

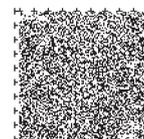
第2期土浦市自殺対策計画

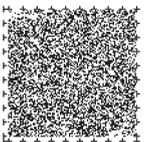
気づく つながる いのちを支えあうまち

令和6年3月



※本計画には、各ページの角に音声コード（Uni-Voice）が印刷されています。音声コードを専用装置にかざすと、そのページに記載されている内容を音声で聞くことができます。（字数が多いページや図表は読み取れないため、適宜要約しています。）





はじめに



自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、その背景には、精神保健上の問題だけではなく、過労、介護疲れ、いじめなどのさまざまな社会的要因があるといわれています。

我が国では、平成10年に初めて年間の自殺者数が3万人を超え、それ以来、高い水準で推移してきました。

このような中、平成18年に「自殺対策基本法」が制定され、国を挙げてさまざまな自殺対策が行われた結果、平成22年以降は10年連続で減少し、令和元年には統計を開始した昭和53年以降で最少となりました。

しかし、近年の新型コロナウイルス感染症の世界的な流行や国際情勢の悪化、物価高騰による日常生活の圧迫などの影響により、社会情勢が不安定となり、令和2年以降は再び自殺者数が増加傾向となっています。

こうした状況の中、令和4年10月には、国において「第4次自殺総合対策大綱」が閣議決定され、「子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化」や「女性に対する支援の強化」を当面の重点施策として新たに位置付けるなど、今後5年間の自殺対策の方針が示されたところです。

本市では、これらを踏まえ、更なる自殺対策の推進に向け、令和6年度からの5年間の計画期間とする「第2期土浦市自殺対策計画」を策定いたしました。

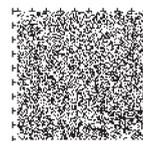
本計画では、自殺に追い込まれる危機は誰にでも起こりうるということを共通認識とし、周囲の見守りや気づきを育む環境づくりを進めるため、「気づく つながる いのちを支えあうまち」を基本理念として定め、誰も自殺に追い込まれることのないまちづくりを進めることとしています。

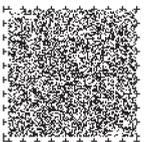
今後も、市民の皆様や関係機関との協働のもと、市全体で自殺対策に取り組んでまいりますので、より一層のご理解・ご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

結びに、本計画の策定にあたり、貴重なご意見・ご提言をいただきました市民の皆様をはじめ、熱意をもってご審議くださいました土浦市自殺対策計画策定委員の皆様や関係者の皆様に心からお礼を申し上げます。

令和6年3月

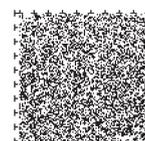
土浦市長 安藤 真理子



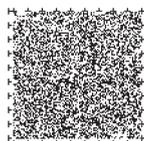


目 次

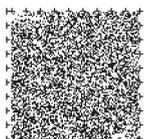
第1章 計画策定の趣旨	1
1-1 背景と趣旨	2
1-2 計画の位置付けと策定体制	2
1-3 計画の期間	3
1-4 計画の目標	3
第2章 土浦市の自殺の現状	5
2-1 土浦市の概要	6
2-2 土浦市の自殺の状況	8
(1) 自殺者数・自殺死亡率の状況	9
(2) 男女別の状況	10
(3) 年代別の状況	12
(4) 同居人の有無別の状況	14
(5) 職業別の状況	16
(6) 原因・動機別の状況	18
(7) 自殺企図の場所別の状況	20
(8) 自殺企図の手段別の状況	22
(9) 曜日別の状況	24
(10) 時間帯別の状況	26
(11) 未遂歴の有無別の状況	28
(12) 地域自殺実態プロファイルからみた特徴	30
2-3 土浦市の自殺の課題	34
2-4 前計画の活動指標の達成状況	35
2-5 土浦市における自殺関連施策の検討	36
2-6 自殺対策の考え方	37



第3章 土浦市の自殺対策	41
3-1 基本理念	42
3-2 基本方針	42
3-3 施策の体系	43
3-4 自殺対策計画の評価指標	45
3-5 重点施策	46
I. 高齢者の自殺対策の推進	46
II. 生活困窮者の自殺対策の推進	47
III. 勤務・経営問題による自殺対策の推進	48
IV. 子ども・若者の自殺対策の推進	49
V. 女性の自殺対策の推進	50
3-6 基本施策	51
(1) 地域におけるネットワークの強化	51
(2) 自殺対策を支える人材の育成	54
(3) 市民への啓発と周知	56
(4) 生きることの促進要因への支援	58
(5) 自殺予防教育の強化	67
第4章 自殺対策の推進	69
4-1 計画の周知	70
4-2 推進体制	70
4-3 計画の推進	70
資料編	71
1 土浦市自殺対策計画策定委員会	72
2 土浦市自殺対策推進本部会議	75
3 第2期土浦市自殺対策計画の策定過程	79
4 用語の解説	80
5 相談窓口一覧	85



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[※]」などをもち、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。

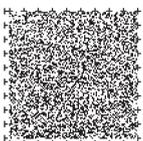
1-2 計画の位置付けと策定体制

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、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。



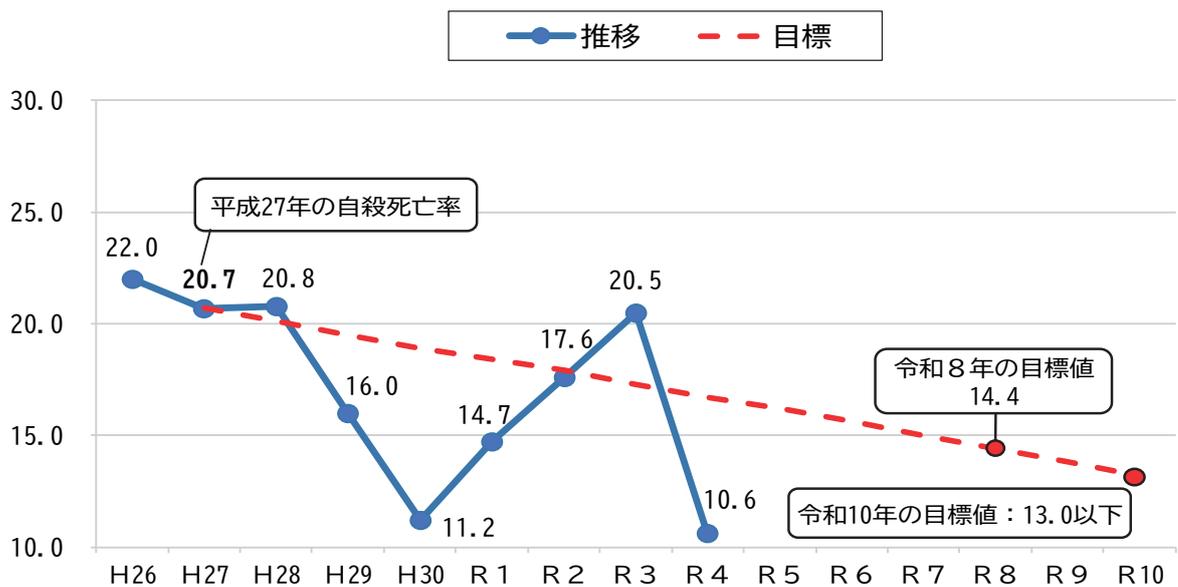
1-3 計画の期間

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。

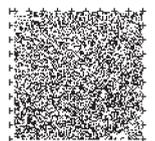
1-4 計画の目標

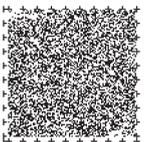
自殺総合対策大綱は、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す」ことを基本理念とし、基本方針として「生きることの包括的支援」、「関連施策との有機的な連携の強化」、「対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる」等を掲げています。また、基本理念の実現に向けて、当面の目標として自殺死亡率^{*}を先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、令和8年（2026年）までに、自殺死亡率を平成27年（2015年）に比べて30.0%以上減少させるという数値目標を掲げています。そのため、本計画においても、死亡率を平成27年（2015年）の20.7から令和8年（2026年）までに30.0%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】

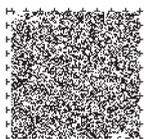


	H27年度	H28年度	H29年度	H30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度	R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度
自殺総合対策大綱の目標	令和8年までに平成27年の30.0%以上の減少													
本計画の目標					第1期：R5までに16.2					第2期：R8までに14.4 R10までに13.0以下				





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

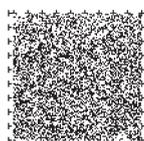
	人口（人）	世帯数（世帯）	世帯当たり人口（人）
平成26年	145,532	62,847	2.32
平成27年	144,927	63,339	2.29
平成28年	144,088	63,738	2.26
平成29年	143,570	64,420	2.23
平成30年	143,024	65,175	2.19
平成31年	142,862	66,093	2.16
令和2年	142,030	66,899	2.12
令和3年	141,371	67,679	2.09
令和4年	141,300	68,623	2.06
令和5年	141,418	69,840	2.02

出典：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%

出典：国勢調査（各年1月1日現在）



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	

出典：国勢調査（各年1月1日現在）

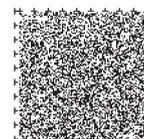
* 「一般世帯」とは施設や寄宿舍等の「施設等の世帯」を除く世帯。

* 1世帯当たりの人員の単位は人。

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

出典：国勢調査（各年1月1日現在）



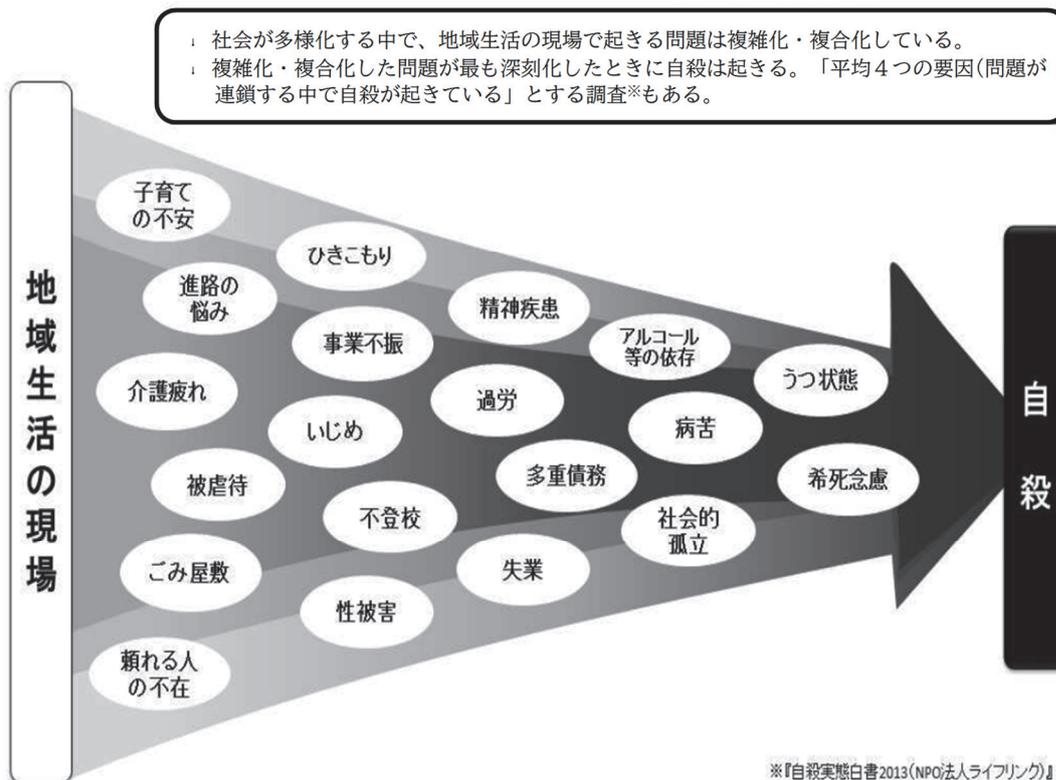
2-2 土浦市の自殺の状況

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。

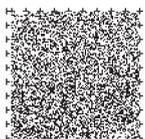
土浦市の自殺者数は、平成21年から令和4年までの14年間で合計386人、年平均27.6人となっており、その原因・動機も健康問題を筆頭に、家庭問題、経済・生活問題、勤務問題など、多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、さまざまな要因が連鎖し、問題が複合的に絡み合う中で、追い込まれた末の死に至る状況がうかがえます。

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。

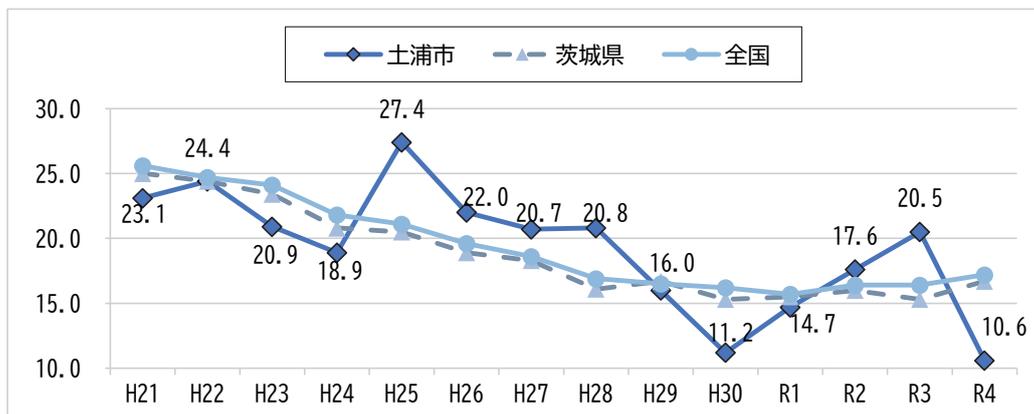
【自殺者数及び自殺死亡率の推移】

自殺統計自殺者数・率 (自殺日・住居地)	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	-	-	-

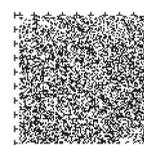
出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

【自殺死亡率 (10 万対) の推移】

(10 万対)



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

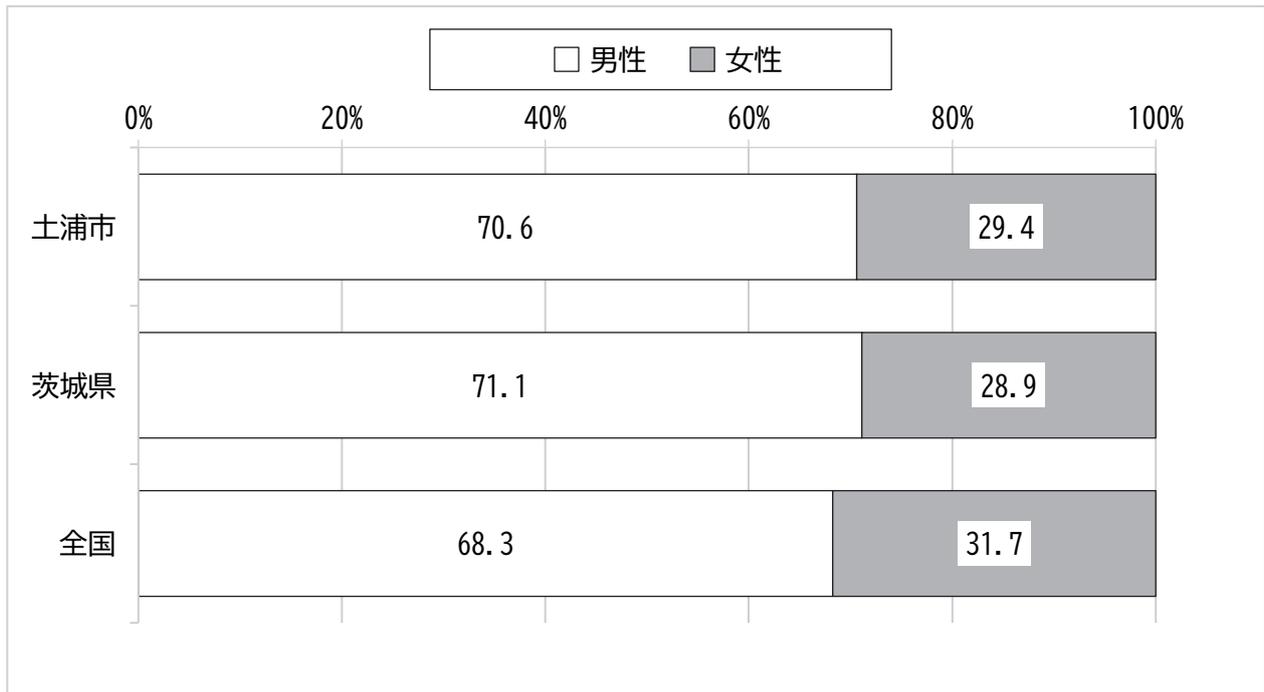


(2) 男女別の状況

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。

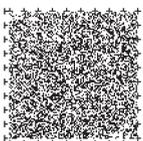
各年別の自殺者数では、平成26、27、28年、令和3年は男性で年間20人を超え、平成26、28年では女性で年間10人を超えています。

【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

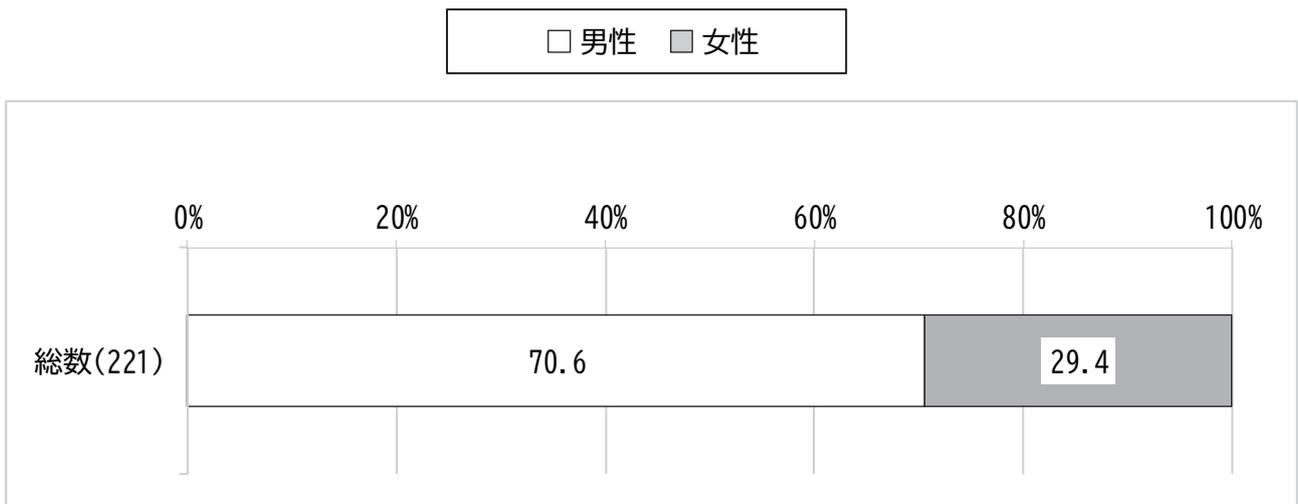


注：グラフは小数点以下第二位を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります
(以下同様)。

出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

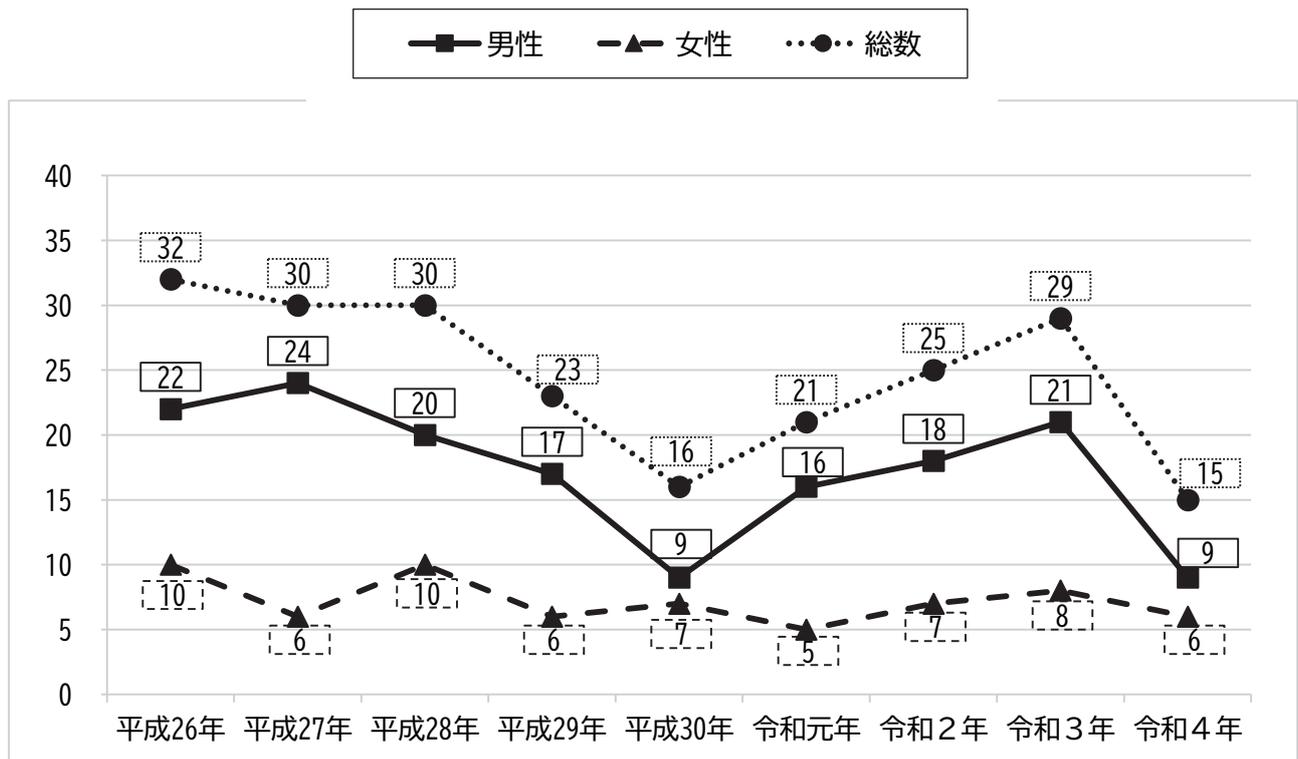


【自殺者数（土浦市）：男女別割合】

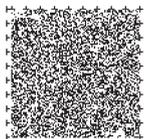


出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

【各年別・男女自殺者数（土浦市）】



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

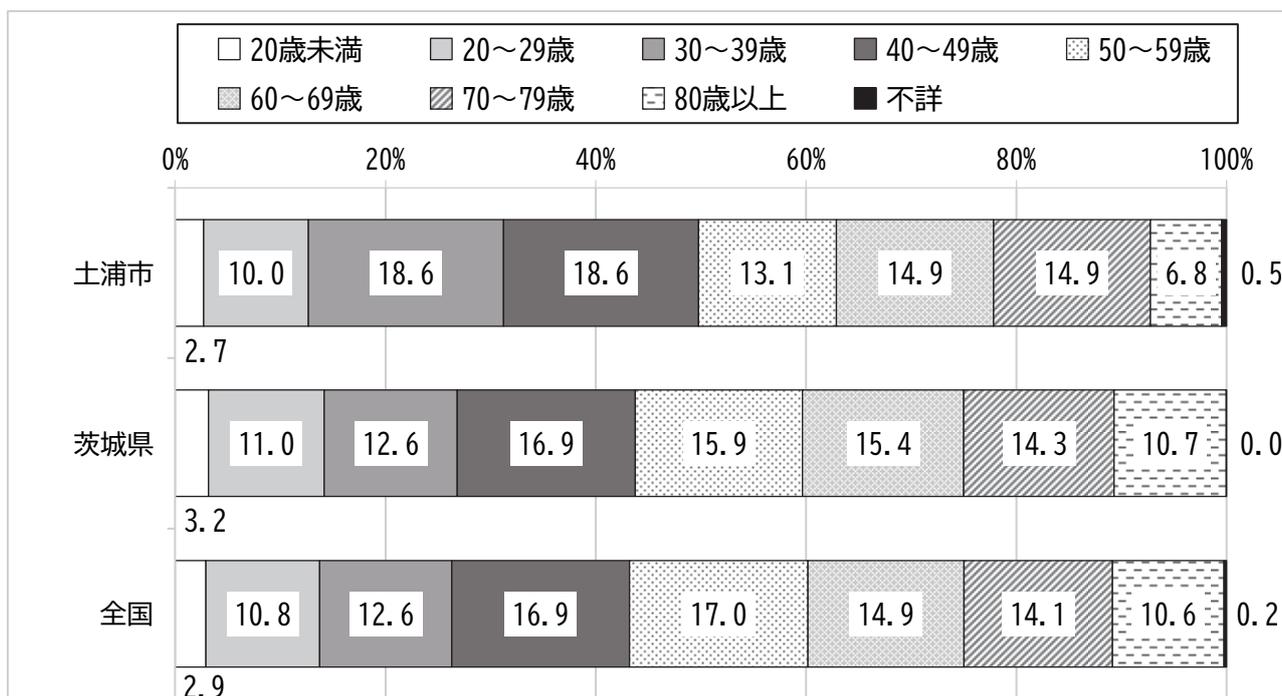


(3) 年代別の状況

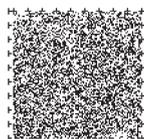
本市の自殺者数の年代別割合では、30歳代と40歳代（共に18.6%）、60歳代と70歳代（共に14.9%）の順で多くなっています。また、全国、茨城県と比べ、30歳代、40歳代の比較的若い世代の割合が多く、80歳以上が少なくなっています。

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。

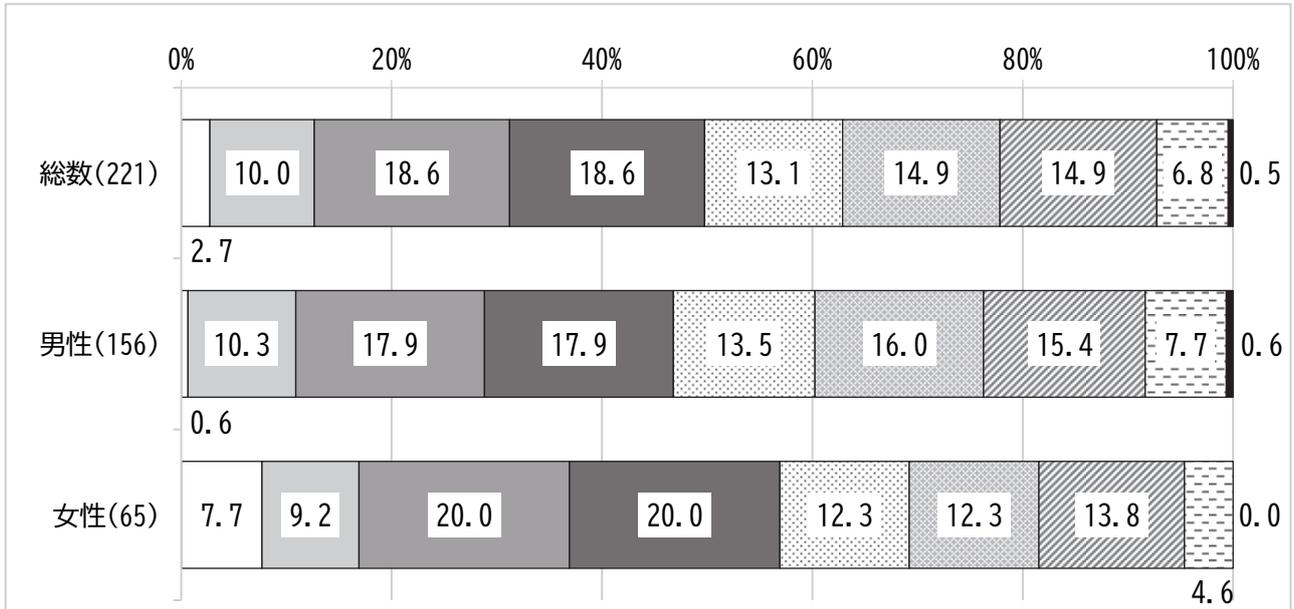
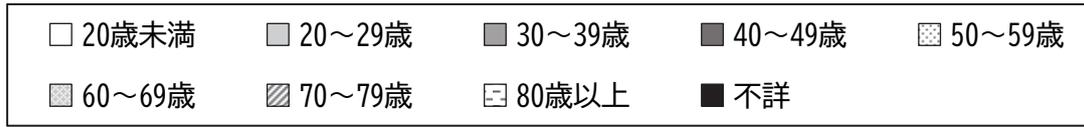
【自殺者数の年代別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

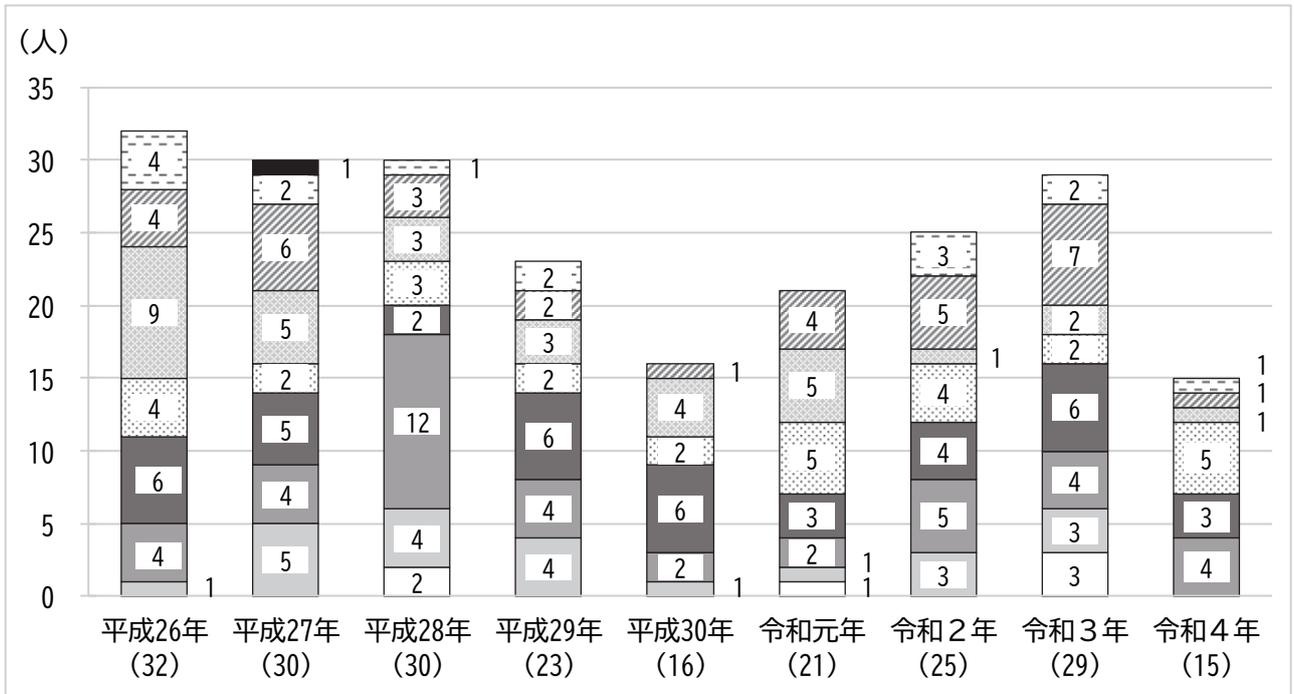


【自殺者数（土浦市）：男女別・年代別割合】

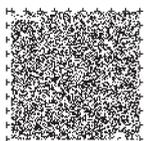


出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

【各年別・年代別自殺者数（土浦市）】



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

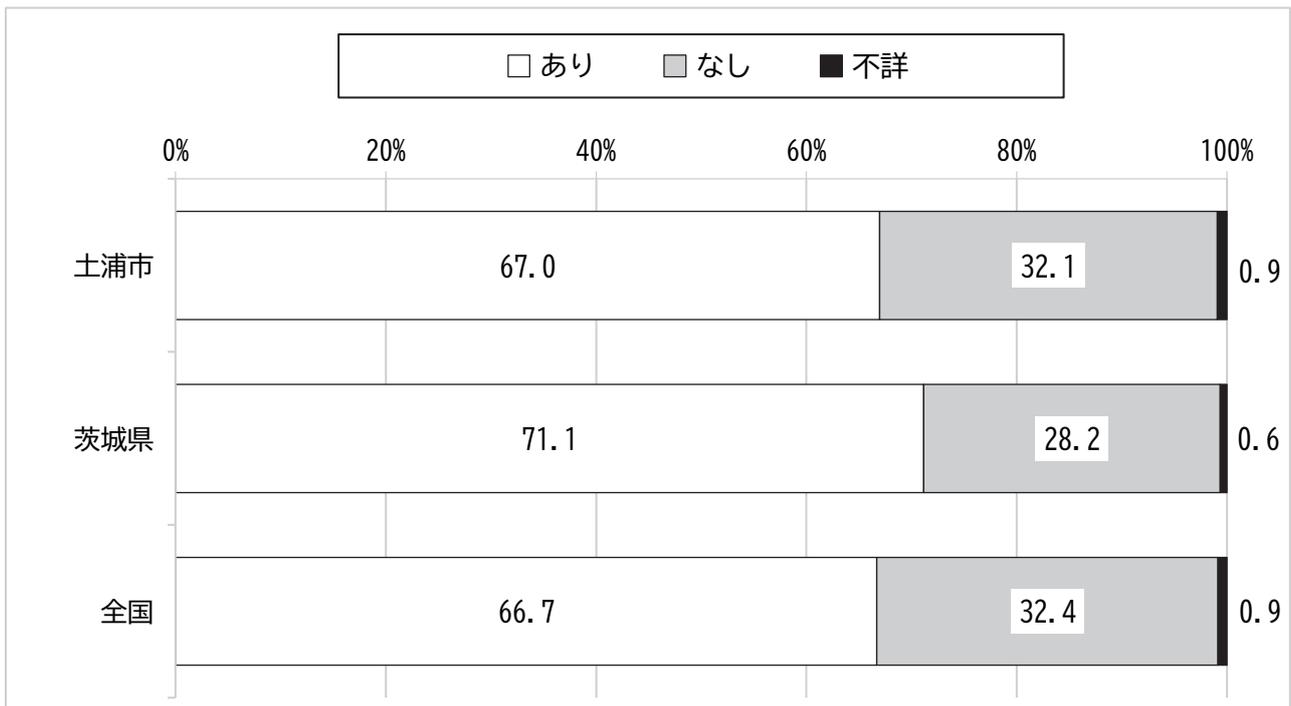


(4) 同居人の有無別の状況

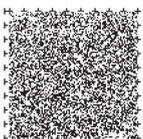
本市の自殺者数の同居人の有無別割合では、同居人「あり」が67.0%となっており、全国、茨城県と比べほぼ同様の割合となっています。

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。

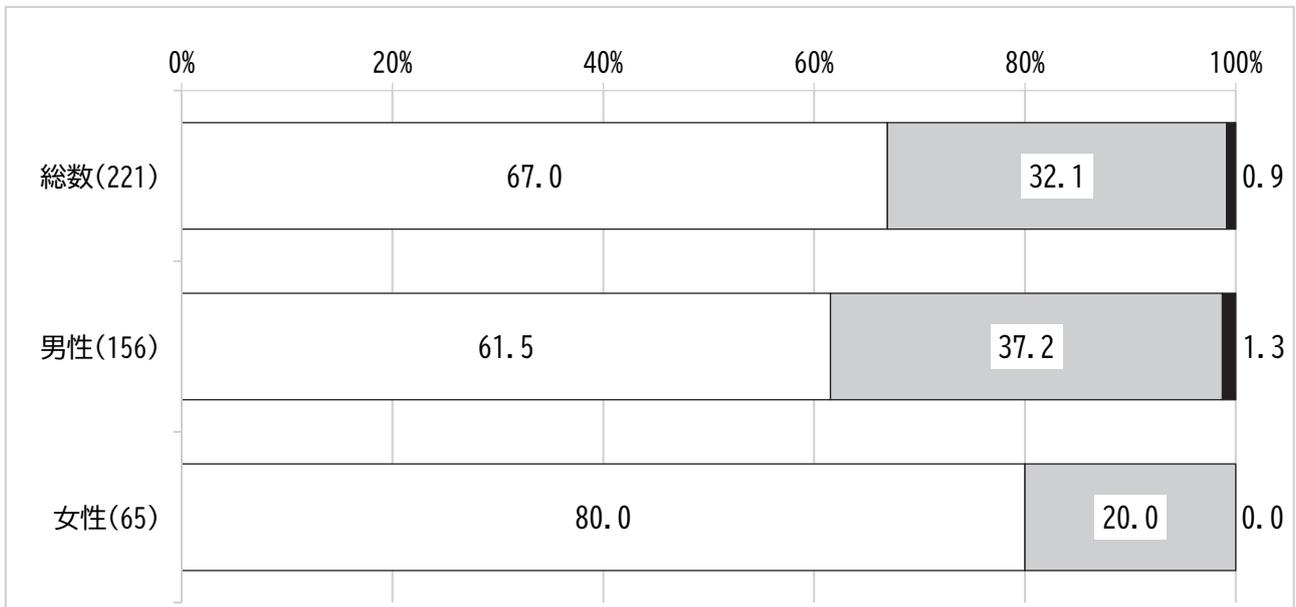
【自殺者数の同居人の有無別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

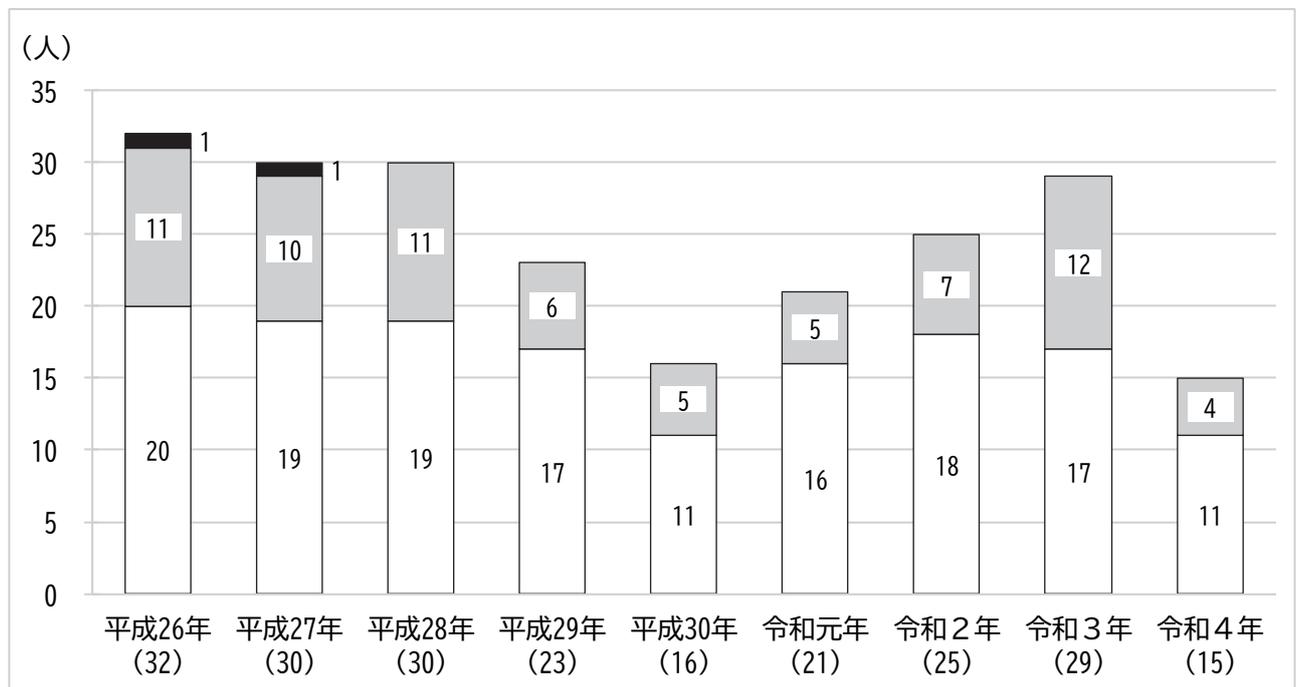


【自殺者数（土浦市）：男女別・同居人の有無別割合】

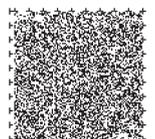


出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

【各年別・同居人の有無別自殺者数（土浦市）】



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

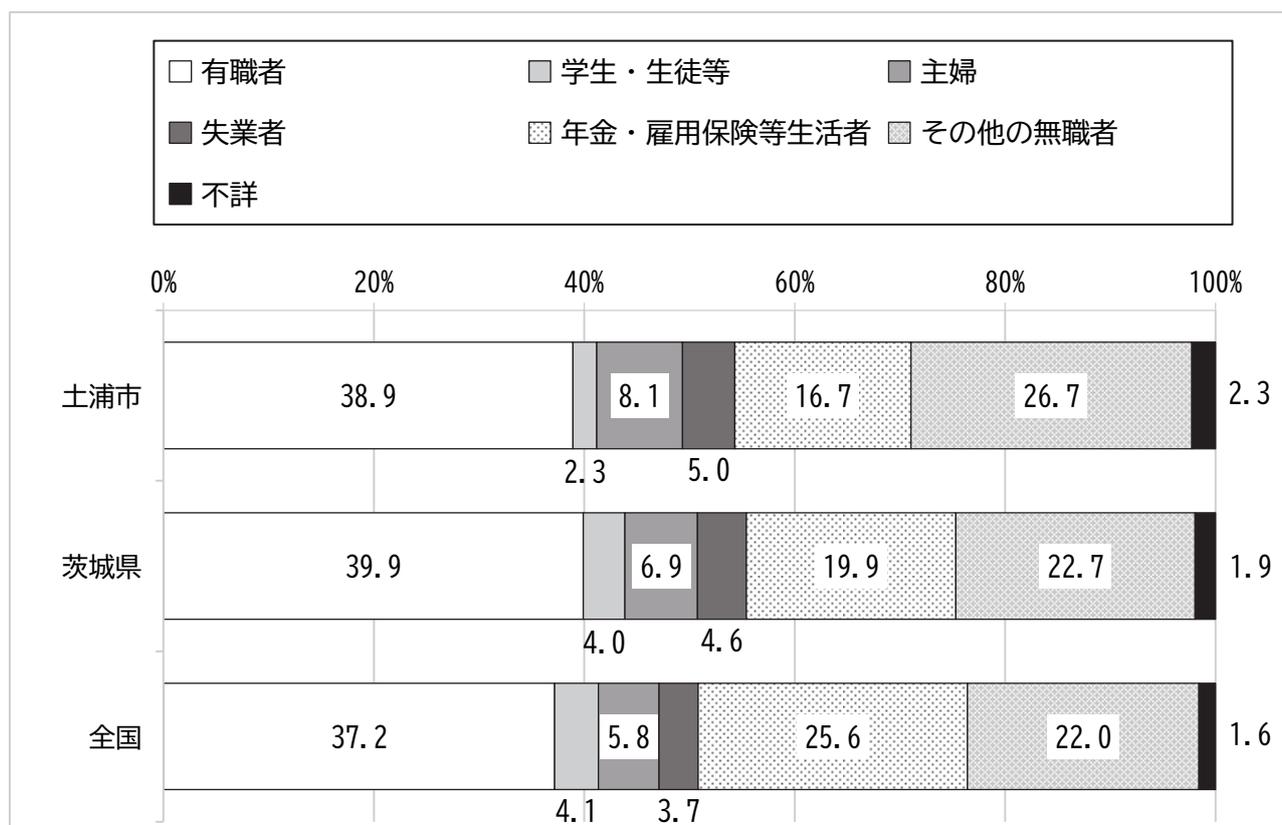


(5) 職業別の状況

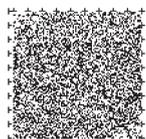
本市の自殺者数の職業別割合では、有職者（38.9%）、その他の無職者（26.7%）、年金・雇用保険等生活者（16.7%）の順で多くなっています。また、全国、茨城県と比べ、学生・生徒等は2.3%と低くなっていますが、主婦が8.1%と高くなっています。

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。

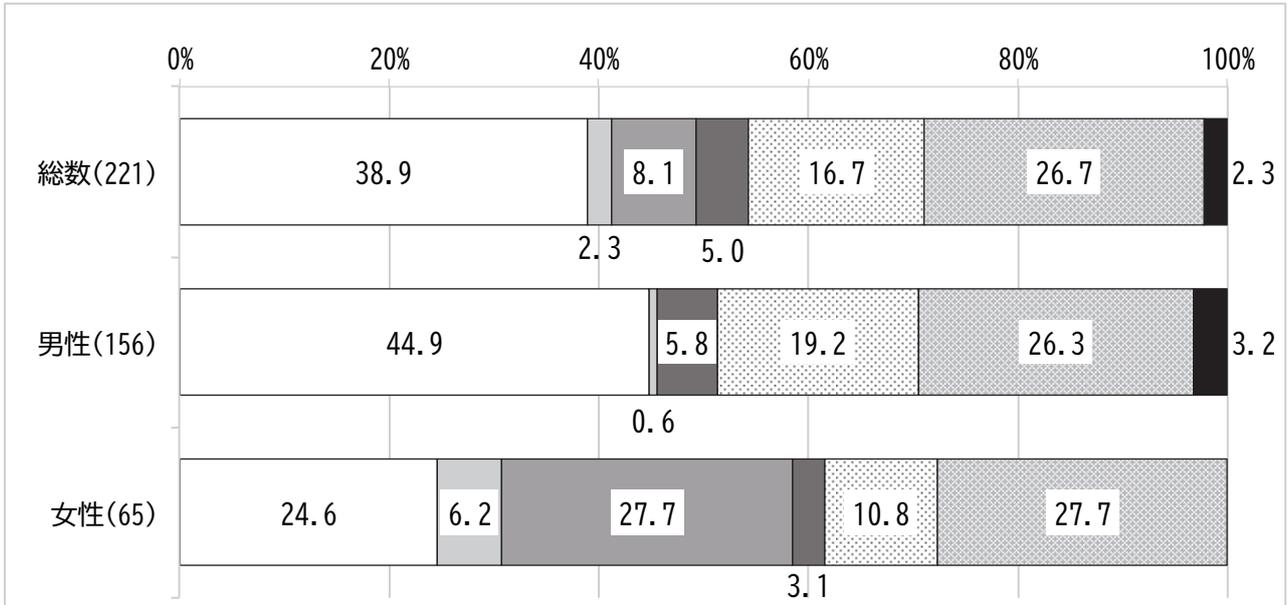
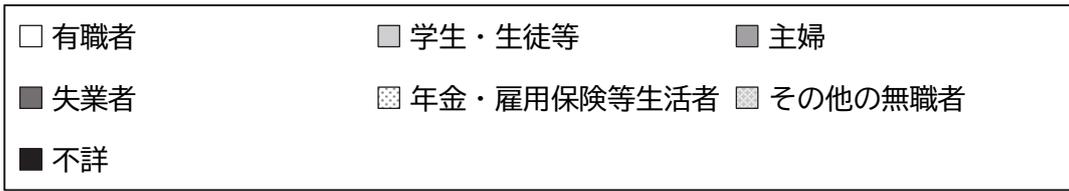
【自殺者数の職業別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

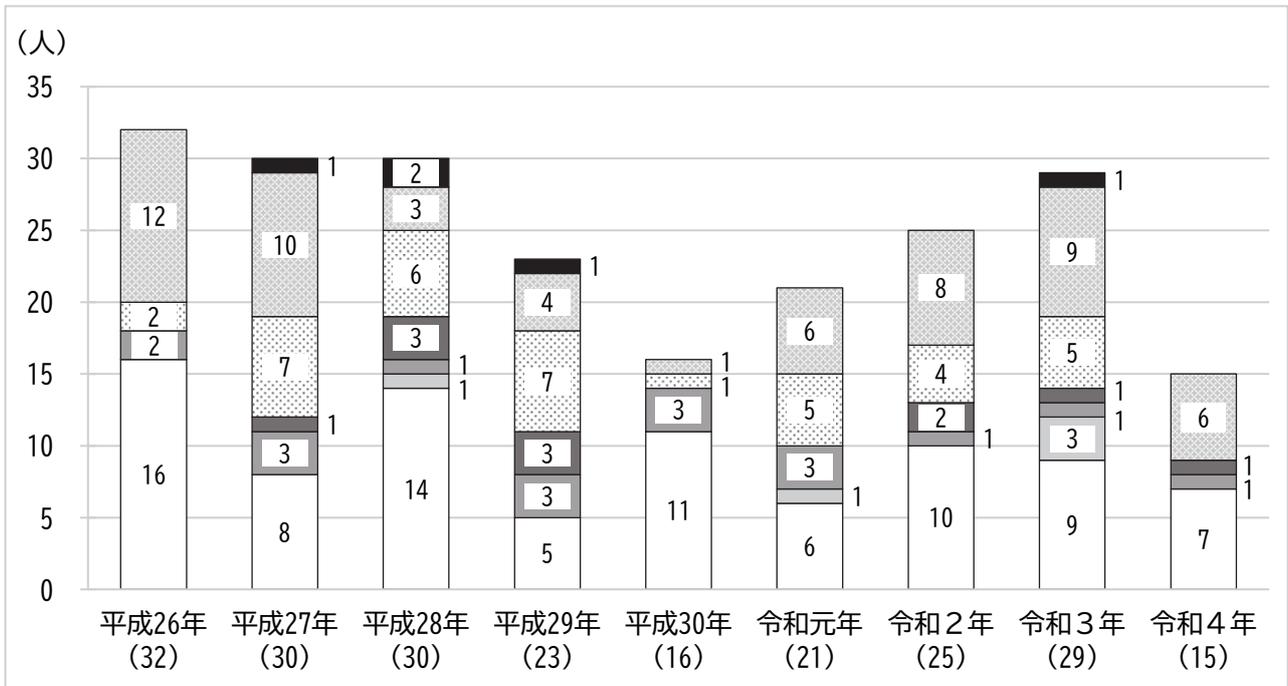


【自殺者数（土浦市）：男女別・職業別割合】

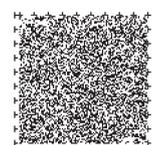


出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

【各年別・職業別自殺者数（土浦市）】



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

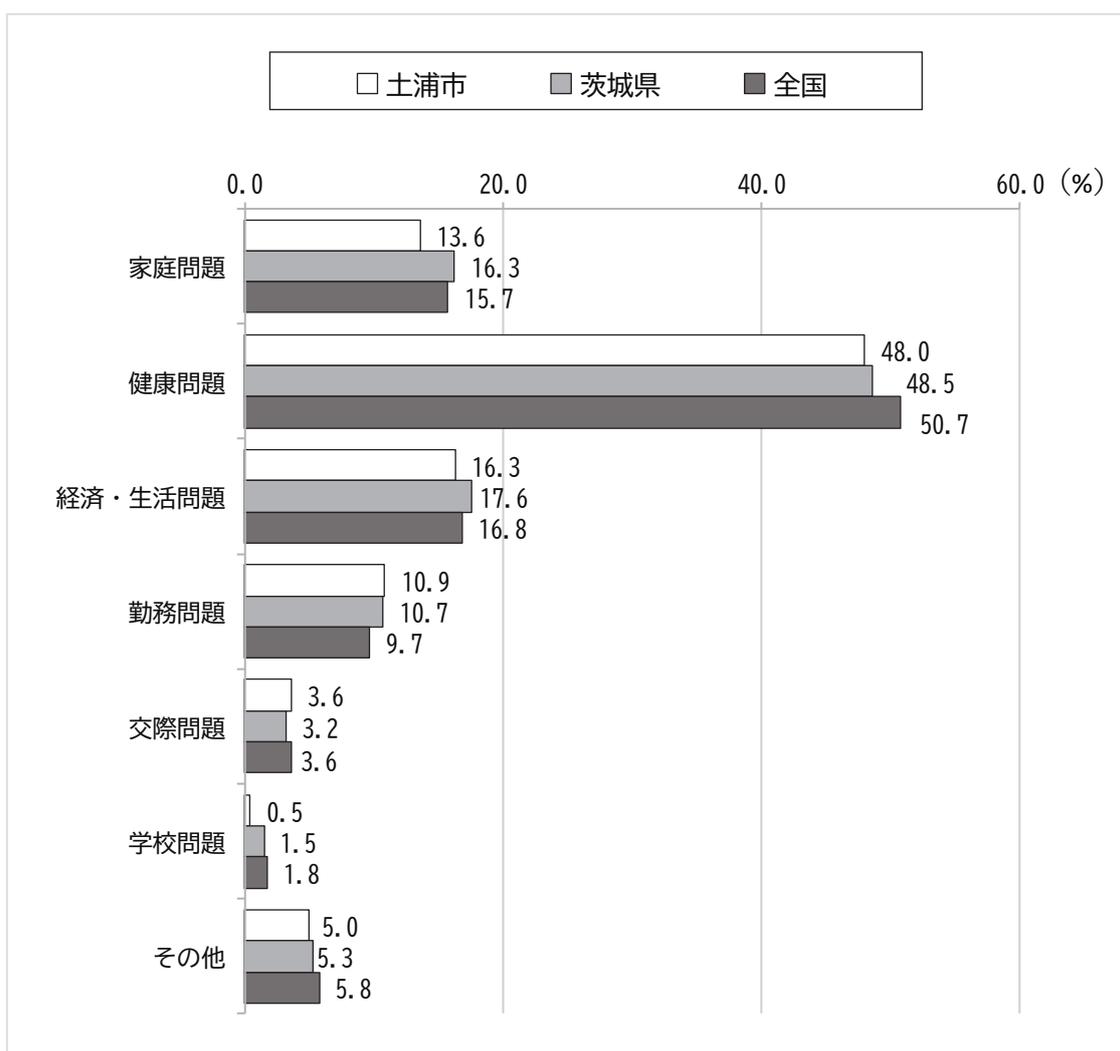


(6) 原因・動機別の状況

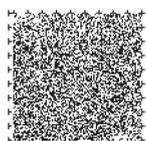
自殺者数の原因・動機別では、土浦市は「健康問題」が48.0%と特に多く、茨城県及び全国とほぼ同様の傾向です。

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。

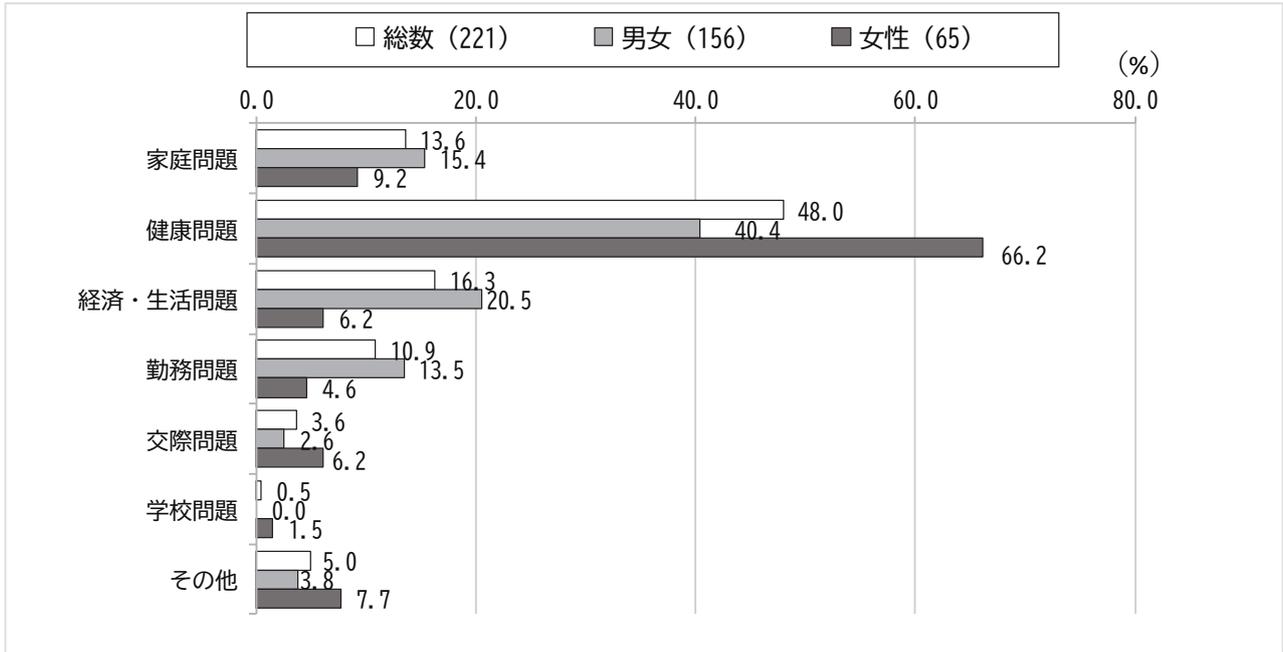
【自殺者数（土浦市）：原因・動機別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」



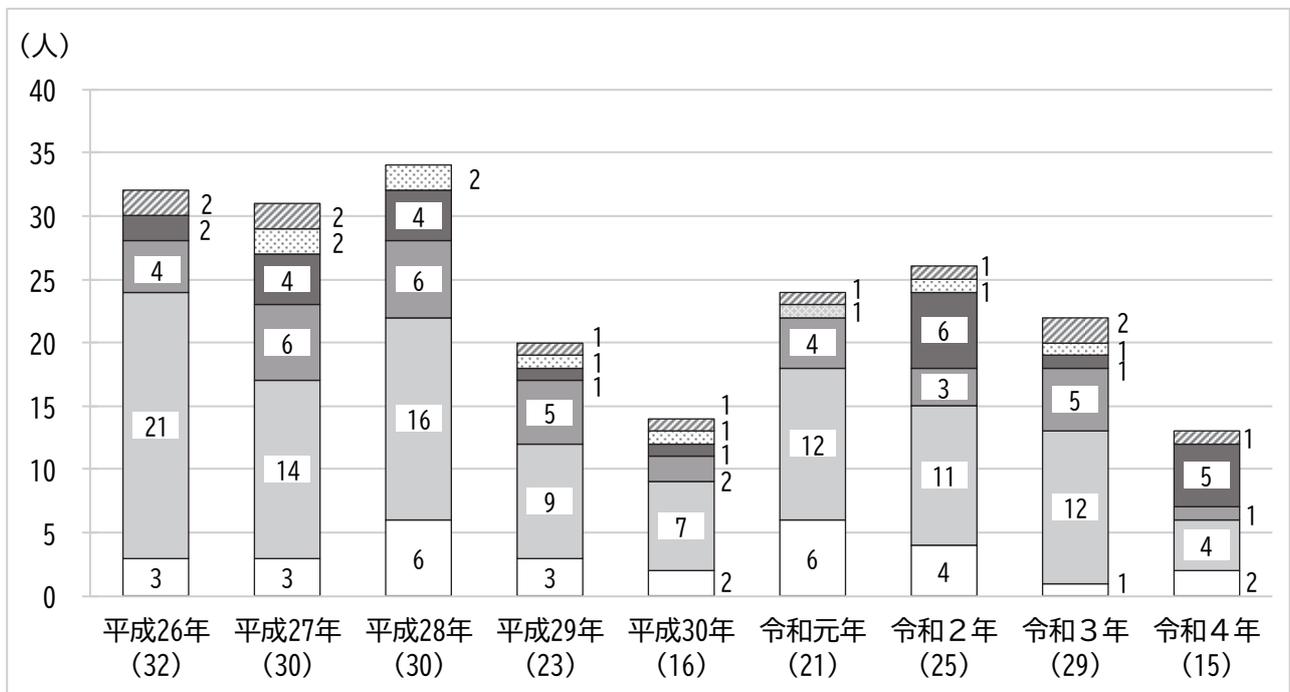
【自殺者数（土浦市）：男女別・原因・動機別割合】



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

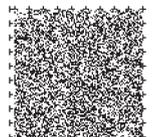


【各年別・原因・動機別自殺者数（土浦市）】



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

※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。



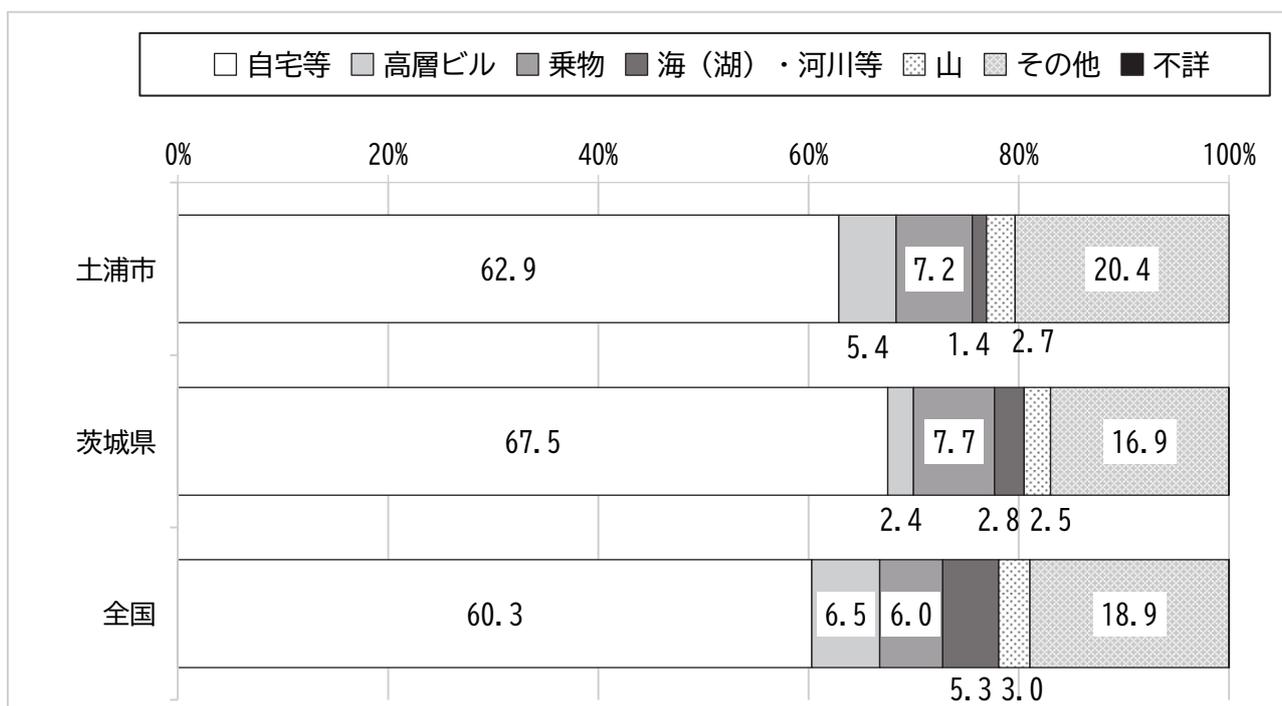
(7) 自殺企図の場所別の状況

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。

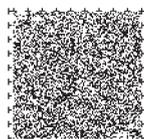
男女別では、土浦市の男性は「自宅等」が60.9%と最も多くなっており、ついで「乗物」が9.0%となっています。

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。

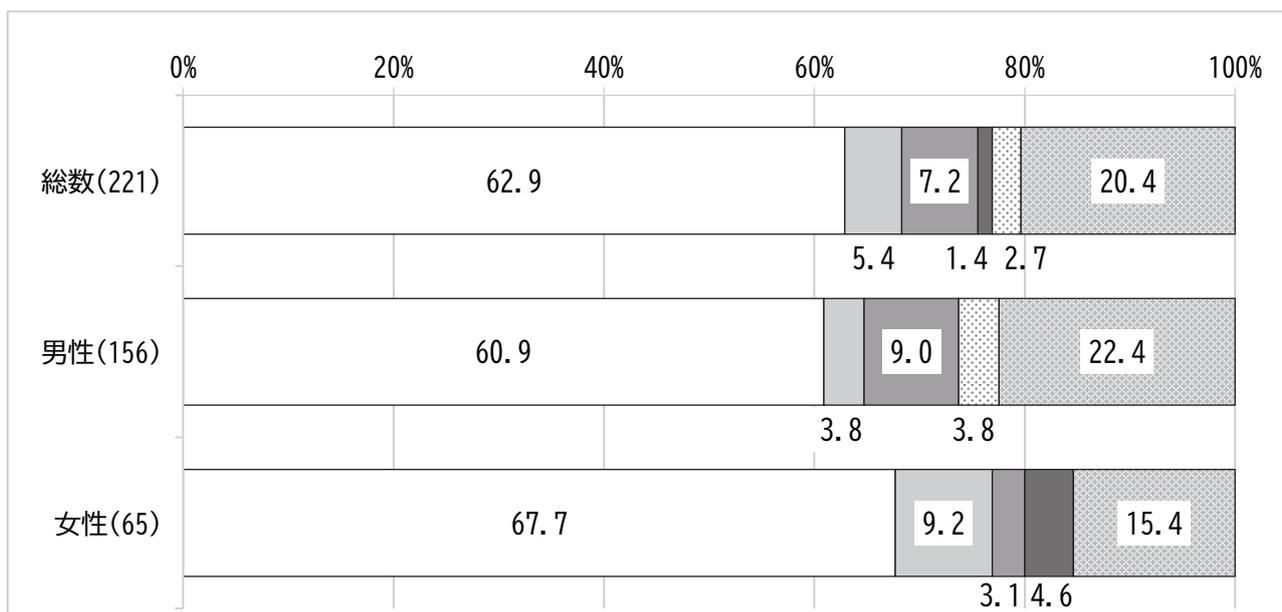
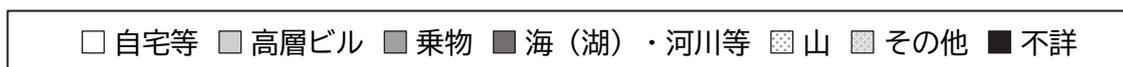
【自殺企図の場所別の割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

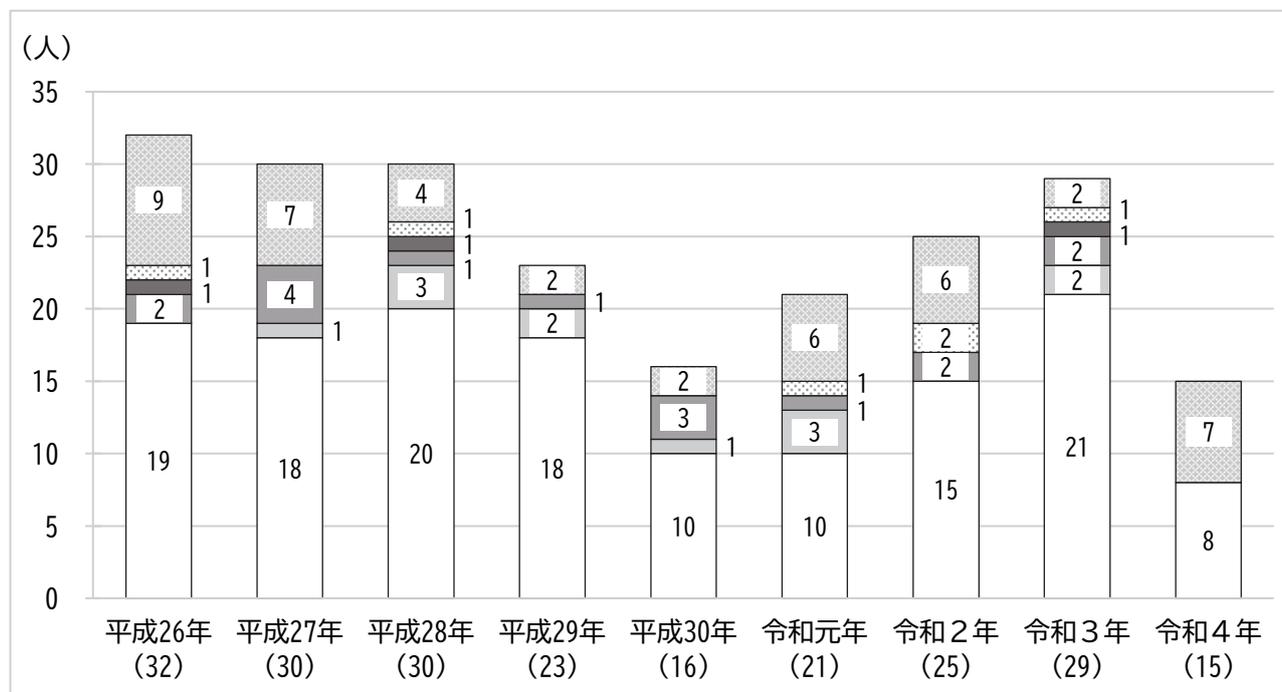


【自殺者数（土浦市）：男女別・自殺企図の場所別割合】

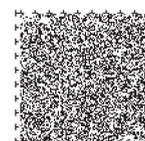


出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

【各年別・自殺企図の場所別自殺者数（土浦市）】



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

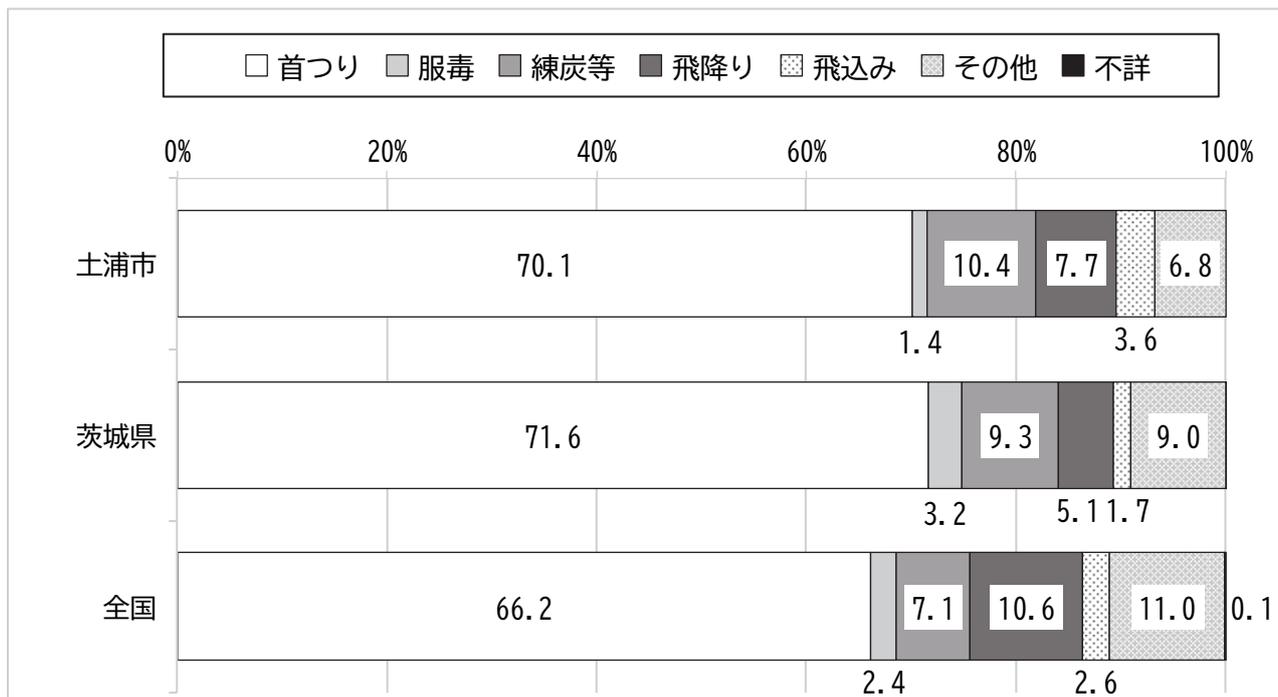


(8) 自殺企図の手段別の状況

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。

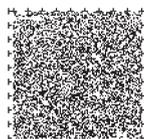
男女別割合では、男性は「首つり」が71.8%と最も多く、ついで「練炭等」が12.8%と多くなっています。女性は「首つり」が66.2%と最も多く、ついで「飛降り」が13.8%となっています。

【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

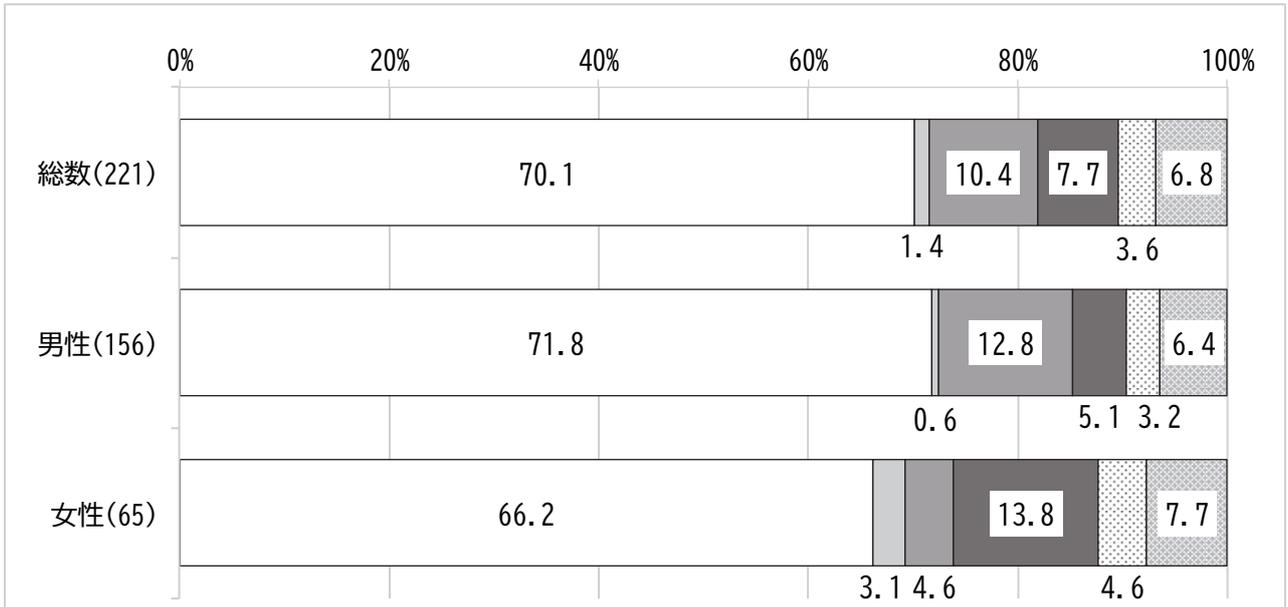


注：その他（焼身、感電、入水など）

出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

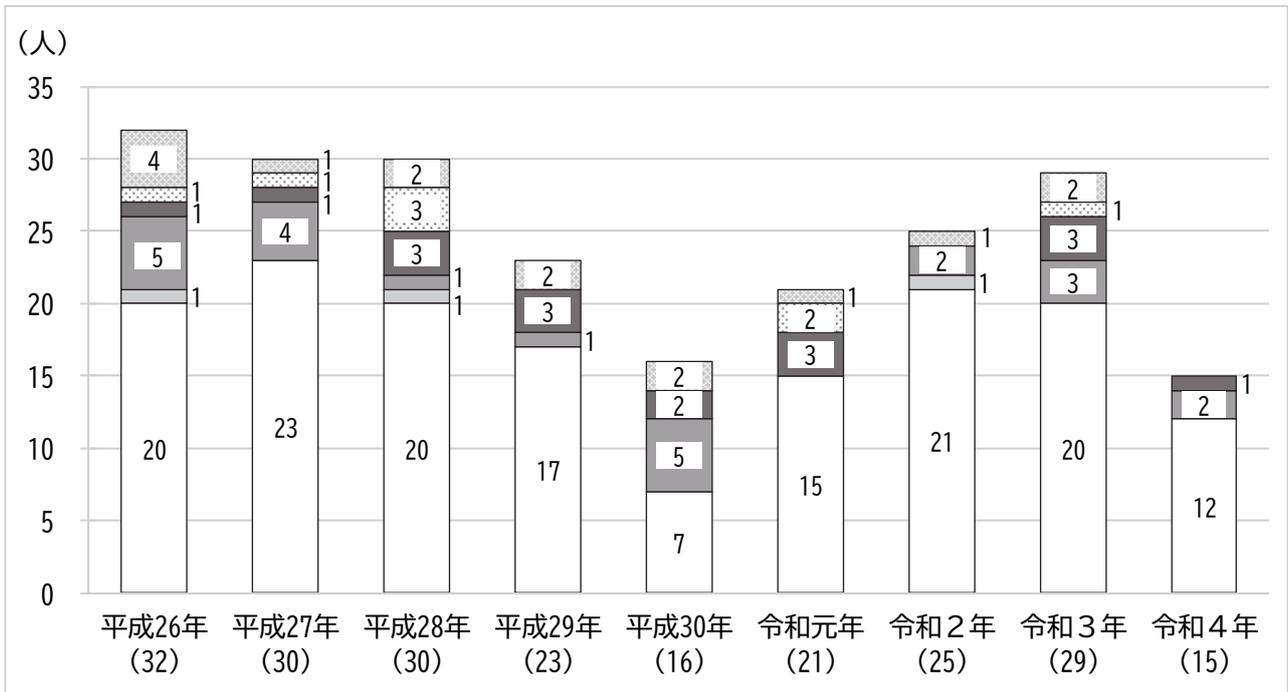


【自殺者数（土浦市）：男女別・自殺企図の手段別割合】

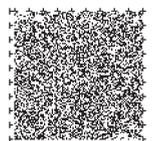


出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

【各年別・自殺企図の手段別自殺者数（土浦市）】



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

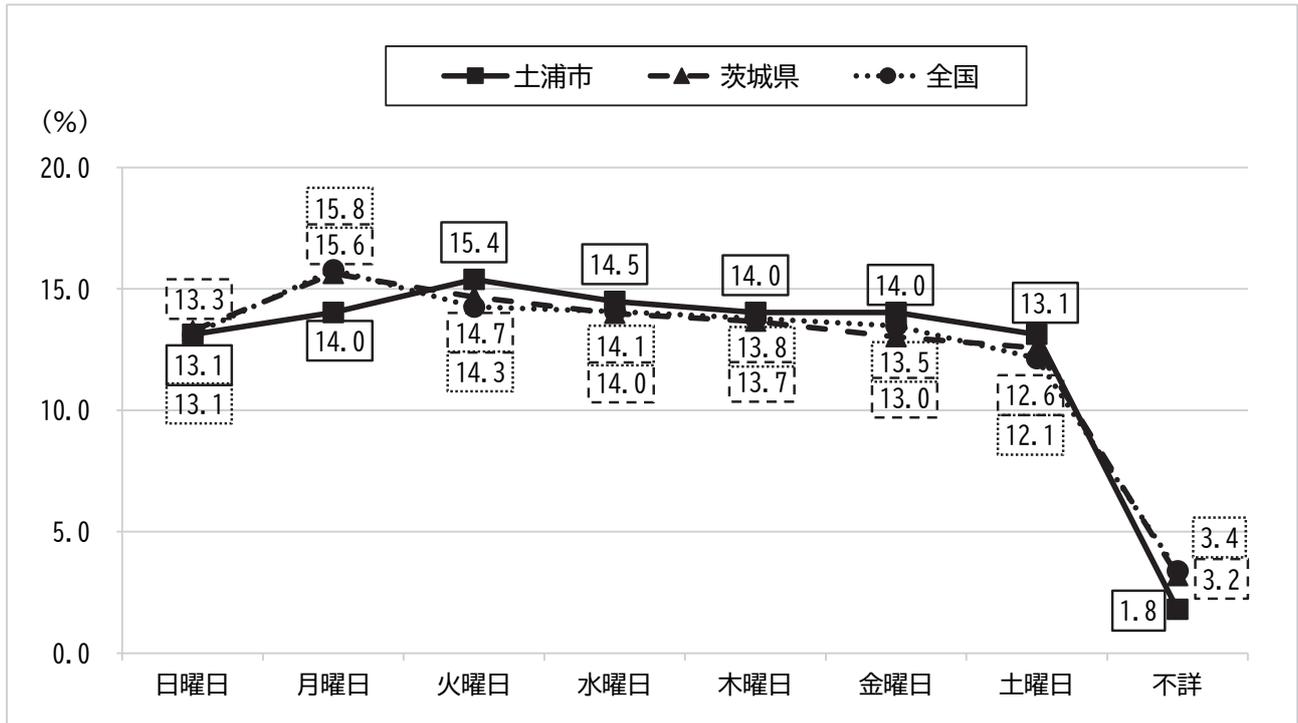


(9) 曜日別の状況

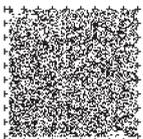
自殺者数の曜日別では、土浦市は「火曜日」が15.4%と最も多くなっており、茨城県及び全国は、「月曜日」が最も多くなっています。

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。

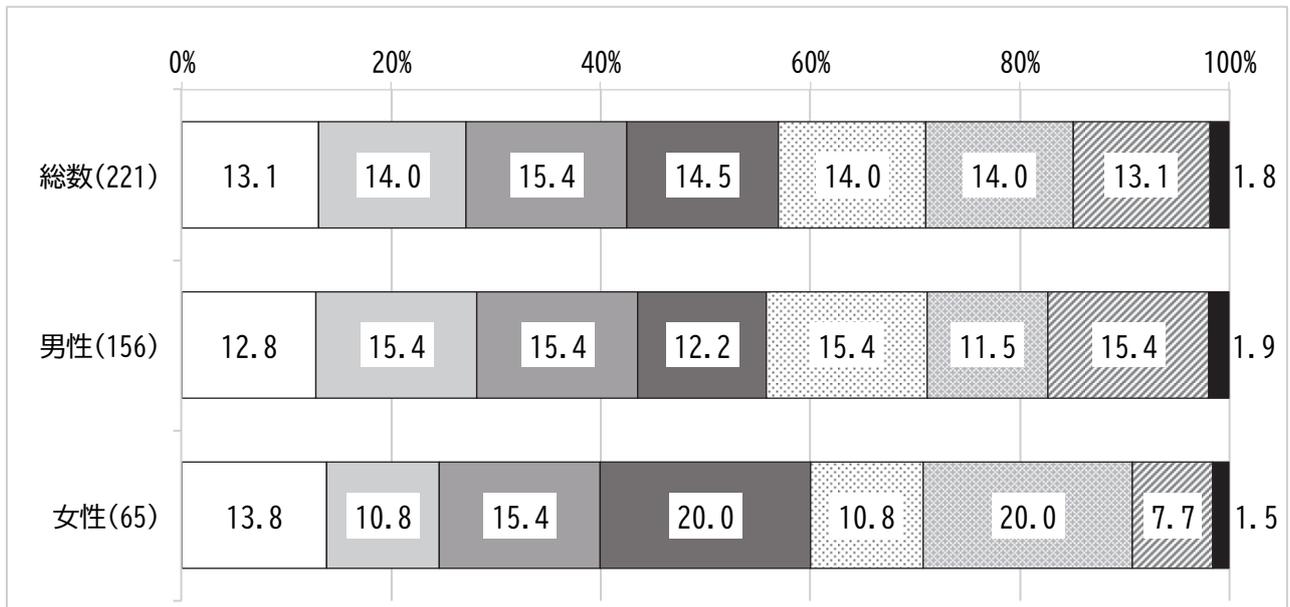
【自殺者数（土浦市）：曜日別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

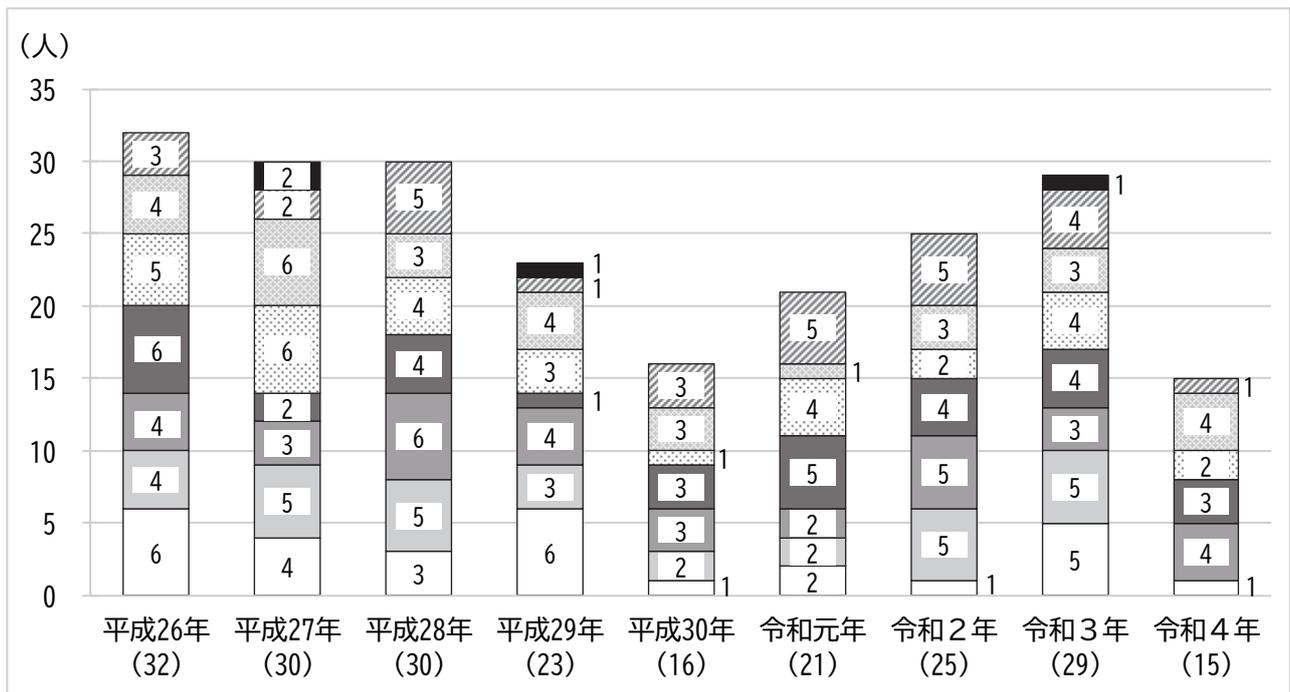


【自殺者数（土浦市）：男女別・曜日別割合】

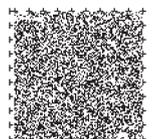


出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

【各年別・曜日別自殺者数（土浦市）】



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

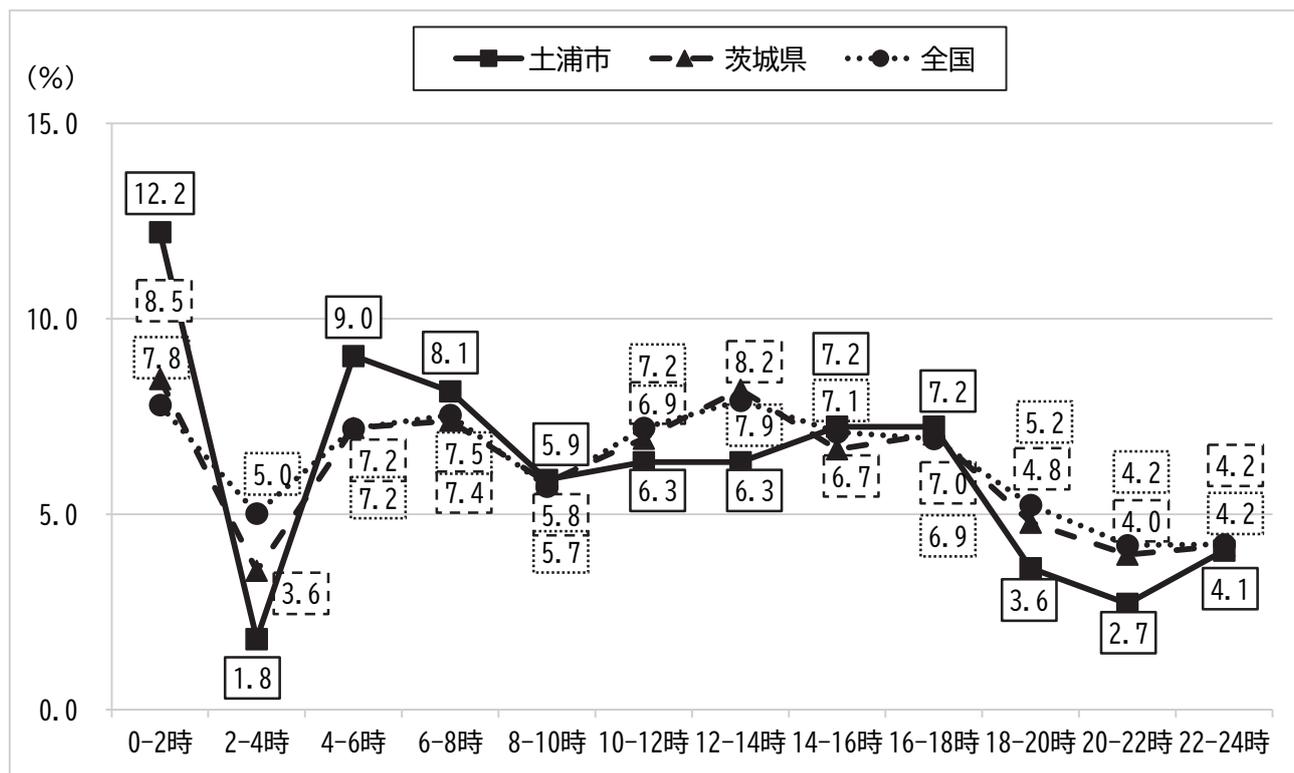


(10) 時間帯別の状況

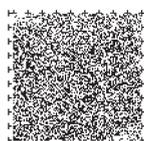
自殺者数の時間帯別では、茨城県及び全国に比べ、土浦市は「0～2時」(12.2%)が最も多く、「2～4時」(1.8%)は茨城県及び全国より少なくなっています。

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。

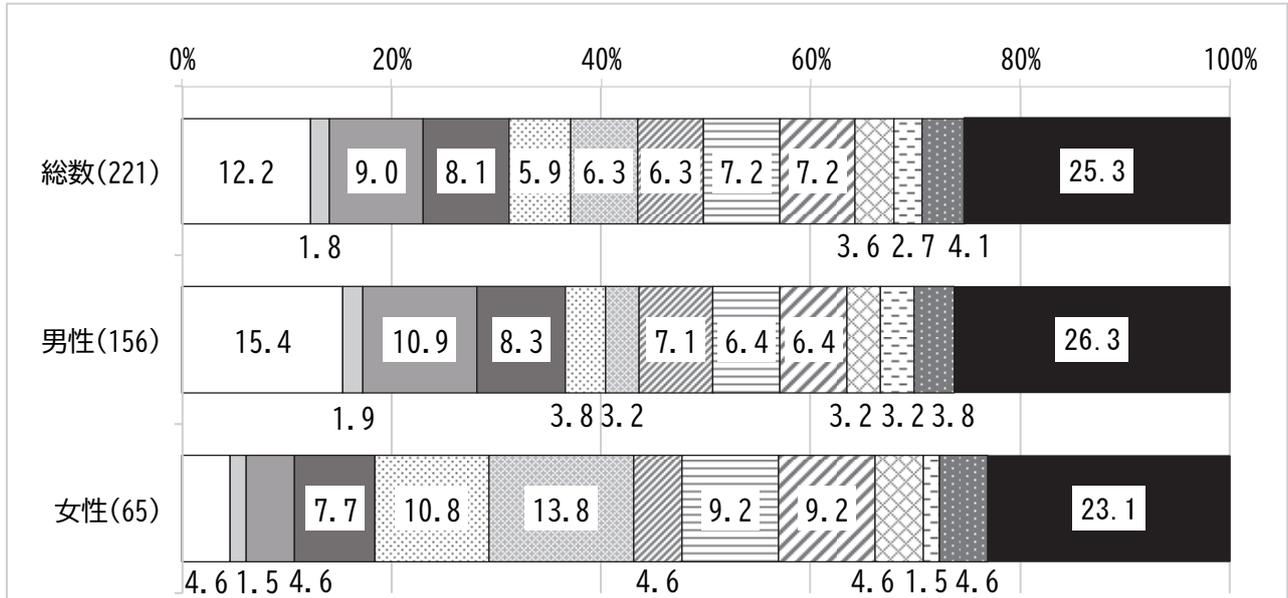
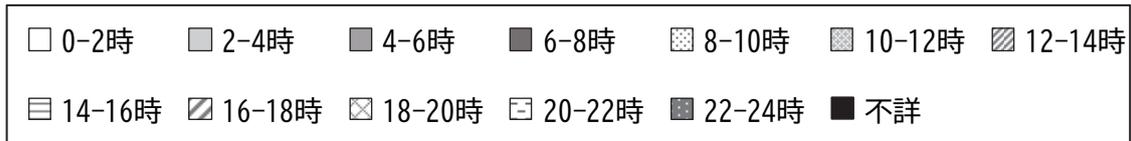
【自殺者数（土浦市）：時間帯別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

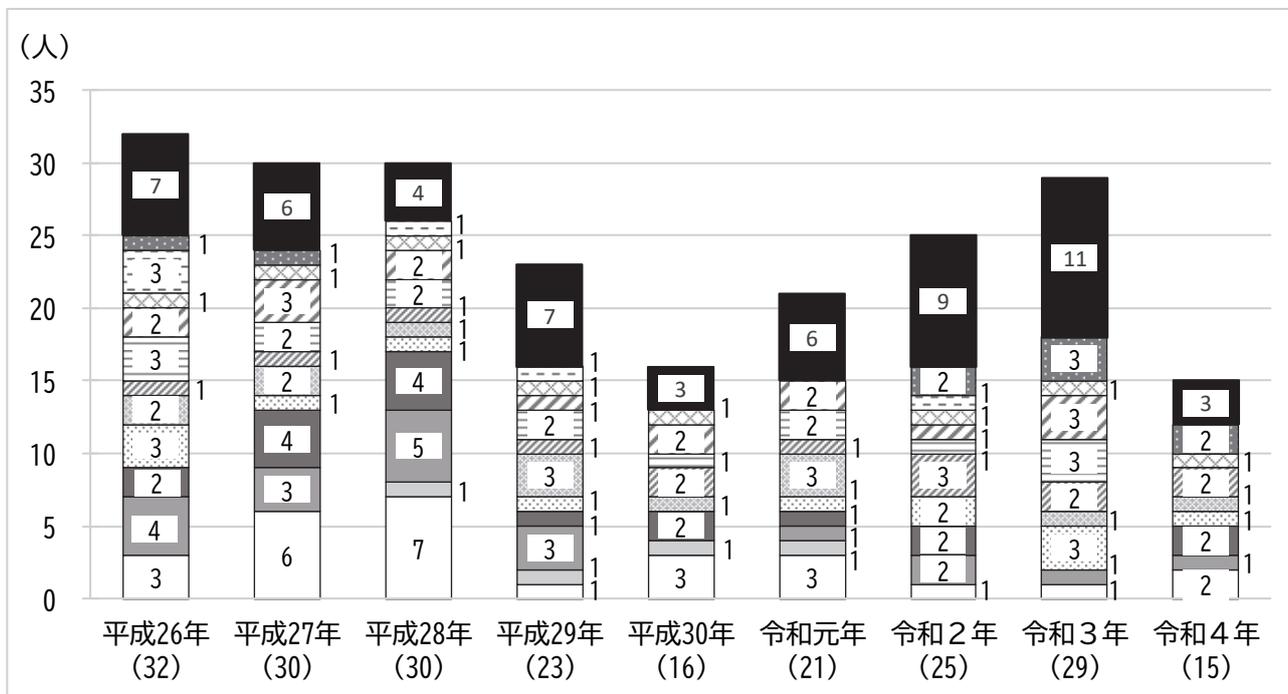


【自殺者数（土浦市）：男女別・時間帯別割合】

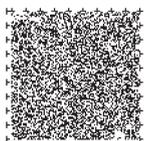


出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

【各年別・時間帯別自殺者数（土浦市）】



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

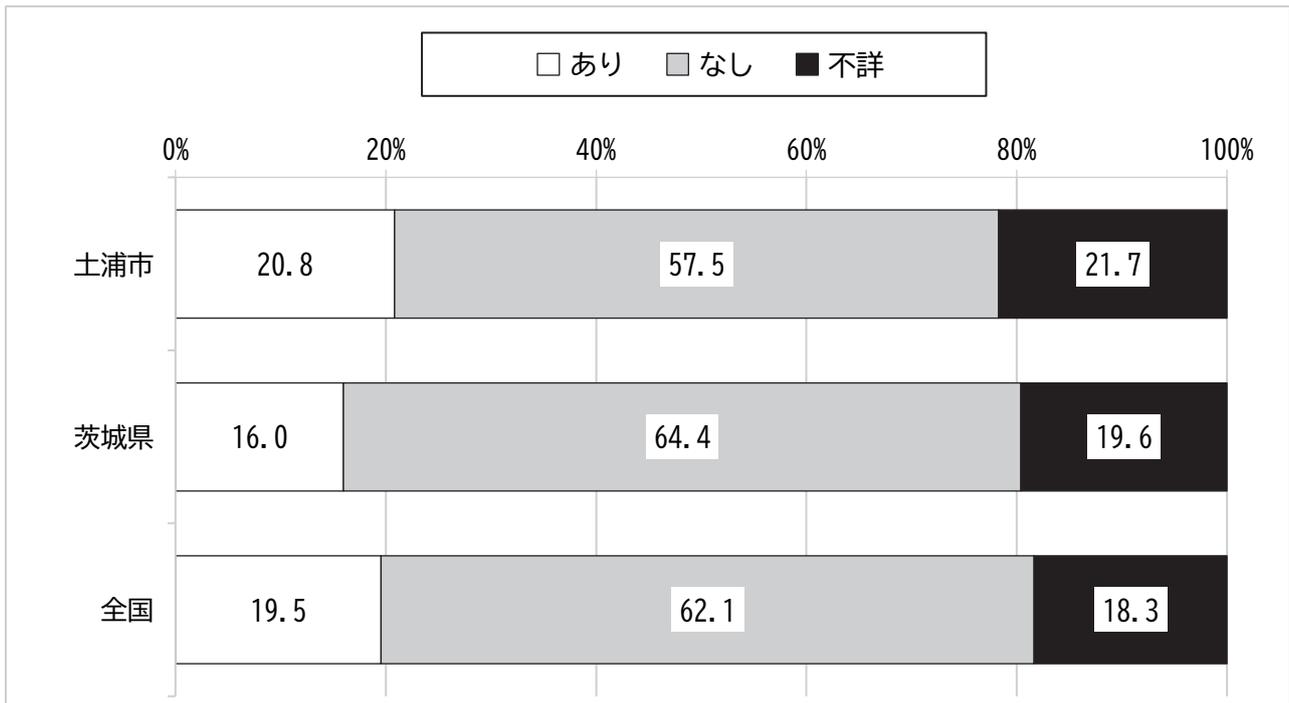


(11) 未遂歴の有無別の状況

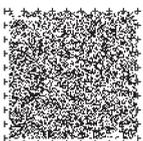
自殺者の未遂歴の有無別では、土浦市は「なし」が57.5%と多く、茨城県及び全国も同様です。

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。

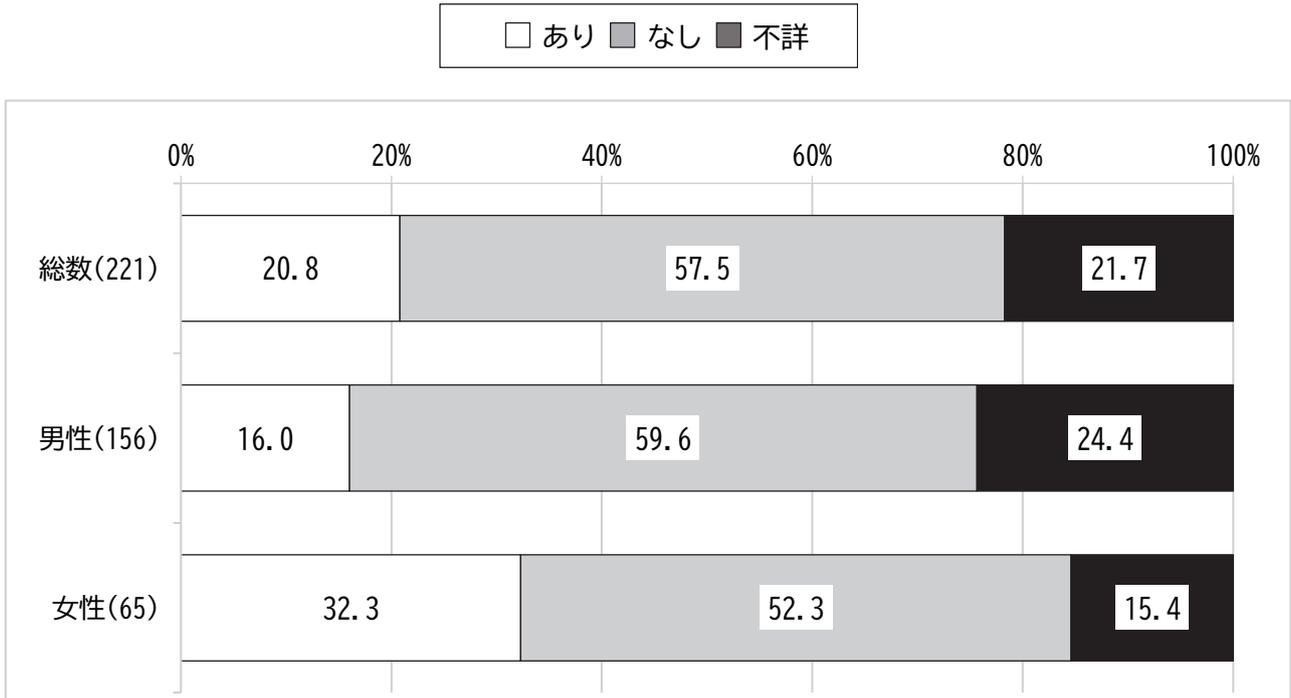
【自殺者数の未遂歴の有無別割合】
平成26年～令和4年の自殺者の合計値



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

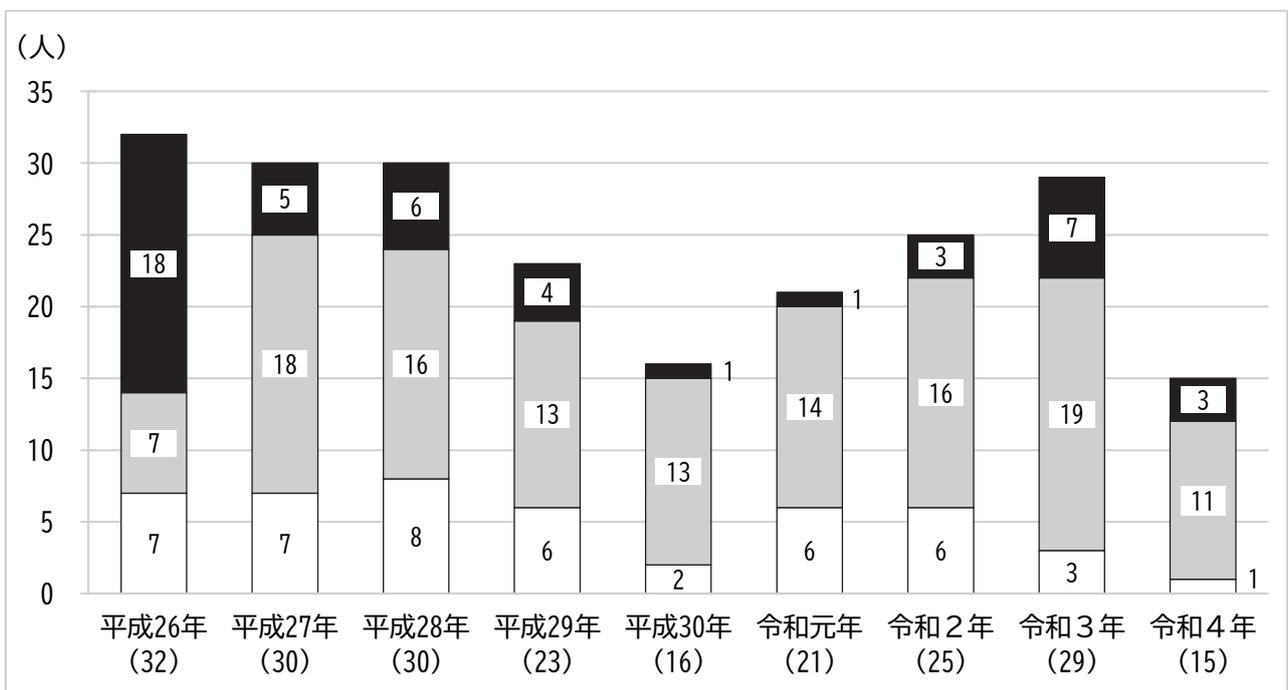


【自殺者数（土浦市）：男女別・未遂歴の有無別割合】

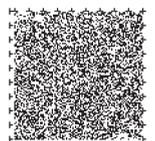


出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」

【各年別・未遂歴の有無別自殺者数（土浦市）】



出典：厚生労働省 「地域における自殺の基礎資料」



(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 2023 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 2023 は、2018 年（平成 30 年）から 2022 年（令和 4 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

出典：いのち支える自殺対策推進センター 「地域実態プロフィール 2023」

①全般状況

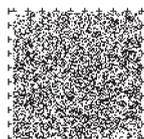
経年変化では、土浦市では令和元年（2019 年）以降、増加傾向であり、平均自殺死亡率も、土浦市は土浦医療圏を若干上回っていましたが、令和 4 年は減少に転じました。

自殺者数、自殺死亡率の推移

		H30 2018	R1 2019	R2 2020	R3 2021	R4 2022	合計	平均
自殺統計※ ¹ 自殺者数（人） （自殺日・住居地）	土浦市	16	21	25	29	15	106	21.2
	土浦医療圏	34	34	45	45	29	187	37.4
自殺統計 自殺死亡率 （10 万対） （自殺日・住居地）	土浦市	11.2	14.7	17.6	20.5	10.6		14.9
	土浦医療圏	13.0	13.1	17.4	17.6	11.4		14.5

出典：いのち支える自殺対策推進センター 「地域実態プロフィール 2023」

※ 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
自殺統計 自殺死亡率は、10 万対のため各年度の数値のみ掲載しています。



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。

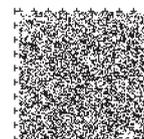
男女の比率は、全国に比べ、男性の割合が若干上回っています。

性別年代別では、土浦市は、「男性 30 歳代」、「男性 70 歳代」及び「女性 30 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

H30～R4 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%	14.92	14.48	16.40
男性		68.9%	68.4%	67.6%	20.53	19.80	22.73
女性		31.1%	31.6%	32.4%	9.30	9.15	10.36
男 性	20 歳未満	0.9%	0.5%	2.1%	1.68	0.94	3.94
	20 歳代	5.7%	5.9%	7.7%	15.03	15.86	24.26
	30 歳代	10.4%	9.6%	8.8%	25.42	23.91	24.40
	40 歳代	13.2%	17.1%	12.0%	25.28	32.91	26.29
	50 歳代	13.2%	12.3%	12.1%	29.88	27.03	30.44
	60 歳代	8.5%	9.6%	9.1%	20.13	20.46	23.96
	70 歳代	12.3%	9.1%	9.1%	29.69	20.72	26.23
	80 歳以上	4.7%	4.3%	6.6%	22.56	18.57	34.32
女 性	20 歳未満	2.8%	2.7%	1.4%	5.43	5.05	2.72
	20 歳代	1.9%	2.7%	3.6%	5.83	8.54	12.12
	30 歳代	5.7%	4.8%	3.4%	16.00	13.76	9.91
	40 歳代	7.5%	7.0%	4.9%	16.11	14.85	11.12
	50 歳代	3.8%	2.7%	5.1%	9.01	6.18	13.04
	60 歳代	3.8%	3.2%	4.4%	8.62	6.72	11.01
	70 歳代	4.7%	4.8%	5.2%	10.00	9.88	12.86
	80 歳以上	0.9%	3.7%	4.3%	2.67	9.62	12.63

出典：いのち支える自殺対策推進センター 「地域実態プロファイル 2023」



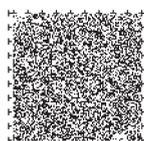
③60 歳以上の状況

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 24.3%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、H30～R4 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	4	5	10.8%	13.5%	10	8	15.4%	12.3%	13.4%	10.0%
	70 歳代	9	4	24.3%	10.8%	12	5	18.5%	7.7%	14.9%	8.4%
	80 歳以上	4	1	10.8%	2.7%	7	1	10.8%	1.5%	11.9%	5.2%
女性	60 歳代	4	0	10.8%	0.0%	6	0	9.2%	0.0%	8.5%	2.8%
	70 歳代	3	2	8.1%	5.4%	4	5	6.2%	7.7%	9.1%	4.3%
	80 歳以上	1	0	2.7%	0.0%	4	3	6.2%	4.6%	7.0%	4.3%
合計		37		100%		65		100%		100%	

出典：いのち支える自殺対策推進センター 「地域実態プロファイル 2023」



④地域の自殺の特徴

土浦市、土浦医療圏いずれも、上位5区分の全てが中高年を占めており、うち4区分が男性となっています。また、同居・独居を問わず、中年層は男性有職者が多く、高齢者層は男女とも無職者が多い傾向となっています。

土浦市の主な自殺の特徴：特別集計（自殺日・住居地、H30～R4 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	14	13.2%	26.5	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	14	13.2%	19.5	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	7.5%	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	7	6.6%	8.3	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
5位:男性40～59歳 有職独居	6	5.7%	32.6	配置転換(昇進/降格含む)→過労+ 仕事の失敗→うつ状態+アルコール 依存→自殺

出典：いのち支える自殺対策推進センター 「地域実態プロファイル2023」

土浦医療圏の主な自殺の特徴：特別集計（自殺日・住居地、H30～R4 合計）

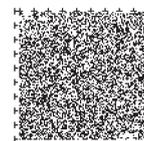
上位5区分	自殺者数 5年計	割合	自殺死亡率* (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路**
1位:男性40～59歳 有職同居	24	12.8%	18.2	配置転換→過労→職場の人間関係の 悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺
2位:男性60歳以上 無職同居	22	11.8%	22.7	失業(退職)→生活苦+介護の悩み (疲れ)+身体疾患→自殺
3位:女性60歳以上 無職同居	12	6.4%	7.5	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
4位:男性60歳以上 無職独居	11	5.9%	59.5	失業(退職)→死別・離別→うつ状 態→将来生活への悲観→自殺
5位:男性40～59歳 有職独居	11	5.9%	39.5	配置転換(昇進/降格含む)→過労+ 仕事の失敗→うつ状態+アルコール 依存→自殺

出典：いのち支える自殺対策推進センター 「地域実態プロファイル2023」

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、望まない孤独・孤立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、孤独・孤立状態にある人及び、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

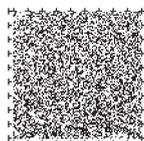
自殺者数は、男女別には、男性が 7 割、女性が 3 割で、男性は女性の 2.4 倍を占めています。男性は、30 歳代から 70 歳代までの幅広い世代で、職業別では、有職者が最も多く、次いで無職者、年金等生活者が多くなっています。自殺の原因・動機は、健康問題に次いで、経済・生活問題が上位を占めており、就業者数のほぼ 9 割を占める第二次、第三次産業における労働環境にも留意する必要があります。地域自殺実態プロファイルでも、上位 5 区分のうち 4 区分が男性を占めています。また、同居人なしが男性の 4 割近くを占めており、一人暮らしに留意する必要があります。

●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

土浦市における平成 30 年（2018 年）から令和 4 年（2022 年）までの 20 歳未満の自殺者は全体の 3.7%、20 歳代は全体の 7.6%で、計 11.3%を占めており、全国においても 20 歳未満は 3.5%、20 歳代は 11.3%で計 14.6%でした。自殺総合対策大綱では、自殺者総数が減少傾向にある中でも小中高生の自殺者が増加傾向となっており、対策の強化を求めていることから、本市においても、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。



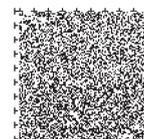
2-4 前計画の活動指標の達成状況

平成31年3月に策定した前計画では、まず職員、市民に計画の存在、考え方を理解してもらうため、計画の周知と自殺対策を推進する人材を育成することを目標とし、評価指標を設定しました。

対象期間である令和元年度から令和5年度までの期間は、新型コロナウイルス感染症の世界的な流行により、社会経済活動に大きな制限があったことから、取組の実施に限界があり、「市民等を対象とした研修会の開催」については達成に至りませんでした。それ以外の施策については、おおむね目標を達成しました。

【前計画の活動指標及び達成度】

基本施策	設定内容	令和5年度までの活動指標		実績	達成状況
		内容	指標		
(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	ふれあいネットワーク事業を活用した地域における自殺対策への理解促進の取り組み	「スクラムネット」及び「ふれあい調整会議」(市内8地区)の中で、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 (年8地区×2回)	80回	達成
(2)自殺対策を支える人材の育成	ゲートキーパー研修を通しての人材育成の取り組み	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)	534人	概ね達成
		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)	49人	未達成
(3)市民への啓発と周知	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、市ホームページや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、市民に周知する。	広報紙掲載回数 10回 (年2回)	10回	達成
(5)児童生徒のSOSの出し方に関する教育	悩みごとやいやなことへの対処に関する教育の実施	すべての公立小、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、教育相談等を毎年実施する。	実施回数 5回 (年1回)	4回	概ね達成



2-5 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。

各部別の自殺対策関連事業数（令和6年3月末現在）

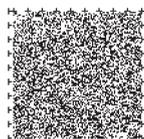
各部	事業数 ※1	うち前計画書か ら継続	うち前計画書か ら統合 ※2	うち新規 ※3
市長公室	6	5		1
総務部	8	7		1
市民生活部	7	5		2
保健福祉部	46	47	▲1	
こども未来部	13	11		2
産業経済部	2	2		
建設部	3	3		
教育委員会	16	13		3
消防本部	2	2		
計	103	95	▲1	9

※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。

※3 新規事業は、次のとおりです。

- ・ 広報紙における各種無料相談窓口の紹介（市長公室） …… P. 60、施策 No. 48
- ・ 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）（総務部）
 …… P. 66、施策 No. 90
- ・ ダイバーシティ推進事業（市民生活部） …… P. 57、施策 No. 25
- ・ 女性のための寄り添い支援事業 …… P. 59、施策 No. 39
- ・ 出産・子育て応援事業（伴走型相談支援）（こども未来部） ・ P. 61、施策 No. 55
- ・ 産前・産後家事ヘルパー派遣事業（こども未来部） …… P. 61、施策 No. 56
- ・ 自殺予防週間・自殺対策強化月間における啓発、周知（教育委員会）
 …… P. 57、施策 No. 26
- ・ 家庭教育支援事業（教育委員会） …… P. 61、施策 No. 57
- ・ 青少年問題協議会（教育委員会） …… P. 62、施策 No. 61

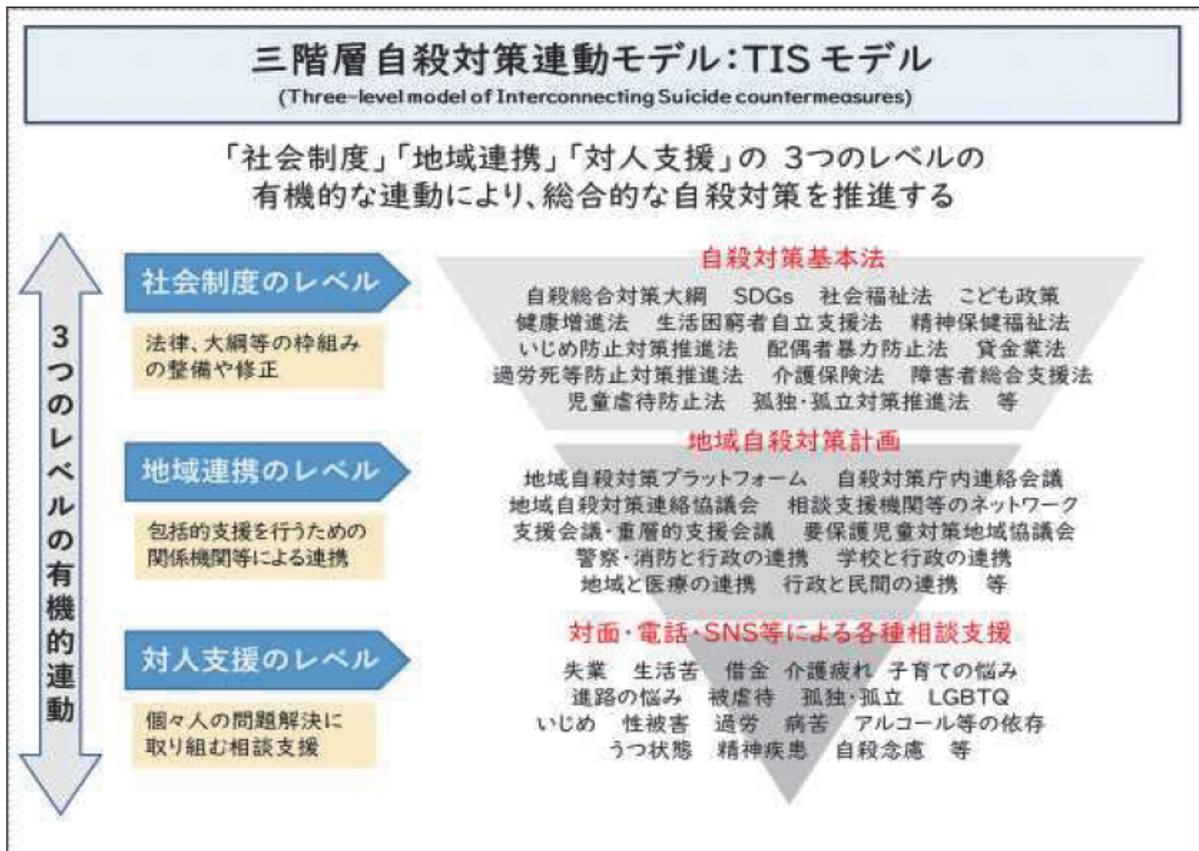


2-6 自殺対策の考え方

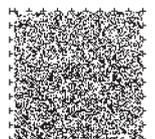
自殺対策に係る個別の施策は、次の3つのレベルに分けて考え、これらを有機的に連動させることで、総合的に推進するものとされています。

- ・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。

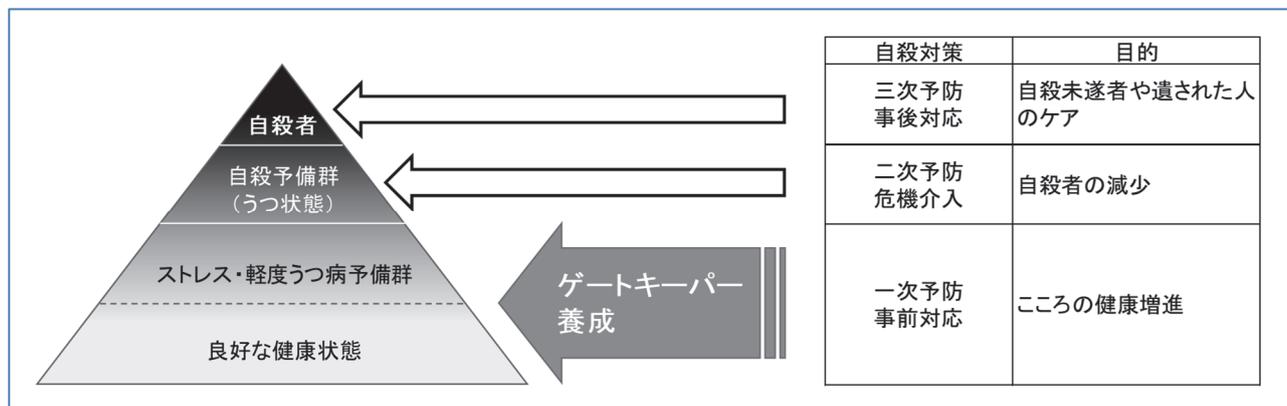


(いのち支える自殺対策推進センター資料)



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。

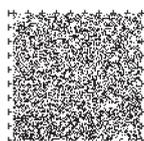
生きづらさを抱えている人に気づき、傾聴し、必要な人につなぎ、見守る「ゲートキーパー*」の存在は重要です。



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。



＊ゲートキーパーについて

ゲートキーパーとは、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、見守る人のことをいい、「命の門番」ともいわれています。特別な研修や資格は必要なく、誰でもゲートキーパーになることができます。

悩みを抱えた人は、「人に悩みを言えない」、「どこに相談に言ったらよいか分からない」、「どのように解決したらよいか分からない」等の状況に陥ることがあります。悩みを抱えた人を支援するためには、周囲の人々がゲートキーパーとして活動することが必要です。

**ゲートキーパー
の役割**

気づき
家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

眠れない、食欲がない、口数が少なくなった等、大切な人の様子が「いつもと違う場合」...

うつ
借金
死別体験
過重労働

配置転換
昇進
引越し
出産
.....

もしかしたら、悩みをかかえていますか？
生活等の「変化」は悩みの大きな要因となります。一見、他人には幸せそうに見えることでも、本人にとっては大きな悩みになる場合があります。

傾聴
本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

- ✦ まずは、話せる環境を作りましょう。
- ✦ 心配していることを伝えましょう。
- ✦ 悩みを真剣な態度で受け止めましょう。
- ✦ 誠実に、尊重して相手の感情を否定せずに対応しましょう。
- ✦ 話を聞いたら、「話してくれてありがとうございます」や「大変でしたね」、「よくやってきましたね」というように、ねぎらいの気持ちを言葉にして伝えましょう。

本人を責めたり、安易に励ましたり、相手の考えを否定することは避けましょう

声かけ
早めに専門家に相談するよう促す

大切な人が悩んでいることに気づいたら、一歩勇気を出して声をかけてみませんか。

声かけの仕方に悩んだら...

- 眠れていますか？(2週間以上つづく不眠はうつのサイン)
- どうしたの？なんだか辛そうだけど...
- 何か悩んでる？よかったら、話して。
- なんか元気ないけど、大丈夫？
- 何か力になれることはない？

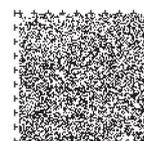
つなぎ
早めに専門家に相談するよう促す

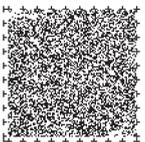
- ✦ 紹介にあたっては、相談者に丁寧に情報提供をしましょう。
- ✦ 相談窓口確実に繋がることできるように、相談者の了承を得たうえで、可能な限り連携先に直接連絡を取り、相談の場所、日時等を具体的に設定して相談者に伝えるようにしましょう。
- ✦ 一緒に連携先に向くことが難しい場合には、地図やパンフレットを渡したり、連携先へのアクセス(交通手段、経費等)等の情報を提供するなどの支援を行いましょう。

見守り
温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

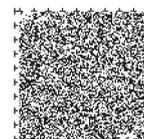
- ✦ 連携した後も、必要があれば相談にのることを伝えましょう

(厚生労働省「誰でもゲートキーパー手帳 第2版」)





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

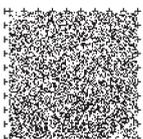
市民一人ひとりが、「自殺に追い込まれるという危機」は、誰にでも起こりうることであり、という共通認識を持つとともに、自殺への偏見を払拭し、正しい理解を深め、自殺のサインに気づくことができるための取組を進めます。

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 誰もが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、誰もが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。

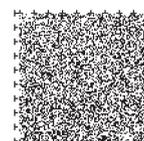
国の「地域自殺対策政策パッケージ」における重点パッケージ（地域において優先的な課題となりうる施策）に対応した「重点施策」と、基本パッケージ（全ての市町村が共通して取り組むべき施策）に対応した「基本施策」です。

「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、いのちを支えあうまちを目指す

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

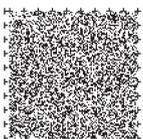
- ①自殺に係る実態把握・情報収集
- ②自殺に関する知識の普及・啓発
- ③講演会・イベント等の開催
- ④メディアを活用した啓発

(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※



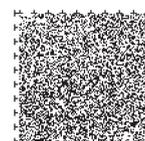
3-4 自殺対策計画の評価指標

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「ふれあいネットワーク」を活用した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。

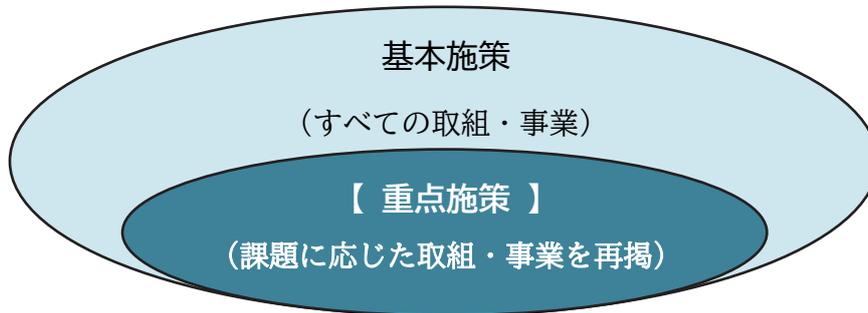
また、子どもの自殺に対する対策として、公立小中学校での授業や教育相談等に取り組み、子どもがSOSを出すことのできる環境づくりを目指します。

設定内容	令和10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、市ホームページや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、市民に周知する。	・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。



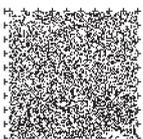
I. 高齢者の自殺対策の推進

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（詳細は 51 頁を参照）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



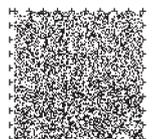
重点施策 No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
3	高齢者 クラブ活動 助成事業	健康増進事業、社会奉仕事業、教養講座等に参加することで、社会とつながり、仲間づくり、人に喜んでもらうことの充足感などを得ることにより、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	
4	生きがい対 応型デイサ ービス事業	地域福祉団体等が地域の空き家や空き店舗を有効活用し、高齢者を対象に健康や生きがいに関する活動、創作活動及び趣味活動の場を提供することにより、自殺のリスクの軽減を図る。	高齢福祉課	福祉団体

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



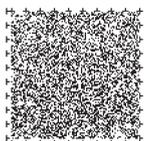
Ⅲ. 勤務・経営問題による自殺対策の推進

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・若者の自殺対策の推進

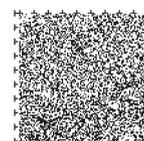
全国の自殺者数が全体としては低下傾向にあるにもかかわらず、令和4年における全国の小中高生の自殺者数は、過去最多となりました。

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学校生活支援員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）	

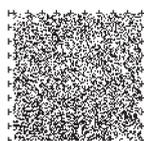
V. 女性の自殺対策の推進

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。

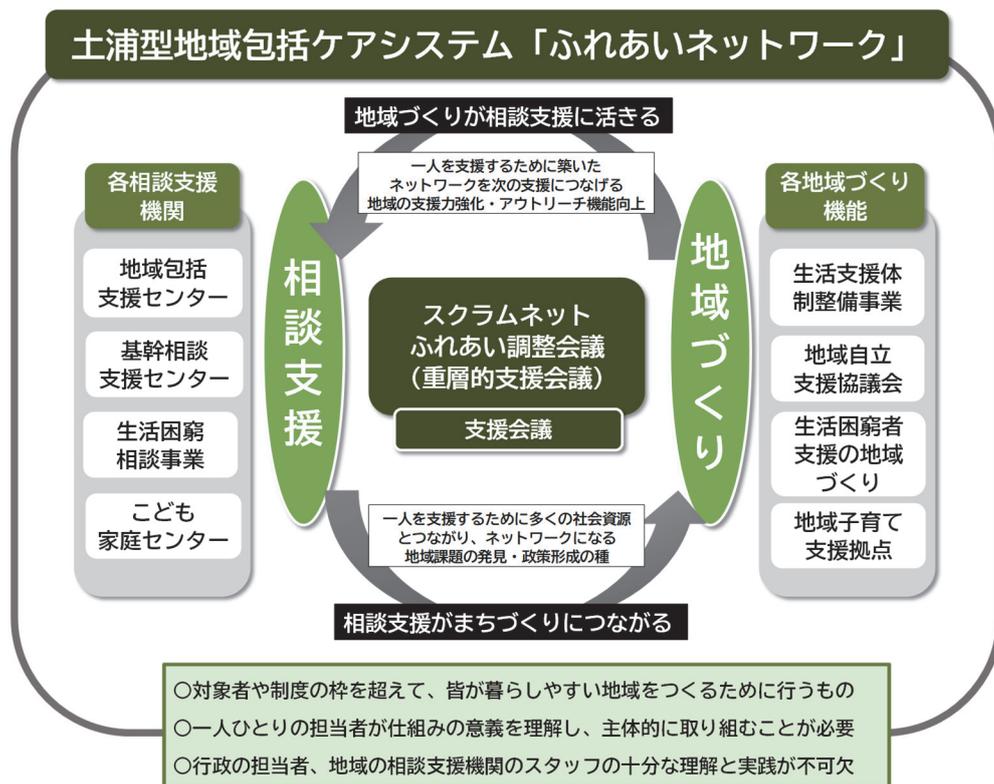
(1) 地域におけるネットワークの強化

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、自殺対策でも、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。

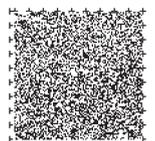
併せて、積極的な声かけや、交流を通じ、孤独・孤立感の解消を推進するほか、孤独・孤立状態にある人の家族等への支援についても検討を進めます。

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、障害者、子ども、生活困窮者など、生活上の課題を抱える全ての市民を対象とする相談・支援体制です。中学校区ごとの公民館に福祉の相談窓口を設置し、常駐する地域ケアコーディネーター（社会福祉協議会職員）が、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との調整役となり、連携して包括的な支援を行います。

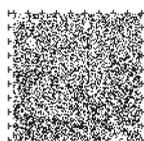


①地域における多様なネットワークの活用による自殺のリスクの軽減

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

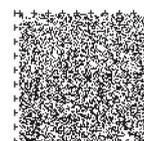
No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
5	更生保護青少年健全育成事業	保護司会をはじめとする更生保護青少年健全育成事業団体が行う活動を通じて、対象者がさまざまな問題を抱えている場合は、保護司等が適切な支援先へつながり等対応をとる。	人権推進課	保護司会 更生保護女性会等
6	民生委員・児童委員事務	積極的な訪問活動を通じて、自殺リスクのある人を把握し、必要に応じて地域ケアコーディネーター等の関係機関に情報を提供する。	社会福祉課	民生委員・ 児童委員
7	路上生活者に対する事務	路上生活者について、実態調査等を実施し、直接本人から生活状況の確認を行い、生活上の問題を抱えてい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

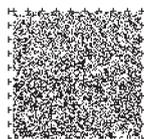
No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
12	ゲートキーパー研修	市役所職員を対象にゲートキーパーに関する研修を開催することにより人材を育成する。	障害福祉課	人事課

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

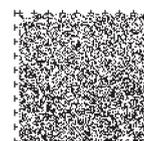
ウ 学校における人材の育成

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に気づき、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。

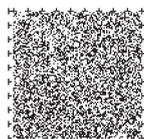
多くの市民に、このような共通認識を拡げ、自殺対策に対する理解を深めるために、情報発信や啓発活動を進めます。啓発、周知は、市におけるさまざまな広報媒体及び多様なメディアの活用や、市民に直接訴えかけるイベント、講演会等多様な手段で実施します。

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

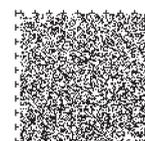
No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
22	広報紙等による情報発信	広報紙等に「自殺予防週間（9月）」や「自殺対策強化月間（3月）」などに特集記事を掲載し効果的な啓発を行う。	広報広聴課	障害福祉課
23	市民くらしの便利帳の活用	便利帳の中に、「生きる支援」等に関する相談先の情報を掲載することで、住民に対する周知を図る。	広報広聴課	相談担当課
24	男女共同参画に関する情報提供	ダイバーシティ推進室便り「ウィズユー」で、ハラスメント防止等の啓発を行っているが、ハラスメント等から自殺を考えている人を支援できるように、早期の相談を呼びかけていく。また、資料室には、生き方や対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

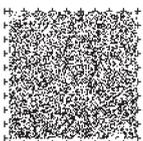
(4) 生きることの促進要因への支援

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。

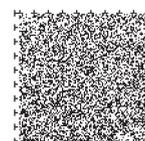
自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加え、「生きることの促進要因」を増やすことが重要であり、市や連携組織等における生きがいを持てる取組が必要です。そのため、各種の相談窓口や訪問活動を通して、専門機関との連携の強化等により必要な支援を進めます。

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



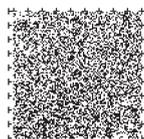
No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
37	【重点施策5】 市税等納税 相談	市税等における滞納整理業務の一環として、実情を訴える納税者からの相談に応じ、適切に対処する。	納税課	
38	【重点施策16】 女性問題解決 のための相談	専門の相談員が、離婚・DV・セクハラ・子育てなどについて相談を行い、自殺のリスクの軽減及び関係機関が連携し支援する契機とする。	人権推進課	
39	【新規】 女性のための 寄り添い支援 事業	社会的に孤立し困難や不安を抱えている女性に対して、幅広い相談窓口の開設や居場所の提供、ハローワーク等への同行など、個人に寄り添ったきめ細かい支援を行う。	人権推進課	NPO法人 社会福祉協 議会
40	【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	
41	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	
42	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	
43	【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	
44	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
45	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
46	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
47	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）
48	【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

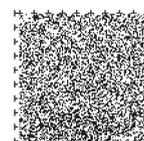
No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
49	ファミリーサポートセンター事業	家庭の様子や、子育てに関する悩みを把握することで、必要な支援や関係機関へつなげる等、気づきやつなぎ役を行う。	こども政策課	社会福祉協議会
50	【重点施策 17】 妊婦健康診査 産婦健康診査	妊婦健診により精神的な不調の早期発見とその支援を行う。産婦健診では、産後うつ病質問票によるスクリーニングにより、自殺リスクの高い産後うつの早期発見、早期治療を図る。	こども包括支援課	
51	乳児家庭全戸訪問事業	生後 4 か月までの乳児のいる家庭を保健師や助産師が訪問し、自殺リスクのある産後うつの早期発見・支援を行う。	こども包括支援課	
52	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	
53	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
54	【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	
55	【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	
56	【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	
57	【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

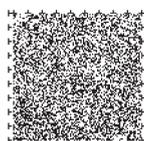
No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
58	【重点施策9】 自治振興金融保証料補給金 自治金融制度 利子補給金	中小企業の負担軽減と経営安定化を図ることにより、経営難による自殺のリスクが高まることを防ぐ。	商工観光課	土浦商工会議所・土浦市新治商工会・市内金融機関等



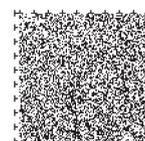
No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
59	【重点施策10】 中小企業労働者共済会保証料補給金／中小企業労働者共済会利子補給金／中小企業退職金共済制度加入促進補助金	中小企業労働者の経済的地位と生活資質の向上を図り、勤労者の抱える生活難等の問題に起因する自殺のリスクが高まることを防ぐ。	商工観光課	一般社団法人日本労働者信用基金協会・中央労働金庫土浦支店等
60	青少年指導室事業	青少年の街頭指導、青少年相談を通して、自殺のリスクの低減を図る。また、青少年相談員の研修会等の際に、青少年の自殺の現状と対策について情報提供を行い、理解を深めてもらう。	生涯学習課	青少年相談員
61	【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
62	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
63	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
64	【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
65	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	
66	【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
67	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
68	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	
69	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	
70	【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
71	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
72	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



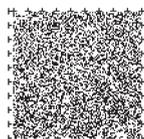
No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
73	就学援助に関する事務	就学に際して経済的困難を抱える児童・生徒の保護者への対応の際に、家庭状況の聞き取りを行うことで、自殺のリスクの早期発見に努める。	学務課	社会福祉課 社会福祉協議会 民生委員

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
74	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	
75	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	
76	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	
77	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

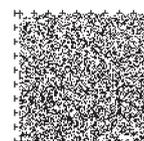
⑥医療の充実

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
78	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
79	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
80	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
81	【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	
82	【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
83	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
84	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
85	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	
86	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

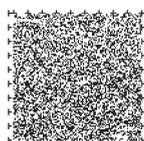
No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
87	自殺未遂者の支援	茨城県と協力し、救急病院や精神科等と連携し、本人、家族等に適切な医療・相談ができる体制を検討する。	障害福祉課	健康増進課 医療機関

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
88	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
89	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	
90	【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。

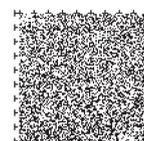
そのため、日頃からののちの大切さを育む授業を進めるとともに、外部の講師等を活用した取組等を進めます。

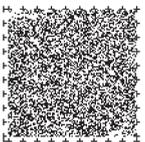
①相談機能の活用

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
91	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
92	【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

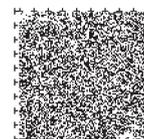
②教育内容の充実

No.	事業・取組	事業・取組の内容	担当課	連携組織等
93	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
94	【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

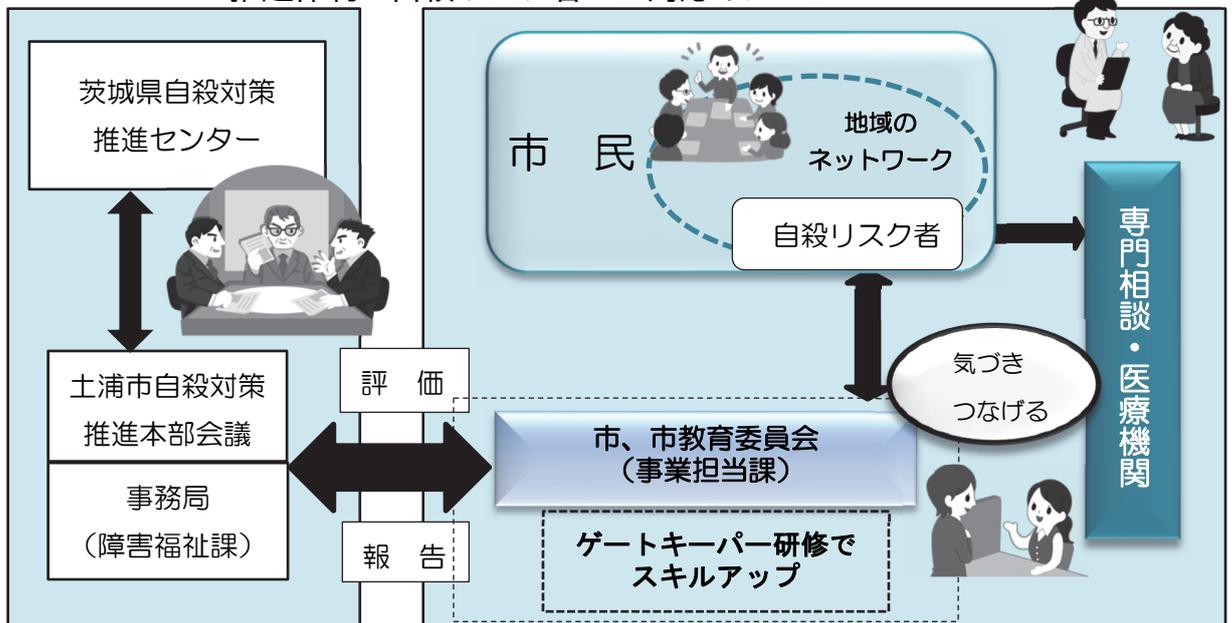
本計画は、総合的な自殺対策となることから、広報紙特集等での紹介、ホームページへの掲載、SNS等による発信等により、啓発活動を実施し、広く市民への周知を図ります。

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。

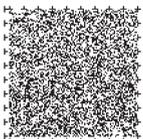
推進体制と自殺リスク者への対応イメージ



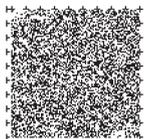
4-3 計画の推進

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。



資料編



1 土浦市自殺対策計画策定委員会

土浦市自殺対策計画策定委員会設置要綱

平成30年3月26日告示第58号

最終改正：令和5年4月30日告示第186号

(設置)

第1条 自殺対策基本法（平成18年法律第85号）第13条第2項に規定する市町村自殺対策計画（次条及び第4条第2項において「計画」という。）の策定に当たり必要な事項を検討するため、土浦市自殺対策計画策定委員会（以下「委員会」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 委員会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 計画に係る調査審議に関すること。
- (2) 計画の立案に関すること。
- (3) 前2号に掲げるもののほか、計画の策定に関し必要な事項

(組織)

第3条 委員会は、委員20人以内をもって組織する。

(委員)

第4条 委員は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱する。

- (1) 市民の代表
- (2) 学識経験を有する者
- (3) 市議会の議員
- (4) 関係機関及び団体の役職員
- (5) 前各号に掲げるもののほか、市長が特に必要と認める者

2 委員の任期は、計画の立案が終了したときまでとする。

3 第1項第3号及び第4号に掲げる者のうちから委嘱された委員は、委嘱当時の職を退いたときは、委員の資格を失うものとする。

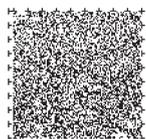
(委員長及び副委員長)

第5条 委員会に委員長及び副委員長を置く。

2 委員長及び副委員長は、委員の互選によってこれを定める。

3 委員長は、会務を総理し、委員会を代表する。

4 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるとき、又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。



(会議)

第6条 委員会の会議（以下「会議」という。）は、必要に応じて委員長が招集する。

2 委員長は、会議の議長となる。

3 委員長は、必要があると認めるときは、会議に委員以外の者の出席を求め、その説明又は意見を聴くことができる。

(庶務)

第7条 委員会の庶務は、保健福祉部障害福祉課において処理する。

(委任)

第8条 この告示に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が委員会に諮って定める。

付 則

(施行期日)

1 この告示は、平成30年4月1日から施行する。

(最初の会議)

2 第6条第1項の規定にかかわらず、最初の会議は、市長が招集し、第5条第2項の規定により委員長を定めるまでの間、会議の議長となる。

付 則（令和5年4月30日告示第186号）

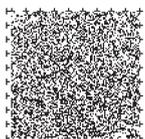
この告示は、令和5年5月1日から施行する。



土浦市自殺対策計画策定委員会委員名簿

任期：令和5年7月24日～令和6年3月31日

委員氏名	所属・役職等	備考
福山 なおみ	日本保健医療大学 客員教授 元 NPO 法人自殺対策支援センター ライフリンク	委員長
塚原 靖二	一般社団法人土浦市医師会 副会長	副委員長
田中 義法	土浦市議会文教厚生委員会委員	
瀧 正教	土浦市地区長連合会 会長	
吉田 和司	土浦市民生委員児童委員協議会連合会 理事	
高野 典昭	土浦市青少年相談員連絡協議会 会長	
山口 純代	茨城県土浦保健所地域保健調整監兼保健指導課 課長	
鈴木 秀明	一般社団法人土浦薬剤師会 理事	
小関 保行	社会福祉法人土浦市社会福祉協議会 事務局長	
稲野邊 義浩	土浦第二中学校 校長	
加賀美 吉彦	土浦商工会議所 事務局長	
広瀬 正幸	土浦警察署生活安全課 課長	
助川 伸哉	茨城県土浦児童相談所 副所長	
三柴 萌実	法テラス牛久法律事務所 弁護士	
鈴木 君枝	土浦市女性団体連絡協議会 副会長	
大木 信男	土浦市高齢者クラブ連合会 会長	
堀田 俊雄	土浦市肢体不自由児（者）父母の会 会長	



2 土浦市自殺対策推進本部会議

土浦市自殺対策推進本部会議設置要綱

平成30年5月18日訓令第19号
最終改正：令和5年3月31日訓令第8号

(設置)

第1条 土浦市自殺対策計画（以下「計画」という。）について調査研究し、計画の立案等を行うため、土浦市自殺対策推進本部会議（以下「推進本部会議」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 推進本部会議は、次に掲げる事務を所掌する。

- (1) 計画の立案及び見直しに関すること。
- (2) 計画に係る調査研究、連絡調整及び評価に関すること。
- (3) 前2号に掲げるもののほか、計画に関し必要な事項

(組織)

第3条 推進本部会議は、委員長及び委員をもって組織する。

- 2 委員長は、保健福祉部長をもって充てる。
- 3 委員は、別表に掲げる職にある者をもって充てる。
- 4 委員長は、会務を総理し、推進本部会議を代表する。
- 5 委員長に事故があるとき、又は委員長が欠けたときは、委員長があらかじめ指名する委員がその職務を代理する。

(会議)

第4条 推進本部会議の会議（以下この条において「会議」という。）は、必要に応じ、委員長が招集する。

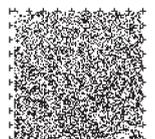
- 2 委員長は、会議の議長となる。
- 3 委員長は、必要があると認めるときは、会議に委員以外の者の出席を求め、その説明又は意見を聴くことができる。

(報告)

第5条 委員長は、推進本部会議における計画の立案及び見直しの過程及び結果を市長に報告し、必要な指示を受けるものとする。

(庶務)

第6条 推進本部会議の庶務は、保健福祉部障害福祉課において処理する。



(委任)

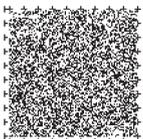
第7条 この訓令に定めるもののほか、推進本部会議に関し必要な事項は、委員長が別に定める。

付 則

この訓令は、平成30年5月18日から施行する。

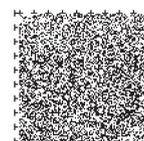
付 則（令和5年3月31日訓令第8号）

この訓令は、令和5年4月1日から施行する。



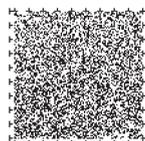
別表（第3条関係）

部名	職名
市長公室	市長公室長 広報広聴課長
総務部	総務部長 防災危機管理課長 人事課長 納税課長
市民生活部	市民生活部長 市民活動課長 人権推進課長 生活安全課長
保健福祉部	社会福祉課長 障害福祉課長 高齢福祉課長 健康増進課長
こども未来部	こども未来部長 こども政策課長 こども包括支援課長 保育課長
産業経済部	産業経済部長 商工観光課長
都市政策部	都市政策部長 都市計画課長
建設部	建設部長 住宅営繕課長 水道課長
教育委員会事務局	教育部長 学務課長 生涯学習課長 指導課長
消防本部	消防長 警防救急課長



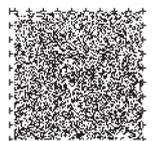
土浦市自殺対策推進本部会議委員名簿

部	課	役職	氏名
市長公室		公室長	船沢 一郎
	広報広聴課	課長	中川 光美
総務部		部長	塚本 哲生
	防災危機管理課	課長	大橋 博
	人事課	課長	塚本 浩幸
	納税課	課長	北島 康雄
市民生活部		部長	真家 達成
	市民活動課	課長	佐野 善則
	人権推進課	課長	福原 守
	生活安全課	課長	中山 悟
保健福祉部		部長	羽生 元幸
	社会福祉課	課長	坂本 英宣
	高齢福祉課	課長	刈山 和幸
	健康増進課	課長	水田 和広
こども未来部		部長	平井 康裕
	こども政策課	課長	菊田 宏巳
	こども包括支援課	課長	佐藤 千加子
	保育課	課長	野中 佑起男
産業経済部		部長	佐藤 亨
	商工観光課	課長	沼尻 健
都市政策部		部長	塚本 隆行
	都市計画課	課長	飯泉 貴史
建設部		部長	渡辺 善弘
	住宅営繕課	課長	三浦 誠
	水道課	課長	和田 利昭
教育委員会		部長	望月 亮一
	学務課	課長	塚本 耕司
	生涯学習課	課長	佐賀 憲一
	指導課	課長	田上 秀之
消防本部		消防長	檜山 保明
	警防救急課	課長	堀本 良博



3 第2期土浦市自殺対策計画の策定過程

日程	実施事項	主な内容
令和5年 6月29日(木)	第1回 土浦市自殺対策推進 本部会議	<ul style="list-style-type: none"> ・土浦市自殺対策計画について ・本市における自殺の実態について ・本計画に係る社会資源の把握について ・本計画の策定スケジュールについて
7月25日(火)	第1回 土浦市自殺対策計画 策定委員会	<ul style="list-style-type: none"> ・正副委員長の選出 ・土浦市自殺対策計画について ・本市における自殺の実態について ・本市における自殺対策の取組等について ・本計画の策定スケジュールについて
5月16日 ～5月31日、 7月7日 ～7月28日	本市における自殺対策 関連施策の洗い出し 作業の実施	<ul style="list-style-type: none"> ・自殺対策関連施策の洗い出し ・自殺対策の視点を加えた事業案の検討
10月13日(金)	第2回 土浦市自殺対策推進 本部会議	<ul style="list-style-type: none"> ・土浦市自殺対策計画(素案)の検討について ・パブリック・コメント※の実施について
10月31日(火)	第2回 土浦市自殺対策計画 策定委員会	<ul style="list-style-type: none"> ・土浦市自殺対策計画(素案)の検討について ・パブリック・コメントの実施について
12月15日～ 令和6年 1月9日	パブリック・コメント の実施	<ul style="list-style-type: none"> ・計画案を市主要施設で閲覧に供するとともに、ホームページに公開し、意見を募集
1月30日(火)	第3回 土浦市自殺対策推進 本部会議	<ul style="list-style-type: none"> ・パブリック・コメントの結果について ・第2期土浦市自殺対策計画(案)について
2月13日(火)	第3回 土浦市自殺対策計画 策定委員会	<ul style="list-style-type: none"> ・パブリック・コメントの結果について ・第2期土浦市自殺対策計画(案)について



4 用語の解説

あ行

生きることの包括的な支援

自殺総合対策大綱（令和4年10月）に掲げられた基本方針であり、「生きることの包括的な支援」は、自殺対策として「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ものとしている。

茨城いのちの電話

「社会福祉法人 茨城いのちの電話」が運営しており、人生（生き方、自殺、職業など）・医療・家庭・教育・対人関係の悩み、不安などの相談を、24時間、電話で受けている。

茨城県地域自殺対策推進センター

茨城県の実情に即した自殺対策を総合的に推進させるための機関であり、自殺対策基本法の改正に伴い、精神保健福祉センター内に平成28年8月より設置された。主な事業として、電話相談窓口「こころのホットライン」の運営、自殺に関係する各種情報の収集や分析、提供、市町村や民間団体における自殺関連事業への支援、ゲートキーパーや認知行動療法などの人材養成、関係機関のネットワーク強化の推進を行っている。

医療圏

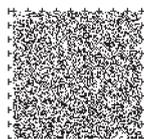
地域の実情に応じた医療を提供する体制を確保するために、都道府県が設定する圏域であり、日常生活に密着した保健医療を提供する一次医療圏（基本的に市町村単位）、健康増進・疾病予防から入院治療まで一般的な保健医療を提供する二次医療圏（複数の市町村）、先進的な技術が必要とする特殊な医療に対応する三次医療圏（基本的に都道府県単位）がある。

ICT（アイシーティー）

ICT(Information and Communication Technology)は「情報通信技術」の略であり、IT(Information Technology)とほぼ同義の意味を持つが、コンピューター関連の技術をIT、コンピューター技術の活用に着目する場合をICTと、区別して用いる場合もある。国際的にICTが定着していることなどから、日本でも近年ICTがITに代わる言葉として広まりつつある。

SOSの出し方に関する教育

令和4年10月に閣議決定された自殺総合対策大綱において、児童生徒の自殺対策を強化するため、「児童生徒のSOSの出し方に関する教育」を全国的に推進するための具体的方策を示している。「SOSの出し方に関する教育」の目的は、子供が、現在起きている危機的状況、又は今後起こり得る危機的状況に対応するために、適切に援助を求める行動（身近にいる信頼できる大人にSOSを出す）ができるようにすることと、身近にいる大人がそれを受け止め、支援ができるようにすることである。



自殺死亡率

その年の人口 10 万人当たりの自殺者数。

自殺総合対策推進センター

自殺総合対策の更なる推進を求める決議（平成 27 年 6 月 2 日参議院・厚生労働委員会）及び「自殺予防総合対策センターの今後の業務の在り方について」（平成 27 年 7 月）を踏まえ、これまでの「自殺予防総合対策センター」を改組し、平成 28 年度より新たに「自殺総合対策推進センター」として発足。平成 28 年 4 月 1 日に施行された改正自殺対策基本法の新しい理念と趣旨に基づき、学際的な観点から関係者が連携して自殺対策の P D C A サイクルに取り組むためのエビデンスの提供や、民間団体を含めた地域の自殺対策を支援している。

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定めるものであり、平成 19 年 6 月に策定された後、平成 24 年 8 月と平成 29 年 7 月に見直しが行われている。令和 3 年から再度見直しに向けた検討に着手し、我が国の自殺の実態を踏まえ、令和 4 年 10 月、「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。

自殺対策基本法

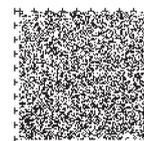
自殺対策を総合的に推進し、自殺の防止などを目的とする法律（2006 年 6 月成立、2006 年 10 月施行）。年間自殺者が 3 万人にのぼる日本の現状をふまえた、超党派による議員立法である。自殺は個人だけの問題ではなく、〈多様かつ複合的な原因及び背景を有するもの〉と定めて社会全体で取り組むべき課題と位置づけ、国や自治体、医療機関、事業主、学校、国民に自殺対策の責務を課し、自殺未遂者や自殺者の遺族に対する支援も行う。厚労省には厚生労働大臣を長とする自殺総合対策会議を設置する。

自殺対策強化月間

自殺の危険を示すサインや、それに気づいた時の対応方法等について、正しい知識の普及啓発や理解の促進を図ることを目的とし、自殺対策基本法において例年、月別自殺者数の最も多い 3 月を「自殺対策強化月間」と定めている。

自殺予防週間

自殺対策基本法では、9 月 10 日から 9 月 16 日までを「自殺予防週間」と位置付け、国及び地方公共団体は、啓発活動を広く展開するものとし、それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとしている。



自死遺族

自殺により亡くなった人の家族・親族のこと。家族・新族の自死により、遺された人々には様々なこころの問題が起き、特に発見した方などは強い衝撃を受けることがある。自死遺族の支援団体としては、全国自死遺族総合支援センター、自死遺族のつどい、一般社団法人 全国自死遺族連絡会、弁護士による電話相談（自死遺族ホットライン）等がある。

自治金融制度利子補給金

融資斡旋が認められた中小企業に対し、市が利子補給を行い、中小企業の金利負担を軽減し、金融の円滑化を図る。

自治振興金融保証料補給金

中小企業者の負担する債務につき、市が茨城県信用保証協会の信用保証料を負担することにより、中小企業金融の円滑化を図り、その振興を促進する。

市町村自殺対策計画

自殺対策のより一層の推進と、より具体的・実効的な計画の必要性から、平成 28 年に自殺対策基本法が改正され、計画策定が市町村の努力義務とされた（同法第 13 条第 2 項）。

重層的支援体制整備事業

従来の分野別支援体制では対応しきれない、多様化・複雑化した地域の支援ニーズに対応するため、市町村が創意工夫をもって包括的な支援体制を円滑に構築し、実践する事業をいう。

新型コロナウイルス感染症

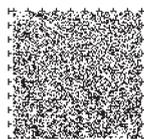
令和元（2019）年 12 月に中国で初めて確認された、新型コロナウイルスにより引き起こされる感染症のこと。世界的に大流行し、社会・経済活動に大きな影響を与えた。

ストレスチェック

2014 年 6 月に改正された労働安全衛生法に基づき、2015 年 12 月 1 日から、「労働者自身のストレスへの気づきを促進すること」、「ストレスの原因となる職場環境の改善につなげること」を主な目的として、年 1 回以上の定期的な医師・保健師などによるストレスチェックの実施が、従業員 50 人以上の事業者には義務付けられている（従業員 50 人未満の事業場については当分の間努力義務）。

成年後見制度

障害などにより判断能力が十分でない人の法律行為を代行又は支援する者を専任する制度。家庭裁判所が審判を行う法定後見（判断能力の程度に応じて後見・保佐・補助のいずれかに分けられる）と、本人の判断能力があるうちに後見人を選び、委任契約を結んでおく任意後見がある。



第一次産業・第二次産業・第三次産業

第一次産業は、農業・牧畜業・林業・漁業等の産業、第二次産業は、製造・加工・建設などの産業、第三次産業は、交通・輸送・通信・商業・金融・旅行・娯楽・行政などのサービス産業をいう。

地域自殺実態プロファイル

いのち支える自殺対策推進センターが、全ての都道府県及び市町村それぞれの自殺の実態を分析した資料であり、地方公共団体の地域自殺対策計画の策定に役立てている。

地域自立支援協議会

関係機関等が相互の連絡を図ることにより、地域における障害のある人等への相談支援体制に関する課題について情報を共有し、関係機関等の連携の緊密化を図るとともに、地域の実情に応じた支援体制の整備について協議を行うため、市町村に設置する協議会。

中小企業退職金共済制度加入促進補助金

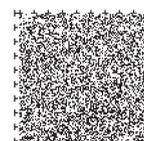
独力で退職金制度を設けることが困難な中小企業に対し、退職金に係る共済掛金を市が負担することにより、中小企業退職金共済制度への加入促進を図る。

中小企業労働者共済会保証料補給金

労働組合等の組織されていない中小企業労働者が借入れる住宅資金や生活資金の保証料を市が負担することにより、中小企業労働者の経済的地位と生活資質の向上を図る。

中小企業労働者共済会利子補給金

労働組合等の組織されていない中小企業労働者が借入れる住宅資金や生活資金の利子を市が負担することにより、中小企業労働者の経済的地位と生活資質の向上を図る。



は行

パブリック・コメント

市の基本的な計画等を策定する際に、事前にその案を公表し、市民等の意見を求め、寄せられた意見を参考に計画等を決定するとともに、市民から寄せられた意見と市の考え方を公表する制度のこと。

PDCAサイクル

業務管理手法のひとつで、計画（Plan）、実行（Do）、評価（Check）、見直し（Action）の4段階を繰り返して継続的に改善していく流れのこと。

ま行

メンタルヘルス

こころの健康のこと。世界保健機関（WHO）では「自身の可能性を認識し、日常のストレスに対処でき、生産的かつ有益な仕事ができ、さらに自分が所属するコミュニティに貢献できる健康な状態」と定義されている。

や行

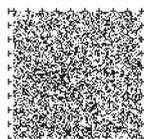
ヤングケアラー

本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っているこどものこと。責任や負担の重さにより、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがある。

ら行

ライフリンク（自殺対策支援センター：特定非営利法人）

ライフリンクは、自殺で親を亡くした子どもたち（自死遺児）の活動を受け継ぐカタチで発足し、自殺総合対策に向けた活動を行っている。



5 相談窓口一覧

■電話相談窓口

【土浦市の相談窓口】

名称	電話番号	時間帯	運営主体
土浦市の自殺対策事業全般に関すること	029-826-1111	月曜日～金曜日 (祝日、年末年始を除く) 8時30分～17時15分	土浦市保健福祉部 障害福祉課
ふれあいネットワーク事業等に関すること	029-821-5995	月曜日～金曜日 (祝日、年末年始を除く) 8時30分～17時15分	社会福祉法人 土浦市社会福祉協議会

【茨城県の相談窓口】

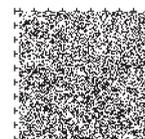
名称	電話番号	時間帯	運営主体
いばらきこころのホットライン	029-244-0556	平日(祝祭日及び年末年始を除く) 9時～12時、13時～16時	茨城県地域自殺対策推進センター
茨城県精神保健福祉センター	029-243-2870	月曜日～金曜日 (祝祭日、年末年始を除く) 8時30分～17時15分	茨城県精神保健福祉センター 相談援助課
いばらきこころのホットライン	0120-236-556	土曜日及び日曜日 (年末年始を除く) 9時～12時、13時～16時	茨城県障害福祉課

【民間団体の相談窓口】

名称	電話番号	時間帯	運営主体
いのちの電話(つくば)	029-855-1000	毎日 24時間対応	社会福祉法人 茨城いのちの電話
いのちの電話(水戸)	029-350-1000	毎日 24時間対応	社会福祉法人 茨城いのちの電話
いのちの電話	0120-783-556	①毎日 16時～21時 ②毎月 10日 8時～翌日 8時	社会福祉法人 茨城いのちの電話
よりそいホットライン	0120-279-338	毎日 24時間	一般社団法人社会的 包摂サポートセンター
#いのち SOS	0120-061-338	日・月・火・金・土 24時間 水、木曜日 6時～24時	NPO 法人自殺対策支援 センターライフリンク

【自死遺族の相談窓口】

名称	電話番号	時間帯	運営主体
自死遺族ライン	03-3813-9970	毎週水曜日 19時～21時	日本臨床心理士会
自死遺族相談ダイヤル	03-3261-4350	毎週木曜日 10時～20時 毎週日曜日 10時～18時	NPO 法人全国自死遺族 総合支援センター



【契約トラブルの相談窓口】

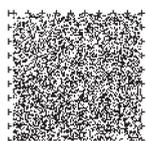
名称	電話番号	時間帯	運営主体
消費者ホットライン (消費生活相談窓口 案内)	188 (全国共通ダイヤル)	受付時間は相談窓口により異なります。(年末年始を除く)	消費者庁

【経済・多重債務問題、法律問題等の相談窓口】

名称	電話番号	時間帯	運営主体
茨城県弁護士会 (代表)	029-221-3501	平日 9時～17時(面接有料予約制)	茨城弁護士会
茨城司法書士総合相談センター	029-212-4500 029-212-4515 029-306-6004	火曜日 16時～18時	茨城司法書士会
関東財務局水戸財務事務所 多重債務相談窓口	029-221-3190	平日 8時30分～12時、13時～16時30分	財務省
法テラスサポートダイヤル (法制度紹介・相談窓口案内)	0570-078374	平日 9時～21時 土曜日 9時～17時 (祝日、年末年始を除く)	日本司法支援センター 法テラス
法テラス茨城	050-3383-5390	平日9時～17時(祝日を除く)	日本司法支援センター 法テラス

【仕事・職場等の相談窓口】

名称	電話番号	時間帯	運営主体
(公財)茨城カウンセリングセンター	029-225-8580	平日 10時～12時、13時～18時 土曜日 10時～12時、13時～17時 面接有料予約制	公益財団法人茨城カウンセリングセンター
いばらき労働相談センター	029-233-1560	平日 9時～19時 (相談受付は18時30分まで) 第2・4土曜日 9時～15時 (相談受付は14時30分まで) (1・3土曜日・日曜日・祝日・ 年末年始休を除く)	茨城県産業戦略部労働政策課



【子どもの相談窓口】

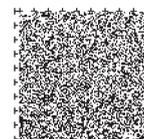
名称	電話番号	時間帯	運営主体	
子どもホットライン	029-221-8181	毎日 24 時間	茨城県教育委員会	
24 時間子供 SOS ダイアル	0120-0-78310	毎日 24 時間	文部科学省	
チャイルドライン	0120-99-7777	毎日 16 時～21 時 (年末年始を除く)	NPO 法人チャイルドライン支援センター	
いじめ・体罰解消サポートセンター(各教育事務所内)	県央	029-221-5550	平日(祝日、祭日を除く) 9 時～17 時	茨城県教育庁義務教育課
	県北	0294-34-4652		
	鹿行	0291-33-6317		
	県南	029-823-6770		
	県西	0296-22-7830		
子どもの人権 110 番	0120-007-110	平日(土日祝日を除く) 8 時 30 分～17 時 15 分 面接時間 平日(土日祝日を除く) 8 時 30 分～17 時 15 分 ネット相談 24 時間対応	水戸地方法務局人権擁護課	

【子育て・教育等の相談窓口】

名称	電話番号	時間帯	運営主体
子どもの教育相談	0296-71-3870 (電話相談)	平日 8 時 30 分～20 時 土曜日 8 時 30 分～17 時 (休日、年末年始を除く)	茨城県教育研修センター
	0296-78-3219 (来所相談受付)	平日 9 時～16 時 30 分 (休日、年末年始を除く)	
いばらき妊娠・子育てほっとライン (一般社団法人茨城県助産師会)	029-301-1124	月・火・水・金 10 時～17 時 (祝祭日、8/13～15、年末年始を除く)	茨城県福祉部子ども政策局少子化対策課
オレンジライン	029-309-7670	月・水・木 10 時～15 時 (祝祭日、8/13～15、年末年始を除く)	認定特定非営利活動法人いばらき子どもの虐待防止ネットワークあい

【DV・男女問題等の相談窓口】

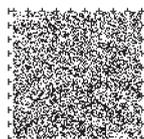
名称	電話番号	時間帯	運営主体
茨城県女性相談センター (配偶者暴力相談支援センター)	029-221-4166	平日 9 時～21 時 土・日・祝日 9 時～17 時 面接相談(要予約) 9 時～17 時 (年末年始を除く)	茨城県福祉部福祉相談センター女性相談支援課



■SNS 相談窓口

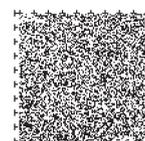
厚生労働省のホームページに掲載がある相談窓口

名称	アクセス先	時間帯	内容	運営主体
こころのほっとチャット (SNS 相談)	https://www.npo-tms.or.jp/service/sns.html	1回 50分/1日 1回まで利用可能 第1部 12時～15時 50分 (受付 15時まで) 第2部 17時～20時 50分 (受付 20時まで) 第3部 21時～23時 50分 (受付 23時まで) 早朝 月曜 4時～6時 50分 (受付 6時まで) 深夜 最終土日 24時～5時 50分	相談チャットにて、 ①性別 ②年代 ③職業の有無 ④ニックネーム ⑤相談したいテーマを回答する。 一度に相談対応できる人数には限りあり。相談が集中した場合には長らくお待たせしてしまったり、相談時間に対応しきれなかったりする場合あり。	NPO 法人東京メンタルヘルス・スクエア
10代20代の女性のためのLINE 相談	https://bondproject.jp/line.html#id	月水木金土 10時～22時 (相談受付 21時 30分まで)	10代から 20代の女性が、LINEにて、各種相談可能。	NPO 法人 BOND プロジェクト
生きづらびっと (SNS 相談)	https://yoriso-i-chat.jp/	毎日 11時～22時 30分 (受付は 22時まで)	SNS または WEBにて相談。	NPO 法人 自殺対策支援センター ライフリンク
あなたのいばしょチャット相談	https://talkme.jp/	毎日 24時間	誰でも無料、匿名でチャットにて相談。	NPO 法人 あなたのいばしょ
18歳以下の子どものためのチャット相談	https://childline.or.jp/index.html	水木金土 16時～21時	18歳までの子どもが相談可能。	NPO 法人 チャイルドライン支援センター



茨城県のホームページまたは茨城県教育委員会のホームページに掲載がある相談窓口

名称	アクセス先	時間帯	内容	運営主体
いばらきこころのホットライン	https://iid.or.jp/snsline/	第5を除く日曜日 16:00~19:50(受付は19:00まで) 第2火曜日 12:00~15:50(受付は15:00まで) 1回50分 1日1回まで	LINEを使用したチャット形式でのSNS相談。	社会福祉法人 茨城いのちの電話
こころのSNS相談 @いばらき	https://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/hofuku/seishin/snssoudan.html	毎日17時~22時まで	対人関係、社会生活、家庭問題など、心の問題全般について相談できる相談窓口です。 LINEを利用したSNS相談。	茨城県障害福祉課
女性のためのこころのオンライン相談 @いばらき	https://reserva.be/iacpp2022	第1, 3, 5土曜日 (祝日、年末年始を除く) 13時~、14時~、15時~。 自殺予防週間・自殺対策強化月間は実施日を拡大。 1回のカウンセリング時間は最大45分。 予約は、1回に1枠のみ、利用は月に1回まで。	仕事のこと、子育てのこと、家族のこと、女性の皆さんが抱える悩みをzoomにて相談。	茨城県障害福祉課
いばらき子どもSNS相談	https://pref-ibaraki.school-sign.jp/	毎日 18時~22時まで	茨城県内の小学生から高校生まで利用可能。 LINEまたはWEBにて相談。	茨城県教育委員会





はっこう れいわ ねん がつ
発行：令和6年3月

はっこうしゃ いばらきけんつちうらし
発行者：茨城県土浦市

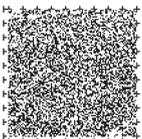
へんしゅう つちうらしほけんふくしぶしょうがいふくしか
編集：土浦市保健福祉部障害福祉課

〒300-8686 つちうらしやまとちょう
土浦市大和町9番1号

でんわ ないせん
電話 029-826-1111 (内線2339)

ふあっくす きょうよう
FAX 029-826-7118 (共用)

いーめーる
Eメール shougai@city.tsuchiura.lg.jp





土浦市イメージキャラクター つちまる