

第4章 施策の推進

第1節 基本施策1 市民への啓発・周知と自殺を防ぐ人材の育成

(1) 心身の健康づくりに関する正しい知識の普及・啓発

自殺に至る要因として、「健康問題」が多いとされています。これは、自殺死亡者の多くがうつ病などの精神疾患を発症しているケースが多いことが要因の1つとして挙げられますが、心と身体は相互に作用しており、個人の健康状態に大きな影響を与えるとされています。心身ともに健やかに過ごすことはすべての市民の願いであり、これを実現するには、日頃の個人の健康づくりに対する取り組み等に加えて、社会全体で健康づくりを支援していくことが重要です。

雲仙市健康増進計画「健康うんぜん21(第2次)」等に基づいて実施されている既存の健康づくり施策等と連携しながら、一人ひとりの市民が自らの心身の状況について、正しく把握できる機会を提供するとともに、周りの人の健康などについて考える機会を提供します。また、精神疾患や自殺に関する基礎的な知識を広く普及していきます。

■主な取り組み■

No.	取り組み	概要	担当課	重点施策
1	こころの健康・自殺対策に関する周知・啓発活動の推進	精神保健事業の実施を通じて、こころの健康づくりや自殺対策に関する正しい知識の啓発・普及を図ります。	・健康づくり課	
2	相談窓口の周知と啓発	市や関連機関が設置する相談窓口を広報や市ウェブサイト等を通じて周知を図るとともに、市民が抱える悩みについて、関係機関で情報共有できる仕組みの構築に向けた取り組みを進めます。 また、「お守り型相談窓口リーフレット」を市役所窓口等に設置することで、各種相談窓口についての周知を図ります。	・健康づくり課 ・その他関係課	
3	健康相談の実施	市民が本人あるいは家族等の健康について相談することができるよう、随時健康相談を行います。	・健康づくり課 ・子ども支援課 ・福祉課	○

No.	取り組み	概要	担当課	重点施策
4	自殺対策に関するポスターやチラシの配置	保健センター（保健福祉センター）などに、自殺対策に関するポスターやチラシなどを配置するなど、市民への啓発・周知を行います。	・健康づくり課	
5	人権啓発活動の推進	あらゆる場を活用して、すべての市民がお互いの人権を尊重しつつ、それぞれの個性と能力を十分に発揮できるよう、人権啓発活動を推進します。	・生涯学習課 ・学校教育課 ・地域づくり推進課	
6	健診の受診勧奨	対象者への個別案内や広報紙の記事掲載などにより、健診の受診率向上を図り、市民が自らの健康状態に関心を持つことができる環境を整えます。	・健康づくり課 ・子ども支援課 ・総合窓口課	○

■評価指標■

指標	目標値 (令和2～4年度)
健康講座等における「お守り型相談窓口リーフレット」の配布数	延べ3,000部

▶ お守り型相談窓口リーフレット

各種相談窓口を掲載したリーフレットを作成し、健康講座等で配布するほか、市役所各種窓口及び市内の施設等に設置します。

手に取りやすく携帯しやすいように「お守り型」としました。



(2) 地域におけるゲートキーパー等の人材育成

自殺死亡者の多くは、生活の中で困りごとがあっても様々な事情で周囲から適切な支援を受けることができずに悩んでおり、これが自殺を防ぐことが難しい理由の1つでもあります。周りの人には相談しにくい悩みもあり、自殺のサインに周囲が気づきにくい、あるいはサインに気づいてもどのように対応すればよいのか戸惑うケースもあります。

身近な地域におけるゲートキーパーを増やし、自殺を考えている人に気づき、社会から孤立させることなく、適切な支援につなげていくことができる環境をつくれます。

■主な取り組み■

No.	取り組み	概要	担当課	重点施策
1	地域におけるゲートキーパー講座の実施	自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応ができる「ゲートキーパー」を増やし、課題を抱える人を孤立させない地域づくりを進めます。ゲートキーパー講座は、関係機関・関係部署と連携し、実施します。	・健康づくり課	
2	市職員への健康教育	市職員を対象に実施する職員研修において、メンタルヘルスや自殺の現状等に関する内容の研修を行うなど、こころの健康について考える機会を提供し、職員の資質向上を図ります。 また、市民と接する機会を捉え、困りごとを抱える人に気づき、適切な支援につなげられるよう、正しい知識の習得に努めます。	・人事課	

■評価指標■

指標	目標値
ゲートキーパー講座 実施回数	7回以上/年

▶ ゲートキーパーとは

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。自殺対策では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤立・孤独」を防ぎ、支援することが重要です。

本市のゲートキーパー講座は、平成23年度より市内の民生委員・児童委員や商工会等の各種団体や市民を対象に実施しています。今後もより多くの市民や関係団体等に継続的に実施していきます。

ゲートキーパー講座の様子



第2節 基本施策2 地域におけるつながり力の強化

(1) 自殺対策の充実に向けた地域ネットワークにおける連携強化

自殺の多くは、経済・生活問題、健康問題、家庭問題等の様々な要因が関係して心理的に追い込まれた末の死です。それらの要因に働きかけ、社会の意識と行動を変えていくため、行政はもちろん、地域で活躍する関係機関、民間団体、学校、企業、市民等、それぞれが果たすべき役割を明確化し、共有化した上で、相互の連携と協働する仕組みを構築していくことが重要になります。

今後も、自助・共助・公助による支援を組み合わせながら、人口が減少していく中でも、地域における福祉課題を解決していくことができるよう、より民生委員・児童委員や社会福祉協議会等との連携を深めていきます。また、市民の生活課題について、様々な機関や相談の場を通じて把握し、解決に向けた取り組みを進めていきます。

■主な取り組み■

No.	取り組み	概要	担当課	重点施策
1	保健対策推進協議会の開催	関係機関と自殺対策に関する情報共有を行い、連携体制の構築を図ります。	・健康づくり課	
2	庁内における連携体制の強化	市民から寄せられる悩みなどについて、部署を越えた情報共有が必要であると判断される場合には、相談者の同意のもと、庁内で情報を共有し、複合的な支援の提供を図ります。	・健康づくり課	
3	地域における連携体制の強化	地域の関係機関等と連携し、子ども、高齢者、障がい者、生活困窮者等、地域において困りごとを抱える人の早期把握・早期支援に努めます。 また、市民が住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けていけるように、地域における連携体制を強化していきます。	・健康づくり課 ・福祉課 ・子ども支援課 ・保護課 ・その他関係課	○

▶ 庁内連携ツール

市職員が市民からの相談があった際に適切な相談窓口につなげられるよう市役所内共通の相談票等を作成します。

それにより、市役所内の横断的な連携や地域団体等とも連携した相談支援体制の充実を図ります。



(2) 地域における支え合い活動の促進

人口減少や核家族化、プライバシー意識の高まりなどにより、地域のつながりは希薄化する傾向にあります。特に若者世代の地域とのつながりは希薄化する傾向が全国的に強くなっています。支援を必要としていても、周囲に信頼できる知り合いがないなどの理由により、一人で悩みを抱え込んでしまう人も少なくないため、日頃の生活において、地域のつながり力を強化・維持していく仕組みづくりが求められます。

自治会活動を中心に、地域内における相互の見守り機能を高め、誰も孤立することのない地域づくりを進めていきます。

■主な取り組み■

No.	取り組み	概要	担当課	重点施策
1	地域における交流の場・居場所づくり	高齢者が参加する「ころばんごとがんばらんば体操教室」や子育て中の保護者が参加する「子育てサロン」、「子育て支援センター」などの活動を支援し、身近な地域において、市民同士が交流を深める場を提供します。	・福祉課 ・子ども支援課	○
2	地域内での見守り機能の強化	自治会内での防災訓練の実施や自主防災組織の育成等を支援し、地域で相互に支え合う関係性の構築を推進します。 地域での見守りや日常生活での困りごとについて、自治会や班内での相互の協力のもと、解決に向けた相談・調整等を行います。自治会活動の中で気づいた点があれば市役所に共有するなど、困りごとを抱えた人が必要とする支援を提供するための情報共有のあり方について、検討を進めます。 また、民生委員・児童委員や母子保健推進員等の協力を得ながら、市民の困りごとの共有や解決に向けた連携体制の構築に努めます。	・市民安全課 ・地域づくり推進課 ・各総合支所 ・福祉課 ・子ども支援課 ・健康づくり課	○

第3節 基本施策3 自殺リスクを減らす支援の提供

(1) 相談機能の強化と専門機関・支援制度との連携

自殺に至るまでには、健康問題や経済・生活問題など、様々な要因が影響しており、自殺を防ぐためには、市民が抱える悩みや問題に対して、可能な限り正確に把握し、関係する機関とその情報を連携していく必要があります。また、効果的に支援を提供していくためには、それぞれの機関がその人の事情を理解し、課題に対する支援を総合的・複合的に提供していく必要があります。

既に様々な分野で整備されている相談窓口を基本としながら、ケースに応じた柔軟な情報連携・共有を図り、困りごとを抱えた市民が少しでも解決に向けた道筋を見出せるよう、努めていきます。

■主な取り組み■

No.	取り組み	概要	担当課	重点施策
1	市民が抱える悩みや問題に対する相談体制の充実	市民相談において、市民の悩みや不安などを把握するとともに、必要に応じて関係機関との連携を図ります。	・地域づくり推進課	
		人権擁護委員、法務局と連携し、市内各町において人権相談所を開設するとともに、人権啓発活動を実施します。	・地域づくり推進課	
		多重債務に関する相談があった場合に、相談者の状況等を把握し、問題解決に向けて適切な専門機関につなぎます。	・地域づくり推進課	
		母子父子自立支援員による相談・助言・指導を通じて、母子・父子・寡婦家庭の福祉向上と自立促進を図ります。	・子ども支援課	
		家庭児童相談員により、児童虐待や家庭におけるしつけ、親子関係、不登校など、18歳未満の子どもに関する相談業務を行います。	・子ども支援課	
		障害者相談員により、障がいのある人やその家族の悩みや不安などについて、相談を受け付けます。障がいのある人の人権や意思を尊重しつつ、必要に応じて関係機関との連携を図ります。	・福祉課	
		市の総合相談窓口や雲仙市地域包括支援センターにおいて、福祉介護サービスや権利擁護に関する相談を受け付け、必要に応じて関係機関との情報共有を行います。	・福祉課	○
		就労支援員により、求職者に対し事業所や業種を紹介し、就労に向けた活動支援と定着支援を行います。	・保護課	

No.	取り組み	概要	担当課	重点施策
2	関係機関との連携強化	行政サービスだけで解決が難しい生活課題に対しては、関係機関と連携し、その困りごとを抱える市民に合った支援のあり方を検討します。	<ul style="list-style-type: none"> ・健康づくり課 ・その他関係課 	

(2) 児童・生徒のSOSを受け止める相談体制づくり

全国的に自殺死亡率は低下傾向にあります。20歳未満の自殺死亡率は横ばいで推移しているなど、若年層による自殺が深刻となっています。雲仙市においても、子どもが心身ともに健やかに育つことができる環境づくりが求められます。

子どもを取り巻く環境の変化や家庭の状況等を把握し、支援が必要と判断される子どもやその保護者に対しては、子どもが自殺に至ることのないよう、適切な相談や助言、介入等を行っていきます。また、子どもが悩みを相談しやすい環境づくりを進めるため、地域との連携のもと、見守り機能を強化していくほか、家庭や学校以外での居場所づくりを進めていきます。さらに、子どもが困難やストレスに直面した際、自ら周りの大人に助けを求めることができる力を身につけ、自身の権利や身体を自ら守ることができるよう、心身の健康や権利に関して学びを深める場を提供していきます。

■主な取り組み■

No.	取り組み	概要	担当課	重点 施策
1	子ども・子育てに関する相談体制の整備・充実	<p>雲仙市「親子ホットライン」において、子どものいじめ・不登校問題をはじめとする様々な教育相談に対し、専門的な知見を含めた対応を行います。</p> <p>児童生徒サポートセンター事業により、学校不適応児童・生徒、本人またはその家庭に対し、間接的な支援を行うとともに、適切な情報共有を行います。</p> <p>市内の小・中学校にスクールサポーターによる学習活動や図書活動における支援や教育相談等を行い、個に応じたきめ細かな生徒への支援と対応に努めます。</p> <p>雲仙市「家庭ホットライン」において、虐待や養護などの通報・相談窓口として支援と対応に努めます。</p> <p>母子父子自立支援員により、母子・父子家庭の母（父）の悩み等の相談に応じるとともに就業支援を行い、自立を促進します。</p> <p>子育て支援員により、保育所や認定こども園、地域子育て支援センターや病児・病後児保育など、総合的に、子育てに関する情報の提供や相談に応じます。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・子ども支援課 ・学校教育課 	
2	地域における子どもの居場所づくり	<p>放課後や土曜日における子どもの居場所として、地域の様々な人材の力を活用して、学びの場を提供します。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・生涯学習課 	
3	地域の見守り力の強化	<p>雲仙市防犯協会や雲仙市暴力追放運動推進協議会、雲仙地区少年補導員連絡協議会の協力のもと、夏休み・冬休み明けや卒業期など環境変化が大きい時期に登下校時の見守り活動を行います。</p> <p>通学時間中に交通指導を行う交通指導員との協力のもと、悩みを抱えている可能性のある児童・生徒に声かけを行い、必要な場合は情報を学校に共有します。</p> <p>地域住民が一体となって、子どもが安心・安全に暮らせるよう「子ども110番の家」の協力要請を行い、警察と連携を図ります。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・市民安全課 ・学校教育課 	
4	いじめの防止活動の推進	<p>いじめを正しく理解してもらうため、市民に対していじめに関する必要な啓発を行います。いじめを早期に発見し、対応するため、効果的な通報及び相談の体制を整えます。</p> <p>また、各小・中学校において、子どものいじめ防止に向けた取り組みを行います。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・地域づくり推進課 ・学校教育課 	

No.	取り組み	概要	担当課	重点施策
5	メディアとの接し方に関する啓発	スマートフォンや携帯電話など、メディアとの適切な付き合い方を子どもに伝えます。SNSでのトラブルやスマートフォン等による健康被害など、学ぶ機会を提供します。	・生涯学習課 ・学校教育課	
6	高校生を対象としたこころの健康教育	高校生を対象に講演会を実施し、こころの病気やストレス等に関する正しい知識や、悩んだときに周りに相談することの大切さを学ぶ機会を提供します。	・健康づくり課	

(3) 生きることへの支援

自殺に至るまでにはプロセスがあり、複数の要因が相互に関係することで、その問題が複雑化、深刻化していくことから、周囲の人が自殺の危機にある人を早期に発見し、適切にサポートしていくことが大切です。また、生活課題に対して個別の解決策を提供するだけでは不十分であり、すべての市民が身近な社会の中に居場所を見出せるようなつながりづくりも大切です。

生活課題や不安を抱える人に対し、その要因を細かく分析しながら、必要な支援を複合的に提供していくことで、将来への不安や絶望などの生きづらさを感じる要因を減らす取り組みを進めていきます。また、自らの将来に希望を持って生きていくことができるよう、自己実現に向けた適切なアドバイス等を受けられる機会を提供するとともに、地域とのつながりを構築・維持できる場を提供していきます。

■主な取り組み■

No.	取り組み	概要	担当課	重点施策
1	経済的支援の充実	在宅の要介護4または5の介護認定者で寝たきりの人や認知症の人などに対し、紙おむつ等の介護用品購入の給付券を交付し、また介護をしている家族に対して慰労金を支給し、経済的負担の軽減を図ります。	・福祉課	○
		高齢者や障がいがある人に対し、タクシー料金の一部を助成します。	・福祉課	○
		乳幼児、子ども、母子・父子家庭の子どもと保護者及び寡婦に対し、福祉医療費として医療費の一部を支給します。	・子ども支援課	
		母子・父子家庭の保護者がその家計や生活に不安を抱えることがないよう、看護師や介護福祉士等高度技能・資格の取得に向けた支援を提供します。	・子ども支援課	

No.	取り組み	概要	担当課	重点 施策
1	経済的支援の 充実	母子・父子家庭など、経済的な不安の大きい世帯に対し、児童扶養手当を支給し、その経済的な不安や子育てに関する不安の軽減を図ります。	・子ども支援課	
		生活保護を必要とする者の相談に対応するとともに、必要な生活扶助費等を支給することで、最低限の生活の保障を行うとともに、自立に向けた支援を行います。	・保護課	
		生活保護または経済的理由により、小・中学校への就学が困難な児童生徒を持つ保護者に対し、学用品費、学校給食費などの経費の一部を援助します。 市内小・中学校の特別支援学級または通級指導教室に通う児童生徒の保護者に対し、就学に必要な経費の一部を助成します。	・学校教育課	
2	子育て環境の 向上	子育てに関する不安を解消していくため、地域子育て支援センター等での相談を充実させていくとともに、子ども・子育て支援事業を希望するすべての市民がサービスを利用できるよう、提供体制の確保を図ります。	・子ども支援課	
3	就労支援の充実	離職者で就労能力及び就労意欲のある市民に対し、居住に関する不安を解消するため、家賃相当額を給付します。	・保護課	
		就労についての悩みを抱える市民に対し、必要な情報の提供及び助言を行い、自立に向けた支援を提供します。	・保護課	
		高齢者等に対し、就労機会の提供を通じて就労意欲の増進と社会との交流の促進を図る雲仙市シルバー人材センターの運営を支援します。	・福祉課	○
4	納税や消費生活 に関する相談・支 援	多重債務等の消費生活相談や市民相談を実施し、相談者の生活全般の悩みごとを把握するとともに、必要に応じて関係機関と情報を共有し、適切なフォローの提供に努めます。	・地域づくり 推進課	
		納税相談を通じて相談者の状況等を把握し、必要に応じて関係機関との情報共有を行います。	・収納推進課	
5	働きやすい職場 環境づくり	企業や職場の労働環境等を改善するため、企業活動に必要な研修、資格習得を促進することで、従業員の定着を図ります。また、子育て世代の生活と仕事を両立する職場環境づくりに取り組む事業所等に支援を行います。	・商工労政課	

No.	取り組み	概要	担当課	重点 施策
6	中小企業等事業者への支援	市内中小企業者の経営の安定及び振興を図るため、経営に関する相談があった場合には、国や県、商工会議所等支援機関による支援制度等を案内します。	・商工労政課	
7	障がいのある市民やその家族の負担軽減	障がいのある人やその家族から寄せられた相談内容について、その負担を軽減するために、情報共有や関係機関との連絡調整を行います。 また、日常的に介護している家族の一次的な負担軽減のため、障がいのある子どもの日中活動の場を提供します。	・福祉課	
8	ひきこもり・不登校児童等の居場所づくり	ひきこもり傾向のある子どもや発達障害児、不登校児に対してはその居場所づくりに努めるほか、ピアカウンセリング等を行います。	・福祉課 ・健康づくり課	
9	ごみの戸別収集を通じた高齢者等の見守り	家庭ごみの排出が困難な高齢者・障がい者に対し、ごみの戸別収集を行うとともに、声かけ等の安否確認を行うことで、孤立しがちな高齢者の見守りを行います。	・環境政策課 ・福祉課	○
10	高齢者の閉じこもり予防	可能な限り、自立した日常生活を営むことができるよう支援するため、介護予防事業を推進していきます。	・福祉課	○
11	生涯学習の推進	市民講座等を開催し、共通の生活課題や趣味・関心を持つ市民同士の交流を促進します。	・生涯学習課	
12	災害被災者への支援	災害により損害を受けた市民に対し、弔慰金及び見舞金を支給することで、被災状況からの復帰活動に対する支援を行います。	・福祉課	

(4) 自殺未遂者への支援

平成29年に閣議決定された「自殺総合対策大綱」では、重点施策の1つとして自殺未遂者への支援が掲げられています。自殺死亡者の多くに自殺未遂歴があることが指摘されているほか、公益財団法人日本財団が平成29年に実施した追跡調査では、自殺未遂者の半数以上が自殺未遂を再び経験していることが判明しています。自殺を防ぐためには、自殺未遂者に対し、医療機関や支援機関等による連携した支援を継続的に提供していく必要があります。

自殺未遂者が再度自殺を考えたり、至ったりすることがないように、身近な人による早期の気づきにつなげていく施策や支援機関による継続的な支援の提供に努めていきます。

■主な取り組み■

No.	取り組み	概要	担当課	重点施策
1	精神疾患に関する正しい理解の普及・啓発	市民のライフステージに合った健康講座を実施し、自殺の要因の1つとなる精神疾患に関する正しい理解を広めていきます。	・健康づくり課	
2	困りごとを抱えた人を支える体制の強化	相談窓口の周知を図るとともに、関係機関と連携した支援の提供に努めます。	・健康づくり課	

(5) 自死[※]遺族への支援

平成28年8月に公益財団法人日本財団が実施した調査によると、身近な人(家族・親族、友人、恋人)を自殺により亡くした経験のある人は全国で約20.4%いるとされています。自死遺族は、身近な人を失うという悲しみや自責感、無力感といった精神的に大きな苦痛を抱えるだけでなく、生計の維持や子育てへの不安といった生活上の問題や、債務、労災、損害賠償といった複雑な課題を抱えることも少なくありません。

自死遺族が感じる心理面の変化や生活上の課題などについて、相談に対応する支援機関や職員が理解を深めるとともに、必要とする支援を提供できるよう、関係機関同士の情報連携体制等を強化していきます。

■主な取り組み■

No.	取り組み	概要	担当課	重点施策
1	自死遺族への適切な支援の提供	個別相談やつどい [※] の場などの提供を通じて、自死遺族の悩みを傾聴し、関係機関と連携しながら、必要な支援を提供していきます。	・健康づくり課	

※ NPO法人全国自死遺族総合支援センター「『自死・自殺』の表現に関するガイドライン」を考慮し、本計画では遺族や遺児に関する表現のみについて「自死」を採用しています。