

## 第4章 自殺対策の基本方針

本県では、平成29年7月に閣議決定された大綱を踏まえ、以下の5つの基本方針に基づき、自殺対策を推進します。

- 1 生きることの包括的な支援としての推進
- 2 関連施策との有機的な連携の強化
- 3 対応の段階に応じた対策の推進
- 4 実践と啓発を両輪とする対策の推進
- 5 役割の明確化と連携・協働の推進

### 1 生きることの包括的な支援としての推進

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、その多くが防ぐことのできる社会的な問題であることから、自殺対策を生きることの包括的な支援として、社会全体の自殺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ものとします。

個人においても社会においても、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」より「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」が上回ったときに自殺リスクが高くなります。裏を返せば、「生きることの阻害要因」となる失業や多重債務、生活苦等を同じように抱えていても、全ての人や社会の自殺リスクが同様に高まるわけではありません。「生きることの促進要因」となる自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等と比較して、阻害要因が上回れば自殺リスクは高くなり、促進要因が上回れば自殺リスクは高まりません。

そのため、自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させる方向で、生きることの包括的な支援として推進する必要があります。

#### 「生きることの促進要因」

- △家族や友人との信頼関係
  - △やりがいのある仕事や趣味
  - △経済的な安定
  - △ライフスキル（問題対処能力）
  - △信仰
  - △地域とのつながり
  - △自己肯定感
- など

#### 「生きることの阻害要因」

- ▼将来への不安や絶望
  - ▼失業や不安定雇用
  - ▼過重労働
  - ▼借金や貧困
  - ▼虐待、いじめ
  - ▼病気、介護疲れ
  - ▼孤独、役割喪失感
- など

参考：NPO法人ライフリンク資料

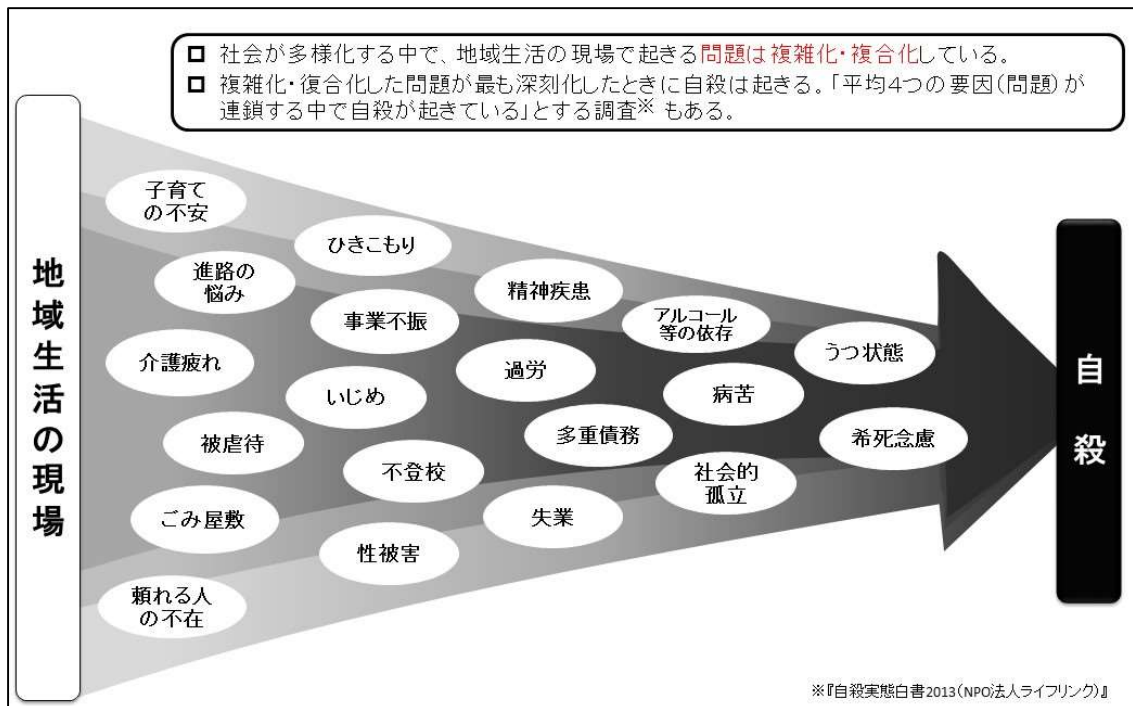
## 2 関連施策との有機的な連携の強化

自殺に追い込まれようとしている人が安心して生きられるようにして自殺を防ぐためには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取組が重要です。また、このような包括的な取組を実施するためには、様々な分野の施策、人々や組織が密接に連携する必要があります。

自殺の要因となり得る生活困窮、児童虐待、性暴力被害、ひきこもり、性的マイノリティ等の分野においても関連施策等の連携の下、包括的な取組が展開されています。連携の効果を更に高めるため、そうした様々な分野の生きる支援にあたる人々がそれぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有することが重要です。(図 24)

とりわけ、地域共生社会の実現に向けた取組や生活困窮者自立支援制度などとの連携を推進することや、精神科医療、保健、福祉等の各施策の連動性を高めて、誰もが適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにすることが重要です。

図 24 自殺の危機要因イメージ図



## 3 対応の段階に応じた対策の推進

事前対応・自殺発生の危機対応・事後対応等の段階に応じた施策を推進していきます。

#### <事前対応>

心身の健康の保持増進についての取組、自殺や精神疾患等についての正しい知識の普及啓発等、自殺の危険性が低い段階での対応

#### <自殺発生の危機対応>

現に起こりつつある自殺発生の危険に介入し、自殺を発生させない対応

#### <事後対応>

自殺や自殺未遂が生じてしまった場合に、家族や職場の同僚等に与える影響を最小限とし、新たな自殺を発生させない対応

また、事前対応の更に前段階での取組として、地域の相談機関や抱えた問題の解決策を知らないがゆえに支援を得ることができず自殺に追い込まれる人が少なくないことから、学校において、命や暮らしの危機に直面したとき、誰にどうやって助けを求めればよいかの具体的かつ実践的な方法を学ぶと同時に、つらいときや苦しいときには助けを求めてもよいということを学ぶ教育（SOSの出し方に関する教育）を推進します。

### 4 実践と啓発を両輪とする対策の推進

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があり、そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適当であるということが、地域全体の共通認識となるように積極的に普及啓発を行うことが重要です。

全ての県民が、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインに早く気づき、精神科医等の専門家につなぎ、その指導を受けながら見守っていけるよう、広報活動、教育活動等に取り組みます。

### 5 役割の明確化と連携・協働の推進

「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」のためには、国、県、市町村、関係団体、民間団体、企業、県民等が連携・協働して自殺対策を総合的に推進することが必要です。そのため、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有化した上で、相互の連携・協働の仕組みを構築することが重要です。

具体的には、国には「自殺対策を総合的に策定し、実施する」責務があり、県及び市町村には「地域の状況に応じた施策を策定し、実施する」責務があります。また関係団体や民間団体、企業には、それぞれの活動内容の特性等に応じて「積極的に自殺対策に参画する」ことが求められ、県民には「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現のため、主体的に自殺対策に取り組む」ことが期待されます。