

## 第3章 計画の基本的な考え方



## I 基本理念と基本認識

本市の自殺対策事業の理念である「気づく つながる 支える いのち」の考え方を基に、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。

### 〈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～

令和4（2022）年10月に閣議決定された自殺総合対策大綱では、自殺対策の本質が「生きることの包括的な支援」にあることを念頭に置き、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指していくことが示されています。また、4つの基本認識が示されており、以下を共通認識として自殺対策を推進します。

### 基本認識1 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である

自殺は、人が自ら命を絶つ瞬間的な行為としてだけでなく、人が命を絶たざるを得ない状況に追い込まれるプロセスとして捉える必要があります。

自殺に至る心理としては、様々な悩みが原因で心理的に追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ったり、社会とのつながりの減少や役割喪失感、役割の過剰な負担感などから、危機的な状態にまで追い込まれてしまうということが考えられます。

自殺に至った人の直前の心の健康状態を見ると、大多数は、様々な悩みにより心理的に追い詰められた結果、抑うつ状態にあったり、うつ病、アルコール依存症等の精神疾患を発症していたりするなど、これらの影響により正常な判断を行うことができない状態となっていることが明らかになっています。

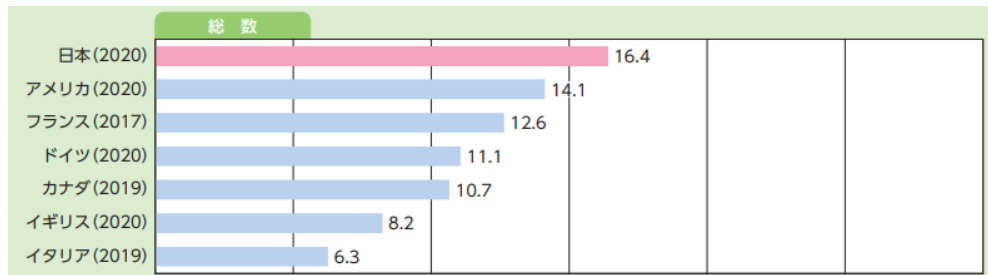
このように、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、「自殺は、その多くが追い込まれた末の死」ということができ、社会全体での認識を徹底していく必要があります。

## 基本認識2 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

国、地方公共団体、関係団体、民間団体等による様々な取組の結果、年間の自殺者数は減少してきている一方、20歳代や30歳代の若年層では、死因第1位が自殺であり、自殺死亡率の減少率も低くなっています。更に令和2（2020）年の新型コロナウイルス感染症拡大の影響等で、女性や小中高生の自殺者数が増加しています。

また、我が国の自殺死亡率は主要先進7か国中で最も高く、年間自殺者数も依然として2万人を超えています。かけがえのない多くの命が日々、自殺に追い込まれている現状が続いています。

《自殺対策白書より 主要先進7か国の自殺死亡率》



資料：世界保健機関資料（2023年2月）より厚生労働省自殺対策推進室作成

## 基本認識3 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

社会全体のつながりが希薄化している中で、新型コロナウイルス感染症拡大により人との接触機会が減り、それが長期化することで、人との関わりや雇用形態をはじめとした様々な変化が生じています。その中で、自殺につながりかねない問題が深刻化するなど、今後の影響も懸念されます。新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえた対策を講じるとともに、影響を受けている人への継続した支援が必要となります。

## 基本認識4 地域レベルの実践的な取組をPDCAサイクルを通じて推進する

我が国の自殺対策が目指すものは「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」であり、自殺対策基本法にも、その目的で「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」としています。つまり、自殺対策を社会づくり、地域づくりとして推進することが望まれています。

本市では、庁内、関係機関において「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」との考え方・視点を共有しながら、関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組み、自殺対策を常に進化させながら推進していきます。

---

## 2 基本方針

---

本市では、「自殺総合対策大綱」に示された基本方針に基づき、以下の方針に沿って計画を推進します。

### (1) 生きることの包括的な支援として推進します

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認識のもと、「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自殺リスクを低下させる、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

自殺に追い込まれようとしている人が安心して生きられるようにするには、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が必要です。様々な分野の施策や相談窓口の連携、地域共生社会の実現に向けた各施策や孤独・孤立対策との連携等、一体的に取り組み、効果的かつ効率的に施策を展開していくことが重要です。

### (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

自殺対策は、個々の相談支援を行う「対人支援レベル」、包括的な支援を行う「地域連携のレベル」、法律等の整備などに関わる「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有機的に連動させて推進することが重要です。

また、この3つのレベルの個々の施策は、自殺の危険性が低い段階における普及啓発等の「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た場合に新たな自殺を発生させないことや遺族等への支援を行う「事後対応」のそれぞれの段階ごとに効果的な施策を講じる必要があります。

「事前対応」の更に前段階での取組として、命や暮らしの危機に直面した時に助けを求め方法と助けを求めてもよいということを学ぶ教育を推進します。

### (4) 啓発と実践を両輪として推進します

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」ですが、そうした心情や背景が理解されにくい現実があり、そうした心情や背景への理解を深めることを含めて、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、社会全体の共通認識となり、すべての市民が、身近で自殺を考えている人のサインに早く気づき、つなぐことができるよう、積極的に普及啓発を行う必要があります。

### **(5) 関係機関との連携・協働を推進します**

自殺対策が最大限その効果を発揮して「誰もが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、市、関係団体、民間団体、企業、市民等が連携・協働して市全体で自殺対策を総合的に推進することが必要です。そのため、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有化した上で、相互の連携・協働のしくみを構築することが重要です。

### **(6) 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮します**

自殺者及び自殺未遂者並びにその親族等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、これらを不当に侵害することのないよう、認識を共有し、自殺対策に取り組みます。

### 3 数値目標

国では、令和4(2022)年10月閣議決定の「自殺総合対策大綱」において、令和8(2026)年までに、自殺死亡率を平成27(2015)年比で30%以上減少させ、13.0以下とすることを、前大綱から引き続き数値目標として設定しています。

また、兵庫県においては、自殺死亡率を世界の主要先進国の現在の水準まで減少させることとし、令和9(2027)年までに県内の年間自殺死亡者数を600人以下に減少させることを目標にしています。

本市では、国、兵庫県の目標設定に基づき、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現に向けた本計画における当面の目指すべき目標値を下記のとおり設定します。

#### ■本計画の全体目標

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)年までに更に12.6%以上の減少を目指す。

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)

※自殺者数は住民基本台帳に基づく人口推計値より算出  
※計画目標の評価値は、直近5年間の平均とする

#### 《参考》

#### ■国の目標

平成27(2015)年と比べて、令和8(2026)年までに自殺死亡率を30%以上減少させる。

項目	基準値(平成27年)	目標(令和8年)
自殺死亡率の減少	18.5	13.0

#### ■兵庫県の目標

平成28(2016)年と比べて、令和9(2027)年までに自殺死亡率を30%以上減少させ11.48以下とする。

項目	基準値(平成28年)	目標(令和9年)
自殺死亡率の減少	16.4	11.48(600人)

## 4 施策体系

基本理念の実現に向け、基本方針を踏まえた上で、本市の現状や課題等から設定した基本目標に沿って具体的な取組を推進します。

### 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) <u>庁内の連携・つなぐ体制の強化</u> (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) <u>自殺対策に関する周知・啓発</u> (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) <u>孤立しないための支援</u>
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) <u>教育相談体制の充実</u> (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) <u>高齢者の地域生活を支える体制の充実</u> (2) 生きがいつくり・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) <u>困難な問題を抱える女性への支援</u> (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

