



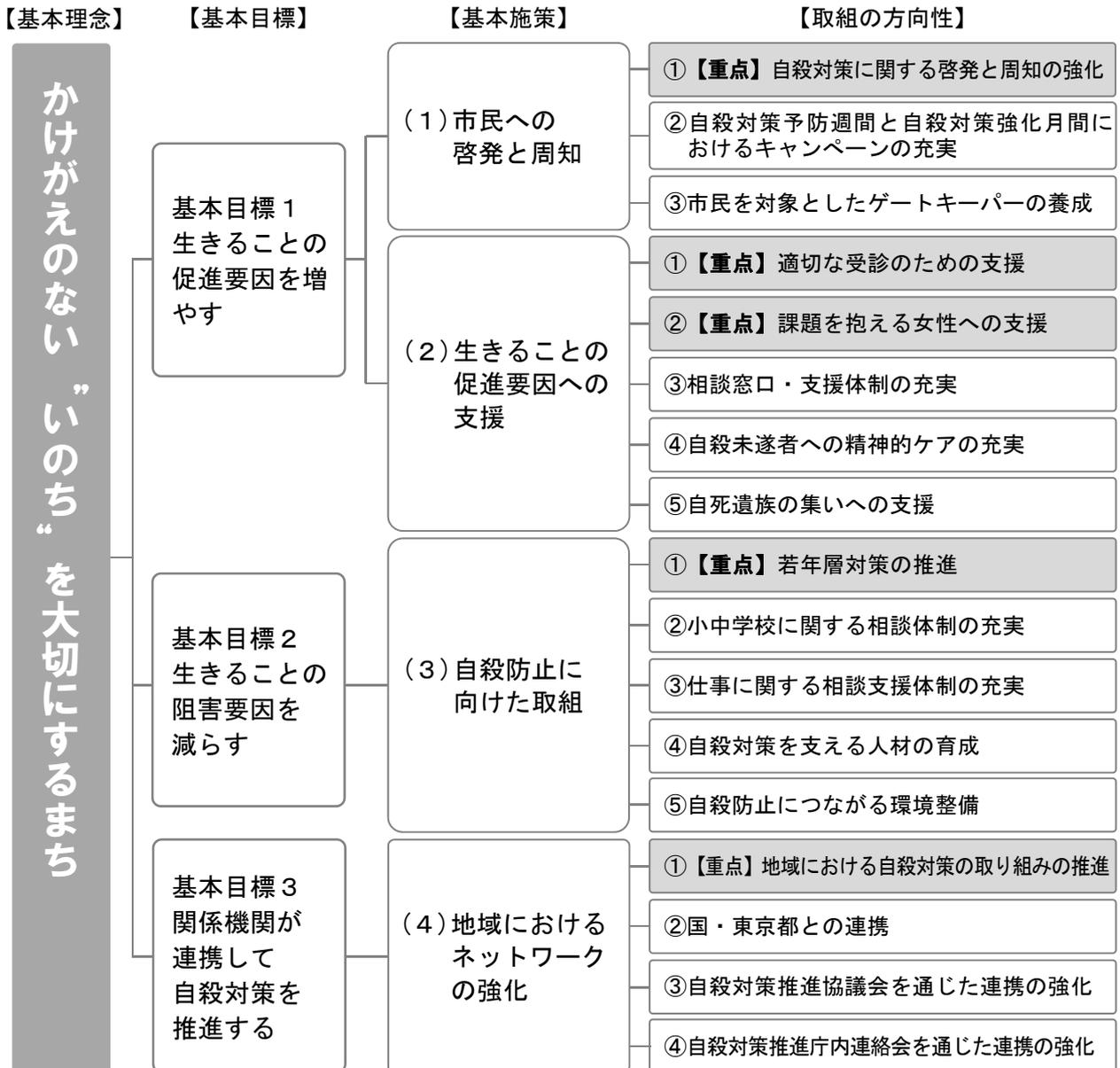
# 第 3 章

## 目標・施策

### 1 体系

基本理念「かけがえのない“いのち”を大切にするまち」を実現するため、以下の基本目標及び基本施策を定め、町田市が主体となって行う事業、町田市と地域が協働で行う事業を通じて自殺対策を推進します。

また、町田市の現状と課題をふまえて重点とすべき取り組みとして5つ（①自殺対策に関する啓発と周知の強化、②適切な受診のための支援、③課題を抱える女性への支援、④若年層対策の推進、⑤地域における自殺対策の取り組みの推進）があり、それぞれ【取組の方向性】の中で位置づけています。



## 2 成果指標一覧

町田市の自殺対策の成果指標として、第1章「5 全体指標と目標値」に設定した計画全体の指標とともに、前頁に掲げた目標について個別の成果指標を設定します。

### 成果指標

	2015年	2023年	2026年
	基準	町田市自殺対策計画最終年	自殺総合対策大綱の最終年
自殺死亡率 (人口10万人対)の 減少	17.4	13.6 (基準から約20%減)	12.2 (基準から30%減)

資料：厚生労働省、地域における自殺の基礎資料

### 基本目標1 生きることの促進要因を増やす

(P. 21参照)

成果指標1	根拠	現状値(基準)	目標値
		2017年	2023年
自殺対策は自分自身に関わる問題だと思う人の割合	こころの健康に関する市民意識調査	35.1%	42.1% (基準から20%増)

### 基本目標2 生きることの阻害要因を減らす

(P. 28参照)

成果指標2	根拠	現状値(基準)	目標値
		2017年	2023年
身近に相談者がいる人の割合	町田市民の保健医療意識調査	68.3%	81.9% (基準から20%増)

### 基本目標3 関係機関が連携して自殺対策を推進する

(P. 33参照)

成果指標3	根拠	現状値(基準)	目標値
		2017年	2023年
自分が住んでいる地域の人々が日頃から互いに気遣ったり声をかけあっていると思う割合	こころの健康に関する市民意識調査	56.0%	67.2% (基準から20%増)

### 3 基本目標

#### 基本目標 1 生きることの促進要因を増やす

##### 目指す姿

**誰もが信頼できる人間関係を持ち、自己肯定感  
や危機回避能力を高めていく**

##### 【現状と課題】

市民意識調査の結果によると、この1か月間くらいで、悩みや不安、ストレスを感じたことについて、「たまに感じることもある（月に1～2回程度）」の割合が40.0%と最も高く、「ときどき感じることもある（週に1回程度）」の割合が24.2%、「いつも感じている」の割合が18.5%となっています。年齢が低くなるにつれ「いつも感じている」の割合が高く、20～29歳で約3割と高くなっています。

しかし、こころの不調や不眠が2週間以上続いていても、医療機関などを「受診しない」割合が58.3%と高く、その理由については、「自然に治るだろうから」が51.7%、「自分で解決できるから」が40.2%の割合となっています。

自殺に至る様々な悩みや心理的に追い込まれている状況は一人ひとりによって違いがあるのは当然であるものの、その年代特有の特徴があります。特に、女性においては、子育て、家族介護等、課題を抱えやすい状況があることから、それぞれのステージにおける問題に応じた取組について啓発と周知を進める必要があり、多様な視点で「生きることの促進要因」を増やす取り組みが必要です。

##### 【取り組みの方向性】

###### 基本施策（1）市民への啓発と周知

- ①【重点】自殺対策に関する啓発と周知の強化
- ②自殺対策予防週間と自殺対策強化月間におけるキャンペーンの充実
- ③市民を対象としたゲートキーパーの養成

###### 基本施策（2）生きることの促進要因への支援

- ①【重点】適切な受診のための支援
- ②【重点】課題を抱える女性への支援
- ③相談窓口・支援体制の充実
- ④自殺未遂者への精神的ケアの充実
- ⑤自死遺族の集いへの支援

## 基本施策（１）市民への啓発と周知

自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識のもと、自殺に追い込まれるという危機に陥った人の心情や背景への理解を深めることも含めて、広報活動、教育活動等、正しい情報提供に取り組みます。市と協定を結び、協働して自殺対策に関する啓発と周知を行うゲートキーパー協働協定団体による市民への情報提供や、標語等の作成を通じ、啓発と周知の強化を行う啓発標語等事業に新たに取り組んでいきます。

また、自殺の危険性が高まっている人の早期発見、早期対応を図るため、自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守る「ゲートキーパー」の役割を担う人材等を養成するなど、引き続き自殺対策を支える人材の育成に取り組めます。

### 【主な取組】

No	事業名・内容等			対象	方向性
①【重点】自殺対策に関する啓発と周知の強化					
1	事業名	【新】ゲートキーパー協働協定団体による広報啓発	担当部署	保健所健康推進課	
	関連団体や民間事業者等と協定を結び、協働して自殺対策に関する啓発と周知を強化します。			市民	新規
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	協定団体数	—	50団体	関連団体 民間事業者等	
2	事業名	【新】啓発標語等事業	担当部署	保健所健康推進課	
	啓発標語等の事業を実施し、啓発と周知の強化に努めます。			市民	新規
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	事業の実施	—	年1回	民間事業者等	

No	事業名・内容等			対象	方向性
<b>②自殺対策予防週間と自殺対策強化月間におけるキャンペーンの充実</b>					
3	事業名	自殺対策予防週間 (9月10日～16日)と自殺対策 強化月間(3月)における鉄道 団体等と協働した広報事業	担当部署	保健所健康推進課	
	鉄道事業者等と協働し、広報事業を強化します。			市民 駅利用者	継続
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	実施駅	2駅	10駅	市内各駅	
<b>③市民を対象としたゲートキーパーの養成</b>					
4	事業名	ゲートキーパー養成講座 (市民向け)	担当部署	保健所健康推進課 各課	
	自殺予防のために求められる援助について理解を深めます。			市民	継続
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	実施回数	—	年1回	NPO 法人等	

## ゲートキーパー

### 1 ゲートキーパー養成講座開催の経緯

ゲートキーパーとは、悩みを抱える方から相談された際や周囲に対する気づき・声かけ・傾聴を通じ、適切な相談機関につなぐことが期待される人のことです。特別な資格ではなく、誰でも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」、「どこに相談に行ったらよいかわからない」、「どのように解決したらよいかわからない」等の状況に陥ることがありますので、周囲の人々が悩みを抱えた人を支援するために、ゲートキーパーとして活動することが求められます。

2017年に閣議決定された自殺総合対策大綱の中でも、「自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る」ため、「様々な分野でのゲートキーパーの養成」を行うとし、「国民の約3人に1人以上がゲートキーパーについて聞いたことがあるようにすることを旨とする」と記載されています。

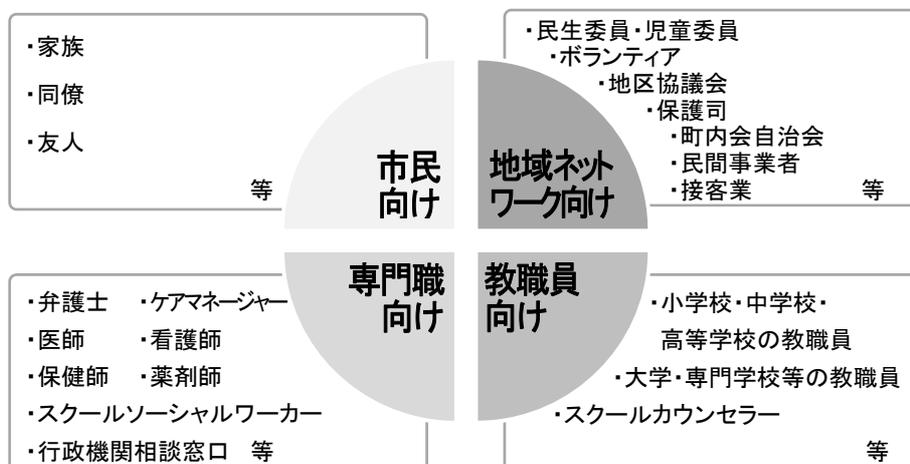
町田市では、市民公開講座等の取り組みを通じて、これまでに4,858名（2011年度から2017年度までの延べ人数）のゲートキーパーを養成してきました。



### 2 町田市におけるゲートキーパー養成講座

ゲートキーパーの養成対象者は、一般の市民、学校関係者、医師、保健師、地域のコミュニティの方々など、様々です。引き続き、対象者のニーズや段階に合わせ、「市民向け」、「地域ネットワーク向け」、「教職員向け」、「専門職向け」として幅広い講座内容を展開していきます。

#### [ ゲートキーパー養成講座 ]



## 基本施策（２） 生きることの促進要因への支援

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

そのため、自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取り組みに加えて、「生きることの促進要因」を増やす取り組みを行い、双方の取り組みを通じて自殺リスクを低下させる「生きることの包括的な支援」の推進を図ります。

女性においては、自殺に至る要因として子育てや介護、DV（ドメスティック・バイオレンス）等の様々な課題等があり、適切な支援を図っていきます。

### 【主な取組】

No	事業名・内容等		対象	方向性	
<b>①【重点】適切な受診のための支援</b>					
5	事業名	普及啓発事業	担当部署	保健所保健予防課	
	適切な受診につながるよう普及啓発（精神保健福祉講演会の開催や健康だよりへの掲載）を図ります。			市民	継続
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	精神保健福祉講演会や健康だよりへの掲載による普及啓発の回数	—	年1回	—	
<b>②【重点】課題を抱える女性への支援</b>					
6	事業名	女性悩みごと相談	担当部署	市民部市民協働推進課	
	女性が抱える様々な問題について相談を受けます。必要に応じて関係機関等の情報提供等を行うことで、適切な機関への橋渡し等の役割を担えるようになり得ます。			女性	継続
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	配偶者・恋人間における身体や精神を傷つける行為を暴力と認識する市民の割合	73.7% (2016年度)	73.7%以上	NPO 法人等	
7	事業名	【新】総合相談会（女性と介護）	担当部署	保健所健康推進課	
	女性の悩み事や介護に関する総合相談会を実施し、適切な機関への橋渡し等の役割を担えるようになり得ます。			女性	新規
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	女性の悩み事や介護に関する総合相談会の実施回数	—	年1回	町田市医師会等	

No	事業名・内容等			対象	方向性
<b>③相談窓口・支援体制の充実</b>					
8	事業名	生活困窮者自立支援事業	担当部署	地域福祉部生活援護課	
	生活の困りごとや不安を当事者の意思を尊重しながら相談を受けます。相談を通して、生活の安定に向けた目標や支援内容を当事者と一緒に考え、一人ひとりの支援プランをつくります。プランに沿った実際の行動化と継続を支援することで前向きに生きる意欲を喚起し、自殺リスクの低減をもたらすことを目指します。			市民	継続
	指標		現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体
	新規相談件数に対する支援 プラン作成率		33.8%	35%以上	—
<b>④自殺未遂者への精神的ケアの充実</b>					
9	事業名	病院運営事業	担当部署	町田市民病院 保健所健康推進課	
	自殺未遂者や自殺リスクを抱えた人への医療・社会的側面からの支援を行います。 退院支援にあたって、関係機関との連携の充実を図り、地域全体でサポートを行う上で、切れ目のない支援を行っていきます。 救急医療対策事業として、通常時間外で応急処置が必要な方の中には、自殺リスクに関わる問題を抱えているケースも想定され、必要な支援先につなぐ等の対応をとるなど、自殺対策と連動させることでより効果的な支援になり得ます。			市民	継続
	指標		現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体
	ゲートキーパー養成講座 (専門職向け) 開催数		—	年1回	—
<b>⑤自死遺族の集いへの支援</b>					
10	事業名	自殺対策推進事業	担当部署	保健所健康推進課	
	自死遺族の集い等への活動を広報周知等で支援します。			自死 遺族	継続
	指標		現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体
	自死遺族の集いに関する支援 (広報周知)の実施		—	通年	自死遺族支援セ ンター等



## 死にたい気持ちに寄り添う大切さ

東京多摩いのちの電話は、日本のいのちの電話連盟に加盟する、全国 49 センターの一つである。「いのちの電話」の活動は、1953 年に英国のロンドンで開始された自殺予防のための電話相談に端を発し、世界に広がっている。

特徴は、掛け手・相談員ともに匿名を貫き、相談の秘密は固く守ること、利用者の宗教、思想、心情は完全に尊重されることだ。相談員は、全て無償のボランティアで、交代で日夜電話を受けている。相談員となる前に、感受性・人間関係の訓練などを受け、その後も継続した研修を通じ、悩む人の気持ちに心から共感し、聴くとともに、必要な時には自身の気持ちを率直に掛け手に伝えている。

いのちの電話には、「生きていても仕方がない」「今日は誰とも話していない」など、「孤独」や「心の危機」を訴える電話が多く掛かってくる。2017 年、東京多摩いのちの電話の相談件数約 14000 件のうち、自殺通告や念慮のある電話の割合は 10.5% だった。言葉で「死にたい」と伝えることは勇気のいることで、それを言えることが、相談者にとっては大きな一歩だ。だから、その気持ちを否定せず耳を傾けることが何より大切だと考えている。また、死が話題にならない時も、相談者の心に潜む声を受け止めようとしている。

死にたいという思いの裏側には、赦されるなら生きていたいという思いがある。自殺未遂者の多くが、「あの時死ななくて本当に良かった」と振り返るといふ。だから、このような電話があることを、ぜひ地域で伝え広げていきたい。駅、施設、お店、街のあちこちで、電話番号を知らせるメッセージを、より多くの人達に掲げてもらいたい。それを見るだけでも、きっと「ああ、1 人じゃない」と感じる人がいるからだ。



(特定非営利活動法人 東京多摩いのちの電話)

## 基本目標 2 生きることの阻害要因を減らす

### 目指す姿

**自殺対策を、生きることの包括的な支援としてとらえ、実施することにより、地域全体の自殺リスクを低下させていく**

### 【現状と課題】

市民意識調査の結果によると、悩みを抱えたときやストレスを感じたときに、誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じる人の割合は、全体で40.4%となっています。また、自殺したいと思ったことのある人の割合は、約5割と高くなっています。このうち、学生では5割程度が自殺したいと思ったことがあると回答しており、他の年代より高くなっています。

また、児童・生徒の回答をみると、自殺予防について学ぶべきこととして「周囲の人に助けを求めることが恥ずかしくないこと」の割合が74.7%と最も高く、次いで「心の問題を抱えた際の心理、身体状況について正しく知ること」の割合が55.9%、「ストレスへの対処方法を知ること」の割合が51.8%となっており、子供たちはSOSを出しやすい環境を求めていることがうかがえます。

自殺の背景には様々な要因が複雑に絡みあっています。問題を抱えたり悩んでいることに気づき、その人に声をかけるなど周囲が見守っていくことは大切なことですが、自ら支援を求めず、悩んでいることを誰にも気づかれないよう隠している人もいます。こうした場合には、抱えた問題や悩みは周囲にはわかりにくくなり、気づかれないこともあります。危機に陥った人の心情や背景を理解できるようにするための講演会の開催や、危機に陥った場合に援助を求めやすい地域環境が醸成できるように取り組みを進める必要があります。

さらに、自殺対策を支える人材を育成するとともに、困難やストレスに直面した児童・生徒が助けの声をあげられるように周囲の大人と信頼関係を構築するとともに、SOSの出し方についての教育プログラムを整備していくことが必要です。

### 【取り組みの方向性】

#### 基本施策（3）自殺防止に向けた取組

- ①【重点】若年層対策の推進
- ②小中学校に関する相談体制の充実
- ③仕事に関する相談支援体制の充実
- ④自殺対策を支える人材の育成
- ⑤自殺防止につながる環境整備

### 基本施策（3）自殺防止に向けた取組

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があり、そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適当であるということが、地域全体の共通認識となるように積極的に普及啓発を行うことが重要です。

子どもや若者など若年層が様々な困難やストレスに直面した際に、一人で抱え込むことなく、地域の大人や学校関係者等へ気軽に相談できるよう、相談体制を強化するとともに、子どもや若者自身もその対処方法を身につけることができるよう、自殺対策に関する教育を推進します。

また、勤務問題に関しては、労働者一人ひとりが心身ともに健康で、やりがいを持って働き続けることのできる職場環境づくりを積極的に推進し、勤務問題による自殺のリスクをそもそも生み出さないための環境づくりを推進します。

さらに、無職・失業者に関しては、生活苦等から自殺のリスクを低減できるよう「生きることの包括的な支援」を提供するとともに、そうした支援を担う人材を育成します。

#### 【主な取組】

No	事業名・内容等			対象	方向性
<b>①【重点】若年層対策の推進</b>					
11	事業名	【新】自殺に関連するグーグル検索対応事業	担当部署	保健所健康推進課	
	町田市内での自殺に関するグーグル検索に対して、相談先を周知します。			市民 来訪者	新規
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	町田市内での「自殺」関連グーグル検索者に対する相談先周知	—	通年	NPO 法人等	
12	事業名	ひきこもりに関する相談	担当部署	保健所保健予防課	
	ひきこもりに関する相談を関係機関と連携を図りながら実施します。			市民	継続
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	相談件数（関係機関延べ数）	279件 (2016年度)	320件	NPO 法人等	
13	事業名	【新】若者の悩み相談広報啓発	担当部署	保健所健康推進課	
	若者の悩み相談について、健康だよりに掲載します。また、大学・専門学校・都立高校・私立小中高校に、広報啓発を行います。			市民	新規
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	健康だより掲載回数	—	年1回	—	

No	事業名・内容等			対象	方向性	
<b>②小中学校に関する相談体制の充実</b>						
14	事業名	【新】ゲートキーパー養成講座 (教職員向け)	担当部署	学校教育部指導課 保健所健康推進課		
	教職員向けのゲートキーパー養成講座を実施します。			教職員	新規	
	指標		現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	実施回数		年2回	年3回	—	
15	事業名	【新】SOSの出し方に関する 教育の推進事業	担当部署	学校教育部指導課		
	授業においてSOSの出し方に関する教育を1時間、教育課程に 位置づけます。			児童 ・生徒	新規	
	指標		現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	実施時間数		—	各校1時間以上 62校(全校)	—	
<b>③仕事に関する相談支援体制の充実</b>						
16	事業名	総合相談会(仕事と心)	担当部署	保健所健康推進課		
	仕事に関する悩みを対象にした総合相談会を実施し、適切な機関 への橋渡し等の役割を担えるようになり得ます。			市民	継続	
	指標		現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	仕事と心に関する総合相談会 の実施回数		—	年1回	町田市医師会等	
<b>④自殺対策を支える人材の育成</b>						
17	事業名	【新】ゲートキーパー養成講座 (専門職向け)	担当部署	保健所健康推進課		
	自殺対策に関連する分野の特徴に応じた、専門職向けゲートキー パー養成講座を開催します。			関係 機関 従事者	新規	
	指標		現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	実施回数		—	年1回	—	

No	事業名・内容等			対象	方向性
⑤自殺防止につながる環境整備					
18	事業名	【新】公共交通施設の安全確保	担当部署	都市づくり部 交通事業推進課	
	鉄道事業者に対し、鉄道駅ホームに、ホームドアや転落防止柵を設置するなどの安全対策を要請します。			関係 機関 従事者	新規
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	市内駅のホームドアの設置駅数	1 駅	5 駅	鉄道事業者	



## 町田市社会福祉協議会の取組

町田市社会福祉協議会は、成年後見制度、福祉法律相談などの福祉に関する相談のほか、心配ごと相談、こころのナビゲーション（通称ここなび）といった相談事業を行っています。また、経済的な不安を解消するために受験生チャレンジ支援貸付事業、生活福祉資金貸付事業を行っています。

ここでは、若者を対象とした「ここなび」を紹介します。皆さん、「ここなび」をご存知ですか。

「ここなび」はインターネットを介して小学生から高校生までのいろいろな悩みごとに答えるページです。さて、ここなびには「ほんと楽しくない」「友達になりたい子がいるけど、どうやったら友達になれますか」「親と考えが合わない」「先生と合わない」「やせたい!」「リストカットがやめられない」「気になる人がいて、勉強に集中できない」など 139 件の悩みごとが掲載されています。2017 年度のアクセス件数はのべ 4,995 件でした。平均すると 1 日 14 件のアクセスがあったことになります。アクセス数の上位は「性・からだ」に関するものでした。次に「自分自身・性格・こころ」に関するもので、例えば「パニックを抑えられない」「リストカットがやめられない」「自傷行為を我慢できずにやってしまう」があります。（悩みごとはみなさんからの質問や相談そのものです。）一人で考えずに「ここなび」をのぞいてみてください。同じような悩みや相談があるかもしれません。

「ここなび」のホームページは

<https://www.machida-shakyo.or.jp/kids/kidsmokuji.htm> です。



または、町田市社会福祉協議会、ここなびで検索してください。

（社会福祉法人 町田市社会福祉協議会）

## 基本目標 3 関係機関が連携して自殺対策を推進する

### 目指す姿

### 様々な分野で実施している「生きる支援」の相互連携を強化していく

#### 【現状と課題】

市民意識調査の結果によると、全体では、自殺をしたいと考えたことがある割合が27.2%、30～39歳の人では約35%と、他の年代に比べ高くなっています。

学校や職場（もしくは地域）での人間関係については“良い”の割合が83.5%、住まいの地域の人々は日頃から互いに気遣ったり声をかけあっていると思うかについて、“そう思う”の割合が56.0%となっていますが、町内の人や地域の人と話をしたり、交流したりする機会について、“ない”の割合が52.3%、特に20～29歳では約7割と他の年代に比べ高くなっています。一方、身近な人の様子が、明らかに精神的に不安定であると感じたとき、できる事について、「本人の様子に気づき、自ら声をかけることはできる」の割合が46.3%、「自ら声はかけにくい、本人から相談されれば受ける」の割合が25.0%となっています。

また、自身が不安や悩みやつらい気持ちがあるときに「相談したいができない」の割合が1.5%、「相談しようと思わない」の割合が7.7%となっています。

市民が、自分の周りにいる自殺を考えている人の存在に気づき、声をかけ、必要に応じて適切な相談機関や専門家等につなぎ、自殺予防につながるよう、あらゆる機会を通じて、啓発していくことが重要です。

#### 【取り組みの方向性】

##### 基本施策(4) 地域におけるネットワークの強化

- ①【重点】 地域における自殺対策の取り組みの推進
- ② 国・東京都との連携
- ③ 自殺対策推進協議会を通じた連携の強化
- ④ 自殺対策推進庁内連絡会を通じた連携の強化

## 基本施策（４）地域におけるネットワークの強化

自殺を防ぐためには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取り組みが重要です。「かけがえのない“いのち”を大切にすまち」を実現するためには行政、関係団体、民間団体、企業、市民等が連携・協働して自殺対策を総合的に推進することが必要です。

そのためには、様々な分野の関連施策、人々や組織が密接に連携する必要があります。様々な分野の生きる支援にあたる人々がそれぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有し、連携の効果を高めていけるよう総合的な施策を展開します。

高齢者や子ども、障がい者等の既存のネットワークを活用し、地域ネットワークの展開を図ります。

そして、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有化した上で、相互の連携・協働の仕組みを構築し、尊い命を一人でも多く救うため、それぞれの関係機関同士が、横断的な連携をとり自殺対策に取り組めるような地域での連携体制の強化を図っていきます。

### 【主な取組】

No	事業名・内容等			対象	方向性	
<b>①【重点】地域における自殺対策の取り組みの推進</b>						
19	事業名	【新】ゲートキーパー養成講座 (地域ネットワーク向け)	担当部署	保健所健康推進課		
	地域活動団体等を対象に、ゲートキーパー養成講座を開催します。			市民	新規	
	指標		現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	地域活動団体等を対象にした講座回数		—	年1回	地域活動団体等	
<b>②国・東京都との連携</b>						
20	事業名	国・東京都との連携	担当部署	保健所健康推進課		
	国・東京都と連携・協働して自殺対策の取り組みを推進します。			市民	継続	
	指標		現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	国・東京都との連携事業		—	通年	—	

No	事業名・内容等			対象	方向性
<b>③自殺対策推進協議会を通じた連携の強化</b>					
21	事業名	自殺対策推進協議会の開催	担当部署	保健所健康推進課	
	自殺対策推進協議会を通じて自殺対策の取り組みの連携・強化を図ります。			市民	継続
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	開催回数	—	年2回	—	
<b>④自殺対策推進庁内連絡会を通じた連携の強化</b>					
22	事業名	自殺対策推進庁内連絡会の開催	担当部署	保健所健康推進課	
	自殺対策推進庁内連絡会を通じて自殺対策の取り組みの連携・強化を図ります。			市民	継続
	指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	連携団体	
	開催回数	—	年2回	—	

○ 自殺対策強化月間の取組

町田市では、自殺対策基本法第 7 条(自殺対策予防週間【9 月 10 日～9 月 16 日】・自殺対策強化月間【3 月】)に基づいて、9 月と 3 月を自殺対策強化月間として位置づけ、各月間内において、様々な団体と協働し、集中的な自殺対策に取り組んでいます。



1 総合相談会

自殺に追いこまれる背景には、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立等、4 つ以上の悩みが複雑に関連しているとされています。複数の相談ブースで相談を受けることにより、複雑な悩みの解決を図るための一助として、**こころ・仕事・労働・法律・女性・高齢者・生活困窮等の専門家**が集まり、年に 2 回、総合相談会を実施しています。

2 町田市内各駅と協働した自殺対策普及啓発キャンペーン

各鉄道事業者と協働していただき、各駅において、自殺対策強化月間である 9 月と 3 月に、ポスターやクリアファイル等を構内に設置・掲出しています。今後は市内全 10 駅と協働し、普及啓発を展開して行く予定です。

[ 総合相談会チラシ ]



[ 各駅におけるポスター掲出 ]



## 4 関連事業

町田市の自殺対策が最大限その効果を発揮するためには、町田市だけでなく、関係機関、民間支援団体、企業、市民等が連携・協働して総合的に推進することが必要です。そのため、それぞれの実施機関が主体となって推進する事業や、協働して推進する事業を、以下のとおり掲げます。

### 基本目標 1 生きることの促進要因を増やす

#### 【地域】

事業名	実施機関	事業内容
安心生活創造推進事業（成年後見制度推進・福祉法律相談）	社会福祉法人町田市社会福祉協議会	虐待事案において、被虐待者を守るため後見人等の支援者を決定し、弁護士による相談を実施します。
日常生活自立支援事業	社会福祉法人町田市社会福祉協議会	消費者被害等の経済問題、ソーシャルサポートが欠如している方への支援を行います。
生活福祉資金等貸付事業	社会福祉法人町田市社会福祉協議会	低所得世帯や障がい者、要介護高齢者のいる世帯に対する資金貸付と相談支援を行います。
心配ごと相談	社会福祉法人町田市社会福祉協議会	日常生活における心配ごとや悩みごとに、心配ごと相談員が電話で相談に応じます。
受験生チャレンジ支援貸付事業	社会福祉法人町田市社会福祉協議会	低所得世帯で進学を希望している子どもへの支援を目的に、学習塾等の受講料、高校・大学等の受験料について、無利子で貸し付けを行う事業です。
関係機関の相談・紹介	一般社団法人町田市薬剤師会	薬局に薬を受け取りにきた方へ医療関係の相談、紹介を行っています。健康相談として利用し、不眠や不安等が続く方には受診勧奨をしています。
障がい者歯科診療事業	公益社団法人東京都町田市歯科医師会	初診患者の中で精神疾患を持つ患者が増加しており、これらの患者診療に際し日常生活の悩み・心配等を配慮し、より密接なコミュニケーションを確立します。
歯科医師会会員への講演会事業	公益社団法人東京都町田市歯科医師会	障がい者歯科診療を通じての会員への学術講演会や、精神疾患を持つ患者への不安軽減のためのカウンセリング等を行います。

事業名	実施機関	事業内容
救急対応	町田消防署	東京消防庁では、精神疾患のある傷病者に対する救急対応の際に、救急隊長の判断により東京都保健医療情報センターひまわりに連絡し、本人承諾のもと、傷病者本人とセンターとで直接電話で対話できるよう働きかけています。また、救急の現場において患者の状況等に応じ、警察、高齢者福祉課、障がい福祉課等、関連機関と連携し、その後のフォローにつなげていくようにしています。
自殺対策に関連する取り組み	町田警察署・南大沢警察署	個人の生命、身体の保護については、警察の責務として日々活動しています。自殺に関しては、通常業務を通じて情報収集を行っています。身近な困りごとについては生活安全課にて相談に応じ、生活相談で自殺に関する相談も受けています。 精神保健福祉法に基づき、自傷他害のおそれのある場合には、保健所へ通報するなど連携しています。
自殺対策に関連する取り組み	八王子労働基準監督署 町田支署	働き方改革の主要施策が長時間労働の削減と過重労働防止であり、それに対応して、メンタルヘルス対策を推進しています。 各事業場に対し、心の健康づくり計画作成等について啓発指導を行います。また、2015年12月から義務づけられたストレスチェック制度の周知を行います。
見守り活動	町田市民生委員児童委員協議会	70歳以上の単身者、75歳以上の高齢者を、訪問しています（2018年度時点）。また、児童相談所、子ども家庭支援センターと協力し、子どもの見守りを実施しています。生活保護者の家庭に訪問し、その家庭状況を確認し、把握に努めています。
失業対策事業	町田公共職業安定所	失業者（転職希望者を含む）に対する職業相談、職業紹介を雇用保険制度、求職者支援制度を一体的に行います。また、専門家である精神保健福祉士を配置し、主に精神障がい者に対し就職活動の不安軽減のためのカウンセリング等を行います。

事業名	実施機関	事業内容
生活保護受給者等就労自立促進事業	町田公共職業安定所	生活保護受給者等に対し、ハローワークと福祉事務所等地方公共団体が一体となったきめ細やかな就労支援を行うことにより、就労による自立を促進します。町田市の生活保護担当部署とも連携し、取り組んでいます。また、町田市役所の一角にて「就労サポートまちだ」という窓口を開設しています。
遺族支援事業	特定非営利活動法人全国自死遺族総合支援センター	自死・自殺で大切な人を亡くした人が、偏見にさらされることなく悲しみと向き合い、必要かつ適切な支援を受けながら、その人らしい生き方を再構築できるように、総合的な遺族支援の拡充を図り、誰にとっても生き心地のよい社会の実現に寄与することを目的とし、講演会やわかちあいの会、社会保険労務士や弁護士等の専門家への相談会を実施しています。
総合相談会・法律相談窓口	法律相談事業関係	総合相談会や法律相談窓口を実施しています。また、法律相談を通し、弁護士会と町田市の連携強化を図ります。
電話相談	特定非営利活動法人東京多摩いのちの電話	変化の激しい現代社会において、困ったり不安になったりしたときに、誰にも相談できずにいる人が数多くいる中で、電話で話すことにより、再び生きる勇気を見出していかれるよう、よき隣人であることを願いながら、無償ボランティア相談員が電話相談を受けています。また弁護士による法律相談も受け続けています。
かかりつけ医と精神科医の連携促進事業	一般社団法人町田市医師会	東京都の事業として講演を行っています。学術講演においても、うつ病の講演を取り上げています。

#### 【町田市】

事業名	担当部署	事業内容
代表電話での案内・取次ぎ業務	政策経営部 広聴課	町田市の代表電話宛に「死にたいがどうしたらよいか」等の入電時への対応について、 <ul style="list-style-type: none"> <li>・電話対応時のオペレーターの注意点について</li> <li>・保健予防課へ取次ぎができない場合の対応</li> <li>・閉庁時間帯の対応</li> </ul> を実施します。
徴収の緩和制度としての納税相談事業	財務部 納税課	納税を期限までに行えない住民の中には、生活面で深刻な問題を抱えていたり、困難な状況にある方もいるため、そうした相談を「生きることの包括的な支援」のきっかけと捉え、猶予制度の案内や相談窓口への案内等が出来ます。また、窓口対応する職員がゲートキーパー養成講座を受講することで、気づき役としての視点を持つことや適切な機関への橋渡し等の役割を担えるようになる可能性があります。

事業名	担当部署	事業内容
窓口業務	市民部 各行政窓口	住民異動・戸籍届出の受付や事務処理、各種証明書の交付事務を行います。 どこに相談したらよいか迷っている人が、どの窓口に行けばいいか尋ねてくる可能性があります。 相談先の情報を掲載したリーフレットを一部の窓口を設置することで、各種届出のために来庁した方の啓発の機会となり得ます。 窓口対応する職員がゲートキーパー養成講座等を受講することで、気づき役としての視点をもつことや適切な機関への橋渡し等の役割を担えるようになる可能性があります。
民生委員・児童委員協議会事務	地域福祉部 福祉総務課	民生委員・児童委員には、同じ市民という立場から、相談者の中で問題が明確化していない状況であっても、気軽に相談できるという強みがあります。 地域で困難を抱えている人に気づき、適切な相談機関につなげる上で、地域の最初の窓口として機能することができます。
路上生活者に対する事務	地域福祉部 生活援護課	路上生活をされている方に対して、必要に応じて生活保護等の制度を案内し、申請につなげます。生活保護の受給後は、生活の自立に向けた支援を包括的に行っていきます。 路上生活者は自殺リスクの高い方や、自殺の問題要因の一つである精神疾患や各種の障がいを抱えている方が少なくありません。 見守り活動はこうした方々へのアウトリーチ策として有効に機能し得ます。
障がい者相談支援事業	地域福祉部 障がい福祉課	各地域障がい者支援センターにて障がいに関する様々な相談に応じ、必要となる情報提供や助言、福祉サービスの利用支援を実施していきます。
高齢者への総合相談事業	いきいき生活部 高齢者福祉課	高齢者の総合的な窓口として、市の窓口や各高齢者支援センターにて相談を受け、必要な支援を実施していきます。
臨床心理士による介護者相談	いきいき生活部 高齢者福祉課	各高齢者支援センターにて臨床心理士（こころの専門家）による介護者等相談を実施します。
自殺対策情報周知事業	保健所 健康推進課	情報発信の強化のため、周知体制を強化し、統計分析に基づく現状値の報告や、近隣市で開催されるゲートキーパー養成講座等の関連情報を市ホームページへ掲載します。
悩みの相談先の電子化	保健所 健康推進課	現在発行している悩みの相談先一覧を電子化し、ネット閲覧から直接相談出来るようなシステムを作ります。
医薬指導事業 (医療安全相談窓口)	保健所 保健総務課	医療に関する様々な相談に応じる中で、適切な受診のための支援をするとともに、支援が必要な方に適切な相談先を案内します。

事業名	担当部署	事業内容
出産・子育て しっかり サポート 事業	保健所 保健予防課	全ての妊婦を対象として面接を行い、心身の状態や子育て支援のニーズ等を把握します。支援が必要な方に対しては関係機関と連携し、出産後も支援を継続します。
まちだ市民大学 HATS事業	生涯学習部 生涯学習 センター	まちだ市民大学HATSで開催する講座の中で、自殺対策やこころの健康に関連する講義を取り入れます。

## 基本目標 2 生きることの阻害要因を減らす

### 【地域】

事業名	実施機関	事業内容
ここなび (こころの ナビゲーション)	社会福祉法人 町田市社会 福祉協議会	子どもパソコン相談であり、小学生から高校生までの悩みごとに答えるホームページです。「友だち」「家族」「学校」「性・からだ」「自分自身・性格」「恋愛」から質問と答えを閲覧でき、自分の相談を送ることも可能です。相談に対する回答の掲載を継続します。
ブース出展や 薬物乱用防止 教室の実施	一般社団法人 町田市 薬剤師会	毎年、総合健康づくりフェアへのブース出展や学校薬剤師として小中学校の児童・生徒を対象に薬物乱用防止教室を実施しています。
心のアンケート	町田市教育 委員会	いじめ防止のためのアンケートを、小中学校全校で月に一度行っています。 必要に応じて担任が聞き取り、スクールカウンセラーにつないでいます。
子どもたちの 見守り活動	町田市教育 委員会	登校時のあいさつ運動や 10 分休みや昼休みの時間の見守り、部活動の顧問による下校指導を行い、子どもたちの変化に少しでも早く気づくように取り組んでいます。子どもの状態によって、その様子を担任に伝え、気になる場合は家庭に連絡します。
相談機関の 一覧表配布	町田市教育 委員会	町田市教育委員会指導課から配布された相談機関の一覧表を全校配布しました。学校だよりの裏面に印刷し、子どもたちだけでなく、保護者にも情報が届くようにしました。
更生保護	町田地区 保護司会	犯罪や非行をした人を地域の中でサポートし、その再犯を防ぎ、立ち直りを助けるとともに、地域の犯罪・非行の予防を図る活動をしています。電話相談「サポートセンター町田ひまわり相談」も実施しています。

事業名	実施機関	事業内容
校内委員会	町田市教育委員会	スクールソーシャルワーカーやスクールカウンセラーと連携し、児童・生徒の生活の様子等について確認し、どう児童・生徒を支援していくかの話し合いを行っています。児童・生徒の状況によっては、児童相談所、教育相談所、警察署、子ども家庭支援センター等とも連携を取り合っています。
生活指導集会	町田市教育委員会	生活指導集会に取り組み、気になる児童の様子等を話し合いの場に出して、情報交換をしています。
ストレスチェックの啓発活動	町田商工会議所	従業員 50 人未満の中小企業の方に対し、市内の中小企業向けの健康診断を実施し、その中で、ストレスチェックを受けてもらうよう啓発活動を行います。
セミナーの開催	町田商工会議所	メンタルヘルス関係、労務関係の経営者向け、従業者向けのセミナーを開催します。
ワーク・ライフバランスの推進	八王子労働基準監督署 町田支署	長時間労働の抑制、年次有給休暇の取得促進、労働時間等の設定改善による業務の見直しにより、ワーク・ライフバランスを実現します。
講習会やイベント開催への講師派遣	八王子労働基準監督署 町田支署	労働基準行政の取り組みについて理解・周知を図るため、各団体の会員の方、取り組みを考えておられる対象の方について、講習会やイベント開催への講師派遣を行っています。
学生指導に関する喫緊の課題に関する研究会	北里大学 医学部 精神科学	自殺予防は大学における喫緊の課題である一方で、自殺に至る背景は複雑であり、自殺予防対策を講じても防ぎきれないことがあります。自殺しようとする人は援助要請行動が乏しいと言われており、また、学生相談室や精神科医療にかかっていたら大丈夫という保障はありません。全学的に体制を整えながら継続的に考え取り組んでいくことが重要であり、大学教職員に対して自殺予防に関する研究会を実施しています。

【町田市】

事業名	担当部署	事業内容
職員のメンタルヘルス対策事業	総務部 職員課	自殺対策を支える職員が心身ともに健康で業務を遂行できるよう、メンタルヘルス研修やストレスチェックを実施します。
配偶者からの暴力防止及び被害者の保護のための施策の実施	市民部 市民協働 推進課	自殺につながるといわれるDVについて講座等を実施し、DV被害者への支援に携わる関係者の間で理解や認識を深めてもらいます。 ①デートDV講座 若年者を対象にデートDVに関する講座を行い、相手を尊重する関係を知ってもらうことで、DVの発生を未然に防ぎます。 ②配偶者からの暴力防止等関係実務担当者連絡会議 DVの防止及びその被害者の保護に関し、関係機関・部署が相互に連携し、DVの被害者への的確な支援を行うために開催します。 ③「女性に対する暴力をなくす運動」期間中、DV防止啓発パネルの設置
消費生活相談にかかる多重債務連携事業	市民部 市民協働 推進課	「消費生活相談」のうち多重債務にかかる相談について、迅速かつ効果的な解決のため弁護士や司法書士と連携している。専門家による問題解決を図ることで、経済的困窮を原因とする自殺発生リスクを低減する。
家族介護者教室	いきいき 生活部 高齢者福祉課	家族介護者等に、介護方法や各種制度などについて学ぶ教室を、各高齢者支援センターにて開催します。
家族介護者交流会	いきいき 生活部 高齢者福祉課	家族介護者同士が、情報交換をとおしてお互いに抱える不安を解消するための交流会を、各高齢者支援センターにて開催します。
手当医療費助成事業	子ども生活部 子ども総務課	児童手当、乳幼児医療費の助成、児童扶養手当の支給等の窓口事業を通じて、子育て支援や児童の福祉の増進に資することを目的とし、経済的支援を行うことで貧困を苦とした自殺の予防にもつながる可能性があります。 また、窓口対応する職員がゲートキーパー養成講座を受講することで、気づき役としての視点を持つことや適切な機関への橋渡し等の役割を担えるようになる可能性があります。
学童保育事業	子ども生活部 児童青少年課	学童保育事業を通じて、保護者や子どもの状況を把握したり、悩みを抱えた家庭との接点になる可能性があります。 また、学童保育クラブの指導員がゲートキーパー養成講座を受講することで、問題を抱えている保護者や家庭と関係機関をつなぐ気づき役としての視点を持つことや適切な機関への橋渡し等の役割を担えるようになる可能性があります。
子どもセンター・子どもクラブ事業	子ども生活部 児童青少年課	子どもセンターに来館している子ども達の様子や職員とのコミュニケーションを通して、子どもたちの悩みや不安に寄り添える場となり得ます。必要に応じて子どもや保護者を関係機関につなぐ接点となる可能性があります。 また、子どもたちとコミュニケーションを図る職員がゲートキーパー養成講座を受講することで、問題を抱えている保護者や家庭について、気づき役としての視点を持つことや適切な機関への橋渡し等の役割を担えるようになる可能性があります。

事業名	担当部署	事業内容
子ども家庭支援センター事業	子ども生活部 子ども家庭支援センター	まこちゃんダイヤルカード(子ども専用相談ダイヤル)を市内小中学校の小4から中3の児童・生徒に配布し、子ども自身から様々な相談を受けています。 また、小学校6年生に対しての出前講座を行うなどの啓発活動も実施しています。
母子・父子自立支援員設置事業	子ども生活部 子ども家庭支援センター	ひとり親家庭等の相談に応じ、その自立に必要な情報提供及び助言、職業能力の向上及び求職活動に関する支援を行い、生活の安定、児童の福祉の増進を図るため、母子・父子自立支援員を配置しています。 また、自立支援員がゲートキーパー養成講座を受講することで、問題を抱えている保護者や家庭について、気づき役としての視点を持つことや適切な機関への橋渡し等の役割を担えるようになる可能性があります。
町田商工会議所支援事業	経済観光部 産業政策課	町田商工会議所会員を中心に、市内中小企業等に対し、各種セミナーや情報誌(町田商工会議所ニュース)を通して、自殺対策に関する情報を周知します。
ストレスチェックの実施(市立小・中学校)	学校教育部 教育総務課	都費負担教職員のストレスチェックを全校で実施し、メンタルヘルス不調の未然防止を図ります。

### 基本目標3 関係機関が連携して自殺対策を推進する

#### 【地域】

事業名	実施機関	事業内容
町田市各地区協議会における総合相談会	町田市町内会 自治会連合会	各地区協議会で、町内会・自治会・民生児童委員・青少年健全育成委員が連携し、各種相談事案から対象者の発見に努める事業を企画しています。
医療・福祉団体等へのゲートキーパー養成講座等の情報提供	町田市介護 人材開発センター	医療・福祉団体等関係団体に対し、ゲートキーパー養成講座等に関する情報提供をします。

#### 【町田市】

事業名	担当部署	事業内容
地域へのゲートキーパー養成講座等の情報提供	市民部 市民協働推進課	各地区協議会に対し、ゲートキーパー養成講座等に関する情報提供をします。
自殺対策推進事業	保健所 健康推進課	自殺総合対策に関する取組状況について、各事業者との取組状況の情報共有を行います。

## 5 計画体系と今後の成果指標

基本理念	基本目標	基本施策	取組の方向性	生きる支援関連施策※1) 主要事業	
かけがえのない”いのち“を大切にすま	基本目標1 生きることの促進要因を増やす	(1) 市民への啓発と周知	①【重点】自殺対策に関する啓発と周知の強化	【新】ゲートキーパー協働協定団体による広報啓発 【新】啓発標語等事業	
			② 自殺対策予防週間と自殺対策強化月間におけるキャンペーンの充実	自殺対策予防週間(9月10日~16日)と自殺対策強化月間(3月)における鉄道団体等と協働した広報事業	
			③ 市民を対象としたゲートキーパーの養成	ゲートキーパー養成講座(市民向け)	
		(2) 生きることの促進要因への支援	①【重点】適切な受診のための支援	普及啓発事業	
			②【重点】課題を抱える女性への支援	女性悩みごと相談 【新】総合相談会(女性と介護)	
			③ 相談窓口・支援体制の充実	生活困窮者自立支援事業	
			④ 自殺未遂者への精神的ケアの充実	病院運営事業	
			⑤ 自死遺族の集いへの支援	自殺対策推進事業	
		基本目標2 生きることの阻害要因を減らす	(3) 自殺防止に向けた取組	①【重点】若年層対策の推進	【新】自殺に関連するグーグル検索対応事業 ひきこもりに関する相談 【新】若者の悩み相談広報啓発
				② 小中学校に関する相談体制の充実	【新】ゲートキーパー養成講座(教職員向け) 【新】SOSの出し方に関する教育の推進事業
	③ 仕事に関する相談支援体制の充実			総合相談会(仕事と心)	
	④ 自殺対策を支える人材の育成			【新】ゲートキーパー養成講座(専門職向け)	
	⑤ 自殺防止につながる環境整備			【新】公共交通施設の安全確保	
	基本目標3 関係機関が連携して自殺対策を推進する	(4) 地域におけるネットワークの強化	①【重点】地域における自殺対策の取り組みの推進	【新】ゲートキーパー養成講座(地域ネットワーク向け)	
			② 国・東京都との連携	国・東京都との連携	
			③ 自殺対策推進協議会を通じた連携の強化	自殺対策推進協議会の開催	
			④ 自殺対策推進庁内連絡会を通じた連携の強化	自殺対策推進庁内連絡会の開催	

※1) 生きる支援関連施策 主要事業：庁内の多様な事業を「生きることを支える取組み」と位置づけ、自殺以外の問題の解決にも有効に機能するセーフティネットの構築を推進する事業

指標	現状値 (2017年度)	目標値 (2023年度)	基本目標別 成果指標	施策全体の 成果指標
協定団体数	—	50 団体	自殺対策は自分自身に関わる問題だと思う人の割合 (こころの健康に関する市民意識調査)  35.1%⇒42.1%	自殺死亡率の 減少 (人口 10 万人対)
事業の実施	—	年 1 回		
実施駅	2 駅	10 駅		
実施回数	—	年 1 回		
精神保健福祉講演会や健康だよりへの掲載による普及啓発の回数	—	年 1 回		
配偶者・恋人間における身体や精神を傷つける行為を暴力と認識する市民の割合	73.7% (※2016 年度)	73.7%以上		
女性の悩み事や介護に関する総合相談会の実施回数	—	年 1 回		
新規相談件数に対する支援プラン作成率	33.8%	35%以上		
ゲートキーパー養成講座（専門職向け）開催数	—	年 1 回		
自死遺族の集いに関する支援（広報周知）の実施	—	通年		
町田市内での「自殺」関連 グーグル検索者に対する相談先周知	—	通年	身近に相談者がいる人の割合 (町田市民の保健医療意識調査)  68.3%⇒81.9%	13.6 (2023 年) (基準値)
相談件数（関係機関延べ数）	279 件 (※2016 年度)	320 件		
健康だより掲載回数	—	年 1 回		
実施回数	年 2 回	年 3 回		
実施時間数	—	各校 1 時間以上 62 校（全校）		
仕事と心に関する総合相談会の実施回数	—	年 1 回		
実施回数	—	年 1 回		
市内駅のホームドアの設置駅数	1 駅	5 駅		
地域活動団体等を対象にした講座回数	—	年 1 回		
国・東京都との連携事業	—	通年		
開催回数	—	年 2 回	自分が住んでいる地域の人々が日頃から互いに気遣ったり声をかけあっていると思う割合 (こころの健康に関する市民意識調査)  56.0%⇒67.2%	12.2 (2026 年) (30%減)
開催回数	—	年 2 回		