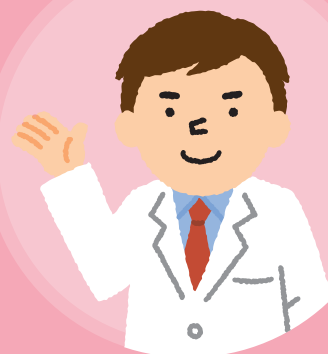
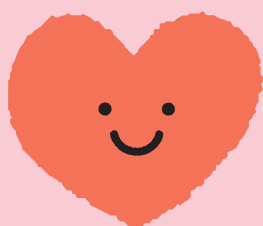
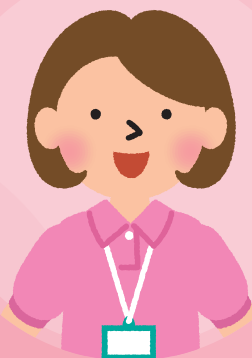




概要版

第3次 さいたま市 自殺対策推進計画

令和6(2024)年度～令和11(2029)年度



1 計画策定の背景と目的

平成18年10月に自殺対策基本法が施行されて以降、「個人の問題」と認識されがちであった自殺は広く「社会の問題」として認識されるようになり、国を挙げた対策が推進された結果、全国の自殺者数はピーク時の3万人台から2万人台まで減少しました。

また、平成28年4月の改正自殺対策基本法では、自殺対策を「生きるための包括的な支援」と新たに位置付けた上で、地方自治体に自殺対策のための計画策定が義務付けられました。

本市においては、自殺対策基本法の改正に先駆け、平成21年3月に「さいたま市自殺対策推進計画」を策定し、期間終了後の平成29年度からは「第2次さいたま市自殺対策推進計画」を策定し総合的な自殺対策を推進してきました。社会情勢の変化や新たな課題等に対応するとともに、これまでの取組をさらに充実・発展させるため、令和5年度末で計画期間満了となる「第2次さいたま市自殺対策推進計画」の次期計画として「第3次さいたま市自殺対策推進計画」を策定します。

2 計画の位置づけ

本計画は、自殺総合対策大綱や埼玉県地域保健医療計画（埼玉県自殺対策計画を組み込み策定）を踏まえ、本市の自殺対策の基本的な方向や具体的な推進策をまとめたものです。また、上位計画であるさいたま市総合振興計画に基づき、本市の保健福祉総合計画や、健康づくり計画等の関連計画と整合を図ります。

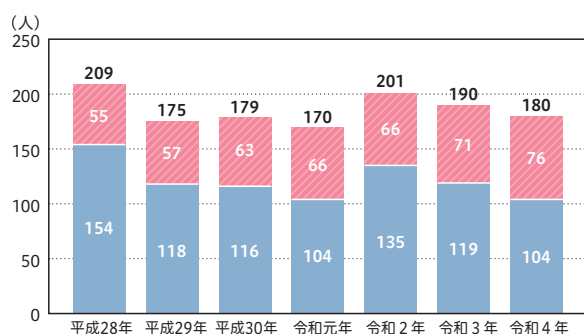
3 計画の期間

本計画は、令和10年に実施予定の「さいたま市健康づくり計画」における、心の健康に関する市民調査の結果をふまえて総合的に評価を行うため、推進期間は令和6年度から令和11年度までの6年間とします。

4 さいたま市における自殺の現状

自殺者数の推移（平成28年～令和4年計）

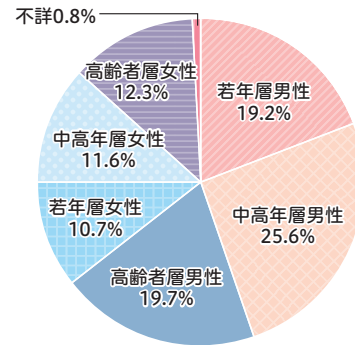
本市の自殺者数は、減少傾向にありましたが、新型コロナウイルス感染症拡大等の影響をはじめとし、令和2年では自殺者数が201人と増加し、以降高止まりの状況です。



資料：「自殺統計」(警察庁)を基にさいたま市作成

性・年代別の自殺の現状（平成28年～令和4年計）

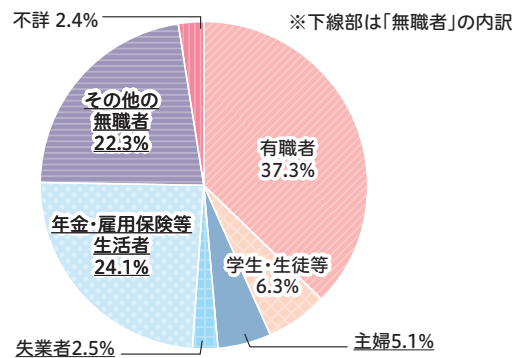
本市の性・年代別の自殺については、男性が全体の6割以上を占め、その中でも特に中高年層の割合が高くなっています。一方、女性では高齢者層の割合が高くなっています。



資料：「自殺統計」（警察庁）を基にさいたま市作成

自殺者数の職業別構成割合（平成28年～令和4年計）

自殺者数の職業別構成割合については、無職者が54.0%、有職者が37.3%、学生・生徒等が6.3%となっており、無職者が半数以上を占めています。

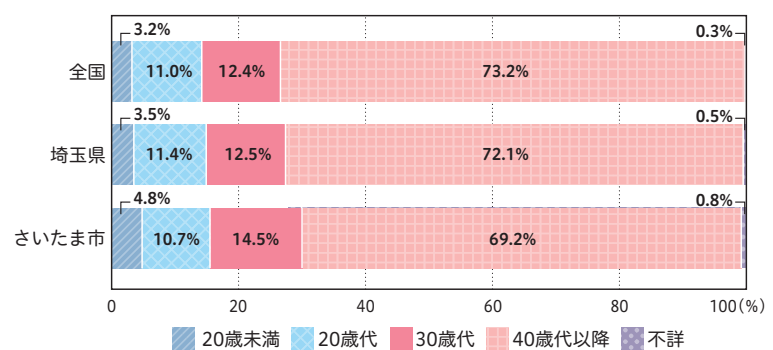


※その他の無職者：利子・配当・家賃等生活者、ホームレス等
 ※有職者：令和4年から「自営業・家族従事者」「被雇用・勤め人」を合算

資料：「自殺統計」（警察庁）を基にさいたま市作成

自殺者数の年齢階級別の構成（平成28年～令和4年計）

本市では、全国同様、若年層の死因の第1位が自殺となっていることに加え、自殺者数に占める若年層の割合が全国や埼玉県より高くなっています。



資料：「自殺統計」（警察庁）を基にさいたま市作成

5 前計画(平成29年度～令和5年度)における重点施策の成果と課題

重点施策	成果と課題
<p style="text-align: center;">重点施策1 若年層への支援の充実</p>	<p>心の健康等についての正しい知識や市内の相談窓口について、市報やホームページに掲載したり、リーフレットを作成して市内各所に配布しました。</p> <p>また、児童生徒の自殺予防のための「人権の花運動」や「『いのちの支え合い』を学ぶ授業」など、心の健康やいのちの大切さについて学ぶ取組を実施してきました。</p> <p>令和3年度の自殺の死因順位について、15歳～39歳では自殺が第1位であり、20歳未満の自殺死亡率は全国の上位20～40%に位置している状況であり、若年層への支援が必要です。</p>
<p style="text-align: center;">重点施策2 地域精神保健医療福祉体制の整備</p>	<p>個別相談事業や精神保健福祉士等による専門的な対応を目的とした派遣事業、医療機関や学校、職場等の地域の精神保健体制を構築・検討し、精神疾患や自殺未遂者等への適切な対応を実施してきました。</p> <p>精神障害や発達障害に関して、ライフステージに応じた早期からの支援を行うために、多様な方法による支援の実施、支援者が適切に対応できるような資質の向上を図る必要があります。</p>
<p style="text-align: center;">重点施策3 経済・生活面を含む包括的な支援</p>	<p>各区に設置している「福祉まるごと相談窓口」により、経済的な問題を抱え、生活に困っている方の相談に応じ、問題の解決や生活の安定に向けて継続的な支援を行いました。自殺対策の相談窓口で把握した生活困窮者を自立相談支援の窓口につなぐなど、無職者・失業者への包括的・個別的・継続的な支援に取り組みます。</p> <p>また、相談しやすい環境整備など、職場におけるメンタルヘルス対策やワーク・ライフ・バランスの推進等、勤務問題による自殺対策が必要です。</p>

6 計画の基本理念

すべての市民がかけがえのない個人として尊重され、生きがいや希望を持って暮らすことができるような支援や環境の充実が幅広くかつ適切に図られることを目指すため、本計画の基本理念を以下の通り掲げます。

市民一人ひとりが、かけがえのない個人として尊重されるとともに、自殺に追い込まれることなく、生きがいや希望を持って暮らすことができる地域社会の実現

7 全体目標

国は、令和4年10月に閣議決定された新たな国の自殺総合対策大綱において、前大綱同様、令和8年までに自殺死亡率(人口10万人当たりの自殺者数)を平成27年と比べて11年間で30%以上減少させることを数値目標(自殺死亡率は13.0)として設定しています。本市の特性を踏まえ、計画評価の前年に当たる令和10年時点での自殺死亡率を11.5以下とすることを目標とします。

令和10年時点での自殺死亡率を11.5以下とする

(人口10万人当たりの自殺者数)

さらに、自殺の背景にある問題の解決状況について、計画の推進による直接的な「成果目標」を設定します。

	指 標	現状値		目標値	
		平成28年度	令和3年度	令和10年度	
1	生きがいを持っている人の割合	63.2% ^{※1}	59.3% ^{※2}	74.0%	
2	ストレスが解消できていない人の割合	29.3% ^{※1}	28.5% ^{※2}	26.0%	
3	睡眠で休養が 取れている人の割合	全体	71.7% ^{※1}	71.5% ^{※2}	74.0%
		10~40歳代男性	61.9% ^{※1}	61.9% ^{※2}	67.0%
		10~40歳代女性	66.1% ^{※1}	66.1% ^{※2}	71.0%
4	睡眠の確保のためにアルコールを使用する人の割合	24.9% ^{※1}	19.8% ^{※2}	17.0%	
5	地域住民でお互いに助け合っていると思う人の割合	39.8% ^{※1}	36.9% ^{※2}	45.0%	
6	身近に相談相手のいない人の割合	14.4% ^{※1}	15.1% ^{※2}	12.0%	
7	社会活動を行っている人の割合	—	34.8% ^{※2}	38.0%	
8	国の自殺対策の基本認識の認知度	—	41.9% ^{※3} (令和4年度)	55.0%	
9	地域支援者の養成人数	—	202人	220人 ^{※4}	

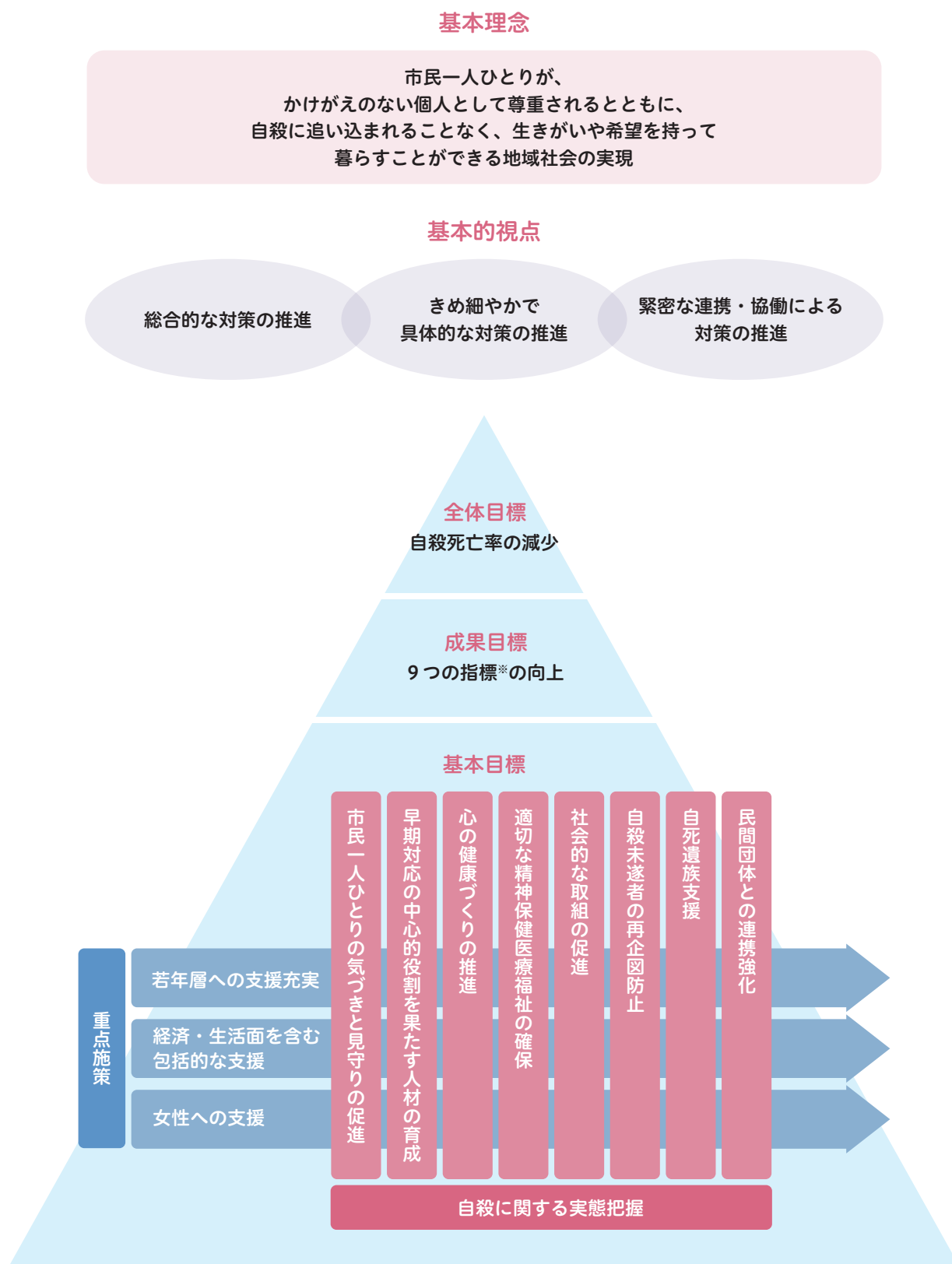
※1 さいたま市健康づくり及び食育についての調査(平成28年)

※2 さいたま市健康づくり及び食育についての調査(令和3年)

※3 令和4年度第3回さいたま市インターネット市民意識調査

※4 さいたま市総合振興計画における令和7年度の目標値に合わせて設定

8 施策の体系図



※ 9つの指標：①生きがいを持っている人の割合、②ストレスが解消できていない人の割合、③睡眠で休養が取れている人の割合、④睡眠の確保のためにアルコールを使用する人の割合、⑤地域住民でお互いに助け合っていると思う人の割合、⑥身近に相談相手のいない人の割合、⑦社会活動を行っている人の割合、⑧国の自殺対策の基本認識の認知度、⑨地域支援者の養成人数

9 具体的な取組

1 自殺に関する実態把握

- (1) 社会的要因を含む様々な統計情報の分析
- (2) 自殺関連の相談に関する事例の検討
- (3) 自殺の背景・原因となる様々な要因を含む調査の実施

2 市民一人ひとりの気づきと見守りの促進

- (1) 自殺や心の健康などについての正しい知識の普及啓発
- (2) 自殺予防週間・自殺対策強化月間の実施
- (3) 児童生徒の自殺予防に資する教育の実施
- (4) うつ病についての普及啓発
- (5) アルコール・薬物等の依存症及び薬物乱用防止についての普及啓発
- (6) インターネット上の自殺関連情報についての普及啓発

3 早期対応の中心的役割を果たす人材の育成

- (1) 心の健康に関する相談に対応する職員の資質の向上
- (2) 社会的要因に関する相談に対応する職員の資質の向上
- (3) 市民の身近な相談窓口におけるゲートキーパーの養成の促進
- (4) 教職員におけるゲートキーパーの養成の促進
- (5) 地域の支援者への普及啓発の実施

4 心の健康づくりの推進

- (1) 地域における心の健康づくりの推進
- (2) 家庭における心の健康づくりの推進
- (3) 学校における心の健康づくりの推進
- (4) 職場における心の健康づくりの推進
- (5) 大規模災害における被災者等の心のケア【新規】

5 適切な精神保健医療福祉の確保

- (1) 精神保健医療福祉を担う人材の養成
- (2) メンタルヘルスに課題を抱える人への早期支援
- (3) アルコール・薬物等の依存症対策の推進
- (4) 慢性疾患患者等に対する支援
- (5) 子どもの心の健康相談体制の強化
- (6) 精神保健医療福祉体制の強化

6 社会的な取組の促進

- (1) ライフステージに応じた相談窓口の充実
- (2) 各種相談窓口の相互の連携の強化
- (3) 相談窓口情報の分かりやすい周知
- (4) 気づきと見守りの地域づくり
- (5) いじめや虐待等を苦しめた子どもの自殺の予防
- (6) 性的マイノリティ、性犯罪・性暴力の被害者への支援の充実
- (7) 経済・生活問題を抱える人への支援の充実
- (8) 困難な問題を抱える女性への支援【新規】

7 自殺未遂者の再企図防止

- (1) 自殺未遂者支援に係る地域連携
- (2) 家族等の身近な人の見守りへの支援

8 自死遺族支援

- (1) 自死により遺された人たちへの心のケア
- (2) 学校、職場での事後対応の促進
- (3) 遺族等のための情報提供の推進

9 民間団体との連携強化

- (1) 相談等を行っている関係団体の活動への支援
- (2) 地域における関係機関・関係団体との連携の強化
- (3) 市民活動の活性化

10 重点施策

重点施策1 若年層への支援充実

背景と課題	本市では、若年層の死因の第1位が自殺となっていることに加え、自殺者数に占める若年層の割合が全国や埼玉県より高くなっています。児童生徒をはじめとする若年層への自殺対策については、包括的な支援が必要なことから、引き続き、特に重点的に取り組む必要があります。
重点施策の方向性	<ul style="list-style-type: none"> ● 自殺や心の健康などについての正しい普及啓発や相談窓口の周知 ● 学校現場において適切に援助を求めることについての教育の実施 ● 児童生徒が心の健康やいのちの大切さについて学ぶ機会の創出 ● 悩んだときに相談ができる相談体制の充実 ● いじめや虐待の防止対策
具体的な取組	<ol style="list-style-type: none"> ① 自殺や心の健康などについての正しい知識の普及啓発 ② 児童生徒の自殺予防に資する教育の実施 ③ インターネット上の自殺関連情報についての普及啓発 ④ 教職員におけるゲートキーパーの養成の促進 ⑤ 家庭における心の健康づくりの推進 ⑥ 学校における心の健康づくりの推進 ⑦ メンタルヘルスに課題を抱える人への早期支援 ⑧ 子どもの心の健康相談体制の強化 ⑨ ライフステージに応じた相談窓口の充実 ⑩ いじめや虐待等を苦しめた子どもの自殺の予防 ⑪ 学校・職場での事後対応の促進

重点施策2 経済・生活面を含む包括的な支援

背景と課題	本市における自殺死亡率のうち、「無職者・失業者」が全国の上位10%以内に位置しており、経済・生活問題を抱える人への支援が求められています。多様な場と方法により、経済・生活面を含む包括的な支援について、引き続き、特に重点的に取り組む必要があります。
重点施策の方向性	<ul style="list-style-type: none"> ● 生活困窮者自立支援制度及び生活保護制度に基づく各種の取組と自殺対策との連携の強化 ● 支援の担い手となる人材の育成を進め、生活苦に陥った市民に対する「生きることの包括的な支援」の強化 ● 労働者や経営者を対象とした各種事業の展開 ● 職場における心の健康づくりの推進
具体的な取組	<ol style="list-style-type: none"> ① 社会的要因に関する相談に対応する職員の資質の向上 ② 職場における心の健康づくりの推進 ③ 経済・生活問題を抱える人への支援の充実

重点施策3 女性への支援

背景と課題	国において、女性への支援は重点的に取り組む課題とされており、本市においても平成28年以降、女性の自殺者数が増加していることから、女性への支援について特に重点的に取り組む必要があります。
重点施策の方向性	<ul style="list-style-type: none">● 身体的・精神的な悩みや不安を抱えた若年妊婦等への相談支援等● 妊娠初期の方や予期せぬ妊娠をした方等の支援● 配偶者等からの暴力等、多様なニーズに対応できる相談体制の強化など、被害者支援の更なる充実● 様々な困難・課題を抱える女性に寄り添ったきめ細かい支援
具体的な取組	<ol style="list-style-type: none">① 自殺や心の健康などについての正しい知識の普及啓発② 家庭における心の健康づくりの推進③ メンタルヘルスに課題を抱える人への早期支援④ ライフステージに応じた相談窓口の充実⑤ 性的マイノリティ、性犯罪・性暴力の被害者への支援の充実⑥ 困難な問題を抱える女性への支援

● 心の悩みには、早めの相談を ●

さいたま市には、心の悩みや不安を相談できる窓口があり、心の悩みを抱えている方やご家族の方などからのご相談をお受けしています。まずはお近くの相談窓口へお電話でご相談ください。

■ 相談は無料で、秘密は厳守されます ■

さいたま市 こころの健康センター

精神保健福祉に関する相談のほか、ひきこもり、思春期問題、アルコールや薬物、ギャンブル等の依存に関する問題、身近な方を自死で亡くされた場合のご相談など。

TEL: 048-762-8548
FAX: 048-711-8907

月曜日～金曜日/9:00～17:00
土、日、祝日、12月29日～1月3日を除く

さいたま市保健所 精神保健課

精神科受診に関する相談や、精神科疾患の治療の継続や生活に関する相談。

TEL: 048-840-2223
2234
FAX: 048-840-2230

月曜日～金曜日/8:30～17:15
土、日、祝日、12月29日～1月3日を除く

こころの電話

心の病気に関する不安、苦しみ、家庭での悩み、職場での悩み、学校での悩み、情報がほしいなど。

TEL: 048-762-8554

月曜日～金曜日/9:00～17:00
土、日、祝日、12月29日～1月3日を除く
その他、不定期に月1回休止日があります。

さいたま市 各区役所保健センター

身体に関する相談や、心の健康に関する相談。

詳しくは、お住まいの区の
保健センターへ
お問い合わせください。

月曜日～金曜日/8:30～17:15
土、日、祝日、12月29日～1月3日を除く

さいたま市では、心や身体の相談の他、生活問題・経済問題など様々な問題に対応した相談窓口を設置しています。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

詳しくは、さいたま市
ホームページをご覧ください。



概要版

第3次 さいたま市 自殺対策推進計画

令和6(2024)年度～令和11(2029)年度

令和6年3月発行

〒330-9588 さいたま市浦和区常盤6-4-4
さいたま市 保健衛生局 保健部 保健衛生総務課
TEL:048-829-1294 FAX:048-829-1967

この第3次さいたま市自殺対策推進計画【概要版】は10,000部作成し、1部当たりの印刷経費は38円です。(第3次さいたま市自殺対策推進計画策定支援業務委託料のうちの印刷に要した経費です。)

