

いのち支える鶴岡市自殺対策計画

(2019年4月～2024年3月)

～誰も自殺に追い込まれることのない
“生き心地のよい鶴岡市”の実現を目指して～



この計画は、市民一人ひとりが「いのち」の大切さを理解し、健やかに安心して暮らせるよう「誰も自殺に追い込まれることのない『生き心地のよい鶴岡市』の実現」を目指すものです。

自殺はさまざまな要因が複雑に関係しており、社会全体での取り組みが必要です。そのために、様々な分野の施策、人々や組織との連携を深め、目標を設定し、総合的に取り組んでいきます。

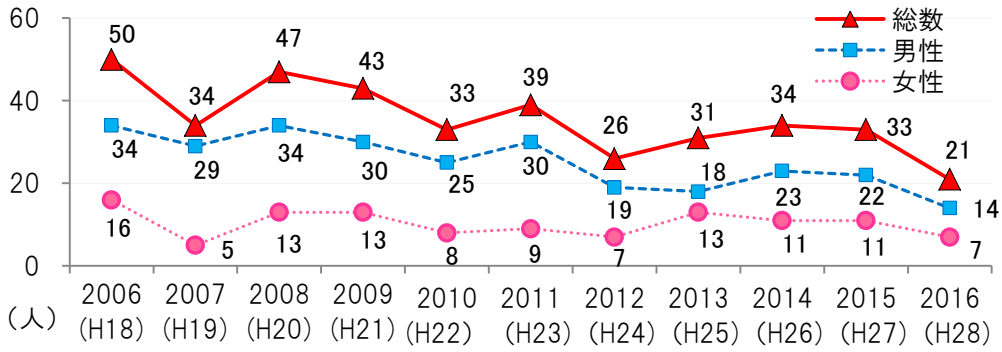
2019(平成31)年 3月
鶴 岡 市



鶴岡市の自殺の現状

鶴岡市 自殺死亡者数の推移

[出典：人口動態統計（厚生労働省）]

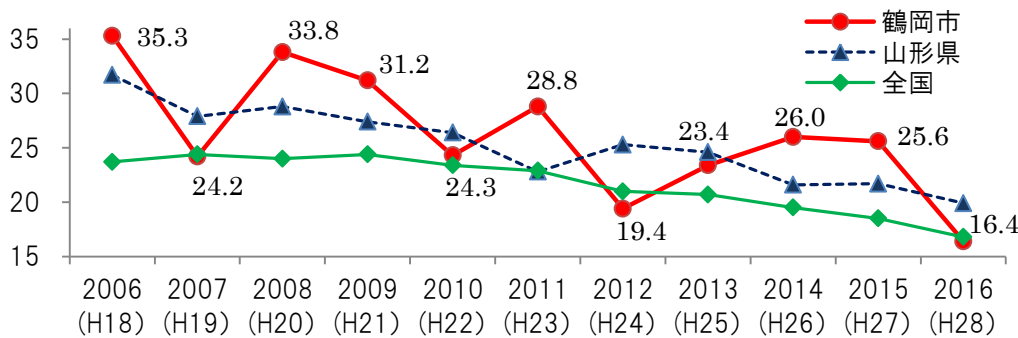


鶴岡市の自殺死亡者数は、

- ・減少傾向。
- ・男性は減少傾向。女性は横ばい。
- ・近年は男性が女性の約2倍多い。

自殺死亡率の推移（人口10万対）

[出典：人口動態統計（厚生労働省）]

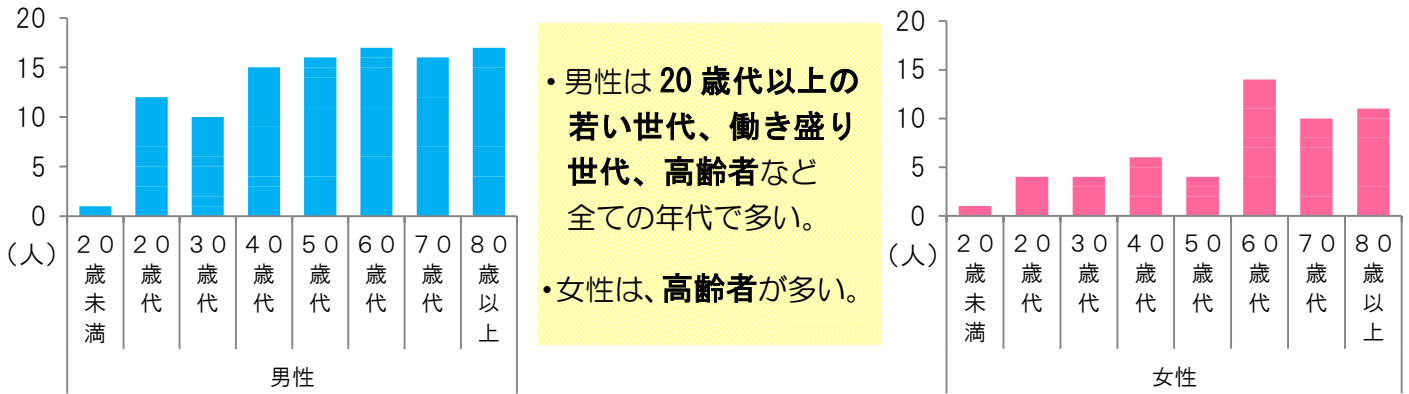


鶴岡市の自殺死亡率は、

- ・低下傾向。
- ・2016年は山形県（19.9）、全国（16.8）と比べて低い。

鶴岡市 性別・年代別自殺死亡者数

(H25～29) [出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）]



鶴岡市 原因・動機別・性別自殺死亡者数

(H25～29) [出典：地域における自殺の基礎資料（厚生労働省）]

	1位		2位		3位		4位	
	原因・動機	人数	原因・動機	人数	原因・動機	人数	原因・動機	人数
全体	健康問題	108	経済・生活問題	40	家庭問題	32	勤務問題	22
男性	健康問題	61	経済・生活問題	34	家庭問題	19	勤務問題	18
女性	健康問題	47	家庭問題	13	経済・生活問題	6	勤務問題	4

『健康問題』の詳細【平成29年全国の統計】

- 1位 「うつ病の悩み・影響」 (39.7%)
- 2位 「身体の病気の悩み」 (31.6%)
- 3位 「統合失調症、その他の精神疾患の悩み・影響」 (22.0%)

自殺は「こころの健康問題」が大きな原因です。

2週間以上
続く不眠は
うつ病のサイン

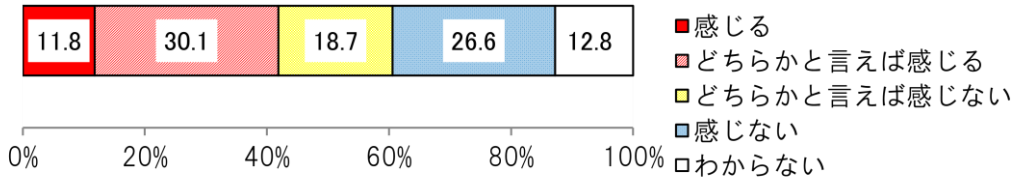
鶴岡市「健康意識・行動調査」(2017年度 実施)の結果より

相談や助けを求めることへのためらい



・ためらいを「感じる」「どちらかといえば感じる」(41.9%)

困った時は、ひとりで悩まず相談しましょう

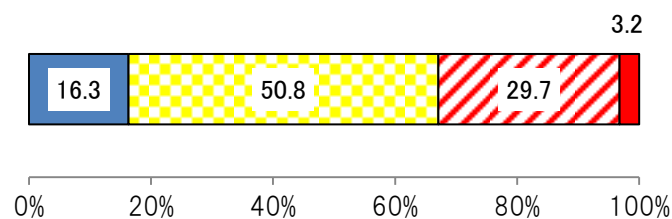


睡眠で休養がとれているか

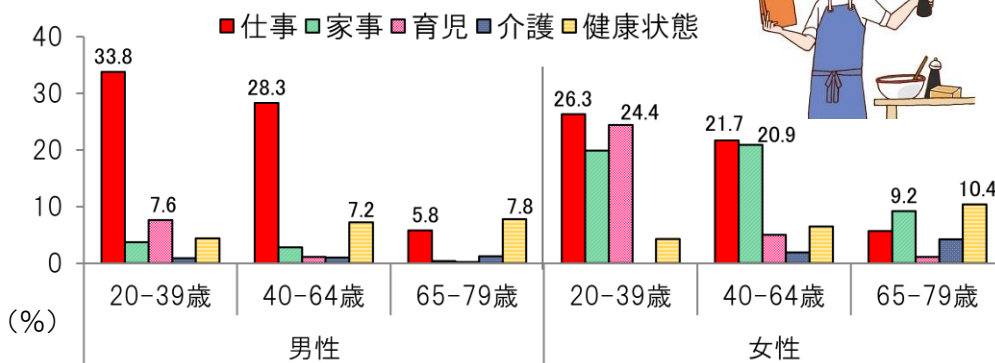
- とれている
- まあとれている
- あまりとれていない
- 全くとれていない

・睡眠で休養が「全くとれていない」「あまりとれていない」(32.9%)

睡眠・休養は心身の健康にとっても大切です



睡眠確保の妨げになっていること



・男女とも20~64歳は「仕事」が多い。

・男女とも65~79歳は「健康状態」が多い。

・女性は「家事」、20~39歳女性は「育児」が多い。

就労時間短縮、家事・育児のサポートが大切です

目標

① 自殺死亡者の減少

自殺死亡者数 2016(平成28)年 21人 ⇒ 2021年 18人 ⇒ 2023年 18人以下
 自殺死亡率 2016(平成28)年 16.4 ⇒ 2021年 15.7 ⇒ 2023年 15.4以下

② 相談することのためらいを感じる人の減少

悩みを抱えたりストレスを感じたときに、誰かに相談したり、助けを求めたりすることに、ためらいを「感じる」「どちらかといえば感じる」

2017(平成29)年 41.9% ⇒ 2023年 40.0%以下

③ 睡眠で休養がとれていないと思う人の減少

いつもの睡眠で十分に休養が「全くとれていない」「あまりとれていない」

2017(平成29)年 32.9% ⇒ 2023年 30.0%以下



取り組み



基本施策

1. 地域ネットワークの強化

- 関係機関の連携を強化し、地域全体での取組を推進。
- どこに相談しても、適切な相談場所につないで支援するための連携強化。

2. 自殺対策を支える人材育成

- 市民誰もが、互いにこころのサポーターとなり、悩みや困難を抱える人に早期に気づき、相談窓口につなぐための研修会の実施。

3. 市民への周知と啓発

- 悩んでいるときや、つらいときは、ひとりで悩まず相談したり、助けを求めることが大切であることの普及啓発。
- 睡眠・休養・うつ病予防等こころの健康づくりの普及啓発と相談窓口の周知。

4. 生きることの促進要因への支援

- 相談体制の充実と、支援策・相談窓口情報をわかりやすく発信。
- 孤立しやすい人を対象とした居場所づくりと周知。

重点施策

1. 高齢者対策



- 介護予防・介護・福祉等の施策と連動した事業展開と相談・支援。

2. 生活困窮者対策



- 生活困窮者自立支援部門等と連携した包括的な支援。

3. 勤務・経営問題の対策

- 商工・産業部門等の関係機関と連携した、勤務・経営等の相談・支援とメンタルヘルス対策の推進。



4. 子ども・若者に対する対策

- 保健・医療・福祉・教育・労働分野等の関係機関が連携した、若者の抱えやすい問題への支援・取り組み。



自殺対策推進のため「鶴岡市自殺予防対策ネットワーク会議」構成団体とともに取り組んでいきます。

【鶴岡市自殺予防対策ネットワーク会議 構成団体】 山形県弁護士会、山形県司法書士会、一般社団法人鶴岡地区医師会、鶴岡地区薬剤師会、鶴岡公共職業安定所、鶴岡警察署、山形県庄内保健所、山形県立こころの医療センター、一般社団法人鶴岡労働基準協会、社会福祉法人鶴岡市社会福祉協議会、鶴岡商工会議所、出羽商工会、鶴岡地域産業保健センター、社会福祉法人山形いのちの電話、特定非営利活動法人ぼらんたす、鶴岡市保健衛生推進員会連合会、鶴岡市民生児童委員協議会連合会、高等学校教育研究会田川支部保健養護部会、鶴岡市養護教諭部会、鶴岡市立庄内病院、地域包括支援センター

鶴岡市自殺予防対策ネットワーク会議は、自殺予防対策の推進を図るため、関係機関、関係団体等が連携し、総合的に取組む体制を構築することにより、市民のかけがえのない命を救うことを目的に、設置されています。

鶴岡市健康福祉部健康課（鶴岡市総合保健福祉センター にこ♥ふる内）

TEL:0235-25-2111（内線364） FAX:0235-25-7722 E-mail:kenko@city.tsuruoka.yamagata.jp

◆計画の全文については、市ホームページに掲載 ホームページ:[http:// city.tsuruoka.yamagata.jp](http://city.tsuruoka.yamagata.jp)