

# 松戸市自殺対策計画

～誰も自殺に追い込まれることのない松戸市を目指して～



平成31年(2019年)4月

松戸市



# はじめに

～絆（つながり）～

国連の世界人権宣言には、「すべての人間は、生まれながらにして自由であり、かつ、尊厳と権利とについて平等である。」（第1条）と謳われており、日本国憲法では、「すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする。」（第13条）と掲げられております。



本来、人は誰でも幸せになる権利があり、その生命は尊いものであります。しかしながら、今なお本市においても自殺される方は後を絶ちません。そして自殺は、その多くが追い込まれた末の死であると言われております。

自殺の背景には、経済や生活の問題をはじめ、健康や家庭の問題など様々な悩みが複雑に関係しており、それまで「個人の問題」とされてきた自殺が「社会の問題」として広く認識されてきております。そのため、自殺対策は社会全体で取り組むことが求められております。

松戸市では、平成14年度に策定した松戸市健康増進計画「健康松戸21」において、こころの健康づくり・自殺予防対策を計画推進の柱のひとつとして位置づけ、講演会の開催やゲートキーパーの養成などに取り組んでまいりました。

そうした中、自殺対策基本法が平成28年4月に改正されたことを受け、本市においても、健康・福祉・労働・子育て・教育など、市の様々な事業について体系的に見直しを実施した、自殺対策の単独計画を策定するに至りました。

この『松戸市自殺対策計画』では、市の関係部署や関係団体をはじめ、地域の皆様のご理解とご協力のもと、自殺対策を「生きることの包括的な支援」と位置づけ、「誰も自殺に追い込まれることのない松戸市」の実現を目指してまいります。

結びに、本計画の策定にあたり多大なるご尽力をいただきました、松戸市健康づくり推進会議委員の皆様、関係者の方々、並びにアンケート調査などで貴重なご意見をいただきました市民の皆様に対しまして、厚く御礼申し上げます。

平成31年4月

松戸市長 **本郷谷 健次**

# 目次

## 第1章 計画策定の趣旨

1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	2
4 計画の数値目標	3

## 第2章 松戸市における自殺の特徴

1 統計資料に見る現状	5
2 地域自殺実態プロファイルによる分析結果	14
3 松戸市の自殺の特徴のまとめ	15
4 松戸市において重点的に取り組む対象	15

## 第3章 自殺対策における取り組み

1 基本方針	17
基本方針1 生きることの包括的な支援として推進	17
基本方針2 関連施策との連携	17
基本方針3 対応の段階に応じてレベルごとの対策を連動させる	18
基本方針4 実践と啓発を両輪として推進	19
基本方針5 関係者の役割の明確化と関係者による連携・協働の推進	19
2 施策体系	21
3 基本施策	22
基本施策1 生きる支援につながるネットワークの強化	22
基本施策2 自殺対策を支える人材の育成	22
基本施策3 市民への啓発と周知	23
基本施策4 生きることの促進要因への支援	24
基本施策5 児童生徒のこころの健康づくりの推進	25
4 重点施策	26
重点施策1 生活困窮者の自殺対策の推進	26
重点施策2 高齢者の自殺対策の推進	27
重点施策3 勤務・経営問題に関わる自殺対策の推進	28
重点施策4 子ども・若者の自殺対策の推進	29
5 生きる支援関連施策	31
6 評価項目一覧	44

## 第4章 自殺対策の推進体制

1 自殺対策の推進体制（平成31年度～）	47
2 計画策定までの経過	47

## 資料編

資料1 アンケート調査結果の概要	50
資料2 ゲートキーパーとは	54
資料3 うつ病について	55
資料4 自殺対策基本法	57



# 第1章 計画策定の趣旨

## 1 計画策定の趣旨

我が国の自殺者数は、平成10年に一挙に増加して3万人を突破し、その後、平成23年まで14年間連続して3万人を超える状態が続きました。

このような状況の下、国は平成18年6月に「自殺対策基本法」を制定し、自殺は「個人の問題」から「社会の問題」として広く認識されるようになりました。さらに、翌19年には「自殺総合対策大綱」を策定し、国を挙げて総合的に自殺対策を推進した結果、自殺者数は減少傾向に転じ、着実に対策の実が上がっています。

こうした中、平成28年4月に自殺対策基本法が一部改正され、自殺対策を「生きることの包括的な支援」と新たに位置づけるとともに、すべての都道府県及び市町村に自殺対策計画の策定が義務付けられました。翌29年7月25日には、新たな「自殺総合対策大綱～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～」が閣議決定されました。このような対策の結果、平成29年の自殺者数は20,465人、自殺死亡率<sup>※1</sup>は16.4まで低下（人口動態統計より）しましたが、自殺死亡率は依然として先進諸国より高い水準にあります<sup>※2</sup>。

自殺は個人の自由な意思や選択の結果ではなく、実際には生活苦や健康問題、介護疲れ、うつ病などさまざまな要因が絡み合い、心理的に追い込まれた末の死であるといえます。

松戸市では、「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やすことで「誰も自殺に追い込まれることのない松戸市の実現」を目指します。

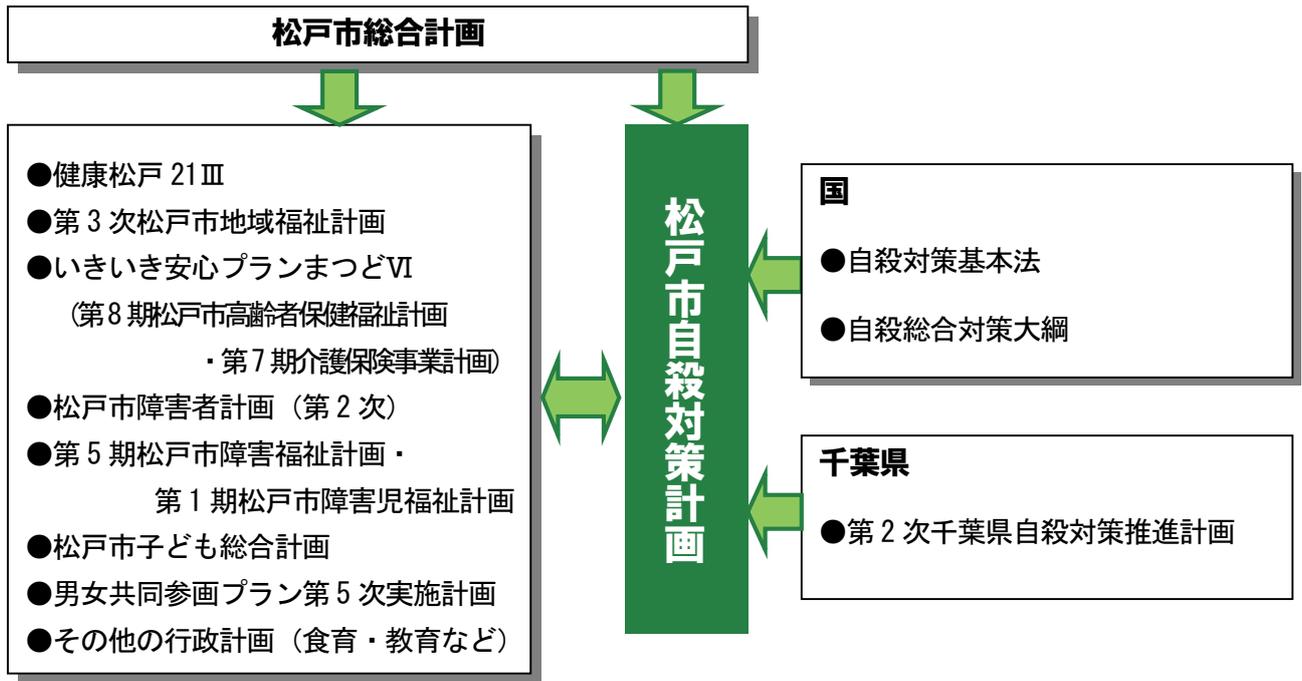
なお、平成31年度内に元号(年号)の変更が予定されていますが、本計画書では内容により和暦または西暦表記としています。

※1 自殺死亡率（自殺率）＝人口10万対の自殺で亡くなった人数

※2 フランス15.1（2013）、米国13.4（2014）、ドイツ12.6（2014）、カナダ11.3（2012）、英国7.5（2013）、イタリア7.2（2012）（世界保健機関Mortality Database）

## 2 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法第13条第2項に定められた「市町村自殺対策計画」として、自殺総合対策大綱や第2次千葉県自殺対策推進計画の趣旨を踏まえて策定するものです。また、本計画は、「松戸市総合計画」を上位計画として、「健康松戸21Ⅲ」「第3次松戸市地域福祉計画」「いきいき安心プランまつどVI（第8期松戸市高齢者保健福祉計画・第7期介護保険事業計画）」などの関連計画などと整合・連携を図りながら策定するものです。



## 3 計画の期間

本計画の期間は、2019年度から2023年度までの5年間とします。2023年度中に計画の見直しを図り、第2期の計画につなげますが、計画期間中に関連法などの改正や社会情勢の大きな変化があった場合には、必要に応じて見直しを行います。

2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度	2024年度以降
計画策定	<b>松戸市自殺対策計画 (第1期)</b>					第2期計画

## 4 計画の数値目標

自殺対策基本法で示されているように、自殺対策を通じて最終的に目指すのは、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現です。国は自殺総合対策大綱において、当面の目標として、我が国の自殺死亡率を先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、2026年までに自殺死亡率を2015年より30%以上減少させることを目標として定めています。

こうした国の方針を踏まえ、本市では2026年の自殺死亡率を2016年より30%以上減少させることを長期目標とし、本計画の最終年度である2023年の自殺死亡率を13.2以下と設定します。ただし、実績が目標値を下回ったとしても、自殺者がいる限り自殺対策を継続する必要があります。

計画の数値目標（自殺死亡率）					
2016年	⇒	2023年	⇒	2026年	
16.7	⇒	13.2	⇒	11.7	
		(第1期目標値)			

### 【参考】

2016年10月1日現在松戸市人口486,045人

## 【参考】自殺に関するよくある誤解

### 〈よくある誤解〉

- 1 自殺を口にする人は、実際には自殺するつもりはない。
- 2 ほとんどの自殺は兆候がなく突然起こる。(そのため対応ができない)
- 3 自殺を考えている人は死ぬことの決意をしている。
- 4 自殺を考えたことのある人は、将来にわたり自殺を考え続ける。
- 5 精神障害がある人のみが自殺を考える。
- 6 自殺を考えている人に「死にたい気持ち」を聞くことは良くない。

### 〈望ましい認識〉

- 1 自殺を口にする人は多くの場合、助けを求めています。また「自殺以外に解決方法がない」と思い詰めている場合もあります。
- 2 多くの自殺には、言葉や行動に兆候があります。
- 3 自殺を考えている人は、生きたいという気持ちと死んでしまいたいという思いのはざまで揺れ動いています。
- 4 自殺を考えたことのある人は、「死にたい気持ち」を再び抱くことがあるかもしれませんが、「死にたい気持ち」がずっと続くわけではありません。
- 5 自殺する人が必ずしも精神障害を持っているわけではなく、精神障害を持っている人の全てが自殺の危機にあるわけではありません。
- 6 「死にたい気持ち」に寄り添って話しをすることは、むしろ自殺を考えている人に考え直す機会を与えて、自殺の予防につながります。

出典：WHO世界自殺レポート邦訳版から改編