

大津市自殺対策計画【概要版】

誰も自殺に追い込まれることのないまち「おおつ」の実現

～いのちに寄り添い、明日へとつなぐ～



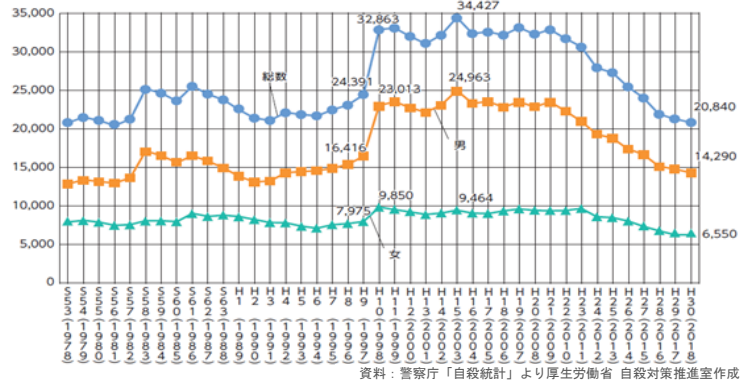
1. 自殺対策計画策定にあたって

我が国の年間自殺者数は2万人（平成30年（2018年）中）を超えており、人口10万人あたりの自殺者数（自殺死亡率）は世界的にも高い水準です。

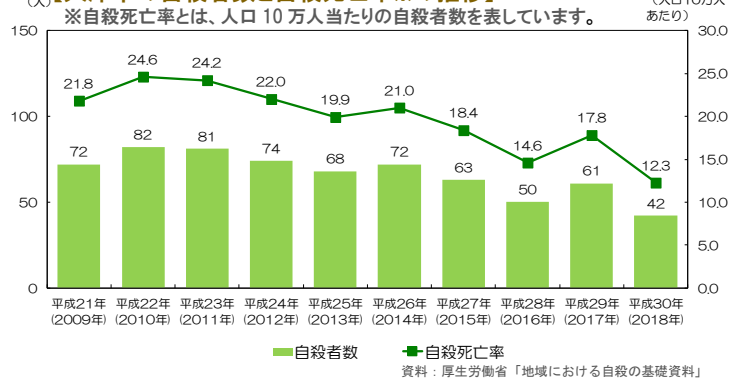
本市においても、国内と同様に自殺者数は減少傾向にあるものの、ここ10年間で700名近くの方が、自ら尊い命を絶たれています。

自殺の背景には様々な社会的要因があり、その多くは気持ちが追いつめられた末の死です。「死んでしまいたい」と考える人の「生きることの阻害要因」を減らし、一つでも多くの「生きることの促進要因」を生み出していくことが、自殺という「誰にでも起こり得る危機」から、市民一人ひとりの大切な命を守ることにつながります。この計画の推進により、すべての市民が今日を無事に生き、安心して明日を迎えることができる社会の実現を目指します。

【国内の自殺者数の推移】

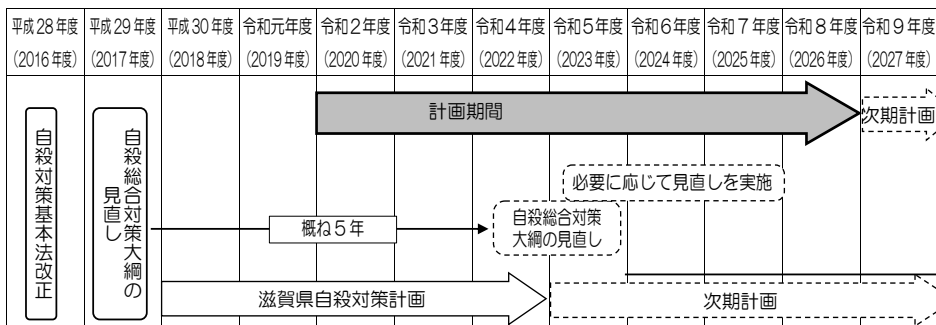


【大津市の自殺者数と自殺死亡率※の推移】



（1）計画の期間

令和2年度（2020年度）～令和8年度（2026年度）を計画期間とします。



【計画期間を7年間とする考え方】

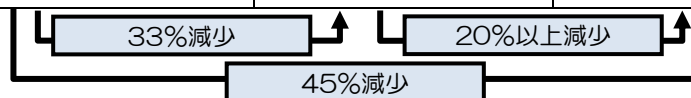
- ① 自殺総合対策大綱の見直し、県の次期計画を踏まえて、必要に応じ、計画期間の中間に見直しを実施することも想定しています。
- ② 国の目標（自殺死亡率を30%以上減少）年次と整合させています。

期間中に自殺対策基本法や自殺総合対策大綱が改正された場合、必要に応じて計画の見直しを行います。

（2）計画の目標

令和8年（2026年）までに自殺死亡率を、平成30年（2018年）比20%以上減となる10.0未満を目指します。

大津市	平成27年（2015年）	平成30年（2018年）	令和8年（2026年）
自殺死亡率	18.4	12.3（過去最少）	10.0 未満

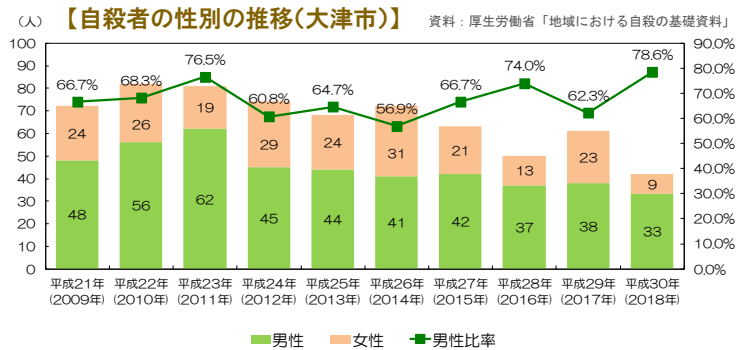


国は、平成27年（2015年）の18.5から30%以上減となる13.0以下を目指しています。

2. 大津市の自殺の状況と重点的に取組む施策

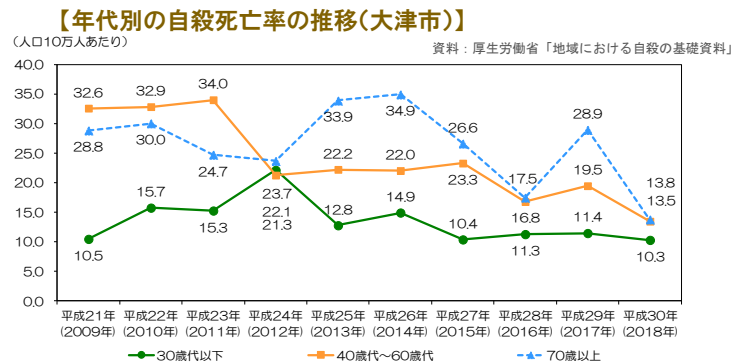
(1) 性別

本市の自殺者の性別をみると、毎年、男性が女性を上回っており、男性比率は5割以上を占めています。また、平成30年(2018年)は男女共に過去10年間で自殺者数が最も少なくなっていますが、女性の自殺者数が9人と減少が顕著なため、男性比率が78.6%となり過去最も多くなっています。



(2) 年代

本市の自殺者の年代をみると、40歳代～60歳代の自殺死亡率は、平成24年以降は25未満で推移しており減少がみられます。一方、70歳以上の自殺死亡率をみると概ね25以上の高い割合で推移しています。30歳代以下の自殺死亡率は、平成27年(2015年)以降は概ね10～11の横ばいで推移しています。



- 30歳代以下の自殺死亡率は、横ばいで推移しており、自殺対策の成果が顕著に表れているとはいえません。子ども・若者一人ひとりと真摯に向き合い信頼関係を築くことにより、支援者との安心できる関係の中できめ細かな支援を行うことが重要です。

⇒子ども・若者に対する取組

(3) 自殺の上位5区分

本市の自殺の特徴をみると、「男性60歳以上無職同居」の割合が最も多く、14.4%を占めています。次いで、「女性60歳以上無職同居」(10.9%)、「男性40～59歳有職同居」(10.3%)となつていきます。

【主な自殺の特徴(大津市)】

(平成25年(2013年)～平成29年(2017年)合計)

資料：自殺総合対策推進センター(JSSC)
地域自殺実態プロフィール(大津市)

上位5区分	割合	自殺死亡率
1位：男性60歳以上 無職同居	14.4%	36.1
2位：女性60歳以上 無職同居	10.9%	17.4
3位：男性40～59歳 有職同居	10.3%	17.5
4位：男性20～39歳 無職同居	8.3%	81.0
5位：女性40～59歳 無職同居	6.4%	15.7

- 働き盛りにある40歳代と50歳代の男性の自殺が多くなっており、労働者のメンタルヘルス対策の重要性を啓発するとともに、働き方の見直しを働きかけていく必要があります。

⇒働く世代に対する取組

- 男女共に60歳以上の自殺が多くなっています。高齢者と地域のつながりを保ちながら、住み慣れた場所でいつまでも安心して生活できる環境を整えていくことが重要です。

⇒高齢者に対する取組

まずは、声をかけることから始めてみませんか。

あなたもゲートキーパーに！



「ゲートキーパー」という言葉をご存知ですか？「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、見守る人のことを言います。

食事量が減った、普段より疲れた顔をしている、ため息が目立つ、口数が減った・・・、家族や仲間

大津いのちまもり隊 隊長 まもるくん

1 大切な人の悩みに気づく、声をかける

など身近な人が「いつもと違う」様子ということはありませんか？ 周囲が気付かぬうちに一人で大きな悩みを抱えて、精神的に追い詰められ、最悪の場合は自ら命を絶ってしまうことも。大切な人の命を守るために、「いつもと違う」様子に気づいたら、勇気を出して声をかけてみませんか？

（４）自殺の原因・動機

本市の自殺の原因・動機を男女別にみると、男女共に「健康問題」が最も多く、特に女性が男性より多くなっています。また、「経済・生活問題」では男性が女性より多くなっています。

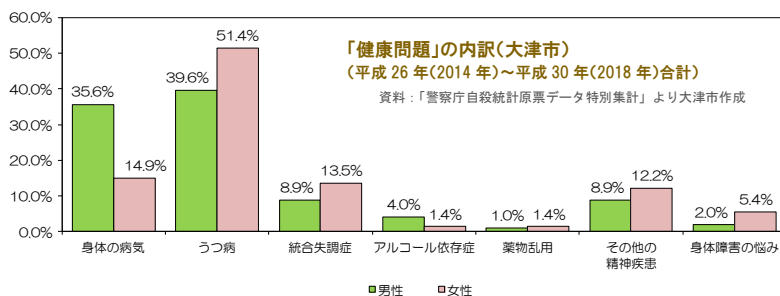
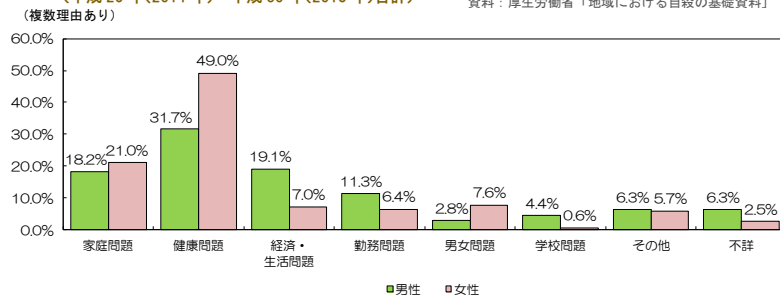
「健康問題」が突出して多いものの、自殺の多くは多様かつ複合的な原因・動機を有しており、これらが絡み合っている点に留意が必要です。

また、「健康問題」の内訳を男女別にみると、「うつ病」が男女共に最も多く、男性が39.6%、女性が51.4%となっています。また、「うつ病」に次いで「身体の病気」、「統合失調症」の順となっています。

【自殺の原因・動機(大津市)】

(平成26年(2014年)～平成30年(2018年)合計)

資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」



- 自殺の原因・動機は複合的ですが、本市では「健康問題」が多く、その内訳として男女共に「うつ病」が多くなっていることから、メンタルヘルスやこころの健康づくりを働きかけていく必要があります。

⇒**健康課題を抱える人への支援**

- 生活困窮者または生活困窮に陥る可能性がある人を地域から孤立させることなく、適切な支援を行うことにより生きることの促進要因を強化していくことが大切です。

⇒**生活困窮者への支援**

（５）自殺者における未遂歴の有無

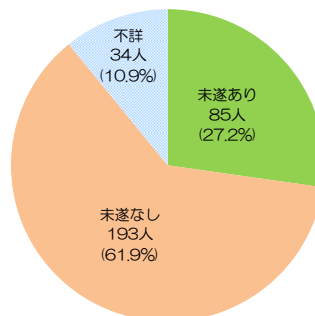
自殺者における未遂歴の有無をみると、「未遂あり」は27.2%、「未遂なし」は61.9%となっています。

- 自殺未遂者は再企図の可能性が高いと言われており、関係機関の包括的な支援体制の中で命をつないでいくことが大切です。

⇒**自殺未遂者への支援**

【自殺者における未遂歴の有無】

(平成25年(2013年)～平成29年(2017年)合計)



資料：自殺総合対策推進センター（JSSC）
地域自殺実態プロフィール（大津市）

あなたの「おせっかい」が、大切な「いのち」を明日へとつなぎます。

あなたもゲートキーパーに！

2 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

- ❖ まずは、話せる環境をつくりましょう。
- ❖ 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」「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。

ゲートキーパーに関してより詳しく
「誰でもゲートキーパー手帳」
(厚生労働省)



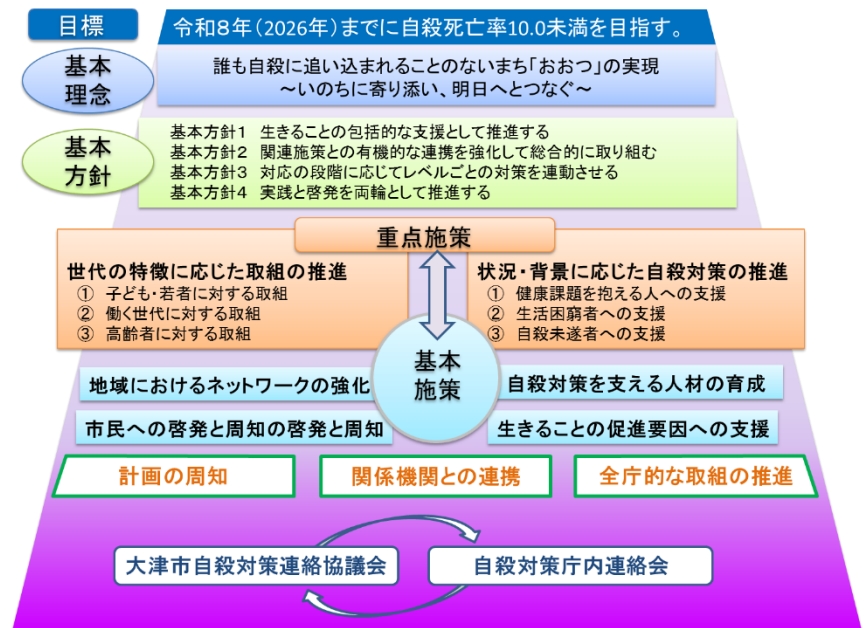
3 早めに専門家に相談するよう促す

- ❖ 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。
- ❖ 相談窓口に確実に繋がることのできるように、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。
- ❖ 一緒に連携先に向かう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等の情報を提供するなどの支援を行いましょう。

3. 計画の体系と推進体制

基本理念、基本方針のもと、市として優先すべき取組みを「重点施策」として、一方、基盤的な取組みを「基本施策」に位置づけ、両施策の連動により、目標に向けた取組みを進めてまいります。

基本理念の実現のため、医療、司法、労働、支援者団体等で組織する「大津市自殺対策連絡協議会」と庁内関係課が連携し、計画を推進してまいります。



生きることが辛くなったとき
悩みや不安でしんどいとき

主な相談窓口(令和2年4月現在)

■ 生きることが辛くなったとき

相談機関名	電話番号	開設日時等
自殺予防電話相談 (滋賀県自殺対策推進センター)	077-566-4326	9:00～21:00 年末年始は休み
滋賀いのちの電話	077-553-7387	金・土・日 10:00～22:00
関西いのちの電話	06-6309-1121	毎日 24時間
京都いのちの電話	075-864-4343	毎日 24時間
自殺予防いのちの電話	0120-783-556	毎月10日 8:00～翌日8:00

■ こころやかからだの相談

相談機関名	電話番号	開設日時等
大津市保健所 保健予防課	077-522-6766	月～金 9:00～17:00 祝日・年末年始は休み
和邇すこやか相談所	077-594-8023	
堅田すこやか相談所	077-574-0294	
比叡すこやか相談所	077-578-8294	
中すこやか相談所	077-528-2941	
膳所すこやか相談所	077-522-1294	
南すこやか相談所	077-534-0294	
瀬田すこやか相談所	077-545-0294	

■ 夫婦・家族関係の悩み、離婚・DV等の相談

相談機関名	電話番号	開設日時等
大津市男女共同参画センター	077-528-2615	月～金 9:00～17:00 祝日・年末年始は休み
大津市役所 子ども家庭相談室	077-528-2688	
女性の人権ホットライン (大津地方事務局内)	0570-070-810	月～金 8:30～17:15 祝日・年末年始は休み

■ 子どもや若者の悩みの相談

相談機関名	電話番号	開設日時等
大津市子ども若者相談窓口	077-526-5316	月～金 9:00～17:00 祝日・年末年始は休み
おおつこほっとダイヤル (大津市役所)	0120-025-528	月・水～金 9:00～17:00 火 9:00～20:00 祝日・年末年始は休み

■ 借金・多重債務・法律等に関する相談

相談機関名	電話番号	開設日時等
法テラス滋賀 (日本司法支援C. 滋賀地方事務所)	050-3383-5454	月～金 9:00～17:00 祝日・年末年始は休み
滋賀弁護士会法律相談センター	077-522-3238	予約制・無料相談あり
大津市消費生活センター	077-528-2662	月～金 9:00～17:00 祝日・年末年始は休み

■ 仕事の悩みの相談

相談機関名	電話番号	開設日時等
滋賀県労働局 (総合労働相談コーナー)	077-522-6648	月～金 8:30～17:15 祝日・年末年始は休み
滋賀県労働相談所 (労働相談ダイヤル)	0120-967-164	月～金 10:00～20:00 土・日 10:00～16:00
大津公共職業安定所 (ハローワーク大津)	077-522-3773	月～金 8:30～17:15 第1・第3土曜 10:00～17:00 祝日・年末年始は休み

■ その他の相談

相談内容	相談機関名	電話番号	開設日時等
健康・母子・子育て	大津市保健所 健康推進課	077-528-2748	月～金 9:00～17:00 祝日・年末年始は休み
生活困窮	大津市社会福祉協議会	077-525-9316	
高齢者の相談	長寿政策課 (大津市役所)	077-528-2741	
	介護保険課 (大津市役所)	077-528-2753	
困りごと相談	市民相談室 (大津市役所)	077-528-2666	

大津市自殺対策計画
令和2年(2020年)4月
大津市保健所 保健予防課