



第3章 春日部市自殺対策計画

1 地域におけるネットワークの構築

◆現状と課題

- ・自殺対策は、学校、家庭、地域、医療機関や各種民間関係団体との情報共有や緊密な連携が欠かせません。また、子ども、若者、女性に対する自殺対策をさらに推進する必要があります。
- ・身近な地域で気軽に不安や悩みを共有できる居場所や地域コミュニティの連携強化が重要となります。

【統計データより】

- ・本市の自殺死亡率は国や県に比べて高くなっています。

【アンケート調査より】

- ・悩んでいる人や、辛そうに見える人が身近にいた場合、声をかけたいけれどかけられない人は、中学生、15～18歳、青年期男女、壮年期男女が3割近くとなっています。また、具体的な対応の知識があったら声をかけられるという回答が6割を超えています。

◆分野別目標

- ・一人ひとりを尊重し、不安や悩みを抱える人を見守り支え合う地域づくりに努めます。

◆数値目標

目標		現状値 (令和5年)	目標値 (令和12年)
悩んでいる人や、いつもと違う様子で辛そうに見える人が身近にいたら「声をかけて話を聞く」市民の割合の増加	一般市民	33%	39.0%

◆市民の目標と取組

世代別	妊娠(胎児)期 —	乳幼児期 (0～6歳)	学童・思春期 (7～18歳)	青年期 (19～39歳)	壮年期 (40～64歳)	高齢期 (65歳以上)
目標	※性別や障害の有無にかかわらず、地域で支え合います ※自分の不安や悩みを共有できる居場所を見つけます	※お互いの違いを受け入れ、すべての人を個人として尊重し、思いやりと支え合うことを育みます		※性別や障害の有無にかかわらず、地域で支え合います ※自分の不安や悩みを共有できる居場所を見つけます		
取組	○産前産後の心のゆらぎを理解します ○見守りが必要な人がいたら、民生委員・児童委員や関係団体等に知らせます	○あいさつや声かけ、自治会活動等を通じて、地域住民と日頃から交流します		○産前産後や思春期の心のゆらぎを理解し、温かく見守ります ○認知症サポーター養成講座を受け、地域で高齢者を見守ります ○子育てサロンや児童館等に積極的に出向き、仲間づくりや育児の不安、悩みの解消に努めます ○家族介護が必要な際は、家族介護教室等に参加し、仲間づくりや介護の不安、悩みの解消に努めます ○見守りが必要な人がいたら、民生委員・児童委員や関係団体等に知らせます ○福祉や人権について正しい知識を身につけ、相手を思いやる気持ちを育みます		

◆主な市の取組

事業・取組名	担当課等	乳幼児期	学童思春期	青年期	壮年期	高齢期
1.一人ひとりの気づきと見守りを促す						
(1)各種啓発を通じて身近な地域住民同士が日常的に支え合うことができるよう、意識の向上に努めます。						
・人権啓発事業	人権共生課		○	○	○	○
・市民アカデミー	社会教育課		○	○	○	○
(2)市民一人ひとりに対し、支援が必要な際に地域で気づき、必要な機関につなげることができる見守りネットワークを構築します。						
・地域福祉計画策定事業	福祉総務課	○	○	○	○	○
・生活支援体制整備事業	介護保険課			○	○	○
・認知症サポーター養成講座	介護保険課			○	○	○
・フレイルチェック事業	介護保険課					○

事業・取組名	担当課等	乳幼児期	学童思春期	青年期	壮年期	高齢期
(3)子育て家庭や高齢者同士等、同じ不安や悩みを抱える者同士が気軽に集まり、交流できる居場所づくりに取り組みます。						
・子育てサロン	こども相談課	○		○	○	
・地域子育て支援拠点事業	保育課	○		○	○	
・オレンジカフェ(認知症カフェ)	介護保険課			○	○	○
・家族介護教室開催事業	介護保険課			○	○	○
・親子の広場	中央公民館	○		○	○	
2.各主体における相互連携の構築						
(1)地域における各種協議体等において、市、市民、関係団体、事業者等が各役割を明確にし、相互連携の仕組みを構築します。						
・自主防災組織への支援	危機管理防災課			○	○	
・自主防犯活動団体への支援	くらしの安全課			○	○	○
・民生・児童委員協議会補助金	福祉総務課	○	○	○	○	○
・春日部市自立支援協議会の運営	障がい者支援課			○	○	○
・春日部市地域子育て支援協議会	こども育成課	○	○	○	○	○
・市PTA連合会との連携	社会教育課		○	○	○	○

◆関係団体・事業者の取組

○福祉や人権について地域で学ぶ機会を設けます ○福祉にふれる体験の機会を設け、地域全体の意識を高めます	関係団体 教育機関
○学童・思春期など、多感な時期のこどものころを周囲の大人で支えます ○多機関との連携を図り、地域で支援が必要な人等の情報交換に努めます	関係団体 教育機関 医療機関 事業所
○孤立しがちな人の居場所づくりに取り組みます	関係団体

2 必要な支援につなげる人材の育成と相談支援体制の整備・充実

◆現状と課題

- ・自殺対策を効果的に推進するために、周りの人がその兆候にいち早く気づき、働きかけを行うことが重要な取組となります。
- ・身近な人の自殺のサインに気づき、その人の話を受け止め、必要に応じて専門相談機関につなぐ役割が期待される「ゲートキーパー」を増やしていくことが必要です。

【アンケート調査より】

- ・「ゲートキーパー」について内容まで知らない人は、おおむね8割以上となっています。

◆分野別目標

- ・身近な人の異変に気づき、適切な行動がとれるよう努めます。

◆数値目標

目標		現状値 (令和5年)	目標値 (令和12年)
「ゲートキーパー」の言葉も内容も知っている人の割合の増加	一般市民	8.4%	14.4%

◆市民の目標と取組

世代別	妊娠(胎児)期 —	乳幼児期 (0～6歳)	学童・思春期 (7～18歳)	青年期 (19～39歳)	壮年期 (40～64歳)	高齢期 (65歳以上)
目標	※普段から、必要な情報を集めるようにします	※家族などに相談します	※普段から、必要な情報を集めるようにします ※身近な人の相談を受けたら、話を聞き、適切な相談機関につなげます ※地域のために協力できることがないか考え、行動します			
取組	○日頃から広報等に目を通し、必要な情報の収集に努めます	○身体の不調を表出します	○日頃から広報等に目を通し、必要な情報の収集に努めます ○身近な人から相談を受けたら、話を聞き、適切な相談機関につなげます ○家庭や学校、職場などで身近な人のこころの不調のサインに気づき、声をかけます ○地域で日常的に見守り活動をしているボランティア、民生委員・児童委員等の活動を知り、必要なときは協力します			

◆主な市の取組

事業・取組名	担当課等	乳幼児期	学童思春期	青年期	壮年期	高齢期
1.自殺対策に係る人材の確保、育成及び資質向上						
(1)相談を受けた際に適切な対応ができるよう、ゲートキーパー養成の研修・講座を実施します。						
・ゲートキーパー養成研修会	健康課			○	○	○
(2)日常的に相談や税金等を取り扱う職員や関係団体が、生活面の問題に気づき支援につなぐ研修等の受講を推進します。						
・研修の受講(職員)	健康課			○	○	
・研修の受講(母子保健推進員)	こども相談課	○		○	○	
2.相談支援体制の整備・充実						
(1)市民や学校に対し、こころの健康に関する相談業務を行い、心理的な不安の解消を促進します。						
・こころの健康相談(継続支援及び自殺未遂者支援を含む)	健康課			○	○	○
・こころのサポート推進事業	指導課		○			
・ひきこもり相談	健康課		○	○	○	○
(2)市内各相談機関が、相談者の問題解決に向けて支援を行うとともに、相談機関の連携体制づくりを行います。						
・納税相談	収納管理課			○	○	○
・人権相談	人権共生課		○	○	○	○
・女性のための各種相談、男性のための相談 (男女共同参画推進センターの相談) ・配偶者暴力相談支援センターの相談	人権共生課			○	○	○
・市民相談事業	市政情報課			○	○	○
・福祉総合窓口	生活支援課			○	○	○
・障害者相談員による相談業務 (身体・知的障害者相談員)	障がい者支援課			○	○	○
・LINE 相談 「SNS つながる相談ネットワーク」	こども育成課	○	○	○	○	○
・こども家庭センターにおける相談対応	こども相談課	○	○	○	○	
・家庭児童相談事業(家庭児童相談室)	こども相談課	○	○	○	○	○
・保健師地区活動	健康課			○	○	○
・地域包括支援センター運営事業	介護保険課			○	○	○
・相談支援事業	総務課(市立医療センター)			○	○	○

事業・取組名	担当課等	乳幼児期	学童思春期	青年期	壮年期	高齢期
・春日部市病院事業	経営財務課	○	○	○	○	○
・生活困窮者への生活支援課への案内	経営総務課			○	○	○
・教育相談センター運営事業（相談業務）	指導課	○	○	○	○	○
・学校教育支援事業	指導課	○	○	○	○	○

◆関係団体・事業者の取組

- 日常的な業務や活動の中で支援が必要な人を見かけた際は、適切な相談機関へつなげます
- 支援する側の人の負担感に配慮できる職場環境を整えます

関係団体
教育機関
医療機関
事業所

〔 ゲートキーパー 〕

「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す。

特別な研修や資格は必要ありません。誰でもゲートキーパーになることができます。

自殺対策では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤独・孤立」を防ぎ、支援することが重要です。

悩んでいる人がいたら、優しく声をかけてあげてください。声をかけ合うことで、不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。



3 こころの健康及びSOSの出し方に関する啓発

◆現状と課題

・誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現のために、孤立させない環境を整えることが大切です。国の自殺総合対策大綱では、特にコロナ禍以降の自殺者数が女性及び小中高生で増加していることから、女性に対する支援の強化とこども・若者の自殺対策のさらなる推進・強化を重点施策として位置付けています。また、男性の自殺者数は大きな割合を占める状況が続いており、男性に対してもSOSの出し方やこころの病気への正しい理解や適切な対応を含めたこころの健康の啓発をしていくことが必要です。

【アンケート調査より】

- ・死にたいと思うほどの「悩みがある」と青年期女性、15-18歳の約1割が回答しており、他の年代と比べて高くなっています。
- ・死にたいと思うほどの悩みの相談経験は、「相談したことがない」が約5割となっています。

◆分野別目標

- ・SOSの出し方とこころの健康に関する知識の理解に努めます。

◆数値目標

目標		現状値 (令和5年)	目標値 (令和12年)
死にたいと思うほどの悩みがある人のうち、 誰かに「相談したことがある」市民の割合の増加	一般市民	50.9%	56.9%

◆市民の目標と取組

世代別	妊娠(胎児)期 —	乳幼児期 (0～6歳)	学童・思春期 (7～18歳)	青年期 (19～39歳)	壮年期 (40～64歳)	高齢期 (65歳以上)
目標	※困ったときに「助けて」と言える人を見つけます					
	※自分のこころの健康と向き合います		※自分のこころの健康と向き合います			
取組	○ストレスと上手に付き合い、積極的に心身のリフレッシュに努めます	○身体を使って遊びます ○困った時、信頼できる人に相談します	○こころの病気について正しく理解し、病気の予防と早期発見に努めます ○ストレスと上手に付き合い、積極的に心身のリフレッシュに努めます ○悩みごとや心配ごとを一人で抱え込まず、周囲の人に相談します ○「頼ってもいい」という意識を持ち、支援機関や相談窓口を積極的に利用します			

◆主な市の取組

事業・取組名	担当課等	乳幼児期	学童思春期	青年期	壮年期	高齢期
1.こころの健康づくり及び精神保健福祉の充実						
(1)メンタルヘルスチェックやこころの健康に関する講演会等を通じ、市民のこころの健康づくりを促進します。						
・こころの体温計	健康課		○	○	○	○
・メンタルヘルス講演会	健康課		○	○	○	○
・こころの健康に関する普及啓発事業	健康課		○	○	○	○
・かすかべし出前講座	社会教育課	○	○	○	○	○
(2)精神疾患を持つ市民やその家族に対し、必要な支援を行い、交流の場をつくります。						
・精神保健福祉法及び障害者総合支援法の事務	障がい者支援課			○	○	○
・家族会の後方支援	健康課			○	○	○
2.SOSの出し方に関する教育及び窓口の情報提供						
(1)各相談窓口の情報発信に努め、利用者の抱える複雑な問題を整理し、適切な窓口につなぐ体制を強化します。						
・広報等による情報発信	シティセールス広報課	○	○	○	○	○
・春日部市ガイドマップなどの配布	シティセールス広報課	○	○	○	○	○
・市民相談	市政情報課			○	○	○
・福祉総合窓口	生活支援課			○	○	○

◆関係団体・事業者の取組

○児童・生徒や支援者等に対し、こころの健康づくりや支援機関、相談窓口の情報提供に努めます	関係団体 教育関係 医療関係
○精神疾患を持つ市民やその家族に対し、適切な支援や見守りを行います	関係団体 医療機関

〔 こころの SOS サイン 〕

こころの健康を保ち続けるために、悩み事がある場合は、問題が小さいうちに専門家などに相談し、こころの負担を軽くすることが大切です。あなたのこころはほっとしていますか。精神疾患やこころの悩みがある人、その家族を対象とした相談を実施しています。

相談機関：春日部市保健センター
 受付時間：午前9時00分～午前12時00分
 午後1時00分～午後4時00分(祝日、年末年始を除く)
 電話：048-736-6778



4 リスクの軽減と「生きること」の促進

◆現状と課題

- ・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、いじめや孤立などの様々な社会的要因があります。
- ・経済、生活問題は、生きることに対する意欲の低下につながるため、問題が顕在化する前に早期支援が必要です。

【統計データより】

- ・死因別死亡の割合では、県と比較して特に自殺が男性女性とも高くなっています。

【アンケート調査より】

- ・自己の存在を否定したくなるほどの悩みの内容は、「家庭問題」が最も高く、次いで「学校問題」、「経済・生活問題」となっています。

◆分野別目標

- ・「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことに努めます。

◆数値目標

目標	現状値 (令和5年)	目標値 (令和12年)
自殺死亡率の減少	15.97	令和8年度までに14.7以下

＊国が示す「自殺総合対策大綱」では、自殺死亡率を2026年（令和8年）までに2015年（平成27年）比30%以上減少させることが目標に掲げられています。本市では人口10万人当たりの自殺死亡率を2026年（令和8年）までに2015年（平成27年）の21.0から30%減少の14.7以下を達成することを目指します。国から新たな目標が提示されるなど情報が更新された場合、審議会に諮り、目標について検討します。

◆市民の目標と取組

世代別	妊娠(胎児)期 —	乳幼児期 (0～6歳)	学童・思春期 (7～18歳)	青年期 (19～39歳)	壮年期 (40～64歳)	高齢期 (65歳以上)
目標	＊家庭や地域の抱える問題が多様化していることを知り、心豊かに暮らせる地域の実現を目指します ＊いじめ、暴力をなくします					
取組	○子育てや暮らしなどの困りごとは個人や家庭で抱え込まず、公的なサービスを利用します ○友達同士で仲良くします ○友達同士の違いや差を尊重し、いじめをなくします ○働きやすい職場環境を実現するために、自分や同僚の働き方を見直します ○子育てや介護、暮らしなどの困りごとは個人や家庭で抱え込まず、公的なサービスを利用します ○虐待は重大な人権侵害であり、絶対に許されることではないことを意識し、地域で見守ります					

◆主な市の取組

事業・取組名	担当課等	乳幼児期	学童思春期	青年期	壮年期	高齢期
1. 社会全体の自殺リスクの低下						
(1) いじめの防止、早期発見・早期対応に努め、不登校の児童・生徒に向けた支援を行います。						
・学校教育支援事業(道徳教育の充実)	指導課		○			
・春日部市いじめ防止対策推進事業	指導課		○	○	○	○
・教育相談センター運営事業 (適応指導教室等)	指導課		○			
(2) 虐待や暴力に関する相談、啓発を通じて、早期発見・対応、被害者の保護に努めます。						
・DVの防止及び被害者支援	人権共生課	○	○	○	○	○
・高齢者虐待の対応	高齢者支援課					○
・障害者差別解消事務	障がい者支援課			○	○	○
・LINE 相談「SNS つながる相談ネットワーク」	こども育成課	○	○	○	○	○
2. 「生きること」の促進支援						
(1) 市内事業者、勤労者に対するセミナーや「事業所便利帳」の配布、職場のメンタルヘルス向上を支援します。						
・ワークライフバランス推進月間	人事課			○	○	
・メンタルヘルス研修	人事課			○	○	

事業・取組名	担当課等	乳幼児期	学童思春期	青年期	壮年期	高齢期
・長時間労働に対する面接指導	人事課			○	○	
・こころの健康に関する普及啓発事業	健康課		○	○	○	○
・労働セミナー	商工振興課			○	○	○
・事業所便利帳	商工振興課			○	○	○
・保健衛生事務ストレスチェック委託	指導課		○	○	○	
(2)国の制度改革や地域の実情に応じた適切な計画策定を行い、子育て、介護、障害福祉サービスの提供を継続します。						
・障害者計画等の策定・進捗管理	障がい者支援課	○	○	○	○	○
・障がい者施策及び印刷物等の作成	障がい者支援課	○	○	○	○	○
・かすかべっ子幸せ応援プラン	こども育成課	○	○	○		
・介護予防・生活支援サービス事業	介護保険課			○	○	○
(3)支援が必要な家庭が、地域で安定した生活を送り、安心してこどもを産み育てることができる支援を行います。						
・生活困窮者自立支援事業 (子どもの学習支援)	生活支援課		○			
・児童扶養手当支給事業	こども支援課	○	○	○	○	○
・ひとり親家庭等医療費支給事業	こども支援課	○	○	○	○	○
・母子家庭等自立支援給付金事業	こども支援課	○	○	○	○	
・小(中)学校要保護及び準要保護就学援助事業 ・小(中)学校特別支援教育就学奨励事業	学務課		○	○	○	○
・入学準備金・奨学金貸付事業	学務課		○	○	○	○
(4)生活困窮者等、就職や住居の確保に困難を抱える市民に対し、就職の支援や住居確保の支援を行います。						
・生活保護事業	生活支援課	○	○	○	○	○
・生活困窮者自立支援事業 (自立相談・就労準備・家計改善)	生活支援課			○	○	○
・生活困窮者自立支援事業 (住居確保給付金)	生活支援課			○	○	○
・就職支援セミナー	商工振興課			○	○	○
・市営住宅管理事務	住宅政策課			○	○	○
・市営住宅民間借上型整備事業	住宅政策課			○	○	○

◆関係団体・事業者の取組

○いじめ問題や不登校への対策に向けて、家庭との連携に努めます ○こども食堂等、こどもの居場所づくりに取り組みます	関係団体 教育関係
○職員のメンタルヘルスケアに向けて、研修やパンフレット等の情報提供に努めます ○ワーク・ライフ・バランスに配慮し、長時間労働の削減や、働きやすい職場環境づくりに努めます	教育関係 医療関係 事業所