いのちを守る
佐渡市自殺対策計画

『ありがとう』でつながる島　佐渡

2019年3月

佐　渡　市

はじめに

わが国の自殺者数は、平成 10 年に 3 万人を超えたのをピークに年々減少傾向にありますが、まだまだ年間 2 万人を超えており、依然として数多くの方々が自殺で亡くなられています。

本市においても、毎年、残念ながら自らの命を絶たれる方がいらっしゃいます。特に 50 歳以上の男性や、高齢者の自殺者が多い傾向にあります。

その背景には、身体的・精神的な健康問題をはじめ、失業や多重債務、家庭問題や人間関係など、様々な要因が複合的に連鎖して起きると言われていることから、自殺対策には総合的な取り組みが不可欠であります。

そこで本市では、自殺対策を総合的に推進するための具体的な取り組みを定めた「いのちを守る佐渡市自殺対策計画」を策定いたしました。

本計画では、市民の皆さまの尊い命を守るため、計画の基本理念である「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を念頭に、『ありがとう』の言いあえる人と人とのつながりを大切にし、孤立を防ぎ、自己肯定感・自己有用感を育んでいけるような「『ありがとう』でつながる島　佐渡」を目指してまいります。その実現に向け、行政だけでなく、市民の皆さまと一緒になって自殺対策を進めていきたいと考えておりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

結びに、本計画の策定にあたり、多くのご提言を賜りご尽力くださいました佐渡市自殺対策推進協議会委員の皆さまをはじめ、貴重なご意見をいただきました市民の皆さま並びに関係各位に厚く御礼申し上げます。

平成 31 年 3 月

佐渡市長　三浦　基裕

目　　次

第１章　計画の策定にあたって ---------- 1
１　計画策定の背景と趣旨 ---------- 1
２　計画の位置づけ ---------- 2
３　計画の期間と進行管理 ---------- 3
４　計画の策定経過 ---------- 4

第２章　佐渡市の自殺の現状 ---------- 5
１　自殺の現状 ---------- 5
（１）自殺者数・自殺死亡率の推移 ---------- 5
（２）性別・年齢階級別自殺者数・自殺死亡率の状況（平成 25～29 年の合計） -- 6
（３）自殺の原因・動機（平成 24～28 年の合計） ---------- 7
（４）自殺者の職業（平成 24～28 年の合計） ---------- 8
（５）自殺の曜日（平成 24～28 年の合計） ---------- 9
（６）自殺した場所（平成 24～28 年の合計） ---------- 10
（７）同居人の有無（平成 24～28 年の合計） ---------- 11
（８）自殺未遂歴の有無（平成 24～28 年の合計） ---------- 11
２　アンケート調査の結果 ---------- 12
（１）こころの健康づくりに関するアンケート調査（成人・高齢者） ---------- 12
（２）「佐渡市自殺対策計画」策定に係るアンケート調査（小・中・高・カウンセラー）
---------- 22
（３）「佐渡市自殺対策計画」策定に係るアンケート調査（民生委員・児童委員）
---------- 26
（４）働く人たちの健康づくりのためのチェックリスト（事業所） ---------- 29
３　自殺に関する相談 ---------- 31
（１）佐渡管内の相談内容（平成 29 年度） ---------- 31

第３章　計画の基本的な考え方 ---------- 32
１　基本理念 ---------- 32
２　基本認識 ---------- 33
（１）自殺対策の基本方針 ---------- 33
３　計画の数値目標 ---------- 35
４　施策の体系 ---------- 36
（１）分野別の取り組み ---------- 36
（２）世代別の取り組み ---------- 38

第４章　いのちを守る自殺対策における今後の必要な取り組み ---------- 39
１　分野別の取り組み ---------- 39
（１）気づき・見守り体制の推進 ---------- 39
（２）ハイリスク者への支援 ---------- 41

（３）自殺対策を支える人材の育成及び支援---------- 43
（４）ネットワークの強化---------- 46
２　世代別の取り組み---------- 47
（１）育ち盛り世代（おおむね 0～18 歳） ---------- 47
（２）働き盛り世代（おおむね 19～64 歳） ---------- 50
（３）活躍盛り世代（おおむね 65 歳以上） ---------- 52

第５章　自殺対策の推進体制 ----------55
１　佐渡市自殺対策推進協議会---------- 56
２　佐渡市自殺対策推進本部---------- 56
３　自殺に関する「佐渡地域気づき・見守り体制づくり」庁内会議---------- 56

資料編----------57

１　庁内・地域の資源の把握---------- 57
２　身近な相談窓口一覧---------- 74

第１章　計画の策定にあたって

１　計画策定の背景と趣旨

わが国の自殺者数は、平成 10 年に急増し、年間 3 万人を超える状態で推移してきました。そのような中、平成 18 年 10 月に「自殺対策基本法」*1 が施行され、翌年 6 月にはこの法律に基づき、自殺対策の指針となる「自殺総合対策大綱」が閣議決定されました。

平成 22 年以降、自殺者数は減少が続いていますが、人口 10 万人あたりの自殺者数を示す自殺死亡率は先進 7 か国の中で最も高く、依然深刻な社会問題となっています。国は平成 28 年 4 月に「自殺対策基本法」を改正し、地方自治体に自殺を防ぐための計画策定を義務づけました。さらに、平成 29 年には「自殺総合対策大綱」*2 の見直しが行われ、自殺総合対策の基本方針が示されました。

新潟県では、自殺死亡率*3 が全国を上回る深刻な事態の改善を図るため、平成 22 年度に「自殺予防対策検討会」を設置し、自殺対策に取り組んできました。平成 28 年の「自殺対策基本法」の改正を受け、改めて課題の整理と対策の検討を行い、平成 29 年 3 月に「新潟県自殺対策計画」を策定しています。

平成 29 年の新潟県の自殺死亡率は、全国の高い方から 6 位でした。その中で佐渡市は県内でも高い状況にあり、毎年 20 人に及ぶ方々が自殺で亡くなられています。

このような厳しい状況と地域の課題を踏まえ、自殺対策を総合的かつ効果的に推進するための指針として「佐渡市自殺対策計画」を策定します。

自殺はその多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があることが知られています。このため、自殺対策は社会における「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)」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させるため、「対人支援のレベル」「地域連携のレベル」「社会制度のレベル」それぞれにおいて、強力にかつ総合的に推進することが必要です。

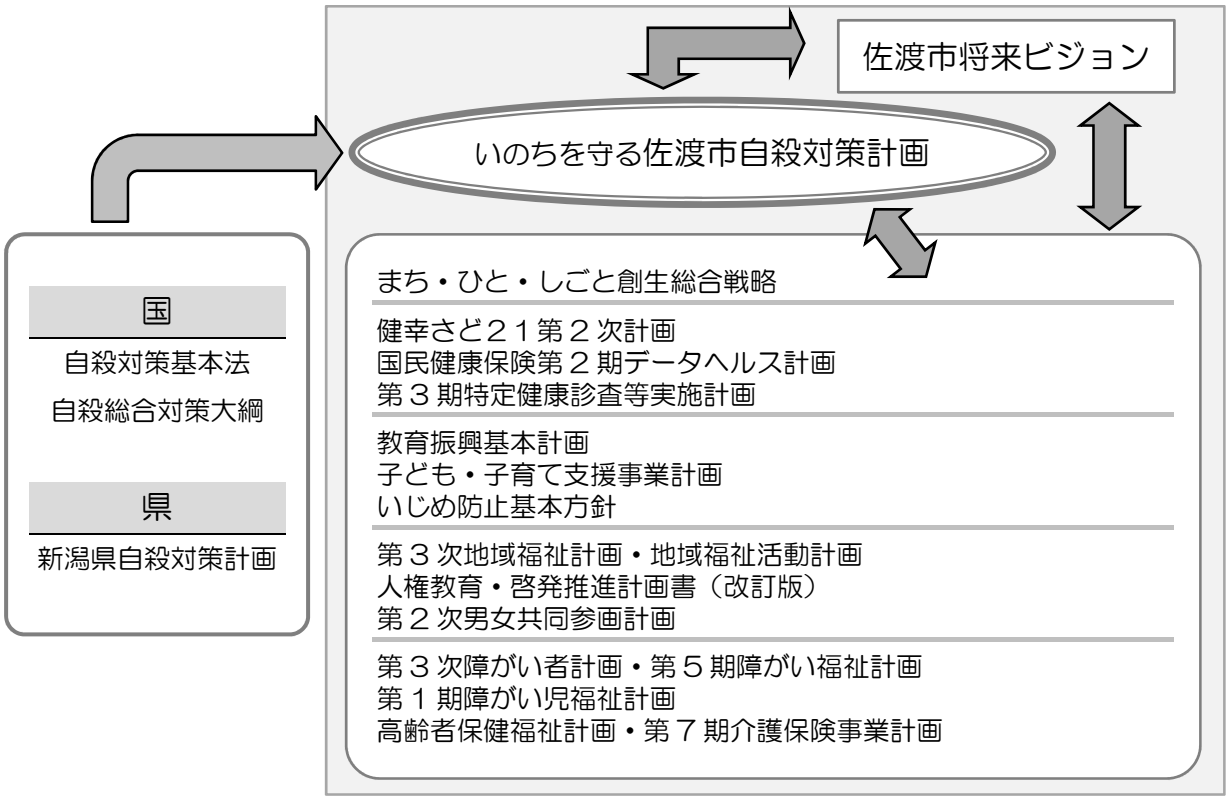
自殺対策の本質が生きることの支援にあたることを改めて確認し、国の「いのち支える自殺対策」という理念を踏まえ、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」とともにすべての市民がかけがえのない個人として尊重され、誰もがいきいきと暮らす佐渡市をめざします。

＊１　自殺対策基本法：年間の日本の自殺者数が３万人を超えていた日本の状況に対処するため制定された法律。平成 18 年に施行。
＊２　自殺総合対策大綱：自殺対策基本法に基づき、政府が推進すべき自殺対策の指針として策定されたもの。平成 29 年に「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～」が閣議決定された。
＊３　自殺死亡率：その年の、人口 10 万人あたりの自殺者数。厚生労働省の人口動態統計による。毎年 10 月１日現在の総人口を基に算出。

２　計画の位置づけ

本計画は、平成 28 年に改正された自殺対策基本法第 13 条第 2 項の規定に基づき、国の「自殺総合対策大綱」の趣旨を踏まえ、佐渡市の実情に即した「市町村自殺対策計画」として策定します。

中長期的な視点で継続的に実施していくにあたり、市の最上位計画である「佐渡市将来ビジョン」や関連性の高い「健幸さど２１第２次計画」、「第３次地域福祉計画」等との整合性を図ります。



３　計画の期間と進行管理

病気の予防に加えて、元気を増やす視点を大切にこころの健康づくりを推進するための施策・目標等を掲げている「健幸さど２１第２次計画」の期間が 2016 年度から 2025 年度までの 10 年間であることから、本計画の期間は 2019 年度から 2025 年度の 7 年間とします。計画の最終年度には見直しを行い、効果的に対策が推進されるよう考慮します。

また、国の「自殺対策基本法」や「自殺総合対策大綱」等が見直された場合や社会情勢の変化に配慮し、必要に応じて計画の見直しを行います。

なお、進行管理については、計画の実効性を確保するために、随時計画の執行状況等を点検・評価し、着実な推進を図るとともに、計画期間終了後には総括的な評価を行うこととします。

社会全体で自殺対策の PDCA サイクルを回すことを通じて、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けた取り組みを推進していきます。

■計画期間■

計画名等	2016年度	2017年度	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度	2024年度	2025年度
自殺総合対策大綱見直し		●					●			
佐渡市将来ビジョン		見直し								
健幸さど21第2次計画					見直し					
いのちを守る佐渡市自殺対策計画			策定							

４　計画の策定経過

〇佐渡市自殺対策推進協議会・テーマ別検討会

計画の施策、取り組み内容の検討・協議を行い、計画に反映しました。

〇市民の意見反映

広く市民の方々から意見をお聞きするため、アンケート調査やパブリックコメントを実施し、計画に反映しました。

〇自殺に関する「佐渡地域気づき・見守り体制づくり」庁内会議

市の関係課で連携して自殺対策に取り組むため、検討・協議を行い、計画に反映しました。

〇本部会議

佐渡市自殺対策推進本部において、地域の自殺の現状とこれまでの自殺対策の概要について検討し、計画に反映しました。

〇事業の棚卸し

庁内の既存の関連事業を自殺対策に活用し、計画に盛り込むため、「事業の棚卸し」を行いました。

また、自殺対策事業において、市と特に関連のある新潟県佐渡地域振興局健康福祉環境部（佐渡保健所）及び佐渡市社会福祉協議会の取り組みについて、地域の資源として計画に盛り込みました。

第２章　佐渡市の自殺の現状

１　自殺の現状

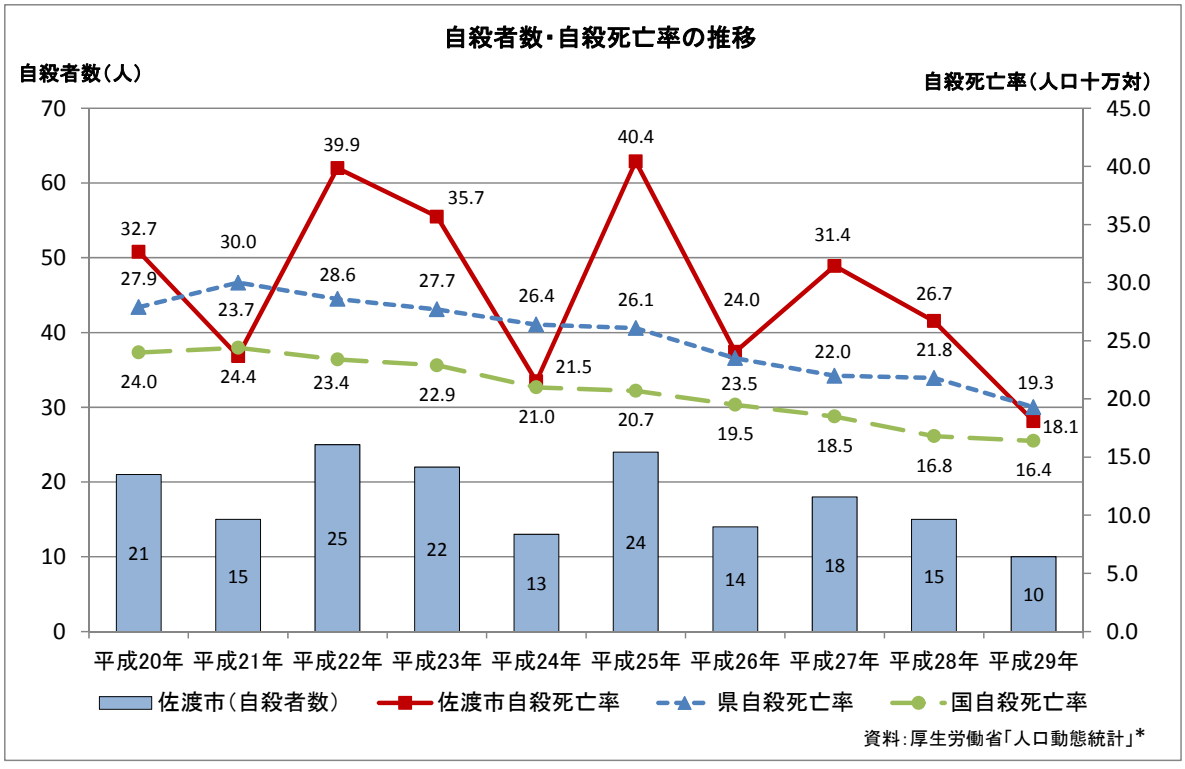
佐渡市は、県内でも依然として高い自殺死亡率であり、毎年 20 人前後の方が尊い命を自ら亡くされています。

この現状を踏まえ、佐渡市では、健やかな「こころ」と「からだ」をつくり、健康寿命の延伸と生涯現役をめざす「健幸さど２１第２次計画」を推進しています。また、平成 29 年度に佐渡市自殺対策推進協議会を設置し、様々な分野の関係機関と自殺の実態や情報の共有化を図るとともに、広報活動や気づき・見守り体制の強化を進めてきました。

（１）自殺者数・自殺死亡率の推移

佐渡市の自殺者数は平成29年で10人、平成20年から平成29年の平均でみると17.7人となっています。

佐渡市の自殺死亡率は平成 29 年で 18.1 となっていますが、過去 10 年間の平均でみると国・県と比較して高い傾向にあります。



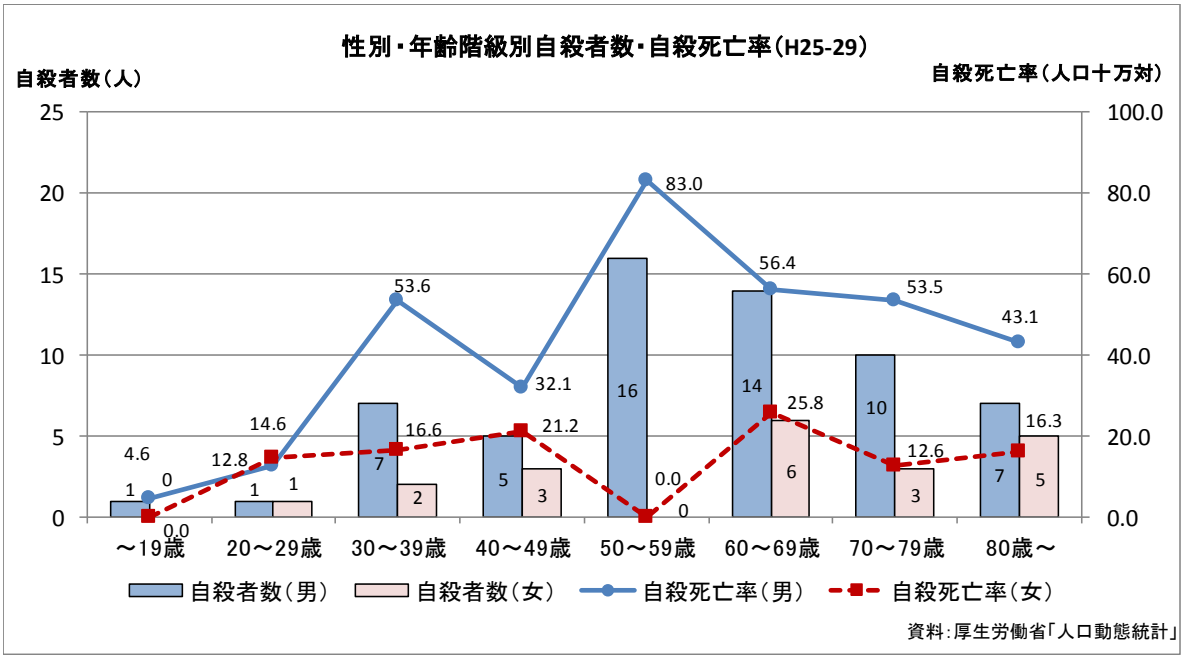
＊人口動態統計：厚生労働省の「人口動態統計月報（概数）」を基にした統計。日本における日本人を対象としている。

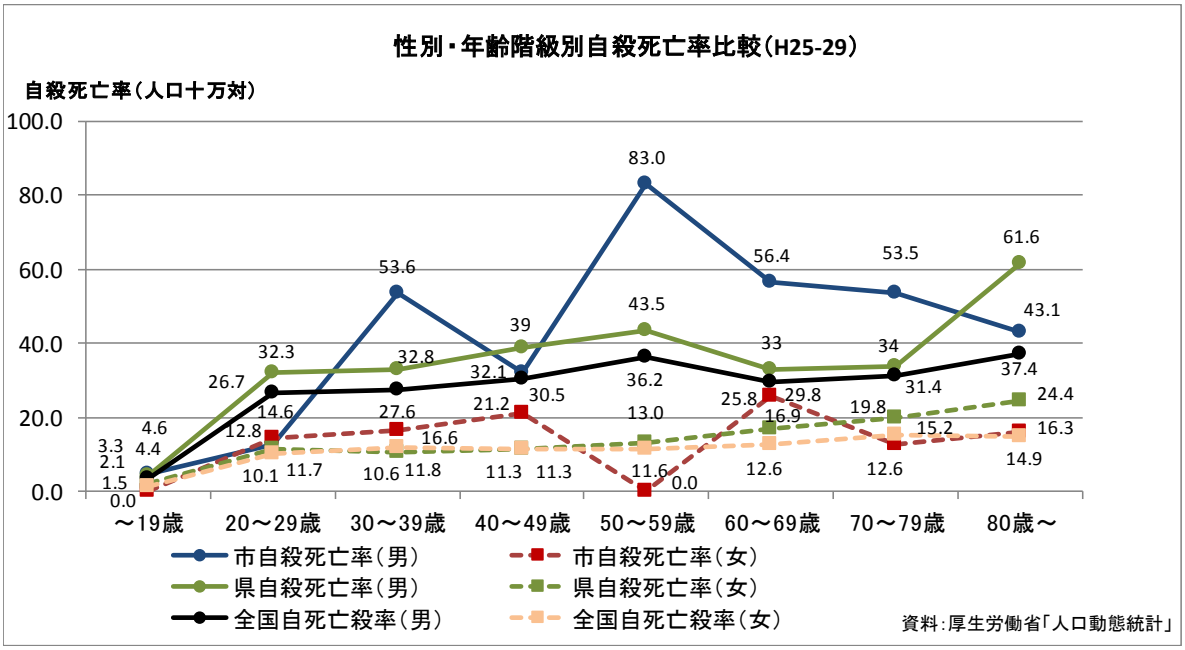
（２）性別・年齢階級別自殺者数・自殺死亡率の状況（平成 25～29 年の合計）

平成 25～29 年の合計では、男性の自殺者は女性の約 3 倍となっています。また、60 歳以上の方が全体の約半数を占めています。

性別・年齢階級別にみると 50～59 歳の男性が一番多く 16 人となっています。男性は、特に 50～69 歳の自殺者数が多くなっています。女性は、60 歳以上の自殺者数がわずかに多く、高齢女性の自殺死亡率が減少しない状況です。

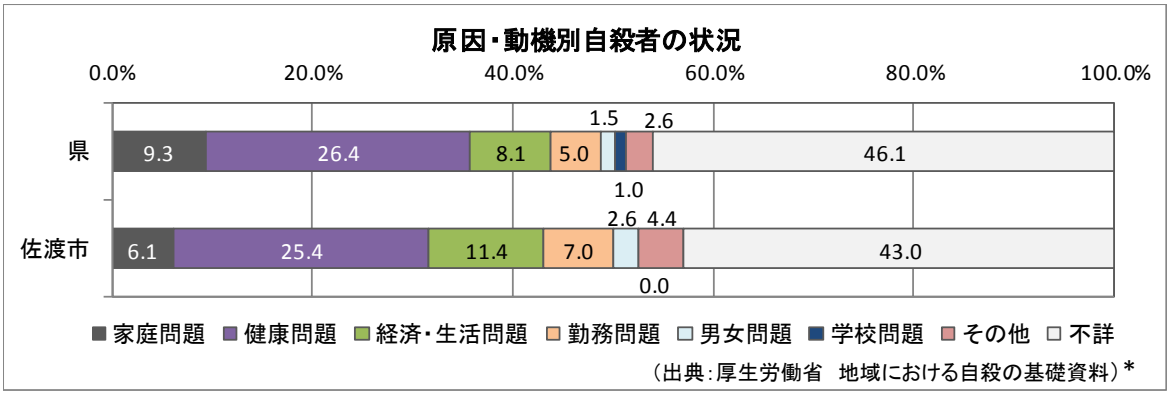
自殺死亡率でみると、男性は 30～39 歳及び 50～79 歳が、県・国を上回り、特に 50～59 歳で差が大きくなっています。女性は、20～49 歳、60～69 歳で県・国より高くなっています。

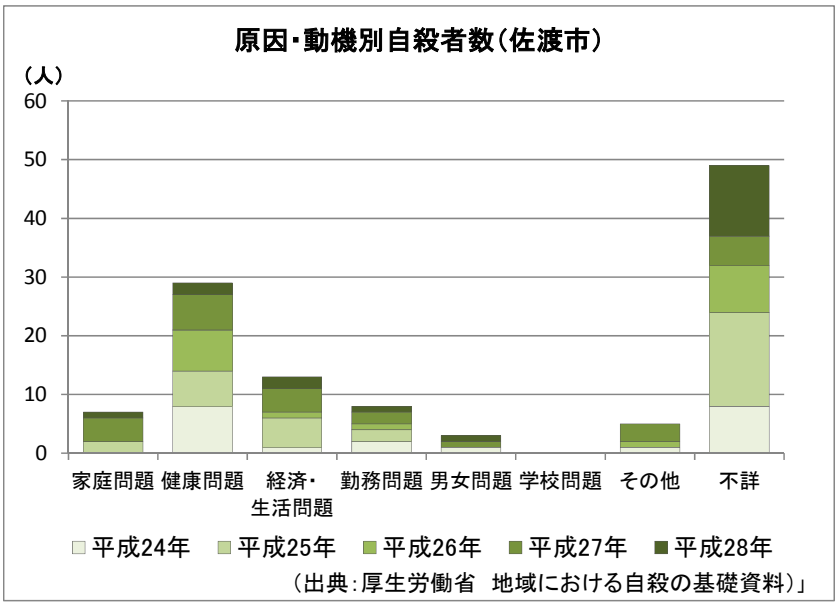


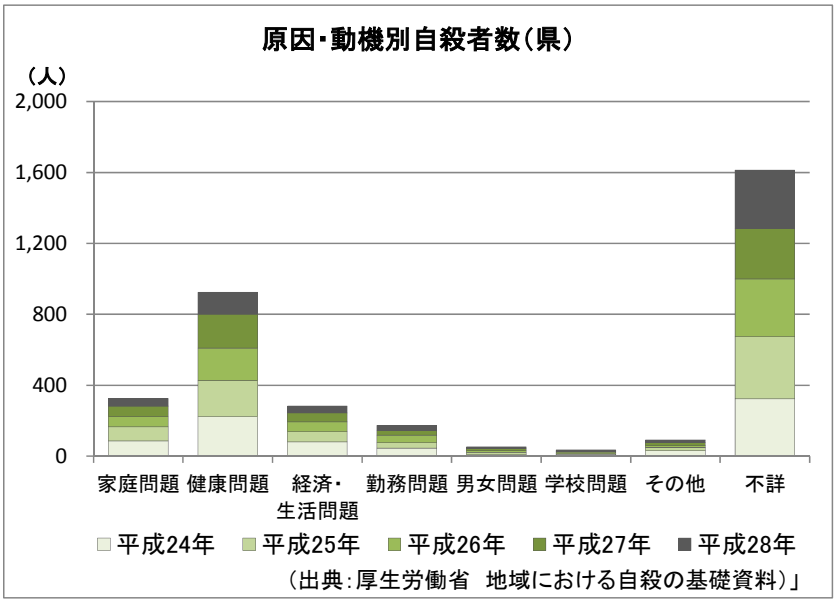


（３）自殺の原因・動機（平成 24～28 年の合計）

自殺の多くは、多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、様々な要因が連鎖する中で起きるといわれている中で、佐渡市の自殺者の原因・動機を７つのカテゴリに分けてみると、「健康問題」が多くなっています。各項目の割合を比較すると「健康問題」「家庭問題」は県より低く、「経済・生活問題」「勤務問題」は県より高くなっています。



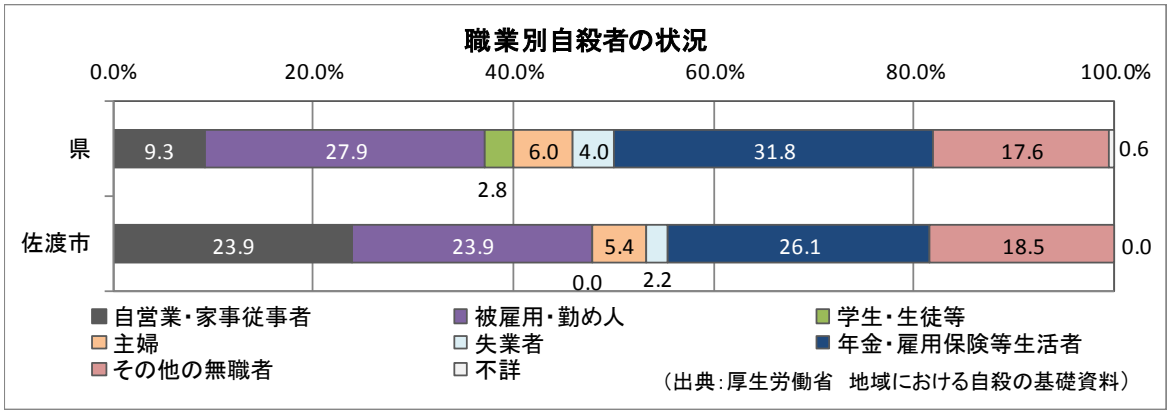


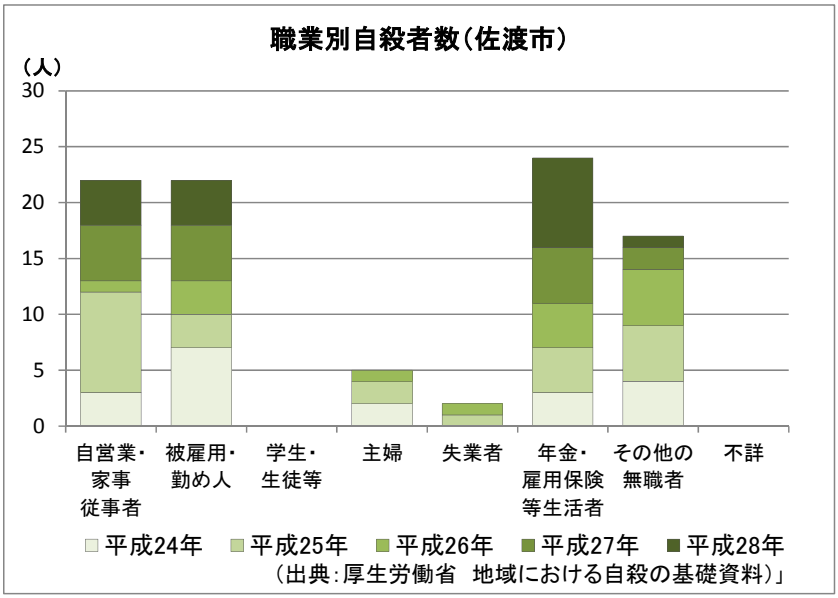


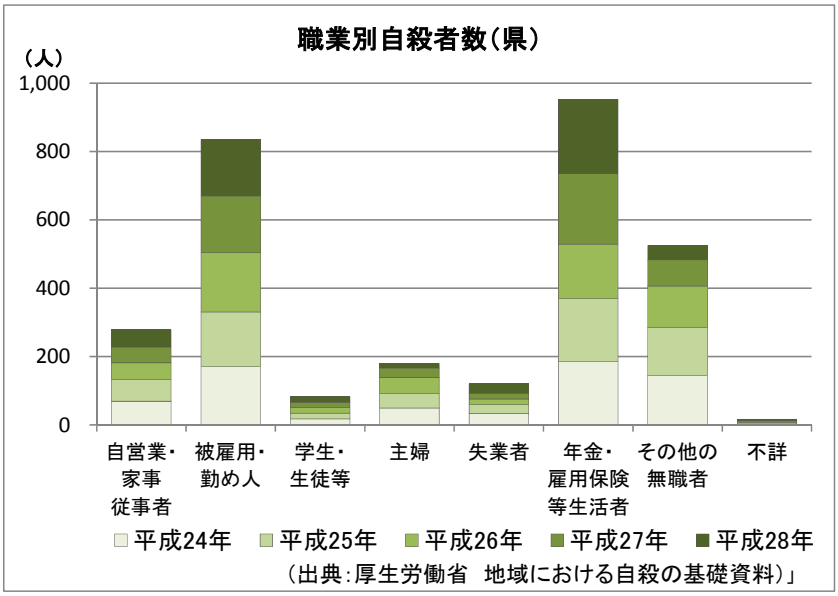
＊地域における自殺の基礎資料：地域における自殺の実態に基づき対策が講じられるよう、厚生労働省自殺対策推進室において、警察庁から提供を受けた自殺データに基づいて、全国・都道府県別・市区町村別自殺者数について再集計した、より詳細な自殺の資料。

（４）自殺者の職業（平成 24～28 年の合計）

自殺者の職業を以下のとおり 7 つのカテゴリに分けてみると、「年金・雇用保険等生活者」が最も多く、次に「自営業・家事従事者」「被雇用・勤め人」が多くなっています。各項目の割合を比較すると「年金・雇用保険等生活者」「被雇用・勤め人」は県よりは低く、「自営業・家事従事者」については県よりかなり高くなっています。

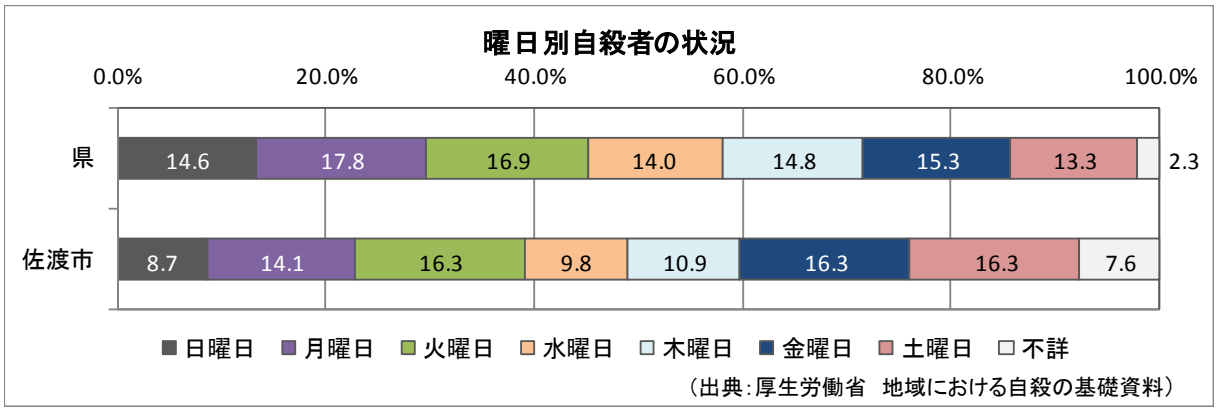


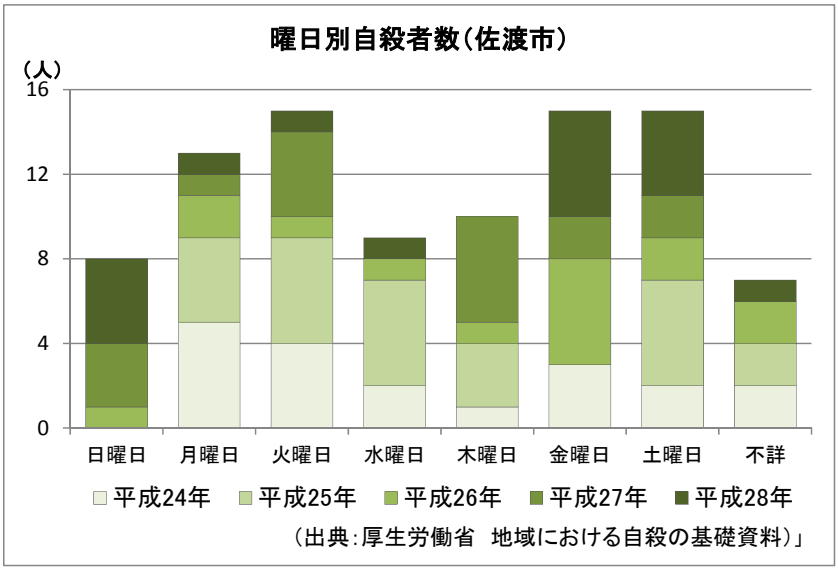


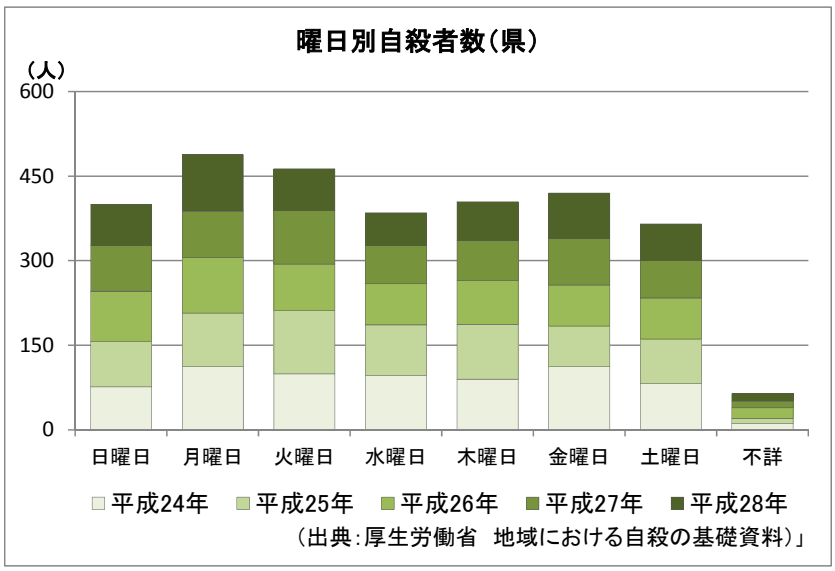


（５）自殺の曜日（平成 24～28 年の合計）

自殺の曜日では、県は各曜日ではあまり差がありませんが、佐渡市では「火」「金」「土」曜日が最も多くなっています。

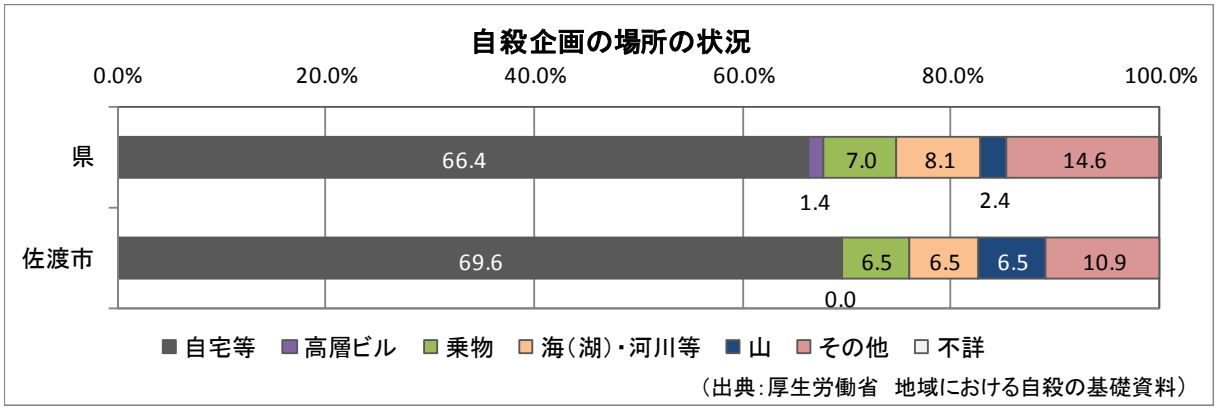


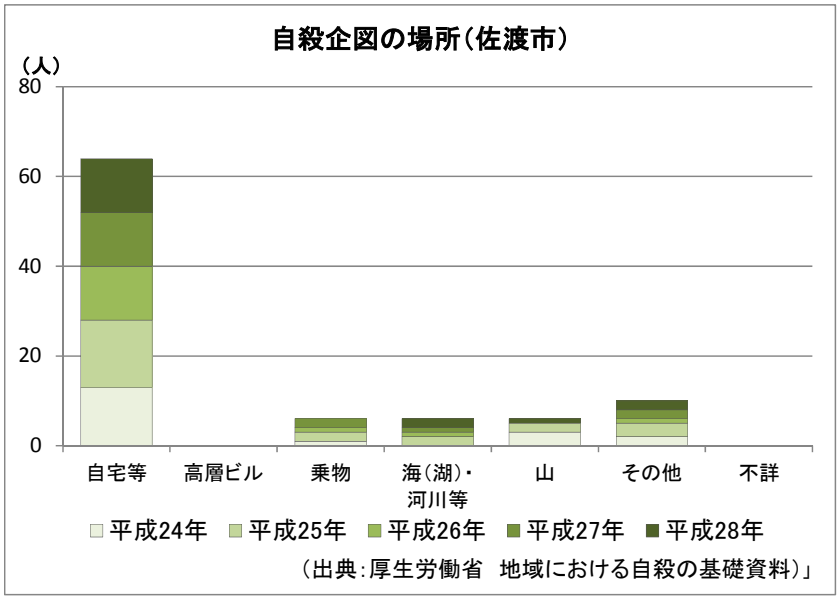


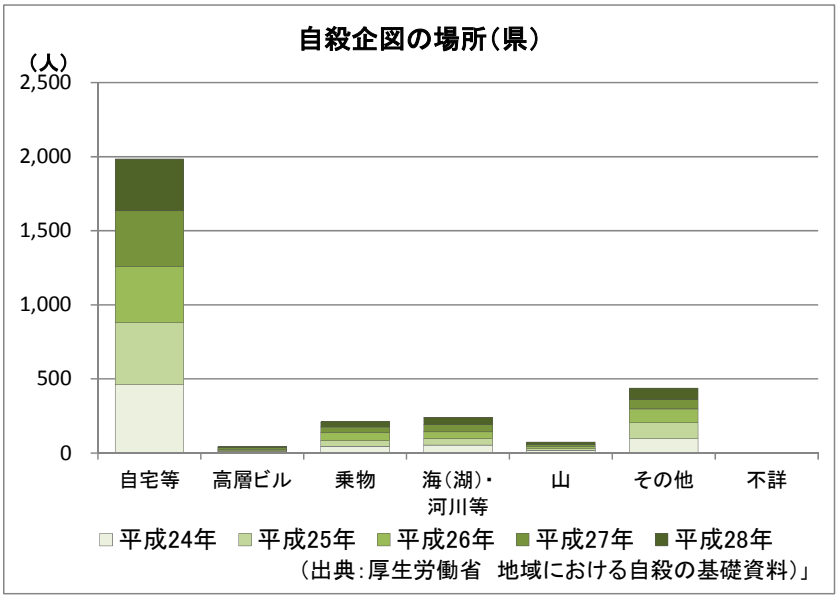


（６）自殺した場所（平成 24～28 年の合計）

自殺した場所では、県、佐渡市ともに「自宅」が半数以上となっています。

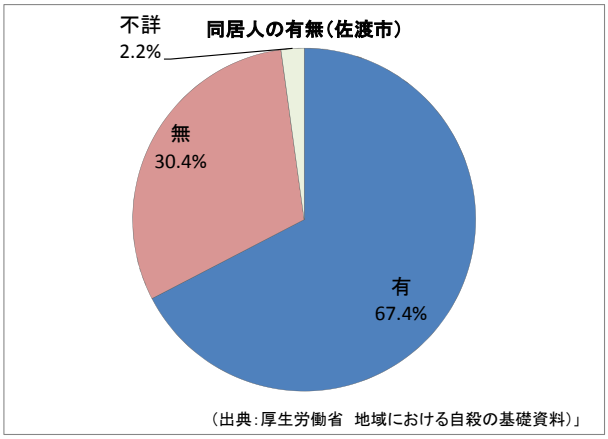


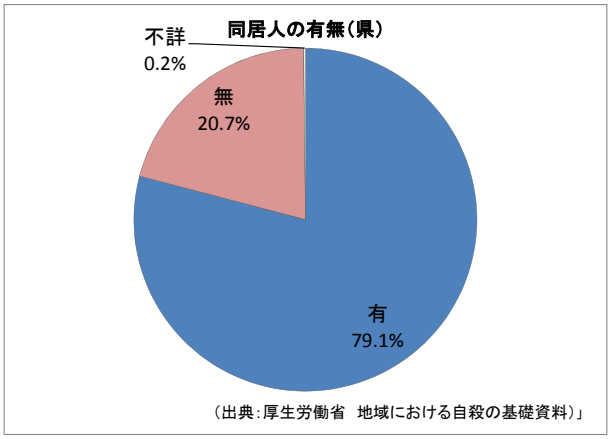




（７）同居人の有無（平成 24～28 年の合計）

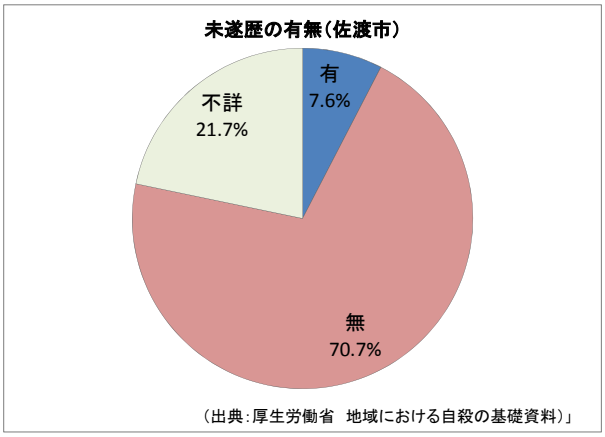
同居人の有無を比較すると「有」は県より低く、ひとり暮らしが約 3 割となっています。しかし、佐渡市は 40～59 歳の同居男性の自殺者数が多い状況です。

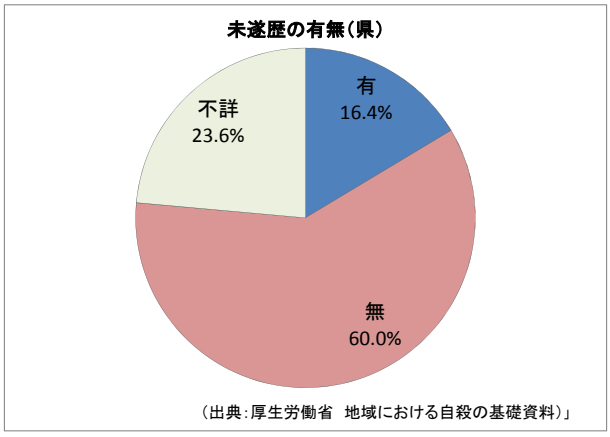




（８）自殺未遂歴の有無（平成 24～28 年の合計）

自殺者の自殺未遂歴の割合を比較すると「有」は県より低く、「無」は高くなっています。このことから 1 回で死に至る方が多いということが分かります。





２　アンケート調査の結果

本計画を策定するための基礎資料として、成人・高齢者、小・中・高校の教諭及びスクールカウンセラー、民生委員・児童委員、市内事業所への自殺対策に関するアンケート調査を行いました。各アンケート調査の結果は以下のとおりです。

※グラフ中の「n」とは、それぞれの質問に対する回答者数です。
※グラフ表示は無回答を除いた割合となっています。

（１）こころの健康づくりに関するアンケート調査（成人・高齢者）

①　調査の概要

本計画を策定するための基礎資料として、こころの健康づくりに関する意識等を把握することを目的として実施しました。

成人は、20～64 歳までの市民 2,000 人（無作為抽出）を対象に、平成 30 年 2 月～3 月に実施しました。

高齢者は、65 歳以上の市民 2,000 人（無作為抽出）を対象に、平成 30 年 4 月に実施しました。

■回答数■

成　人（20～64 歳）	
調査対象者	2,000 件
回収数	895 件
回収率	44.8%

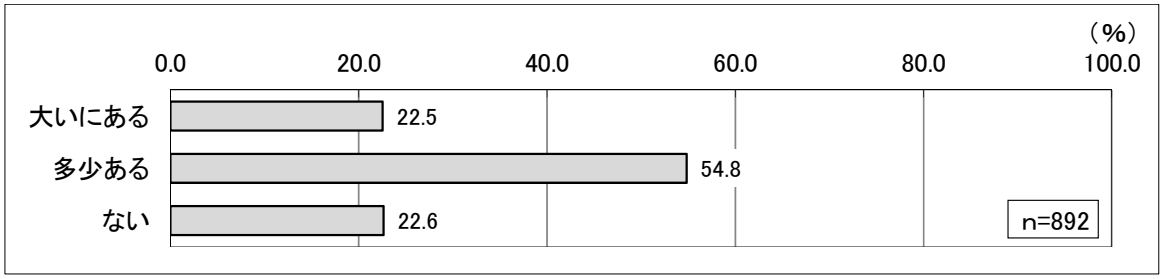
高齢者（65 歳以上）	
調査対象者	2,000 件
回収数	1,173 件
回収率	58.7%

②　調査の結果

問　あなたは、最近１年以内に日常生活で、悩んでいることはありますか。

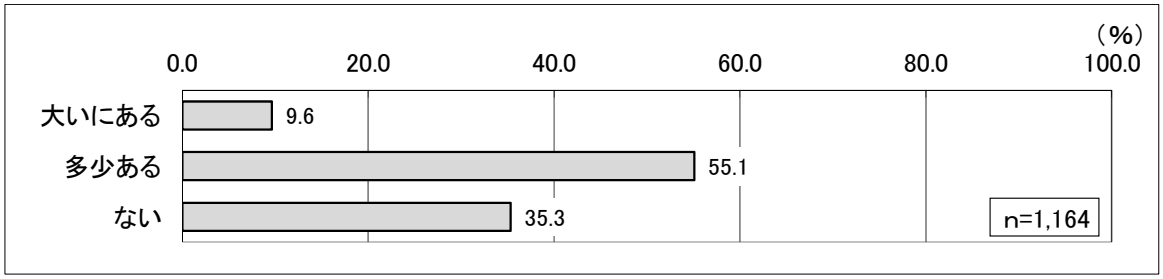
【成　人】

「大いにある」が 22.5%、「多少ある」が 54.8%、「ない」が 22.6%となっています。



【高齢者】

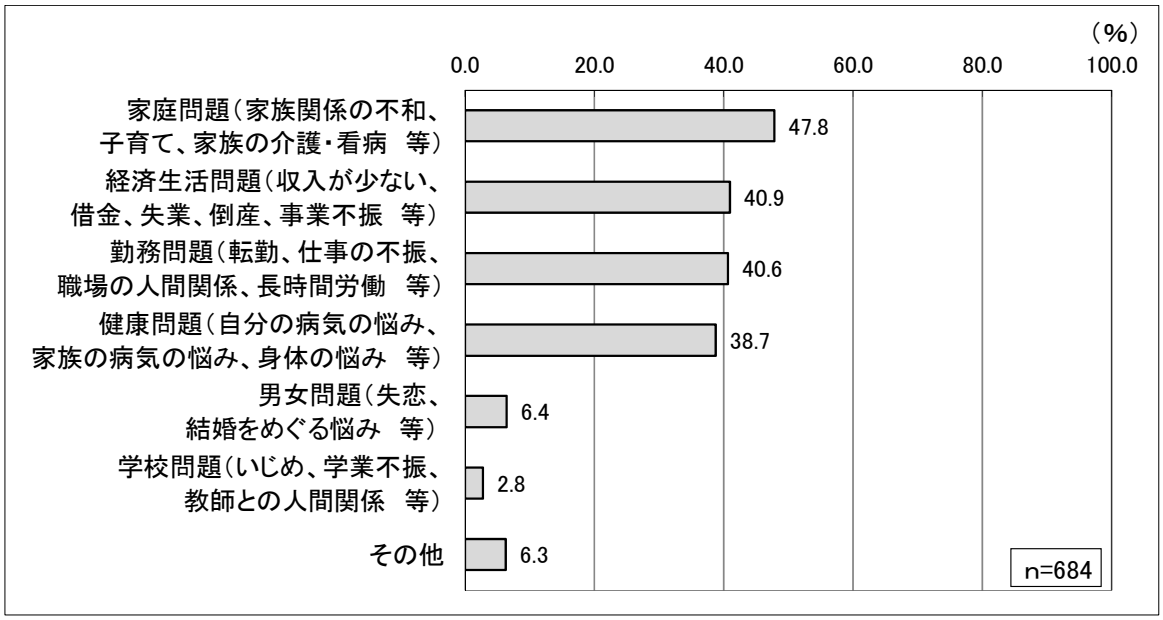
「大いにある」が 9.6%、「多少ある」が 55.1%、「ない」が 35.3%となっています。



問　《 悩みがある方 》それはどのような事がらが原因ですか。（複数回答）

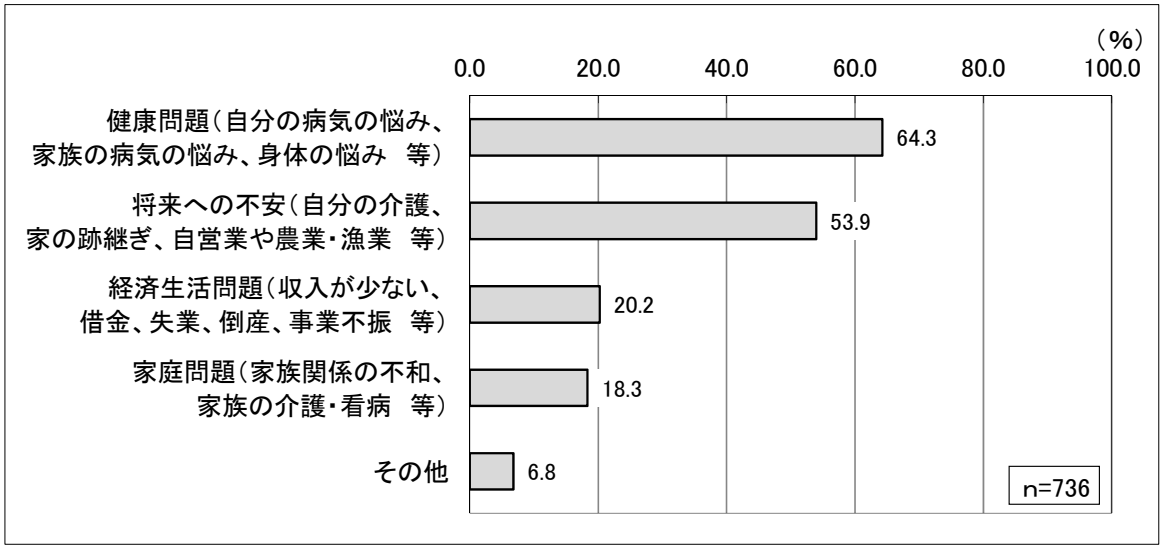
【成　人】

「家庭問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病　等）」が最も高く 47.8%、次いで「経済生活問題（収入が少ない、借金、失業、倒産、事業不振　等）」が 40.9%となっています。



【高齢者】

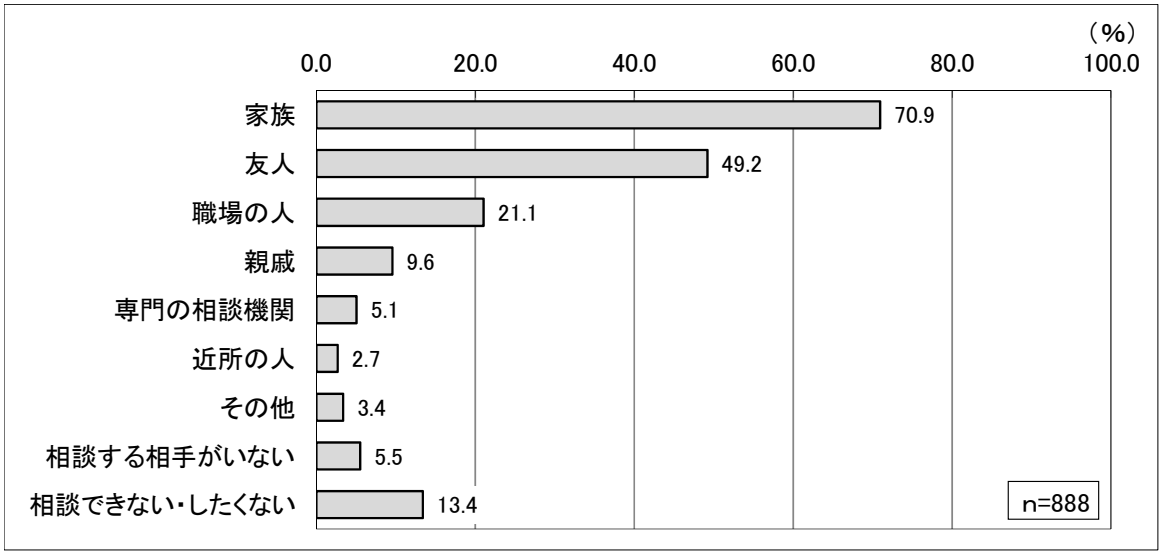
「健康問題（自分の病気の悩み、家族の病気の悩み、身体の悩み　等）」が最も高く 64.3%、次いで「将来への不安（自分の介護、家の跡継ぎ、自営業や農業・漁業　等）」が 53.9%となっています。



問　あなたは悩みを抱えたとき、誰に相談しようと思いますか。

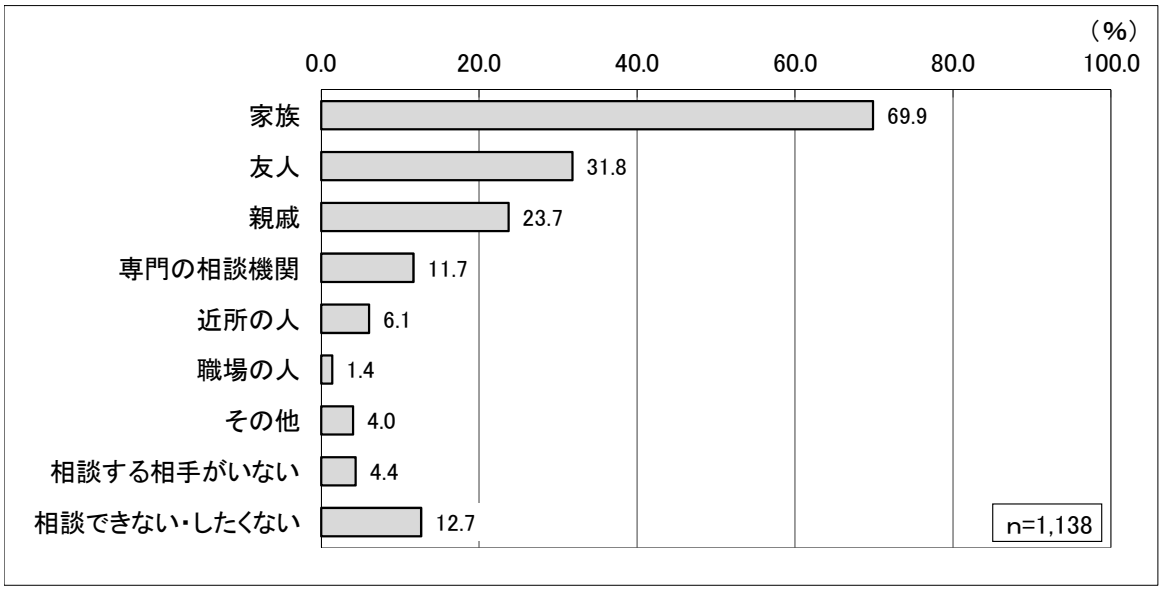
【成　人】

「家族」が最も高く 70.9%、次いで「友人」が 49.2%となっています。また、「相談する相手がいない」が 5.5%、「相談できない・したくない」が 13.4%となっています。



【高齢者】

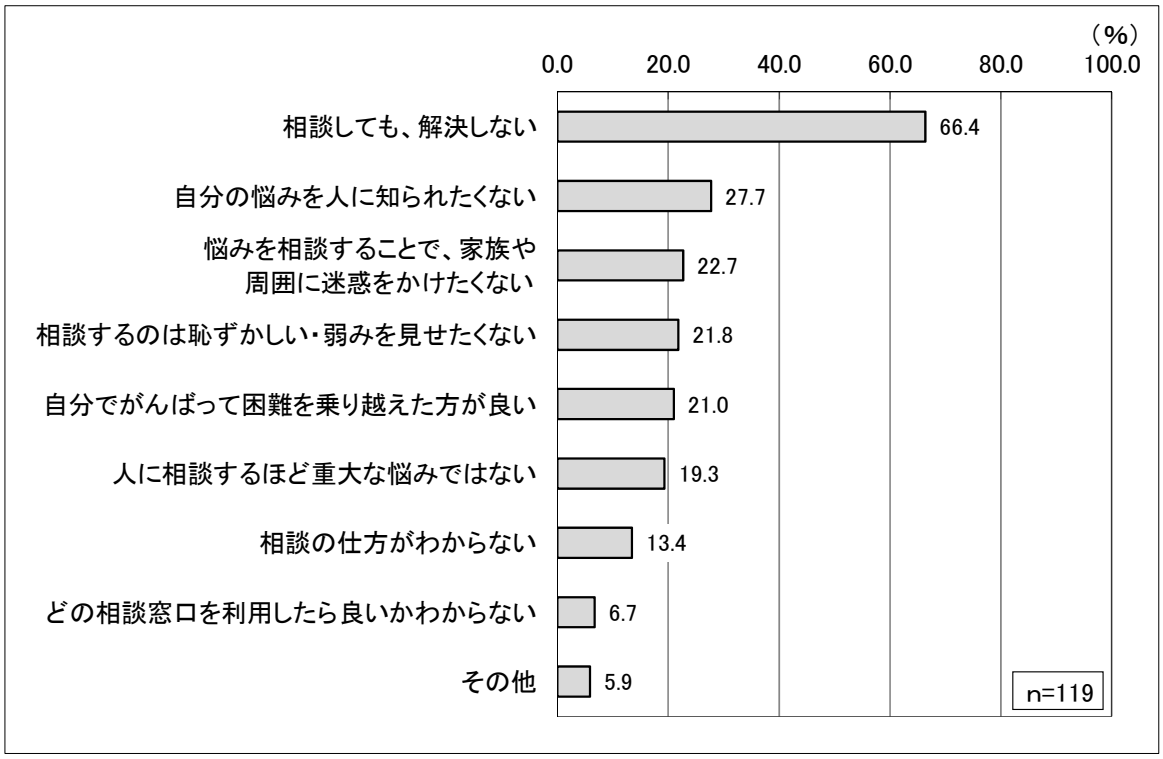
「家族」が最も高く 69.9%、次いで「友人」が 31.8%となっています。また、「相談する相手がいない」が 4.4%、「相談できない・したくない」が 12.7%となっています。



問　《 相談できない･したくない方 》それはどのような理由ですか。(複数回答)

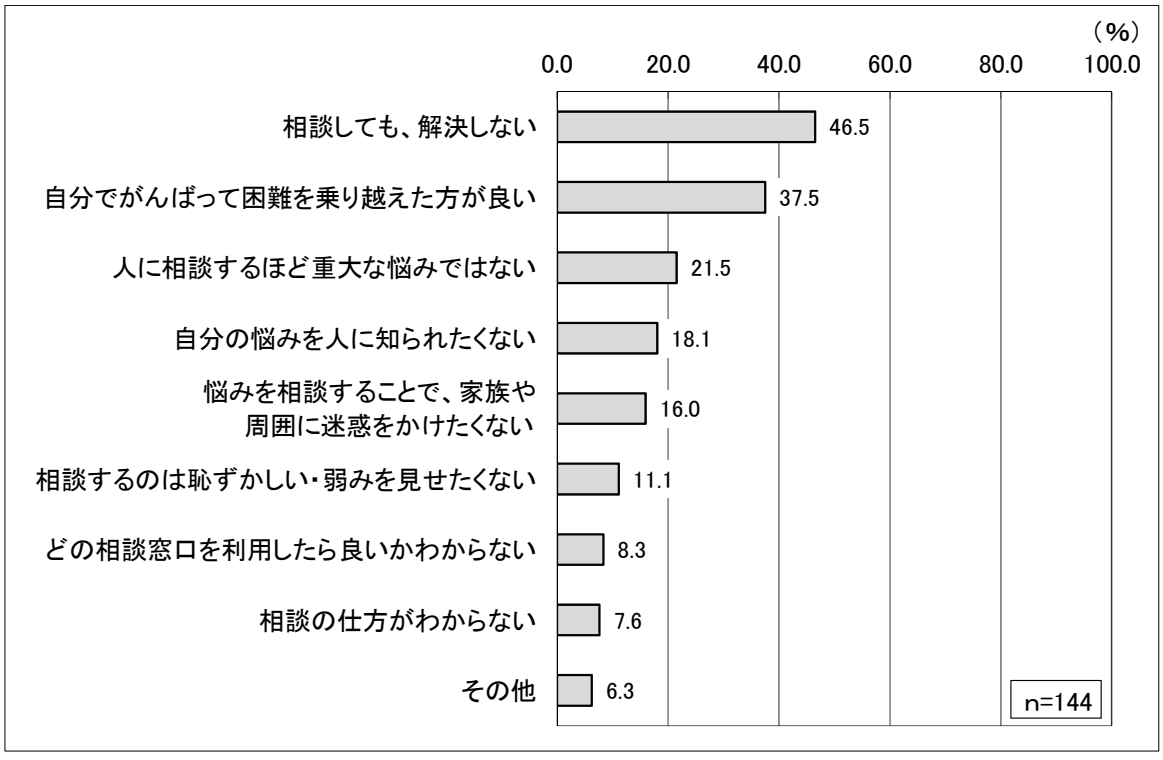
【成　人】

「相談しても、解決しない」が最も高く 66.4%、次いで「自分の悩みを人に知られたくない」が 27.7%となっています。



【高齢者】

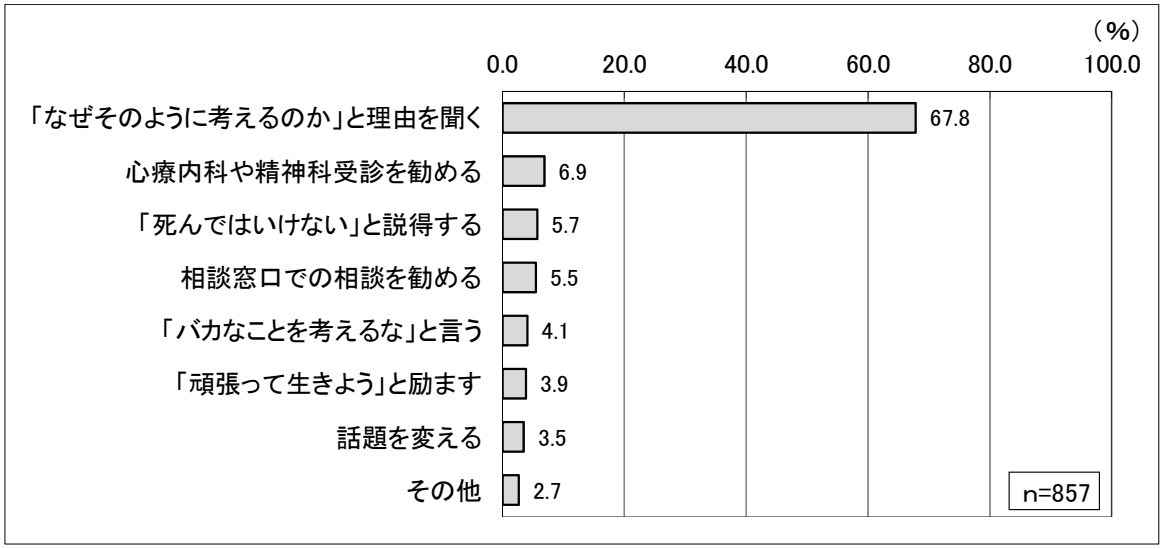
「相談しても、解決しない」が最も高く 46.5%、次いで「自分でがんばって困難を乗り越えた方が良い」が 37.5%となっています。



問　あなたは、身近な人から「死にたい」と言われたらどうしますか。一番近い考え１つに○をつけてください。（○は１つ）

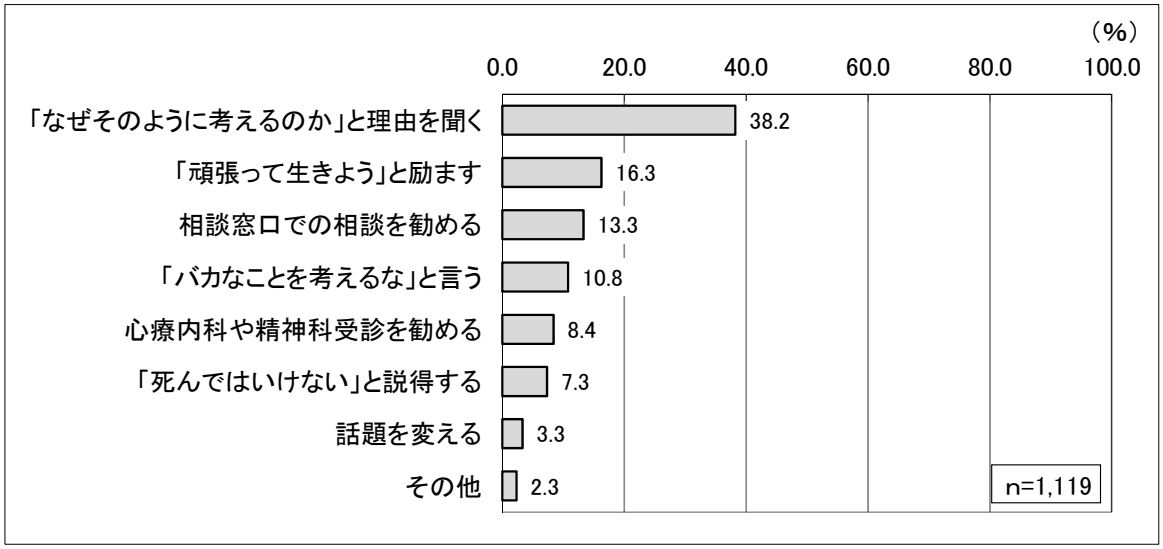
【成　人】

「『なぜそのように考えるのか』と理由を聞く」が最も高く 67.8%、次いで「心療内科や精神科受診を勧める」が 6.9%となっています。



【高齢者】

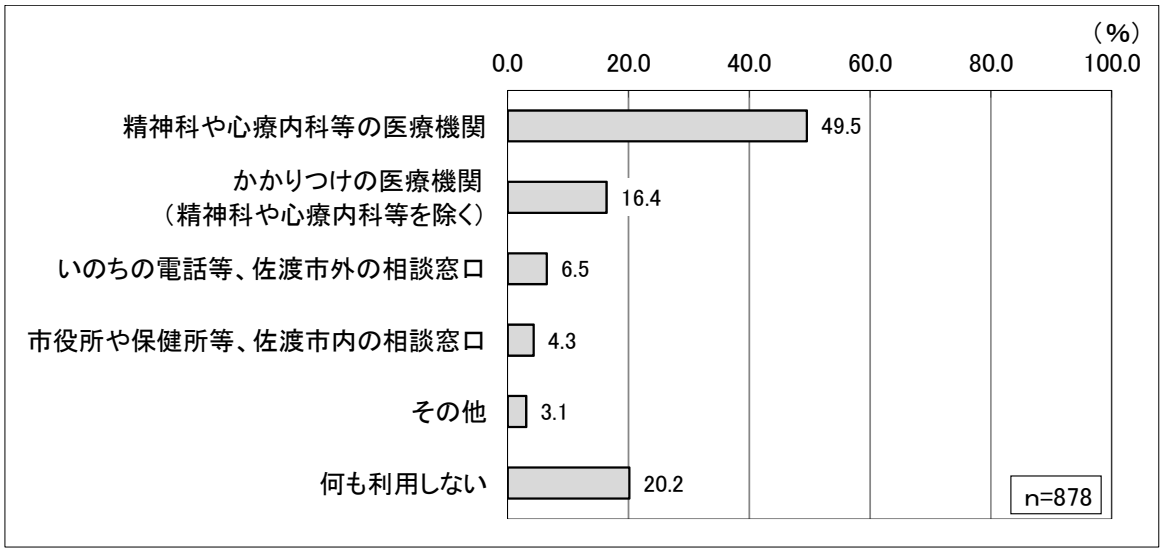
「『なぜそのように考えるのか』と理由を聞く」が最も高く 38.2%、次いで「『頑張って生きよう』と励ます」が 16.3%となっています。



問　もし仮に、あなたが自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、以下の専門の相談窓口や医療機関のうち、どれを利用したいと思いますか。

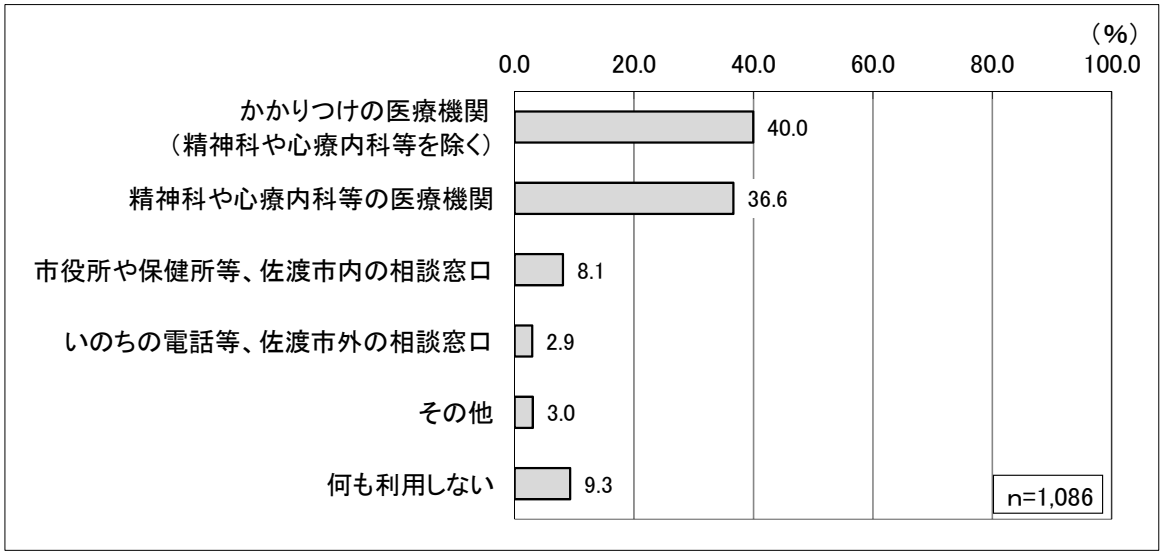
【成　人】

「精神科や心療内科等の医療機関」が最も高く 49.5%、次いで「何も利用しない」が 20.2%、「かかりつけの医療機関（精神科や心療内科等を除く）」が 16.4%となっています。



【高齢者】

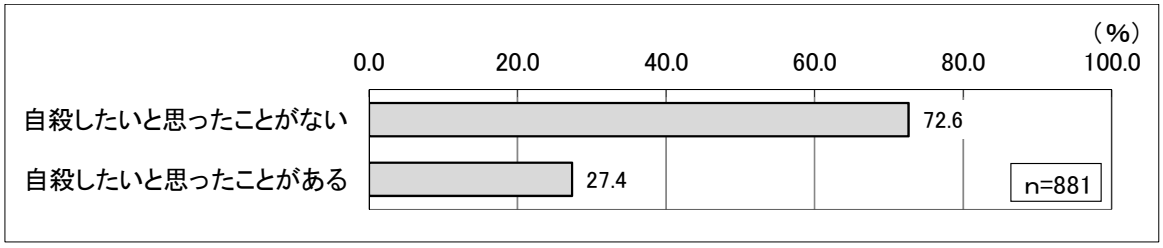
「かかりつけの医療機関（精神科や心療内科等を除く）」が最も高く 40.0%、次いで「精神科や心療内科等の医療機関」が 36.6%となっています。



問　あなたは、これまでの人生のなかで、本気で自殺したいと考えたことがありますか。

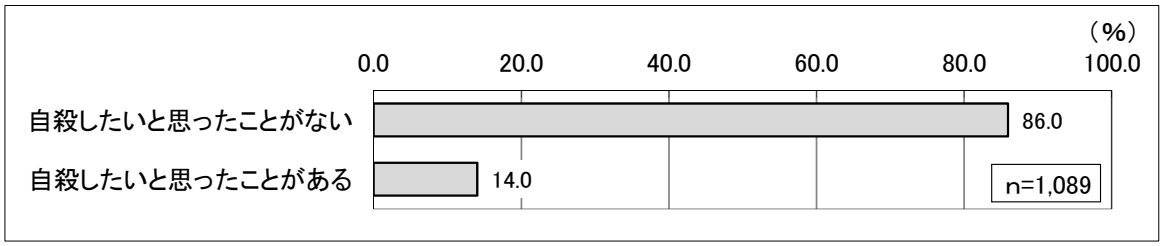
【成　人】

「自殺したいと思ったことがない」が 72.6%、「自殺したいと思ったことがある」が 27.4%となっています。



【高齢者】

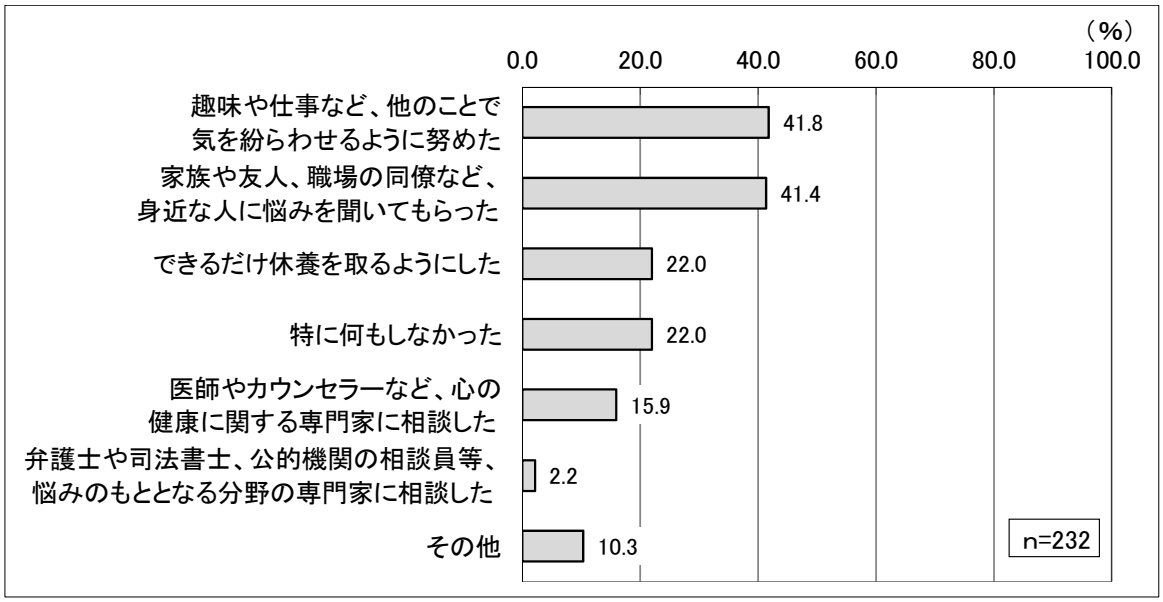
「自殺したいと思ったことがない」が 86.0%、「自殺したいと思ったことがある」が 14.0%となっています。



問　《 自殺したいと思ったことがある方 》そのように考えたとき、どのようにして乗り越えましたか。（複数回答）

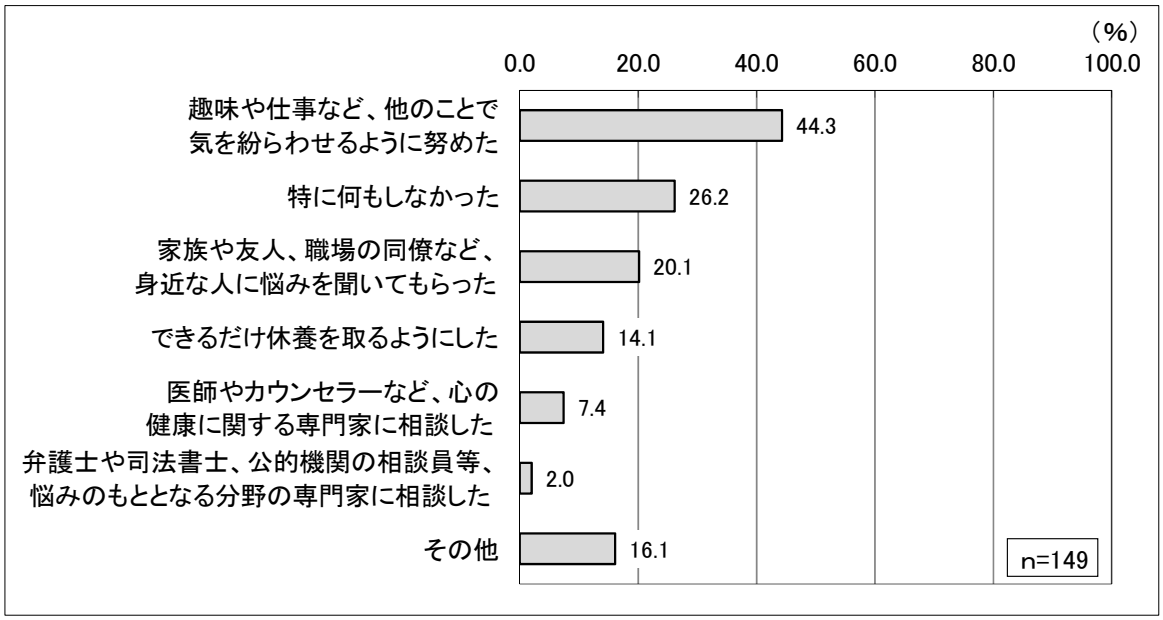
【成　人】

「趣味や仕事など、他のことで気を紛らわせるように努めた」が最も高く 41.8%、次いで「家族や友人、職場の同僚など、身近な人に悩みを聞いてもらった」が 41.4%となっています。



【高齢者】

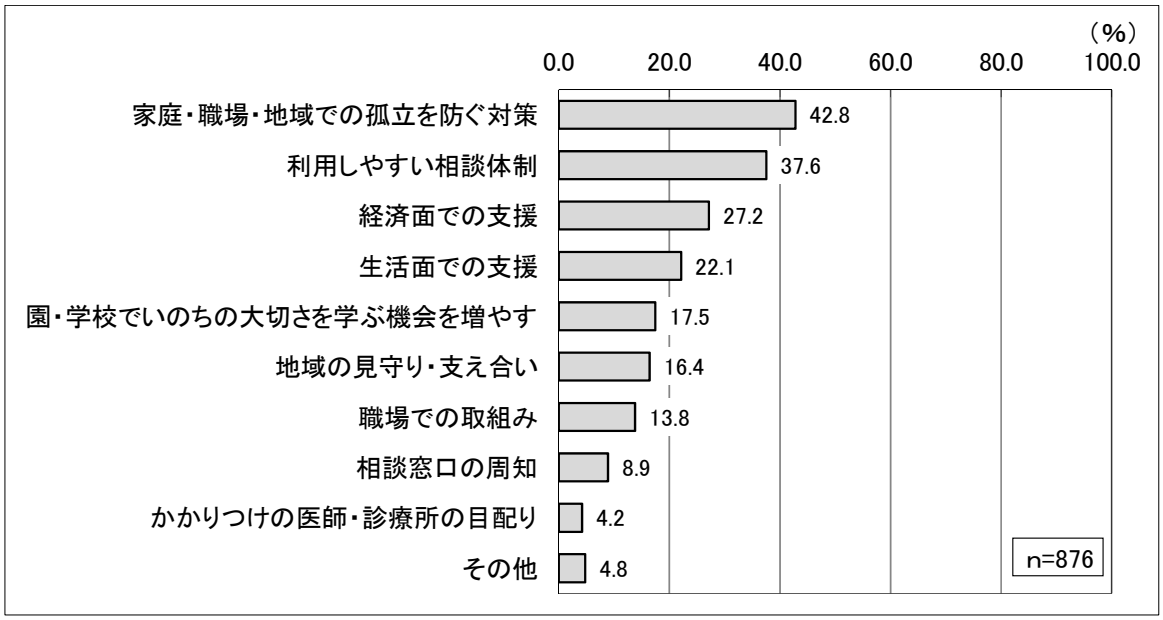
「趣味や仕事など、他のことで気を紛らわせるように努めた」が最も高く 44.3%、次いで「特に何もしなかった」が 26.2%となっています。



問　自殺を減らすためには何が必要だと思いますか。もっとも必要だと思うもの２つに○をつけてください。

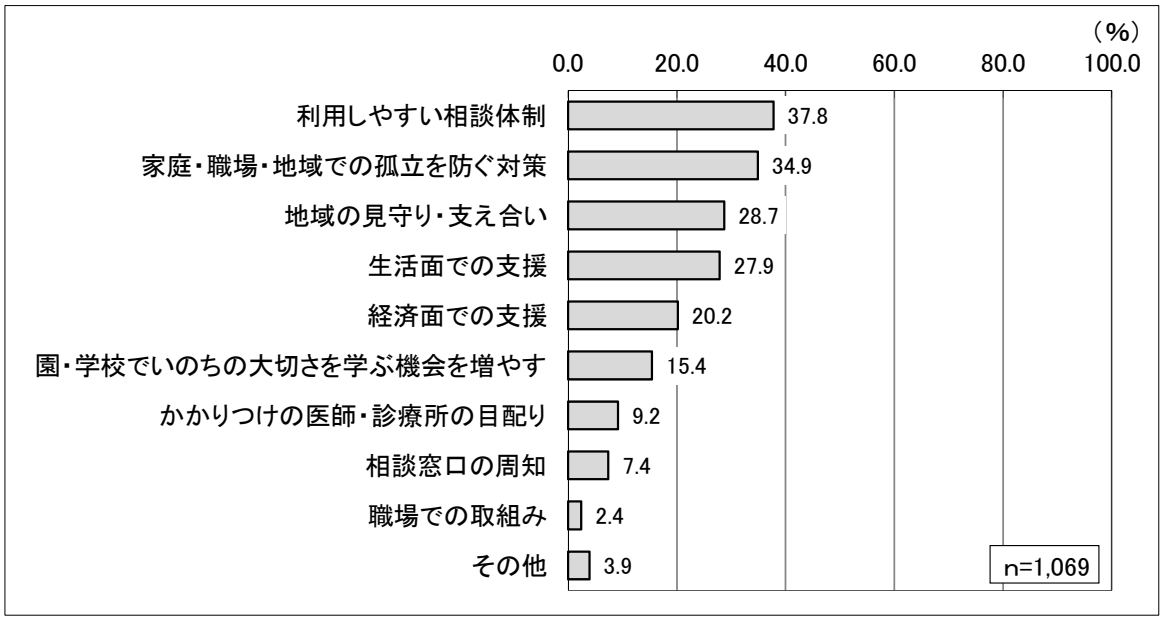
【成　人】

「家庭・職場・地域での孤立を防ぐ対策」が最も高く 42.8%、次いで「利用しやすい相談体制」が 37.6%となっています。



【高齢者】

「利用しやすい相談体制」が最も高く 37.8%、次いで「家庭・職場・地域での孤立を防ぐ対策」が 34.9%となっています。



（２）「佐渡市自殺対策計画」策定に係るアンケート調査（小・中・高・カウンセラー）

①　調査の概要

佐渡市の悩みを抱える児童・生徒に接する機会の多い小・中学校、高校の教諭及びスクールカウンセラーを対象に、平成 29 年 8～10 月にアンケート調査を実施しました。

■回答数■

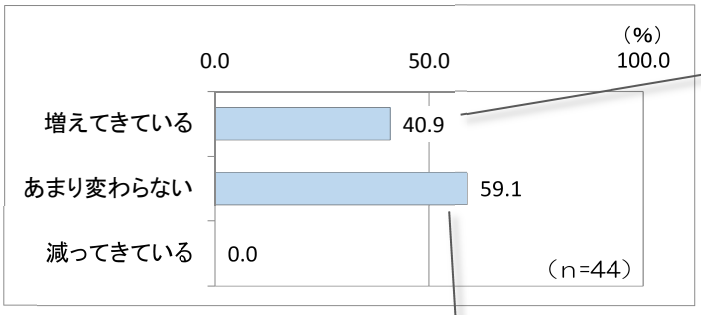
校　種	回答数	%
小学校	24	53.3
中学校	14	31.1
高等学校	3	6.7
中等教育学校	2	4.4
特別支援学校	1	2.2
無回答	1	2.2
合　計	45	

職　種（複数回答可）	回答数	%
管理職（校長・教頭）	36	39.1
学級担任	28	30.4
生徒指導主任（主任）	8	8.7
保健主事	8	8.7
スクールカウンセラー	5	5.4
その他（級外）	7	7.6
合　計	92	

②　調査の結果

問　児童・生徒から「死」や「死にたい」という言葉を聞く機会が、年々増えてきていると感じますか。

「増えてきている」が 40.9%、「あまり変わらない」が 59.1%、「減ってきている」が 0.0%となっています。



文字回答より

①メディア・ゲームの影響

メディア・ゲーム等で日常的に使われている。

②こころの弱さや自己肯定感の低さ

失敗を極端に恐れ、つらいことや嫌なことから逃れるために自暴自棄な言葉を使う。

③安易な気持ち

日常会話の中で安易に人の生死にかかわる言葉を口にする。

④その他

身近な家庭で大人も使う。

文字回答より

①見聞きすることがない

こころの穏やかな子ども達が多い。

②以前から聞いていて変わらない

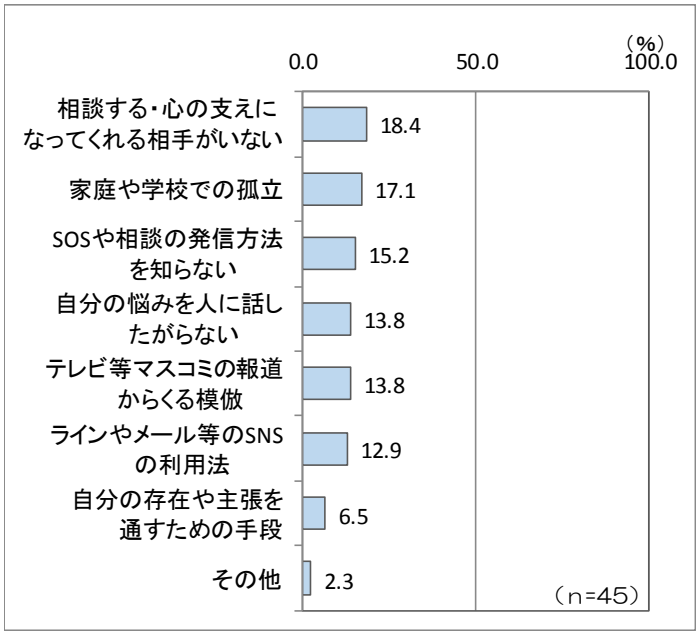
耳にする機会はあるが、以前より増えたとは思わない。

③その他

他人を攻撃するために使う場面は増えたが、自分に使う場合は以前より変わらない。

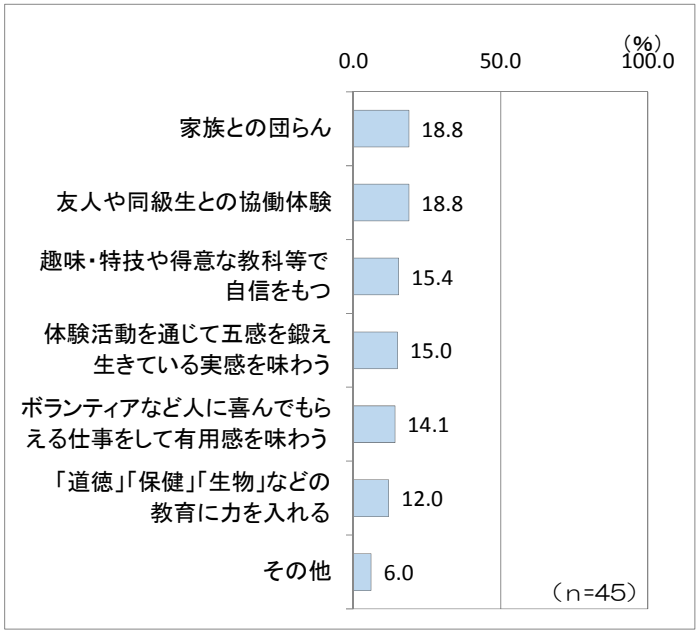
問　児童・生徒が抱える悩みなどから自殺へとつながるきっかけ（要因）はどのようなことが考えられますか。（複数回答可）

「相談する・心の支えになってくれる相手がいない」が最も高く 18.4%、次いで「家庭や学校での孤立」が 17.1%となっています。



問　児童・生徒一人ひとりが「かけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていく」ためには、どんなことが大切だと思いますか。（複数回答可）

「家族との団らん」「友人や同級生との協働体験」が最も高く 18.8%、次いで「趣味・特技や得意な教科等で自信をもつ」が 15.4%となっています。



問　児童・生徒や保護者の悩みに対応するための学校・家庭・地域で取り組んでいる具体的な事柄のうちで、有用だと思うものを３つあげてください。

■学校で■

①カウンセリング・教育相談・アンケート調査……26 件
②個別懇談・家庭との連絡……18 件
③コミュニケーション……12 件
④学校環境の整備・教育の充実……33 件
⑤関係機関等との連携……18 件
⑥その他（相談の仕方の教育 PTA 活用等）……7 件

■家庭で■

①家庭教育（親の教育）、子育て支援の充実……2 件
②家庭における見守りや声かけ……2 件
③家族の団らんやコミュニケーション…4 件
④子ども若者相談センター等の支援……1 件
⑤金銭的サポート……1 件
⑥カウンセラーによる訪問相談……1 件

■地域で■

①見守りや声かけ、子どもの話を聞く……2 件
②地域での交流、地域住民と関わりあう活動、地域行事への参加……5 件
③地域行事を通して、親同士が交流し、地域全体で子どもを育てる環境づくり……1 件
④地区懇談会（保護者・教員・地域が話し合う）……1 件
⑤異年齢による関わりあう活動……1 件
⑥保護者への経済的支援……1 件
⑦社会保障の充実……1 件

問　今後、児童・生徒の自殺を減らすための対策として、以下のそれぞれの場で取り組むと良いと思うものを２つずつ記入してください。

■学校で■

①懇談・相談・カウンセリング……30 件
②人間関係を築く……７件
③関係機関との連携……９件
④教育内容・学校経営の充実、自己肯定感・自己有用感を育む……38 件
⑤教職員の多忙化解消、子どもと向き合う時間・ゆとりの確保……12 件
⑥見守り・見取り・信頼関係を作る……22 件
⑦その他（ボランティアの活用）……１件

■家庭で■

①家族の団らん・話を聞く……53 件
②親の愛情・認める・ほめる、自己肯定感・自己有用感を育む……12 件
③家庭教育力の向上……16 件
④生活習慣・メディア等との関わりの見直し……８件
⑤関係機関との連携……９件
⑥その他（男性・父親の協力　等）……４件

■地域で■

①見守り・コミュニケーションを図る……31 件
②地域行事・ボランティア活動……24 件
③地域教育力の向上……20 件
④関係機関との連携……17 件
⑤子ども会活動……２件
⑥その他（ほめる・感謝を伝える　公園整備　等）……３件

■その他■

①国・県・行政、社会で……19 件
- 教職員の子どもとの関係づくりの時間を作る体制
- 地域で核となる人の研修・育成、意見交換
- 相談窓口の周知
- 「死なないで」というメッセージの発信
- 家庭教育
- 貧困対策・支援

②行政・学校で……３件
- キャリア教育の充実
- このようなアンケートから、具体的な施策につないでいく
- メディア・リテラシー教育

③行政・NPO 等で……１件
- こども食堂など、気兼ねなく過ごすことができる居場所づくり

④医療機関で……１件
- 医療機関との密な連携、生徒一人ひとりとの医療面談、スクリーニング

⑤その他……３件
- 「スローライフ」の呼びかけ
- 地域サークルでの夜遅くまでの運動練習の縮小
- 子どもが「死にたい」と打ち明けてくれたとき、「TALK の原則*」で関わる

＊TALK の原則とは
Tell（伝える）・Ask（尋ねる）・Listen（傾聴する）・Keep safe（安全を確保する）の頭文字

（３）「佐渡市自殺対策計画」策定に係るアンケート調査（民生委員・児童委員）

①　調査の概要

佐渡市の重大な悩みを抱える人に対して、地域で「気づき、見守り」活動にご協力いただいている民生委員・児童委員を対象に、平成 30 年 1～2 月にアンケート調査を実施しました。

■回答数■

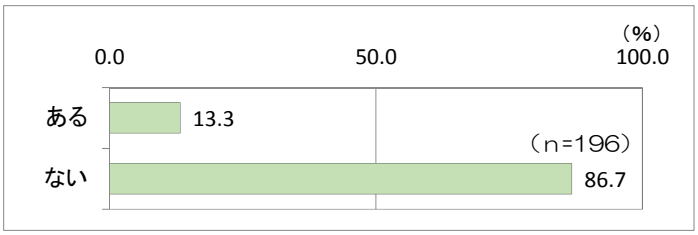
性　別	回答数	%
男性	95	48.5
女性	101	51.5
合　計	196	

年　齢	回答数	%
30～39 歳	2	1.0
40～49 歳	1	0.5
50～59 歳	14	7.1
60～69 歳	121	61.7
70～79 歳	55	28.1
80～89 歳	3	1.5
合　計	196	

②　調査の結果

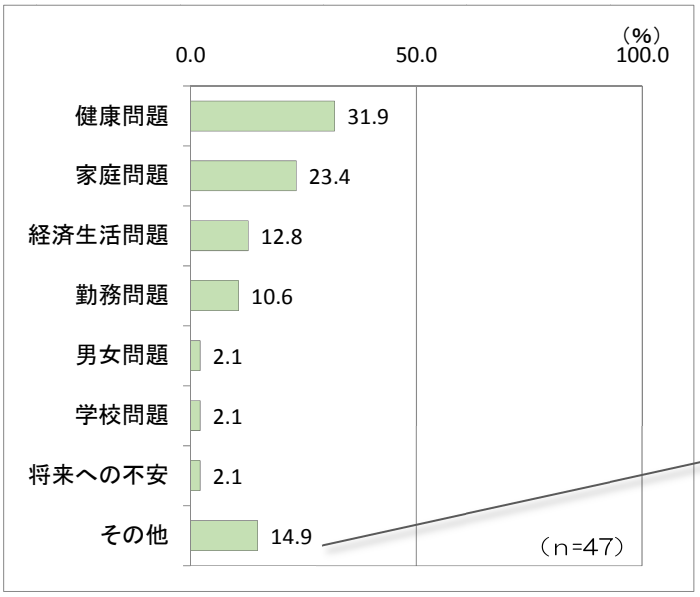
問　あなたは、「死にたい」と相談を受けたことがありますか。

「ある」が 13.3%、「ない」が 86.7%となっています。



問　「死にたい」と相談を受けた方におたずねします。
　　それはどのような事柄が原因の相談ですか。

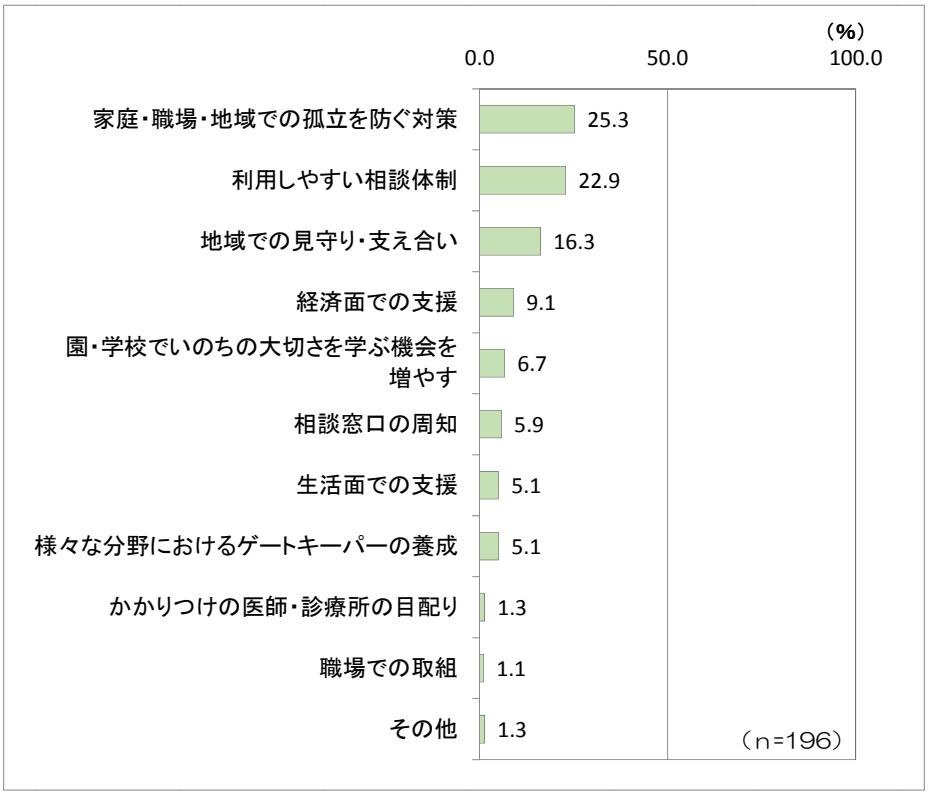
「健康問題」が最も高く 31.9%、次いで「家庭問題」が 23.4%となっています。



文字回答より
子供の交通事故。
近所間のトラブル。

問　自殺を減らすためには何が必要だと思いますか。

「家庭・職場・地域での孤立を防ぐ対策」が最も高く 25.3%、次いで「利用しやすい相談体制」が 22.9%となっています。



問　自由意見

①孤立を防ぐ・地域のつながりを強める……14 件
- 隣近所のつき合いなどの地域力アップ。
- 気軽に参加できる地域の交流活動や茶の間、運動教室の活性化。

②関係機関の連携……９件
- 行政・学校・地域の連携を密に。また、社協、地域包括支援センター、民生委員・児童委員との情報共有。
- 個人情報保護法で情報の共有が難しくなった。

③講座・研修・いのちの授業等……12 件
- 出前講座の開講。いのちの大切さを教える機会を増やす。

④相談窓口の周知・活用、相談体制の充実……16 件
- 相談しやすい相談窓口やゲートキーパーの養成。

⑤生きる支援、生きやすい社会づくり……３件
- 楽しい暮らしづくり。
- 「お互い様」という気持ちを持てるような意識改革。

⑥その他……５件
- 相談にはケースバイケースで対応している。
- 健診でこころの健康チェックを行う。
- 働き盛りには声がかけにくい。

（４）働く人たちの健康づくりのためのチェックリスト（事業所）

①　調査の概要

佐渡市において働き盛り世代の自殺が課題となっており、働き盛り世代の心身両面の健康づくりを推進するため各職場における取組みの評価を行う一定の基準を作成しています。職場におけるメンタルヘルス対策の積極的な推進を図る目的で、各事業所が自らのメンタルヘルス対策を自己チェックしていただくよう平成 29 年 6～8 月に実施しました。

■回答数■

佐渡市内の全事業所のうち、下記のいずれかを満たす計 53 事業所が対象です。

対象事業所	
ア　従業員 50 人以上の事業所	36 事業所
イ　従業員 30 人以上の製造業の事業所	9 事業所
ウ　従業員 30 人以上の建設業の事業所	8 事業所

回収数
35 事業所 （66.0%）

■チェックリストの構成■

チェックリストの構成は、「9 セクション」40 チェック項目からなり、事業所が自己チェックを行います。

セクション	テーマ
セクション1	相談できる体制はありますか？
セクション2	教育研修の場はありますか？
セクション3	メンタルヘルスに関する体制は？
セクション4	職場環境の見直しをしていますか？
セクション5	お互いに気に掛けていますか？

セクション	テーマ
セクション6	職場復帰の支援は？
セクション7	セルフケアしていますか？
セクション8	コミュニケーションできていますか？
セクション9	職場の雰囲気は？

■評価方法■

下記のア、イの両方を満たす場合に「メンタルヘルスに取り組んでいる事業所」とします。

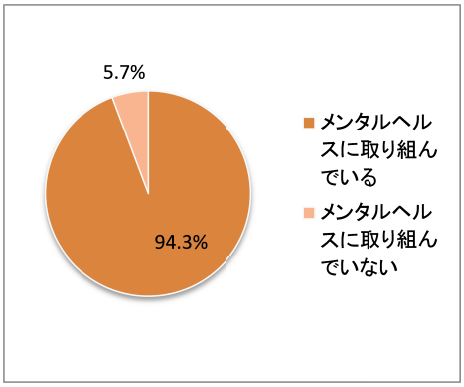
ア　全 40 チェック項目の内、20 以上（半分以上）が該当

イ　該当チェック項目が半分以上であるセクションが、9 セクションのうち 5 セクション以上（半分以上）

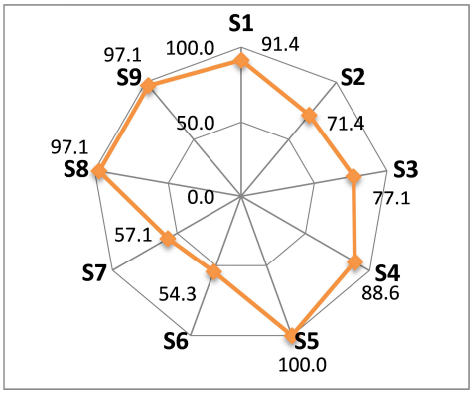
②　調査の結果

■全体の事業所の割合■

メンタルヘルスに取り組んでいる事業所は、35 事業所中 33 事業所で 94.3%となっています。



■セクションごとの事業所の割合■



セクションごとに基準を満たした事業所の割合を表示しています。

■各セクション別■

セクション６　職場復帰の支援は？

セクション６は基準を満たした事業所の割合が最も低く 54.3%となっています。

「不調者の職場復帰支援プログラムがある」は 14.3%で、全項目の中でチェックをつけた事業所が最も少ない項目となっています。

セクション７　セルフケアしていますか？

「社員はストレスチェック（セルフチェック）シートをつけている（こころの耳など）」は 65.7%で、平成 28 年度と比較して 40.1%増加しました。

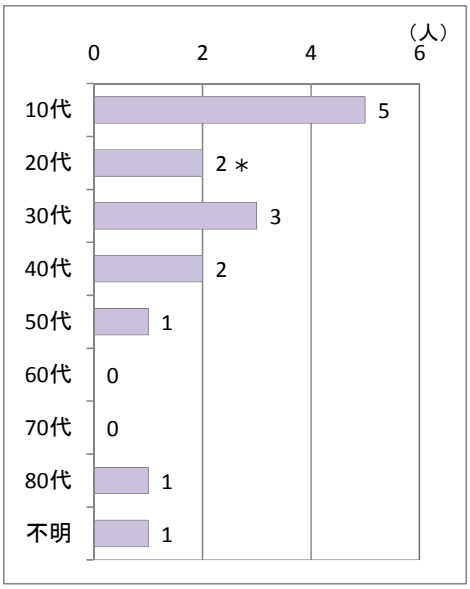
「ストレスチェックシートなどの結果により、社員は自らの不調に気付いたり、早期に休養を取る、病院に行くなどしている」は 57.1%で、平成 28 年度と比較して 26.4%増加しました。

３　自殺に関する相談

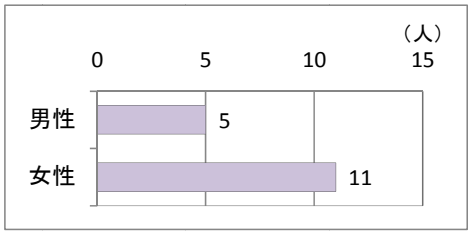
（１）佐渡管内の相談内容（平成 29 年度）

現在把握しているデータとして、平成 29 年 4 月から 12 月末までに対応した事例は全 13 件（市 10 件、保健所 3 件）となっています。以下にグラフ化して記載しました。今後は関係課と連携し、さらにデータを蓄積し、対応に生かしていきます。

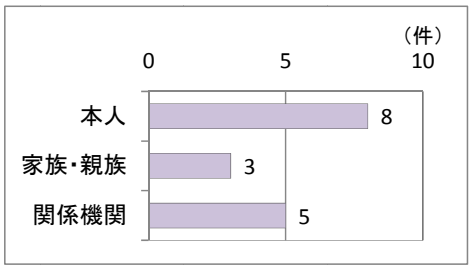
■年齢■



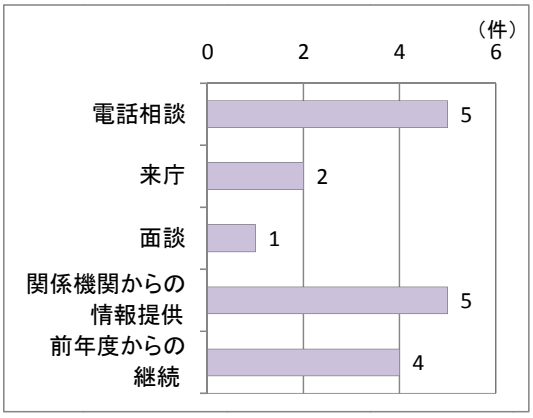
■性別■



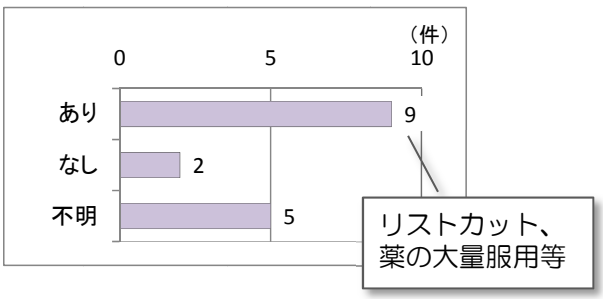
■相談者等■



■初回相談契機■



■自殺未遂歴■



■相談内容■

●本人・家族等から ⇒ 希死念慮が多い。（死にたいという訴え）
●10 代 ⇒ 自傷行為があり、関係機関からの情報提供により把握するケースが多い。

■相談方法■

●面談、電話、訪問、関係機関からの情報提供、10 代ではメール等。

■相談時の状況■

●家族間の不和が最も多い。
●支援者が対応の中で困ったことも、家族調整や家族の理解を深めることが多く挙げられていた。

■継続■

●人間関係等、日常の出来事での気分変調から希死念慮を繰り返し訴える方が多い。不定期にその都度相談を受けている。
●相談後、１件既遂を確認。

＊グラフは、同じ世帯で複数人数相談者がいるケースもあり、相談事例件数と異なります。

第３章　計画の基本的な考え方

１　基本理念

国の自殺総合対策大綱における基本理念は、自殺対策は社会における「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）」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で、「対人支援のレベル」「地域連携のレベル」「社会制度のレベル」それぞれにおいて、強力かつ総合的に推進するものとしています。自殺対策の本質が「生きることの支援にあること」を改めて確認するとともに、国の「いのち支える自殺対策」という理念を前面に打ち出して、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」をめざしています。

佐渡市では、「自分が元気に、家族や仲間が元気に、地域が元気に！」を合言葉に、元気の循環による活気あふれる地域づくりをめざしています。

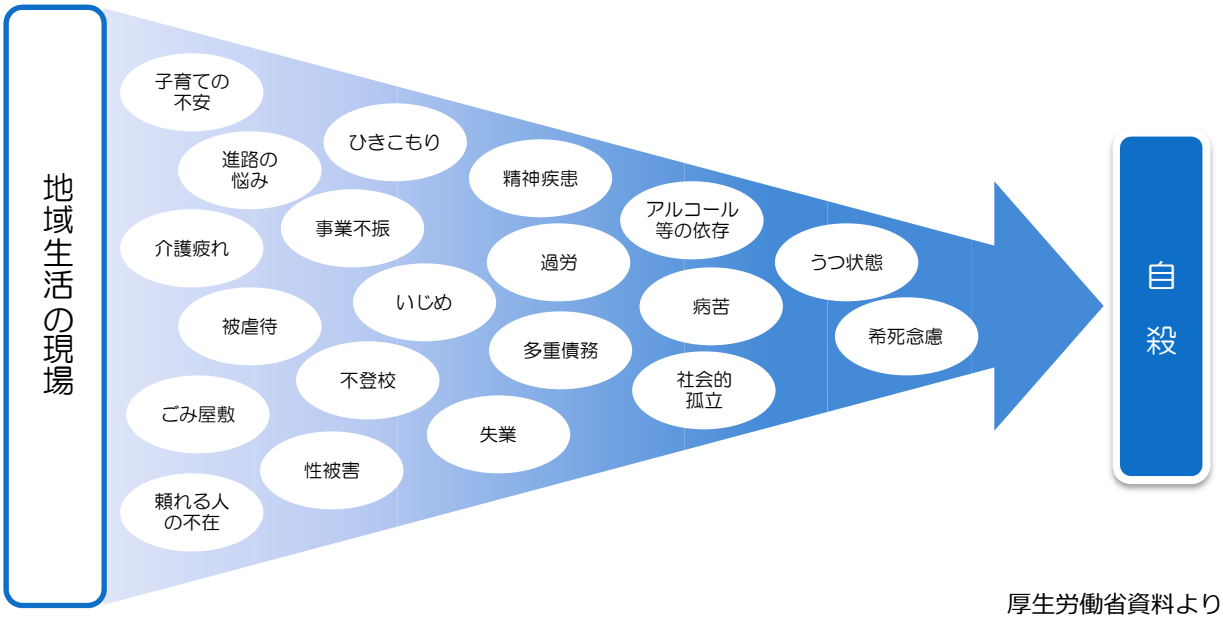
本計画では、自殺総合対策大綱に掲げられている「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」をめざし、「健幸さど２１第２次計画」の基本理念である「元気の循環　つながりの輪　佐渡のみんなが大家族」のもと、佐渡に生きるすべての人が一つの大きな家族のようにつながり、佐渡を盛り上げていけるように、“つながり”と“人づくり”を大切にしたこころの健康づくりを推進します。

また、『ありがとう』と感謝される体験を積み重ねることにより、自己肯定感や自己有用感が高まります。孤立を防止するために『ありがとう』の言いあえる人と人とがつながる地域づくりをめざし、安心して話せる場、安心して居られる場が、家庭・学校・職場・地域全体に広がるような取り組みを進めます。

２　基本認識

自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があることが知られています。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。社会が多様化する中で、地域生活の現場で起こる問題は複雑化・複合化しており、「平均 4 つの要因（問題）が連鎖する中で自殺が起きている」とする調査もあります。

■自殺の危機要因イメージ図■



厚生労働省資料より

（１）自殺対策の基本方針

本計画では、自殺総合対策大綱に掲げられた自殺総合対策の 5 つの基本方針を踏まえ、関係機関の連携により、有機的・一体的に施策に取り組みます。

①　生きることの包括的な支援として推進

個人においても地域においても、自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等の「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」より、失業や多重債務、生活苦等の「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」が上回ったときに自殺リスクが高まります。

そのため、「生きることの阻害要因」を減らすことに加えて、「生きることの促進要因」を増やす取り組みを行い、双方の取り組みを通じて自殺リスクを低下させる方向で推進する必要があります。地域のあらゆる取り組みを総動員して、「生きることの包括的支援」として推進します。

②　関連施策との有機的な連携による総合的な対策の展開

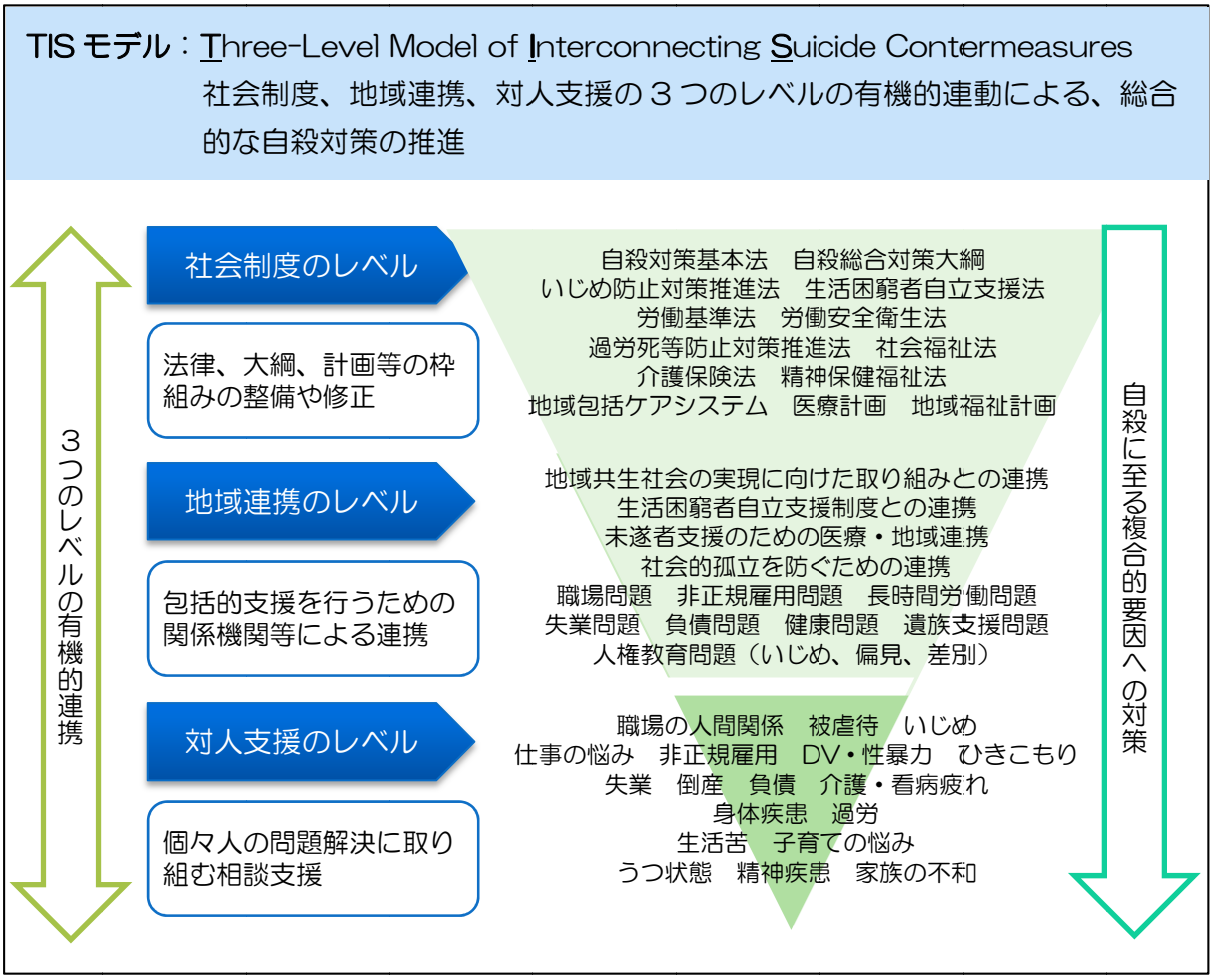
自殺に追い込まれることなく、誰もが安心して生きていくためには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取り組みが重要です。包括的な取り組みを実施するために、様々な分野の施策、人々や組織が密接に連携し、自殺対策を担っているという意識を共有して、総合的な対策を展開します。

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

自殺対策は、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で、「対人支援のレベル」、「地域連携のレベル」、「社会制度のレベル」それぞれにおいて強力に、かつそれらを総合的に推進することが重要です。

市民の暮らしの場を原点としつつ、「様々な分野の対人支援を強化すること」と、「対人支援の強化等に必要な地域連携を促進すること」、さらに「地域連携の促進等に必要な社会制度を整備すること」を一体的なものとして、効果的に連動して行います。

■三階層自殺対策連動モデル（TIS モデル）■



自殺総合対策推進センター資料より

④　実践と啓発を両輪として推進

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、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。

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

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を実現するためには、佐渡市及び関係機関、関係団体、企業、市民等が連携・協働して市を挙げて自殺対策を総合的に推進することが必要です。

そのため、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有化した上で相互の連携・協働の仕組みに努めます。

３　計画の数値目標

国は自殺総合対策大綱において、自殺対策の数値目標を「2026 年までに、自殺死亡率を平成 27 年と比べて 30%以上減少」としています。

平成 25 年から平成 29 年の佐渡市の自殺死亡率平均が 28.3（自殺統計）を踏まえ、本計画の最終年度である 2025 年までに、過去 5 年間の平均した自殺死亡率 19.8 以下とすることを目標とします。

■自殺対策を通じて達成すべき目標値■

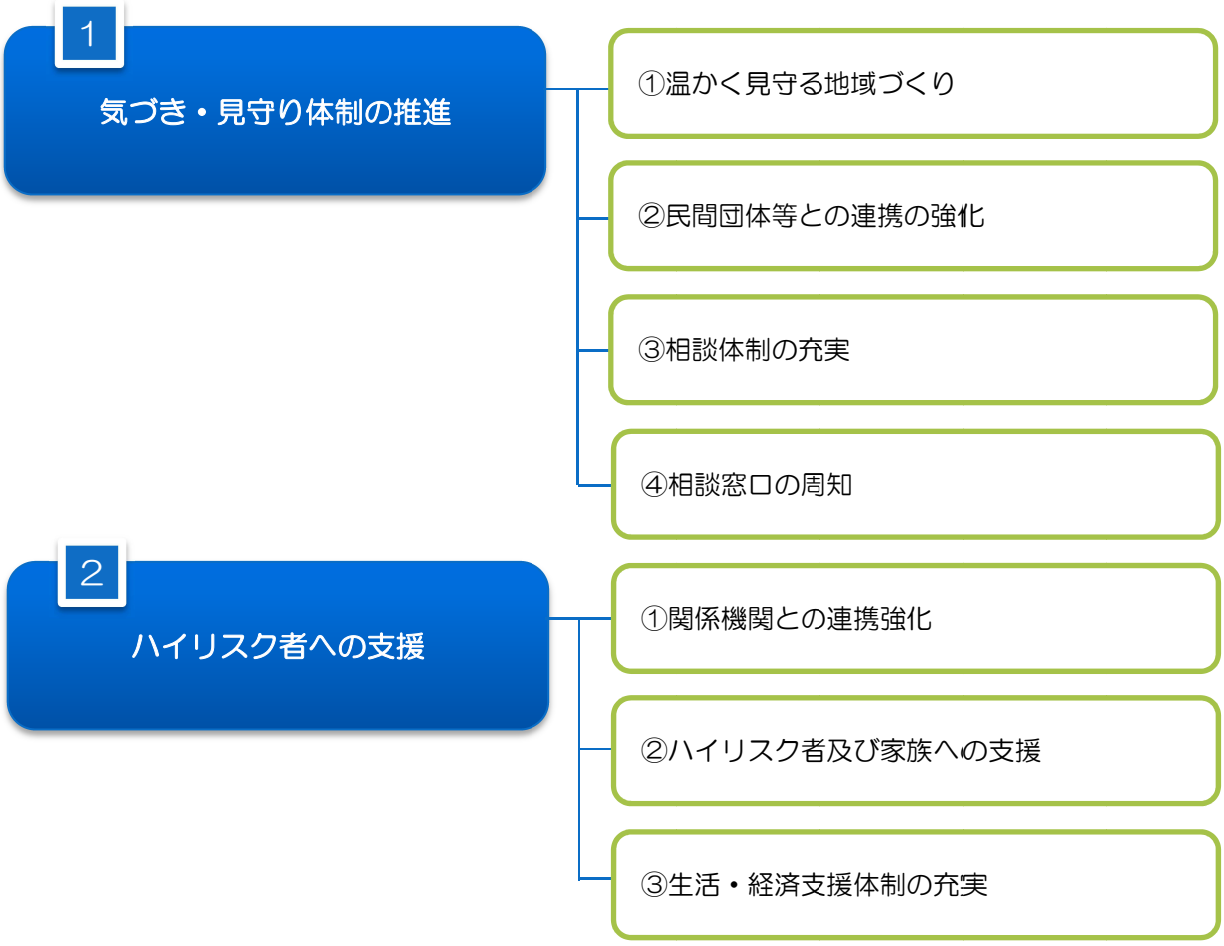
区　分	2013 年～2017 年（平成 25 年～平成 29 年）の 5 年間の平均		2021 年～2025 年の 5 年間の平均
自殺死亡率（人口 10 万人対）	28.3	⇨	19.8 以下
自殺者数	16 人		11 人以下

４　施策の体系

「地域自殺実態プロファイル」*1等の統計やアンケート結果からみえた地域の現状と課題、及び自殺総合対策における当面の重点施策と「地域自殺対策政策パッケージ」*2において全国的に実施することが望ましいとされている基本パッケージなどを踏まえ、本計画においては、いのちを守る自殺対策として、分野別の取り組みを推進します。

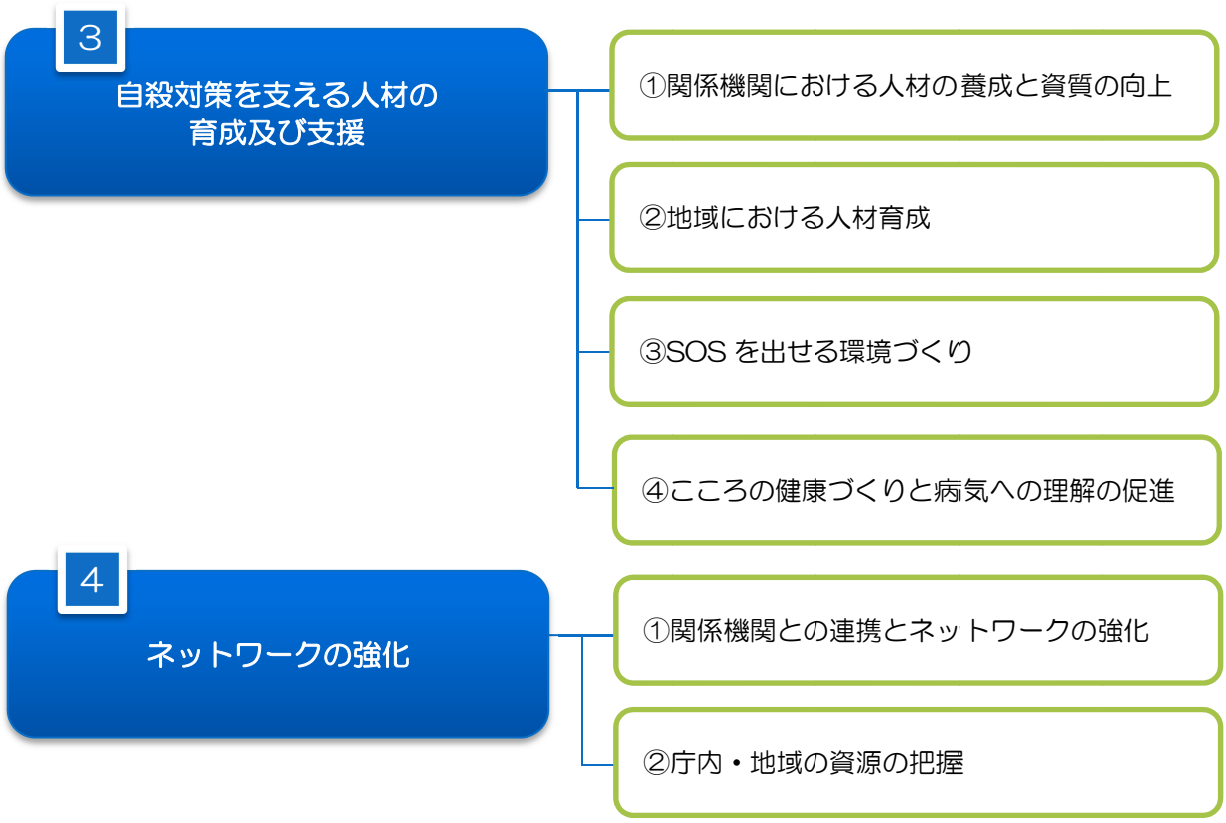
また、ライフステージごとにそれぞれが抱える課題は異なってくるため、自殺対策を効果的に進めるために、世代別の取り組みを推進します。

（１）分野別の取り組み

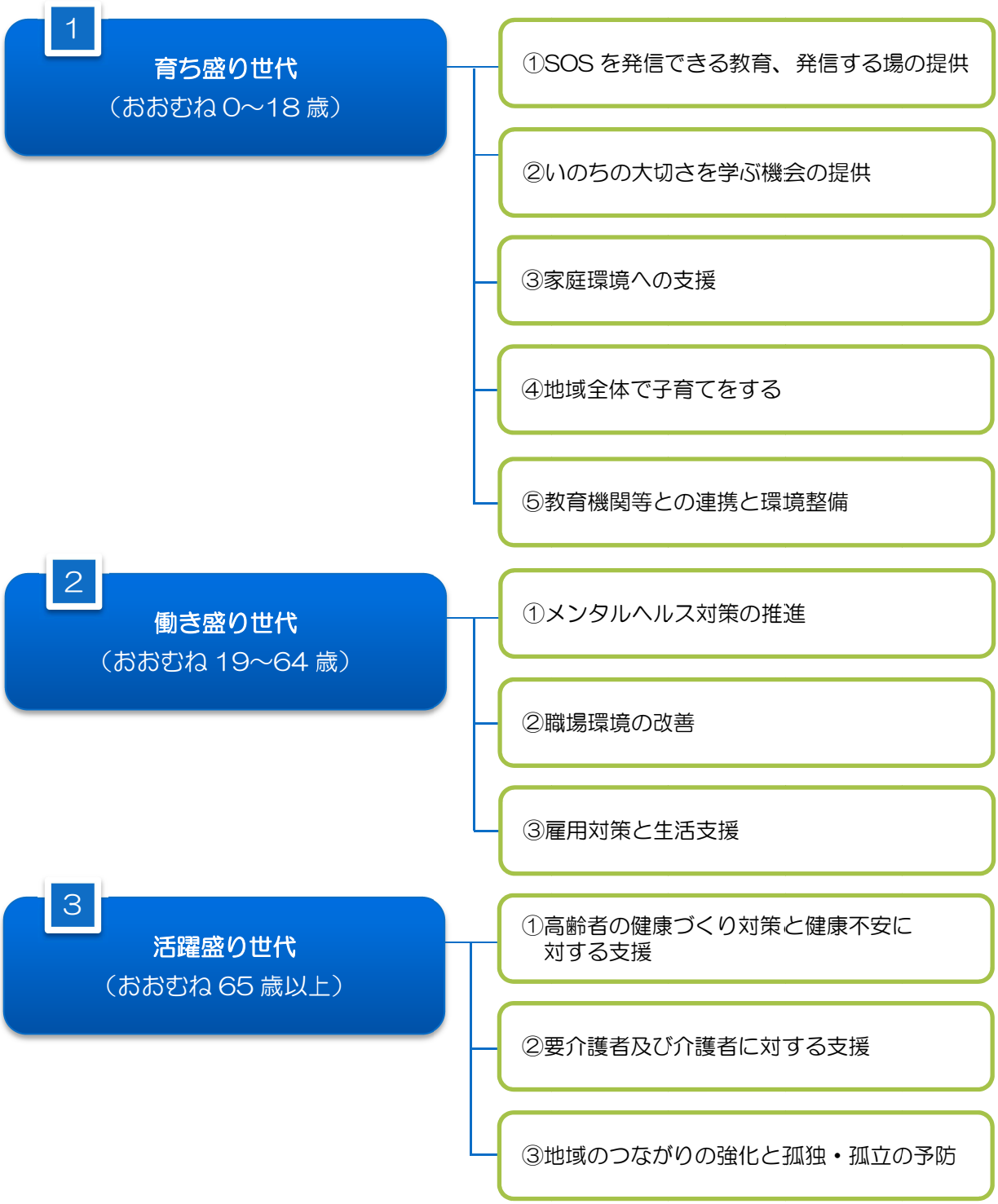


＊１　地域自殺実態プロファイル：地域の実情に合った地域自殺対策計画の策定を支援するために、自殺総合対策推進センターが作成した、地域の自殺の実態を詳細に分析したもの。すべての自治体の自殺実態の分析を共通の手法で行う。

＊２　地域自殺対策政策パッケージ：地域自殺実態プロファイルとともに、地域自殺対策の策定に資するため、自殺総合対策推進センターが作成したもの。


3
自殺対策を支える人材の育成及び支援
①関係機関における人材の養成と資質の向上
②地域における人材育成
③SOS を出せる環境づくり
④こころの健康づくりと病気への理解の促進
4
ネットワークの強化
①関係機関との連携とネットワークの強化
②庁内・地域の資源の把握

（２）世代別の取り組み


1
育ち盛り世代
（おおむね 0～18 歳）
①SOS を発信できる教育、発信する場の提供
②いのちの大切さを学ぶ機会の提供
③家庭環境への支援
④地域全体で子育てをする
⑤教育機関等との連携と環境整備
2
働き盛り世代
（おおむね 19～64 歳）
①メンタルヘルス対策の推進
②職場環境の改善
③雇用対策と生活支援
3
活躍盛り世代
（おおむね 65 歳以上）
①高齢者の健康づくり対策と健康不安に対する支援
②要介護者及び介護者に対する支援
③地域のつながりの強化と孤独・孤立の予防

第４章 いのちを守る自殺対策における今後の必要な取り組み

佐渡市は、市民一人ひとりが、こころも体も元気で、いきいきと自分らしく人生を送れるよう、健康づくりに取り組んでいます。

こころに悩みを抱えたときに、相談したいと思える“安心（信頼）できる人”や“安心できる場”があり、多様性を認めあいながら、人と人とがつながる仕組みづくりが必要です。

家庭・学校・職場・地域の中で『ありがとう』と感謝され、認められることで、自己肯定感や自己有用感が高まり、“こころの体力”が強化されます。

また、『ありがとう』と伝えることで、優しく温かな気持ちが生まれます。

“コミュニケーション”“つながり”“居場所”を意識し、『ありがとう』の言いあえる地域づくりを推進します。

１　分野別の取り組み

（１）気づき・見守り体制の推進

様々な悩みにより心理的に追い詰められつつも、相談や精神科受診に抵抗を感じるために、一人で問題を抱えてしまうことも少なくありません。しかし、死にたいと考えている人も、心の中では「生きたい」という気持との間で激しく揺れ動いており、不眠や原因不明の体調不良など、自殺の危険を示すサインを発していることが多いといわれています。市民一人ひとりが自分の周りにいるかもしれない自殺を考えている人、悩みを抱えている人の存在に気づき、見守ることができる地域づくりを推進します。

■評価指標■

指標	2017 年度末現状値	2025 年目標値
悩みを抱えたとき「相談する相手がいない」「相談できない・したくない」人の割合	成人：18.9% 高齢者：17.1%	減少

①　温かく見守る地域づくり

こころに悩みを抱えることは、「誰にでも起こり得る危機」といわれています。

悩みを抱えた人の心情や背景は、なかなか他人には理解されにくい現状にあります。危機に陥った場合に、誰かに助けを求めることができるよう、地域全体で「誰でも起こり得る危機」であるという理解を深め、共通の認識を持ち、「助けを求めることがあたりまえ」の温かい地域づくりをめざします。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
地域活性化促進事業	住んでいる地域の魅力や課題を発見し、地域の良さを活かし、安心して暮らせる地域づくりのために、自分たちでできることを実践する。	地域振興課 社会教育課 市民生活課 高齢福祉課	―
支え合い地域づくり	地域支え合い推進員が地域に入り、各地域の課題解決に向けコーディネートし、関係機関と連携する。	高齢福祉課	―
認知症サポーター養成講座	認知症の人やその家族、介護者の負担軽減や気づきにつながるよう、地域の見守り役となる認知症サポーターを養成する。	高齢福祉課	―
啓発活動	地域の中で助けを求めることがあたりまえとなるように啓発する。	市民生活課	佐渡保健所

②　民間団体等との連携の強化

自殺の危機に追い込まれている人は、相談することができず、悩みを一人で抱え込んでいる場合が多くあります。宅配業者や商業施設など、多くの地域住民と接する機会のある民間団体と連携し、気づき・見守り活動を強化することで、自殺のリスクの早期発見・早期対応につなげていきます。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
地域の見守り関係団体連絡会	関係部局、関係団体、関係機関、事業者と連携した横断的な高齢者等の見守りを行う。	高齢福祉課	―
地域見守り連携協定	宅配業者や移動販売等実施する民間事業者と協定を結び、住民の身体やこころの異変を早期に発見する。	高齢福祉課	―

③　相談体制の充実

自殺に至った背景や原因をみると、ひとつの要因だけではなく、様々な問題を抱えていることがわかります。

健康問題、経済・生活問題などの関係機関や団体と連携しながら、相談窓口の充実に努めます。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
こころの健康相談会	精神科医師等による相談を実施することにより、精神疾患の早期発見及び適切な治療へつなげる。	社会福祉課	佐渡保健所
公害環境関係の苦情相談	苦情相談の中から、近隣トラブルやその背景となる精神疾患の悪化等に気づいた場合は、関係機関と連携し、問題の早期解決を図る。	環境対策課	―

取り組み	内容	関係課	関係機関等
女性相談	家庭内の問題、配偶者からの暴力等の相談を受けることで、自殺リスクの軽減につなげる。	子ども若者課	―
障がい者等の総合相談	障がい者基幹相談支援センターにおいて、様々な相談に応じ、必要な情報の提供及び助言、サービス利用支援を行う。また、市内各相談支援事業所との連絡調整機能も持つ。	社会福祉課	―
総合相談	地域包括支援センターにおいて、子どもから高齢者までの様々な相談に応じ、関係機関と連携して必要な情報の提供及び助言、サービス利用支援を行う。	高齢福祉課 子ども若者課 市民生活課 社会福祉課	社会福祉協議会

④　相談窓口の周知

悩みを抱えた方が、孤立することなく相談につながるよう、特に自殺予防週間や自殺対策強化月間の際に相談窓口の周知に努めます。相談窓口や自殺予防週間及び自殺対策強化月間の認知度については、市民向けの保健事業の中で確認し、本計画見直し時に指標として数値化していきます。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
リーフレット・ポスター等の作成・配布	一人で悩みを抱えて、大切ないのちを落とすことのないよう、相談窓口を周知する。トイレ等を活用するなど設置場所を工夫し、NTTタウンページ、「市民便利帳」を利用して相談窓口を周知する。	市民生活課	佐渡保健所
市報さど・ホームページ等への掲載、のぼり旗の提示	自殺予防のため市民への啓発、相談窓口の周知。	市民生活課 社会福祉課	佐渡保健所

（２）ハイリスク者への支援

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て「生きることの促進要因」を増やす取り組みを行うことです。

困難を抱えた方への相談・支援体制を強化するとともに、社会的な孤立を防ぐための居場所づくりや自殺未遂者等への支援を推進します。

■評価指標■

指標	2017 年度末現状値	2025 年目標値
生活困窮者自立支援法に基づく自立相談支援事業相談支援件数	120 件	増加

①　関係機関との連携強化

自殺予防のためには、市民、関係機関、行政が緊密に連携しながら、対策を講じることが重要です。

困難を抱えている方の課題は複雑で、多岐に渡っていることから、様々な機関の多職種と連携し、支援を行います。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
医療機関等との連携会議	自殺未遂者等に対する対策について医療機関等と協議する。	市民生活課 社会福祉課 消防署	佐渡総合病院 真野みずほ病院 他
自殺対策に係る実態把握事業	自殺の実態に即した効果的な自殺予防対策を企画立案するため、地域における特徴的な自殺の背景等複数の要因分析を行う。	市民生活課 社会福祉課	佐渡保健所 他

②　ハイリスク者及び家族への支援

自殺未遂者・発達障がい者・精神障がい者（アルコール依存者含む）・ひきこもり等への支援と、家族等の社会的な孤立を防ぐための居場所づくりやその周知を図ります。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
家族会への支援	精神疾患患者の家族が、病気への理解・対応について学ぶ。 家族間で情報交換をしながら仲間づくりをすることで、つらい思いの軽減を図る。	社会福祉課 市民生活課	―
遺族会への支援	自死遺族等に対する相談や家族同士が話し合う場を設けることで孤立を防ぐ。	社会福祉課	―
自殺未遂者への支援	面談、電話相談につながるように、医療機関と連携し、必要な支援を行う。	社会福祉課	佐渡総合病院 真野みずほ病院
発達障がい者・精神障がい者・ひきこもり等への支援	訪問、面談、電話相談により個別に相談・支援を行う。	社会福祉課 子ども若者課 市民生活課	佐渡保健所 医療機関

③　生活・経済支援体制の充実

佐渡市の自殺に至った方の背景をみると、自殺の原因として生活・経済問題が 2 番目に多く、県平均より高い状況です。生活苦に陥っている人は、相談先や支援体制を知らないことで、より悩みを抱え込んでしまうことが考えられます。

生活に困窮する方に対し、相談機関等の情報提供を行うとともに、包括的な支援を行います。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
消費生活相談	多重債務や消費生活上の困難を抱える方に消費生活相談、情報提供等を実施し、リスクの軽減につなげる。	市民生活課	消費生活センター
生活困窮者への支援	生活困窮者の相談事業の周知相談により、就労相談や家計相談、必要に応じて弁護士や生活保護等につなぐ。	社会福祉課	社会福祉協議会 法律事務所
料金滞納者等への相談支援	料金滞納者等の相談対応の際に、相談窓口のリーフレットを配布し、相談先の情報を周知する。	税務課 市民生活課 建設課 上下水道課	―

（３）自殺対策を支える人材の育成及び支援

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」が重要となります。自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞き、必要に応じて関係機関につなぎ、見守るゲートキーパー*の役割を担う人材の養成に取り組み、管理職を含む市職員及び、専門機関のスタッフの資質の向上を図ります。

講演会等を通して、市民へのゲートキーパーの認知度を高めていき、本計画見直し時に指標として数値化していきます。

■評価指標■

指標	2017 年度末現状値	2025 年目標値
こころのゲートキーパー養成研修・自殺対策講演会等参加率	市職員・専門職向け　6.1% （延 71/1,160 人） 市民向け　1.7% （延 828/48,443 人）	市職員・専門職向け　20.0% 市民向け　20.0%

＊ゲートキーパー：悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人。

①　関係機関における人材の養成と資質の向上

地域保健や精神保健福祉、医療、産業保健、介護支援などに携わるスタッフを対象に、対応マニュアル等を用いてゲートキーパー養成研修を実施し、さらに継続的にフォローアップ研修を開催することで、ゲートキーパーとしての共通認識と連携意識を高めます。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
こころのゲートキーパー養成研修	自殺のサインに気づき、必要に応じて専門機関へつなぐ等、適切な相談支援能力の向上を図る。	市民生活課	―
フォローアップ研修	ゲートキーパー養成研修の受講者が、自殺ハイリスク者の相談に対する抵抗感・不安感を乗り越え、相談に取り組める。	市民生活課	佐渡保健所
介護支援専門員研修	介護支援専門員の資質の向上を図り、要介護者及び家族の相談支援を行う。	高齢福祉課	介護保険事業所
自殺対策に係る実態把握事業	既遂事例を通して、介入の仕方・支援方法・関係機関の連携等に関する支援者側の質の向上を図る。	市民生活課	佐渡保健所

②　地域における人材育成

地域住民の身近な相談相手である民生委員をはじめ、自治会長、ボランティア等を対象に「こころのゲートキーパー養成研修」を行い、うつ病や自殺に関する知識を習得し地域での気づき・見守り活動の中心となる人材を育成します。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
ミニゲートキーパー研修	自殺の現状等、自殺に関する知識を習得し、相談を受けたら、必要に応じて専門機関へつなぐ。	市民生活課	民生委員・児童委員協議会
支え合い地域づくり研修会	安心して生活できる助けあいのまちをつくるため、地域のリーダーとなる人を育成する。	高齢福祉課	―

③　SOS を出せる環境づくり

アンケート調査の結果から、高齢者・成人は悩みを抱えた時の相談相手は「家族」が 69.9%、70.9%となっていました。また、身近な人の「うつ病のサイン」に気づいた時の相談先は高齢者が「かかりつけの医療機関」で 40.0%、成人が「精神科や心療内科等の医療機関」で 49.5%となっていました。

悩みを抱えることは誰でも起こることで、それぞれの多様性を認め合い信頼できる人間関係や地域づくりに取り組みます。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
相談事業	対面による相談だけでなく、匿名でも相談できる等、相談体制について検討する。	市民生活課 社会福祉課	佐渡保健所 いのちとこころの支援センター
健康教室	悩みを抱えている人への傾聴の仕方や対応の仕方を学ぶことで、SOSに気づき適切に対応できるようにする。	市民生活課	―

④　こころの健康づくりと病気への理解の促進

うつ病を始めとした精神疾患やひきこもりの正しい知識を普及することで、適切に対応することができるよう普及啓発を行います。

また、身近な人の「うつ病のサイン」や自分自身のこころの状態に気づき、相談や受療につなげます。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
こころの健康づくり研修会（健康教育）	ひきこもりやうつ病、認知症等の病気について知識を深め、自分や身近な人の SOS のサインに気づいたら適切に対応できるよう啓発する。	市民生活課 社会福祉課 子ども若者課 高齢福祉課	佐渡保健所

（４）ネットワークの強化

地域で活動する民間団体の活動は、自殺防止や遺族への支援を目的とする取り組みだけでなく、保健・医療・福祉・教育・労働・法律その他の関連する分野での活動が自殺対策に寄与し得るため、様々な領域において積極的に自殺対策に参画できる環境を整えます。

■評価指標■

指標	2017 年度末現状値	2025 年目標値
佐渡市自殺対策推進協議会の開催数	年１回	年１回（継続）

①　関係機関との連携とネットワークの強化

地域の自殺実態を踏まえてどのように対策を進めるべきか、佐渡市自殺対策推進協議会を中心に、民生委員や地域医療従事者など、関係者間で意識を共有するための機会をつくり、共に支え合える組織づくりや連携を深めることで、気づき・見守りから専門機関による支援で、誰も自殺に追い込まれることのない包括的な自殺対策を進めます。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
佐渡市自殺対策推進協議会	自殺者の減少をめざし、効果的な自殺対策について関係者とともに協議する。	市民生活課 社会福祉課 子ども若者課 高齢福祉課	佐渡保健所 社会福祉協議会 民生委員・児童委員協議会　他
気づき・見守り庁内連絡会	庁内職員に、自殺の現状を伝え、庁内全体で自殺対策について協議する。	市民生活課 庁内各課	―
包括支援事業に向けた会議	子どもから高齢者までを対象に、課題解決への対策を協議し、推進する。	高齢福祉課 子ども若者課 市民生活課	佐渡保健所 社会福祉協議会

②　庁内・地域の資源の把握

自殺対策とは「生きることの包括的な支援」であるとの視点から、既存事業を最大限に活かして有機的に連動させる仕組みづくりを行います。

本計画策定にあたっては、庁内において「事業の棚卸し＊」を行い、既存事業及びつながりのある民間団体の活動を自殺対策の視点で見直しました。

＊　事業の棚卸し等については資料編Ｐ.57 参照。

２　世代別の取り組み

（１）育ち盛り世代（おおむね 0～18 歳）

少子化に伴い、身近に子育てについて話せる仲間がおらず、孤立・不安・負担感を抱えながら育児をしている親が多くなっています。そのため、乳幼児期の親子のこころのつながりが不十分なことから、自分に自信が持てない子どもが増えています。自己肯定感・自己有用感を高める取り組みや、子どもが頼れる人のいる安心して居られる場、親が気軽に相談できる場づくりが必要です。また、保健・医療・福祉・教育・労働等の分野の関係機関と連携のもとで機能する支援が必要になります。

佐渡市は、19 歳以下の自殺者は少ないものの、自殺未遂の事例は報告されています。また、生きづらさを抱えて不登校や引きこもりになる人も増えてきており、その対策が急がれます。

■評価指標■

指標	2017 年度末現状値	2025 年目標値
児童・生徒に対する SOS の出し方に関する教育を実施している学校の割合	100%	100%（維持）

①　SOS を発信できる教育、発信する場の提供

学校・教育関係者へのアンケートから、児童・生徒が抱える悩みは、家族や友だちとの人間関係、成績や学業問題が多く、相談する人がいない、家庭や学校での孤立、ＳＯＳや相談の発信方法を知らないことが見えてきました。

悩みが自殺へとつながるきっかけとなることから、児童・生徒のＳＯＳの出し方に関する教育、相談できる場の提供について、取り組んでいきます。

また、インターネットやＳＮＳの普及により、若者は対面による相談支援ではなく、検索によって情報を得たり、自身が困難な状況であることを発信する場合があります。そのような若者に、情報や支援を提供するための手段を検討します。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
こころの健康チェック	こころの健康チェックのアンケートを実施し、集計及び見取りへの支援を行う。	学校教育課	―
若者相談	若者に関するあらゆる相談に、専任の相談員が、保健師・学校・保育園・児童相談所などと連携を取りながら対応する。	子ども若者課	―
心の教室相談員配置	不登校や悩みを持つ生徒に、心の教室相談員を配置し、生徒の話し相手、悩み相談を行う。	学校教育課	―
社会生活技能訓練（SST）	人との関わり等が苦手な児童生徒に対して社会性を身につけるため訓練を行う。	学校教育課	―
相談窓口の周知	相談機関をカードにして配布する。	学校教育課	―

②　いのちの大切さを学ぶ機会の提供

核家族化が進み、身近に「生(誕生)」「死(看取る)」を体験する機会が少なく、いのちの大切さを学ぶ場が減少してきています。

一人ひとりがかけがえのない個人としてともに尊重し合いながら生きていけるよう、いのちの大切さ、生きることについて考える機会を提供します。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
赤ちゃんにやさしい島連絡会	母子の愛着形成を推進していく。その中の取り組みの一つとして、児童が赤ちゃんと触れることでいのちの大切さを実感できる。	子ども若者課 市民生活課	佐渡保健所 佐渡総合病院
道徳いのちの授業	児童、生徒に対して、いのちの大切さ、相手を思いやるこころ、生きることを考える。	学校教育課 子ども若者課	―
母子保健事業	パパママセミナーや離乳食講習会、乳幼児健診等で親子の愛着形成を図るための具体的な指導や個別相談を行う。	市民生活課	―

③　家庭環境への支援

子どもにとって家庭は最も身近な存在であり、気楽に話すことができ、自分を守り、理解してくれる支援者がいる場所です。家庭が団らんの場であり、安心できる場となることが大切です。

そのためにも関係機関が連携しながら、子育てについて学ぶ場や親への支援を提供できるよう検討します。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
周産期連絡会	要支援妊産婦及び乳幼児に対し、関係者と連携しながら、切れ目のない充実した支援を行う。	市民生活課 子ども若者課	佐渡保健所 佐渡総合病院 真野みずほ病院
不登校児童生徒訪問指導員配置	不登校児童生徒の家庭を訪問し集団生活への適応を促し、学校生活への復帰を援助する。	学校教育課	―
ひとり親家庭相談支援	ひとり親家庭に対して、個々の抱える問題に応じて、窓口の紹介や必要な情報を提供する。	子ども若者課	新潟県中央福祉相談センター
子どもと家庭に関する相談支援	子どもや家庭に関する各種相談に関係機関と連携しながら支援する。	子ども若者課	新潟県中央福祉相談センター
ペアレント・トレーニング	発達障がいや育てにくいと感じる子どもの保護者を対象に、対応のコツを学べるよう支援する。	子ども若者課	―
NP(Nobody's Perfect)プログラム	乳幼児期の子どもの保護者が集まり、お互いの悩みや関心ごとを話し合うことで、自分に合った子育てを考える。	子ども若者課	―

取り組み	内容	関係課	関係機関等
家庭への支援	主に貧困家庭に対し、学習支援や経済支援を行い、また養育能力の低い家庭や育児不安が強い家庭に対し、炊事や掃除など家事援助を行う。	学校教育課 子ども若者課 社会福祉課	社会福祉協議会
家庭訪問・相談事業	育児に対して支援が必要な家庭に対して家庭訪問や電話等の相談を行う。	子ども若者課 市民生活課	―

④　地域全体で子育てをする

核家族化や共働き世帯・ひとり親世帯の増加により、地域のつながりの希薄化が進んでいます。地域の祭り等を通じ、家族や地域の人から感謝されること、がんばりを認めてもらえることが自信になり、生きる力につながります。子育ての多様化を認め合い、世代間交流をすることで、地域ぐるみで子育てを見守り、応援し、協力する環境づくりを推進します。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
子どもの居場所づくり	地域の中に、安心していることができる場の提供。	子ども若者課	社会福祉協議会 健康推進協議会
（地域全体で）あいさつ運動	あいさつや声かけなどを通じて、地域の人達が日常的に子ども・親との関係を築くことで孤立を防ぐ。	学校教育課	青少年健全育成市民会議
学童保育	保護者が共働きなどで家庭にいない小学生を対象に、適切な遊び及び生活の場を与え、その健全な育成を支援する。	子ども若者課	―
社会体育（スポーツクラブ）	同級生だけでなく、上級生・下級生との関わり方や、努力することや我慢することなど、スポーツを通じて社会性を身につける。	社会教育課	―
子育て包括支援事業	子育てに関する相談窓口を設け、必要に応じて関係機関につなげて支援する。	子ども若者課	―
家庭教育学級	子育てについて学びあう場の提供。	社会教育課	―

⑤　教育機関等との連携と環境整備

子どもの自己肯定感や自己有用感を高める取り組みや、命の尊さを学ぶ教育を推進します。

また、教育委員会と連携し、児童・生徒の日常的な健康状態を把握し、子どもの悩みや変化に気づき、耳を傾け、早期対応できる組織体制を検討します。

必要に応じて専門機関等へつなぎ、見守るゲートキーパーとしての知識や教育現場での支援方法の習得のほか、教員自身の健康課題について理解を深め適切に対応

するため、教職員及び学校保健関係者を対象にメンタルヘルス等の研修会を実施します。

その他、親や教職員等、子どもに関わる人たちに時間的・精神的な余裕がないことも課題として挙げられており、ゆとりある関わりができるような環境整備も検討が必要です。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
スクールカウンセラーとの連携	悩みを持つ生徒のカウンセリングや親の相談を行い、必要に応じて関係機関へつなぐ。	学校教育課	―
適応教室	中学校で不登校になったり、高校を中退した子どもに対して、学習する機会を提供する。	子ども若者課 企画課	―
不登校・ひきこもり対策	不登校・ひきこもりの未然防止、早期発見・早期対応を学校と一緒に検討し対応する。	学校教育課 子ども若者課	―
	不登校やひきこもりの子どもや若者の居場所として「子ども若者サポートセンター」や「フリースペースこわか」を設置し、心の安定と支援者との信頼関係の構築を通して社会参加のきっかけをつくる。	子ども若者課	―

（２）働き盛り世代（おおむね 19～64 歳）

働き盛り世代は、仕事や子育て、介護など時間的、精神的にも余裕がなく、社会的にも責任が大きくなるため、様々なストレスにさらされやすい世代でもあります。また、地域や職場において人との関わりを好まない人や、関わりを持つ余裕もなく孤立しがちな人もいます。「健幸さど２１第２次計画」の中でも、40～50 歳代の職場や地域における人間関係やつながりの強化が課題となっています。職場やプライベートが原因の不安や悩みが解決しないまま、過度のストレスを抱え続けることで、うつ病などの精神疾患を発症し、最悪の場合には自殺につながることもあります。

家族や職場の理解と協力のもと、こころの健康づくりを支援します。

■評価指標■

指標	2017 年度末現状値	2025 年目標値
出前講座	11 事業所	増加

①　メンタルヘルス対策の推進

近年、労働者の受けるストレスは拡大する傾向にあり、仕事に関して強い不安やストレスを感じている労働者が増加しています。

佐渡市では働き盛り世代の男性の自殺率が全国平均より高く、「地域自殺実態プロファイル」でも「勤務・経営」問題が地域特性として指摘されています。また、佐渡市は小規模事業所が多いのですが、小規模事業所へのメンタルヘルス対策の取

り組みが遅れている状況です。今後、全事業所に対し、職場におけるこころの健康づくり対策を推進します。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
メンタルヘルス研修	メンタルヘルス出前講座等により、正しい知識の普及、ワークライフバランス、ストレス対策等の研修を実施。研修を受けることで、こころの不調に気づいたら、適切な行動をとれるようになる。	市民生活課	佐渡保健所 事業所
ストレスチェック	従業員のこころの健康問題への気づきを促す。また、ストレスチェックの結果により、受診する等適切な行動につながるよう支援する。	地域振興課	佐渡労働基準協会 佐渡労働基準監督署
公民館講座	趣味や関心のある講座を受講することにより、ワークライフバランスを考えながらこころに余裕を持ち生活できる。	社会教育課	―
相談窓口の周知	事業所と連携して、相談窓口のチラシ等を配布し、周知する。	市民生活課	―

②　職場環境の改善

長時間労働による過労や、ハラスメントなど、職場の環境が強いストレスとなる場合も多くあります。企業の現場で起きる様々な問題を個人の力だけで解決することには限界があります。関係機関との連携により、職場の環境の改善に取り組みます。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
労働環境改善	労働条件及び就業に関わる制度を周知することで労働環境の改善を図る。	地域振興課	―
働く人のためのメンタルヘルスチェック	事業所がメンタルヘルス対策の取り組みについて自己チェックをすることにより、職場におけるメンタルヘルス対策を推進する。	市民生活課	佐渡保健所

③　雇用対策と生活支援

働き盛り世代の無職者は、同世代の有職者に比べ自殺率が高いことが知られています。無職者・失業者は、離職・長期間失業など就労や経済の問題を抱えている場合や、経済問題以外の疾病・障がいや人間関係の問題等を抱えている場合もあります。

ハローワーク等の関連機関との連携により、雇用対策・職業相談を推進するなど、失業に直面した際に生じるこころの悩み相談など、様々な生活上の問題に関する相談に対応し、失業者への包括的な支援に取り組みます。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
地域若者サポートステーション	15～39 歳までの未就職者に適性検査やスキルアップ講座、就業体験等の就職支援を行う。	地域振興課	―
佐渡UIターンサポートセンター事業	移住希望者の総合相談として情報提供・連絡調整を行う。	地域振興課	―
生活困窮者への支援	就労相談や家計相談、税に関する相談、奨学金貸与、公営住宅の家賃滞納に関する相談等を行い、必要に応じ専門機関につなぐ。	地域振興課 学校教育課 税務課 建設課	社会福祉協議会 ハローワーク佐渡

（３）活躍盛り世代（おおむね 65 歳以上）

加齢に伴う身体機能の低下や疾病から、健康に対する不安や健康問題を抱える人が多くなる世代です。外出が困難になることに加え、定年退職により無職となることで、閉じこもりや抑うつ状態になりやすく、孤独・孤立に陥りやすくなります。

佐渡市では、高齢者の男女ともに自殺死亡率が全国平均より高くなっています（「地域自殺実態プロファイル」）。また、高齢女性の自殺死亡率が減少しないことが佐渡市の特徴といえます。

高齢者福祉事業や地域包括ケアシステムなど、既存関連事業を活用しながら、高齢者特有の課題を踏まえつつ、多様な背景や価値観に対応した支援に取り組みます。

■評価指標■

指標	2017 年度末現状値	2025 年目標値
地域の集いの場の数	242 か所	増加

①　高齢者の健康づくり対策と健康不安に対する支援

高齢者の自殺原因として最も多いのが、うつ病を含めた健康問題です。今までできていたことが一人ではできなくなる不安から、ふさぎがちになることもあります。こころと身体の健康についての知識の普及に努めるとともに、相談支援から医療・介護・福祉などの関連機関と連携した包括的支援につなげる体制を整備します。

また、高齢者自身が健康の意識を持ち、自分に合った健康づくりに取り組めるよう、様々な方向から働きかけます。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
一般介護予防事業	参加者同士の交流や閉じこもり予防、運動機能の維持向上を目的に、健康教室の開催。	高齢福祉課	―
認知症カフェ	認知症の当事者やその家族、介護従事者等が悩みを共有し、気軽に情報交換できる場を提供する。	高齢福祉課	―

取り組み	内容	関係課	関係機関等
地区健康学習会 健康教室	うつ病や認知症等の病気に対する知識を普及することで、自分自身や周囲の人のこころの状態の変化に気づき、適切に対応できるようになる。	高齢福祉課 市民生活課	健康推進協議会
高齢者実態把握	65 歳以上の高齢者に対して、日常生活の状況を聞き取り、必要に応じて介護予防事業や早期受診につなげる。	高齢福祉課	―

②　要介護者及び介護者に対する支援

介護サービス利用者は、介護職員と接点を持っています。日ごろの業務の中で変化に気づけるよう、支援者への研修を行い、かかりつけ医や他機関との連携による包括的支援につなげます。そのためには、支援者と要介護者（介護者）が互いに信頼できる関係を築くことが大切です。

また、支援や介護を要する状態になっても、他人に頼ることに対する遠慮や、近所の目を気にしてサービスを利用することに抵抗感を持つ人もいます。さらに人とのつながりを大事にし、住み慣れた地域で、自立して生きがいを持ちながら暮らせるよう、関連施策と連携して支援します。

■今後の必要な取り組み■

取り組み	内容	関係課	関係機関等
ものわすれあんしん相談	認知症の人や介護者の不安や悩みの相談を受け、対応について情報提供や支援を行う。	高齢福祉課	―
家族介護支援事業	要介護者を介護する家族に必要に応じた支援を行う。介護者同士が悩みを語り合い、情報交換することで気分転換を図り、支え合いを推進する。	高齢福祉課	―
介護支援専門員研修	研修によりスキルアップを図ることで、在宅の高齢者の生活支援の要となる人材を育成する。	高齢福祉課	―
地域包括ケア会議	高齢者の実態や課題等について関係機関で情報共有と協議の場を持つことで、支援体制を整える。	高齢福祉課	―

③　地域のつながりの強化と孤独・孤立の予防

寿命の延伸や核家族化などにより、高齢者のみ世帯・一人暮らし高齢者世帯が増加しています。さらに、以前に比べ地域の行事等も少なくなり、集まる場が減少してきています。

地域の人とのつながりを持つことは、生きがいや役割を持って自分らしく生活することにつながります。高齢者の居場所づくり活動や見守り活動を支援するとともに、社会参加する機会を増やし、地域のつながりを意識して地域ぐるみの活動ができるよう働きかけます。

■今後の必要な取り組み■

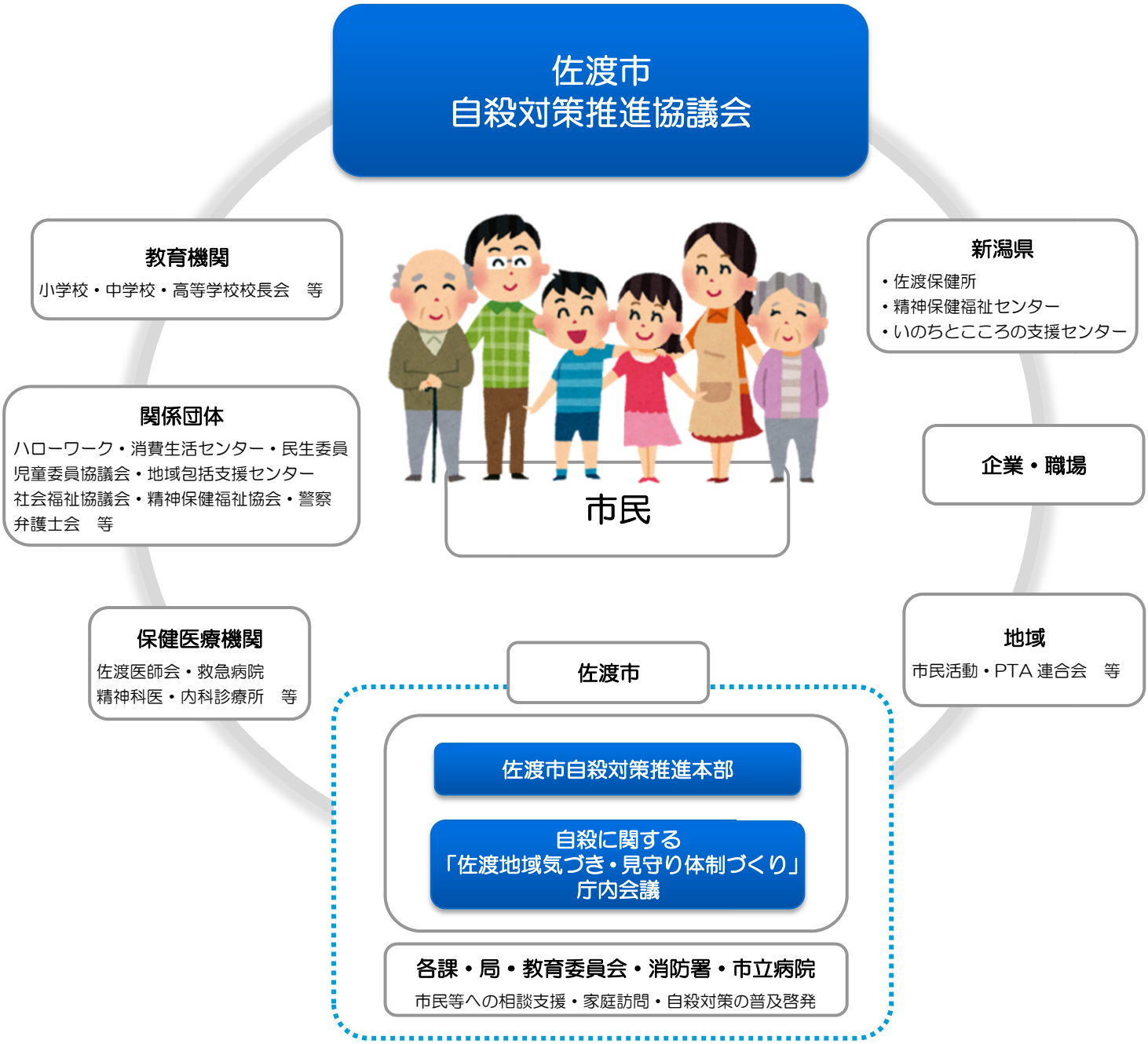
取り組み	内容	関係課	関係機関等
サロン	生きがい活動を、地域の人同士が交流しながらつながりを深める。	高齢福祉課	社会福祉協議会
地域の茶の間	地域の集会所等を利用して、地域に住む高齢者が気軽に集まり交流する。閉じこもり予防や孤立を防ぐ。	高齢福祉課	社会福祉協議会
生活支援	移動販売や乗合タクシー等の移動手段を確保することで、生活しやすい環境を整えることが孤立の予防にもつながる。	高齢福祉課 交通政策課	―
まごころネットワーク	一人暮らしの高齢者に対し、見守り活動を行い、変化に気づいたら関係機関へつなぐ。	高齢福祉課	社会福祉協議会
地域の見守り	あいさつ運動、スクールガード、民生委員・児童委員の見守り活動を行う。	学校教育課 社会福祉課	民生委員・児童委員協議会
支え合い地域づくり	地域支え合い推進員が地域に入り、各地域の課題解決に向け、コーディネートし、関係機関と連携し、助け合い支え合う地域づくりを行う。	高齢福祉課	―

第５章　自殺対策の推進体制

自殺の背景・原因は複雑で多岐にわたっていることから、佐渡市自殺対策推進協議会において、学識経験者や医療・保健・労働・教育などの幅広い分野における関係機関・団体の参画のもとに、情報共有を図り、連携、協働体制を強化していきます。

また、佐渡市における総合的な自殺対策の推進に向け、全庁的に取り組みを進めていきます。

なお、本計画の進捗管理・評価や、改訂が必要になった際の協議は、佐渡市自殺対策推進協議会で行い、課題の解決に努めていきます。



１　佐渡市自殺対策推進協議会

関係機関や民間団体等で構成する佐渡市自殺対策推進協議会において佐渡市の自殺の実態を共有するとともに総合的な自殺対策とその実践化について協議し、推進を図ります。

佐渡市自殺対策推進協議会　参加機関

※順不同

機　関　名
佐渡市音訳とわの会
佐渡市健康推進協議会
佐渡市老人クラブ連合会
しまびと元気応援団
真言宗豊山派　佐渡宗務支所
青少年健全育成市民会議
種火の会
新潟県理容生活衛生同業組合
民生委員児童委員協議会
佐渡医師会
佐渡総合病院
真野みずほ病院
新潟県薬剤師会佐渡支部

機　関　名
新潟県弁護士会 （佐渡ひまわり基金法律事務所）
新潟県労働衛生医学協会 佐渡検診センター
佐渡市社会福祉協議会
佐渡農業協同組合
佐渡連合商工会
佐渡労働基準協会
佐渡労働基準監督署
佐渡公共職業安定所
佐渡西警察署
佐渡東警察署
新潟県精神保健福祉センター
新潟県下越地域 いのちとこころの支援センター
新潟県佐渡地域振興局健康福祉環境部 （佐渡保健所）

２　佐渡市自殺対策推進本部

佐渡市における自殺対策を全庁的に連携し推進するため、市長をトップとした「佐渡市自殺対策推進本部」を設置し、現状把握や普及啓発及び相談体制の充実を図り、総合的な自殺対策を検討します。

３　自殺に関する「佐渡地域気づき・見守り体制づくり」庁内会議

自殺対策を推進するため、自殺に関する「佐渡地域気づき・見守り体制づくり」庁内会議を開催し、関係課を中心に全課との連携を強化し、社会的な要因を含めた対策を進めていきます。

資料編

1　庁内・地域の資源の把握

■事業の棚卸し■

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
地域防災マップ作成事業	平成 27 年 3 月に作成した地域防災マップについて、災害の被害想定等を更新したうえで、全戸に配布して市民の防災意識の啓発を図る。	命や暮らしに関する連絡先情報を掲載し、市民に周知する。	防災管財課
市税徴収業務	市税の徴収に関する事務	徴税吏員が、市のゲートキーパー研修を受講することにより、納税相談等の業務において、気づき役としての視点を持てるようにする。	税務課
男女共同参画計画事業	(1)男女平等意識の啓発 (2)女性の人権の尊重と生涯を通した女性の健康づくり (3)男女共同参画が確保される労働環境づくり (4)男女が共に参画できる活力あるまちづくり	【男性にとっての男女共同参画】 男女共同参画は女性だけの問題ではなく、男性であるがゆえに社会的な重圧や長時間労働等の悩みを抱えており、精神的負担や自殺者の増加要因のひとつとなっている。男女共同参画社会の実現には、男性がより暮らしやすくなるものでもあることを周知し、育児・介護休業制度の利用等を通して、男性の家庭生活や地域活動への参画を進めていく。	企画課
佐渡市医療構想	佐渡市の現状を踏まえ、これからの医療・介護の方向性を示し、着実な推進を図る。	次期見直しの際には、自殺対策について言及することで、自殺対策との連動性を高めていくことができる。	市民生活課
出前講座	市内事業所へ出向き、健康に関する講話や事業所ごとの健診結果からの改善点などを伝え、職員の健康に対する意識を高める。	働き盛り世代の健康づくりに向けた対策との連動性を高めていくことで、労働者向けの生きることの包括的支援（自殺対策）の拡充を図ることができる。	
健康教育	老人クラブや婦人会、地域へ出向き健康に関する講話や佐渡市の現状を伝え、市民の健康に対する意識を高める。	市民の健康づくりに向けた対策との連動性を高め、労働者向けの生きることの包括的支援（自殺対策）の拡充を図ることができる。	
地区健康学習会	各地区で、健康に関する講話や栄養指導等を行う。	講話の中で、自殺問題とその対応や市の現状を伝えることにより、住民の理解促進を図ることができる。	

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
母子保健事業 （乳幼児健康診査・乳幼児精密健康診査・幼児歯科検診・歯科講話）	出生後に定期的な健康診査を実施し、乳児から幼児期の病気の予防と早期発見を行い、子育て世帯の育児不安の解消と子どもの健やかな成長を図る。	貧困家庭への支援や虐待防止等の各種施策と連動させていくことで、親子の包括的な支援につながる。 親子との面談や問診時に異変や困難に気づき、不安や問題等について聞き取ることで、問題を早期に発見し、対応もしくは専門機関につなげる機会となり得る。 小学校高学年が赤ちゃんとふれあう機会を持つなど、いのちの大切さや自己有用感を持てる機会とする。	市民生活課
すこやかな妊娠・出産事業 （母子健康手帳の発行・妊産婦一般健康診査・妊婦歯科健康診査・妊産婦・新生児訪問・パパとママのためのマタニティセミナー・離乳食講習会・プレママカフェ）	妊産婦への健康診査や訪問指導、教室等を実施することにより、安心して出産・育児を行える環境を整える。	訪問等で妊産婦や家族と接触する機会に状態を把握し、育児不安や育児によるストレス、産後のうつ等に対する必要な助言・指導を提供することで、母親の自殺リスクを軽減させるとともに、必要時には専門機関へとつなぎ、包括的な自殺対策の支援を提供する。 教室等の開催時にいのちの大切さを伝え、親子の愛着の形成を図ることで、妊産婦への自殺対策の支援を充実させる。	
周産期連絡会	要支援妊産婦・ハイリスク妊産婦等の情報交換をし、関係機関ごとの支援を確認する。	産後うつや育児ストレスから自殺リスクの高い母親に対し、関係機関の多方面からの支援を行うことで、自殺リスクの軽減につながる。	
地域活性化促進事業（おたから）	地域の課題を話しあい、良いところを発見し、継続・発展させることにより地域の活性化を図る。	地域の活性化を促進し、地域のつながりや絆を深め、孤独・孤立を防ぐことにより、生きることの促進要因への支援につなげる。	
人権教育啓発事業 （佐渡人権展・佐渡市人権啓発活動地域ネットワーク協議会の学校訪問 等）	人権意識の高揚のための啓発活動。	あらゆる人権のパネル展示や DVD 上映、人権講演会、また学校訪問でいじめについて考えることなどを通して、差別や偏見の解消や人権意識の高揚を図ることによって、自殺予防への一助となり得る。	
戸籍届等受付	窓口来庁者との会話の中で、悩み相談を口にするなど不安を抱えている様子を感じ取ったら、解決策を見出せるよう適切な担当へ紹介する。	窓口担当は気づきを行えるよう、ゲートキーパー研修を受け小さなサインの見逃しをしないよう心がける。	
医療保険証発行事業	短期証及び資格証の発行時の相談。	生活困窮により、保険税（料）の未納となり、短期証及び資格証となっている方からの相談をきっかけに、各種支援の行える体制を整えておく必要がある。	

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
消費生活相談	消費生活相談、情報提供等を実施。	多重債務や消費生活上の困難を抱える方はリスクが高くなることから、消費生活センターへの相談の聞き取りで、抱えている問題に対応できるよう関係機関と連携していくことが可能。また、センターの展示ブースにリーフレットなどを設置し、自殺予防の啓発や理解の促進を図ることができる。	市民生活課
出前講座	消費者トラブルを未然に防止するための啓発講座を実施。	消費者トラブルなどの相談先として消費生活センターを知ってもらい、消費生活相談以外の相談であっても、関係機関へつなげることができることを周知することが可能。	
民生委員児童委員活動事業	民生委員児童委員による地域の相談・支援等の実施。	見守り活動として、高齢者のみの世帯や障がいを持つ方などを訪問し、相談内容によっては専門機関へつなぐ役割をしていただいていることから、住民の一番身近な相談役（窓口）として機能し得る。	社会福祉課
地域福祉計画推進事業	子どもから高齢者までのすべての世代が健やかに暮らし続けるため、各世代が活躍できる仕組みづくりや、地域での自助、共助の仕組みづくりを関係機関との連携により、市民と協働で地域福祉の構築をめざす。 基本理念である「健やかで思いやりのあふれるまちづくり」を実現するため、次の4つの基本目標に沿って取り組みを進める。 ①地域福祉の担い手づくりを視点とした「思いやりの心を育むまちづくり」 ②地域福祉の活動づくりを視点とした「支え合い助け合うまちづくり」 ③医療・介護・福祉の連携体制を視点とした「健やかに安心して暮らせるまちづくり」 ④安全・安心して暮らせる地域づくりを視点とした「安全で住みやすいまちづくり」	地域の自殺実態や対策の情報、要援護者の安否情報の収集ならびに関係者間での情報等の共有を図ることで、両政策のスムーズな連動を図ることもできる。	
保護司会運営事業	犯罪や非行に陥った者の立ち直りの援助及び犯罪の予防のため、更生保護の諸活動を援助する。	犯罪や非行をした人たちの立ち直りを支える取り組みや就労支援等、保護司会活動を充実させることにより、自殺リスクを抱えた対象者の支援にもなり得る。	

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
成年後見推進事業	認知症高齢者や知的精神障がい者等の権利擁護のため、成年後見制度の利用促進活動及び相談・利用支援を行う。	判断能力に不安を抱える方の中には、自殺リスクが高い方も含まれるので、事業を実施する中で情報をキャッチして支援機関につなげる接点となる。	社会福祉課
地域自立支援協議会の開催	障がい福祉計画の策定及び進行管理とともに、医療・保健・福祉・教育・就労等に関係する機関とのネットワーク構築を行う。	関係機関とのネットワーク構築は、自殺対策を展開するうえで基盤となりえる。	
障がい者基幹相談支援センター事業	障がい者等の総合相談窓口として、様々な相談に応じ必要な情報の提供及び助言、サービス利用支援を行う。 また、市内各相談支援事業所との連絡調整機能も持つ。	センター職員は、ゲートキーパー研修を受講し自殺対策の視点も理解したうえで業務にあたり、問題を発見した場合には適切な窓口につなぐ。	
生活保護事業	生活保護制度に係る各種扶助事務、就労支援・医療ケア相談・資産調査等を行う。	生活保護利用者は、利用していない人に比べて自殺リスクが高いこともあり、訪問の機会を通じて当人や家族の問題状況を把握し、必要に応じて各種相談・支援の提供を行い、自殺対策の向上に寄与する。	
生活困窮者自立支援事業	経済的に困窮している人に対し、自立相談支援、家計相談、就労支援、子ども学習支援等、自立した生活に向けた支援を行う。	生活困窮に陥っている人は、自殺リスクが高まる可能性があるため、相談の機会を通じて当人や家族の問題状況を把握し、必要に応じて各種相談・支援の提供を行い、自殺対策の向上に寄与する。	
発達支援 （発達相談・就学相談・児童発達支援・障がい児相談支援）	障がい児を抱えた保護者からの相談に、専任の相談員が、保健師・学校・保育園・児童相談所などと連携を取りながら対応・支援する。	障がい児を抱えた保護者への相談支援の提供は、保護者に過度な負担がかかるのを防ぎ、結果として保護者の自殺リスクの軽減にも寄与し得る。 周囲の大人が障がい児の特性を理解し適切な対応をすることで、本人の二次障がいによるうつ等、自殺リスクの軽減につながる。	子ども若者課
ペアレントトレーニング	発達障がいや育てにくいと感じる子どもの保護者を対象にセミナーを行い、子どもの行動特徴を客観的に観察し、グループ討議やホームワークを通して対応のコツをトレーニングする。	育てにくい子どもの対応のコツを身につけて、穏やかに生活を送ることで、保護者が疲弊して、自殺リスクを高めることを避ける。 子どもの自己肯定感を育むことでレジリエンスを高め、自殺リスクを避ける。	
子どもと家庭に関する相談支援	子どもや家庭に関する各種相談に関係機関と連携しながら支援する。	子育て中の保護者からの子どもや家庭に関する各種相談に、様々な機関と連携しながら応じることで、危機的状況に陥る前に家庭の問題を発見し、対応することが可能となり、自殺リスクの軽減につながる。	

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
要保護児童対策協議会（児童虐待防止）	市、教育委員会、警察、医師会、民生委員等、関係機関で連携し、要保護児童等の適切な保護を図るために必要な情報を交換し、支援の内容を協議のうえ実施する。	子どもへの虐待は、家庭が困難な状況にあることを示す一つのシグナルであることから、保護者への支援を通じて問題の深刻化を防ぎ、自殺リスクの軽減につながる。 非虐待の経験は、子ども自身の自殺リスクや成長後の自殺リスクを高める要因になるので、関係機関が連携して虐待の発生予防、早期発見、迅速な支援の開始が重要。	子ども若者課
ひとり親家庭相談支援	ひとり親家庭に対して、個々の抱える問題に応じて、窓口の紹介や必要な情報を提供する。	ひとり親家庭は貧困に陥りやすく、また孤立しがちであるなど、自殺につながる問題要因を抱え込みやすい。個々の抱える問題に応じて適切な窓口につないだり、必要な情報を提供することで、生活上の困り感を軽減することが自殺リスクの軽減にもつながる。	
女性相談	DV をはじめとする女性の福祉に関する問題についての相談に対応する。	家庭内の人間関係の問題や、配偶者から暴力を受けることは自殺リスクを上昇させる。安心して話ができる環境を整え、一緒に解決策を考えることで、自殺リスクの軽減につなげる。	
生活困窮者自立支援事業（学習支援）	経済的に困窮状態にあり、養育環境に課題を抱えている児童及び保護者に対して支援する。	貧困家庭では子どもの学習環境を整える余裕がなく学業不振から学校不適応になったり、成長後貧困の連鎖に陥る場合もある。これを防ぐことは自殺リスクの軽減につながる。	
若者相談	若者に関するあらゆる相談に、専任の相談員が、保健師・学校・保育園・児童相談所などと連携を取りながら対応する。	学校や社会に適応できないと、本人も家族も様々なリスクを抱えることになり、自殺リスクを高める。各種相談に応じ、関係機関と連携して支援することで、自殺リスクの軽減につなげる。	
母子生活支援施設事業（入所支援）	配偶者のいない女性またはこれに準ずる事情にある女性と、その看護すべき児童の母子生活支援施設への入所を実施し、入所施設の実施運営費を扶助することで、自立の促進のためにその生活を支援する。	母子家庭は、経済的困窮をはじめ様々な困難を抱えており、自殺リスクが高い場合も少なくない。また、孤立して問題を抱え込みやすいため、入所により日常的に関わりながら、継続して支援を行い、負担を和らげていくことで自殺リスクの軽減につながり得る。 退所後は、すぐに生活困窮に陥らないよう関係機関へとつなげ、必要な支援を継続するとともに、施設においても世帯の見守りを継続する。	
母子生活支援施設事業（配偶者暴力被害者等一時保護）	配偶者がいない女性が、その子どもと一緒に入所できる施設で、母子を保護、自立のための生活を支援する。	配偶者やパートナーから暴力を受けている状況は自殺リスクを上昇させやすい。通常の精神状態を取り戻せるよう安全・安心な環境で生活支援を行い、自殺リスクの上昇を避ける。	

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
母子家庭等自立支援給付金事業	・自立支援教育訓練給付金 ・高等職業訓練促進給付金　等	ひとり親家庭は就労と養育の両立により安定した収入を得るのが難しいため、貧困に陥りやすく自殺に追い込まれる問題要因を抱え込むことが多い。資格取得により生活の見通しを立てることができ、自殺リスクの軽減につながる。	子ども若者課
高齢者の総合相談	地域包括支援センターで、介護、健康、家族、お金や財産管理のことなど、高齢者の抱える問題全般について、相談に応じる。	高齢者に関するあらゆる相談を受け、高齢者の状況を継続的に支援していくことで、自殺予防の観点からも支援が可能。 介護者家族等の悩みや相談を受け、抱え込みの解消やストレスへの対処法などを支援し介護者負担の軽減を図ることで、介護の負担から起こる殺人や心中等の防止をする。	高齢福祉課
認知症サポーター養成講座	誰もが安心して暮らせる地域づくりをめざして、認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を応援する認知症サポーターを養成する。	認知症の人の家族にかかる負担は大きく、介護の中で共倒れとなったり心中が生じたりする危険性もある。サポーター養成講座を受講することで、介護者の負担軽減と気づき役としての役割を担えるようにする。	
ものわすれあんしん相談	認知症の人や介護している家族の不安や悩みについて相談を受け、対応方法等について情報提供や支援を行う。	当事者や介護者等への相談機会の提供を通じて、不安や悩みを抱える人への支援の強化を図ることができる。	
認知症カフェ	認知症の家族がいる方や認知症に関心のある方、介護従事者など、地域で認知症に関心を持つ住民が気軽に集まれる場を開設することにより、気分転換や情報交換のできる機会を提供する。	認知症の当事者やその家族のみならず、介護従事者が悩みを共有したり、情報交換を行うことができる場を設けることで、支援者相互の支え合いができる。	
地域包括ケア会議	医療・介護・福祉の関係機関代表者から構成する会議を行い、高齢者虐待防止と早期発見に努め、関係機関の連携体制の強化を図る。	ケア会議において高齢者の自殺実態や抱え込みがちな課題、虐待や介護と自殺との関連性に気づき、情報共有することで、高齢者の自殺予防についての理解や意識の共有を図る。	
地域支え合い推進員（生活支援コーディネーター）の配置	地域住民、ボランティア、関係機関等と連携し、多様な日常生活上の支援体制の充実・強化を図る。	地域包括ケアシステムによる地域づくりにより、地域での見守り体制や居場所づくり等を創出し、自殺予防や早期発見に寄与できる。	
地域見守り連携協定	宅配業者や移動販売等実施する民間事業者と協定を結び、住民の異常を早期に発見する。	民間事業所との協定の中で、自殺予防の観点で異変を感じた場合等、相談機関が早期に対応できる仕組みをつくる。	

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
地域の見守り関係団体連絡会	関係部局、関係団体、関係機関、事業者と連携した横断的な高齢者等の見守りを行うために連絡会を開催。	連絡会で、日頃の業務の中で住民とコミュニケーションをとることで、孤立防止や自殺リスクの早期発見が可能となる。	高齢福祉課
一般介護予防事業（運動教室等委託）	閉じこもり予防、運動機能向上を目的に高齢者を集め教室を開催。	事業者向けの研修会で、万が一のときのために、高齢者の自殺実態とその対策（気づきと対応等）について説明することで、高齢者のリスクの察知と対応についての理解促進を図る。	
一般介護予防事業（介護予防把握）	65 歳以上の高齢者のいる自宅を訪問し、生活実態等を聞き取り、生活機能・環境に係る問題等があれば、関係機関へつなぐ。	実態を把握する職員にゲートキーパー研修を受講してもらうことで、対象者の中に自殺リスクの高い高齢者がいた場合には、その職員が適切な機関へつなぐ等、気づき役・つなぎ役としての役割を担えるようになる可能性がある。	
家族介護支援	要介護者を介護する家族に対し実情に応じた必要な支援を行う。	介護従事者が悩みを共有したり、情報交換を行ったりでいる機会を設けることで、支援者相互の支え合い（支援者への支援）を推進し得る。	
公害・環境関係の苦情相談	住民から公害・環境に関する苦情や相談を受け付けるとともに、問題の早期解決を図る。	自殺に至る背景には近隣関係の悩みやトラブル等が関与している場合や、悪臭や騒音等の住環境に関するトラブルの背景に精神疾患の悪化等が絡んでいる場合も少なくない。公害や環境に関する住民からの苦情相談は、それらの問題を把握・対処するうえでの有益な情報源として活用できる場合がある。	環境対策課
地域の活力再生事業	地域づくりを推進するため、地域活動支援員や地域おこし協力隊等を対象とした勉強会を開催する。	自殺対策をテーマとする勉強会を実施することで、地域づくりでの応用や自己啓発等へとつながる。	地域振興課
地域若者サポートステーション	15～39 歳までの未就職者への就職を支援する。	個人にあった業種選定（適性検査）やスキルアップ講座、就業体験等を通し、参加者同士のコミュニケーションが図れる。	
労働環境改善の広報	労働条件及び就業にかかわる制度を周知する。	事業所向けに長時間労働・不当解雇等の労働条件及び就業に関わる制度を周知することで、労働環境の改善をめざす。	
佐渡UIターンサポートセンター事業	移住希望者の総合相談窓口として、情報提供・連絡調整・イベント開催等を行う。	移住者のフォローや移住者交流会開催により、移住者が抱える問題等に気づき、必要に応じて適切な窓口へつなぐ等、気づき役・つなぎ役を担えるようになる可能性がある。	

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
特定有人国境離島地域社会維持推進交付金による航路運賃低廉化	島民の利便性の向上を図るため、島民の航路運賃をJR 並みまで低廉化する島民割引支援を実施。	航路運賃割引の実施が、外出機会の促進となり、ひきこもりの解消などにつながり得る。	交通政策課
廃止代替路線バス運行費補助金	生活交通確保路線として維持確保を図るため、運行費補助金の交付を実施。	島内公共交通の維持確保が、外出機会の促進となり、ひきこもりの解消などにつながり得る。	
路線バス運賃割引サービス	公共交通である路線バスにおいて、70 歳以上の高齢者及び障がい者の利用にあたり、1 乗車 200 円の上限運賃に割引を実施。	運賃割引サービスの実施が、高齢者及び障がい者の外出機会の促進となり、ひきこもりの解消などにつながり得る。	
乗合タクシー事業（平成30年11月から社会実験中）	公共交通空白地利用実態調査結果に基づき、バス路線から遠く離れた地域（金井安養寺地区及び大和・水渡田地区エリア）から金井地区中心地までの乗合タクシーを社会実験として実施する。	定額の乗合タクシーの運行が、車の免許を持たない高齢者等の世帯の外出機会の促進となり、ひきこもりの解消などにつながり得る。	
スクールバス混乗事業（平成 30 年 11 月から社会実験中）	公共交通空白地利用実態調査結果に基づき、バス路線から遠く離れた地域（真野静平・下黒山地区エリア）から、真野地区中心地までスクールバス混乗事業を社会実験として実施する。	無料のスクールバス混乗事業が、車の免許を持たない高齢者等の世帯の外出機会の促進となり、ひきこもりの解消などにつながり得る。	
漁港整備事業	漁港の整備を行う。	漁業の基盤である漁港整備を行うことにより、安心・安全に漁業を営むことができる。	農林水産課
浜の活力再生プラン	各浜の実態に即した具体的な解決策を策定・実施。	地元の浜の有効利用を検討することにより、活躍の場、地域づくりにつながる。また、具体的な対策を実施することで収入向上をめざす。	
森林保険	森林が自然災害等により損害を受けた場合、樹種や林齢等に基づき一定の保険金が森林所有者に対して支払われる。	自然災害等により損害を受けた方からの相談に応じ、保険制度を紹介するなどの経済的援助を行い、生活困窮の改善につなげる。	
トキ保護推進事業	トキの野生復帰及びトキ保護普及啓発を推進し、人とトキが共生できる社会をめざす。	トキの野生復帰は、いったん自然界から消えた野生生物を本来の生息地に再び導入するという世界にもまれな取り組みであり、希少種動植物の保存や生物多様性の保全は世界に誇れる事例。これまでに多くのトキ野生復帰を果たし成功を収めたことにより、地域の方のこころに宿し生きる象徴としての価値を有する。	農業政策課

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
生物多様性戦略推進事業	GIAHS（世界農業遺産）は、自然と共生する農業が育む豊かな生態系や美しい景観、伝統文化や芸能を次の時代に継承する。	生き物を育む農法によって生産されたお米に付加価値をつけることにより、農家のやる気を引き出し生きる糧となる。	農業政策課
公営住宅事務	公営住宅の管理事務・公募事務を行う。	公営住宅の居住者や入居申込者は、生活困窮や低収入など、生活面で困難や問題を抱えていることが少なくないため、自殺リスクが潜在的に高いと思われる住民に接触するための有効な窓口となり得る。	建設課
公営住宅家賃滞納整理対策	公営住宅の滞納使用料の効率的収納と自主納付を促進し、住宅使用料収納率の向上を図るため、納付相談等を実施する。	家賃滞納者の中には、生活面で深刻な問題を抱えていたり、困難な状況にあったりする可能性が高いため、そうした相談を「生きることの包括的支援」のきっかけと捉え、実際に様々な支援につなげられる体制をつくっておく必要がある。	
水道料徴収業務	・料金滞納者に対する徴収事務。 ・給水停止執行業務。	・徴収員にゲートキーパー研修を受講してもらうことにより、問題を抱えて生活難に陥っている家庭に対して、必要に応じて他機関へつなぐ等の対応をとれるようになる可能性がある。 ・滞納者に対する水道料金票に、生きる支援に関する相談先情報を掲載することで、住民に対する情報周知を図れる。	上下水道課
病院運営	安心・安全な医療を提供し、地域に信頼される病院を運営。	地域の拠点病院として、誠意と真心を持って患者に対応することで、自殺願望者を早期に発見し、自殺予防につなげる。	両津病院
巡回診療	無医地区への定期的な巡回診療の実施。	医療過疎地となっている地域は、高齢化による老々世帯や独居といった深刻な生活課題を抱えており、健康問題だけでなく、孤立や閉じこもりからくるうつ状態や認知症の進行なども危惧される。出向く医療を提供することで、健康管理や病気の治療継続を行ってもらうことで不安が解消できる。	
医療・介護連携	相談窓口	医療や介護に関する様々な相談に応じることで、必要があれば行政保健師や他機関につなぐ等の対応をとり、早期対応ができる。	
	権利擁護 ・成年後見新制度利用者の相談 ・福祉サービスの相談受付	認知症など、自殺リスクの高い人の情報をキャッチし、支援につなぐための機会や接点になる。	

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
在宅支援	介護保険事業 （居宅介護支援） 訪問診療及び訪問介護サービスの提供	・介護は当人や家族にとって負担が大きく、うつ状態や虐待等大きな問題につながる場合がある。支援を通じて、ご本人やご家族の負担軽減を図ることで、自殺リスクの軽減につながる。 ・がんや認知症、難病等、疾病の進行から精神面の不調も増大し、うつ状態や自殺企図を抱く場合も多い。訪問することでご本人やご家族への支援を継続的に行いながら、うつ状態や自殺への予防につなげる。	両津病院
研修会・ ケース検討会	・うつ病等に関する研修会への参加 ・ケース検討会への参加	・看護職がうつ病に関する研修会に参加し、うつ病の早期発見と対応について学習し、自殺願望者のゲートキーパー機能をめざす。 ・相談対応を行う職員がゲートキーパー研修を受講することで、自殺リスクを抱えた相談者がいた場合、連携をとりながら適切な対応がとれることが期待される。 ・ケースマネジメントを行う職員が地域で行われるケース検討会に積極的に参加し、支援のスキルを上げることで適切な支援方法を身につける。	
ワークライフバランス	職場の環境改善	看護職を中心に、職場の環境改善を図ることで、新規採用を促進するとともに、離職を予防するものであるが、メンタルヘルス向上につながり、自殺対策の効果もある。	
自殺予防・対策研修会への参加	看護職がうつ病に関する研修会に参加し、理解を深める。	看護職がうつ病の早期発見と対応について学習し、自殺願望者のゲートキーパー機能をめざす。	相川病院
奨学金貸与	教育の機会均等のもと、経済的理由で修学が困難な優れた学生に学資の貸与を行う。	受給する（希望者を含む）本人、保護者から相談を受ける際に家庭の状況やその他の問題について聞き取ることにより、奨学金の貸与にとどまらず、他の機関につなげて包括的な支援を行うことが可能となる。 奨学金を返還する本人、保護者から相談を受ける際に、家庭の状況やその他の問題について聞き取ることにより、奨学金の返還にとどまらず、他の機関につなげて包括的な支援を行うことが可能となる。	学校教育課
こころの教室相談員配置事業	不登校や悩みを持つ生徒が増えている現状を踏まえ、こころの教室相談員を学校に配置し、生徒の話し相手、悩み相談を行う。	学校において相談員に相談できる機会を提供することで、早期の問題発見・対応に寄与する。 相談員が家庭・地域と学校の連携、幼・小・中連携、関係機関、児童福祉施設等との連携を図ることで、包括的な支援が行われる。	

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
不登校児童生徒訪問指導員配置事業	不登校児童生徒の家庭を訪問し、集団生活への適応を促し、学校生活への復帰を援助する。	不登校の児童生徒については、その家庭も様々な問題やリスクを抱えているケースがあるため、訪問することで、保護者、学校及び関係機関と連携を図り、包括的な支援が行われる。	学校教育課
こころの健康チェック推進支援事業	こころの健康チェックのアンケートを実施し、集計及び見取りへの支援を行う。	こころの健康チェック等の集計及び見取りの支援を行い、不登校児童生徒及び学校不適応への早期発見と早期対応の円滑化が図られる。	
生涯学習事業	各種公民館講座（家庭教育学級、高齢者学級等）、市民大学講座の開催。	公民館講座及び市民大学講座が、リスクを抱え込む可能性のある方たちの居場所や仲間づくりの支援としての機能を有しているのであれば、それ自体が対策にもなり得る。	社会教育課
青少年育成活動事業	青少年健全育成市民会議の開催。	市民会議において、青少年層の抱える問題や自殺の危機等に関する情報の共有により、実務上の連携の基礎を築ける可能性がある。	
事後検証会	救急搬送症例の検証。	いのちに関わる自傷行為の症例を検証することにより、救命率の向上に努める。	消防本部警防課
救急講習・自主防災会	AEDの使用方法や心肺蘇生法等を学ぶ。	参加者に自殺予防パンフレットを配布することにより、市民への啓発に努める。	

■市職員に対する取り組み■

事業名（取り組み）	内容	自殺対策の視点を加えた事業案	主となる機関・担当課
職員の健康管理業務	健康診断やストレスチェック等による心身健康の保持/健康・悩み相談（職員共済組合）。	住民からの相談に応じる職員の心身面の健康の維持増進を図ることで、「支援者への支援」となる可能性がある。	総務課
職員の健康管理	・職員の心身健康の保持 ・健診後の事後指導 ・労働安全衛生法に基づくメンタルヘルスチェックの実施。 ・安全衛生委員会によるハラスメント対策や長時間労働に対する定期的な審議。	・医療提供者である職員自身が健康でなければ、適切な医療提供は困難であり、心身面においても良好な状態の維持増進を図ることが必要。 ・ストレスチェックの結果から職場分析を行い、職員教育や個別に面接指導が受けられる体制をつくる。	両津病院
ストレスチェック実施	職員のストレスに関する自己チェックを採点し、高ストレス者には面接指導を行う。	職場のメンタルヘルス向上につながり、自殺対策の効果もある。	相川病院

■特に関係する機関の取り組み■

事業名（取り組み）	内容	関係機関等
地域福祉懇談会の実施	地域のニーズや課題を把握するとともに、住民の福祉に対する関心を高め、地域の課題を住民と共に解決することを目的に実施し、住民同士の支え合い助け合いの意識の高揚を図る。	社会福祉協議会
見守り活動の推進	一人暮らし高齢者世帯等への近隣住民の定期的な訪問や、支援のネットワークによる声かけ、訪問、気配りなどを行い、不安や孤独感の解消を図る。	
地域の居場所つくり（茶の間・ふれあいいきいきサロン等）の活動支援	日中、孤立しがちな高齢者が、地域の茶の間、ふれあいいきいきサロン等に参加することにより閉じこもりの予防や仲間との交流による孤独感の解消等を図る。	
おはようコール（お元気コール）の実施	一人暮らし高齢者等の安否の確認を電話で行い、健康状態の把握や孤独感の解消を図る。	
在宅介護者リフレッシュ事業の実施	家庭で寝たきりの方や認知症の方を介護されている方が集い、気軽に相談や話し合いを行い、介護負担の軽減、心身のリフレッシュを図る。	
配食サービス事業の実施	配達などにボランティア団体や地域住民の協力を得、一人暮らし高齢者世帯等にお弁当等を届けるとともに、安否確認を行う。	
障がい者の地域生活支援（障がい者交流会）	障がいを持った方がレクリエーションや昼食会等を通して交流を深め、情報交換によりニーズの把握や発掘に繋げ福祉サービスの充実を図る。	
地域福祉会への活動支援	地域ぐるみの福祉の推進に向け、コミュニティ（集落）単位に地域福祉会を結成し、住民主体の地域福祉活動の支援を行う。	
生活支援ボランティア派遣事業（ごむしんネット）の取り組み	生活上に支障や不安を抱えている高齢者や障がい者、小学生以下の子どもを養育している父母に対し、生活支援ボランティア（ごむしんサポーター）を派遣し、話し相手やゴミ出し、郵便物の内容確認、買い物など日々の暮らしの中での困りごとを代わって行う。地域包括支援センター、居宅介護支援事業所等と連携し市民への事業周知を図る。	
移送サービス事業の実施	単独で公共交通機関を利用することが困難な高齢者や、車いす利用者の通院等を支援する。	
歳末たすけあい事業の実施	歳末たすけあい募金により、高齢者や障がい者等に①障子の張り替え②干支飾り、そばの配付③歳末たすけあい弁当の配付④出張理容サービスの中から選択してもらい、実施する。	
ボランティア活動の推進（ボランティアセンター・ステーション）	ボランティアしたい方とボランティアをお願いしたい方をつなげ、ボランティア活動を推進する。ボランティア活動を通して、生きがいや仲間づくりにもつなげる。	
介護予防教室の実施	市の委託を受け、地域の身近な会場で開催し、健康チェック・運動機能を向上させるメニューを取り入れることにより、高齢者が要介護状態になることを予防する。	
生活福祉資金の貸付け	世帯の生活の安定と自立を目的に、低所得者・障がい者・高齢者世帯等に資金の貸し付けを行う。	

事業名（取り組み）	内容	関係機関等
コミュニティソーシャルワーカー（地域福祉相談員）の配置	制度の狭間や複数の福祉課題を抱える等、既存の福祉サービスだけでは対応困難な事案や解決のために、アウトリーチ（訪問活動）や関係機関との連携により、課題解決の支援に取り組む。	社会福祉協議会
生活自立相談支援センター	生活や経済的な困りごとについて、相談支援員が話を聞き、一人ひとりの状況に応じた解決方法を一緒に考え、様々な関係機関と連携して支援を行う。	
日常生活自立支援事業	日常生活で不安を感じている方の福祉サービス利用のお手伝いやお金の出し入れ、大切な書類の預かり等の支援を行う。	
成年後見センター	認知症や知的障がい・精神障がい等によって判断能力が不十分になり、自分一人では契約や財産の管理等をすることが困難な方へ成年後見制度の相談に応じる。	
ひきこもり家族のつどい	回復途上にある在宅の精神障がい者を対象に生活指導を行い、社会復帰の促進を図る。ひきこもりの家族のつどいを年 3 回実施。	佐渡保健所
精神保健福祉相談及び保健指導	精神保健福祉上の問題を抱える精神障がい者またはその疑いのある者及びその家族ならびに地域住民等に対して精神保健福祉相談及び訪問指導を行って指導援助を実施し、精神的健康の保持及び向上ならびに適正な医療の確保、再発防止及び社会復帰の促進に努める。	
精神保健福祉団体の組織育成（新潟県精神保健福祉協会佐渡支部）	住民の精神保健福祉に対する関心を高め、その知識の普及と精神保健福祉対策を推進し、住民の精神的健康の保持向上を図る。	
自殺対策に係る実態把握事業	自殺の実態に即した効果的な自殺予防対策を企画立案するため、地域における特徴的な自殺の既遂事例の背景など複数の要因分析を行う。	
ゲートキーパーフォローアップ研修	佐渡市が実施主体の「こころのゲートキーパー養成研修会」のフォローアップとして実施。自殺のサインに気づき、必要に応じて専門機関へつなぐ等、相談支援能力の向上を目的とする。	
いのちを守るネットワークづくり研修会	県や市の現状について理解し、不調を抱える方のサインに気づいて適切に関係機関に繋げることを目的とする。	
難病医療相談事業	患者、家族等に対して、症状や障害に応じた医療や福祉サービス等についての説明や情報提供、今後の療養生活等についての意志決定支援を行う。	
認知症対策	各関係機関が連携し地域における認知症の課題に取り組むことで、認知症地域支援体制の整備を図る。	
高齢者虐待防止普及啓発・体制整備事業	地域包括支援センターを中心とした高齢者虐待防止ネットワークの構築を促進する。	
地域・職域連携推進事業	地域保健及び職域保険に関わる関係機関と事業所が連携を図り、生涯を通じた継続的な健康づくりが可能となるよう体制を構築するため、①関係者での会議の開催②事業所の依頼に応じて出前講座を実施する。	
医療安全相談事業	医療に係る一般相談、苦情を受け付け、医療機関への指導等必要な対応を行う。	

事業名（取り組み）	内容	関係機関等
医療対策事業 （救急医療対策）	佐渡地域の救急医療の現状と課題について、関係者で共通認識し、検討することにより、救急医療を担う医療機関相互の役割分担や関係機関との連携体制のさらなる強化を図る。	佐渡保健所
乳幼児虐待予防対策事業	支援関係者への研修による質の確保、医療機関との連携体制の構築、虐待のリスクが高い保護者への支援等の実施により、地域における虐待予防対策の充実を図る。	
療育相談事業	乳幼児健康診査等の結果、運動及び精神機能の発達に障害をきたすおそれがあると判明した乳幼児に対して、早期に適切な療育上の指導を行うと同時に必要な療育施設及び療育ケアの紹介を行う。	
職員の健康管理	管内に勤務する県職員の健康診断及び健康相談を実施。	
人材養成 自殺未遂者支援 （本人・家族） その他	職員の研修会開催。 専門医への紹介、受診調整。 自殺企図等の患者への対応についてマニュアル等を作成し、それに基づき支援する。	佐渡総合病院
対面相談 電話相談 自殺未遂者支援 （本人・家族）	相談があった場合は、精神科病院なので、必要であれば受診ということになる。	真野みずほ病院
対面相談 電話相談 自殺未遂者支援 （本人・家族）	自殺の相談があれば、保健所や「いのちの電話」相談ダイヤルを教示。	佐渡西警察署
対面相談 自殺未遂者支援・連携体制構築 （関係機関）	自殺企図者への説諭。 関係機関等への相談等の助言。 自殺企図事案における発見保護活動及び行政機関への通報。	佐渡東警察署

■佐渡市自殺対策推進協議会の参加団体の取り組み■

【対面相談】

団体名	内容
新潟県理容生活衛生同業組合	カット、顔剃りなど鏡越しの対面での会話。
佐渡市社会福祉協議会	生活困窮者自立支援事業。
佐渡農業協同組合	①ストレスチェック制度の活用。 ②人事異動等希望調査。 ③コンプライアンスアンケートの実施。 ④期前、期中、期末の年 3 回の面談の実施。
佐渡労働基準監督署	・過重労働による健康障害防止対策…過重労働実施者に対する医師との面接指導の勧奨。
新潟県下越地域いのちとこころの支援センター	(1)来所相談:随時相談実施。平成 29 年度年間相談実績 32 件。 (2)訪問相談:平成 29 年度年間相談実績 44 件。 (3)対象地域内、3 市町の「総合相談会」に従事。

【電話相談】

団体名	内容
真言宗豊山派 佐渡宗務支所	・佐渡宗務支所のホームページに、仏教なんでも相談コーナーを置き、心の悩みを仏教の教えで解決できないか、メールで返答。
新潟県理容生活衛生同業組合	電話相談窓口、メール相談等。
佐渡農業協同組合	相談窓口の設置。
新潟県下越地域いのちとこころの支援センター	随時電話相談:平成 29 年度年間相談実績 378 件。

【深夜電話相談強化】

団体名	内容
新潟県理容生活衛生同業組合	24 時間開放、メール相談。

【人材養成】

団体名	内容
真言宗豊山派 佐渡宗務支所	・新潟いのちの電話養成講座受講者から、所属教師(僧侶)に対し、悩み相談を受けた際「傾聴」を重視するよう指導。 ・真言宗豊山派宗務所(本部)主催の自殺予防等に関する研修会が東京で開催された際、所属教師を派遣。

団体名	内容
新潟県理容生活衛生同業組合	・県内 4,000 人の理容師養成講習会を受講。 ・佐渡では 200 人が養成講習会を受講。 ・理容師の中からゲートキーパー養成指導員を養成。
新潟県薬剤師会 佐渡支部	県薬剤師会主催の「自殺予防ゲートキーパー指導員」養成ワークショップの参加者がいる。
佐渡労働基準協会	安全衛生管理担当者研修会の実施。
新潟県下越地域いのちとこころの支援センター	・新潟県いのちとこころの支援センター…支援事例集の作成（全県）。 ・地域の支援者の参考になると考えられる事例をまとめ、会議等の機会を捉え、関係機関に配布予定。

【普及啓発】

団体名	内容
新潟県理容生活衛生同業組合	・ゲートキーパー手帳、ポケットティッシュの配布。 ・手作りいのちの電話ポスター。切り離して使用可。コピー可能。 ・ゲートキーパー養成研修用 DVD を作成。
青少年健全育成市民会議 （教育委員会社会教育課・学校教育課）	・「あいさつ運動」推進。各地区や小中学校では、声かけすることに積極的に取り組んでいる。 ・市民会議で「毎月第3日曜日は家庭の日」を推進。家庭は私たちの大切な居場所であり、コミュニケーションと絆を深める日として取り組んでいる。
民生委員児童委員協議会	市の保健師と保健所職員から自殺予防対策についての説明をしてもらい、研修する。
佐渡市老人クラブ連合会	ポスター、チラシ等が老人クラブ宛に送られてきた場合、事務局窓口に掲示したり、会合等で周知している。
佐渡労働基準監督署	・パワーハラスメントの防止…様々な機会を利用してリーフレット配布。 ・ストレスチェックの実施…新潟労働局内の実施率→94%（アンケート回答による）、佐渡労基署管内の実施率→100%（報告件数による）。 ・過重労働による健康障害防止対策…過重労働防止を重点とした臨検監督の実施。36 協定の適正化指導。
新潟県下越地域いのちとこころの支援センター	(1)パンフレット配付：管内精神科病院及び薬局にパンフレットを持参し、趣旨説明のうえ配付を依頼。 (2)「いのころ通信」の発行：年 4 回、関係機関約 150 か所に配付。

【自死遺族支援機能構築】

団体名	内容
新潟県下越地域いのちとこころの支援センター	個別支援で対応。

【若年層対策（39 歳以下）】

団体名	内容
青少年健全育成市民会議 （教育委員会社会教育課・学校教育課）	・「あいさつ運動」推進。各地区や小中学校では、声掛けすることに積極的に取り組んでいる。 ・市民会議で「毎月第3日曜日は家庭の日」を推進。家庭は私たちの大切な居場所であり、コミュニケーションと絆を深める日として取り組んでいる。

【自殺未遂者支援（本人・家族）】

団体名	内容
新潟県理容生活衛生同業組合	見守り、保健福祉相談員と密に連絡。
新潟県下越地域いのちとこころの支援センター	こころの悩みを抱える本人や、自殺のサインに気づいた家族等への相談支援。

【自殺未遂者支援・連携体制構築（関係機関）】

団体名	内容
新潟県理容生活衛生同業組合	見守り、保健福祉相談員と密に連絡。
佐渡市 社会福祉協議会	生活困窮者自立支援事業。
新潟県下越地域いのちとこころの支援センター	個別のケースを通して関係者とのネットワークづくり（関係機関と連携して支援を行う）。

【ハイリスク者（地区）対策】

団体名	内容
新潟県下越地域いのちとこころの支援センター	一般救急医療機関等からの紹介・要請のあった自殺未遂者への訪問を実施。

【その他】

団体名	内容
民生委員児童委員協議会	自殺率の高い地区において、関係機関の職員が来て事例検討を行った。
新潟県弁護士会 （佐渡ひまわり基金法律事務所）	特に多重債務者については、弁護士が受任すれば督促はやむこと、破産手続をとれば、返済も不要であること等を説明し、安心してもらうように気をつけている。

2　身近な相談窓口一覧

■島内窓口■

相談内容		相談窓口	電話番号	受付時間
こころ	不安や不眠、自殺願望等の精神的な問題、精神疾患に関することなど	新潟県佐渡地域振興局健康福祉環境部 （佐渡保健所）	0259-74-3407	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:15
	不安や不眠等の精神的な症状や問題など	佐渡市役所 市民福祉部市民生活課健康推進室	0259-63-3115	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:30
		両津支所 福祉保健係	0259-27-2114	
		相川支所 福祉保健係	0259-74-0339	
		羽茂支所 福祉保健係	0259-88-3111	
	不安や不眠、精神的な問題、精神疾患に関することなど	佐渡市役所 市民福祉部社会福祉課障がい福祉係 障がい者基幹相談支援センター	0259-63-3127	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:30
青少年・子ども	不登校やひきこもりに関すること、子どもの発達や子育てに関することなど	佐渡市役所 子ども若者課 子ども若者相談センター	0259-58-8077	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:30
		佐渡総合病院小児科	0259-63-6312	月～金 （休診日除く） 8:00～11:00
	18歳未満のお子さんの虐待等、養育の問題、不登校や非行、発達の遅れなどの相談	新潟県中央児童相談所 佐渡駐在所	0259-74-3390	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:15
高齢者	高齢者（65歳以上）の健康や生活に関すること、虐待の防止や早期発見に関することなど	（両津地区） 佐渡東地域包括支援センター	0259-23-5515	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:30
		（相川・佐和田地区） 佐渡西地域包括支援センター	0259-57-8152	
		（金井・新穂・畑野・真野地区） 佐渡中央地域包括支援センター	0259-63-3120	
		（小木・羽茂・赤泊地区） 佐渡南地域包括支援センター	0259-88-3844	
職場	50名以下の小規模事業所のメンタルヘルスに関することなど	佐渡地域産業保健センター	0259-63-6035	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 9:00～17:00
	職場における長時間労働や労使間のいじめ・嫌がらせ等の相談など	佐渡労働基準監督署	0259-23-4500	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:15

相談内容		相談窓口	電話番号	受付時間
法律	借金の問題や、各種法律問題など	法テラス佐渡法律事務所	050-3383-5422	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 9:00～17:30（予約制）
		佐渡ひまわり基金法律事務所	0259-58-7166	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 9:00～17:00（予約制）
		佐渡あおば法律事務所	0259-67-7131	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 9:00～17:00（予約制）
自立	生活困窮者の具体的なプランや家計相談支援など	（福）佐渡市社会福祉協議会 生活自立相談支援センター	0259-81-1155	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:15
がん相談	病院内外の患者や家族からのがんの治療や療養に関する相談	佐渡総合病院 がん相談支援センター	0259-63-6344	月～金 （休診日除く） 10:00～12:00 13:00～16:00 ※予約制

■島外窓口■

相談内容		相談窓口	電話番号	受付時間
こころ	自殺などのさまざまなこころの悩みなどの電話相談	新潟県こころの相談ダイヤル	0570-783-025	24 時間対応（年中無休）
		新潟いのちの電話	025-288-4343	24 時間対応（年中無休）
	こころの悩みを抱える本人や自殺のサインに気づいた家族への訪問を中心とした相談	下越地域いのちとこころの支援センター	0254-28-8880	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:15
	こころの健康に関する相談	新潟県精神保健福祉センター	025-280-0113	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:00
青少年・子ども	18歳未満のお子さんの虐待等、養育の問題、不登校や非行、発達の遅れなどの相談	新潟県中央児童相談所	025-381-1111	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:15
	DVと児童虐待専用の電話相談	DV・児童虐待相談フリーダイヤル	0120-26-2928	9:00～22:00（年中無休）
	子どもや女性に関する電話相談	子ども・女性電話相談	025-382-4152	9:00～22:00（年中無休）
	教育上のさまざまな相談	新潟県立教育センター	（教育相談） 025-263-9029 （特別支援相談） 025-263-9030	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 9:00～17:00
	不登校、いじめ、悩みごとなど	新潟県立教育センター いじめ・不登校・悩み事相談テレホン	025-263-4737	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 9:10～16:00

相談内容		相談窓口	電話番号	受付時間
女性	配偶者からの暴力、離婚、女性の悩みに関する相談	新潟県女性福祉相談所	025-381-1111	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:15
	DVと児童虐待専用の電話相談	DV・児童虐待相談フリーダイヤル	0120-26-2928	9:00～22:00 （年中無休）
	子どもや女性に関する電話相談	子ども・女性電話相談	025-382-4152	9:00～22:00 （年中無休）
高齢者	高齢者の日常生活上の心配ごとなど	新潟県高齢者総合相談センター	025-285-4165	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 9:00～17:00
職場における心の健康・労働	職場、仕事、家庭他、生活全般でのこころの悩みなど	日本産業カウンセラー協会 新潟相談室	025-290-3883	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 予約 10:00～17:30 面談 13:00～20:00
	事業者、労務管理者、労働者及びその家族を対象に職場のメンタルヘルス対策全般に関すること	新潟産業保健総合支援センター	025-227-4411	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:15 （面談・相談は予約制）
法律	各種法律問題	新潟県弁護士会リーガルサービスセンター	025-222-5533	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 9:00～17:00 ※原則有料、予約制、面談
	消費者金融、クレジット等、多重債務に関する相談	新潟県弁護士会多重債務相談センター	025-222-5533	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 9:00～17:00 ※初回無料、予約制
		新潟県司法書士会多重債務ホットライン	025-240-7974	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 10:00～12:00 13:00～16:00
がん相談	病院内外の患者や家族からのがんの治療や療養に関する相談	新潟県立がんセンター新潟病院 地域連携・相談支援センター	025-266-5111 （代表）	月～金 （祝祭日・年末年始除く） 8:30～17:00