

# 第6章 自殺予防対策推進計画

## 1 計画の趣旨

### (1) 国の動き

国は、自殺者数の急増に対処するため平成 18 年に「自殺対策基本法」を制定、平成 28 年に改正し、全自治体に自殺対策計画の策定を義務付けました。また、平成 29 年 7 月に自殺総合対策大綱が閣議決定し、「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」という基本理念のもと、社会全体の取組みとして、国、地方自治体、関係団体、民間団体等が連携を図りながら、自殺対策を総合的に推進してきました。

### (2) 松本市の取組み

平成 21 年度に「松本市自殺予防対策推進協議会」「松本市自殺予防対策庁内連絡会議」を設置することにより包括的な自殺予防対策の体制整備を図り、平成 22 年 10 月に「いのちのきずな松本」（自殺予防専用相談）を開設しました。

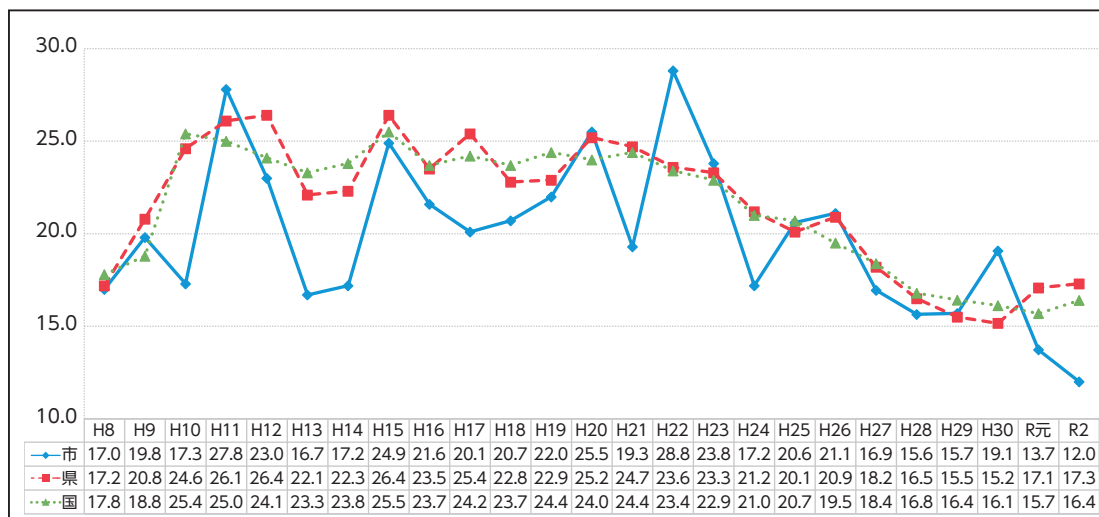
平成 22 年度に第 1 期松本市自殺予防対策推進計画、平成 29 年度には第 2 期松本市自殺予防対策推進計画を策定し、庁内各部局及び社会全体で自殺対策に取り組んできました。今回、基本法や大綱に基づき、市の課題に向けて取り組むために第 3 期松本市自殺予防対策推進計画を策定します。

## 2 主要指標

新型コロナウイルス感染症等の影響を受けた自殺者数・自殺死亡率の増加

### (1) 自殺者数の年次推移

ア 自殺死亡率（人口 10 万人当たりの自殺者数）の推移（人口動態統計）



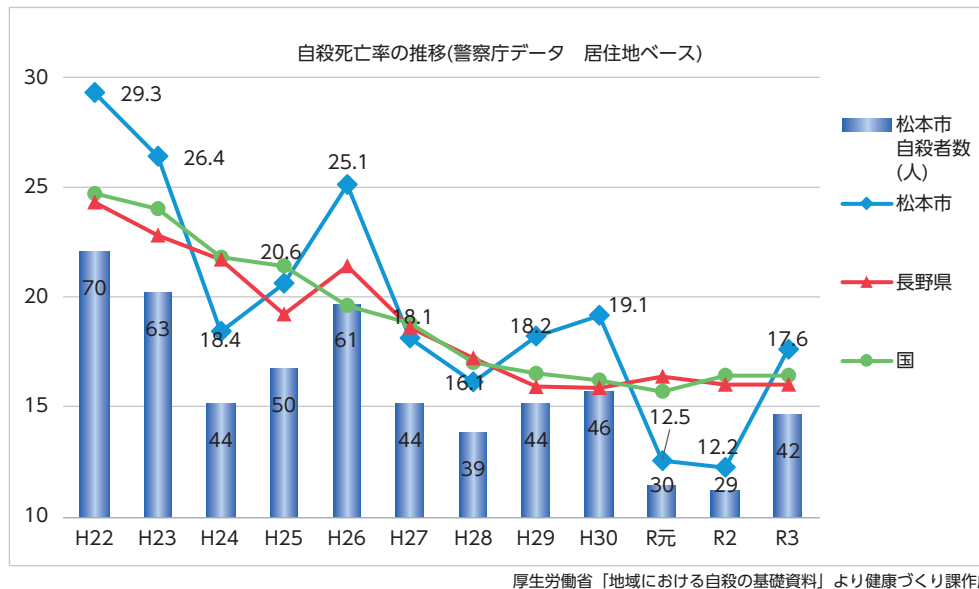
厚生労働省「人口動態統計」より健康づくり課作成

全国における自殺者数は、平成 10 年以降、14 年連続で 3 万人を超える状態が続いていましたが、平成 24 年に 15 年ぶりに 3 万人を下回り、以後減少していました。しかし、新型コロナウイルス感染症等の影響を受け、令和 2 年に 11 年ぶりに自殺者数が増加に転じ、2 万人を超えました。令和 3 年は、令和 2 年より減少したものの、2 万人を超えている状況です。

市及び県においては、増減しながらも減少傾向でしたが、令和元年以降、県において新型コロナウイルス感染症等の影響と考えられる増加があります。

イ 自殺死亡率の年次推移

厚生労働省による警察庁の自殺統計原票の集計結果（以下「自殺統計」という。）を分析したところ、新型コロナウイルス感染症流行前の過去10年間の自殺死亡率は、国、県、市ともに減少傾向にありましたが、市では、令和3年以降、新型コロナウイルス感染症等の影響と考えられる増加があります。



〈厚生労働省「人口動態統計」と警察庁「自殺統計」との違い〉

1 調査対象の差異

厚生労働省の人口動態統計は、日本における日本人を対象とし、警察庁の自殺統計は、総人口（日本における外国人も含む。）を対象としています。

2 調査時点の差異

厚生労働省の人口動態統計は、住所地を基に死亡時点で計上し、警察庁の自殺統計は、発見地を基に自殺死体発見時点（正確には認知）で計上しています。

3 事務手続き上（訂正報告）の差異

厚生労働省の人口動態統計は、自殺、他殺又は事故死のいずれか不明のときは「自殺以外」で処理しており、死亡診断書等について作成者から自殺への訂正報告がない場合は、「自殺」に計上していません。

警察庁の自殺統計は、捜査等により、自殺であると判明した時点で、自殺統計原票を作成し、計上しています。

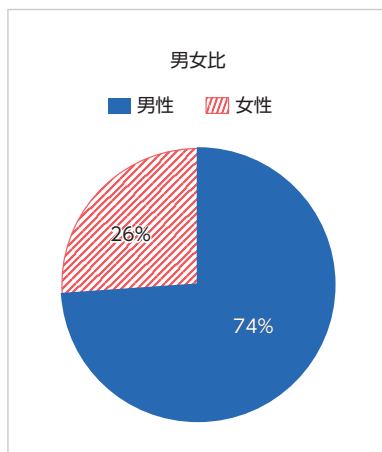
〈本計画書の数値について〉

本計画書では、警察庁「自殺統計」の「自殺日」及び「自殺者生前の居住地」に基づいて分析しています。

(2) 松本市の自殺の現状

ア 自殺者の男女比 (平成 29 年～令和 3 年合計)

自殺者の約 7 割は男性



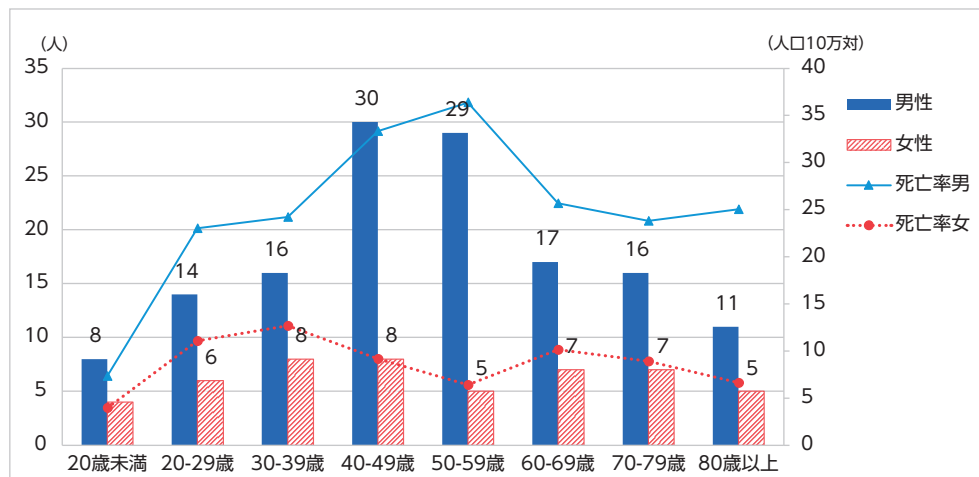
総数：191 人  
(男性：141 人 女性：50 人)

厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より健康づくり課作成

自殺者数の男女比は、男性が女性の約 3 倍となっています。

イ 年齢階級別自殺者数 (平成 29 年～令和 3 年合計)

40～50 歳代の働き盛り世代で、自殺者数・自殺死亡率ともに高い。



厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」及び松本市統計月報より健康づくり課作成

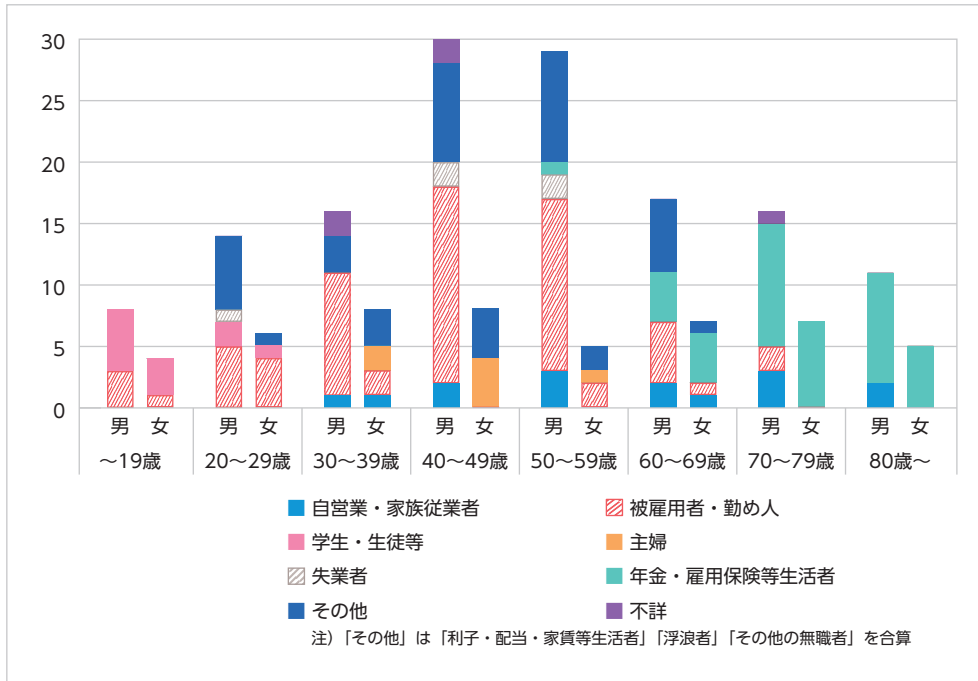
男性は、40 歳代及び 50 歳代の働き盛り世代で、自殺者数・自殺死亡率ともに高く、次いで、20～30 歳代及び 60～70 歳代でも自殺者数・自殺死亡率ともに高い傾向があります。女性は、男性ほど年齢階級別の差はありません。

20 歳未満でも、過去 5 年で 12 人が自殺で亡くなっています。

ウ 自殺者の職業（平成29年～令和3年合計）

男女別年齢階級別職業内訳

男性では、「被雇用者・勤め人」が40%  
女性では、「年金・雇用保険等生活者」が32%



厚生労働省提供自殺統計原票特別集計データより健康づくり課作成

20歳代から50歳代では、有職者が多く、60歳代以降は無職者が多くなっています。男性では、「被雇用者・勤め人」が40パーセント、女性では、「年金・雇用保険等生活者」が32パーセントと多くなっています。

また、20歳代から60歳代まで、男女ともに、「その他」の方が約2割います。

エ 自殺の原因・動機（平成29年～令和3年合計、1人につき3つまで選択）

原因・動機が判明した中では、健康問題が多く、経済・生活問題、勤務問題が続く。

(ア) 年代別主な原因・動機の順位

単位：人

年代	自殺者数	1位		2位		3位	
		原因・動機	人数	原因・動機	人数	原因・動機	人数
19歳以下	12	不詳	5	健康問題	4	学校問題	2
20歳代	20	学校問題	5	経済・生活問題 / 健康問題 / 不詳		4	
30歳代	24	健康問題	11	勤務問題	6	不詳	5
40歳代	38	不詳	15	健康問題	10	勤務問題	8
50歳代	34	健康問題	15	不詳	12	経済・生活問題 / 勤務問題	
60歳代	24	健康問題	14	不詳	10	経済・生活問題 / 家庭問題	
70歳代	23	健康問題	14	不詳	7	経済・生活問題 / 家庭問題	
80歳以上	16	不詳	8	健康問題	6	家庭問題	

厚生労働省提供自殺統計原票特別集計データより健康づくり課作成

(イ) 原因・動機別人数

単位：人

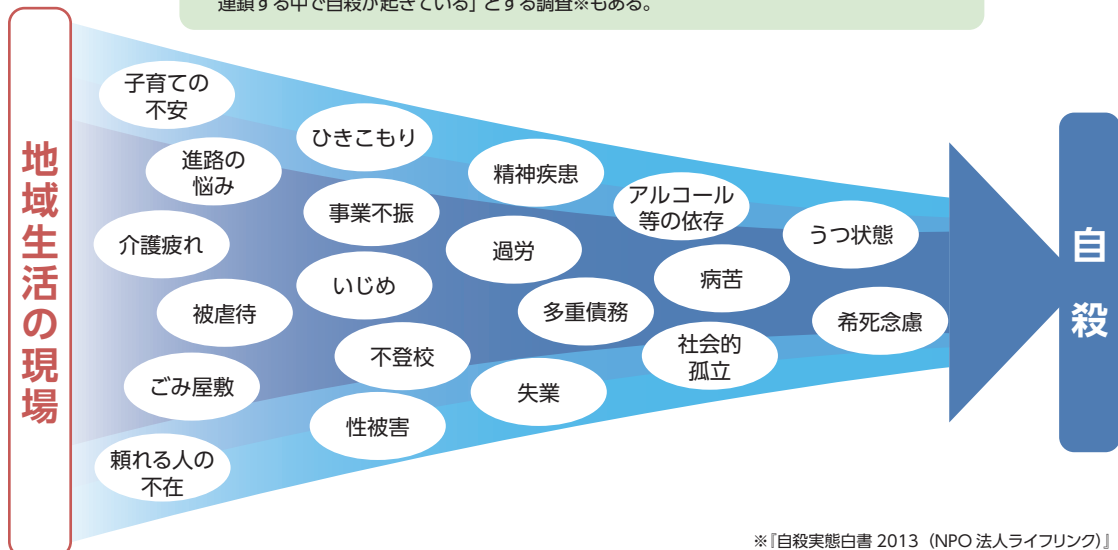
1位		2位		3位		4位	
健康問題	78	経済・生活問題	23	勤務問題	21	家庭問題	18
再掲： うつ病 病気 統合失調症	30 20 13	再掲： 負債（その他） 生活苦 その他	9 4 4	再掲： 職場の人間関係 その他 仕事の疲れ	7 7 5	再掲： 夫婦問題の不和 家族の将来悲観 その他家族関係の不和	5 3 3

再掲は人数が多い3区分を掲載

厚生労働省提供自殺統計原票特別集計データより健康づくり課作成

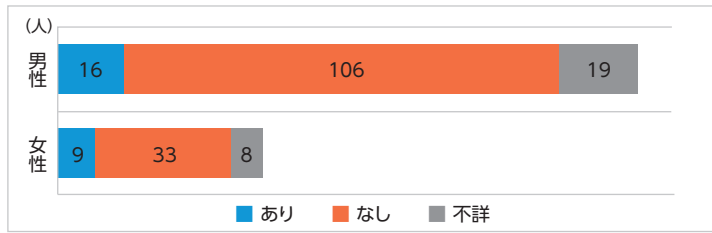
参考：自殺の危機要因イメージ

- ◆社会が多様化する中で、地域生活の現場で起きる問題は複雑化・複合化している。
- ◆複雑化・複合化した問題が最も深刻化したときに自殺は起きる。「平均4つの要因（問題）が連鎖する中で自殺が起きている」とする調査※もある。



※「自殺実態白書 2013（NPO法人ライフリンク）」

オ 自殺者の自殺未遂歴の有無（平成29年～令和3年合計）

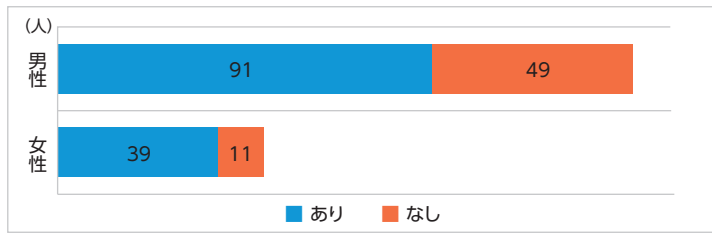


自殺者の約1～2割に、自殺未遂歴がある。

厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より健康づくり課作成

未遂歴のある人が5年間で25人います。

カ 自殺者の同居人の有無（平成29年～令和3年合計）



自殺者の約7割は、同居人がいる。

厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」より健康づくり課作成

自殺者の約7割は独居ではなく、同居人がいます。

キ 自殺の傾向（平成29年～令和3年合計 自殺対策推進センター 松本市のプロファイルより）

60歳以上の無職男性の自殺者数が多い。

自殺者の特性上位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	30	15.7%	23.3	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺
2位:男性60歳以上 無職同居	15	7.9%	19.6	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
3位:男性60歳以上 無職独居	13	6.8%	89.0	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
4位:男性40～59歳 無職独居	11	5.8%	414.2	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺
5位:男性40～59歳 無職同居	11	5.8%	130.4	失業→生活苦→借金+家族間の不和→うつ状態→自殺

資料：警察庁自殺統計原票データを厚生労働省（自殺対策推進室）にて特別集計

・区分の順位は自殺者数の多い順で、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。

\* 自殺死亡率の算出に用いた人口（母数）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対策推進センターにて推計したもの

\*\* 「背景にある主な自殺の危機経路」は、ライフリンク「自殺実態白書2013」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路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

ク 自殺の特性の評価（平成29年～令和3年合計 自殺対策推進センター 松本市のプロファイルより）

	指標値	ランク
総数*1)	15.9	-
男性*1)	24.0	-
女性*1)	8.2	-
20歳未満*1)	5.5	★★
20歳代*1)	17.5	-a
30歳代*1)	17.6	-
40歳代*1)	20.8	★
50歳代*1)	22.7	-
60歳代*1)	16.5	-
70歳代*1)	16.7	-
80歳以上*1)	13.9	-
若年者(20～39歳)*1)	17.5	-
高齢者(70歳以上)*1)	15.4	-
ハイリスク地*3)	97%/-6	-
勤務・経営*2)	13.9	-
無職者・失業者*2)	39.0	★★★
自殺手段*4)	33.0%	-

特に、20歳未満及び無職者・失業者の自殺死亡率が、全国に比較し、高い。

指標のランクの基準  
・各指標についての全国市区町村におけるランク

	自殺死亡率のランク
★★★	上位10%以内
★★	上位10～20%
★	上位20～40%
-	その他
**	評価せず

- \*1) 地域における自殺の基礎資料に基づく自殺死亡率(10万対)。自殺者1人の増減でランクが変わる場合はランクにaを付けた。
- \*2) 特別集計に基づく20～59歳における自殺死亡率(10万対)。自殺者1人の増減でランクが変わる場合はランクにaを付けた。
- \*3) 地域における自殺の基礎資料に基づく発見地÷住居地(%)とその差(人)。自殺者(発見地)1人の減少でランクが変わる場合はランクにaを付けた。
- \*4) 地域における自殺の基礎資料又は特別集計に基づく首つり以外の自殺者の割合(%)。首つり以外で多いと高い。

### 3 現状と課題

(1) 新型コロナウイルス感染症の影響を受けた自殺者数・自殺死亡率の増加

- ・健康問題を始め、経済・生活問題、勤務問題等、幅広い生活面での困りごとを支える対策と包括的相談体制が必要
- ・支援を必要としている人が、適切な支援策に係る情報を得ることができるよう、ICTを活用した情報の集約と積極的な発信が必要
- ・悩みを抱えた人が孤立しないように、身近な人の悩み、こころの危険信号に気づき、必要な見守りができる人材の育成が必要

(2) 40歳代～50歳代の働き盛り世代で、自殺者数が多く、自殺死亡率が高い。

- ・経営者及び企業・事業所の働き盛り世代に向け、こころの健康づくりについて普及啓発活動を行うなどメンタルヘルス対策の推進が必要

(3) 20歳未満の自殺死亡率が全国と比較して高い。

- ・生きづらさを抱える子ども・若者等を支える対策、自己肯定感を高める関わり・環境づくりが必要
- ・児童生徒の援助希求力を高めるような取組みを継続的に実施することが必要

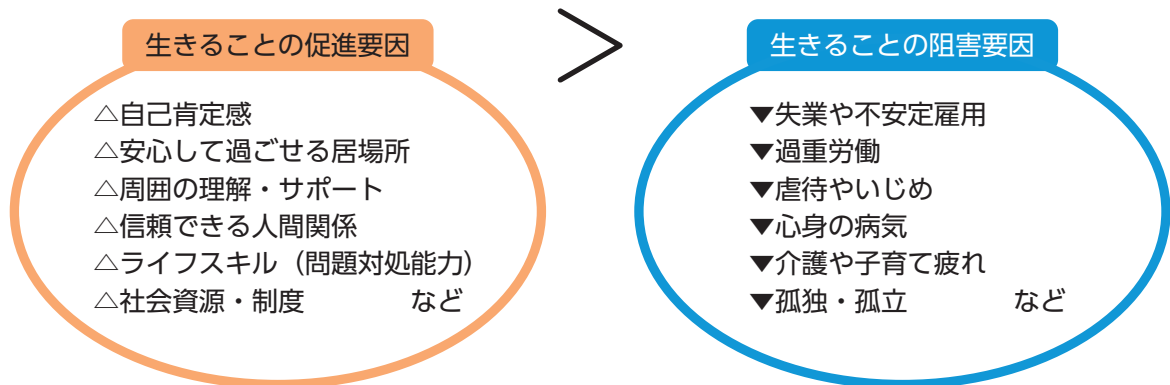
## 4 目指す姿

### 誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、防ぐことができる社会的問題であるという基本認識の下、自殺予防対策の本質である「生きることの支援」を、社会全体で総合的に推進していくことが重要です。

自殺の背景にある様々な社会的要因に対し、「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やす双方の取組みが、社会全体の自殺リスクを低下させ、“誰もが生きやすい社会”ひいては“誰も自殺に追い込まれることのない社会”をつくることにつながります。

松本市では、健康増進総合計画の「誰もが健康を実感できるまち」を基本理念に、多岐にわたる関連施策を有機的に連動させ、自殺予防対策を「生きることの包括的な支援」として推進し、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ます。



#### (1) 目標

「自殺総合対策大綱」では、先進諸国の水準まで減少させることを目指し、令和8年までに、自殺死亡率を平成27年と比べて30パーセント以上減少させることとされ、新たな「自殺総合対策大綱」（令和4年10月14日閣議決定）においても、引き続き、同様の目標設定がされました。

**【国：平成27年自殺死亡率 18.5 ⇒ 令和8年 13.0 以下】**

長野県自殺対策推進計画の数値目標は、令和9年までに自殺死亡率を12.2以下としています。

**【県：平成27年自殺死亡率 18.2 ⇒ 令和8年 12.7 以下  
⇒ 令和9年 12.2 以下】**

松本市では、国、県の目標値を勘案し、令和9年までに、自殺死亡率12.2以下を目指します。

**【市：平成27年自殺死亡率 18.1 ⇒ 令和8年 12.7 以下  
⇒ 令和9年 12.2 以下 (29人以下\*)】**

※ 「日本の地域別将来推計人口（平成30年）」  
（国立社会保障・人口問題研究所）の人口推計から算出



(2) 展開図

**【基本理念】 誰もが健康を実感できるまち**

～誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指します～



## 5 重点的施策

第3期自殺予防対策推進計画では、松本市の特徴として自殺死亡率の高い、子ども・若者及び働き盛り世代への支援強化と生きることを支援するための多機関協働を図り、すべての市民が持つ“生きる力”を支える環境づくりを推進します。

### (1) 生きる力を支える環境づくり

誰もが居場所と役割を持ち、支え支えられながら、困難にあっても再挑戦できる、生きる力を支える環境づくりを進めます。

事業・取組み	事業名	事業概要	担当課
【支援に関する情報の集約と積極的な発信】	ICTを活用したアウトリーチ対策	検索連動型広告やプッシュ型の情報発信など、ICTを活用し、支援を必要としている人へ相談窓口などの支援情報を届け、支援につなげる。	健康づくり課
【地域における様々な機会での教育・啓発】	広報紙、ラジオ、テレビ、インターネット、SNS等を通じた広報活動の実施	市民一人ひとりが、こころの健康や自殺・精神疾患等について、正しく理解し、互いに見守り、支え合える地域づくりができるよう、広報まつもと、ホームページ、広報番組等を通じた啓発を実施	秘書広報室 健康づくり課
【地域包括ケアシステムの推進】	地域包括ケアシステムの推進	住み慣れた地域で、暮らし続けるための体制整備	高齢福祉課 地域づくり課 健康づくり課他
【制度や分野を超えた一体的な支援体制づくり】	重層的支援体制の構築	複雑化・複合化した課題などに対して制度や分野を超えた一体的な支援の取組み	福祉政策課 高齢福祉課 健康づくり課他
【気づき見守る地域づくり】	地域支援者や教職員等への研修	<ul style="list-style-type: none"> <li>民生委員・児童委員、町会長、町内役員等の地域支援者、教職員等へ、こころの健康や自殺に関する正しい知識や理解を深めるための研修を開催</li> <li>自殺の危険を示すサインに「気づき・見守る」地域支援者の人材育成の推進</li> </ul>	健康づくり課
【居場所・通いの場・生きがいづくり】	地区福祉ひろばの運営支援	各地区福祉ひろばにおける住民主体のひろば事業の運営支援を実施	地域づくり課
	公民館での学習機会の提供	公民館で実施している様々な講座を通じ、人権や自殺予防等に関する学習機会のほか、人とのつながりや居場所を提供	生涯学習課
	子どもの居場所づくり推進事業	地域の大人が、地域の子どもに対して、食事を中心とする地域における団らんの場や、これに加えて地域の歴史、文化、季節行事、郷土料理、遊び等でその地域において伝承されている文化を、地域の大人たちから教わり体験する生活体験を提供する取組みに対し交付金を支給	こども福祉課
	子どもの支援・相談スペース「はぐるぽ」	様々な事情で学校に通うことができない、また悩みを抱えている子どもたちのための居場所を提供	こども育成課
	自主運動サークル支援事業	介護予防（身体、こころ、栄養、口腔機能など）を目的に、週1回実施する自主運動サークルの立上げを支援し、住民主体の通いの場を創出	健康づくり課

#### ▶用語

- アウトリーチ：直訳すると「外に手を伸ばす」ことを意味する。支援が必要であるにもかかわらず届いていない人に対し、行政や支援機関などが積極的に働き掛けて情報・支援を届けるプロセスのこと

(2) 子ども・若者、働き盛り世代への支援強化

学校、家庭、企業等との連携、ICT等を活用した各世代に合わせた効果的な教育・周知啓発の推進、相談できる場の提供により、子ども・若者及び働き盛り世代への支援体制の強化を図ります。

また、安心して妊娠出産子育てでき、子ども自身が、乳幼児期から自己肯定感を育むことのできる環境づくりを進めるため、妊娠期から切れ目ない寄り添った家族支援の体制整備を行います。

事業・取組み	事業名	事業概要	担当課
【子ども・若者世代への支援】	小・中学生への教育・啓発	「こころの鈴通信」の定期発行や、パンフレット・リーフレット等の配布による、全ての児童生徒への相談先の周知 思春期の子どもに対し、子ども自身ができる対処法や、大人へ相談することの重要性について、リーフレット等を作成・配布し、周知啓発する。 社会において直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処方法を身に付け、援助希求力を高める「SOSの出し方に関する教育」の実施	こども育成課 学校教育課 健康づくり課
	保護者・教員向け研修会	小・中学生への出前講座に合わせ、「SOSの受け止め方」について学ぶための研修会の実施	教育政策課 学校教育課 健康づくり課
	高校・大学等と連携した教育・啓発	高校、大学、短期大学、専門学校等と連携し、こころの健康やSOSの出し方に関する出前講座、相談窓口の周知啓発を実施	健康づくり課
	子どもの権利侵害に関する相談「こころの鈴」	子どもの権利侵害に対して、速やかで効果的な救済及び回復を図るための、子どもや子どもに関わる大人からの相談	こども育成課
	子どもの支援・相談スペース「はぐルッポ」	様々な事情で学校に通うことができない、又は悩みを抱えている子どもたちのための居場所の提供と相談	こども育成課
	青少年の心と体の相談「まちかど保健室」	こころやからだに不安を抱える中高生や保護者からの相談	こども育成課
	青少年の全般的な相談「青少年相談」	学校、問題行動、家庭、心身などの青少年に関わる相談に対応するとともに、必要時に関係機関へつなげる相談	こども育成課
	若者職業なんでも相談	自分に適している仕事が見つからない、やりたいことが分からない等の若年未就業者の悩みについて産業カウンセラー、キャリアカウンセラー等が行う相談	労政課
	若者お悩み相談	15歳から35歳未満の青少年を対象に、職業生活や人生問題及び進路問題等の相談に、産業カウンセラー等が対応	生涯学習課
	子ども子育て安心ルーム	妊娠・出産・子育てに関する相談・支援体制を強化するため、こどもプラザに子育てコンシェルジュを、健康づくり課に母子保健コーディネーターを、保育課に保育コンシェルジュをそれぞれ配置し、妊娠期から子育て期まで、連携した切れ目のない支援を実施	こども育成課 健康づくり課 保育課
	産後ケア事業	出産後の体調不良や育児不安等で支援が必要な母に対し、親子の新生活が安心してスタートできるよう、医療機関等での相談・支援を実施	健康づくり課

事業・取組み	事業名	内容	担当課
【子ども・若者世代への支援】	育児ママヘルプサービス	核家族等で育児協力者が得られず育児等が不安な方に対し、助産師等を派遣し、育児援助や相談支援を行う。	健康づくり課
	こんにちは赤ちゃん事業	生後4か月までの乳児がいる全家庭に、民生児童委員、主任児童委員が訪問し、子育て支援に関する情報を提供し、乳児家庭の孤立化を防ぐとともに、育児不安の強い人や産後うつ等の危険性が高い人を支援へつなぐ。	こども福祉課
【働き盛り世代への支援】	健康経営の普及啓発	企業・経営者に健康づくりを経営課題として捉え、長時間労働の防止やハラスメント対策を含む、心身ともに元氣な職場づくりに取り組んでもらうよう啓発	労政課
	ワークライフバランス推進事業	仕事と家庭の両立可能な就業環境を整えるためのセミナーを開催	労政課
	働く世代へ向けた健康講座	企業等へ、こころの健康、ゲートキーパー等についての講座等を実施	健康づくり課
	勤労者心の健康相談事業	仕事や職場の強い不安、悩み、ストレス等を抱える方を対象に、専門の相談員（産業カウンセラー、心理相談員等）が行う相談	労政課
	職業・労働相談	労働者の労働条件、就業、生活に関する相談に対し、専任の相談員が行う相談	労政課

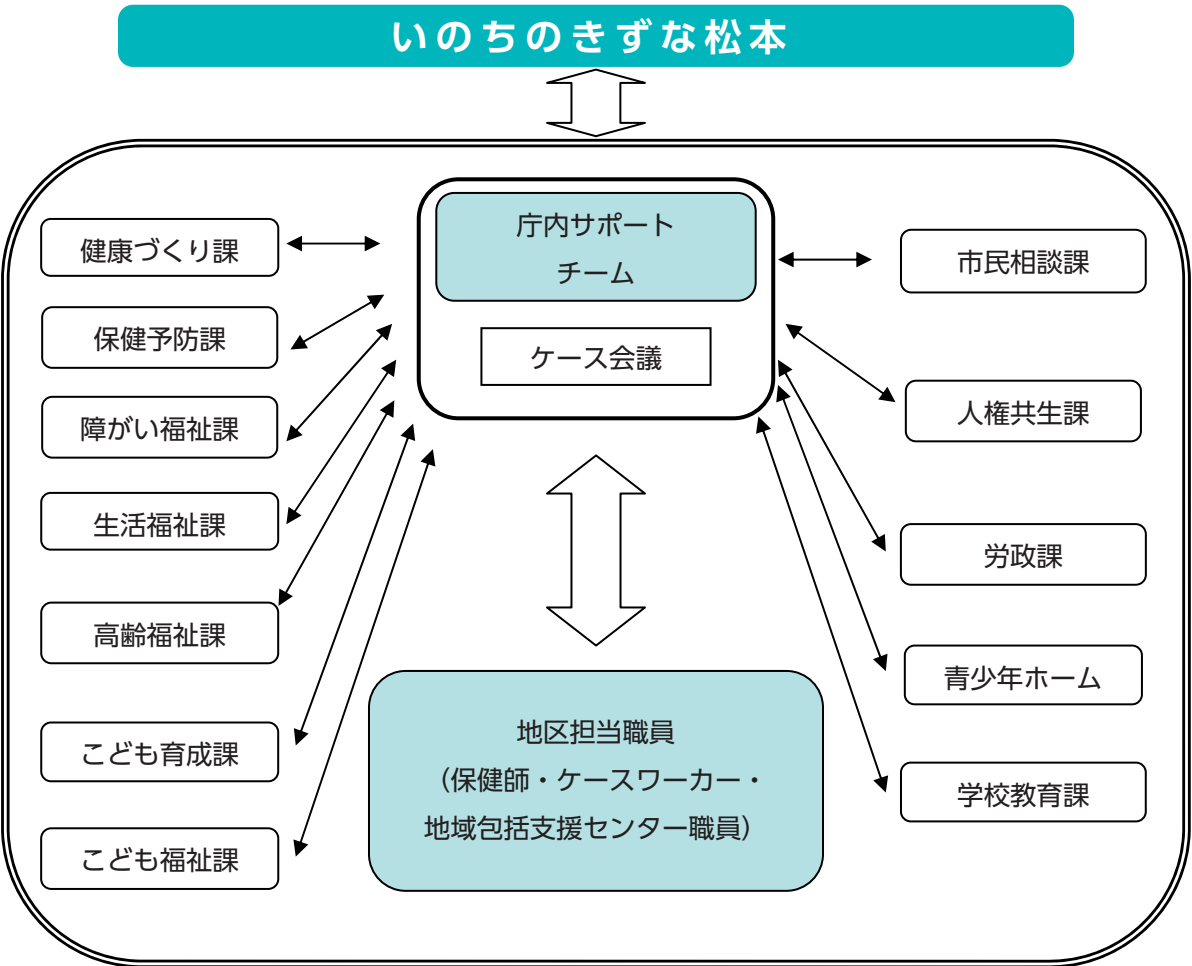
(3) **生きることを支援する多機関協働**

自殺対策はいわば“生きることの支援”であり、自殺を防ぐためには、生活困窮者自立支援制度や子どもへの支援策、地域共生社会の実現に向けた取組みといった、様々な“生きることの支援”（関係機関・施策）との有機的な連携と協働が重要です。

複雑化・複合化した相談にも対応できる、相談者の属性、世代、相談内容に関わらない包括的相談体制の強化を図るとともに、松本市自殺予防専用相談「いのちのきずな松本」を中心に、相談内容に迅速に対応できるよう、庁内サポートチームを整備し、研修や事例検討を開催し、担当者の対応力向上や関係機関との連携強化を図ります。

事業・取組み	事業名	事業概要	担当課
【相談者の属性、世代、相談内容に関わらない包括的支援体制の強化】	自殺予防専用相談「いのちのきずな松本」	<ul style="list-style-type: none"> <li>自殺企図・自殺念慮に追い込まれた方の様々な不安、生活上の悩みに対し、専門相談員が必要な支援につなげるよう電話及び面接で行う相談</li> <li>相談窓口の連携を強化し、調整が必要な事例に迅速な対応を行うため、相談窓口のある関係部署から専任された担当者で構成する「庁内サポートチーム」を整備し、対応に当たる。</li> </ul>	健康づくり課
	自立相談支援事業「まいさぼ松本」	経済的困窮や社会的孤立の状態にある相談者へ、関係機関と連携した伴走型支援を継続的に提供	市民相談課
【関係機関との連携強化】	精神保健相談	精神的不調を抱える当事者やその家族、関係者を対象に、精神科医師が、状態の診立てや助言・指導等を行う相談	保健予防課
	相談担当者研修会	相談担当職員への定期的な研修の開催と事例を通しての検討会の実施、庁内連絡会議での研修会の開催	健康づくり課
【自殺未遂者支援の体制整備】	自殺未遂者への支援	自殺未遂者及びその家族に対し、県や医療機関等と連携して支援につなぎ、再企図及び自殺を未然に防ぐ。	保健予防課 健康づくり課

**松本市自殺予防専用相談「いのちのきずな松本」**  
 【受付】平日 市役所開庁日（午前9時～午後5時15分）  
 【相談方法】電話（34-3600）又は来所相談（市役所東庁舎4階）  
 【相談担当者】専門相談員（臨床心理士・公認心理師等）、保健師



▶用語

- 生活困窮者自立支援制度：経済的に困窮し最低限度の生活を維持することができなくなるおそれがある方へ、その意思を尊重しながら、生活を立て直し、少しずつ自立していけるように、従来の縦割りではない横断的な支援を実現していくための包括的な制度
- 地域共生社会：全ての人々が、地域・暮らし・生きがいを共に創り、高めあう社会の実現を目指し、誰もが役割を持ち、支え合いながら、自分らしく活躍できる地域コミュニティを育成し、福祉などの地域の公的サービスと協働して助け合いながら暮らすことのできる仕組みの構築
- 伴走型支援：「つながり続けること」を目的とした支援。相談者と同じ方向を見て一緒に考え、相談支援という方法で、継続して寄り添い続けるもの

## 6 施策の方向性ごとの取組み

### (1) 施策の方向性①安心して暮らせる地域づくり

個を尊重し、多様性を重視した、安心して暮らせるまちづくり、つながりを育む居場所づくりを支援し、身近な人の悩みやこころの危険信号に気づき、見守ることができる人材育成を推進します。

#### 【主な取組み】

#### ア 支え支えられる生き心地のよい地域づくり支援

地域で、その人らしく安心して暮らせる、支え、支えられる生き心地のよいまちづくり、ありのままを受け入れられ、つながりを育む居場所づくりを支援します。

新…新規事業 重…重点事業

	事業名	事業概要	担当課
重	地域包括ケアシステムの推進	住み慣れた地域で、暮らし続けるための体制整備	高齢福祉課 地域づくり課 健康づくり課他
新重	重層的支援体制整備事業	複雑化・複合化した課題などに対して制度や分野を超えた一体的な支援の取組み	福祉政策課 高齢福祉課 健康づくり課他
重	公民館での学習機会の提供	公民館で実施している様々な講座を通じ、人権や自殺予防等に関する学習機会のほか、人とのつながりや居場所を提供	生涯学習課
	松本版コミュニティスクール事業	学校、家庭及び地域の連携、協働により、地域と学校が一体となって子どもを守り育てる取組みとして、コミュニティスクール事業を実施	生涯学習課
	地域支援者と地区担当職員との連携支援	安心して暮らせる地域づくりの実現に向け、学習機会や懇談会を通じて連携強化を支援	生涯学習課
	人権啓発事業	個人が持つ個性や属性を互いに認め合い、共に生きる地域づくりを目指し、各種研修会や講演会の企画及び出前講座等の開催	人権共生課
重	福祉ひろばの運営支援	各地区福祉ひろばにおける住民主体のひろば事業の運営支援を実施	地域づくり課
	地域づくりの支援	地域づくりセンターにおける地域づくりの支援	地域づくり課
重	子どもの支援・相談スペース「はぐルッポ」	様々な事情で学校に通うことができない、また、悩みを抱えている子どもたちのための居場所を提供	こども育成課
重	子どもの居場所づくり推進事業	地域の大人が地域の子どもの対し、食事を中心とする地域における団らんの場や、これに加えて地域の歴史、文化、季節行事、郷土料理、遊び等でその地域において伝承されている文化を、地域の大人たちから教わり体験する生活体験を提供する取組みに対し交付金を支給	こども福祉課
	子育て支援センター（こどもプラザ）運営事業	主に未就園の子どもとその保護者を対象に、育児講座の開催や、子育て家庭の交流、情報交換又は相談の場として、安心して子育てができる環境を整備し、地域の子育て支援機能の充実を図る。	こども育成課
新重	自主運動サークル支援事業	介護予防（身体、こころ、栄養、口腔機能など）を目的に、週1回実施する自主運動サークルの立上げを支援し住民主体の通いの場を創出する。	健康づくり課

#### ▶用語

- 地域包括ケアシステム：可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域内で助け合う体制のこと。医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に提供される体制

イ 気づき・見守りができる人材の育成

悩みを抱えた人が孤立しないよう、身近な人の悩み、こころの危険信号に気づき、必要な見守りができる人材の育成に努めます。

	事業名	事業概要	担当課
重	地域支援者、教職員等への研修	民生・児童委員、町会長、町内役員等の地域支援者、教職員等へ、こころの健康や自殺に関する正しい知識についての理解を深めるための研修を開催	健康づくり課
重	働く世代へ向けた健康講座	企業等へ、こころの健康やゲートキーパー等についての講座等を実施	健康づくり課

ウ こころの健康づくりの推進

誰もが健康を実感できるまちづくりを目指す「松本市健康増進総合計画」と一体的に、各分野の課題に応じたこころの健康づくりを推進します。

(2) 施策の方向性②教育・啓発の推進

全ての市民が、こころの健康・休養の重要性を認識し、自らのこころの不調に早期に気づき対処することができるよう、また、自殺に対する誤解や偏見をなくし、社会問題として自殺予防対策を推進するため、正しい知識を深め、意識を醸成するための教育・啓発を推進します。

【主な取組み】

ア 市民に向けた正しい知識の教育・啓発

ストレスに対するセルフケアや休養など、こころの健康づくりに関する正しい知識の普及や、自殺や精神疾患に対する誤解や偏見をなくすため、広報、ホームページ及び SNS の活用、リーフレットの作成及び配布等により、周知啓発を推進します。

	事業名	事業概要	担当課
重	広報紙、ラジオ、テレビ、インターネット、SNS等を通じた広報活動の実施	市民一人ひとりが、こころの健康や自殺・精神疾患等について、正しく理解し、互いに見守り支え合える地域づくりができるよう、広報まつもと、ホームページ、広報番組等を通じた啓発を実施	秘書広報室 健康づくり課
	自殺予防啓発用のティッシュ・パンフレット等の作成、配布	自殺予防週間（9月）や自殺対策強化月間（3月）等に合わせ、啓発用ポケットティッシュやパンフレットを作成し配布	健康づくり課
	図書館でのテーマ展示	自殺対策強化月間（3月）に合わせ、こころの健康等に関する書籍紹介やパンフレット等を配布	健康づくり課 中央図書館
	相談窓口の案内・情報提供	地域づくりセンターで、様々な相談窓口の案内・情報提供	地域づくり課
	くらしの便利帳配布	全世帯への配布を目的とした情報誌へ相談窓口の掲載	秘書広報室

イ 子ども世代への教育・普及啓発の強化

子ども世代に対し、社会において直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処方法を身に付け、援助希求力を高める「SOSの出し方に関する教育」等を更に推進し、自己肯定感・自己有用感を持ちながら学校生活や卒業後の社会生活を送れるよう、教育・啓発を強化します。

	事業名	事業概要	担当課
	学校でのこころの教育	全小中学校の道徳の授業で、生命尊重や自己理解のこころを養う授業を実施	学校教育課
	学校でのいじめ防止の取り組み	「松本市いじめ問題対策調査委員会」を開催し、市内いじめの状況を報告し、協議	学校教育課
重	小・中学生への教育・啓発	「こころの鈴通信」の定期発行や、パンフレット・リーフレット等の配布による、全ての児童生徒への相談先の周知	こども育成課
		思春期の子どもに対し、子ども自身ができる対処法や、大人へ相談することの重要性について、リーフレット等を作成・配布し、周知啓発する。	学校教育課 健康づくり課
		子ども自身ができる対処法や、大人へ相談することの重要性について教育するための出前講座「SOSの出し方に関する教育」の実施	健康づくり課
重	保護者・教員向け研修会	小・中学生への出前講座に合わせ、SOSの受け止め方について学ぶための研修会の実施	教育政策課 学校教育課 健康づくり課
重	高校・大学等と連携した教育・啓発	高校、大学、短期大学、専門学校等と連携し、こころの健康やSOSの出し方に関する出前講座、相談窓口の周知啓発を実施	健康づくり課
	エイズ・HIV等性感染症予防啓発出前講座	エイズや性感染症予防の正しい知識及び患者・感染者への理解を深めるため、命の大切さ、尊さ、妊娠・出産、性の多様性等について学べるよう、学校、各種団体等と連携を図り、出前講座を開催	健康づくり課 学校教育課

#### ウ 働き盛り世代に向けた普及啓発

勤務問題を自殺の原因・動機とする割合は近年増加傾向であり、自殺で亡くなられた中高年世代では、特に男性の有職者が多い現状です。コロナ禍における労働環境の変化も考えられ、経営者及び企業・事業所の働き盛り世代に向け、こころの健康づくりについて普及啓発を行い、働き盛り世代のメンタルヘルス対策の推進を支援します。

	事業名	事業概要	担当課
重	健康経営の普及啓発	企業・経営者に健康づくりを経営課題として捉え、長時間労働の防止やハラスメント対策を含む、心身ともに元気な職場づくりに取り組んでもらうよう啓発	労政課
重	働く世代へ向けた健康講座	企業等へ、こころの健康やゲートキーパー等についての講座等を実施	健康づくり課
重	ワークライフバランス推進事業	仕事と家庭の両立可能な就業環境を整えるためのセミナーを開催	労政課

#### エ 子育て世代に向けた普及啓発

妊娠期から始まる親子の関係づくりは、こころの健康の起点となる重要な課題です。母親と父親が、安心して妊娠出産子育てできるよう、妊娠期から時期に応じた情報の発信や普及啓発を行い、親子の関係づくりを支援します。

	事業名	事業概要	担当課
	子育てガイドブックの配布	子育てに関する情報をまとめた冊子を作成し、妊娠届出時に配布	こども育成課
	相談窓口及び育児支援情報の周知	子育てコミュニティサイト「はぐまつ」により子育て世代の交流を促進するとともに、各種相談窓口や育児支援情報を周知	こども育成課



	事業名	事業概要	担当課
	オレンジリボンキャンペーン	児童虐待を防止するため、児童虐待防止月間にオレンジリボンキャンペーンとして、リーフレットや啓発用グッズを配布し、講演会等を開催するとともに、懸垂幕・横断幕の掲示や広報等により啓発	こども福祉課
新	妊娠期の支援のための動画配信	妊娠期から母性・父性を育み、子育ての不安を軽減するための情報提供	健康づくり課

(3) 施策の方向性③相談・支援体制の充実

市民誰もが安心して相談できるよう、身近な相談窓口の充実及びアクセスの向上を図るとともに、複雑かつ複数の問題を抱える市民に対しても、スムーズに連携し、迅速かつ具体的な支援につなげるよう、相談・支援体制の充実を図ります。

【主な取組み】

ア 支援に関する情報の集約と積極的な発信

昨今の SNS の広がりや感染症対策も鑑み、多様な相談ニーズに対応するため、電話相談に加え、メール、チャット、SNS 等を用いた相談支援が進められています。支援を必要としている人が、簡単に適切な支援策に係る情報を得ることができるよう、ICT を積極的に活用し、情報の集約と積極的な発信に取り組みます。

	事業名	事業概要	担当課
新重	ICT を活用したアウトリーチ対策	検索連動型広告やプッシュ型の情報発信など、ICT を活用し、支援を必要としている人へ相談窓口などの支援情報を届け、支援につなげる。	健康づくり課

イ 子ども・子育て世代に対する相談支援の充実

安心して妊娠出産子育てができるよう、妊娠届を機に地区担当保健師の関わりを開始し、産後うつ等の予防を含め、母親と父親に向けて、子育ての段階に応じた寄り添った家族支援を行います。また、子ども自身が、安心して相談し守られる相談支援の充実を図ります。

	事業名	事業概要	担当課
重	子ども子育て安心ルーム	妊娠・出産・子育てに関する相談・支援体制を強化するため、こどもプラザに子育てコンシェルジュを、健康づくり課に母子保健コーディネーターを、保育課に保育コンシェルジュをそれぞれ配置し、妊娠期から子育て期まで、連携した切れ目のない支援を実施	こども育成課 健康づくり課 保育課
重	母子健康手帳交付事業	妊娠届出の際に母子健康手帳を交付し、交付時に、保健師が各種サービスの案内や相談支援を実施	健康づくり課
	妊産婦・新生児訪問事業	第1子とその母及び希望のある妊産婦の家庭に、心身ともに健全な生活を支援するため、助産師、保健師等の専門職が訪問支援を実施	健康づくり課
重	産後ケア事業	出産後の体調不良や育児不安等で支援が必要な母に対し、親子の新生活が安心してスタートできるよう、医療機関等での相談・支援を実施	健康づくり課
重	育児ママヘルプサービス事業	核家族等で育児協力者がえられず育児等が不安な方に対し、助産師等を派遣し、育児援助や相談支援を行う。	健康づくり課
	乳幼児健診事業	4 か月児、10 か月児、1 歳 6 か月児及び 3 歳児への医師の診察、成長発達の確認等と、保護者への育児相談	健康づくり課

	事業名	事業概要	担当課
	心理相談 「ここに相談」	子どもの問題行動や子どもとの関わり方等育児に関する悩みや不安について、解決の方向に導き、安心して子育てができるよう、臨床心理士及びカウンセラーが行う相談	健康づくり課
	子育て相談・交流・学習の場の提供事業	地域子育て支援センター（市内4か所にあるこどもプラザ）で、子育て相談、交流、学習の場を提供	こども育成課
	家庭児童相談事業	児童に関する全般的な相談（虐待対応含む）	こども福祉課
重	こんにちは赤ちゃん事業	生後4か月までの乳児がいる全家庭に、民生児童委員、主任児童委員が訪問し、子育て支援に関する情報を提供し、乳児家庭の孤立化を防ぐとともに、育児不安の強い人や産後うつ等の危険性が高い人を支援へつなぐ。	こども福祉課
	あるがキッズ支援事業	発達障がい児等の相談窓口、巡回支援、あるがキッズサポート手帳の配布	こども福祉課
	ひとり親相談事業	総合的な相談に応じ、自立に必要な指導、助言、制度利用促進の情報提供	こども福祉課
	教育相談	学校生活全般の相談	学校教育課
	就学相談	就学、不登校などに関する相談	学校教育課
	スクールソーシャルワーカー等による支援体制の整備	不登校、いじめ、学級・学習不適應などに関する相談及び支援	学校教育課
重	子どもの権利侵害等に関する相談 「こころの鈴」	子どもの権利侵害に対して、速やかで効果的な救済及び回復を図るための、子どもや子どもに関わる大人からの相談	こども育成課
重	子どもの支援・相談スペース「はぐるッポ」	様々な事情で学校に通うことができない、又は悩みを抱えている子どもたちのための居場所の提供と相談	こども育成課
	いじめ・体罰等の実態調査、個別支援	市内全小中学校で2か月に1回実態調査を実施し、児童生徒の悩み等の早期発見、早期対応に努める。	学校教育課

ウ 青少年に対する相談支援の充実

	事業名	事業概要	担当課
重	青少年の全般的な相談	学校、問題行動、家庭、心身などの青少年に関わる相談に対応するとともに、必要時に関係機関へつなげる相談	こども育成課
重	青少年の心や体の相談 「まちかど保健室」	こころやからだに不安を抱える中高生や保護者からの相談	こども育成課
重	若者お悩み相談	15歳から35歳未満までの青少年を対象に、職業生活や人生問題及び進路問題等の相談に、産業カウンセラー等が対応	生涯学習課

エ 働き盛り世代に対する相談支援の充実

	事業名	事業概要	担当課
重	勤労者心の健康相談事業	仕事や職場の強い不安、悩み、ストレス等を抱える方を対象に、専門の相談員（産業カウンセラー・心理相談員等）が行う相談	労政課
重	職業・労働相談	労働者の労働条件、就業、生活に関する相談に対し、専任の相談員が行う相談	労政課

	事業名	事業概要	担当課
重	若者職業なんでも相談	自分に適している仕事が見つからない、やりたいことが分からない等の若年未就業者の悩みについて産業カウンセラー、キャリアカウンセラー等が行う相談	労政課

オ 高齢者に対する相談支援の充実

	事業名	事業概要	担当課
	高齢者の総合相談事業	介護保険に関すること（要介護認定・サービス）、介護の相談・生活支援に関すること、高齢者虐待などの高齢者に関する全般的な相談	高齢福祉課
	介護 110 番	介護相談専門電話として、介護に関する悩みなどに対応する相談	高齢福祉課
	認知症思いやり相談	認知症サポート医と認知症地域支援推進員による相談	高齢福祉課

カ 健康に関する相談支援の充実

	事業名	事業概要	担当課
重	自殺予防専用相談 「いのちのきずな松本」	自殺企図・自殺念慮に追い込まれた方の様々な不安、生活上の悩みに対し、専門相談員が必要な支援につなげるよう電話及び面接により行う相談	健康づくり課
	こころの相談	こころの病気が疑われる方（産後うつ、高齢者・壮中年うつ病、認知症、ひきこもり等を含む。）及びその家族に対し、精神科医師が、診断と治療の見極め等、助言・指導を行う相談	健康づくり課
	介護 110 番	介護相談専門電話として、介護に関する悩みなどに対応する相談	高齢福祉課
	育児・健康相談	妊婦及び乳幼児から高齢者まで、健康や育児等に関わる悩みに対し、保健師が行う相談	健康づくり課
	栄養相談	栄養に関する悩みに対し、管理栄養士が行う相談	健康づくり課
	歯科相談	歯科に関する悩みに対し、歯科衛生士が行う相談	健康づくり課
	理学療法士相談	子どもの運動発達に関する相談や、整形外科的な病気（膝痛、腰痛等）、機能訓練等に関する悩みに対し、理学療法士が行う相談	健康づくり課
	訪問指導事業	保健、福祉等様々な分野の地区担当者が連携しながら、自宅、居場所等へ訪問し、個別の相談を実施	健康づくり課
新重	精神保健相談	精神的不調を抱える当事者やその家族、関係者を対象に、精神科医師が、状態の診立てや助言、指導等を行う相談	保健予防課
	酒害等の嗜癖に関する相談	アルコール、薬物等の嗜癖に関する相談	保健予防課
新	エイズ・性感染症相談	HIV・性感染症に関する相談及び検査	保健予防課
新	難病相談	指定難病に関する相談・指導・支援等	保健予防課
新	医療相談 (松本市医療安全支援センター)	医療全般に関する相談	保健総務課

キ 生活全般に関する相談支援の充実

	事業名	事業概要	担当課
	一般相談	複雑化する市民生活の悩み事に寄り添い、課題の解決に向けて庁内・関係専門機関等につなぐ「総合的な第一相談窓口」	市民相談課
	専門相談	相続、登記、遺言、税金等の悩み事について、弁護士・司法書士・税理士・公証人等の専門家が助言	市民相談課
重	生活・就労相談 「まいさぼ松本」	経済的困窮や社会的孤立の状態にある相談者へ、関係機関と連携した伴走型支援を継続的に提供	市民相談課
	消費生活相談	日常生活での商品・サービスの契約トラブル、悪質商法等の相談について、消費生活相談員が解決に向けた助言やあっせん、情報提供を実施	市民相談課
	多重債務相談	借金問題の解決に向けて相談を受け、必要に応じて弁護士又は司法書士による相談を案内	市民相談課
	生活保護相談	生活費及び医療費に窮する際の生活保護及び就労に関する相談	生活福祉課
	中小企業経営者への経営支援	中小企業経営者を対象とした各種支援制度の相談・紹介に加え、商工団体主催の経営改善セミナー等に関する情報提供を行うなど、経営力の向上を図る。	商工課
	こころと生き方の相談	家庭、職場、健康問題等からくるストレス・精神的な問題について、カウンセラー、公認心理師等が行う相談	人権共生課
	地区窓口相談	地区の身近な窓口として、相談を専門部署につなげる。	地域づくり課
	福祉ひろばにおける相談	福祉ひろば職員が受けた相談を専門部署へつなぐ他、ひろば事業等で専門職が相談を受ける機会を設ける。	地域づくり課
	プラチナ世代相談窓口 「とまり木」	今まで培ってきた知識や経験・技能を生かして社会参加したいと思っている、プラチナ世代の方に、ボランティアや市民活動、公的活動などの案内を始め、希望の活動先の紹介等情報を提供	地域づくり課
	成年後見制度相談会	制度に関して司法書士が対応する相談	高齢福祉課

▶用語

- プラチナ世代：シルバーでもゴールドでもなく、歳月を重ねても色あせることなく輝き続ける元気なシニア世代をいい、概ね55歳以上の方が自らの意思で定義する。

ク 男性・女性・多様性に関する相談支援の充実

	事業名	事業概要	担当課
	男性電話相談	男性を取り巻く諸問題に関する問合せや相談に応じ、関係機関や担当相談窓口へつなげる相談	人権共生課
	女性相談	離婚、DV等の問題を抱えた女性に対する、女性相談員による相談支援	こども福祉課
	女性弁護士相談	離婚、DV等の問題を抱えた女性に対する、女性弁護士による相談	人権共生課
新	にじいろのまち相談	性的指向・性自認に悩む本人と、家族・友人などに対する、セクシュアリティに関する相談	人権共生課

▶用語

- 性的指向：人の恋愛・性愛がどのような対象に向かうかを示す概念。どのような性別の人を好きになるか。
- 性自認：どのような性のアイデンティティ（性同一性）を自分の感覚として持っているかを示す概念。自分の性をどのように認識しているか。
- セクシュアリティ：人間の性の在り方全般を表す言葉

ケ 外国人に関する相談支援の充実

事業名	事業概要	担当課
ポルトガル語相談員の設置	ポルトガル語の相談員を市民相談課内に設置	人権共生課
多文化共生プラザ設置運営	多言語による相談	人権共生課

コ 障がいに関する相談支援の充実

事業名	事業概要	担当課
障がい者相談支援事業	障がい者総合支援法に関するもの（認定・サービス等）。居住、就労、障がい者虐待、病院や施設からの退院・退所に関する相談など、障がい者に関する全般的な相談	障がい福祉課

サ 相談担当職員の資質向上と“支援者への支援”

様々な相談を受ける担当職員には、豊富な知識と専門窓口につなげるための調整力が必要です。定期的な研修の開催、事例を通しての検討会の実施等、相談担当職員の資質向上や連携強化を目指します。また、相談対応により過重な負荷が掛かる相談担当職員に対し、メンタルヘルス研修会を行うとともに、スーパーバイザーの役割を果たす専門職を配置するなど組織的なフォローにより、継続的な実施体制を確保するための“支援者への支援”の充実を図ります。

事業名	事業概要	担当課
職員のメンタルヘルス研修の開催	各階層別研修、各部及び各課で研修会開催	職員課
相談担当者の心のケア	カウンセリングルームの運営	職員課
相談担当者研修会	相談担当職員への定期的な研修の開催と事例を通しての検討会の実施、庁内連絡会議での研修会の開催	健康づくり課

▶用語

- スーパーバイザー：監督者・管理者・上司を意味する。援助者に対して援助の在り方等をより具体的に指導していく者

シ 各種相談窓口との効率的な連携強化

松本市自殺予防対策庁内連絡会議において、相談窓口のある関係部署から専任されたサポート担当で構成する「庁内サポートチーム」を中心に、相談窓口の連携を強化し、調整が必要な事例に迅速な対応を行います。

(4) 施策の方向性④関係機関等との連携

自殺予防対策推進協議会を基盤とした関係機関・施策等との連携を強化し、総合的な自殺予防対策に取り組みます。

【主な取組み】

ア 精神科医療、保健、福祉の連携強化

自殺者は精神疾患に掛かっている割合が高い反面、その過半数が医療に掛かっていないという実態を踏まえ、適切な医療へ繋ぐとともに、直面する困難に則した包括的支援を行うため、多様な分野・機関との連携強化に努めます。

イ 関係機関・施策等との連携による総合的な対策の推進

生活困窮者自立支援制度、地域共生社会に関する取組み、子どもの貧困対策等自殺予防対策に関する施策やそこに携わる機関との連携を強化し、総合的な対策の推進に努めます。

ウ 各種統計情報等の分析と課題の共有

各種統計情報を幅広く収集し、分析を行い、抽出した課題を関係機関等と共有しながら、よりよい施策への展開を検討していきます。

(5) 施策の方向性⑤自殺未遂者、自死遺族等への支援

自殺未遂者の再企図を防ぐとともに、自死遺族の会への支援を行います。

【主な取組み】

ア 自殺未遂者やその家族への支援

自殺未遂者は、心身ともに追いつめられ、援助希求力の低下や再企図のリスクが高い状況が考えられます。自殺未遂者の不安や悩みの軽減・解消に向けて、県や救急告示病院・精神科等の医療機関及び消防局等関係機関と連携を図り、当事者、家族等に対し適切な医療・相談支援ができる体制を検討します。

イ 遺された人への支援

自死により身近な人を失った経験をされた自死遺族は、こころに深い苦しみを抱えており、こころのケアや地域における支援が必要です。県と協力し、自死遺族の会である「あすなろの会」、「やまなみの会」への活動支援を行っていきます。

(ア) 「あすなろの会」

平成18年に県精神保健福祉センターが開催した自死遺族のための学習会をきっかけに、平成19年4月に自死遺族交流会「あすなろの会」として発足。更に身近な場での開催が望まれ、長野、佐久、上田、伊那（南信）、松本（中信）地域で開催

**松本あすなろの会（中信地域自死遺族交流会）**

開催日：年4回 土曜日の午後

内容：自死遺族の分かち合い

場所：松本市内（参加申込者へご案内）

参加対象：家族を自死で亡くされた方（親、配偶者、兄弟、子）

対象者以外の方の参加はできない。

【問合せ先及び申込先】：松本保健福祉事務所 電話 0263-40-1938

(イ) 「やまなみの会」

平成21年11月に長野県内の自死遺族が発起人となり、当事者の分かち合いを目的に、県全域から20名が集い互いにつながりを持てるよう当事者自助グループ「やまなみの会」を発足。自死遺族が自主運営する当事者だけの自助グループ

**やまなみの会（長野県自死遺族自助グループ）**

開催日：2カ月に1回 土曜日の午後開催

内容：自死遺族の分かち合い

場所：長野市・松本市で交互に開催（参加申込者へご案内）

参加対象：家族を自死で亡くされた方（親、配偶者、兄弟、子）  
対象者以外の方の参加はできない。

【問合せ先】：前島さん(長野市) 電話・FAX:026-225-5421/070-3224-0224  
中山さん(安曇野市)電話・FAX:0263-77-8897/090-8487-0124

## 7 成果指標

重点施策	事業名	具体的な指標	現状値 (R3)	目標値 (R9)
生きる力を支える環境づくり	ICT等を活用したアウトリーチ対策	検索連動型広告のクリック率	8.63%	10%
	地域包括ケアシステムの推進	個別地域ケア会議の開催	32回	70回
	地域支援者への研修	実施地区	35地区	35地区
		受講人数	1,905人	2,400人
	公民館での学習機会の提供	趣味や学びを通じて、充実した日常生活を送っていると思う市民の割合	65.4% (H30)	64%
自主運動サークル支援事業（住民主体の通いの場の創出）	立ち上げサークル数	70か所	190か所	
子ども・若者、働き盛り世代への支援強化	子どもの居場所づくり推進事業	参加して嬉しかったり、自分への自信が高まった子どもの割合	88.2%	100%
	小・中学生への教育・啓発	思春期自殺予防パンフレット、リーフレットの配布数	10,272部	継続
		「SOSの出し方に関する教育」実施回数	14回	18回
		こころの鈴の認知度	76.7%	80%
	高校・大学等と連携した教育・啓発	教育・啓発の実施回数	1回	17回
	子ども子育て安心ルーム 育児ママヘルプサービス	育てにくさを感じた時に対処できる親の割合	83.9%	増加
	産後ケア事業	妊娠・出産に満足している者の割合	81.9%	増加
	こんにちは赤ちゃん事業	適正な支援へつないだ件数	100%	100%
健康経営の普及啓発	健康経営に取り組む企業・事業所数	80社	80社	
生きることを支援する多機関協働	自殺予防専用相談「いのちのきずな松本」	相談件数	実人数83人 延べ人数1,462人	継続
	自立相談支援事業「まいさぼ松本」	稼働可能な相談者のうち就職又は増収した者の割合	72%	90%以上
	精神保健相談	相談件数	実人数69人 延べ人数70人	継続
	相談担当者研修会	事例検討開催回数研修会開催回数	相談員12回 庁内職員1回	拡充
	自殺未遂者への支援	医療連携システムの構築	関係機関へヒアリング	システムの構築