

第2期宇多津町自殺対策計画

～誰も自殺に追い込まれることのない宇多津町を目指して～

令和6年3月

宇 多 津 町

【目次】

第1章 計画策定にあたって	
1. 計画策定の趣旨	1
2. 計画の位置づけ	2
3. 計画の期間	2
4. 数値目標	2
第2章 宇多津町における自殺の現状	
1. 自殺者数の推移	3
2. 宇多津町の自殺の現状	3
第3章 計画の基本的方針と自殺対策の取組	
1. 計画の基本的方針	5
2. 自殺対策の取組	7
第4章 計画の推進体制と進行管理	9
参考資料	10

第1章 計画策定にあたって

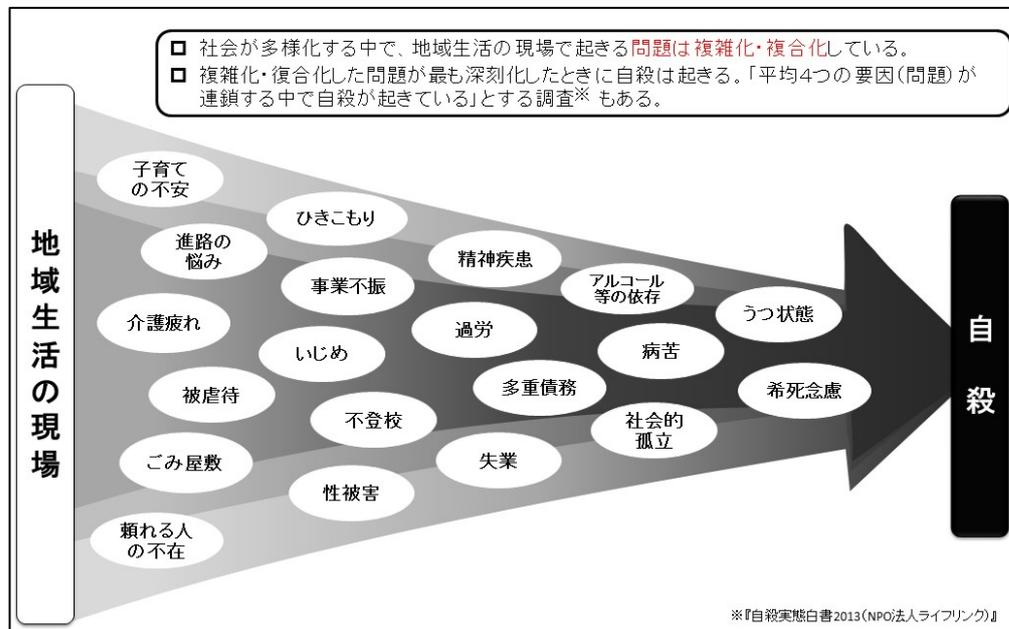
1. 計画策定の趣旨

平成18年10月に自殺対策基本法（以下「基本法」という。）が施行されて以降、「個人の問題」と認識されがちであった自殺は広く「社会の問題」と認識されるようになり、自殺対策が総合的に推進された結果、自殺者数は3万人台から2万人台に減少するなど、着実に成果を上げてきました。しかし、自殺者数は依然として毎年2万人を超える水準で推移しており、決して楽観できる状況にはありません。

自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤独・孤立などの様々な社会的要因があると調査などで知られています。

本計画は、基本法に基づき、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、「誰も自殺に追い込まれることのない宇多津町」を目指して策定するものです。本計画をもとに、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との連携を図り、「生きることの包括的な支援」として自殺対策を総合的に推進していきます。

【自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料）】



2. 計画の位置づけ

本計画は、平成28年に改正された基本法第13条第2項に基づき、国の大綱及び県自殺対策計画並びに地域の実情等を勘案して市町村自殺対策計画として策定するものです。

3. 計画の期間

本計画の期間は、令和6年度から令和10年度までの5年間とします。

ただし、計画期間中において法律の改正等により、計画の見直しが必要となった場合には、必要に応じて計画内容を随時見直すこととします。

4. 数値目標

国の目標：令和8年までに人口10万人当たりの自殺による死亡率（以下「自殺死亡率」という。）を平成27年と比べて30%以上減少させる。

県の目標：令和8年までに自殺死亡率を平成27年と比べて20%以上減少させる。

基本法で示されているとおり、自殺対策を通じて目指すのは、「誰も自殺に追い込まれることのない宇多津町」の実現です。

本町では、平成30年から令和4年までの5年間において平均して毎年3人が自殺により亡くなっています。

その状況を踏まえ、計画最終年度までに、年間自殺者数を0人とすることを町の目標とすることとします。

第2章 宇多津町における自殺の現状

1. 自殺者数の推移

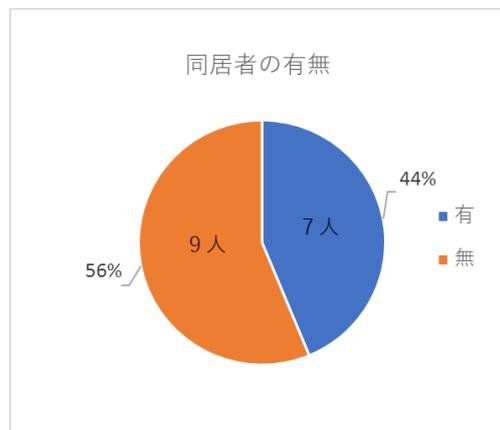
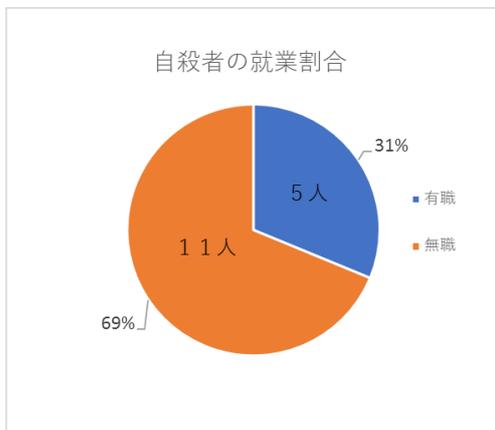
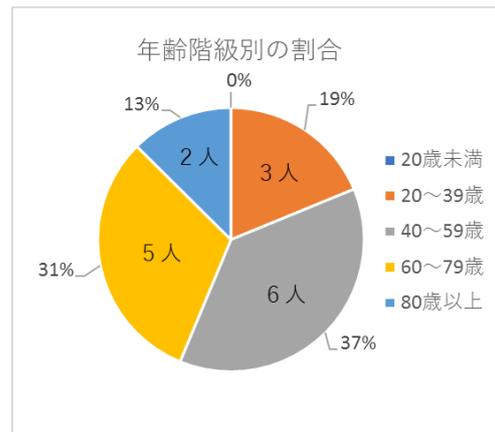
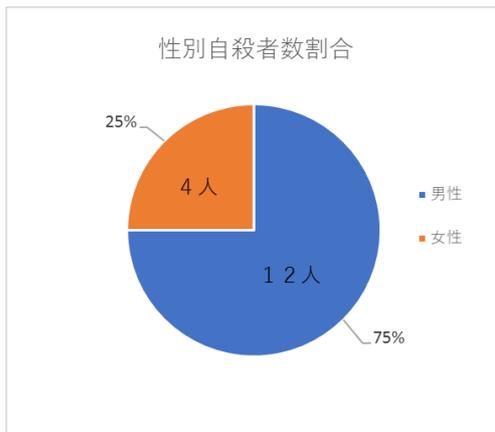
平成30年から令和4年までの自殺者数は下記のとおりです。

	平成30年	令和元年	令和2年	令和3年	令和4年
全国	20,668	19,974	20,907	20,820	21,723
香川県	152	145	154	148	148
宇多津町	3	3	3	2	5

資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

2. 宇多津町の自殺の現状

統計データから見る現状



宇多津町の特徴

- ・ 男性の自殺率が高い
- ・ 40歳から59歳及び60歳から79歳の割合が高い
- ・ 無職者の自殺率が高い
- ・ 自殺者の同居人の有無に大きな差はなかった
- ・ 若年者の自殺者は、過去5年間ではいなかった

いのち支える自殺対策推進センターのプロファイルによる、自殺者の特性上位5区分

自殺者の特性上位5区分 ※1	自殺者数 5年計	割合	自殺死亡率 (10万対) ※2	背景にある主な自殺の危機経路の一例 ※3
1位:男性 40~59歳無職独居	3人	18.8%	1,501.0%	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺
2位:女性 20~39歳無職独居	2人	12.5%	436.3%	【30代その他無職】失業→生活苦+うつ状態→孤立→自殺 【20代学生】学内の人間関係→休学→就職失敗+うつ状態→自殺
3位:男性 60歳以上無職独居	2人	12.5%	160.5%	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
4位:男性 60歳以上有職同居	2人	12.5%	56.3%	①【労働者】身体疾患+介護疲れ→アルコール依存→うつ状態→自殺 ②【自営業者】事業不振→借金+介護疲れ→うつ状態→自殺
5位:男性 60歳以上無職同居	2人	12.5%	40.6%	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺

資料：警察庁自殺統計原票データをいのち支える自殺対策推進センター（以下、JSCP）にて個別集計

※1 区分の順位は自殺者数の多い順で、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。

※2 自殺死亡率の算出に用いた人口は、総務省「令和2年国勢調査」就業状態等基本集計を基にJSCPにて推計したもの。

※3 「背景にある主な自殺の危機経路」は、ライフリンク「自殺実態白書2013」を参考に推定したもの。自殺者の特性別に見て代表的と考えられる経路の一例を示しており、記載の経路が唯一のものではない。

第3章 計画の基本的方針と自殺対策の取組

1. 計画の基本方針

自殺総合対策大綱（令和4年10月閣議決定）における基本方針及び香川県自殺対策計画を踏まえ、町では以下の6点を基本方針として、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する
- 2 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む
- 3 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる
- 4 実践と啓発を両輪として推進する
- 5 関係者の役割を明確化し、その連携・協働を推進する
- 6 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する

1. 生きることの包括的な支援として推進する

世界保健機関（WHO）が「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題」であると明言しているように、自殺は社会の努力で避けることのできる死であるというのが、世界の共通認識となっています。

自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、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、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自殺対策を展開します。

2. 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む

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、様々な分野の施策や、支援者、組織が緊密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、孤独・孤立、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様々な取組が展開されていますが、今後、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します。

3. 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる

自殺対策は、個々人の問題解決に向けて相談支援を行う「対人支援のレベル」、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実務連携などの「地域連携のレベル」、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」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、総合的に推進することが重要です。

また、個別の施策として、普及啓発等自殺の危険性が低い段階で行う「事前対応」、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「危機対応」、自殺や自殺未遂が生じてしまった場合における「事後対応」のそれぞれの段階について検討しながら推進します。

4. 実践と啓発を両輪として推進する

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、社会全体の共通認識となるように、引き続き積極的に普及啓発を行う必要があります。

全ての町民が、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みます。

5. 関係者の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

「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、行政、関係団体、民間団体、企業、住民等が連携・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、共有した上で、相互に連携・協働し、自殺が社会全体の問題であり、我が事でもあることを認識し、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」のため、自殺対策に取り組みます。

6. 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する

基本法第9条において、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならないと定められていることを踏まえ、自殺対策に関わる者は、このことを改めて認識して自殺対策に取り組みます。

2. 自殺対策の取組

(1) 地域におけるネットワークの強化

「誰も自殺に追い込まれることのない宇多津町」の実現に向けて、自殺対策を「生きることの包括的支援」として地域全体で推進・展開していくことが必要です。自殺対策に関わる主体同士が連携し、関係機関が一丸となって自殺予防に努めます。

○庁内での連携強化

業務において、支援の必要があれば、関係課で連携し、必要な支援につなげます。

○地域で支援が必要な方の早期発見、対応

地域で支援を必要としている人に支援が行き届くよう、民生委員や自治会等との連携、情報共有を図ります。

○関係機関との連携

自立支援協議会や、地域ケア会議、ひきこもり支援連絡会等、関係機関が集まる機会を利用し、地域の現状や課題を共有し、解決に向けて協議します。

(2) 自殺対策を支える人材の育成

様々な悩みや生活上の困難を抱える人に、早期に「気づき」、これに適切に対応できる人材を育成するため、必要な研修の機会の確保を図ります。

○職員研修の実施

職員自身のメンタルヘルスに加え、住民との対応の中で、早期に異変に気づけるよう、職員研修を実施し、職員のスキルアップを図ります。

○講演会の実施

自殺予防のための啓発講演会（支援者向け、一般住民向け）を行い、住民への意識付けと支援者のスキルアップを行います。

(3) 住民への啓発と周知

自殺に追い込まれるという危機が「誰にでも起こり得る危機」であることや、そうした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ことが、社会全体の共通認識となるよう、啓発と周知を進めます。

○情報の提供

広報誌や、ホームページ、SNS を利用し、相談窓口や、自殺予防に関する情報の提供に努めます。

○普及啓発

町主催のイベントにてパネル展の実施や、こころの健康講演会を実施し、自殺予防に関しての知識の普及に努めます。

(4) 生きることへの支援

「生きることの促進要因」より「生きることの阻害要因」が上回ったときに自殺リスクは高くなります。そのため、「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、生きることの包括的な支援を推進します。

○不安や悩みへの支援

保健センターや相談支援センターで実施しているこころの相談や、子育て相談、健康相談などの相談業務を通じて、子育てや健康、介護、生活困窮等、ライフサイクルや生活状況により生じる不安や悩みの相談を聞き、解決に向けて支援を行います。

○児童生徒の SOS の出し方に関する教育の実施

困難やストレスに直面した児童・生徒が信頼できる大人に助けの声をあげられることを目標として、学校の教育活動として位置づけ、実施します。

第4章 計画の推進体制と進行管理

1. 計画の推進体制

「誰も自殺に追い込まれることのない宇多津町」の実現に向けて、庁内関係課、各関係機関等多分野との連携・協力を図り、役割分担を明確化、共有化した上で、自殺対策を総合的に推進していきます。

2. 施策の評価と管理

いのち支える自殺総合対策推進センターや香川県自殺対策推進センター（障害福祉課に設置）の協力を得ながら、毎年度計画の取組状況を把握して、分析・評価を行います。

また、関係施策の動向や関係機関等の意見を聞いて、必要により計画の見直し及び改善を行います。

3. 自殺対策の担当課

本計画の担当課（計画策定事務局）は、保健福祉課とします。

参考資料（相談窓口一覧）

区分	相談内容等	相談機関	電話番号	相談時間
町の相談窓口	こころの相談	健康増進課 (保健センター)	0877-49-8008	(来所相談) 毎月1回 木曜日 9:00~12:00 ※1人1時間の予約制
	健康相談			(来所相談) 第2・4水曜日 9:00~11:30 ※栄養相談は30分ごとの予約制
	子育て相談	保健福祉課 (相談支援センター)	0877-49-8028	平日 9:00~17:00
	ひきこもり相談			
	DV・女性相談			
	障害に関する相談			
	高齢者相談	地域包括支援センター	0877-49-8740	平日 9:00~17:00
	教育相談	教育委員会	0877-49-8007	平日 9:00~17:00
	人権相談	住民生活課	0877-49-8002	原則第2水曜日 10:00~15:00
生活困窮者 自立支援事業	社会福祉協議会	0877-49-0287	平日 9:00~17:00	
他機関の自殺予防の相談窓口	こころの健康相談 統一ダイヤル	香川県精神保健福祉センター	0570-064-556	平日 9:00~16:30 ※民間団体対応時間 平日 18:30~22:30 (22:00まで受付)
	いのちの電話	社会福祉法人 香川いのちの電話協会 http://www.kind-kagawa.org/	(電話相談) 087-833-7830	24時間
			(フリーダイヤル) 0120-783-556	毎月10日 8:00~翌8:00
			(ナビダイヤル) 0570-783-556	毎日 10:00~22:00
よりそいホットライン	よりそいホットライン	(フリーダイヤル) 0120-279-338	24時間	

参考資料

他 機 関 の 自 殺 予 防 の 相 談 窓 口	心の危機の相談 (クライシスサポート カウンセリング)	認定特定非営利活動法人 マインドファースト http://www.mindfirst.jp/	(受付専用電話) 090-9455-9164	随時
	自殺を考えている人や、 その家族及び関係者、 自殺で大切な人を亡く した方、広く心の危機に ある方の即時対応直通 型電話相談 (自殺予防土曜 ホットラインかがわ)	認定特定非営利活動法人 グリーフワークかがわ http://www.griefwork.jp/	087-813-1247	毎週土曜日 15:00~18:00
	SNS を活用した 心のケア相談	香川県障害福祉課 https://www.pref.kagawa.lg.jp/shogaifukushi/kokoro/soudan/snssoudan.html		毎日 17:00~22:00
女 性	女性が抱える 悩み相談 (家庭内の問題、 離婚問題、夫等の暴力 など)	香川県子ども女性相談センター	087-862-8861	平日 8:30~17:15
		(女性の悩みに関する電話相談)	087-835-3211	日曜、祝日を除く 9:00~21:00
	性別による差別的な 取扱い、夫婦間や家族 の問題などの相談	かがわ男女共同参画相談プラザ	087-832-3198	平日 8:30~17:00
	性暴力被害に対する 相談	性暴力被害者支援センター 「オリーブかがわ」	087-802-5566 #8891	平日 9:00~20:00 土曜日 9:00~16:00 ※上記以外の時間 は、国が設置するコ ールセンターにつ ながります。
性 犯 罪	性犯罪被害 専用相談電話 (ハートフルライン)	警察本部広聴・被害者支援課	#8103 0120-694-110 087-831-9110	24時間 (夜間・休日は当 直員が対応)
子 ど も	子どもや家庭に 関する相談	子どもと家庭の電話相談	087-862-4152	日曜、祝日を除く 9:00~21:00
	子育ての心配や不安、 学校に行きたがらな い	香川県西部子ども相談センター	0877-24-3173	平日 8:30~17:15

参考資料

子ども	子どもや保護者、 学校関係者からの 学校教育や家庭教育 についての相談	香川県教育センター (来所相談 予約受付)	087-813-0945	平日 9:00~17:00 第2・4土曜日 13:00~17:00 (祝日・年末年始除く)
		(子育て電話相談)	087-813-2040	通年 9:00~21:00
		(子ども電話相談)	087-813-3119	通年 9:00~21:00
		(子どものネットトラブル相談)	087-813-3850	平日 9:00~17:00
いじめ	いじめ問題に悩む 子どもや保護者など からの相談	香川県教育センター (24時間いじめ電話相談)	087-813-1620 0120-078-310 (24時間 子供SOSダイヤル)	24時間
少年 非行	少年の非行問題、 いじめ等の相談	警察本部人身安全・少年課 少年サポートセンター	087-837-4970	平日 9:00~17:00
		警察本部人身安全・少年課 中讃少年サポートセンター	0877-33-3015	
労働 関係	労働問題等の相談	香川県労働政策課	087-832-3371	平日 9:00~17:00
		香川県労働委員会事務局	087-832-3723	平日 8:30~17:15
	職場の メンタルヘルス対策 にかかるとの相談	独立行政法人労働者健康安全機構 香川県産業保健総合支援センター	087-813-1316	平日 8:30~17:15
		香川県労働局労働基準部 健康安全課	087-811-8920	
経営	倒産のおそれのある 中小企業者からの相談 (経営安定特別相談室)	丸亀商工会議所	0877-22-2371	平日 8:30~17:00
		香川県商工会連合会	087-851-3182	
消費 生活	消費生活にかかるとの相談 (消費生活相談窓口)	香川県消費生活センター	087-833-0999	平日 8:30~17:00
		香川県中讃県民センター	0877-62-9600	平日 8:30~12:00 13:00~17:00

参考資料

ヤミ金	多重債務・ヤミ金融に関する相談 (多重債務・ヤミ金融専用相談窓口)	香川県消費生活センター	087-834-0008	平日 8:30~12:00 13:00~17:00
法的トラブル	法的なトラブルで困っている	法テラス香川	0570-078-393	平日 9:00~17:00
喪失体験	喪失を経験した子供の親・保護者のためのグループミーティング「ひまわりミーティング」	認定特定非営利活動法人 グリーンワークかがわ http://www.griefwork.jp/	(問い合わせ先: グリーンワーク かがわ事務局) 090-6288-1011 平日 10:00~16:00 (8月13日~15日 及び12月29日~ 1月3日を除く)	原則として 第1日曜日 10:30~12:00
	子どもの喪失体験の支援 「HOPE (ホープ)」	認定特定非営利活動法人 マインドファースト http://www.mindfirst.jp/	(受付専用電話) 090-9455-9164	随時
遺族支援	自殺で大切な人を亡くされた人たちの心の支援を目的としたグループミーティング	認定特定非営利活動法人 マインドファースト http://www.mindfirst.jp/	(受付専用電話) 090-9455-9164	原則として 第3日曜日 14:00~16:00
	身近な人を亡くした方のグループミーティング(大切な人を亡くされた方が自分にあった方法とペースで様々な思いや気持ちと向き合える場〔グループミーティング〕を提供)	認定特定非営利活動法人 グリーンワークかがわ http://www.griefwork.jp/	(問い合わせ先: グリーンワークかがわ 事務局) 090-6288-1011 平日 10:00~16:00 (8月13日~15日 及び12月29日~ 1月3日を除く)	原則として 第2日曜日 10:30~12:00

