



# 西宮市自殺対策計画

～気づく つながる 支える いのち～

## 計画の背景と趣旨

我が国の自殺者数は、自殺対策基本法の制定以降、国をあげて自殺対策が総合的に推進された結果、年々減少傾向となっていました。依然として年間2万人を超える状況が続いています。国では、平成28(2016)年に「自殺対策基本法」が改正され、「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、すべての都道府県及び市町村に「地域自殺対策計画」の策定が義務付けられました。令和4(2022)年10月には、新たな「自殺総合対策大綱」が閣議決定され、コロナ禍の自殺の動向も踏まえ、総合的な自殺対策のさらなる推進・強化が進められています。

本市においても、「西宮市自殺対策計画」を策定することで、庁内及び関係機関・団体等の連携を強化し、自殺対策のより一層の推進を目指します。

## 計画の位置づけ・期間

本計画は、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」として策定し、市の最上位計画である「西宮市総合計画」の個別計画と位置づけ、国・県の関連計画との整合を図ります。

本計画の計画期間は、**令和6年度** (2024) ▶ **令和17年度** (2035) までの12年間とします。

## 計画の基本理念

# 気づく つながる 支える いのち

～誰も自殺に追い込まれることのない西宮市を目指して～

みんなで気づき、つながりながら、生きることを支えることで、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ます。

## 計画の目標

国、兵庫県の目標設定に基づき、平成27(2015)年と比べて、令和11(2029)年(中間評価)までに自殺死亡率を30%以上減少、令和17(2035)年までにさらに12.6%以上の減少を目指します。

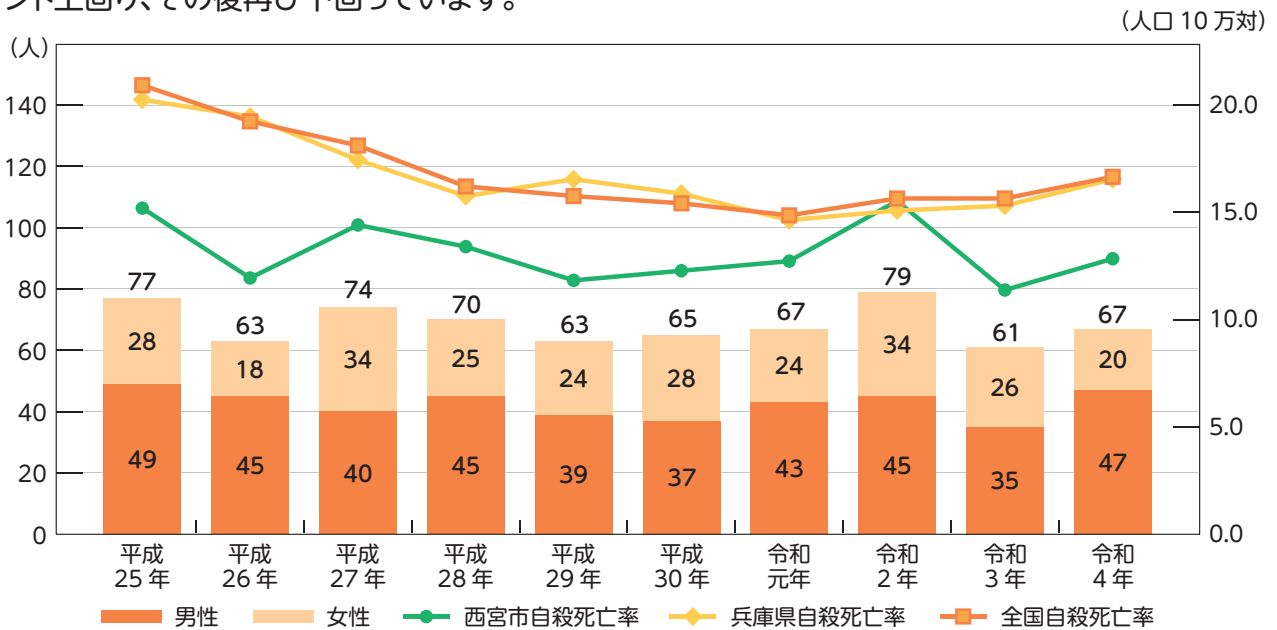
項目	基準値 (平成27年)	計画目標 (令和16年)
自殺死亡率の減少	15.3 (74人)	9.4 (43人)

## 西宮市の現状

### 自殺者数と自殺死亡率の推移

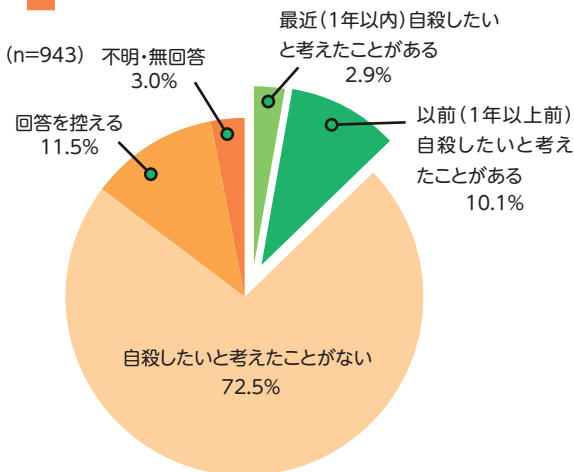
本市の自殺者数は、平成29(2017)年以降、60人台で推移していました。なお、令和2(2020)年に79人に増加しましたが、令和3(2021)年以降、再び60人台に転じています。

自殺死亡率は、全国、兵庫県を下回って推移していますが、令和2(2020)年では、兵庫県を0.4ポイント上回り、その後再び下回っています。



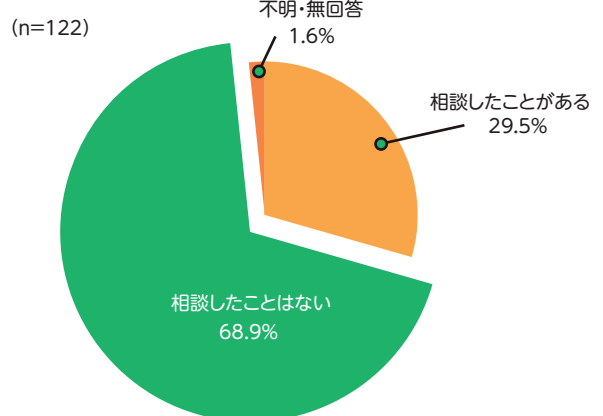
### アンケート調査結果

質問 1 これまでの人生の中で、真剣に自殺を  
したいと考えたことがありますか。



質問 2 そのように考えたとき、誰かに相談した  
ことがありますか。

※「最近、自殺したいと考えた」「以前、自殺したいと考えた」と回答した人のみ回答



これまで真剣に自殺をしたいと考えたことがあるかについては、『ある』と回答した人の割合は合計で13.0%となっており、うち相談した割合は29.5%となっています。



西宮市 食育・健康づくりマスコット  
みやちゃん

自殺を考えている人は、自ら相談するのが難しいので、気づき、相談機関につなぐゲートキーパーが必要です。

## 計画の施策体系

### 基本理念

# 気づく つながる 支える いのち

～誰も自殺に追い込まれることのない西宮市を目指して～

### 基本方針

- (1) 生きることの包括的な支援として推進します
- (2) 関連施策との有機的な連携の強化による総合的な対策を展開します
- (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ます
- (4) 啓発と実践を両輪として推進します
- (5) 関係機関との連携・協働を推進します
- (6) 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮します

### 基本目標

### 施策の方向

#### 1 自殺対策を推進するネットワークの強化

- (1) 市内の連携・つなぐ体制の強化
- (2) 市全体で命を守るための連携強化
- (3) 地域における見守り体制の充実

#### 2 自殺対策を支える人材の育成

- (1) 市職員に対する研修の充実
- (2) 様々な分野でのゲートキーパーの養成

#### 3 市民への啓発と周知

- (1) 自殺対策に関する周知・啓発
- (2) 生きる支援に関する情報提供・講座の実施
- (3) 生きやすいまちに向けた意識啓発

#### 4 生きることの促進要因への支援

- (1) 相談・支援体制の充実
- (2) 自殺未遂者・自死遺族等への支援
- (3) 生活困窮者への支援
- (4) 生きづらさを抱える人への支援

#### (5) 孤立しないための支援

#### 5 子ども・若者への支援

- (1) 命の大切さ・尊さを実感させる教育・学習の推進

#### (2) 教育相談体制の充実

- (3) 子育て家庭への支援

#### 6 働き世代への支援

- (1) 職場におけるメンタルヘルス対策の推進
- (2) 働きやすい環境づくりの推進

#### 7 高齢者への支援

#### (1) 高齢者の地域生活を支える体制の充実

- (2) 生きがいづくり・社会参加の促進
- (3) 高齢者・介護者の心身の健康づくりの推進

#### 8 女性への支援

#### (1) 困難な問題を抱える女性への支援

- (2) 妊産婦への支援

### 生きる支援の関連施策

※太字・下線は重点施策

## 「ゲートキーパー(いのちの門番)」をご存じですか？

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて必要な支援につなぎ見守る人です。



ゲートキーパーの役割

気づき ▶ 声かけ ▶ 傾聴 ▶ つなぐ ▶ 見守り

### SOSのサインに気づいたら

いつもと違って… 元気がない  
身なりが乱れている イライラしている  
「死にたい」「消えたい」とほめめかす



### 勇気を出して声かけを！

どうしたの？  
よかったら話を聴くよ



### あなたの気づきが 誰かの一歩につながります

実は…

一緒に  
相談しに行こう



西宮市では、ゲートキーパー養成のための各種講座を実施しています。

(ゲートキーパーの詳細については、右記の二次元コードからご覧いただけます。)



## 相談窓口

西宮市保健所健康増進課 電話:0798-26-3160

平日 9:00~17:30

兵庫県いのちと心のサポートダイヤル 電話:078-382-3566

月~金 18:00~翌8:30 土・日・祝 24時間対応

みやっこころのサポートダイヤル 電話:0798-35-5082

月・水・金 9:00~12:00

兵庫県いのちと心のサポートダイヤルLINE電話相談

毎日 18:00~21:30

※LINE公式アカウント「いのち支える兵庫県」を友だち登録した方に、LINE電話相談の案内を行っています。



## 西宮市自殺対策計画 概要版

編集・発行 西宮市保健所 健康増進課

西宮市池田町8-11

TEL:0798-26-3160

FAX:0798-26-5315