

帯広市生きるを支える推進計画

(第二期帯広市自殺対策計画)



いのち支える

令和6年3月

帯広市

目次

第1章 計画の策定にあたって	2
1 策定の背景と趣旨	2
2 計画の位置付け	3
3 計画期間	3
第2章 自殺を取り巻く現状と課題	4
1 全国・北海道の動向	4
2 帯広市の現状	5
3 第一期計画の振り返り	13
4 第一期計画から見えた成果及び現状と課題	19
第3章 計画の基本的な考え方	20
1 基本理念	20
2 基本方針	20
3 目指す成果（数値目標）	23
4 施策体系	23
第4章 生きるを支える推進施策の展開	24
1 基本施策と重点施策	24
【基本施策1】地域におけるネットワークの強化	24
【基本施策2】自殺対策を支える人材育成	26
【基本施策3】市民への啓発と周知	28
【基本施策4】生きることの促進要因への支援	30
【基本施策5】SOSの出し方に関する教育の推進	37
2 重点施策の背景と考え方	39
第5章 計画の推進	40
1 計画の推進体制	40
2 市民、関係機関・団体及び行政の役割	40
3 計画の進行管理	40
資料編	41

※表紙の「いのち支える」ロゴマークは、国が定めたもので、相談対応で重要な「気づき、傾聴、つなぎ、見守る、という4つの流れを一体的に行い、いのちを支える」という決意が込められています。

第1章 計画の策定にあたって

1 策定の背景と趣旨

わが国の自殺者数は、統計を取り始めた昭和53年以降、2万人台で推移していましたが、平成10年に急増し、以降、年間3万人を超える状況が続いていました。このような背景から、国では、平成18年に施行した自殺対策基本法（以下「法」という。）や平成19年に策定した自殺対策の指針となる自殺総合対策大綱（以下「大綱」という。）に沿って、自殺対策を総合的に推進してきたことにより、平成24年には、3万人台から2万人台に減少するなど、着実に成果を上げてきました。

こうした状況にあったものの、令和2年以降は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、自殺の要因となり得る様々なリスクが高まり、女性や小中高生の自殺者が増加するなど、自殺をめぐる情勢は依然として深刻な状態が続いています。

国は、令和4年10月に閣議決定した新たな大綱で、「子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化」、「女性に対する支援の強化」、「地域自殺対策の取組強化」、「総合的な自殺対策の更なる推進・強化」を重点的に推進することを示しました。

帯広市においては、平成28年の法改正を踏まえ、平成30年3月に健康増進計画である「第二期けんこう帯広21」の改訂に合わせ、第一期となる自殺対策計画を健康増進計画と一体的に策定し、自殺対策を総合的、計画的に推進してきました。

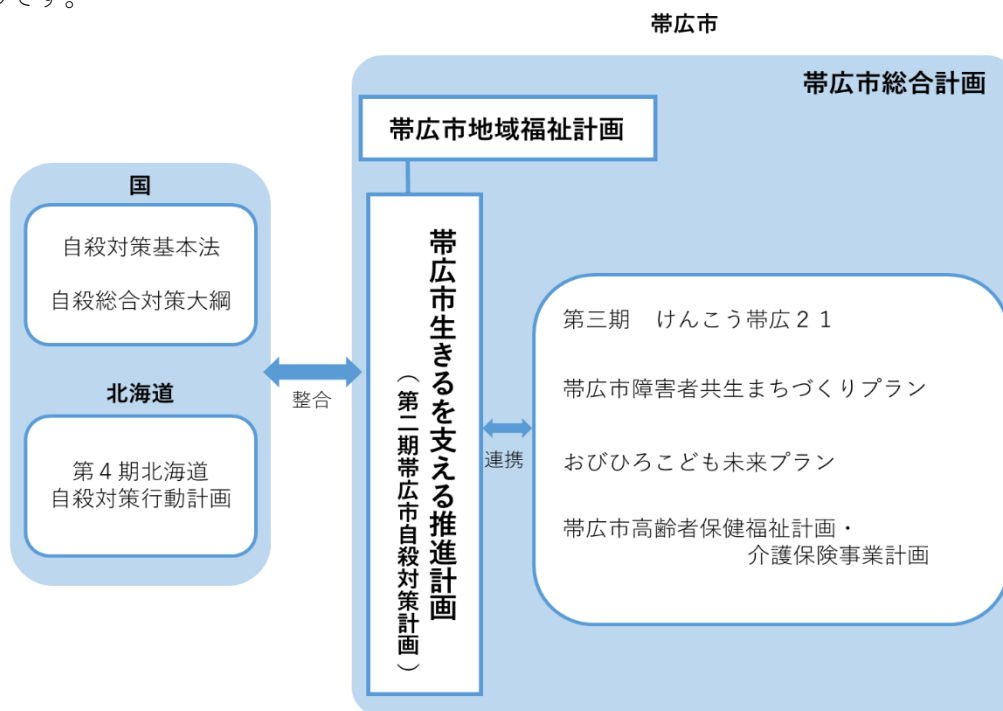
これまで、庁内や各関係機関と連携を図りながら対策に取り組んできたことにより、帯広市における5年平均の自殺死亡率の推移が減少傾向となるなど、一定の成果が表れていますが、新型コロナウイルス感染症の影響の長期化等により、市民生活に様々な問題が生じている状況にあることから、今後も自殺者数の増減の推移や傾向を注視し、必要な対策を講じていくことが重要です。

本計画は、「市民一人ひとりがかけがえのないのちを大切にし、生きることに前向きになれるまち」の実現に向けて、これまでの成果と課題を整理し、国や北海道における施策をもとに、帯広市の特性を踏まえ、市民や関係機関とともに効果的に自殺対策を推進するために必要な取り組みを示すものです。

なお、第二期となる帯広市自殺対策計画は、自殺対策の更なる推進には、健康増進計画の保健分野にとどまらず、より幅広い視点での取り組みが必要であることから、「帯広市生きるを支える推進計画」とし、帯広市健康増進計画とは別に策定するものです。

2 計画の位置付け

帯広市生きるを支える推進計画は、法第13条第2項に定める市町村自殺対策計画として位置付け、国の大綱や、令和5年3月に策定された北海道の「第4期北海道自殺対策行動計画」を踏まえた上で、「第七期帯広市総合計画」における分野計画として、国・北海道・帯広市の上位計画及び関連個別計画と連携・整合を図り、取り組みを推進するために策定するものです。



3 計画期間

国の定めた大綱がおおむね5年を目途に見直しを行うこと、北海道自殺対策行動計画の計画期間が5年間であることから、計画の期間は令和6年度から令和10年度までの5年間とします。なお、計画期間においても、国の大綱や北海道の計画の変更に応じ、必要な見直し等の検討を行います。

年度	令和4年	令和5年	令和6年	令和7年	令和8年	令和9年	令和10年
帯広市			帯広市生きるを支える推進計画				
北海道		第4期北海道自殺対策行動計画					
国	自殺総合対策大綱						

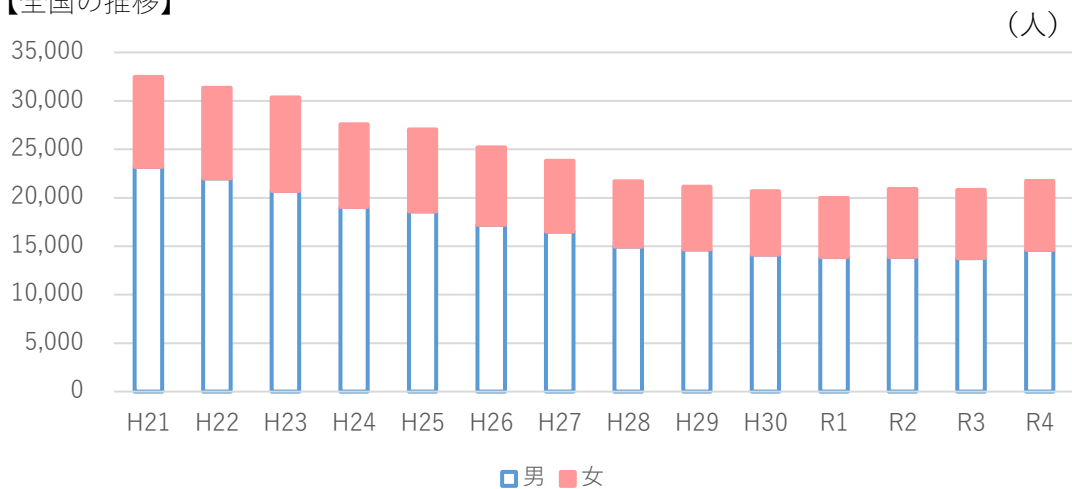
第2章 自殺を取り巻く現状と課題

1 全国・北海道の動向

(1) 全国の推移

全国における自殺者数は、平成10年以降、3万人前後の水準で推移していましたが、平成24年には3万人を下回り、減少が続いていました。しかし、令和2年には、新型コロナウイルス感染症の影響等により、自殺の要因となり得る様々な問題が生じたことから、11年ぶりに前年を上回りました。

【全国の推移】

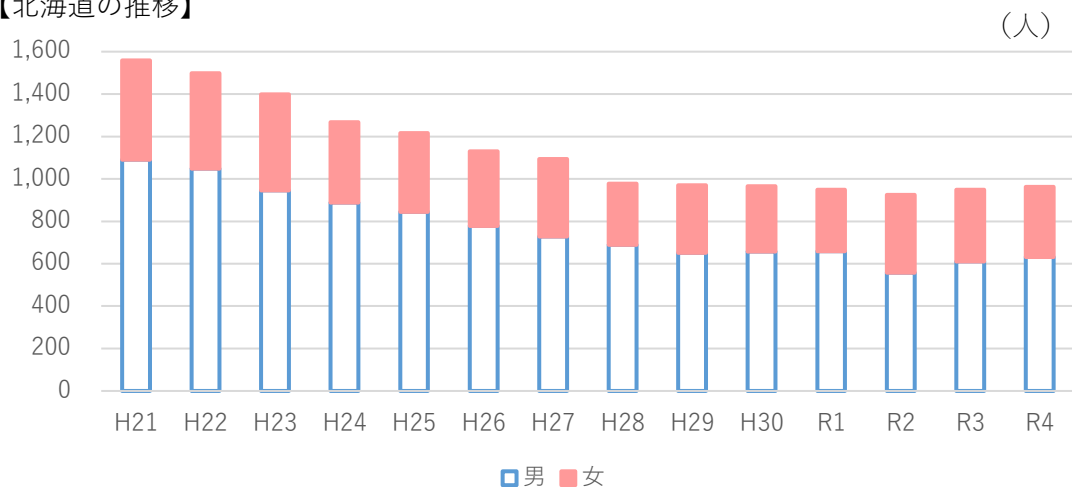


厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(2) 北海道の推移

北海道における自殺者数は、毎年1,500人前後で推移していましたが、平成21年から令和2年まで減少を続けてきました。しかし、令和3年には増加に転じました。

【北海道の推移】



厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

2 帯広市の現状

(1) 自殺死亡率及び自殺者数

帯広市の自殺死亡率（人口10万人あたりの自殺者数）は、平成28年に25.5と高い水準にありましたが、平成29年から3年間は、前計画の目標値である18.6を下回りました。その後、令和2年は21.7、令和3年は18.1、令和4年は20.6と、年ごとに増減をくり返している状況です。また、全国、北海道と比較すると、平成29年には、全国や北海道の自殺死亡率よりも低い水準にありましたが、令和2年以降は高くなっており、令和4年は全国17.3、北海道18.6であり、全国、北海道よりも上回っている状況にあります。

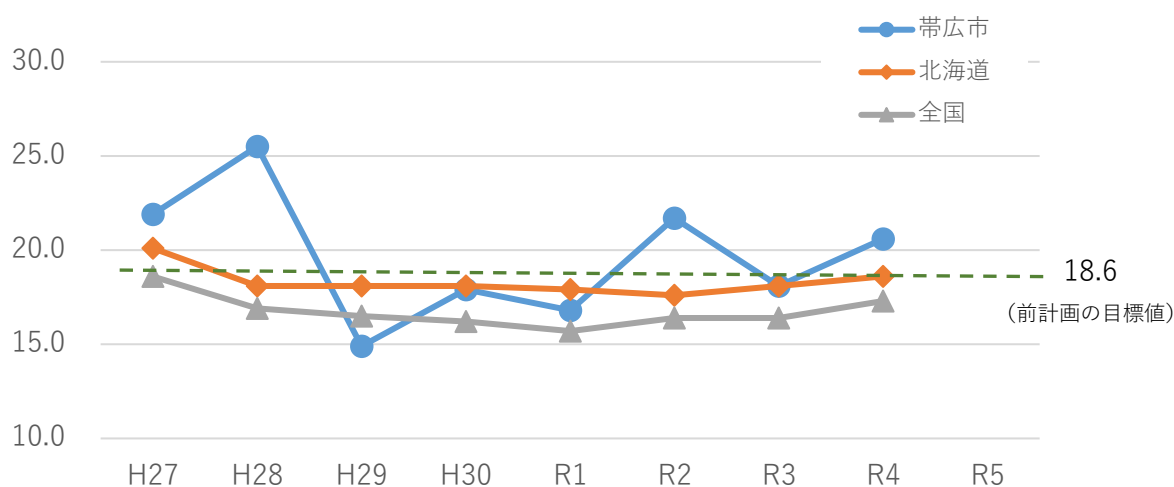
【自殺者数、自殺死亡率の推移】

上段：(人)、下段：(人口10万人対)

		H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
帯 広 市	自殺者数	37	43	25	30	28	36	30	34
	自殺死亡率	21.9	25.5	14.9	17.9	16.8	21.7	18.1	20.6
北 海 道	自殺者数	1,094	978	970	965	949	925	948	962
	自殺死亡率	20.1	18.1	18.1	18.1	17.9	17.6	18.1	18.6
全 国	自殺者数	23,806	21,703	21,127	20,668	19,974	20,907	20,820	21,723
	自殺死亡率	18.6	16.9	16.5	16.2	15.7	16.4	16.4	17.3

厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

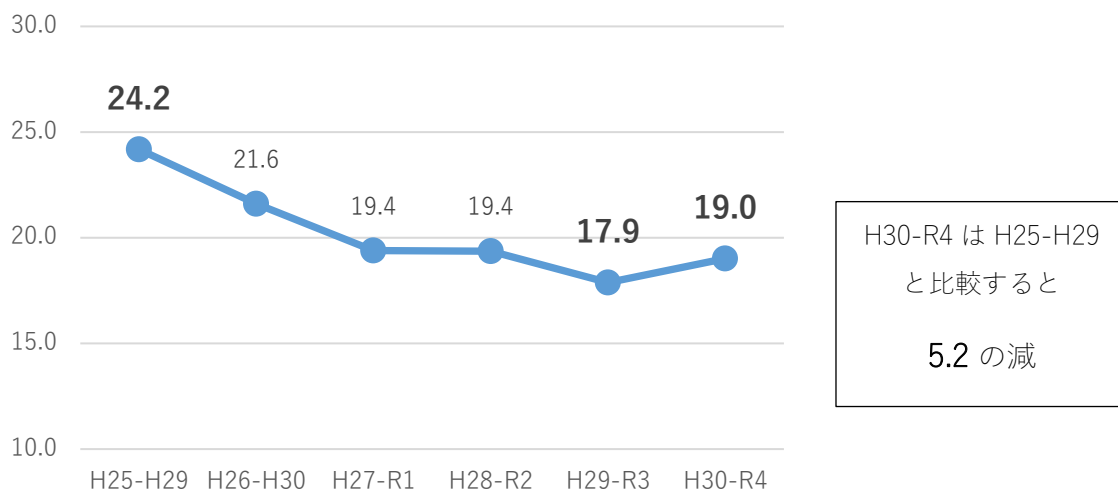
【自殺死亡率（人口10万人対）の推移】



(2) 5年平均自殺死亡率の推移

帯広市の人口規模では、単年では社会的背景等の影響により、大きな増減が生じることから、自殺死亡率を5年平均とし、その推移を表しました。帯広市の5年平均自殺死亡率は、平成30年から令和4年は19.0であり、前期間の17.9よりも上昇しているものの、総体としては減少傾向にあります。

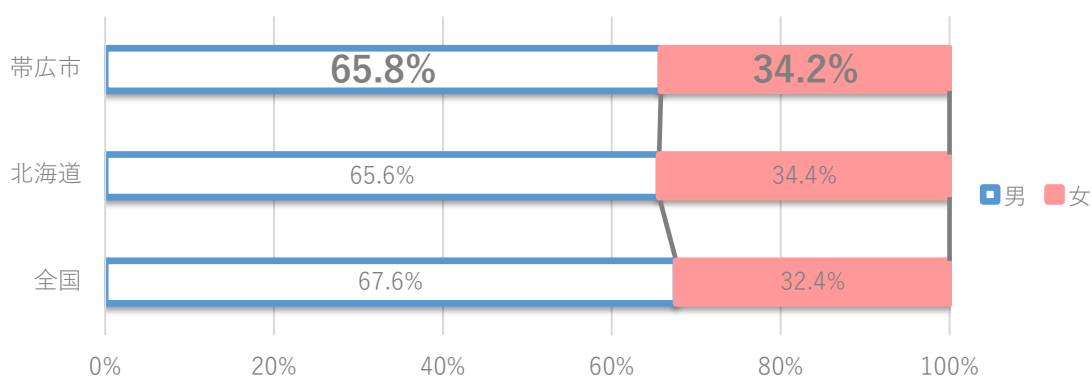
【5年平均自殺死亡率（10万人対）の推移】



(3) 自殺者の性別割合（平成30年～令和4年合計）

帯広市の性別割合は、平成30年から令和4年の合計で見ると、男性は104人で65.8%、女性は54人で34.2%となっており、全国、北海道と同じ傾向となっています。

【性別割合（平成30年～令和4年合計）】

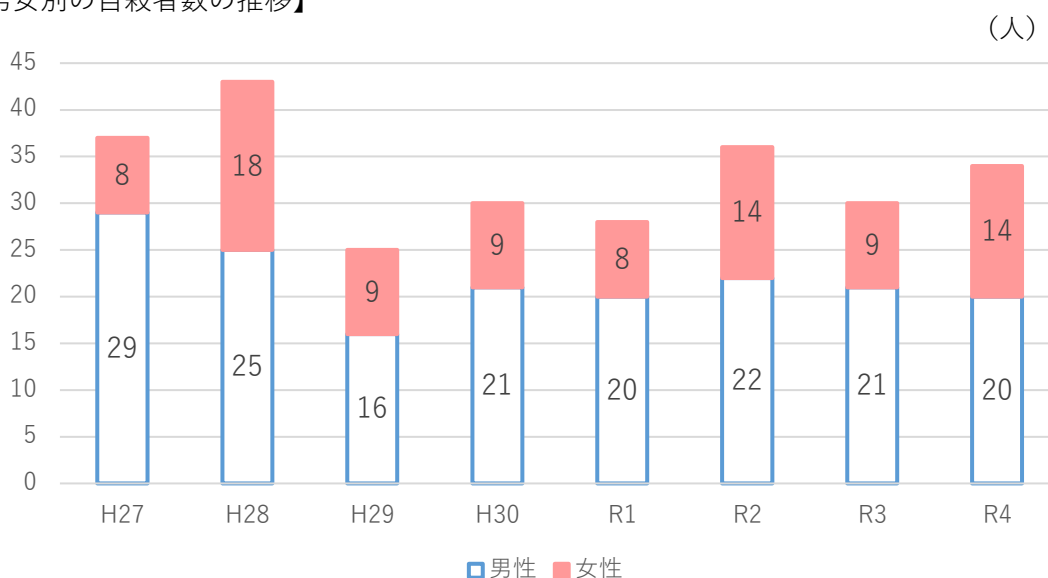


厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(4) 男女別の自殺者数の推移

帯広市の男性の自殺者数は、平成30年以降ほぼ横ばいで推移していますが、女性は令和2年、令和4年に顕著な増加がみられました。自殺者の総数が多い年は、女性の自殺者の増加が影響しています。

【男女別の自殺者数の推移】



厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(5) 性別・年代別の自殺者割合（平成30年～令和4年合計）

帯広市の性別・年代別の状況は、40歳台と50歳台の男性が最も多く、次いで60歳台と70歳台の男性が多い結果となっています。

また、性別・年代別の割合を全国、北海道と比べると、男女ともに、20歳未満は低く、男性では、40歳台、60歳台、70歳台、80歳以上が高い結果となり、女性では特に70歳台、80歳以上が高い結果となっています。

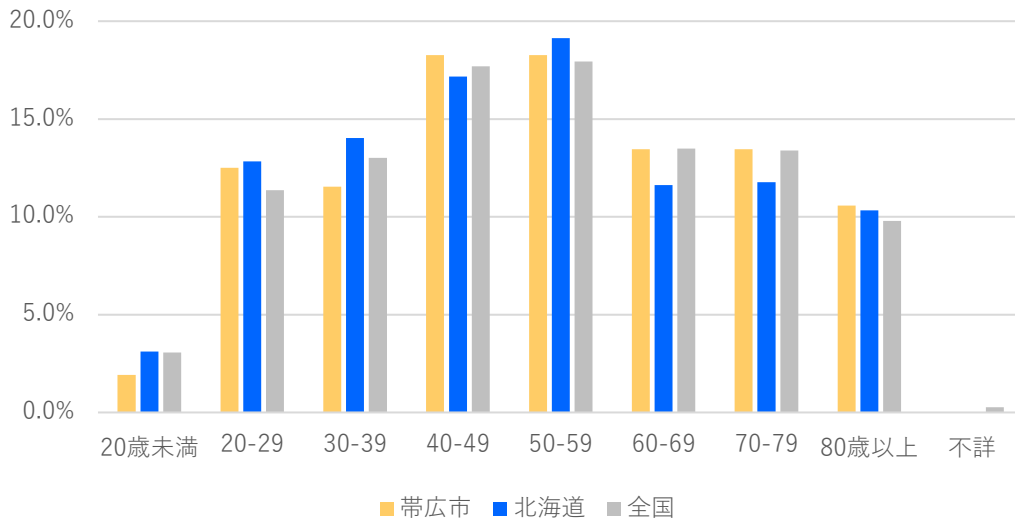
【性別・年代別自殺者数（平成30年～令和4年合計）】

(人)

性別	20歳未満	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70-79	80歳以上	計
男	2	13	12	19	19	14	14	11	104
女	1	5	4	6	9	6	13	10	54
計	3	18	16	25	28	20	27	21	158

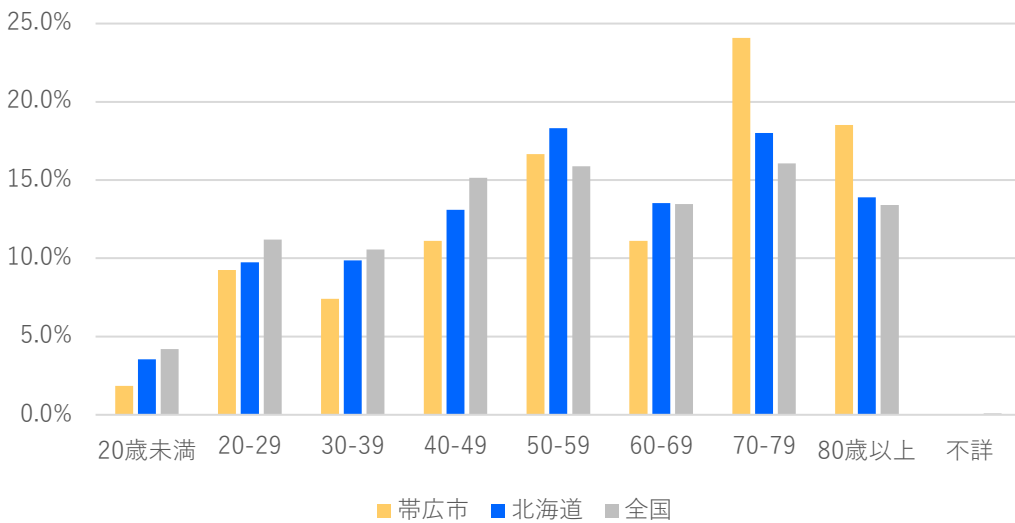
厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

【年代別の自殺者割合（男性、平成30年～令和4年合計）】



厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

【年代別の自殺者割合（女性、平成30年～令和4年合計）】

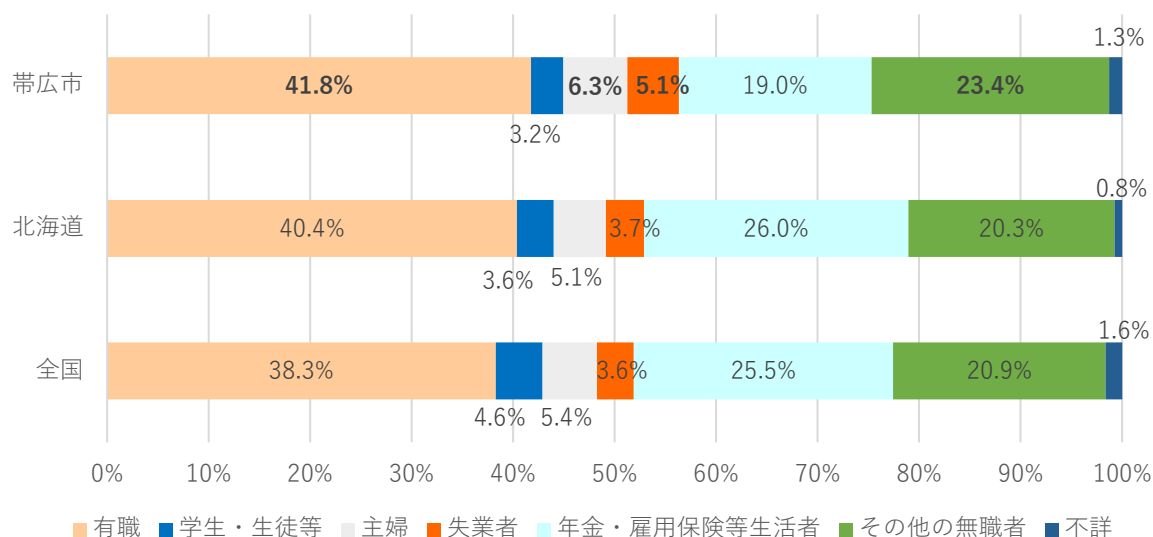


厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(6) 職業別自殺者割合（平成30年～令和4年合計）

帯広市の職業別割合は、有職者が最も多く、次いでその他の無職者となっています。また、全国、北海道と比較すると、有職者、主婦、失業者、その他の無職者の割合が高い結果となっています。

【職業別自殺者割合（平成30年～令和4年合計）】



※その他の無職者とは、利子・配当・家賃等生活者、ホームレス、その他の無職者
 ※小数点以下第2位を四捨五入しているため、数値の合計が100.0%にならない場合がある

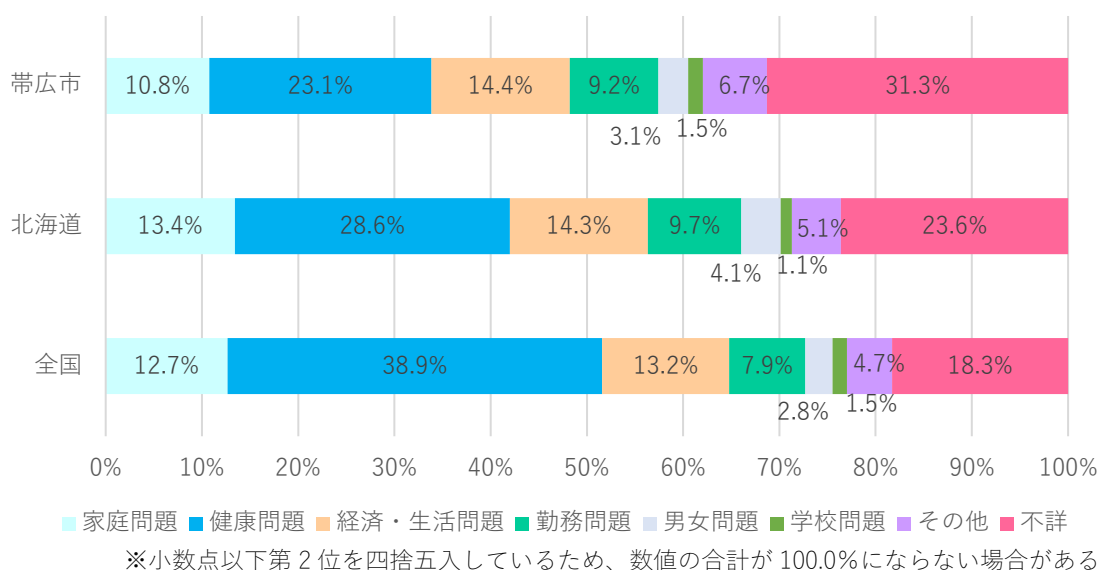
厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(7) 原因・動機別自殺者割合（平成30年～令和4年合計）

帯広市の原因・動機別割合は、不詳を除き、健康問題が最も高くなっています。また、全国、北海道と比較すると、家庭問題、健康問題は低くなっています。

男女別でみると、不詳を除き、男性は経済・生活問題、健康問題が多く、女性は健康問題、家庭問題が多くなっています。

【原因・動機別自殺者割合（平成30年～令和4年合計）】



厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

【原因・動機別自殺者数（平成30年～令和4年合計）】

	家庭問題	健康問題	経済・生活問題	勤務問題	男女問題	学校問題	その他	不詳	計
男	9	20	25	15	4	2	9	44	128
女	12	25	3	3	2	1	4	17	67

※家族の証言等から自殺の原因・動機と考えられるものについて、4つまで計上可能として集計

厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

（８）生活状況別自殺者の特徴（平成 29 年～令和 3 年合計）

帯広市の性別・年齢階級別・職業の有無・同居人の有無による自殺者数や自殺死亡率を比較すると、自殺者数が最も多い区分は「男性、40～59 歳、有職、同居」です。次いで「男性、60 歳以上、無職、同居」、「女性、60 歳以上、無職、同居」となっています。上位 5 区分のうち、2 位～4 位が「60 歳以上、無職」で、計 40 人となっており、全体の約 25%を占めています。また、1 位と 5 位を合わせると、「男性、20～59 歳、有職、同居」で、計 30 人となり、全体の約 20%を占めています。

【帯広市の主な自殺の特徴（平成 29 年～令和 3 年合計）】

自殺者の特性上位 5 区分※1	自殺者数 (5 年計)	割合	自殺死亡率※2 (10 万対)	背景にある主な自殺の 危機経路※3
1 位:男性 40～59 歳有職同居	18	12.1%	23.7	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
2 位:男性 60 歳以上無職同居	14	9.4%	28.0	失業（退職）→生活苦+介護の悩み（疲れ）+身体疾患→自殺
3 位:女性 60 歳以上無職同居	14	9.4%	15.8	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
4 位:女性 60 歳以上無職独居	12	8.1%	33.2	死別・離別+身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
5 位:男性 20～39 歳有職同居	12	8.1%	24.4	職場の人間関係/仕事の悩み(ブラック企業)→パワハラ+過労→うつ状態→自殺

いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル 2022」

※1 順位は自殺者数の多い順で、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。

※2 自殺死亡率の算出に用いた人口（母数）は「令和 2 年国勢調査」を基に、いのち支える自殺対策推進センターにて推計したもの。

※3 「背景にある主な自殺の危機経路」は、ライフリンク「自殺実態白書 2013」を参考に推定したもの。

(9) 帯広市の自殺の特性の評価 (平成 29 年～令和 3 年合計)

平成 29 年～令和 3 年の合計による自殺死亡率を以下の分類で評価すると、20～59 歳の「無職者・失業者」が全国市区町村の上位 10%以内に入ります。

【帯広市の自殺の特性の評価】

	指標値	ランク
総数※1	17.9	★a※3
男性※1	25.1	-
女性※1	11.2	★
20歳未満※1	3.0	★a
20歳台※1	20.5	★
30歳台※1	18.8	★a
40歳台※1	20.9	★
50歳台※1	20.2	-
60歳台※1	14.2	-
70歳台※1	26.1	★
80歳以上※1	27.4	★
若年者(20～39歳) ※1	19.6	★
高齢者(70歳以上) ※1	26.6	★
勤務・経営※2	17.8	-
無職者・失業者※2	28.9	★★★

【ランクの見方】

ランク	
★★★	上位 10%以内
★★	上位 10～20%
★	上位 20～40%
-	その他

※全国の市区町村における当該指標地に基づく順位

いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル 2022」

※1 地域における自殺の基礎資料に基づく自殺死亡率

※2 特別集計に基づく 20～59 歳における自殺死亡率

※3 自殺者 1 人の増減でランクが変わる場合はランクに a が表示されている

3 第一期計画の振り返り

第一期計画は、平成 30 年度から令和 5 年度までの 6 年間で計画期間（国の健康日本 21（第二次）が 1 年延長したことに伴い、一体的に策定していた第二期けんこう帯広 21 も延長したため、第一期計画も 1 年延長）とし、自殺死亡率の減少を目標に、全ての自治体で取り組むことが望ましいとされた「基本施策」と、帯広市の自殺の実態を詳細に分析し、国より示された「高齢者対策」「生活困窮者対策」「事業所・労働者対策」を「重点施策」と位置付け、具体的な目標値として、令和 5 年までに自殺死亡率を 18.6 とすることを定め、取り組みを進めてきました。

（1）市民アンケート調査からみた帯広市の現状

第二期けんこう帯広 21 の最終評価アンケート調査

目的：帯広市生きるを支える推進計画（第二期帯広市自殺対策計画）の基礎資料とするため、第二期けんこう帯広 21 の最終評価アンケート調査に自殺対策関連の設問を含め、こころの健康関連の現状の把握を行いました。

調査時期：令和 4 年 8 月 1 日～8 月 31 日

調査対象：6 歳～85 歳の帯広市民 2,500 人

回収数：1,345 人（男 569 人、女 768 人、他 8 人）

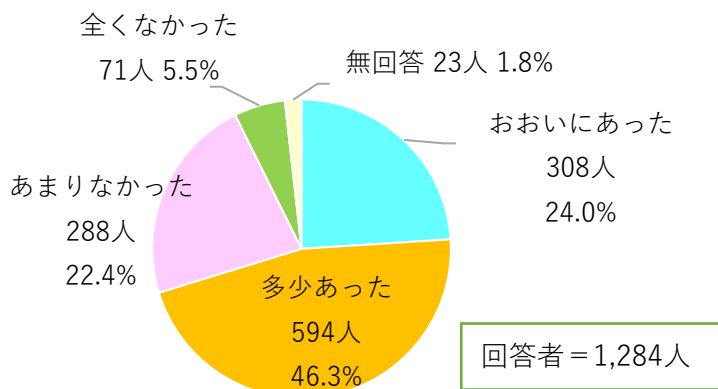
回収率：53.8%

集計方法：集計の際、小数点以下第 2 位を四捨五入しているため、数値の合計が 100.0%にならない場合があります。

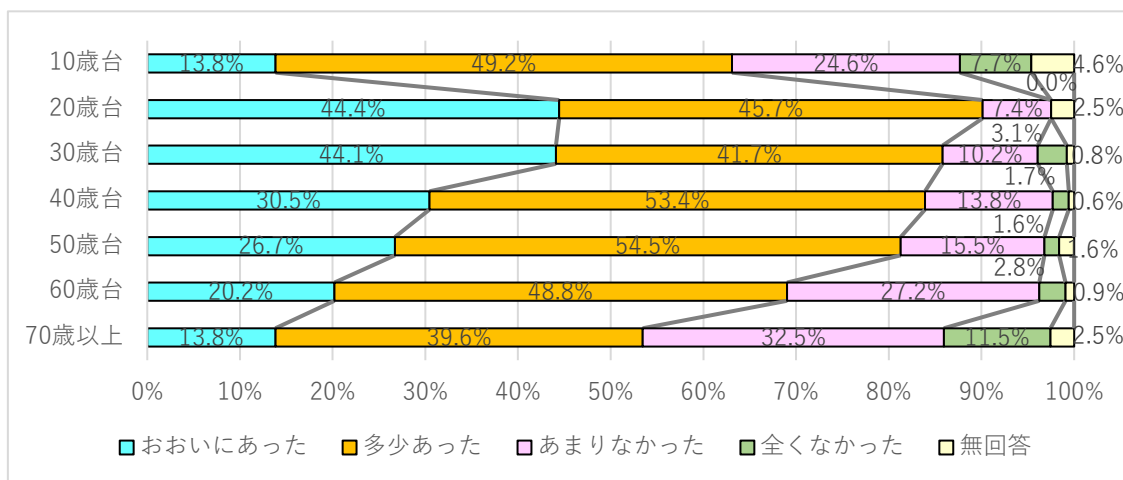
①この 1 か月にストレス（不満、悩み、苦労など）を感じましたか？

「多少あった」が 46.3%で最も多く、次に「おおいにあった」が 24.0%でした。年代別にみると、「多少あった」と「おおいにあった」を合わせると、20 歳台で 9 割となっていました。また、10 歳台を除くと、年代が若い人ほどストレスを感じている人が多い傾向でした。

【全体の割合】



【年代別割合】



②日頃、どのようなことに悩んだりストレスを感じますか？

全年齢の総計では、「仕事のこと」が最も多く、次に「健康のこと」「家庭のこと」と続きました。年代別では、「仕事のこと」が20歳台から60歳台まで最も割合が多く、70歳以上では「健康のこと」が最も多い結果になりました。

【年代別割合】

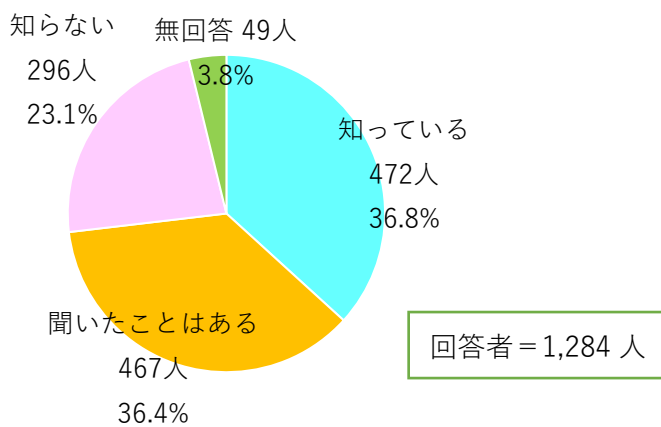
選択項目	総計	10歳台	20歳台	30歳台	40歳台	50歳台	60歳台	70歳以上
仕事のこと	41.0%	6.2%	74.1%	68.5%	75.3%	61.0%	39.9%	10.6%
健康のこと	29.0%	3.1%	13.6%	19.7%	20.7%	28.9%	26.8%	42.6%
家庭のこと	27.0%	13.8%	14.8%	41.7%	34.5%	28.3%	28.6%	22.6%
育児のこと	7.7%	0.0%	8.6%	31.5%	22.4%	5.3%	0.5%	0.5%
介護のこと	10.0%	0.0%	0.0%	2.4%	8.6%	11.2%	19.2%	11.1%
経済問題	21.4%	3.1%	21.0%	33.1%	28.2%	21.9%	23.0%	17.1%
人間関係	24.0%	43.1%	34.6%	33.9%	28.2%	28.3%	18.8%	15.2%
将来のこと	26.6%	32.3%	51.9%	26.8%	26.4%	21.9%	25.8%	23.5%
その他	6.3%	24.6%	2.5%	3.1%	2.9%	7.0%	6.6%	6.0%

※色付きの数字は、色の濃さで最も多い割合から3番目に多い割合を示している

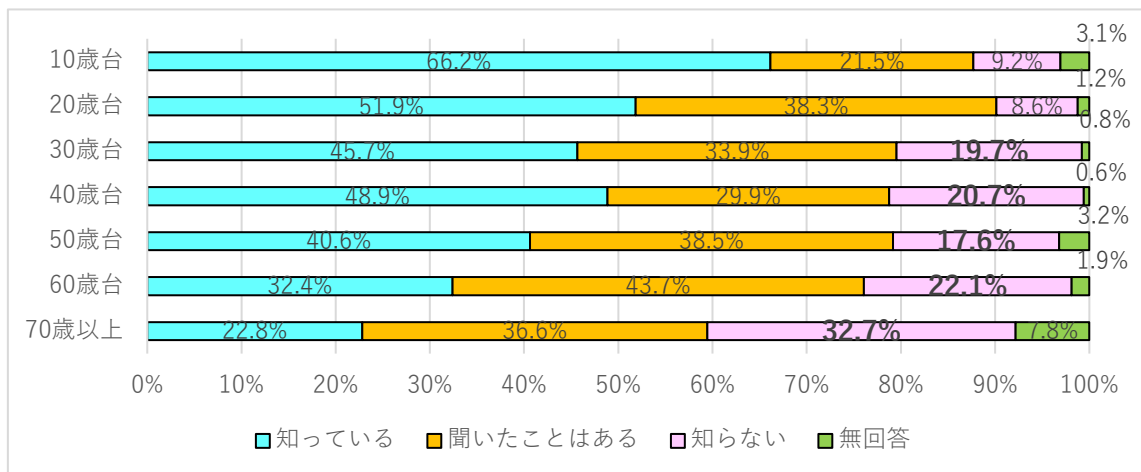
③あなたはこころの悩みを相談できる機関（電話、メールやSNS含む）があることを知っていますか？

「知っている」が36.8%と最も多く、次に「聞いたことはある」が36.4%となっています。年代別では、「知っている」は10歳台が66.2%で最も多く、次に20歳台51.9%となっていました。「知らない」は70歳以上が最も多く32.7%となっていました。また、30歳台から60歳台は約2割が「知らない」という結果になりました。

【全体の割合】



【年代別割合】



④ストレスを感じたときや困ったときに、相談できる人(機関)はいますか？(複数回答)

すべての年代で「家族」が最も多く、次に「友人」となりました。

【年代別割合】

選択項目	総計	10歳台	20歳台	30歳台	40歳台	50歳台	60歳台	70歳以上
家族	67.3%	73.8%	82.7%	73.2%	66.7%	65.2%	63.8%	64.3%
友人	46.1%	69.2%	63.0%	56.7%	51.7%	51.3%	41.3%	34.3%
学校の先生	1.7%	23.1%	2.5%	0.0%	2.3%	0.5%	0.0%	0.0%
職場の同僚等	16.2%	1.5%	30.9%	37.0%	36.2%	23.5%	8.0%	2.5%
近所の知り合い	4.3%	1.5%	0.0%	3.1%	0.6%	1.6%	3.3%	9.0%
病院	7.9%	0.0%	3.7%	2.4%	7.5%	7.0%	7.0%	12.0%
相談機関(対面や電話)	2.2%	0.0%	2.5%	0.8%	2.9%	1.6%	2.3%	2.8%
相談機関(メールやSNS)	1.2%	4.6%	1.2%	0.8%	1.7%	1.1%	0.9%	0.7%
いない	13.4%	1.5%	6.2%	15.7%	14.4%	12.8%	16.9%	14.1%
その他	2.6%	1.5%	0.0%	0.8%	1.1%	0.5%	3.8%	4.6%

(2) 目標の達成状況

平成30年から令和元年は目標値である自殺死亡率18.6を下回っていたものの、令和2年以降は目標値を境に年ごとに増減している状況でした。

直近の令和4年は20.6となっており、総体としては減少したものの、目標達成には至っていません。

※自殺死亡率の推移については、5、6ページ参照

(3) 取り組み内容と結果

施策推進の方向性に合わせ、多様な既存事業を「生きる支援関連施策」として分類し、基本施策、重点施策のそれぞれに位置付け、取り組みを推進してきました。

①基本施策の取り組み内容と結果

基本施策	主な取り組み内容	結果
1 地域におけるネットワークの強化	<ul style="list-style-type: none"> ・相談支援技術等の向上のための研修会やネットワーク会議 ・居場所づくり・孤立防止を図る取り組み ・安心して生活することができるよう環境整備を行う取り組み 	<ul style="list-style-type: none"> ・ボランティア等の高齢化や固定化、新たな担い手不足等、市民の主体的な活動が減少している。
2 人材育成の強化	<ul style="list-style-type: none"> ・支援者等に対する資質向上の取り組み ・身近な地域で活動を行う支援者の育成 ・市民サービス向上につながる取り組み 	<ul style="list-style-type: none"> ・身近な相談者として地域を支える市民の担い手が不足している。
3 普及啓発の強化	<ul style="list-style-type: none"> ・心身の健康についての普及啓発 ・生活上起こり得る様々な分野についての正しい知識・情報の普及啓発 ・講座やパネル展、配布物や個別対応などの外、ホームページや SNS 等、様々な方法での普及啓発 	<ul style="list-style-type: none"> ・講演会等での普及啓発について、感染症への懸念や行動制限があった背景から、参加者の確保が難しかった。
4 リスクの高い人への支援の強化	<ul style="list-style-type: none"> ・あらゆる事情における人に対する相談支援 ・ケース会議等、連携をしながら対応 	<ul style="list-style-type: none"> ・相談内容が複雑多岐に渡るものになってきており、複数の機関が対応する相談が多くなってきている。
5 SOS の出し方に関する教育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・教員の育成研修 ・若年層を対象とした SOS の出し方に関する教育の実施や教材の配布 ・学校生活における心身の健康の保障 ・学校・家庭・地域が連携・協働した活動の促進 	<ul style="list-style-type: none"> ・学生による地域でボランティア活動ができる場や、学校等の要望を把握し、ボランティアを派遣する役割を担う地域コーディネーターの養成数が減少している。

②重点施策の取り組み内容と結果

重点施策	主な取組内容	結果
1 高齢者対策	<ul style="list-style-type: none"> ・ 高齢者の外出の機会や居場所づくり ・ 高齢者や家族等の生活支援・相談事業 ・ 高齢者の生活を取り巻く体制整備 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 高齢化に伴い、認知症の相談や複合的な課題を抱えた困難事例等の相談が増加している。
2 生活困窮者対策	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生活困窮者に対しての相談支援、各種制度等の情報提供と申請受付 ・ 国民健康保険や介護保険の保険料、幼稚園・保育所の保育料、市税や水道使用料などの減免や納付相談 ・ 複数関係部署での連携した対応 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生活困窮者からの相談が増加している。 ・ 経済的な問題以外にも様々な問題を抱えた相談が増加している。
3 事業所・労働者対策	<ul style="list-style-type: none"> ・ ワークライフバランス、ハラスメントに関する理念についての普及啓発 ・ 安全に仕事ができる体制整備 ・ 労働に関する相談体制整備 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 事業所や従業員等に対し、育児・介護休業制度、ハラスメント等についての啓発がされた。

4 第一期計画から見えた成果及び現状と課題

(1) 成果

計画期間においては、子どもや子育て世代、DVや障害のある人、高齢者、生活困窮者など、様々な困難や悩みを抱える人に対する相談支援の実施、関係機関間のネットワークの強化や人材育成、普及啓発などの取り組みを通じて、関係機関との連携や支援者の資質向上などを図り、悩みを抱える人への支援を強化した結果、自殺死亡率は総体として減少しました。

(2) 現状と課題

各相談支援における現状として、複合的な課題を抱える相談者の割合が大きく増加していることに加え、その相談内容が複雑化・多様化し、より困難なものとなっている状況にあります。また、市民アンケート結果では、若い人ほどストレスが高いことや、相談先の認知度が低い状況にあり、さらには、コロナ禍以降、帯広市においては、生活の困窮により自立相談支援センターへの相談、市税や保険料等の減免や納付相談が大きく増加している現状に加え、子育て世代や妊産婦をはじめとする女性からの相談が増加傾向にあります。

【包括的支援及び多機関の連携】

一人ひとりの困りごとが解決に向かい、生きることに前向きになれるよう、必要な支援を行うためには、こころの健康の保持や増進のための視点だけでなく、社会・経済的な視点をはじめとした、多分野にわたる包括的な視点を持ち、相談者の生活状況や事情についての確に把握するなど、庁内各部署や関係機関と連携して取り組むことに加え、個別に対応した事例の共有を行うなど、更なるネットワークの強化を図るとともに、こうした関係機関の周知を効果的に行う必要があります。

【市民一人ひとりの気づきと見守りの促し】

高齢化や核家族化、感染症の影響等の社会情勢の変化から、地域社会においては、市民主体の活動が少なくなり、人のつながりが希薄化しています。また、市民アンケートにおいて、困った時に相談できる人は「家族」や「友人」といった身近な人が多い結果からも、悩みを抱える人の身近な存在である市民一人ひとりが、周りの人の異変に気付いたときに、手を差し伸べ、見守っていくことができるよう、身近な地域で支援を行う必要性の啓発に取り組む必要があります。

【適切な行動・対応の啓発】

日々の生活の中で、困りごとが生じた際に、適切な対応、相談行動がとれるよう、様々な機会を捉えて、多岐に渡る問題やその支援に係る情報提供を行い、市民一人ひとりの危機回避能力や問題解決能力を高めるための取り組みを行う必要があります。

第3章 計画の基本的な考え方

1 基本理念

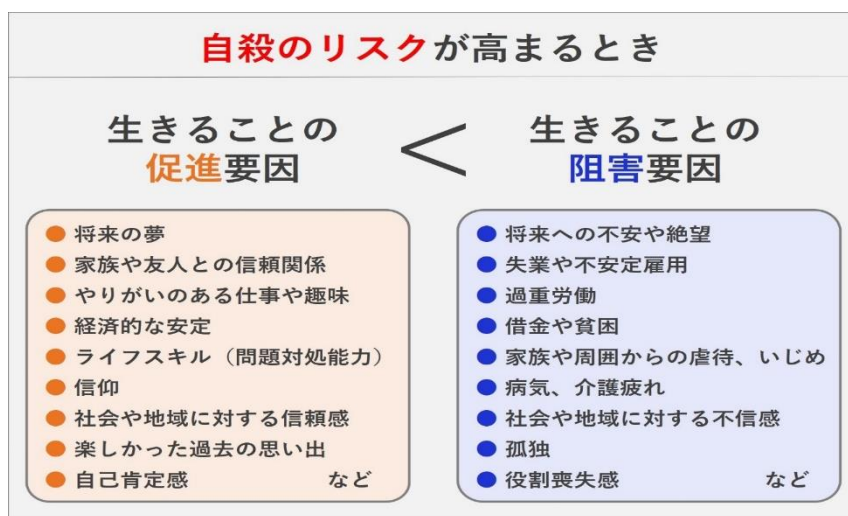
市民一人ひとりがかげがえのない「いのち」を大切にし、生きることに前向きになれるまちを目指します。

2 基本方針

方針1 生きることの包括的な支援の推進

自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、その多くを防ぐことのできる社会的な問題であるとの認識を社会全体で共有します。また、社会全体の自殺リスクを低下させるとともに、一人ひとりの生活を守ることができるよう、「生きることの阻害要因」を減らす取り組みに加えて、「生きることの促進要因」を増やす取り組みを行い、生きることの包括的な支援として自殺対策に取り組みます。

【生きることの促進要因と阻害要因】



資料：いのち支える自殺対策推進センター資料

方針2 関連施策との有機的な連携の強化

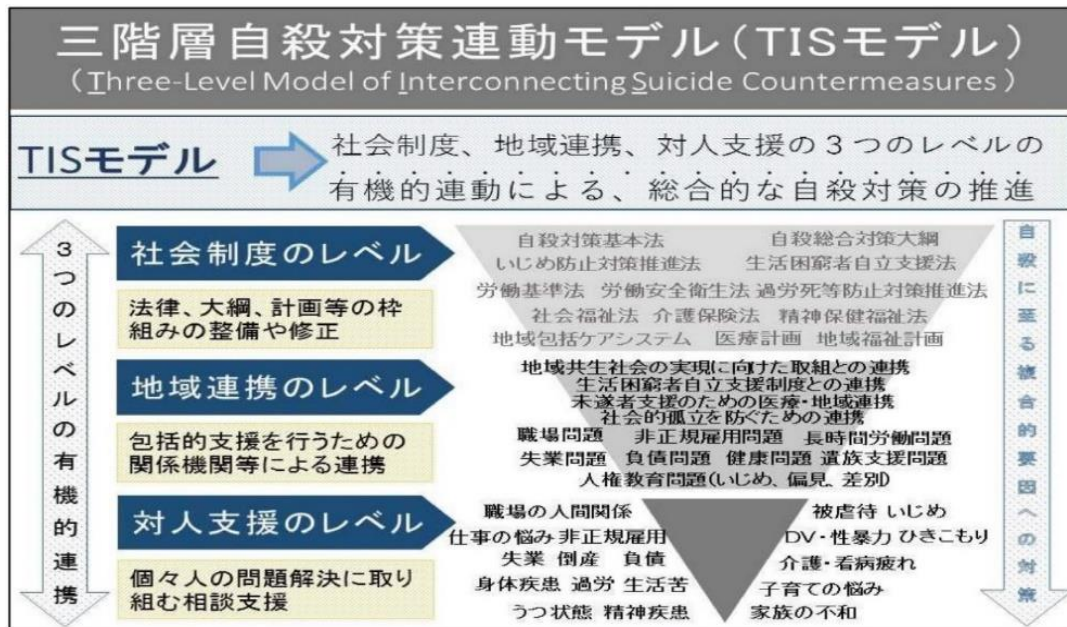
自殺を防ぐためには、こころの健康の保持・増進のための視点だけではなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取り組みが重要であり、生活困窮、孤独・孤立、児童虐待、性暴力被害、ひきこもり、LGBT等といった、様々な生きる支援の施策との連携を図るとともに、支援に携わる人それぞれが自殺対策の一翼を担っているという意識の共有を図ります。

方針3 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動

社会全体で自殺リスクを低下させるためには、困りごとを抱えた人の解決に取り組む「対人支援レベル」、関係機関等との連携に取り組む「地域連携レベル」、計画の策定や推進に取り組む「社会制度レベル」をそれぞれ推進し、かつ、それらを有機的に連動させて、総合的に推進します。

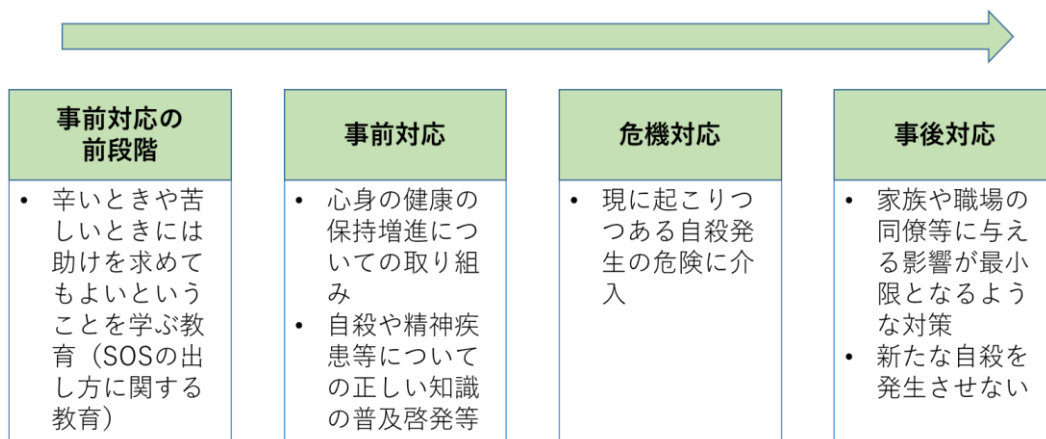
また、「対人支援レベル」においては、自殺の危険性が低い段階の「事前対応」、自殺発生の危険に介入する「危機対応」、自殺や自殺未遂が起きてしまった場合の「事後対応」のそれぞれの段階で対策を講じます。さらに、事前対応の前段階での取り組みとして、学校等において児童生徒等を対象とした「SOSの出し方に関する教育」を推進します。

【レベルごとの対策（三階層自殺対策連動モデル TISモデル）】



資料：いのち支える自殺対策推進センター資料

【対応の段階（自殺の時系列的対応）】



方針4 実践と啓発を両輪とした推進

困りごとを抱える人への相談支援や、支援者の資質向上、関係機関との連携強化等といった取り組みを行うとともに、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、危機に直面したときには、誰かに援助を求めることが必要であるということを市民に広く啓発します。

また、市民一人ひとりが身近にいる自殺を考えている人のサインに早く気づき、専門家につなぎ、見守っていけるよう、メンタルヘルスに関する理解促進も含め、広報活動、教育活動等に取り組みます。

方針5 関係者の役割の明確化と連携・協働の推進

市民一人ひとりが生きることにも前向きになるためには、関係機関・関係者同士が連携・協働し、自殺対策を総合的に推進することが必要です。そのため、それぞれが果たすべき役割を明確化し、共有した上で、相互の連携・協働の仕組みを構築し、施策を展開します。

3 目指す成果（数値目標）

国の大綱では、令和8年までに、人口10万人あたりの自殺死亡률을平成27年と比べて30%以上減少させることを目標としています。

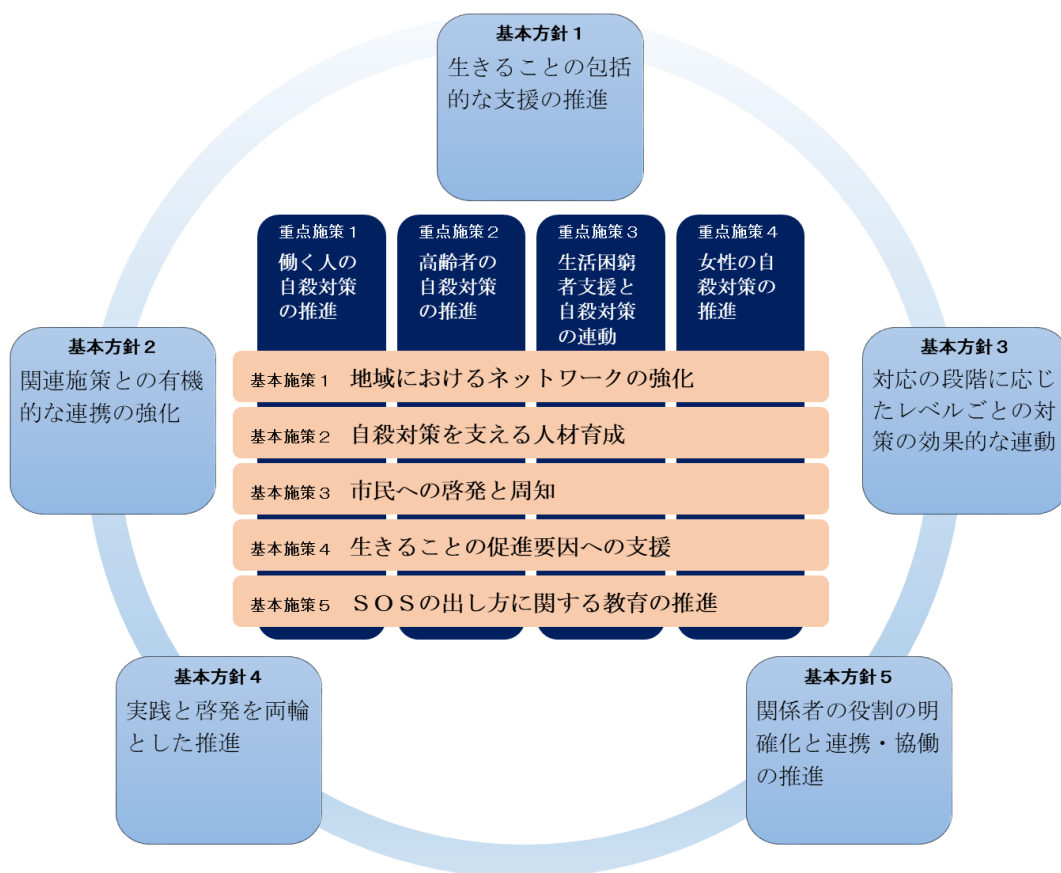
本計画においては、誰もが生きることになり、日々の生活を送ることができるよう、国の考え方に準拠して目標を設定することとし、令和10年の自殺死亡률을、平成27年と比べて36%の減少となる14.0以下とすることを目標とします。

【目指す成果（数値目標）】

	平成27年 (基準)	令和10年
自殺死亡率 (人口10万人あたりの自殺者数)	21.9	14.0以下

4 施策体系

基本方針のもと、5つの基本施策に取り組みます。



第4章 生きるを支える推進施策の展開

1 基本施策と重点施策

基本施策は地域で自殺対策を推進する上で、欠かすことのできない基盤的なものであり、全ての市民を対象として取り組む施策です。

この基本施策において、働く人、高齢者、生活困窮者、女性を対象とした取り組みを重点施策として位置づけ、対象ごとの視点も踏まえ横断的に取り組みます。

施策が進捗し、目標達成に近づいているか評価するため、基本施策ごとに評価指標を設定します。

【基本施策1】地域におけるネットワークの強化

自殺対策は、社会問題の解決といった観点を持ちながら、保健、医療、福祉、教育、労働、その他の様々な分野の施策、人々や組織が密接に連携・協働することが必要です。

孤立化する可能性があり、自殺対策と関連の深い分野と考えられる、生活困窮者自立支援、生活保護、いじめ・不登校、認知症、介護、消費生活、就労支援、ひとり親家庭、妊娠・子育て、家庭内暴力、虐待、障害者福祉、LGBT等、すでに様々な対策が行われている分野のネットワークの強化や、分野間のネットワークづくりに取り組みます。

また、複合的な課題を持つ人への包括的な支援体制の取り組みや、メンタルヘルスに課題を持つ人への支援体制の取り組みとも連動して進めます。

【評価指標】

評価指標	基準値	目標
多分野合同研修会の参加者数	2回 75人 (平成30年-令和4年平均)	3回 120人

No	取り組みを推進するために行うこと	担当課	重点施策
1	帯広市生きるを支える連携会議に関すること 庁内の関係部署との情報共有・連携を図り、全庁的かつ横断的な取り組みを推進します。	健康推進課	◎働く人 ◎高齢者 ◎生活困窮者 ◎女性
2	多分野合同研修会に関すること 生きるを支える取り組みを行っている庁内外の関係機関や団体との連携強化のため、情報交換や支援技術に関する研修などを実施する多分野合同研修会を開催します。	健康推進課	◎働く人 ◎高齢者 ◎生活困窮者 ◎女性

3	精神保健相談体制づくりに関すること メンタルヘルス等に課題を持つ人や世帯に対する相談や支援体制づくりを進めます。	健康推進課	
4	包括的な相談、調整の推進に関すること 複合的な課題を抱える人や世帯に対して包括的な支援を行う体制づくりを進めます。	地域福祉課	
5	きづきネットワークに関すること 高齢者や障害者等が住み慣れた地域において安心して暮らし続けていけるように、地域における高齢者等の見守り体制の強化に向け様々な協力事業者等との連携を図ります。	地域福祉課	◎高齢者
6	子ども・若者支援地域協議会に関すること 不安や困難を抱える子どもや若者等のこころの不安や悩み、困りごとに関する相談体制を維持します。	地域福祉課	
7	在宅医療と介護の連携に関すること 在宅医療と介護の連携を推進し、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすための支援体制づくりを進めます。	地域福祉課	◎高齢者
8	高齢者の虐待に関すること 高齢者虐待の予防対策と早期発見、早期対応、再発防止のため、関係する行政機関、民間団体等との緊密な連携と相互の協力によって高齢者虐待防止対策の促進を図ります。	介護高齢福祉課	◎高齢者
9	帯広市地域自立支援協議会に関すること 帯広市地域自立支援協議会において、障害者を支える関係機関の連携強化、地域課題の解決に向けた社会資源の開発等を行います。	障害福祉課	
10	児童虐待に関すること 子どもの養育が心配な世帯の相談や、児童虐待の通告による要保護児童対策地域協議会の開催など、関係機関と連携し、子どもや世帯の見守りを行います。	子育て支援課	
11	青少年健全育成に関すること 帯広市青少年育成者連絡協議会への支援を行い、家庭、地域、学校、関係機関等と連携を図り、青少年健全育成活動を推進します。	学校地域連携課 (学校教育部)	

【基本施策2】自殺対策を支える人材育成

様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対しては、早期の「気づき」が重要であり、「気づき」のための人材育成の取り組みを充実させる必要があります。

保健や医療の専門性を有する人だけではなく、市職員及び、福祉、教育、労働等の民間団体の相談支援を行う関連領域の人たちや、一般市民に対し、誰もが早期に気づくことができるよう、研修の機会の確保及びゲートキーパー養成講座の実施に取り組みます。

【評価指標】

評価指標	基準値	目標
ゲートキーパー養成講座の累積養成者数	1,675人 (令和4年)	2,189人

①様々な分野でのゲートキーパーの養成

No	取り組みを推進するために行うこと	担当課	重点施策
12	ゲートキーパーの養成に関すること 地域で見守り支援を行い、周囲への声かけや話を聴くなどの望ましい対応をとることが出来るゲートキーパーの増加を目的とし、自殺の現状や対策、自殺を考えている人の心理、相談技法や援助技術を学ぶ講座を実施します。	健康推進課	

②支援者の資質向上の促進

No	取り組みを推進するために行うこと	担当課	重点施策
13	多分野合同研修会に関すること 生きるを支える取り組みを行っている庁内外の関係機関や団体との連携強化のため、情報交換や支援技術に関する研修などを実施する多分野合同研修会を開催します。	健康推進課	
14	食・運動改善推進に関すること 健康づくりボランティア養成講座の実施により健康づくりボランティアを養成し、健康の保持増進、疾病予防を自らの生活の中で実践するほか、食生活や運動・体操を通じた地域への推進活動を行い、健康に関する正しい知識や情報などを普及します。	健康推進課	
15	市職員の育成に関すること 職員の研修や自己啓発の支援を進め、専門的な知識や能力を発揮できる職員を育成します。	人事課	
16	成年後見に関すること 本人に代わり契約や財産管理を行う成年後見制度の利用支援により、高齢者等の権利擁護を図ります。	地域福祉課	

17	ボランティアに関すること 地域において高齢者や障害のある人等を支える環境づくりを進めるため、ボランティア養成講座を行います。	地域福祉課	
18	認知症に関すること 認知症を理解し、認知症の人とその家族を見守り、応援者となる認知症サポーター養成講座を行います。	地域福祉課	◎高齢者
19	民生委員、児童委員に関すること 民生委員・児童委員活動を支援し、地域における相談活動等の充実を図ります。	地域福祉課	

【基本施策3】市民への啓発と周知

「危機に陥ったとき、誰かに援助を求める」ことの浸透を図るためには、社会全体の共通認識としての普及啓発を進めることが必要です。

自殺のリスクを高めることにつながる困りごとへの対応方法の啓発や、危機に直面したときに、周囲に援助を求めることができるよう、各種相談窓口の周知に取り組みます。

市民一人ひとりが、周囲の危機的な状況にある人の存在に気づき、声をかけ、話を聴き、専門家につなぎ、見守るといった役割を担えるよう、支援の意識の共有に向け、広く啓発事業を展開します。

【評価指標】

評価指標	基準値	目標
出前健康講座でメンタルヘルスに関する講座の参加者数	4回 67人 (平成30年-令和4年平均)	10回 200人

No	取り組みを推進するために行うこと	担当課	重点施策
20	自殺対策に関する普及啓発に関すること 帯広市のホームページや広報、パネル展等で、帯広市の自殺対策、相談窓口、ゲートキーパー等についての情報を発信し、適切な相談につながるようにします。	健康推進課	
21	こころの健康に関すること 自分自身や周囲の人のこころの不調に気がつくきっかけづくりや適切な相談先の情報提供を行うことを目的に、メンタルヘルスチェックシステム「こころの体温計」を運用します。	健康推進課	
22	健康教育に関すること 保健師や管理栄養士、健康運動指導士等が町内会や自主組織活動、企業等に出向き、からだやこころの健康に関する講話や実技を実施します。	健康推進課	◎働く人
23	健康相談に関すること からだやこころの健康に関する個別の相談に応じ、各自が生活習慣病の予防や心身の健康を保持・増進できるようにします。	健康推進課	
24	スマートライフプロジェクトおびひろに関すること 「スマートライフプロジェクトおびひろ」の登録企業を増やし、優れた活動をしている企業の取り組みを市民に周知するとともに、働き盛り世代が健康で働き続けられる職場づくりを推進します。	健康推進課	◎働く人

25	がん検診や健康診査に関すること がん検診や健康診査を通じて、がんや生活習慣病の予防、早期発見や早期治療、重症化予防の重要性について周知啓発を行います。	健康推進課	
26	男女共同参画に関すること 男女平等意識の浸透や定着を図るため、女（ひと）と男（ひと）の一行詩の募集、展示や、パネル展、セミナー、講座の開催や情報誌の発行を行います。	市民活動課	
27	多様な性に関すること 多様な性に関する理解促進を図るため、講座の開催をはじめ、市民や事業所等に対して啓発を行います。	市民活動課	
28	セクシュアル・ハラスメントに関すること 職場等での性的嫌がらせ行為の防止に向け、アンケート調査の際に事業所等へチラシを配布するなど啓発を行い、セクハラを根絶する意識づくりを進めます。	市民活動課	◎働く人
29	ワーク・ライフ・バランスに関すること ワーク・ライフ・バランスの視点に立ち、事業所へ育児・介護休業制度に関するチラシなどを配布するほか、男女がともに働くための意識啓発を行います。	市民活動課	◎働く人
30	障害者理解促進のための普及啓発に関すること 障害者週間記念事業や出前講座における啓発活動、SNS等の活用やヘルプマークの周知などにより、障害や障害のある人に対する正しい理解を促進します。	障害福祉課	
31	特定健康診査、後期高齢者健康診査、特定保健指導に関すること 生活習慣病の予防や早期発見、重症化予防のため、正しい知識を持って特定健診等の受診ができるよう受診勧奨を実施します。	国保課	
32	消費者生活情報に関すること 合理的な消費生活の促進や、消費者被害、消費者トラブルを未然に防止するため、消費者講座や講演会、消費者教育予防講座や出前講座等を実施し、情報提供や注意喚起を行います。	商業労働課	
33	ばんえい競馬でのギャンブル依存に関すること ギャンブル依存の不安のある方へ、専門機関での相談を紹介する電話相談窓口を設けるなど、ギャンブル依存症の予防のための啓発を行います。	ばんえい 振興課	

【基本施策4】 生きることの促進要因への支援

自殺対策は、個人においても社会においても、「生きることの阻害要因」を減らす取り組みに加え、「生きることの促進要因」を増やす取り組みを行うことが必要です。

自殺の要因となり得る様々な分野における相談体制の充実と相談窓口に関する情報発信、孤立リスクを抱える人への居場所づくり等の支援を充実させることで、「生きることの阻害要因」の減少と、「生きることの促進要因」の増加を図ります。

【評価指標】

評価指標	基準値	目標
総合相談会の実施	年1回	年2回

①心身の健康等に関する相談支援

No	取り組みを推進するために行うこと	担当課	重点施策
34	訪問指導に関すること 自宅等に訪問し、生活習慣病等の予防やこころの健康に関する相談を行い、保健サービスと医療・福祉等他のサービスとの調整を図ります。	健康推進課	
35	健康相談に関すること からだやこころの健康に関する個別の相談に応じ、各自が生活習慣病の予防や心身の健康を保持・増進できるようにします。	健康推進課	
36	未遂者や遺族の相談に関すること 未遂者やその家族の相談に応じ、保健所と連携し自殺の防止を図ります。また、自殺により遺された人等の支援や、遺族の自助グループ等の地域における活動を支援します。	健康推進課	

②子育て世代に関する相談支援

No	取り組みを推進するために行うこと	担当課	重点施策
37	妊婦や乳幼児の健診に関すること 妊娠届出時に個々の家庭の状況に合った子育てプランシートを作成し、必要なサービスを調整、支援を行ったり、乳幼児健診において子どもの成長発達とともに保護者の養育状況等を把握し支援につなげます。	健康推進課	◎女性
38	育児の教室に関すること 核家族化による育児経験不足や孤立感等からくる育児不安の軽減のため、保護者と子が気軽に参加できる場として、育児技術の習得や集団での交流による問題解決能力の向上や育児不安の軽減を図ることを目的に、育児教室や相談会を実施します。	健康推進課	◎女性

39	母子保健の相談に関すること 妊娠・出産・育児について相談対応を行う「母性相談室」を開設しているほか、妊産婦や乳幼児健診等で成長発達面や養育面に支援が必要な子や保護者に対して訪問指導を実施します。	健康推進課	◎女性
40	利用者支援事業（母子保健型）に関すること 妊娠・出産・育児に関する相談や切れ目ない支援を進め、精神的な不安の軽減を図ります。	健康推進課	◎女性
41	産婦の心身の健康に関すること 心身の安定、育児不安を解消し、産後の円滑な育児を支援します。	健康推進課	◎女性
42	子育て世代の地域交流に関すること 第2子以降が生まれた家庭に地域担当保育士が訪問し、相談や情報提供を行うことや地域の親子が自由に集い交流できる広場事業を定期的実施します。	こども課	◎女性
43	母子家庭等の就業や自立支援に関すること 母子・父子自立支援員及び就業支援専門員との相談を通じて、母子家庭等の生活相談や、就労支援などを実施します。	こども課	◎女性
44	子どもの発達に関すること 保護者の不安の軽減や、必要な情報提供、関係機関と連携することにより、子どもと保護者が安心して地域で生活を営むことを目的に、発達の心配や障害のある子どもを育てる保護者に対して発達相談を行います。	子育て支援課	◎女性
45	子育ての短期支援に関すること 保護者が疾病等の事由により家庭における養育が一時的に困難になった児童を、児童養護施設において一時的に養育します。	子育て支援課	
46	児童虐待に関すること 子どもの養育が心配な世帯の相談、児童虐待の通告を受け、保護者からの相談に応じ、必要な相談先や支援先につなぐことや関係機関と連携し、子どもや世帯の見守りをします。	子育て支援課	
47	ファミリーサポートセンター事業に関すること 子育てをサポートしてほしい人（利用会員）と子育てをサポートしたい人（提供会員）が会員登録し、会員同士の信頼関係のもとに、会員相互による子育て援助活動を行います。	子育て支援課	◎女性
48	利用者支援事業（基本型）に関すること 子育て世代包括支援センターにおいて、子育て相談など多様な子育て支援を実施します。	子育て支援課	◎女性

49	地域子育て支援センターに関すること 育児不安の軽減や子育て力を高めるなど地域で子育てを支えることを目的に、乳幼児とその保護者が相互の交流を行う場所を開設し、子育てについての相談や助言、情報の提供や子育て講座などを開催します。	子育て支援課	◎女性
----	---	--------	-----

③障害者・高齢者への相談支援

No	取り組みを推進するために行うこと	担当課	重点施策
50	家族介護者に関すること 家族介護者の相談に対応するほか、要支援・要介護認定を受けた65歳以上の高齢者を在宅で介護しているご家族に、心身のリフレッシュをしてもらうための事業を実施します。	地域福祉課 介護高齢福祉課	
51	認知症に関すること 認知症を理解し、認知症の人とその家族を見守り応援者となる認知症サポーター養成講座の実施や、複数の専門家が、認知症が疑われる人及びその家族を訪問し、観察・評価を行った上で、家族支援等の初期の支援を行います。	地域福祉課	◎高齢者
52	地域包括支援センターに関すること 地域包括支援センターを運営し、総合相談支援業務を実施します。	地域福祉課	◎高齢者
53	高齢者の虐待に関すること 高齢者虐待の予防対策と早期発見、早期対応、再発防止のため、関係する行政機関、民間団体等との緊密な連携と相互の協力によって高齢者虐待防止対策の促進を図ります。	介護高齢福祉課	◎高齢者
54	寝たきりや認知症の方の介護に関すること 寝たきりや認知症の高齢者を定期訪問し、在宅生活に関する相談や介護者の介護負担の軽減に関する相談対応と適切な介護技術の指導・助言を行います。	介護高齢福祉課	◎高齢者
55	障害者の相談に関すること 障害福祉サービス等の利用にかかる各種手続き及び相談に対応するほか、相談支援事業所において、生活や就労等に関する相談支援を行います。	障害福祉課	
56	障害者の虐待に関すること 障害者虐待防止センターを設置し、虐待の通報・相談の受理、再発防止に向けた養護者への支援のほか、関係機関との連携により地域全体で虐待の防止・早期発見に取り組みます。	障害福祉課	

④家庭問題・市民生活等に関する相談支援

No	取り組みを推進するために行うこと	担当課	重点施策
57	総合相談会に関すること 身近な場所で相談支援活動を行い、複数の問題を総合的に解決することや問題が重大化する前に早期に解決を図るため、関係機関と連携し相談会を実施します。	健康推進課	
58	市税、国民健康保険・後期高齢者医療保険、介護保険の保険料徴収に関すること 保険料納付困難世帯からの納付相談時に生活状況や資産状況を聞き取り、減免該当の有無確認や生活そのものの維持が困難と思われる場合は、福祉制度・自立相談支援センターなどを紹介し、生活の立て直しに結び付けます。	収納課	◎生活困窮者
59	市民の相談に関すること 市民からの様々な問題に対し、問題解決に向けた助言を行うほか、専門的な知識を必要とする問題については、無料法律相談を実施します。	地域福祉課	
60	総合相談窓口に関すること 市民福祉部の各課が総合相談窓口であるという考えのもと、相談を受け止め適切なサービスや担当課につなぐ等、保健医療福祉に関する相談支援を実施します。	地域福祉課	
61	ヤングテレホン相談に関すること 不安や困難を抱える子どもや若者等のこころの不安や悩み、困りごとに関する相談体制を維持します。	地域福祉課	
62	ひきこもり相談に関すること ひきこもり状態にある人や家族等からの相談に応じ、関係機関と連携し、地域の資源を最大限に活かしながら、一人ひとりの状況に応じた支援を実施します。	地域福祉課	
63	DV（配偶者等からの暴力）に関すること 様々な悩みを持つ女性からの相談に応じ、必要な指導や助言を行うとともに庁内や関係機関との連携により、被害者の自立を支援します。	市民活動課	◎女性
64	介護保険の減免に関すること 収入が少ない世帯の負担緩和のため、帯広市独自の軽減制度該当の有無確認等に関する、相談等を行います。	介護高齢福祉課	◎高齢者 ◎生活困窮者

65	生活困窮に関すること 自立相談支援センターで相談事業や、就労が困難な方に就労訓練を実施します。また学力向上等を希望する小学生や中学生に対し、学習支援を行うほか、失業や会社倒産などにより家賃納付が困難な方に一定期間家賃の支援を行います。	生活支援課	◎生活困窮者
66	各種保育所の保育料等に関すること 失業や入院等により収入が著しく低下した保護者に、保育料の納付や階層変更・減免等に関する相談等を行います。	こども課	◎生活困窮者 ◎女性
67	国民健康保険・後期高齢者医療保険の減免に関すること 保険料納付困難世帯からの納付相談時に生活状況や資産状況を聞き取り、減免該当の有無確認や生活そのものの維持が困難と思われる場合は、福祉制度・自立相談支援センターなどを紹介し、生活の立て直しに結び付けます。	国保課	◎生活困窮者
68	消費生活のアドバイスに関すること 消費生活アドバイスセンターにおいて、複雑、多様化する悪質商法、消費者被害やトラブルなど様々な消費生活に関する市民からの相談に対応します。	商業労働課	
69	労務環境の整備に関すること 社会保険労務士による労働相談の実施や、育児休業を取得した労働者を雇用する事業主に奨励金の支給実施、離職後再就職までの間、特に生活困窮をきたす者を対象として生活一時金の貸付を行います。	商業労働課	◎働く人
70	制度融資事業に関すること 中小企業への円滑な資金繰りを行うことで、経営者の経済的な負担の軽減につなげます。	商業労働課	◎働く人
71	経営相談事業に関すること 経営相談に応じることで、経営者の心的負担の軽減につなげます。	商業労働課	◎働く人
72	市営住宅に関すること 使用料の納付が困難な入居者に対し、分納や減免制度等について案内するほか、必要に応じて福祉部門への引継ぎを行います。	住宅営繕課	◎生活困窮者
73	水道、下水道料金に関すること 水道料金、下水道使用料の未納者に対し、文書、電話、訪問により接触の機会を図り、収入や家族構成、生活状況などを聞き取り、分割による納入など、個々の状況に応じた納入相談を実施します。また、状況を聞き取る中で、必要に応じて、福祉部門等への相談案内などを行います。	総務課 (上下水道部)	◎生活困窮者

⑤居場所づくり

No	取り組みを推進するために行うこと	担当課	重点施策
74	難病対策に関すること 難病連十勝支部の活動に対する補助金の交付を行い、難病患者の実態を広く社会に伝え、難病に苦しむ患者とその家族の連携を図り、難病患者の社会的自立の助長を図ります。	健康推進課	
75	老人クラブに関すること 高齢者が住み慣れた地域で生き生きと生活するために、地域での活動や居場所づくりなど、高齢者にとって生きがいを感じられる地域づくりを推進します。	市民活動課	◎高齢者
76	高齢者の外出や居場所づくりに関すること 高齢者バス無料乗車証を発行し、高齢者の外出を支援します。	介護高齢福祉課	◎高齢者
77	地域における生活の支え合いに関すること 安否確認と訪問活動による孤独感の解消を目的に、ひとり暮らし高齢者に対し、乳酸菌飲料の配布を実施します。	介護高齢福祉課	◎高齢者
78	地域活動支援センターに関すること 障害のある人の自立や社会参加を促進するため、地域活動支援センターにおいて日中活動の場を提供します。	障害福祉課	
79	障害者の地域生活に関すること 交流促進に係る地域支え合い体制づくり事業補助金の交付を行うことにより、共生社会及び障害者への理解促進、地域の見守り機能や居場所づくりの活動を行います。	障害福祉課	
80	障害者生活支援センターに関すること 障害者生活支援センターにおいて、在宅身体障害者等を対象とした創作的活動等の事業を実施します。	障害福祉課	
81	障害者団体の活動に関すること 障害者（児）福祉の向上等のため、障害者団体への活動助成補助金の交付を行い障害者団体の活動の推進を図ります。	障害福祉課	
82	高齢者の就労支援に関すること 企業の具体的な課題や悩みをヒアリングし、高齢者を活用した解決策を提案することを目的に、市内経済団体と連携し事業の周知を図るほか、就業開拓アドバイザーを配置し、企業訪問を行います。	商業労働課	◎高齢者

83	<p>子どもの居場所づくりに関すること</p> <p>地域ボランティアやNPO法人の企画、運営により放課後や週休日に小学校の体育館や特別教室を利用し、様々な体験活動を行います。また、放課後子ども広場の円滑な運営を目的とした運営委員会を実施します。</p>	<p>学校地域 連携課 (学校教育部)</p>	
84	<p>高齢者学級に関すること</p> <p>毎年4月から2年間、学年別に学習を行い、また、選択コース別や合同学習を実施し、学びを通じた仲間づくりや生きがいづくり、交流を支援します。</p>	<p>生涯学習 文化課 (生涯学習部)</p>	◎高齢者

【基本施策5】SOSの出し方に関する教育の推進

若年者の危機的状況への対応には、若年者自身が助けを求める行動をとり、さらに、若年者に関わる教職員や関係機関等の身近にいる大人がそれを受け止め、適切に対応することが必要です。

若年者が社会において直面する可能性のある様々な困難やストレスへの対処方法を学ぶこと、信頼できる大人に助けを求めることができるよう、SOSの出し方に関する教育を進めるほか、身近にいる大人に対し、困りごとに気づく感度を高め、受け止め方法などについての知識や技術の普及啓発に取り組みます。

【評価指標】

評価指標	基準値	目標
SOSの出し方教室の実施	年2回	増加

No	取り組みを推進するために行うこと	担当課
85	若年者のSOSの出し方の教育に関すること 若年者が様々なストレスに直面したときに、自ら考え解決に向け行動する能力の向上を目的とした講座を実施します。	健康推進課
86	青少年センターに関すること 青少年非行の未然防止や被害防止を図るため、中心街、郊外等の巡回指導を実施します。	学校地域連携課 (学校教育部)
87	学校保健に関すること 健康診断、健康教育などの学校保健を推進し、子どもたちの心身の健康保持を促進するとともに、生涯にわたり健康に過ごす意識の醸成を図ります。	学校教育課 (学校教育部)
88	生徒指導や学校管理に関すること 生徒の心理的なケアを行い安心して高校生活を送れるよう、スクールカウンセラーを配置します。	南商業高等学校 (学校教育部)
89	生徒指導や学校管理に関すること 自尊感情や自己肯定感を育む学級経営や生徒指導について、担当教諭等に指導や助言を行ったり、相談員やスクールソーシャルワーカーとの児童生徒を見守る学校の組織づくりについて助言を行います。	学校教育指導課 (学校教育部)
90	いじめや不登校、非行に関すること 相談員やスクールソーシャルワーカーにより児童生徒のこころの問題への対応を図るほか、いじめや不登校、非行の相談・指導を行い、未然防止や早期解決を図ります。	学校教育指導課 (学校教育部)
91	教員の育成に関すること 教職員向け研修講座にて、SOSの出し方や子どもが出したSOSへの気づきやどのように受け止めるかなどについての知識や技術の普及啓発を実施します。	教育研究所 (学校教育部)

【自殺リスクに関する評価指標】

施策ごとの評価指標に加え、最終評価時には、以下の項目の市民意識等について、市民アンケート調査を行い、評価します。

評価指標	基準値	目標
相談先を知っている人の割合	36.8%	増加
困った時に相談できる人が「いない」人の割合	13.4%	減少
10～20 歳代の相談をためらう人の割合	34.6%	減少

2 重点施策の背景と考え方

重点施策として取り組む4つの対象は、国の分析による地域自殺実態プロファイルにおける帯広市の現状と課題から、特に重点的な対策が必要とされたものであり、下記のとおり、対象ごとの視点を踏まえ、基本施策と横断的に取り組みます。

重点1 働く人の自殺対策の推進

【現状と課題】

- ・男性の有職者の自殺者が多い傾向
- ・20歳台から60歳台のストレスの原因は「仕事」が最も多い

【必要な取り組み】

- ・労働者や経営者は、過重労働、人間関係、経営不振、社会情勢等、様々な悩みを抱え、心身の健康を損ないやすいため、職域と連携し、取り組みを行うことが必要。
- ・帯広市の現状と課題を市民や職域との共有、働く人が心身ともに健康で働き続けられるようメンタルヘルスや経営、ハラスメント等への相談や周知啓発に取り組む。

重点2 高齢者の自殺対策の推進

【現状と課題】

- ・60歳以上の男女の自殺者が多い傾向
- ・70歳以上の約3割は相談先を知らない

【必要な取り組み】

- ・高齢者は、体力の低下や疾病等の身体的要因、活動意欲の低下等の心理的要因、人との関わり等の社会・環境要因により、閉じこもりや抑うつ状態になりやすく、孤立・孤独、うつ状態を予防することが必要。
- ・住み慣れた地域で活躍しながら暮らし続けるための体制づくり、相談支援、孤立・孤独を防ぐ居場所づくりに取り組む。
- ・相談先の周知、高齢者を取り巻く地域、関係機関と連携した対応を行う。

重点3 生活困窮者支援と自殺対策の連動

【現状と課題】

- ・原因動機別自殺者の状況では、男性で「経済・生活問題」が最も多い
- ・20～59歳の無職者・失業者の自殺死亡率は、全国の市区町村の上位10%以内

【必要な取り組み】

- ・生活困窮者は、背景に多様かつ広範な問題を抱えていることが多く、関係機関と連携し、多分野における包括的な支援が必要。
- ・各種利用料金等が納付困難な人への、納付・減免相談に取り組む。
- ・背景に様々な問題を抱えている場合には、関係機関と連携し、個々の状況に応じ、きめ細かい支援を実施する。

重点4 女性の自殺対策の推進

【現状と課題】

- ・女性の自殺者数は年ごとに増減があり、自殺者総数が増加する時は女性の自殺者が増加する時である
- ・複合的な問題や困難を抱える女性からの相談や、産後うつ予防を目的とした事業の利用が増加傾向

【必要な取り組み】

- ・コロナ禍以降、女性の自殺者が増加したことから、女性の自殺対策の更なる推進が必要。
- ・女性特有の視点を踏まえ、妊産婦や子育て中の保護者、困難な問題を抱える女性に対し、必要な支援が行き渡るよう、相談支援や地域交流等に取り組む。

第5章 計画の推進

1 計画の推進体制

自殺対策施策の推進にあたっては、保健福祉担当部局のみならず、全庁的な連携体制が必要であることから、副市長を委員長、関連部署の部長を委員とした、帯広市生きるを支える連携会議を中心とし、関係機関・団体との連携を推進していきます。また、自殺対策に関する正しい知識を庁内各部署、関係機関が共有し、それぞれの立場で自殺対策を推進するとともに、情報収集や意見交換を行いながら、効果的な連携体制を構築し、自殺対策施策を推進していきます。

2 市民、関係機関・団体及び行政の役割

(1) 市民の役割

市民一人ひとりが自殺対策に関心を持ち、理解を深めることが必要です。市民は、身近な人が悩んでいる時に、早く気づき、声をかけ、話をよく聴き、専門家につなぎ、見守っていく役割があります。

(2) 関係機関・団体の役割

地域で活動する関係機関・団体は、自殺防止を直接目的とする活動のみならず、保健、医療、福祉、教育、人権、労働、法律その他の関連する分野での活動も自殺対策に寄与し得るということを理解して、連携、協働の下、積極的に自殺対策に参画する役割があります。

(3) 行政の役割

市は、本計画を推進するため、関係機関・団体と連携・協力しながら、市民の暮らしに密着した広報・啓発、相談支援等をはじめとして、地域の特性に応じた自殺対策に努めます。

3 計画の進行管理

本計画の進行管理については、担当部局からの報告をもとに、庁内関係各課で構成する帯広市生きるを支える連携会議幹事会において、施策の進捗管理や評価、検討を行い、その結果を取り組みに反映させ、PDCA サイクルを回すとともに、社会情勢の変化等も踏まえ、実情に即した対策を進めます。

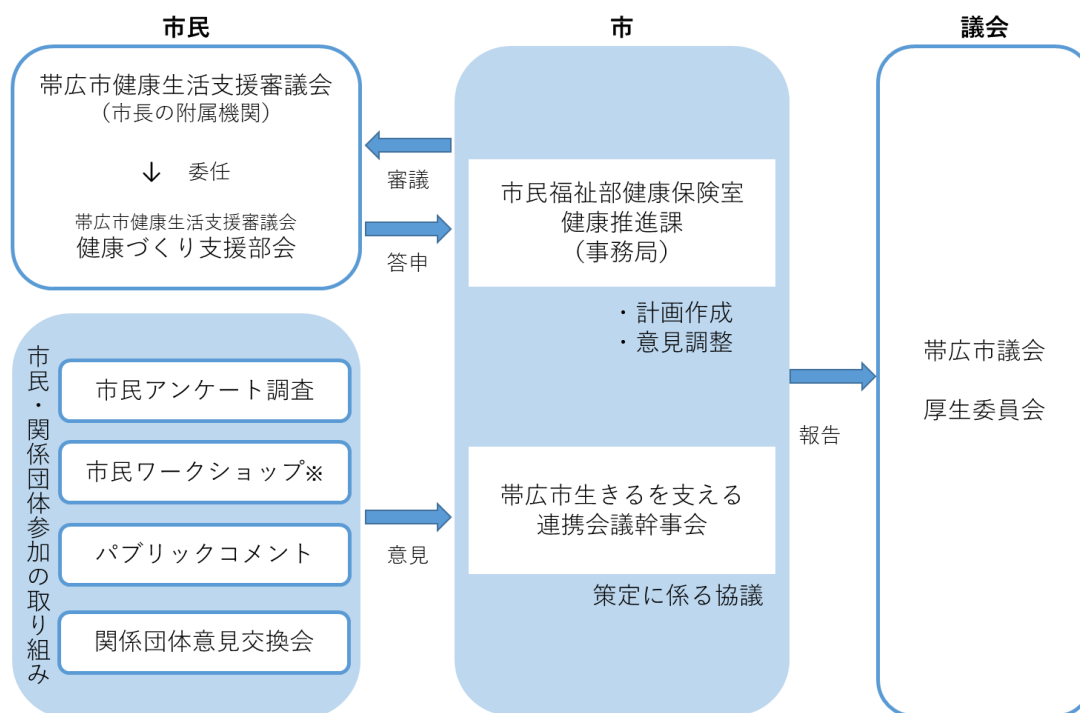
また、計画の進捗状況を確認するため、毎年年次評価を実施し、指標の数値の動向について、帯広市健康生活支援審議会健康づくり支援部会に報告します。

資料編

1 計画策定の経過

市民アンケート調査	令和4年8月1日～8月31日
関係団体意見交換会	令和5年5月～9月
市民ワークショップ(からだいきいき健康講座)	令和5年 6月 1日 6月 7日
帯広市健康生活支援審議会健康づくり支援部会	令和5年 8月21日 11月13日 令和6年 2月 8日
帯広市生きるを支える連携会議幹事会	令和5年 7月12日 10月 5日 10月17日 令和6年 1月15日
パブリックコメントの実施	令和5年11月27日～12月26日

2 計画策定の体制図



※「からだいきいき健康講座」で市民ワークショップを実施

3 関係団体意見交換会

	開催年月日	団体名	参加人数
1	令和5年 5月27日	北海道栄養士会十勝支部	13名
2	6月 6日	北海道看護協会十勝支部	5名
3	6月13日	北海道帯広南商業高等学校（クッキング部）	23名
4	7月 3日	帯広市健康づくり推進員の会	11名
5	7月 3日	帯広コア専門学校	11名
6	7月 5日	帯広商工会議所青年部	7名
7	7月12日	帯広市家庭教育学級 乳幼児学級	8名
8	7月13日	帯広市PTA連合会	10名
9	7月14日	帯広市食生活改善推進員協議会	15名
10	8月16日	帯広厚生病院がん患者サロン	11名
11	9月25日	帯広市医師会	9名
12	9月26日	北海道薬剤師会十勝支部	11名
13	9月27日	十勝歯科医師会	5名

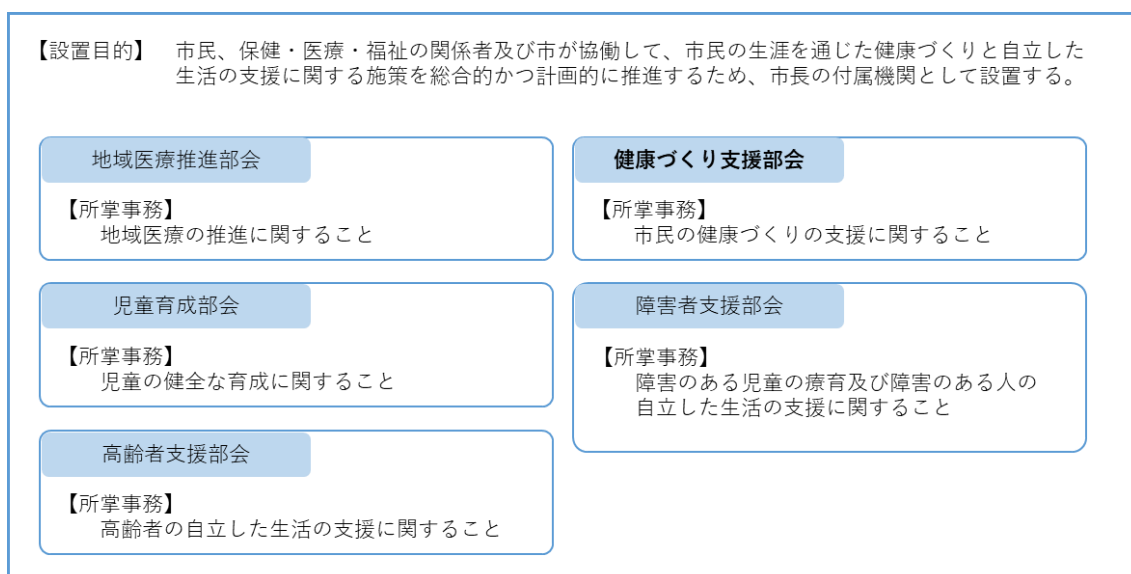
4 市民ワークショップ（からだいきいき健康講座）

第二期けんこう帯広21（健康増進計画・自殺対策計画）の取り組み状況、糖尿病やがん予防などのミニ講話を実施し、市民の心身の健康づくりに対する意識や行動、生活習慣などについてのワークショップを実施しました。

	開催年月日	実施場所	参加人数
1	令和5年 6月 1日	帯広市保健福祉センター	11名
2	6月 7日	帯広市図書館	24名

5 帯広市健康生活支援審議会健康づくり支援部会

【帯広市健康生活支援審議会組織図】



【帯広市健康生活支援審議会健康づくり支援部会委員名簿】

部会役職	氏名	所属
部会長・委員	吉田 一郎	一般社団法人帯広市医師会
副部会長・委員	吉村 典子	社会福祉法人帯広市社会福祉協議会
委員	鳴海 亮	帯広ボランティア連絡協議会
委員	久保 竹雄	帯広市町内会連合会
委員	金須 俊雄	公募
専門委員	川田 真裕美	公益社団法人北海道栄養士会十勝支部
専門委員	角谷 巍啓	帯広市スポーツ協会
専門委員	酒井 國夫	学識（帯広市健康づくり推進員の会）
専門委員	高玉 裕子	学識（帯広市食生活改善推進員協議会）

【開催年月日】

	開催年月日	内容
1	令和5年 8月21日	骨子の審議
2	令和5年11月13日	原案の審議
3	令和6年 2月 8日	計画の審議

6 帯広市生きるを支える連携会議・幹事会

自殺対策に関連する施策を総合的かつ効果的に推進するため、帯広市生きるを支える連携会議を設置しています。

この連携会議は、副市長を委員長、関連部署の部長を委員とし、市の自殺対策関連事業に係る連携等のほか、効果的な施策の推進のため協議・検討を行う場であり、加えて、委員が所属する部内の課長等による幹事会において、計画策定も含め具体的な施策の実施に必要な事項の検討や、計画の進捗管理・評価を行っています。

【開催年月日】

	開催年月日	内容
1	令和5年 7月12日	骨子の審議
2	10月 5日	原案の審議
3	10月17日	原案の審議
4	令和6年 1月15日	計画の審議

帯広市生きるを支える推進計画
(第二期帯広市自殺対策計画)

発行：令和6年3月

編集：帯広市市民福祉部健康保険室健康推進課

住所：〒080-0808 帯広市東8条南13丁目1 帯広市保健福祉センター内

電話：0155-25-9721

FAX：0155-25-7445

E-mail：public_health@city.obihiro.hokkaido.jp