

第2期土浦市自殺対策計画（案）

気づく つながる いのちを支えあうまち

土浦市

目 次

第1章 計画策定の趣旨	1
1-1 背景と趣旨	2
1-2 計画の位置付けと策定体制	2
1-3 計画の期間	3
1-4 計画の目標	3
第2章 土浦市の自殺の現状	4
2-1 土浦市の概要	5
2-2 土浦市の自殺の状況	7
(1) 自殺者数・自殺死亡率の状況	8
(2) 男女別の状況	9
(3) 年代別の状況	11
(4) 同居人の有無別の状況	13
(5) 職業別の状況	15
(6) 原因・動機別の状況	17
(7) 自殺企図の場所別の状況	19
(8) 自殺企図の手段別の状況	21
(9) 曜日別の状況	23
(10) 時間帯別の状況	25
(11) 未遂歴の有無別の状況	27
(12) 地域自殺実態プロファイルからみた特徴	29
2-3 土浦市の自殺の課題	34
2-4 土浦市における自殺関連施策の検討	35
2-5 自殺対策の考え方	36

第3章 土浦市の自殺対策	38
3-1 基本理念	39
3-2 基本方針	39
3-3 施策の体系	40
3-4 自殺対策計画の評価指標	42
3-5 重点施策	43
I. 高齢者の自殺対策の推進	43
II. 生活困窮者の自殺対策の推進	44
III. 勤務・経営問題による自殺対策の推進	45
IV. 子ども・若者向け自殺対策の推進	46
V. 女性の自殺対策の推進	47
3-6 基本施策	48
(1) 地域におけるネットワークの強化	48
(2) 自殺対策を支える人材の育成	51
(3) 市民への啓発と周知	53
(4) 生きることの促進要因への支援	55
(5) 自殺予防教育の強化	64
第4章 自殺対策の推進	65
4-1 計画の周知	66
4-2 推進体制	66
4-3 計画の推進	66

第1章 計画策定の趣旨

1-1 背景と趣旨

我が国の自殺者数は平成 18 年（2006 年）に制定された「自殺対策基本法」や、平成 19 年（2007 年）に策定された国の自殺対策の指針となる「自殺総合対策大綱」などをもとに、国を挙げて自殺対策が総合的に推進された結果、自殺者数は平成 24 年（2012 年）に 15 年ぶりに 3 万人を下回り、令和元年（2019 年）には統計開始以来最小の 1 万 9,425 人となりました。しかしながら、同年 12 月から発生した新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、経済・生活問題や雇用問題等の自殺の要因になりかねない問題が悪化し、令和 2 年（2020 年）には自殺者数が上昇に転じました。

この間、平成 28 年（2016 年）に「誰も追いつめられることのない社会」の実現を目指し自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため、自殺対策基本法が改正されました。この改正において、誰もが「生きることの包括的な支援」としての自殺対策に関する必要な支援を受けられるよう、市町村に対する自殺対策計画の策定が努力義務化されています。また令和 4 年（2022 年）には自殺総合対策大綱の見直しも行われ、「子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化」、「女性に対する支援の強化」、「新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進」などを取り組むべき施策として新たに位置づけました。

令和 5 年（2023 年）4 月に開設されたこども家庭庁においては、同年 6 月に「こどもの自殺対策強化プラン」が示され、こどもの自殺の要因分析、自殺予防に資する教育や普及啓発等、電話・SNS 等を活用した相談体制の整備のほか、遺されたこどもへの支援等の取組が掲げられました。

加えて、令和 6 年 4 月に「孤独・孤立対策推進法」や「困難な問題を抱える女性への支援に関する法律」が施行されます。

土浦市の自殺対策計画は、このような国の自殺対策の経緯を踏まえ、土浦市における自殺対策を総合的に進めるための基本となる計画として策定するものです。

1-2 計画の位置付けと策定体制

本計画は、自殺対策基本法第 13 条第 2 項に規定される市町村自殺対策計画として、国の「自殺総合対策大綱」等を踏まえつつ、同法第 3 条第 2 項に規定する「地域の状況に応じた施策の策定及び実施」について具体的な内容を定め、本市における自殺対策を推進していくための総合的な計画です。

本計画は、国、県の自殺対策に係る計画、方針を踏まえ、第 9 次土浦市総合計画及び関連計画との調整、整合を図り策定するものです。

本計画の策定にあたっては、学識経験者、市議会議員、関係機関等の代表者などで構成される「土浦市自殺対策計画策定委員会」、及び庁内の全部長、自殺対策に係る各課の所属長で構成される「土浦市自殺対策推進本部会議」を設置し、策定を進めました。

(注) 本文中で文字の右肩に※印がある用語の意味は、「用語解説」で解説しています。

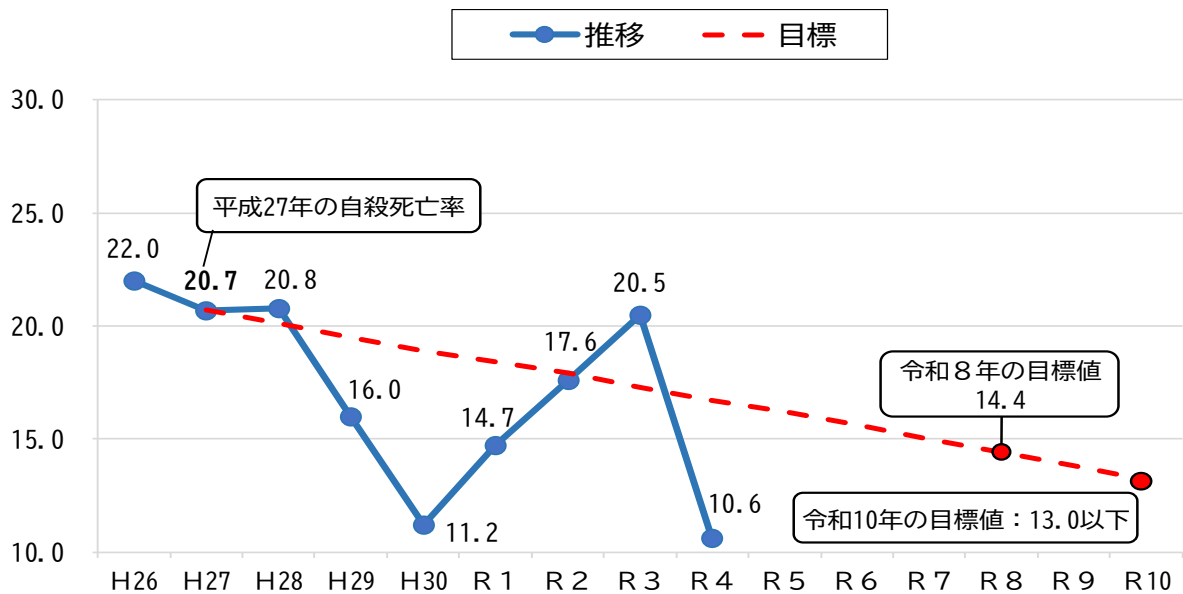
1-3 計画の期間

計画期間は、令和6年度（2024年度）から令和10年度（2028年度）までの5年間とします。

1-4 計画の目標

国の自殺総合対策大綱は、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す」ことを基本理念とし、基本方針として「生きることの包括的支援」、「関連施策との有機的な連携の強化」、「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」等を掲げています。また、基本理念の実現に向けて、当面の目標として自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）を先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、令和8年（2026年）までに、自殺死亡率を平成27年（2015年）に比べて30.0%以上減少させるという数値目標を掲げています。そのため、本計画においても、死亡率を平成27年（2015年）の20.7から令和8年（2026年）までに30.0%以上減少させることを目指し、自殺死亡率の目標値を14.4と設定します。また、本計画の目標年度である令和10年（2028年）の自殺死亡率の目標値を13.0以下と設定し、施策を推進します。

【令和10年における自殺死亡率目標値（10万対）への推移】



	H27年度	H28年度	H29年度	H30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度
自殺総合対策大綱の目標	令和8年までに平成27年の30.0%以上の減少													
本計画の目標					第1期：R5までに16.2					第2期：R8までに14.4 R10までに13.0以下				

第2章 土浦市の自殺の現状

2-1 土浦市の概要

土浦市の人口は令和5年1月1日現在141,418人、世帯数は69,840世帯であり、人口が微減傾向であるのに対して世帯数は増加しており、世帯当たり人口は減少傾向にあります。

年齢構成では、15歳未満の減少と、65歳以上の増加が続き、令和2年の構成比では15歳未満が10.9%、15～64歳が57.9%、65歳以上が28.8%を占め、少子高齢化が進行しています。

人口・世帯の推移

	人口（人）	世帯数（世帯）	世帯当たり人口（人）
平成26年	145,532	62,847	2.32
平成27年	144,927	63,339	2.29
平成28年	144,088	63,738	2.26
平成29年	143,570	64,420	2.23
平成30年	143,024	65,175	2.19
平成31年	142,862	66,093	2.16
令和2年	142,030	66,899	2.12
令和3年	141,371	67,679	2.09
令和4年	141,300	68,623	2.06
令和5年	141,418	69,840	2.02

（資料：住民基本台帳（各年1月1日現在））

年齢別人口の推移

	平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	令和2年	令和2年 構成比
総数	144,106	144,060	143,839	140,804	142,074	100.0%
15歳未満	21,076	20,223	18,989	17,312	15,510	10.9%
15～64歳	100,533	97,194	91,826	85,252	82,307	57.9%
65歳以上	22,467	26,630	31,968	37,562	40,903	28.8%

（資料：国勢調査（各年10月1日））

世帯の状況は、18歳未満の子のいる世帯の減少に対して、65歳以上の単身世帯及び高齢者夫婦世帯の増加が目立ちます。

令和2年の産業別就業人口は、第一次産業が1,931人、3.0%、第二次産業が15,357人、23.8%、第三次産業が45,708人、70.8%で、第三次産業が70%以上を占めています。

世帯の状況

区分	平成22年		平成27年		令和2年	
	世帯数 (世帯)	構成比 (%)	世帯数 (世帯)	構成比 (%)	世帯数 (世帯)	構成比 (%)
一般世帯数※	56,583	100.0	57,134	100.0	62,961	100.0
18歳未満の子のいる世帯数	13,674	24.2	12,717	22.3	11,535	18.3
ひとり親世帯数	1,202	2.1	1,168	2.0	955	1.5
65歳以上の単身者世帯数	4,393	7.8	5,665	9.9	7,127	11.3
高齢夫婦世帯数	5,574	9.9	7,678	13.4	7,549	12.0
1世帯当たりの人員※	2.5		2.4		2.3	

※「一般世帯」とは施設や寄宿舍等の「施設等の世帯」を除く世帯。

※1世帯当たりの人員の単位は人。

(資料：国勢調査(各年10月1日))

産業別就業人口

	平成22年	平成27年	令和2年
第一次産業	2,174	2,203	1,931
	3.2	3.2	3.0
第二次産業	15,324	16,441	15,357
	22.4	24.2	23.8
第三次産業	46,395	46,403	45,708
	67.9	68.3	70.8
分類不能	4,473	2,892	1,522
	6.5	4.3	2.4
総計	68,366	67,939	64,518
	100.0	100.0	100.0

(資料：国勢調査(各年10月1日))

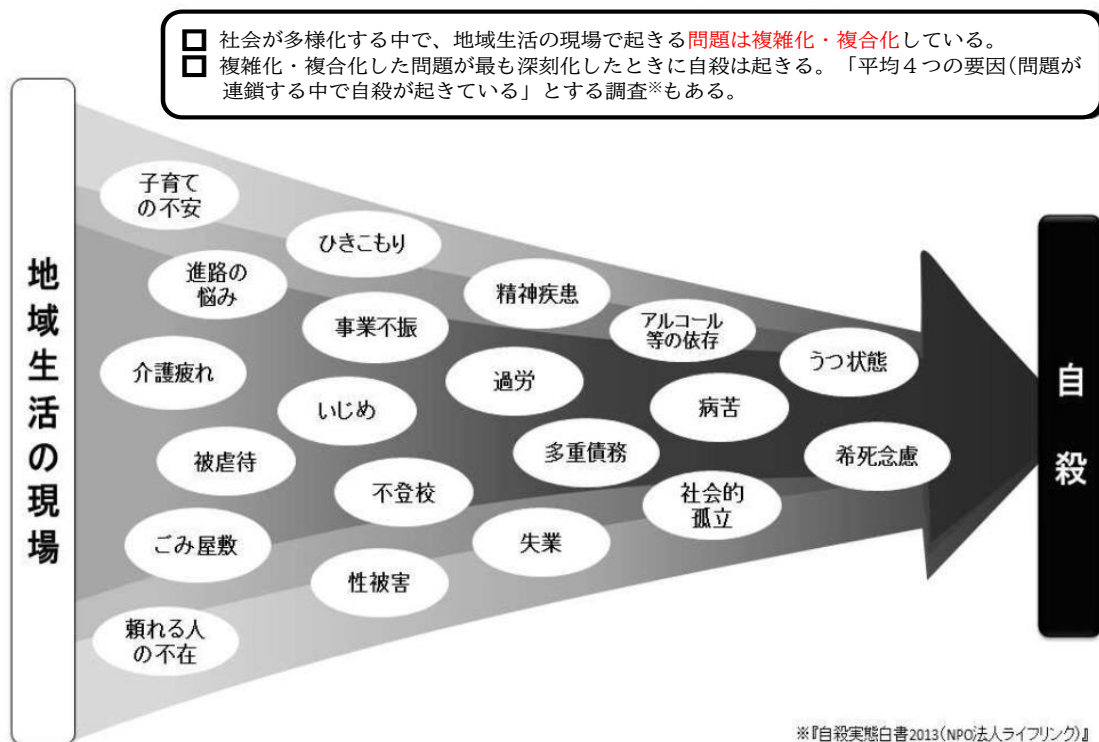
2-2 土浦市の自殺の状況

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、介護疲れ、いじめなど下図に示すようなさまざまな社会的要因があり、自殺に至る心理としては、これらの要因により、社会からの孤立感や役割の喪失感、また、役割に対する過剰な負担感などから追いつめられ、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ったり、危機的な状態にまで追い込まれてしまう過程と見ることができます。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。

土浦市の自殺者数は、平成21年から令和4年までの14年間で合計386人、年平均27.6人となっており、その原因・動機も健康問題を筆頭に、家庭問題、経済・生活問題、勤務問題など、多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、さまざまな要因が連鎖し、問題が複合的に絡み合う中で、追い込まれた末の死に至る状況がうかがえます。

そのため、土浦市の自殺の現状や特徴を把握し、解決すべき課題を明らかにして、計画に反映していくことが大切です。

自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料）



(出典：「自殺実態白書 2013NPO法人ライフリンク※」)

(1) 自殺者数・自殺死亡率の状況

平成 21 年（2009 年）から令和 4 年（2022 年）の土浦市の自殺者数は 386 人、年平均 27.6 人であり、茨城県の自殺者数の 4.96%、全国の 0.11%を占めています。

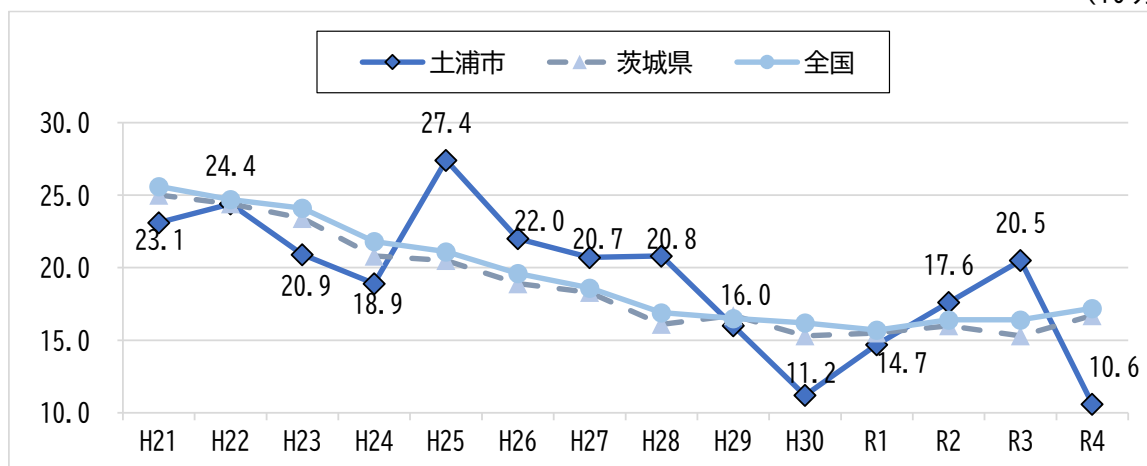
全国及び本県の自殺死亡率は、平成 21 年（2009 年）から令和元年（2019 年）にかけて減少しており、本市においても、急増した年があるものの、平成 30 年（2018 年）までは減少傾向でした。令和元年（2019 年）以降は、増加傾向でしたが、令和 4 年（2022 年）は減少に転じました。

【自殺者数及び自殺死亡率の推移】

	自殺者数の推移（単位：人）			自殺死亡率（10 万対）の推移		
	土浦市	茨城県	全国	土浦市	茨城県	全国
平成 21 年（2009）	33	745	32,485	23.1	25.0	25.6
平成 22 年（2010）	35	728	31,334	24.4	24.4	24.7
平成 23 年（2011）	30	697	30,370	20.9	23.4	24.1
平成 24 年（2012）	27	616	27,589	18.9	20.8	21.8
平成 25 年（2013）	40	614	27,041	27.4	20.5	21.1
平成 26 年（2014）	32	565	25,218	22.0	18.9	19.6
平成 27 年（2015）	30	545	23,806	20.7	18.3	18.6
平成 28 年（2016）	30	479	21,703	20.8	16.1	16.9
平成 29 年（2017）	23	494	21,127	16.0	16.7	16.5
平成 30 年（2018）	16	451	20,668	11.2	15.3	16.2
令和元年（2019）	21	455	19,974	14.7	15.5	15.7
令和 2 年（2020）	25	467	20,907	17.6	16.0	16.4
令和 3 年（2021）	29	445	20,820	20.5	15.3	16.4
令和 4 年（2022）	15	483	21,723	10.6	16.7	17.2
H21～R4 年計	386	7,784	344,765	-	-	-
年平均	27.6	556.0	24,626.1	19.2	18.8	19.3
対県比：%	4.96%	100	-	-	-	-
対全国比：%	0.11%	2.26%	100	-	-	-

【自殺死亡率（10 万対）の推移】

(10 万対)

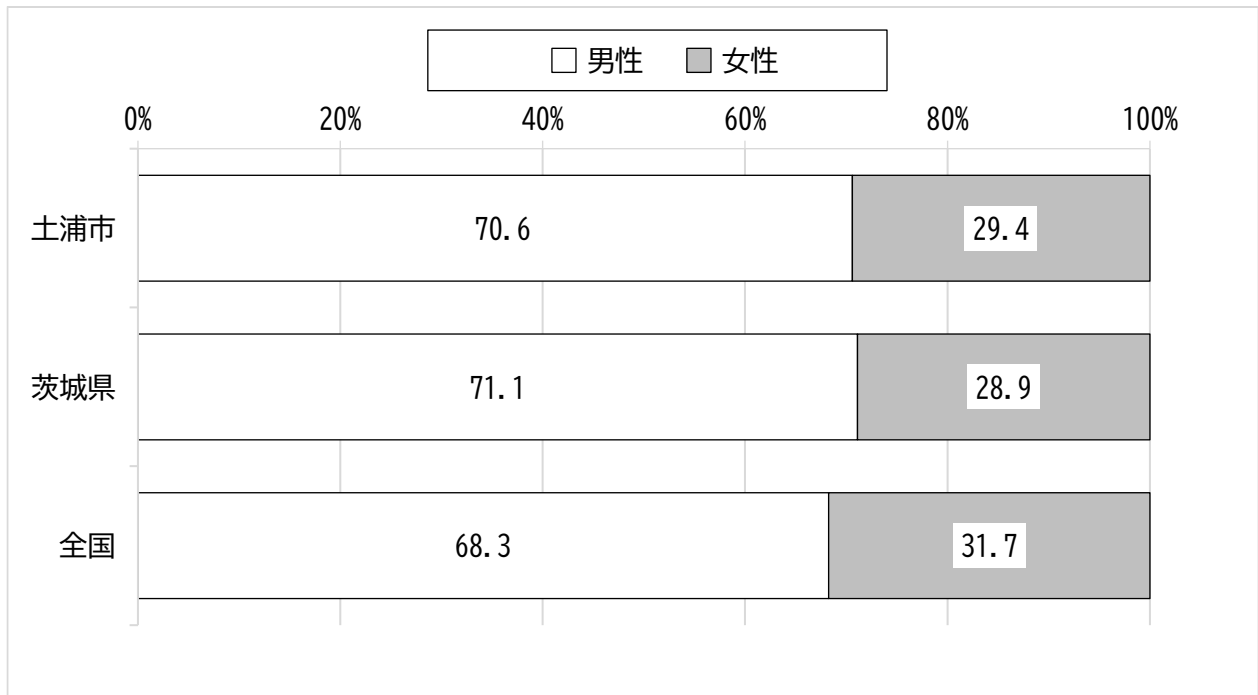


(2) 男女別の状況

自殺者数の男女別では、土浦市は男性が70%強、女性が30%弱を占め、全国と比べると若干男性の割合が多くなっています。

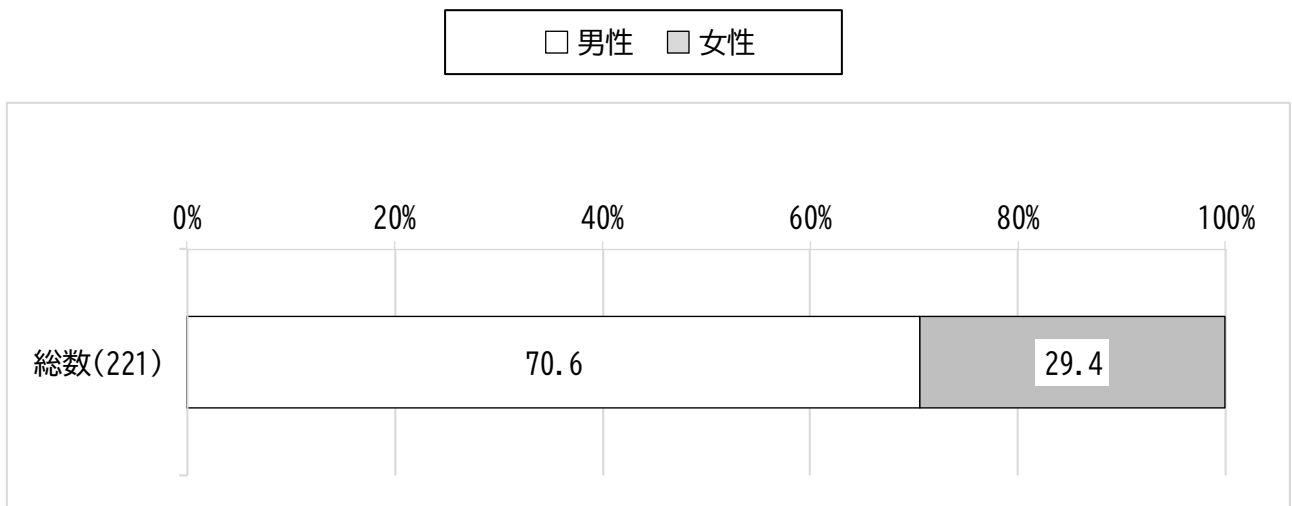
各年別の自殺者数では、平成26、27、28年、令和3年は男性で年間20人を超え、平成26、28年では女性で年間10人を超えています。

【自殺者数の男女別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値

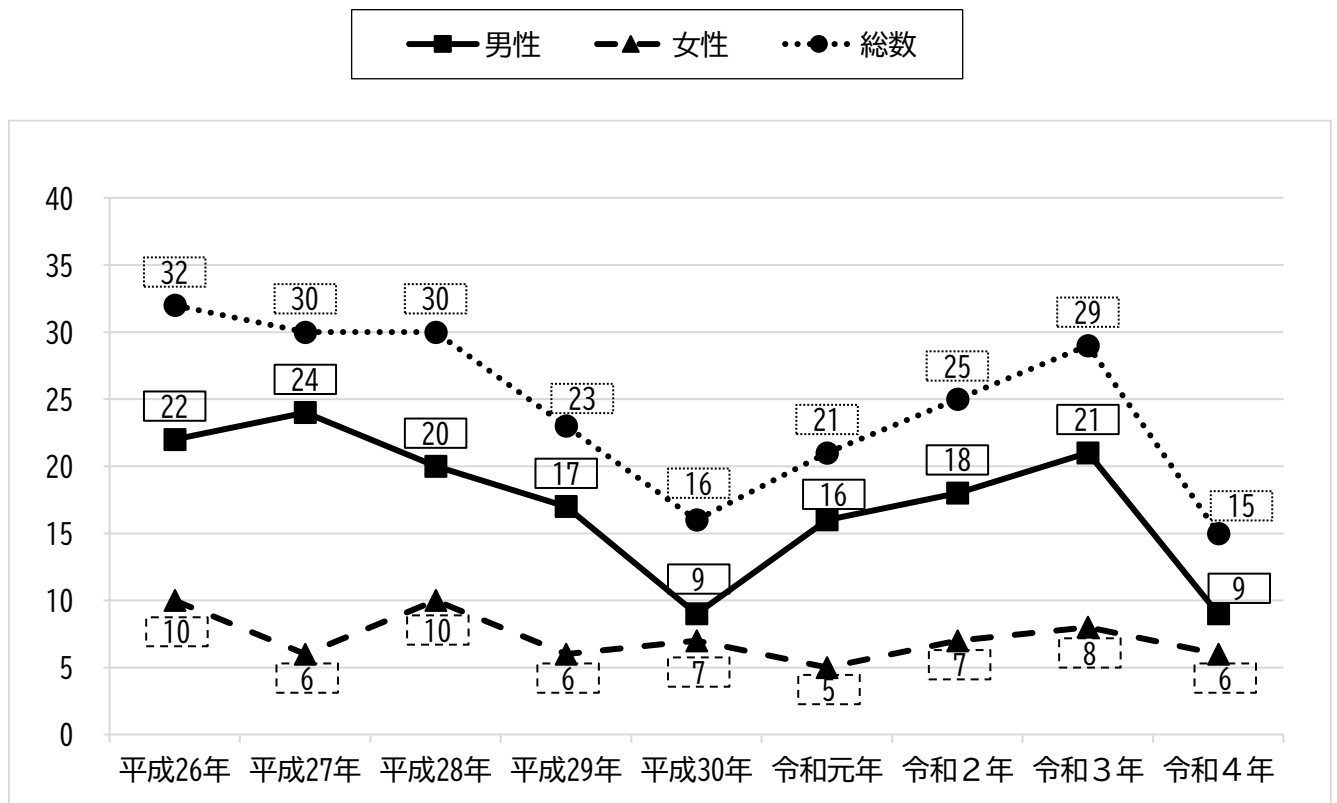


注：グラフは小数点以下第二位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります（以下同様）。

【自殺者数（土浦市）：男女別割合】



【各年別・男女自殺者数（土浦市）】

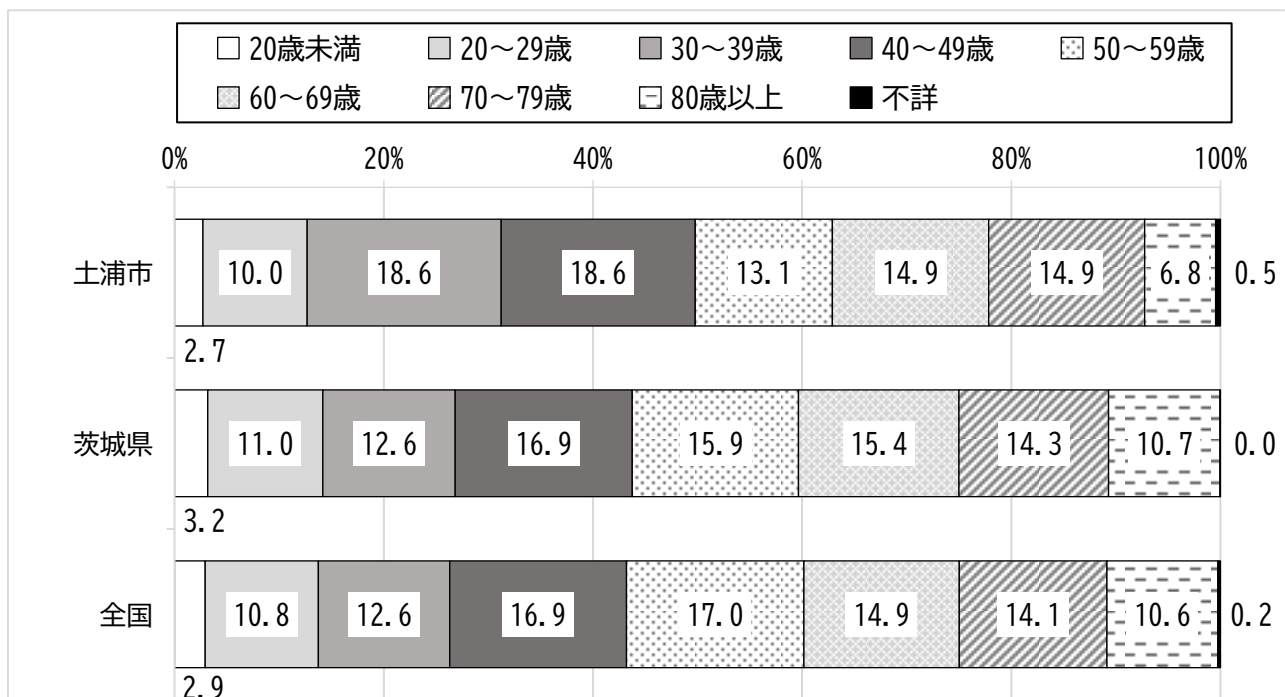


(3) 年代別の状況

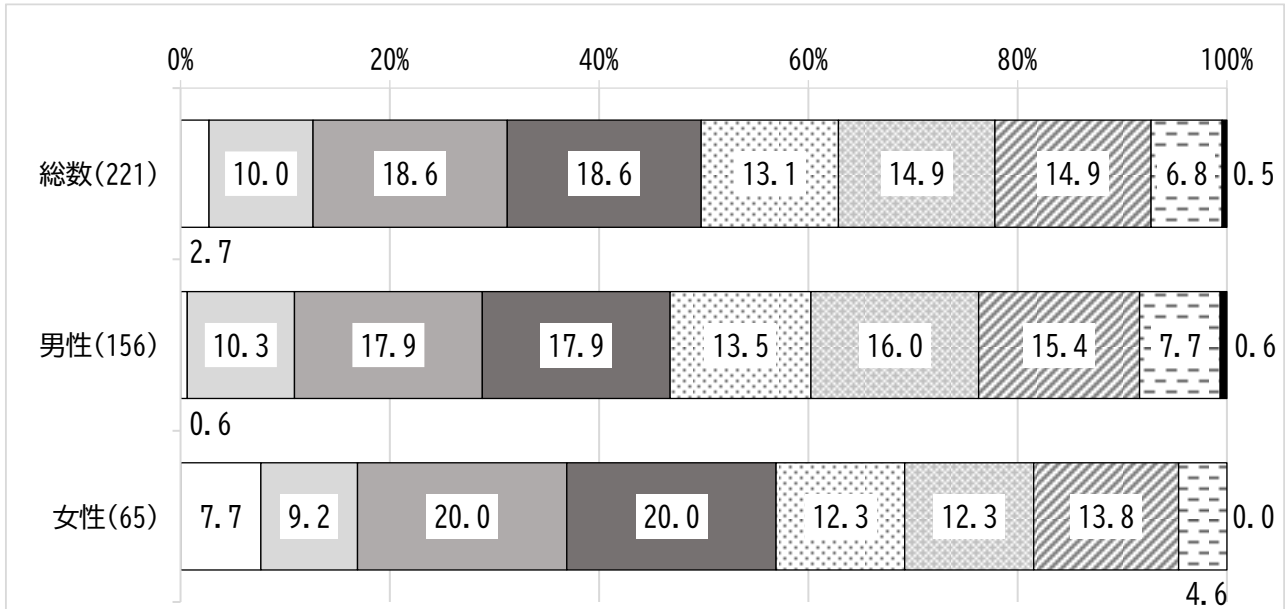
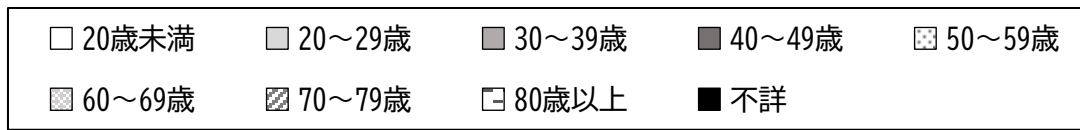
本市の自殺者数の年代別割合では、30歳代と40歳代（共に18.6%）、60歳代と70歳代（共に14.9%）の順で多くなっています。また、全国、茨城県と比べ、30歳代、40歳代の比較的若い世代の割合が多く、80歳以上が少なくなっています。

男女別割合では、男性は30歳代、40歳代が17.9%となっており、女性では30歳代、40歳代が20.0%と高くなっています。

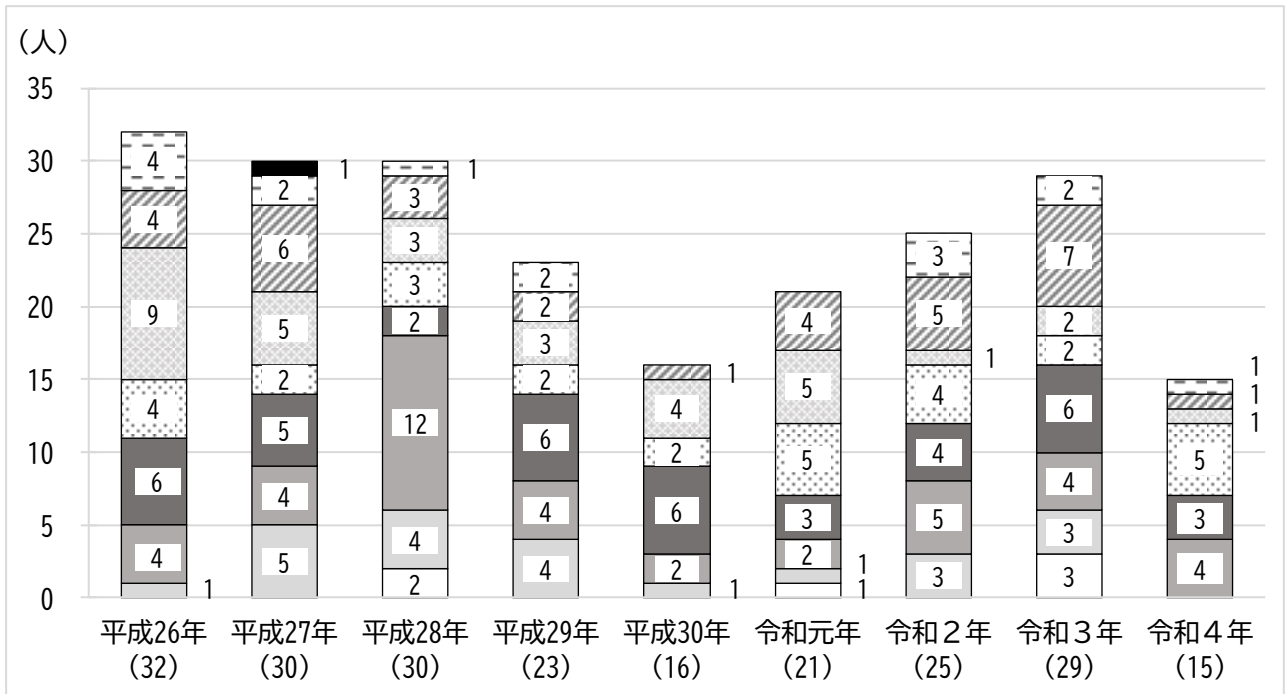
【自殺者数の年代別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



【自殺者数（土浦市）：男女別・年代別割合】



【各年別・年代別自殺者数（土浦市）】

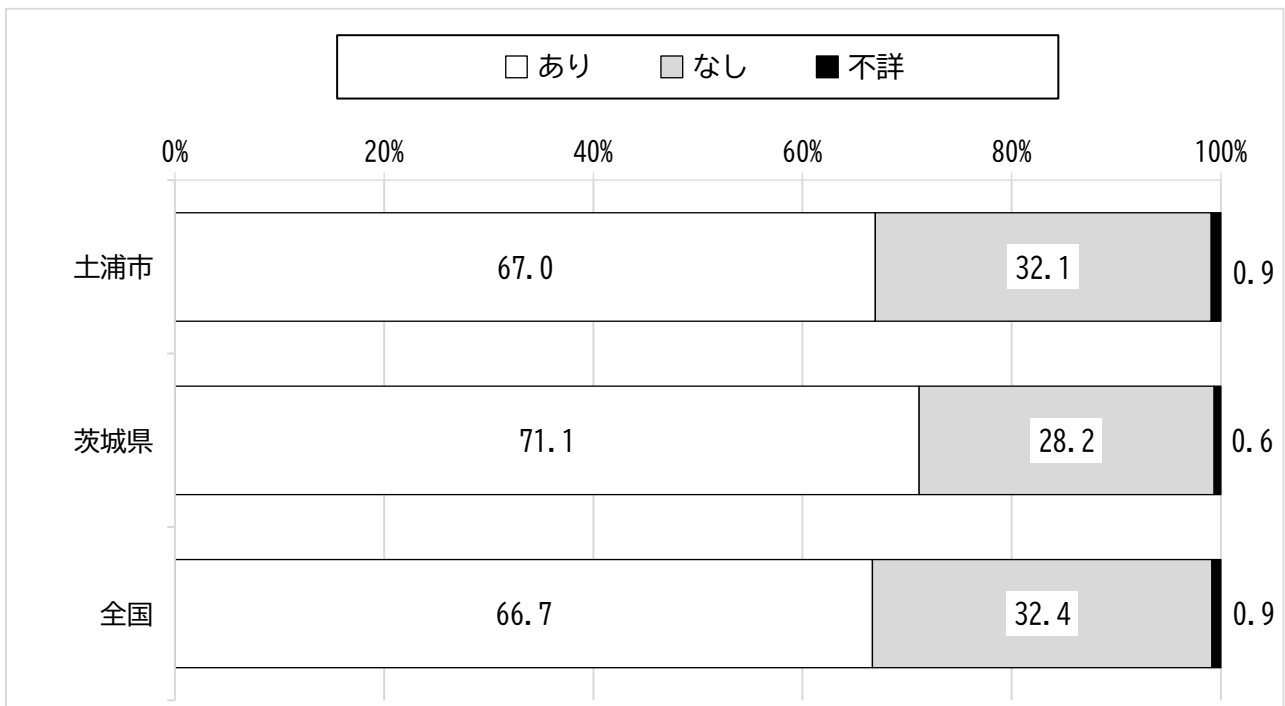


(4) 同居人の有無別の状況

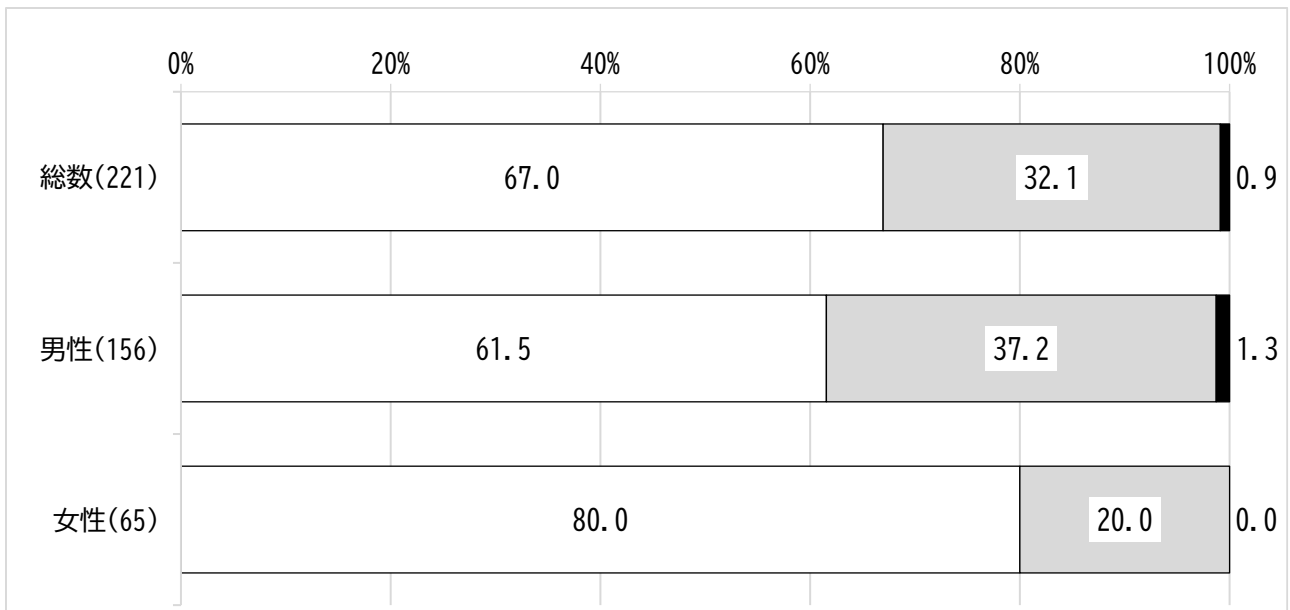
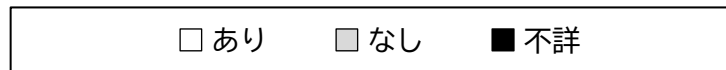
本市の自殺者数の同居人の有無別割合では、同居人「あり」が67.0%となっており、全国、茨城県と比べほぼ同様の割合となっています。

男女別割合では、男性の同居人「あり」が61.5%、女性が80.0%となっており、特に女性の場合において、同居人がいる状況での自殺が多くなっています。

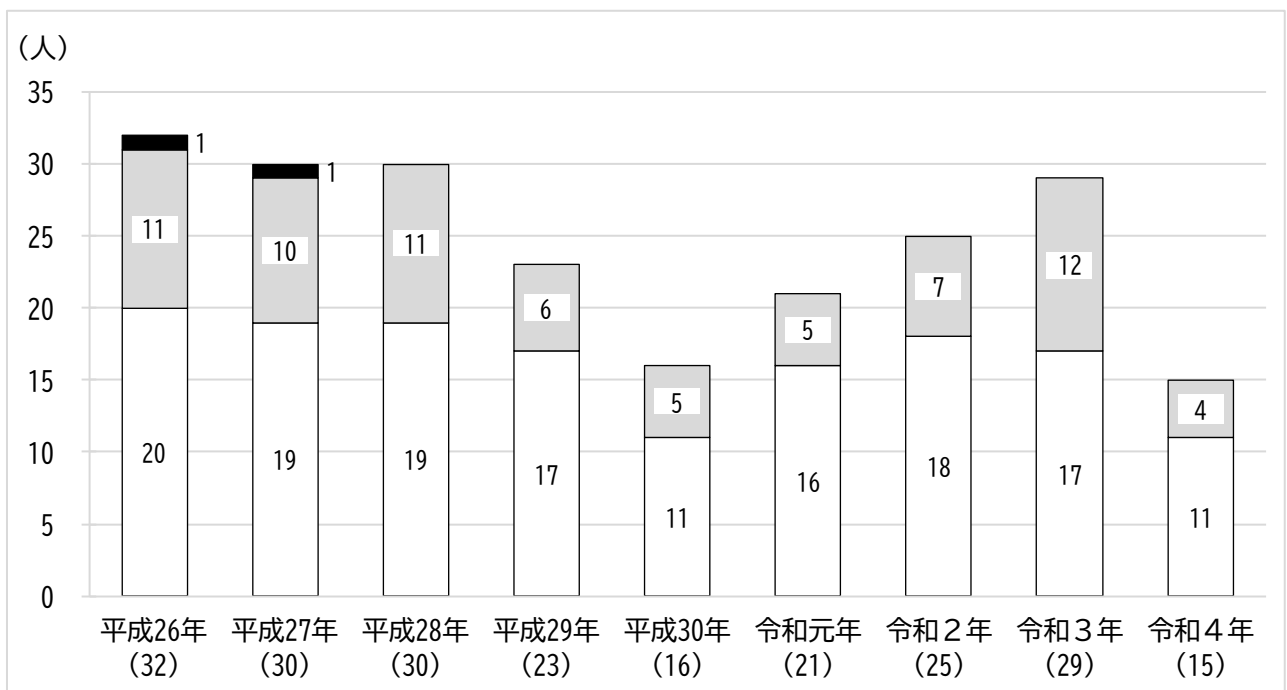
【自殺者数の同居人の有無別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



【自殺者数（土浦市）：男女別・同居人の有無別割合】



【各年別・同居人の有無別自殺者数（土浦市）】

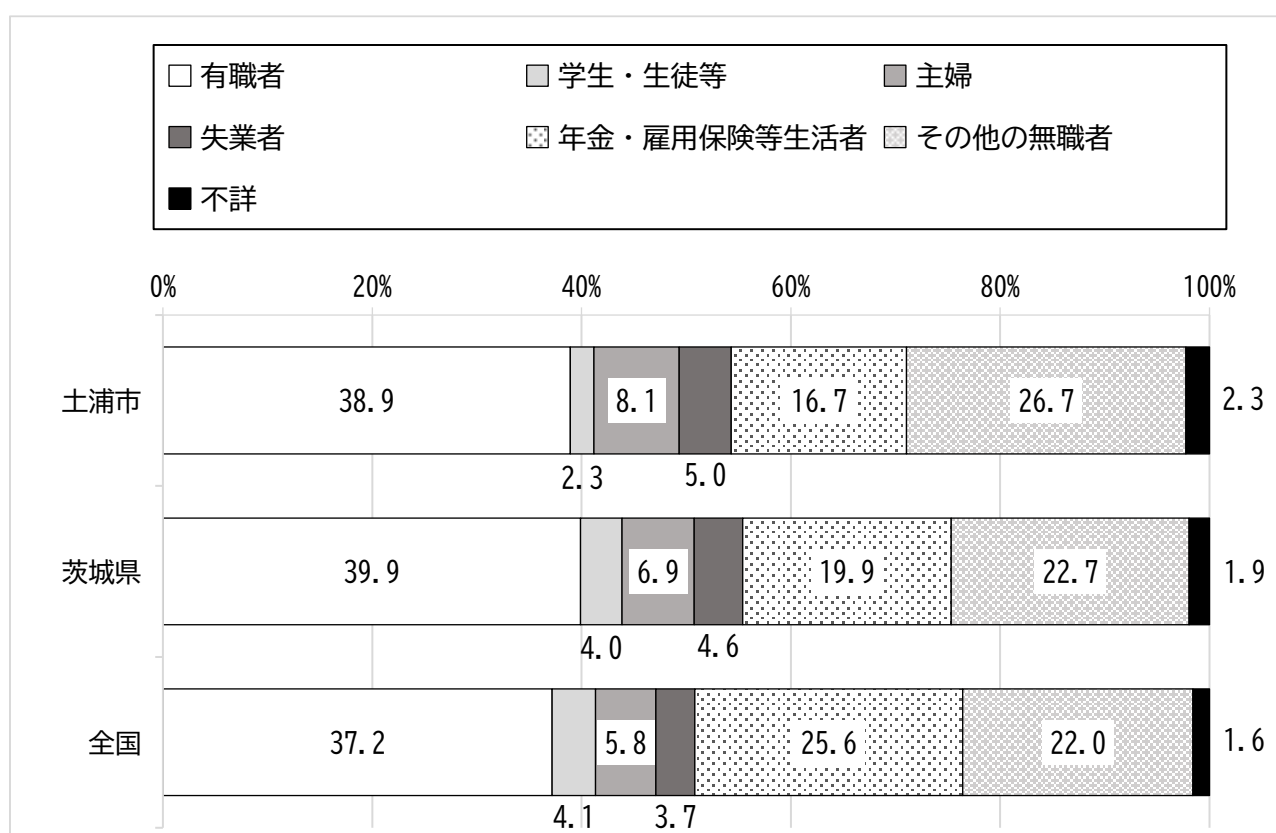


(5) 職業別の状況

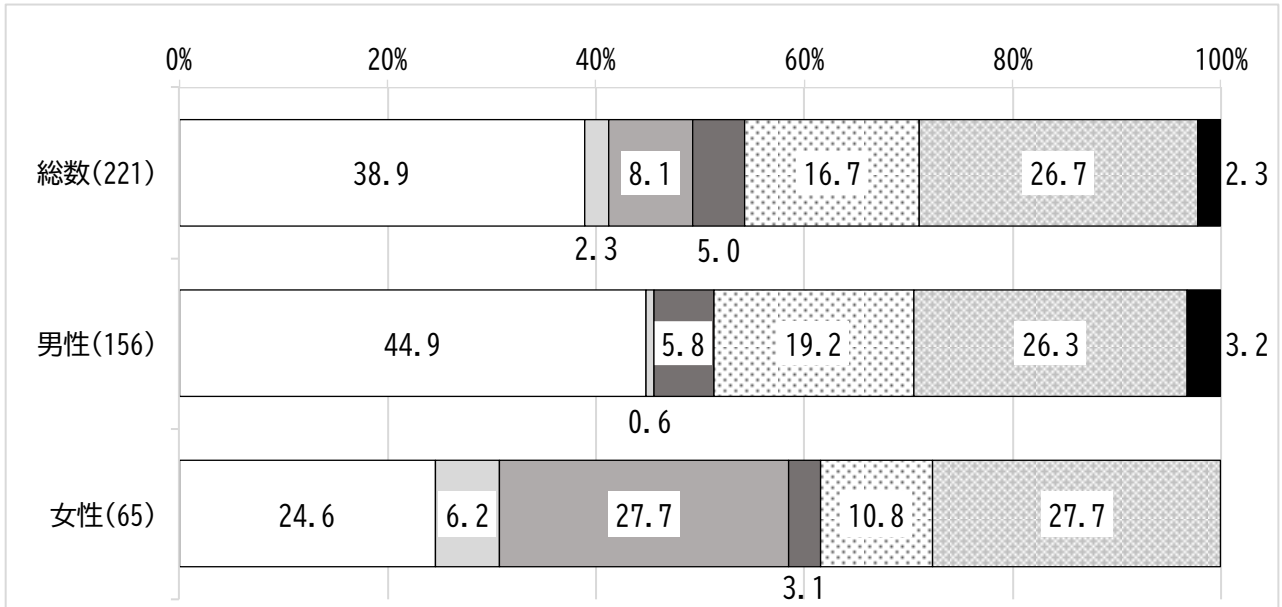
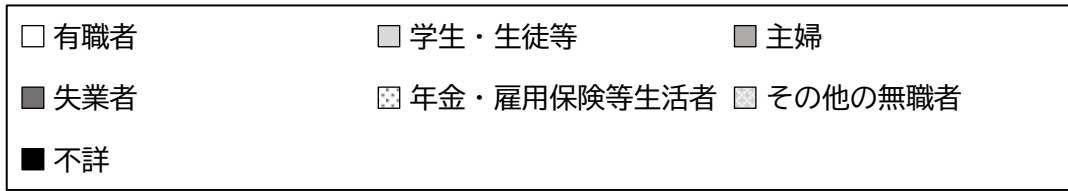
本市の自殺者数の職業別割合では、有職者（38.9%）、その他の無職者（26.7%）、年金・雇用保険等生活者（16.7%）の順で多くなっています。また、全国、茨城県と比べ、学生・生徒等は2.3%と低くなっていますが、主婦が8.1%と高くなっています。

男女別割合では、男性は「有職者」が44.9%、「その他の無職者」が26.3%となっており、女性では「主婦」、「その他の無職者」、「有職者」がそれぞれ25%前後となっています。

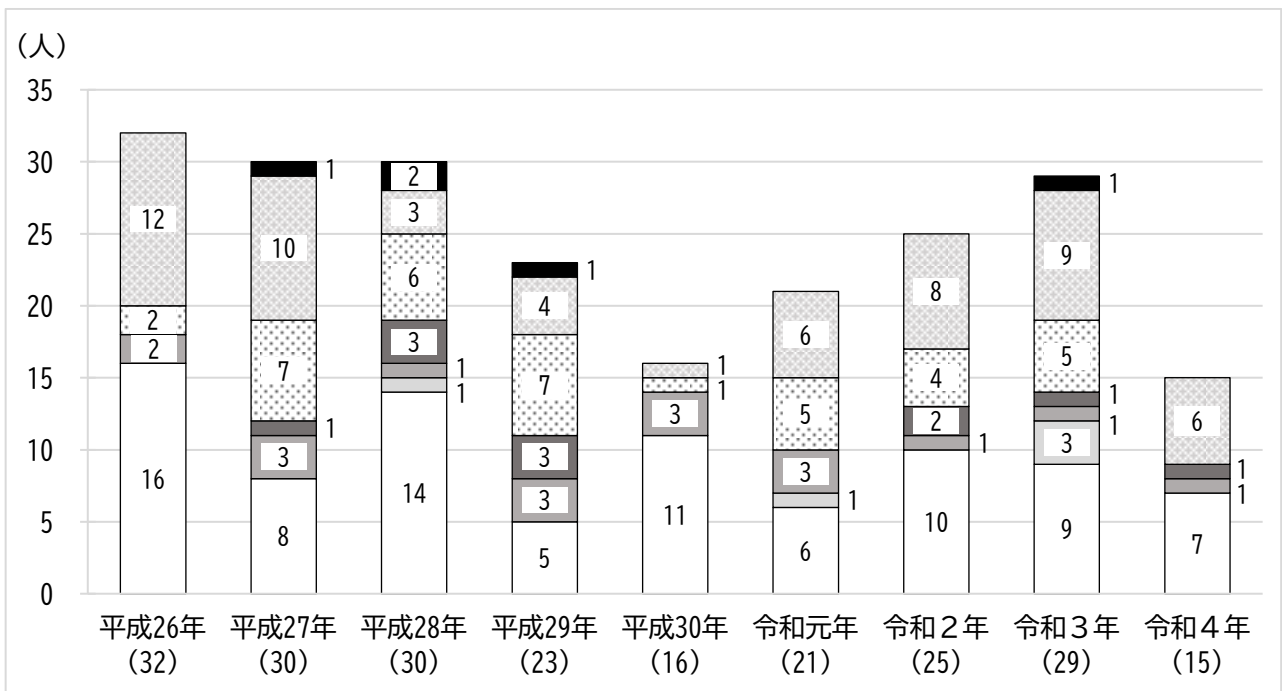
【自殺者数の職業別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



【自殺者数（土浦市）：男女別・職業別割合】



【各年別・職業別自殺者数（土浦市）】

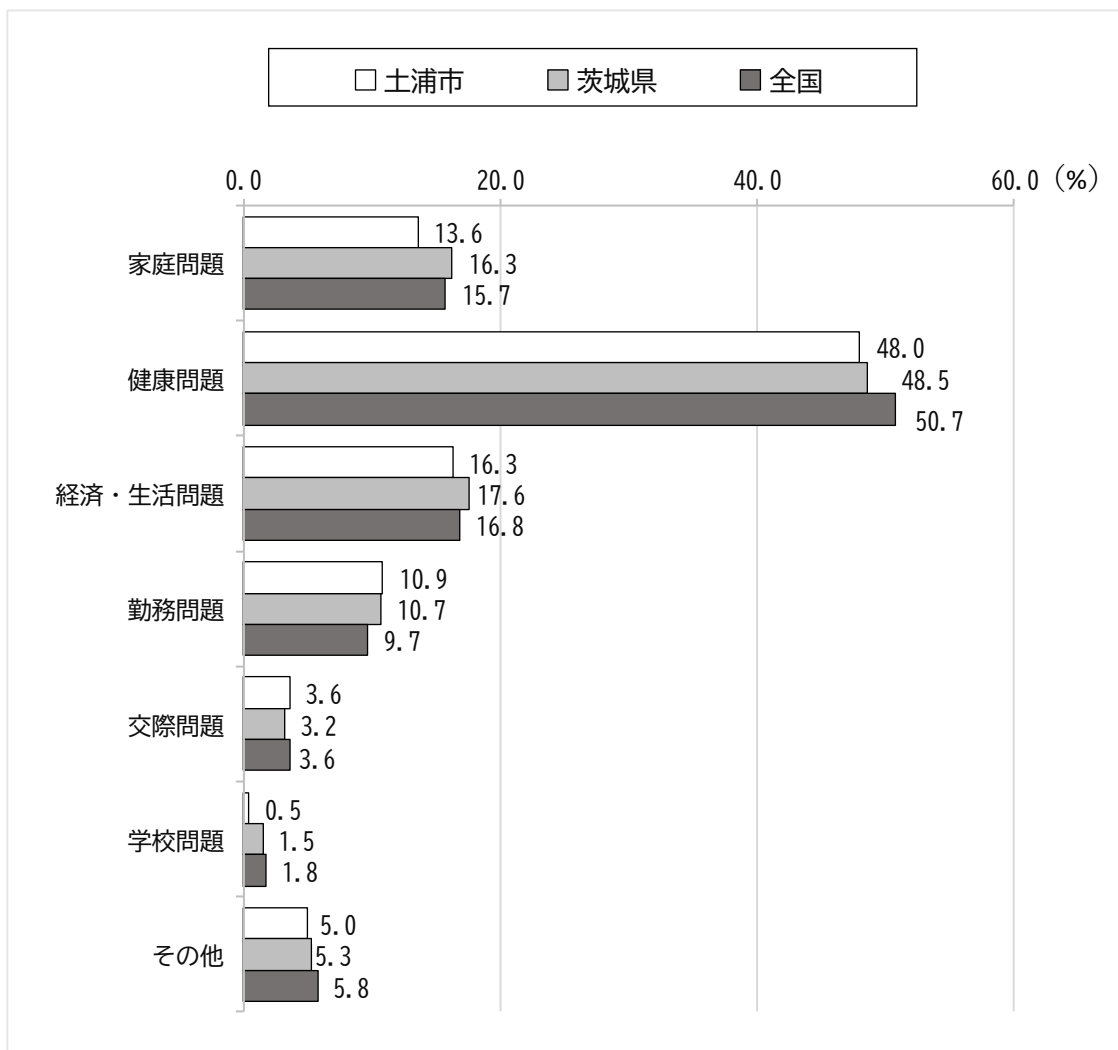


(6) 原因・動機別の状況

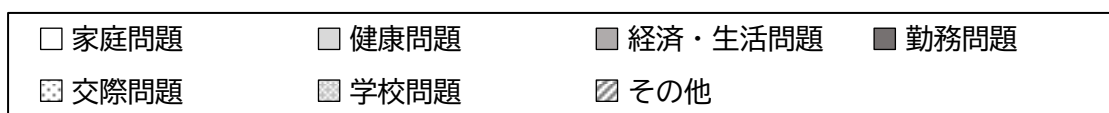
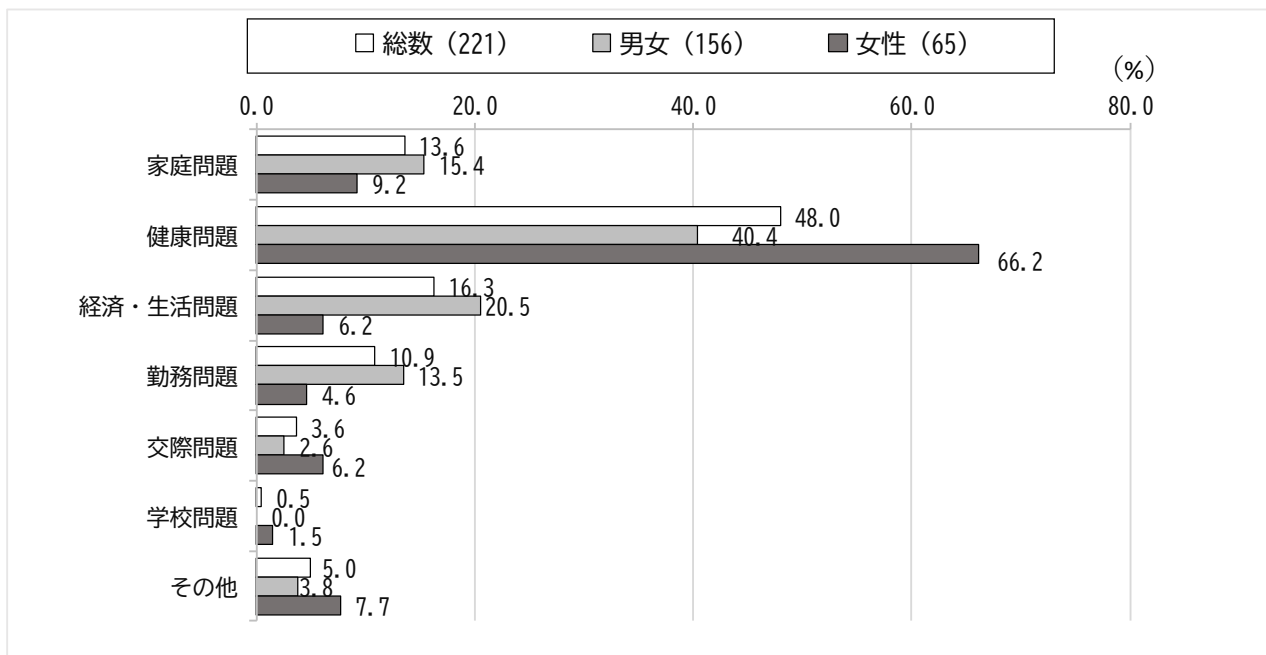
自殺者数の原因・動機別では、土浦市は「健康問題」が48.0%と特に多く、茨城県及び全国とほぼ同様の傾向です。

土浦市の男女別では、「健康問題」に次ぎ、男性は「経済・生活問題」の20.5%が2番目に多くなっており、次いで「家庭問題」が15.4%となっており、女性は「家庭問題」の9.2%が2番目に多くなっており、「その他」が7.7%となっています。

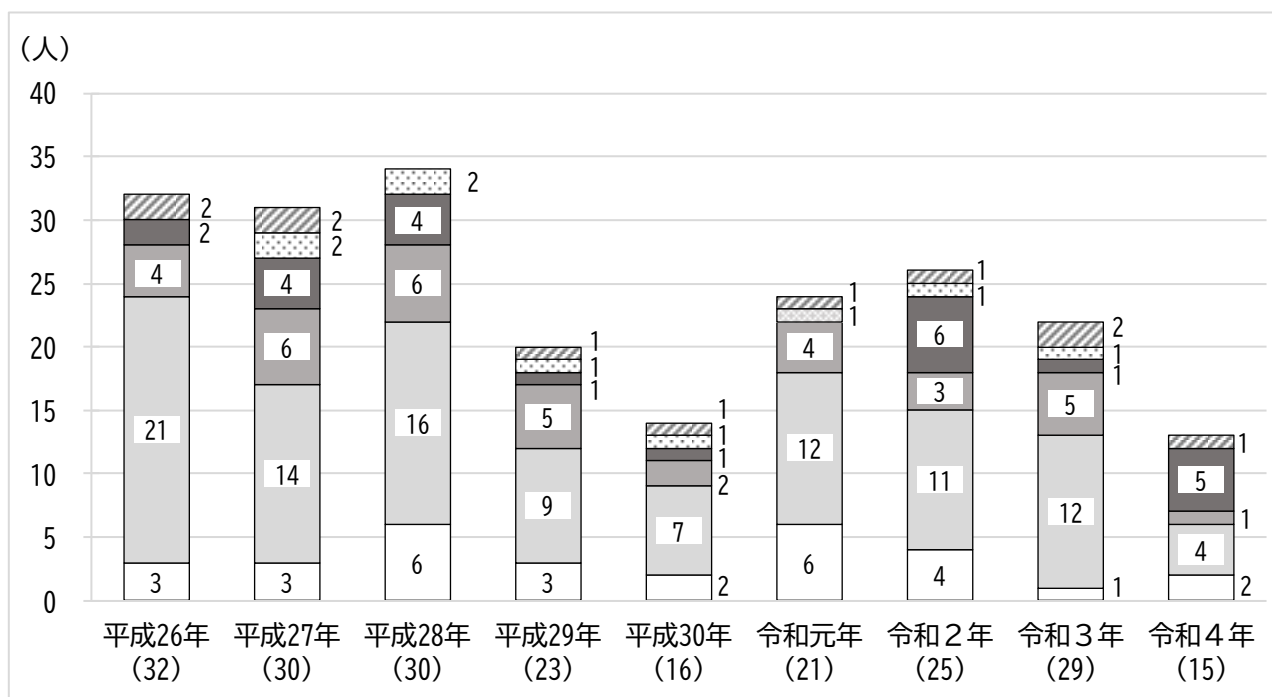
【自殺者数（土浦市）：原因・動機別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



【自殺者数（土浦市）：男女別・原因・動機別割合】



【各年別・原因・動機別自殺者数（土浦市）】



※自殺の原因・動機は、複数の要因が重なる場合があるため、原因・動機の和は自殺者数と一致しない場合がある。

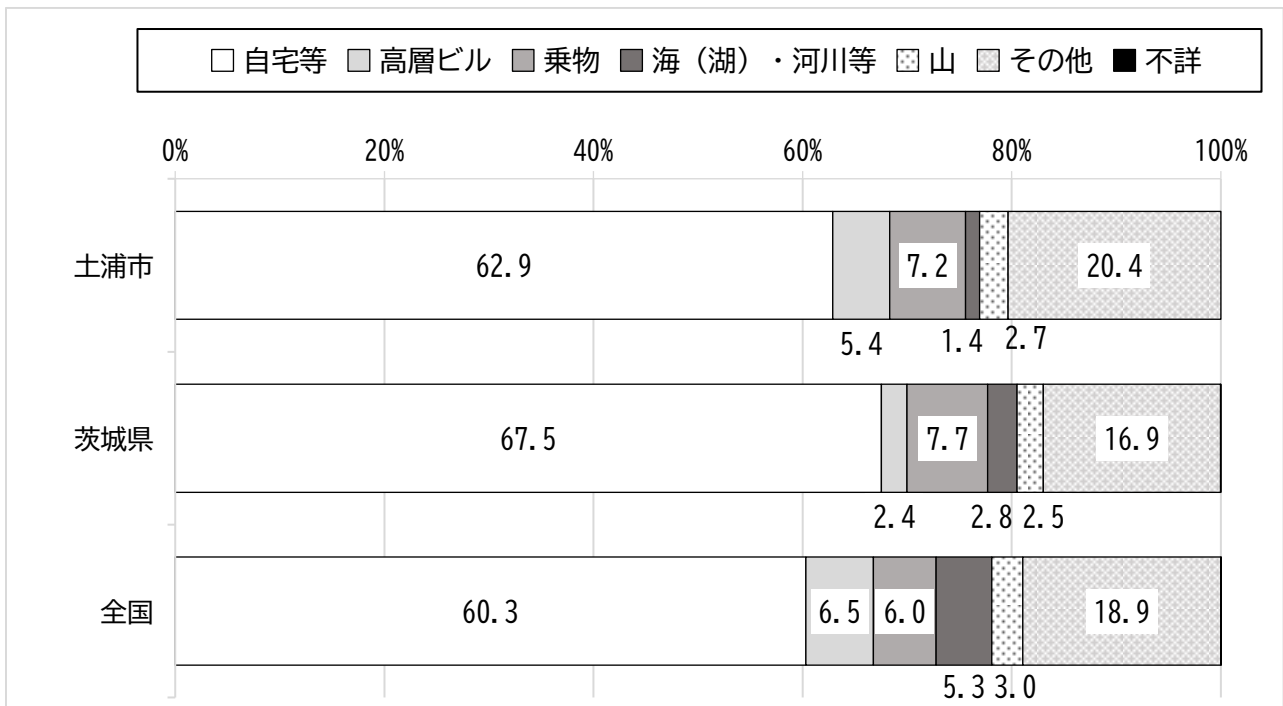
(7) 自殺企図の場所別の状況

自殺企図の場所別では、土浦市は「自宅等」が62.9%と特に多く、茨城県及び全国も同様です。

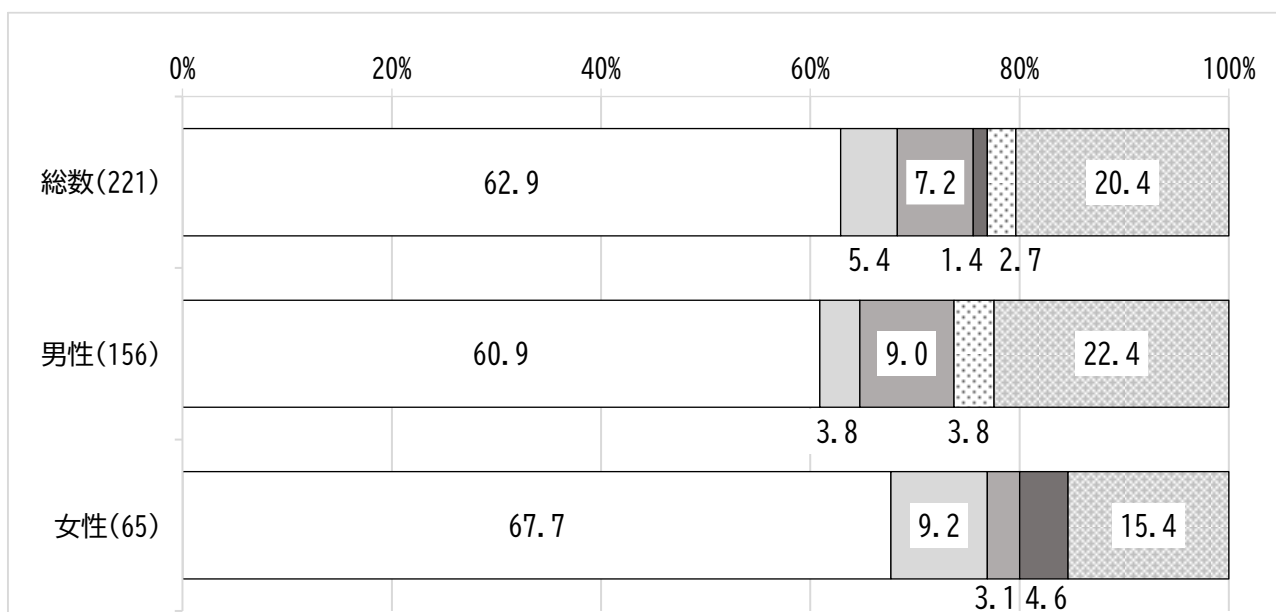
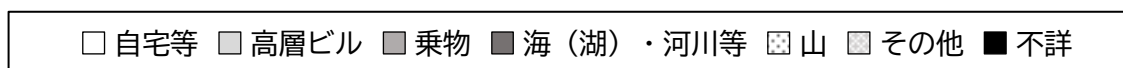
男女別では、土浦市の男性は「自宅等」が60.9%と最も多くなっており、ついで「乗物」が9.0%となっています。

女性では「自宅等」が67.7%と最も多く、ついで「高層ビル」が9.2%となっています。

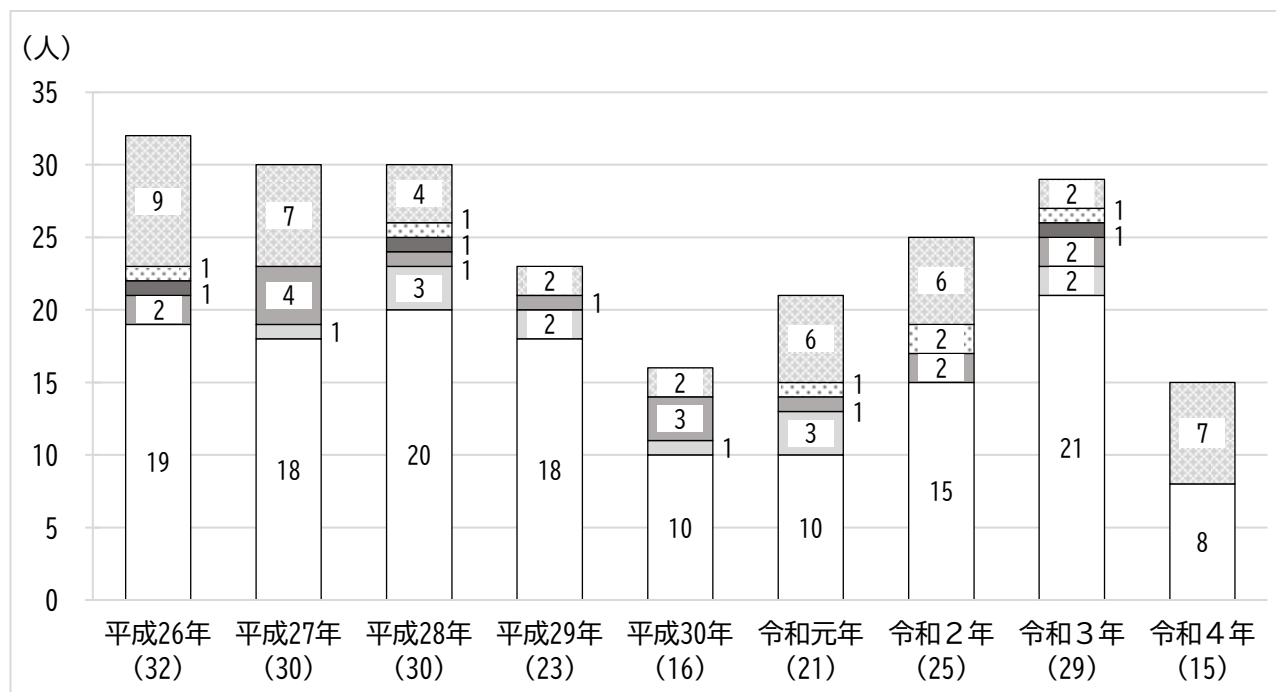
【自殺企図の場所別の割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



【自殺者数（土浦市）：男女別・自殺企図の場所別割合】



【各年別・自殺企図の場所別自殺者数（土浦市）】

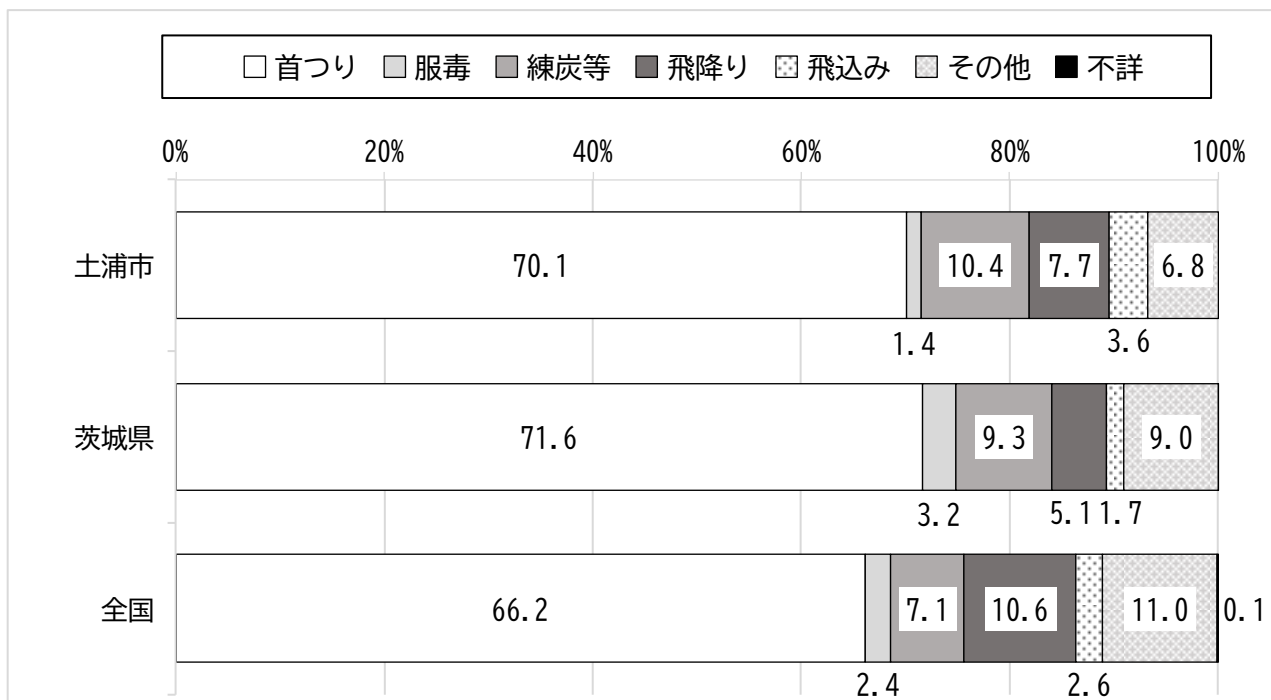


(8) 自殺企図の手段別の状況

自殺企図の手段別では、土浦市は「首つり」の70.1%が特に多くなっており、茨城県及び全国も同様に、ついで「練炭等」が土浦市、茨城県で2番目に多くなっています。

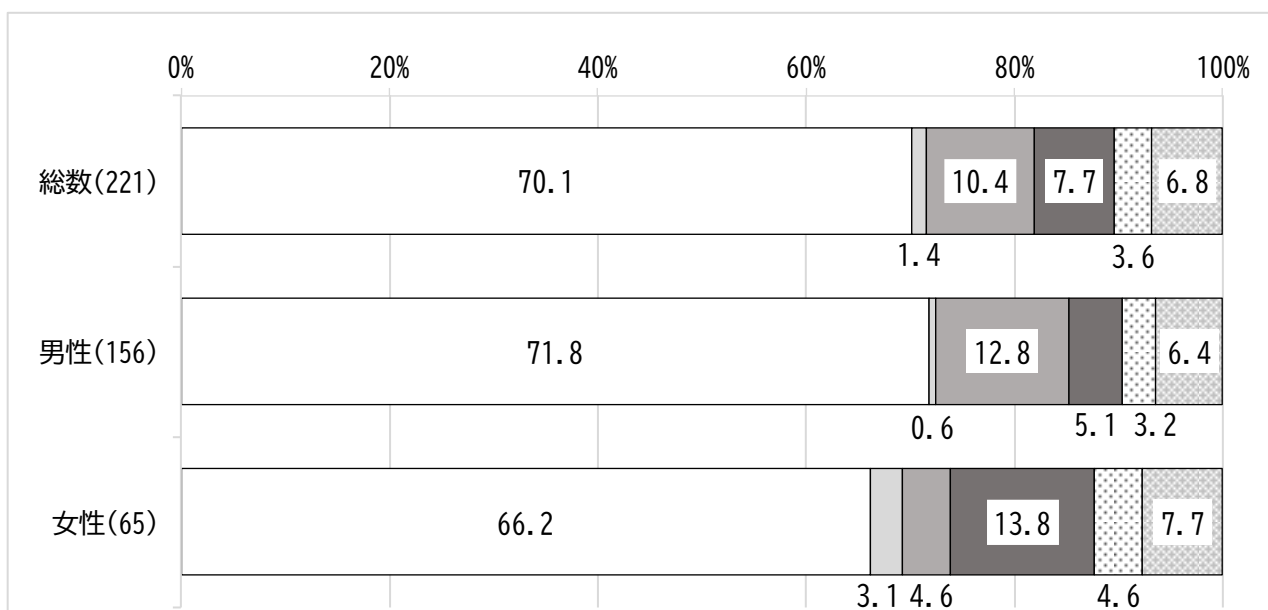
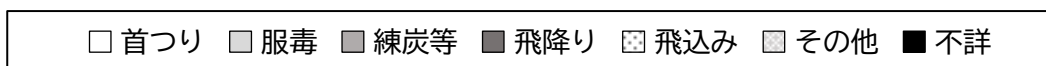
男女別割合では、男性は「首つり」が71.8%と最も多く、ついで「練炭等」が12.8%と多くなっています。女性は「首つり」が66.2%と最も多く、ついで「飛降り」が13.8%となっています。

【自殺企図の手段別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値

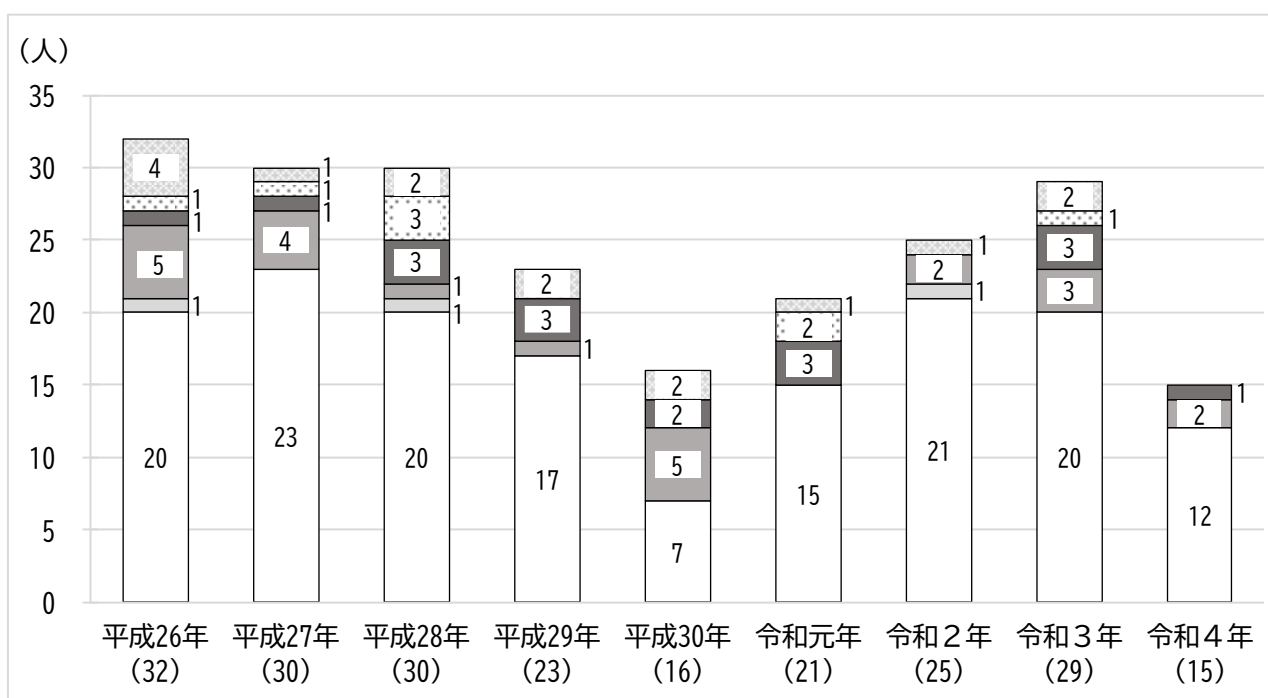


注：その他（焼身、感電、入水など）

【自殺者数（土浦市）：男女別・自殺企図の手段別割合】



【各年別・自殺企図の手段別自殺者数（土浦市）】

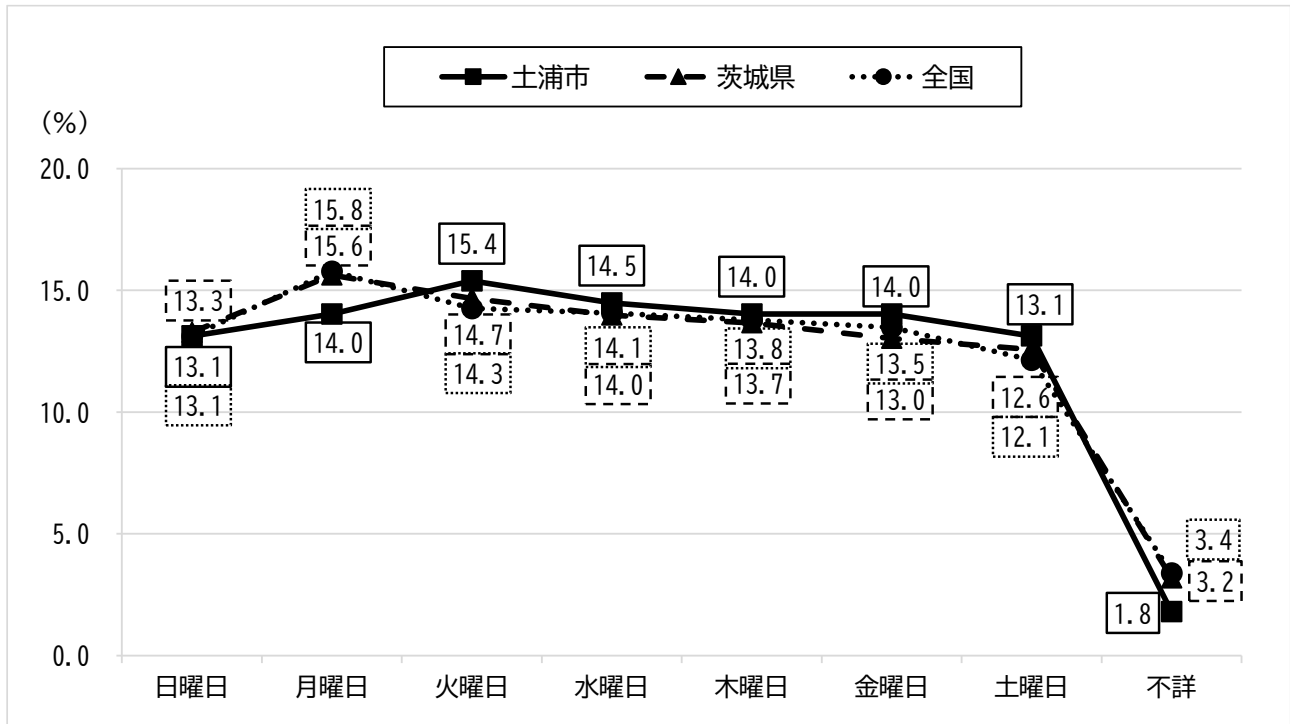


(9) 曜日別の状況

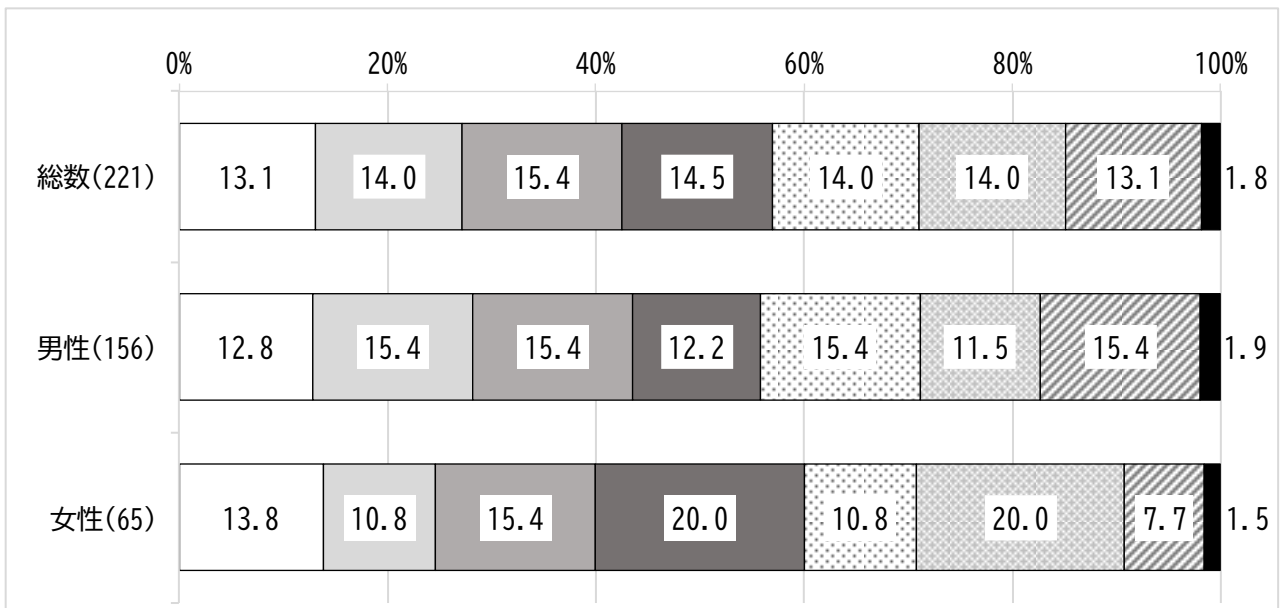
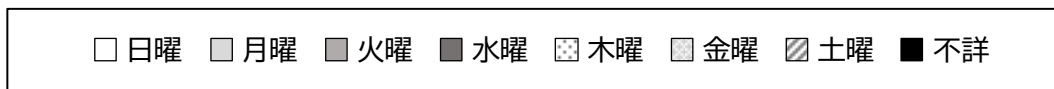
自殺者数の曜日別では、土浦市は「火曜日」が15.4%と最も多くなっており、茨城県及び全国は、「月曜日」が最も多くなっています。

男女別割合では、土浦市の男性は「月曜日」、「火曜日」、「木曜日」、「土曜日」がそれぞれ15.4%と多く、女性は「水曜日」、「金曜日」が20.0%と最も多くなっています。

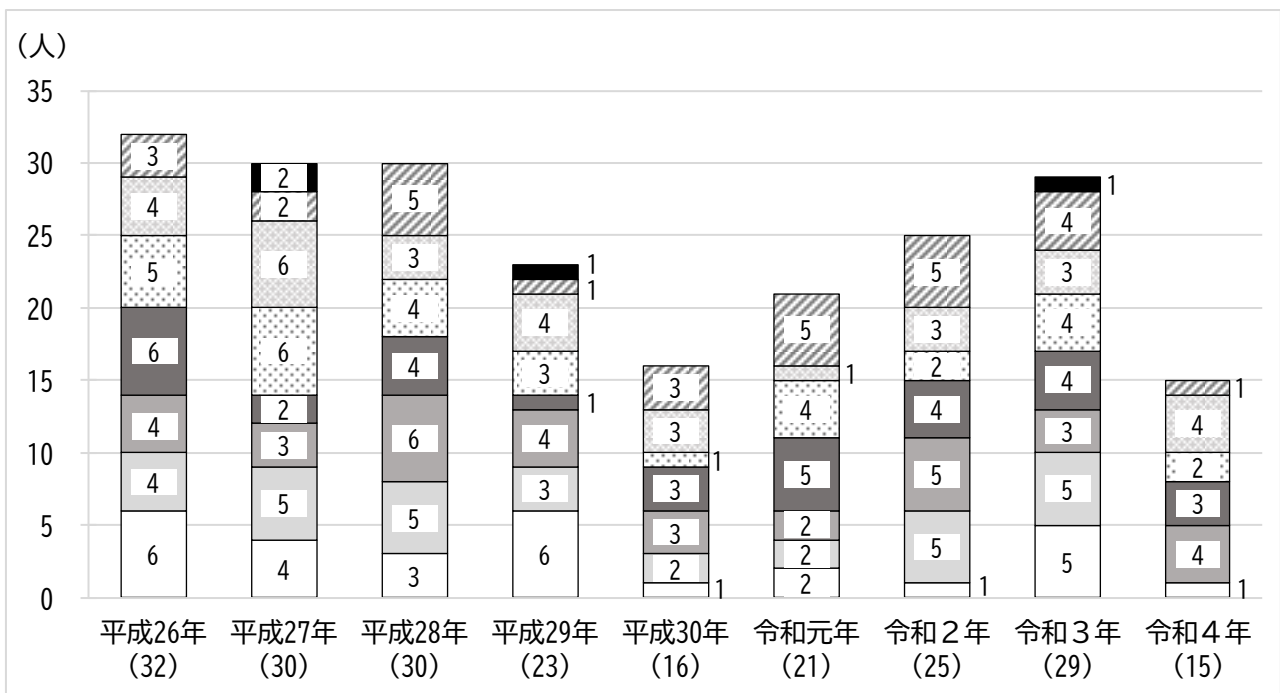
【自殺者数（土浦市）：曜日別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



【自殺者数（土浦市）：男女別・曜日別割合】



【各年別・曜日別自殺者数（土浦市）】

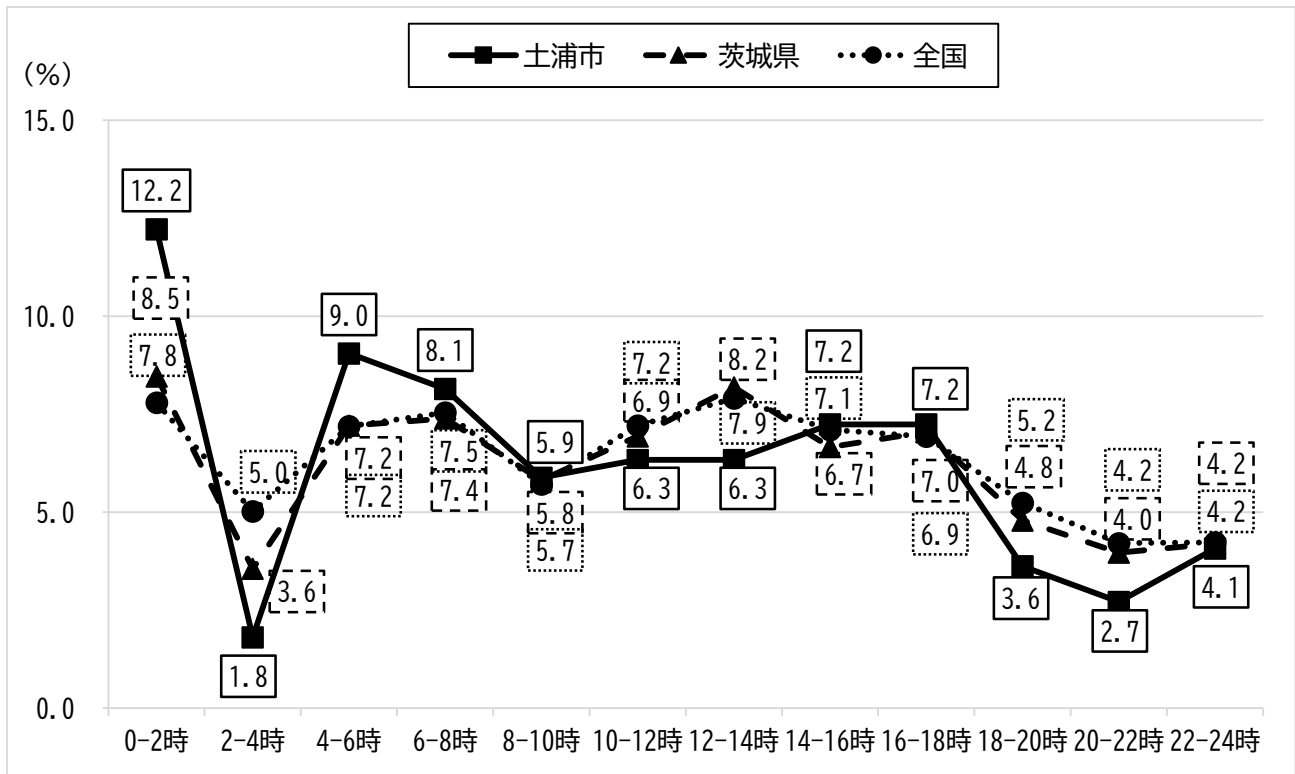


(10) 時間帯別の状況

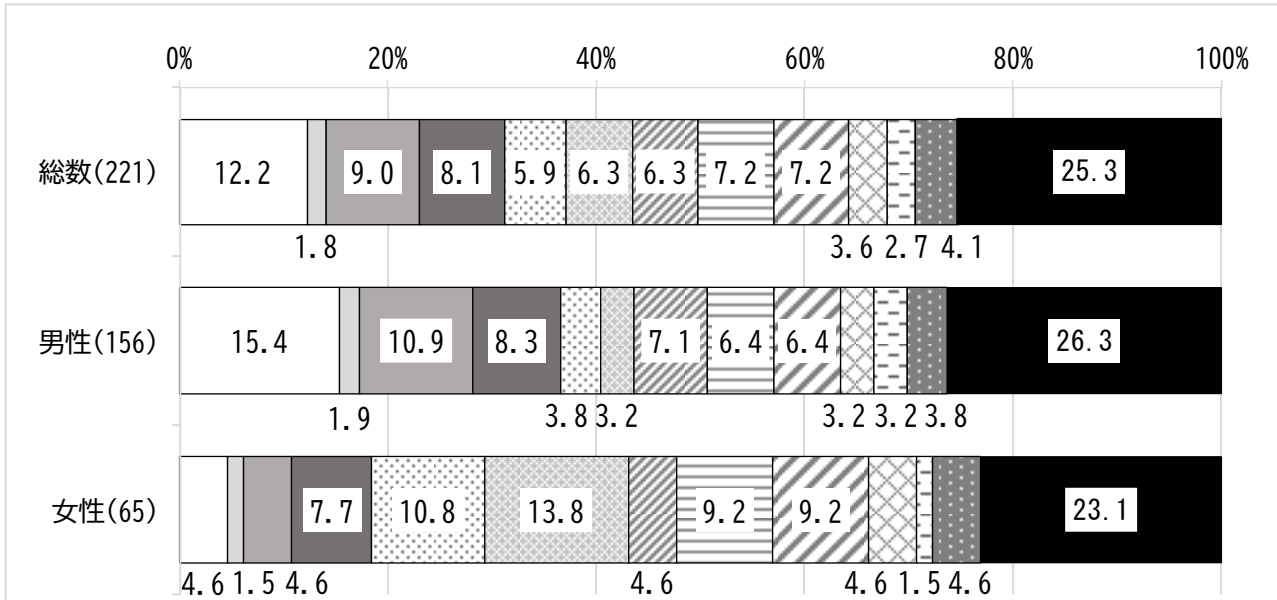
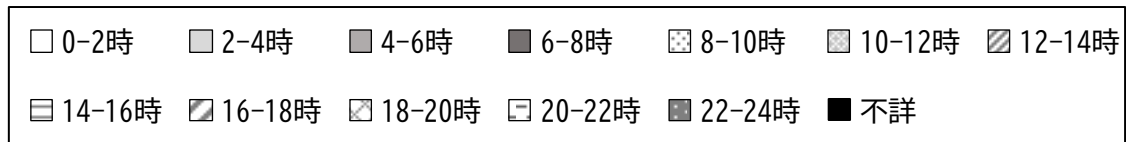
自殺者数の時間帯別では、茨城県及び全国に比べ、土浦市は「0～2時」(12.2%)が最も多く、「2～4時」(1.8%)は茨城県及び全国より少なくなっています。

男女別割合では、土浦市の男性は「0～2時」(15.4%)、「4～6時」(10.9%)、女性は「10～12時」(13.8%)、「8～10時」(10.8%)がそれぞれ多くなっています。

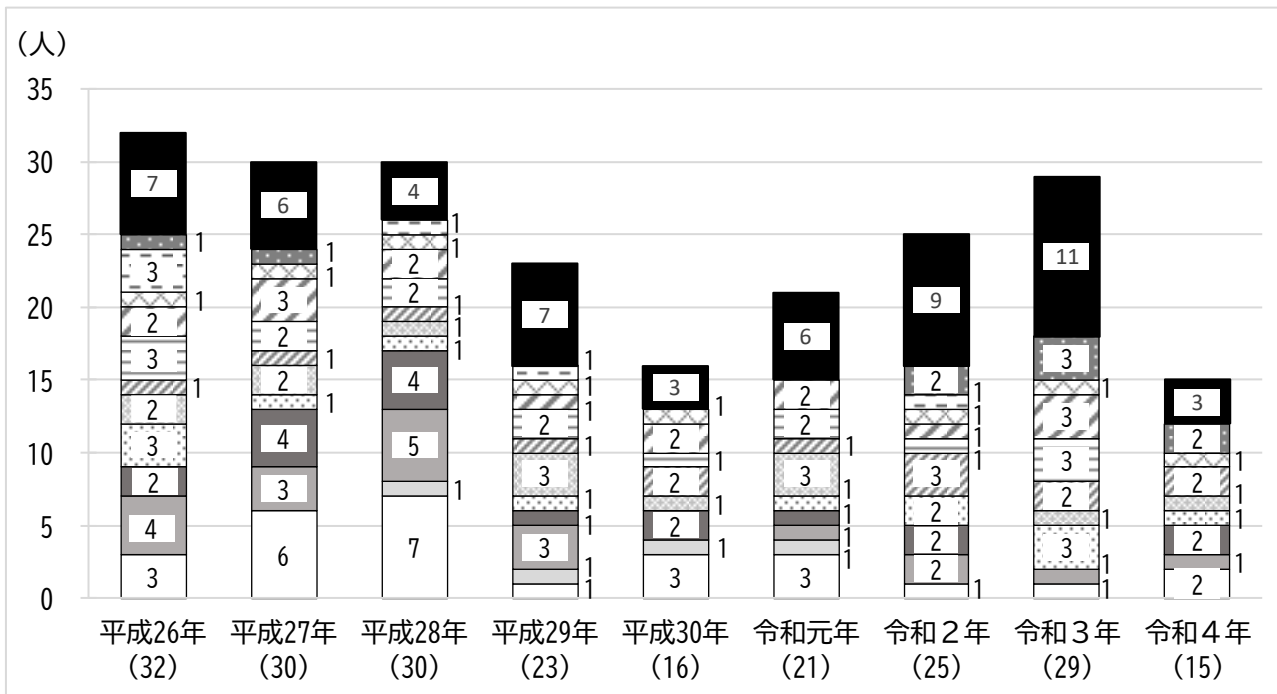
【自殺者数（土浦市）：時間帯別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



【自殺者数（土浦市）：男女別・時間帯別割合】



【各年別・時間帯別自殺者数（土浦市）】

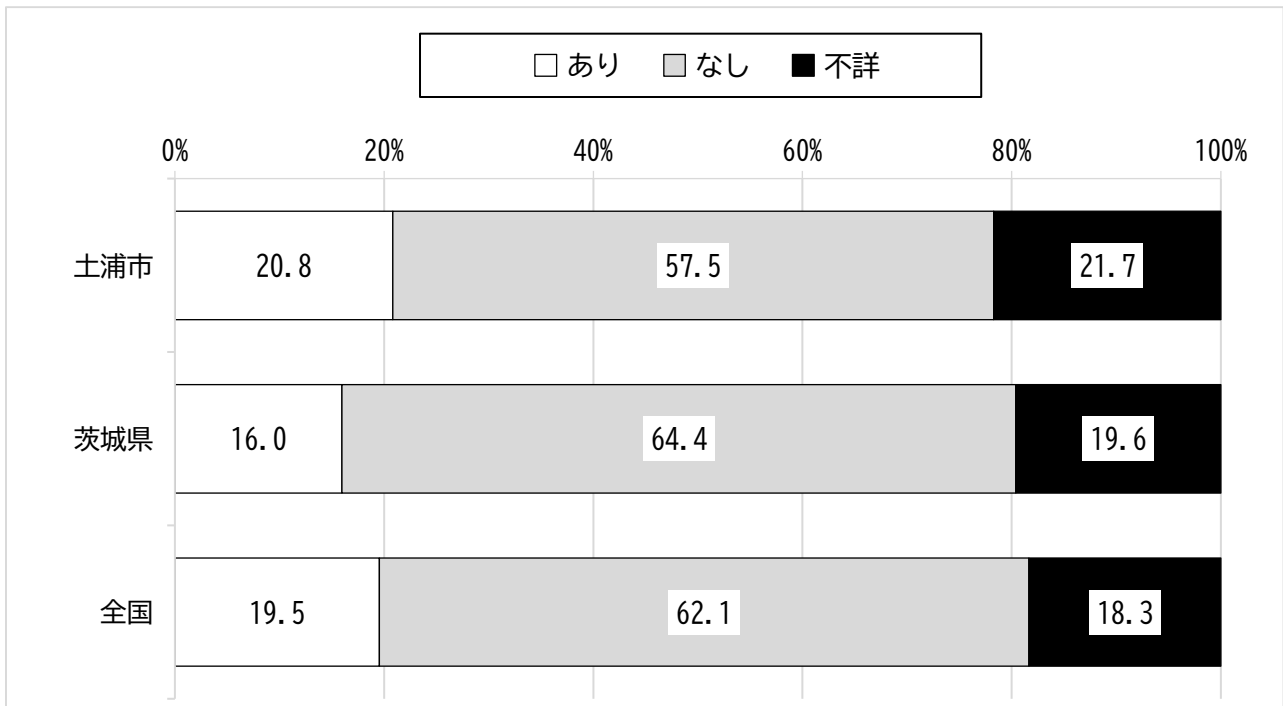


(11) 未遂歴の有無別の状況

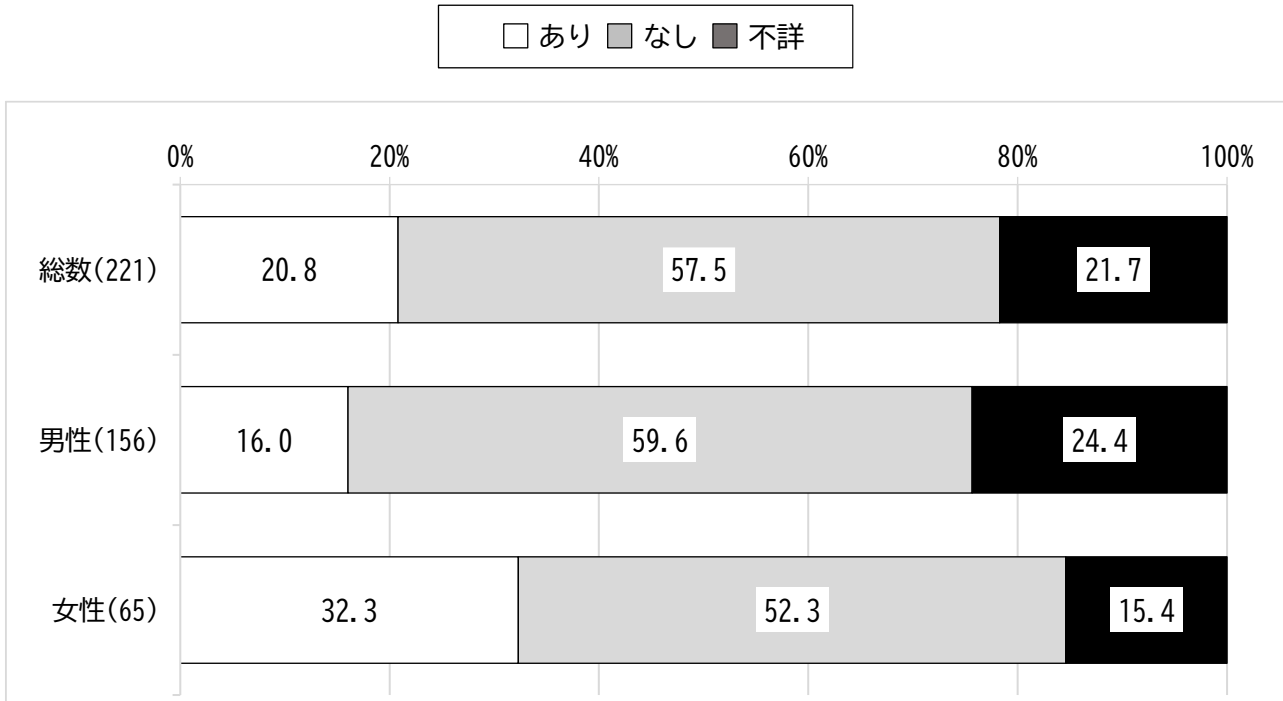
自殺者の未遂歴の有無別では、土浦市は「なし」が57.5%と多く、茨城県及び全国も同様です。

男女別では、土浦市はいずれも「なし」が最も多いですが、女性は「あり」が32.3%と男性に比べ多くなっています。

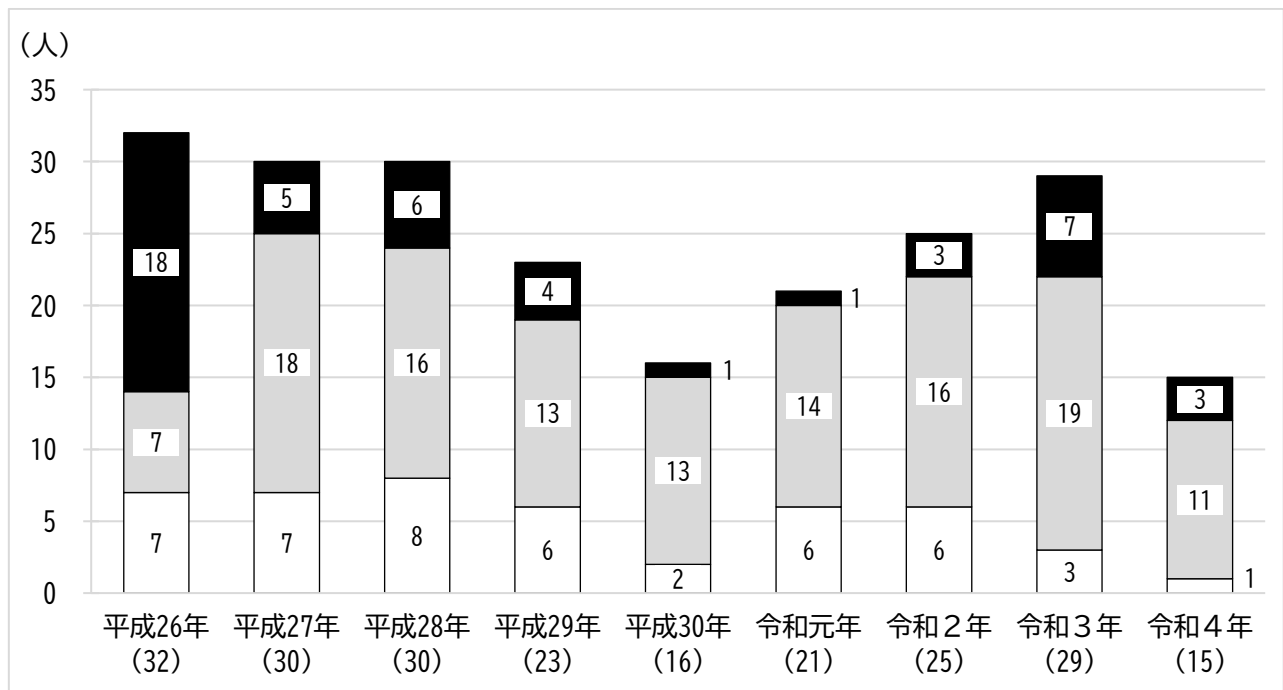
【自殺者数の未遂歴の有無別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



【自殺者数（土浦市）：男女別・未遂歴の有無別割合】



【各年別・未遂歴の有無別自殺者数（土浦市）】



(12) 地域自殺実態プロフィール*からみた特徴

地域自殺実態プロフィール 2022 から、土浦市及び土浦医療圏の自殺の特徴を把握します。なお、地域自殺実態プロフィール 2022 は、2017 年（平成 29 年）から 2021 年（令和 3 年）のデータを集計したものです。

土浦医療圏は、土浦市、石岡市、かすみがうら市の 3 市からなり、人口は令和 4 年 1 月 1 日現在、254,717 人で、土浦市の人口が 55.5%を占めます。

土浦医療圏の人口

	人口：人	構成比：%
土浦市	141,300	55.5
石岡市	72,680	28.5
かすみがうら市	40,737	16.0
計	254,717	100.0

令和 4 年 1 月 1 日現在

①全般状況

経年変化では、土浦市では令和元年（2019 年）以降、上昇傾向であり、自殺死亡率も、令和元年以降は土浦医療圏を上回っています。平均自殺死亡率では、土浦市は、土浦医療圏を若干上回っています。

自殺者数、自殺死亡率の推移

		H29 2017	H30 2018	R1 2019	R2 2020	R3 2021	合計	平均
自殺統計*1 自殺者数（人） （自殺日・住居地）	土浦市	23	16	21	25	29	114	22.8
	土浦医療圏	46	34	34	45	45	204	40.8
自殺統計 自殺死亡率 （10 万対） （自殺日・住居地）	土浦市	16.0	11.2	14.7	17.6	20.5	/	16.0
	土浦医療圏	17.5	13.0	13.1	17.4	17.6		15.7
人口動態統計*2 自殺者数（人）	土浦市	24	18	22	30	28	122	24.4
	土浦医療圏	46	39	37	55	50	227	45.4

※1：警察庁自殺統計原票データに基づき、厚生労働省自殺対策推進室から公表されている「地域における自殺の基礎資料」の数値

※2：厚生労働省から公表されている人口動態調査の数値

②性別・年代別自殺死亡率

自殺死亡率は、土浦医療圏、土浦市共に、全国を若干下回っております。

男女の比率は、全国に比べ、男性の割合が若干上回っています。

性別年代別では、土浦市は、「男性 30 歳代」及び「男性 70 歳代」、「女性 40 歳代」の割合及び自殺死亡率が、全国、土浦医療圏よりも特に上回っています。

性別・年代別自殺者数・自殺死亡率の状況

H29～R3 合計		自殺者数の割合			自殺死亡率（10 万対）		
		土浦市	土浦医療圏	全国割合	土浦市	土浦医療圏	全国
総数		100.0%	100.0%	100.0%	15.99	15.70	16.25
男性		71.1%	70.6%	68.1%	22.71	22.14	22.67
女性		28.9%	29.4%	31.9%	9.26	9.25	10.14
男 性	20 歳未満	0.9%	0.5%	2.0%	1.65	0.92	3.77
	20 歳代	7.9%	7.8%	7.7%	22.55	22.92	23.96
	30 歳代	11.4%	11.8%	9.1%	29.40	31.11	24.45
	40 歳代	13.2%	14.7%	12.1%	26.73	30.37	26.08
	50 歳代	10.5%	11.3%	11.9%	26.44	27.66	30.50
	60 歳代	9.6%	11.8%	9.6%	23.63	26.19	24.19
	70 歳代	13.2%	9.8%	9.0%	35.17	25.10	26.93
	80 歳以上	4.4%	2.9%	6.4%	23.79	14.58	34.34
女 性	20 歳未満	2.6%	2.5%	1.2%	5.3	4.92	2.37
	20 歳代	2.6%	2.9%	3.5%	8.73	10.12	11.42
	30 歳代	3.5%	3.9%	3.4%	10.41	11.88	9.49
	40 歳代	8.8%	7.4%	4.9%	19.82	16.82	10.78
	50 歳代	2.6%	2.5%	4.9%	6.92	6.27	12.71
	60 歳代	3.5%	2.9%	4.5%	8.25	6.46	10.88
	70 歳代	3.5%	3.9%	5.2%	8.28	9.09	13.23
	80 歳以上	1.8%	3.4%	4.4%	5.52	9.88	12.97

③60歳以上の状況

高齢者の性別年代別同居人の有無では、土浦市は70歳代男性で同居人「あり」の割合が26.8%であり、全国平均よりも特に高くなっています。

60歳以上の状況（自殺日・住居地、H29～R3合計）

性別	年齢階級	土浦市				土浦医療圏				全国割合	
		同居人の有無 (人)		同居人の有無 (割合)		同居人の有無 (人)		同居人の有無 (割合)			
		あり	なし	あり	なし	あり	なし	あり	なし	あり	なし
男性	60歳代	6	5	14.6%	12.2%	15	9	21.1%	12.7%	14.0	10.4%
	70歳代	11	4	26.8%	9.8%	15	5	21.1%	7.0%	15.0%	8.0%
	80歳以上	4	1	9.8%	2.4%	4	2	5.6%	2.8%	11.5%	5.0%
女性	60歳代	4	0	9.8%	0.0%	6	0	8.5%	0.0%	8.7%	2.8%
	70歳代	2	2	4.9%	4.9%	4	4	5.6%	5.6%	9.1%	4.3%
	80歳以上	2	0	4.9%	0.0%	5	2	7.0%	2.8%	6.9%	4.3%
合計		41		100%		96		100%		100%	

④地域の自殺の特徴

土浦市、土浦医療圏いずれも男性が上位を占め、土浦市4位、土浦医療圏3位の「女性60歳以上無職同居」以外は男性となっています。土浦市、土浦医療圏ともに、「男性60歳以上無職同居」が1位となっています。土浦市、土浦医療圏ともに、「男性40～59歳有職同居」が2位、「男性20～39歳有職独居」が5位となっており、男性稼働年齢層の自殺が多いことがうかがえます。

土浦市の主な自殺の特徴：特別集計（自殺日・住居地、H29～R3 合計）

上位5区分	自殺者数 5年計	割合	自殺死亡率* (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路**
1位:男性60歳以上 無職同居	17	14.9%	32.2	失業(退職)→生活苦+介護の悩み (疲れ)+身体疾患→自殺
2位:男性40～59歳 有職同居	11	9.6%	15.3	配置転換→過労→職場の人間関係の 悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺
3位:男性60歳以上 無職独居	8	7.0%	72.2	失業(退職)→死別・離別→うつ状 態→将来生活への悲観→自殺
4位:女性60歳以上 無職同居	8	7.0%	9.5	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
5位:男性20～39歳 有職独居	7	6.1%	35.9	①【正規雇用】配置転換→過労→職 場の人間関係の悩み+仕事の失敗→ うつ状態→自殺/②【非正規雇用】 (被虐待・高校中退)非正規雇用→ 生活苦→借金→うつ状態→自殺

土浦医療圏の主な自殺の特徴：特別集計（自殺日・住居地、H29～R3 合計）

上位 5 区分	自殺者数 5 年計	割合	自殺死亡率* (10 万対)	背景にある主な自殺の危機経路**
1 位:男性 60 歳以上 無職同居	24	11.8%	24.8	失業（退職）→生活苦+介護の悩み （疲れ）+身体疾患→自殺
2 位:男性 40～59 歳 有職同居	19	9.3%	14.4	配置転換→過労→職場の人間関係の 悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺
3 位:女性 60 歳以上 無職同居	14	6.9%	8.8	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
4 位:男性 60 歳以上 無職独居	13	6.4%	70.3	失業（退職）→死別・離別→うつ状 態→将来生活への悲観→自殺
5 位:男性 20～39 歳 有職独居	13	6.4%	45.1	①【正規雇用】配置転換→過労→職 場の人間関係の悩み+仕事の失敗→ うつ状態→自殺/②【非正規雇用】 （被虐待・高校中退）非正規雇用→ 生活苦→借金→うつ状態→自殺

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死亡率の高い順とした。

*自殺死亡率の母数（人口）は総務省「令和 2 年国勢調査」就業状態等基本集計を基に自殺総合対策推進センターにて推計した。

**「背景にある主な自殺の危機経路」は自殺実態白書 2013（ライフリンク）を参考に推定したもの。自殺者の特性別に見て代表的と考えられる経緯の一例を示しており、記載の経路が唯一のものではないことに留意すること。

2-3 土浦市の自殺の課題

●自殺の減少に向けた総合的な対策が必要

土浦市の自殺者数は、平成 25 年の自殺者数 40 人、自殺死亡率 27.4 を頂点に、その後、減少傾向となり、平成 30 年（2018 年）に自殺者数 16 人、自殺死亡率 11.2 まで下がったものの、令和元年（2019 年）以降は上昇傾向となっています。令和 2 年（2020 年）と令和 3 年（2021 年）は、国、県及び土浦医療圏の自殺死亡率を上回っている状況であり、引き続き自殺の減少への対策が重要です。そのためには、行政各課の施策に、自殺対策の視点を入れ、自殺に対する意識を共有し、取り組む必要があります。

また、地域や社会とのつながりが希薄化している中で、新型コロナウイルス感染症の拡大により人との接触機会が減ったことで、望まない孤立・孤独等の問題が顕在化しています。孤独・孤立は自殺の要因の一つとなっていることから、孤独・孤立を感じさせない地域づくりや、孤立・孤独状態にある人及び、その家族等の立場に立った支援が重要です。

●幅広い世代の男性への配慮が必要

自殺者数は、男女別には、男性が 7 割、女性が 3 割で、男性は女性の 2.4 倍を占めています。男性は、30 歳代から 70 歳代までの幅広い世代で、職業別では、有職者が最も多く、次いで無職者、年金等生活者が多くなっています。自殺の原因・動機は、健康問題に次いで、経済・生活問題が上位を占めており、就業者数のほぼ 9 割を占める第二次、第三次産業における労働環境にも留意する必要があります。地域自殺実態プロファイルでも、上位 5 区分のうち 4 区分が男性を占めています。また、同居人なしが男性の 4 割近くを占めており、一人暮らしに留意する必要があります。

●同居者の見守りや気づきが女性には重要

女性の自殺者数は、特に 30 歳代、40 歳代が多く、女性の自殺者の 4 割を占めている状況です。女性は無職者、主婦が多く、自殺の原因・動機は、健康問題が特に多い状況です。また、同居人ありが 8 割と大半を占め、未遂歴ありが 3 割近くを占めており、同居人の気づきや、未遂歴に留意する必要があります。

●子どもや若者に対する支援が必要

平成 29 年（2017 年）から令和 3 年（2021 年）の 20 歳代未満の自殺者は全体の 3.5%、実数では 5 年間で 4 人です。土浦市は、茨城県及び全国に比べ、20 歳代から 30 歳代の若者の自殺者が比較的多いことから、子どもや若者の自殺対策の推進を重点施策としており、引き続き、子どもや若者の自殺をなくすための支援を強化していく必要があります。

2-4 土浦市における自殺関連施策の検討

前計画で定めた本市における自殺対策関連施策について、令和5年5月から7月にかけて再度洗い出し作業を実施し、下の表のとおり、今回計画の事業数として集計いたしました。

土浦市の事業の棚卸し実施状況

《各部からの自殺対策関連事業》

各部	事業数	うち前計画書 から継続	うち前計画で 廃止、統合	うち新規
市長公室	6	5		1
総務部	8	7		1
市民生活部	6	5		1
保健福祉部	46	47	1	
こども未来部	13	11		2
産業経済部	2	2		
建設部	3	3		
教育委員会	16	13		3
消防本部	2	2		
計	102	95	1	8

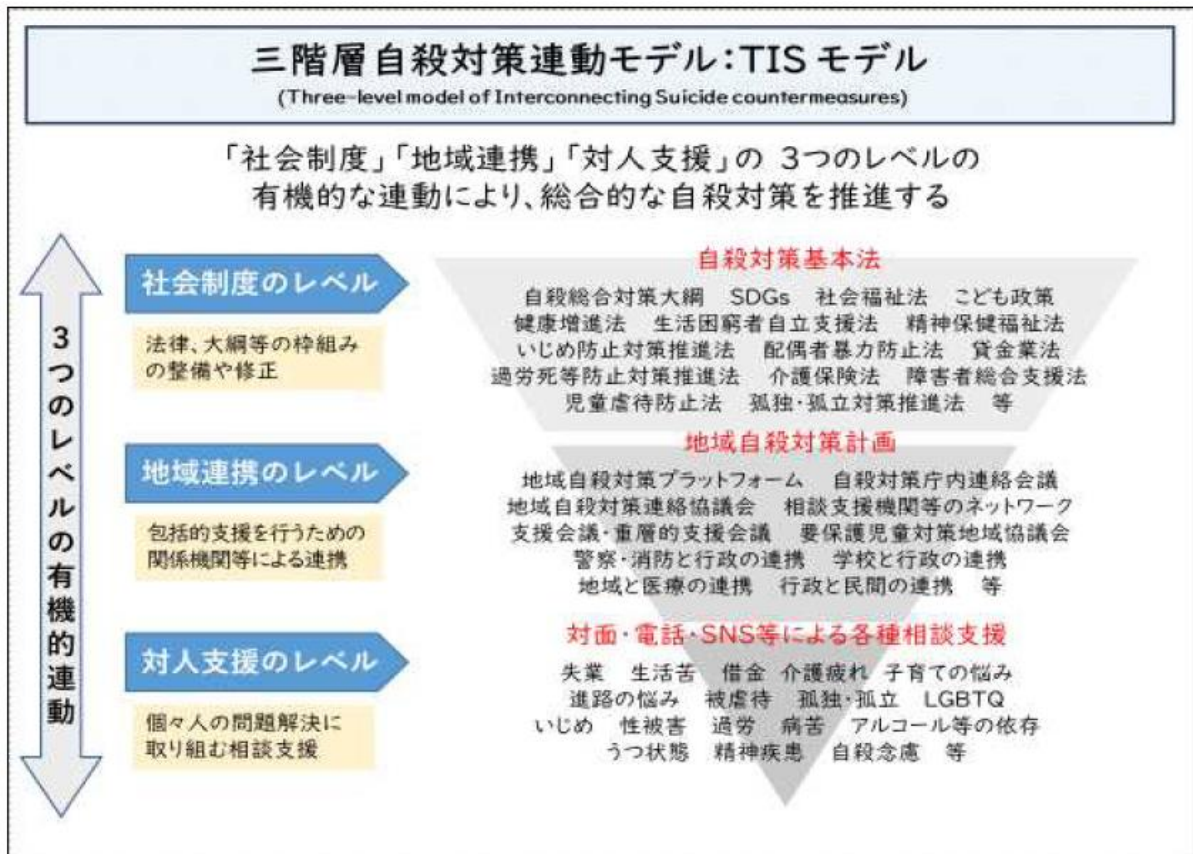
- ※1 同一事業について、複数の所属から提出されているものがあるため、事業数は、重複を含んでいます。
- ※2 庁内機構改革等により、施策の担当課が変更となっているものや、同一施策を複数の課が担当課となっていたものを、1つの課へ統合した施策があります。

2-5 自殺対策の考え方

自殺対策に係る個別の施策は、次の3つのレベルに分けて考え、これらを有機的に連動させることで、総合的に推進するものとされています。

- ・法律、大綱、計画等の枠組みの整備や修正に関わる「社会制度のレベル」
- ・問題を複合的に抱える人に対して包括的な支援を行うための関係機関等による実務連携などの「地域連携のレベル」
- ・個々人の問題解決に取り組む相談支援を行う「対人支援のレベル」

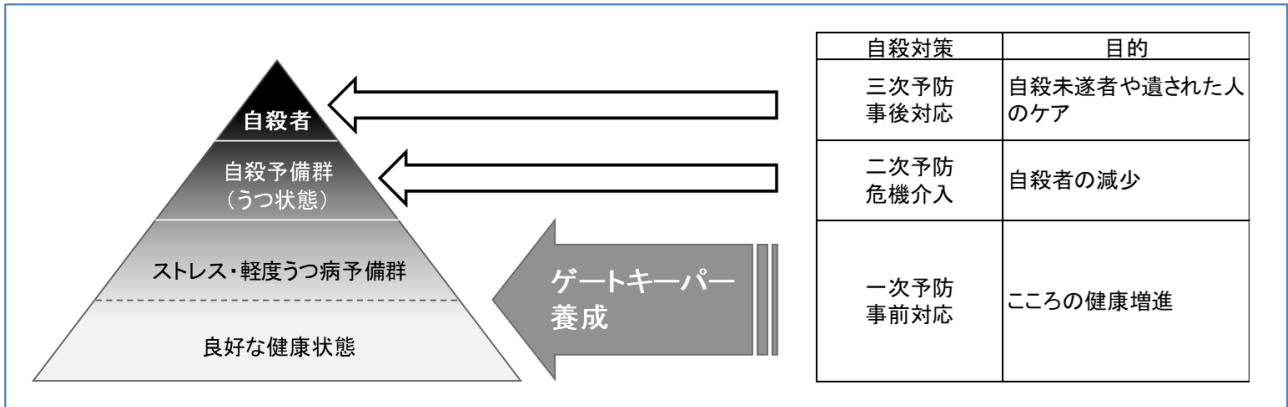
これは、住民の暮らしの場を原点としつつ、「様々な分野の対人支援を強化すること」と、「対人支援の強化等に必要な地域連携を促進すること」、更に「地域連携の促進等に必要社会制度を整備すること」を一体的なものとして連動して行っていくという考え方（三階層自殺対策連動モデル）です。



(いのち支える自殺対策推進センター資料)

また、自殺対策には、心の健康レベルに分け、一次予防（事前対応）、二次予防（危機介入）、三次予防（事後対応）の3つの段階があり、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「危機介入」、自殺や自殺未遂が生じてしまった場合等における「事後対応」の、それぞれの段階において、施策を講ずる必要があります。

生きづらさを抱えている人に気づき、傾聴し、必要な人につなぎ、見守る「ゲートキーパー」の存在は重要です。



一次予防（事前対応）：心を健康に保ち、自殺に追い込まれないための予防を目的としています。悩みを抱え、自殺のサインを出している人に気づいたら話を聴き、適切な専門家・相談機関に繋ぎ、支えあうことを目的としています。また、子どもの例では、SOSの出し方や大人の受け止め方教育、ストレスへの対処の仕方について学ぶことも含まれます。

二次予防（危機介入）：今起こっている自殺の危機に介入し、自殺を防ぐ事を目的としています。例えば、大量服薬など、生命の危険性が高い場合は、直ちに精神科救急や一般病院（精神科と連携）に搬送し、救命救急処置をする必要があります。また、身体回復後は、生きづらい心の内を聴き、見守りなど退院後の生き方を支えることも重要です。

三次予防（事後対応）：不幸にして自殺が起こった場合の遺された人々の、心のケアを目的としています。遺された人が、いのちを救えなかったことへの罪悪感や無力感、生きがい喪失など、率直な感情を表現できるよう自死遺族支援団体による「分かち合いの会」などの活用や、自殺未遂者の再度の自殺防止のために、適切な専門家・相談機関との連携強化が必要です。自殺企図につながらないように、医療と相談機関の綿密な連携強化が大切です。



「ゲートキーパー」＝「命の門番」

- 生きづらさを抱えている人に気づき、声をかけ、その人の話にじっくり耳を傾け（傾聴）、専門家や相談窓口など必要な機関・人につなぎ、見守る人のことをいいます。

第3章 土浦市の自殺対策

3-1 基本理念

自殺対策を進めるにあたっては、自殺に追い込まれるという危機は、誰にでも起こりうることであり、という共通認識を持つとともに、「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことで、生きがいのある生活を送ることができるようにすることが大切です。

本市においては、同居の高齢者や有職者の自殺が多い特徴があり、同居者や職場の同僚などの周囲の見守りや気づきを育む環境づくりが求められていることから、「気づく つながる いのちを支えあうまち」を基本理念として施策の推進を図ります。

人びとが「つながり」の中で「生きがい」をもつことにより、一人ひとりの「いのち」を支えあうまちづくりを進めます。また、「誰もが自殺に追い込まれる危機」があることを認識し、早期に自殺のリスクに「気づく」ことで、生きることの支援に取り組めます。

気づく つながる いのちを支えあうまち

3-2 基本方針

令和4年10月に閣議決定された新たな国の自殺総合対策大綱、及び本計画の基本理念に基づき、本市では次の3つの項目を計画の基本方針とします。

① 自殺のサインに気づくための取組を進める

市民一人ひとりが、「自殺に追い込まれるという危機」は、誰にでも起こりうることであり、という共通認識を持つとともに、自殺への偏見を払拭し、正しい理解を深め、自殺のサインに気づくことができるための取組を進めます。

② 市民、関連機関及び行政がつながり、総合的な自殺対策を進める

自殺に至る要因は、人それぞれであり、自殺を考えている人のサインに早い段階で気づき、適切な対応を取ることが大切であることから、土浦型地域包括ケアシステム「ふれあいネットワーク」を活用し、市民、茨城県地域自殺対策推進センター※等の専門機関・保健・医療・福祉・教育・労働その他の関係機関及び行政が連携し、総合的な自殺対策を進めます。

③ 誰も自殺に追い込まれることのない、いのちを支えあうまちを目指す

「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことで、誰も自殺に追い込まれることのない、健康で生きがいを持って暮らすことができるまちを目指します。

3-3 施策の体系

本市の自殺対策は、大きく2つの施策群で構成されています。

国の「地域自殺対策政策パッケージ」における重点パッケージ（地域において優先的な課題となりうる施策）に対応した「重点施策」と、基本パッケージ（全ての市町村が共通して取り組むべき施策）に対応した「基本施策」です。

「重点施策」は、前章の分析結果や地域自殺実態プロファイルを踏まえ、「高齢者」、「生活困窮者」及び「勤務・経営」に関する施策を設定いたしました。また、自殺総合対策大綱において「子ども・若者」と「女性」に対する自殺対策の推進・強化が重要であるとされていることを踏まえ、これらの項目も重点施策といたしました。

また「基本施策」は、地域で自殺対策を推進する上で欠かすことのできない基盤の取組であり、一次予防（事前対応）、二次予防（危機介入）、三次予防（事後対応）の全ての段階に及ぶ、重層的かつ幅広い内容となっています。

更には、本市を含む全ての地方自治体が、地域と連携して自殺対策に取り組み、その成果を国が収集・分析し、社会制度を改善するという、三階層自殺対策連動モデルにおける3つのレベルの有機的連携と総合的な自殺対策の推進を目指すものです。

重点施策	基本施策
I 高齢者の自殺対策の推進 高齢化に伴い、高齢者の自殺が増加していることから、高齢者に対する相談訪問や、生きがいづくり等の取組を進めます。	(1) 地域におけるネットワークの強化 自殺リスク者のサインに「気づく」ため、地域のネットワークを有効に活用し、自殺リスク者の把握と支援を推進します。
II 生活困窮者の自殺対策の推進 複合的な問題を抱える生活困窮者に対し、「生きることの包括的な支援」として生活困窮者対策を進めます。	(2) 自殺対策を支える人材の育成 自殺リスク者のサインに「気づく」ため、ゲートキーパーとなれる人材育成を進めます。
III 勤務・経営問題による自殺対策の推進 勤務上の悩みや失敗、経営難等により自殺のリスクが高まることから、各種相談や経営の安定等の生活支援を進めます。	(3) 市民への啓発と周知 自殺対策に関する考え方を社会の共通認識とするため、自殺対策に関する理解を深めるための情報発信や啓発活動を進めます。
IV 子ども・若者の自殺対策の推進 児童生徒からの様々なサインに気付くとともに、児童生徒がSOSを出せるような取組を進めます。	(4) 生きることの促進要因への支援 「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすため、専門機関との連携の強化等による支援を進めます。
V 女性の自殺対策の推進 自殺者数が全体としては低下傾向にあるなか、女性の自殺者数が増えていることから、多様化・複合化する困難を抱える女性に寄り添った取組を進めます。	(5) 自殺予防教育の強化 児童生徒がSOSを出せる状況を作るとともに、危機に直面したときの問題の整理や対処方法を、児童生徒の段階でライフスキルとして身に付けてもらう取組を進めます。

【基本理念】 気づく つながる いのちを支えあうまち

【基本方針】

- 1 自殺のサインに気づくための取組を進める
- 2 市民、関連機関及び行政がつながり、総合的な自殺対策を進める
- 3 誰も自殺に追い込まれることのない、いのちを支え合うまちを目指す

重点施策

I 高齢者の自殺対策の推進

II 生活困窮者の自殺対策の推進

III 勤務・経営問題による自殺対策の推進

IV 子ども・若者の自殺対策の推進

V 女性の自殺対策の推進

基本施策

(1) 地域におけるネットワークの強化

- ①地域における多様なネットワークの活用による自殺のリスクの軽減
- ②地域の訪問活動による自殺のリスクの把握・軽減
- ③自殺対策における地域ネットワークの基盤づくり

(2) 自殺対策を支える人材の育成

- ①さまざまな職種を対象とする研修による人材育成
- ②さまざまな職種にわたる支援者の心のケアの推進

(3) 市民への啓発と周知

- ①自殺に係る実態把握・情報収集
- ②自殺に関する知識の普及・啓発
- ③講演会・イベント等の開催
- ④メディアを活用した啓発

(4) 生きることの促進要因への支援

- ①相談体制の充実
- ②子育て世代への支援
- ③青少年・就労者への支援
- ④生活困窮者等、社会的弱者への支援
- ⑤健康づくり
- ⑥医療の充実
- ⑦地域における生きがいづくり
- ⑧自殺未遂者への対応
- ⑨遺された人への対応
- ⑩災害時の心のケアの充実

(5) 自殺予防教育の強化

- ①相談機能の活用
- ②SOS の出し方に関する教育

3-4 自殺対策計画の評価指標

第一期計画の期間中は新型コロナウイルス感染拡大の影響やウクライナ情勢に端を発する国際情勢の悪化、物価高騰による日常生活の圧迫等などにより、社会情勢が不安定となり、全国的に自殺死亡率が上昇しました。土浦市においても減少傾向であった自殺死亡率が上昇に転じたことから、更なる対策の推進が必要となっています。

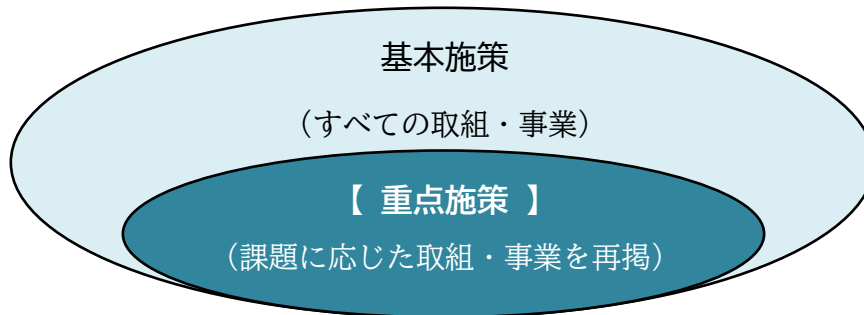
第二期計画では、前期計画の期間中に継続、実施し一定の成果があった「スクラムネット」や「ふれあい調整会議」を通じた自殺予防ネットワークの強化について引き続き取り組むほか、第一期計画期間中では未達成だった市民等を対象としたゲートキーパー研修に再度取り組み、自殺対策を支える人材の更なる育成に努めます。

また、子どもの自殺に対する対策として、公立小中学校での授業や教育相談等に取り組み、子どもがSOSを出すことのできる環境づくりを目指します。

設定内容	2028年度までの活動指標		基本施策
	内容	指標	
ふれあいネットワークを活用した地域における自殺対策への理解促進の取組	「スクラムネット」及び「ふれあい調整会議」を定期的で開催するとともに、自殺対策に関する研修を毎年実施する。	・研修実施回数 80 回 (市内 8 地区×年 2 回)	(1) 地域におけるネットワークの強化
			(4) 生きることの促進要因への支援
ゲートキーパー研修を通しての人材育成の取組	市職員を対象とした研修会を毎年開催する。	・研修受講者数 500 人 (年 100 人)	(2) 自殺対策を支える人材の育成
	学校職員を対象とした研修会を毎年開催する。	・研修受講者数 100 人 (年 20 人)	
	市民等を対象とした研修会を毎年開催する。	・研修受講者数 400 人 (年 80 人)	
自殺予防週間・自殺対策強化月間を活用した周知啓発	自殺予防週間・自殺対策強化月間について、ホームページに掲載し、年市広報紙に掲載するとともに自殺防止パンフレットの配布を行い、民に周知する。	・広報紙掲載回数 10 回 (年 2 回)	(3) 市民への啓発と周知
悩みごとやいやなことへの対処に関する教育の実施	公立小・中学校において、いじめをなくすための授業、ソーシャルスキルトレーニング等を実施する。	・各校・各学年で、それぞれ年 1 回以上	(5) 自殺予防教育の強化

3-5 重点施策

重点施策は、地域自殺実態プロフィール 2022 及び近年の自殺の動向から、本市において優先的に取り組むべき施策として、基本施策の中から選定しています。



I. 高齢者の自殺対策の推進

高齢者世帯は、同居者の有無にかかわらず増加傾向にあり、男性の場合は生活苦や介護の悩み、配偶者との死別など、女性の場合は、身体に疾患を持ち、病苦などが自殺の要因であると考えられます。高齢者夫婦世帯は、配偶者の気づきと周囲の支援、また、一人暮らし高齢者に対しては、日頃からの声掛けや周囲の見守りが大切になります。

高齢者に対する、相談、訪問により自殺のリスクとなる原因や要因を把握し、ふれあいネットワークや地域包括支援センターとの連携等による支援を進めます。

また、高齢者自身が生きがいを持ち生活できるよう、高齢者福祉や地域福祉活動による生きがいづくりへの参加を促進します。

重点施策 No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
1	ふれあいネットワーク事業	地域ケアコーディネーターによる相談活動や見守り活動により、地域において自殺リスクのある人の早期発見と支援を行う。(重層的支援体制整備事業)	社会福祉課	社会福祉協議会
2	虐待防止・権利擁護に関する支援	認知症や虐待により自ら権利の主張や権利を行使することができない高齢者に対して、虐待の対応や成年後見制度 [*] の利用支援として、市長申し立て等を行うことにより自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	地域包括支援センター等

重点施策 No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
3	高齢者 クラブ活動 助成事業	健康増進事業、社会奉仕事業、教養講座等に参加することで、社会とつながり、仲間づくり、人に喜んでもらうことの充足感などを得ることにより、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	
4	生きがい対 応型デイサ ービス事業	地域福祉団体等が地域の空き家や空き店舗を有効活用し、高齢者を対象に健康や生きがいに関する活動、創作活動及び趣味活動の場を提供することにより、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	福祉団体

II. 生活困窮者の自殺対策の推進

生活困窮者は、背景に虐待、疾患、さまざまな障害等、複合的な問題を抱えていることが多く、自殺のリスクが高いことを認識する必要があります。

生活困窮者対策が、「生きることの包括的な支援」としての自殺対策とつながることを考慮し、関係各課の連携による対策を進めます。

重点施策 No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
5	市税等納税 相談	市税等における滞納整理業務の一環として、実情を訴える納税者からの相談に応じ、適切に対処する。	納税課	
6	生活保護に 関する事業	就労支援・医療指導・高齢者及び障害者支援、扶養調査・資産調査を実施する中で、自殺リスク者を把握し、関係課との連携による支援を行う。	社会福祉課	関係課
7	生活困窮者 自立支援事 業（自立相 談支援事 業）	就労その他の自立に関する相談支援を通して自殺リスク者を把握し、関係課との連携による支援を行う。	社会福祉課	関係課

Ⅲ. 勤務・経営問題による自殺対策の推進

土浦市における自殺者の実態から、20歳代から50歳代までの被雇用者・勤め人の自殺に留意する必要があります。自殺の特徴では、40、50歳代では同居者のいる有職者の男性、20、30歳代では一人暮らしの有職者の男性が上位を占めており、勤務環境や経営に関する対策が大切です。

勤務問題では、配置転換、過労、職場の人間関係の悩み、仕事の失敗などを背景に自殺のリスクが高まることが考えられることから、各種相談、訪問活動と連携した自殺対策と、就労への支援を進めます。

また、経営の安定や中小企業労働者の生活支援を進めます。

重点施策 No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
8	広報紙における各種無料相談窓口の紹介	毎月の広報紙に、各種無料相談窓口を掲載することで、市民に対し情報提供を行う。	広報広聴課	
9	自治振興金融保証料補給金自治金融制度利子補給金	中小企業の負担軽減と経営安定化を図ることにより、経営難による自殺のリスクが高まることを防ぐ。	商工観光課	土浦商工会議所・土浦市新治商工会・市内金融機関等
10	中小企業労働者共済会保証料補給金／中小企業労働者共済会利子補給金／中小企業退職金共済制度加入促進補助金	中小企業労働者の経済的地位と生活資質の向上を図り、勤労者の抱える生活難等の問題に起因する自殺のリスクが高まることを防ぐ。	商工観光課	一般社団法人日本労働者信用基金協会・中央労働金庫土浦支店等

IV. 子ども・若者向け自殺対策の推進

全国の自殺者数が全体としては低下傾向にあるにもかかわらず、令和4年における全国の小中高生の自殺者数は、過去最多となりました。

児童・生徒が抱えている課題は、表面化しない場合が多くあります。児童・生徒からのさまざまなサインに気づき、自殺の未然防止となるよう、教育相談体制の一層の充実や、SOSの出し方に関する教育、自殺予防教育等の実施が重要です。

本市でも引き続き、スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー等の配置の更なる充実や、専門家との効果的な連携による支援を実施するとともに、ヤングケアラーとなっている遺児遺族への支援や、SNS等を活用した相談事業支援の拡充、ICTを活用した情報発信等の推進を検討します。

①相談機能の活用

重点施策 No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
11	こころの相談	専門医による相談の機会を設けることにより、自殺のリスクの軽減および関係機関が連携し支援する契機とする。	障害福祉課	
12	HPによる相談先の紹介	HPに「茨城いのちの電話」等の情報を掲載し、情報収集、把握を支援する。	障害福祉課	
13	地域子育て支援拠点事業 (児童館)	子どもの安全な居場所をすることで、子どもを心身ともに健やかに育成し、子ども自身の自殺リスクを未然に防止する。	保育課	
14	学校への相談員配置事業	いじめ、不登校等の児童生徒の問題行動の未然防止、早期発見を図るため、市立小中学校・義務教育学校にスクールカウンセラー、心の教室相談員、学校生活支援員、教育相談員を配置する。	指導課	県教育委員会

②教育内容の充実

重点施策 No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
15	いのちの大切さを育む教育	道徳や特別活動（全校集会等）、個別面談等により、いのちの大切さについて児童生徒自身が学び、考えることができるよう教育するとともに、困難やストレスへの対処方法を身に付ける教育を行う。	各学校 (指導課)	

V. 女性の自殺対策の推進

新型コロナウイルス感染症拡大の影響等で、自殺の要因となり得るさまざまな問題が悪化したことなどにより、全国の自殺者数が全体としては低下傾向にあるにもかかわらず、女性自殺者数は、3年連続の増加となりました。

女性が抱える問題は、家庭、経済、雇用問題など多様化、複合化しており、令和4（2022）年10月に見直された国の自殺総合対策大綱においても、妊産婦への支援の充実や、コロナ禍で顕在化した課題を踏まえた女性支援について記載されています。

本市においては、引き続き、専門の相談員による離婚・DV・セクハラ・子育てなどへの相談支援や妊娠健診による精神的な不調の発見とその支援を実施するとともに、ライフステージを通して切れ目のない支援体制を整備し、さまざまな困難を抱える女性に寄り添ったきめ細かな相談体制の推進を図ります。

重点施策 No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
16	女性問題解決のための相談	専門の相談員が、離婚・DV・セクハラ・子育てなどについて相談を行い、自殺のリスクの軽減及び関係機関が連携し支援する契機とする。	人権推進課 こども包括 支援課	関係課
17	妊婦健康診 査産婦健康 診査	妊娠健診により精神的な不調の早期発見とその支援を行う。産婦健診では、産後うつ病質問票によるスクリーニングにより、自殺リスクの高い産後うつの早期発見、治療を図る。	こども包括 支援課	

3-6 基本施策

基本施策は、地域で自殺対策を推進する上で欠かすことのできない基盤の取組であり、重層的かつ幅広い内容となっています。

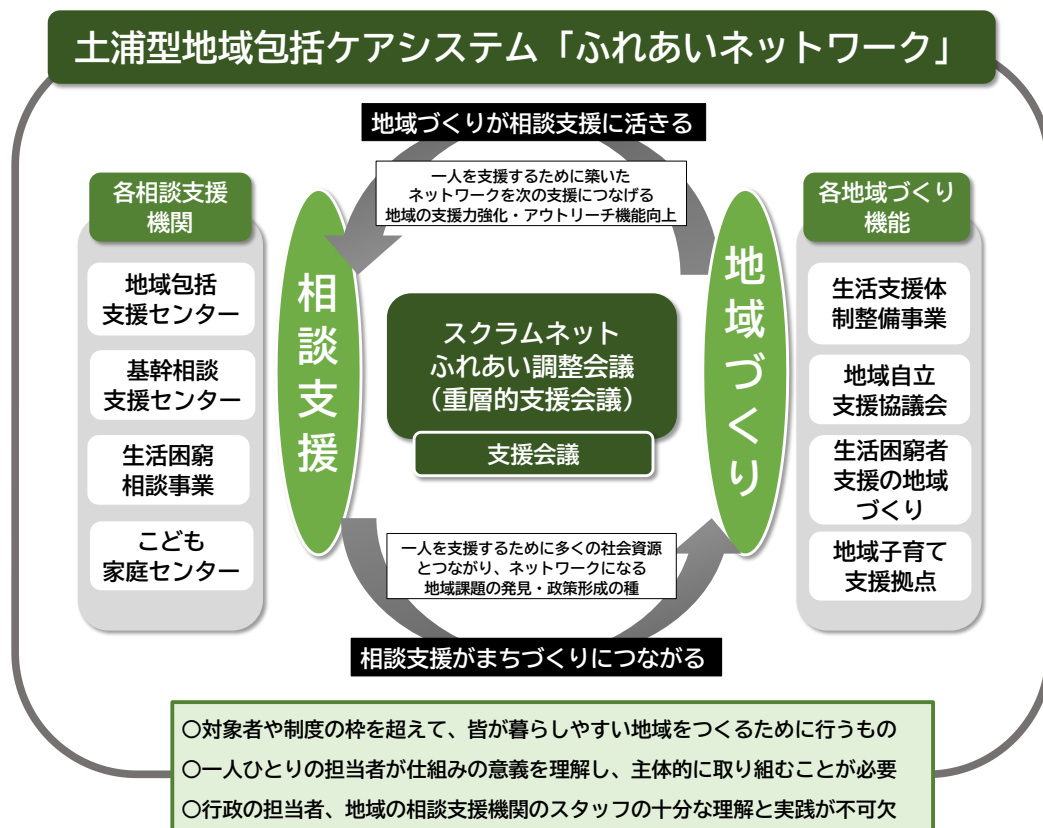
(1) 地域におけるネットワークの強化

自殺のリスクの軽減を図るためには、地域においてさまざまな悩みや生活上の困難を抱える人の自殺のサインに「気づく」ことが大切です。

本市では、他自治体に先行して進めてきた、地域住民の相談・支援体制である土浦型地域包括ケアシステム「ふれあいネットワーク」を活用して、重層的支援体制整備事業を推進しており、自殺対策においてもこの体制を有効に活用するとともに、民生委員、児童委員等の支援者による住民への訪問活動を通して、自殺リスク者の把握と支援を推進します。

併せて、積極的な声かけや、交流を通じ、孤立・孤独感の解消を推進するほか、孤独・孤立状態にある人の家族等への支援についても検討を進めます。

また、自殺リスク者を地域のネットワークや地域における訪問活動につなぎ、自殺対策を進める医療、福祉等の多様な機関を含めた自殺対策の基盤を整備し、庁内においても自殺対策を有効に進める体制をつくりまします。



※土浦型地域包括ケアシステム「ふれあいネットワーク」とは

全国に先駆け、本市で実施する高齢者や障害者、子どもなど、生活上の困難を抱える全ての市民を対象とする相談・支援体制です。中学校区ごとの地域において、行政、社会福祉協議会、保健・医療機関、福祉サービス事業所等及び地域住民が連携し、支援を行います。

①地域における多様なネットワークの活用による自殺のリスクの軽減

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
1	【重点施策1】 ふれあい ネットワーク 事業	地域ケアコーディネーターによる相談活動や見守り活動により、地域において自殺リスクのある人の早期発見と支援を行う。(重層的支援体制整備事業)	社会福祉課	社会福祉協議会
2	障害者基幹 相談支援 センター事業	障害者等の地域の身近な相談窓口として、生活における問題や、精神的な悩みなどの相談に対応し、必要な支援につなげることで、障害者本人及び介護する家族の負担軽減を図る。	障害福祉課	社会福祉協議会
3	子育て世代 包括支援 センター事業	妊娠期、産後、育児期に電話相談や面談を行い、関係機関と連携し、継続的に支援を行う。	こども包括 支援課	
4	地域包括支援 センター運営 事業	高齢者等の地域の身近な相談窓口として、生活における問題や、精神的な悩みなどの相談に対応し、必要な支援につなげることで、高齢者本人及び介護する家族の負担軽減を図る。	高齢福祉課	高齢者福祉 事業所

②地域の訪問活動による自殺のリスクの把握・軽減

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
5	更生保護団体 補助金	保護司会及び更生保護女性会が行う活動を通じて、対象者がさまざまな問題を抱えている場合は、保護司等が適切な支援先へつなぐ等の対応をとる。	人権推進課	保護司会
6	民生委員・児童 委員事務	積極的な訪問活動を通じて、自殺リスクのある人を把握し、必要に応じて地域ケアコーディネーター等の関係機関に情報を提供する。	社会福祉課	民生委員・ 児童委員
7	路上生活者に 対する事務	路上生活者について、実態調査等を実施し、直接本人から生活状況の確認を行い、生活上の問題を抱えている場合には、関係機関へつなぐ。	社会福祉課	関係課

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
8	ひとり暮らし老人「愛の定期便」事業	訪問時の声掛けにより、ひとり暮らしの高齢者の安否確認や、孤独感の解消を図るとともに、高齢者の状況を把握し自殺のリスクを抱えている可能性がある場合は関係機関につなぐ。	高齢福祉課	社会福祉協議会
9	高齢者等在宅生活支援配食サービス事業	食事の宅配と合わせた高齢者の安否確認を行い、宅配する者との交流を通じて、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	宅配事業者

③自殺対策における地域ネットワークの基盤づくり

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
10	地域自立支援協議会※	医療や福祉等の各種支援機関の間に構築されたネットワークを、自殺対策（生きることの包括的支援）を展開する上で基盤とする。	障害福祉課	関係課 医療機関 福祉事業者
11	土浦市自殺対策推進本部会議	庁内に自殺対策に係る本部会議を設置し、各課の取組みの調整、相互連携を推進する。	障害福祉課	関係課

(2) 自殺対策を支える人材の育成

さまざま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」が大切であり、誰もが自殺のサインに「気づく」ことが重要です。

そのため、行政の窓口担当者をはじめ、関連するあらゆる分野の職員、福祉、医療、教育等に関わる従事者や市民を含め誰もが、ゲートキーパーとなれる人材育成を進めます。

自殺リスクを抱える人に対して、自殺のリスクを軽減する支援体制づくりを進めるとともに、さまざまな職種にわたる支援者の負担軽減もはかり、心のケアを進めます。

①さまざまな職種を対象とする研修による人材育成

ア 職員を対象とする研修

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
12	ゲートキーパー研修	市役所職員を対象にゲートキーパーに関する研修を開催することにより人材を育成する。	障害福祉課	人事課

イ 市民等を対象とする研修

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
13	ゲートキーパー研修	さまざまな分野の人を対象にゲートキーパーに関する研修を開催することにより人材を育成する。 ・市民 ・民生委員・児童委員、保護司 ・社会福祉協議会職員 ・指定管理者、福祉介護事業所職員等 ・保健・医療・福祉従事者	障害福祉課	関係課

ウ 学校における人材の育成

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
14	ゲートキーパーに関する研修	学校教職員を対象に、こどものSOSを気づき、対応できる人材育成をはかるためのゲートキーパー研修を開催する。	指導課	各学校

②さまざまな職種にわたる支援者の心のケアの推進

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
15	産業医の委嘱	産業医による面接指導（高ストレス者及び長時間勤務者への面接、健康相談など）を行う。	人事課 学務課 消防総務課	土浦市医師会 産業医指導課 各学校
16	職員の健康管理事務	産業医や茨城県市町村職員共済組合等と連携し、職員の心身健康の保持事業、健康相談、健診後の事後指導を行う。	人事課	産業医共済組合 茨城県総合健診協会
17	管理監督職員研修	管理監督職員に対し、部下のストレス等による変化の気づき、対応に関する研修を実施することにより、職員の健康保持、増進を図る。	人事課	
		管理監督者（学校長）を対象とした産業医による研修を実施し、職員の心身の健康管理に努める。	学務課 指導課	各学校
18	ストレスチェック※事業	ストレスチェックを実施することで、職員自身のストレスへの気づきを促すとともに、分析結果を活用し、職場環境の改善を図り、メンタルヘルス不調の未然防止に努める。	人事課 学務課 指導課	産業医 各学校
19	メンタルヘルスケア事業	希望する職員が、医療機関（精神科医師）において面談を受けられるよう整備する。	人事課	医療機関

(3) 市民への啓発と周知

自殺は、その心情や背景への理解、誰に助けを求めればよいか等を、社会の共通認識とすることが大切です。

多くの市民に、このような共通認識を拡げ、自殺対策に対する理解を深めるために、情報発信や啓発活動を進めます。啓発、周知は、市におけるさまざまな広報媒体及び多様なメディアの活用や、市民に直接訴えかけるイベント、講演会等多様な手段で実施します。

①自殺に係る実態把握・情報収集

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
20	自殺及び自殺対策に関する動向の把握	自殺の統計、自殺対策に関する方針、施策の動向を把握し、自殺対策の基礎資料とする。 市内における自殺の実態を把握し、自殺のリスクの軽減に寄与する。	障害福祉課	茨城県地域自殺対策推進センター 関係課 土浦警察署
21	救急事例事後検証会	搬送症例に自殺未遂ケースもあり、現場での対応や役割について救命士会議の中で検証することで、その後の自殺のリスクの軽減に寄与する。	警防救急課	

②自殺予防に関する知識の普及・啓発

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
22	広報紙等による情報発信	広報紙等に「自殺予防週間※(9月)」や「自殺対策強化月間※(3月)」などに特集記事を掲載し効果的な啓発を行う。	広報広聴課	障害福祉課
23	市民くらしの便利帳の活用	便利帳の中に、「生きる支援」等に関する相談先の情報を掲載することで、住民に対する周知を図る。	広報広聴課	相談担当課
24	男女共同参画に関する情報提供	男女共同参画情報紙「ウィズユー」で、ハラスメント防止等の啓発を行っているが、ハラスメント等から自殺を考えている人を支援できるように、早期の相談を呼びかけていく。また、資料室には、生き方や対処方法に関する図書を充実させ支援を図る。	人権推進課	

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
25	【新規】 ダイバーシティ推進事業	年齢や性別、国籍、障害の有無、性的指向・性自認等の属性に関わらず、すべての市民が互いに人権を尊重し合い、自分らしくいきいきと暮らせるよう、ダイバーシティ(多様性)の考えを周知啓発し、偏見の解消や理解の向上を図り、生きづらさの解消につなげ、自殺のリスク軽減に寄与する。	人権推進課	
26	【新規】 自殺予防週間・自殺対策強化月間における啓発、周知	自殺予防週間(9/10~9/16)に図書館2階の情報ステーションにおいてポスターを掲示する。 自殺対策強化月間(3月)に図書館2階の情報ステーションにおいてポスターの掲示をするとともに関連本の展示を実施する。	生涯学習課	
27	障害福祉サービスガイドの活用	障害福祉サービスガイドに、「生きる支援」に関連する相談窓口一覧の情報を掲載し、市民に対する相談機関の周知の拡充を図る。	障害福祉課	
28	啓発資料の作成	自殺防止のパンフレット等を作成し、情報提供を行う。	障害福祉課	
29	上下水道料金徴収業務	上下水道料金票に、生きる支援に関する相談情報(茨城いのちの電話 [※] の連絡先等)を掲載することで、住民に対する情報周知を図る。	水道課 下水道課	

③講演会・イベント等の開催

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
30	人権啓発事業	講演会等における自殺対策の啓発や、人権擁護委員及び保護司等と連携を図り、街頭啓発等を実施し、自殺防止を図る。	人権推進課	保護司会 人権擁護委員
31	出前講座の活用	出前講座においてゲートキーパー研修を通じて年齢層に応じた自殺予防に関する情報を提供する。	障害福祉課	

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
32	自殺予防週間・自殺対策強化月間の実施	自殺予防週間・自殺対策強化月間のポスター掲示、広報掲載等による周知と啓発を図るとともに、期間中に自殺予防や対策強化に関するイベントを開催する。	障害福祉課	
33	土浦市健康まつりの活用	啓発事業のブースに、自殺対策関連の資料の掲示を行い、市民への啓発を実施する。	障害福祉課	健康増進課

④メディアを活用した啓発

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
34	市長定例記者会見	市長の記者会見により、報道機関を通じたより効果的な情報提供を行う。	広報広聴課	
35	多様なメディアの活用	ホームページ、X(旧:Twitter)等SNS、ケーブルテレビ等を活用し、自殺対策の内容や講演、イベント等の情報提供を行う。	広報広聴課	担当課

(4) 生きることの促進要因への支援

自殺対策を進めるためには、あらゆる機会を通して自殺リスクのある人や自殺未遂者、自死遺族を把握し支援することが大切です。

自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加え、「生きることの促進要因」を増やすことが重要であり、市や連携組織等における生きがいを持てる取組が必要です。そのため、各種の相談窓口や訪問活動を通して、専門機関との連携の強化等により必要な支援を進めます。

①相談体制の充実

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
1	【重点施策1】ふれあいネットワーク事業(再掲)	地域ケアコーディネーターによる相談活動や見守り活動は、地域において自殺リスクのある人の早期発見と支援を行う。(重層的支援体制整備事業)	社会福祉課	社会福祉協議会
36	市民法律相談の活用	自身が抱える法律問題解決のきっかけとして、市民無料法律相談を通じ弁護士への相談の機会を提供する。	広報広聴課	弁護士会

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
37	【重点施策5】 市税等納税 相談	市税等における滞納整理業務の一環として、実情を訴える納税者からの相談に応じ、適切に対処する。	納税課	
38	【重点施策16】 女性問題解決 のための相談	専門の相談員が、離婚・DV・セクハラ・子育てなどについて相談を行い、自殺のリスクの軽減及び関係機関が連携し支援する契機とする。	人権推進課	
39	【重点施策11】 こころの相談	専門医による相談の機会を設けることにより、自殺のリスクの軽減および関係機関が連携し支援する契機とする。	障害福祉課	
40	早期療育支援 事業	障害児の保護者の相談対応を行う職員にゲートキーパー研修を実施し、問題を抱えている場合には、適切な支援先へつなぐ。	こども包括 支援課	
41	障害者虐待の 対応	障害者虐待に関する通報・相談窓口において当人や家族等、擁護者の背後にある問題を把握し、適切な支援先へつなぐ。	障害福祉課	
42	【重点施策12】 HPによる 相談先の紹介	HPに「茨城いのちの電話」等の情報を掲載し、情報収集、把握を支援する。	障害福祉課	
43	地域包括支援 センター窓口 (ランチ) 事業	高齢者等における地域の身近な相談窓口として対応し、必要な支援につなげることで、自殺のリスクを早期に察知し、軽減を図る。	高齢福祉課	地域包括支 援センター 在宅介護支 援センター
44	心配ごと相談	広く住民の日常生活の相談に応じ、適切な助言・援助を行い、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	社会福祉協 議会
45	家庭児童相談	子育て中の保護者からの育児に関する各種相談には、育児不安や虐待などの内容があるが、さまざまな専門機関と連携して、相談員のゲートキーパー研修の受講により、自殺のリスクを早期に察知し、軽減を図る。	こども包括 支援課	民生委員・ 児童委員 学校 児童相談所 等

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
46	消費生活対策事務（多重債務者対応）	消費生活上の困難を抱える人々、特に、多重債務者は、自殺リスクの高いグループでもある。 消費生活に関する相談をきっかけに、抱えている他の課題も把握・対応していくことで、包括的な問題の解決に向け、弁護士紹介など支援を展開する。関係各課との連携を深め、多重債務者問題改善マニュアルの周知をさらに進める。	生活安全課	消費生活対策事務（多重債務者対応）
47	【新規】 【重点施策 8】 広報紙における各種無料相談窓口の紹介	毎月の広報紙に、各種無料相談窓口を掲載することで、市民に対し情報提供を行う。	広報広聴課	

②子育て世代への支援

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
48	ファミリーサポートセンター事業	家庭の様子や、子育てに関する悩みを把握することで、必要な支援や関係機関へつなげる等、気づきやつなぎ役を行う。	こども政策課	社会福祉協議会
49	【重点施策 17】 妊婦健康診査 産婦健康診査	妊婦健診により精神的な不調の早期発見とその支援を行う。産婦健診では、産後うつ病質問票によるスクリーニングにより、自殺リスクの高い産後うつの早期発見、早期治療を図る。	こども包括支援課	
50	乳児家庭全戸訪問事業	生後 4 か月までの乳児のいる家庭を保健師や助産師が訪問し、自殺リスクのある産後うつの早期発見・支援を行う。	こども包括支援課	
51	乳幼児健康診査・育児相談事業	集団健診及び育児相談の際に、必要な助言・指導を行うことにより自殺のリスクの低減を図る。	こども包括支援課	
52	地域子育て支援拠点事業（子育て交流サロン）	保護者が集い交流できる場を設けることで、自殺のリスクの軽減に寄与するとともに、危機的状況にある保護者を発見し、早期の対応につなぐ。	保育課	

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
53	【重点施策13】 地域子育て支援拠点事業 (児童館)	子どもの安全な居場所を作ることで、子どもを心身ともに健やかに育成し、子ども自身の自殺リスクを未然に防止する。	保育課	
54	【新規】 出産・子育て応援事業 (伴走型相談支援)	出産・子育て応援交付金(経済的支援)の申請と一体的に、「妊娠届出時」「妊娠8か月頃」「乳児家庭全戸訪問時」の3回、すべての妊産婦に、専門職との面談やアンケートを実施し、相談しやすい環境を整え、妊娠・出産・子育て期をとおして切れ目ない支援を行い、自殺や虐待を予防する。	こども包括支援課	
55	【新規】 産前・産後家事ヘルパー派遣事業	委託事業者から派遣されるヘルパーが「①掃除・洗濯 ②買い物 ③オムツ替えや調乳等の補助」などを行い、養育者の負担を軽減し、自殺を未然に防止する。	こども政策課 こども包括支援課	
56	【新規】 家庭教育支援事業	地域の子育て経験者をはじめとする地域人材を中心とした「家庭教育支援員」が、保護者の身近な地域において子育てや家庭教育を支援する活動を行う。支援員は各家庭を訪問し、個別の相談に対応・情報を提供するとともに、専門機関の支援につなげる。 ◎支援対象：就学前の幼児をもつ家庭 ◎家庭教育支援員の取組： ①保護者からの相談への対応 ②保護者に対する情報提供 ③専門機関への橋渡し	生涯学習課	

③青少年・就労者への支援

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
57	【重点施策9】 自治振興金融保証料補給金※ 自治金融制度利子補給金※	中小企業の負担軽減と経営安定化を図ることにより、経営難による自殺のリスクが高まることを防ぐ。	商工観光課	土浦商工会議所・土浦市新治商工会・市内金融機関等

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
58	【重点施策10】 中小企業労働者共済会保証料補給金※／中小企業労働者共済会利子補給金※／中小企業退職金共済制度加入促進補助金※	中小企業労働者の経済的地位と生活資質の向上を図り、勤労者の抱える生活難等の問題に起因する自殺のリスクが高まることを防ぐ。	商工観光課	一般社団法人日本労働者信用基金協会・中央労働金庫土浦支店等
59	青少年指導室事業	青少年の街頭指導、青少年相談を通して、自殺のリスクの低減を図る。また、青少年相談員の研修会等の際に、青少年の自殺の現状と対策について情報提供を行い、理解を深めてもらう。	生涯学習課	青少年相談員
60	【新規】 青少年問題協議会	協議会を開催し、青少年の指導、育成、保護及び矯正に関する調査審議や関係行政機関相互の連絡調整を図る。青少年層の抱える問題や自殺の危機等に関する情報を共有することで、実務上の連携の基礎を築く。 地域の若年層の自殺実態を把握する上で、青少年に関する情報収集の機会とする。	生涯学習課	

④生活困窮者等、社会的弱者への支援

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
61	市民後見人養成事業	市民後見養成講座の修了者が当事者と接触する機会に、自殺のリスクが高い人の情報を把握し、支援につなぐ。	社会福祉課	社会福祉協議会
62	生活困窮者自立支援事業(子どもの学習支援事業等)	生活困窮世帯の子どもに対する学習支援を通じて、当人や家庭の抱える問題を察知し、支援につなぐ。	こども政策課	社会福祉協議会
63	【重点施策6】 生活保護に関する事業	就労支援・医療指導・高齢者及び障害者支援、扶養調査・資産調査を実施する中で、自殺リスク者を把握し、関係課との連携による支援を行う。	社会福祉課	関係課

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
64	中国残留邦人等生活支援事業	特定中国残留邦人等とその配偶者に対する相談・助言を通じて、生活上の困難の軽減を図り自殺のリスクも軽減する。	社会福祉課	
65	【重点施策7】生活困窮者自立支援事業（自立相談支援事業）	就労その他の自立に関する相談支援を通して自殺リスク者を把握し、関係課との連携による支援を行う。	社会福祉課	関係課
66	生活困窮者自立支援事業（住居確保給付金）	生活困窮者に家賃相当額を一定期間支給する窓口として、住居問題による自殺のリスクの軽減を図る。	社会福祉課	社会福祉協議会
67	児童扶養手当	児童扶養手当の申請時や現況届提出時において、ひとり親家庭の生活状況を確認する機会を利用し、自殺のリスクを抱えている可能性がある場合には、関係機関へつなぐ。	こども政策課	
68	ひとり暮らし老人緊急通報システム事業	高齢者の緊急時における連絡手段の確保や、生活リズムセンサーによる安否確認、看護師による健康相談等を行うことにより、ひとり暮らし高齢者の不安解消に寄与し、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	
69	【重点施策2】虐待防止・権利擁護に関する支援	認知症や虐待により自ら権利の主張や権利を行使することができない高齢者に対して、虐待の対応や成年後見制度 [※] の利用支援として、市長申し立て等を行うことにより自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	地域包括支援センター等
70	公営住宅関連事務	市営住宅の居住者や入居申込者、家賃滞納者との面接、徴収嘱託員による戸別訪問により、自殺の潜在的リスクを察知し、早期相談につなぐ。	住宅営繕課	関係課 社会福祉協議会
71	特別支援教育に関する事務	特別な支援を要する児童・生徒が抱える学校生活上でのさまざまな困難に対し、各々の状況に応じた支援を、関係機関が連携・展開することで、困難や自殺のリスクを軽減する。	指導課	特別支援教育連携協議会

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
72	就学援助に関する事務	就学に際して経済的困難を抱える児童・生徒の保護者への対応の際に、家庭状況の聞き取りを行うことで、自殺のリスクの早期発見に努める。	学務課	社会福祉課 社会福祉協議会 民生委員

⑤健康づくり

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
73	健康教育	出前講座等を実施し、休養・こころの健康に関する知識の普及啓発を行う。	健康増進課	
74	健康相談	保健師・管理栄養士等によりこころと体の各種健康相談に応じる。	健康増進課	
75	啓発活動	自殺と関係が深いうつ病や睡眠、アルコール等、また、生活習慣病の悪化などについて正しい知識の普及を図る。	健康増進課	
76	家庭訪問事業	自殺の原因となりうるストレス要因の軽減、ストレスの適切な対応などについて、保健指導を行い、心の健康の保持増進を図る。 精神疾患等で緊急を要する場合や対応が困難なケースは、専門性の高い保健所との連携により適切な医療が受けられるよう支援する。社会復帰や地域での見守りを要するケースでは、ふれあいネットワークの活用により支援を行い、自殺のリスクの低減を図る。	健康増進課	ふれあいネットワーク

⑥医療の充実

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
77	かかりつけ医・歯科医・薬剤師との連携強化	医師会、歯科医師会、薬剤師会と連携し、「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」「かかりつけ薬剤師」を持つことを推奨し、気軽に相談できる体制づくりに努める。	健康増進課	かかりつけ医・歯科医・薬剤師
78	うつ病、アルコール依存症等に対する専門治療	自殺の要因となるうつ病やアルコール依存症等の患者には、適切な医療が受けられるよう医療機関の紹介等により支援する。	障害福祉課 健康増進課	関係医療機関

⑦地域における生きがいづくり

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
79	地域力強化 推進事業	地域ケアコーディネーターを設置することにより、地域課題を早期に発見し、課題を抱えた住民に適切な対応を行うことで、自殺のリスクの軽減を図る。	社会福祉課	社会福祉協議会
80	【重点施策3】 高齢者クラブ 活動助成事業	健康増進事業、社会奉仕事業、教養講座等に参加することで、社会とつながり、仲間づくり、人に喜んでもらうことの充足感などを得ることにより、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	
81	【重点施策4】 生きがい対応 型デイサービス 事業	地域福祉団体等が地域の空き家や空き店舗を有効活用し、高齢者を対象に健康や生きがいに関する活動、創作活動及び趣味活動の場を提供することにより、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	福祉団体
82	認知症施策 推進事業	認知症カフェや認知症サポーターの活動により、認知症介護者の負担を軽減することにより、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	市民団体
83	介護予防・生活 支援サービス 事業	市が実施する各種健康教室や、地域で開催する住民主体の運動教室への参加により、自身の介護予防や、参加者との交流による仲間づくりにより、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	健康増進課
84	家族介護者 交流事業	在宅介護者が介護者同士の悩みを共有し、情報交換し、気分転換やリフレッシュやストレス解消により、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	
85	介護支援ボラ ンティア制度 事業	65歳以上の高齢者が市内の特別養護老人ホーム及び児童館で、介護支援ボランティア活動を行い、生きがいを持つことにより、自身の介護予防と自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	特別養護老人ホーム 児童館

⑧自殺未遂者への対応

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
86	自殺未遂者の支援	茨城県と協力し、救急病院や精神科等と連携し、本人、家族等に適切な医療・相談ができる体制を検討する。	障害福祉課	健康増進課 医療機関

⑨遺された人への対応

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
87	自死遺族の支援	自死遺族の実態把握や交流を進めるとともに、茨城県自死遺族連絡会等の関連団体の支援を検討する。	障害福祉課	

⑩防災対策

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
88	防災意識啓発事業	防災に関する状況と合わせて、生命や生活に関する相談先等の情報を発信することで、市民に対する周知を図る。	防災危機管理課	
89	【新規】 地域防災力強化事業 (土浦市地域防災サポーター育成事業)	現在全国各地で自然災害が頻発していることから、市民にとって地域防災サポーターは安心安全につながる存在と考えられる。 また、地域防災サポーターにゲートキーパー研修を受講いただくことで、気づき役としての視点を持ってもらうことで、自殺のリスク軽減を図る。	防災危機管理課	土浦市地域防災サポーター連絡協議会

(5) 自殺予防教育の強化*

児童生徒が自殺に追い込まれないようにするためには、悩みやつらさなどの強い心理的負担に対して、SOSを出せる状況を作ることが重要です。

国は、児童生徒のSOSの出し方に関する教育を、学校における特別なプログラムとして位置づけるのではなく、「生きることの包括的な支援」として「困難やストレスに直面した児童生徒が信頼できる大人に助けの声を挙げられる」ことを目標としています。

そのため、日頃からののちの大切さを育む授業を進めるとともに、外部の講師等を活用した取組等を進めます。

①相談機能の活用

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
90	教育相談推進事業	学校内外で専門の相談員による教育相談の機会を提供することで、児童・生徒やその保護者の悩みの解消・軽減に努める。また、福祉関係の部署との連携を推進し、学校や家庭での生活上の悩み等に対する相談体制の周知を図る。	指導課	福祉関係課
91	【重点施策 14】 学校への相談員配置事業	いじめ、不登校等の児童生徒の問題行動の未然防止、早期発見を図るため、市立小中学校・義務教育学校にスクールカウンセラー、心の教室相談員、学校生活支援員、教育相談員を配置する。	指導課	県教育委員会

②教育内容の充実

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
92	教育委員会と学校の連携の強化	各学校における取組の実践を交流し、相互の情報交換により対策を進める。	指導課 各学校	警察 児童相談所
93	【重点施策 15】 いのちの大切さを育む教育	道徳や特別活動（全校集会等）、個別面談等により、自他の生命の大切さについて児童生徒に指導するとともに、困難やストレスへの対処方法を身に付ける教育を行う。	各学校 (指導課)	

第4章 自殺対策の推進

4-1 計画の周知

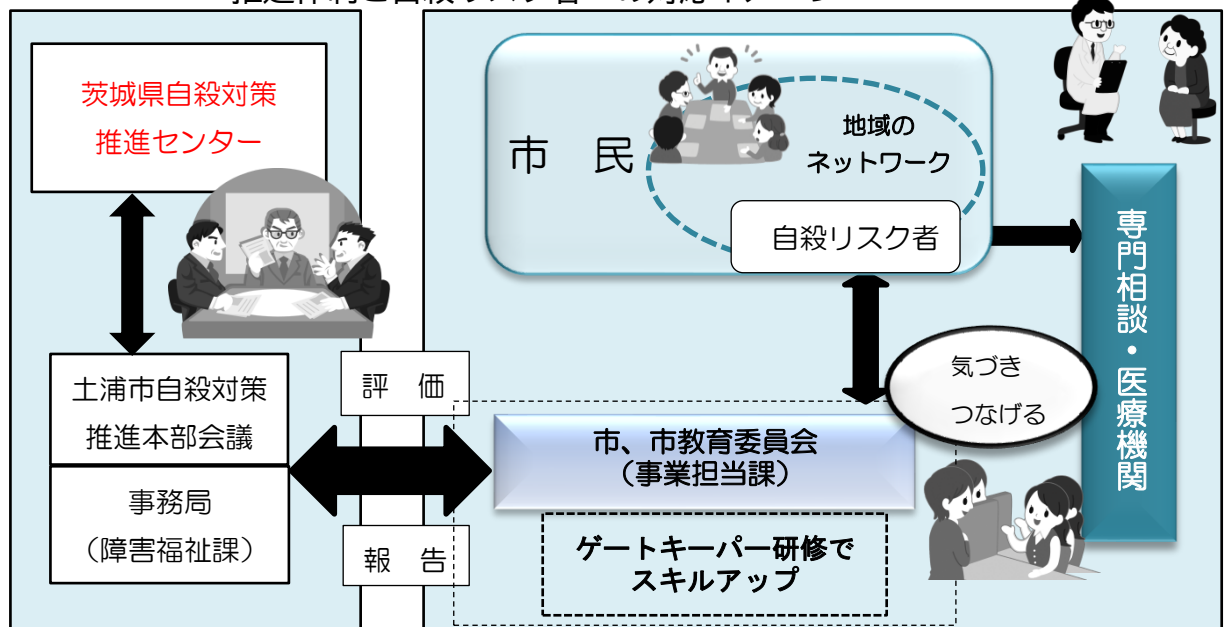
本計画は、総合的な自殺対策となることから、広報紙特集等での紹介、ホームページへの掲載、SNS等による発信等により、啓発活動を実施し、広く市民への周知を図ります。

また、自殺対策は日頃の「気づき」が重要であることから、市民に身近な地域のネットワークに関係する職員、市民に対して、計画の周知を図るとともに、「ゲートキーパー」の養成を進めます。

4-2 推進体制

本計画の推進を図るために、土浦市は、庁内に「土浦市自殺対策推進本部会議」を設置し、関係課が連携した自殺対策を進めます。

推進体制と自殺リスク者への対応イメージ



4-3 計画の推進

計画の推進については、PDCAサイクル※により、実施状況进行评估します。評価にあたっては、評価指標及び関係課による自己評価をもとに、推進本部会議による検討・評価を行います。

また、国から提供を受けた「地域自殺実態プロフィール」や「地域自殺対策政策パッケージ」を活用して行った、本市を含む全ての地方自治体の自殺対策の成果を、国が収集・分析し、政策パッケージの改善を図り、自殺対策を常に進化させながら推進するという、国と地方自治体の大きなPDCAサイクルの一端を担っています。