

## 7. 施策の体系

**基本理念**：誰も自殺に追い込まれることのない釧路市の実現

### 5つの基本施策

#### 基本施策1

#### 地域におけるネットワークの強化

計画に基づき各種施策を推進するため、庁内の連携体制を強化するとともに、関係機関等との情報共有や一層の連携強化に努めます。また、地域団体等との協力のもと、地域ぐるみで自殺防止の取組を進めます。

#### 基本施策2

#### 自殺対策を支える人材の育成

行政関係者をはじめ、様々な分野の関係者に自殺対策の視点を持って取組を進めてもらうため、研修会等を強化します。

#### 基本施策3

#### 市民への啓発と周知

行政としての市民との様々な接点を活かして相談機関等に関する情報の提供や、自殺や自殺関連事象に関する正しい知識を普及啓発し、地域で支え手となる市民を増やします。

#### 基本施策4

#### 生きることの促進要因への支援

自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させる方向で推進する必要があります。

#### 基本施策5

#### 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

児童生徒が、社会において直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処方法を身に付けるための教育（SOSの出し方に関する教育）を進めます。

### 3つの重点施策

#### 重点施策1

#### 高齢者対策

高齢者支援に関する情報を、高齢者本人や支援者に対して積極的に発信し、高齢者を支える家族や介護者等への支援を推進します。また、高齢者一人ひとりが生きがいと役割を実感することのできる地域づくりを通じて、高齢者の「生きることの包括的な支援」を推進していきます。

#### 重点施策2

#### 生活困窮者対策

生活困窮に陥っているにも関わらず必要な支援を得られていない等、自殺のリスクになりかねない問題を抱えている人を支援に繋ぐ取組の強化と、多分野の関係機関による「生きることの包括的な支援」のための基盤整備を推進します。

#### 重点施策3

#### 勤務・経営対策

勤務問題による自殺リスクの低減に向けた相談体制を強化すると同時に、労働者の心の健康の保持及び生命身体の安全の確保を図る取組を推進します。

【発行】釧路市  
〒085-8505 釧路市黒金町7丁目5番地  
URL: <http://www.city.kushiro.lg.jp/>  
【計画策定事務局】釧路市こども保健部健康推進課  
〒085-0018 釧路市黒金町8丁目2番地  
釧路市役所防災庁舎4階  
電話0154(31)4525 / FAX0154(31)4601  
E-mail: ke-kenkou@city.kushiro.lg.jp

# 釧路市自殺対策計画 〈概要版〉

2019年度～2023年度

～誰も自殺に追い込まれることのない  
釧路市の実現を目指して～



2019年3月  
釧路市

## 1. 計画策定の背景

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、いじめや孤立等の様々な社会的要因があることが知られています。自殺に至る心理としては、様々な悩みが原因で追い詰められ自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥り、社会との繋がりの減少や生きていても役に立たないという役割喪失感から、また、与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感から、危機的な状態にまで追い込まれてしまう過程と見る事ができます。

我が国の自殺者数は、1998年以降年間3万人を超え、その後も高い水準で推移していました。このような中、2006年10月に自殺対策基本法（平成18年法律第85号）が施行され、それまで「個人的な問題」とされてきた自殺が「社会的な問題」と捉えられるようになり、社会全体で自殺対策が進められるようになりました。施行から10年目の2016年3月には、自殺対策を更に強化するため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、すべての都道府県及び市町村が「地域自殺対策計画」を策定することになりました。

## 2. 計画策定の趣旨

本計画は、釧路市において、自殺対策の基本方針、すなわち「生きることの包括的な支援として推進」、「関連施策との有機的な連携による総合的な対策の推進」、「対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動」、「実践と啓発を両輪として推進」、「関係者の役割の明確化と関係者による連携・協働の推進」を踏まえて、自殺対策を全庁的な取組として推進していくための計画となります。

## 3. 計画の位置づけ

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

市の行政運営を総合的かつ計画的に進めるための「釧路市まちづくり基本構想」を上位計画とし、本市関連計画との整合性を図ります。

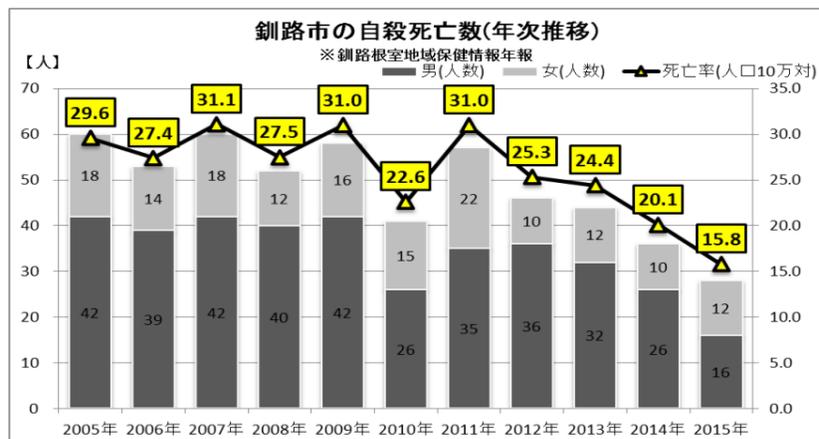
## 4. 釧路市の自殺の現状

釧路市の自殺者数は、2007年をピークに減少傾向にあります。

2015年までの10年間で、自殺死亡率は29.6から15.8となり約46%減少しています。

また、全国・全道と比較して自殺死亡率が高い状況が続いていましたが、2015年においては、全国・全道より低い結果となりました。

釧路市における主な自殺の特徴は、自殺総合対策推進センターによる地域実態プロフィールにおいて「高齢者」「生活困窮者」「勤務・経営」に関わる事が要因として多いと考えられる状況から、これらを重点施策に位置づけ、それぞれの課題や対象者に関わる様々な施策を結集させ、全庁一体的な取組として対策を推進していきます。



■地域の自殺の特徴

北海道釧路市の自殺者数は、2012～2016年・合計204人(男性151人・女性53人)

特別集計(自殺日・住居地、2012～2016年合計、公表可能)

上位5区分	自殺者数 5年計	割合	自殺率* (10万対)
1位: 男性 60歳以上無職同居	28人	13.7%	38.7
2位: 男性 40～59歳有職同居	26人	12.7%	33.3
3位: 男性 60歳以上無職独居	19人	9.3%	114.8
4位: 女性 60歳以上無職同居	17人	8.3%	15.1
5位: 男性 40～59歳無職同居	14人	6.9%	202.8

順位は自殺者数の多さにもとづき、自殺者数が同数の場合は自殺率の高い順とした。  
\*自殺率の母数(人口)は2015年国勢調査を元に自殺総合対策推進センターにて推計した。

## 5. 計画の期間・目標値

- 計画期間 2019年度～2023年度
- 目標値 国の方針を踏まえ、2015年の自殺死亡率15.8を、10年後の2025年を目途としおおむね30%程度、すなわち自殺死亡率を11.1以下へ減少させることを目指します。

## 6. 計画の基本方針

2017年7月に閣議決定された自殺総合対策大綱を踏まえて、本市においては、以下の5つを「自殺対策の基本方針」として掲げています。

### 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、生活困窮等の「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、自殺リスクが高まるとされています。

そのため自殺対策は、「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させる方向で推進する必要があります。

自殺防止や遺族支援といった狭義の取組のみならず、地域において「生きる支援」に関連するあらゆる取組を総動員して、まさに「生きることの包括的な支援」として推進することが重要です。

### 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

自殺に追い込まれようとしている人が安心して生きられるようにするためには、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組が重要です。また、このような包括的な取組を実施するためには、様々な分野の施策、関係者や組織等が密接に連携する必要があります。

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、関連の分野においても同様に、様々な関係者や組織等が連携した取組が重要です。また、連携の効果を更に高めるため、そうした様々な分野の生きる支援にあたる関係者が、それぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有することが必要となります。

とりわけ、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等との連携を推進することや、精神科医療、保健、福祉等の各施策の連動性を高め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にすることが重要です。

### ③ 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動

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」、それぞれのレベルにおいて強力に、且つそれらを総合的に推進することが重要です。

また、時系列的な対応の段階としては、自殺の危険性が低い段階における啓発等の「事前対応」と、現に起こりつつある自殺発生の危険に介入する「危機対応」、それに自殺や自殺未遂が生じた場合等における「事後対応」という、3つの段階が挙げられ、それぞれの段階において施策を講じる必要があるとされています。

さらに「自殺の事前対応の更に前段階での取組」として、学校において、児童生徒等を対象とした、いわゆる「SOSの出し方に関する教育」を推進することも重要とされています。

### 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は未だ十分に理解されていないのが実情です。そのため、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うことが重要です。

全ての市民が、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインに早く気づくとともに、そうしたサインに気づいたら、精神科医等の専門家に繋ぎ、その指導を受けながら見守っていきけるよう、広報活動、教育活動等に取り組んでいくことが必要です。

### 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

自殺対策を通じて「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、釧路市だけでなく、国や他の市町村、関係団体、民間団体、企業、そして市民一人ひとりと連携・協働し、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にするとともに、その情報を共有した上で、相互の連携・協働の仕組みを構築することが重要となります。

自殺対策の目指す「誰も自殺に追い込まれることのない釧路市」の実現に向けては、釧路市で暮らす市民一人ひとりが一丸となって、それぞれができる取組を進めていく必要があります。