

## 達成目標

国の自殺総合対策大綱においては、「平成 38（2026）年までに、自殺死亡者を平成 27（2015）年に比べ 30%以上減少させる」という数値目標が掲げられています。  
市においても、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指しますが、市の計画が平成 36（2024）年度までであること、また、市の人口規模では数名の増減でも自殺死亡率が大きく変動しうることから、計画期間中の目標を以下のように設定します。

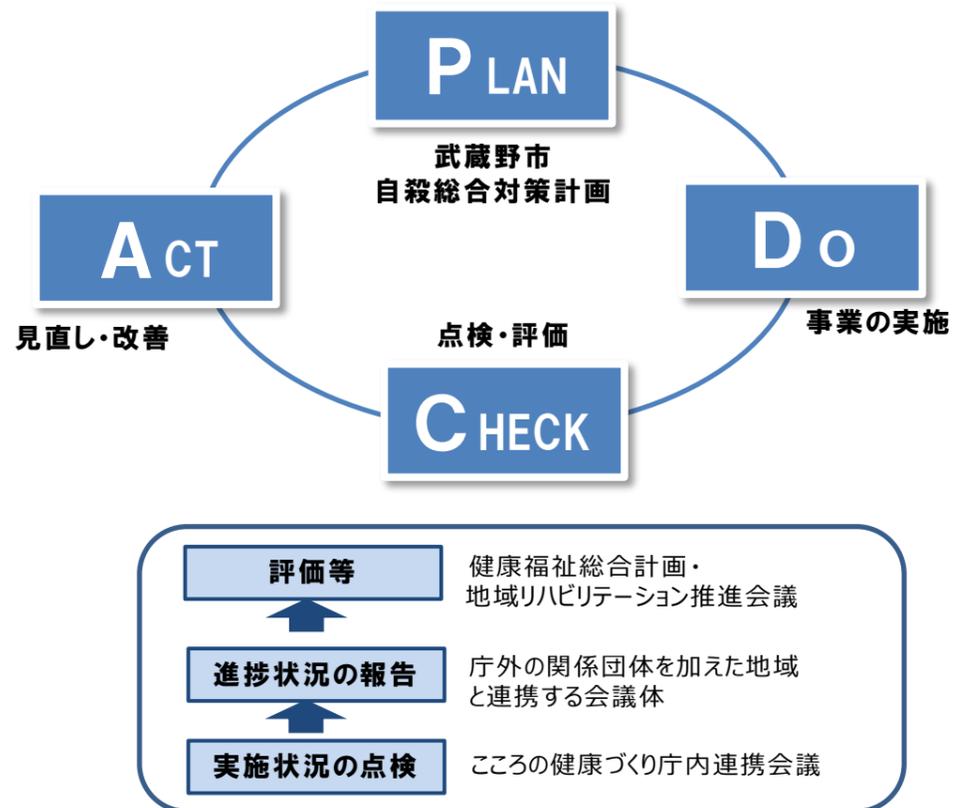
（計画期間の後半 3 年間にあたる平成 34（2022）年から平成 36（2024）年の平均値を用いて）

**自殺死亡者を 13.9 以下に減少させる**

※自殺死亡率：人口 10 万人あたりの自殺死亡者数

## 計画の推進

- 本計画を多くの市民に知ってもらえるよう、各種の地域ネットワーク等を活用して周知に努めます。
- 国や都の新しい動向に注視しつつ、密接な連携を図りながら施策の推進に努めるとともに、国や都に対し必要な要望を行っていきます。
- 「こころの健康づくり庁内連携会議」を通じて庁内における進捗把握とともに、点検を行い、「庁外の関係団体を加えた地域と連携する会議体」において報告し、「健康福祉総合計画・地域リハビリテーション推進会議」において評価等を行います。



発行：武蔵野市  
〒180-0001 東京都武蔵野市吉祥寺北町 4 丁目 8 番 10 号  
編集：武蔵野市健康福祉部健康課・障害者福祉課  
TEL：0422-51-0700・0422-60-1847

## 武蔵野市自殺総合対策計画 ～こころ・いのち 支え合うまち むさしの～ <平成 31(2019)年度～平成 36(2024)年度>

### 【概要版】

#### 基本理念

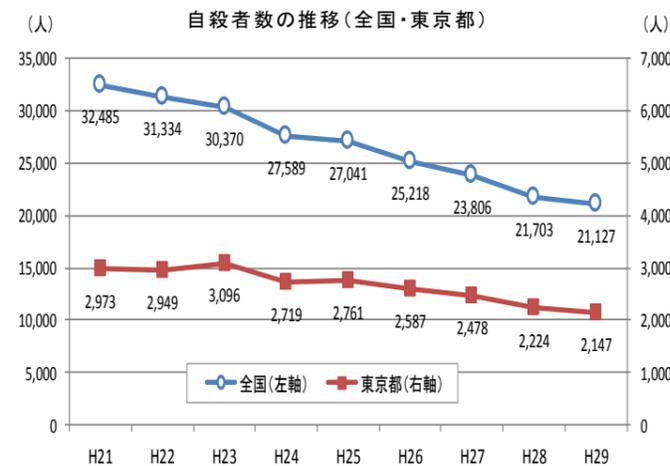
### 誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す

全国の自殺者数は、平成 10（1998）年に急増した後、3 万人台で推移し続けていました。この現状を鑑み、自殺の防止と自殺者の親族等への支援の充実を目的として、平成 18（2006）年に「自殺対策基本法」（以下「基本法」という。）が制定され、平成 28（2016）年には、自殺対策をさらに総合的かつ効果的に推進するため、基本法の改正が行われました。

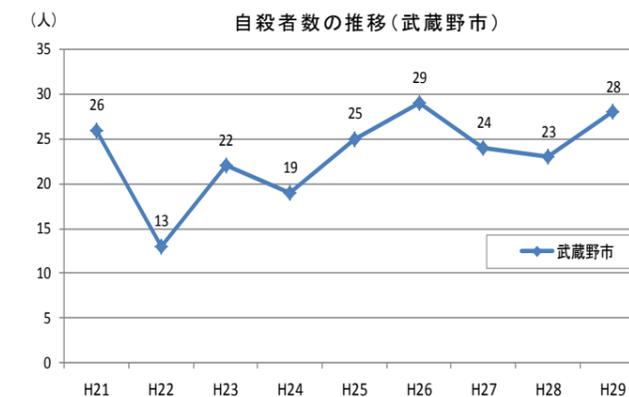
この改正において、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指すとともに、国では、自殺が個人の問題として捉えられるのではなく、その背景に様々な社会的要因があることを踏まえ、「生きることの阻害要因」の低減と「生きることの促進要因」の増加を目指し、自殺対策を社会全体の取組みとして推進するとしています。

市においても、地域と連携・協働のもとに自殺対策を推進するため、「武蔵野市自殺総合対策計画」を策定します。

#### 自殺者数の推移



自殺による死亡者数は、平成 29（2017）年には全国で約 21,100 人、東京都では約 2,100 人となり、減少傾向が続いていますが、依然として高い水準にあります。



市の自殺者数は、平成 22（2010）年から平成 26（2014）年まで続いていた増加傾向がここ数年は減少に転じていましたが、平成 29（2017）年には 28 人と前年より増えていきます。

# 5つの基本施策とライフステージ別施策の方向性

以下の5つの施策を基本施策とし、それぞれの施策の中でライフステージを考慮した取り組みを推進します。

<b>基本施策1</b>	<b>地域におけるネットワークの強化</b>
	<p>関係機関等が広く連携して自殺対策を推進できるよう、各種ネットワークの取り組みを強化するとともに、自殺対策を総合的に推進する庁内連携体制を強化します。</p> <p><b>主な自殺対策関連事業</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>【新規】自殺対策に関する地域連携会議の検討</li> <li>● ころの健康づくり庁内連携会議</li> <li>● 健康福祉総合計画・地域リハビリテーション推進会議</li> </ul>
<b>基本施策2</b>	<b>自殺対策を支える人材の育成</b>
	<p>生活上の困難や悩みに対して早期に気づくことができるよう、広く「気づき」のための研修を行います。また、より専門的な支援が可能となるよう、庁内の専門職等への研修を実施します。</p> <p><b>主な自殺対策関連事業</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>【新規】ゲートキーパースキルアップ研修（仮称）</li> <li>【新規】市民向け人材育成研修</li> <li>● 自殺予防基礎研修（仮称）</li> </ul>
<b>基本施策3</b>	<b>相談支援事業の充実</b>
	<p>ころの悩みを抱えている人、自殺を考えている人やその人に関わる人たちが、必要な時に適切な相談を受けられるよう、相談支援事業の充実と各機関の連携を強化します。</p> <p><b>主な自殺対策関連事業</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>【新規】介護従事者の悩み相談事業</li> <li>● 市民ころの健康支援事業（相談支援）</li> <li>● 生活困窮者総合相談窓口</li> </ul>
<b>基本施策4</b>	<b>生きやすさを育み寄り添う支援</b>
	<p>通いの場の充実や活動支援、生活困窮者支援に関する対策を推進するほか、自殺未遂者、遺された人への支援に関する情報を提供し、生きやすさを育み寄り添う支援を行います。</p> <p><b>主な自殺対策関連事業</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>【新規】児童生徒のSOSの出し方に関する教育</li> <li>【拡充】自殺未遂者、自死遺族の方等への支援に関する情報提供</li> <li>● 子育てひろば事業、利用者支援事業 ● 生活困窮者支援</li> </ul>
<b>基本施策5</b>	<b>市民への周知・啓発</b>
	<p>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」であり、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、積極的に普及啓発を行います。</p> <p><b>主な自殺対策関連事業</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>【拡充】SNSを活用した周知・啓発事業</li> <li>【拡充】市民ころの健康支援事業（出前講座）大学等連携事業の検討</li> <li>【新規】セミナーでの自殺対策関連項目の実施</li> </ul>

ライフステージ	主要な施策と今後の方向性
<b>妊産婦・乳幼児の保護者 (妊娠期～小学校就学前)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 妊娠期から子育て期まで切れ目なく支援するために、利用者支援事業（母子保健型）「ゆりかごむさしの」を実施し、妊娠届出時の保健師等の面接では、相談やサービスの情報提供を行い、今後の見通しと不安の軽減を行っていきます。今後は、東京都の補助事業等を利用して、妊婦面接の割合の向上を目指します。</li> <li>● こんにちは赤ちゃん訪問では、出産後の母親の精神状態についてチェックリストを活用し、産後うつ予防・早期発見・重症化予防に努め、産後早期からの不安を軽減するための支援を行っています。</li> <li>● 一時保育、ショートステイ、産前・産後支援ヘルパー、ひとり親家庭支援事業など、保護者の不安や負担を軽減する支援を実施しています。</li> </ul>
<b>子ども (小学校就学～18歳未満)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 児童虐待、いじめや不登校、引きこもりの問題に対しては、子育て支援ネットワーク（子ども家庭支援センター）、若者サポート推進連絡会議（障害者福祉課・児童青少年課）、保幼小中連携事業（教育支援課）があり、子どもとその家庭を支援しています。</li> <li>● さまざまな課題を抱えた児童生徒に対しては、スクールソーシャルワーカーが当該児童生徒の置かれた環境へ働きかけたり、関係機関等とのネットワークを活用するなどして、課題解決を図っています。</li> <li>● 不登校など生活指導上の課題に対応するため、支援員を配置し、学校と家庭が連携した対応を強化しています。また、不登校児童生徒を対象とした適応指導教室を設置し、集団への再適応、自立を援助する学習、学習・生活指導等を実施しています。</li> </ul>
<b>若者 (18歳～20・30歳代)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 社会参加に向けて悩みをもつ若者とその家族を対象に、「引きこもりサポート事業」を実施し、電話相談・来所相談・訪問相談を行っています。また、コミュニケーションを目的として、フットサルや社会参加体験のワークショップを開催するとともに、家族セミナーや講演会等を開催し、若者の社会参加を支援しています。</li> <li>● 仕事と生活の調和の実現に向け、一人ひとりの働き方や生き方を見直すため、男女平等推進センターが実施する講座・講演会や男女平等推進情報誌『まなこ』等にてワーク・ライフ・バランスやハラスメント防止の周知・啓発を行います。</li> </ul>
<b>中高年 (40・50歳代・60歳代前半)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 経済的困窮の課題を抱えている人だけでなく、社会的孤立や生きづらさを含め、すべての相談を受け止める相談窓口体制、ネットワーク、連携を強化します。</li> <li>● 生活困窮者総合相談窓口を通じて、社会的な孤立や生きづらさを感じることがないように、早期に生活困窮者支援へとつないでいきます。</li> </ul>
<b>高齢者 (60歳代後半～)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ひとり暮らしの高齢者や認知症高齢者の増加、消費者被害や生活困窮の課題に対応するために、武蔵野市見守り・孤立防止ネットワークを設置し、民間事業者や関係機関とも連携して取り組んでいます。</li> <li>● だれもが住み慣れた地域で生活を継続できるよう、在宅介護・地域包括支援センター、基幹型地域包括支援センターを中心に、医療・介護・福祉関係者が連携して対応できる相談体制を整えています。</li> <li>● 主に家族を介護している者を対象にした講座や教室等を開催することで、介護技術や知識の習得にとどまらず、不安や悩みを話す、情報交換するなどの機会を提供し、介護負担の軽減と介護者の心身のリフレッシュを図り、家族介護者を支援します。</li> </ul>