

# 第2期富士見市 自殺対策計画

令和4年度～令和7年度



令和4年4月  
富士見市



はじめに

我が国の自殺者数は、平成10年に初めて3万人を超え、国を挙げてさまざまな取組を行った結果、平成22年以降は10年連続の減少となっていました。令和2年は前年と比較し増加しました。男性は11年連続での減少、女性は2年ぶりの増加となっています。大規模災害や新型コロナウイルス感染症の影響による暮らしの不安やこころの悩みなど新たな課題も生じています。

本市では、平成31年3月に「富士見市自殺予防対策計画」を策定し、「誰も自殺に追い込まれることのない富士見市の実現」を基本目標に掲げ、自殺対策を推進してまいりました。

令和3年度末で計画期間が終了することに伴い、これまでの取組結果や自殺対策基本法の改正を踏まえ、「第2期富士見市自殺対策計画」を策定いたしました。

前期計画から引き続き、全ての人がかげがえのない個人として尊重されるとともに、生きがいや希望を持って暮らすことができる富士見市をめざし取り組んでまいります。また、市としての取組はもとより、家庭・地域や職場・関係機関と協働し、市全体で自殺対策に取り組んでいくことが重要となります。皆さまの一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

結びに、計画策定に貴重なご意見を賜りました富士見市ネットワーク連絡会の皆さまをはじめ、アンケート、パブリックコメントにご協力いただいた皆さまに心から御礼を申し上げます。

令和4年4月

富士見市長 星野光弘





# 目次

<b>第1章 計画の概要</b> .....	<b>1</b>
1 計画策定の趣旨.....	1
2 計画の位置づけ.....	2
3 計画策定体制.....	2
4 計画期間.....	2
5 関連計画との整合.....	3
<b>第2章 自殺の現状と課題</b> .....	<b>4</b>
1 富士見市の自殺の動向.....	4
2 アンケート調査.....	12
3 前計画の振り返りと今後の課題.....	16
<b>第3章 計画の基本的な考え方</b> .....	<b>19</b>
1 基本理念.....	19
2 基本方針.....	20
3 体系図.....	21
<b>第4章 施策の展開</b> .....	<b>22</b>
1 市民への教育・啓発の推進.....	22
2 相談・支援体制の整備の充実.....	30
3 地域で安心して暮らせる環境整備.....	44
<b>第5章 計画の数値目標</b> .....	<b>49</b>
1 全体目標.....	49
2 成果目標.....	50
<b>第6章 計画の推進</b> .....	<b>51</b>
1 計画推進体制.....	51
2 計画の点検と評価.....	51
<b>資料編</b> .....	<b>52</b>
1 富士見市自殺予防対策庁内連絡会設置要綱.....	52
2 富士見市自殺対策ネットワーク連絡会運営要領.....	54
3 計画の策定経過.....	55
4 相談窓口一覧.....	56



# 計画の概要

## 1 / 計画策定の趣旨

全国の自殺者数は、平成10年以降、14年連続で3万人を超える状態が続きました。そのため、国においては平成18年に『自殺対策基本法』を施行し、その中で自殺対策の基本理念を、自殺を「個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく」「社会的な取組として実施されなければならない」と定め、国、地方公共団体、事業主、国民のそれぞれの責務を示しました。

その後、平成28年に『自殺対策基本法』を改正し、自殺対策を新たに「生きることの包括的な支援」と位置づけ、都道府県及び市町村に自殺対策についての計画策定を義務づけました。

さらに、平成29年7月には、「自殺総合対策大綱」が自殺の実態を踏まえ見直され、「地域の状況に応じた施策を策定し、実施する責務を有する地方公共団体は、大綱及び地域の実情等を勘案して、地域自殺対策計画を策定する。国民一人ひとりの身近な行政主体として、国と連携しつつ、地域における各主体の緊密な連携・協働に努めながら自殺対策を推進する。」とされました。

埼玉県では、このような状況を受け、一人ひとりがかげがえのない個人として尊重され、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す」ことを基本理念とした、「埼玉県自殺対策計画」を平成30年3月に策定し、行政や関係機関、民間団体などが連携を図りながら、保健、医療、福祉、教育、労働、法律等に関わる総合的な取組を進めてきました。そして、さらに対策強化を図るため、令和3年度から令和5年度までの3年間を計画期間とする「埼玉県自殺対策計画（第2次）」を策定しました。

本市では、「（第1期）富士見市自殺予防対策計画～ほっとふじみプラン～」の計画期間（令和元年度～令和3年度）が終了することから、国、県等の動向を踏まえるとともに、大規模災害や新型コロナウイルス感染症の影響による暮らしの不安やこころの悩みなど新たな課題にも対応するため、「誰も自殺に追い込まれることのない富士見市の実現」をめざし、「第2期富士見市自殺対策計画」を策定することとしました。

## 2 / 計画の位置づけ

本計画は、平成28年に改正された「自殺対策基本法」第13条第2項に定める「市町村自殺対策計画」として、平成29年に見直された「自殺総合対策大綱」、令和3年3月に策定された「埼玉県自殺対策計画（第2次）」及び地域の実情を勘案して策定するものです。

## 3 / 計画策定体制

庁内関係部局の構成員からなる「富士見市自殺予防対策庁内連絡会」及び東入間警察署、入間東部地区事務組合（消防）、東武鉄道、朝霞保健所の構成機関からなる「富士見市自殺対策ネットワーク連絡会」に教育関係者、市民団体等から推薦又は選考された者に出席を依頼し、計画内容の検討を行いました。

さらに、策定期間中、市民や小中学生に対するアンケート調査及びパブリックコメントを実施し、市民の意見の反映に努めました。

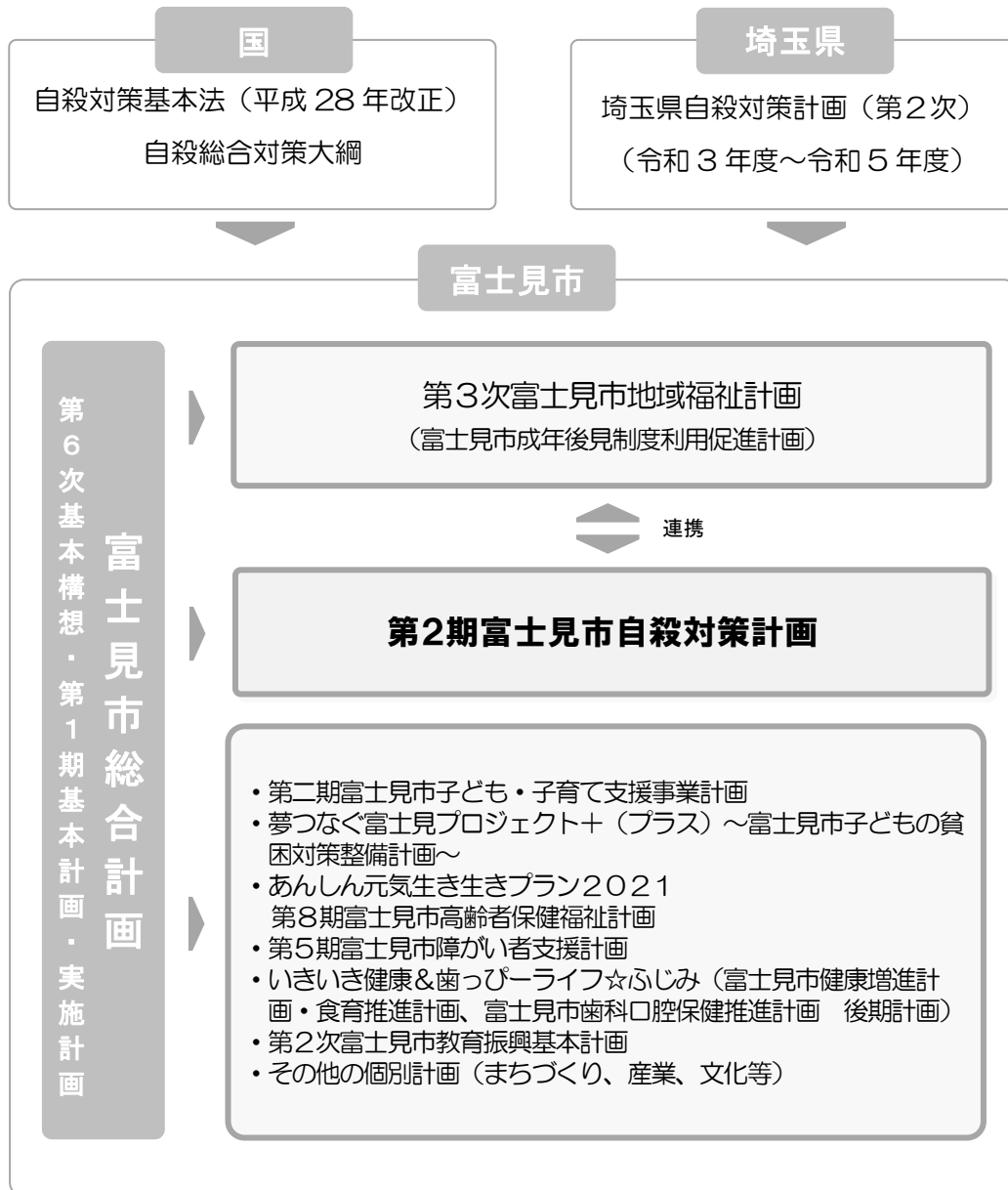
## 4 / 計画期間

本計画の期間は、令和4年度から令和7年度までの4年間とします。

	令和 元年度	令和 2年度	令和 3年度	令和 4年度	令和 5年度	令和 6年度	令和 7年度
国	自殺総合対策大綱						
埼玉県	埼玉県自殺対策計画	埼玉県自殺対策計画（第2次）					
富士見市	富士見市自殺予防対策計画 ～ほっとふじみプラン～			第2期富士見市自殺対策計画			

## 5 関連計画との整合

本計画は、国・県・本市の上位計画及び関連個別計画との整合性を図りながら推進していきます。







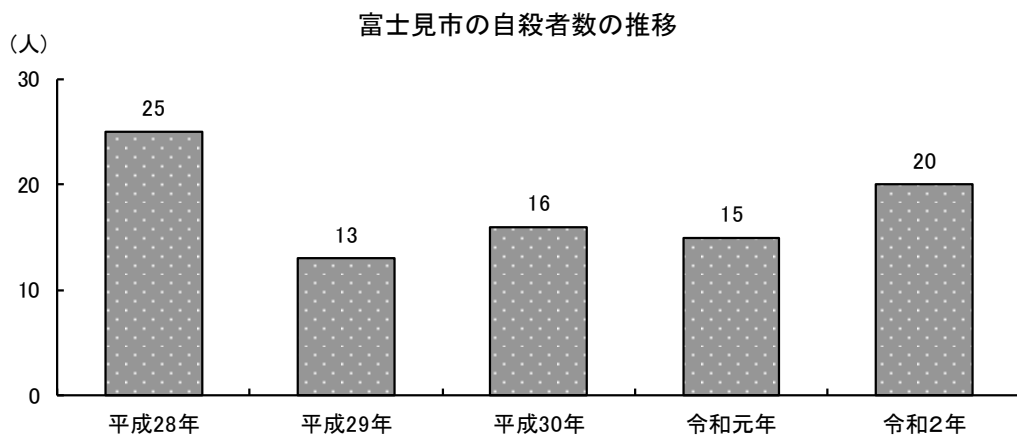
## 第 2 章

# 自殺の現状と課題

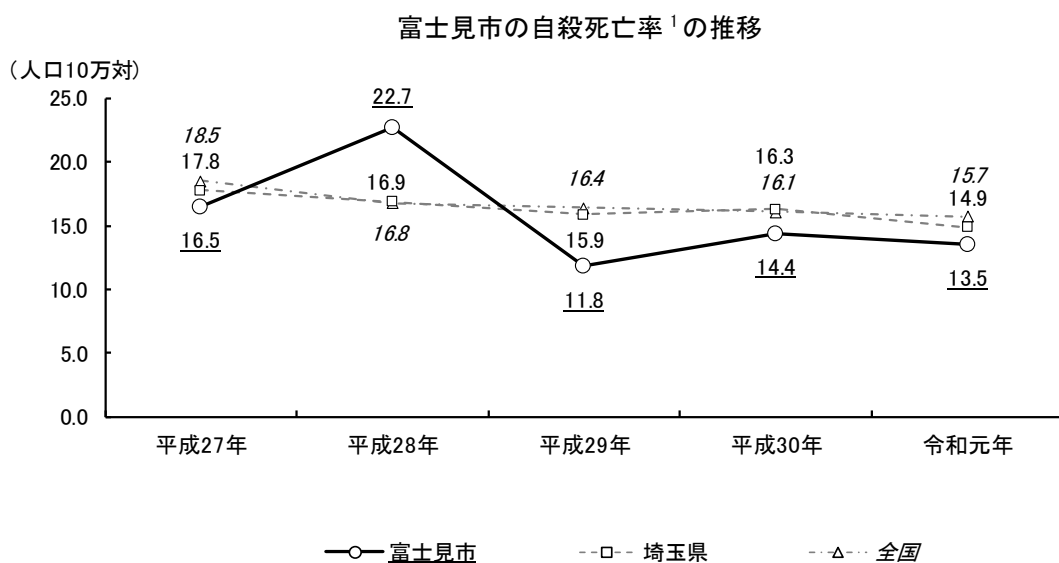
### 1 富士見市の自殺の動向

#### (1) 富士見市の自殺者数の全般的な状況

13人～25人まで、その年により増減のばらつきがみられます。平均で17人ほどの自殺者数となっています。



資料：地域における自殺の基礎資料



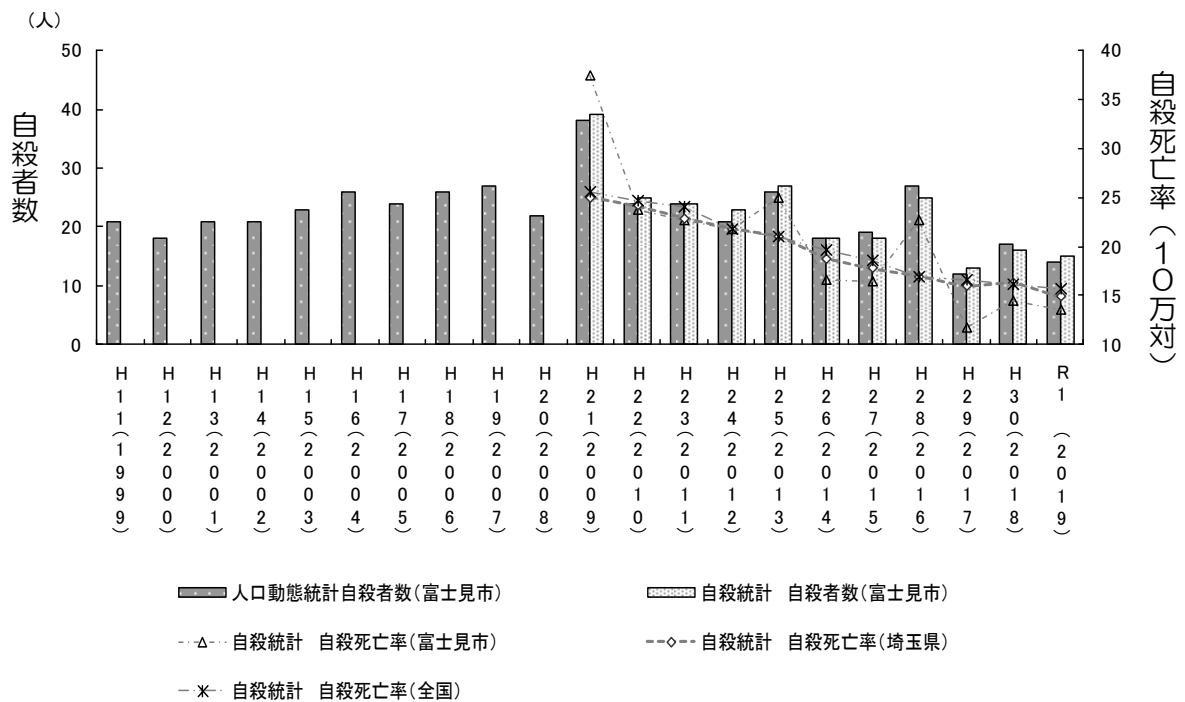
資料：地域における自殺の基礎資料、自殺統計

<sup>1</sup>人口10万人あたりの自殺者数。単位はありません。(計算式：自殺者数÷人口×100,000)

## (2) 富士見市の自殺者の長期的な推移

全国の自殺死亡率（10万対）の数値は平成21年以降ならかに減少傾向ですが、富士見市は、自殺者数、自殺死亡率（10万対）ともに増減を繰り返しています。平成25年、平成28年は増加し、自殺死亡率の割合においてもその年は全国平均を超えています。

富士見市の自殺者数・自殺死亡率（10万対）の推移



資料：いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロフィール 2020」<sup>2</sup>

### 人口動態統計と自殺統計について

	厚生労働省の「人口動態統計」	警察庁の「自殺統計」
調査対象	日本における日本人（外国人は含まない）を対象	総人口（日本における外国人も含む）を対象
調査時点の差異	住所地を基に死亡時点で計上	発見地を基に自殺死体発見時点（正確には認知）で計上
自殺者数の計上方法	自殺、他殺あるいは事故死のいずれか不明の時は自殺以外で処理しており、死亡診断書等について自殺の旨の訂正報告がない場合は、自殺に計上していない。	捜査等により自殺であると判明した時点で計上

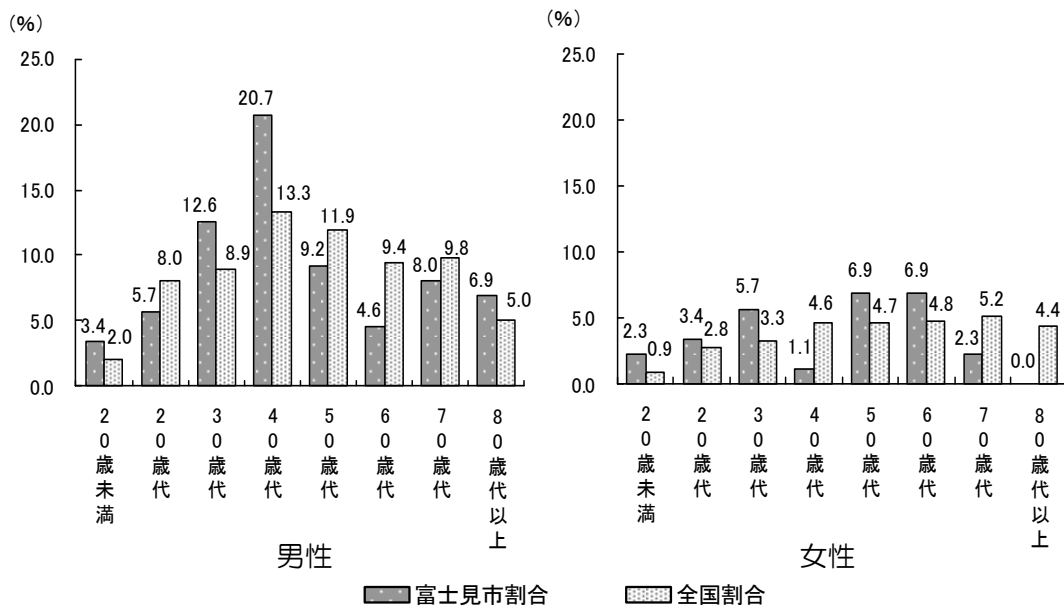
<sup>2</sup> 地方公共団体の地域自殺対策計画の策定を支援するため、国の機関であるいのち支える自殺対策推進センターがすべての都道府県及び市町村それぞれの自殺の実態を分析したもの。

### (3) 富士見市の自殺者の性・年代別状況

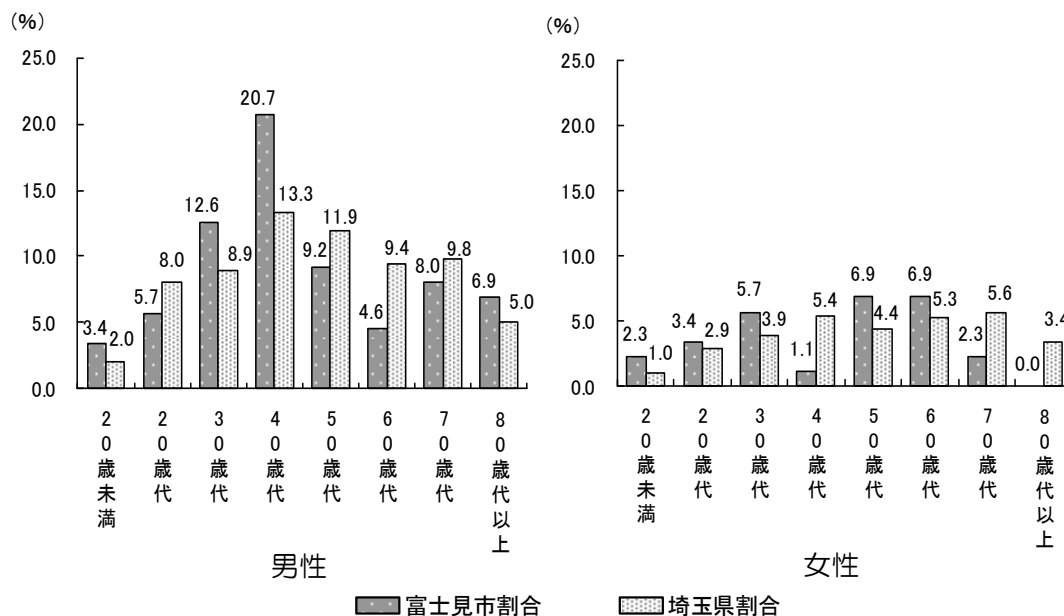
性・年代別の自殺者割合<sup>3</sup>では、男性は40歳代、女性は50歳代～60歳代が高値となっています。

性・年代別の自殺死亡率（10万対）では、男性は30歳代～40歳代、80歳代以上が、女性は50歳代～60歳代がその値においても、全国自殺死亡率との比較においても高い数値となっています。とくに男性80歳代以上が突出して高くなっています。

富士見市と全国の性・年代別の自殺者割合（平成27年～令和元年合計）



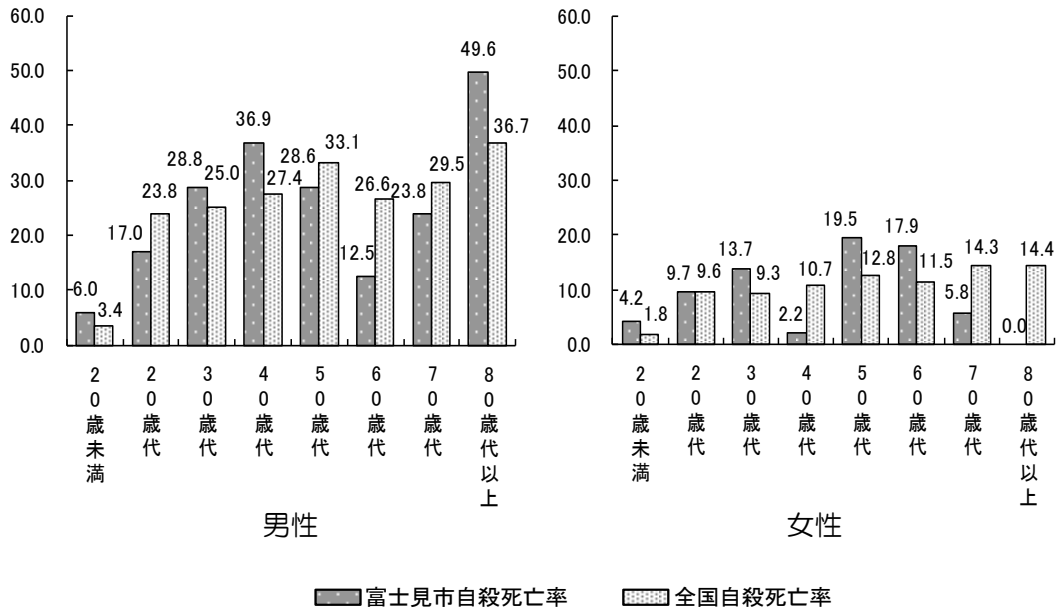
富士見市と埼玉県内の性・年代別の自殺者割合（平成27年～令和元年合計）



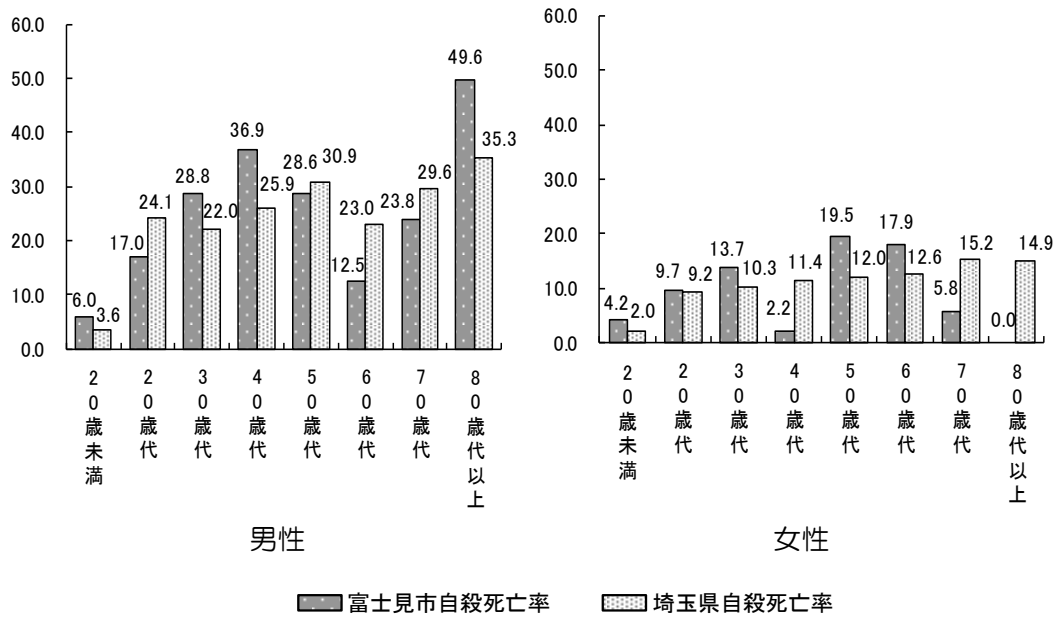
資料：いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル2020」

<sup>3</sup> 全自殺者に占める割合

富士見市と全国の性・年代別の自殺死亡率（10万対）（平成27年～令和元年平均）



富士見市と埼玉県の性・年代別の自殺死亡率（10万対）（平成27年～令和元年平均）



資料：いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル 2020」

【 埼玉県の児童・生徒等の自殺 】

地域自殺実態プロフィール2020において、5人未満は公表不可であるため、富士見市のデータは掲載せず、埼玉県のデータを掲載します。

埼玉県の児童・生徒等の自殺の内訳（平成27年～令和元年合計）

学生・生徒等（全年齢）	自殺者数	割合	全国割合 （参考）
中学生以下	29	10.9	14.0
高校生	80	30.1	29.3
大学生	129	48.5	44.2
専修学校生等	28	10.5	12.4
合計	266	100	100

資料：いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロフィール2020」

(4) 富士見市の高齢者関連資料

60歳代女性同居人ありの人数、割合ともに最も高く、次いで、80歳以上男性同居人あり、70歳代男性同居人なしとなっており、全国割合、埼玉県と比較しても、高い数値となっています。

富士見市の60歳以上の自殺の内訳（平成27年～令和元年合計）

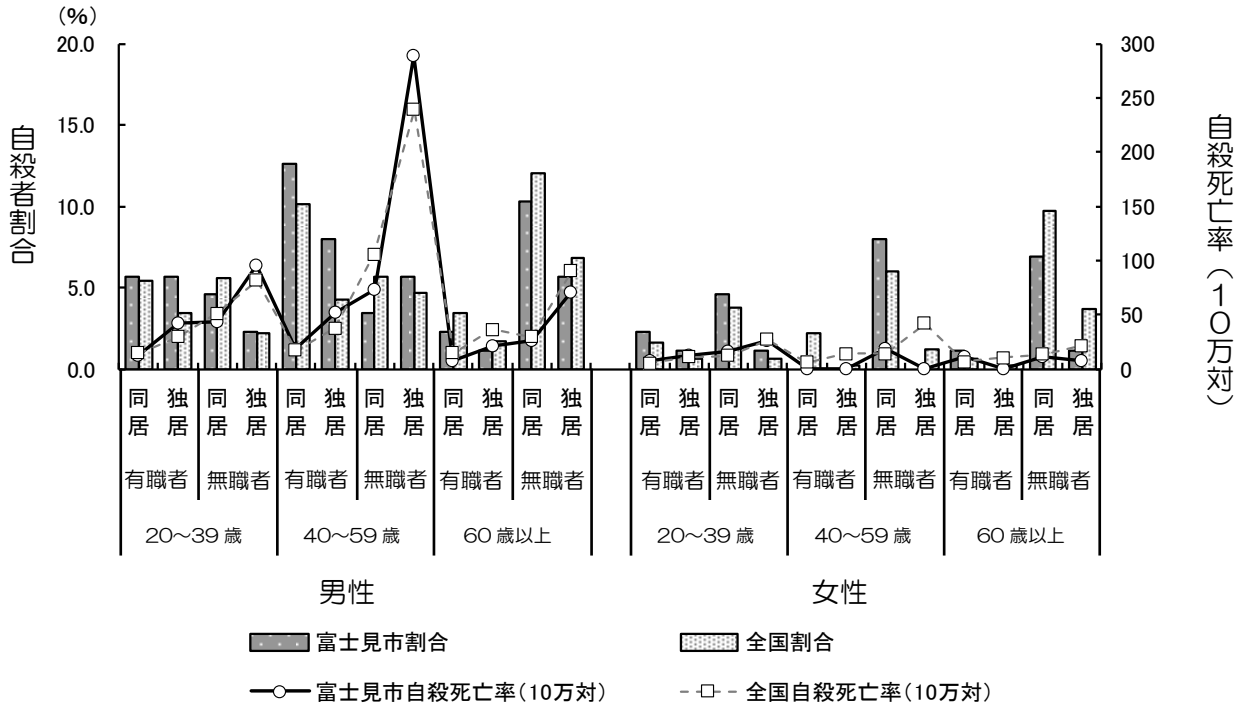
性別	年齢階級	同居人の有無 （人数）		同居人の有無 （割合）		埼玉県割合 （参考）		全国割合 （参考）	
		あり	なし	あり	なし	あり	なし	あり	なし
男性	60歳代	3	1	12.0	4.0	14.1	10.3	15.9	10.7
	70歳代	3	4	12.0	16.0	17.0	8.3	15.1	7.1
	80歳以上	5	1	20.0	4.0	9.1	3.9	11.0	4.3
女性	60歳代	6	0	24.0	0.0	10.9	3.0	9.0	3.0
	70歳代	1	1	4.0	4.0	10.0	4.5	8.9	4.0
	80歳以上	0	0	0.0	0.0	6.2	2.7	7.2	3.8
合計			25		100.0		100.0		100.0

資料：いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロフィール2020」

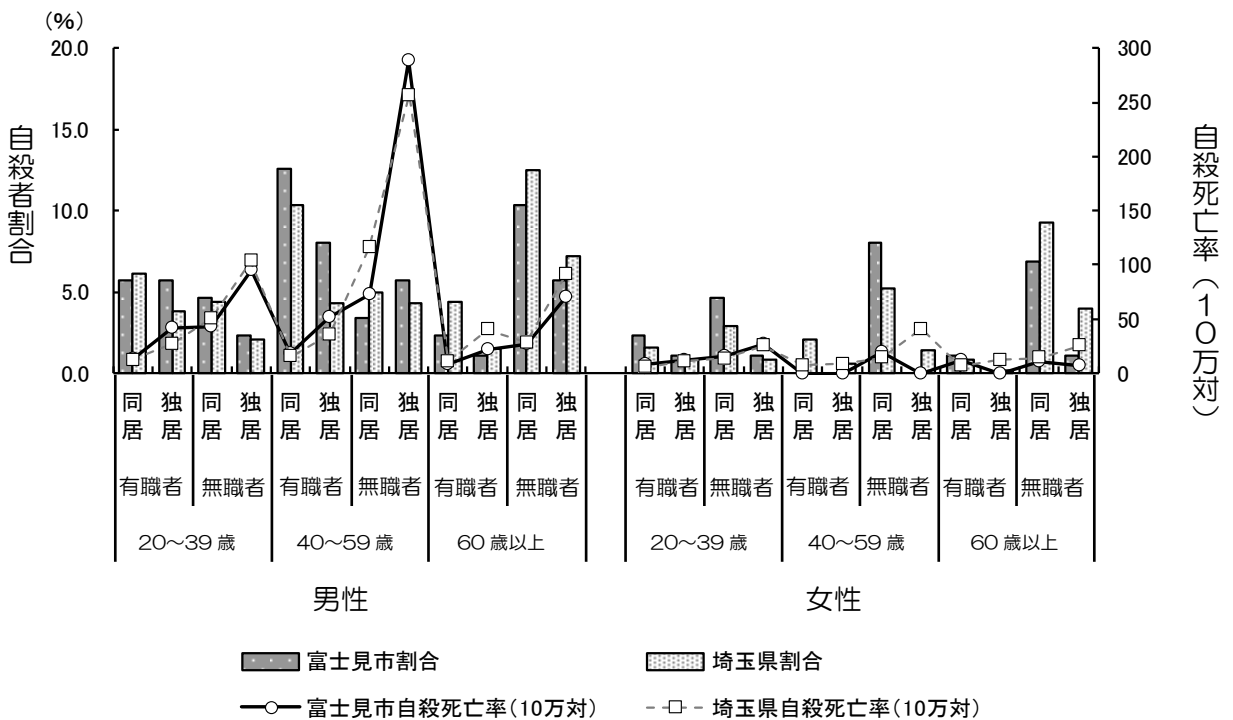
(5) 富士見市の自殺者の傾向

40～59歳男性無職者独居の自殺死亡率(10万対)が極めて高い数値であり、全国自殺死亡率との比較においても高い数値となっています。

富士見市と全国の自殺者の傾向 (平成27年～令和元年平均)



富士見市と埼玉県の自殺者の傾向 (平成27年～令和元年平均)



資料：いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル2020」

## (6) 富士見市の主な自殺の特徴

自殺者数においては、男性40～59歳有職同居が高値となっており、自殺死亡率（10万対）においては、男性40～59歳有職独居が高値となっています。

富士見市の主な自殺の特徴（平成27年～令和元年合計）

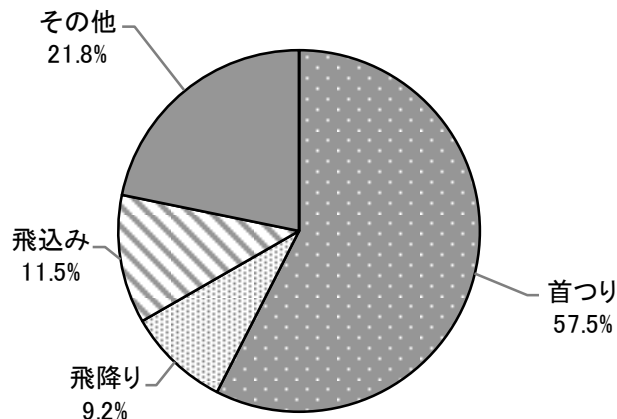
上位5区分	自殺者数 5年計	割合	自殺死亡率 (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路
1位：男性40～59歳有職同居	11	12.6	18.6	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺
2位：男性60歳以上無職同居	9	10.3	26.4	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
3位：男性40～59歳有職独居	7	8.0	52.1	配置転換(昇進/降格含む)→過労+仕事の失敗→うつ状態+アルコール依存→自殺
4位：女性40～59歳無職同居	7	8.0	18.8	近隣関係の悩み+家族間の不和→うつ病→自殺
5位：女性60歳以上無職同居	6	6.9	10.6	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺

資料：いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロフィール2020」

## (7) 富士見市の自殺手段関連資料

富士見市では首つりの人数が最も多いですが、割合で見ると、首つり以外の割合が全国と比較して8ポイントほど高く、手段別では、飛び込みの割合が全国、埼玉県と比較して突出して高くなっています。

富士見市の手手段別の自殺者数の詳細（平成27年～令和元年合計）



手段	自殺者数	割合	埼玉県割合 (参考)	全国割合 (参考)
首つり	50	57.5	61.4	65.6
首つり以外 (小計)	37	42.5	38.6	34.4
飛降り	8	9.2	11.7	10.5
飛込み	10	11.5	4.9	2.6
その他	19	21.8	22.0	21.3
不詳	0	0.0	0.0	0.1
合計	87	100.0	100.0	100.0

資料：いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル 2020」



## 2 アンケート調査

### (1) 調査の概要

#### ① 調査の目的

「第2期富士見市自殺対策計画」の基礎資料とするため、以下のような方法で実施しました。

#### ② 調査名称

市民・Web調査：富士見市自殺予防に対する意識調査

小学生・中学生調査：富士見市こころの健康に関するアンケート調査

#### ③ 調査対象・実施方法・調査期間

	調査対象	実施方法	調査期間
市民調査	市内在住の16歳以上の人	郵送配付—郵送回収法	令和3年6月22日 ～令和3年7月5日
Web調査	市内在住の人	Web上にアンケートページを設置。広報やSNS <sup>4</sup> を通じて周知	令和3年8月13日 ～令和3年9月12日
中学生調査	市立中学校2年生の生徒	市立各小中学校（担任教諭）を通じて配付・回収	令和3年6月17日 ～令和3年7月12日
小学生調査	市立小学校5年生の児童		

#### ④ 回収状況

	配付数	有効回答数	有効回答率
市民調査	1,822通	855通	46.9%
Web調査	—	124件	—
中学生調査	220通	218通	99.1%
小学生調査	330通	294通	89.1%

#### ⑤ 調査結果の表示方法

回答は各質問の回答者数(N)を基数とした百分率(%)で示してあります。

また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。

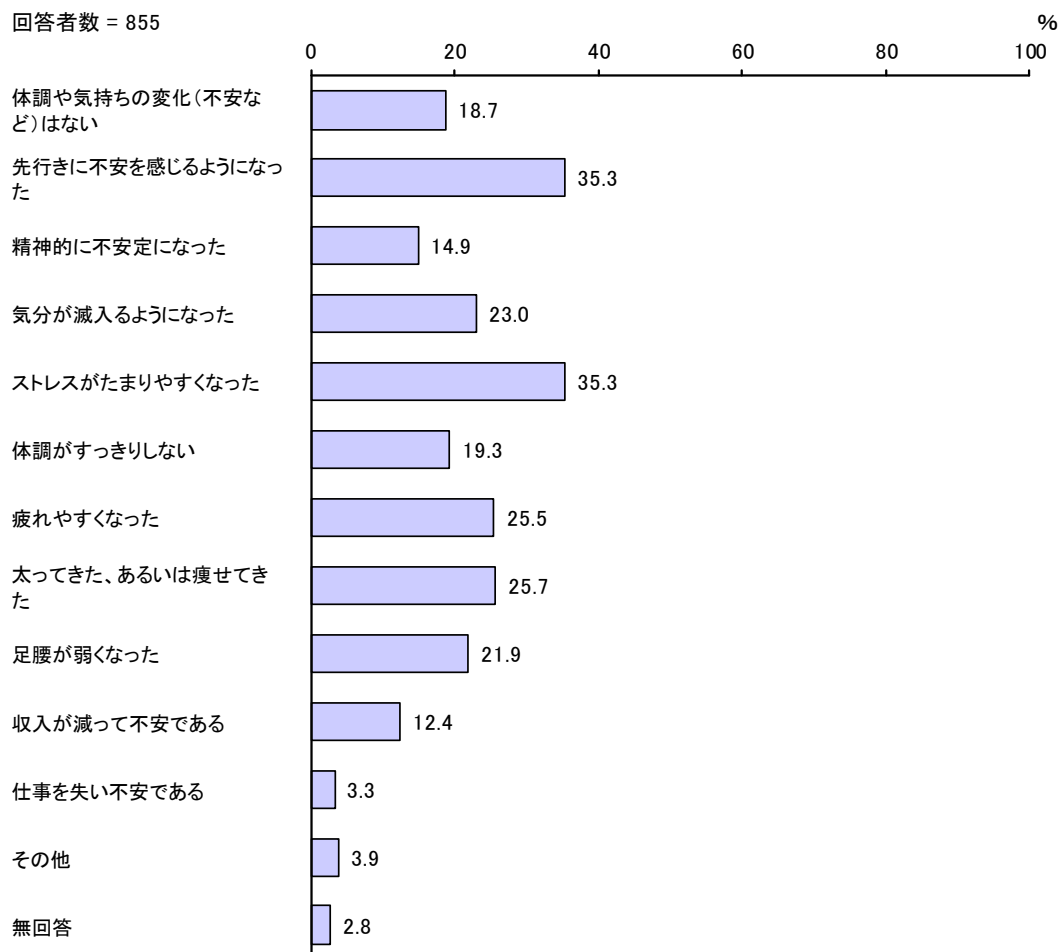
複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。

<sup>4</sup>SNS：エスエヌエス＝Social Networking Serviceの略。スマートフォンやパソコンを使ってオンライン上で交流できるサービスの総称。

## (2) アンケート調査結果の概要

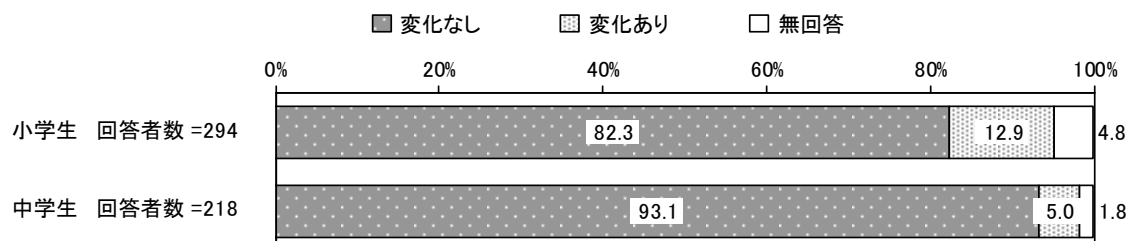
### ① 新型コロナウイルス感染症拡大に伴う行動制限以前と比べた気持ちの変化（市民・Web調査）

「先行きに不安を感じるようになった」、「ストレスがたまりやすくなった」の割合が35.3%と最も高く、次いで「太ってきた、あるいは痩せてきた」の割合が25.7%となっています。



### ② 新型コロナウイルス感染症の影響によるからだや気持ちの変化（小・中学生調査）

「変化なし」の割合が小学生で82.3%、中学生で93.1%となっています。一方、「変化あり」の割合が小学生で12.9%、中学生で5.0%となっています。



## <新型コロナウイルス感染症に関する影響について>

第1期計画期間中に、多くの市民、関係機関等の日常生活に影響を与えたこととして、新型コロナウイルス感染症の感染拡大が挙げられます。新型コロナウイルス感染症は世界各地へ感染が拡大し、日本国内でも感染者や死亡者が増加しました。国の緊急事態宣言や埼玉県の外出自粛要請等により、休校や在宅勤務が続き、自宅での食事の機会が増加した一方で身体活動が減少し、こころとからだに様々なストレスを感じるなど、地域における市民の生活状況は変化しています。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、行政における各種事業等の人数制限や中止を余儀なくされましたが、相談事業は縮小せず継続し、不安や困りごとに対する必要な支援・サービスにつなげました。その他、感染拡大防止と社会経済活動の両立を図るため、市独自の施策を含む新型コロナウイルス対策緊急支援事業を切れ目なく実施しました。

### 市の取組 ※一部

#### 新型コロナウイルス感染症関連の各種制度、支援策の情報提供

事業名（関係課）	内容
新型コロナウイルス感染症対策に関する総合窓口 （新型コロナウイルス感染症緊急生活支援対策室）	新型コロナウイルス感染症対策に関する生活支援や各種給付金の案内・申請受付・給付、保健師による健康相談などワンストップでサポートする総合窓口を設置しました。

#### 新型コロナウイルス感染症による様々な不安に対する相談・ケア体制の整備

事業名（関係課）	内容
自宅療養者相談窓口の開設 （健康増進センター）	自宅療養者の不安に寄り添い、健康面や生活面での相談に市の保健師が対応し、内容に応じて専門の相談機関につなぎました。
不安を抱える児童生徒のケア （教育相談室）	新型コロナウイルス感染症の影響で、ストレスを抱えている児童生徒について、医師と連携し、医療的見地から学校教育で必要な支援などの助言をもらい、対応しました。

#### ステイホーム等感染予防対策の一方で減少した地域での活動を安心・安全に行うための支援

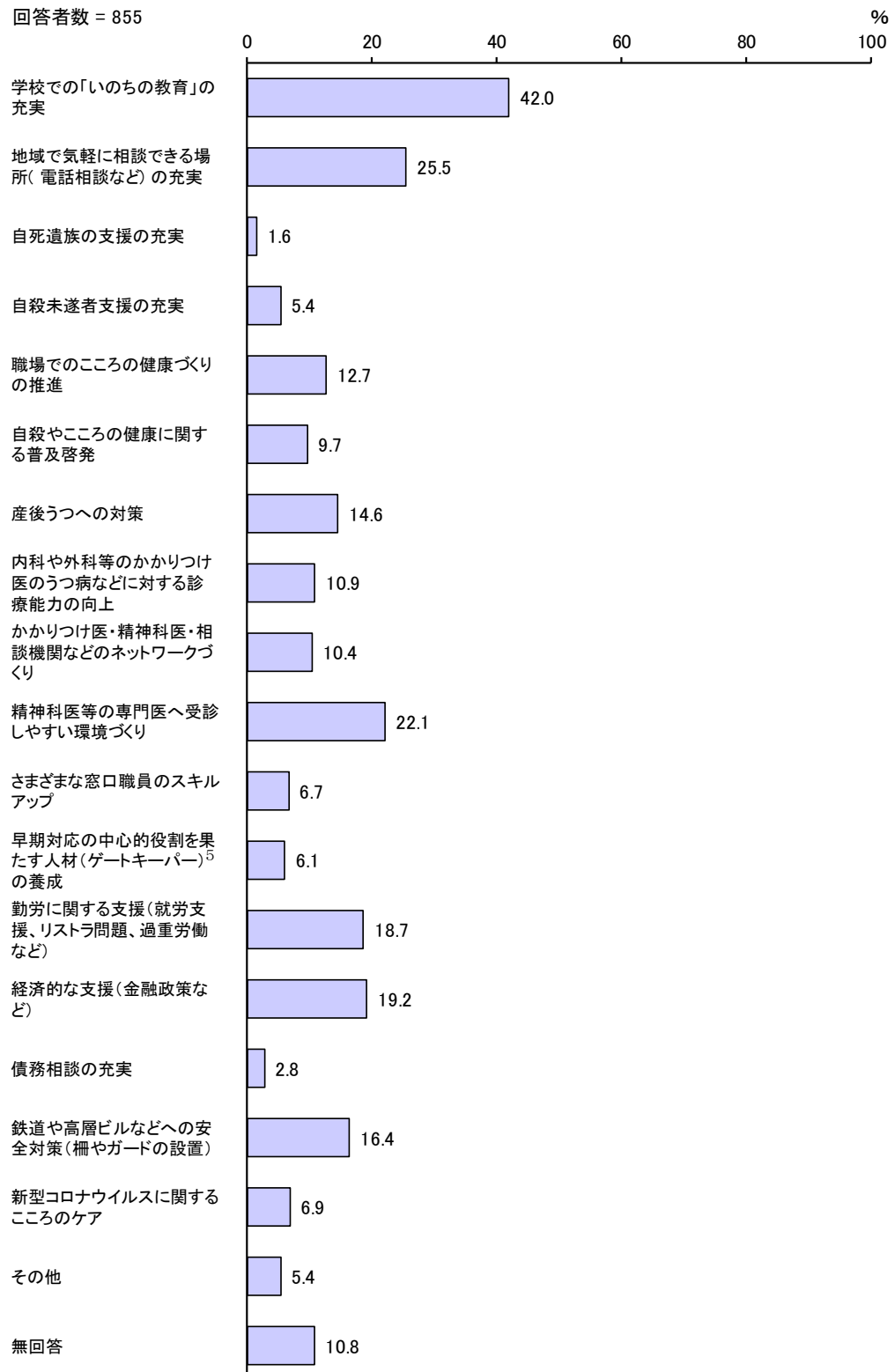
事業名（関係課）	内容
町会活動の感染症対策強化 （協働推進課）	屋内外での町会活動の際に利用するため、市内55町会に非接触式温度計や消毒セットを配布しました。

③ 自殺を減少させるために重要と思われること（市民・Web 調査）

「学校での「いのちの教育」の充実」の割合が42.0%と最も高く、次いで「地域で気軽に相談できる場所（電話相談など）の充実」の割合が25.5%、「精神科医等の専門医へ受診しやすい環境づくり」の割合が22.1%となっています。

学校での教育の充実や地域で気軽に相談できる場が求められています。

回答者数 = 855



<sup>5</sup>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。（48 ページ参照）

### 3 前計画の振り返りと今後の課題

#### (1) 前計画の振り返り

##### ① 自殺の問題に関する理解の促進と取組の推進

各相談窓口や「こころの体温計<sup>6</sup>」を市ホームページに掲載し、各種リーフレットを公共施設に設置したほか、東武鉄道・朝霞保健所と協働し駅前で自殺予防キャンペーンを実施しました。また、不登校やその傾向のある児童生徒や保護者に対し、こころの悩みや不安を軽減するため、子どものこころの特徴や接し方を学ぶ教育相談を実施し、意識啓発を行いました。

##### ② 自殺の背景となる要因の軽減のための取組の推進

経済的理由や介護・子育てによる悩みなど、それぞれの悩みに応じた相談窓口を設置し、心のケアを図りました。また、複合的な悩みを抱える人に対しては、医師やケースワーカーによる相談支援を実施しました。

また、職員や市民同士が身近な人の支援者となれるよう、市職員・市民を対象としたゲートキーパー養成講座を開催しました。

##### ③ 自殺の原因・背景に対応した支援体制等の整備

各相談窓口において、市民の悩みや社会的背景に応じ、適切な情報提供や支援につなぐことを目的に、関係機関との連携を図るための富士見市自殺対策ネットワーク連絡会を立ち上げ、地域による支援体制を構築しました。

#### (2) 今後の課題

本市の直近5ヶ年の平均自殺者数は17人/年（前計画策定時は、20人/年）となっており、依然として多くのかけがえのない命が失われています。また昨今、SNS等インターネット上の誹謗中傷に関する問題の深刻化や新型コロナウイルス感染症の影響による暮らしの不安や心の悩みなど新たな課題も生じています。

これらの課題に対応し、自殺対策をより一層効果的に展開するためには、自殺の現状、背景・原因などを分析し、対策の対象を明確にして、富士見市の実情に応じた施策を推進する必要があります。

<sup>6</sup>パソコンやスマートフォン、携帯電話を利用して心の健康状態が簡単にチェックできるシステム。ストレス度や落ち込み度などが気軽にチェックでき、必要な場合は、その場で相談窓口の連絡先が分かる。(29 ページ参照)

### ① 若年層対策

若年層にあたる思春期・青年期は、子どもから大人へと成長していく時期です。思春期は精神的な安定を損ないやすく、また青年期に受けた心の傷は生涯にわたり影響することから、とても重要な時期です。

本市においても、市民アンケート調査の結果から、自殺を減少させるために重要と思われることの設問で「学校での「いのちの教育」の充実」の割合が4割を超え、最も高い数値となっています。本市の20歳未満の自殺者割合は全国と比較しても高い数値であることから、継続的な児童生徒とその保護者に対する教育・啓発の推進が必要です。

### ② 中高年層対策

若年層と高齢者層の間の年齢層（中高年層（40歳～59歳））は、家庭・職場の両方で重要な位置を占め、心理的・社会的にも負担を抱えることが多い世代です。本市では40～59歳で男性が、50歳代では女性の自殺者数、自殺死亡率（10万対）が高い数値となっています。

自殺に追い込まれる背景として、長時間労働による過労、職場の人間関係、出産、子育て、更年期から生じる心の健康問題など多岐にわたるため、それぞれの悩みに応じた相談窓口の充実を図ることが重要です。

### ③ 高齢者層対策

高齢者層では、本人の健康問題や病苦、介護の悩み・疲れなどが自殺の背景にあると考えられており、本市においても60歳代女性、70～80歳代男性の自殺者は、埼玉県、全国割合と比較して高い数値となっています。家庭や地域における見守りなど、高齢者が孤立せず安心して暮らせる地域づくりが必要です。

#### ④ ハイリスク者対策

本市は40～59歳男性無職者の自殺死亡率（10万対）が県・全国と比較して極めて高くなっています。その背景には、失業や倒産、多重債務等の社会的な要因が考えられており、また自殺未遂者が再度の自殺企図<sup>7</sup>に至る可能性は高く、自殺企図の時点で無職であった割合は半数を超えていると言われています。

自殺リスクが高まっている人を早期に発見するためにも関係機関と連携しながら、相談体制を整備することが重要です。

### (3) 富士見市の重点施策

地域の自殺の実態を詳細に分析した地域自殺実態プロフィールにより示された富士見市の推奨される重点パッケージ<sup>8</sup>は、「勤務・経営」、「高齢者」、「生活困窮者」となっていること、これまでの前計画の振り返りと今後の課題を踏まえ、次の4つを富士見市の重点施策とします。



- ・ 児童生徒に向けた教育
- ・ 働き盛り世代に向けた対策
- ・ 高齢者に向けた対策
- ・ 生活困窮者に向けた対策

<sup>7</sup>自殺とは自ら自分の生命を絶つ行為をいうが、首つり、リストカット、大量服薬など様々な手段により、実際に自殺を企てること。

<sup>8</sup>いのち支える自殺対策推進センターにより作成された「地域自殺実態プロフィール」において、「地域の自殺の特徴」の割合上位の3区分の性・年代等の特徴と、「背景にある主な自殺の危機経路」を参考に選定されたもの。「子ども・若者」、「勤務・経営」、「無職者・失業者」、「生活困窮者」、「高齢者」、「ハイリスク地」、「自殺手段」の8つの項目から示されている。



## 第 3 章

# 計画の基本的な考え方

### 1 基本理念

本市では、「富士見市第6次基本構想」において、「自らの歩みで充実した日々を送ることができる未来」を理想の“未来”として掲げ、「第3次富士見市地域福祉計画」の理念に基づき、住み慣れた地域で安心して心地よく暮らすための「出会い・ふれあい・支えあい・地域愛」のあるまちづくりを進めています。

本計画では、これらを踏まえ、基本理念を以下のとおり掲げ、基本理念の実現を目指した取組を進めます。

#### 【基本理念】

誰も自殺に追い込まれることのない  
富士見市の実現



## 2 / 基本方針

### (1) 市民への教育・啓発の推進

すべての市民が、自殺は誰にでも起こりうる危機であることを理解し、自殺対策は自分に関わる問題であるという意識をもつことができるよう啓発します。また、自殺はその多くが様々な社会的要因によって心理的に追い込まれた末の死であることから、子どもたちには感情コントロールやストレス対処能力を高めることができるよう、そして悩んだ時には自らSOSを発信できるよう教育活動を行います。

### (2) 相談・支援体制の整備の充実

悩みを抱えた方を取り巻く地域や職場、人間関係や家族の状況は様々であることから、一人ひとりの置かれた状況や、その原因・背景に対応したきめ細かな支援が受けられるよう、対象に応じた相談・支援体制の整備の充実を図ります。

### (3) 地域で安心して暮らせる環境整備

地域住民同士が互いに見守り合い、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、生きがいや居場所づくりを支援します。

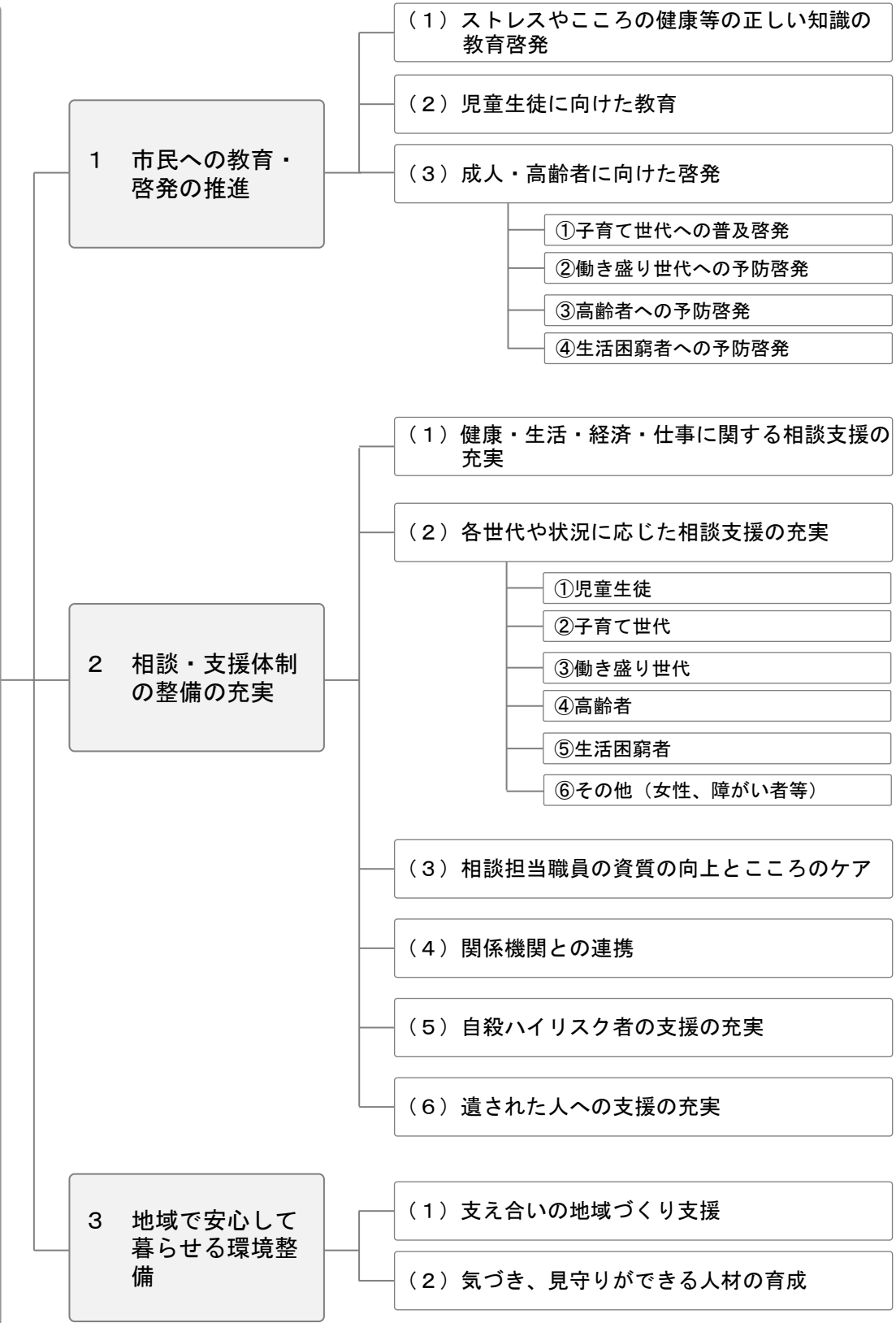
また、自分からSOSを出せず、深刻な悩みを抱えて自殺へ追い詰められている人が発するサインにいち早く気づいて、専門機関の支援につなぐことができるよう、ゲートキーパー養成研修や学校教育等を通じて自殺対策の支え手となる人材の育成を推進します。

[ 基本理念 ]

[ 基本方針 ]

[ 施策体系 ]

誰も自殺に追い込まれることのない富士見市の実現





# 第4章

## 施策の展開

### 1 市民への教育・啓発の推進

#### 【 目指すべき姿 】

- こころの健康の重要性を認識しよう。
- 自らのこころの不調に気づき、対応できるようにしよう。

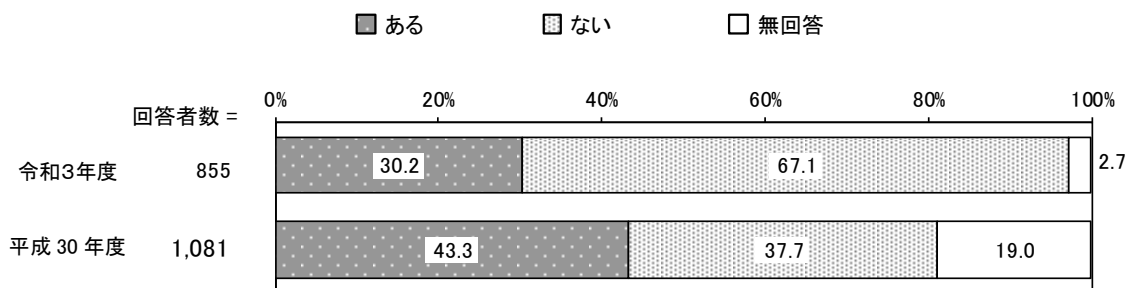
#### 【 現状と課題 】

<自殺またはそれに近いことを考えた市民の状況> (市民・Web 調査)

自殺またはそれに近いことを考えた経験のある市民は約3割となっています。10歳・20歳代のうち男性では約8割が、女性では6割が最近1年以内に自殺をしたいと考えており、高い値となっています。

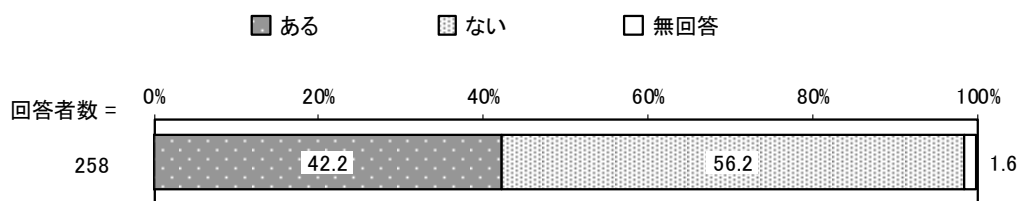
自殺は「誰にでも起こり得る危機」であり、誰もが当事者となる可能性があります。日々の生活で溜まってしまいうストレスとの上手な付き合い方や、ストレスが溜まったときのサインや対応方法等について理解を深めることが重要です。

自殺またはそれに近いことを考えた経験の有無

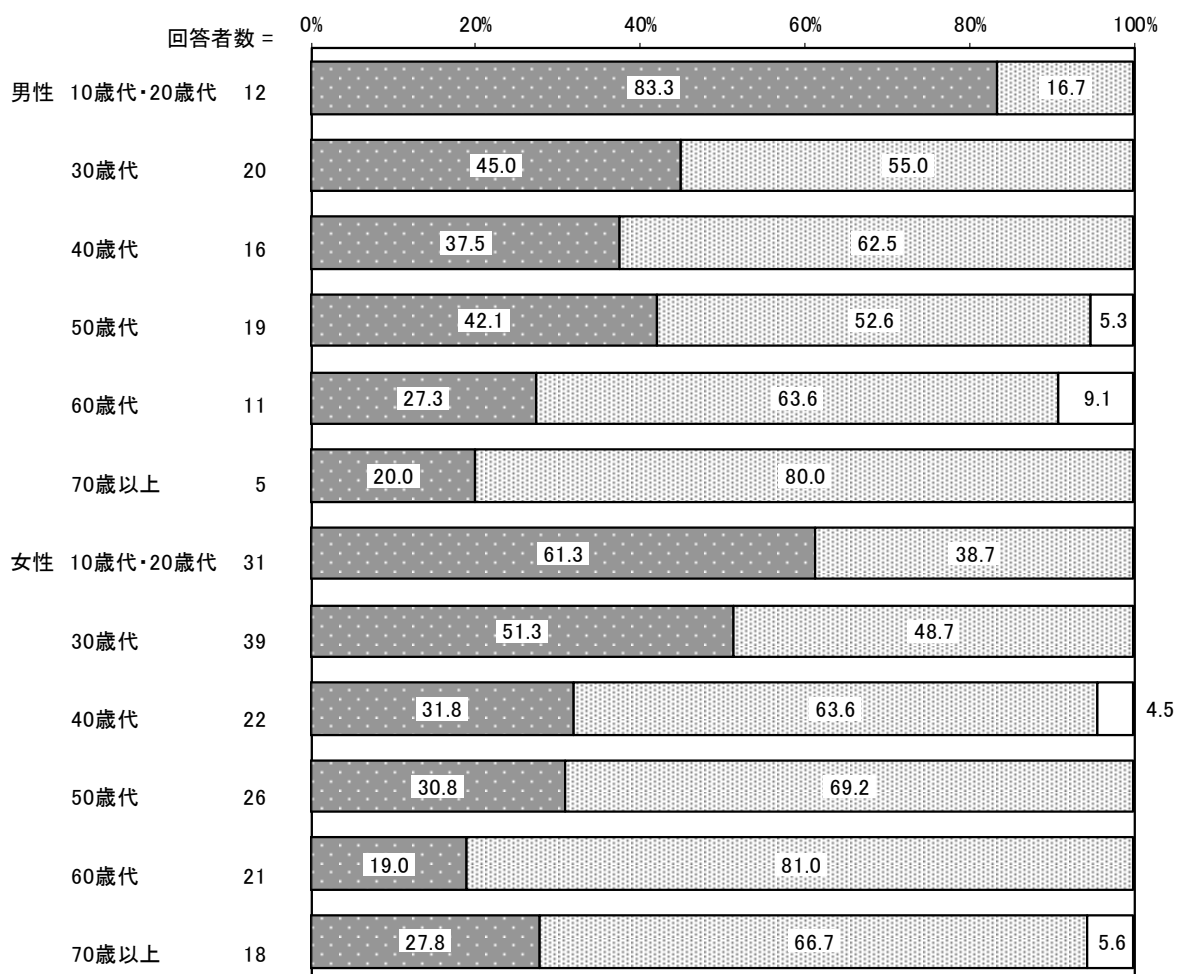


資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

最近1年以内に自殺またはそれに近いことを考えた経験の有無



性・年代別

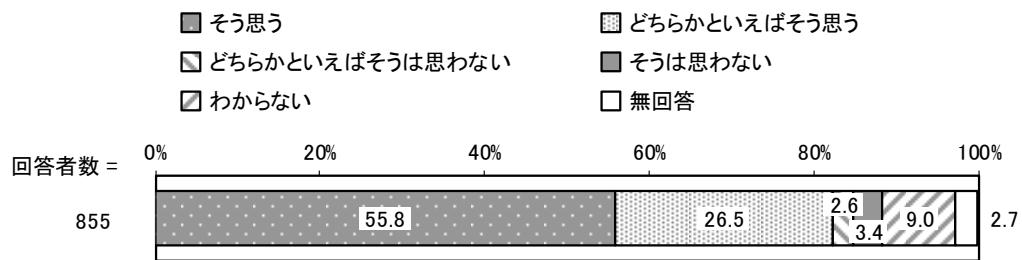


資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

### <児童生徒の自殺予防について>（市民・Web 調査）

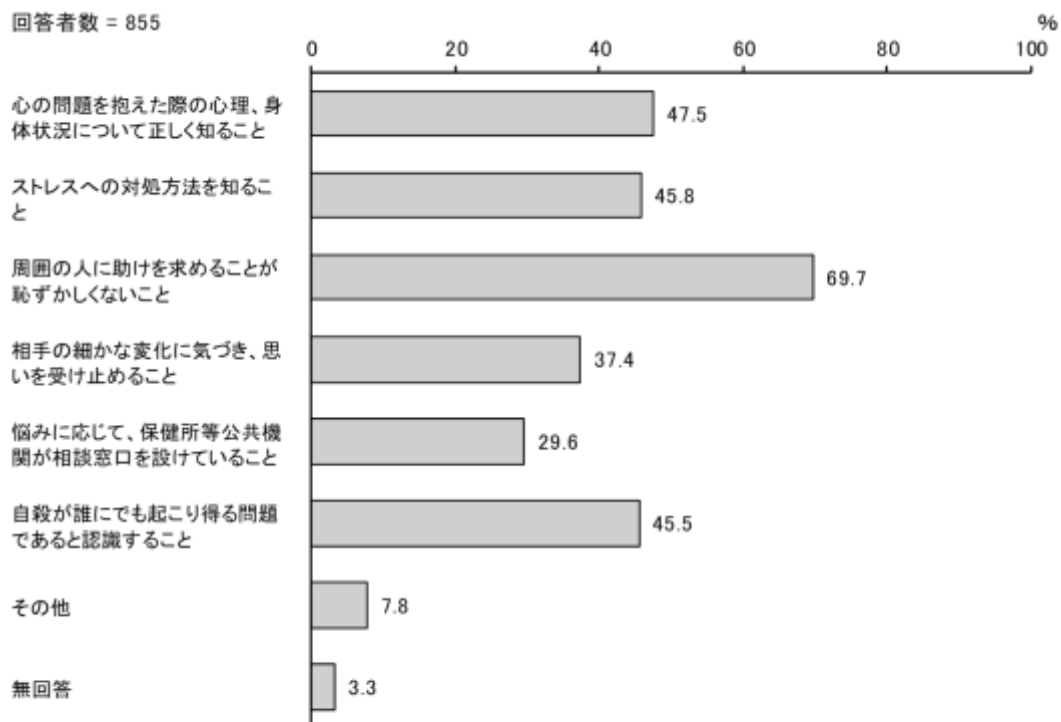
児童生徒が自殺予防について学ぶ内容について、「周囲の人に助けを求めることが恥ずかしくないこと」が約7割であり最も高くなっています。児童生徒の時期から困難な事態や強い心理的負担を感じたときの対応方法を身に着けることで、生涯にわたるこころの健康づくりにつながります。

#### 児童生徒が自殺予防について学ぶ機会があったほうがよいか



資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

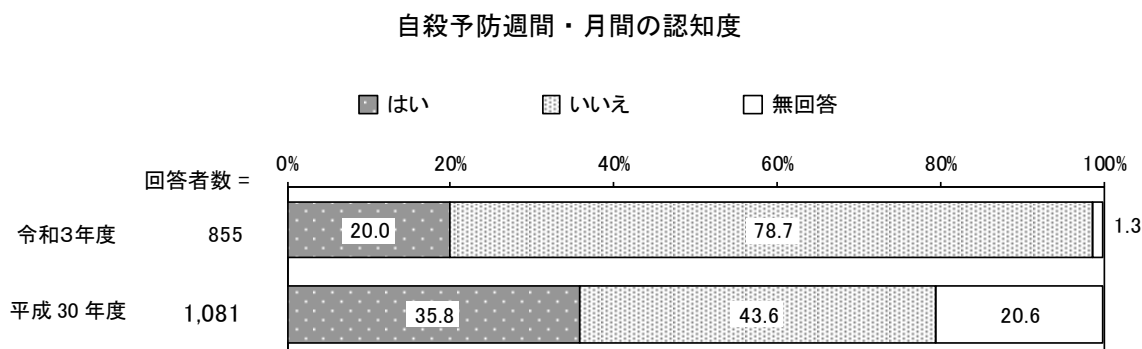
#### 児童生徒の時期において、どのようなことを学べば、自殺予防につながるか



資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

<自殺予防週間<sup>9</sup>・自殺対策強化月間<sup>10</sup>の認知度> (市民・Web 調査)

自殺予防週間・月間の認知度は、前回調査時は35.8%でしたが、今回は20.0%となっており、認知度は低くなっています。こころの健康や自殺対策に関する正しい知識を持ち、互いに支え合う地域づくりのため、普及啓発を推進する必要があります。



資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

<sup>9</sup> <sup>10</sup> 9月10日の世界自殺予防デーにちなんで、毎年9月10日から16日までの一週間を「自殺予防週間」としている。また、月別自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」として定めている。国、地方公共団体、関係機関及び関係団体等が連携し、自殺について、誤解や偏見をなくし、正しい知識を普及するための啓発活動を推進することとしている。

## 【 取組 】



### 市民の取組

#### 【市民全体】

- こころの健康づくりやうつ病など、こころの病気についての正しい情報を取り入れよう。

#### 【児童生徒期】

- 睡眠・休養を適切にとるよう心がけよう。

#### 【成人期・高齢期（妊産婦含む）】

- 睡眠・休養を適切にとるよう心がけよう。
- 自分にあったストレス解消法を見つけよう。
- 趣味の活動や地域活動などを通じて、仲間をつくろう。



### 関係機関の取組

- 安心して育児できるよう、子育てに関する情報提供と保護者の話を傾聴し、支援につなぎます。また、保護者同士の仲間づくりの場を提供し孤立予防に努めます。（富士見市母子保健推進員<sup>11</sup>連絡協議会）
- 生きがいづくりや人のつながりに関する社会資源の情報提供やボランティア活動など、主体的な社会参加活動に向けての相談支援を行います。（富士見市社会福祉協議会）
- こころの健康や相談先に関する周知を図ります。また、生き生きと働ける組織づくり等に関する講座を開催します。（富士見市商工会）
- 駅構内にポスター、自動改札にステッカーを掲示し、相談先やこころの健康に関する周知を図ります。また、事故防止・自殺予防に関する周知キャンペーンを市と協働で行います。（東武鉄道）
- 一人ひとりが安心して暮らせるよう、必要な方へ相談先の周知を行います。（東入間警察署）
- 救命講習会を通じて、こころの健康に関する周知を図ります。（入間東部地区事務組合（消防））

<sup>11</sup>町会長の推薦により、市長から委嘱された地域に住む先輩お母さん。生後2～3か月の赤ちゃんがいるすべての家庭を訪問し、安心して育児ができるよう、子育て支援に関する情報提供を行う。また支援が必要な家庭に対しては、適切なサービスが受けられるよう行政につなぐ。

**市の取組 ★：重点的に取り組むこと**

(1) ストレスやこころの健康等の正しい知識の教育啓発

事業名（関係課）	内容
健康教育 （子ども未来応援センター） （健康増進センター）	健康診査、予防接種、母子保健、介護予防事業、がん検診等、様々な保健事業を通じて健康に関する知識を普及し、健康に関する認識を高めてもらうことにより、疾病の予防、健康の保持増進を図ります。
自殺予防週間の取組 （健康増進センター）	9月の自殺予防週間において相談窓口を広報や市ホームページ、SNSを活用して周知します。
自殺対策強化月間の取組 （健康増進センター）	3月の自殺対策強化月間において相談窓口を広報や市ホームページ、SNSを活用して周知します。
自殺対策に関する施策の周知の推進 （健康増進センター）	相談先を記載した啓発物を、広く市民や関係機関に配布するとともに、ICT <sup>12</sup> やSNSを活用し周知を図ります。
ICTを活用した自殺対策 （健康増進センター）	パソコンやスマートフォンを利用し、ストレス度や落ち込み度などを気軽にチェックできる「こころの体温計」を運用します。

(2) 児童生徒に向けた教育

事業名（関係課）	内容
★学校教育での自殺予防に向けた取組 （学校教育課）	道徳の時間、いのちの授業、特別活動、総合的な学習の時間等において、体験活動や地域の高齢者等との世代間交流等を通し、いのちの大切さへの理解につながる教育を推進します。
★富士見市いじめ防止基本方針に基づく対応 （学校教育課）	各学校において、富士見市いじめ防止基本方針に基づき自校のいじめ防止基本方針を作成し、学校、保護者、地域が一体となり、各関係機関と連携を図り、いじめの未然防止、早期発見、早期対応を推進します。
★S O S の出し方に関する教育 （学校教育課） （教育相談室）	学校において、いのち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のか、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を推進します。
★教育相談 （学校教育課） （教育相談室）	児童生徒のストレスを和らげることのできる人材の配置、不登校やその傾向のある児童生徒や保護者に対しての教育相談を行います。また、市の適応指導教室や電話相談事業等の周知を行い、こころのケアを図ります。

<sup>12</sup>ICT：アイシーティー＝Information and Communication Technology の略。通信技術を活用したコミュニケーションを指す。



### (3) 成人・高齢者に向けた啓発

子育て世代への普及啓発を図るとともに重点施策である働き盛り世代、高齢者、生活困窮者への積極的な予防啓発を図ります。

#### ① 子育て世代への普及啓発

事業名（関係課）	内容
子育て世代に向けた情報発信 （子ども未来応援センター）	妊娠期から子育て期にわたり切れ目ない支援を行うため、状況に応じた支援やサービス等について情報提供を行います。

#### ② 働き盛り世代への予防啓発

事業名（関係課）	内容
【新規】 ★各種ハラスメント防止のための意識啓発 （人権・市民相談課）	セクシュアル・ハラスメント <sup>13</sup> 、パワー・ハラスメント <sup>14</sup> 、妊娠・出産等に関するハラスメント <sup>15</sup> などを防止するため、市広報やホームページ等を活用した啓発活動や情報提供を行います。
【新規】 ★法や制度の周知 （産業経済課）	市内事業主に対して「男女雇用機会均等法」、「育児・介護休業法」及び「改正労働施策総合推進法（パワハラ防止法）」などの法律についての周知、啓発を行います。

<sup>13</sup> 性的な嫌がらせのこと。相手の意に反した性的な言動で、身体への不必要な接触、性的関係の強要、性的なうわさを流すことなどがあげられる。

<sup>14</sup> 職場における権力（パワー）を背景に、業務上の適正な範囲を超えた業務の負荷をかけることや、業務を与えないなどの嫌がらせをすること。また、それによって部下の人格や権限を著しく傷つけること。

<sup>15</sup> 職場において妊娠や出産した女性及び育児休業等を申出・取得した男女労働者に対し、上司・同僚からの言動（「育児休業を取るなら昇格させない」など）により勤務環境が害されること。

③ 高齢者への予防啓発

事業名（関係課）	内容
★高齢者あんしん相談センター <sup>16</sup> の支援（高齢者福祉課）	高齢者の様々な相談を受ける高齢者あんしん相談センターに対し、必要に応じて連携を図り、相談対応を行います。また、高齢者のこころの健康問題や閉じこもり、自殺に関連した問題への対応について、早期発見に努めるとともに、予防に向けた啓発を進めます。

④ 生活困窮者への予防啓発

事業名（関係課）	内容
★生活困窮者自立相談支援（福祉政策課）	自立相談支援事業を実施し、住居確保給付金の支給など自立の支援を行うとともに、関係各課と連携し、支援を行います。
★地域若者サポートステーション <sup>17</sup> の支援（産業経済課）	働くことに踏み出せない若者たちとじっくり向き合い、本人や家族だけでは解決が難しい「働き出すチカラ」を引き出し、就労して社会へ踏み出す橋渡しを行う「地域若者サポートステーション」について周知します。

**ココロの体温計** **ためしてみませんか？**

▼ パソコンはこちらから <https://fishbowlindex.jp/fujimi/> 携帯・スマホはこちらから ▶

**ココロの体温計（本人モード）**  
ストレス度・落ち込み度が分かります。

猫 社会的なストレス  
黒金魚 対人関係のストレス  
水の透明度 落ち込み度  
水槽のヒビ 住環境のストレス  
赤金魚 自分自身のストレス  
石 その他のストレス

**ココロの体温計（家族モード）**

- 家族モード: あなたの大切な方の心の健康状態が分かります。
- 赤ちゃんママモード: 産後の不安な心の健康状態が分かります。
- アルコールチェックモード: 飲酒が心にどのような影響を与えているのか分かります。
- ストレス対処タイプテスト: あなたのストレス解消法はどのタイプ？
- いじめのサイン「守ってあげたい」

本人モード 結果画面（例）

<sup>16</sup> 高齢者のための身近な総合相談窓口。主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師が配置され、介護・健康・福祉などの相談、高齢者虐待への対応や成年後見制度の利用案内、介護予防プランの作成、ケアマネジャーへの支援や関係機関とのネットワークづくりを担う機関。高齢者あんしん相談センターは地域包括支援センターの愛称。

<sup>17</sup> 働くことに悩みを抱えている15歳～49歳までの方に対し、キャリアコンサルタントなどによる専門的な相談、コミュニケーション訓練などによるステップアップ、協力企業への就労体験などにより、就労に向けた支援を行っている機関。

## 2 / 相談・支援体制の整備の充実

### 【 目指すべき姿 】

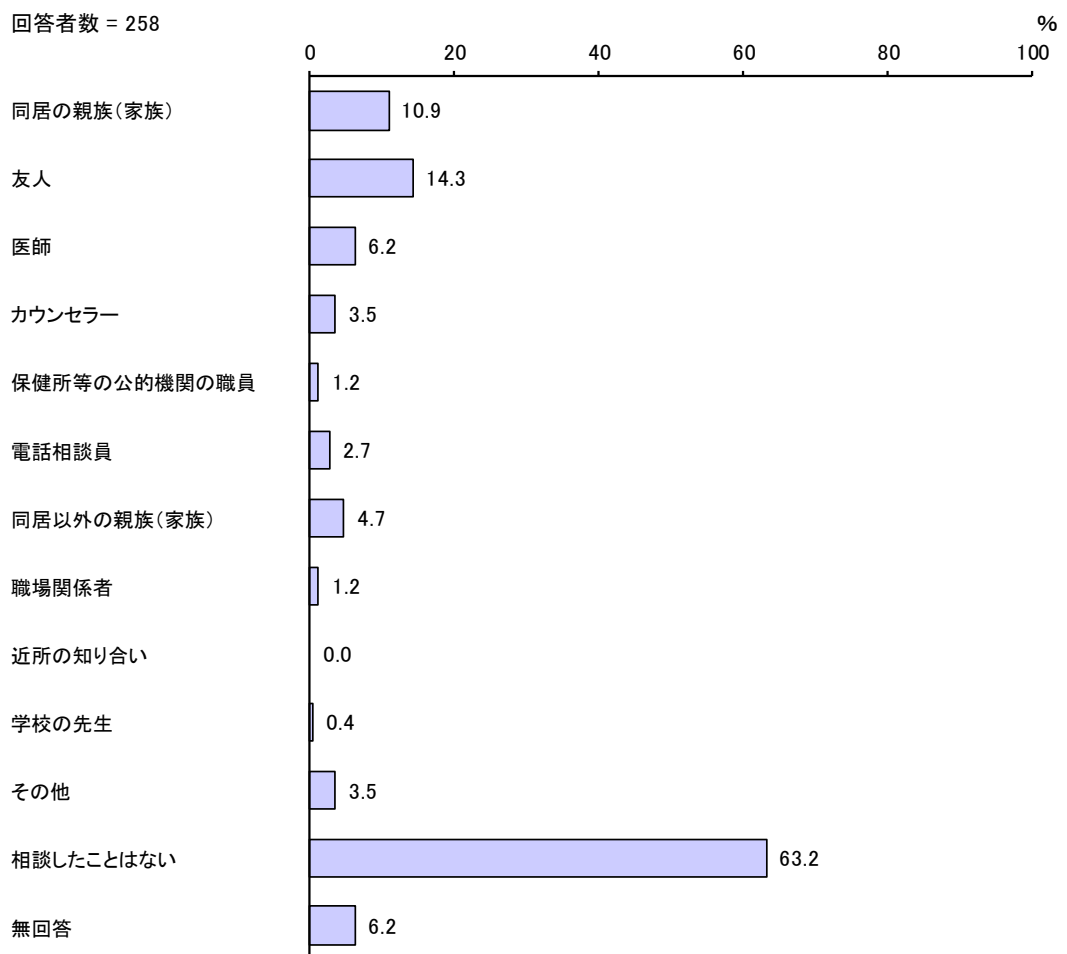
- 困ったときには、「支援を求めることが必要」であることを認識しよう。
- ライフステージや相談内容に応じた相談先を知ろう。
- 心の不調を感じたら、メンタルクリニックや専門の相談機関に相談しよう。

### 【 現状と課題 】

#### <自殺またはそれに近いことを考えたときの相談相手> (市民・Web 調査)

「相談したことはない」が約6割と最も高く、次いで友人、家族の割合が高くなっています。一方で、医師やカウンセラーの割合が低くなっています。自殺に追い込まれている人を救うため、専門窓口への相談や、こころの病気の治療など必要な支援につながる人を増やす必要があります。

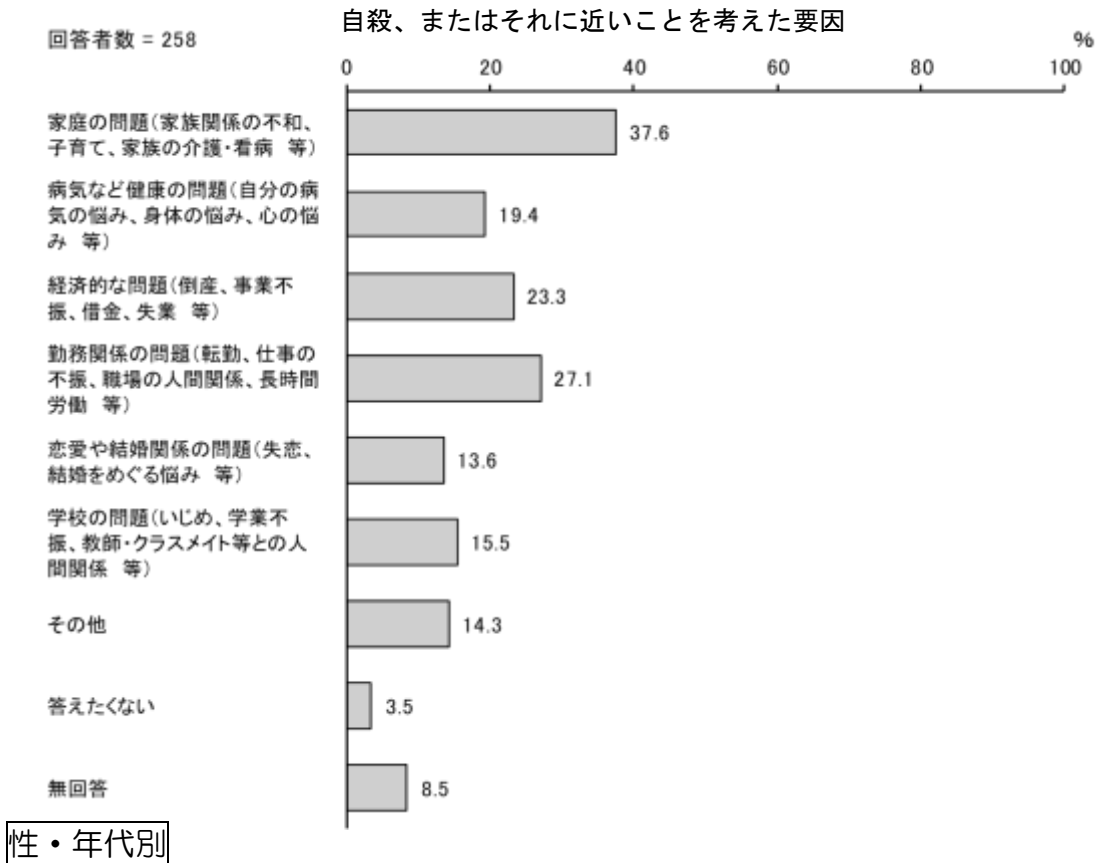
自殺またはそれに近いことを考えた時の相談相手



資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

<自殺、またはそれに近いことを考えた要因>（市民・Web 調査）

自殺の背景は、ライフステージにより異なるため、それぞれの対象に向けた取組を進める必要があります。地域の相談窓口に助けを求めても良いということや、相談窓口の認知度を上げることが重要です。



単位：%

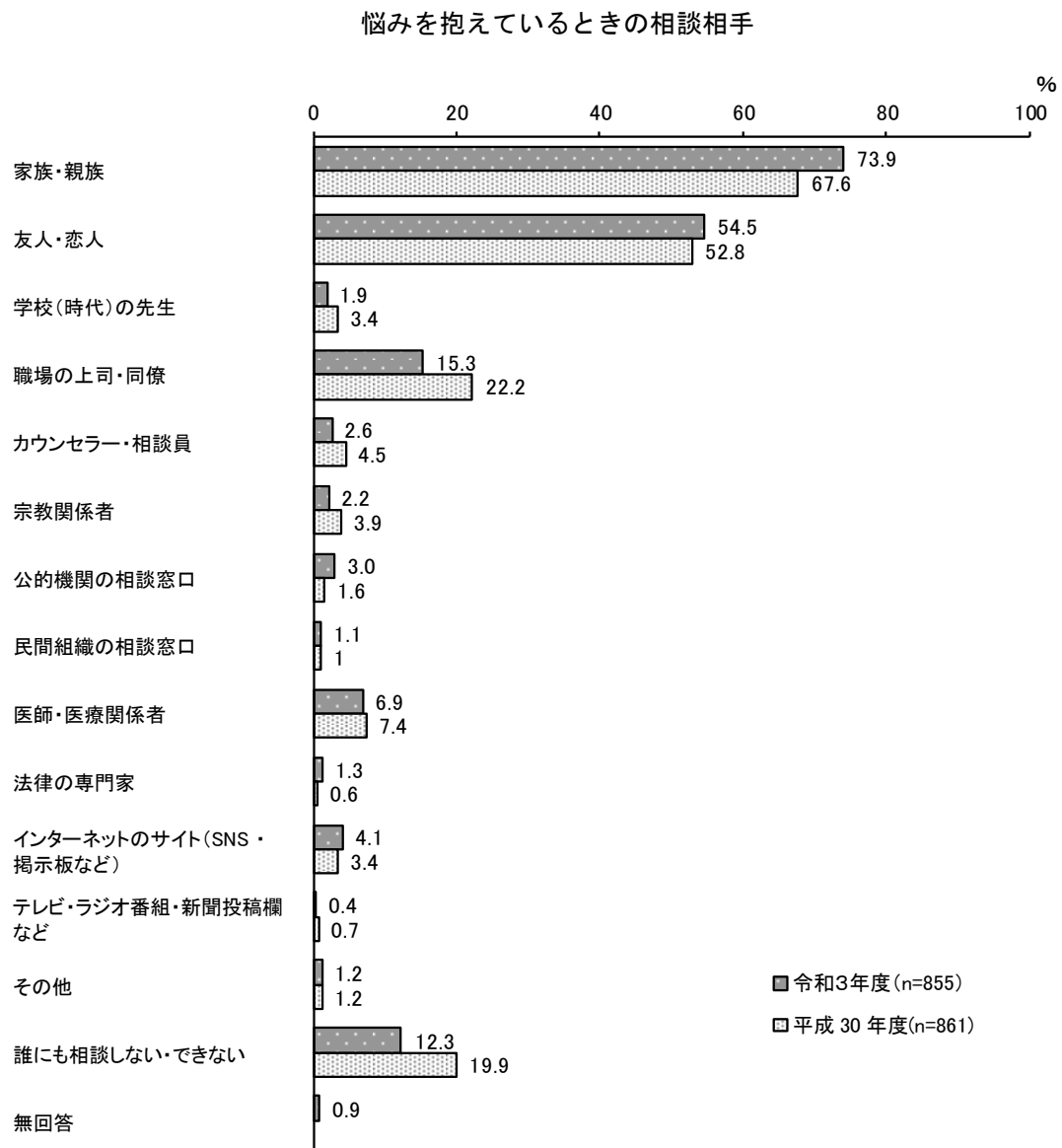
区分	回答者数(件)	家庭の問題(家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等)	病気など健康の問題(自分の病気の悩み、身体の悩み、心の悩み等)	経済的な問題(倒産、事業不振、借金、失業等)	勤務関係の問題(転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等)	恋愛や結婚関係の問題(失恋、結婚をめぐる悩み等)	学校の問題(いじめ、学業不振、教師・クラスメイト等との人間関係等)	その他	答えたくない	無回答
男性 10歳代・20歳代	12	8.3	25.0	25.0	25.0	25.0	8.3	8.3	16.7	—
30歳代	20	35.0	20.0	45.0	65.0	10.0	20.0	10.0	—	—
40歳代	16	37.5	25.0	25.0	56.3	6.3	18.8	6.3	6.3	6.3
50歳代	19	31.6	26.3	21.1	26.3	15.8	15.8	21.1	5.3	10.5
60歳代	11	18.2	27.3	36.4	27.3	—	—	18.2	—	18.2
70歳以上	5	20.0	40.0	40.0	—	—	—	—	—	20.0
女性 10歳代・20歳代	31	38.7	19.4	12.9	29.0	19.4	19.4	22.6	—	6.5
30歳代	39	46.2	17.9	23.1	38.5	23.1	25.6	10.3	2.6	2.6
40歳代	22	45.5	22.7	18.2	9.1	13.6	18.2	9.1	—	9.1
50歳代	26	61.5	19.2	34.6	11.5	15.4	19.2	7.7	3.8	—
60歳代	21	33.3	9.5	9.5	14.3	—	9.5	14.3	—	28.6
70歳以上	18	22.2	16.7	11.1	5.6	11.1	5.6	27.8	11.1	16.7

※ ■ は、各年代で最も高い要因

資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

＜悩みを抱えているときの相談相手＞（市民・Web 調査）

前回調査同様に、「家族・親族」の割合が73.9%と最も高くなっています。「誰にも相談しない・できない」と回答した割合が前回調査より減少しているものの1割以上おり、孤立感からこころの病気や自殺につながることに懸念されます。

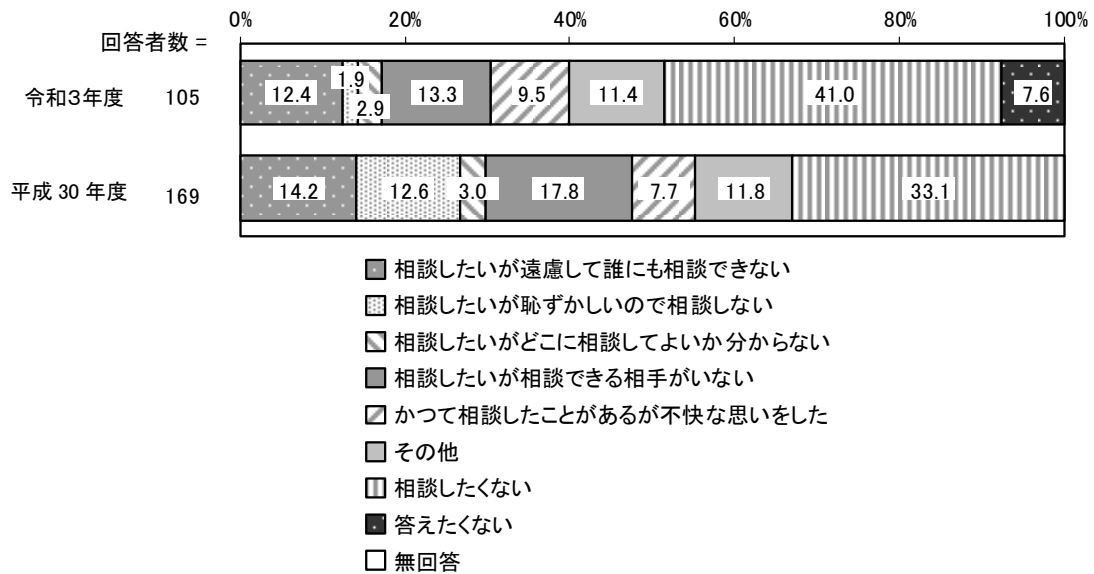


資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

＜悩みを抱えたときに相談できない理由＞（市民・Web 調査）

悩みを抱えているときに「誰にも相談しない・できない」と答えた方のうち、約3割は「相談したい」と思いながらも相談に至っていません。相談しやすい雰囲気や環境づくりを行う必要があります。

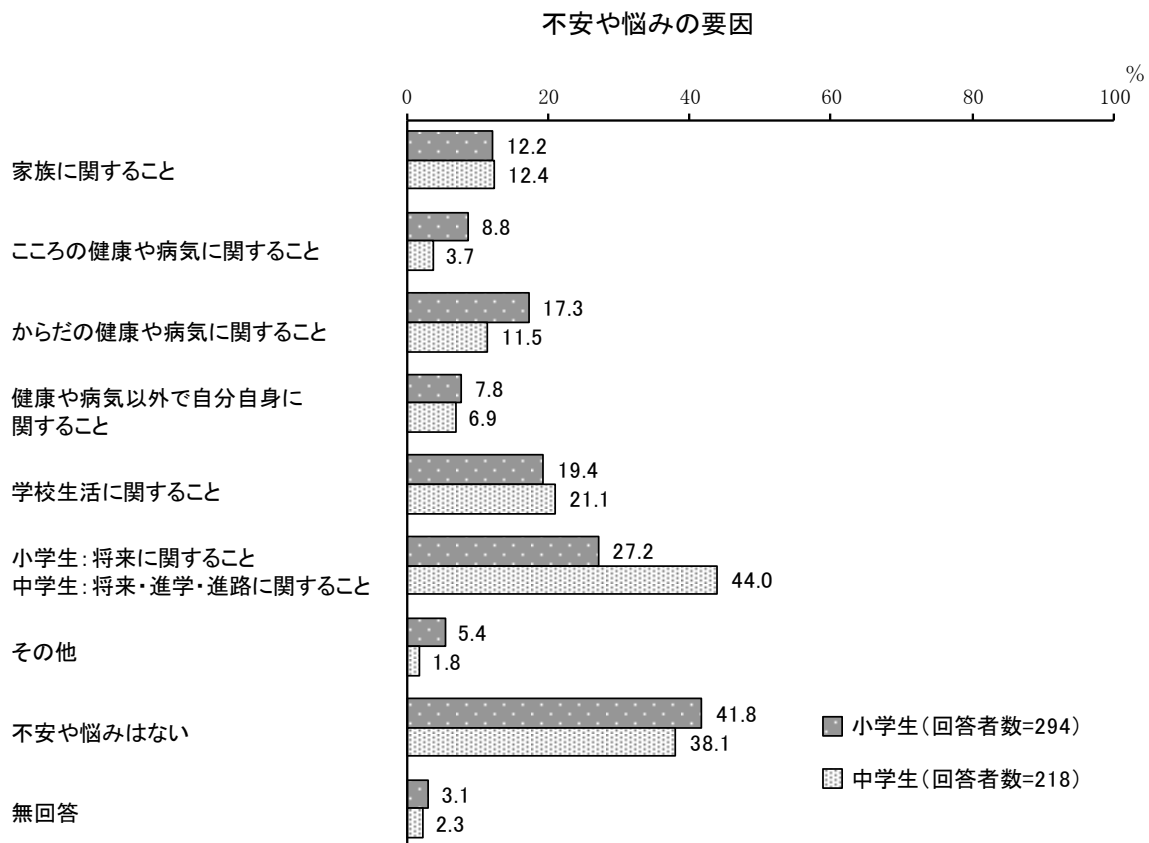
悩みを抱えているときに「誰にも相談しない・できない」理由



資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

### <不安や悩みの要因>（小・中学生調査）

小学生・中学生の不安や悩みの要因上位3つは共通して「悩みはない」、「将来・進学・進路に関する事」、「学校生活に関する事」であり、小学生では「悩みがない」が、中学生では「将来・進学・進路に関する事」が最も高くなっています。不安や悩みをなくすことはできませんが、不安や悩みが大きすぎる・長く続く・悩みがいくつも重なるときは注意が必要です。

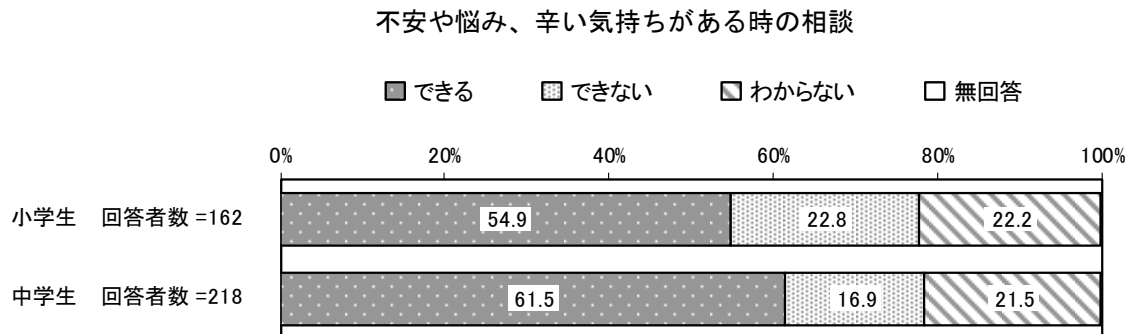


資料：富士見市こころの健康に関するアンケート調査（令和3年度）

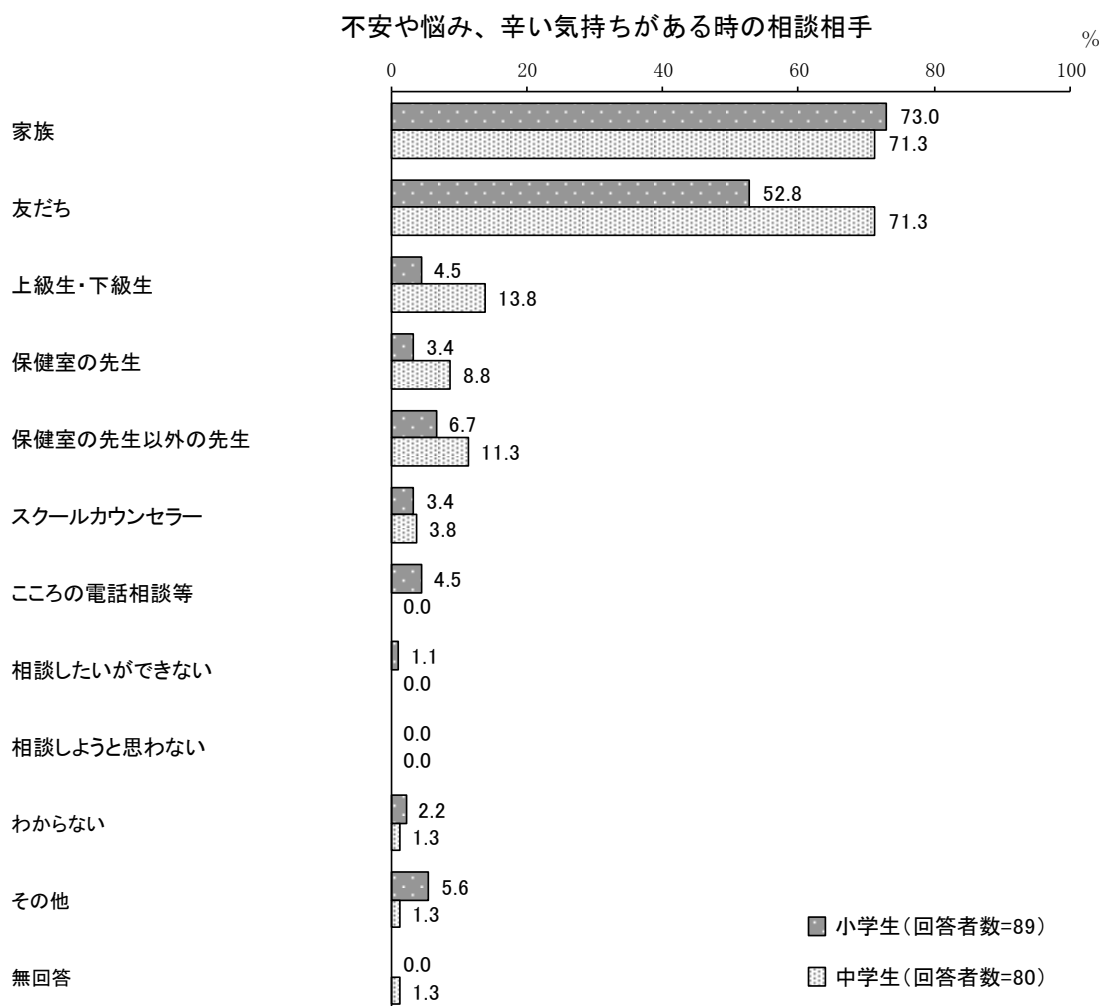
### <不安や悩み、辛い気持ちがあるときの相談> (小・中学生調査)

不安や悩み、辛い気持ちがあるときに「相談できる」と答えた割合は小学生が54.9%に対し、中学生は61.5%と高くなっており、成長とともに信頼できる相手を見つけ、自分の気持ちを言葉にする力の育ちが伺えます。

自分では思いつかない違ったものの見方や選択肢に気づくため、一人で抱え込まずに誰かに相談できる割合を更に増やすことが必要です。



資料：富士見市こころの健康に関するアンケート調査（令和3年）



資料：富士見市こころの健康に関するアンケート調査（令和3年度）



## <相談機関の認知度>（市民・Web 調査）

認知度が半数を超えない相談機関がほとんどとなっています。いつ、どのような内容を、どこに相談できるのかが分からない人をなくし、気軽に相談できる受け皿を整えることが必要です。

相談機関の認知度

■ 知っていた    ▨ 知らない    □ 無回答

### 1. こころの相談

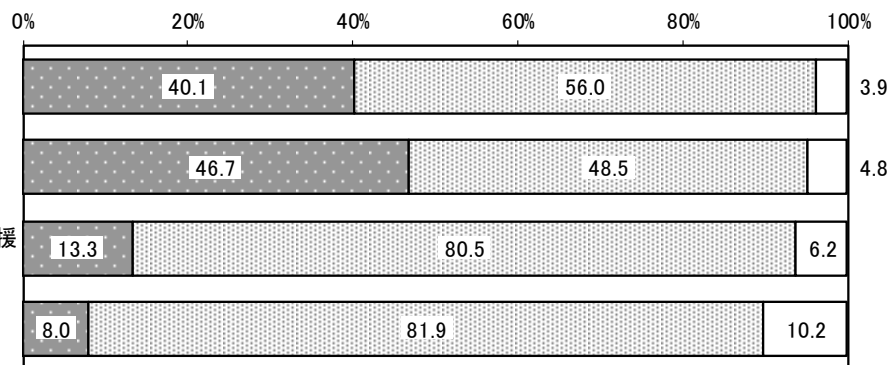
回答者数 = 855

富士見市役所 障がい福祉課

埼玉いのちの電話<sup>18</sup>

富士見市障がい者基幹相談支援センター<sup>19</sup>

NPO 法人アドバンス<sup>20</sup>



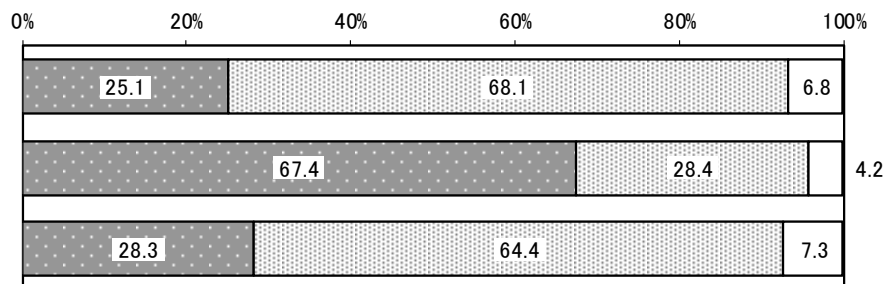
### 2. 育児に関する相談

回答者数 = 855

子ども未来応援センター

富士見市立健康増進センター

川越児童相談所



<sup>18</sup> 相談員として認定を受けたボランティアによる24時間365日利用できる電話相談事業。インターネットによるメール相談も行っている。

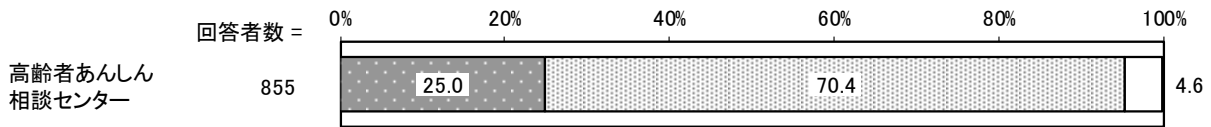
<sup>19</sup> 専門職員が障がい者の日常生活での困りごとや悩みごと、障害福祉サービスの利用についてなど、さまざまな相談に対応する機関

<sup>20</sup> 富士見市内にある精神障がい者支援施設。精神障がいのある方に対し、居場所の提供、就労訓練等を行う事業所。

### 3. 多重債務・経済・生活



### 4. 高齢者の相談



### 5. 自死遺族サポート



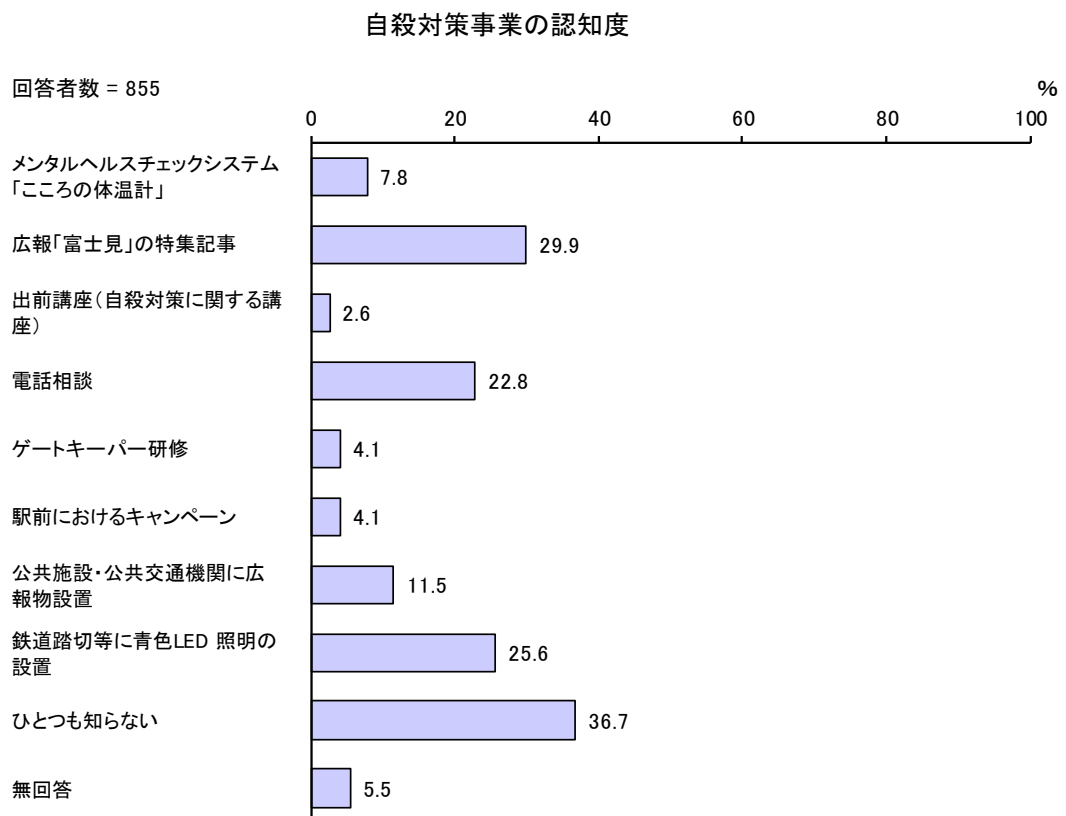
資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

<sup>21</sup> 仕事や健康、生活費や借金などでお困りの方へ、一人ひとりの状況に合わせた支援プログラムを作成し、解決に向けた支援を行う機関。

<sup>22</sup> 自死でご家族を亡くされた遺族の方が集まって、様々な思いを分かちあう会。

### <自殺対策事業の認知度>（市民・Web 調査）

市が行っている自殺対策事業について「ひとつも知らない」の割合が4割近くと最も高くなっています。「こころの体温計」など、まだまだ知られていない事業もあり、市が行っている様々な自殺対策の取組の更なる周知が必要です。



資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

## 【 取組 】



### 市民の取組

#### 【市民全体】

- 一人で悩まず、相談しよう。
- 悩みを抱えた人を相談窓口につなごう。

#### 【児童生徒期】

- 困ったとき、苦しいときは周りの大人にSOSを出そう。

#### 【成人期・高齢期（妊産婦含む）】

- 困ったとき、苦しいときは親しい友人や家族、職場の人、身の回りの支援者に相談しよう。



### 関係機関の取組

- 安心して育児できるよう、子育てに関する情報提供と保護者の話を傾聴し、支援につなぎます。また、保護者同士の仲間づくりの場を提供し孤立予防に努めます。（富士見市母子保健推進員連絡協議会）
- 地域の見守りを行い、生活に関する相談に応じ、支援につなぎます。（民生委員・児童委員）
- “ふれあい福祉センター事業”として、日常生活での福祉的な困りごとに関する総合的な相談に応じます。（富士見市社会福祉協議会）
- 仕事や健康、生活費や借金などの相談に応じます。（生活サポートセンター☆ふじみ）
- 高齢者や介護者の方が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、相談支援体制の強化に努めます。（高齢者あんしん相談センター）
- 障がい者の日常生活での困りごとや悩みごと、障害福祉サービスの利用についてなどの相談に応じます。（富士見市障がい者基幹相談支援センター）
- 就労や失業についての相談に応じ、生活を立て直す支援を行います。（ハローワーク）
- こころの健康や自殺に関する情報共有を図ります。（東入間警察署、入間東部地区事務組合（消防）、東武鉄道、朝霞保健所）

**市の取組 ★：重点的に取り組むこと**

(1) 健康・生活・経済・仕事に関する相談支援の充実

事業名（関係課）	内容
各種専門相談 （人権・市民相談課）	日常生活での困りごとについて、弁護士や人権擁護委員等専門家のアドバイスを受けられるよう、各種専門相談を実施します。
消費生活相談 （人権・市民相談課）	市民が消費生活被害に遭わないよう、また遭った場合の対応や支援を相談できる環境を整備し、健全で快適な消費生活を促進します。
健康相談 （子ども未来応援センター） （健康増進センター）	健康に関する個別の相談に応じ、必要な助言、保健指導を行い、健康管理を促進します。
地域福祉計画の推進 （福祉政策課）	地域福祉計画の推進を図り、住みよいまちづくりを実現するための地域福祉を推進します。
社会福祉協議会活動の支援 （福祉政策課）	社会福祉の増進を図る目的で補助をし、きめ細やかな福祉活動の展開を促進します。
民生委員・児童委員活動の支援 （福祉政策課）	民生委員・児童委員の活動を支援し、活動の円滑化を図るとともに、富士見市民生児童委員協議会に対してその活動に要する経費の一部を助成し、社会福祉の増進を図ります。
こころの健康相談 （障がい福祉課）	こころの病や人間関係など、複合的な悩みを抱える人の相談等に応じ、必要な支援を行います。

(2) 各世代や状況に応じた相談支援の充実

① 児童生徒

事業名（関係課）	内容
子どもの総合相談窓口 （子ども未来応援センター）	児童生徒の相談に対し、適切な支援につなげるとともに、必要に応じて「子ども未来支援員」が同行支援を行います。
教育相談 （学校教育課） （教育相談室） [再掲]	児童生徒のストレスを和らげることのできる人材の配置、不登校やその傾向のある児童生徒や保護者に対しての教育相談を行います。また、市の適応指導教室や電話相談事業等の周知を行い、心のケアを図ります。
就学援助 （学校教育課）	経済的理由によって就学困難な児童生徒に必要な援助を行います。
適応指導教室 （教育相談室）	不登校状態にある児童生徒が、自主性やよりよい人間関係を作っていく意欲をはぐくみ、自立に向けての力を蓄えられるようにするための支援を行います。

## ② 子育て世代

事業名（関係課）	内容
ひとり親家庭の自立支援 （子育て支援課）	児童扶養手当等各種ひとり親家庭の支援施策（経済的支援、就労支援）を実施することにより、ひとり親家庭の自立を図ります。
子育て相談 （保育課） （子ども未来応援センター）	未就学児を対象に、各保育所（園）、子育て支援センターで子育てに関する相談に応じます。
子育て世代包括支援 （子ども未来応援センター）	妊娠期から子育て期の各種相談に応じ、関係者と協力・連携を図り適切な支援につなぎます。
児童発達支援 （障がい福祉課）	児童発達に関する相談に応じ、適切な相談・支援を行います。

## ③ 働き盛り世代

事業名（関係課）	内容
★地域若者サポートステーションとの連携 （子ども未来応援センター） （産業経済課）	働くことに悩みを抱えている若者たちに対し、就労して社会へ踏み出す橋渡しを行う「地域若者サポートステーション」と連携し、必要な支援を行います。

## ④ 高齢者

事業名（関係課）	内容
★高齢者あんしん相談センターの支援 （高齢者福祉課） [再掲]	高齢者の様々な相談を受ける高齢者あんしん相談センターに対し、必要に応じて連携を図り、相談対応を行います。また、高齢者のこころの健康問題や閉じこもり、自殺に関連した問題への対応について、早期発見に努めるとともに、予防に向けた啓発を進めます。
★高齢者総合相談 （高齢者福祉課）	高齢者あんしん相談センターが受けた相談等において、高齢者の自殺の危険性が疑われた場合には、関係機関と協力・連携し、必要な支援を行います。

## ⑤ 生活困窮者

事業名（関係課）	内容
★多重債務解決支援 （人権・市民相談課）	多重債務を抱える人に対し、相談員が個別の相談に応じ、考えられる解決方法を検討・助言します。また、必要に応じて専門機関を紹介、案内します。
【新規】 ★納税相談 （収税課）	災害、疾病、失業、休業、廃業などにより、収入が著しく減少して納税が困難となった場合に相談に応じます。

事業名（関係課）	内容
★生活サポートセンター☆ふじみによる生活困窮者自立相談支援 （福祉政策課）	自立相談支援事業を実施し、住居確保給付金の支給など自立の支援を行うとともに、関係各課と連携し、支援を行います。
★富士見市社会福祉協議会による生活資金の貸付 （福祉政策課）	経済的に不安定な世帯に対して、緊急・一時的な資金の貸し付けを行うことにより、経済的自立や生活の安定を図ります。
★生活保護制度による支援 （福祉政策課）	生活保護法に基づき、生活に困窮する人に対して必要な保護を行い、最低限度の生活を保障するとともに、自立した生活への支援を行います。
★就労自立給付金の支給 （福祉政策課）	生活保護利用者の方に対し自立するためのインセンティブとして、就労による生活保護廃止の場合に、自立給付金を支給し、自立後の不安定な生活を支え再度保護に至ることを防止します。

⑥ その他（女性、障がい者等）

事業名（関係課）	内容
各種専門相談 （人権・市民相談課） [再掲]	日常生活での困りごとについて、弁護士や人権擁護委員等専門家のアドバイスを受けられるよう、各種専門相談を実施します。
犯罪被害者等への支援 （人権・市民相談課）	犯罪被害者等が被害を受けたときから再び平穏な生活を営むことができるようになるまでの間、犯罪被害者等が受けた被害の状況、生活への影響その他の事情に応じ、必要な支援を行います。
若者の学びなおし相談 （子ども未来応援センター）	学校生活に悩んでいる方、進学を断念した方、中退した方、不登校の方、あるいはその家族を対象に専用の相談窓口を設置し、一緒に高校卒業・卒業認定取得を目指します。
富士見市障がい者基幹相談支援センターの支援 （障がい福祉課）	障がい者の様々な相談を受けるセンターと連携し、障がい福祉サービスなどの必要な支援や地域の支援体制づくりを行います。

(3) 相談担当職員の資質の向上とこころのケア

事業名（関係課）	内容
職員向けゲートキーパー養成研修 （職員課） （健康増進センター）	自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる「ゲートキーパー」の役割を担う人材等を養成します。
職員研修等 （職員課） （学校教育課）	職員、教職員のメンタルヘルスに関する研修やストレスチェックの実施等により、心身の健康管理を図ります。

#### (4) 関係機関との連携

事業名（関係課）	内容
関係機関との情報共有 （危機管理課） （健康増進センター）	警察、消防、保健所、鉄道事業者等の関係機関と、自殺に関する情報共有を図ります。また、2市1町（富士見市、ふじみ野市、三芳町）との「構成市町担当課長（消防、環境）会議」を実施します。
★生活困窮への気づき （子ども未来応援センター） （福祉政策課）	生活困難な世帯に気づき、適切な支援につなげるため、関係機関・団体・市民へ周知・啓発しながら連携強化を図ります。
自殺対策関係機関との連携 （健康増進センター）	さまざまな関係機関と連携協働します。また、普及啓発と情報提供を行います。

#### (5) 自殺ハイリスク者の支援の充実

事業名（関係課）	内容
★生活保護制度による支援 （福祉政策課） [再掲]	生活保護法に基づき、生活に困窮する人に対して必要な保護を行い、最低限度の生活を保障するとともに、自立した生活への支援を行います。
こころの健康相談 （障がい福祉課） [再掲]	こころの病や人間関係など複合的な悩みを抱える人の相談等に応じ、必要な支援を行います。
自殺対策関係機関との連携 （健康増進センター） [再掲]	さまざまな関係機関と連携協働します。また、情報を交換し、普及啓発します。

#### (6) 遺された人への支援の充実

事業名（関係課）	内容
自殺対策に関する施策の周知の推進 （健康増進センター） [再掲]	相談先を記載した啓発物を、広く市民や関係機関に配布するとともに、ICTやSNSを活用し周知を図ります。



### 3 地域で安心して暮らせる環境整備

#### 【 目指すべき姿 】

- お互いが気づき合える地域づくりをしよう。
- 自殺を考えている人の存在に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る「ゲートキーパー」になろう。

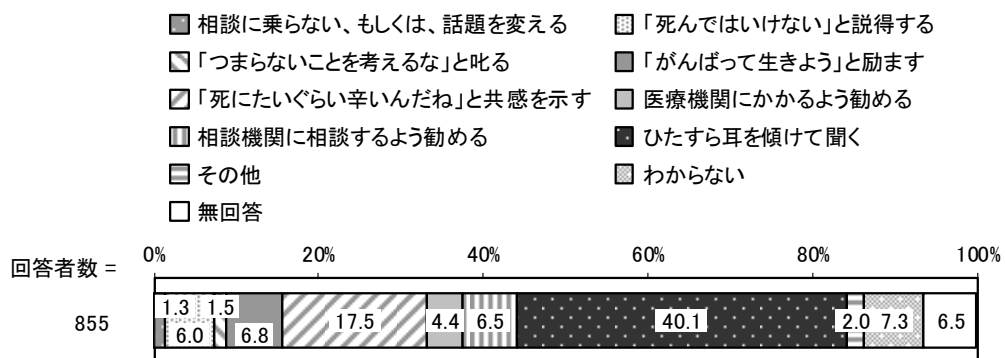
#### 【 現状と課題 】

##### ＜死にたいと打ち明けられたときの対応＞（市民・Web 調査）

「ひたすら耳を傾けて聞く」、「『死にたいぐらい辛いんだね』と共感を示す」が高い割合となっており、相手の気持ちに寄り添い受け止める姿勢を示す方が多い傾向です。一方で、医療機関や相談機関につなぐ割合は低くなっています。

誰もが自殺についての相談を受ける可能性があります。自殺や精神疾患に対する正しい知識を持って、自殺を考えている人の異変に気づき、専門家につなぐ重要性を認識している人を増やす必要があります。

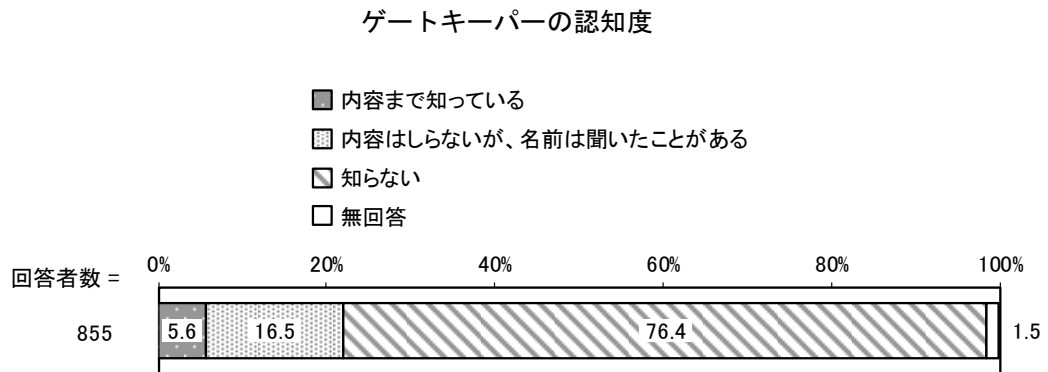
死にたいと打ち明けられたときの対応



資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

### <ゲートキーパーの認知度>（市民・Web 調査）

「知らない」が圧倒的に高い割合となっています。多くの市民がゲートキーパーとなり、自分の周りにはいる自殺を考えている人の存在に気づき、声をかけ、必要に応じて適切な相談機関や専門家等につないでいけるよう、地域の身近な支援者としてゲートキーパーを養成していく必要があります。



資料：富士見市自殺予防に対する意識調査（令和3年度）

## 【 取組 】



### 市民の取組

#### 【市民全体】

- 身近な人の不安や悩みのサインに気づき、声をかけよう。
- 隣・顔見知り同士、顔を合わせたらあいさつをかわそう。
- ゲートキーパー養成研修会に参加しよう。

#### 【児童生徒期】

- 友達の不安や悩みのサインに気づき、声をかけよう。

#### 【成人期・高齢期（妊産婦含む）】

- 自分の地域の母子保健推進員、民生委員、児童委員を知ろう。



### 関係機関の取組

- 小学生登下校時の見守りや地域を巡回する防犯活動を行います。また、地域の交流を通して、世代間を超えたつながり、ご近所とのつながりある安心な暮らしづくりに努めます。（富士見市町会長連合会）
- 安心して育児できるよう、子育てに関する情報提供と保護者の話を傾聴し、支援につながります。また、保護者同士の仲間づくりの場を提供し孤立予防に努めます。（富士見市母子保健推進員連絡協議会）
- 日常的な人のつながりを生み出す居場所づくりや社会参加の場に関する情報提供、住民主体による地域福祉活動を推進します。（富士見市社会福祉協議会）
- 各種イベント開催を通じて、子どもから高齢者まで三世代一緒に楽しみ、交流できる機会を提供します。（富士見市商工会）
- 安全で安心な生活を守るため、地域のパトロールを行います。（東入間警察署）

**市の取組 ★：重点的に取り組むこと**

(1) 支え合いの地域づくり支援

事業名（関係課）	内容
<b>【新規】</b> 市内公立保育所による子育て世代の仲間づくり支援 （保育課）	就学前の児童及び保護者があそびに来られる場を提供し、地域の子育て世代の仲間づくりを支援します。
<b>【新規】</b> 児童館による仲間づくり・居場所づくり支援 （保育課）	18歳未満のすべてのお子さんが利用できる児童館を日常的に開放しています。豊かな経験やあそびと子育て支援を通じ、子どもたちの健全育成や仲間づくりを進めます。
<b>★子ども・若者の居場所づくり支援</b> （子ども未来応援センター）	子どもの貧困対策として、また、子どもや若者の孤独・孤立解消として、地域で活動している子どもや若者の居場所づくり運営団体を支援します。
民生委員・児童委員活動の支援 （福祉政策課） [再掲]	民生委員・児童委員の活動を支援し、活動の円滑化を図るとともに、富士見市民生児童委員協議会に対してその活動に要する経費の一部を助成し、社会福祉の増進を図ります。
<b>★高齢者の閉じこもり予防・介護予防</b> （高齢者福祉課） （健康増進センター）	高齢者サロンや認知症カフェ <sup>23</sup> など身近な場所での交流の場や相談できる場を提供するとともに、ふじみパワーアップ体操 <sup>24</sup> など、介護予防の地域づくりを通して、高齢者の閉じこもりや孤立を予防します。
<b>【新規】</b> <b>★高齢者サロンの開催</b> （各公民館）	ひとり暮らしの高齢者の方などを対象に介護予防サロンを開催し、交流を通じて自ら生きがいを見つけ、生き生きと暮らしていけるようなサロンの運営を市民とともに進めます。
<b>【新規】</b> <b>★高齢者学級の開催</b> （各公民館）	高齢期を生き生きと暮らすための学習・仲間づくりの一助として実施します。

<sup>23</sup> 認知症の方やその家族、福祉・介護に関わる方などが、介護の悩みなどについて、お茶を飲みながら気軽に相談・交流できる場。

<sup>24</sup> 健康長寿に必要な足腰の筋力やバランス能力の向上に効果的な体操。

## (2) 気づき、見守りができる人材の育成

事業名（関係課）	内容
職員向けゲートキーパー養成研修 （職員課） （健康増進センター） [再掲]	自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる「ゲートキーパー」の役割を担う人材等を養成します。
母子保健推進員活動の支援 （子ども未来応援センター）	乳児家庭全戸訪問で子育ての不安や悩みを聴き、支援が必要な保護者に気づき、適切な対応を図ることができるよう養成・支援します。
市民向けゲートキーパー養成研修 （健康増進センター）	自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる「ゲートキーパー」の役割を担う人材等を養成します。
教職員研修 （学校教育課）	富士見市いじめ防止基本方針に基づき、教職員が児童生徒の理解を深め、知識や技術の向上を図るため、研修を実施します。

### 気づき

家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

眠れない、食欲がない、口数が少なくなった等、大切な人の様子が「いつもと違う場合」...

**うつ 借金 死別体験 過重労働**  
**記憶転換 昇進 引越し 出産** .....

もしかしたら、悩みをかかえていませんか？  
生活等の「変化」は悩みの大きな要因となります。一見、他人には幸せそうに見えることでも、本人にとっては大きな悩みになる場合があります。

### 傾聴

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」や「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。

本人を責めたり、安易に励ましたり、相手の考えを否定することは避けましょう

## ゲートキーパーの役割

### 声かけ

大切な人が悩んでいることに気づいたら、一歩勇気を出して声をかけてみませんか。

声かけの仕方に悩んだら...

- 眠れていますか？(2週間以上つづぐ不眠はうつのサイン)
- どうしたの？なんだか辛そうだけど...
- 何が悩んでる？よかったら、話して。
- なんか元気ないけど、大丈夫？
- 何か力になれることはない？

### つなぎ

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。
- 一緒に連携先に向く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(交通手段、経費等)等の情報を提供するなどの支援を行いましょう。

### 見守り

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

- 連携した後も、必要があれば相談にのることを伝えましょう

出典：厚生労働省「誰でもゲートキーパー手帳 第2版」

市民向けゲートキーパー養成研修を開催しています。  
日程は広報やホームページをご覧ください。



# 第5章

## 計画の数値目標

### 1 全体目標

国は自殺総合対策大綱において、当面の目標として令和8年までに自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少させるとの数値目標を掲げています。本市においては、計画期間の最終年である令和7年の自殺死亡率、自殺死亡者を平成27年と比べて30%以上の減少を目指します。

	基準値 (平成27年)	現状値 (令和2年)	目標値 (令和7年)
人口10万人あたりの 自殺死亡率	18.1	17.9	12.7
自殺死亡者数	19人	20人	13人以下 (13.3人)



富士見市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。



## 2 成果目標

自殺死亡率の減少という結果を出すために、基本方針ごとに指標を設け、自殺の背景にある問題の解決状況や本計画に基づき実施される事業の取組状況の評価を行います。

指標の中には、「いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみ」第4節こころの健康と共通しているものがあります。

### (1) 市民への教育・啓発の推進

指標		現状値 (令和2年度)	目標値 (令和7年度)	出典
ストレス等の相談先の状況（相談できる人や場所がないと答えた割合）	小学生（5年生）	15.0%	12.0%	健康に関するアンケート調査 <sup>25</sup>
	中学生（2年生）	29.4%	20.0%	
	成人	29.5%	21.0%	
睡眠と休養の状況（睡眠による休養を「あまりとれていない」、「とれていない」と答えた割合）	成人	27.3%	22.0%	

### (2) 相談・支援体制の整備の充実

指標		現状値 (令和2年度)	目標値 (令和7年度)	出典
地域の相談機関を知っている人の割合（市の相談先を1つでも「知っている」と答えた割合）	成人	81.8% (令和3年度)	87.0%	自殺予防に対する意識調査

### (3) 地域で安心して暮らせる環境整備

指標		現状値 (令和2年度)	目標値 (令和7年度)	出典
SOSの出し方に関する授業の実施学校数	小学校	10校（90%）	11校（100%）	自殺対策推進状況調査 <sup>26</sup>
	中学校	6校（100%）	6校（100%）	
ゲートキーパー養成講座受講人数	市民	延べ281人	延べ431人	
	職員	延べ118人	延べ318人	

<sup>25</sup> 「いきいき健康&歯っぴーライフ☆ふじみ」において実施された市民アンケート。

<sup>26</sup> いのち支える自殺対策推進センターにより毎年実施されている自殺対策の策定状況に関する調査。

# 第6章

## 計画の推進

### 1 計画推進体制

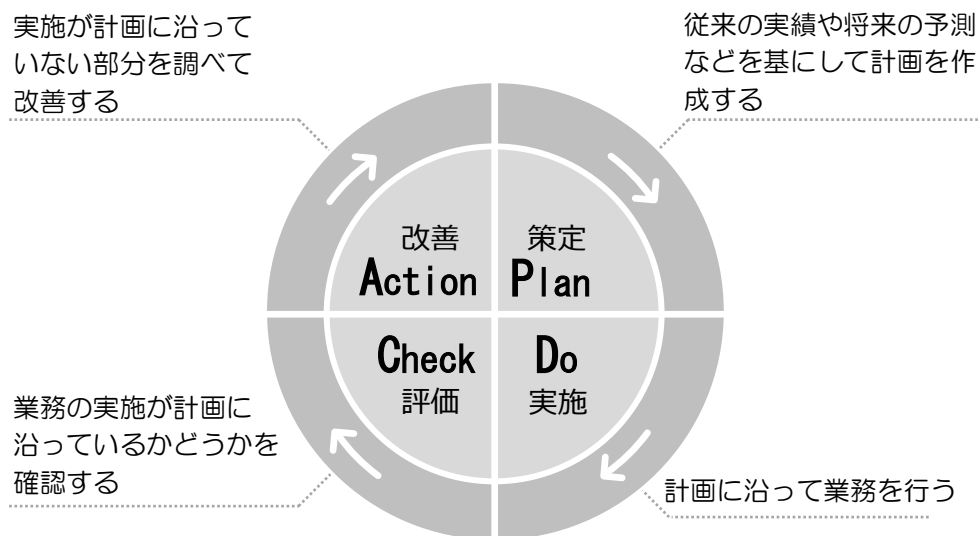
本計画の推進にあたっては、富士見市が主体となりながら、国・県・近隣市町と連携を図るとともに、広く市民や関係者などの民間の協力を得て、それぞれの役割分担の下で、一体となって対応していくことが重要なことから、庁内関係部局間の連携を図り、計画を総合的・効果的に推進します。

また、警察、消防、鉄道事業者、市民、公私の社会福祉や保健・医療・教育分野の関係者など様々な関係機関とのネットワークづくりを行い、計画の推進にあたっての調整を図ります。

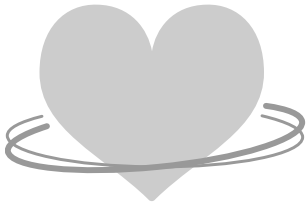
### 2 計画の点検と評価

計画期間中は、取組について、PDCAサイクルによる適切な進捗管理を行います。進捗管理では、庁内関係課において、定期的に施策の進捗状況を把握・点検・評価し、その状況に応じて事業・取組を適宜改善等していきます。

PDCAサイクルのイメージ







## 資料編

### 1 富士見市自殺予防対策庁内連絡会設置要綱

(設置)

第1条 自殺予防に関する施策を総合的かつ効果的に推進するため、富士見市自殺予防対策庁内連絡会（以下「連絡会議」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 連絡会は、次に掲げる事務を所掌する。

- (1) 自殺予防対策に係る連携及び情報交換に関すること。
- (2) 自殺予防対策に係る情報収集及び調査に関すること。
- (3) 自殺予防対策の計画策定に関すること。
- (4) 自殺予防対策の検討に関すること。
- (5) その他自殺予防対策に関し必要と認める事項。

(組織)

第3条 連絡会は、委員長及び委員をもって組織する。

- 2 委員長及び委員は、別表に掲げる職にある者を充てる。
- 3 委員長は、会務を総理し、連絡会議を代表する。
- 4 委員長に事故があるとき、又は委員長が欠けたときは、あらかじめ委員長の指名する者が、その職務を代理する。

(連絡会)

第4条 連絡会は、委員長が招集し、その議長となる。

- 2 委員長は、必要があると認めるときは、関係者の出席を求め、意見若しくは説明を聴き、又は資料の提出を求めることができる。

(庶務)

第5条 連絡会の庶務は、健康福祉部健康増進センターにおいて処理する。

(委任)

第6条 この要綱に定めるもののほか、連絡会の運営に関し必要な事項は、委員長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成30年10月1日から施行する。

附 則

この要綱は、令和3年4月1日から施行する。

別表（第3条関係）

（令3年4月1日・一部改正）

委員長	1	健康福祉部長
委員	2	危機管理課長
	3	総務部職員課長
	4	政策財務部政策企画課長
	5	協働推進部人権・市民相談課長
	6	市民部収税課長
	7	子ども未来部子育て支援課長
	8	子ども未来部保育課長
	9	子ども未来部子ども未来応援センター所長
	10	健康福祉部福祉政策課長
	11	健康福祉部高齢者福祉課長
	12	健康福祉部障がい福祉課長
	13	健康福祉部健康増進センター所長
	14	経済環境部産業経済課長
	15	教育部学校教育課長
	16	教育部教育相談室長

## 2 富士見市自殺対策ネットワーク連絡会運営要領

(目的)

第1条 この要領は、富士見市自殺予防対策計画～ほっとふじみプラン～を推進するうえで必要な現状把握と課題の解決に向け、関係する機関・団体が情報を共有し相互の連携を図ることを目的としてネットワークを構築し、自殺予防に関する施策を総合的かつ効果的に推進するため、必要な事項を定めるものとする。

(所掌事務)

第2条 富士見市自殺対策ネットワーク連絡会（以下「会」という。）は、次に掲げる事務を所掌する。

- (1)自殺予防対策に係る連携協力及び情報の共有に関すること。
- (2)自殺予防対策に係る情報収集及び調査に関すること。
- (3)各機関が実施する自殺予防対策に関すること。
- (4)その他自殺予防対策に関し必要と認める事項。

(組織)

第3条 会は別表に掲げる機関をもって構成する。

(会)

第4条 会は、必要に応じて富士見市健康福祉部健康増進センター所長が招集する。

2 会は必要に応じて富士見市健康福祉部健康増進センター所長が座長となる。

3 会は、必要があると認めた時は、会の構成機関以外の者を出席させることができる。

(庶務)

第5条 会の庶務は、富士見市健康福祉部健康増進センター健康づくり支援係において行う。

(その他)

第6条 この要領に定めるもののほか、会の運営に必要な事項は、富士見市健康増進センター所長が別に定める。

附 則

この要領は、令和3年7月29日から施行する。

別表（第3条関係）構成機関

分野	所属
警察	東入間警察署
消防	入間東部地区事務組合
鉄道事業者	東武鉄道
保健福祉行政機関	朝霞保健所
	富士見市健康福祉部福祉政策課
	富士見市健康福祉部障がい福祉課
	富士見市健康福祉部健康増進センター

### 3 / 計画の策定経過

日付	項目	内容
令和3年 6月17日～7月12日	小学生・中学生調査	・富士見市こころの健康に関するアンケート調査
6月22日～7月5日	市民調査	・富士見市自殺予防に対する意識調査
8月13日～9月12日	Web調査	
8月3日	第1回富士見市自殺予防対策庁内連絡会議	・小学生・中学生・市民調査の速報について ・骨子案について
10月1日	自殺対策ネットワーク連絡会※	・富士見市の自殺の現状について ・小学生・中学生・市民・Web調査の結果について ・骨子案について ・各機関における現状、取組、課題等
11月2日	第2回富士見市自殺予防対策庁内連絡会議	・素案について
12月1日	政策会議	・素案について
令和4年 1月11日～2月10日	パブリックコメント	・2名の市民から4件のご意見

※本計画の策定にあたり、各関係機関の活動状況や意向の把握を目的として、構成機関以外に富士見市商工会、富士見市社会福祉協議会、富士見市学校長会、富士見市教育研究会養護部、富士見市母子保健推進員連絡協議会を招集しました

## 4 相談窓口一覧

相談窓口名称	電話番号	開設時間
子育て		
富士見市子ども未来応援センター 母子保健グループ	049-252-3774	平日 8:30-17:15
児童虐待		
富士見市子ども未来応援センター 子ども相談・支援グループ	049-252-3773	平日 8:30-17:15
川越児童相談所	049-223-4152	平日 8:30-18:15
いじめ・非行・教育相談		
富士見市教育委員会 学校教育課	049-251-2711	平日 8:30-17:15
富士見市教育相談室	049-253-5313	平日 8:30-17:15
配偶者やパートナーからの暴力		
DV相談（富士見市人権・市民相談課）	049-251-2711	毎月第1～4月曜日 （祝日の場合は変更あり） 9:00-12:00
ひきこもり		
埼玉県ひきこもり相談サポートセンター	048-971-5613	毎週月・水～土曜日（祝日 を除く） 10:00-18:00
仕事・職場		
富士見市ふるさとハローワーク	049-253-8581	平日 10:00-17:00
ハローワーク川越	049-242-0197	月・水・金 8:30-17:15 火・木 8:30-19:00 第2・4土曜日 10:00-17:00
地域若者サポートステーション（川越）	049-293-2562	月・火・木・金 9:00-16:30
生活に困窮されている方		
富士見市福祉政策課	049-252-7103	平日 8:30-17:15
富士見市社会福祉協議会	049-254-0747	平日 8:30-17:15
生活サポートセンター☆ふじみ	049-265-6200	平日 8:30-17:00
アルコールや薬物、ギャンブルなどへの依存		
埼玉県立精神保健福祉センター	048-723-6811	平日 9:00-17:00
高齢者のための相談		
富士見市高齢者あんしん相談センター		
むさしの	049-255-6320	月～土（祝日を除く） 9:00-17:00
ふじみ苑	049-293-1168	
えぶりわん鶴瀬 Nisi	049-293-8330	
みずほ苑	049-256-7423	
ひだまりの庭むさしの	049-268-5005	
死にたい気持ち		
こころの健康相談統一ダイヤル	0570-064-556	24時間 365日
埼玉県立精神保健福祉センター 「こころの電話」	048-723-1447	平日 9:00-17:00
埼玉いのちの電話	048-645-4343	24時間 365日
さいたまチャイルドライン （18歳までのこども専用）	0120-99-7777	毎日 16:00-21:00

相談窓口名称	電話番号	開設時間
遺された方		
埼玉県立精神保健福祉センター 自死遺族相談	048-723-6811	平日 9:00-17:00
こころとからだの健康		
富士見市健康増進センター	049-252-3771	平日 8:30-17:15
富士見市障がい福祉課	049-252-7101	平日 8:30-17:15
障がいのある方		
富士見市障がい者基幹相談支援センター	049-293-2148	平日 9:00-16:30
NPO 法人アドバンス（精神障がい）	049-293-8131	

## NPO法人によるインターネット・SNS相談

詳細は各ホームページでご確認ください

生きづらびっと LINE @yorisoi-chat	こころのほっと チャット LINE Twitter FB @kokorohotchat	あなたの いばしょ	BOND プロジェクト (10～20代女性限定) LINE @bondproject
			

## 自殺対策・メンタルヘルス関連サイト

自分自身や身近な人のこころを守るための情報が掲載されています

まもろうよ こころ (厚生労働省特設サ イト)	NPO 法人 自殺対策支援センタ ーライフリンク	こころの耳 働く人のメンタルヘル ス・ポータルサイト	こころも メンテしよう ～若者を支えるメン タルヘルスサイト～
			

第2期富士見市自殺対策計画

発行 富士見市  
編集 富士見市健康福祉部  
健康増進センター  
〒354-0021  
埼玉県富士見市大字鶴馬3351番地の2  
TEL 049-252-3771

発行年 令和4年