

## 1 計画策定の趣旨

平成31年4月に策定した現行の「岩手県自殺対策アクションプラン」が令和5年度で最終年度を迎えることから、国の自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案し、令和6年度を初年度とする次期プランを策定

## 2 計画の位置付け

・自殺対策基本法第13条第1項の規定に基づき策定

## 3 計画期間

令和6年度から令和10年度までの5か年

概ね5年ごとの国の自殺総合対策大綱の見直しに対応できるよう、計画期間を5か年とする。

【過去のプラン】H18～H22(5年)、H23～H26(4年)、H27～H30(4年)、H31～R5(5年)

## 4 自殺対策をめぐる最近の主な動向

○平成27年7月

【県】自殺対策推進協議会において「岩手県自殺予防宣言」を決定

○平成28年4月

【国】自殺対策基本法の一部改正

- ・地域レベルの実践的な取組を中心とする自殺対策へと転換
- ・都道府県、市町村に自殺対策計画の策定を義務付け

○令和3年7月

【県】「岩手県自殺予防宣言」を改定

○令和4年10月

【国】新たな自殺総合対策大綱が閣議決定

## 5 現状

### 【自殺者数・死亡率の推移】

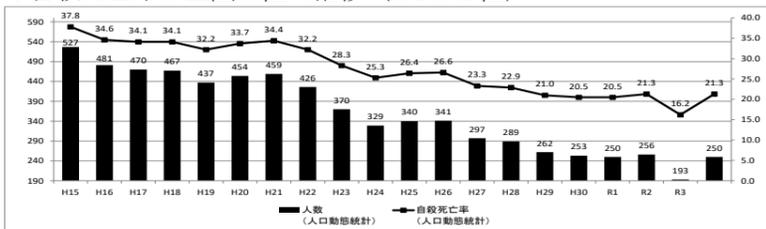
◆H15をピークに長期的に減少傾向

H15からR4までの減少率(自殺者数)は△52.6%

(自殺死亡率:⑮37.8→④21.3)

※全国は自殺者数△33.9%(自殺死亡率:⑮25.5→④17.4)

◆自殺死亡率は全国上位で推移(R4は2位)



### 【平成30～令和4年の自殺者の傾向】

[年齢別]

・男性は40代、女性は80歳以上が多い。

[職業別]

・男性:有職者次いで年金・雇用保険等生活者が多い。

・女性:年金・雇用保険等生活者次いで有職者が多い。

[原因・動機別]

・男女ともに健康問題が最も多い。

・20代以上の各年代で、健康問題が多い。

[死因別]

・10～40代の死因に占める自殺の割合が高い。

[東日本大震災関連]

・発災時をピークに減少傾向にある。

## 6 基本認識

○自殺は、その多くが追い込まれた末の死である。

○年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はまだまだ続いている。

○新型コロナウイルス感染症などの新たな感染症の発生及び拡大の影響を踏まえた対策の推進。

○地域レベルの実践的な取組をPDC Aサイクルを通じて推進する。

## 7 基本方針

○生きることの包括的な支援として推進

○関連施策との有機的な連携による総合的な対策の展開

○対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動

○実践と啓発を両輪として推進

○関係者の役割の明確化と関係者による連携・協働の推進

○自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮

○災害によるリスクに対応した包括的な取組

## 8 取組の方向性

※方向性ごとに評価指標(◆)を設定

### 1 包括的な自殺対策プログラムの実践

- (1) ネットワークの構築
- (2) 一次予防(住民全体へのアプローチ)
- (3) 二次予防(ハイリスク者へのアプローチ)
- (4) 三次予防(自死遺族支援)
- (5) 精神疾患へのアプローチ
- (6) 職域へのアプローチ

◆市町村における包括的な自殺対策プログラムの実践率

### 2 対象に応じた自殺対策の推進

- (1) 高齢者への対策
- (2) 生活困窮者への対策
- (3) 働き盛り世代への対策
- (4) 健康問題を抱える者への対策
- (5) 子ども・若者への対策
- (6) 女性への対策

◆県内事業所・団体への出前講座の参加者数

◆保健、医療、福祉、教育、労働等の従事者を対象とした自殺対策教育や研修会の実施状況

### 3 地域特性に応じた自殺対策の推進

◆自殺対策に取り組む市町村・民間団体への技術的支援回数

### 4 東日本大震災津波の影響への対策

◆被災地における健康づくりや傾聴サロン等の事業参加者数

### 5 相談支援体制の充実・強化

◆県及び市町村が実施する自殺対策の担い手(ゲートキーパー等)養成研修受講者数

◆心のサポーター養成研修修了者数

## 9 自殺対策の目標

### 「一人でも多くの自殺者を防ぐ」

当面の目標として、計画期間においては、平成29年の県の自殺死亡率21.0(自殺者数262人)を31.4%以上減少させ、

令和10年の自殺死亡率が14.4(自殺者数169人)以下となることを目指す

## 10 重点施策及び主な取組事項

### ①地域レベルの実践的な取組への支援を強化する

・自殺総合対策に資する情報や統計データの収集、整理・分析  
・市町村における自殺対策計画に基づく地域レベルでの実践的な取組を支援

### ②県民一人ひとりの気づきと見守りを促す

・身近な人の心の変化に気づき、声をかけ、見守っていくことができるよう、広報活動、教育活動等を通じ普及啓発を実施

### ③自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する

・自殺総合対策に資する情報や統計データの収集、整理・分析(再掲)

### ④自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る

・ハイリスク者の早期発見、早期対応を図るため、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応ができる人材を養成

### ⑤心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する

・ストレス要因の軽減やストレスへの適切な対応など、心の健康の保持・増進を図るための体制づくりの推進

### ⑥適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする

・うつ病をはじめとする様々な精神疾患が重症化する前に適切な支援や治療につながるための取組を実施

### ⑦社会全体の自殺リスクを低下させる

・社会全体の自殺リスクを低下させるため、関係機関と連携し、医療、介護、福祉、教育、労働等様々な分野において生きることの「阻害要因」を減らし「促進要因」を増やす取組を推進

### ⑧自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ

・自殺未遂の背景にある社会的要因の解決に向けてサポートする体制づくりの推進

### ⑨遺された人への支援を充実する

・大切なご親族等を自死で亡くした方への相談対応、わかち合いの場の提供等により、自死遺族への支援を推進

### ⑩民間団体との連携を強化する

・民間団体の活動に対する支援、協力を推進

### ⑪子ども・若者の自殺対策を更に推進する

・いじめ防止対策や児童・生徒の悩み等の早期発見及び適切な相談支援へつなぐための体制整備等、若年層への対策を推進

### ⑫勤務問題による自殺対策を更に推進する

・職場のメンタルヘルスについての啓発や相談窓口情報の周知等、被雇用・勤め人への対策を推進

### ⑬女性の自殺対策を更に推進する

・女性専用窓口の設置や居場所づくり等により、様々な問題を抱える女性への支援を推進

### ⑭被災地における包括的な支援により自殺を防ぐ

・被災地でのこころのケア活動や傾聴サロン等震災関連の自殺を防ぐための取組を継続

# 岩手県自殺対策アクションプラン【令和6年度～令和10年度】の概要

## 〇重点施策における「県の主な取組」・「県以外の主体に期待される主な取組」

アクションプランに基づき、県、市町村、民間団体等がそれぞれの役割のもと、連携・協力して取り組みを実施。

重点施策	県の取組	県以外の主体に期待される主な取組
①地域レベルの実践的な取組への支援を強化する	<ul style="list-style-type: none"> <li>国の統計資料等の収集、活用</li> <li>自殺関連データの分析</li> <li>市町村自殺対策計画の策定・検証支援</li> <li>PDC Aサイクルによる自殺対策の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>市町村自殺対策計画に基づく施策の推進</li> <li>《民間団体》</li> <li>国の統計資料等を活用した自殺対策関連事業・取組</li> </ul>
②県民一人ひとりの気づきと見守りを促す	<ul style="list-style-type: none"> <li>「こころに寄り添い いのちを守る いわて」月間（自殺防止月間（9月）及び自殺対策強化月間（3月））における集中的な啓発活動</li> <li>地域、職場及び学校等における普及啓発や健康教育</li> <li>ゲートキーパー等自殺対策の担い手養成</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>住民を対象とした心の健康、自殺対策に関する普及啓発</li> <li>ゲートキーパー等自殺対策の担い手養成</li> <li>《民間団体》</li> <li>地域での見守り活動</li> </ul>
③自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する	<ul style="list-style-type: none"> <li>国の統計資料の収集、活用（再掲）</li> <li>自殺関連データの分析（再掲）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村・民間団体》</li> <li>国の統計データや分析結果等の活用</li> </ul>
④自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域保健、福祉、医療関係者の資質の向上及びこころのケアに関する研修</li> <li>保健所、市町村の実務担当者向け研修</li> <li>各種相談窓口の相談員の資質向上</li> <li>地域の傾聴ボランティアの活動支援</li> <li>心のサポーターの養成を推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村・民間団体》</li> <li>ゲートキーパー等自殺対策の担い手養成</li> </ul>
⑤心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する	<ul style="list-style-type: none"> <li>労使トラブル解決のための相談対応</li> <li>心の健康相談、健康教育等の実施</li> <li>スクールカウンセラー等による相談対応</li> <li>精神保健福祉センターにおける家族教室</li> <li>県民の健康増進に向けた取組</li> <li>難病、がん、認知症等の患者や家族への相談支援</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>健康相談・健康教育等</li> <li>《関係機関》</li> <li>事業場におけるメンタルヘルス対策の普及</li> <li>《学校》</li> <li>スクールカウンセラー等の活用</li> <li>健康相談・健康教育の実施</li> <li>《事業所》</li> <li>職場環境の改善</li> <li>ストレスチェック制度の実施</li> </ul>
⑥適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする	<ul style="list-style-type: none"> <li>緊急的な精神医療相談への対応</li> <li>医療、介護、福祉、教育、労働等様々な分野の従事者を対象とした、うつ病等精神疾患の対応力向上のための研修</li> <li>保健医療関係者向け専門研修</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>うつスクリーニング等による精神疾患の早期発見、早期支援</li> <li>産科医療機関と連携した産後うつ支援</li> <li>地域サポート体制の構築</li> </ul>
⑦社会全体の自殺リスクを低下させる	<ul style="list-style-type: none"> <li>相談窓口情報の更新及び周知</li> <li>各相談機関のネットワーク強化</li> <li>各種相談窓口担当者向けのゲートキーパー研修等</li> <li>失業、生活困窮、介護疲れなど、様々な悩み等に応じた適切な相談支援</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>地域における相談体制の充実及び相談窓口情報の周知</li> <li>ゲートキーパー等自殺対策の担い手養成</li> <li>ひきこもり支援体制の整備</li> <li>《民間団体・関係団体》</li> <li>メール・インターネットによる相談支援</li> </ul>
⑧自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ	<ul style="list-style-type: none"> <li>医療機関と地域の保健福祉関係者によるネットワーク体制の構築</li> <li>相談従事者への専門研修</li> <li>自殺未遂者やその家族等からの緊急的な精神医療相談への対応</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>関係機関等と連携した自殺未遂者の自殺予防支援</li> <li>自殺未遂者の訪問・見守り</li> <li>《関係機関》</li> <li>自殺未遂者の自殺予防支援</li> </ul>

重点施策	県の取組	県以外の主体に期待される主な取組
⑨遺された人への支援を充実する	<ul style="list-style-type: none"> <li>自死遺族交流会の開催</li> <li>自死遺族支援に関する公開講座</li> <li>関係機関と連携した自死遺族へのケア</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>自死遺族交流会の周知</li> <li>自死遺族への個別支援</li> <li>《関係団体》</li> <li>自死遺族からの相談対応</li> <li>自死遺族サロンの運営</li> </ul>
⑩民間団体との連携を強化する	<ul style="list-style-type: none"> <li>民間団体の人材育成の充実・強化</li> <li>民間団体の先駆的・試行的な取組の周知</li> <li>民間団体相互の交流、連携の強化</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>ボランティアの養成</li> <li>民間団体と連携した自殺対策の実施</li> </ul>
⑪子ども・若者の自殺対策を更に推進する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>いじめ防止等の対策推進</li> <li>児童生徒が抱える悩み等の早期発見及び適切な相談相手・相談窓口につながるための働きかけ</li> <li>SNSを含む相談窓口の周知</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>相談体制の充実及び相談窓口情報の周知</li> <li>若年層を対象とした心の健康、自殺対策に関する普及啓発</li> <li>《学校》</li> <li>スクールカウンセラー等の活用</li> <li>健康相談、健康教育の実施</li> </ul>
⑫勤務問題による自殺対策を更に推進する	<ul style="list-style-type: none"> <li>企業等における健康経営の取組促進</li> <li>「働き方改革」の取組推進</li> <li>職場における心の健康づくりや自殺対策についての普及啓発・健康教育の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>企業訪問による健康教育</li> <li>《関係機関》</li> <li>産業保健に関する相談支援</li> <li>職場におけるメンタルヘルス対策の普及</li> <li>職場復帰支援</li> <li>《事業所》</li> <li>健康相談と健康教育の実施</li> <li>職場環境の改善</li> <li>ストレスチェック制度の実施</li> </ul>
⑬女性の自殺対策を更に推進する	<ul style="list-style-type: none"> <li>女性専用相談窓口の設置、居場所づくり</li> <li>ひとり親家庭への相談支援</li> <li>DV被害者の自立支援の充実</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>相談体制の充実及び相談窓口情報の周知</li> <li>ハイリスク妊産婦の早期発見、医療機関との相互連携による支援の充実</li> <li>《県民》</li> <li>地域での見守り活動</li> <li>《事業所》</li> <li>多様で柔軟な働き方を可能とする労働環境の整備</li> </ul>
⑭被災地における包括的な支援により自殺を防ぐ	<ul style="list-style-type: none"> <li>「岩手県こころのケアセンター」、「地域こころのケアセンター」を中心とした被災者支援</li> <li>「いわてこどもケアセンター」を中心とした、子どもの心のケアの取組</li> <li>被災者の見守り支援、傾聴サロン活動等</li> <li>被災地における民間団体の活動の充実・強化</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>《市町村》</li> <li>岩手県こころのケアセンター及びいわてこどもケアセンターとの連携による被災者支援</li> <li>被災者の健康の維持増進</li> <li>《医療機関》</li> <li>災害対応を行う自治体職員や被災者支援に携わる者に対する健康面のチェック等</li> <li>《民間団体》</li> <li>傾聴サロンの運営</li> <li>傾聴活動ほか、被災者の見守り支援</li> <li>被災地支援に携わる者へのサポート</li> </ul>