

文京区自殺対策計画(素案)について

1 概要

平成28年改正自殺対策基本法第13条第2項に基づき、市町村は自殺対策計画の策定が義務付けられた。区は国の自殺総合対策大綱、市町村自殺対策計画策定の手引き及び東京都の自殺総合対策計画を踏まえ、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けた取組を推進するため、文京区自殺対策計画を策定することとなった。

このたび、自殺対策計画策定検討会議及び自殺対策委員会での検討を踏まえ、素案がまとまったので報告する。

2 検討の経緯

平成30年 9月	第1回自殺対策計画策定検討会議
平成30年12月	第1回自殺対策委員会 第2回自殺対策計画策定検討会議
平成31年 1月	第2回自殺対策委員会 第3回自殺対策計画策定検討会議

3 文京区自殺対策計画(素案)

別紙のとおり

4 今後のスケジュール(予定)

平成31年2月	2月定例議会にて素案報告
3月～6月	パブリックコメントの実施 自殺対策計画策定検討会議及び自殺対策委員会にて検討 庁議及び6月定例議会にて最終案報告
7月	文京区自殺対策計画の策定

文京区自殺対策計画 (素案)

平成31年1月
文京区

目 次

第 1 章 計画策定にあたって.....

- 1 計画の趣旨.....
- 2 自殺対策基本法の理念.....
- 3 計画の位置づけ.....
- 4 計画の期間.....
- 5 策定体制.....

第 2 章 文京区の自殺の現状.....

- 1 統計データから見る区の自殺の現状.....
- 2 区の自殺の特徴.....
- 3 これまでの区の実組.....

第 3 章 文京区自殺対策計画の基本的な考え方.....

- 1 計画の基本方針.....
- 2 計画の基本理念.....
- 3 計画の目標.....
- 4 施策の体系.....

第 4 章 自殺対策推進のための取組.....

- 1 区民への自殺対策の啓発と周知.....
- 2 自殺対策を支える人材の育成.....
- 3 自殺を防ぐための関係機関・地域ネットワークの強化.....
- 4 悩みを抱える人への支援.....
- 5 目標値及び目標指標一覧.....

第 5 章 計画の推進.....

- 1 推進体制.....
- 2 計画の進行管理.....



計画策定にあたって

1 計画の趣旨

我が国の自殺者数は、1998年以降3万人を超える水準で推移し、2010年以降減少しているものの、年間2万人を超えており、自殺死亡率*は、主要先進7か国で最も高い状況です。

また、15～39歳の若い世代は死因の第1位が自殺となっており、若年層の自殺が深刻な状況となっています。

本区の自殺者数は2000年をピークに増減を繰り返しながら減少傾向にありますが、依然として年に30人前後の大切な命が失われています。

こうした状況の中、本区では自殺対策の庁内連携体制構築を目的に自殺対策連絡会を定期的開催し、関係部署が中心となり、自殺の現状や自殺対策の取組について、情報交換等を行ってきました。また、自殺対策を支える人材の育成のために「こころといのちのゲートキーパー養成講座」の開催、区民への自殺対策啓発周知のために講演会や相談窓口一覧リーフレットの作成・配布等の取組を進めてきました。

2016年には、「自殺対策基本法」の一部改正により、都道府県・市区町村に対して、地域の実情に即した自殺対策計画の策定が義務付けられました。

また、2017年に閣議決定した「自殺総合対策大綱」で、国は2015年の自殺死亡率18.6を2026年までに13.0以下とすることを数値目標として掲げています。

自殺が多様かつ複合的な原因や背景を有するものであり、その背景に社会的要因があることを踏まえ、本区としても自殺対策を総合的に推進していくために「文京区自殺対策計画」を策定します。

*自殺死亡率とは、人口10万人当たりの自殺死亡者数を指します。

2 自殺対策基本法の理念

策定にあたっては、「自殺対策基本法」における理念を踏まえ、本区の現状に即した自殺対策を展開していきます。

第二条 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかげがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

2 自殺対策は、自殺が個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく、その背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、社会的な取組として実施されなければならない。

3 自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。

4 自殺対策は、自殺の事前予防、自殺発生の危機への対応及び自殺が発生した後又は自殺が未遂に終わった後の事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施されなければならない。

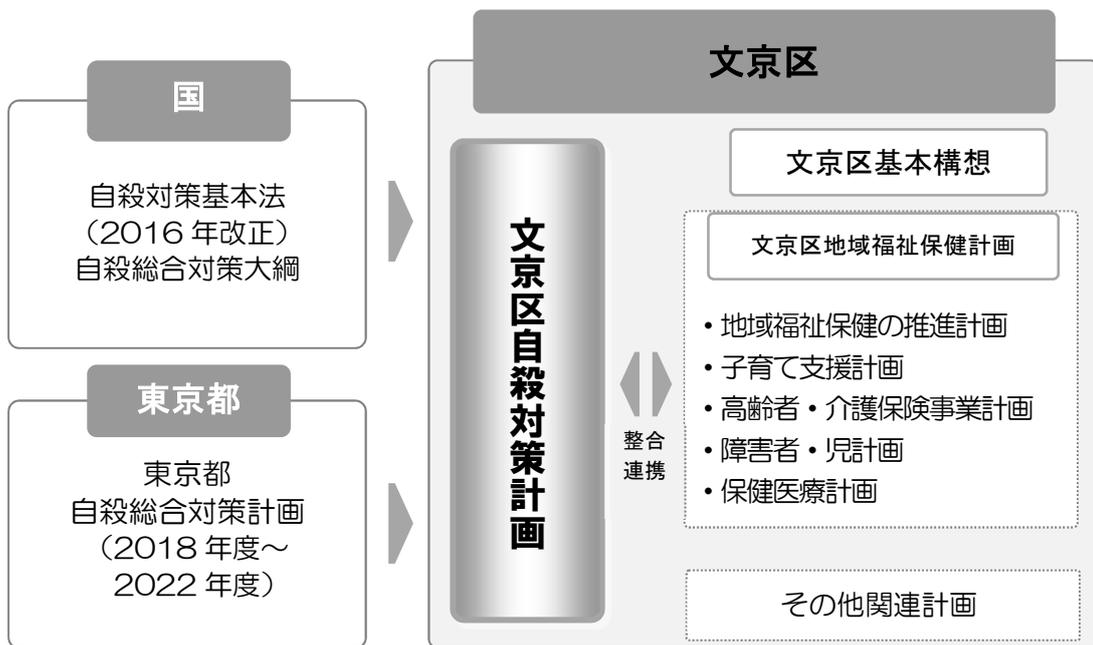
5 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

2016年4月1日改正 自殺対策基本法 第二条 基本理念より

3 計画の位置づけ

本計画は2016年に改正された「自殺対策基本法」に基づき、国の定める「自殺総合対策大綱」の趣旨を踏まえて、同法第13条第2項に定める「市区町村自殺対策計画」として策定するものです。

「東京都自殺総合対策計画」や本区の上位計画である「文京区基本構想」、関係する他の計画である「地域福祉保健の推進計画」「子育て支援計画」「高齢者・介護保険事業計画」「障害者・児計画」「保健医療計画」等との整合性・連携を図りながら進めていきます。



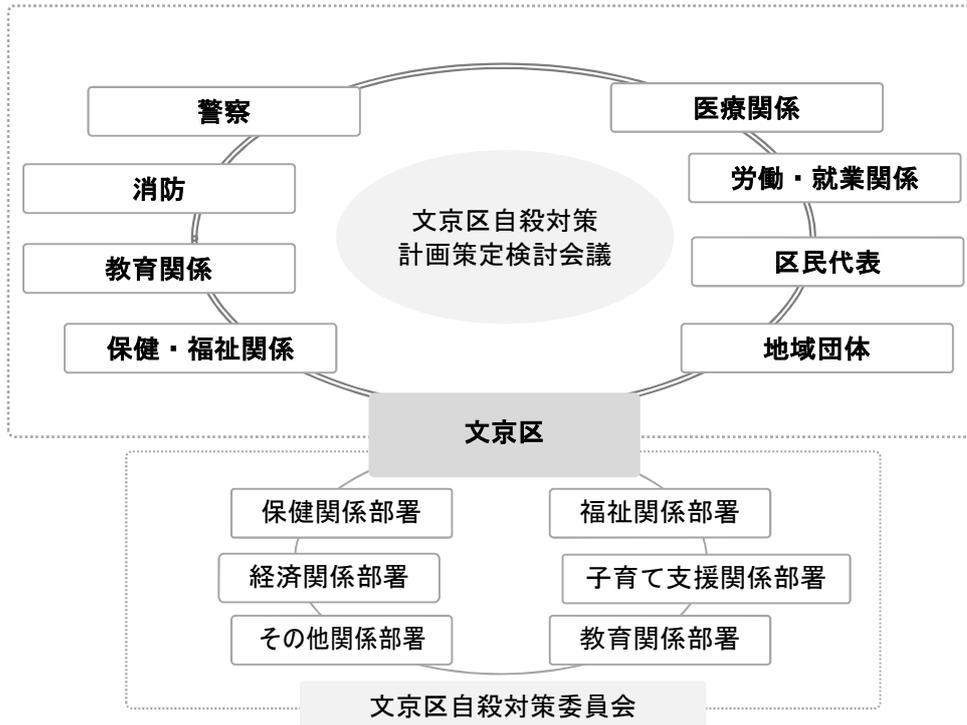
4 計画の期間

本計画の計画期間は、2019年度から2023年度までの5年間とします。
社会情勢の変化、国や都の動向を踏まえ、必要に応じて計画の見直しを行います。

	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度	2024年度
文京区自殺対策計画	計画期間5か年					
	進行管理	進行管理	進行管理	進行管理	改訂作業	次期計画

5 策定体制

本計画の策定にあたっては、外部団体等を含めた有識者による「文京区自殺対策計画策定検討会議」及び、庁内関係部署で構成する「文京区自殺対策委員会」において計画の内容について協議を行いました。





文京区の自殺の現状

自殺の統計には、「警察庁の自殺統計原票を集計した結果（自殺統計）」と「厚生労働省の人口動態統計」があり、対象や計上の仕方に違いがあります。

【厚生労働省の「人口動態統計」】

- 調査対象
日本における日本人（外国人は含まない）を対象としています。
- 調査時点の差異
住所地を基に死亡時点で計上しています。
- 自殺者数の計上方法
自殺、他殺あるいは事故死のいずれか不明の時は自殺以外で処理しており、死亡診断書等について自殺の旨の訂正報告がない場合は、自殺に計上していません。

【警察庁の「自殺統計」】

- 調査対象
総人口（日本における外国人も含む）を対象としています。
- 調査時点
発見地を基に自殺死体発見時点（正確には認知）で計上しています。
- 自殺者数の計上方法
捜査等により自殺であると判明した時点で計上しています。

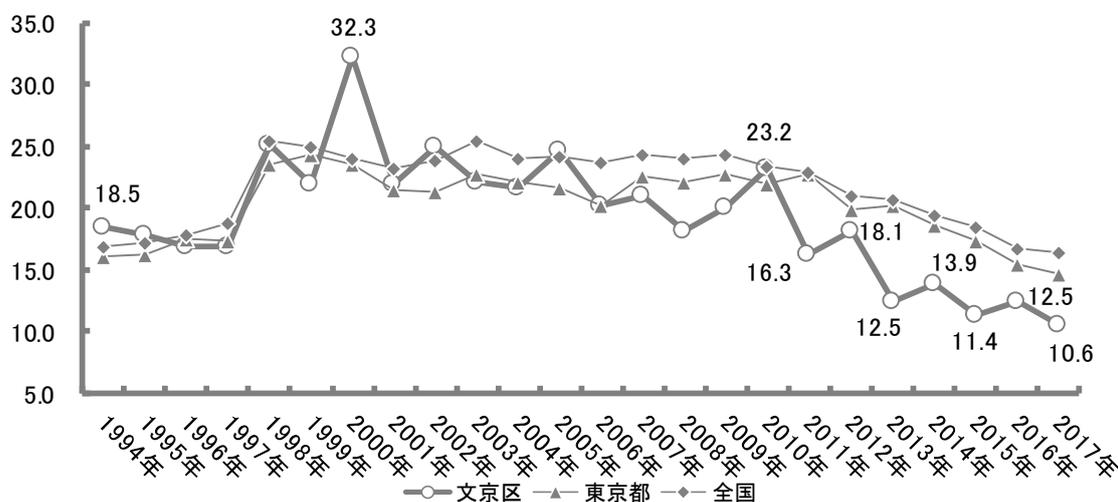
本計画書においては、警察庁の自殺統計を元に厚生労働省自殺対策推進室が作成した資料を用いているため、「厚生労働省 自殺統計に基づく自殺者」と記載しています。

1 統計データから見る区の自殺の現状

(1) 自殺死亡率の推移

本区の自殺死亡率（人口 10 万人あたりの自殺死亡者数）の推移をみると、2000 年をピークに減少傾向となっています。2017 年では自殺死亡率が 10.6 で、東京都 14.6、全国 16.4 よりも低くなっています。

図 1 自殺死亡率の推移（全国・東京都・文京区）



資料：人口動態統計

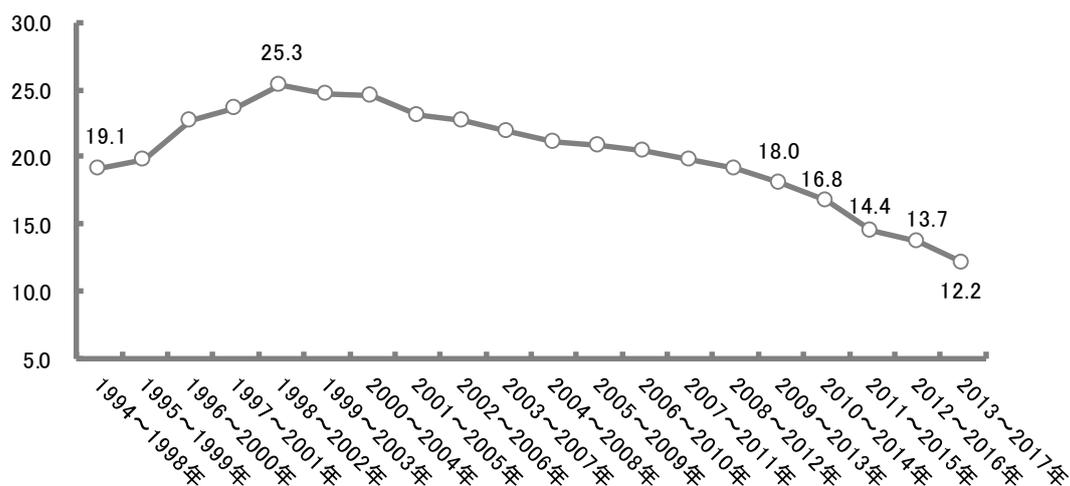
表 1 自殺死亡率の推移（全国・東京都・文京区）

	2008年	2009年	2010年	2011年	2012年	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年
○ 文京区	18.2	20.0	23.2	16.3	18.1	12.5	13.9	11.4	12.5	10.6
△ 東京都	22.1	22.7	22.0	22.7	19.9	20.2	18.7	17.4	15.5	14.6
◇ 全国	24.0	24.4	23.4	22.9	21.0	20.7	19.5	18.5	16.8	16.4

資料：人口動態統計

本区の人口は約 22 万人であり、単年度の死亡率では、偶然変動の影響が大きくなります。そのため、5 年平均の自殺死亡率をグラフで示しました。1998～2002 年の平均 25.3 をピークに減少傾向となっており、直近の 2013～2017 年は 12.2 となっています。

図 2 5 年平均の自殺死亡率の推移（文京区）

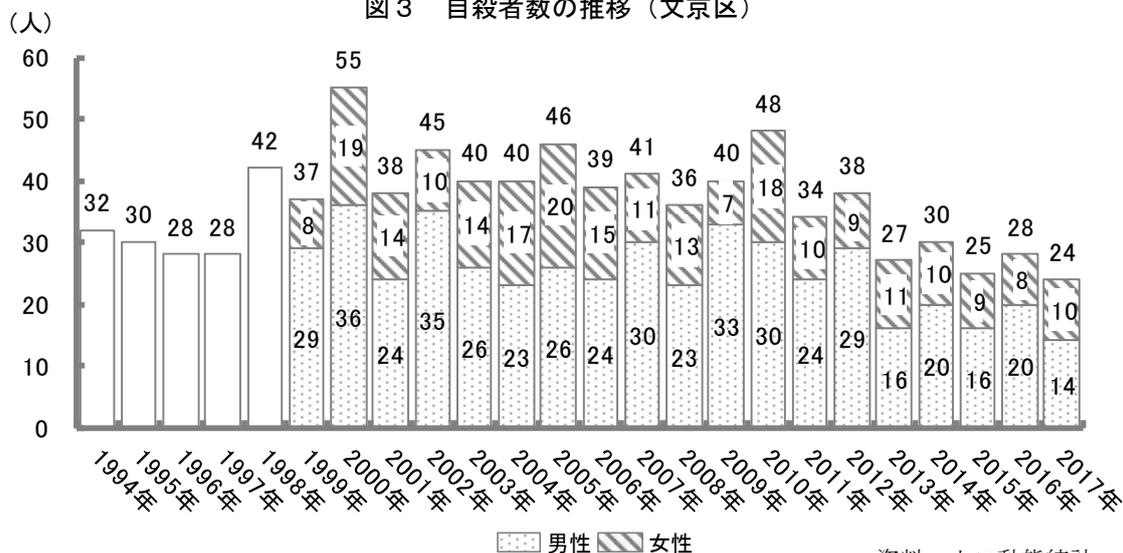


資料：人口動態統計

（2）自殺者数の推移

自殺者数の推移をみると、2000 年の 55 人をピークに、2013 年以降は 2016 年まで 30 人前後で推移し、2017 年では 24 人となっています。男女別でみると、男性は 2016 年に増加したものの、2017 年に再び減少し、14 人となっています。女性は 2011 年以降は 10 人前後で推移し、2017 年では 10 人となっています。

図 3 自殺者数の推移（文京区）



資料：人口動態統計

※1998 年以前は男女別データなし

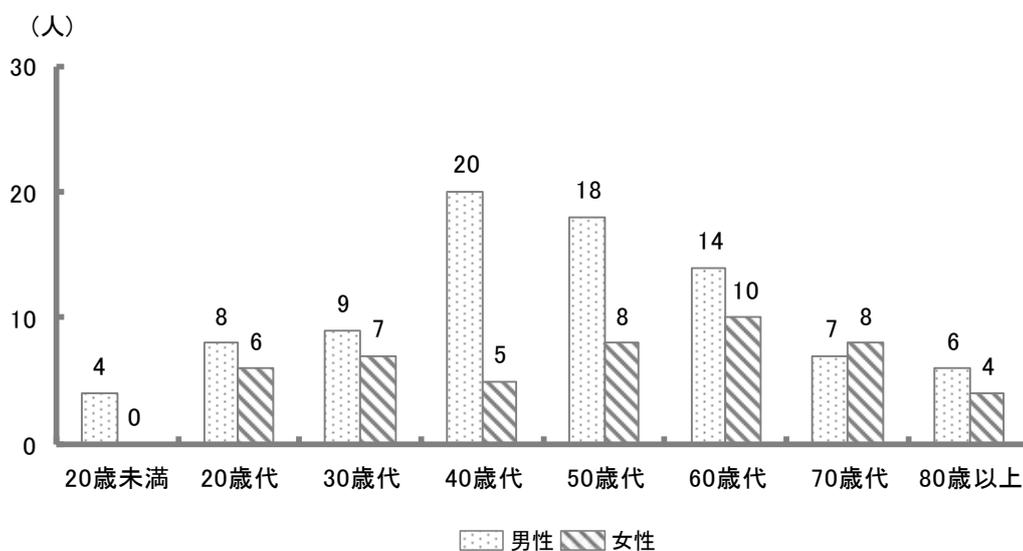
(3) 年齢階級別自殺者の状況

① 年齢階級別・男女別自殺者数

年齢階級別・男女別自殺者をみると、男性は、40歳代～60歳代が多く、女性は、男性と比べて、年齢階級ごとの差が少なくなっています。

図4 年齢階級別・男女別自殺者数（2013年～2017年合計・文京区）

(n = 134)

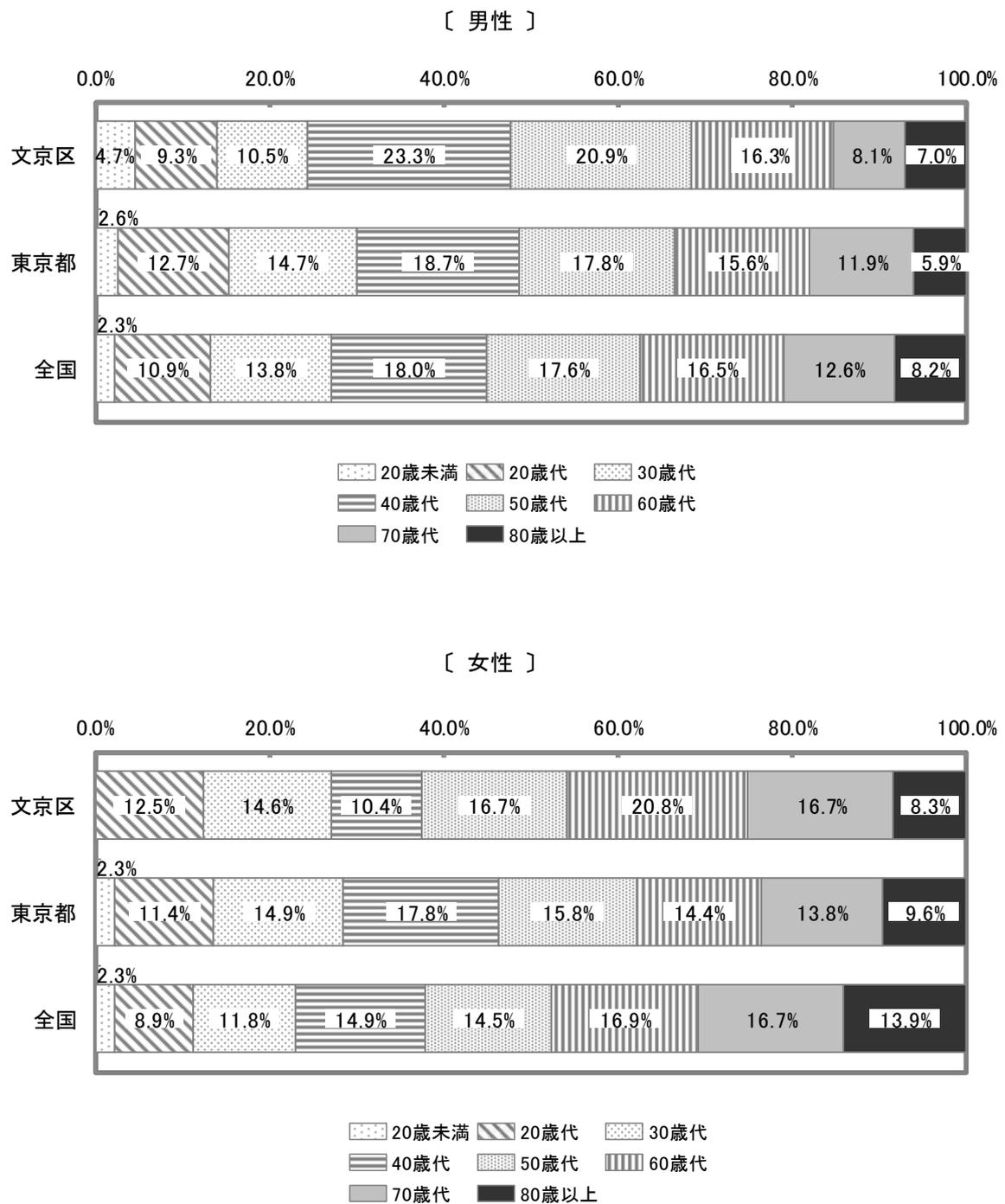


資料：人口動態統計

② 男女別自殺者の年齢構成

男女別自殺者の年齢構成をみると、男性では40歳代(23.3%)、50歳代(20.9%)の割合が、東京都・全国より高くなっています。

図5 男女別自殺者の年齢構成 (2013年～2017年合計・全国・東京・文京区)



資料：人口動態統計

(4) 年齢階級別に見た死亡原因の状況

本区における年齢階級別の死亡原因の状況をみると、10歳代、20歳代の死因の第1位が自殺になっています。

表2 年齢階級別に見た死亡原因の状況（2013年～2017年合計・文京区）

	第1位	第2位	第3位
10歳代	自殺	悪性新生物	肺炎
20歳代	自殺	悪性新生物	不慮の事故
30歳代	悪性新生物	自殺	脳血管疾患
40歳代	悪性新生物	自殺	心疾患
50歳代	悪性新生物	自殺	脳血管疾患

資料：ぶんきょうの保健衛生

※60歳以上の自殺の死亡原因の状況は、60歳代が6位、70歳代が9位、80歳代が10位となっています。

〔参考〕

学生の自殺の内訳

学生の自殺の内訳をみると、大学生・専修学校生等の割合が、東京都・全国よりも高い割合になっています。

表3 学生の自殺者の内訳（2013年～2017年合計・全国・東京都・文京区）

学生（学生・生徒等）*全年齢	文京区	東京都	全国
高校生以下	17%	29%	38%
大学生・専修学校生等	84%	71%	63%
合計	100%	100%	100%

資料：文京区地域自殺実態プロフィール（2017）より作成

(5) 自殺の原因・動機

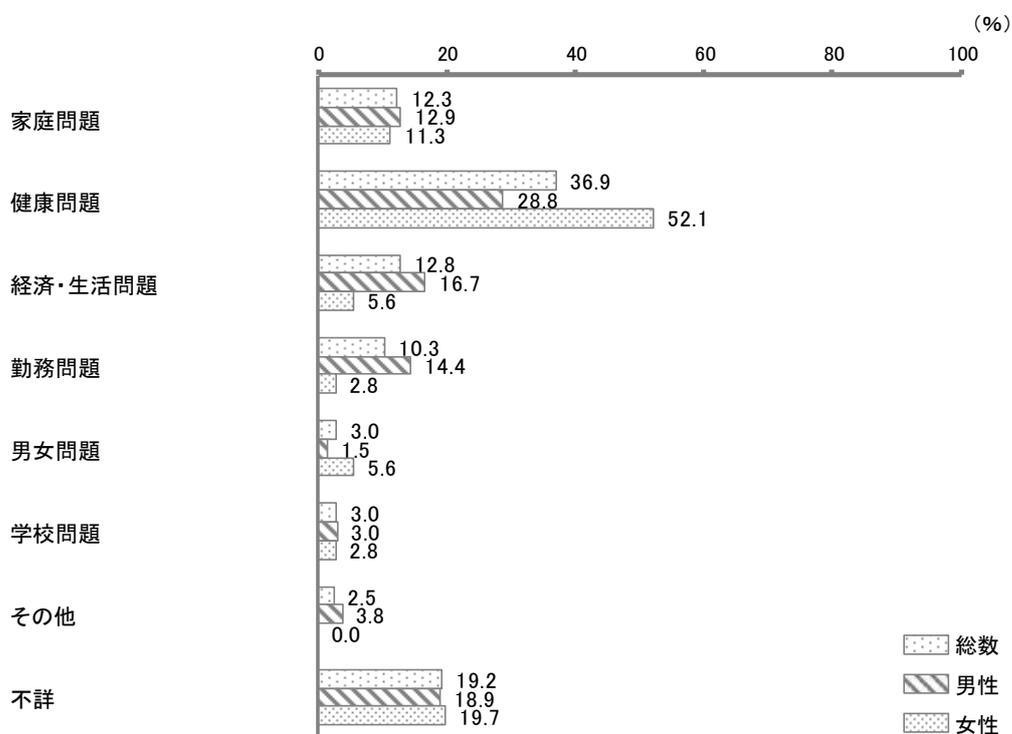
本区で発生した自殺の原因・動機は、「健康問題」が最も多く、次いで「経済・生活問題」、「家庭問題」の順となっています。

男性では、女性よりも「経済・生活問題」、「勤務問題」の割合が高く、女性では、男性よりも「健康問題」、「男女問題」の割合が高くなっています。

表4 自殺の原因・動機別の状況【複数回答】(2013年～2017年合計・文京区)

		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	合計
総数	人数	25	75	26	21	6	6	5	39	203
	割合	12.3%	36.9%	12.8%	10.3%	3.0%	3.0%	2.5%	19.2%	100%
男性	人数	17	38	22	19	2	4	5	25	132
	割合	12.9%	28.8%	16.7%	14.4%	1.5%	3.0%	3.8%	18.9%	100%
女性	人数	8	37	4	2	4	2	0	14	71
	割合	11.3%	52.1%	5.6%	2.8%	5.6%	2.8%	0.0%	19.7%	100%

図6 自殺の原因・動機別割合 (2013年～2017年合計・文京区)



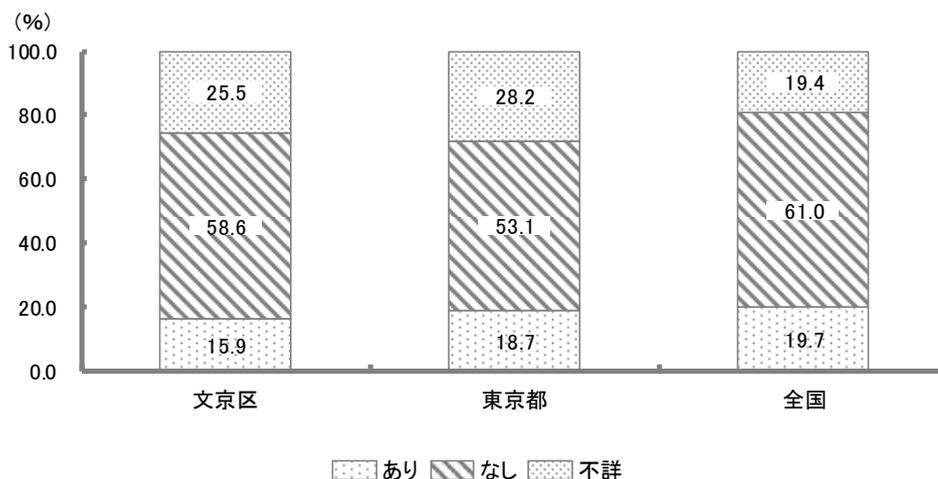
資料：厚生労働省 自殺統計に基づく自殺者

※表4、図6については、遺書等の自殺を裏付ける資料により明らかに推定できる原因・動機を自殺者一人につき3つまで計上可能としているため、原因・動機別の和と自殺者数とは一致しません。

(6) 自殺未遂歴の状況

自殺未遂歴の有無は、東京都・全国と比べ低い割合ですが、約16%の方に未遂歴があります。

図9 自殺者の自殺未遂歴の状況（2013年～2017年の合計・全国・東京都・文京区）

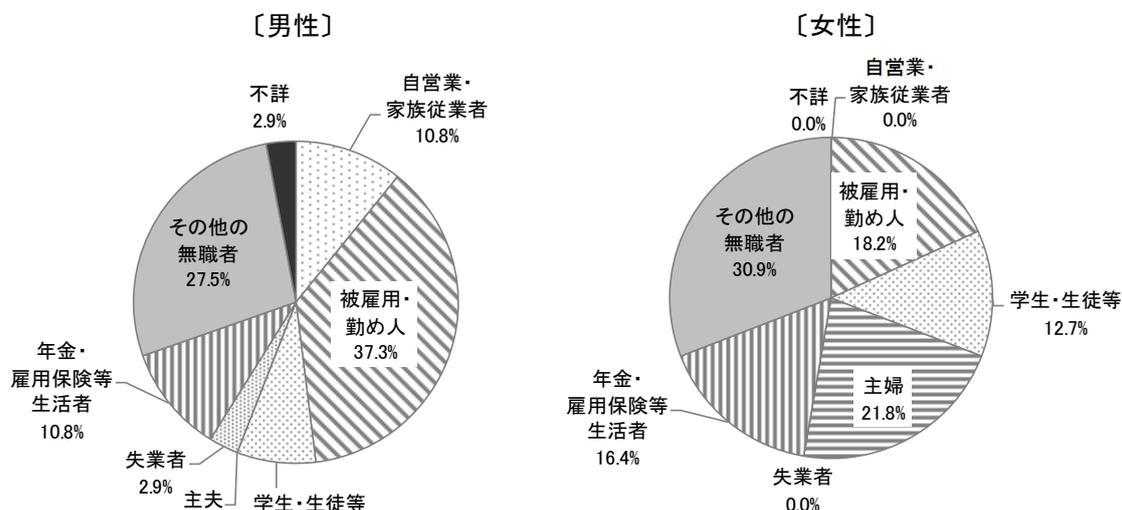


資料：厚生労働省 自殺統計に基づく自殺者

(7) 職業別状況

職業別で自殺者の割合をみると、男性では「被雇用・勤め人」に次いで「その他の無職者」の割合が高く、女性では「その他の無職者」に次いで「主婦」の割合が高くなっています。

図10 自殺者の職業別状況（2013年～2017年の合計・文京区）



資料：厚生労働省 自殺統計に基づく自殺者

2 区の自殺の特徴

統計データからみた区の自殺の特徴をまとめると、以下のようになります。

- 自殺死亡率は 2000 年をピークに減少傾向。2017 年では自殺死亡率が 10.6 と、東京都 14.6、全国 16.4 よりも低くなっています。
- 直近5年（2013～2017 年）の自殺死亡率平均をみると、12.2 で、東京都 17.3、全国 18.4 よりも低くなっています。
- 年齢階級別、男女別自殺者の年齢構成をみると、男性は、40 歳代～60 歳代の自殺者が多く、女性は、男性と比較して、年齢階級別の差が小さくなっています。
- 死亡原因の状況を見ると、年齢階級別の人数は多くありませんが、10 歳代、20 歳代の死因の第 1 位が自殺となっています。
- 学生の自殺の内訳は、大学生、専修学校生等の割合が、東京都、全国よりも高くなっています。
- 自殺の原因、動機については「健康問題」が最も多く、次いで「経済、生活問題」「家庭問題」の順になっています。
- 職業別の自殺者は、男性では被雇用・勤め人、女性では無職者の割合が高くなっています。

3 これまでの区の実組

平成18年に施行された「自殺対策基本法」に基づき、区では平成21年度より、以下のとおり自殺対策の実組を行っています。

(1) 区民への自殺対策の啓発と周知

①講演会

区内在住、在勤、在学の方を対象に自殺に関する正しい知識と理解のため、講演会を実施。

②相談窓口一覧リーフレットの作成・配布

庁内外の自殺対策に関連する相談窓口をまとめたリーフレットを作成し、配布。

③「こころの体温計」メンタルチェックシステムの周知

自分の健康状態やストレス度を知るために携帯電話等からアクセスできるメンタルチェックシステムをホームページ等で案内。

*上記の他、ホームページによる自殺対策事業の情報提供、東京都自殺対策強化月間(9・3月)等の強化月間に合わせての自殺対策情報の重点周知を行っている。

(2) 自殺対策を支える人材の育成

「こころといのちのゲートキーパー」養成講座の実施

周囲の人の自殺のサインに気づき、見守り、必要に応じて関係機関につなぐゲートキーパーを養成するための講座を実施。

(3) 自殺を防ぐための関係機関・地域ネットワークの強化

「文京区自殺対策連絡会」の実施

自殺対策の連携体制構築を目的に関係部署が自殺の現状や自殺対策の実組について情報共有を行う連絡会を実施。

(4) 悩みを抱える人への支援

区民からの相談を各部署で相談内容ごと対応。



文京区自殺対策計画の基本的な考え方

1 計画の基本方針

「自殺対策基本法」における理念と区の現状等を踏まえて、以下の5つの方針のもと計画の策定、推進を行っていきます。

(1) 生きることの包括的な支援として推進する

自殺対策を生きることの包括的な支援として推進するために「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて、自殺のリスクを低下させます。

※「生きることの促進要因」とは、自殺の保護要因のことで、自分を大切にする自己肯定感や、信頼できる人間関係などにより、危機回避能力が高くなる要因のこと。
「生きることの阻害要因」とは、自殺のリスク要因のことで、精神・身体疾患や過労、失業や多重債務などの生活困窮、育児や介護疲れ、いじめ、性自認・性的指向に対する周囲の偏見など生きづらさを感じる様々な要因のこと。

(2) 事前予防、危機対応、事後対応の各段階ごとに取り組む

自殺対策に係る個別の施策を「事前対応」、「危機対応」、「事後対応」の3つのレベルに分け、これらを連動させながら、取り組みます。

段階	内容
事前対応	社会全体で自殺を予防するための自殺対策に関する情報提供・普及啓発等の取組
危機対応	自殺の兆しを早期に発見するために対象に応じた相談・支援の充実による自殺防止の取組
事後対応	自殺企図を二度と繰り返さないための自殺未遂者や遺族へのケアと支援の充実に向けた取組

(3) 全体的予防介入、選択的予防介入、個別的予防介入という対象者ごとの対策を効果的に組み合わせる

自殺対策には、全ての人を対象とする「全体的予防介入」、自殺の危険因子が重なった人々を対象とする「選択的予防介入」、自殺の危機の迫った特定の個人を対象とする「個別的予防介入」の3つの介入があります。

区民の生涯にわたって、これらの介入が効果的に行われるよう、対象者ごとの対策を組み合わせていきます。

(4) 自殺や精神疾患に対する偏見をなくす取組を推進する

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、危機に陥った人の心情や背景が理解されていない現状があります。また、精神科を受診することや相談することへの心理的な抵抗を感じる人が少なからずいます。そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、危機に陥ったときは援助を求めることが、地域全体の共通認識となるように積極的に普及啓発を行います。

また、区民が自殺を考えている人のサインに早く気づき、精神科医療等の専門家につなぎ、その助言を受けながら見守っていけるよう、教育活動や連携づくり等に取り組みます。

(5) 大学や救急医療機関などの地域資源を活かして取り組む

自殺に追い込まれようとしている人の自殺を防ぐためには、精神保健的な視点に、社会的な視点を加えた包括的な支援が重要です。そのためには、様々な分野の施策、組織が密接に連携する必要があります。本区には、精神保健福祉関係機関や大学、救急医療機関等の地域資源が多いことから、これらの地域資源を活かし、連携・協働する仕組みを構築していきます。

2 計画の基本理念

人の「命」は何ものにも代えがたいものです。区として、かけがえのない区民の命を守り、誰もが安心して暮らせるまちづくりを進めていかなければなりません。

本計画では、自殺対策基本法の理念、区の自殺対策計画の基本方針を踏まえ、以下の基本理念を掲げ、誰もが安心して暮らせる文京区を目指します。

区の自殺の現状に応じた施策の推進と
関係機関との連携を強化し、
誰もが安心して暮らせる文京区

3 計画の目標

☆自殺対策の基盤となる活動や連携体制の構築

☆自殺死亡率（人口10万人当たり）の減少傾向の維持

目標指標	2013年～2017年	2019～2023年
	(基準)	(目標)
5年間の自殺死亡率平均の減少 (人口10万人当たり)	12.2	減少

4 施策の体系

〔 基本理念 〕

〔 施策 〕

〔 項目 〕

誰もが安心して暮らせる文京区

1 区民への自殺対策の啓発と周知

(1) 自殺対策に関する理解の促進

(2) 自殺対策やこころの健康に関連する情報提供の充実

(3) 精神疾患に対する理解の促進

2 自殺対策を支える人材の育成

(1) 様々な分野でのゲートキーパーの養成

(2) ゲートキーパーの資質の向上

3 自殺を防ぐための関係機関・地域ネットワークの強化

(1) 自殺対策関係会議の運営

(2) 関係機関と連携した自殺対策の推進

4 悩みを抱える人への支援

(1) 相談支援体制の充実

(2) 自殺未遂者への支援体制の確保

(3) 自死遺族への支援体制の確保



第4章

自殺対策推進のための取組

1 区民への自殺対策の啓発と周知

Ⅰ 方向性 Ⅰ

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。「誰もが当事者となる可能性があり、当事者となった場合は周囲に助けを求めていい」という共通認識を区民一人ひとり持つことができるように、区民に対し、自殺対策の啓発と周知を行っていきます。

具体的には、講演会、区報、ホームページ等を通じて、自殺やこころの健康などについての正しい知識の普及啓発を図るとともに、悩みを抱えた人が必要な支援を受けることができるように情報提供体制を充実させていきます。

(1) 自殺対策に関する理解の促進

自殺対策とは「生きるための支援」であることを踏まえ、区民一人ひとりが自殺対策に関することを正しく理解し、自殺対策の重要性を認識できるよう、区報、ホームページ、各種講演会等を通じて、啓発活動を推進します。

また、自殺対策基本法が定める「自殺予防週間(9月)」や「自殺対策強化月間(3月)」には、区の実施はもちろん国や東京都の実施等の案内も併せて、周知活動を重点的に行います。

(2) 自殺やこころの健康に関連する情報提供の充実

区民が自殺やこころの健康に関して正しい理解をするためには、区が実施している講演会等の自殺対策関連事業やこころの健康に関する様々な取組に関する情報入手できるようにすることが重要です。

必要な情報の区報・ホームページへの掲載、各課の配布資料への自殺対策関係情報掲載、また、図書館での自殺対策啓発展示等で、広く区民へ情報提供を行っていきます。

また、区民が不安や悩みを抱えた時にどの相談窓口からでも適切な機関につながり、問題の解決が図られるよう、心身の健康、経済的問題、家庭問題など相談の内容に応じた相談窓口の情報提供を行います。

(3) 精神疾患に対する理解の促進

自殺の原因動機では、健康問題が一番多く、特にうつ病等の精神疾患を抱えている方が過半数以上を占めています。区民の精神疾患に関する正しい理解を促すために精神保健講演会等の啓発活動を行っていきます。

【区民への自殺対策の啓発と周知 関連事業】

事業名	事業内容	担当課
自殺対策講演会	自殺に関する正しい知識と理解を促すための講演会を実施する。	予防対策課
相談窓口リーフレットの作成・配布	庁内外の自殺対策に関連する相談窓口をまとめたリーフレットを作成し、窓口等で配布する。	予防対策課 関係各課
こころの体温計	自分の健康状態やストレス度等を知るために携帯電話等からアクセスできるメンタルチェックシステムをホームページ等で案内する。	予防対策課
自殺対策啓発グッズの作成・配布	自殺やこころの健康に関する知識と理解を促すためにクリアファイル等の啓発グッズを作成し、関係各課の窓口や事業等で配布する。	予防対策課 関係各課
20代向けの啓発冊子の作成・配布	20代前半の方を対象に作成をしている自分の人生を考えるきっかけづくりの啓発冊子にこころの健康に関する情報も掲載している。20歳を迎える区民には郵送で配布、区内大学の学生等には大学祭の際に配布する。	健康推進課
精神保健講演会	こころと体の健康を保つために必要な知識や疾病の予防及び対処方法等について理解を深めるための講演会を開催する。	保健サービスセンター
いのちと人権を考える月間	5月と12月を「いのちと人権を考える月間」と位置付け、子どもたちが自尊感情や自己肯定感を高め、自分や他者の命や人権を大切にしようとする態度を育てる。	教育指導課
図書館での自殺対策啓発特集展示	自殺対策強化月間について、区立図書館全館において関連する所蔵図書の特集コーナーを設置し、図書館利用者への閲覧貸出を行う。	真砂中央図書館

2 自殺対策を支える人材の育成

Ⅰ 方向性 Ⅰ

ゲートキーパーは、「門番」という意味です。自殺対策におけるゲートキーパーとは、「地域や職場、教育、その他様々な分野において、身近な人の自殺のサインに気づき、その人の話を受け止め、必要に応じて専門相談機関につなぐなどの役割を担う人」のことです。

本区では、区民や区職員等を対象に「こころといのちのゲートキーパー養成講座」を実施しています。

人材の育成は自殺対策を推進するうえで基盤となるものです。特にゲートキーパーは自殺対策において早期対応の中心的役割を果たすことが期待されています。

自殺対策を支える人材育成のための施策を計画的かつ継続的に実施することで、区民や区職員等の自殺対策に対する意識の醸成を図ります。

(1) 様々な分野でのゲートキーパーの養成

自殺対策についての知識を理解し、ゲートキーパーの役割を担う人材を育成するための施策を計画的かつ継続的に実施します。

区職員が「ゲートキーパー」という言葉を理解し、様々な悩みを抱える区民への適切な対応を行うことができる状況を目指します。

さらに教員など自殺対策施策の関係者はもちろん、身近な地域で支援者となり得る区民も対象にゲートキーパー養成講座を実施し、自殺対策に係る人材の確保に努めます。

また、自殺対策においては、自分を大切にする自己肯定感等「生きることの促進要因」を増やすことが重要です。将来的に子どもたちがゲートキーパーの担い手となるために、小・中学校の子どもたちを対象に、「いのちと心の授業」等の施策を実施し、生きることの大切さを伝えていきます。

(2) ゲートキーパーの資質の向上

ゲートキーパー養成講座等研修の質を担保するために研修で活用できる資料を作成します。

また、自殺対策においては、専門的な知識を持った支援者の育成が重要なことから、各分野の関係者にも研修等の情報提供を積極的に行い、受講を促していきます。

【自殺対策を支える人材の育成 関連事業】

事業名	事業内容	担当課
ゲートキーパー養成講座	様々な分野の対象者にゲートキーパー養成のための研修等を実施する。	予防対策課 各課
生活指導主任研修会	区立の小・中学校の生活指導主任を対象に自殺予防に関連する研修を実施する。	教育指導課
いのちと心の授業	外部講師の講話や授業を通じて、児童・生徒がかげがえのない命を大切にすることを育み、生きることの大切さを実感できるようにする。	教育指導課
ゲートキーパー研修	「いのちの教育」を推進するために必要な生命関わる重大事故の未然防止、相談支援につなげることができる教員の資質、能力を高める。	教育センター

3 自殺を防ぐための関係機関・地域ネットワークの強化

Ⅰ 方向性 Ⅰ

核家族化の進展やライフスタイル、価値観の多様化などから、近所付き合いや地域の方々との交流などの地域コミュニティが希薄化している懸念があります。

文京区健康に関するニーズ調査（2016年度）では、悩みやストレスが“ある”と回答した人に、その相談相手をたずねたところ、「相談したことがない」が1割半ばとなっています。特に、男性の50代から70代で他の年代に比べて高くなっており、悩みを抱えた区民が身近な人への相談ができていない状況がうかがえます。

地域で孤立する世帯、孤独や悩みを抱える人を早期に発見できるよう、地域における見守り活動や助け合い活動等への支援を行っていくとともに、それぞれの関係機関が連携し互いに気づきあい、相談しやすい地域づくりを促進し、自殺対策を推進することができるような環境を構築していきます。

また、区の関係各課や既存の地域ネットワークと連携を図り、自殺対策を総合的に推進します。

（1）自殺対策関係会議の運営

保健・医療・福祉・労働・教育等の関係機関と行政機関で構成する文京区自殺対策推進会議（仮称）及び文京区自殺対策委員会を開催し、自殺対策の取組等について進捗管理・評価の検証等を行います。

（2）関係機関と連携した自殺対策の推進

自殺対策を総合的に行うため、区の関係各課や庁内外の自殺対策関連会議を中心に自殺対策に関わる情報の共有を行い、地域の団体や関係機関、学校、企業や既存の地域ネットワーク等と連携・協働した取組みを推進します。

また、相談者を各種相談内容に応じた関係機関に確実につなぐため、自殺対策推進会議（仮称）委員の所属する団体等との緊密な連携を築き、協力体制の強化を図ります。

【自殺を防ぐための関係機関・ネットワークの強化 関連事業】

事業名	事業内容	担当課
区内大学地域連携担当者会議	区と区内大学、大学相互間のより一層の連携を推進するために、各種事業の協働や必要な情報の共有を図る。	アカデミー推進課
文京区民生委員・児童委員協議会	各区域において支援活動を行っている民生委員・児童委員で組織し、関係行政機関に対する意見具申や社会福祉関係団体への協力等の活動を行う。	福祉政策課
介護サービス事業者連絡協議会	介護サービスを区内で提供する事業者の事業者相互及び区との連携を図るために介護保険に係る情報や区の関係機関からの情報提供を行う。	介護保険課
児童虐待防止ネットワークの充実	要保護児童対策地域協議会の運営等により、虐待などによる要保護児童等について、適切な保護・支援に必要な関係機関相互の情報交換及び状況把握に努め、連携を図る。	子ども家庭支援センター
文京区自殺対策推進会議（仮称）	保健・医療・福祉・労働・教育等の関係機関と行政機関で構成し、自殺対策の取組に対し評価・検証を行う。	予防対策課
文京区自殺対策委員会	庁内の各部署により組織し、自殺対策に関する適切な事業等を検討し推進していく。	予防対策課
文京区地域精神保健福祉連絡協議会	区における精神保健福祉対策に関する協議を行い、関係機関・団体との連携を図りながら、精神保健福祉に関する知識の普及や事業の実施を推進する。	予防対策課
文京区精神障害者支援機関実務者連絡会	区内在住の精神障害者が地域に定着し、自立した生活が送れるよう支援する関係事業者等との連携を図る。	予防対策課
文京区教育委員会いじめ問題対策協議会	区立学校におけるいじめの防止等の対策に関する事項等について、関係機関相互の情報交換及び状況把握に行い、連携を図る。	教育指導課

4 悩みを抱える人への支援

Ⅰ 方向性 Ⅰ

自殺の背景には、精神・身体疾患や過労、失業や多重債務などの生活困窮、育児や介護疲れ、いじめ、性自認・性的指向に対する周囲の偏見などの様々な要因が複雑に関係しています。また、自殺行動に至る直前の心の健康状態は、大多数は、悩みにより心理的に追い詰められた結果、何らかの精神疾患を発症していたり、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とされています。

その一方、文京区健康に関するニーズ調査（2016年度）では、毎日の生活の中で悩みやストレスを感じる可能性があるかについて、「よくある」と「時々ある」を合わせた“ある”が約7割となっており、男性の30～40歳代、女性の20～40歳代で特に割合が高くなっています。また、精神的に不調になった時、すぐに医療機関等専門機関で相談や治療をしようと思うかについて、「思わない」が約5割となっています。

今後も、自殺対策関連の相談窓口を掲載したパンフレットの見直しをする過程や関係機関との連携等をすすめる中で、悩みを抱えた時、身近な地域の相談窓口が区民にとって相談しやすく、適切な相談先につながる体制の充実に努めます。

（1）相談支援体制の充実

区民が不安や悩みを抱えた時に、悩みを抱える人がどの相談窓口からでも適切な機関につながり、問題の解決が図られるよう、各相談機関や窓口における支援者の相互理解を深め、部門を越えた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）自殺未遂者への支援体制の確保

自殺未遂者や希死念慮のある人への対応については、東京都が実施する『自殺未遂者対応地域連携支援事業（こころといのちのサポートネット）』の活用や医療機関等の関係機関との連携を通じて、その人に応じた生活支援先へつなぐなど支援体制の確保を図ります。

また、区内救急医療機関との連携を目的に自殺未遂者対策連絡会を開催し、情報の収集や共有を図り自殺未遂者および家族への支援のあり方について検討いたします。

(3) 自死遺族への支援体制の確保

大切な人を自死で亡くしたときには、こころや体、行動に変化が生じることがあります。また、実際の生活においても、経済的な問題を含めたさまざまな困難に直面することがあります。遺族の気持ちに寄り添いながら支援する総合的な相談支援体制を整備していきます。また、自死遺族（遺児）の集い（分かち合いの会など）は、遺族等が自死の悲嘆を乗り越え回復の道を歩むために重要な役割を果たすという認識のもと、自死遺族へのケアに関する取組について広く情報提供を行い、必要な支援情報の提供、相談体制の充実に努めます。

【悩みを抱える人への支援 関連事業】

事業名	事業内容	担当課
区民相談事業	日常生活の心配ごとについて広く相談を受ける区民相談や、分野ごとの各種専門相談（法律・税務・不動産・交通事故・人権の上・行政・青少年）を実施する。	広報課
男女平等センターにおける相談事業	パートナーや親子などの家族関係、職場や地域での人間関係、自分自身の生き方、性的指向や性自認に起因する問題など、様々な問題について、専門のカウンセラーによる相談を行う。	総務課
性自認・性的指向に係る支援（語り場）	当事者や支援者による情報共有やコミュニケーションの機会を提供する。	総務課
消費者相談室運営事業	安全・安心な消費生活を確保するために、消費者の契約上のトラブルや商品の安全性、多重債務などのさまざまな相談を受け、専門の消費生活相談員が助言や情報提供を行いながら、消費者とともに問題の解決にあたる。	経済課
中小企業等融資あっせん事業	区内中小企業の育成・振興を図るため、低利で融資を利用できるよう、金融機関に対して融資のあっせんを行う。金融機関で融資が実行された場合には、区が利子補給を行う。	経済課
内職あっせん相談事業	家庭外に就業することが困難な人々に対して、内職に関する相談、紹介及びあっせんを行うことにより、家庭内での就業を図り、もって家庭生活の安定に資する。	経済課

事業名	事業内容	担当課
労働相談窓口等の周知	「仕事」や「働くこと」に悩みを抱える方々に対し、労働トラブルの解決に係る情報サイトや、身近な労働相談窓口となる関係機関等を区ホームページ等で周知する。	経済課
高齢者あんしん相談センター運営事業による高齢者の総合相談	介護、福祉、健康、医療等について、高齢者の総合相談に対応する。	高齢福祉課
老人福祉法に基づく相談	高齢者に関する相談を受け、高齢者あんしん相談センター等と連携を図りながら支援を行う。	高齢福祉課
福祉センター事業 (健康相談事業)	看護師または保健師が健康に関するさまざまな相談に応じる。	高齢福祉課
生活困窮等相談	生活困窮者からの相談に対し、経済的状況や健康状態など生活に関する状況を聞き取り、必要な助言を行うとともに生活困窮者自立支援事業へ繋げることや生活保護への申請を受け付ける。	生活福祉課
婦人相談	要保護女子等の発見に努め、その相談に応じ必要な指導を行う。また、配偶者等から暴力を受けた被害女性の相談に応じ、適切な保護及び自立支援のため必要な援助を行う。	生活福祉課
生活困窮者自立支援総合相談事業	生活保護に至る前の生活困窮者に対し、経済的社会的自立を支援するため、就労や生活に関する相談に応じ、必要な知識や情報の提供及び助言を行うとともに、本人の状態に応じた就労準備支援や家計相談支援等を実施する。	生活福祉課
介護保険相談	高齢者やその家族等の介護サービスや介護保険に関する様々な悩みや相談に対して、介護・福祉などの知識を有する専任の相談員を配置し、情報提供や助言などを行うとともに、状況に応じて関係機関や介護サービス事業者への連絡・調整を行う。	介護保険課
子育てひろば	就学時前の乳幼児と保護者が一緒に遊ぶことのできる場を提供する。また、専門指導員が育児に関する悩み等の相談に応じる。	子育て支援課
子ども宅食プロジェクト	子どものいる生活困窮世帯に対し、企業等から提供を受けた食品等を配送するとともに、各家庭を見守り、必要な支援につなげていく。	子育て支援課
子ども家庭支援センター総合相談事業	18歳未満の方とその保護者等からの子どもと家庭についての相談に対応する。	子ども家庭支援センター

事業名	事業内容	担当課
地域安心生活支援事業	地域で安心して生活ができるよう、専門相談員による夜間や休日も含めた 24 時間 365 日の緊急相談支援や居宅での生活が一時的に困難になったときの宿泊場所の提供、家族等から離れて暮らしていく準備のための一定期間の生活体験支援を実施する。	予防対策課
自殺未遂者対応地域連携支援事業（こころといのちのサポートネット）との連携	緊急対応依頼が必要な場合に庁内連携窓口として適切な支援先との調整を行う。	予防対策課
自殺未遂者対策連絡会	区内の救急医療機関と自殺未遂者支援に関する検討を行うための連絡会を開催する。	予防対策課
遺された人への情報周知	各種相談先や相談会の開催の情報等、自殺対策に関連する情報の提供を行います。また、ゲートキーパー養成講座等に遺族支援の視点を加えることで支援者が学習する機会とする。	予防対策課
医療機関等との連携強化	医療機関等からの連絡を受け、関係機関等と連携し、自殺未遂者への支援を行う。	保健サービスセンター
保健師による健康相談	乳幼児から高齢者まですべての区民を対象に、心身の健康の維持増進を目的として、家庭訪問や電話・面接相談などにより問題解決に向けての支援を行う。	保健サービスセンター
文京区版ネウボラ事業	保健師等専門職が全ての妊婦に対し、面接を行い、妊娠中の不安を軽減、出産に向けた準備を案内するとともに支援を要する家庭を把握し、関係機関と連携して適切な支援を実施する。	保健サービスセンター
ひきこもり等自立支援事業	半年以上、就学・就労等の社会参加ができず、家族以外の人間関係がない状態（ひきこもり状態）にある若者の自立を図るため、相談事業、家族向けの講演会や個別相談会、茶話会等を実施する。	児童青少年課
教育相談事業	いじめ、不登校、集団不適応、非行、家庭内暴力、児童虐待、発達障害他の心身の障害等の子どもの発達や教育に関する悩みや心配事について、子どもと保護者への心理的援助を行う。	教育センター

事業名	事業内容	担当課
スクールカウンセラー配置 及び派遣	区立小・中学校の児童・生徒とその保護者及び教員への心理面での支援、啓発活動を行う。	教育センター
スクールソーシャルワーカー 配置及び派遣	社会福祉士・精神保健福祉士等の専門性を持つスクールソーシャルワーカーを配置し、学校・家庭・関係機関等の連携・調整を行い、児童・生徒を取り巻く環境の改善を図る。	教育センター
区のその他各種相談	税、国民健康保険、奨学金申請等の各種相談に応じる。	税務課 国保年金課 教育総務課 関係各課

5 目標値及び目標指標一覧

本区の自殺対策における施策評価指標として以下の項目を掲げて取り組んでいきます。

【施策ごとの指標】

施策	目標指標	現状値 2016年	目標値 2023年
1 啓発周知	区が自殺対策事業に取り組んでいることを知っている人の割合	—	50%
2 人材育成	ゲートキーパー養成講座受講者のうち「理解できた」「役に立つ」と回答した人の割合	97%	100%
3 ネットワーク	自殺対策推進会議（仮称）委員の所属する団体との連携割合	—	100%
4 相談・支援	自殺未遂者対策連絡会への区内救急医療機関の参加率	—	100%

第5章

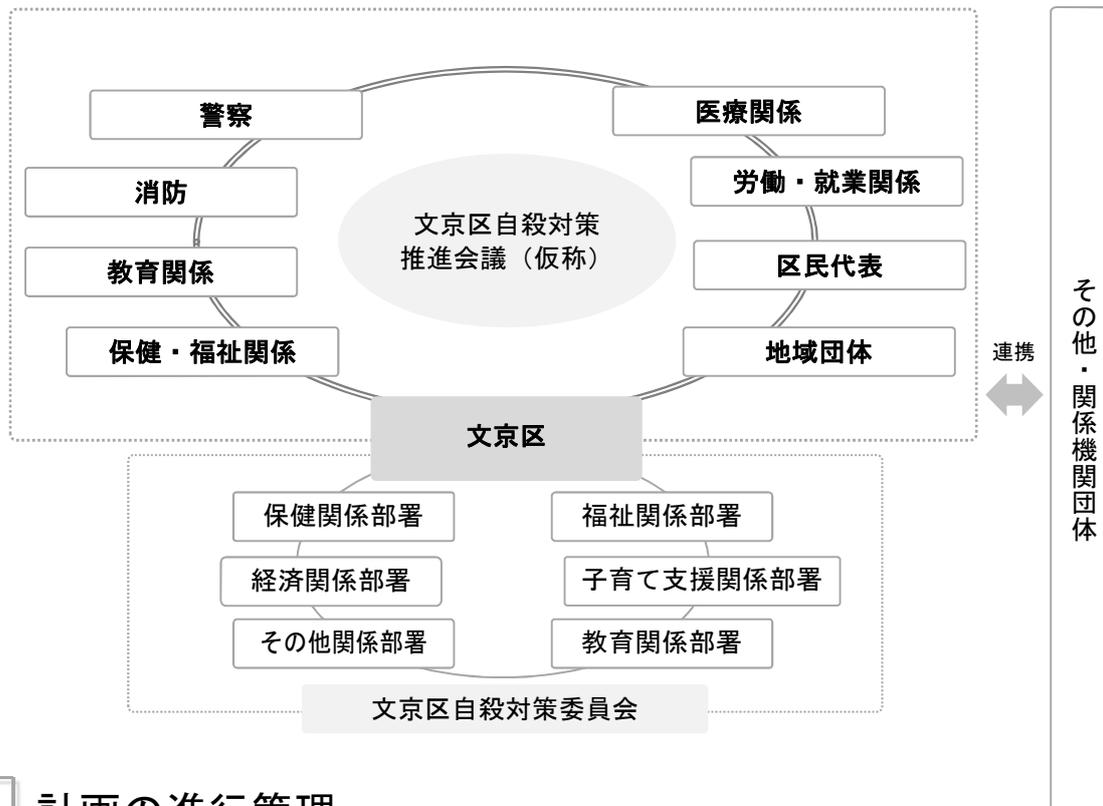
計画の推進

1 推進体制

自殺対策は、行政・関係団体・民間団体・企業・区民等がそれぞれの役割を果たし、相互に連携・協働して取り組むことが必要です。

外部団体等も含めた有識者による「文京区自殺対策推進会議(仮称)」において、連携強化を図るとともに、自殺対策を総合的・効果的に推進できる体制を整えます。

また、区内での自殺対策の推進体制を確立するため、「文京区自殺対策委員会」において、区内関係部署が実施する関連施策の効果的な連携を図り、本計画に沿った取組を着実に推進します。



2 計画の進行管理

計画期間中は、「文京区自殺対策推進会議(仮称)」および「文京区自殺対策委員会」において、本計画の推進に向け、様々な課題等を審議し、評価・分析を行うことにより、進行管理をします。