

～こころといのちのサポートプラン～

(多摩市自殺対策推進計画)

(第2期)

～誰も自殺に追い込まれることのない

多摩市の実現を目指して～



令和6年3月策定

【計画期間：令和6年（2024年）4月～

令和11年（2029年）3月】

多摩市

はじめに

多摩市長挨拶文
(調整中)

目次

はじめに

第1章 多摩市自殺対策推進計画の改定にあたって	1
(1)多摩市における自殺の状況.....	1
(2)国及び東京都の自殺対策.....	2
(3)これまでの市の自殺対策の取組と評価.....	3
(4)市における今後の自殺対策の基本的な考え方.....	12
(5)計画の位置付け.....	14
(6)計画の期間.....	15
(7)計画の数値目標.....	16
第2章 多摩市の自殺の現状(特徴)	19
(1)自殺者数の推移.....	20
(2)自殺死亡率の推移.....	21
(3)年齢階級別の自殺者数の推移.....	22
(4)自殺者の年齢構成.....	25
(5)職業別の自殺者数の推移.....	26
(6)原因・動機別の自殺者数の推移.....	27
(7)自殺者の自殺未遂歴の状況(自殺未遂歴の有無の男女比較).....	29
(8)地域自殺実態プロフィール(2022)より.....	31
第3章 多摩市における今後の取組の方向性と施策(いのち支える自殺対策における取組)	38
(1)地域での実践的な取組への支援を強化する.....	38
(2)市民一人ひとりの気付きと見守りを促す.....	38
(3)自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る.....	40
(4)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.....	41
(5)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.....	42
(6)社会全体の自殺リスクを低下させる.....	42
(7)自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ.....	45
(8)遺された方への支援を充実する.....	45
(9)地域のつながりや関係団体との連携を強化する.....	46
(10)子供・若者の自殺対策を更に推進する.....	48
(11)勤務問題による自殺対策を更に推進する.....	51
(12)女性の自殺対策を更に推進する.....	51
(13)各種取組の各段階別事業計画.....	54

第4章 自殺対策の推進体制	61
(1)自殺対策組織.....	61
(2)多摩市版地域包括ケアシステム	62
参考資料.....	63
(1)自殺対策基本法	63
(2)健康福祉推進本部設置要綱.....	67
(3)自殺対策庁内連絡会設置要綱.....	69
(4)多摩市自殺対策推進計画(第2期)の策定に至るまでの検討経過	71
(5)市民からの意見聴取.....	72
(6)パブリックコメント.....	79

第1章 多摩市自殺対策推進計画の改定にあたって

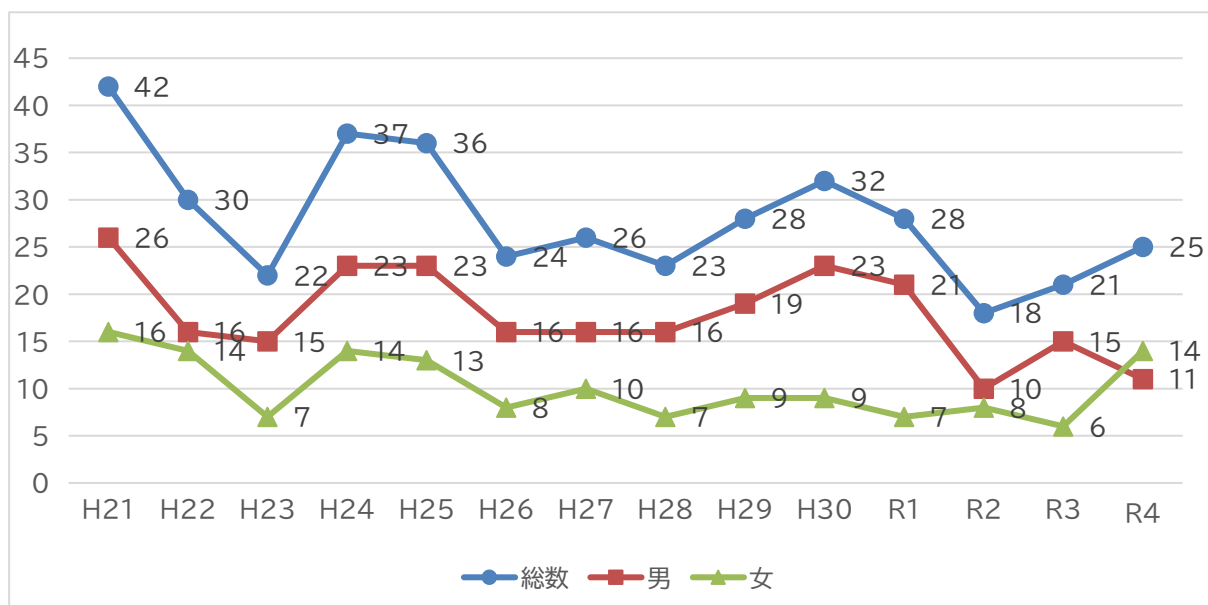
(1)多摩市における自殺の状況

- 厚生労働省自殺対策推進室が警察庁から提供を受けた自殺データに基づいて作成した「地域における自殺の基礎資料」によれば、多摩市(以下「市」という。)の自殺者数は平成21年の42人をピークに一時減少傾向にありましたが、平成24年に37人、平成25年に36人と増加に転じました。以降は30人前後で減少と増加を繰り返した後、新型コロナウイルス感染症が流行し始めた令和2年以降は、令和2年は18人、令和3年は21人、令和4年は25人と、年々増加しているものの、令和元年以前と比較して減少しています。

男女別の内訳を見ると、令和2年が男性10人、女性8人、令和3年が男性15人、女性6人と全国の傾向と同じく男性が多い状況でしたが、令和4年は男性11人、女性14人と、令和4年に女性の自殺者が男性の自殺者を上回りました。

- 年代別で見ると、50歳以上の割合は、令和2年が78%、令和3年が57%、令和4年が52%と、近年は比較的中高年層の割合が高いことが伺えましたが、令和4年は年齢層が幅広く、20歳代の若年層の割合が上昇しました。
- また、市における小学生、中学生、高校生、大学生、専修学校生等(以下「児童・生徒・学生」という。)の自殺者数は、直近の5年は0人から2人で推移しており、令和3年に2人、令和4年に1人と近年に発生しています。

図1 男女別の自殺者数の年次推移(多摩市・住居地)



資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成

(2)国及び東京都の自殺対策

- 平成18年に、「自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、併せて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与すること」を目的として、日本で自殺対策に関する初めての法律である自殺対策基本法(以下「基本法」という。)が公布・施行されました。
- 平成19年には、基本法に基づき、政府が推進すべき自殺対策の指針として自殺総合対策大綱¹(以下「大綱」という。)が策定されました。
- 大綱の策定後、平成24年に初めて全体的な見直しが行われ、「自殺総合対策大綱～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～」が閣議決定されました(第2次大綱)。
- 基本法の施行から10年の節目にあたる平成28年には、「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、自殺対策を更に総合的かつ効果的に推進するため、基本法が改正・施行されました。
- 大綱については、政府が推進すべき自殺対策の指針としての性格に鑑み、社会経済情勢の変化、自殺をめぐる諸情勢の変化、大綱に基づく施策の推進状況や目標達成状況等を踏まえ、概ね5年を目途に見直しを行うこととされており、平成29年には、基本法の改正や国の自殺の実態を踏まえ、大綱の抜本的な見直しが行われました(第3次大綱)。
- そして、平成29年に行われた大綱の見直しから5年が経過した令和4年10月には、新たな大綱が閣議決定されました(第4次大綱)。

<第4次大綱(令和4年10月14日閣議決定)のポイント>

【子ども・若者の自殺対策の更なる推進と強化】

- ・自殺等の事案について詳細な調査や分析を進め、自殺を防止する方策検討
- ・子どもの自殺危機に対応していくチームとして学校、地域の支援者等が連携し自殺対策にあたることのできる仕組み等の構築
- ・命の大切さ・尊さ、SOS の出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応等を含めた教育の推進
- ・学校の長期休業時の自殺予防強化、タブレットの活用等による自殺リスクの把握やプッシュ型支援情報の発信
- ・令和5年4月に設立された「こども家庭庁」と連携し、子ども・若者の自殺対策を推進する体制を整備

【女性に対する支援の強化】

- ・妊産婦への支援、コロナ禍で顕在化した課題を踏まえた女性の自殺対策を「当面の重点施策」に新たに位置付けて取組を強化

¹ 自殺総合対策大綱:国の自殺対策指針

【地域自殺対策の取組強化】

- ・地域の関係者のネットワーク構築や支援に必要な情報共有のためのプラットフォームづくりの支援
- ・地域自殺対策推進センター²の機能強化

【総合的な自殺対策の更なる推進・強化】

- ・新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進
- ・国、地方公共団体、医療機関、民間団体等が一丸となって取り組んできた総合的な施策の更なる推進・強化

- 東京都では、第4次大綱の決定を受け、令和5年3月に「東京都自殺総合対策計画(第2次)」が策定されました。
- 東京都の第2次計画では、自殺の状況やこれまでの取組を踏まえ、計画期間中に以下の6つの重点項目に集中的に取り組むこととしています。

- ① 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぎ、地域で安定した生活が送れるよう、継続的に支援する
- ② 悩みを抱える方を早期に適切な支援窓口につなげる取組を強化する
- ③ 働き盛りの男性が孤独・孤立を深めることなどにより、自殺に追い込まれることを防ぐ
- ④ 困難を抱える女性への支援を更に充実する
- ⑤ 児童・生徒・学生をはじめとする若年層が自殺に追い込まれることを防ぐ
- ⑥ 遺された方への支援を強力に推進する

(3)これまでの市の自殺対策の取組と評価

- 本市は、平成25年度から総合的な自殺対策を開始し、平成26年8月に自殺対策取組方針を策定(平成26年度～平成28年度3か年の取組方針、及び平成29年度～平成30年度2か年の取組方針)し、自殺対策に取り組んできました。
- 平成31年3月には、「いのちとこころのサポートプラン(多摩市自殺対策推進計画)」を策定し、市の自殺対策に係る取組を計画的に推進し、関係機関との連携や協力を深め、“誰も自殺に追い込まれることのない多摩市の実現を目指して”各施策を進めてまいりました。
- 自殺対策の取組では、事前予防(一次予防)、危機対応(二次予防)、事後対応(三次予防)の段階ごとに対策を進めるとともに、全体的予防介入、選択的予防介入、個別的予防介入という対象ごとの対策を効果的に組み合わせることで、以下の対策を講じてきました。

² 地域自殺対策推進センター 都道府県及び指定都市が設置し、保健・福祉・医療・労働・教育・警察等関係機関と連携を図りながら、市町村等に対し適切な助言や情報提供等を行うとともに、地域における自殺対策関係者等に対し研修等を行う。(「地域自殺対策推進センター運営事業実施要綱」(社援発0401第18号令和2年4月1日厚生労働省社会・援護局長通知別紙))

- ・全体的予防介入:リスクの度合いを問わず、万人を対象とする対策
- ・選択的予防介入:自殺行動のリスクの高い人々を集団として捉え、その集団を対象とする対策
- ・個別的予防介入:自殺リスクの高い個人を対象とする対策

- また、全国的に若年層の死亡要因の第1位は自殺であり、少子化社会の中で大きな課題であることから、若年層の自殺者減少を目指し、自殺予防対策を重点的に講じてきました。

【市の自殺対策の取組方針】

事前予防 (二次予防)	心身の健康の保持増進についての取組、自殺や精神疾患についての正しい知識の普及啓発等、自殺の危険性が低い段階で予防を図る。 ◇ 普及啓発事業 ・ メンタルチェックシステム「こころの体温計」の運用〔全体的予防介入〕 ・ 講座・講演会の実施〔全体的予防介入〕 ・ 自殺対策強化月間における啓発事業の実施〔全体的予防介入〕
危機対応 (二次予防)	現に起こりつつある自殺の危険に介入し、自殺を防ぐ。 ◇ 人材養成事業(ゲートキーパー養成事業)〔全体的予防介入・個別的予防介入〕 ◇ 相談窓口・支援体制の充実〔全体的予防介入〕 ◇ 対象に応じた取組事業 ・ 例:産前産後に悩んでいる方やその周囲の人々〔選択的予防介入〕
事後予防 (三次予防)	自殺企図を繰り返させない。 ◇ 遺族へのケアと支援の充実 ・ わかち合いの会の開催・運営〔個別的予防介入〕 ・ 市民への普及啓発〔全体的予防介入〕 ◇ 未遂者へのケアと支援の充実 ・ 市内医療機関に相談先に関する資料の配付協力 ・ 関係機関による自殺未遂者支援ネットワーク会議の実施 ◇ 身近な人の自殺や自殺未遂に遭遇した方への支援
対応 若年層	◇ 学校における取組〔選択的予防介入〕 ・ 中学1年生向け小冊子事業 ◇ 若年層対象の取組〔選択的予防介入〕 ・ 普及啓発活動 ・ 「職員のためのゲートキーパーマニュアル」の配付

1. 事前予防(一次予防)

① メンタルチェックシステム「こころの体温計」の実施

- パソコンやスマートフォン、携帯電話を利用して気軽にメンタルヘルスチェックができるシステムとして平成 25 年 12 月より導入。「本人」「家族」「赤ちゃんママ」「ストレス対処法タイプテスト」「アルコールチェック」の 5 種類のモードでスタート。平成 26 年度「自死遺族ケア」「いじめのサイン」「DV啓発」「こころのエンジン」「認知症」(2 種)「メタボチェック」「活動量+引き算ダイエット」「糖尿病」の 9 種のモードを追加。平成 27 年度「こころのエンジン」モードを追加。平成 29 年度「脂質異常症」「高血圧症」モードを追加。

平成30年度からスマートフォン向けアプリの導入を実施。令和2年度に同アプリが終了し、現在は市ホームページからアクセス可能。

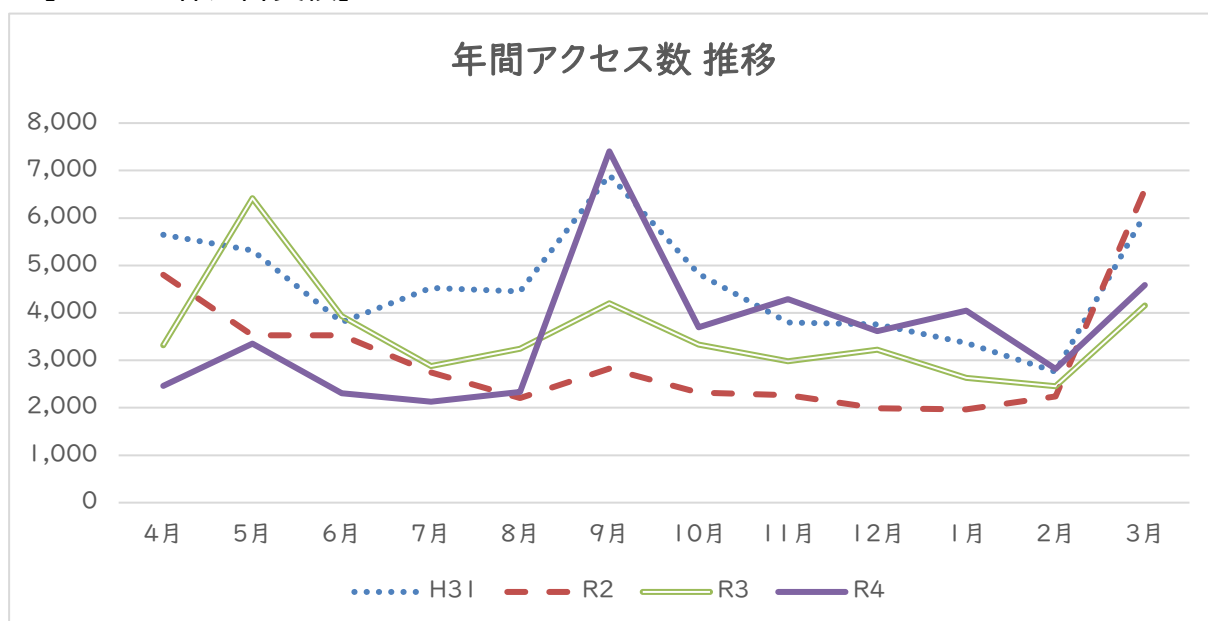
- アクセス数は年間を通じて恒常的にあるものの、平成30年度以前より減少しており、他自治体でも導入が進んだ結果の減少と考えられます。

月別にみると自殺対策強化月間の9月と3月の利用者が多くなっています。

また、直近の年度では3月から5月にかけての利用者が増加しており、就職や進学等の環境の変化に伴うことその他、新型コロナウイルス感染症や著名人の自殺の影響を受けて、こころの健康を気に掛ける人が増加している事が考えられます。

	総アクセス数	月平均	市内利用者	月平均
元年度	55,227	4,602	32,865	2,738
2年度	37,009	3,084	23,826	1,985
3年度	42,771	3,564	23,377	1,948
4年度	43,030	3,586	24,868	2,072

【こころの体温計実績】



② 講座・講演会の実施

- 様々な市民の方が興味を持てるよう、自殺対策に係る幅広いテーマで普及啓発を行いました。実施に際しては公民館と児童青少年課と連携しました。

自殺対策講座・自殺対策講演会				
	事業名	講座名	対象	参加人数
元年度	自殺対策講演会	ひきこもりに関する講演会	市民	181人
2年度	自殺対策講演会	自殺対策講演会・監督トーク・映画上映会	市民	157人
		ひきこもりに関する講演会	市民	48人
		子どもの貧困に関する市民向け講演会	市民	51人
3年度	自殺対策講座	デスクカフェ講座	市民	22人
	自殺対策講演会	もしも「死にたい」と言われたら自殺企図・自殺未遂の方の受けとめと対応	市民	72人
		ひきこもりに関する講演会	市民	53人
		子ども・若者オンラインワークショップ	市民	23人
4年度	自殺対策講座	デスクカフェを体験してみよう	市民	23人
	自殺対策講演会	こころがホッとする居場所がありますか～ひきこもりの方への向き合い方～	市民	64人
			合計	694人

③ 自殺対策強化月間における啓発事業の実施

- 毎年9月と3月は東京都の自殺対策強化月間に位置付けられており、市では東京都と連携して市内主要駅で街頭啓発活動を実施し普及啓発に取り組みました。

街頭啓発活動				
	事業名	実施場所	対象	参加人数
2年度	街頭啓発活動	聖蹟桜ヶ丘駅、永山駅、多摩センター駅、唐木田駅	事務局、都職員、南多摩保健所職員、民生委員	30人
3年度	街頭啓発活動	聖蹟桜ヶ丘駅、多摩センター駅	事務局、女性センター職員、都職員、南多摩保健所職員、民生委員、保護司	35人
4年度	街頭啓発活動	聖蹟桜ヶ丘駅	事務局、女性センター職員、都職員、民生委員	21人
			合計	86人

2. 危機対応(二次予防)

① ゲートキーパー³養成等各種講座の実施

- 人財養成としてのゲートキーパー講座を職員及び市民向けに実施しました。

ゲートキーパー講座				
	講座名	内容	対象	参加人数
元年度	教職員向け研修	インターネット・ゲートキーパーの現場から見える 若者のSOSの出し方・受け止め方	教職員	36人
2年度	教職員向け研修	中学1年生向け自殺予防小冊子の授業活用	教職員	※中止
	市民向け研修動画	悩んでいる人にどう気づき、どうかかわるか	市民・教職員・民生委員	104人
3年度	教職員向け研修	児童生徒の SOS にどう気づき対応するか(リモート実施)	教職員	11人
4年度	教職員向け研修	子ども・若者の自殺 生きづらさを抱える人と出会う	教職員	11人
	専門職向けゲートキーパー研修動画	民生委員・市民団体	民生委員・市民団体	54人
			合計	216人

② 市職員向けメンタルヘルス研修の実施

- 市職員を対象に、自殺とうつ病の関係やゲートキーパーの役割、職員自身のメンタルヘルス等の研修を心理士や産業医を講師に招き実施しました。

メンタルヘルス研修				
	講座名	内容	対象	参加人数
元年度	メンタルヘルス研修(人事課主催)	メンタルヘルスに関する基礎知識、ストレス予防(計4回)	市職員	148人
2年度	メンタルヘルス研修(人事課主催)	メンタルヘルスに関する基礎知識、ストレス予防(計4回)	市職員	141人
3年度	メンタルヘルス研修(人事課主催)	メンタルヘルスに関する基礎知識、ストレス予防(計1回)	市職員	25人
4年度	メンタルヘルス研修(人事課主催)	メンタルヘルスに関する基礎知識、ストレス予防(計2回)	市職員	60人
			合計	374人

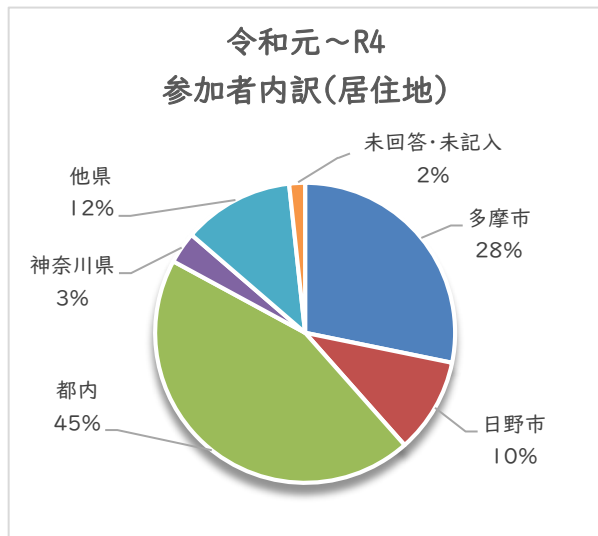
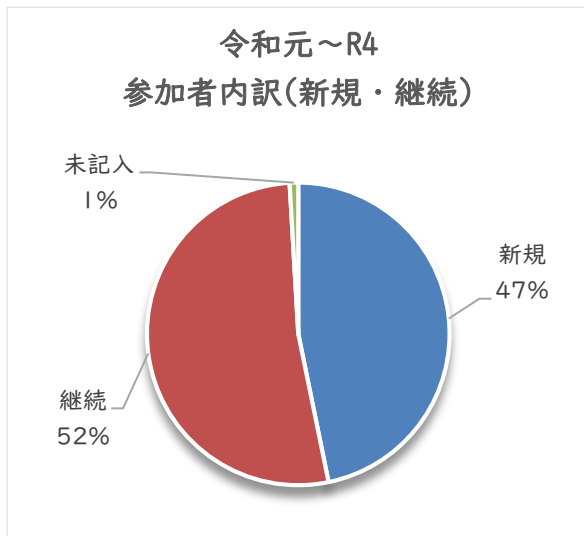
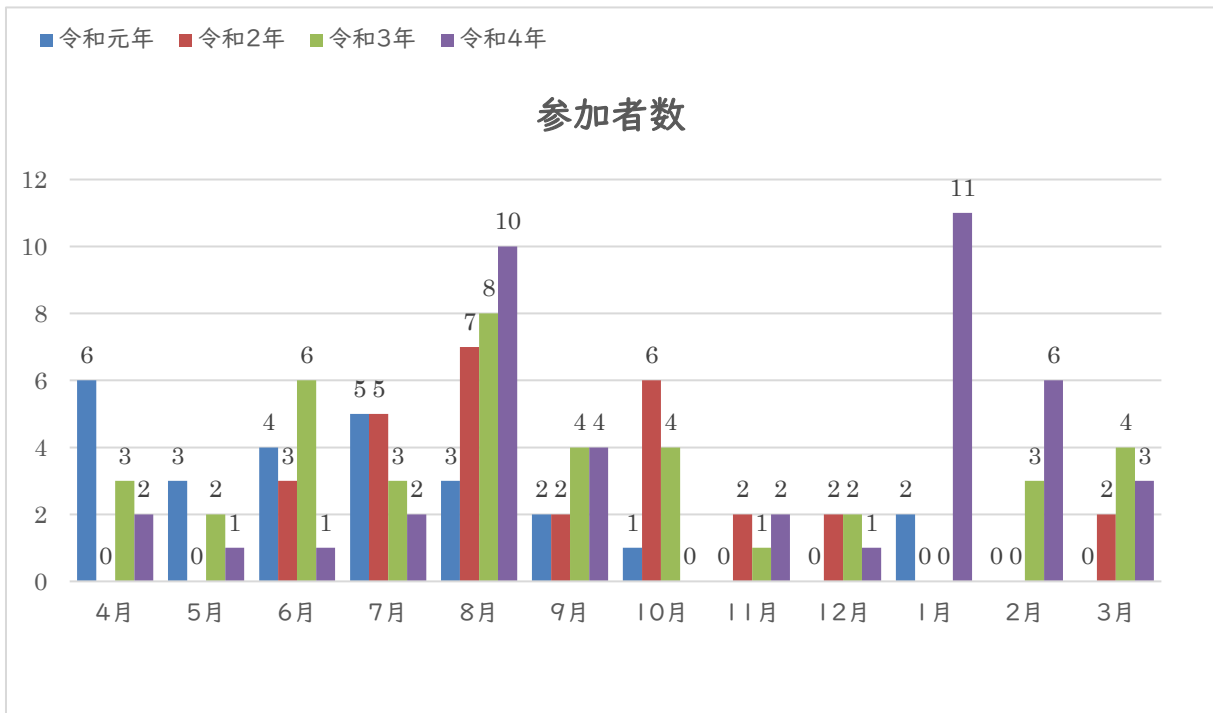
³ ゲートキーパー 地域や職場、教育、その他の様々な分野において、身近な人の自殺のサインに気づき、その人の話を受止め、必要に応じて専門相談機関へつなぐなどの役割が期待される人

3. 事後予防(三次予防)

① わかち合いの会の開催

- 平成26年度より、日野市と共催で実施し、現在の会の運営は NPO 法人全国自死遺族支援センターに委託しています。毎年参加者の約4割が新規参加者です。2市共催で実施することで広域的な支援につながり、他市に在住している自死遺族の方も参加しやすくなっています。

なお、参加者が「0」の部分は、参加者がいなかった場合と、新型コロナウイルス感染症の影響で開催を中止にした場合が存在します。



② 自殺未遂者支援に係る「相談先一覧リーフレット」の配布

- 自殺未遂者が救急搬送される市内医療機関へ相談先に関する資料の配付協力を実施していきます。

「相談先一覧リーフレット」の配布		
	事業名	対象
3年度	自殺未遂者支援に係る「相談先一覧リーフレット」の配布	市内医療機関 3カ所
4年度	自殺未遂者支援に係る「相談先一覧リーフレット」の配布	市内医療機関 3カ所 多摩消防署

③ 自殺未遂者支援ネットワーク会議の実施

- 自殺未遂者は自殺の再企図の可能性が高く、自殺のハイリスク者と言われることから対策が必要とされています。自殺未遂者へのこころのケアを早期に行うために、警察、消防、医療、保健所といった関係機関と連携し、自殺未遂者の支援について検討する仕組み作りを令和4年度から開始しました。

自殺未遂者支援ネットワーク会議				
	事業名	内容	対象	参加人数
4年度	自殺未遂者支援ネットワーク会議	・市の自殺の現状報告 ・他自治体未遂者対策事例報告 ・自殺未遂者に対する関係機関の役割・対応方法について	市職員・南多摩保健所・東京都福祉保健局・多摩中央警察署・多摩消防署	16人
			合計	16人

4. 若年層対応事業

① 相談先の啓発事業の実施

- 心の健康や自殺防止に関する情報と相談先一覧を記載した付箋紙を作成し、市内中学校や公共施設、自殺対策講座等で配付しました。
- 自分の心の健康状態に目を向けられるように、心の健康をチェックできる「こころの体温計」の周知カードを市内中学校及び公共施設へ配布しました。

年度	配付数
元年度	4,279 枚(付箋紙+周知カード)
2年度	4,028 枚(付箋紙+周知カード)
3年度	※送付なし
4年度	3,060 枚(周知カード)

② 若年層向け講演会の実施

- 子どもに関わる大人や、市内の若年層が自殺に関する正しい知識を学び、自身の心の健康について考える時間を設け、若年層の自殺防止を図ります。

自殺対策講演会(若年層向け)				
	事業名	講座名	対象	参加人数
元年度	若年層向け自殺対策講演会	命と人権の授業	中学校生徒・教職員・保護者・地域住民	843人
2年度	若年層向け自殺対策講演会	自分と相手を大切にするコミュニケーション～ころといのちの相談の経験から～	市民	14人
3年度	若年層向け自殺対策講演会	誰も自殺に追い込まれることのない生き心地のよい“多摩市”を目指して(動画配信)	市民・教職員・市職員・民生委員・保護司	113人
4年度	若年層・女性向け自殺対策講座	生きづらさを抱える女性のメンタルヘルスとセルフケア～“いきづらさ”から“いごちのよさ”へ～	市民・民生委員	21人
			合計	991人

③ 中学1年生向け小冊子事業の実施

- 若年層への対策として、中学1年生に「命の大切さ」を伝えるとともに、子ども自身が自殺を予防する行動を取れる能力を身に付けられるよう、心の健康や生活上の困難やストレスに直面したときの対処方法等の知識を広める事業として、平成26年度より継続して実施しています。平成28年度からは、市内私立中学校2校を含め全11校で実施しています。

	アンケート回収数 (対象生徒数)	誰かに悩みを相談していますか？			
		活用事業 前		後	
		相談する (合計)	相談 しない	相談する (合計)	相談 しない
元年度	665人(人)	911	69	1,075	56
2年度	978人(人)	1,354	133	1,559	96
3年度	835人(人)	1,148	113	1,290	90
4年度	823人(人)	1,133	101	1,320	77
合計	3,301人(人)	4,546	416	5,244	319

5. これまでの取組の評価

- 国は平成29年の自殺総合対策大綱において、令和8年度(2026年)までに、自殺死亡率を平成27年と比較して30%以上減少させることを数値目標としていました。
- 東京都でも、大綱の数値目標に合わせ、平成27年と比較して30%以上減少させることを目標としていました。
- 本市においても、国、都と足並みを揃え、令和8年度(2026年)までに平成27年と比較して30%以上減少させることを目標とし、目標値として自殺死亡率12.3以下を目標とすることを多摩市自殺対策推進計画で決めました。

【自殺死亡率の目標と結果】

	平成27年 自殺死亡率		結果 令和4年 自殺死亡率	目標値 令和8年の自殺死亡率
全国	18.5	→	17.4	13.0以下
東京都	17.4	→	16.3	12.2以下
多摩市	17.6	→	16.95	12.3以下

※上記表では、全国及び東京都は人口動態統計の数値を使用しており、多摩市は自殺統計を使用しています

- 上記表のとおり、令和4年の自殺死亡率は、16.95となり、現時点では目標値を達成するには至りませんでした。
- 自殺死亡率は、人口と自殺者数の増減によるため、本市の人口規模では数人の自殺者数で大幅に変動し、自殺者一人当たりおよそ0.7の増減となります
- また、自殺者数の5年間の変動では、多い年は32人(自殺死亡率21.52)、少ない年は18人(自殺死亡率12.09)という状況でした。
- 自殺は複合的な要素が絡み合って生じたことであり、具体的な原因を特定することは困難ですが、新型コロナウイルス感染症の影響で全国の自殺者数が増加に転じた際、本市では例年より減少する結果となりました。
- 減少した要因としては、これまで取り組んできた講演会や研修による市民・市職員・関係機関のゲートキーパーの養成や、市内学校と連携したSOSの出し方に関する教育、自殺未遂者支援ネットワーク会議の開催、自死遺族支援の推進など、幅広く実施してきた自殺対策事業の結果だと言えます。
- 令和2年度からは、たま広報で自殺防止に係る周知の回数を増やしたことや、LINEやTwitterなどSNSを活用した情報周知を新規に開始したことで、必要とされている方に情報が届きやすくなったことが伺えます。
- しかし、目標値を達成していないことを踏まえ、今後も自殺の危機的要因を抱える人々に向けた支援を実施し、着実に自殺対策を進めてまいります。

(4)多摩市における今後の自殺対策の基本的な考え方

- 平成29年12月、国の自殺総合対策推進センターは、地域自殺対策の推進において全ての自治体で取り組むことが望ましい5つの「基本施策」と、自殺総合対策大綱を踏まえて地域における優先的課題となりうる8つの「重点施策」を示しました。令和2年4月からは、いのち支える自殺対策推進センター(以下、JSCP)が旧自殺総合対策推進センターから事業を引き継ぎ「地域自殺対策政策パッケージ⁴」と「地域自殺実態プロフィール⁵」の作成ならびに自治体への提供を行っています。
- 多摩市では、「地域自殺実態プロフィール」より、「地域の自殺の特徴」として、上位5区分の性・年代等の特性と失業や生活苦など「背景にある主な自殺の危機経路」に基づき、4つの重点施策が国から示されました(P13 参照)。

【地域の主な自殺者の特徴】(特別集計(自殺日・住居地、H29～R3 合計))

上位5区分	自殺者数 5年計 (人)	割合	自殺死亡率* (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路**
1位: 男性 60歳以上無職独居	13	10.2%	115.3	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
2位: 男性 40～59歳有職同居	13	10.2%	16.7	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺
3位: 男性 40～59歳無職独居	11	8.7%	343.5	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺
4位: 男性 60歳以上有職同居	9	7.1%	23.8	①【労働者】身体疾患+介護疲れ→アルコール依存→うつ状態→自殺 ②【自営業者】事業不振→借金+介護疲れ→うつ状態→自殺
5位: 女性 40～59歳無職同居	9	7.1%	20.4	近隣関係の悩み+家族間の不和→うつ病→自殺

順位は自殺者数の多さに基づき、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順としています。

*自殺死亡率の母数(人口)は令和2年の国勢調査を元に JSCP にて推計しています。

**「背景にある主な自殺の危機経路」は自殺実態白書 2013(ライフリンク)を参考にしています。

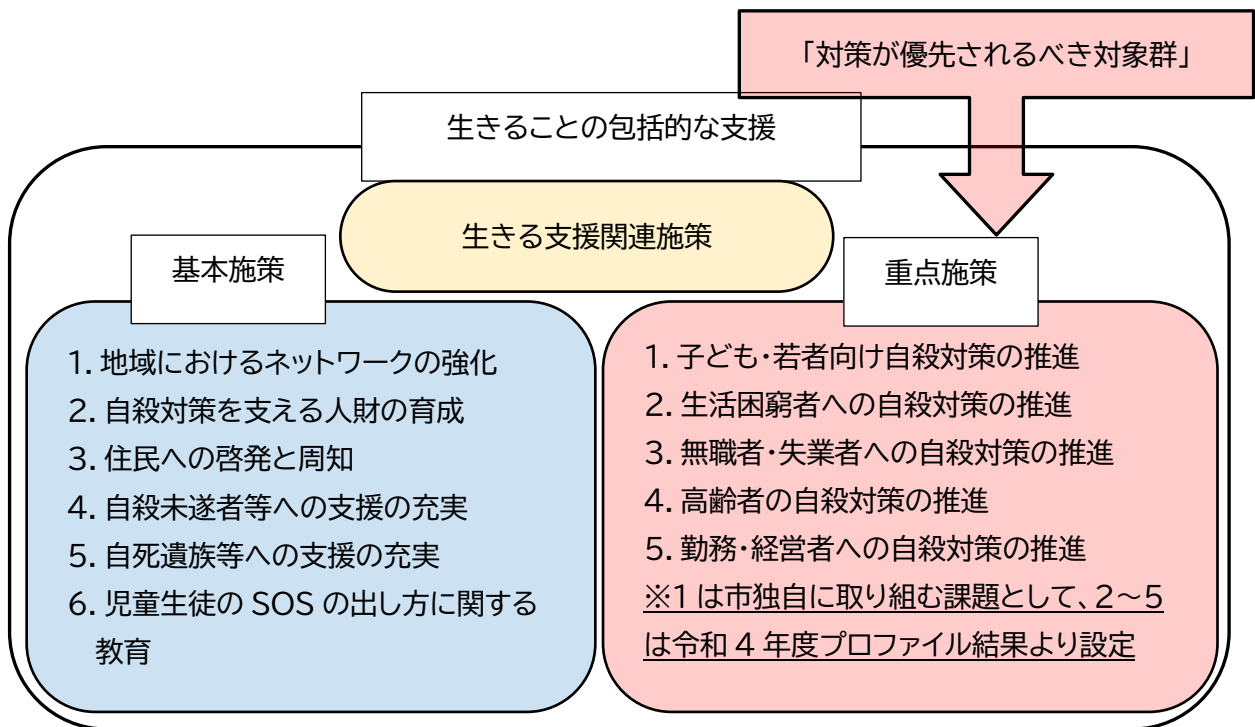
- 市の自殺の現状やこれまでの取組を踏まえ、本計画の計画期間中においては、全ての自治体が共通して取り組むべき「基本施策」と、本市の実態を踏まえ優先されるべき国が示した「重点施策」の両施策に集中的に取り組むことで、「生きることの包括的な支援」として自殺対策を推進していきます。あわせて、実施した自殺対策事業の成果等を分析し、その結果を踏まえ事業の改善を図るなど、PDCA サイクルを通じ、施策の不断の見直しを実施します。
- 当市の児童・生徒等の自殺者数は、平成29年度から令和3年度までの5年間で

⁴ 地域自殺対策政策パッケージ:「基本」と「重点」から構成され、「基本」は、全国的に実施されることが望ましい5つの施策。「重点」は自殺総合対策大綱で示された施策を勘案し、各自治体において優先的な課題としてなりうる施策

⁵ 地域自殺実態プロフィール:自治体ごとの自殺の実態を詳細に分析したデータ

5人おり、0人ではありません。令和4年4月1日に「多摩市子ども・若者の権利を保障し支援と活躍を推進する条例」を施行し、全ての子ども・若者（おおむね30歳代までの市民）が、自分自身を認めるとともに、他者と互いに認め合いながら、将来にわたり希望を持って成長することができるまちの実現を目的としています。また、第六次多摩市総合計画において子どもの成長をみんなで支え、ともに生きるまちの実現を目指しています。これらを踏まえ、国が示した4つの重点施策に「子ども・若者」を加え、子ども・若者向け自殺対策をさらに推進していきます。

- 計画は5か年単位としていますが、プロフィール等のデータの更新があった場合には、地域の実情に合わせて柔軟な対応を行います

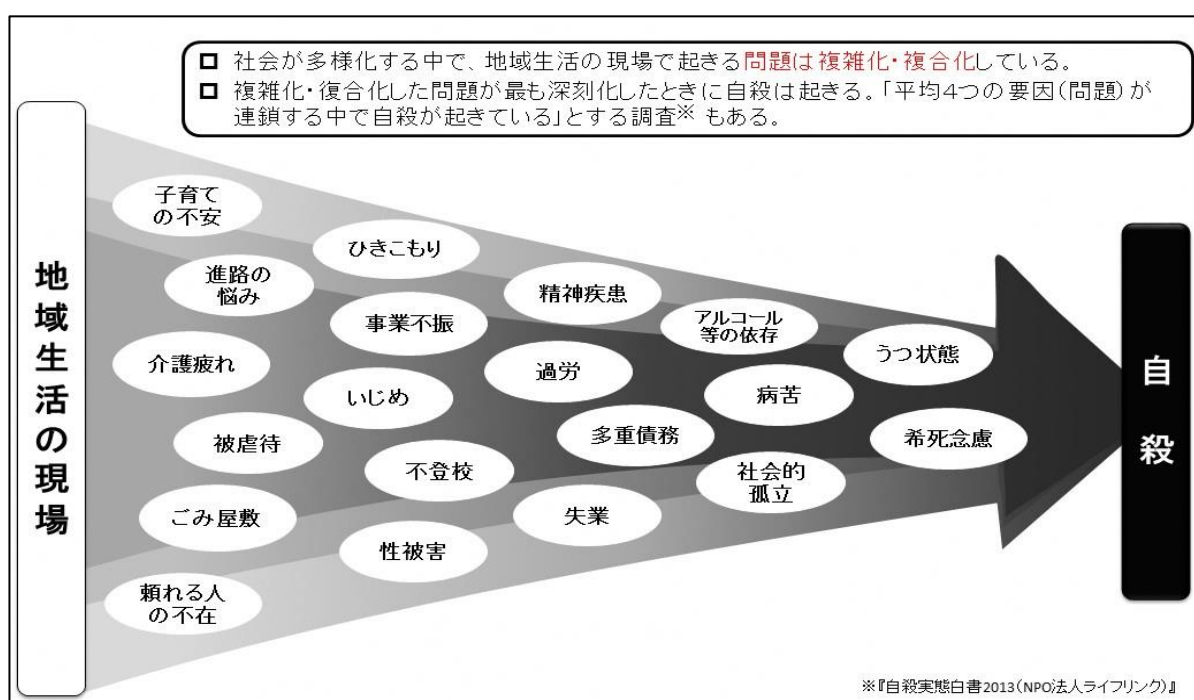


【基本施策】※令和5年度に地域自殺対策政策パッケージを見直し、項目の変更・追加あり

1	地域におけるネットワークの強化	市、関係機関、企業、市民が連携・協働し、総合的に自殺対策を推進する
2	自殺対策を支える人財の育成	様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対しての早期の「気づき」を学ぶ、人財育成を充実させる
3	住民への啓発と周知	「気づき」から適切な支援につなげるために、地域住民への自殺対策に係る情報提供を強化する
4	自殺未遂者等への支援の充実 (NEW)	自殺の再企図の可能性が高いハイリスク者への対策として、こころのケアを早期に講じる
5	自死遺族等への支援の充実 (NEW)	身近な人を自死で亡くされた方が集まり、ありのままの胸の内を語り合い、支え合う場を提供する
6	児童生徒の SOS の出し方に関する教育	命や暮らしの危機に直面したときに、誰にどう助けを求めればいいのかを学ぶ教育を推進する

【重点施策】

1	子ども・若者向け自殺対策の推進	若年層の抱える悩みは多様で子どもから大人への移行期には特有の大きな変化があることから、ライフスタイルや生活の場に応じた支援を行う。
2	生活困窮者への自殺対策の推進	経済的困窮に加えて他人や社会との関係性の貧困があり、広範にわたる問題を多様な視点で支援する
3	無職者・失業者への自殺対策の推進	勤労世代無職者の自殺死亡率は同世代有職者に比べ高く、離職・長期間失業等経済的な問題を支援する
4	高齢者の自殺対策の推進	健康問題に対する不安、閉じこもりや抑うつ状態になりやすく、孤立・孤独に陥りやすい状態をケアする
5	勤務・経営者への自殺対策の推進 (NEW)	職場の人間関係や長時間労働、転勤の環境変化等、勤務上の問題に対して適切な相談・支援先につなげる

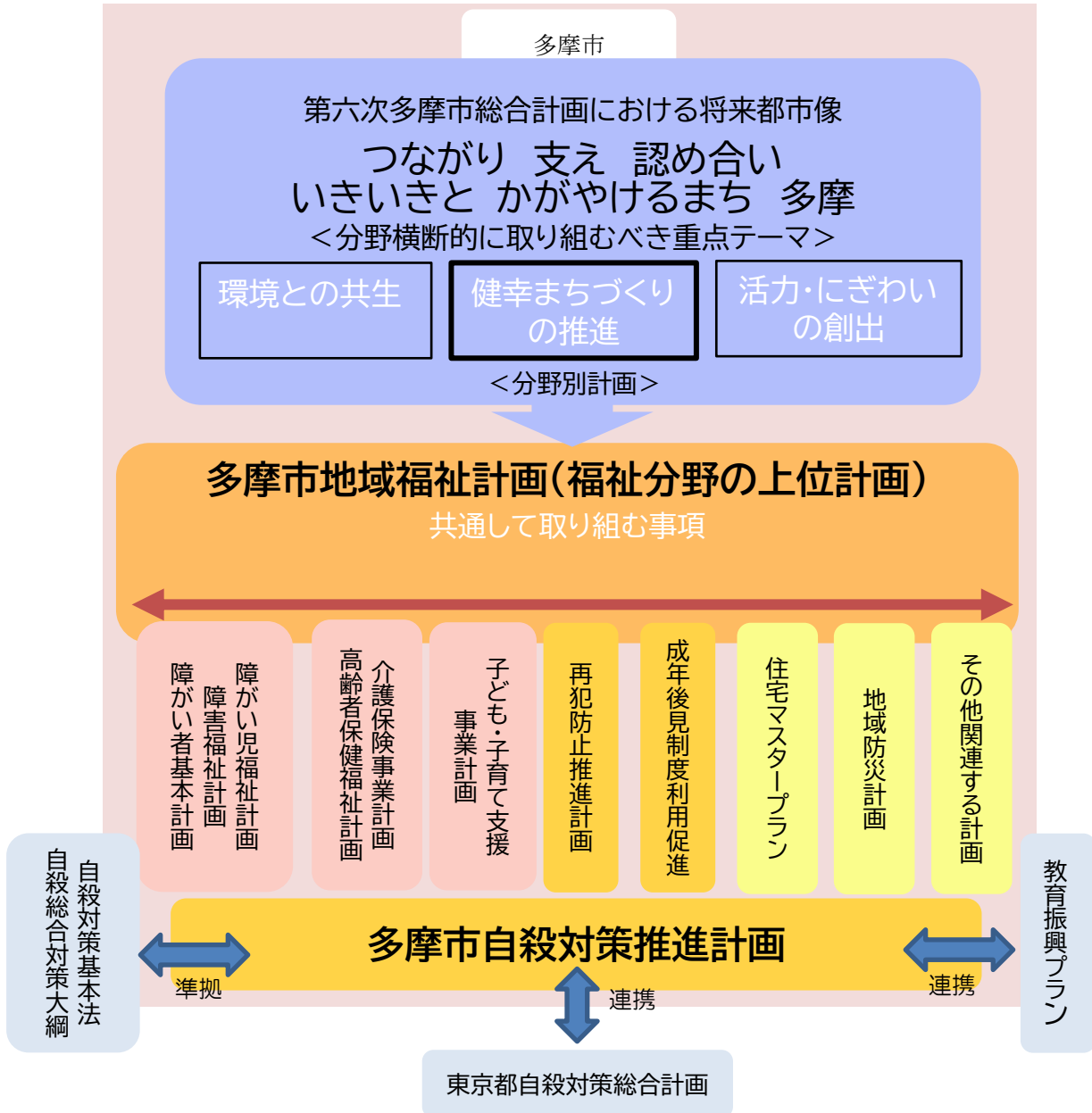


参考：自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料）

(5)計画の位置付け

- 本計画は、国の定める自殺総合対策大綱を踏まえ、自殺対策基本法第13条第2項に定める「市町村自殺対策計画」です。
- 本市では、「第六次多摩市総合計画」を最上位計画とし、「健幸まちづくりの推進」をはじめとする3つの分野横断的な重点テーマへの取り組みと、分野別の取り組みを通じて、将来都市像「つながり 支え 認め合い いきいきと かがやけるまち多摩」の実現を目指しています。
- 本計画は、これらを踏まえながら、福祉分野の関連計画(個別計画)の上位計画に位置付けられる地域福祉計画との調和に配慮した計画の一つとして位置づけ、地域福祉にかかわる各分野別計画や関連計画、東京都自殺総合対策計画との連携を図っていきます。

【他計画との関係性】



(6)計画の期間

- 国が定める自殺総合対策大綱では、大綱に基づく施策の推進状況や目標達成状況等を踏まえ、おおむね5年に一度を目途に見直しを行うとしています。
- 東京都においては、東京都自殺総合対策計画の計画期間が令和5年(2023年)度から令和9年(2027年)度までの5年計画としています。
- このことは、国・都ともに自殺の実態、社会状況の変化、施策の進捗等を踏まえ、計画を改定していくことを表しています。
- これらを踏まえ、本計画期間は、令和6年(2024年)度から令和10年(2028年)度までの5年間とします。
- ただし、自殺の実態の分析結果や社会情勢の変化等を踏まえ、評価・検証を行いながら、適宜内容の見直しを行うこととします。

(7)計画の数値目標

- 自殺対策基本法で示されているように、自殺対策を通じて最終的に目指すことは、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現です。国の自殺総合対策大綱では、引き続き令和8年(2026年)までに、自殺者及び自殺死亡者を平成27年(2015年)と比べて30%以上減少させることと定めています。
平成27年の自殺死亡率は18.5であり、それを30%以上減少させると13.0以下となります。
- 東京都においても、大綱における全国の数値目標に合わせ、令和8年(2026年)までに自殺死亡者を平成27年と比較して30%以上減少させることを目標としています。平成27年の自殺死亡率は17.4であり、それを30%以上減少させると12.2以下となります。また自殺者数では、平成27年の自殺者数は2,290人であり、それを30%以上減少させることで1,600人以下を目標値としています。
- 本市においても、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指すためには、国・都と足並みを揃えてそれぞれの目標値に向かって推進していくこと必要があることから、引き続き自殺死亡率30%減少を目標とし、平成27年の自殺死亡率17.6(人数26人)を、令和8年(2026年)までに自殺死亡率12.3(人数18人)以下まで減少させることを目指します。

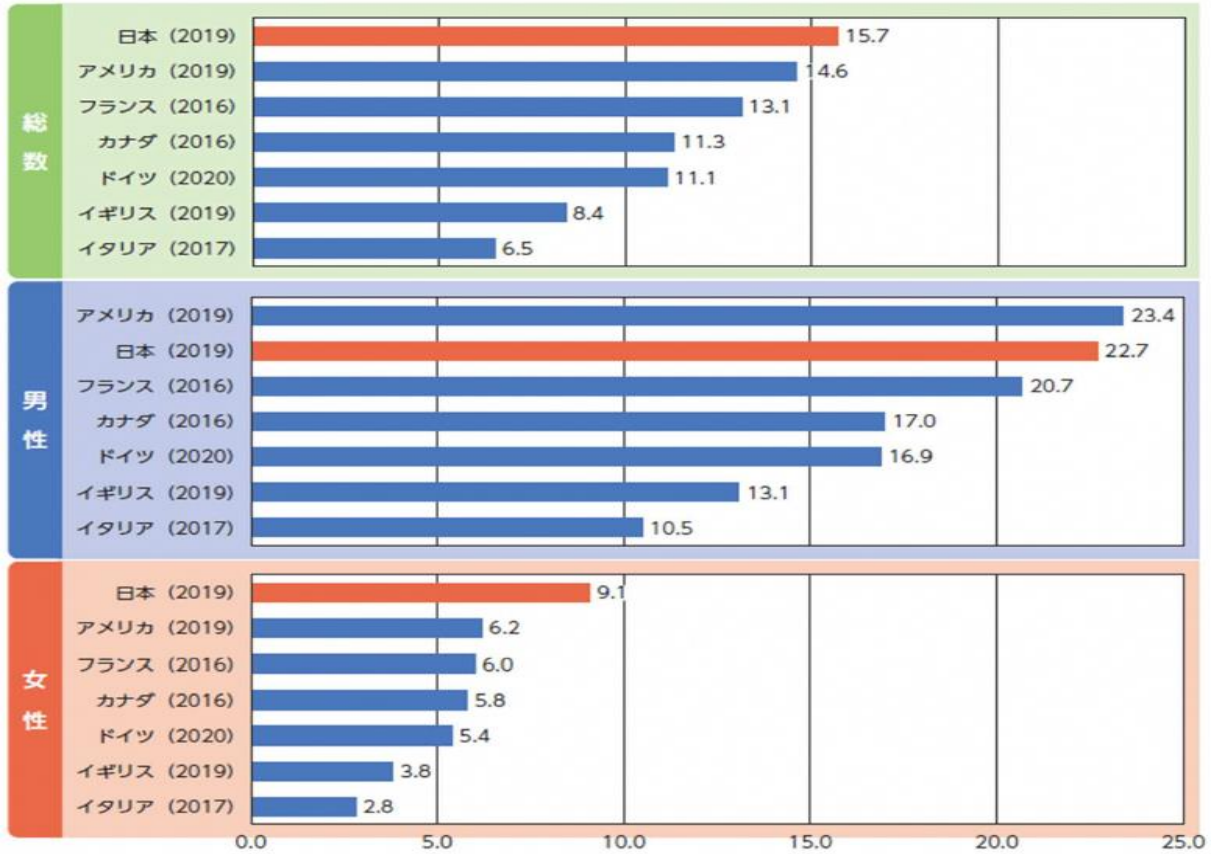
数値目標

【多摩市】	(自殺死亡率)	(自殺者)
平成27年(2015年)	17.6	26人
	↓	↓
令和8年(2026年)	12.3以下	18人以下

【東京都】	(自殺死亡率)	(自殺者)
平成27年(2015年)	17.4	2,290人
	↓	↓
令和8年(2026年)	12.2以下	1,600人以下

【国】	(自殺死亡率)	(自殺者)
平成27年(2015年)	18.5	23,806人
	↓	↓
令和8年(2026年)	13.0以下	16,000人以下

【自殺死亡率の国際比較】



資料:世界保健機関資料(2022年2月)より厚生労働省自殺対策推進室作成

■コラム1 メンタルヘルスファーストエイドの取組

メンタルヘルスファーストエイドは、メンタルヘルスの問題を有する人に対して、適切な初期支援を行うための5つのステップからなる行動計画です。

多摩市では、メンタルヘルスファーストエイドの考え方を取り入れた窓口用リーフレットを市職員へ配布し、市民対応時に活用することで、男性・女性に捉われないかたちで自殺防止対策を講じています。

【5つの基本ステップ】

り……リスク評価で、自傷・他害のリスクをチェックしましょう

→○困りごとを抱えていそうな方と接したら、声をかけて話をきいてみる

は……はんだん、批評せず話を聴きましょう

→○語る人の立場になりじっくりと話に耳を傾ける。共感的な言葉がけも大切

→○責めたり弱い人だと決めつけずに聞く

あ……悩んでいる人にあんしん、情報を与えましょう

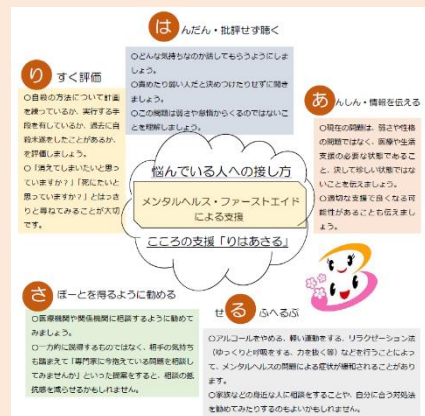
→○弱さや性格の問題ではなく、医療や生活支援の必要な状態であること、決して珍しい状態ではないことを伝える

さ……サポートを得るように勧めよう:適切な専門家のもとへ行くよう伝えましょう

→○医療機関や保健所など、専門家に相談することを勧めてみる

る……セルフヘルプ:自分で対応できる対処法(セルフ・ヘルプ)を勧めましょう

→○アルコールをやめる、軽い運動をする、リラクゼーション法(呼吸改善)を行う等



窓口用リーフレット

■コラム2 東京都地域自殺対策推進センターにおける自殺対策の取組

「東京都地域自殺対策推進センター」(東京都保健医療局健康推進課に設置)は、都内区市町村において地域の状況に応じた自殺対策が推進されるよう、以下の取組を行っています。

①情報の収集等

都における自殺の実態把握を行うとともに、自殺対策計画に基づき実施する都事業や区市町村・関係機関における事業について、情報の収集・提供等を行い、連携を図っています。

②自殺対策計画支援

都の自殺対策計画策定に必要な情報収集を行うとともに、区市町村に対し区市町村自殺対策計画の策定に必要な支援及び情報提供を行っています。令和5年3月に「東京都自殺総合対策計画～こころといのちのサポートプラン～(第2次)」を策定し、都の自殺対策の取組方針を示しました。



③連絡調整

自殺の背景となる様々な問題に関する相談機関・窓口等と連携協力するため、都内関係機関と「東京都こころといのちの相談・支援ネットワーク」を構築し、連絡会議を開催する等、地域の自殺対策ネットワーク強化に努めています。

④区市町村及び民間団体への支援

区市町村及び地域の民間団体が行う自殺対策に資する事業に対する相談支援、技術的助言及び補助事業を行っています。

⑤人材育成研修

医療機関や行政機関等の関係機関において、自殺を考えている者、自殺未遂者及び自死遺族等の支援に携わる者等に対して、自殺リスクのアセスメントや具体的な対応方法に関する研修等を実施します。

⑥区市町村における自殺未遂者及び自死遺族等支援に対する助言

自殺未遂者及び自死遺族等が必要とする様々な支援情報を収集し、その提供について区市町村へ助言しています。

⑦いのち支える自殺対策推進センターとの連携

いのち支える自殺対策推進センターが開催する連絡会議への出席や、随時、指導助言等を受けるなど、自殺対策推進センターと緊密な連携を図り、区市町村へ必要な情報提供を行っています。

こうした取組により、保健・福祉・医療・労働・教育・警察等関係機関と連携を図りながら、都内全ての区市町村において地域の状況に応じた自殺対策が総合的かつ効率的に推進されるよう支援することで、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参ります。

第2章 多摩市の自殺の現状(特徴)

自殺実態の分析にあたっては、JSCP が各自治体の自殺の実態をまとめた「地域自殺実態プロファイル」を活用するとともに、警察庁の「自殺統計」、厚生労働省の「人口動態統計」を活用し、多摩市の特徴を多様な視点から把握しました。なお、多摩市作成の統計は、主に自殺統計を使用しています。

- ①人口動態統計:厚生労働省による人口動態調査結果です。日本における日本人を対象としています。自殺、他殺あるいは事故死のいずれか不明のときは自殺以外で処理しており、死亡診断書等について作成者から自殺の旨訂正報告がない場合は、自殺に計上していません。
- ②自殺統計:警察庁自殺統計原票データに基づき厚生労働省自殺対策推進室から公表されている「地域における自殺の基礎資料」です。(自殺統計と表記しています。)捜査等により、自殺であると判明した時点で、自殺統計原票を作成し、計上していません。

【各統計の違い】

区分	対象	計上時点	計上方法
人口動態統計 (厚生労働省)	国内日本人のみ	*自殺日	**住居地で計上
自殺統計 (警察庁)	総人口 (外国人を含む)	・自殺死体発見時点 (認知時点=自殺日) ・自殺であると判明した時点	発見地及び **住居地で計上

*自殺日とは、自殺によって死亡した日を意味します。
**住居地とは、自殺者の住居があった場所を意味します。

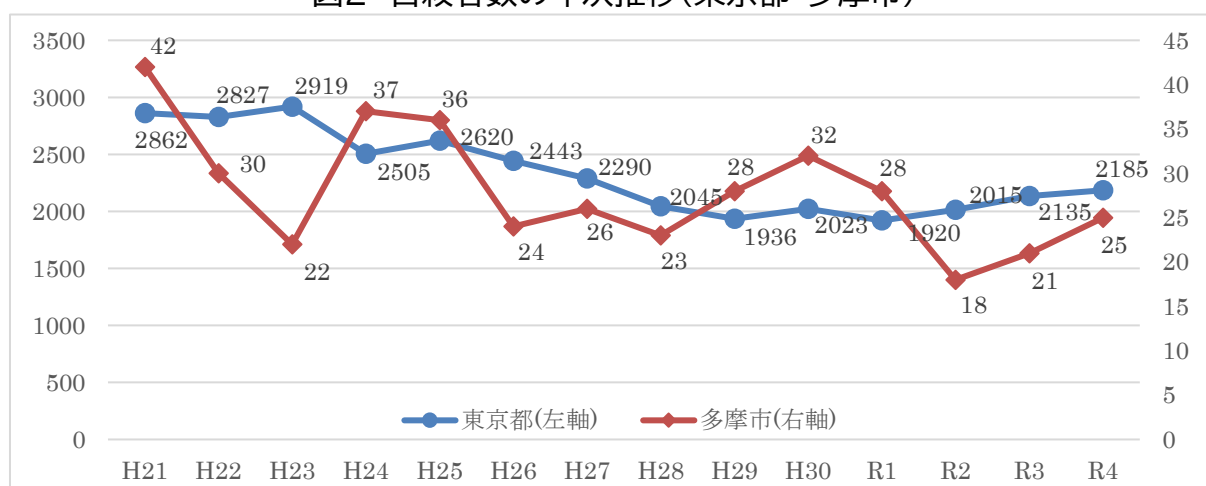
<統計データの留意点>

- ◆「自殺死亡率」とは、人口10万人当たりの自殺による死亡率です。
- ◆「%」は、それぞれの割合を小数点第2位で四捨五入して算出しているため、すべての割合を合計しても100%にならないことがあります。

(1)自殺者数の推移

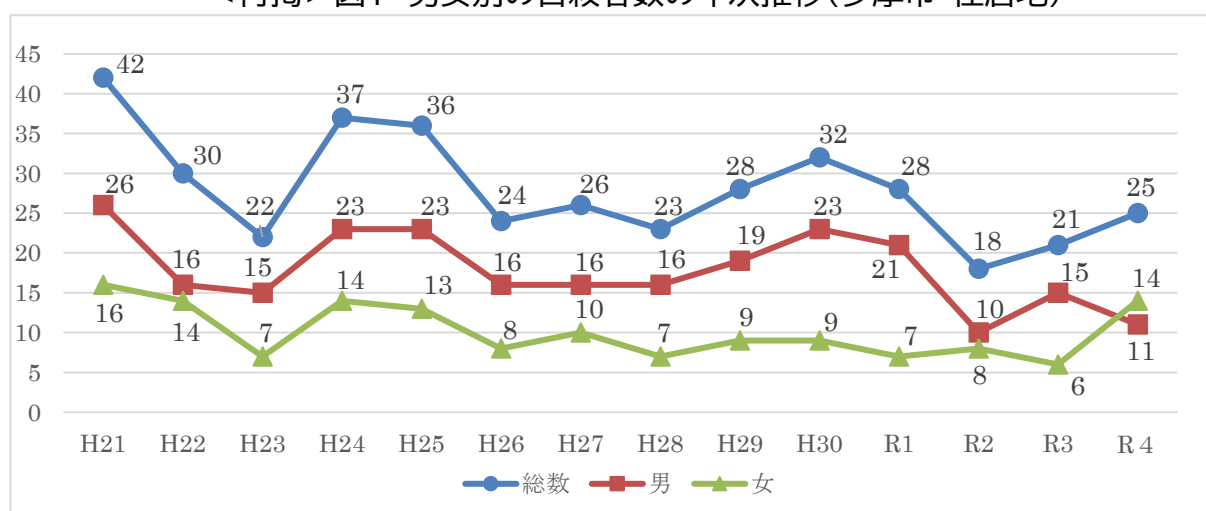
- 全国の自殺による死亡者数は、平成22年以降減少傾向でしたが、令和2年は11年ぶりに増加に転じ、令和3年は20,291人となりました。
- 都の自殺者数は、平成10年から平成23年までの14年間は、2,000人台後半で推移し、平成23年の2,919人をピークに減少傾向にありましたが、令和2年以降は、令和2年は2,015人、令和3年は2,135人と、前年と比較して増加しています。
- 市の自殺者は、平成21年の42人をピークに一時減少傾向にありましたが、平成24年に37人、平成25年に36人と増加に転じました。以降は30人前後で減少と増加を繰り返した後、新型コロナウイルス感染症が流行し始めた令和2年以降は、令和2年は18人、令和3年は21人、令和4年は25人と年々増加しているものの、令和元年と比較して減少しています。
- 全国・都では、令和2年以降の自殺者数の増加要因として、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響等で自殺の要因となり得る様々な問題が悪化したことが指摘されています。

図2 自殺者数の年次推移(東京都・多摩市)



資料:人口動態統計(都)及び厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」(市)より作成

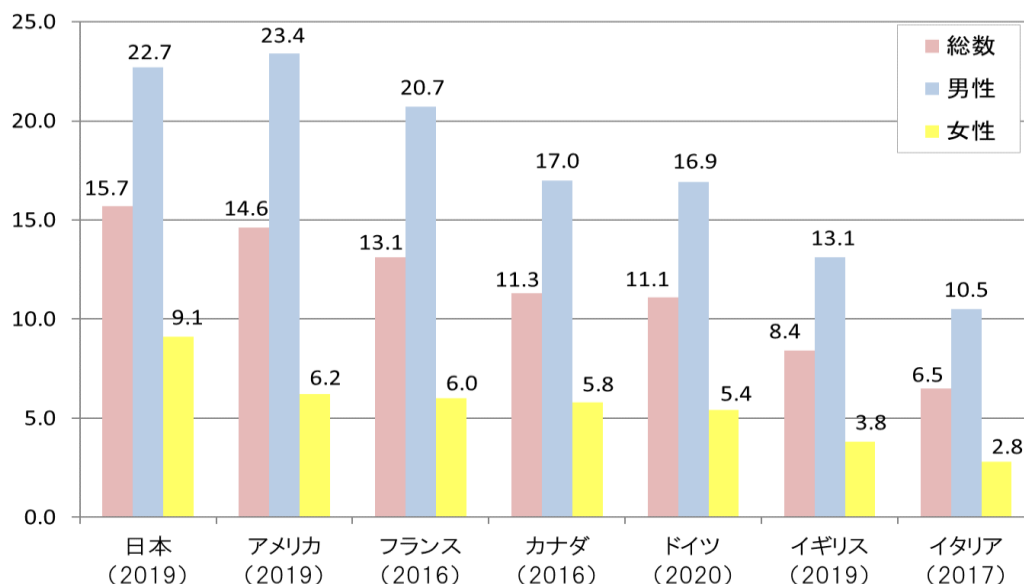
<再掲> 図1 男女別の自殺者数の年次推移(多摩市・住居地)



(2)自殺死亡率の推移

- 世界保健機関(WHO)の統計を基に、厚生労働省が取りまとめた先進国(G7)の自殺死亡率をみると、令和元年の日本の自殺死亡率は15.7と7か国の中で最も高い状況です。

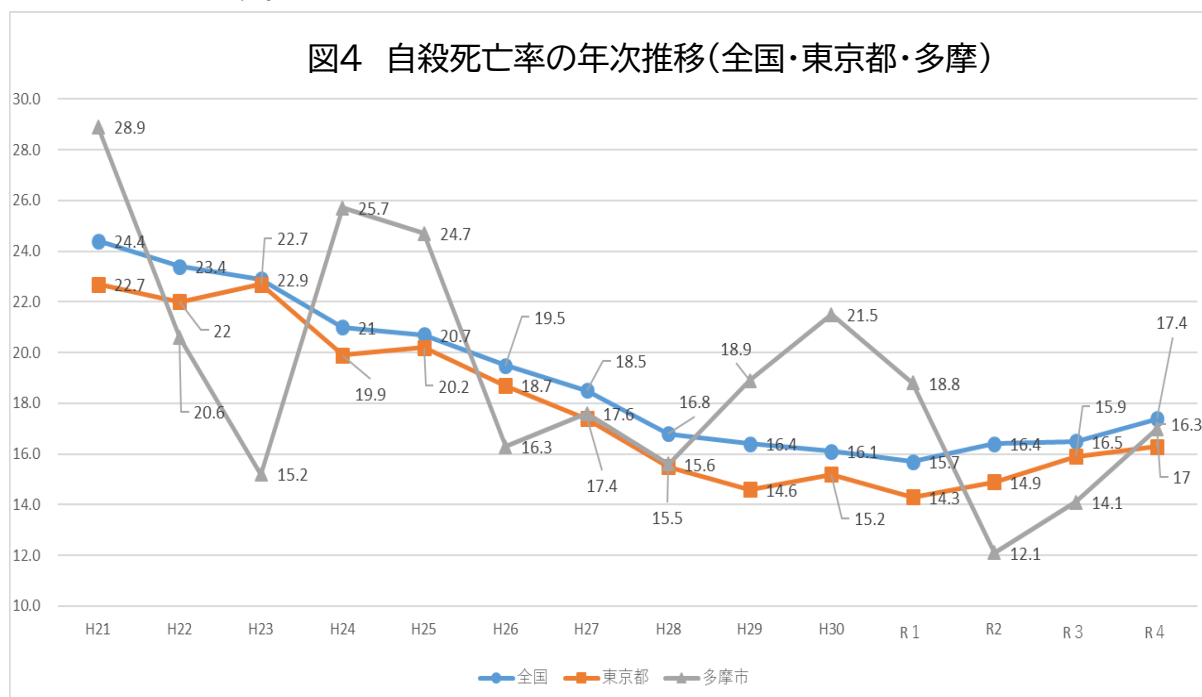
図3 先進国(G7)の自殺死亡率



資料：厚生労働省「令和4年版自殺対策白書」に基づき都作成

- 市の自殺死亡率は、平成21年から減少傾向にありましたが、平成24年に増加に転じています。その後増減を繰り返すも、自殺対策推進計画を策定した平成30年以降は減少しています。また近年の市の自殺死亡率は、全国・都の自殺死亡率と比較すると低い状況にありますが、令和3年から再び増加傾向にあります。

図4 自殺死亡率の年次推移(全国・東京都・多摩)

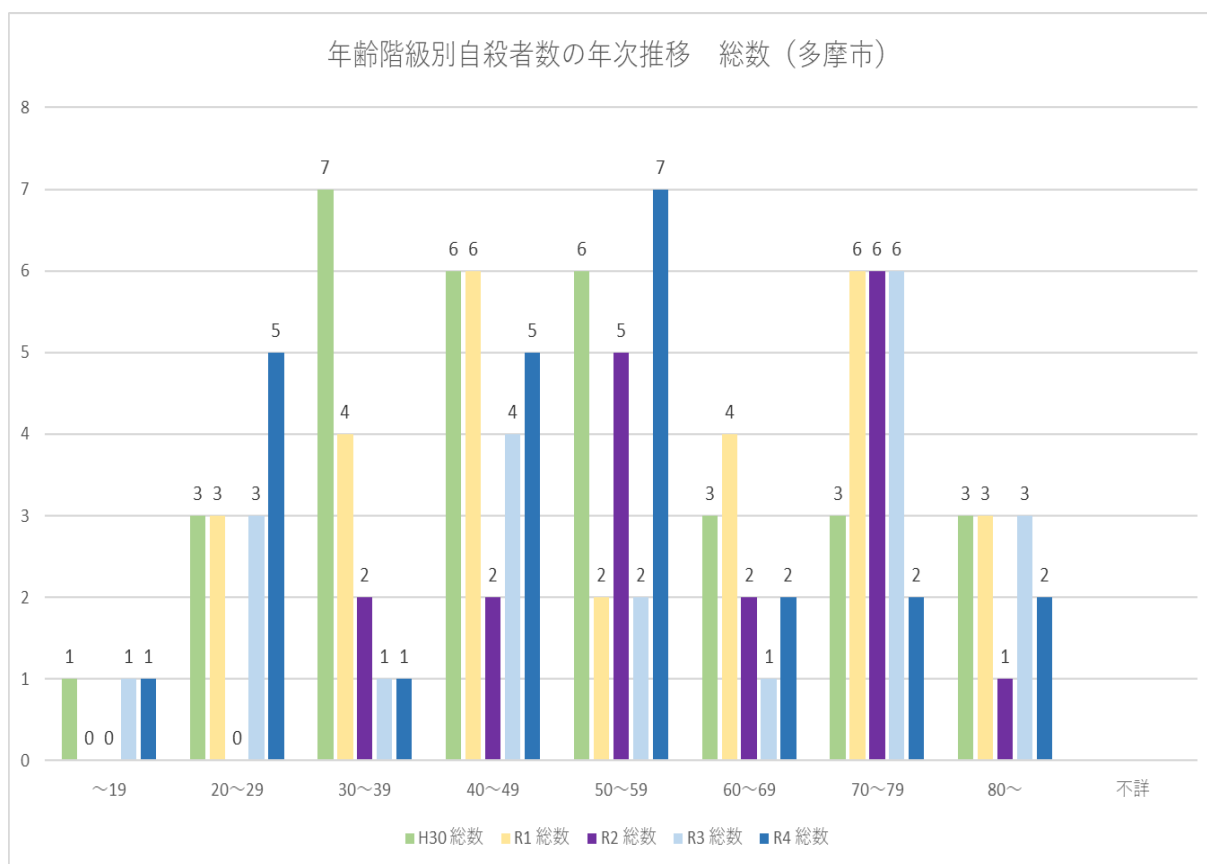


資料：人口動態統計(国・都)及び厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」(市)より作成

(3)年齢階級別の自殺者数の推移

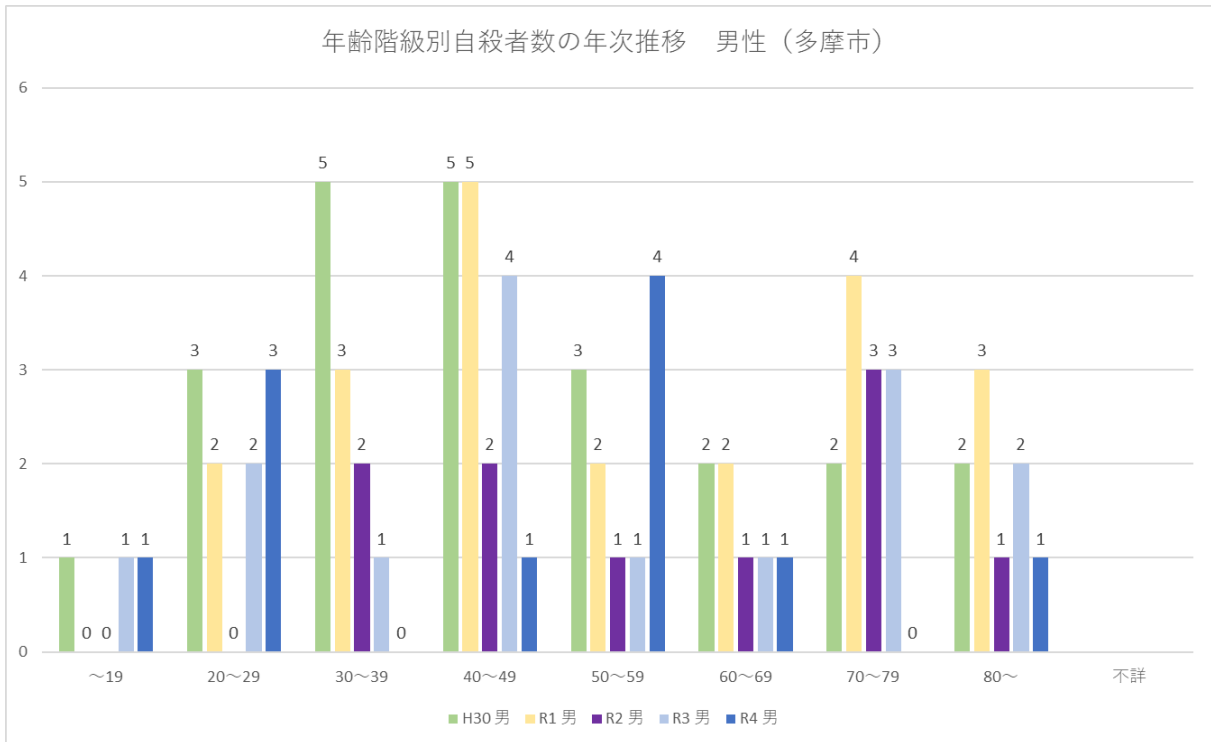
- 平成30年以降、市における年齢階級別の自殺者数は、20歳代から80歳代までで広く推移しており、特に40歳代から50歳代、70歳代など中高年層で多くなっています。
- 男女別にみると、男性は、40歳代になると自殺者数が増加し、70歳代も高い水準となっています。
- 女性は、50歳代や70歳代など比較的高齢者で高い水準が続いていましたが、令和4年は20歳代や40歳代など多くの年代で増加しました。

図5 年齢階級別自殺者数の年次推移(多摩市・総数)



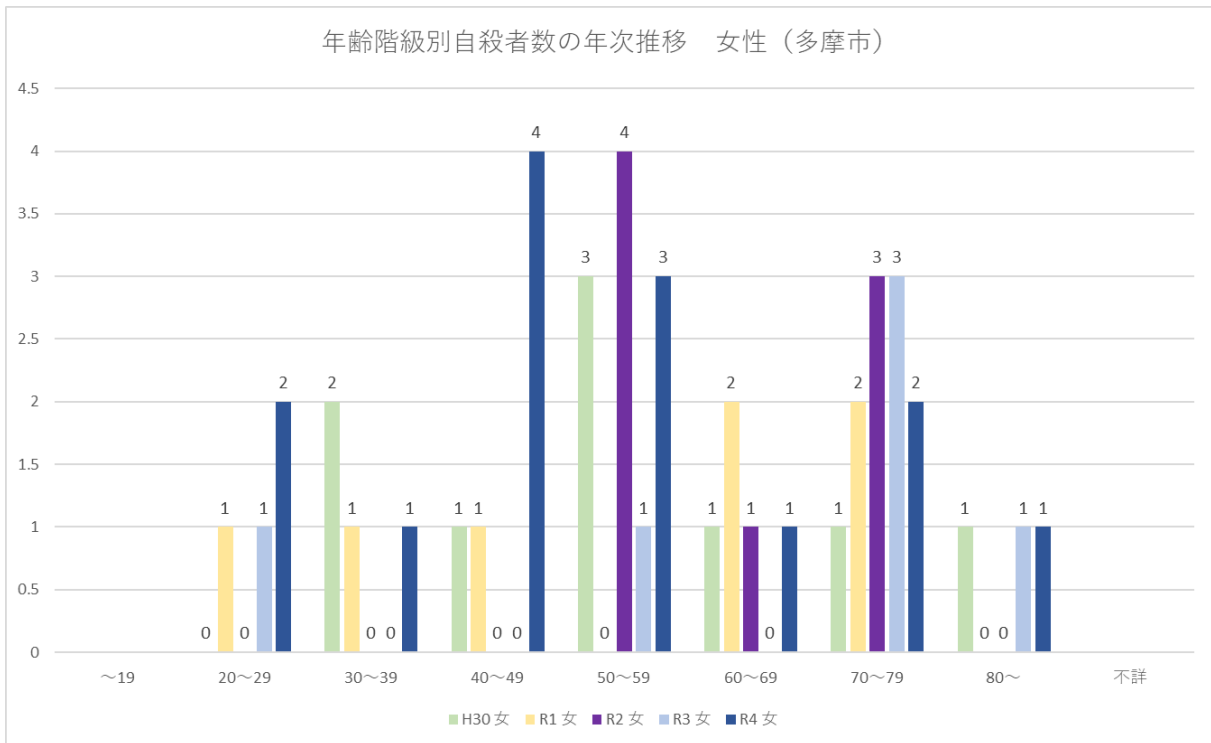
資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成

図6 年齢階級別自殺者数の年次推移(多摩市・男性)



資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成

図7 年齢階級別自殺者数の年次推移(多摩市・女性)



資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成

■コラム3 東京都南多摩保健所における自殺対策の取組

南多摩保健所では、各市・関係機関との連携により自殺対策についての普及啓発や人材育成等に取り組み、地域全体の自殺対策を推進しています。

<主な取組>

①南多摩保健医療圏の各市とのネットワーク構築

南多摩保健医療圏の5市(八王子市、町田市、日野市、多摩市、稲城市)及び南多摩保健所の自殺対策担当者による連絡会の開催などを通じ、各市の取組等についての情報共有や意見交換を行っています。また、自殺対策強化月間期間中の自殺対策街頭キャンペーンでは、管内の市と連携して普及啓発の取組を実施しています。

②若者向けの普及啓発

南多摩保健医療圏では全国と比較して、自殺者数に占める20代の割合が高いという特徴を踏まえ、相談窓口等についてまとめた若者向けのリーフレットを作成し、大学、短大、専門学校等に配布しています。



③大学と連携した取組

南多摩保健所では、大学生の健康づくり支援のため、南多摩保健所管内3市(日野市、多摩市、稲城市)の大学、短大の保健管理部門とのネットワークを築いており、保健所からのメール配信や保健管理部門担当者との連絡会等を通じ、自殺対策やこころの健康に関することについての情報提供・共有や普及啓発の取組を行っています。

④八王子労働基準協会と連携した取組

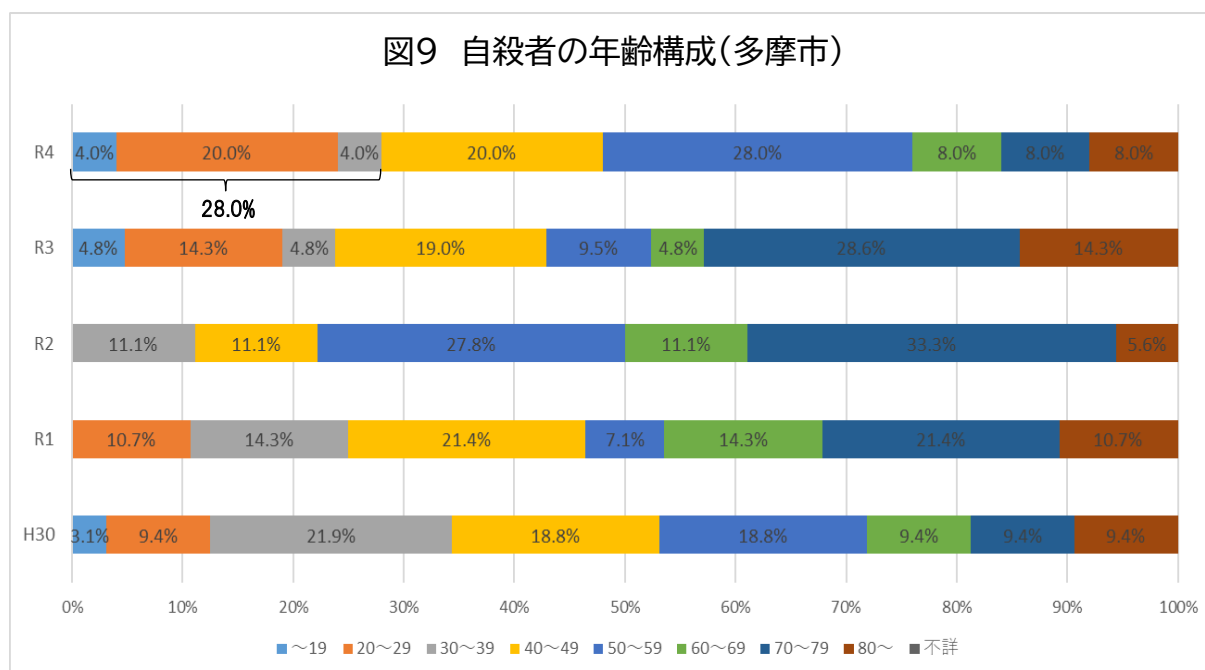
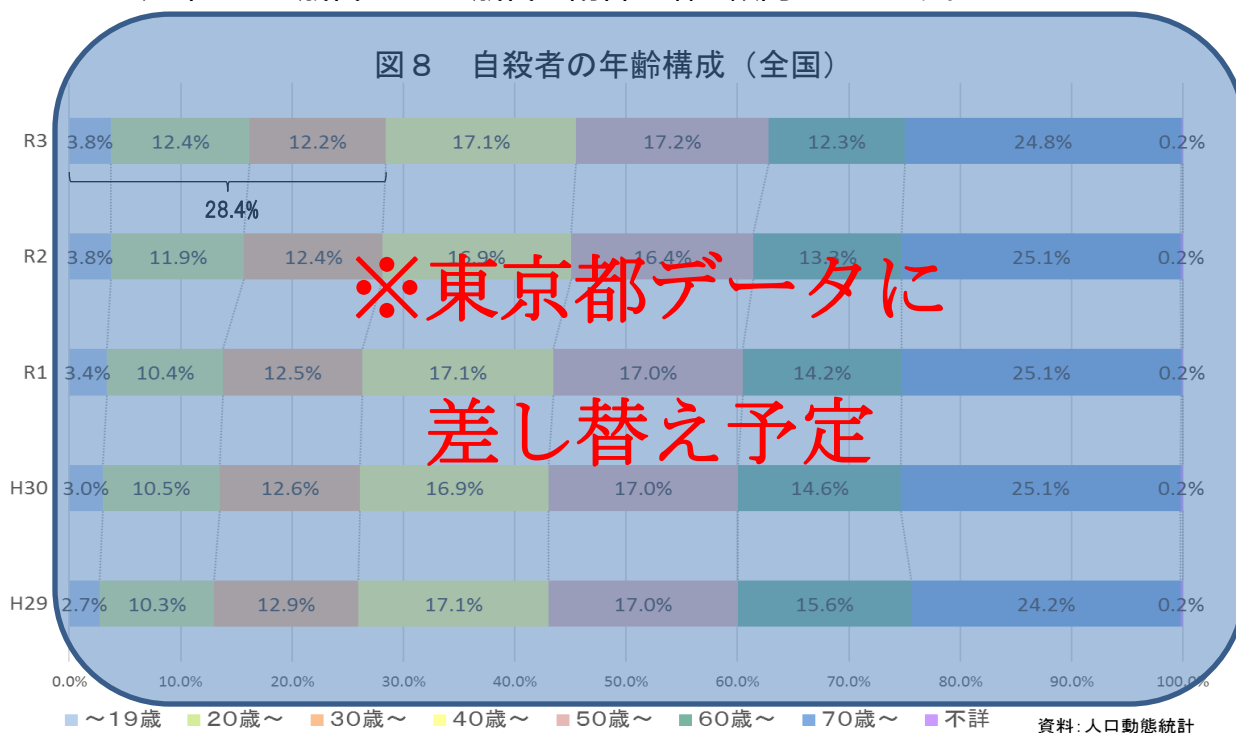
労働分野への普及啓発の取組として、八王子労働基準協会の季刊誌に自殺対策についての記事を掲載しています。また、八王子労働基準協会が開催する講習会ではゲートキーパーのことなど自殺対策についての講義を行い、職場での自殺対策推進を図っています。

⑤自殺対策推進講演会の開催

地域の自殺対策推進に関わる人材の育成を図るため、自殺対策推進講演会を開催しています。令和5年度は日野市、多摩市、稲城市の教育、医療、保健、福祉等の若者に関わる関係機関の職員を対象に開催し、相談現場の事例を踏まえた気持ちの受け止め方や話を聞く時の心構え等についての講義を通じ、支援者の育成を図りました。

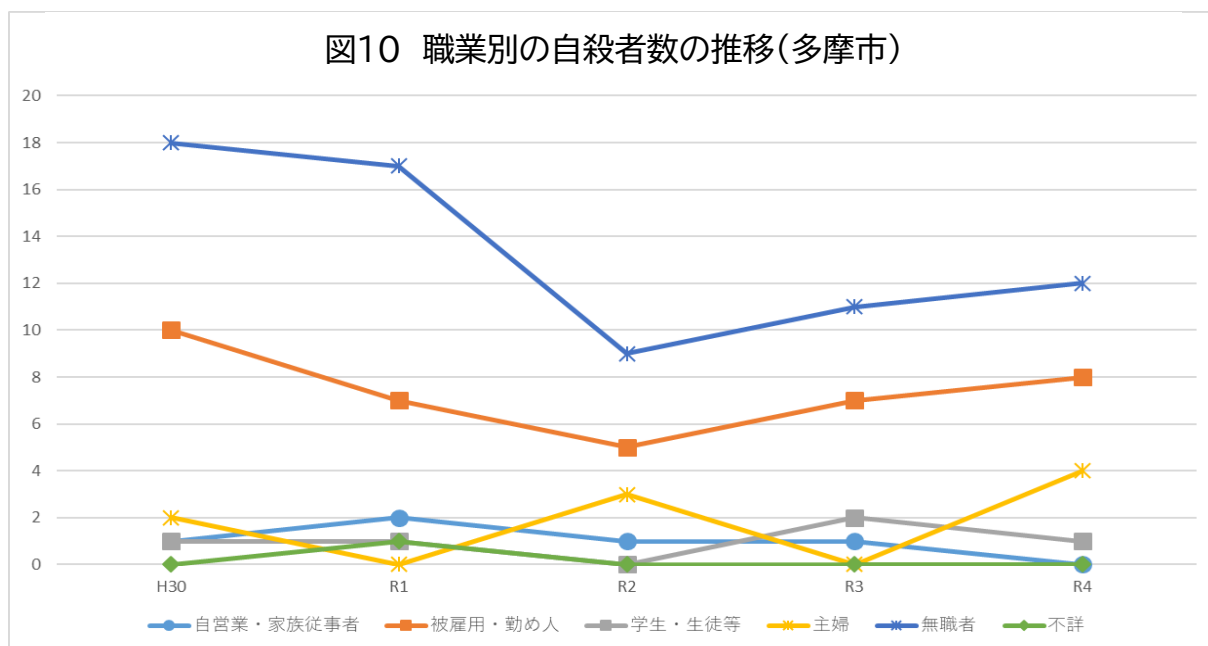
(4)自殺者の年齢構成

- 平成29年以降の自殺者の年齢構成をみると、全国では40歳代、50歳代が大きな割合を占めており、この傾向は市においても同様ですが、市では70歳代以上の高齢者についても自殺者が多い状況です。
- 一方、令和3年における全国の30歳代以下の自殺者の割合は28.4%であるのに対して、市における令和4年の同割合は28.0%と、概ね同水準ですが、近年は10歳代から20歳代の割合が増加傾向にあります。

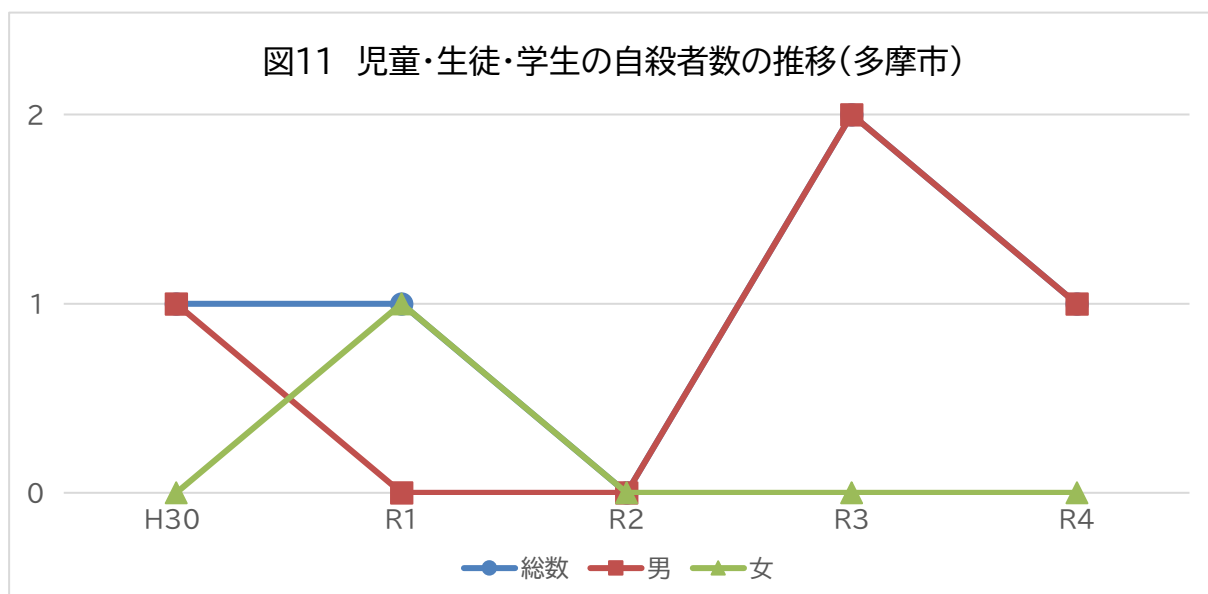


(5)職業別の自殺者数の推移

- 平成30年以降の市の職業別の自殺者数の推移をみると、「無職者」が最も多く、次いで、「被雇用者・勤め人」が多くなっている状況が続いています。
- 令和2年はすべての職業で自殺者が減少するも「主婦」のみ増加しました。
- 児童・生徒・学生の自殺者数は直近の5年は0人から2人で推移しており、令和3年に2人、令和4年に1人と近年に発生しています。



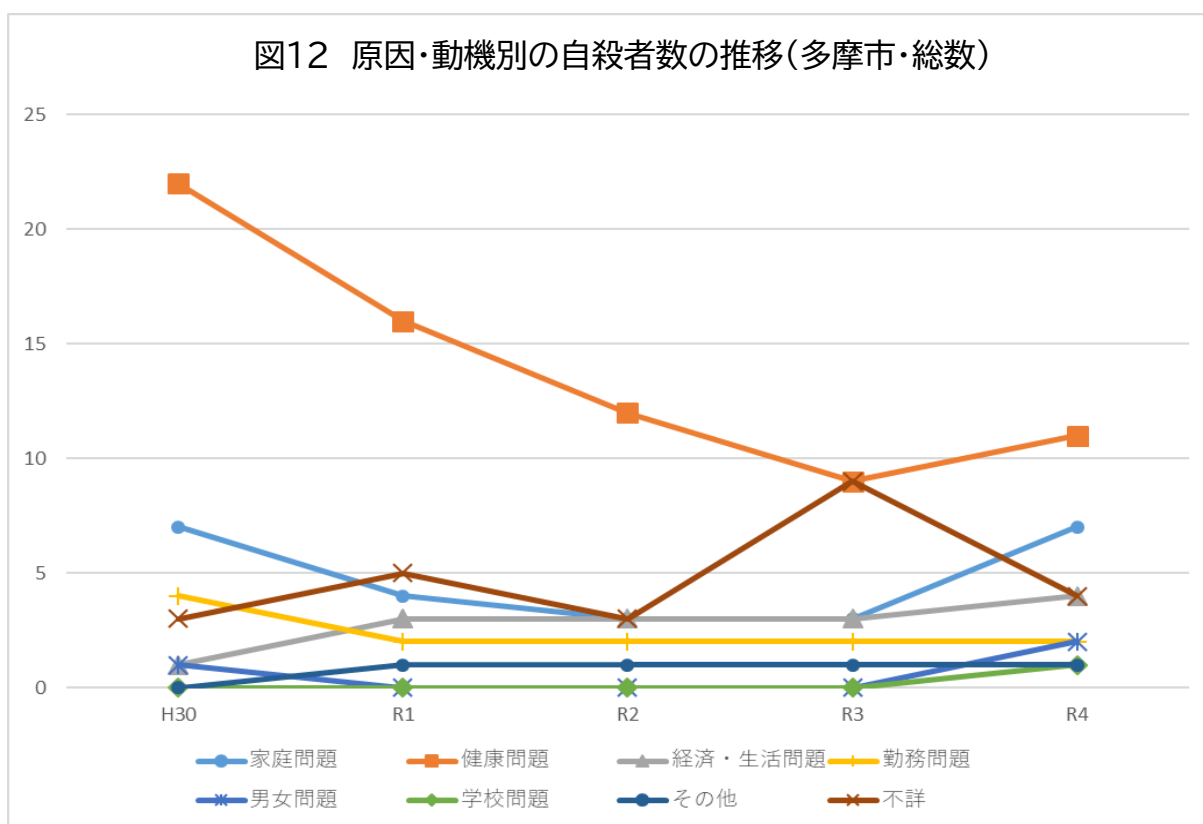
資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成



資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成

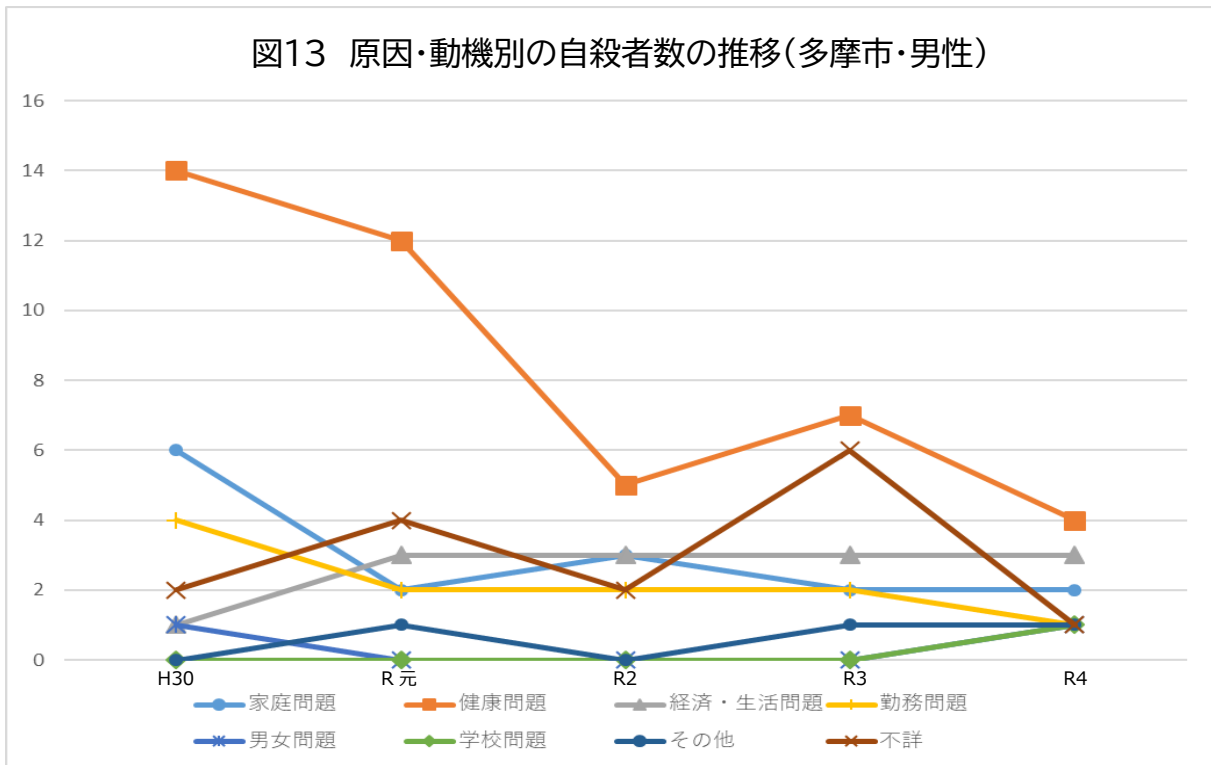
(6)原因・動機別の自殺者数の推移

- 平成30年以降の原因・動機別の自殺者数の推移をみると、「健康問題」が最も多く、次いで「不詳」、「家庭問題」となっています。「健康問題」については、平成30年以降減少傾向にあったものの、令和4年に増加しています。
- 男性は、「健康問題」が大きく減少しています。
- 女性は、「健康問題」が隔年で増加しています。女性の特徴として、「家庭問題」が令和3年より多くなっています。



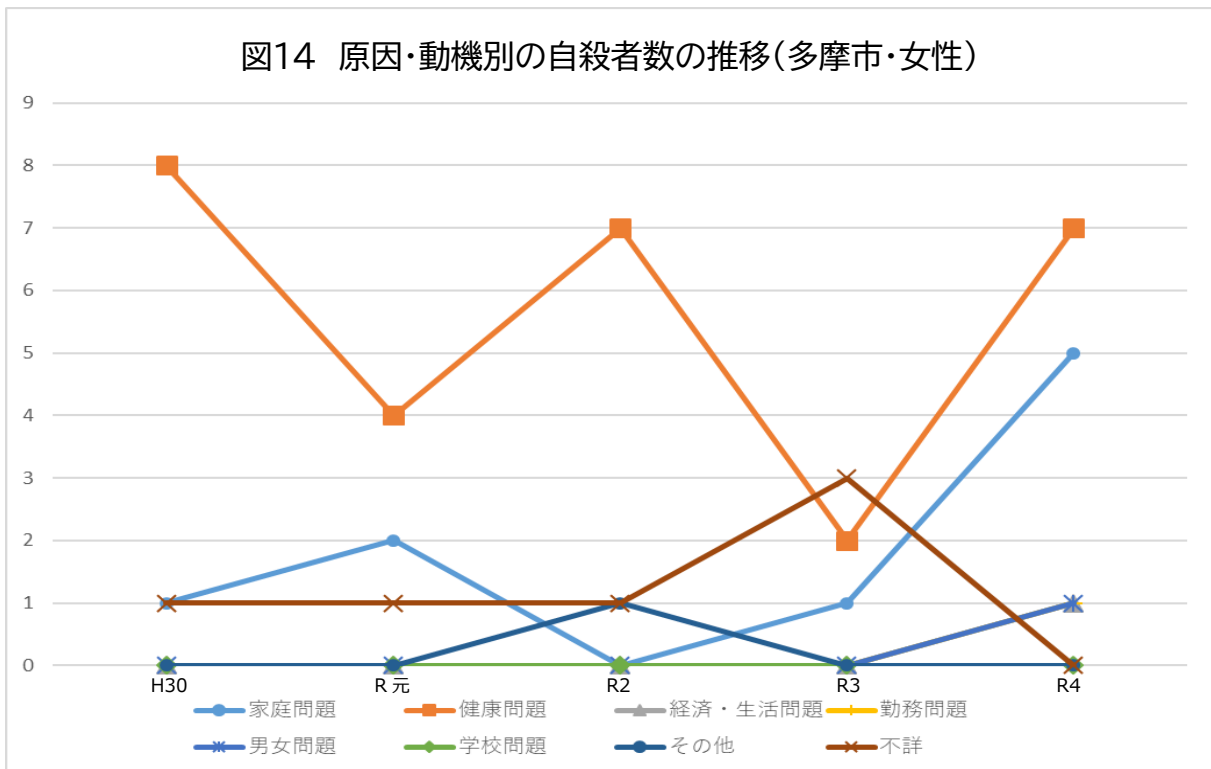
資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成

図13 原因・動機別の自殺者数の推移(多摩市・男性)



資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成

図14 原因・動機別の自殺者数の推移(多摩市・女性)

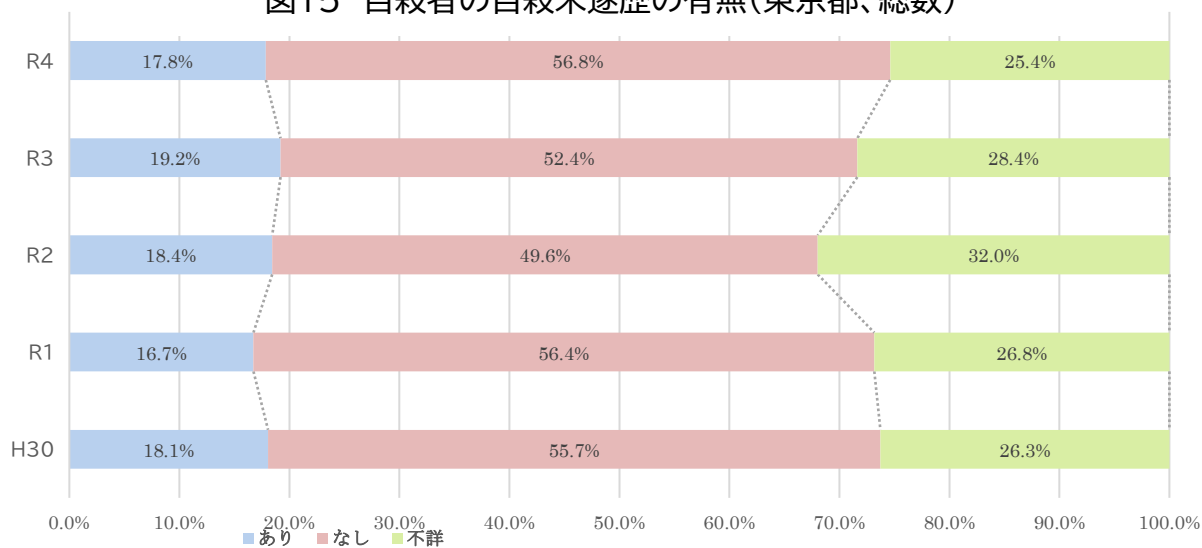


資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成

(7) 自殺者の自殺未遂歴の状況(自殺未遂歴の有無の男女比較)

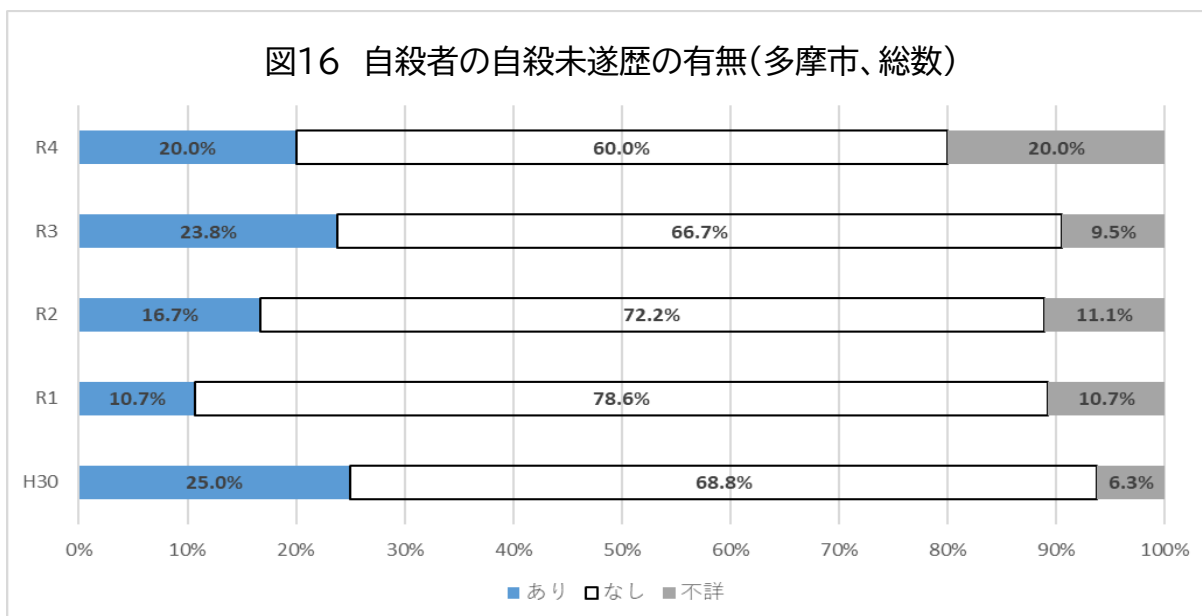
- 平成29年以降の都自殺者の自殺未遂歴状況は大きく変化していません。
- 男性の自殺者のうち、未遂歴がある割合は約1割ですが、年々増加傾向にあります。一方、女性の自殺者のうち、未遂歴がある割合は約3割で、男女の差が大きくなっています。
- 市では、男性の自殺者のうち、未遂歴がある割合は約2割で、都と比べて男性の自殺未遂歴者が多くなっています。一方の女性は、平成30年に4割を超えていましたが、近年は3割を下回ることもあり減少傾向です。

図15 自殺者の自殺未遂歴の有無(東京都、総数)



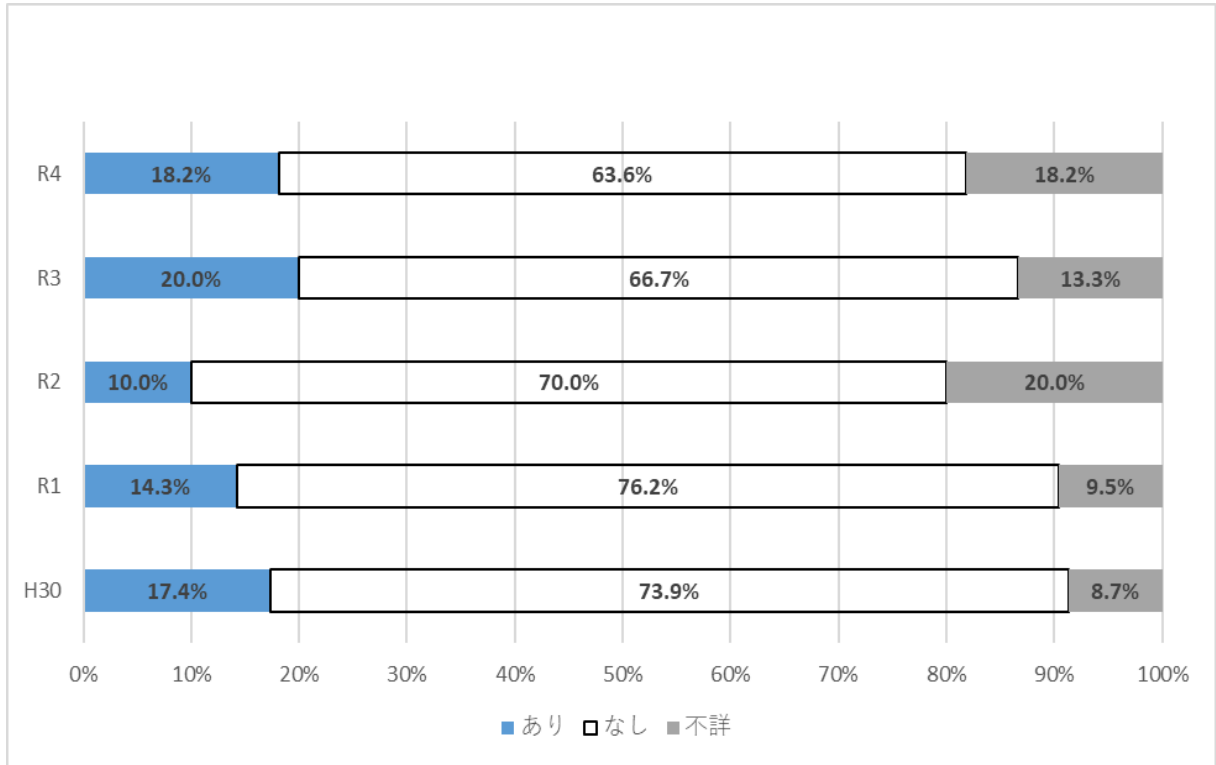
資料:「警察庁『自殺統計』より厚生労働省自殺対策推進室作成」資料

図16 自殺者の自殺未遂歴の有無(多摩市、総数)



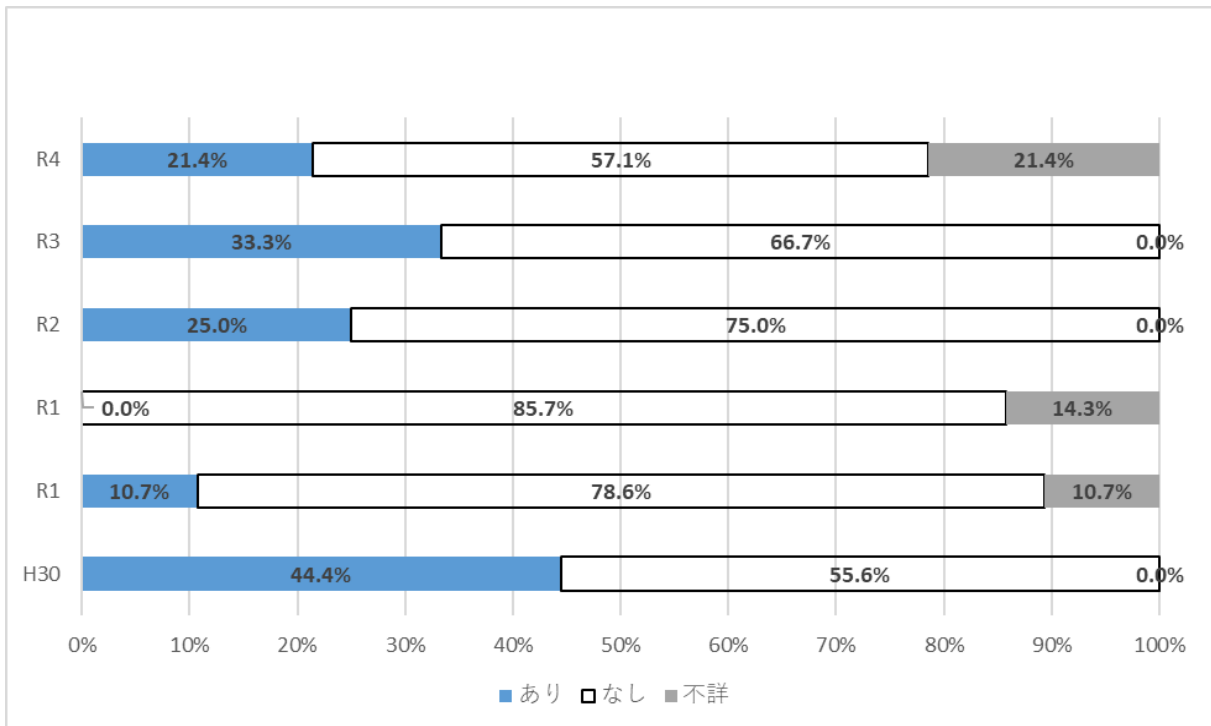
資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成

図17 自殺者の自殺未遂歴の有無(多摩市、男性)



資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成

図18 自殺者の自殺未遂歴の有無(多摩市、女性)



資料:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より作成

(8)地域自殺実態プロファイル(2022)より

① 性・年代別の自殺者割合

図19 性・年齢別の自殺者割合(自殺統計(自殺日・住居地))

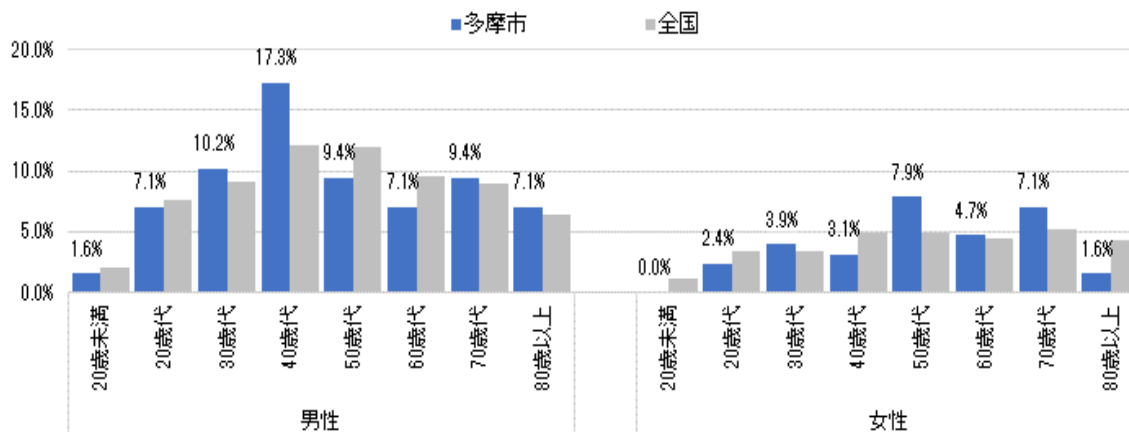


図20 自殺死亡率の性・年齢別(10万人対・自殺統計(自殺日・住居地))

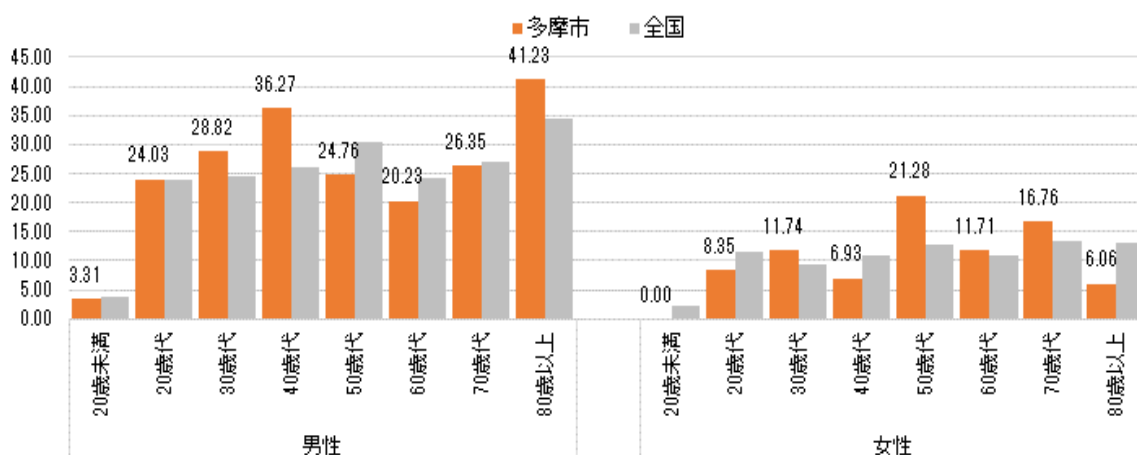
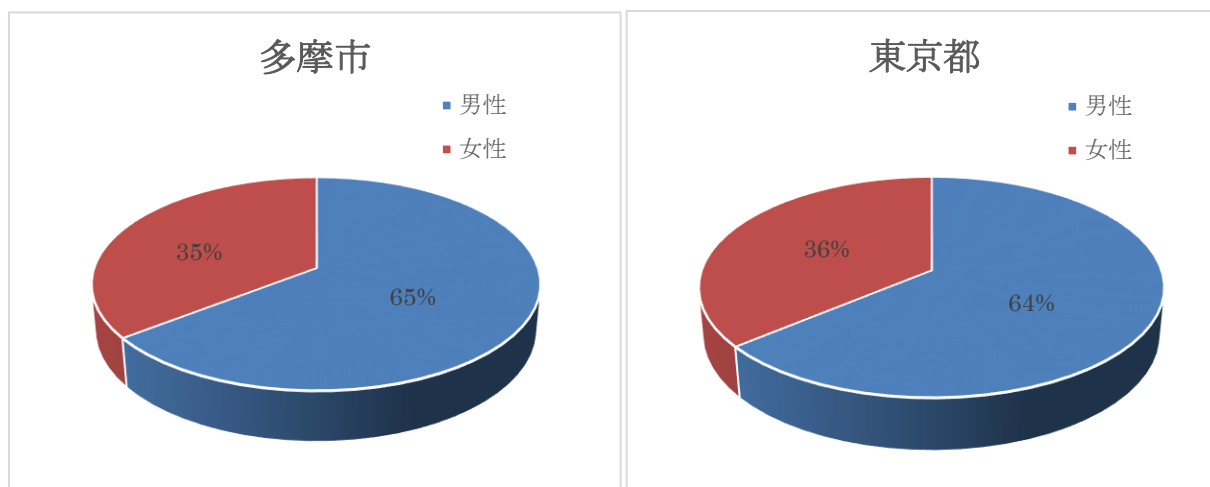


図21 性別の自殺者割合



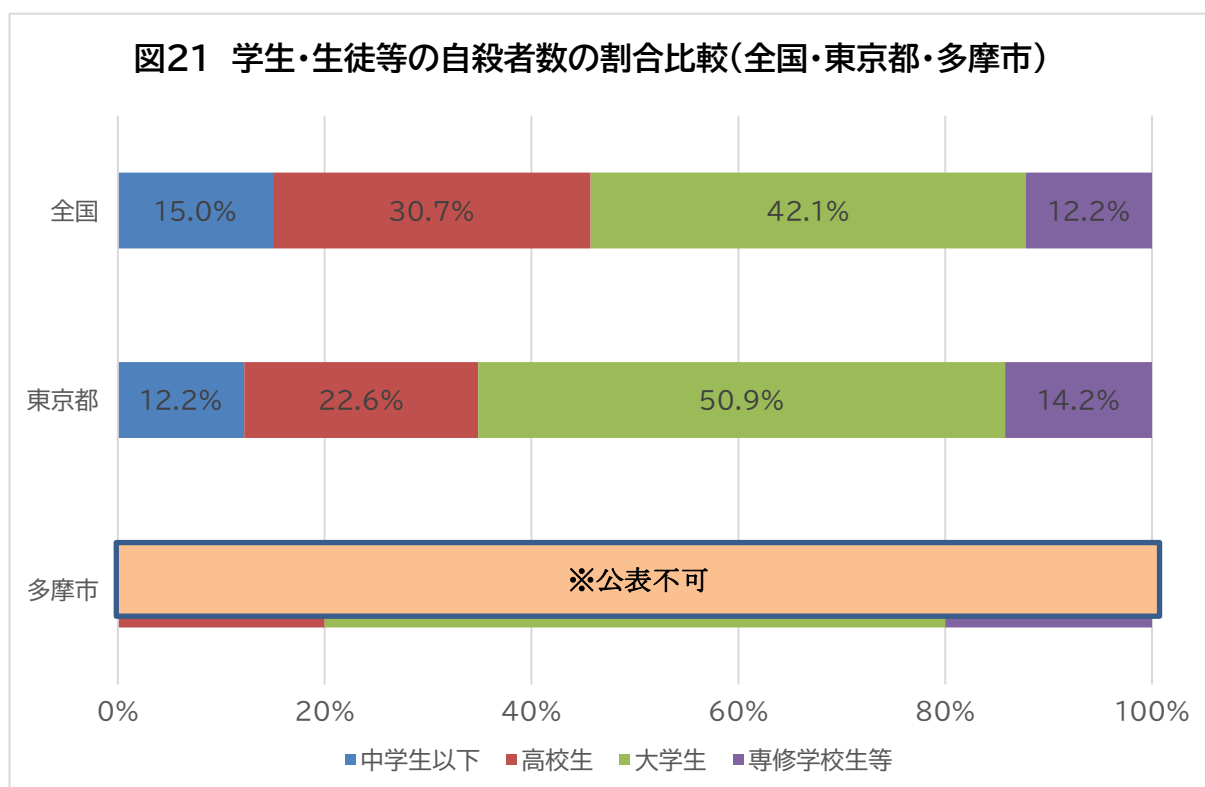
- 市及び都ともに自殺者数の約3分の2を男性が、約3分の1を女性が占めており、この傾向は近年大きく変化していません。

② 子ども・若者関連資料

児童・生徒等の自殺者数と割合(特別集計(自殺日・住居地、H29～R3 合計))

	多摩市		東京都		全国	
	自殺者数	割合	自殺者数	割合	自殺者数	割合
中学生以下	5	100%	84	12.2%	684	15.0%
高校生			156	22.6%	1404	30.7%
大学生			351	50.9%	1921	42.1%
専修学校生等			98	14.2%	558	12.2%
合計					689	100%

※JSCP の指示により、児童・生徒等の自殺者数については、個人情報保護のため、5 人未満の数値は公表不可となっています。



- 都は、全国と比較すると大学生と専修学校生等の割合が高くなっており、大学や専門学校等と連携した自殺対策の推進が求められます。

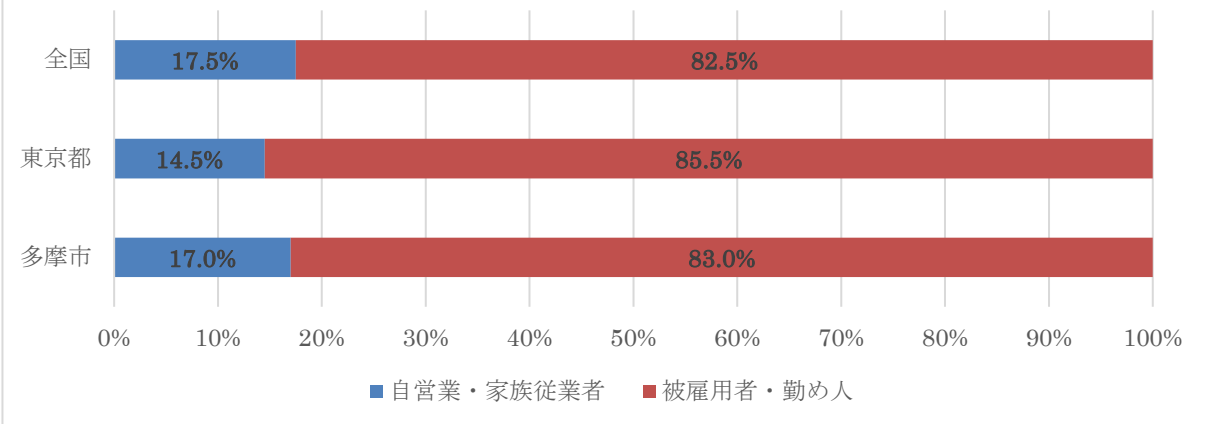
③ 勤務・経営関連資料

(1) 有職者の自殺の内訳(特別集計(自殺日・住居地、H29～R3 合計))

(性・年齢・同居の有無の不詳を除く)

職業	多摩市	東京都	全国
自営業・家族従業者	17.0%	14.5%	17.5%
被雇用者・勤め人	83.0%	85.5%	82.5%
合計	100.0%	100.0%	100.0%

図22 有職者の自殺の内訳(H29年～R3年合計)

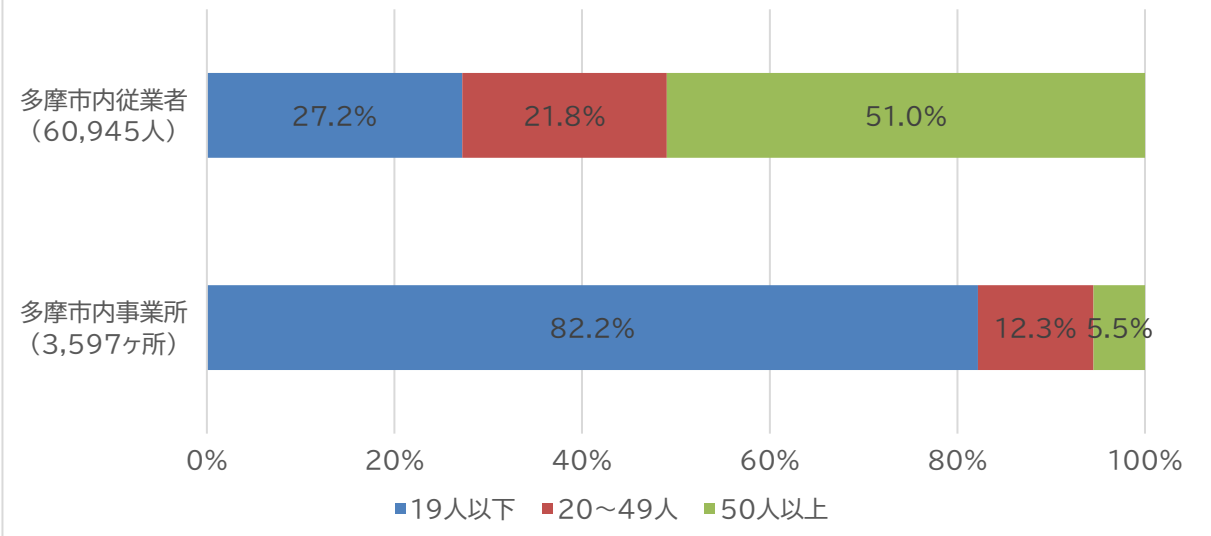


● 都に比べると、自営業・家族従業者の自殺者率は高くなっています。

(2) 地域の事業所規模別の事業所割合と従業者割合

	総数	19人以下	20～49人	50人以上
多摩市内従業者	60,945	16,586	13,295	31,064
多摩市内事業所	3,597	2,956	444	197

図23 地域の事業所規模の事業所割合と従業者割合(平成28年経済センサス)



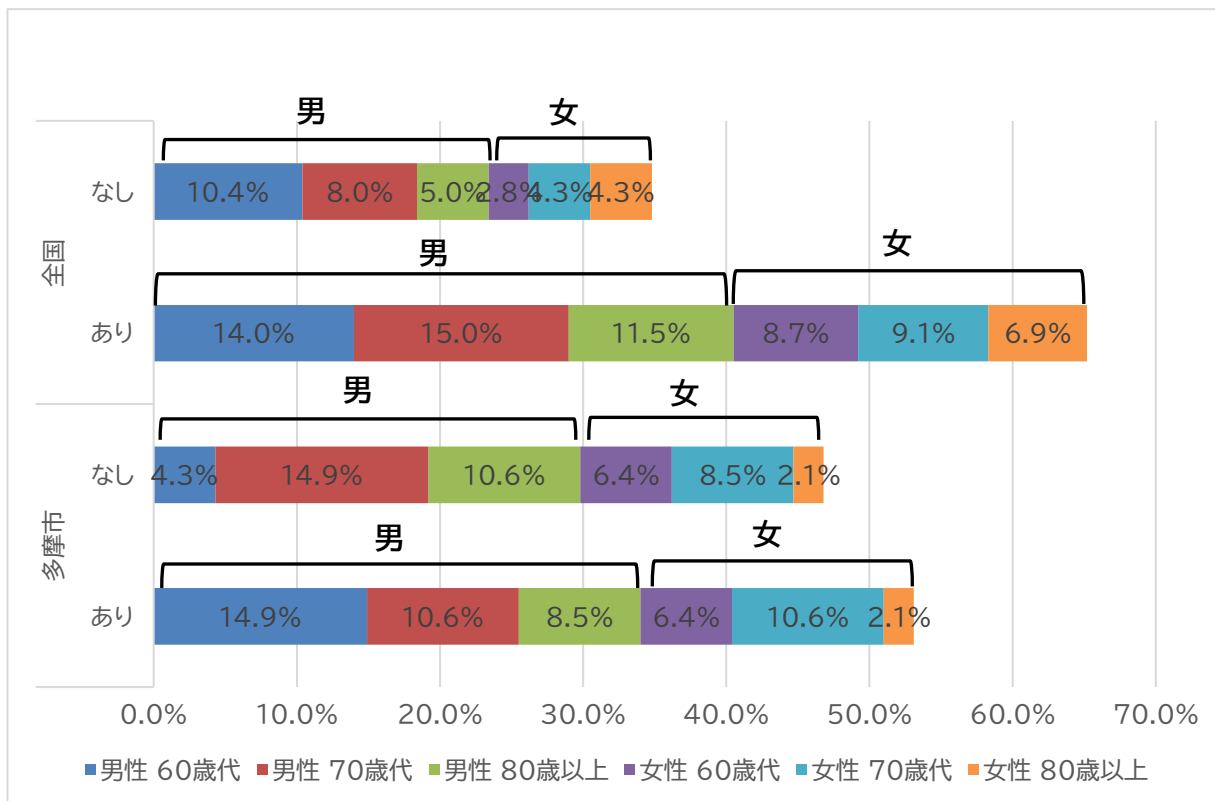
● 労働者数 50 人未満の小規模事業場ではメンタルヘルス対策に遅れがあることが指摘されており、地域の関係機関との連携による働きかけが必要です。

④ 高齢者関連資料

		多摩市		全国	
		あり	なし	あり	なし
男性	60歳代	14.9%	4.3%	14.0%	10.4%
	70歳代	10.6%	14.9%	15.0%	8.0%
	80歳以上	8.5%	10.6%	11.5%	5.0%
女性	60歳代	6.4%	6.4%	8.7%	2.8%
	70歳代	10.6%	8.5%	9.1%	4.3%
	80歳以上	2.1%	2.1%	6.9%	4.3%
合計			100%		100%

※高齢者の(65歳以上)の多くが無職のため、性・年代別の同居者の有無を示しています。

図24 同居人の有無 性・年代別(多摩市・全国)(H29年～R3年合計)



- 全国に比べると、市では男女ともに同居人のいない高齢者世帯の多いことが伺えます。男性は70・80歳代、女性は60・70歳代が同居人のいない世代となっています。

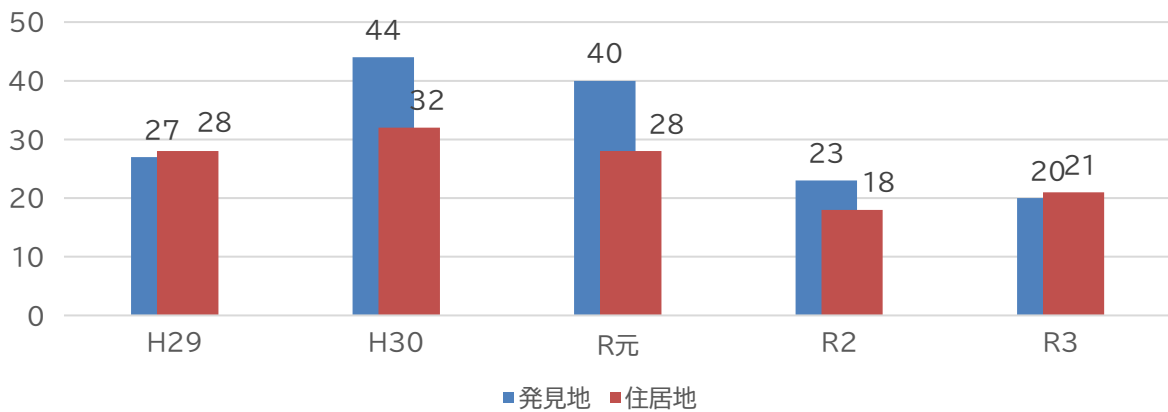
⑤ ハイリスク地関連資料

- ハイリスク地とは、発見地に計上された自殺者数が、住居地に計上された自殺者数より多い地域をいいます。H29から R3の比率は121%、差は27人だったことから、多摩市以外に住んでいる方の自殺が多摩市内で増加していることが伺えます。

(1) 多摩市の自殺者数の推移

	H29	H30	R元	R2	R3	合計	集計	
発見地	27	44	40	23	20	154	比（発見地÷住居地）	121%
住居地	28	32	28	18	21	127	差（発見地－住居地）	27

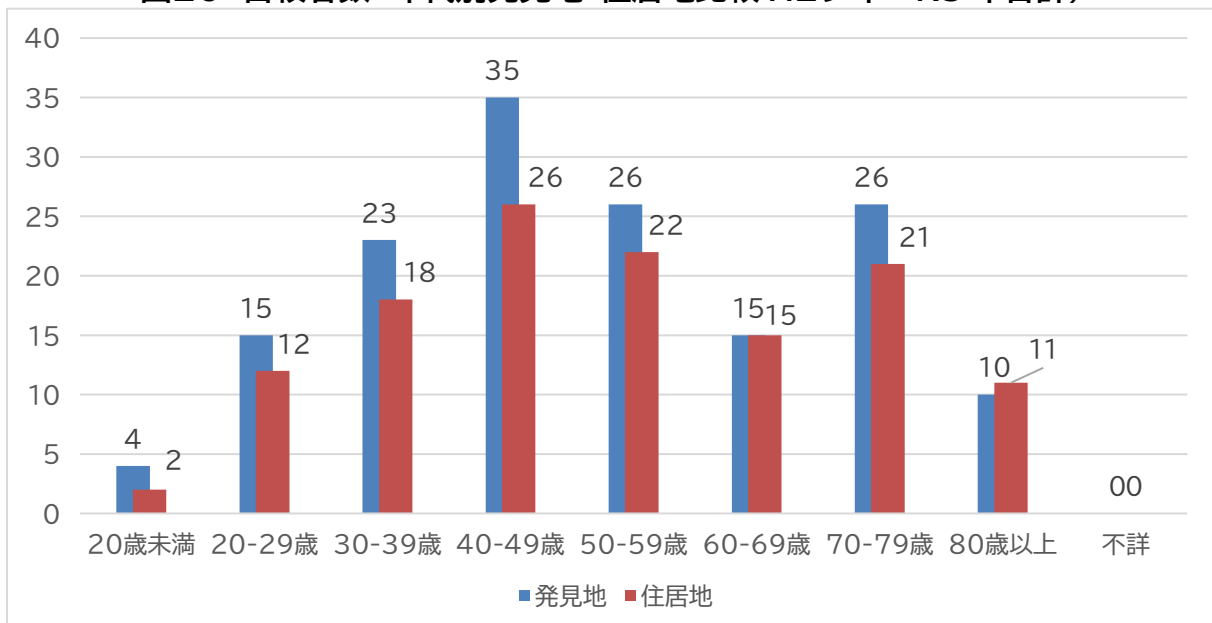
図25 多摩市 自殺者数 発見地・住居地比較(H29年～R3年合計)



(2) 多摩市の年代別自殺者数(自殺統計(自殺日))

H29～R3年合計	20歳未満	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70-79歳	80歳以上	不詳
発見地	4	15	23	35	26	15	26	10	0
住居地	2	12	18	26	22	15	21	11	0

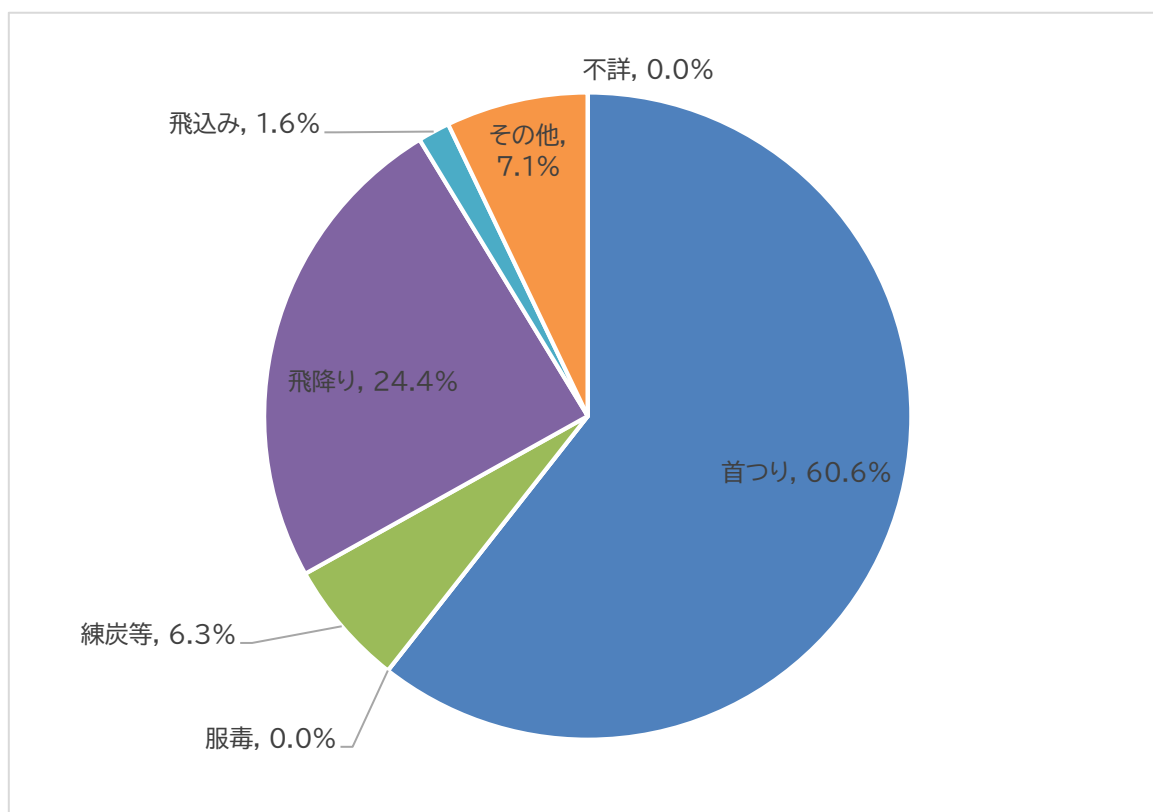
図26 自殺者数 年代別発見地・住居地比較 H29年～R3年合計



⑥ 自殺手段関連資料

手段	H29	H30	R元	R2	R3	合計	割合	全国割合
首つり	16	21	19	9	12	77	60.6%	66.1%
服毒	0	0	0	0	0	0	0.0%	2.3%
練炭等	1	2	2	1	2	8	6.3%	7.0%
飛降り	6	8	7	4	6	31	24.4%	10.9%
飛込み	0	0	0	2	0	2	1.6%	2.7%
その他	5	1	0	2	1	9	7.1%	10.9%
不詳	0	0	0	0	0	0	0.0%	0.1%
合計	28	32	28	18	21	127	100.0%	100.0%

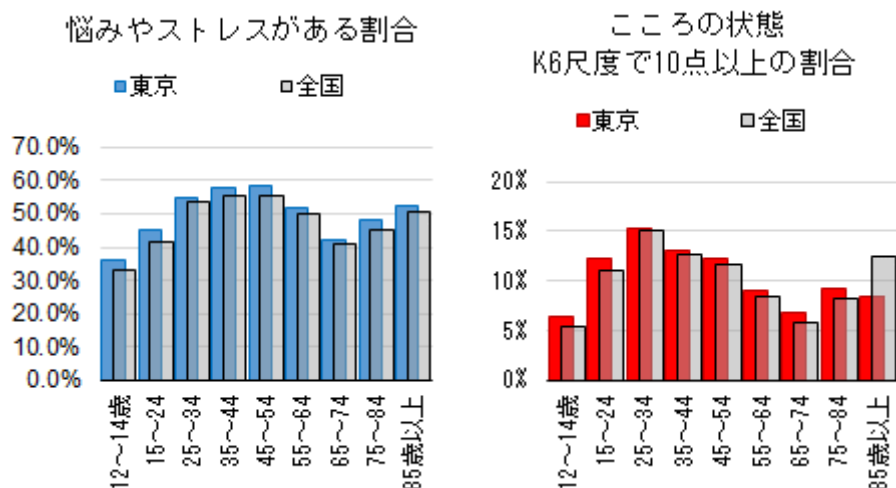
図27 自殺の手段比較(H29年～R3年) 合計127人



- 全国の自殺手段として、首つりが最も高く、次いで飛び降りが続いています。市では全国割合より飛び降りの数値が高くなっており、高層ビルや団地等の高い場所からの転落を防ぐ手段を講じる必要があります。

⑦ 住民の悩みやストレス、こころの状態の状況

- 本項目については市町村別の全国的な調査は行われていないため、参考として都道府県－21大都市別および全国の年齢(10歳階級)別の結果を掲載しています。



資料：厚生労働省「令和元年国民生活基礎調査」

※ こころの状態の評価には、K6という尺度を用いています。K6は米国のKesslerらによって、うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的として開発され、一般住民を対象とした調査で心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す指標として広く利用されています。点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があるとされています(点数の範囲は0~24点)。

■コラム4 全国自死遺族総合支援センターにおける自殺対策の取組

全国自死遺族総合支援センターでは、自死(自殺)等で大切な人を亡くした人が、偏見にさらされることなく悲しみと向き合い、必要かつ適切な支援を受けながら、死別の痛みから回復し、その人らしい生き方を再構築できるように、総合的な遺族支援の拡充をはかり、誰にとっても生き心地のよい社会の実現に寄与することを目的に活動しています。

多摩市と日野市が共催で実施する「日野市・多摩市わかち合いの会」では、身近な人を、突然、自死(自殺)で亡くした時に沸き上がる様々な思いを、遮られることなく、比べられることなく、自分の言葉で話せる場を提供しています。ご自分のことでしたらお話しする内容に決まりはありません。

当会では、「ここで話されたことは外では話さない。ここに置いていく」ことをとりわけ大切にしています。予約は必要なく、「ここで呼ばれたい名前」でご参加いただくことで、参加される方々が安心して語り合える場であるように努めています。

第3章 多摩市における今後の取組の方向性と施策(いのち支える自殺対策における取組)

市における自殺対策は、次の12の分野で、「生きることの阻害要因(自殺のリスク要因)」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因(自殺に対する保護要因)」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で、「生きることの包括的な支援」として実施していきます。

また、第1章において掲げた6つの基本施策と5つの重点施策については、本計画の計画期間中に集中的に取り組めます。具体的な取組内容は、後段の「(13)各種取組の各段階別事業計画」に記載しています。

(1)地域での実践的な取組への支援を強化する

自殺対策を推進する上での基盤となる取組は、市、関係機関、企業、市民が連携・協働し、総合的に推進することが必要です。そのため、地域・庁内におけるネットワークの強化に取り組めます。

- 自殺対策連絡会による連携強化【基本施策1地域におけるネットワークの強化】
本市の自殺対策の庁内各分野の部署及び関係機関と連携し、総合的かつ効果的に自殺対策を推進します。【福祉総務課】
- 自治会・町会活動の推進
身近な生活圏での気づき、声掛けなど、仲間づくりの必要性を認識し、地域での支え合いの機会として自治会や町会活動を推進していきます。【コミュニティ・生活課】
- 多摩市版地域包括ケアシステムネットワーク連絡会による連携強化【基本施策1地域におけるネットワークの強化】
複合化・複雑化した課題を抱え、分野別・対象者別の相談支援体制では対応が困難な市民に対して、庁外を含めた多様な機関が横断的に連携することにより、包括的な相談支援を行います。【福祉総務課】

(2)市民一人ひとりの気付きと見守りを促す

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、誰もが当事者となり得る重大な問題であることについて、デジタル媒体等様々な普及啓発を通じて、市民の理解促進を図ります。

あわせて、社会や地域の無理解や偏見等の社会的要因によって自殺念慮を抱え

る場合もあることから、命や暮らしの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の理解を促進することを教育活動や広報活動等を通じた啓発事業を展開していきます。

- **メンタルチェックシステム「こころの体温計」での啓発と周知**

- 【基本施策3住民への啓発と周知】**

- 自己や身近な人のこころの状態をパソコンや携帯電話を利用して気軽に知ることができる環境を作り、悩み事を相談できる窓口の存在を周知し、自殺予防に努めます。また、「こころの体温計」の周知のため、名刺大のカードを作成し、市内の公共施設や医療機関等に設置し、啓発に努めます。【福祉総務課】

- **自殺対策に関する啓発と周知【基本施策3住民への啓発と周知】**

- 自殺対策の知識や心の健康について広く市民が関心を持てるよう、周知を強化する期間を定めて、たま広報や公式ホームページ、X(旧:Twitter)など様々な媒体を活用して普及啓発を行います。【福祉総務課、図書館、秘書広報課】

- **人権啓発事業**

- 様々な人権問題に対する正しい情報の提供及び理解啓発を図り、人権尊重の理念を普及します。児童生徒に向けては、法務大臣に委嘱された人権擁護委員とともに、「人権教室」「中学生人権作文コンテスト」等の学校連携事業を通して、自分も他人も大切に作る心の涵養を行います。【平和・人権課】

- **TAMA女性センター事業**

- 男女平等参画社会の実現、女性を取り巻く問題やLGBTQ+当事者の性的指向・性自認による課題(困難)を解決することを目指し、相談事業や市民と協働で企画する講座等の啓発活動等を行います。また、相談を受けた側が、自殺の危険性に気づき、適切な支援につなげられる、ゲートキーパーの役割を担います。【TAMA女性センター】

- **障がい者差別解消・障害理解の推進**

- 障害の有無に関わらず誰もが安心して暮らせる共生社会を実現するため、差別解消・理解啓発に関する取組を推進することを目的とします。また、多摩市障がい者差別解消支援地域協議会を設置し、差別を解消するために必要な取組の検討等を行っています。【障害福祉課】

(3)自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る

様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対しての早期の「気づき」が重要であり、「気づき」のための人財育成を充実させていく必要があります。

庁内外の様々な分野の専門家や関係者だけでなく、市民を対象とした研修等を開催することで、ゲートキーパーの役割を担う人財や地域のネットワークの担い手・支え手となる人財を育成していきます。

- 市職員向けのメンタルヘルス研修の実施

- 【基本施策2自殺対策を支える人財の育成】

- 早期発見の役割を担う人財育成及び全庁的な連携を図るため、全職員を対象とした研修の実施に努めます。【人事課、福祉総務課】

- 専門職及び関係団体向けのゲートキーパー研修の実施

- 【基本施策2自殺対策を支える人財の育成】

- 地域において、早期発見の役割を担う人財育成とネットワーク連携、見守り強化を図るため、民生・児童委員、社会福祉協議会、教員等を対象とした研修の実施に努めます。【福祉総務課、児童青少年課、教育指導課】

- 市民向けのゲートキーパー研修の実施

- 【基本施策2自殺対策を支える人財の育成】

- 身近な地域で、「気づき」「声掛け」「話を聞き」「つなげる」ための支え手となる人財の育成に努めます。【福祉総務課】

- 多摩市版地域包括ケアシステム研修の実施

- 【基本施策2自殺対策を支える人財の育成】

- 何らかの困難を抱える市民を早期発見・早期支援・連携し、必要に応じて協働で支援策を講じる多摩市版地域包括ケアシステムを進めるため研修を実施します。【健幸まちづくり推進室】

- たまっこ子育て応援事業

- 市内保育園、幼稚園職員の保育の質の向上及び、地域の子育て支援に関わる職員の人財育成のために研修会を開催します。保護者や子ども、周囲の人の心の健康を気に掛け、見守る職員を育成します。【子育て支援課】

(4)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

市における自殺者のうち50歳代以上の自殺者が多いことを踏まえ、自らの健康づくりに取り組む機会を推進するとともに、介護予防事業等健康づくり活動の促進に取り組めます。また、相談窓口を充実させ、心配事へのアプローチを実施します。

- 成人保健対策事業(各種健康診査・がん検診・健康相談等)
より多くの市民が健康に過ごせるよう、各種健康診査・がん検診・健康相談等を実施します。受診勧奨等により受診促進を図り受診率の向上に努めます。また、がんとの共生を目的に、がん患者のアピアランスケア支援としてウィッグ等の購入等に要する費用の助成事業を開始します。【健康推進課】
- 健康づくり地域活動推進事業
市民が健康でいきいきと過ごせるように、自ら健康づくりに取り組む機会を提供し健康の保持・増進を図ります。
健康づくり推進員が中心となって、地域の中で健康づくり活動を展開し、健康づくりについての普及啓発を行います。また生涯にわたって健全な欲生活が実践できるよう、関係機関と連携し、ライフステージに応じた食育推進の取り組みを行います。【健康推進課】
- 一般介護予防事業
住民全体の介護予防活動として、介護予防リーダーによる「地域介護予防教室」や身近な地域で住民同士が行う「近所 de 元気アップトレーニング(近トレ)」を支援しています。
また、「TAMA フレイル予防プロジェクト(TFPP)」を大学や住民とともに実施し、フレイル状態の早期発見、フレイルを予防改善するためのポイントを学び、社会活動に参画するためのきっかけづくりを行っています。これらの事業では、元気アップ体操の実施、住民同士の交流の促進により、身体的、心理的、社会的なフレイル状態の予防・改善に役立っています。【高齢支援課】
- 介護予防推進事業
介護予防・フレイル予防推進員を配置し、高齢者の通いの場参加者の状態を確認し、地域活動の支援をしています。また、定期的にはリハビリテーション専門職の派遣を行い、地域づくりにつながる介護予防活動を推進します。【高齢支援課】
- 専門相談(人権・身の上相談、心のテレホンサービス)
人権・身の上相談は、夫婦・親子関係、近隣関係、人権問題等について人権擁護委員が相談に応じます。また、心のテレホンサービスでは、誰にも話せない悩みごとや心配ごとなどを抱えている方に対して、専門のカウンセラーが相談に応じます。【秘書広報課】

(5)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

障がいを抱える方又はその家族に対して適切な支援を提供することにより、その方が抱える様々な問題に関係機関とともに対処することで、医療、保健、福祉等の各施策の連動性を高めていきます。また、支援を継続して受けることで生活も安定し、自殺リスクの低減を図ります。

● 身体・知的障がい者相談員事業

障がい者の様々な相談に応じ必要な指導を行うことにより、障がい者への支援を図ります。障がい者や支援者が危機的な状況に追い込まれないよう、各種支援や関係機関と連携を行います。【障害福祉課】

● 精神障がい者グループホーム活用型ショートステイ事業

地域で生活する精神障がい者の家族が一時的な休息をとる際や、入院している精神障がい者の地域移行のための外泊訓練ができるよう、短期間グループホームの居室において入所の受け入れを行います。精神障がい者の地域生活を支援し、当事者や介護者の地域での安定した生活を目指します。また、介護者や支援者が、自身や周囲の人の心の健康を気に掛けられるよう、自殺予防の普及啓発を行います。【障害福祉課】

● 心身障がい者(児)一時保護事業

心身障がい者(児)に対する緊急時及びレスパイト(保護者・介護者の一時休養)等における一時保護を行います。本人及び保護者の事情により、一時的に家庭における介護が困難となった障がい者(児)を保護することにより、福祉の増進を図ります。また、支援者や保護者が、自身や周囲の人の心の健康を気に掛けられるよう、自殺予防の普及啓発を行います。【障害福祉課】

(6)社会全体の自殺リスクを低下させる

自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因(自殺のリスク要因)」を減らし、「生きることの促進要因(自殺に対する保護要因)」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で実施する必要があるため、様々な分野において、「生きることの阻害要因」を減らし、併せて「生きることの促進要因」を増やす取組を推進していきます。

● 生活困窮者等支援事業の実施【重点施策2生活困窮者への自殺対策の推進】

現に経済的に困窮し、最低限度の生活を維持することができなくなるおそれのあ

る生活困窮者からの相談に応じ、自立に必要な情報提供、助言、就労支援及び家計相談支援等を行います。訪問支援(アウトリーチ)を含め、生活保護に至る前の段階からの相談支援を行い、自殺リスクの低減を図ります。【福祉総務課】

● 生活保護法外事業

生活保護受給世帯の自立支援促進し自立と安定を目指し、生活保護法による扶助対象外となっている生活保護受給世帯の児童・生徒に対する健全育成、被保護者の自立促進を東京都単独事業により実施します。生活困窮に相談に来た市民が、その他の支援を必要としている場合は、各課と連携して支援を行います。【生活福祉課】

● 高齢者緊急一時保護事業

概ね 65 歳以上で、虐待等で安全確保が必要な方(要支援・要介護認定を受けたものを除く)へ、短期入所サービスを社会福祉法人等の業務委託により実施しています。虐待等で侵害された権利の回復と、地域での安心・安全な生活の確保に努めます。【高齢支援課】

● シルバー人材センター助成事業

就業により社会参加を希望する高齢者を対象に、臨時的・短期的・簡易な仕事を提供する公益社団法人多摩市シルバー人材センターに対し助成を通して、円滑な運営を促進し、高齢者の福祉の増進を図ります。【高齢支援課】

● 老人福祉センター事業

高齢者が健康で明るい生活を過ごしていくことを目的に、健康増進、教養の向上及びレクリエーション等を総合的に提供します。また、通所の利便性向上、身体弱者の安全確保のために送迎バスを運行します。高齢者の健康増進等のための事業を実施し、生きがいづくり、福祉の向上を図ります。【高齢支援課】

● 老人クラブ助成事業

老人クラブ及び老人クラブ連合会の運営や活動を補助することにより、老人福祉の増進を図ります。【高齢支援課】

● 生活支援体制整備事業の実施【重点施策4高齢者の自殺対策の推進】

地域で高齢者の生活支援等の体制を整備するため、生活支援コーディネーターを配置し、地域における資源や高齢者のニーズを把握し、多様な主体による生活支援の体制づくりや高齢者等が担い手となり活躍する機会を創設しています。高齢者の身近な場所に、体操など介護予防に資する住民運営の通いの場を拡充することで、高齢者の孤立化や閉じこもりを予防し、自殺要因の減少にもつなげます。【高齢支援課】

- **地域包括支援センター運営【重点施策4高齢者の自殺対策の推進】**
 地域包括支援センターは「地域包括ケアシステム」の中心として重要な役割を担っています。市内に6ヶ所の地域包括支援センターと高齢支援課内に基幹型地域包括支援センターを設置し、高齢者の身近な相談窓口として総合相談支援、権利擁護業務、包括的・継続的ケアマネジメント支援等を行い、自殺要因の気づきの一役を担います。【高齢支援課】
- **障がい者チャレンジ雇用・就労支援事業の実施【重点施策3無職者・失業者への自殺対策の推進】**
 障がい者の自立と社会参加をさらに促進することを目的に、障がい者の就労面及び生活面の支援を行い、無職者・失業者の減少を図っていきます。【障害福祉課】
- **就業労働相談事業の実施【重点施策3無職者・失業者への自殺対策の推進】**
 市民の就労促進を図ることを目的に、就労に向けた環境整備として、身近なところで就職情報の提供・各種相談や就労の斡旋等を行う永山ワークプラザの運営を引き続き行います。また、ワークプラザの存在を広く周知するほか、関係機関と連携して就職情報の提供や、市民の就労支援のためのセミナーや面接会を実施していきます。このことで、無職者・失業者の減少を図っていきます。【経済観光課】
- **受験生チャレンジ支援貸付事業の実施**
 一定所得以下の世帯の中学3年生、高校3年生、またはそれらに準じるものを支援する目的で、学習塾、各種受験対策講座、通信講座の受講料及び高等学校、大学等の受験費用の貸付を実施します。就学を支援し、将来の就労や生活への生きるための支援を行い、経済的理由による自殺要因の減少につなげます。【福祉総務課】
- **犯罪被害者等支援事業**
 犯罪被害者やその家族等が住み慣れた地域で安心して暮らすために、迅速かつ丁寧な相談対応のための専門相談窓口の体制充実を図ります。また、窓口周知とともに、犯罪被害者等への誹謗中傷といった二次的被害防止のために、市民に対して犯罪被害に関する理解啓発を継続して実施します。【平和・人権課】
- **多摩市二十歳の祝賀際**
 当該年度中に20歳を迎える若者を祝い励ますため、国民の祝日である成人の日に、実行委員会により企画立案された内容で式典を挙行します。大人になったことを自覚し、これから1人の人間として生き抜いていく中で、社会の中で自分一人では解決できない悩みに直面した時は、専門機関に助けを求める必要があることを普及啓発します。【児童青少年課】
- **子どもショートステイ事業**
 保護者の出産・疾病・育児疲れ・出張等により、家庭における養育が一時的に困難

となった児童を「養育協力家庭宅」又は「児童養護施設」において一時的に預かります。【子ども家庭支援センター】

- ひとり親家庭ホームヘルプサービス事業
日常の家事等に支障が生じるひとり親家庭に対し、家事援助を行うためのヘルパーを派遣し、子育てを支援します。【子育て支援課】
- ひとり親家庭相談事業の実施【重点施策2生活困窮者への自殺対策の推進】
母子家庭となった母及び父子家庭となった父等の経済的なこと、仕事のこと、住まいのことや子育てのことなど幅広い課題に対し、相談を通じたソーシャルワークを行い、それぞれの問題解決を図ります。特に自立支援の主要である就労支援に力点を置いた支援を行います。【子育て支援課】
- 公民館学級・講座等社会教育事業の実施
生き生きと暮らしていける一助となるよう、様々な内容の講座のほか、誰もが気軽に参加できるイベント等を開催します。【公民館】

(7)自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ

自殺未遂者は再度の自殺企図を行う可能性が高いことから、救急医療機関に搬送された自殺未遂者に退院後も含めて継続的に適切に介入するなど、自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐための対策を推進します。また、関係機関との連携を図り、自殺未遂者が発生した場合のアプローチ方法を検討します。

- 自殺未遂者への支援【基本施策4自殺未遂者等への支援の充実】
自殺未遂者は自殺の再企図の可能性が高く、自殺のハイリスク者と言われることから、対策が必要とされています。自殺未遂者へこころのケアを早期に行うことで、リスクの低減を図っていきます。そのため、未遂者が救急搬送される市内医療機関へ相談先に関する資料の配布協力を実施していきます。【福祉総務課】
- 自殺未遂者支援ネットワーク会議の開催
警察、消防、医療機関、保健所といった関係機関と連携し、自殺未遂者への支援について検討する仕組み作りを行います。【福祉総務課】

(8)遺された方への支援を充実する

遺族のニーズに応じて、早期からの迅速な支援を行うとともに、遺族が関連施策を含めた必要な支援情報を得ることができるよう情報提供を推進するなど、支援を

充実していきます。

- **身近な人を亡くされた方への支援【基本施策5自死遺族等への支援の充実】**

身近な人を自死で亡くされた方が集まり、ありのままの胸の内を語り合い、聴き合い、そして支え合う場として「わかち合いの会」を開催します。開催に当たっては、多くの自死遺族へこのような機会を幅広く提供する必要があることから、近隣市と連携して実施していきます。また、孤立感軽減のために、参加者数に関わらず、わかち合いの会の活動を継続します。【福祉総務課】

(9)地域のつながりや関係団体との連携を強化する

自殺対策において、地域のつながりは困難を抱えている人を発見する上で不可欠です。地域で活動している公的機関や関係団体が重要な役割を担っていることを踏まえ、その活動を支援するとともに、連携を強化していきます。

- **市民及び関係団体との連携強化【重点施策4高齢者の自殺対策の推進】**

協力事業者による多摩市地域見守り活動、地域福祉推進委員会、民生委員協議会など、見守りによる危機要因の発見、地域課題の提起や課題解決、行政との橋渡し役など、地域の関係団体との情報共有を行い、関係団体との連携の強化に努めます。【福祉総務課】

- **防犯対策**

多摩市犯罪のない安全なまちづくり推進計画に基づき、市民、防犯関係機関などと連携し、より効果的な防犯活動を推進します。防犯意識の向上を図るため、警察と連携して防犯の啓発活動や研修会を実施し、地域で市民の安全に気に掛ける環境を目指します。【防災安全課】

- **児童館運営事業**

一人一人の個性と自主性・社会性を育てるとともに、放課後の健全育成を図り、地域の乳幼児を持つ保護者の子育て支援を実施します。【児童青少年課】

- **学童クラブ運営事業**

保護者が昼間家庭にいない児童に、適切な遊びや生活の場を提供し、安全な育成と自立を促していきます。【児童青少年課】

- **放課後子ども教室事業**

放課後における子どもたちの安全・安心な活動拠点(居場所)を設け、地域の方々の参画を得て運営し、遊びやスポーツ・文化活動をはじめ地域の方々との交流活動等の取組を推進します。【児童青少年課】

- **青少年問題活動**
 青少年の健全育成を図るため、地域社会の中で青少年に関わる諸問題を検討・協議し、家庭・地域・学校・行政がそれぞれの役割に応じて活動します。また、青少年問題協議会、地区委員会等による連携・協力やこども110番活動の支援等、青少年を取り巻く環境の整備を目指します。【児童青少年課】
- **認知症施策推進事業**
 認知症に対する理解の促進と、認知症地域支援推進員による相談支援、当事者や家族を支える様々な取組を家族会と協力して行っています。認知症サポーターの養成を行い、高齢者に対する緩やかな見守り体制を構築しています。【高齢支援課】
- **高齢者見守り相談窓口事業**
 中部地域包括支援センター及び北部包括支援センター圏域において、65歳以上の単身高齢者や高齢者のみ世帯に対し、実態調査訪問や相談、見守り協力員の養成、地域での見守りネットワーク構築をおこない、高齢者の孤立防止を図っています。見守り協力員は、見守りを希望する高齢者に対し、担当を決めて見守り活動を実施し、住民同士のつながりを通じて地域の安心・安全な生活の確保に努めています。【高齢支援課】
- **民生委員協議会等運営**
 市民の福祉の増進に資することを目的としている民生・児童委員に対する研修等の実施や、民生・児童委員活動が円滑に行われるよう、関係機関との連携強化を図ることを目的とし、困難を抱える人と、支援機関をつなぐ役割を担います。【福祉総務課】
- **健幸まちづくり推進事業**
 健幸都市の実現に向けて、市民が主体的に自らの「健幸」について意識し、「健幸」の獲得に向けた行動ができるように、市民を後押しする事業を行います。また、健康づくりに無関心なままでも、健幸的な生活に誘導される環境づくりを展開しています。多摩市版地域包括ケアシステムに関する研修や、健幸啓発情報の発信等を行い、市民、行政、民間団体が一体となって行う健幸まちづくりを推進します。【健幸まちづくり推進室】
- **多摩市自治基本条例推進事業**
 まちの自治について最も基本的な理念とそれを実現するための行動原則を定めた市の最高規範である「多摩市自治基本条例」に基づき、市民参画、協働による自治及びまちづくりの推進を目的として、「多摩市自治推進委員会」を設置し、条例の理解促進のための広報・啓発活動等を行っています。市民・地域・行政との新たな

協働のしくみづくりについてモデルエリアでの試行を実践しています。【企画課】

- 多摩市国際交流センター

多摩市の国際交流活動を推進していくことを目的に、市の主導で発足した市民団体です。会員が中心となって各種国際交流事業を行っている他、市の委託事業として、外国人のための日本語教室、外国人向け月刊生活情報紙「Hand in Hand in たま」の発行、外国人のための生活相談室等を実施しています。【文化・生涯学習推進課】

(10)子供・若者の自殺対策を更に推進する

市では児童・生徒・学生の自殺者数のうち、大学生・大学院生の占める割合が高いことを踏まえ、大学へのアプローチを行うとともに、全国の児童・生徒の自殺者は増加傾向にあることを受けて、中学生・高校生に対する自殺予防の取組を強化します。また、様々なライフステージの方が含まれることから、それぞれの置かれている状況に沿った施策を実施していきます。

- 若年層向け心の健康啓発事業の実施

中学1年生に実施したアンケートの結果を参考に、啓発物に心の健康に関する情報や、心が元気になるコツ等を記載し、内容を充実させ、市内中学校を通じて配布を行います。【福祉総務課】

- 市内大学への情報周知の強化

南多摩保健所と市内大学で構成される連絡会に市の自殺対策情報を提供することで、大学生の自殺予防に関する知識を深めます。また、ゲートキーパーに関する研修や講演会情報を提供し、自殺につながる危機要因の減少につなげます。【福祉総務課】

- 子どもの居場所を担う関係職員向けハンドブックの作成・配付

【基本施策4自殺未遂者等への支援の充実】

未成年者が自殺に追い込まれることのない社会を目指すためには、自殺リスクを抱える未成年者へ声掛け等の積極的な支援を行うことや、自殺リスクが高くなる前段階における予防の観点が必要です。

そのため、「日常の子どもとの生活の中で、心のSOSをキャッチし、より適切に対応できる」いわゆる「よりよき気づきと対応」の手がかりとして、子どもの居場所を担う関係職員向けハンドブックを作成し、配布します。【福祉総務課】

- 中学1年生向け小冊子事業の実施
【基本施策6児童生徒の SOS の出し方に関する教育】
 市内の公立及び市立中学1年生に「命の大切さ」を伝えるとともに、子ども自身が自殺を予防する行動を取れる能力を身に付けられるよう、心の健康や生活上の困難やストレスに直面したときの対処方法等の知識を広める事業として取組を推進します。
 若年層への対策として、平成26年度より実施し、平成28年度からは、市内私立中学校2校を含め全11校で実施しています。令和4年度から小冊子をデータ化し、タブレットへの配信に変更しました。【福祉総務課、教育指導課】

- DVD教材による SOS の出し方教育
【基本施策6児童生徒の SOS の出し方に関する教育】
 東京都教育委員会は、平成30年2月に「学校における児童・生徒の自殺対策の取組～寄り添い、支え、命を守るために～」を策定し、都内全域の公立学校において自殺予防の取組として、DVD教材によるSOSの出し方教育を平成30年度より始めました。多摩市の公立小中学校においてもこの取り組みを推進していきます。
 【教育指導課】

- 地域教育力支援事業の実施**【重点施策1子ども・若者向け自殺対策の推進】**
 学校と地域の連携・協働により、様々な体験活動の機会の提供や授業時間以外での基礎学力の定着などの教育活動ができるよう環境を整備し、児童・生徒の生きる力を地域ぐるみで育む体制づくりを進めていきます。【教育指導課】

- 子どもパートナー事業
 児童・生徒、学校、保護者に対し、大学等の関係機関と教育委員会が連携してサポートを行い、児童・生徒の社会的自立を促します。本事業の学校への周知を深め、課題のある児童・生徒への早期対応を図ることにより、不登校や非行の解決、防止を図ります。【教育指導課】

- 家庭教育支援事業
 家庭の教育力の向上を図るため家庭教育に関する学習機会や情報の提供を行います。保護者や親子等を対象とした家庭教育講座等、家庭教育の向上に資する事業を行い、子育ての悩みなどを解消し、心身ともに健康になる一助となるよう開催します。【公民館】

- 教育センター事業**【重点施策1子ども・若者向け自殺対策の推進】**
 お子さんの教育にかかわること、情緒的・心理的な問題、学校での悩みやいじめに関する相談に応じる教育相談を行っています。その他にも、就学・転学相談、適応教室・適応指導、特別支援教育の推進等の各種事業を行っています。【教育センター】

- 公民館学級・講座等社会教育事業の実施
 生き生きと暮らしていける一助となるよう、子を持つ親や若年層を対象とした講座のほか、誰もが気軽に参加できるイベント等を開催します。【公民館】
- 子ども若者育成支援事業の実施
【重点施策1子ども・若者向け自殺対策の推進】
 子どもの貧困、児童虐待、いじめ、不登校、ひきこもり等、子ども・若者を取り巻く困難は多様化しています。そのような悩みを抱える子ども・若者及びその家族等を社会資源(相談機関、就労関係機関など)につなげられるよう、普及啓発を目的として講演会を実施することで、自殺につながる危機要因の減少を目指します。【児童青少年課、福祉総務課】
- 子どもの学習支援事業の実施**【重点施策1子ども・若者向け自殺対策の推進】**
 経済的に困窮するひとり親世帯・生活困窮者世帯の中高生世代を対象とした学習支援事業を実施し、進級・進学・自立を支援することで、貧困の連鎖の防止につなげます。【児童青少年課】
- 子育てサポート事業
 一時的保育事業、子育て相談事業、定期利用保育事業等を行い、地域の子育て家庭に対し総合的な子育て支援施策を推進します。また、保育所等が育児に関する相談を受けることで、保護者の子育てへの不安を解消し、心の健康を保つ一助となるよう、事業実施園への支援を行います。【子育て支援課】
- 子ども家庭支援センター事業
 子どもと家庭に関する問題が多様化・複雑化している中、関係機関と連携しながら子どもの安全を確保するとともに、総合的に子育て家庭を支援していくための相談窓口の役割を担っています。関係機関との連携を強化して、児童虐待の防止や子育て家庭の支援を図り、児童虐待防止の普及啓発と問題解決のための連携を推進していきます。【子ども家庭支援センター】
- 児童発達支援通所事業
 心身の発達に心配のある児童に対して、必要な指導、療育を集団、個別に行い、経験を豊かにするとともに、一人ひとりの発育、発達を促します。市が障害児通所支援事業者として、適正な事業を実施し、児童と家族に向けた支援を教育、福祉と連携して行います。【障害福祉課】

(11)勤務問題による自殺対策を更に推進する

市における平成29年から令和3年までの自殺者数のうち、年齢、属性別で見ると40歳代から50歳代の男性の有職者の自殺者が最も多いことから、職域における自殺対策を推進するとともに、うつ病等で休職となった労働者の復職を支援することにより、社会とのつながりの希薄化や孤立に陥ることを防止します。あわせて、職場におけるメンタルヘルス対策やライフ・ワーク・バランスの推進、ハラスメントの防止に取り組みます。

● 創業・経営支援事業【重点施策5勤務・経営者への自殺対策の推進】

市内経済の活性化を目的に、創業者や経営者に対し相談事業や創業塾、経営塾などの支援策を実施することで、創業者等の市内定着を目指します。多摩大学、多摩信用金庫との三者連携をはじめとした民間事業者との連携事業等により、創業・経営支援に取り組んでいきます。地域の創業や企業の発展を支援し、無職者・失業者の減少を図ります。【経済観光課】

● 多摩商工会議所補助事業【重点施策5勤務・経営者への自殺対策の推進】

市内商工業の振興と地域経済の活性化促進を目指し、多摩商工会議所が行う経営会議のための指導・相談等に対して補助金を交付します。商工会議所の機能を活用し、市内の中小事業者に対するセミナーや相談等の支援を充実させ、就労環境の改善を目指します。【経済観光課】

● 専門相談(人権・身の上相談、心のテレホンサービス)

人権・身の上相談は、夫婦・親子関係、近隣関係、人権問題等について人権擁護委員が相談に応じます。また、心のテレホンサービスでは、誰にも話せない悩みごとや心配ごとなどを抱えている方に対して、専門のカウンセラーが相談に応じます。【秘書広報課】

(12)女性の自殺対策を更に推進する

全国の女性の自殺者数は令和2年に2年ぶりに増加し、令和3年の女性の自殺者数も前年を上回りました。女性が自殺に至る背景は様々であり、ライフステージに応じて、学校関係の悩みや進路・進学問題、親子関係の不和、就労に関する問題、予期しない妊娠や産後うつ、子育ての悩み、介護疲れなど、抱える悩みも異なると考えられます。また、コロナ禍における家族の在宅時間の増加や女性の雇用問題の深刻化等により女性の自殺リスクの高まりが懸念されます。

こうしたことを踏まえ、困難を抱える女性が、その悩みに応じた適切な支援が受けられるよう、女性に係る施策を体系的に整理した上で、実効性のある取組を推進していきます。

- TAMA女性センター事業(再掲)

男女平等参画社会の実現、女性を取り巻く問題やLGBTQ+当事者の性的指向・性自認による課題(困難)を解決することを目指し、相談事業や市民と協働で企画する講座等の啓発活動等を行います。また、相談を受けた側が、自殺の危険性に気づき、適切な支援につなげられる、ゲートキーパーの役割を担います。【TAMA女性センター】
- 子ども家庭サポーター派遣事業

妊娠中から出産後の家庭に「子ども家庭サポーター」を派遣し家事・育児をお手伝いしながら、負担を軽減し、安心して子育てができるようサポートします。【子ども家庭支援センター】
- 子どもショートステイ事業(再掲)

保護者の出産・疾病・育児疲れ・出張等により、家庭における養育が一時的に困難となった児童を「養育協力家庭宅」又は「児童養護施設」において一時的に預かります。【子ども家庭支援センター】
- ひとり親家庭ホームヘルプサービス事業(再掲)

就業、技能習得等の自立に向けた活動や疾病、生活環境等の激変により、一時的に生活援助若しくは子育て支援が必要なひとり親家庭(調理、掃除、洗濯、育児等を行う者がいない状況のひとり親家庭)へ、一定の期間、ホームヘルパーを派遣します。【子育て支援課】
- ひとり親家庭相談事業の実施(再掲)

【重点施策2生活困窮者への自殺対策の推進】

母子家庭となった母及び父子家庭となった父等の経済的なこと、仕事のこと、住まいのことや子育てのことなど幅広い課題に対し、相談を通じたソーシャルワークを行い、それぞれの問題解決を図ります。特に自立支援の主要である就労支援に力点を置いた支援を行います。【子育て支援課】
- 母子保健事業

○妊娠期

妊婦の自殺や産後うつ予防等周産期のメンタルヘルスケアの一環として、妊娠届出時から保健師等の専門職の支援を始めます。ゆりかご TAMA 妊婦面接、妊婦健診、両親学級等を通じて必要時継続的な支援を実施し、きずなメール(LINE版)による情報発信など、産前産後の不安定になりやすいメンタルヘルスについての情報提供等を行い、安心して妊娠期を過ごし、出産・子育ての準備ができるよう支援します。【健康推進課】

○出産後の新生児期から乳幼児期

周産期医療機関等との連携、新生児訪問(赤ちゃん訪問)などにより、心中による虐待死の大きな要因である育児不安や産後うつ等の早期把握、対応に努め、産後ケア事業、乳幼児健診、離乳食講習会、幼児歯科相談、育児相談、心理相談等を実施し、子どもが心身とも健やかに成長し、親子が孤立せず、安心して地域で暮らせるよう、支援を行います。【健康推進課】

○妊娠期から乳幼児期を通じて

出産・子育て応援事業、赤ちゃんファースト、とうきょうママパパ応援事業などの経済的支援と保健師等専門職による伴走型相談支援を一体的に実施し支援を行います。また、地域子育て支援拠点施設等など子育て関連施設等との連携強化により、妊娠期から切れ目なく包括的に支援する体制構築に引き続き努めます。【健康推進課】

■コラム5 多摩中央警察書における自殺対策の取組

令和4年中における自殺の概要によれば、自殺者数は 21,881 人で前年度に比べて874人(4.2%)増えており、男女別にみても、男性は13年振りの増加、女性は3年連続の増加となっています。

月別自殺者数では2月が最も少ない月であり、3月、5月、9月が増加する傾向にあることから、新学期等のタイミングで自殺者数が増えているのが分かります。

また特に注目すべき点として、令和4年度での学生・生徒等の自殺者数は 1,063 人になっており、平成25年以降の記録からみて最多となっています。

多くの悩みを抱える少年らに対し警視庁では、20 歳未満の方やそのご家族に向けてヤング・テレホン・コーナー(少年相談室)というものを設置し、24時間相談を受け付けており、必要に応じて、専門機関の紹介や警視庁の各少年センターでの継続的な相談を実施しています。

出典 厚生労働省 警察庁

(13)各種取組の各段階別事業計画

国の計画である自殺総合対策大綱では、自殺対策の取組を事前対応・自殺発生の危機対応・事後対応等の段階ごとに効果的な施策を講じる必要があることや、自殺の事前対応の更に前段階での取組を推進することとしています。また、対人支援・地域連携・社会制度のレベルごとの対策を有機的に連動させることで、総合的に推進するものとしています。

本市においても自殺総合対策大綱を踏まえ、事前対応の更に前段階での取組(0次予防)、事前予防(一次予防)、危機対応(二次予防)、事後対応(三次予防)の段階ごとに対策を進めることとします。

- 0次:SOSの出し方に関する教育の取組や地域での見守りに関する取組
- 一次:事前予防。社会全体で自殺を予防するため、自殺防止のための環境整備や情報提供・普及啓発
- 二次:危機対応。自殺の兆しを早期に発見するため、相談・支援の充実による自殺防止や対象当に応じた取組
- 三次:事後対応。自殺企図を二度と繰り返さないため、自殺未遂者や自死遺族へのケアと支援の充実

■コラム6 多摩市民生委員協議会における自殺対策の取組

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員で、自らも住民の一員という性格を持って住民の見守りや相談活動を行います。誰もが地域で安心して暮らせるよう、高齢者や障がいのある方、子育て中の方などの相談を受けたり、福祉情報の提供、関係機関へのパイプ役等、様々な支援を行っています。

9月の自殺対策強化月間に合わせて実施している「多摩市自殺対策街頭キャンペーン」に民生委員協議会として参加し、東京都や保健所と連携し、自殺対策について啓発を図っています。

また、ゲートキーパー研修動画を視聴し、身近な人の自殺のサインに気付き、声をかけ、必要に応じて関係機関へつなぐことの大切さを学びました。正しい知識と思いやりを持って、相談を受けられるよう努めています。

心配やご不安ごとがありましたら、まずは地域の民生委員・児童委員までご連絡ください。活動には守秘義務が課されていますので、安心してご相談いただければと思います。



多摩市自殺対策街頭キャンペーン
(令和5年9月、多摩市、聖蹟桜ヶ丘駅前)

(1) 基本施策

項目	段階				取組 【所管】	R6 (2024) 年度	R7 (2025) 年度	R8 (2026) 年度	R9 (2027) 年度	R10 (2028) 年度
	0次	一次	二次	三次						
強化 地域における ネットワークの		○			自殺対策連絡会による連携強化【福祉総務課】	定期的開催				
	○	○			多摩市版地域包括ケアシステムネットワーク連絡会による連携強化【福祉総務課】	継続的な実施				
自殺対策を支える人財の育成			○		市職員向けメンタルヘルス研修の実施【人事課】	継続的な実施				
			○		専門職・関係団体向けのゲートキーパー研修の実施【福祉総務課他】	継続的な実施				
			○		市民向けのゲートキーパー研修の実施【福祉総務課】	継続的な実施				
			○		多摩市版地域包括ケアシステム研修の実施【健幸まちづくり推進室】	継続的な実施				
住民への啓発と周知		○			メンタルチェックシステムでの啓発と周知【福祉総務課】	継続的な運営管理				
		○			自殺対策に関する啓発と周知【福祉総務課、図書館】	継続的な実施				
自殺未遂者等への支援の充実				○	自殺未遂者への支援【福祉総務課】	相談先等案内リーフレット 自殺未遂者支援ネットワーク 会議の開催				
			○		関係職員向けハンドブックの作成・配付【福祉総務課】	相談先等案内ハンドブック				
自死遺族等への支援				○	身近な人を亡くされた方への支援【福祉総務課】	わかち合いの会の定期開催				
児童生徒のSOSの出し方教育	○				DVD教材によるSOSの出し方教育【教育指導課】	公立小中学校の授業実施				
	○				小冊子事業の実施【教育指導課、福祉総務課】	中学1年生（私立含む）への授業				

(2) 重点施策

項目	段階				取組 【所管】	R6 (2024) 年度	R7 (2025) 年度	R8 (2026) 年度	R9 (2027) 年度	R10 (2028) 年度
	0次	一次	二次	三次						
子ども・若者向け 自殺対策の推進	○				地域教育力支援事業の実施【教育指導課】	継続的な実施				
		○			子ども若者育成支援事業の実施【児童青少年課】	定期的な実施				
			○		子どもの学習支援事業の実施【児童青少年課】	継続的な実施				
			○		教育センター事業【教育センター】	継続的な実施				
生活困窮者への 自殺対策の推進			○		生活困窮者等支援事業の実施【生活福祉課】	継続的な実施				
			○		ひとり親家庭相談事業の実施【子育て支援課】	継続的な実施				
無職者・失業者への 自殺対策の推進		○			就業労働相談事業の実施【経済観光課】	継続的な実施				
		○			障がい者チャレンジ雇用・就労支援事業の実施【障害福祉課】	継続的な実施				
高齢者の 自殺対策の推進		○			市民及び関係団体との連携強化【福祉総務課】	ネットワークの連携強化				
		○			生活支援体制整備事業の実施【高齢支援課】	継続的な実施				
			○		地域包括支援センターの運営【高齢支援課】	市民の利用に即した運営				
勤務・経営者への 自殺対策の推進		○			事業者向け創業・経営相談の実施【経済観光課】	継続的な実施				
		○			中小事業者補助事業の実施【経済観光課】	定期的な開催				

■基本施策の具体的な取組内容

施策	具体的な施策の展開 (担当課)	施策内容	目標指標	R10年 目標値
基本施策1 地域におけるネットワークの強化	(1)自殺対策連絡会による連携強化 (福祉総務課)	本市の自殺対策の庁内各分野の部署及び関係機関と連携し、総合的かつ効果的に自殺対策を推進します。	(1)自殺対策連絡会の開催	年3回以上
	(2)多摩市版地域包括ケアネットワーク連絡会による連携強化 (福祉総務課)	分野別・対象者別の支援では対応が困難な市民に対して、多様な機関の横断的な連携を図り、包括的な相談支援体制を構築します。	(2)代表者会議の開催	年1回以上
基本施策2 自殺対策を支える人財の育成	(1)市職員向けのメンタルヘルス研修の実施 (人事課)	早期発見の役割を担う人財育成及び全庁的な連携を図るため、全職員を対象とした研修の実施に努めます。	研修実施回数	年4回以上
	(2)専門職及び関係団体のゲートキーパー研修の実施(◎福祉総務課、児童青少年課、教育指導課)	地域において、早期発見の役割を担う人財育成とネットワーク連携、見守り強化を図るため、民生・児童委員、社会福祉協議会、教員等を対象とした研修の実施に努めます。	専門職等対象のゲートキーパー研修の参加者数	累計300人以上
	(3)市民向けのゲートキーパー研修の実施 (福祉総務課)	身近な地域で、「気づき」「声掛け」「話を聞き」「つなげる」ための支え手となる人財の育成に努めます。	市民向けゲートキーパー研修の参加者数	累計300人以上
	(4)多摩市版地域包括ケアシステム研修の実施(健康まちづくり推進室)	何らかの困難を抱える市民を早期発見・早期支援・連携し、必要に応じて協働で支援策を講じる多摩市版地域包括ケアシステムを進めるため、職員向けに、各課の業務を理解するとともに、相談しやすい顔の見える関係を作るための研修を実施します。	「きづく・つなぐ」のための多摩市版地域包括ケアシステム研修の開催数	年3回以上
基本施策3 住民への啓発と周知	(1)メンタルチェックシステム「こころの体温計」での啓発と周知 (福祉総務課)	自己や身近な人のこころの状態をパソコンや携帯電話を利用して気軽に知ることができる環境を作り、悩み事を相談できる窓口の存在を周知し、自殺予防に努めます。また、「こころの体温計」の周知のため、名刺大のカードを作成し、市内の公共施設や医療機関等に設置し、啓発に努めます。	こころの体温計アクセス数	50,700以上
	(2)自殺対策に関する啓発と周知 (◎福祉総務課、秘書広報課、◎図書館)	自殺対策の知識や心の健康について広く市民が関心を持てるよう、周知を強化する期間を定めて、様々な方法で普及啓発を行います。	たま広報掲載 図書館企画展示場所数	実施 年4回以上
	(1)子どもの居場所を担う関係職員向けハンドブ	未成年者が自殺に追い込まれることのない社会を目指すためには、自殺リスクを抱える未	配布部数	該当者数分

基本施策4 自殺未遂者 等への 支援の充実	ブックの作成・配布 (福祉総務課)	<p>成年者へ声掛け等の積極的な支援を行うことや、自殺リスクが高くなる前段階における予防の観点が必要です。</p> <p>そのため「日常の子どもとの生活の中で、心のSOSをキャッチし、より適切に対応できる」いわゆる「よりよき気づきと対応」の手がかりとして、子どもの居場所を担う関係職員向けハンドブックを作成し配布します。</p>		
	(2) 自殺未遂者への支援 (福祉総務課)	<p>自殺未遂者は自殺の再企図の可能性が高く、自殺のハイリスク者と言われることから、対策が必要とされています。自殺未遂者へこころのケアを早期に行うことで、リスクの低減を図ります。そのため、未遂者が救急搬送される市内医療機関へ相談先に関する資料の配布協力を実施していきます。さらに、警察、消防、医療、保健所といった関係機関と連携しネットワーク会議を行います。</p>	相談先一覧の配布協力機関数	4ヶ所
基本施策5 自死遺族等 への 支援の充実	(1) 身近な人を亡くされた方への支援 (福祉総務課)	<p>身近な人を自死で亡くされた方が集まり、ありのままの胸の内を語り合い、聴き合い、支え合う場として「わかち合いの会」を開催します。開催に当たって多くの自死遺族へこのような機会を幅広く提供する必要があることから、近隣市と連携し実施していきます。</p>	わかち合いの会 開催回数	12回
			未遂者支援ネットワーク会議開催数	年1回 以上
基本施策6 児童生徒の SOSの 出し方に 関する教育	(1) DVD教材による SOSの出し方教育 (教育指導課)	<p>東京都教育委員会は、平成30年2月に「学校における児童・生徒の自殺対策の取組～寄り添い、支え、命を守るために～」を策定し、都内全域の公立学校において自殺予防の取組として、DVD教材によるSOSの出し方教育を平成30年度より始めました。多摩市の公立小中学校においてもこの取り組みを推進していきます。</p>	実施校数	26校
	(2) 中学1年生向け小冊子事業の実施 (教育指導課、◎福祉総務課)	<p>市内の公立及び市立中学1年生に「命の大切さ」を伝えるとともに、子ども自身が自殺を予防する行動を取れる能力を身に付けられるよう、心の健康や生活上の困難やストレスに直面したときの対処方法等の知識を広める事業として取組を推進します。若年層への対策として平成26年度より実施しています。平成28年度からは市内私立中学校2校を含め全11校で実施しています。</p>	実施校数	11校

■重点施策の具体的な取組内容

※数値化が適当でないものは、目標値を設定していません

施策	具体的な施策の展開 (担当課)	実施内容	目標指標	R10年 目標値
重点施策1 子ども・若者 向け 自殺対策の 推進	(1) 地域教育力支援事業の実施 (教育指導課)	学校と地域の連携・協働により、様々な体験活動の機会の提供や授業時間以外での基礎学力の定着などの教育活動ができるよう環境を整備し、児童・生徒の生きる力を地域ぐるみで育む体制づくりを進めていきます。	実施校数	26校
	(2) 子ども若者育成支援事業の実施 (児童青少年課)	子どもの貧困、児童虐待、いじめ、不登校、ひきこもり等、子ども・若者を取り巻く困難により、悩みを抱える子ども・若者及びその家族等を社会資源(相談機関、就労関係機関など)につなげられるよう、普及啓発を目的として講演会を実施することで、自殺につながる危機要因の減少を目指します。	ひきこもりに関する講演会開催数	1回
	(3) 子どもの学習支援事業の実施 (児童青少年課)	経済的に困窮するひとり親世帯・生活困窮者世帯の中高生世代を対象とした学習支援事業を実施し、進級・進学・自立を支援することで、貧困の連鎖の防止につなげます。	事業参加者の学習意欲向上率	
	(4) 教育センター事業 (教育センター)	お子さんの教育に関わること、情緒的・心理的な問題、学校での悩みやいじめに関する教育相談を行っています。その他、就学・転学相談、適応教室・適応指導、特別支援教育の推進等の各種事業を行っています。	相談件数	
重点施策2 生活困窮者 への 自殺対策の 推進	(1)生活困窮者等支援事業の実施 (福祉総務課)	現に経済的に困窮し、最低限度の生活を維持することができなくなるおそれのある生活困窮者からの相談に応じ、自立に必要な情報提供、助言、就労支援及び家計相談支援等を行います。訪問支援(アウトリーチ)を含め、生活保護に至る前の段階からの相談支援を行い、自殺リスクの低減を図ります。	就労率	
	(2)ひとり親家庭相談事業の実施 (子育て支援課)	ひとり親家庭への経済上の問題、家族関係に係ること、生活全般についての相談を受け、助言各種制度の紹介、専門窓口との連携などにより、問題解決の援助を行い、生活の不安の軽減を図ります。	延べ相談者数	
重点施策3 無職者・失業者への 自殺対策の 推進	(1)就業労働相談事業の実施 (経済観光課)	市民の就労促進を図ることを目的に、就労に向けた環境整備として、身近なところで就職情報の提供・各種相談や就労の斡旋等を行う永山ワークプラザの運営を引き続き行います。また、ワークプラザの存在を広く周知するほか、関係機関と連携して就職情報の提供や、市民の就労支援のためのセミナーや面接会を実施していきます。このことで、無職者・失業者の減少を図っていきます。	求職来所者数	

	(2)障がい者チャレンジ雇用・就労支援事業の実施(障害福祉課)	障がい者の自立と社会参加を促進することを目的に障がい者の就労面及び生活面の支援を行い、無職者・失業者の減少を図ります。	就労支援件数	6,700件
重点施策4 高齢者の 自殺対策の 推進	(1)市民及び関係団体との連携強化 (福祉総務課)	協力事業者による多摩市地域見守り活動、地域福祉推進委員会、民生委員協議会など、見守りによる危機要因の発見、地域課題の提起や課題解決、行政との橋渡し役など、地域との関係団体との情報共有を行い、関係団体との連携の強化に努めます。	見守り協力事業者数	累計 40団体以上
			地域福祉推進委員会連絡会と市との情報連携	年1回以上
			民生委員相談支援件数	2,500件
	(2)生活支援体制整備事業の実施 (高齢支援課)	地域で高齢者の生活支援等の体制を整備するため生活支援コーディネーターを配置し地域における資源や高齢者ニーズを把握、多様な主体での生活支援の体制づくりや高齢者等が担い手となり活躍する機会を創設しています。高齢者の身近な場所に体操や食事など介護予防に資する住民運営の通いの場を拡充することで高齢者の孤立化や閉じこもりを予防し自殺要因の減少につなげます。	介護予防通いの場参加者数	130団体 3,600人
	(3)地域包括支援センターの運営 (高齢支援課)	地域包括支援センターは「地域包括ケアシステム」の中心として重要な役割を担っています。市内に5ヶ所の地域包括支援センターと高齢支援課内に基幹型地域包括支援センターを設置し、高齢者の身近な相談窓口として総合相談支援、権利擁護業務、包括的・継続的ケアマネジメント支援等を行い、自殺要因の気づきの一役を担います。	延べ相談件数	
重点施策5 勤務・経営者の 自殺対策の 推進	(1)事業者向け創業・経営相談の実施 (経済観光課)	創業に関する素朴な疑問、事業アイデアの具体化、事業計画書の作り方、資金調達などについて、創業希望者や創業間もない者・経営者を対象にワンストップで創業相談・経営相談を実施していきます。	延べ相談者数	200人
	(2)中小事業者補助事業の実施 (経済観光課)	市内中小企業が必要な事業資金を低利で借り受けられるよう、市が金融機関に融資のあっせんを行い、利子及び信用保証料の一部を補助することで、経営基盤の安定化、資金繰りの不安解消を支援します。	補助交付件数	

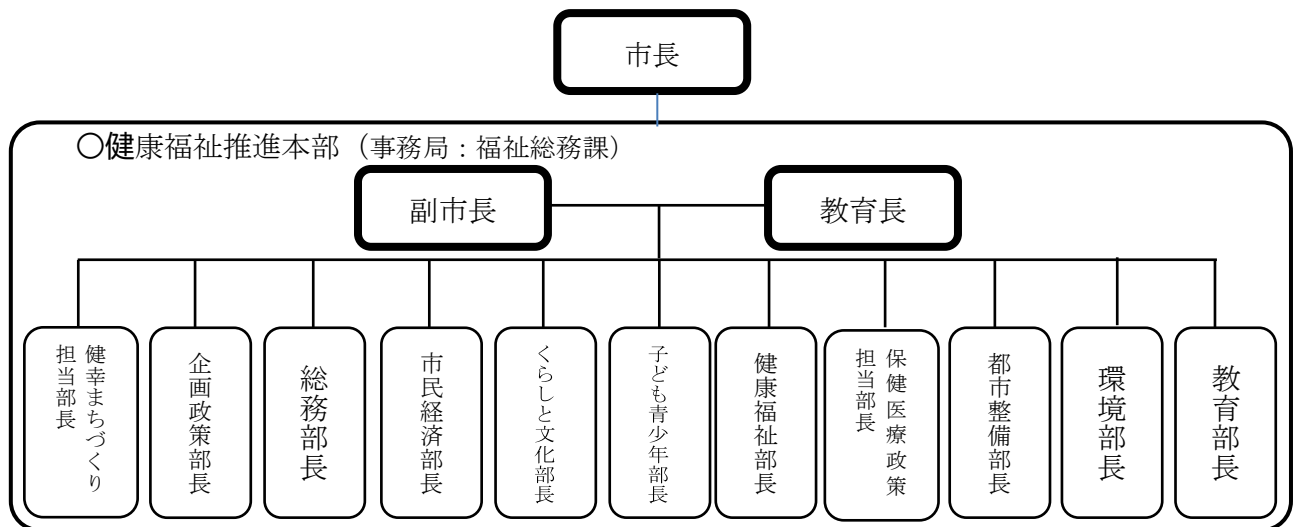
第4章 自殺対策の推進体制

(1) 自殺対策組織

本市における自殺対策の推進は、市長のリーダーシップの下、以下の体制で推進します。

① 健康福祉推進本部

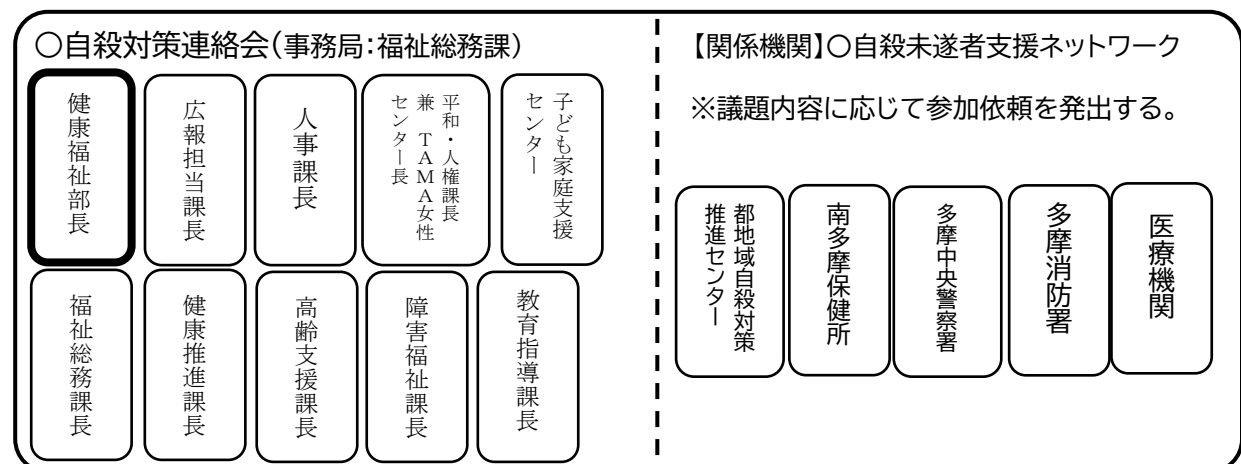
自殺対策における方向性の決定や総合調整は、副市長が本部長を務める「健康福祉推進本部」で行います。教育長や健康福祉部長に加えて、庁内全般にわたり、健康福祉施策に係る総合的な推進を図るための部長等で構成します。



② 自殺対策連絡会(自殺未遂者支援ネットワーク)

「健康福祉推進本部」の下に「自殺対策連絡会」を位置づけ、自殺対策を全庁的な取組として推進するために、関係部局の課長級等で構成し、自殺予防の連携強化を図ります。「健康福祉推進本部」での方向性の決定事項を「自殺対策連絡会」を通じて共有し、効果的な対策を実施するため、施策の評価、検討及び推進を行います。令和3年度に構成委員の調整を実施し、各部を代表する課長が参加することに変更しました。

また、令和4年度に関係機関を交えて自殺未遂者支援ネットワーク会議を実施し、令和6年度から関係機関も含めた連絡会として機能させます。



(2)多摩市版地域包括ケアシステム

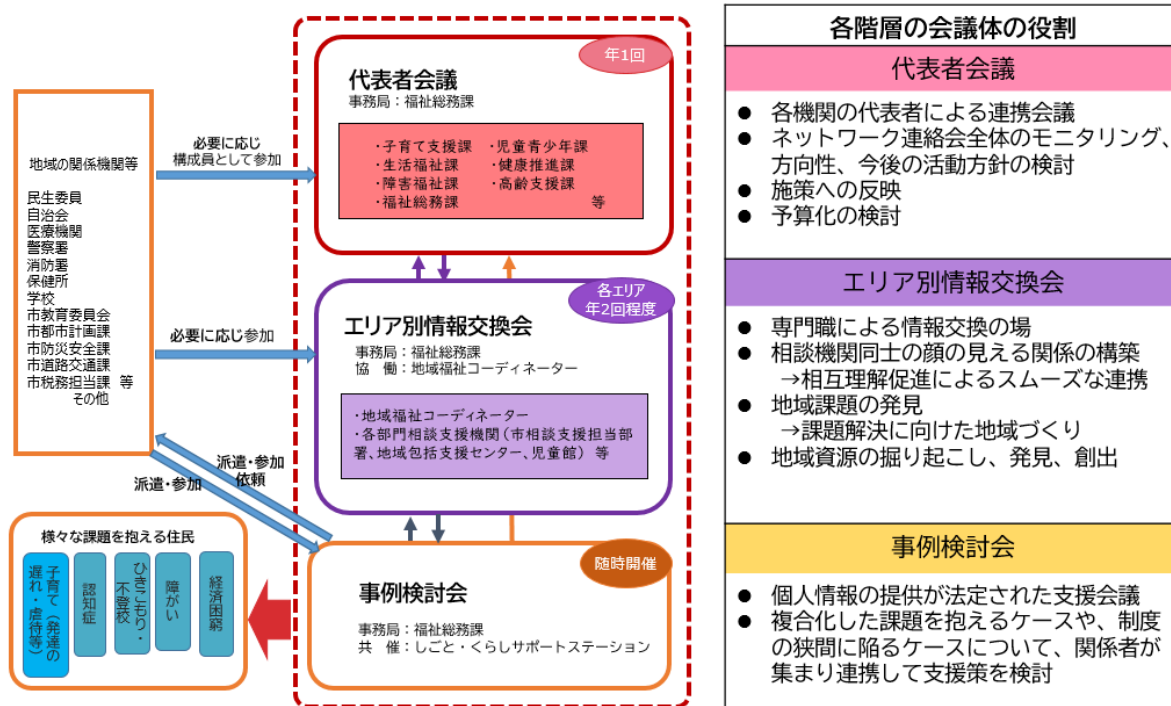
本市は、全庁横断的に推進する「健幸まちづくり」の重点的な取組のひとつとして、何らかの困難を抱える市民を支援するため、各分野内で支援者間の連携を図るとともに、部門を超えた支援者間の連携の充実を図る、横断的な相談・支援体制として「多摩市版地域包括ケアシステム」の構築を進めています。

同様に、自殺対策を推進する上での基盤となる取組も、市、関係機関、企業、市民等が連携・協働し、総合的に推進することが必要です。そのため、地域・庁内におけるネットワークが必要です。庁内業務では既に、「生活困窮」「健康の悩み」「家族間の問題」等の危機要因を抱える市民が来庁した場合の関係する部署との連携などは、日々行っており、下の図はその相談支援イメージを表したものです。

今後さらに地域で活動する団体や企業、関係機関との相談支援ネットワークの構築を検討してまいります。なお、多摩市官公庁等連絡会など庁外との情報共有も行ってまいります。

多摩市版地域包括ケアネットワーク連絡会実施体制

【多摩市版地域包括ケアネットワーク連絡会】



参考資料

(1) 自殺対策基本法

目次

第一章 総則（第一条—第十一条）

第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等（第十二条—第十四条）

第三章 基本的施策（第十五条—第二十二条）

第四章 自殺総合対策会議等（第二十三条—第二十五条）

附則

第一章 総則

（目的）

第一条 この法律は、近年、我が国において自殺による死亡者数が高い水準で推移している状況にあり、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、これに対処していくことが重要な課題となっていることに鑑み、自殺対策に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、自殺対策の基本となる事項を定めること等により、自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的とする。

（基本理念）

第二条 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかけがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

2 自殺対策は、自殺が個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく、その背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、社会的な取組として実施されなければならない。

3 自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。

4 自殺対策は、自殺の事前予防、自殺発生の危機への対応及び自殺が発生した後又は自殺が未遂に終わった後の事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施されなければならない。

5 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

（国及び地方公共団体の責務）

第三条 国は、前条の基本理念（次項において「基本理念」という。）にのっとり、自殺対策を総合的に策定し、及び実施する責務を有する。

2 地方公共団体は、基本理念にのっとり、自殺対策について、国と協力しつつ、当該地域の状況に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。

3 国は、地方公共団体に対し、前項の責務が十分に果たされるように必要な助言その他の援助を行うものとする。

（事業主の責務）

第四条 事業主は、国及び地方公共団体が実施する自殺対策に協力するとともに、その雇用する労働者の心の健康の保持を図るため必要な措置を講ずるよう努めるものとする。

(国民の責務)

第五条 国民は、生きることの包括的な支援としての自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるよう努めるものとする。

(国民の理解の増進)

第六条 国及び地方公共団体は、教育活動、広報活動等を通じて、自殺対策に関する国民の理解を深めるよう必要な措置を講ずるものとする。

(自殺予防週間及び自殺対策強化月間)

第七条 国民の間に広く自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるとともに、自殺対策の総合的な推進に資するため、自殺予防週間及び自殺対策強化月間を設ける。

2 自殺予防週間は九月十日から九月十六日までとし、自殺対策強化月間は三月とする。

3 国及び地方公共団体は、自殺予防週間においては、啓発活動を広く展開するものとし、それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

4 国及び地方公共団体は、自殺対策強化月間においては、自殺対策を集中的に展開するものとし、関係機関及び関係団体と相互に連携協力を図りながら、相談事業その他それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

(関係者の連携協力)

第八条 国、地方公共団体、医療機関、事業主、学校(学校教育法(昭和二十二年法律第二十六号)第一条に規定する学校をいい、幼稚園及び特別支援学校の幼稚部を除く。第十七条第一項及び第三項において同じ。)、自殺対策に係る活動を行う民間の団体その他の関係者は、自殺対策の総合的かつ効果的な推進のため、相互に連携を図りながら協力するものとする。

(名誉及び生活の平穩への配慮)

第九条 自殺対策の実施に当たっては、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない。

(法制上の措置等)

第十条 政府は、この法律の目的を達成するため、必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

(年次報告)

第十一条 政府は、毎年、国会に、我が国における自殺の概況及び講じた自殺対策に関する報告書を提出しなければならない。

第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等

(自殺総合対策大綱)

第十二条 政府は、政府が推進すべき自殺対策の指針として、基本的かつ総合的な自殺対策の大綱(次条及び第二十三条第二項第一号において「自殺総合対策大綱」という。)を定めなければならない。

(都道府県自殺対策計画等)

第十三条 都道府県は、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、当該都道府県の区域内における自殺対策についての計画(次項及び次条において「都道府県自殺対策計画」という。)

を定めるものとする。

- 2 市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画（次条において「市町村自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

（都道府県及び市町村に対する交付金の交付）

第十四条 国は、都道府県自殺対策計画又は市町村自殺対策計画に基づいて当該地域の状況に応じた自殺対策のために必要な事業、その総合的かつ効果的な取組等を実施する都道府県又は市町村に対し、当該事業等の実施に要する経費に充てるため、推進される自殺対策の内容その他の事項を勘案して、厚生労働省令で定めるところにより、予算の範囲内で、交付金を交付することができる。

第三章 基本的施策

（調査研究等の推進及び体制の整備）

第十五条 国及び地方公共団体は、自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するため、自殺の実態、自殺の防止、自殺者の親族等の支援の在り方、地域の状況に応じた自殺対策の在り方、自殺対策の実施の状況等又は心の健康の保持増進についての調査研究及び検証並びにその成果の活用を推進するとともに、自殺対策について、先進的な取組に関する情報その他の情報の収集、整理及び提供を行うものとする。

- 2 国及び地方公共団体は、前項の施策の効率的かつ円滑な実施に資するための体制の整備を行うものとする。

（人材の確保等）

第十六条 国及び地方公共団体は、大学、専修学校、関係団体等との連携協力を図りながら、自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上に必要な施策を講ずるものとする。

（心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進等）

第十七条 国及び地方公共団体は、職域、学校、地域等における国民の心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進並びに相談体制の整備、事業主、学校の教職員等に対する国民の心の健康の保持に関する研修の機会の確保等必要な施策を講ずるものとする。

- 2 国及び地方公共団体は、前項の施策で大学及び高等専門学校に係るものを講ずるに当たっては、大学及び高等専門学校における教育の特性に配慮しなければならない。

- 3 学校は、当該学校に在籍する児童、生徒等の保護者、地域住民その他の関係者との連携を図りつつ、当該学校に在籍する児童、生徒等に対し、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていくことについての意識の涵（かん）養等に資する教育又は啓発、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育又は啓発その他当該学校に在籍する児童、生徒等の心の健康の保持に係る教育又は啓発を行うよう努めるものとする。

（医療提供体制の整備）

第十八条 国及び地方公共団体は、心の健康の保持に支障を生じていることにより自殺のおそれがある者に対し必要な医療が早期かつ適切に提供されるよう、精神疾患を有する者が精神保健に関して学識経験を有する医師（以下この条において「精神科医」という。）の診療を受けやすい環境の整備、良質かつ適切な精神医療が提供される体制の整備、身体の傷害又は疾病についての診療の初期の段階における当該診療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、救急

医療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、精神科医とその地域において自殺対策に係る活動を行うその他の心理、保健福祉等に関する専門家、民間の団体等の関係者との円滑な連携の確保等必要な施策を講ずるものとする。

（自殺発生回避のための体制の整備等）

第十九条 国及び地方公共団体は、自殺をする危険性が高い者を早期に発見し、相談その他の自殺の発生を回避するための適切な対応を行う体制の整備及び充実に必要な施策を講ずるものとする。

（自殺未遂者等の支援）

第二十条 国及び地方公共団体は、自殺未遂者が再び自殺を図ることのないよう、自殺未遂者等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

（自殺者の親族等の支援）

第二十一条 国及び地方公共団体は、自殺又は自殺未遂が自殺者又は自殺未遂者の親族等に及ぼす深刻な心理的影響が緩和されるよう、当該親族等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

（民間団体の活動の支援）

第二十二条 国及び地方公共団体は、民間の団体が行う自殺の防止、自殺者の親族等の支援等に関する活動を支援するため、助言、財政上の措置その他の必要な施策を講ずるものとする。

第四章 自殺総合対策会議等

（設置及び所掌事務）

第二十三条 厚生労働省に、特別の機関として、自殺総合対策会議（以下「会議」という。）を置く。

2 会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

- 一 自殺総合対策大綱の案を作成すること。
- 二 自殺対策について必要な関係行政機関相互の調整をすること。
- 三 前二号に掲げるもののほか、自殺対策に関する重要事項について審議し、及び自殺対策の実施を推進すること。

（会議の組織等）

第二十四条 会議は、会長及び委員をもって組織する。

2 会長は、厚生労働大臣をもって充てる。

3 委員は、厚生労働大臣以外の国务大臣のうちから、厚生労働大臣の申出により、内閣総理大臣が指定する者をもって充てる。

4 会議に、幹事を置く。

5 幹事は、関係行政機関の職員のうちから、厚生労働大臣が任命する。

6 幹事は、会議の所掌事務について、会長及び委員を助ける。

7 前各項に定めるもののほか、会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

（必要な組織の整備）

第二十五条 前二条に定めるもののほか、政府は、自殺対策を推進するにつき、必要な組織の整備を図るものとする。

(2) 健康福祉推進本部設置要綱

平成29年6月12日多摩市告示第338号

改正

平成30年3月30日多摩市告示第148号

平成31年3月29日多摩市告示第139号

多摩市健康福祉推進本部設置要綱

(設置)

第1条 多摩市の健康福祉施策の推進を図るため、多摩市健康福祉推進本部（以下「本部」という。）を設置する。

(所掌事項)

第2条 本部は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 健康福祉施策の方向性の決定並びに当該施策の総合調整及び協議に関すること。
- (2) 健康福祉施策に係る諸計画案の決定及び総合的な推進に関すること。
- (3) その他健康福祉施策の推進に関し多摩市長（以下「市長」という。）が必要と認める事項

(構成)

第3条 本部は、本部長、副本部長及び本部員をもって構成する。

2 本部長は健康福祉部に関する事務を所掌する副市長をもって充て、副本部長は教育長をもって充てる。

3 本部員は、次に掲げる職にある者をもって充てる。

健幸まちづくり政策監 企画政策部長 総務部長 市民経済部長 暮らしと文化部長 子ども青少年部長 健康福祉部長 保健医療政策担当部長 都市整備部長 環境部長 教育部長
--

4 本部長は、必要があると認めるときは、前項に規定する者以外の職員を参画させることができる。

(本部長及び副本部長)

第4条 本部長は、本部を総括する。

2 副本部長は、本部長を補佐し、本部長に事故あるとき又は本部長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第5条 本部の会議は、本部長が必要に応じて招集する。

2 本部の会議は、本部長が主宰する。

(専門部会)

第6条 本部長は、必要に応じて本部に専門部会を設けることができる。

2 専門部会は、本部長が指名する職員をもって構成する。

(関係者の出席)

第7条 本部長は、会議に際し、必要に応じて関係者の出席を求めることができる。

(庶務)

第8条 本部及び専門部会の庶務は、健康福祉部福祉総務課において処理する。

(委任)

第9条 この要綱に定めるもののほか、本部及び専門部会の運営に関し必要な事項は、本部長が

別に定める。

附 則

この要綱は、公示の日から施行する。

附 則（平成30年多摩市告示第148号）

この要綱は、平成30年4月1日から施行する。

附 則（平成31年多摩市告示第139号）

この要綱は、平成31年4月1日から施行する。

※「多摩市自殺対策連絡会」に改め、
内容に応じて庁外関係者を招集
する
➡ 要綱改正予定

(3) 自殺対策庁内連絡会設置要綱

改正

平成28年3月31日多摩市告示第114号

平成29年3月24日多摩市告示第111号

平成30年3月30日多摩市告示第148号

令和2年3月31日多摩市告示第139号

令和4年3月10日多摩市告示第79号

多摩市自殺対策庁内連絡会設置要綱

(設置)

第1条 自殺対策基本法(平成18年法律第85号)第3条の規定に基づき、市民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現を目指し、自殺対策について全庁で横断的に取り組むため、多摩市自殺対策庁内連絡会(以下「連絡会」という。)を設置する。

(所掌事項)

第2条 連絡会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 自殺対策に関する業務の情報交換及び相互連携に関すること。
- (2) 自殺対策の施策の調整、検討及び推進に関すること。
- (3) その他自殺対策の総合的な推進に関すること。

(構成)

第3条 連絡会は、別表に掲げる者(以下「委員」という。)をもって構成する。

(委員長及び副委員長)

第4条 連絡会に委員長及び副委員長を置く。

- 2 委員長は、健康福祉部長をもって充て、副委員長は、委員の互選によりこれを定める。
- 3 委員長は、連絡会を総括する。
- 4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるとき又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第5条 連絡会の会議は、委員長が必要に応じて招集する。

- 2 連絡会の会議は、委員長が主宰する。

(実務者会議)

第6条 委員長は、連絡会に実務者会議を置くことができる。

- 2 実務者会議は、連絡会の運営に関し必要な事項を検討し、その結果を連絡会に報告するほか、委員長の指示する事項を処理する。
- 3 実務者会議は、連絡会を構成する部署の実務者をもって構成する。

(関係者の出席)

第7条 委員長は、連絡会の会議に際し、必要に応じて関係者の出席を求めることができる。

(庶務)

第8条 連絡会及び実務者会議の庶務は、健康福祉部福祉総務課において処理する。

(委任)

第9条 この要綱に定めるもののほか、連絡会及び実務者会議の運営に関し必要な事項は、委員長が別に定める。

附 則

この要綱は、公示の日から施行する。

附 則（平成28年多摩市告示第114号）

この要綱は、平成28年4月1日から施行する。

附 則（平成29年多摩市告示第111号）

この要綱は、平成29年4月1日から施行する。

附 則（平成30年多摩市告示第148号）

この要綱は、平成30年4月1日から施行する。

附 則（令和2年多摩市告示第139号）

この要綱は、令和2年4月1日から施行する。

附 則（令和4年多摩市告示第79号）

この要綱は、令和4年4月1日から施行する。

別表（第3条関係）

企画政策部広報担当課長	総務部人事課長	くらしと文化部平和・人権課長
TAMA女性センター長	子ども家庭支援センター長	
健康福祉部長	健康福祉部福祉総務課長	
健康福祉部健康推進課長	健康福祉部高齢支援課長	健康福祉部障害福祉課長
教育部教育指導課長		

(4)多摩市自殺対策推進計画(第2期)の策定に至るまでの検討経過

日程	会議名・通知名	内容
1 令和5年3月27日	令和4年度 第3回多摩市自殺対策庁内連絡会	<ul style="list-style-type: none"> ■全国と多摩市の自殺者状況 ■2022年プロフィール内容について ■多摩市自殺対策推進計画の改定について ■自殺未遂者支援のフローチャート案について
2 令和5年5月8日	「多摩市自殺対策推進計画」 改定に向けた実施事業の調査について	<ul style="list-style-type: none"> ■各課に対して自殺対策に係る事業照会
3 令和5年7月14日	令和5年度 第1回多摩市自殺対策庁内連絡会	<ul style="list-style-type: none"> ■全国と多摩市の自殺者状況 ■令和4年度の自殺対策の取組みについて ■令和5年度の自殺対策の主な対策について ■次期多摩市自殺対策推進計画骨子案について
4 令和5年7月21日	「多摩市自殺対策推進計画」 取組状況等の調査について	<ul style="list-style-type: none"> ■基本施策、重点施策、生きる支援関連施策について、令和4年度の評価と達成度の入力及び令和6年度以降の実施計画の入力依頼
5 令和5年7月28日	令和5年度 第1回多摩市健康福祉推進本部	<ul style="list-style-type: none"> ■次期多摩市自殺対策推進計画の策定状況について
6 令和5年9月5日	「多摩市自殺対策推進計画」 基本施策及び重点施策の確認について	<ul style="list-style-type: none"> ■第2期計画に記載する施策内容の確認依頼
7 令和5年9月21日	「多摩市自殺対策推進計画」 の策定に関する意見書の提出について	<ul style="list-style-type: none"> ■第2期計画素案について関係機関へ送付し、意見書提出を依頼
8 令和5年9月21日	「多摩市自殺対策推進計画」 に掲載するコラムの提出について	<ul style="list-style-type: none"> ■第2期計画に掲載するコラムについて関係機関に対して執筆依頼
9 令和5年11月1日	令和5年度 第2回多摩市自殺対策庁内連絡会	<ul style="list-style-type: none"> ■全国と多摩市の自殺者状況 ■多摩市自殺対策推進計画素案について ■多摩市自殺未遂者支援ネットワーク会議
10 令和5年11月17日	令和5年度 第2回多摩市健康福祉推進本部	<ul style="list-style-type: none"> ■第2期多摩市自殺対策推進計画（素案）について
11 令和5年11月28日	第19回経営会議	<ul style="list-style-type: none"> ■第2期多摩市自殺対策推進計画（素案）について
12 令和5年12月5日 ～令和6年1月8日	パブリックコメントの実施	<ul style="list-style-type: none"> ■パブリックコメントの実施
13 令和5年12月13日	令和5年第4回定例会 健康福祉常任委員会	<ul style="list-style-type: none"> ■第2期多摩市自殺対策推進計画（素案）について
14 令和6年1月下旬	令和5年度 第3回多摩市自殺対策庁内連絡会	<ul style="list-style-type: none"> ■パブリックコメントの実施 ■第2期多摩市自殺対策推進計画（原案）について
15 令和6年2月9日	令和5年度 第3回多摩市健康福祉推進本部	<ul style="list-style-type: none"> ■第2期多摩市自殺対策推進計画（原案）について
16 令和6年2月20日	第25回経営会議	<ul style="list-style-type: none"> ■第2期多摩市自殺対策推進計画（原案）について
17 令和6年3月中旬	令和6年第1回定例会 健康福祉常任委員会	<ul style="list-style-type: none"> ■第2期多摩市自殺対策推進計画（原案）について

(5)市民からの意見聴取

- ① 第40回(令和5年度)多摩市政世論調査報告書より
調査票 回答者数 ●●●人 ※複数回答あり

- 日常生活の悩み・不安を感じていますか

**※世論調査集約後、貼付予定
(12月～R6.1月頃予定)**

- 日常生活の悩み・不安悩みを抱えたときや不安を感じたときに、誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じますか

**※世論調査集約後、貼付予定
(12月～R6.1月頃予定)**

- ためらうと感じる理由はなんですか

**※世論調査集約後、貼付予定
(12月～R6.1月頃予定)**

- 不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思いますか

**※世論調査集約後、貼付予定
(12月～R6.1月頃予定)**

- ゲートキーパーについて知っているか

**※世論調査集約後、貼付予定
(12月～R6.1月頃予定)**

- 自殺対策は自分自身に関わる問題だと思うか

**※世論調査集約後、貼付予定
(12月～R6.1月頃予定)**

② 中学1年生小冊子事業での意見集約(令和4年度)

(1) 調査項目 回答者数 823人

Q1. あなたは今まで「心がつかれてしまった」と感じた経験はありますか？

- ・ある 《それはどんな時ですか？》(自由記述)
- ・ない

Q2. 「心がつかれてしまった時」「つかれてしまいそうな時」、気分を変えて元気になる方法がありますか？

- ・ある 《それはどんな方法ですか？》(自由記述)
- ・ない

Q3. あなたの「心がつかれてしまった時」どんな手助けがほしいと思いますか？

- ・カウンセラーの先生に相談したい
- ・メールやSNS(LINEなど)の相談窓口を知りたい、または、相談したい
- ・心が元気になる方法やコツを知りたい
- ・同じような悩みを抱えている人と話をしたい
- ・家族(保護者、兄弟姉妹、祖父母など)と話し合う時間がほしい
- ・その他(自由記述)

Q4. このような冊子は必要だと思えますか？また、冊子についての感想を教えてください。

- ・必要だと思う
 - ・必要だと思わない
- 《感想》(自由記述)

Q5. 今まであなたが、悩み事や困り事を相談していたのは、誰ですか？(あてはまるもの全てに○をしてください。)

- ・保護者
 - ・学校の先生
 - ・兄弟姉妹
 - ・相談機関
 - ・友人
 - ・その他(自由記述)
- ・だれにも相談はしていない《相談しなかった理由》
- ・相談するような悩み事はなかった

Q6. これからは、誰に悩み事や困り事を相談したいと思いますか？(あてはまるもの全てに○をしてください。)

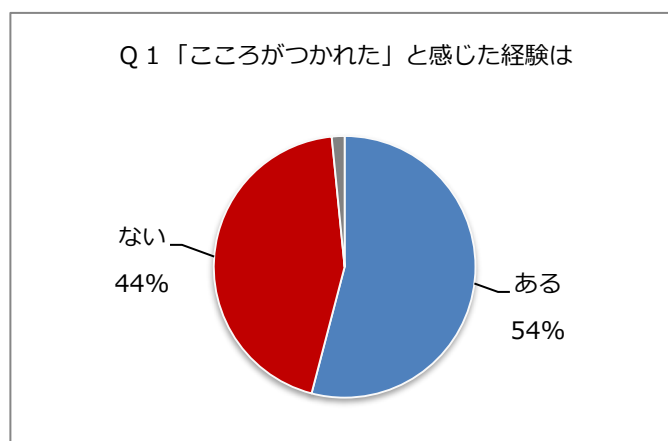
- ・保護者
 - ・学校の先生
 - ・兄弟姉妹
 - ・相談機関
 - ・友人
 - ・その他(自由記述)
- ・だれにも相談はしない《相談しなかった理由》
- ・相談するような悩み事はない

(2) 意見聴取結果

Q1. あなたは今まで「心がつかれてしまった」と感じた経験はありますか？

(人)

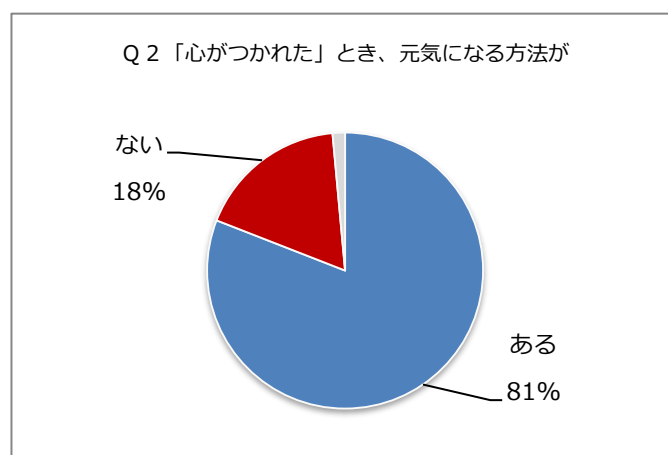
ある	445
ない	365
未記入	13
計	823



Q2. 「心がつかれてしまった時」「つかれてしまいそうな時」、気分を変えて元気になる方法がありますか？

(人)

ある	666
ない	145
未記入	12
計	823



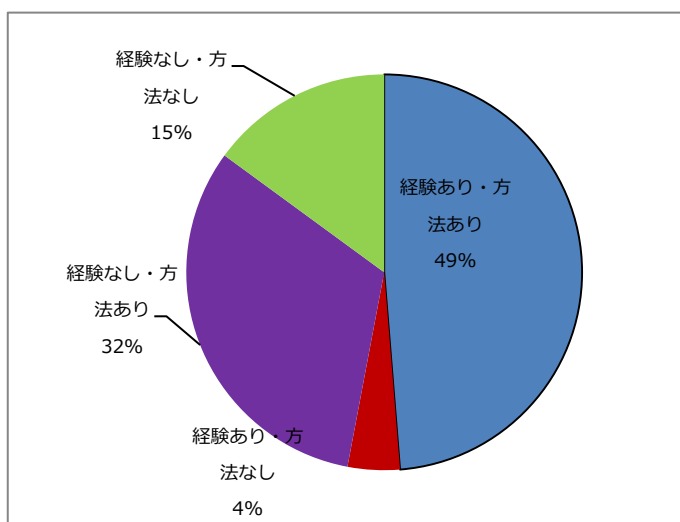
《その他記載欄(気分を変えて元気になる方法がありますか？等)自由記述・抜粋》

- ・ゲームをする
- ・テレビを見る(アニメ・バラエティー・映画等)
- ・音楽をきく
- ・歌をうたう
- ・楽器を演奏する
- ・運動する
- ・寝る
- ・ゴロゴロする
- ・Youtube、TikTok など動画を見る
- ・読書をする(漫画、小説等)
- ・推し活をする
- ・絵を描く
- ・甘いもの、美味しいものを食べる
- ・友達と遊ぶ
- ・ペットと遊ぶ

《Q1、Q2集計(※Q1またはQ2の未回答を除く)》

(人)

心が疲れた 経験が	元気になる 方法が	
ある	ある	401
	ない	35
計		436
ない	ある	264
	ない	123
計		387
計		823

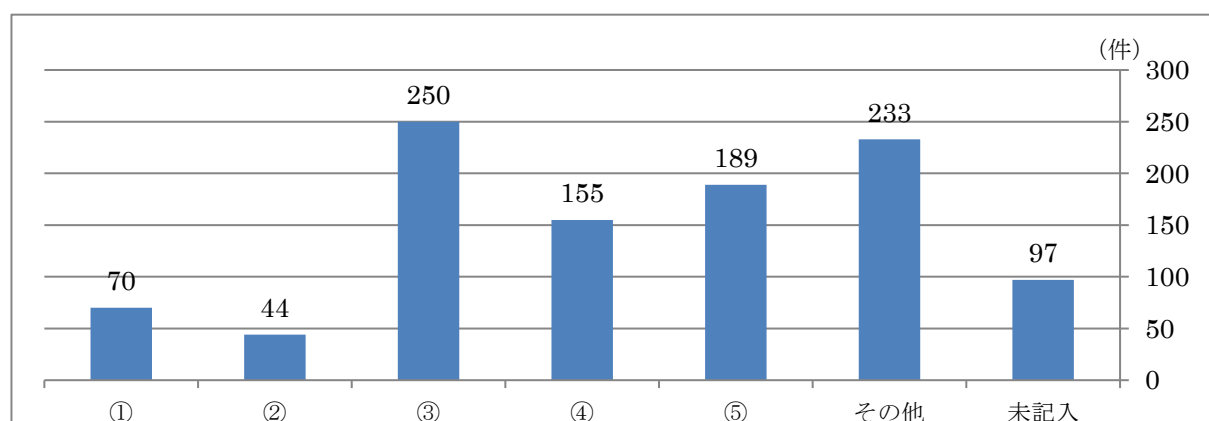


Q3. あなたの「心がつかれてしまった時」どんな手助けがほしいと思いますか？

(件)

※複数回答あり

①カウンセラーの先生や学校の先生に相談したい	13
②メールや SNS(LINE など)の相談窓口を知りたい、 または相談したい	37
③心が元気になる方法やコツを知りたい	8
④同じような悩みを抱えている人と話をしたい	7
⑤家族(保護者、兄弟姉妹、祖父母など)と話し合いたい	26
⑥話しかけてほしい、声をかけてほしい。	113
⑦相談にのってほしい、話を聞いてほしい、そばにいてほしい。 そっとしてほしい、とくにない。	158
その他	169
未記入	237
計	755



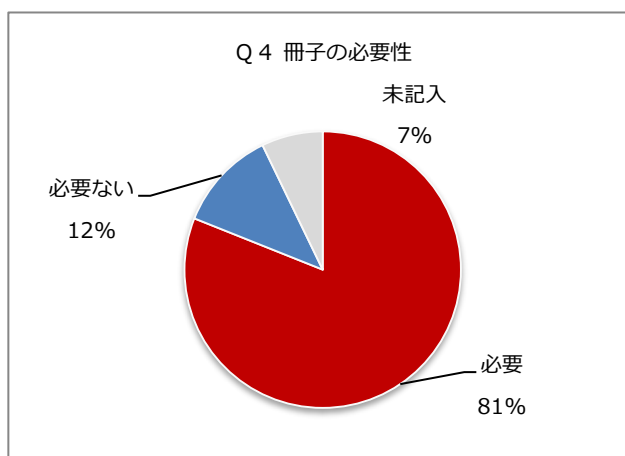
《その他記載欄(どんな手助けがあれば相談しやすいか、等)自由記述・抜粋》

- ・真剣に話を聞いてくれそうな大人が身近にいれば、相談しようと思える。
- ・問題を抱えた時は、自分一人で解決している。
- ・友人に相談して解決している。
- ・家族や先生とゆっくり話す時間がほしい。
- ・面と向かっての相談は難しい。顔が見えない方法(電話、メール等)なら相談できるかもしれない。
- ・同じ悩みを抱える人や友人と一緒になら、相談しやすい。
- ・一人で落ち着いて考える時間が欲しい。

Q4 このような冊子は必要だと思いますか？また、冊子についての感想を教えてください。

(人)

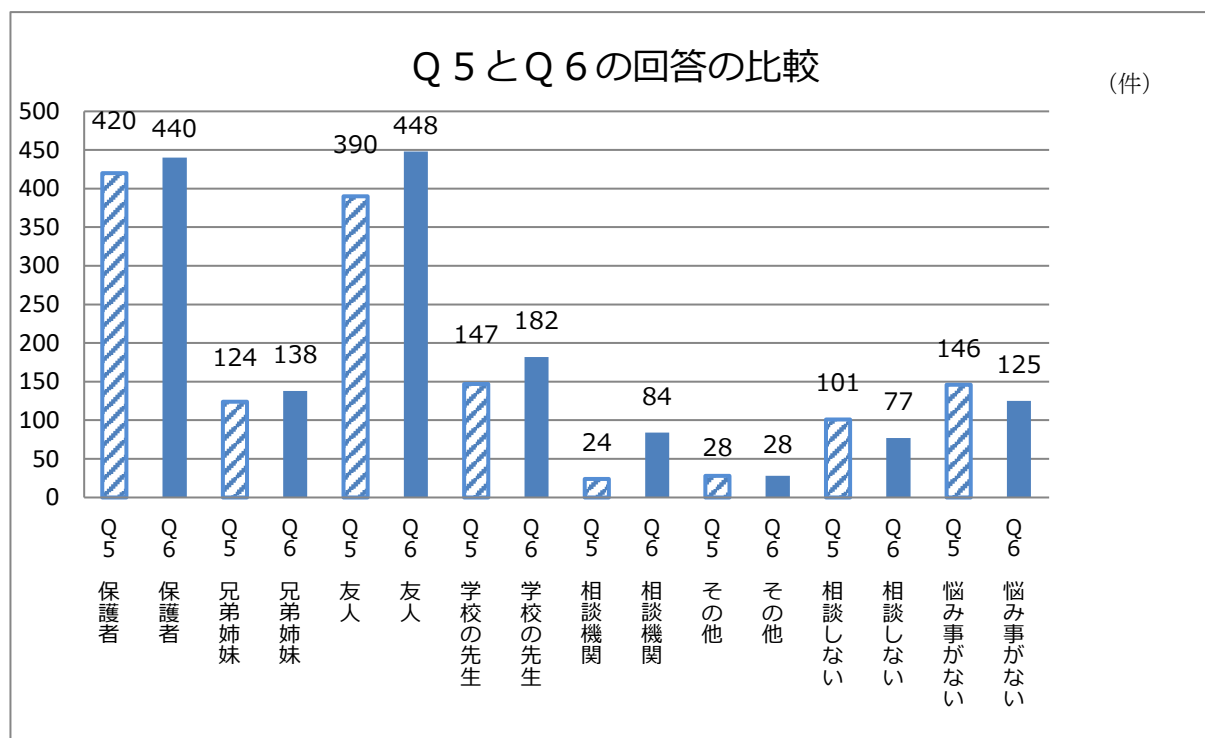
必要	667
必要ない	97
未記入	59
計	823



- ・冊子があってよかった
- ・自分の悩みなどを少し話してみよう、相談してみようと思った
- ・カラーでイラストや写真、グラフがありわかりやすかった
- ・相談の仕方が書いてあってよかった
- ・リラックスやリフレッシュの仕方などが書いてあってよかった
- ・こういう冊子で救われる子がいるから必要だと思った
- ・この冊子のおかげで救われる命もあると知った
- ・心が疲れてしまった人への接し方がわかった
- ・自分だけじゃないんだと思えた
- ・悩んでいるひとがいたら声をかけたり、相談をききたいと思った
- ・言いたいことをたくさん書いてよかった
- ・「心がつかれてしまった」の意味があまりわからなかった
- ・電話番号がのっていて相談先が知れるからいいと思った
- ・つらいことや悩みを抱えている人にはいいと思った
- ・猫の写真が可愛かった

Q5 今まであなたが、悩み事や困り事を相談していたのは、誰ですか？

Q6 これからは、誰に悩み事や困り事を相談したいと思いますか？ ※複数回答あり



(6)パブリックコメント

令和5年度第19回経営会議(令和5年11月28日開催)において協議した「多摩市自殺対策推進計画」の素案に対し、以下の通りパブリックコメントを実施しました。

(1)実施結果

①期 間 令和5年12月5日(火)から令和5年1月5日(金)まで

②手 法 氏名及び住所を明記した書面に意見を記入し、提出する。

③対 象 どなたでも

④閲覧場所 公式ホームページ
令和5年12月～令和6年1月にパブコメ募集
 →同結果を反映予定 公民館、多摩センター

⑤受 付 福祉総局
 クシミリ、電子メール
 に投函、郵送、ファ

⑥提出者数 0件

⑦提出件数 0件

⑧公式ホームページへのアクセス数 ●●回

(2)意見の概要と意見に対する市の考え方

意見が提出されなかったため、ございません。

多摩市 健康福祉部 福祉総務課

電話 042-338-6889

FAX 042-338-6881

住所 〒206-8666 多摩市関戸6-12-1

ホームページ <http://www.city.tama.lg.jp/>