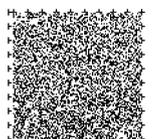
- ・自殺は、その多くが追い込まれた末の死である

(方針)

- ・社会全体の自殺リスクを低下させる
- ・生きることの阻害要因を減らし、促進要因を増やす
- ・様々な分野の生きる支援との連携を強化する
- ・自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識を醸成する



資料：自殺実態白書2013（NPO法人ライフリンク）

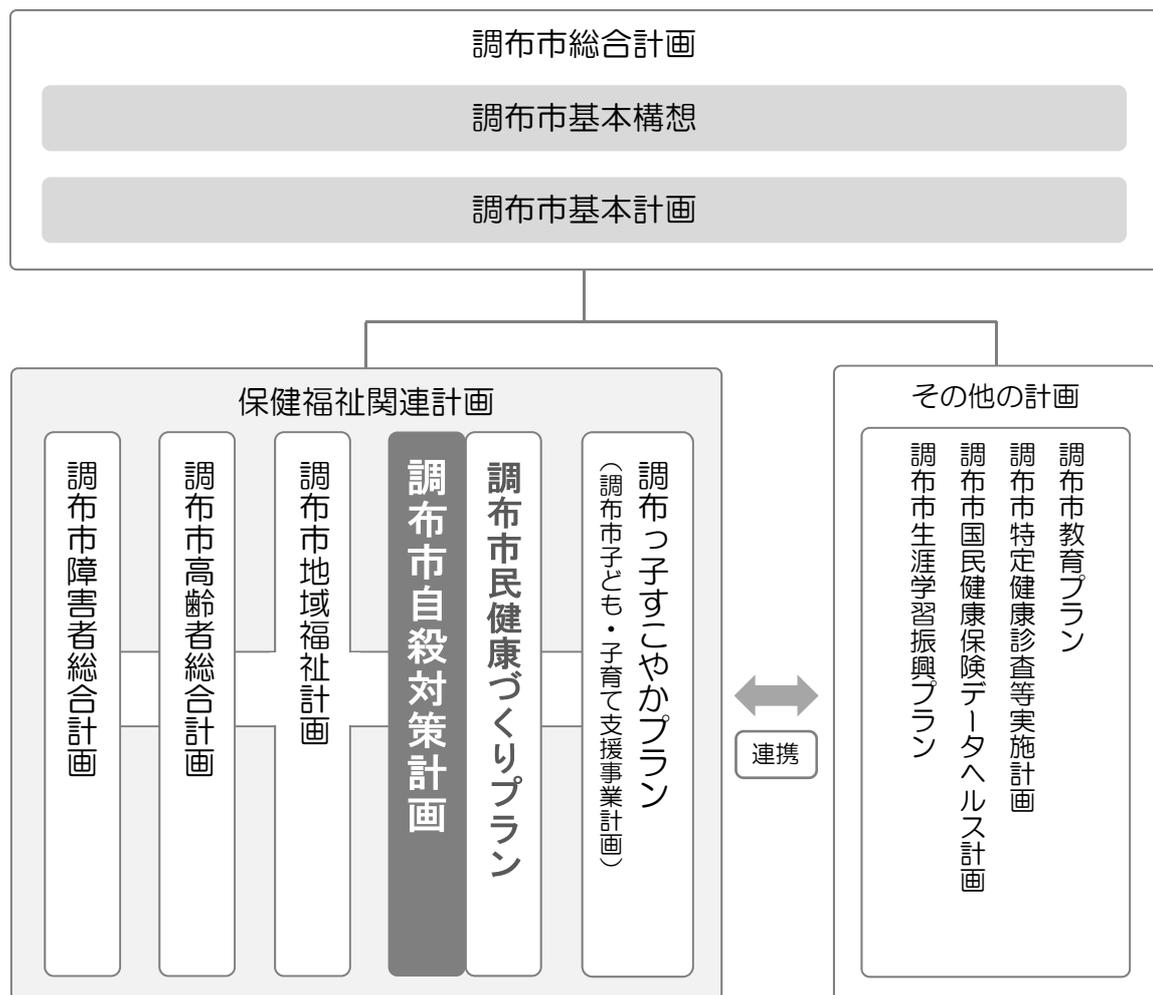


## ● 計画の位置づけ

調布市自殺対策計画は、「調布市民健康づくりプラン（第3次）」の健康づくりの3分野の「こころの健康」と関連するものであり、平成28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。

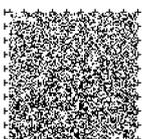
「東京都自殺総合対策計画」や調布市の上位計画である「調布市総合計画」、関係する他の計画との整合性・連携を図りながら対策を進めていきます。

### [ 計画の位置付け ]



## ● 計画の期間

この計画の計画期間は、平成31（2019）年度から平成36（2024）年度までの6年間とします。

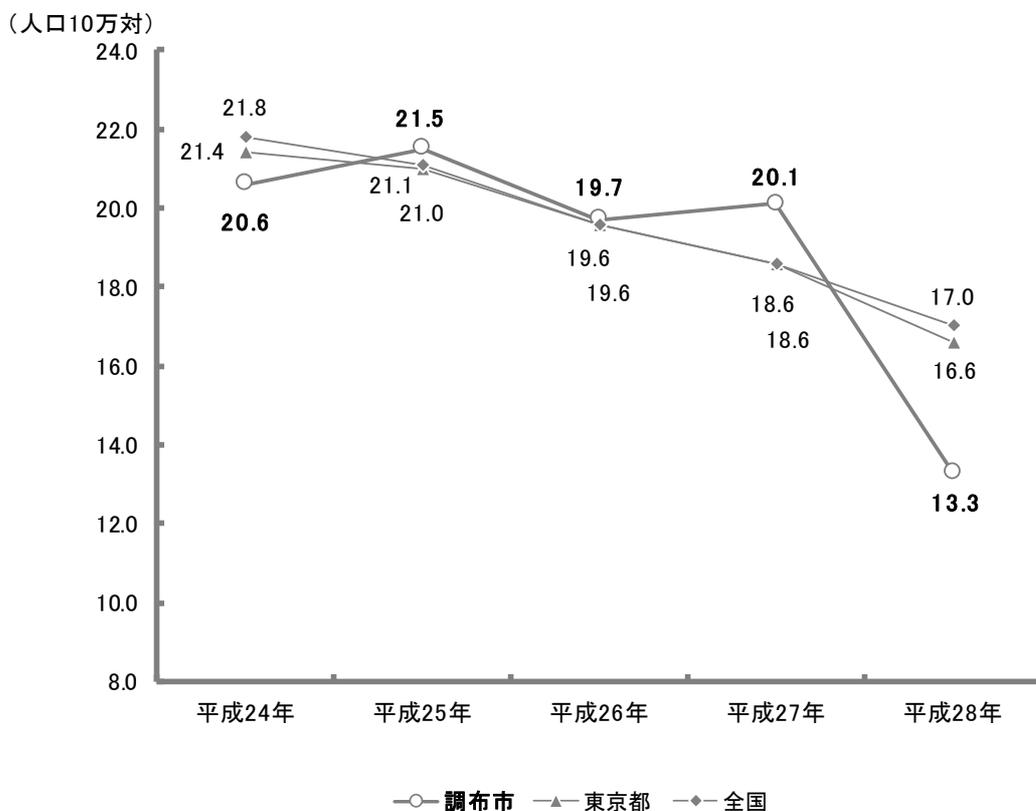


## 2. 自殺の現状

### ● 自殺死亡率\*<sup>1</sup>の推移

平成24年以降の調布市の自殺死亡率の推移は、全国・東京都と同様、減少傾向となっています。平成28年には自殺死亡率が13.3と低下し、平成24年以降最低となりました。

[ 自殺死亡率の推移 ]



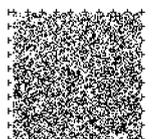
資料：厚生労働省ホームページ，地域における自殺の基礎資料\*<sup>2</sup>【自殺日・住居地】

#### \* 1 自殺死亡率

自殺者数を人口で除し、これを10万人当たりの数値に換算したもの。  
“自殺死亡総数/人口×100,000”により算出した。

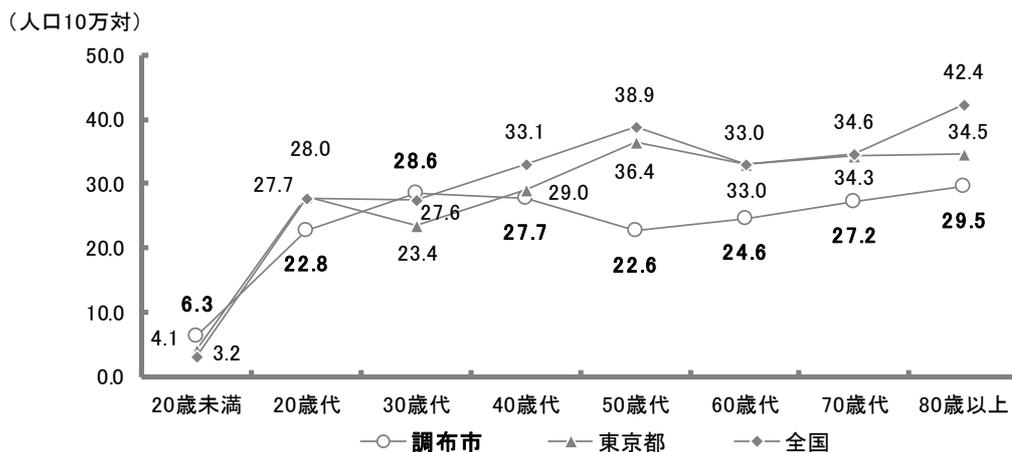
#### \* 2 地域における自殺の基礎資料

地域における自殺の実態に基づいた対策が講じられるよう、厚生労働省自殺対策推進室において、警察庁から提供を受けた自殺データに基づき、全国・都道府県別市区町村自殺者数について再集計したデータのこと。



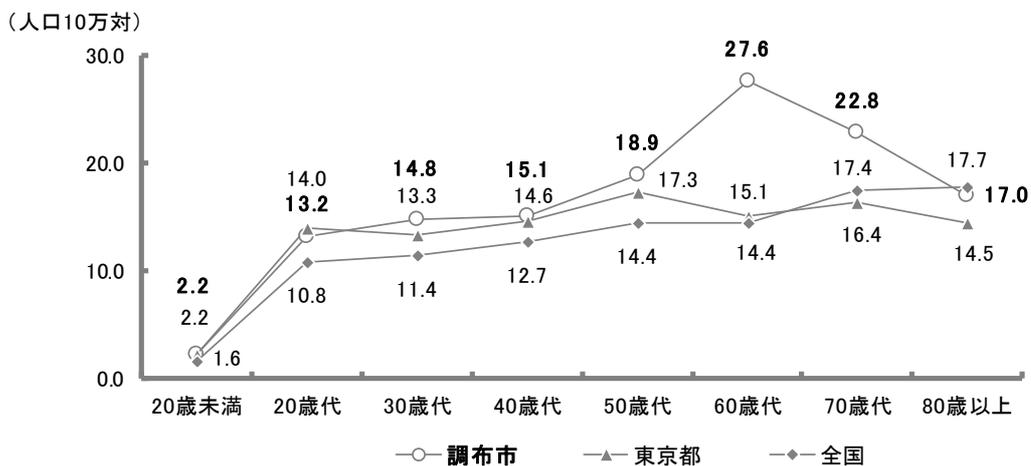
平成24年から平成28年の5年間の性別・年代別の自殺死亡率をみると、調布市は、男性が全国・東京都に比べ低い傾向にあるものの、20歳未満、30歳代では高くなっています。また、女性は全国・東京都に比べ高い傾向があり、特に60、70歳代の自殺死亡率が高くなっています。

年代別自殺死亡率（男性）（平成24年～平成28年の合計）



資料：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2017）」

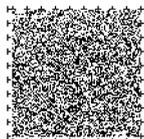
年代別自殺死亡率（女性）（平成24年～平成28年の合計）



資料：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2017）」

\* 地域自殺実態プロファイル（2017）

自殺総合対策推進センターが作成したデータで、国勢調査、人口動態統計調査、企業・経済統計、生活・ライフスタイルに関する統計（国民生活基礎調査、社会生活基本調査等）に基づき、自治体ごとの自殺者数や自殺率についてまとめて、自殺の実態を明らかにするもの。



## ● 調布市の自殺対策の課題

調布市の自殺者数および自殺死亡率は、ともに減少傾向にあり、全国・東京都に比べても低くなっています。調布市の平成28年の自殺死亡率は13.3で、調布市こころの健康・自殺対策に関する市民意識調査\*の結果からは、市民の約5%にあたる人が「1年以内に自殺を考えたことがある」と考えられるため、自殺対策を推進していく必要があります。

### ○現状

- ・自殺の背景に身体疾患やうつ状態が関与しているものが多い
- ・30～49歳の女性では、「妊娠・子育て」に悩んでいる人が多い
- ・自殺対策への関心は高いが、ゲートキーパー研修への参加意欲は低い
- ・適切な支援につながりたいと思っている人が多い
- ・高齢者の自殺が多い
- ・働いている年代の自殺が多く、勤務・経営に関する悩みが多い
- ・子ども・若者に自殺が多い
- ・子どものうちからの自殺対策を望む声が多い
- ・自殺の背景に生活困窮が関与しているものが多い

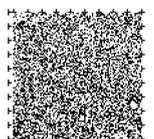
### ○課題

近年、核家族化等が進み、家族が支え合う力が低下し、地域とのつながりが希薄化していく傾向にあります。そのため市民一人ひとりが、自分の周りにいる悩みを抱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、見守ることができるよう、あらゆる機会を通じて自殺対策を啓発し、自殺対策を支える人材を育成していくことが重要です。また、自分自身が困難やストレスに直面した時に、周りや支援機関等に助けを求められるよう、子どもの頃からのメンタルヘルス対策を行う必要があります。

自殺死亡率の減少の流れを促進するために、市民全体を対象とした基本施策のほか、性や年齢に応じた特徴を踏まえ、特に対策が必要と思われる「高齢者」「就労者」「子ども・若者」「生活困窮者」を対象とした取組を実施することが重要です。

\* 調布市こころの健康・自殺対策に関する市民意識調査

平成30年6月21日～7月5日に行った、市民のこころの健康・自殺対策に関する意識や実態を把握し、自殺対策計画を策定するための基礎資料とすることを目的とした調査。



### 3. いのちを支える自殺対策における取組

#### ● 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。

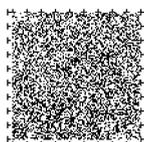
誰もが孤立することなく、互いを尊重し合い、多様性を認め合いながらともに生きられるよう、市民一人ひとりが、その人らしく暮らしていける地域社会を目指します。市民一人ひとりが当事者として、地域や生活の中で自殺につながり得る課題について、ともに考え支え合えるよう、必要なサービスや支援が行き届く体制づくりを進めます。

#### ● 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。



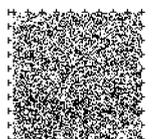
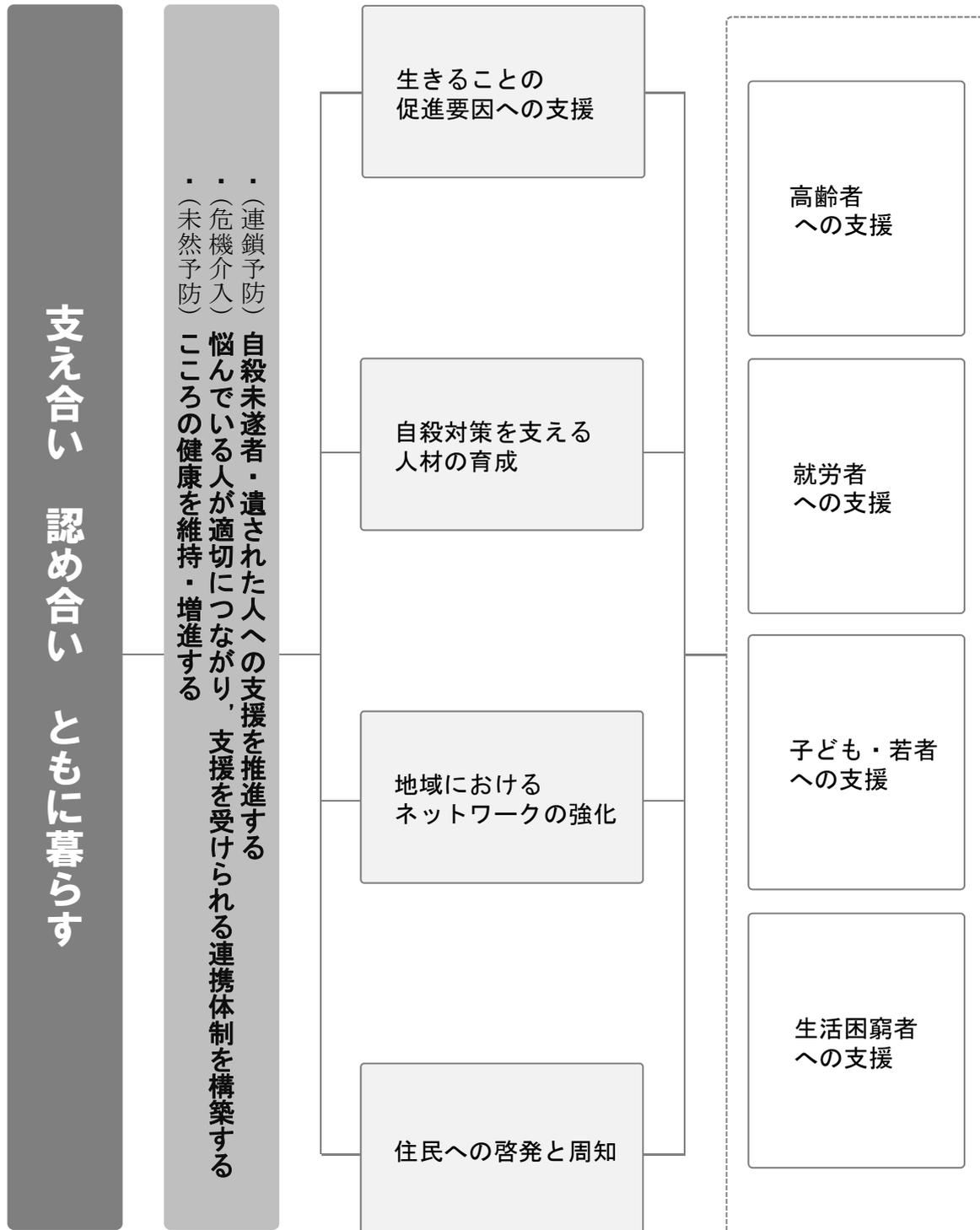
## ● 全体像

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。

〔基本理念〕 〔基本方針〕

〔基本施策〕

〔重点施策〕



## ● 基本施策

### 【基本施策1】 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 〕

- 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、相談窓口の充実に努めます。
- 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。
- 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に図ります。
- 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 〕

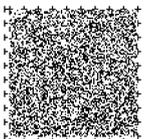
- 親が育児不安や育児の悩みを抱えながら孤立しないよう、妊娠期からの切れ目のない支援の充実に図ります。
- 家庭において子どもの夢や自己肯定感が育めるように、育児環境の整備に努めます。

#### 〔 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。
- 子どもが出した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に図ります。

#### 〔 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・充実に推進します。



## 〔 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\*<sup>1</sup>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\*<sup>2</sup>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\*<sup>3</sup>（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，レスパイト\*<sup>4</sup>，ショートステイ\*<sup>5</sup>，ケアラー（介護者）の集いなどの支援充実を図ります。

### \* 1 ピアサポート

同じような課題や状況，立場にある仲間（英語でpeer（ピア））同士による相互支援活動であり，問題解決や精神的支援の効果を期待するもの。

### \* 2 地域福祉コーディネーター

制度の狭間で苦しんでいる方や，既存の公的なサービスだけでは十分な対応ができない方などに対し，地域生活福祉を育むことにより，地域の生活課題の解決に向けた取組を行う人。

### \* 3 ケアラー

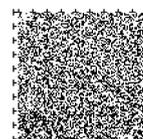
「介護」「看病」「療育」「世話」「こころや身体に不調のある家族への気づかい」など，ケアの必要な家族や近親者・友人・知人などを無償でケアする人。

### \* 4 レスパイト

介護者や家族の休息を目的とし，在宅介護を受けている高齢者や障害者，子どもを福祉施設などが一時的に預かる仕組み。

### \* 5 ショートステイ

在宅介護を受けている高齢者や障害者，子どもを福祉施設などが短期間預かる制度。



## 【基本施策2】自殺対策を支える人材の育成

### 〔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。

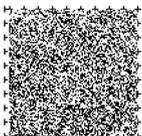
### 〔相談担当者を対象とした人材育成〕

- ・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。

\* 「ゲートキーパーとは」（厚生労働省ホームページから抜粋）

「ゲートキーパー」とは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。

自殺対策では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤立・孤独」を防ぎ、支援することが重要です。1人でも多くの方に、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、専門性の有無にかかわらず、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが自殺対策につながります。



## 【基本施策3】地域におけるネットワークの強化

### 〔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\*1、調布市こころの健康支援センター\*2、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〕

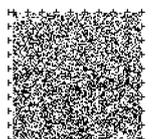
- ・複合的な課題を抱える人の中には、自殺リスクを抱える人が少なくないため、直接相談にあたる部署や機関でなくても、悩みや自殺の危険を示すサインに気づき、自殺防止のネットワークとして効果的かつ効率的な支援ができることを目指し、市が行う関係機関との会議の場を活用し、連携の強化を図ります。

#### \*1 調布市保健センター

市民の健康維持・増進するために様々な保健事業を直接または医療機関などに委託して提供している。健康上の相談に保健師・栄養士・歯科衛生士等が応じている。調布市では健康推進課が担っている。

#### \*2 調布市こころの健康支援センター

調布市が独自に設置した精神保健福祉事業で、こころの病、精神障害・発達障害のある方の自立と社会参加および市民のこころの健康づくりを支援している。市が、調布市社会福祉協議会に運営を委託している。



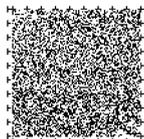
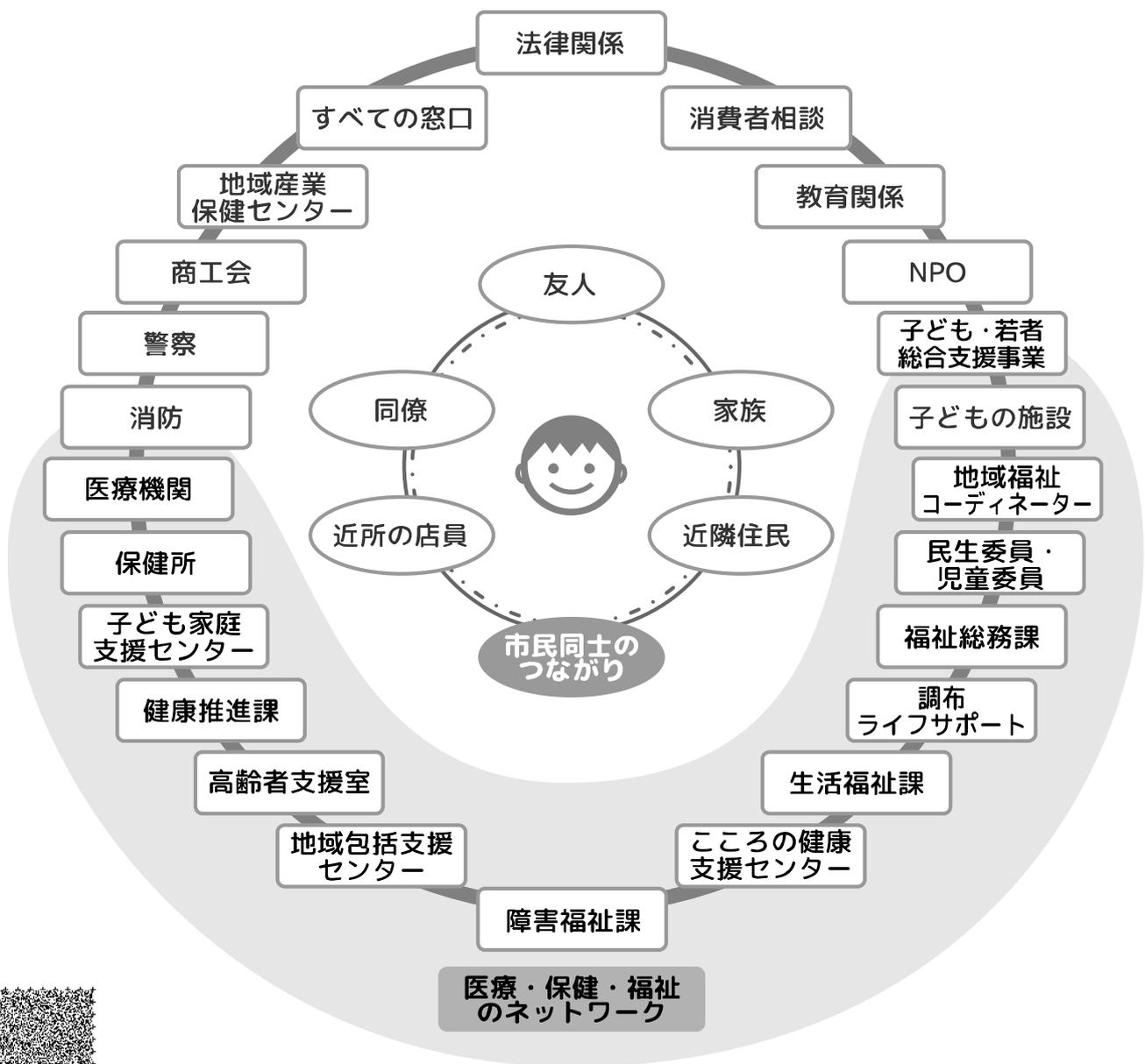
〈地域におけるネットワークのイメージ図〉



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

### 【 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。

### 【 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。

### 【 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。

### 【 相談機関、医療機関の周知の強化 】

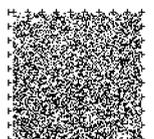
- ・悩みや問題を抱える人が、医療機関や相談機関等を利用しやすくなるよう、相談窓口に関する情報提供を強化します。

### 【 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。

### 【 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。



## ● 重点施策

### 【重点施策1】高齢者への支援

#### 〔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調布市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〕

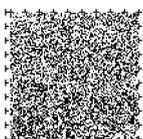
- ・経済や心身状態または家族状況により、自宅で生活することが難しい方に、公営住宅や民間賃貸住宅の入居支援などを進めます。

#### 〔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。

##### \* 地域支え合い推進員

地域では、多様な主体のさまざまな支え合い活動が行われており、その活動を発掘し、その活動とそれを必要としている高齢者をマッチングすることで、地域づくりを推進する。多様な活動を効果的・効率的に繋げていくために、支え合い推進員が中心となって、行政や関係機関、事業者やNPO団体、地縁組織など、多様な主体と協働してネットワーク構築等の地域づくりを担う。



## 【重点施策2】就労者への支援

### 〔 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\*1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。
- ・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\*2」を多くの人に知ってもらえるよう周知します。

### 〔 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\*3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、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\*4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。

#### \*1 調布市産業労働支援センター

創業を志す方や中小企業が抱える経営課題の解決のためのサポートをしている。創業や経営、事業資金に関する相談、テーマ別の相談会を開催しているほか、創業塾をはじめ、創業や経営に役立つセミナーも開催している。また、創業支援施設スモールオフィスの貸し出しを行っている。

#### \*2 ポケット労働法

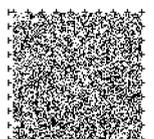
東京都が年に1回発行している、労働に関する労働基準法、職業安定法、最低賃金法などの法律が掲載されている冊子。労働法が、働く人にとって身近で大切であることを広く知らせることを目的にまとめられている。

#### \*3 多摩東部地域産業保健センター

小規模事業場の事業者とそこで働く方が、充実した産業保健サービスを受けられるよう都道府県ごとに地域産業保健センターが設けられている。

#### \*4 東京都労働相談情報センター

東京都産業労働局の出先機関。センター（飯田橋）、大崎、池袋、亀戸、国分寺、八王子の6つの事務所で構成されている。それぞれの事務所で「働くこと」についての相談、調査、セミナーなどを行っており、働く方や使用者の方をサポートしている。



## 【重点施策3】 子ども・若者<sup>\*1</sup>への支援

### 〔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。

### 〔医療・保健・福祉の連携の強化〕

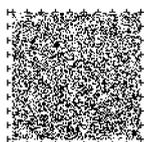
- ・自殺のリスクを高める要因であるうつ病等の治療や生活支援が適切に受けられるよう、精神医療を含む医療と保健・福祉の連携強化を図ります。

### 〔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。



## 〔 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、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\*<sup>2</sup>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。
- 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\*<sup>3</sup>、子ども・若者総合支援事業（ここあ）\*<sup>4</sup>、調布市青少年ステーション CAPS\*<sup>5</sup>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。

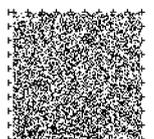
\* 1 子ども・若者  
40歳未満の者をいう。

\* 2 調布市子ども・若者支援地域ネットワーク  
子ども・若者育成支援推進法（平成21年法律第71号）第19条第1項の規定に基づく協議会。教育、福祉、保健、医療、矯正、更生保護、雇用その他の子ども・若者に対する支援に関係する機関、団体が連携し社会生活を円滑に営むことが困難な子ども・若者を支援するため設置している。

\* 3 青少年交流館  
調布尋常高等小学校石原分教場で長く教べんとられた、故中村やす先生の「青少年のために活用してほしい」という意志に基づき、市が平成15年2月1日に開設した。青少年が交流する居場所として、共有スペースやパソコンコーナーを開放している。

\* 4 子ども・若者総合支援事業（ここあ）  
家庭の事情により、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を行う施設。

\* 5 調布市青少年ステーション CAPS  
中・高校生世代のための居場所、スタッフが様々な利用者の声を受け止め、活動を見守り、サポートするとともに、ダンスや音楽等のイベントも企画。相談や学習支援等も実施している。



## 【重点施策4】生活困窮者への支援

### 【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\*1の強化・周知を図ります。
- 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\*2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】

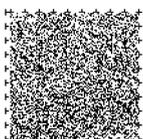
- 自殺のリスクを高める要因であるうつ病等の治療が適切に受けられるよう、精神医療を含む医療と保健・福祉の連携強化を図ります。

#### \*1 調布ライフサポート

生活困窮者自立支援法に基づいた、生活や仕事などに困っている人のための総合的な相談窓口。相談支援員が困り事の内容の聞きとりを行い、各関係機関と連携しながら、ともに考え、一人ひとりの状況に応じた支援を行う。

#### \*2 東京都多重債務者生活再生事業

多重債務で生活困難な状況にある者に対し、相談体制を整備するとともに、必要に応じて資金を貸し付けることや就労支援の東京都の相談窓口のこと。



## ● 計画の成果指標

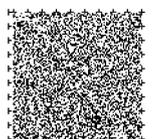
自殺対策基本法で示されているように、自殺対策を通じて最終的に目指すのは、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現です。国は、平成29年7月に閣議決定した「自殺総合対策大綱～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～」において、平成38（2026）年までに、自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少させることを、政府の進める自殺対策の目標として定めています。

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ふ人の割合 （「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」をあわせた人数）	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

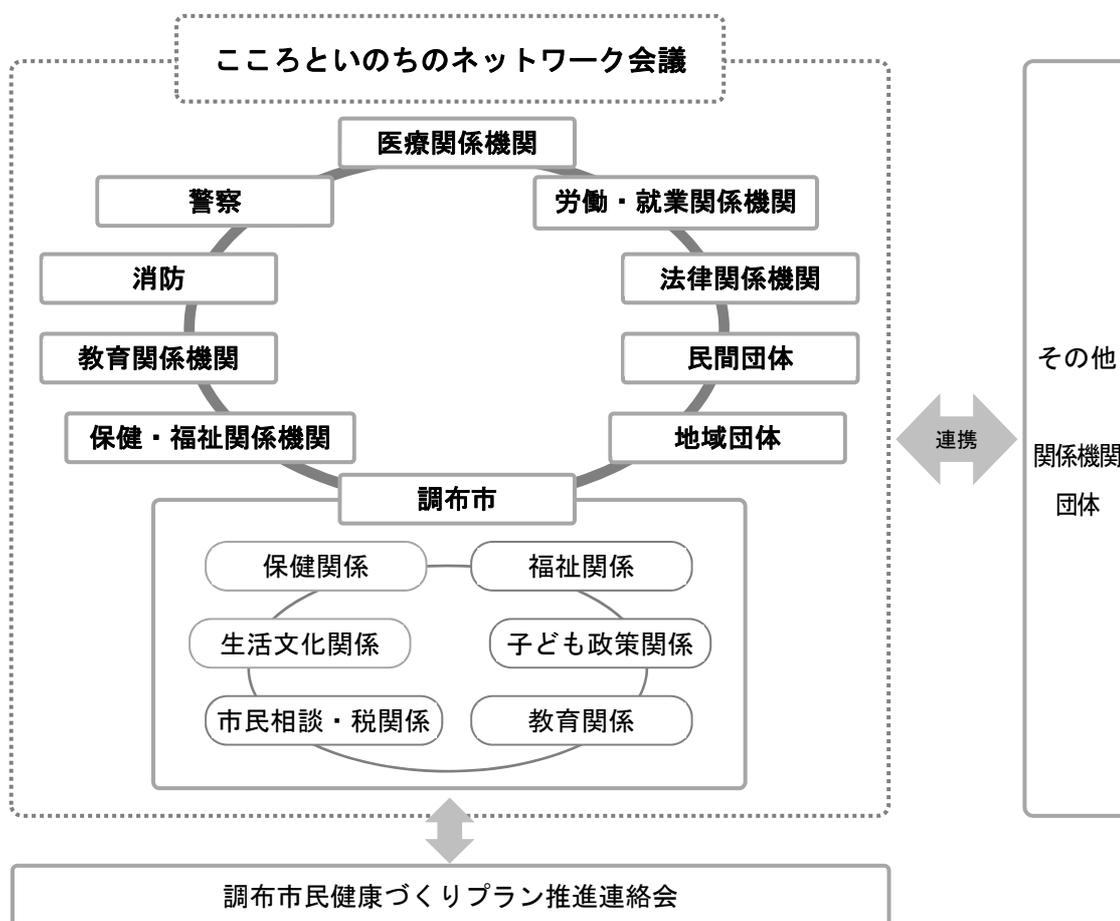


## 4. 自殺対策の推進体制等

### ● 自殺対策の推進

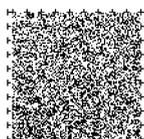
自殺対策計画は、子育て、教育、福祉などとも密接な関係があることから、庁内外の関係部署（機関）のメンバーで構成する「調布市民健康づくりプラン推進連絡会」と連動して取り組みます。この計画の推進においては、自殺の危機的要因の解消や複雑化の防止に向けて地域のネットワークを強化し、連携を深めるために、実務者で構成する「こころといのちのネットワーク会議」を開催します。

〈地域のネットワーク会議のイメージ図〉



### ● 進行管理

福祉健康部健康推進課が中心となって、PDCA サイクルを活用し、「調布市民健康づくりプラン推進連絡会」と「調布市健康づくり推進協議会」で、進捗の確認と目標に対する評価を実施し、計画の進行管理を行います。





登録番号  
(刊行物番号)

2018-237

---

調布市自殺対策計画 ～支え合い 認め合い とともに暮らす～（概要版）

---

発行日 平成31年3月

発行 調布市福祉健康部健康推進課

〒182-0026

調布市小島町2-33-1

文化会館たづくり西館保健センター

042-441-6100（直通）

---



古紙パルプ配合率100%再生紙を使用

