

第2期千葉市自殺対策計画

～気づき、支え・関わり、つなぐ～

【概要版】

1 計画の概要

(1) 目的・背景

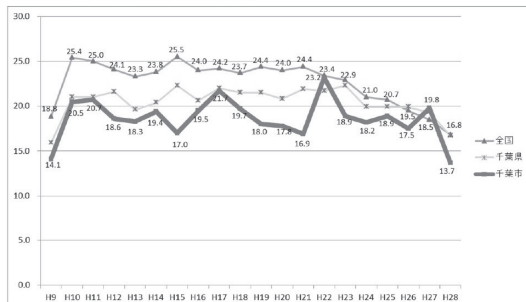
自殺対策を総合的かつ効率的に推進するために策定した「千葉市自殺対策計画」(H21.4～H30.9)の計画期間終了に合わせ、自殺対策基本法第13条第2項の規定に基づく市町村自殺対策計画として、「気づく」、「支え合う・関わる」、「つなぐ」を生きる支援の3つの柱とし、関連する施策を総動員して、誰も自殺に追い込まれることのない千葉市を目指し、「第2期千葉市自殺対策計画」を策定する。

【千葉市の状況】

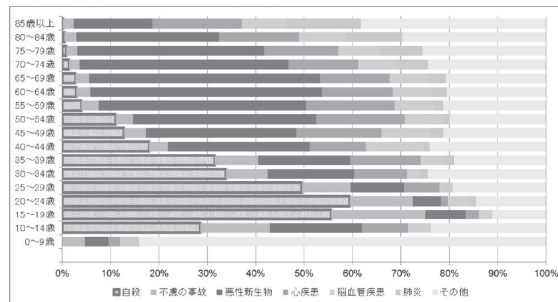
本市における自殺者数は、全国と同様に平成10年に大きく増加し、多少の増減はあるものの高い水準で推移している。また、若年層の死因の内自殺の割合が高くなっているなど、新たな課題も現れ始めている。

【H21～28】自殺者数合計1,411人 / 自殺死亡率(人口10万人当たりの自殺者数) 平均18.4

(図1) 自殺死亡率の推移

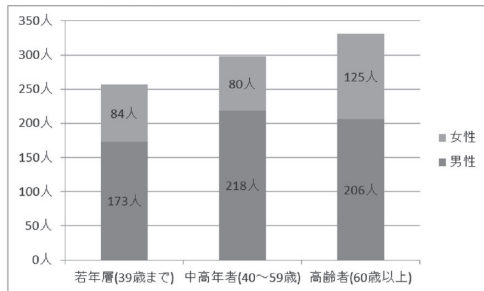


(図2) 年齢階級別死因割合

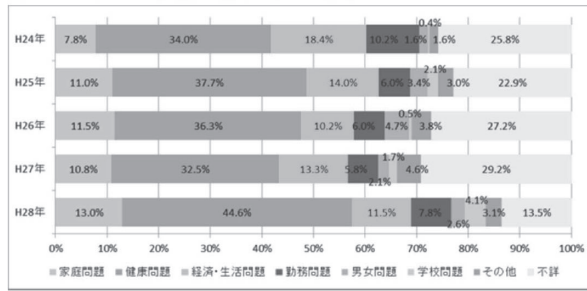


H24～28の自殺者数の合計では、高齢者の自殺が多い状況となっている。また、原因・動機別の経年傾向では、構成割合について、最も多い健康問題をはじめ、家庭問題や学校問題などが増加傾向にある一方、経済・生活問題が減少傾向にある。

(図3) 自殺者数の年代別内訳



(図4) 原因・動機別構成割合の推移



(2) 前計画の成果と課題

ア H30.9までに自殺死亡率を17.3以下にする目標は達成。(H28 自殺死亡率:13.7)

イ 自殺対策の施策がどれだけ寄与したかを評価・検証する取組に課題が残る。

ウ 生きる支援を総合的に推進するためには、これまで以上に庁内や外部機関との連携体制を強化する必要がある。

(3) 計画案の主なポイント

ア 数値目標

	現状 H21～28 年平均 (2009～2016 年平均)	目標 2024～2026 年平均
自殺死亡率	18.4	13.0 以下

※国の数値目標：H38(2026)までに自殺死亡率をH27(2015)と比べて30%以上減少(18.5⇒13.0以下)

イ 生きる支援の3つの柱を設定 【施策数】119事業(再掲除く)

ゲートキーパー※の考え方に基づき、「気づく」、「支え合う・関わる」、「つなぐ」を生きる支援の3つの柱として、具体的な取組を総合的に展開していくことを目指す。

〔※ゲートキーパー：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。〕

ウ 重点取組施策を設定

本市の自殺の実態や前計画の課題を踏まえ、「高齢者へのサポート」、「若年層へのサポート」、「連携体制の強化」を本計画の重点取組施策と位置付ける。

エ 評価指標を設定 【評価指標数】16指標

前計画では、実施された施策が自殺対策にどのように寄与したかを評価・検証する取組について課題が残るため、本計画では実践的な取組をPDCAサイクルを通じて推進することとし、生きる支援の3つの柱の項目ごとに評価指標を設定する。

(4) 策定までの経過

ア 平成29年度

千葉市自殺対策庁内連絡会議、千葉市自殺対策連絡協議会を開催し、計画に盛り込む施策の検討、計画の骨子案及び素案について意見聴取を行った。

【主な意見】

- 税金等の滞納者に対する生活再建支援の充実、関係機関の連携を進めてほしい。
- プロフィールを踏まえ、千葉市としての重点取組を記載してはどうか。

イ 平成30年4月1日～4月10日

WEBアンケートで自殺対策に対する市民意識を調査(回答者数 595人)

【主な質問】

- 問 「死にたい」と思うほどのストレスを感じたとき、どのように対応しますか。
- 問 あなたはどのような相談窓口を知っていましたか。

ウ 平成30年6月18日～平成30年7月17日 パブリックコメント ※意見無し

エ 平成30年8月29日 平成30年度第1回千葉市自殺対策連絡協議会

オ 平成30年10月1日 第2期千葉市自殺対策計画施行

2 計画の構成

第1章 計画の策定にあたって

1 計画策定の趣旨

- 「誰も自殺に追い込まれることのない千葉市」の実現を目指す
- 自殺対策について、千葉市の状況に応じた施策を策定し実施する

2 計画の位置付け

- 自殺対策基本法第13条第2項に基づき策定する市町村自殺対策計画
- 自殺総合対策大綱及び県自殺対策計画との関係
- 健康増進計画や地域福祉計画等、他の計画との関係

3 計画期間及び数値目標

- 平成30年（2018年）10月から2028年9月まで（10年間）
※ただし、5年後の2023年10月を目途に見直し
- 2024～2026年の本市の自殺死亡率の平均を13.0以下に減少させる

第2章 自殺の現状及び基本認識

1 千葉市における自殺の特徴

- 全国や千葉県、他の自治体との比較
- 自殺者数の年次推移（性別、年代別、原因・動機別、職業別）、WEBアンケート調査結果

2 自殺に対する基本認識

- 自殺はその多くが追い込まれた末の死
- 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いている
- 実践的な取組をPDCAサイクルを通じて推進する

3 前計画の振り返りと評価

- 第1期千葉市自殺対策計画における取組
- 数値目標の達成状況、計画の成果と課題

第3章 自殺対策の基本方針

1 生きることの包括的な支援として推進する

- 「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

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

- 精神保健的な視点をベースにしつつ、社会・経済的な視点などを含む包括的な取組
- 様々な分野の「生きる支援」にあたる人々の意識共有

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

- 対人支援・地域連携のレベルごとの対策
- 事前対応・自殺発生の危機対応・事後対応等の段階ごとの効果的な施策

4 実践と啓発を両輪として推進する

- 自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識の醸成
- 危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが共通認識となる普及啓発活動

5 「気づく」・「支え合う・関わる」・「つなぐ」

- 生きる支援の取組を、3つの視点から総合的に展開していく

第4章 重点取組施策

1 高齢者へのサポート

- 高齢者を取り巻く周囲の見守りによる孤立化防止や生きがいづくりなどの取組を実施

2 若年層へのサポート

- 自殺予防に向けた教育を行い、学校・社会等で直面する問題に対処する力を育てる取組を実施

3 連携体制の強化

- 自殺に関する相談の実態把握、関係機関との連携等により、相互の情報共有を図る取組を実施

第5章 生きる支援の具体的な取組

気づく～普及啓発、人材育成～

1. 自殺の実態を明らかにする

【主な施策】

○自殺統計資料等の利活用 ○教育現場における実態把握 ○相談現場における実態把握

2. 市民一人ひとりの気づきと見守りを促す

【主な施策】

○自殺や自殺関連事象等に関する普及啓発活動 ○自殺予防週間と自殺対策強化月間の実施

3. 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る

【主な施策】

○様々な分野でのゲートキーパーの養成 ○かかりつけ医、地域保健スタッフ等の資質向上
○教職員の資質向上 ○生きる支援に関わる者の資質向上

支え合う・関わる～当事者・支援者へのサポート～

4. 当事者へのサポートを推進する

【主な施策】

4-1 相談体制の充実・心の健康づくりの推進

○相談窓口情報等の周知 ○相談の多様な手段の確保 ○アウトリーチ型の相談支援
○職場におけるメンタルヘルス対策の推進 ○地域や学校における心の健康づくりの推進

4-2 若年層へのサポート

○児童生徒の自殺対策に資する教育の推進 ○ひきこもり、児童虐待被害者等への支援
○若年層へのその他の支援

4-3 支援を必要とする方へのサポート

○高齢者への支援 ○生活困窮者への支援 ○ひとり親家庭、妊産婦への支援
○LGBT（性的少数者）、性犯罪・性暴力被害者への支援
○うつ病、アルコール依存症、薬物依存症等の精神疾患への対策の推進
○長時間労働の是正、ハラスメント防止対策 ○居場所づくりの推進
○自殺未遂者、自死遺族への支援 ○その他の支援

5. 支援者へのサポートを推進する

【主な施策】

○支援策・相談窓口情報等の分かりやすい発信 ○自殺対策従事者への心のケアの推進
○介護者への支援

つなぐ～ネットワークの強化～

6. 地域全体の自殺リスクを低下させる

【主な施策】

○関係機関等の連携に必要な情報共有の仕組みづくり
○民間団体との連携

生きる支援の3つの柱

第6章 計画の推進に向けて

1 計画の推進体制

○千葉市自殺対策連絡協議会 ○千葉市自殺対策庁内連絡会議
○情報共有及び連携強化

2 計画の進行管理

○第5章「生きる支援の具体的な取組」の「生きる支援の3つの柱」ごとに評価指標を設定する
○進捗状況を確認・検証し、取組内容に反映させる

自殺対策相談窓口

こころの悩みや健康の問題など、悩んでいる方がいらっしゃる場合は、下記の相談窓口をご案内ください。

○今すぐ悩みを聞いてほしいとき

相談窓口	電話番号	開設時間
千葉いのちの電話	043-227-3900（電話相談） 043-222-4416（対面相談予約電話）	電話相談 24時間 365日対応 対面相談予約電話 月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）10時から17時 インターネット相談（ https://www.chiba-inochi.jp/netsoudan/index.cgi ）
こころの電話	043-204-1583	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）10時から12時、13時から17時
よりそいホットライン	0120-279-338	24時間 365日対応

○面接で相談したいとき

相談窓口	電話番号	開設時間
こころと命の相談室	043-216-3618（予約専用電話） 月から金 9時30分から16時30分	月曜日、金曜日（祝日・年末年始除く）18時から21時 日曜日（月1回）10時から13時 相談場所 千葉市中央区新町18-12 第8東ビル501号室
立ち寄り処ちば心のキャッチ	080-2051-0658（予約専用電話） 水曜日：15時から20時 日曜日：12時から17時	水曜日 15時から20時 日曜日（月1回）14時から17時 相談場所 船橋市本町1-3-1 船橋FACEビル5階

○大切な方を自死で亡くされたとき

名称	電話番号	開設時間
自死（自殺）遺族の会 わかちあいの会ひだまり	043-222-4416	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）10時から17時 （千葉いのちの電話事務局）

【悩み別相談窓口】

○うつ病・アルコール依存症の相談

相談窓口	電話番号	開設時間
千葉市こころの健康センター	043-204-1582	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）8時30分から17時30分

○健康の悩み

相談窓口	電話番号	開設時間
中央保健福祉センター健康課	043-221-2582	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く） 8時30分から17時30分
花見川保健福祉センター健康課	043-275-6296	
稲毛保健福祉センター健康課	043-284-6494	
若葉保健福祉センター健康課	043-233-8714	
緑保健福祉センター健康課	043-292-2630	
美浜保健福祉センター健康課	043-270-2221	

○職場での悩み（労働時間・ハラスメントなど）

相談窓口	電話番号	開設時間
労働相談室	043-300-8282	月曜日から金曜日（毎月第2月曜日、年末年始除く）9時から16時 土曜日、日曜日（年末年始除く）9時から15時
千葉労働局総合労働相談コーナー	043-221-2303	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）9時から17時
千葉県労働相談センター	043-223-2744	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）9時から20時

○お金に関する相談

・多重債務の相談

相談窓口	電話番号	開設時間
千葉市消費生活センター	043-207-3000	月曜日から土曜日（祝日・年末年始除く）9時から16時30分

・経営・事業資金の融資

相談窓口	電話番号	開設時間
千葉市産業振興財団	043-201-9505（資金融資事業） 043-201-9506（相談事業）	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）9時から17時

○子どもや学校生活の問題（いじめ、不登校など）

・学校生活などの問題

相談窓口	電話番号	開設時間
教育相談ダイヤル24	0120-101-830	24時間 365日対応

・不登校・引きこもりの相談

相談窓口	電話番号	開設時間
千葉市ひきこもり地域支援センター	043-204-1606	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）9時から17時
千葉市教育センター	043-255-3702	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）9時から17時
千葉市子ども・若者総合相談センター【Link（リンク）】	050-3775-7007	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）9時から17時 来所相談は要予約

・青少年の問題に関する悩みごとの相談

相談窓口	電話番号	開設時間
千葉市青少年サポートセンター	043-227-7830	月曜日から金曜日 （祝日・年末年始除く） 9時から17時
千葉市青少年サポートセンター（東分室）	043-237-5411	
千葉市青少年サポートセンター（西分室）	043-277-0007	
千葉市青少年サポートセンター（南分室）	043-293-5811	
千葉市青少年サポートセンター（北分室）	043-259-1110	

○育児・児童虐待に関する相談

・児童虐待の相談

相談窓口	電話番号	開設時間
児童相談所	043-277-8880	24 時間 365 日対応

・育児相談

相談窓口	電話番号	開設時間
中央保健福祉センター健康課	043-221-2581	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く） 8 時 30 分から 17 時 30 分
花見川保健福祉センター健康課	043-275-6295	
稲毛保健福祉センター健康課	043-284-6493	
若葉保健福祉センター健康課	043-233-8191	
緑保健福祉センター健康課	043-292-2620	
美浜保健福祉センター健康課	043-270-2213	

・子どもの生活等の相談

相談窓口	電話番号	開設時間
中央家庭児童相談室	043-221-2151	月曜日、火曜日、木曜日、金曜日 （祝日・年末年始除く） 9 時から 16 時
花見川家庭児童相談室	043-275-6445	
稲毛家庭児童相談室	043-284-6139	
若葉家庭児童相談室	043-233-8152	
緑家庭児童相談室	043-292-8139	
美浜家庭児童相談室	043-270-3153	

○高齢者の福祉に関する相談（千葉市あんしんケアセンター）

区	相談窓口	電話番号	開設時間
中央区	千葉市あんしんケアセンター新千葉	043-216-2131	月曜日から土曜日 （祝日・年末年始除く） 9 時から 17 時
	千葉市あんしんケアセンター中央	043-216-2121	
	千葉市あんしんケアセンター千葉寺	043-208-1222	
	千葉市あんしんケアセンター松ヶ丘	043-420-8325	
	千葉市あんしんケアセンター松ヶ丘白旗出張所	043-308-9811	
	千千葉市あんしんケアセンター浜野	043-305-0102	
花見川区	千葉市あんしんケアセンターこてはし台	043-258-8750	
	千葉市あんしんケアセンター花見川	043-250-1701	
	千葉市あんしんケアセンターさつきが丘	043-307-3225	
	千葉市あんしんケアセンターにれの木台	043-445-8012	
	千葉市あんしんケアセンター花園	043-216-2610	
	千葉市あんしんケアセンター幕張	043-212-7300	
稲毛区	千葉市あんしんケアセンター山王	043-304-7740	
	千葉市あんしんケアセンター山王宮野木出張所	043-307-9010	
	千葉市あんしんケアセンター園生	043-306-6881	
	千葉市あんしんケアセンター天台	043-284-6811	
	千葉市あんしんケアセンター小仲台	043-307-5780	
	千葉市あんしんケアセンター稲毛	043-216-2831	
若葉区	千葉市あんしんケアセンターみつわ台	043-290-0120	
	千葉市あんしんケアセンター都賀	043-312-5110	
	千葉市あんしんケアセンター桜木	043-214-1841	
	千葉市あんしんケアセンター千城台	043-236-7400	
	千葉市あんしんケアセンター大宮台	043-208-1212	
緑区	千葉市あんしんケアセンター鎌取	043-293-6911	
	千葉市あんしんケアセンター菅田	043-300-4855	
	千葉市あんしんケアセンター土気	043-295-0110	
美浜区	千葉市あんしんケアセンター真砂	043-278-0111	
	千葉市あんしんケアセンター磯辺	043-303-6530	
	千葉市あんしんケアセンター高洲	043-278-2545	
	千葉市あんしんケアセンター幸町	043-301-5332	

○男性・女性専用相談

・男性のための相談（男性相談員が対応）

相談窓口	電話番号	開設時間
男性専用電話相談	043-209-8773	金曜日（祝日・年末年始除く）18 時 30 分から 20 時 30 分

・女性のための相談（女性ホルモン等の関係で心と体の不調・不安など

相談窓口	電話番号	開設時間
健康支援課（相談専用）	043-238-1220	月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）9 時から 16 時

・女性のための相談（夫婦関係など）

相談窓口	電話番号	開設時間
ハーモニー相談室	043-209-8771	火曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）10 時から 20 時 土曜日、日曜日（祝日・年末年始除く）10 時から 16 時