



名寄市生きるを支える自殺対策計画(第2次)

<概要版>

■計画策定の趣旨

近年、我が国の自殺者数は減少傾向にありますが、今なお深刻な事態が続いています。本市においても、毎年尊い命が自殺によって失われています。そうした中、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため、平成28年に自殺対策基本法が改正され、平成31年度から新たに名寄市自殺対策計画を策定しました。このたび、計画期間の終期を迎えることから、現計画の評価、現状の分析を行い、国や道において示された新たな基本方針および施策との整合性を図り、「名寄市生きるを支える自殺対策計画(第2次)」を策定し、自殺対策に取り組んでいきます。

■計画期間と数値目標

第1次計画(平成31年～令和5年)	▶▶▶	第2次計画(令和6～11年)
自殺死亡率 (人口10万対) 21.4		自殺死亡率 (人口10万対) 11.7

■名寄市の主な自殺者の特徴

自殺総合対策推進センターがとりまとめた「地域自殺実態プロファイル」をもとに、平成29年から令和3年の名寄市の自殺者の特徴により、名寄市では「高齢者」「生活困窮者」「中高年男性」「20～30歳代の若者」の4つが重点的に取り組むべき対象群として推奨されました。今計画では、この4つを重点施策と位置づけ、一体的な取り組みとして対策を推進していきます。

基本理念

市民一人ひとりが「命」を大切にし、ともに支えあう名寄

～誰も自殺に追い込まれることのない名寄市を目指して～

基本方針

基本理念の実現を目指して、次のような基本方針のもとに総合的な対策に取り組めます。

- ① 生きることの包括的な支援
- ② 関連施策との連携を強化した総合的な取り組み
- ③ 対応の段階に応じたレベルごとの対策の連動
- ④ 実践と啓発を両輪とした推進
- ⑤ 関係機関等の役割の明確化と連携・協働の推進

■自殺対策の基本施策

①地域におけるネットワークの強化

自殺の多くは、家庭や学校、職場の問題、健康問題などの様々な要因が関係しており、適切に対応するためには、地域の多様な関係者が連携・協力することが必要です。自殺対策に係る相談支援機関等との連携を深め、ネットワークの強化を努めます。

②自殺対策を支える人材の育成

自殺リスクの高い人の早期発見と早期対応のため、自殺の危険を示すサインに気づき、見守りながら必要な相談支援機関につなぐ役割を担う人材（ゲートキーパー）の養成や相談・支援にあたる人材の資質向上を図ります。



③市民への啓発と周知

自殺を考えている人が出すサインに気づき、気軽に悩みを相談できる体制が整備され、その体制が十分に周知されることが重要となります。地域や職場、学校などにおける「こころの健康」に関する相談窓口の周知を図ります。同時に、自殺や精神疾患等に対する正しい知識を広げるための啓発活動を展開します。

④生きることの促進要因への支援

生活上の困りごとを察知し、解決を図る支援体制を構築するとともに、孤立を防ぐための居場所づくりなど生きることを促進する要因を増やす取組みを進めます。

⑤児童生徒および学生のSOSの出し方に関する教育

児童生徒および学生が命の大切さを実感できるだけでなく、命や暮らしの危機に直面したとき、誰にどうやって助けを求めればよいかの方法を学ぶと同時に、つらい時や苦しい時には助けを求めてもよいということを学ぶ（SOSの出し方教育）を行い、直面する問題に対処するスキルを身に付けることができるよう取組みを進めます。

■自殺対策の重点施策

①高齢者への対策

- ・「生きるための支援」の充実と相談窓口の周知
- ・高齢者支援に関わる人材の育成
- ・健康づくりと社会参加の場づくりの促進

②生活困窮者への対策

- ・生活困窮者自立支援事業との連動
- ・生活困窮者に対する生きる支援の促進と連携の強化

③中高年男性への対策

- ・勤務問題等による自殺リスクの低減に向けた相談窓口の周知
- ・労働者・家族に対する心身の健康づくりに向けた普及啓発
- ・地域におけるこころの健康づくりの推進

④若年層（20～30歳の若者）への対策

- ・勤務問題等による自殺リスクの低減に向けた相談窓口の周知
- ・学生・労働者・家族に対する心身の健康づくりに向けた普及啓発
- ・子育てをしている保護者への支援の充実



【名寄市生きるを支える自殺対策計画 概要版】

発行：名寄市健康福祉部保健センター 発行日：令和6年（2024年）3月
住所：名寄市西2条北5丁目 電話：01654-2-1486 FAX：01654-2-7267
詳しくはホームページで掲載しています <http://www.city.nayoro.lg.jp>

