



多気町自殺対策計画《概要版》

～ いのちを守る地域づくり ～

【令和 7 (2025) 年度～令和 1 1 (2029) 年度】



計画策定の趣旨

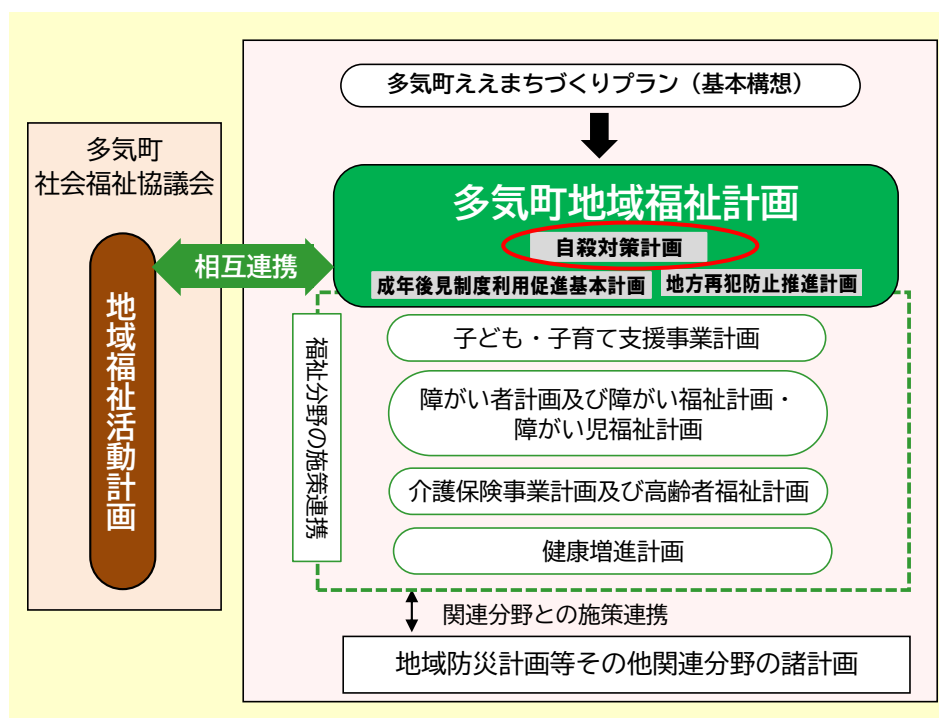
平成 18 年に自殺対策基本法が施行されて以降、「個人の問題」と認識されがちであった自殺は広く「社会の問題」と認識されるようになり、国を挙げて自殺対策が総合的に推進された結果、自殺者数は減少傾向となり、3万人台から2万人台に減少しました。

しかし、自殺者数は依然として毎年2万人を超える水準で推移しており、さらに新型コロナウイルスの感染拡大が深刻化した令和 2 年は 11 年ぶりに増加に転じるなど、厳しい状況が続いています。

本町では平成 31 (2019)年3月に「多気町自殺対策計画」を策定し、自殺対策の取組を推進してきましたが、令和 6 (2024)年度で計画期間の終了を迎えることから、国や県の動向や本町のこれまでの取組の進捗状況を踏まえ、「多気町自殺対策計画(第2次)」を策定しました。

計画の位置づけ

「多気町地域福祉計画」の中に位置付けられています。



計画期間

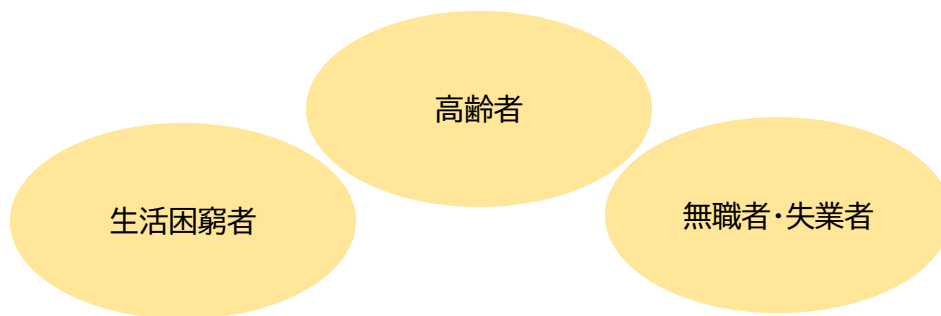
令和7年度～令和11年度の5年間です。

多気町の自殺の現状および特徴

本町の年間自殺者数は、平成25年から令和4年の10年間で21人となっています。

また、**多気町では男性の50～60歳代、女性の60歳以上で自殺死亡率が高い傾向にあります。**(地域自殺実態プロファイル※2023より)

重点的な取り組みが求められる対象



本町では、高齢者等への重点的な取り組みが推奨されています。(地域自殺実態プロファイル※2023より)

一方で、近年、全国的に子どもの自殺が増加傾向にあり、特に小中高の児童・生徒の自殺者数は令和4年に過去最多の514人となり、令和5年には同水準の513人となっています。

子どもから高齢者まで、自殺を食い止め、そして、誰も自殺に追い込まれることのないような社会をつくるため、社会全体で自殺対策に取り組む必要があります。

※地域自殺実態プロファイル：自殺総合対策推進センター(厚生労働省所管)から示された、すべての都道府県・市町村ごとに自殺の実態を分析したもの。

地域福祉計画の基本理念

やさしさと笑顔があふれるおもいやりのまち

自殺対策計画の基本目標

いのちを守る地域づくり

主要施策

1. 住民への周知と理解促進

2. 生きることの促進要因への支援

3. 子ども・若者の生きる力の育成

4. 自殺対策を支える人材の育成

5. 地域におけるネットワークの強化

5つの主要施策

① 住民への周知と理解促進

自殺に対する誤った認識や偏見を払拭し、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が、社会全体の共通認識となるように、自殺についての正しい知識の普及を図ります。

- ① 自殺に関する正しい知識の普及
- ② 出前講座の実施
- ③ 講演会等の実施
- ④ 産業団体を通じた啓発

② 生きることの促進要因への支援

自殺対策は「生きることの阻害要因*1」を減らし、「生きることの促進要因*2」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必要があります。

生活上の困りごとについて解決を図る支援、居場所づくりなど、早期からの適切な対応や支援が図れる体制づくりに取り組みます。

- | | |
|------------------------|---------------|
| ① 自殺リスクを抱える可能性のある人への支援 | ② 子育て世代への支援 |
| ③ うつ病が疑われる症状の早期発見 | ④ 精神障がい者への支援 |
| ⑤ 生活困窮者への支援 | ⑥ 多重債務相談窓口の紹介 |
| ⑦ 自死遺族への支援 | ⑧ 居場所づくりの促進 |

増
や
す

*1 生きることの促進要因

- ・信頼できる人間関係
- ・自己肯定感
- ・将来の夢
- ・安心できる居場所
- ・やりがいのある仕事や趣味 など

減
ら
す

*2 生きることの阻害要因

- ・過労
- ・生活困窮
- ・育児や介護疲れ
- ・いじめ
- ・孤立 など

③ 子ども・若者の生きる力の育成

子どもの自己肯定感を育む教育や、「SOSの出し方」、「ストレスとの上手な付き合い方」を学ぶ機会を設けるほか、大人が子どもの SOS に気づき、支援する意識の啓発や相談先の周知に取り組みます。

また、若者については自発的には支援につながりにくい傾向があるといわれているため、様々な機会を通じた相談窓口の周知や、メンタルヘルス対策などを推進します。

- | | |
|----------------------------|----------------|
| ① SOSの出し方に関する教育の実施 | ② SOSへの気づきの周知 |
| ③ 幼少期からのこころの健康を育む教育 | ④ 思春期保健事業での啓発 |
| ⑤ 児童・生徒に対する相談体制の充実 | ⑥ 若者世代に対する相談支援 |
| ⑦ 専門家と連携した相談体制の充実 | |
| ⑧ 若者サポートステーションを通じた支援(就業支援) | |
| ⑨ 若年者健診実施時の啓発 | |

④ 自殺対策を支える人材の育成

自殺のリスクの高い人の早期発見と早期対応のため、自殺の危険を示すサインに気づき、話を聴いて、見守りながら必要な相談、支援機関につなぐ役割を担う人材(メンタルパートナー等)の養成に取り組みます。

- | |
|----------------------|
| ① 職員向けメンタルパートナー研修の実施 |
| ② 住民向けメンタルパートナー研修の実施 |

～ あなたも誰かのメンタルパートナー ～

「メンタルパートナー」とは、悩みを抱えた人のこころの SOSにいち早く気づき、声をかけ、話を聴いて必要な支援につなぎ、見守ってくれる人のことです。専門性の有無にかかわらず、1人でも多くの方に、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが自殺対策につながります。多気町ではメンタルパートナー研修を行っています。



⑤ 地域におけるネットワークの強化

自殺の多くは、家庭や学校、職場の問題、健康問題などの様々な要因が関係しているものであり、それらに適切に対応するためには、地域の多様な関係者が連携、協力して、実効性ある施策を推進していくことが大変重要となります。

このため、自殺対策に係る相談支援機関等の連携・ネットワークの強化を進めます。

① 地域におけるネットワークの強化

② 相談窓口の周知と連携

主な相談先

○多気町役場 健康福祉課

電話 0598-38-1114

平日 8:30~17:15

○自殺予防/自死遺族電話相談(三重県)

電話 0120-01-7823

059-253-7823

平日 13:00~16:00

○こころの傾聴テレフォン(三重県)

電話 059-223-5237

059-223-5238

平日 10:00~16:00

○こころつなぐ SNS 相談みえ(三重県)

17:00~22:00

LINE での相談が可能です



▲LINE 友だち追加



発行:多気町 健康福祉課 (TEL0598-38-1114)