

# いのち対策計画

～牛久市自殺対策計画～

平成30年度～平成38年度  
(2018年度～2026年度)

平成30年3月  
牛久市



はじめに

市民一人ひとりが命を大切に、安心して暮らすことのできる社会を築くこと、それが私たちの願いです。

近年、わが国の自殺者数は減少傾向にありますが、毎年多くのかげがえのない「いのち」が自殺によって失われており、本市においても非常事態はいまだ続いていると言わざるをえません。

自殺はその多くが、健康や家族の問題をはじめ、経済や生活の問題など、様々な要因が複雑に絡み合って深刻化した結果による、追い込まれた末の死といわれています。自殺を個人の問題としてだけでなく社会全体の問題として捉え、地域の実情に応じた相談・支援体制を構築することが求められています。

こうしたことから、本市では、国の自殺総合対策大綱を踏まえ、自殺対策を効果的に進めるため、「いのち対策計画～牛久市自殺対策計画～」を策定することとしました。

この計画は、「すべての市民の命を大切にできるまちづくり」を基本理念として、市民や地域の取組を提示するとともに、10の主要課題に沿った市の具体的取組を掲げており、今後は、この計画に基づき、市民一人ひとりが自殺対策の主役となって、誰もが自殺に追い込まれることがなく、お互いが命を大切にしあえる社会の実現を目指します。

市民の皆さまには、自殺に対する関心と理解を深め、自殺対策の担い手として、周囲の人への寄り添いや支えあいに、今後ともより一層ご協力をいただきますようお願いいたします。

最後になりましたが、策定にあたり、熱心に審議、検討をいただきました牛久市障害者自立支援協議会の委員の皆様、そしてアンケート調査やパブリックコメントを通して貴重なご意見、ご提案をお寄せいただきました市民の皆様に心からお礼申し上げます。

平成30年3月

牛久市長 根本 洋 治





# 目 次

第1章 計画策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨	3
2 自殺対策をめぐる動向	3
3 計画の位置付け	5
4 計画の期間	5
5 いのち対策計画体系図	6
第2章 自殺をめぐる状況	7
1 牛久市の現状	9
2 調査結果	13
第3章 計画の基本的な考え方	17
1 基本理念	19
2 基本方針	19
3 自殺に対する基本認識	20
4 基本目標	20
第4章 事業の展開	21
1 主要課題	23
2 市民や地域の取組	26
3 市の取組	28
4 推進体制	32
付録	33
1 各種相談先一覧	35
2 策定の経緯	38
3 協議会条例	39
4 設置規則	41
5 委員名簿	42
6 ワーキングチーム名簿	44



# 第 1 章

## 計画策定にあたって



## 1

# 計画策定の趣旨

我が国では年間の自殺者数、自殺死亡率は減少傾向にありますが、平成28年には年間21,703人、1日平均60人が自殺で亡くなっており、深刻な事態がつづいています。

このような中、平成28年、国を挙げて自殺対策を総合的に推進することにより、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等に対する支援の充実を図るため、自殺対策基本法が改正されました。その後、平成28年から平成29年にかけて自殺総合対策大綱が見直され、「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、自殺対策をより一層推進することとしています。

本市における平成28年の自殺者数および自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）は、13人、15.35であり、全国や茨城県の自殺死亡率よりは低くなっているものの、深刻な状況が続いています。

また、自殺未遂者は、自殺者の数を大きく上回っているといわれており、自殺や自殺未遂によって心理的影響を受ける親族や友人等を含めると、本市においても、多くの人々が自殺問題に苦しんでいると思われます。

自殺を予防するためには、「健康問題」、「経済生活問題」、「家庭問題」等様々な分野に対する取組が必要です。

また、本人だけでなく、家庭、学校、職場、地域コミュニティ、民間団体等が連携して地域全体で取り組んでいくことも重要です。

こうしたことから、本市において自殺対策を総合的かつ効率的に推進するため、いのち対策計画を策定することとします。

## 2

# 自殺対策をめぐる動向

### （1）国の動き

#### ●「自殺対策基本法」の改正

平成28年に「自殺対策基本法」が改正され、「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、これに対処していくことが重要な課題となっていること」が加わったほか、基本理念として、「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こと」、「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こと」が追加されました。

## ●「自殺総合対策大綱」の改正

国では、平成19年に自殺対策を総合的に推進するための指針として「自殺総合対策大綱」が策定され、平成24年には、「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、全面的な見直しが行われ、平成29年7月に閣議決定されました。

## (2) 県の動き

### ●茨城県自殺対策連絡協議会の設置

茨城県では、自殺の実態把握と原因究明を行い、予防対策の検討とともに、関係機関の連携を強化するため、平成24年、茨城県自殺対策連絡協議会が設置されました。

さらに、平成28年8月には茨城県精神保健福祉センター（水戸）に茨城県自殺対策推進センターが設置されました。このセンターでは、電話相談窓口の運営、ゲートキーパーや認知行動療法などの人材養成をはじめ、県内の市町村や関係機関と連携し、自殺対策に取り組んでいます。

### 3

## 計画の位置付け

本計画は、自殺対策基本法第13条第2項に基づく「市町村自殺対策計画」であり、国の「自殺総合対策大綱」と整合性を図り策定するものです。

### 自殺対策基本法（抜粋）

（基本理念）

第2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。

（都道府県自殺対策計画等）

第13条 略

2 市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画を定めるものとする。

### 4

## 計画の期間

本計画は、平成30年度を初年度、平成38年度を目標年度とする9か年計画とし、計画最終年度に評価と見直しを行います。また、今後の社会情勢の変化や国・県の計画の変更に応じ、必要な見直し等、柔軟に対応していきます。

	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	平成 31 年度	平成 32 年度	平成 33 年度	平成 34 年度	平成 35 年度	平成 36 年度	平成 37 年度	平成 38 年度
国 自殺総合対策大綱			→									
牛久市 いのち対策計画			→									

## 【基本理念】【基本目標】

## 【施策の展開方向】

すべての市民の命を大切にしよう

基本目標1  
自らの心の  
SOSに耳をか  
たむける

1. 市民一人ひとりの気づきと見守り
  - ・啓発広報を実施
  - ・講演会の開催
  - ・児童生徒への啓発

2. 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上
  - ・ゲートキーパーを養成
  - ・教職員の資質向上
  - ・窓口対応の向上

3. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくり
  - ・学校における環境整備
  - ・フェミニスト相談
  - ・高齢者あんしん電話
  - ・災害時の支援
  - ・健康づくりの推進
  - ・たまり場づくりの推進

4. 適切な精神保健医療福祉サービス
  - ・こころの健康相談
  - ・精神保健福祉士による相談
  - ・自立支援医療
  - ・自助グループ支援
  - ・子どもに対する精神保健医療支援
  - ・検診後の支援

基本目標2  
周囲の人の見  
守り等の支援  
体制づくり

5. 社会全体の自殺リスク低下
  - ・インターネットの適切な利用教育
  - ・見守り活動
  - ・妊産婦・乳幼児支援
  - ・子育て支援
  - ・ひとり親家庭支援
  - ・生活困窮者の支援
  - ・納税相談支援
  - ・庁内横断的な体制の整備・関係機関との連携

6. 自殺未遂者の再企図防止
  - ・居場所づくり

7. 遺された人への支援
  - ・支援情報案内

8. 民間団体との連携強化
  - ・民間団体との連携

9. 子ども・若者の自殺対策
  - ・心の健康教育
  - ・いじめ相談窓口
  - ・いじめ防止
  - ・子どもの人権を守る

10. 勤務問題による自殺対策
  - ・ハラスメント防止
  - ・市職員の自殺対策

## 第 2 章

# 自殺をめぐる状況

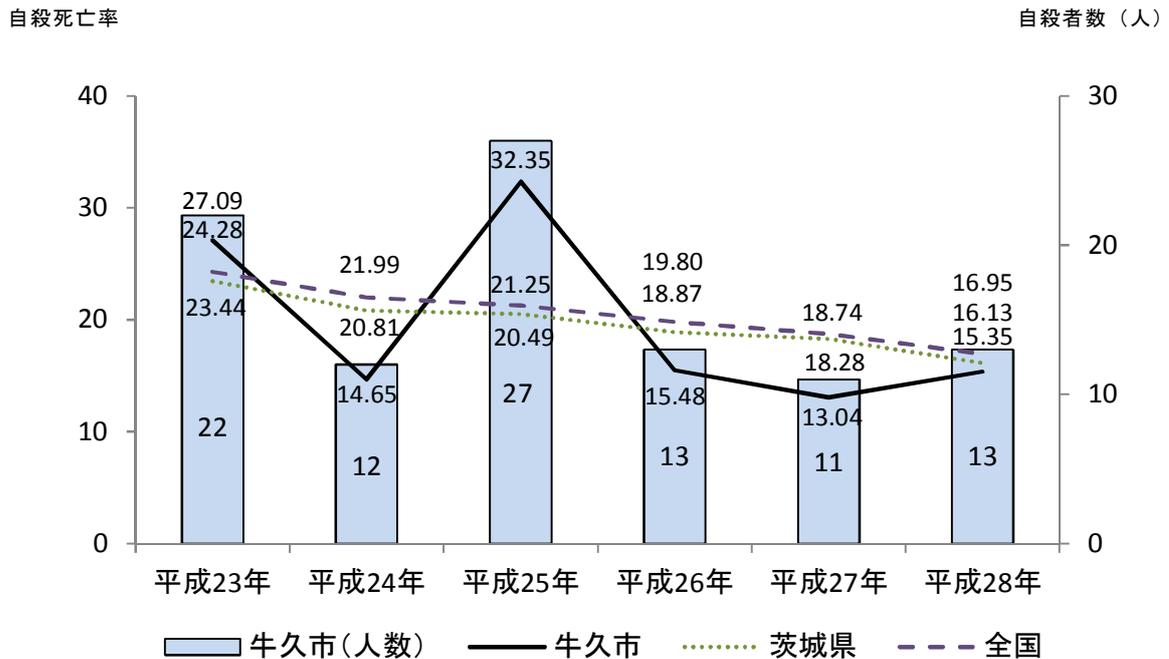


# 1

## 牛久市の現状

### (1) 自殺者数及び自殺死亡率の推移

茨城県および全国の自殺率は低下傾向ですが、本市は人口が少ないため変動が大きくなっています。



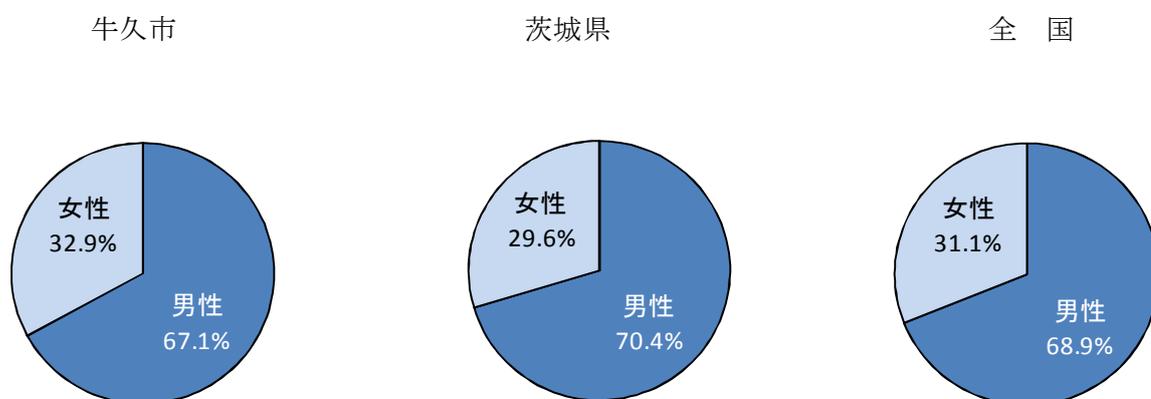
\* 自殺死亡率は、人口10万人当たりの自殺者数

		平成23年	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年
牛久市	自殺者数(人)	22	12	27	13	11	13
	自殺死亡率	27.09	14.65	32.35	15.48	13.04	15.35
茨城県	自殺者数(人)	697	616	614	565	545	479
	自殺死亡率	23.44	20.81	20.49	18.87	18.28	16.13
全国	自殺者数(人)	30,651	27,858	27,283	25,427	24,025	21,703
	自殺死亡率	24.28	21.99	21.25	19.80	18.74	16.95

資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）各年

## (2) 男女別割合（平成24年～28年）

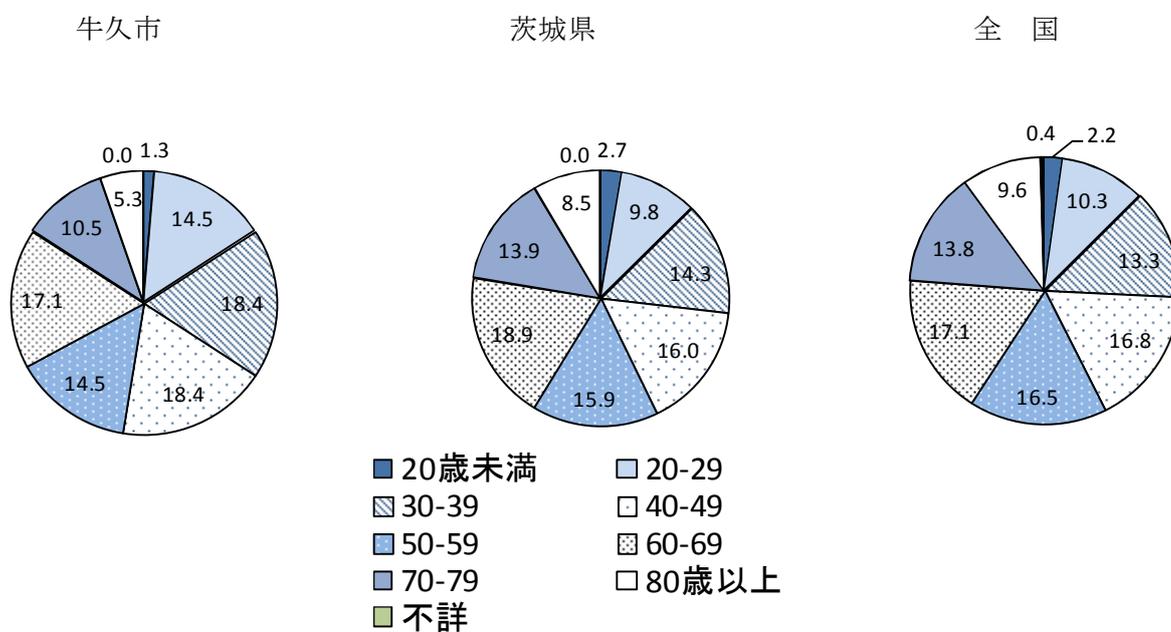
本市の自殺者は、女性の割合が茨城県よりも約3ポイント高くなっています。



資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）各年の合計

## (3) 年代別割合（平成24年～28年）

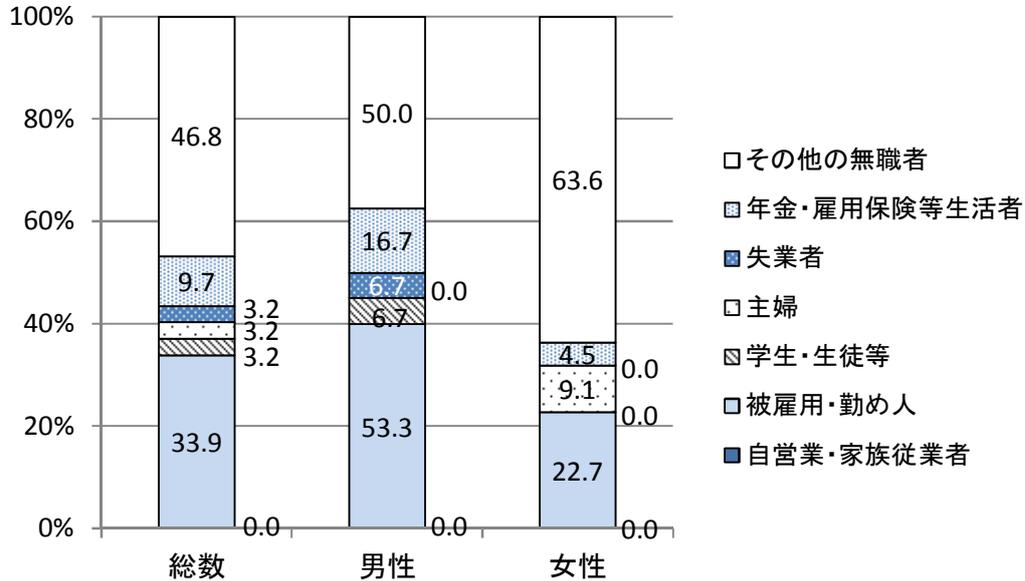
本市の自殺者は、20代～40代の割合が茨城県や全国と比べて高くなっています。



資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）各年の合計

#### (4) 職業別の割合（平成25年～28年）

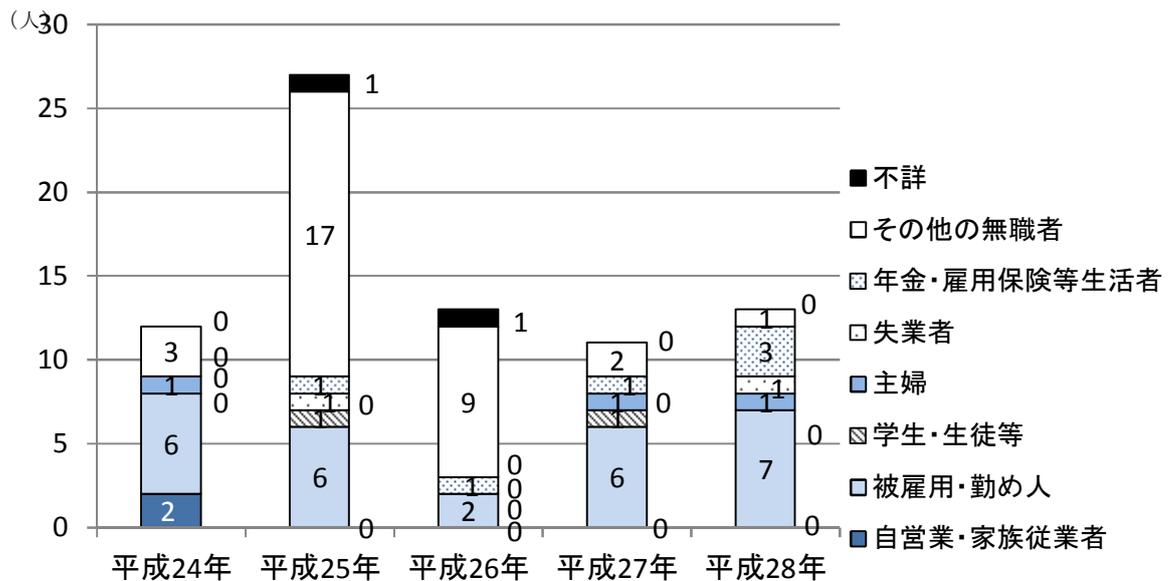
男性では「被雇用・勤め人」の割合が半数以上、女性では「その他の無職者」の割合が高くなっています。



資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）各年の合計

#### (5) 職業別自殺者の推移

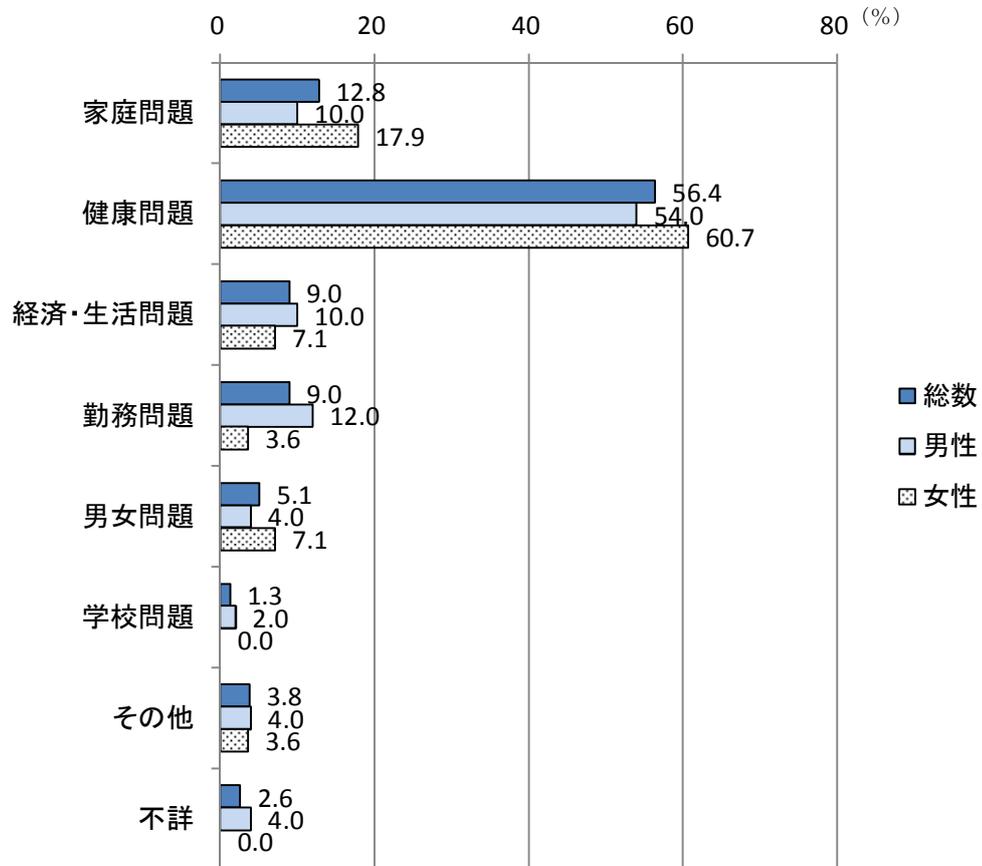
近年では「被雇用・勤め人」が比較的多くなっています。



資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）各年

## (6) 原因・動機別の割合（平成24年～28年）

男女とも「健康問題」が特に多くなっています。



資料：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）各年の合計

## 2

# 調査結果

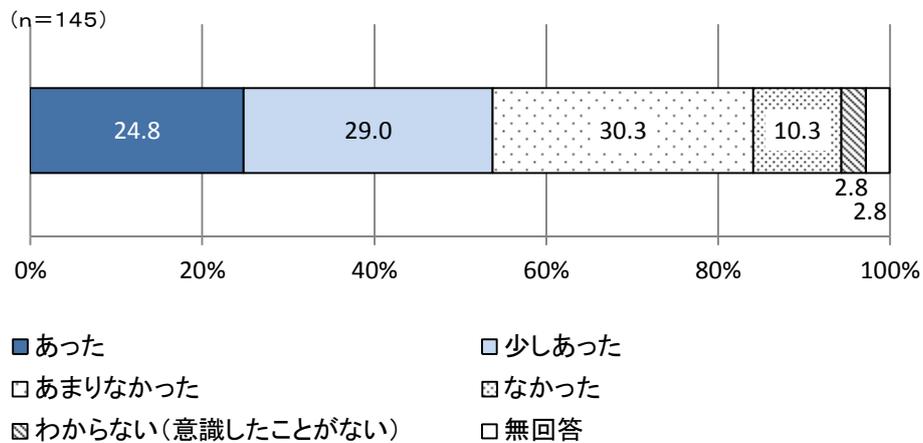
対象者：市内在住の20歳以上の方を住民基本台帳から無作為抽出

人数：対象者400人、有効回収数145票（有効回収率36.3%）

実施期間：平成29年7月20日～8月7日

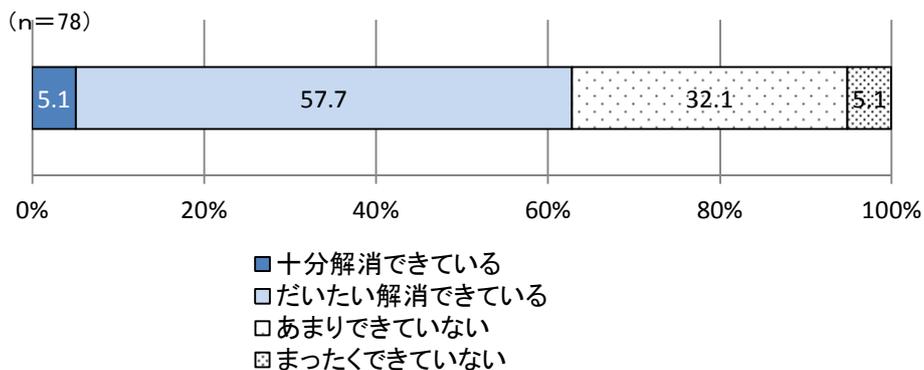
### （1）最近1か月間ストレスの有無

最近1か月間に不安、悩み、イライラ、ストレス等を少しでも感じた割合は53.8%と半数を超えています。



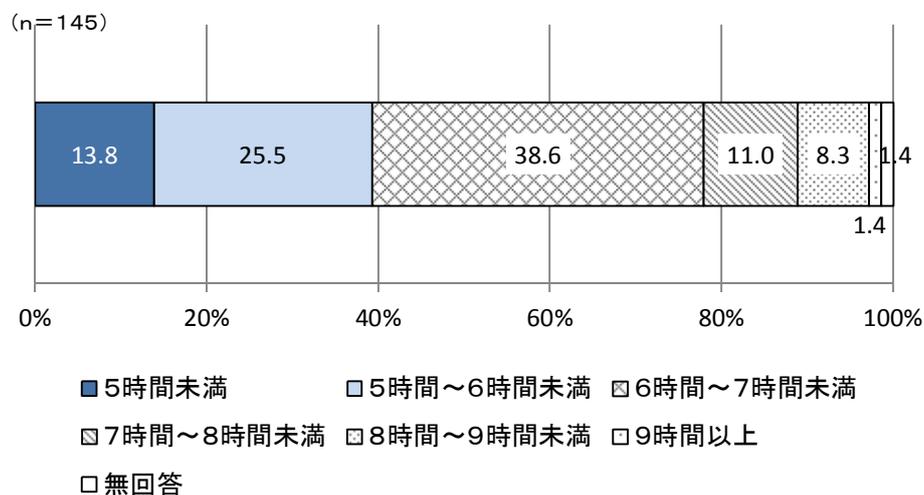
### （1-1）不安、ストレス等の解消

最近1か月間に不安、悩み、イライラ、ストレス等を少しでも感じた人が、それらを十分解消できたのは5.1%、だいたい解消できた割合は57.7%となっています。



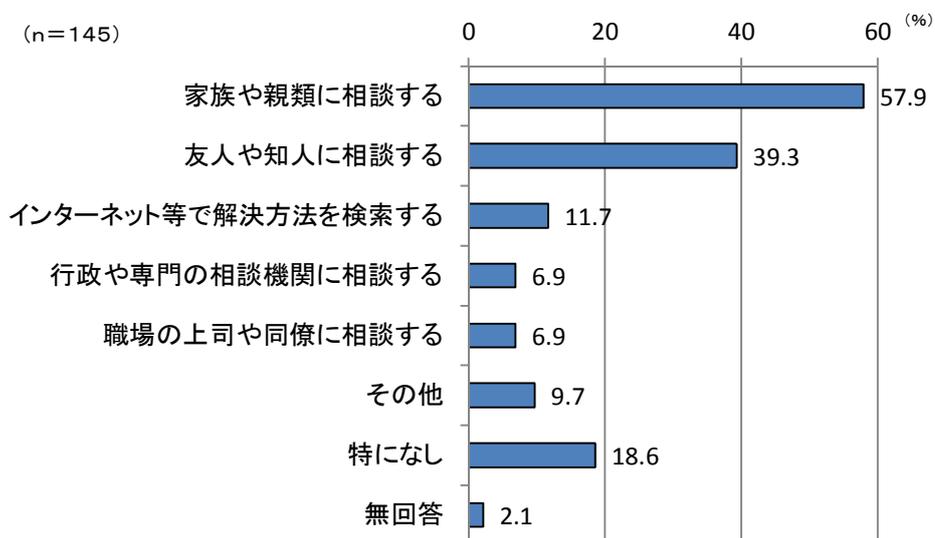
## (2) 睡眠の状況

平均的な睡眠時間は「6時間～7時間未満」が38.6%で最も多く、ついで「5時間～6時間未満」が25.5%となっています。



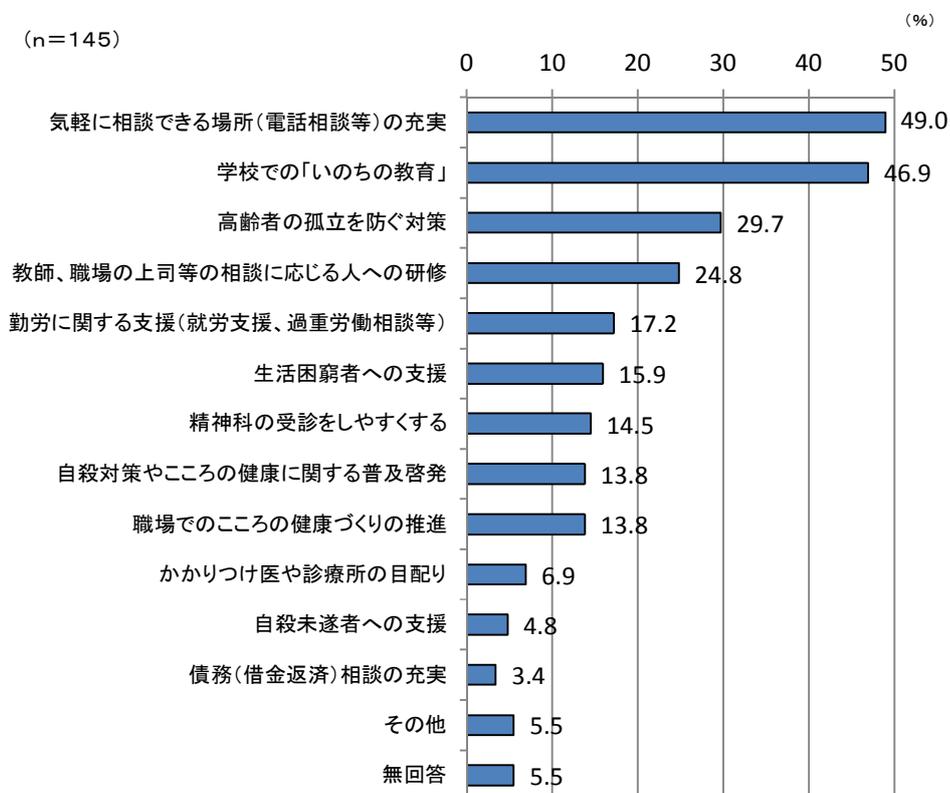
## (3) 相談先

悩みを抱えたとき解決するための方法は、「家族や親類に相談する」が57.9%で最も多く、次いで「友人や知人に相談する」が39.3%となっています。



#### (4) 大切だと思う自殺対策

自殺対策として大切だと思う取組は、「気軽に相談できる場所（電話相談等）の充実」（49.0%）と「学校での『いのちの教育』」（46.9%）の2つが多くなっています。





## 第 3 章

# 計画の基本的な考え方



## 1

# 基本理念

## すべての市民の命を大切にできるまちづくり

誰もが自殺に追い込まれることがなく、お互いが命を大切にしあえる社会が求められています。

近年、病気や生活苦に加えて、過労やいじめ、精神疾患や人間関係の悩み等様々な問題が重なって、人々が自殺に追い込まれていく状況が広がっています。

こうしたことから、自殺を防止するとともに、自殺者の家族や親族等に対する支援の充実を図るため、市民と行政、関係機関が一体となって、自殺対策に取り組むことが必要です。

牛久市は、「すべての市民の命を大切にできるまちづくり」を基本理念として、市民の皆さまとともに、自殺対策を推進します。

## 2

# 基本方針

本市では自殺総合対策大綱の考え方に沿って、次の内容を基本方針とします。

1. 生きることの包括的な支援として推進する
  - ・社会全体の自殺リスクを低下させる
  - ・生きることの阻害要因を減らし、促進要因を増やす
2. 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む
  - ・様々な分野の生きる支援との連携を強化する
  - ・「我が事・丸ごと」地域共生社会の実現に向けた取組や生活困窮者自立支援制度などと連携する
  - ・精神保健医療福祉施策と連携する
3. 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる
  - ・対人支援・地域連携・社会制度のレベルごとの対策を連動させる
  - ・事前対応・自殺発生の危機対応・事後対応等の段階ごとに効果的な施策を講じる
  - ・自殺の事前対応の更に前段階での取組を推進する
4. 実践と啓発を両輪として推進する
  - ・自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識を醸成する
  - ・自殺や精神疾患に対する偏見をなくす取組を推進する
5. 市、関係団体、民間団体、企業及び市民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

### 3 自殺に対する基本認識

本市では自殺総合対策大綱に沿って、次の3つを自殺に対する基本認識とします。

1. 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である
2. 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いている
3. 地域レベルの実践的な取組をPDCAサイクルを通じて推進する

### 4 基本目標

#### 基本目標1 自らの心のSOSに耳をかたむける

市民一人ひとりが、自殺の原因についての理解を深め、不安やストレスに適切に対応し、自ら相談支援を求めることのできる地域を目指します。

#### 基本目標2 周囲の人の見守り等の支援体制づくり

自殺は地域全体で防ぐことができるという視点に立って、地域の人々、関係機関、行政が緊密に連携し、自殺に追い込まれる危険性の高い人に対して、適切な支援を行う体制を構築します。

第 4 章  
事業の展開



本計画は、自殺総合対策大綱で国の提示している以下の課題を踏まえて作成しています。

### (1) 市民一人ひとりの気づきと見守り

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にくい現実があります。

そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、自殺の問題は一部の人や地域だけの問題ではなく、誰もが当事者となり得る重大な問題であることについて市民の理解を促進する必要があります。

また、自殺に対する誤った認識や偏見を払拭し、命や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の理解を促進することを通じて、自分の周りにいるかもしれない自殺を考えている人の存在に気づき、思いに寄り添い、声をかけ、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守っていくという自殺対策における市民一人ひとりの役割等についての意識が共有されるよう、教育活動、広報活動等を通じた啓発事業を展開することも重要です。

### (2) 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上

自殺対策の専門家として直接的に自殺対策に係る人材の確保、養成、資質の向上を図ることはもちろん、様々な分野において生きることの包括的な支援に関わっている専門家や支援者等を自殺対策に係る人材として確保、養成することが重要となってくることを踏まえて、幅広い分野で自殺対策教育や研修等を充実させていくことが重要です。

また、自殺や自殺関連事象に関する正しい知識を普及したり、自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守る、「ゲートキーパー」の役割を担う人材等を養成するとともに、自殺予防週間や自殺対策強化月間等の機会を捉え、市民がゲートキーパーについて理解を深めていくことも必要です。

さらに、これら地域の人的資源の連携を調整し、包括的な支援の仕組みを構築する役割を担う人材を養成していくことも課題です。

### (3) 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくり

自殺の原因となり得る様々なストレスについて、ストレス要因の軽減、ストレスへの適切な対応など心の健康の保持・増進に加えて、過重労働やハラスメントの対策など職場環境の改善のための、職場、地域、学校における支援体制の整備を進めることが重要です。

#### (4) 適切な精神保健医療福祉サービス

自殺の危険性の高い人の早期発見に努め、必要に応じて確実に精神科医療につなぐ取組に併せて、これらの人々が適切な精神科医療を受けられるよう精神科医療体制を充実することが重要です。

また、必ずしも精神科医療につなぐだけでは対応が完結しない事例も少なくないと考えられ、精神科医療につながった後も、その人が抱える悩み、すなわち自殺の危険性を高めた背景にある経済・生活の問題、福祉の問題、家族の問題など様々な問題に対して包括的に対応する必要があります。

こうしたことから、精神科医療、保健、福祉等の各施策の連携を強化して、誰もが適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるような体制を構築することが課題です。

#### (5) 社会全体の自殺リスク低下

自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因（失業、多重債務、生活苦等）」を減らし、「生きることの促進要因（自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力）」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方向で実施することが必要です。

こうしたことから、様々な分野において、「生きることの阻害要因」を減らし、併せて「生きることの促進要因」を増やしていくことが課題です。

#### (6) 自殺未遂者の再企図防止

医療機関と保健所、市、支援にかかわる事業所・団体等と連携し、自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐための対策を強化することが重要です。また、自殺未遂者の居場所づくりや、自殺未遂者を見守る家族等の身近な支援者への支援の充実を図ることも必要です。

#### (7) 遺された人への支援

自殺の防止を図るとともに、自殺者の親族等への支援の充実を図ることが求められています。自殺により遺された人等に対する迅速な支援を行うとともに、関連施策を含めた必要な支援情報を得ることができるよう情報提供体制の充実を図ることが重要です。

また、遺族の自助グループ等の地域における活動を支援していくことも必要です。

#### (8) 民間団体との連携強化

地域の自殺対策において、民間団体は非常に重要な役割を担っています。しかし、多くの民間団体が、組織運営や人材育成、資金確保等の面で課題を抱えているのが現状です。

そうした現状を踏まえ、民間団体が活動しやすくなるような支援に取り組むことが必要です。

#### (9) 子ども・若者の自殺対策

我が国の自殺死亡率は、近年、全体としては低下傾向にあるものの、20歳未満は平成10年以降おおむね横ばいであり、20歳代や30歳代は他の年代に比べてピーク時からの減少率が低くなっています。

また、若年層の死因に占める自殺の割合は高く、若年層の自殺対策が重要な課題として浮かび上がってきています。

こうしたことから、学校におけるSOSの出し方に関する教育を推進する等、特に若者の自殺対策を一層強化することが必要です。

また、支援を必要とする若者のライフステージ（学校の各段階）や立場（学校や社会とのつながりの有無等）ごとに置かれている状況は異なっており、自殺に追い込まれている事情も異なっていることから、それぞれの若者の置かれている状況に沿った支援をしていくことが必要です。

#### (10) 勤務問題による自殺対策

働く人が心身ともに健康で生活できるよう、長時間労働を是正するとともに、職場における様々なストレスや不安を軽減することができるよう、企業のメンタルヘルスの取組を促進していくことが重要です。

また、セクシュアルハラスメントやパワーハラスメント等により、働く人が自殺に追い込まれることがないよう、企業の取組を支援していくことも必要です。

## 2

## 市民や地域の取組

### 《 市民の行動目標 》

- 自らの命を大切にします
- ストレスの対処法を身につけます
- 自らの心の不調に気づいたら、早めに専門機関に相談します
- 自殺の要因となり得る、生活困窮・児童虐待・性暴力被害・ひきこもり・性的マイノリティ等について理解を深めます
- 自殺に対する正しい知識や理解を深めます
- いじめは人権を侵害する決して許されない行為であると認識します
- いじめを発見した場合には、学校や関係機関に速やかに連絡をします

### 《 地域の取組 》

- 地域で孤立する人を防ぐため、普段から近隣や身近な人への声掛けなどをします
- 世代間のギャップを埋めるための世代間交流を促進します
- 身近な人の変化に気づいたら、声をかけ、話を聞き、悩んでいたら専門機関に相談するよう勧め、温かく寄り添いながらじっくり見守るようにします
- 児童や生徒が健やかに成長できるように地域で見守ります
- 高齢者の単身世帯などに、日常的に気を配り、異変を感じたら、ためらわず関係機関等に連絡します

《 指 標 》

項 目	基準値 (27年)	目標値 (38年)
自殺者数	11人	8人以下
自殺死亡率 (人口10万対)	13.04	13.0以下
ゲートキーパー (※) 講習会開催数	1回	1回以上

注) 平成38年までに自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少 (自殺総合対策大綱の目標)

※ゲートキーパーとは、自殺を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守ることができるひとをいう。

## 3

## 市の取組

## 1. 市民一人ひとりの気づきと見守り

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
1	啓発広報を実施	毎年9月10日から16日までの自殺予防週間と、3月の自殺対策強化月間に、市広報紙や市ホームページ等を通して命を守るための広報活動を行います。	社会福祉課
2	講演会の開催	自殺や自殺関連事象に関する正しい知識の普及のため、こころの健康づくり講演会を開催します。	社会福祉課
3	児童生徒への啓発	市内全校で、協同的な学習を通して、多様性を尊重する力や共感する感性、思いやりの心を育成し、将来のより良き市民を育てます。	指導課

## 2. 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
4	ゲートキーパーを養成	心の不調を抱える人や自殺に傾くサインに気づき、必要に応じて専門機関につなぐことができるゲートキーパーの養成、市民に対する普及啓発に努めます。	社会福祉課
5	教職員の資質向上	いじめ・不登校対策事業の生徒指導主事研修会や不登校対策学校訪問を通して、教職員の資質向上を図り、児童生徒の不安や悩みに気づき、適切に対応できるようにします。	指導課
6	窓口対応の向上	職員一人ひとりが自殺対策に関して共通の認識をもち、窓口等での対応能力の向上に努めます。	全課

## 3. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくり

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
7	学校における環境整備	学校の依頼に応じて、教育センターきぼうの広場の臨床心理士等を学校に派遣し、児童生徒への相談活動を行います。	指導課
8	フェミニスト相談	男女のための悩みごと相談を実施しています。相談員がつらい気持ちに寄り添って、話を聞きます。	市民活動課
9	高齢者あんしん電話	「高齢者あんしん電話」をはじめとする高齢者の総合相談事業の充実と地域包括支援センターの機能強化を継続していきます。	高齢福祉課

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
10	災害時の支援	災害時保健活動マニュアルを作成し、大規模災害時における二次的健康障がいなどの被害を防ぎ、被災地域の早期復興に向けた支援を行います。	健康づくり推進課
11	健康づくりの推進	うしく健康プラン21を策定し、すべての市民が、どのような健康状態であろうとも、自分らしくいきいきと生涯を過ごすことができることを目標に健康づくりを推進します。	健康づくり推進課
12	たまり場づくりの推進	行政区の集会所を行政区の枠を超えて常時無償で開放し、サークルやサロン活動等への参加を促すことで、引きこもりの防止や心身の健康を促進します。	市民活動課

#### 4. 適切な精神保健医療福祉サービス

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
13	こころの健康相談	毎月、精神科医によるこころの健康相談を実施し、市民の心の健康の維持・増進に努めます。	社会福祉課
14	精神保健福祉士による相談	精神保健福祉士が身近な相談窓口として市民の心の健康に関する相談を受け、関係機関と連携し個別に対応します。	社会福祉課
15	自立支援医療	精神科領域の受診者の通院医療費負担軽減のため、自立支援医療制度の周知をし、必要な方が制度を利用しやすくします。	社会福祉課
16	自助グループ支援	統合失調症やアルコール依存症など、ハイリスク者に向けた支援として、適切な医療機関への受診を促すとともに、家族会等の自助グループと連携を図ります。	社会福祉課
17	子どもに対する精神保健医療支援	うつ病等で、自傷行為を起こすおそれのある子どもの保護者に対し、相談窓口の案内、医療機関等への受診を促します。	保育課 社会福祉課 こども家庭課
18	検診後の支援	特定健診等事後指導やがん検診の事後指導および、健康相談や健康講座を実施するなかで、心のケアを含め支援を行います。	健康づくり推進課

#### 5. 社会全体の自殺リスク低下

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
19	インターネットの適切な利用教育	中学校で、情報モラル講演会を実施し、インターネットの適切な利用に関する教育及び啓発活動を行います。	指導課
20	見守り活動	民生委員による見守り活動を行い、支援を必要とする方を支援窓口につなげます。	社会福祉課

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
2 1	妊産婦・乳幼児支援	妊産婦・乳幼児とその保護者に対し、妊娠届出時の面接から訪問、健診、教室、相談等切れ目ないサービスの提供を行い親子共々心のケアを含め支援します。	健康づくり推進課 社会福祉課
2 2	子育て支援	子育て支援に関する情報提供、相談支援を行うことにより子育てに関する不安の軽減を図ります。	こども家庭課
2 3	ひとり親家庭支援	ひとり親家庭の方へ仕事や経済的な支援に関する情報提供を行うとともに相談支援を行います。	こども家庭課
2 4	生活困窮者の支援	生活困窮からくる年金・保険税等の滞納による自殺を防ぐために適切な納付方法の指導や制度の周知等を行います。さらに、生活困窮者の相談窓口と連携し、住居確保および就労支援を進められるよう支援します。	医療年金課 社会福祉課 収納課 社会福祉協議会
2 5	納税相談支援	牛久市及び国・県・民間団体の最新支援施策を常に把握し、市税等の納付相談時に申出・聴き取りした事に対し、適切で丁寧な相談業務を行い、各種支援事業のパンフレットを相談カウンターに置いて利用普及に努めます。	収納課
2 6	庁内横断的な体制の整備・関係機関との連携	職員一人ひとりが自殺対策に関して共通の認識をもち、市民の多様な相談等から自殺の危険を示すサインに気づくとともに、必要に応じて関係各課で情報交換や検討会等を開催します。個別の状況に応じて、関係機関等に協力を依頼し、自殺対策に連携して取り組みます。	全課 社会福祉協議会

## 6. 自殺未遂者の再企図防止

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
2 7	居場所づくり	地域活動支援センターなど、相談ができる居場所づくりを進めます。	社会福祉課

## 7. 遺された人への支援

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
2 8	支援情報案内	ホームページ等を通して、遺された人への支援について情報提供を進めます。	社会福祉課

## 8. 民間団体との連携強化

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
2 9	民間団体との連携	地域における自殺対策を推進するため、民間団体等に必要な情報を提供するとともに、個別の状況に応じて具体的な対応策について、連携して取り組みます。	全課

## 9. 子ども・若者の自殺対策

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
30	心の健康教育	小学校の体育科や中学校の保健体育科において、心の健康に関する指導を行い、不安や悩み、ストレスへの適切な対処について指導します。	指導課
31	いじめ相談窓口	「牛久市教育委員会いじめ相談メール窓口」や「牛久市教育センターきぼうの広場」、「茨城県いじめ・体罰解消サポートセンター」等のいじめ等に関する相談窓口を児童生徒及び保護者等に周知し、いじめ被害児童生徒及びその保護者をはじめ、関係する周囲の児童生徒や地域住民からも広く情報を収集し、いじめの早期発見、早期解消を図ります。	指導課
32	いじめ防止	市いじめ問題対策連絡協議会、市教育委員会いじめ問題専門委員会を開催し、地域における公的機関（児童相談所、警察、法務局）や団体（市民生委員、市青少年相談員、人権擁護委員、市PTA連絡協議会、市校長会）等との連携・推進を図るとともに、いじめ防止等の対策に関する調査及び研究を行います。	指導課
33	子どもの人権を守る	小学生や中学生を対象に教師や保護者にも相談できない悩み事を書いてもらい、人権擁護委員が回答する「子ども人権SOSミニレター」事業を実施し、子どもをめぐる様々な人権問題の解決に取り組みます。	社会福祉課

## 10. 勤務問題による自殺対策

No.	項目	具体的な取組内容	担当課
34	ハラスメント防止	ハラスメント防止の啓発を行い、セクシュアルハラスメントやパワーハラスメント等により、働く人が自殺に追い込まれることがないように、啓発します。	人事課 商工観光課
35	市職員の自殺対策	市職員の職場におけるメンタルヘルス対策のため、研修、ストレスチェック、産業医との面談等を進めます。また、長時間労働の是正を図るため、職場巡視、出退勤時間の管理を行います。	人事課

## 4

## 推進体制

### ○庁内における推進体制

自殺予防やその対策などについて、庁内関係課等が情報共有を図りながら共通の認識を持ち、各事業に着実に取り組むとともに、連携しながらこの計画の推進を図っていきます。

### ○関係機関・団体等との連携

保健所や警察等の関係機関及び民間団体等との相互の緊密な連携を図り、地域における自殺対策を総合的かつ効果的に推進します。

# 付 録



## 1

## 各種相談先一覧

分野	名称	担当課	内容	実施日	場所
お金 くらし	無料税務相談	税務課	税金に関すること (税理士 無償協力員)	4月から12月までの原則第3木曜日 (要予約)	市役所
	休日納税相談	収納課	納税全般に関すること	毎月第1・最終日 曜日	市役所
	夜間納税相談	収納課	納税全般に関すること	毎月第2・第3火 曜日	市役所
	消費生活相談	消費生活センター (商工観光課)	消費者と事業者との間の契約 トラブル等について	月～金曜日 9:00～16:00	市役所
子育て	家庭児童相談	こども家庭課	18歳までのお子さんのしつけ や養育に関すること、学校のこ と、妊婦さんの悩みなど子育て に関するあらゆる相談に関する こと	土、日、祝日を除く 毎日	市役所
	子育てサロン	こども家庭課	子育ての悩みに関すること	毎月第2木曜日 (祝日を除く) 9:30～11:30	にこにこ広場
				毎月第1火曜日 (祝日を除く) 9:30～11:30	田宮地区広場
	綿の実サロン	こども家庭課	小学生のお子さんの子育てに 関すること	毎月第1木曜日 (祝日を除く) 10:00～11:30	にこにこ広場
	子育て電話相談	各市立保育園	子育ての悩みに関すること	月～金曜日 (祝日を除く) 9:00～16:00	各市立保育園
	子育て相談	健康づくり推 進課	栄養、歯磨き、子育てなどに 関すること	月1回	保健センター
	教育相談	教育センター きぼうの広場 (指導課)	いじめ、不登校ほか ☎874-6075	毎週月～金曜日	きぼうの広場
	牛久市教育委 員会いじめ相 談メール	指導課	いじめの相談 <a href="https://www.sec-gray.jp/cms/ushiku/mailform.php?code=40">https://www.sec-gray.jp/ cms/ushiku/mailform. php?code=40</a>	随時受付(お返事 には3日くらい かかります)	市役所
	子育てあれこ れ相談	社会福祉協議会	子育てや女性の悩みごとにつ いて ☎ 0120-783-012 (通話無料)	月～土曜日 9:00～17:00	市役所(社会 福祉協議会)
	お子さんの発 達相談	牛久市こども 発達支援セン ターのぞみ園	ことばの遅れ、身体に障がいがある、おちつきがないなど ☎ 870-4320 FAX 870-4350	毎週月～金曜日 9:00～17:00	のぞみ園
子育て世代 包括支援セン ター	健康づくり 推進課	妊娠・出産・子育て・こどもの 成長発達に関すること ☎ 870-5657	土、日、祝日を除 く毎日 8:30～17:15	保健センター	
健康	こころの健康 相談	社会福祉課	こころの健康全般について	月1回(要予約)	市役所
	デイケア	社会福祉課	こころのリハビリを行っています	毎週火曜日	市役所他
高齢者	介護保険相談	高齢福祉課	介護保険全般について	土、日、祝日を除く毎日 9:00～16:00	市役所

分野	名称	担当課	内容	実施日	場所
高齢者	高齢者あんしん電話	牛久市地域包括支援センター	高齢者の総合相談 ☎ 0120-874-115 (通話無料)	随時受付 365日 24時間対応 (電話相談)	地域包括支援センター (社会福祉協議会)
女性	フェミニスト相談	市民活動課 (男女共同参画推進室)	男女の悩みごと全般 予約専用☎ 873-1099	毎週月曜日 (祝日を除く) 【要予約】	市役所
	DVヘルプライン	NPO 法人 ウィメンズネット「らいず」	DV(配偶者からの暴力)に関することなど ☎ 029-222-5757	毎週水、金曜日 10:00~16:00	電話相談
	女性相談	茨城県福祉相談センター	DVに関することなど ☎ 029-221-4166	平日9:00~21:00 土祝9:00~17:00	電話相談(来所相談もあり)
障がい	障がい者なんでも相談	社会福祉課	障がい者(児)に関すること	毎月第2金曜日 (祝日を除く) 10:00~15:00	市役所
その他	交通事故相談	交通防災課	交通事故全般について	毎月第1・3水曜日 10:00~12:00 13:00~15:00	市役所
	人権相談	社会福祉課	人権に関すること	年2回(6月、12月)	市役所
	成年後見に関する相談	成年後見サポートセンター(社会福祉協議会内)	成年後見制度の情報提供や利用・申立手続きに関する相談	毎週月~土曜日 8:30~17:30	市役所 (社会福祉協議会)
	あんしんホットライン	社会福祉協議会	心配ごと全般 ☎ 0120-783-012 (通話無料)	月~土曜日 9:00~17:00 (電話相談)	電話相談
	心配ごと相談(あんしんホットライン)	社会福祉協議会	弁護士、司法書士の特別相談員と家庭裁判所調停員などの一般相談員が応じます ☎ 0120-783-012 (毎月1日、15日に電話予約)	毎月第1~4金曜日 13:00~16:00	市役所 (社会福祉協議会)

## 牛久市以外のさまざまな相談窓口

相談窓口	電話番号	相談時間帯	運営主体
茨城県いじめ・体罰 解消サポートセンター	☎ 029-823-6770 kennanijimekaisho@edu.pref.ibaraki.jp	月曜・水曜9:00~16:30 火曜・木曜・金曜 9:00~18:30	茨城県
文部科学省 24時間 いじめ相談ダイヤル	☎ 0570-0-78310	24時間相談可能	文部科学省
いばらきこころの ホットライン	☎ 029-244-0556	平日 (祝祭日及び年末年始を除く) 9:00~12:00 13:00~16:00	茨城県
いばらきこころの ホットライン	☎ 0120-236-556 (通話無料)	土曜日及び日曜日 (祝祭日及び年末年始を除く) 9:00~12:00 13:00~16:00	茨城県
いのちの電話 (つくば)	☎ 029-855-1000	毎日 24時間対応	社会福祉法人 茨城のちの電話
いのちの電話 (水戸)	☎ 029-350-1000	毎日 24時間対応	社会福祉法人 茨城のちの電話

相談窓口	電話番号	相談時間帯	運営主体
いのちの電話	☎ 0120-783-556 (通話無料)	毎月10日 8:00~翌日8:00	社会福祉法人 茨城いのちの電話
自殺遺族ライン	☎ 03-3813-9970	毎週水曜日 19:00~21:00	日本臨床心理士会
よりぞいホットライン	☎ 0120-279-338 (通話無料)	毎日24時間対応	一般社団法人社会的 包摂サポートセン ター
自死遺族相談 ダイヤル	☎ 03-3261-4350	毎週木曜日 11:00~19:00	NPO 法人全国自死 遺族総合支援セン ター
みんなの人権110番	☎ 0570-003-110	平日 8:30~17:15	法務局
子どもの人権110番	☎ 0120-007-110	平日 8:30~17:15	法務局
女性の人権ホットライン	☎ 0570-070-810	平日 8:30~17:15	法務局
インターネット人権相談	<a href="http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken113.html">http://www.moj.go.jp/JINKEN/ jinken113.html</a>	毎日24時間対応	法務局
外国人のための人権相談 ダイヤル	☎ 0570-090911	平日 9:00~17:00	法務局

## 2

## 策定の経緯

期 日	会議等	内 容
平成29年 5月15日	第1回全体会	<ul style="list-style-type: none"> <li>障がい福祉計画・障がい児福祉計画・自殺対策計画等のヒアリング、アンケート調査について</li> <li>策定作業と今後のスケジュールについて</li> <li>※アンケート調査は、3,000件を抽出し、郵送により行う。(障がい者2,606件、一般400件)</li> </ul>
6月21日	第1回作業部会	<ul style="list-style-type: none"> <li>調査票(案)の検討</li> </ul>
8月16日	第2回作業部会	<ul style="list-style-type: none"> <li>現行計画の進捗状況・事業所等ヒアリング内容検討</li> </ul>
8月～9月	事業所等ヒアリング	<ul style="list-style-type: none"> <li>事業所等のヒアリング</li> <li>※福祉事業所、身体、知的、精神、障がい児の当事者及び保護者</li> </ul>
9月19日	自殺対策計画 ワーキング	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本理念、指針、施策の検討</li> </ul>
10月2日	第2回全体会	<ul style="list-style-type: none"> <li>アンケート調査等の報告(第2回)</li> <li>現行計画の進捗評価(第2回)</li> </ul>
11月29日	第1回自殺対策作業 部会	<ul style="list-style-type: none"> <li>計画内容の検討</li> </ul>
12月25日	第3回全体会	<ul style="list-style-type: none"> <li>原案検討</li> <li>パブリックコメント実施準備</li> </ul>
平成30年 1月10日～ 1月30日	パブリックコメント	<ul style="list-style-type: none"> <li>パブリックコメントの実施(HP他)</li> </ul>
2月22日	第4回全体会	<ul style="list-style-type: none"> <li>計画案の検討</li> <li>概要版(障がい福祉計画・障がい児福祉計画)の検討</li> </ul>

## ○牛久市障害者自立支援協議会条例

平成28年12月20日

条例第33号

## (設置)

第1条 障害者基本法（昭和45年法律第84号）第36条第4項、障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律（平成17年法律第123号）第89条の3、障害者虐待の防止、障害者の養護者に対する支援等に関する法律（平成23年法律第79号）第35条及び障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律（平成25年法律第65号）第17条の規定に基づき、障害者及び障害児等への支援体制整備を図るため、牛久市障害者自立支援協議会（以下「協議会」という。）を置く。

## (所掌事務)

第2条 協議会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 障害福祉サービス利用に係る相談支援事業の中立性及び公正性の確保に関すること。
- (2) 障害者及び障害児等への支援のあり方に係る協議及び調整に関すること。
- (3) 地域の関係機関によるネットワークの構築及び推進に関すること。
- (4) 地域の社会資源の開発及び改善に関すること。
- (5) 障害者計画及び障害福祉計画の策定、審議及び調査等に関すること。
- (6) 障害者虐待の未然防止、早期発見及び早期対応に向けた体制構築に関すること。
- (7) 障害を理由とする差別を解消するための取組に関すること。
- (8) 専門部会等の設置及び運営に関すること。
- (9) 前各号に掲げるもののほか、市長が必要と認めること。

## (組織)

第3条 協議会の委員は30人以内とし、次に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 相談支援事業者
- (2) 障害福祉サービス事業者
- (3) 保健・医療関係者
- (4) 教育・雇用関係機関
- (5) 市内の企業
- (6) 障害者団体
- (7) 学識経験者
- (8) 前各号に掲げる者のほか、市長が必要と認める者

## (任期)

第4条 委員の任期は2年とする。ただし、再任を妨げない。

2 委員が欠けた場合における補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

## (会長及び副会長)

第5条 協議会に会長及び副会長を置き、それぞれ委員の互選により定める。

2 会長は、会務を総理し、協議会を代表する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるとき、又は欠けたときは、その職務を代理する。  
(会議)

第6条 協議会の会議は、必要に応じて会長が招集し、会長が会議の議長となる。

2 協議会の議事は、出席者の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

3 会長は、必要があると認めるときは、委員以外の者に出席を求め、意見を述べさせ、又は資料の提出を求めることができる。

(専門部会)

第7条 会長は、必要があると認めるときは、協議会に諮り、専門部会を置くことができる。

(ワーキングチームの設置)

第8条 協議会に、規則で定めるところにより、障害者計画の策定及び変更のために必要な調査及び資料を収集するため、ワーキングチームを置くことができる。

(庶務)

第9条 協議会の庶務は、障害者福祉担当課において処理する。

(委任)

第10条 この条例に定めるもののほか、協議会の運営について必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

(施行期日)

1 この条例は、公布の日から施行する。

(経過措置)

2 この条例の施行の際、現に牛久市障害者自立支援協議会の委員である者は、この条例の規定により委嘱された委員とみなす。

## 4

## 設置規則

○牛久市障害者計画検討ワーキングチーム設置規則

平成17年3月31日

規則第38号

(設置)

第1条 牛久市障害者自立支援協議会条例（平成28年条例第33号）第8条の規定により、牛久市障害者計画検討ワーキングチーム（以下「ワーキングチーム」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 ワーキングチームは、次の各号に掲げる事項を所掌する。

- (1) 障害者計画の審議のための情報収集、現状分析に関すること。
- (2) その他障害者計画に関すること。

(委員)

第3条 ワーキングチームの委員は、別表に定めるもののうちから市長が委嘱又は任命する。  
2 委員の任期は、牛久市障害者自立支援協議会における障害者計画の審議が終了するまでとする。

(運営)

第4条 ワーキングチームは、牛久市障害者自立支援協議会会長（以下「協議会会長」という。）の命により、障害者福祉担当課長が必要に応じて随時招集し、会議を総理する。  
2 ワーキングチームの会議の結果は、協議会会長に報告するものとする。

(庶務)

第5条 ワーキングチームの庶務は、障害者福祉担当課において処理する。

(委任)

第6条 この規則に定めるもののほか、ワーキングチームの運営について必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この規則は、公布の日から施行する。

## 5

## 委員名簿

## 牛久市障害者自立支援協議会委員名簿

氏名	所属	分野	備考
山本光明	ほっとピア 管理者	相談支援事業者	会長
佐々木 一 晃	牛久市社会福祉協議会 事務局 次長	相談支援事業者	副会長
横山基樹	いなしきハートフルセンター 施設長	相談支援事業者	相談就労部会長
今田 敬	博慈園 施設長	障がい福祉サービス 事業者	権利擁護部会長
井口光明	牛久さくら園 施設長	障がい福祉サービス 事業者	
松原栄一	みのるの郷 施設長	障がい福祉サービス 事業者	
小澤純也	おおぞら 理事長	障がい福祉サービス 事業者	相談就労部会長
大貴由美子	ケアセンター輪 施設長	相談支援事業者	
塚野 孝	竜ヶ崎保健所 保健指導課 課長	保健・医療関係者	
羽成裕明	美浦特別支援学校 教頭	教育・雇用関係機関	
柳澤彰男	龍ヶ崎公共職業安定所 上席職業指導官	教育・雇用関係機関	
長野元樹	牛久青年会議所 理事長	市内の企業	
御代川栄子	牛久市障害者連合会 副会長	障がい者団体	
櫻井勝利	牛久市障害者連合会 理事	障がい者団体	
古舘佳己	牛久市障害者連合会 理事	障がい者団体	プラン部会長
金井欣秀	茨城県立医療大学 助教	学識経験者	
仙波共栄	牛久市民生委員児童委員協議会 会長	市長が必要と認める者	
斉藤宗男	牛久警察署 生活安全課 課長	市長が必要と認める者	

氏名	所属	分野	備考
宇都木 哲 男	牛久消防署 救急課 課長	市長が必要と認める者	
柳 井 秀 之	牛久市区長会 会長	市長が必要と認める者	

【旧委員】

氏名	所属	分野	備考
秦 靖 枝	茨城県立医療大学 非常勤講師	学識経験者	
古 谷 博	博慈園 施設長	障がい福祉サービス事業者	

【事務局】

氏名	所属	事務
糸 賀 修	社会福祉課 課長	障がい福祉
結 束 千恵子	社会福祉課 課長補佐	障がい福祉
板 倉 美世恵	社会福祉課 主査	障がい福祉
富 田 香 織	社会福祉課 主査	障がい福祉
小 松 恭 子	社会福祉課 主任	障がい福祉

## 6

## ワーキングチーム名簿

平成 29 年度 自殺対策計画庁内ワーキング委員構成

分野	所属	役職	氏名	備考
保健福祉部	社会福祉課	課長補佐	柳橋 克栄	経済弱者、貧困
保健福祉部	高齢福祉課	課長補佐	石塚 悟	経済弱者、高齢者の心身の健康、相談
保健福祉部	こども家庭課	主 査	長江 弘美	家庭児童相談
保健福祉部	保育課	課長補佐	横田 一郎	経済弱者、貧困、就労支援
保健福祉部	健康づくり推進課	課長補佐	渡辺 恭子	心身の健康、相談業務
保健福祉部	医療年金課	課長補佐	保坂 正博	経済弱者、年金、保険税等の納付(滞納)
総務部	人事課	課長補佐	森本 百合子	職員のハラスメント、メンタルヘルス対策
総務部	収納課	課長補佐	塚本 浩	経済弱者の把握(滞納等)
市民部	市民活動課	課長補佐	飯島 敦子	市民のハラスメント、男女共同参画
環境経済部	商工観光課	課長補佐	倉持 真治	就労支援
教育委員会	指導課	課長補佐	山口 明	きぼうの広場、学校のいじめ対策(児童、生徒)
社会福祉協議会	福祉事業	グループ長補佐	飯塚 亨	障害者相談支援



## **いのち対策計画**

### **～牛久市自殺対策計画～**

発行 平成30年3月  
編集 牛久市 保健福祉部 社会福祉課  
〒300-1292  
牛久市中央3丁目15番地1  
電話 029 (873) 2111 (代)  
FAX 029 (873) 0421