

第3章

計画の基本方針



第3章 計画の基本方針

1 計画の基本方針

本市では、基本理念の実現を目指すため、本計画策定にあたって実施された住民意識調査や各種団体ヒアリングの結果や現状、基本認識等を踏まえ、次の5つの基本方針を掲げます。この基本方針に沿って、本市の「生きる支援施策」を社会全体で推進していくことで、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いきます。

(1) 生きることの包括的な支援

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、自殺対策を「生きることの包括的な支援」として、「生きる支援」に関する地域のあらゆる取組を総動員し、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展開するものとします。

また、個人においても地域においても、自殺に対する保護要因となる自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等の「生きることの促進要因」を、自殺のリスク要因となる失業や多重債務、生活苦等の「生きることの阻害要因」が上回ったときに自殺リスクが高まります。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る方向で自殺対策を「生きることの包括的な支援」として推進します。

● 自殺のリスクが高まるとき

生きることの「促進要因」を「阻害要因」が上回ったときに、自殺のリスクが高まるといわれています。
私たちは、悩みや問題を自分一人で抱え込まずに、周りの人に頼ることをはずかしがらずに、下の図の“<”が逆に向くように心がけて、毎日を過ごしていく必要があります。

自殺のリスクが高まるとき

生きることの 促進要因

- ・将来の夢
- ・家族や友人との信頼関係
- ・やりがいのある仕事や趣味
- ・経済的な安定
- ・ライフスキル(問題対処能力)
- ・信仰
- ・社会や地域に対する信頼感
- ・楽しかった過去の思い出
- ・自己肯定感 など



生きることの 阻害要因

- ・将来への不安や絶望
- ・失業や不安定雇用
- ・過重労働
- ・借金や貧困
- ・家族や周囲からの虐待、いじめ
- ・病気、介護疲れ
- ・社会や地域に対する不信感
- ・孤独
- ・役割喪失感 など

（２）関連施策との有機的な連携の強化

自殺に追い込まれようとしている方が安心して生きることができるよう、様々な分野の施策、人々や組織が密接に連携し、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を実施します。

自殺の要因となり得る生活困窮、虐待、性暴力被害、ひきこもり等、関連の分野においても、現場の実践的な活動を通じた連携の取組が展開されていることから、連携の効果を更に高めるため、多様な分野の生きる支援にあたる方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）対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動

「対人支援のレベル」「地域連携のレベル」「社会制度のレベル」等、対応の段階に応じたレベルごとの対策を強力に、かつ効果的に連動させ、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で自殺対策を推進します。

また、時系列的な対応としては、自殺の危険性が低い段階における啓発等の「事前対応」と、現に起こりつつある自殺発生の危険に介入する「危機対応」、自殺や自殺未遂が生じてしまった場合等における「事後対応」の、それぞれの段階において効果的な施策を講じます。

加えて、「自殺の事前対応の更に前段階での取組」として、妊娠期からの切れ目のない子育て支援や学童期、思春期における子どもへの主体性、自己肯定感を高める関わりを推進する取組を実施します。

（４）実践と啓発を両輪とした推進

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、危機に陥った方の心情や背景が理解されにくく、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、地域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。

市民一人ひとりが、身近にいるかもしれない自殺を考えている方が発している、不眠や原因不明の体調不良等の自殺のリスクを示すサインに早く気づき、精神科医等の専門家につなぎ、心に寄り添っていけるよう、広報活動、教育活動等の取組を推進します。

（５）関係機関の役割の明確化と連携・協働の推進

自殺対策が最大限その効果を発揮して「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、行政をはじめ、関係団体、民間団体、企業、市民等が連携・協働しながら、社会全体でセーフティネットとなる自殺対策を推進することが必要です。

そのため、それぞれが主体性を持って「生きることの包括的な支援」に取り組み、相互の連携・協働の仕組みを構築します。

2 生きる支援施策

本市が実施した住民意識調査や各種団体ヒアリングから見える課題及び本市の自殺の現状を踏まえ、課題の解決や社会全体での「生きるための包括的な支援」の実施に向け、次の5つの生きる支援施策を設定しました。

社会全体で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よう、関係機関等との連携・協働のもと包括的な支援を推進していきます。

生きる支援施策

施策1. 自殺対策におけるネットワークの強化

- ① 生きるための包括的な支援に関連するネットワーク・連携体制の強化

施策2. 自殺対策を支える人材育成の強化

- ① 市民のゲートキーパー研修の実施
- ② 自殺対策の取組に関わる市職員のゲートキーパー研修等の実施
- ③ 専門職や相談業務を担う人材の質の向上
- ④ 支援者側の心のケア

施策3. 市民への啓発と周知

- ① 啓発と周知
- ② 正しい知識の普及

施策4. 生きることの促進要因への支援

- ① 悩みを抱える方への支援
- ② 生きがい・居場所づくり

施策5. 子ども・若者への自殺対策

- ① メンタルヘルス対策の推進
- ② 妊娠期からの切れ目のない支援

3 施策の体系

本市では、5つの生きる支援施策を定めて、社会全体で各施策を推進することで、基本理念である「すべての市民が共に支え合い、思いやりのところで暮らす 居心地のよいまち」の実現を目指していきます。

