



港区自殺対策推進計画(改定版)

～みんなで支え合って、生きる道を選べる港区へ～

(平成31(2019)年度～平成35(2023)年度)

【概要版】

平成31(2019)年3月

港 区

第1章 計画見直しの趣旨等<本編 p1~>

1 計画見直しの背景と目的

区では、国の動きに先行して平成26(2014)年9月に、平成35(2023)年度までの10年間を計画期間とする「港区自殺対策推進計画」を策定し、様々な自殺対策に総合的に取り組んできました。この間、平成28(2016)年の自殺対策基本法の改正により、区市町村は自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画を踏まえるとともに、地域の実情を勘案し、自殺対策についての計画を策定することが義務化されました。大綱に新たに盛り込まれた若者や働き盛り世代への自殺対策や都の自殺総合対策計画を踏まえ、今後5年の自殺対策における施策の具体的な取組や方向性を示し、「みんなで支え合って、生きる道を選べる港区」の実現をめざすため、計画を見直しました。

2 自殺対策の基本的な考え方

- (1)「生きる支援」として自殺対策を推進
- (2)港区の地域特性を踏まえ、戦略的に対策を推進

3 計画見直しの視点

- (1)国や都の自殺対策との整合性を図った整理
- (2)各種統計データや区政モニターアンケート調査結果の反映
- (3)前計画のビジョン・ミッションの考え方の継承
- (4)計画の進捗を多角的に確認できるような指標の設定

4 計画期間

○平成31(2019)年度～平成35(2023)年度までの5年間

5 計画の位置付け

○自殺対策基本法第13条第2項に基づく「市町村自殺対策計画」

6 数値目標

○平成25(2013)年の自殺死亡率14.61から、平成35(2023)年までに7.31以下(50%減)をめざします。
※自殺死亡率とは、人口10万人当たりの自殺死亡者数を指します。

計画のめざす将来像

「みんなで支え合って、
生きる道を選べる港区」

第2章 港区の自殺の現状等<本編 p5~>

1 港区の概況

2 自殺に係るデータ

3 統計データからわかったこと

(1)属性別にみた港区の自殺者の特徴

- ①女性と若年層が多い
- ②仕事をしている人や学生が多い
- ③健康問題や経済・生活問題、家庭問題が原因の人が多い
- ④男性は被雇用者が多い。女性は学生や被雇用者等が多く、50代以上では主婦が多い

(2)区政モニターアンケートから得られた課題

- ①相談機関や自殺に関する区の広報活動が知られていない
- ②誰もが悩みを相談される可能性はあるがゲートキーパーの役割は知られていない
- ③若年層への自殺対策が求められている

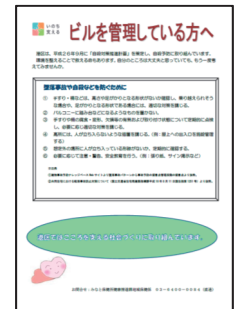
第3章 これまでの取組と評価<本編 p23~>

1 前計画において新たに実施した取組み

【取組による成果】

- 自殺対策が「生きるための包括的な支援」であることについての理解が広がり、保健福祉分野以外の関係機関とも連携が構築され、協力して事業に取り組むことができました。
- 自殺未遂者支援事業や自死遺族のつどいなどの事業を開始した結果、保健師による個別支援等においても協力して対応できるようになるなど、NPO法人等の民間団体との連携が強化されました。

- I 自殺を防ぐ環境整備のための啓発を目的としたチラシの作成と配布
- II 自殺予防のための情報提供と普及・啓発として「港区こころといのちを支えるキャンペーン」を展開
- III 相談、支援の充実による自殺の防止として『自殺未遂者対応支援事業「港区いのちのサポート相談」』、「港区職員向けゲートキーパーマニュアル」の作成、「一般職員向けゲートキーパー悉皆研修」の開催、「ゲートキーパー出前講座」の開催
- IV 心の健康づくりとして「うつ病家族講座」の開催
- V 自殺未遂者の再企図防止と遺族支援として『自死遺族のつどい「わかちあいの会みなど」』の開催



2 取組の実施状況(100事業)

- 100事業のうち92事業を実施
- 未実施の8事業は、準備を進めていたものの、事業の実施までには至らなかったため、再構築し、本計画に計上

第4章 施策の体系<本編 p26~>

自殺対策は「生きる支援」であるため、全ての事業を総合的に実施することで、「みんなで支え合って、生きる道を選べる港区」の実現をめざすことを基本としますが、第2章の自殺の実態に係る各種統計データや、区政モニターアンケート調査の結果から得られた港区の課題、第3章のこれまでの取組みと評価を踏まえ、次の4つの視点に留意し、特に重点的に取り組むものを「重点事業」、その内、本計画から新たに取り組む事業については「新規事業」と位置付けて自殺対策に関する施策を推進します。

【重点的に取り組む視点】

- ① 子どもや若い女性を対象とした支援
- ② 働き盛り世代を対象とした支援
- ③ 相談先の周知の強化
- ④ ゲートキーパーの役割の周知の強化

今回の見直しに当たっては、平成26(2014)年度に策定した前計画の施策体系である5のビジョン、20のミッションという枠組みを引き継ぎました。ただし、新たな自殺総合対策大綱や東京都自殺総合対策計画及び前計画の課題を踏まえ、ビジョン、ミッションの表現を一部変更しています。

【5のビジョン】

- I 自殺防止のための環境整備
- II 自殺予防のための情報提供と普及・啓発
- III 相談、支援の充実による自殺の防止
- IV 心と体の健康づくり
- V 自殺未遂者の再企図防止と遺族等への支援

I 自殺防止のための環境整備(p30~)

(1) 自殺の実態把握

- ①区内自殺統計資料の作成及び分析
- ②区民へのアンケート調査の定期的な実施による状況調査

(2) 自殺を防ぐ環境整備

- ①建築物の相談の機会を捉えた自殺を防ぐ環境整備の周知
- ②生活安全に関するネットワークの強化
- ③犯罪が起きにくい環境づくりの推進

(3) 危機情報の迅速な伝達

- ①子どもの地域安全体制の確立

III 相談、支援の充実による自殺の防止(p36~)

(7) 相談支援機関の充実

- ①自殺未遂者対応支援事業の実施
- ②精神保健福祉相談と保健師による健康相談の実施
- ③各地区総合支所における保健福祉相談の実施
- ④障害者の総合的な相談支援窓口の充実
- ⑤18歳以上を対象とする発達障害に関する相談・生活支援策
- ⑥在宅療養相談窓口による相談支援
- ⑦がんに対しての相談支援や難病の相談先の周知の強化
- ⑧高齢者の総合相談支援事業の実施
- ⑨認知症ケアの推進による相談支援の実施
- ⑩教育相談の実施
- ⑪ひきこもり青少年に対する相談・支援事業の確立・推進
- ⑫更生保護青少年相談の実施
- ⑬子ども家庭支援センターにおける相談・支援
- ⑭母子福祉相談の実施
- ⑮家庭相談の実施
- ⑯ひとり親家庭就労支援事業の実施
- ⑰女性相談の実施
- ⑱人権侵害や男女平等に関する相談の実施
- ⑲生活困窮者自立支援事業の実施
- ⑳消費生活相談(多重債務等)の実施
- ㉑法律相談の実施
- ㉒精神障害者地域活動支援センターの拡充
- ㉓児童発達支援センターの整備
- ㉔(仮称)港区子ども家庭総合支援センターの整備

(8) 相談機関の連携、協力

- ①港区自殺対策推進検討委員会の設置
- ②港区自殺対策関係機関協議会の設置
- ③港区地域包括ケアシステムの推進
- ④児童虐待対策等の推進
- ⑤子育てに関するネットワークづくりの推進
- ⑥障害者の総合的なサービス提供体制の整備
- ⑦いじめ防止に関する取組の推進
- ⑧高齢者セーフティネットワークの構築の推進
- ⑨思春期問題に対応した連携体制構築
- ⑩精神保健福祉センターとの連携の推進
- ⑪東京都や民間団体の相談機関との連携の推進
- ⑫「港区精神科・精神神経科・心療内科医療機関名簿」の作成

(9) 生きる支援のための人材育成と専門性の向上

- ①ゲートキーパー・リーダー養成とリーダーによる周知の実施**新**
- ②区民に対するゲートキーパーの役割の周知
- ③新任職員等に対するゲートキーパー研修
- ④職員向けゲートキーパーマニュアルの作成と活用
- ⑤区民対応職員に対するゲートキーパー研修
- ⑥保健師、福祉職員に対する事例検討会
- ⑦人権尊重意識の啓発・向上
- ⑧障害者福祉に関心のある区民や事業者への支援
- ⑨精神保健分野に係る職員への研修

(10) アウトリーチ事業の推進

- ①地区担当保健師による個別的継続支援
- ②ふれあい相談員によるひとり暮らし等高齢者の支援
- ③自殺未遂者対応支援事業の実施(再掲)

Ⅱ 自殺予防のための情報提供と普及・啓発(p32~)

(4) 相談の受皿の周知徹底

- ①インターネット検索連動広告による相談窓口の周知^新
- ②区ホームページ内の自殺対策ページの整理と点検
- ③「生きるための支援」相談機関一覧の作成と啓発

(5) 自殺予防週間・自殺対策強化月間の周知の徹底

- ①港区こころといのちを支えるキャンペーンの実施
- ②自殺対策強化月間の実施

(6) 自殺対策についての 区民の理解促進の取組

- ①SNSを活用した自殺対策推進事業の周知
- ②自殺予防やゲートキーパーについての啓発動画による周知
- ③区民へのアンケートの定期的な実施による状況調査(再掲)

Ⅳ 心と体の健康づくり(p44~)

(11) 地域における心の健康づくりや うつ病等精神疾患の早期発見の取組の推進

- ①精神保健福祉講演会の開催
- ②思春期講演会の開催
- ③精神保健福祉講座の開催
- ④精神家族会による家族支援
- ⑤うつ病家族講座による家族支援
- ⑥アルコール依存症家族講座による家族支援^新
- ⑦精神保健福祉相談と保健師による健康相談の実施(再掲)
- ⑧産後母子ケア事業の推進による産後うつ予防の取組

(12) 子どもや若者の健康づくりや 自殺予防の取組の推進

- ①みなと子ども相談ねっとによる相談支援
- ②インターネット検索連動広告による相談窓口の周知(再掲)^新
- ③子どものSOSの出し方に関する教育の実施^新
- ④大学や私立学校を対象としたSOSの出し方に関する講座^新
- ⑤子どものSOS対応研修^新
- ⑥子ども施設における職員の意識啓発
- ⑦いじめ・児童虐待防止講演会の開催
- ⑧「港区子どもサミット」開催
- ⑨心理テスト(hyper-QU)の活用
- ⑩相談体制の整備(心のケアの充実)
- ⑪区の自殺対策について教員への周知強化
- ⑫子どもの未来応援施策の着実な推進

(13) 職場のヘルスケア

- ①職場のメンタルヘルス講演会^新
- ②区内業者へのゲートキーパーの役割についての周知^新
- ③健康経営の推進
- ④ワーク・ライフ・バランスの推進
- ⑤労働基準監督署と連携した労働者向け事業の周知の強化
- ⑥地域産業保健センターの周知と連携の強化
- ⑦働き盛り世代を中心とした健康づくりの支援

(14) 適切な精神科医療 の受診支援

- ①うつ自己診断「こころの体温計」による相談支援
- ②「港区精神科・精神神経科・心療内科医療機関名簿」の作成(再掲)
- ③区民健康診査(30健診)受診者^{さんまる}への若年認知症、うつ病等の相談先の周知
- ④特定健康診査受診者への相談先の周知
- ⑤自立支援医療制度(精神通院医療)の周知

Ⅴ 自殺未遂者の再企図防止と遺族等への支援(p50~)

(15) 自殺未遂者とその家 族への精神的ケア

- ①自殺未遂者対応支援事業の実施(再掲)
- ②保健師、福祉職員向け事例検討会(再掲)

(18) 遺族等への支援をし ている団体との連携

- ①遺族等支援団体等の情報収集と連携強化
- ②遺族等支援団体の活動の周知

(16) 自殺未遂者とその家 族への包括的支援

- ①区内関係機関の連携強化
- ②区内救命救急センター等との精神科医療連携の推進

(19) 自死遺族等への支援 に関する人材の育成

- ①職員研修における自死遺族等への支援についての啓発

(17) 遺族等への総合的 支援の充実

- ①港区自死遺族の集いの開催による支援
- ②死亡届提出時における遺族に対する支援

(20) 自死遺族等への支援 に関する区民の啓発

- ①区民へのゲートキーパー研修等における自死遺族等への支援についての啓発

主な新規事業について

- I 自殺防止のための環境整備
- II 自殺予防のための情報提供と普及啓発

(4) 相談の受皿の周知徹底

① インターネット検索連動広告による相談窓口の周知

健康推進課

区内で、若者等が日常的に使うインターネット検索サイトにおいて、「自殺」や「死にたい」などのワード検索をした時に、検索連動広告を利用して区ホームページに誘導し、適切な相談窓口を周知します。

III 相談、支援の充実による自殺の防止

(9) 生きる支援のための人材育成と専門性の向上

① ゲートキーパー・リーダー養成とリーダーによる周知の実施

健康推進課

区民で、ゲートキーパーについての理解があり、声掛けや話の聴き方のスキルの向上をめざしたい人を対象に、区民に対してゲートキーパーの役割について積極的に周知ができるゲートキーパー・リーダーを養成します。将来的にはゲートキーパー・リーダー自らが、区民に対してその役割を周知することができるように支援します。

IV 心と体の健康づくり

(11) 地域における心の健康づくりやうつ病等精神疾患の早期発見の取組の推進

⑥ アルコール依存症家族講座による家族支援

健康推進課

アルコール依存症は、本人の社会生活に対する信頼を失墜させ、離職や家庭不和等の問題に発展しやすく自殺のリスクを高めます。そのため、家族に対して病気の理解と治療、家族の支援について学ぶ講座を開催し、自助グループや適切な治療につなげる支援を行います。

(12) 子どもや若者の健康づくりや自殺予防の取組の推進

③ 子どもの SOS の出し方に関する教育の実施

教育指導課

子どもが、現在起きている危機的状況、又は今後起こり得る危機的状況に対応するために、適切な援助希求行動(身近にいる信頼できる大人に SOS を出すこと)ができるようにします。また、心の危機に陥った友達への関わり方を学ぶため、区立小・中学校において、年間1単位以上の SOS の出し方に関する教育の授業を行います。

④ 大学や私立学校を対象とした SOS の出し方に関する講座

健康推進課

若者は悩みを抱えていても自発的に専門家に相談せず、友人や家族など身近な人に相談する傾向が高いことから、SOS の出し方についての教育とともに、身近な同世代の若者が支え手となることで、相互支援が可能となるゲートキーパーについて学ぶ講座を大学や私立学校と協力して開催します。

(13) 職場のヘルスケア

① 職場のメンタルヘルス講演会

健康推進課・産業振興課

仕事をしている人に多い精神疾患や障害についての知識の普及と理解促進を目的に、区内で働く人や会社の関係者を対象とした講演会を、医療機関や区内産業団体等と協力して開催します。

V 自殺未遂者の再企図防止と遺族等への支援

第6章 自殺対策の推進体制等<本編 p53~>

(1)港区自殺対策推進検討委員会

副区長を委員長とした庁内の自殺対策関係部署で組織し、庁内関係部署の緊密な連携と協力のもと、組織横断的に自殺対策を推進します。(委員名簿:本編 p63参照)

(2)港区自殺対策関係機関協議会

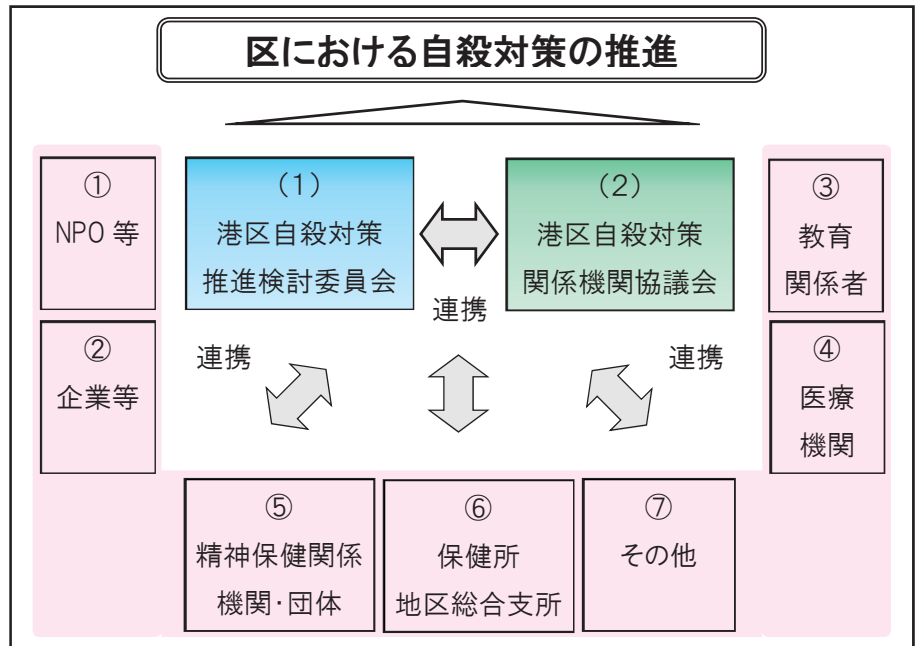
保健、医療、福祉、労働、教育等の関係機関、NPO等の民間団体、行政機関が、この会議のもとに共通認識を持ち、連携、協力して総合的な自殺対策を推進します。(委員名簿:本編p60参照)

(3)関係機関、団体等の役割

各機関は自殺対策に関する各々の業務・役割を遂行するとともに、相互に連携を図り、地域を挙げて自殺対策に取り組んでいきます。

- ①NPO 等の関係団体
- ②企業等の労働分野の関係者
- ③教育関係者
- ④医療機関
- ⑤精神保健関係機関・団体
- ⑥保健所、各地区総合支所
- ⑦その他関係機関及び団体(高齢福祉サービス事業所、障害福祉サービス事業所、法律、労働経済、生活福祉等の各種相談機関)

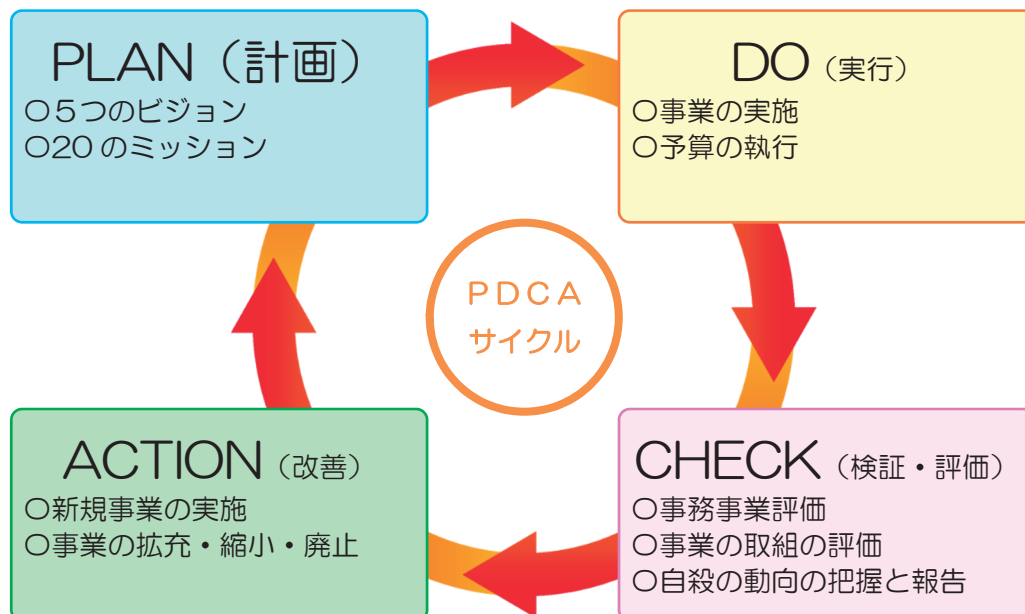
区における自殺対策の推進体制イメージ



(4)検証・評価の仕組み

本計画に掲げた施策や取組を着実かつ適切に実施していくためには、計画の進捗状況を把握し、検証と評価を行った上で、施策や取組の改善・見直しを図ることのできる仕組みが重要です。区では、検証と評価を行うためのPDCAサイクルを確立し、効果的に自殺対策を推進していきます。

また、計画期間中、検証と評価の一環として、区の計画の進捗状況を毎年1回区民へ報告します。





刊行物発行番号 30170-4241

港区自殺対策推進計画（改定版）

～みんなで支え合って、生きる道を選べる港区へ～

【概要版】

平成31（2019）年3月

編集・発行：港区 みなと保健所 健康推進課

港区三田一丁目4番10号電話 03-6400-0084

《元号に関する表記上の注意点》

本計画発行時点（平成31年3月）では、新元号が定められていないため、平成31年以降の元号についても「平成」又は「H」を使用しています。新元号が定められた際は、読替えをお願いします。