

こころの相談窓口

鳥取県精神保健福祉センター ☎0857-21-3031 (平日 8:30～17:15)
鳥取市保健所 ☎0857-22-5616 (平日 8:30～17:15)

いのちの電話

鳥取いのちの電話 ☎0857-21-4343 (毎日 12:00～21:00)
自殺予防いのちの電話 ☎0120-783-556 (毎月 10日 8:00～翌日 8:00)

役場等の主な相談電話（窓口） 平日 8:30～17:15

こころの健康に関する相談

保健課（郡家保健センター） ☎0858-72-3566 (FAX0858-72-3565)

高齢者の介護、認知症等に関する相談

八頭町地域包括支援センター ☎0858-72-3574 (FAX0858-72-3565)

経済的な悩み、障害・ひきこもり等に関する相談

福祉課 ☎0858-72-3581 (FAX0858-72-3565)

八頭町福祉相談支援センター(ほっと) ☎0858-71-0100 (八頭町社会福祉協議会内)

子育てに関する相談

保健課（郡家保健センター） ☎0858-72-3566 (FAX0858-72-3565)

子育て支援センター ☎0858-72-3345 (平日 9:00～16:00、土曜日 9:00～12:00)

教育に関する相談

学校教育課（教育委員会内） ☎0858-84-1231

女性問題に関する相談

男女共同参画センター（かがやき） ☎0858-84-2361

消費生活相談

八頭町消費生活相談窓口 ☎0858-84-1230



睡眠キャンペーンキャラクター「スーミン」

自死対策は「誰も自死に追い込まれることのない社会の実現」をめざしていることから、生きることの包括的な支援として、社会全体の自死リスクを低下させるとともに、一人ひとりの生活を守るという姿勢で展開する必要があります。この考えは、「誰一人取り残さない」をスローガンに、持続可能でよりよい社会の実現をめざす世界共通の目標であるSDGs(※2)の理念と合致するものであり、SDGsの達成に向けた施策として自死対策を推進します。



※1 鳥取県では、遺族等の心情にも配慮し、法令等の用語を引用する際に「自殺」という表現を使用する場合を除き、「自死」と表現しています。本町でも鳥取県の考え方に合わせています。
※2 SDGs(エス・ディー・ジーズ)は、持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals)の略で、2015年9月国連で採択された国際目標です。SDGsでは「地球上の誰ひとりとして取り残さない」という理念のもと、「持続可能な世界を実現する」ことをめざした、2030年を達成期限とする17のゴール(目標)とその進展を評価するための指針を持つ包括的な目標です。

発行

八頭町いのち支える自死対策計画 ダイジェスト版

八頭町役場 保健課

〒680-0463 鳥取県八頭郡八頭町宮谷254-1 TEL(0858)72-3566 FAX(0858)72-3565

八頭町 いのち支える自死対策計画

～誰も自死に追い込まれることのない八頭町を目指して～



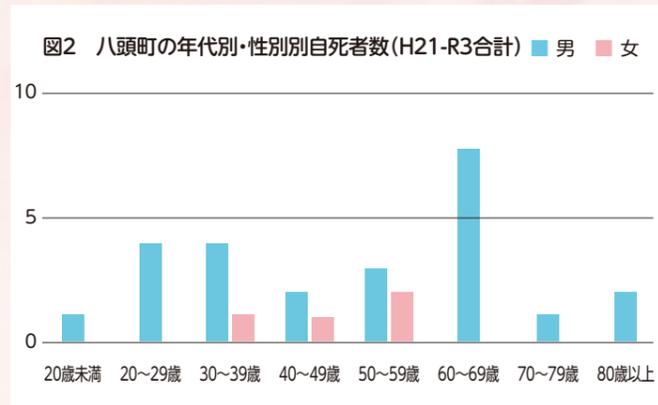
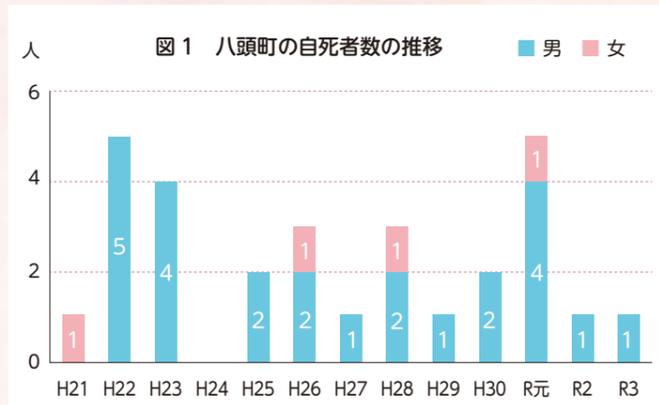
計画策定の趣旨

自死(※1)は、その多くが追い込まれた末の死です。自死の背景には、精神保健上の問題だけでなく、様々な社会的な要因があり、自死に追い込まれるという危機は誰にでも起こり得る危機と言えます。そのため、生きることの包括的な支援として自死対策が実施できるよう、「八頭町いのち支える自死対策計画」を策定し、誰も自死に追い込まれることのない八頭町を目指します。

計画期間 令和6～11年度

八頭町の自死の現状

- 本町の自死者数は、年による増減はありますが近年では1人となっています。
- 性別による差は、男性が多くなっています。(図1)
- 年代別自死者数は、男性では60代、女性では50代が多くなっています。(図2)



出典：厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

自死予防のプロセスと自死対策の関連性

- 自死は、人生のライフイベントによる変化やストレス、複雑化、複合化した様々な悩み(困難)が最も深刻化した際に起きているため、自死対策は個人の問題だけではなく、背景にある様々な社会的要因に取り組む必要があります。
- 自死を予防するためには、「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことが必要です。また、個人の生活を守る取組や地域づくりとして進める必要があります。
- 自死の危険が高まる過程において、施策等によるサポートを得ることで、孤立を回避し、生きる方向に進めることが重要です。



計画の目標

計画最終年(令和11年)まで、自死者数毎年0人を目標とします。

施策の体系

5つの「基本施策」に加えて、地域の特性に応じた対策である2つの「重点施策★」により、自死対策の取組を推進していきます。

1 地域におけるネットワークの強化

- 家庭や学校、職場の問題、健康問題等様々な要因が関係する自死に対して、包括的で実効性のある支援を推進していくために、相談機関等の連携などネットワークの強化を進めます。

主な取組

要保護児童対策地域協議会、小地域福祉推進会議、まちづくり委員会ネットワーク会議、地域ケア会議、生活困窮者支援会議、重層的支援体制整備事業など

2 自死対策を支える人材育成

- 生きることの包括的な支援に関わっている専門家や関係者に自死対策の視点を持ってもらうため、研修や講座などを実施します。
- 自死に関する正しい知識や自死関連事業の普及、ゲートキーパーの役割を担う人材を養成します。

主な取組

ゲートキーパー養成講座、認知症サポーター養成講座、生活支援サポーター養成講座

3 住民への啓発と周知

- 自死に追い込まれるという危機は「町民の誰にでも起こり得る危機」であることについて町民の理解の推進を図ります。
- 危機に陥った人の心情や背景への理解を深めることを通じて、悩んでいる人のサインに気づき、寄り添い、必要に応じて専門機関につなぎ、見守っていくという町民の役割についての普及や啓発を展開していきます。
- こころの健康と睡眠の関連性や人とのつながりの重要性を周知していきます。

主な取組

自殺予防週間・自殺対策強化月間の普及啓発、こころ・若年層相談窓口の普及啓発、高齢者虐待防止・児童虐待防止の啓発、女性に対する暴力をなくす運動の普及啓発など

4 生きることの促進要因への支援

- 様々な分野において「生きることの阻害要因」(失業や他責債務、生活苦)等を減らし、合わせて「生きることの促進要因」を増やす取組を進めます。
- 自死の原因となり得るストレスについて、適切な対応など、こころの健康・保持を図るため、啓発活動を実施します。
- 各分野での相談体制の充実と社会的な制度や支援体制との連携を図ります。

主な取組

全町民への取組: 各種相談(こころとからだの健康・消費生活・行政・心配ごと・人権など)など
 児童・生徒への取組: アンケートによる悩みの早期発見、養護教諭やスクールカウンセラーとの面談など
 妊産婦・子育て世代への取組: 訪問や面談、産後ケア・産前産後ヘルパー事業など
 障がいのある方への取組: 面談・訪問による相談、虐待や権利擁護の相談など
 ひきこもりの方への取組: 本人・家族からの相談
 ★高齢者や介護者への取組: 介護予防や介護に関する総合的な相談、介護や認知症の家族の相談、訪問など
 ★生活困窮者等への取組: 生活困窮、生活保護の相談、ひとり親家庭への支援など

5 児童・生徒のSOSの出し方に関する教育

- 児童・生徒が社会で直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処法を身につけるとともに、危機に直面した時に、助けを求められることができるようにするなど、SOSの出し方に関する教育を推進します。
- 児童・生徒の心と体について、健康観察データなどを活用し、早期に適切な支援を行います。

主な取組

授業での相談窓口や相談方法について周知、心理及び生活状況調査の実施と結果に応じた支援など

誰も自死に追い込まれることのない八頭町