

## 第4章 自死対策推進の具体的な取組

### 1 重点施策と施策の方向性

#### (1) 東日本大震災の被災者への自死対策を推進する

- イ 被災者が抱える多様なストレス要因と自死の潜在的リスクを注視し、心のケアや孤立防止対策はもとより、安心できる生活環境の回復に向けた各種復興関連施策を着実かつ迅速に推進します。
- ロ 震災後、その発症が顕著であるアルコール依存症等のハイリスク群に対し、医療・保健・福祉が一体となった支援を構築するほか、心のケアセンターをはじめとする外部機関との協働により、必要なサービスの提供に努めます。

#### (2) 健康問題による自死対策を推進する

- イ 心身の健康の保持・増進を図るため、県民の健康づくりに向けた取組を推進します。
- ロ がん等の身体疾患や、過労により精神疾患を患った末に自死に至ることが多いとされていることから、自身の不調に気づき、周囲への相談や医療機関の受診等の適切な対応ができるよう、啓発活動や相談体制の構築を図ります。
- ハ 思春期、青年期、壮年期、老年期、女性においては妊娠期など、各ライフステージによって特有の健康課題を有するため、関係機関の連携体制の強化を図り、一人ひとりの抱える問題に応じて適切な対応を推進します。

#### (3) 勤務・経営問題による自死対策を推進する

- イ 過労による体調不良や仕事の悩みから自身の健康を損ない自死に追い込まれてしまう方も多いため、企業における労働者の心身の健康の保持増進に向けた取組の促進や労働環境の改善等に関する相談体制の充実を図ります。
- ロ 労働者の健康管理や労働環境の改善に取り組む、宮城県医師会をはじめ、宮城労働局、日本産業カウンセラー協会東北支部、宮城労働基準協会、宮城産業保健総合支援センター等関係機関と連携し、企業等における働きやすい職場環境づくりを促進しながら、勤務・経営問題を原因とした自死対策を推進します。
- ハ 雇用形態の変化や非正規雇用労働者の増加、中小事業所における経営上の問題など、「働くこと」に関する問題は多様化しており、人材養成、研究開発支援、取引支援及び制度融資等の産業育成支援を推進します。

#### (4) 高齢者の自死対策を推進する

- イ 今後の高齢化の進展を見据え、医療・介護・予防などが一体的に提供される地域包括ケアシステムを充実・推進するとともに、社会参加や地域支え合い体制を強化し、高齢者の心身の健康維持はもとより、孤立防止の促進に取り組みます。
- ロ 家族介護者の過度な精神的・身体的負担によるストレスは、介護者自身の心身の健康を損なうおそれがあるほか、介護疲れから要介護者等への虐待の要因となることが懸念されます。在宅療養者の増加に伴い、家族介護者の負担の増加が見込まれることから、できる限り負担の軽減が図られるよう、相談や家族教室等の体制を整備するとともに、住民への啓発により理解を促進するなど、地域全体で介護家族者を支える仕組みの充実を図ります。

#### (5) 経済的・社会的困窮による自死対策を推進する

- イ 自死に追い込まれる原因として、「生活苦」及び「負債（多重債務）」の割合が高くなっており、性年齢階級、有職無職、同居独居別に見ても、自死に至る危機経路に「生活苦」が多く存在しています。様々な背景を抱える生活困窮者は、自死リスクが高いことを認識した上で、効果的な生活困窮者等支援対策が、包括的な生きる支援としての「自死対策」ともなりえることから、生活困窮者自立支援制度の自立相談支援等と連動させた対策を推進します。
- ロ 経済的・社会的困窮者は、その背景に、虐待、依存症、疾患、障害、被災、介護、多重債務、労働等の多様な問題を抱え、社会的に孤立しやすい傾向があることから、相談窓口の設置や関係機関を招集した連携会議の開催、研修会の実施などを通じて、複合的な視点に立った支援に努めます。

#### (6) 子ども・若者の自死対策を更に推進する

- イ 子ども・若者は、その成長過程において多様かつ特有の悩みを抱えます。新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けて子ども・若者を取り巻く環境が大きく変化したことを踏まえ、教育機関におけるカウンセリング等の取組をはじめ、児童虐待、性暴力被害、ひきこもり、性的マイノリティ等に関する相談体制の充実や、広く子ども・若者を取り巻く関係者への研修、地域における児童福祉に関わる機関との連携等を推進します。
- ロ 本県では、児童生徒が抱えるいじめや不登校の問題への対策に引き続き取り組むとともに、東日本大震災で被災した子どもの今後の心の成長への影響が強く懸念されることから、教育・保健・医療・福祉等の各分野の関係機関が緊密な連携を図り、切れ目のない支援の提供に努めます。
- ハ 学校において、体験活動や心理・福祉の専門家等との連携により、学生・生徒等への SOS の出し方教育を行うとともに、学生と日々接している学校の担任、養護教諭等の教職員や、学生相談に関わる大学等の教職員に対して、SOS をどのように受け止め適切な支援につなげるか等についての啓発活動に努めます。
- ニ 本県では、10歳代から30歳代までの最も多い死因が「自死」であり、学校問題を理由とする自殺者数が横ばいで推移し、特に大学生の割合が高い特徴があります。このため、大学生自らが自死予防や心の健康等に関する意識を高めていけるよう、大学生を対象とした啓発活動等に対する支援を推進します。
- ホ 企業等において、若年層の労働者が働きやすい職場環境づくりを促進するため、日本産業カウンセラー協会東北支部、宮城産業保健総合支援センター等関係機関と連携し、研修等を通じてセルフケアをはじめとした若年労働者の心身の健康の保持増進を推進します。
- ヘ 若者については、対面や電話等による相談支援にはつながりにくい傾向があるものの、インターネットや SNS 等で自死をほのめかしたり、自死の手段を検索したりする傾向があるとされているため、インターネット等を活用した若者への支援を推進します。

#### (7) 女性の自死対策を更に推進する

- イ 女性の非正規雇用率は男性と比較して非常に高く、コロナ禍等により、雇用問題が深刻化していることから、雇用に関する支援策をさらに推進します。
- ロ 令和6年4月から、「困難な問題を抱える女性への支援に関する法律」が施行されることを踏まえ、性犯罪・性暴力被害等の困難な問題を抱えた女性への支援を推進するため、女性相談に関わる関係機関との連携を推進します。

## 2 基本的施策と取組方針

### (1) 地域課題に応じた実践的な取組への支援を強化する

- イ 宮城県自死対策推進会議、市町村自死対策担当者会議、宮城県自死対策庁内検討会議等を開催し、地域における自死の現況や自死対策の課題を共有し、関係機関が連携した包括的な自死対策を推進します。
- ロ 宮城県自死対策推進センターを設置し、自死の現状に関する詳細分析や自死対策関係機関ネットワークの強化を図るほか、自殺未遂者及び自死遺族への支援を行います。
- ハ 宮城県自死対策推進センターや保健所を通じて、市町村の自死対策計画の策定等を支援するほか、自殺総合対策推進センターからの情報を伝達等し、地域自死対策を支援します。

### (2) 県民一人ひとりの気付きと見守りを促す

- イ 自殺予防週間や自殺対策強化月間等の機会を捉えた講演会の開催のほか、パンフレットの配布やインターネットを通じた自死に対する理解の促進に努めます。
- ロ 児童生徒に対する SOS の出し方に関する教育の推進や、教職員による早期発見と見守り等の取組を強化し、自死対策に資する教育環境の整備を推進します。
- ハ 危機に遭遇した際の正しい対処法の普及に努めるほか、うつ病や依存症等の精神疾患に対する社会的理解の促進を図ります。
- ニ 無理解や偏見等の社会的要因によって、自殺念慮を抱えることもある性的マイノリティについて、社会や地域における理解促進の取組を推進します。

### (3) 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する

- イ 市町村が地域特性を踏まえた自死対策計画を策定し、有効な施策を展開できるよう、宮城県自死対策推進センターや保健所を通じた自死関連情報の提供及び技術的援助等の充実を図ります。
- ロ 宮城県自死対策推進センターや関係機関と連携し、自死された方や遺族のプライバシーに配慮しつつ、自死の要因分析を行うとともに自死対策の効果について検証し、より効果的な自死対策の構築を推進します。
- ハ いじめ認知件数の調査や労働実態に関する調査を踏まえ、学校や職場における自死対策の推進を図ります。

### (4) 自死対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る

- イ 地域の自死対策関係団体、専門家等における対応力の向上を図る研修を実施するほか、関係者間の具体的な連携を確保するための人材の養成・確保を推進します。
- ロ 教職員や学校管理職等に対して、いじめ防止対策推進法や自死等の重大事案に関する各種指針についての理解を深めるとともに、学校における人権教育、SOS の出し方教育の推進を図るため、研修や普及啓発を行います。
- ハ かかりつけ医に対して、うつ病等に関する専門的な研修を実施し、自死リスク評価及び対応技術等に関する向上を図ります。
- ニ 遺族等に接する行政職員及び関係者に対し、遺族の心理を踏まえた適切な対応ができるよう、対応力向上研修を実施します。
- ホ 自死の危険を示すサインに気付き、適切な対応（悩んでいる人に気付き、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができるゲートキーパーの役割を担う人材を、行政職員や民生委員・児童委員等をはじめ、広く住民を対象に養成します。

**(5) 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する**

- イ 自死の原因として、身体の病気、うつ病、統合失調症、アルコール依存症、身体障害の悩み等の「健康問題」が最も多いことから、心身の健康の保持増進を促進します。
- ロ 働き盛り世代の自死予防として、過労死・過労自死の防止や、働き方改革及び各種ハラスメント等に関する周知活動等を促進し、産業保健と連携した職場におけるメンタルヘルス対策を促進します。
- ハ 心の健康相談電話の設置や、医師等の専門職による心の健康相談、県民向けの講演会等の実施、ストレス自己チェックの普及等により、地域における心の健康づくりを推進します。
- ニ 学校全体での心の健康づくりを推進するために、児童生徒の SOS を受け止める身近な大人を増やす取組を推進するとともに、スクールカウンセラー等による専門的な相談体制を整備します。また、教職員自身の心の健康保持のため在校時間調査やストレスチェックの実施と相談体制の確保及びメンタルヘルス研修等を開催します。

**(6) 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**

- イ 宮城県自死対策推進会議等の関係団体や、市町村等が参画する会議を開催し、相互の情報交換や連携を推進し、県内の医療・保健・福祉等の各施策の連動性の向上を図ります。
- ロ 精神保健医療福祉を担う人材を養成し、精神保健医療福祉サービスの充実を図ります。
- ハ 保健所、市町村、民生委員・児童委員、障害・介護サービス事業者等に対する自死対策研修を実施し、地域における対応力の強化を図るとともに、かかりつけ医等に対する自死リスク評価や対応技術の向上等を図る研修等を実施し、適切な受療につなげる体制を構築します。
- ニ 産後うつの予防に向けた産後の初期段階からの支援の強化や、依存症や虐待などによる精神疾患に係るハイリスク者への対策、がん患者や慢性疾患患者等に対する心理的ケアを含む医療体制の整備等を推進します。

**(7) 社会全体の自死のリスクを低下させる**

- イ 自死の原因・動機では、健康問題、経済・生活問題、家庭問題、勤務問題等の様々な要因がその背景にあることから、各分野において「生きることの阻害要因（自死のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自死に対する保護要因）」を増やすことにより、社会全体の自死リスクを低下させる取組が必要です。そのため、地域における相談及び支援体制の充実強化を図るため、国や関係団体と連携し、個別的、継続的、包括的な支援及び必要に応じた情報提供、情報共有を行います。

**(8) 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ**

- イ 精神科救急医療体制を整備し、診療体制等の充実を図ります。
- ロ 一般救急と精神科医療機関、警察、保健所及び市町村等の関係機関の連携による、自殺未遂者の再企図防止対策に取り組みます。また、自殺未遂者を見守る家族など身近な支援者への支援を充実させ、医療と地域の連携により自殺再企図の防止を図ります。
- ハ 学校、職場等における自殺未遂についての心理的ケアに関する対応マニュアル等の普及を図ります。

**(9) 遺された人への支援を充実する**

- イ 遺族の自助グループ等の運営支援を通じて、遺族の生活・生業等の相談に応じるとともに、遺族の生活の平穏に配慮しつつ、孤立防止に向けた相談機関や遺族会等の情報提供に努めます。

- ロ 遺族（遺児）等に対応する公的（教育）機関の職員への研修等を実施し、対応力の向上を図ります。

**(10) 民間団体との連携を強化する**

- イ 包括的な自死対策を推進するに当たり、民間団体の協力は非常に重要であることを踏まえ、専門家同士が連携したワンストップ支援システムの構築などの先駆的な事業や、対面・電話相談、人材育成等の取組を支援します。
- ロ 自死対策を強化するため、先駆的な事業の紹介や、調査研究、関係者に対する研修、事業や支え合いの仕組みづくりの企画等を支援します。
- ハ 職域、関係団体への情報提供の充実を図るとともに、関係者間のネットワークづくりを進め、自死対策の必要性についての理解を促進します。