

守り、支え合ういのち 米子

～誰も自死に追い込まれることのない米子市の実現を目指して～

【米子市自死対策計画】

平成31年3月

米子市

はじめに

自死は、その多くが様々な要因が絡み合い、追い込まれた末の死と言われています。自死の背景には、心の問題だけでなく、過労、生活困窮、介護疲れ、いじめ、孤立等様々な社会的要因があることが知られています。そのため、自死は「個人的な問題」として捉えるのではなく「社会的な問題」として捉え、社会全体で自死対策を進めることが肝要です。

全国的に自死者数は減少傾向にあるものの、毎年多くの尊い命が失われています。米子市では、毎年30人前後の方が自死により尊い命を亡くされております。

誰もが住み慣れた地域で、互いに支え合いながら、心身ともに健やかに暮らすことができる社会を実現するため、米子市では、国の「自殺対策基本法」及び「自殺総合対策大綱」を受け、米子市自死対策計画「守り、支え合ういのち 米子 ～誰も自死に追い込まれることのない米子市の実現を目指して～」を策定いたしました。

今後は本計画に基づき、包括的な生きる支援を実践するため、行政をはじめ関係機関・関係団体と連携・協働し、また、市民一人ひとりに自死対策への理解と関心を深めていただき、「守り、支え合ういのち」の実現を目指してまいります。

最後に、本計画の策定にあたり、貴重なご意見・ご提案をいただきました社会福祉審議会の皆様、そしてアンケート調査やパブリックコメントを通してご意見をお寄せいただきました市民の皆様に心から感謝申し上げます。

平成31年（2019年）3月

米子市長 伊木隆司

目次

第1章 計画策定の概要	1
1 計画策定の趣旨	
2 計画の位置付け	
3 計画の期間	
4 計画策定体制と策定経過	
5 計画の数値目標	
第2章 自死に関する基本認識	4
第3章 米子市の現状	6
1 米子市の自死の現状	
2 アンケート調査からみた市内事業所の現状	
第4章 基本方針	21
第5章 具体的な取組	23
第6章 計画の推進体制	27
1 計画推進のための啓発活動	
2 関係組織・関係機関との連携	
3 計画の進行管理	
資料編1	28
資料編2	34

本市では、遺族等の心情等にも配慮し、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。

第1章 計画策定の概要

1 計画策定の趣旨

全国の自死者数は、平成10年に3万人を超えていましたが、平成27年以降2万5千人以下と減少傾向にあります。しかし、主要先進国の中では自殺死亡率が最も高く、依然として深刻な状況にあります。自死は、「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ができる社会的な問題」であるといわれています。自死は、命を落とされた方の無念さに加え、遺された家族、友人、仕事の仲間など、深刻な影響を受ける方も多く、地域社会に及ぼす影響は極めて大きいものです。

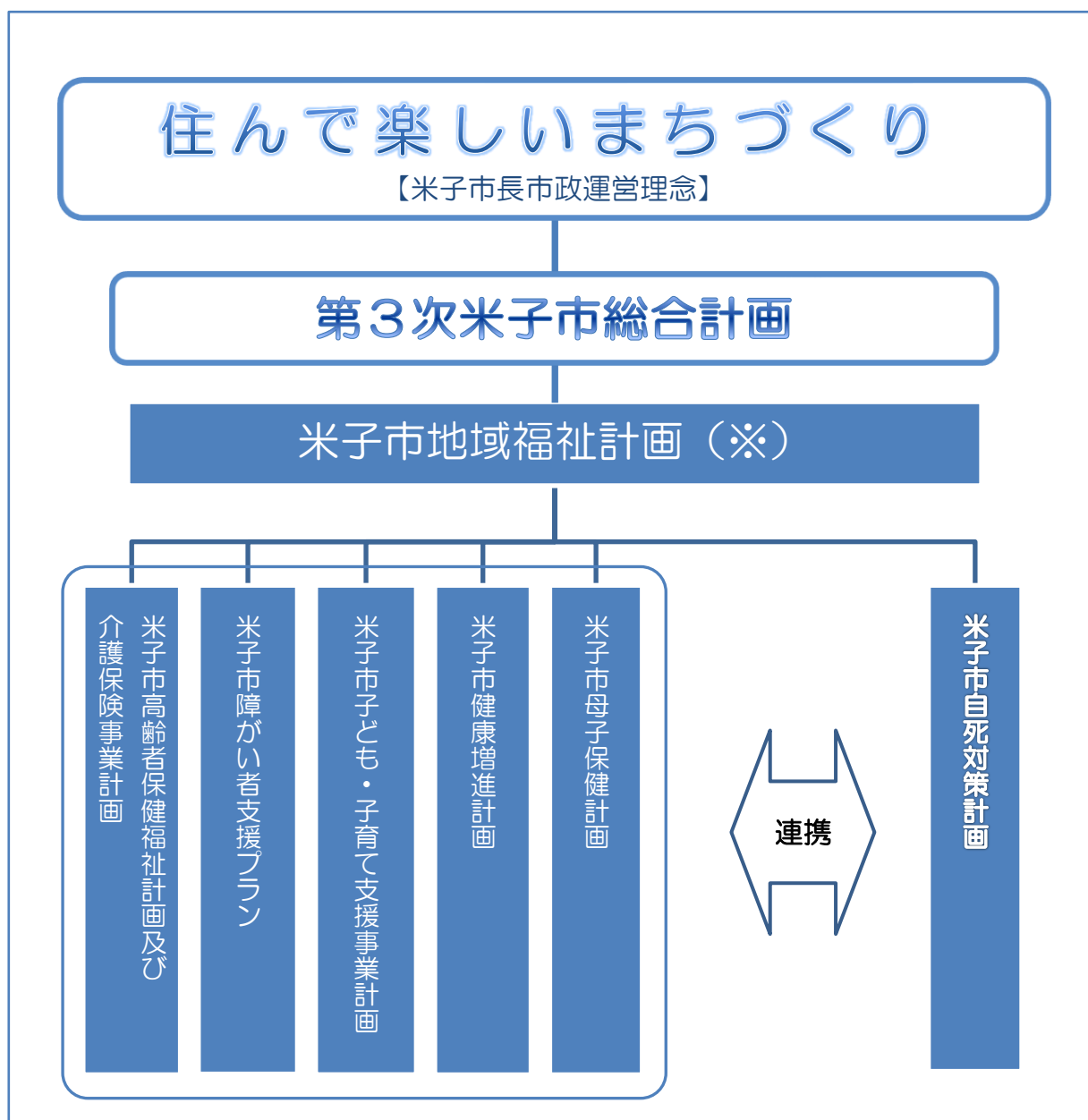
国の自死対策の指針となる「自殺総合対策大綱」においては「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指すことが明示されています。さらに、平成28年に改正された「自殺対策基本法」においては、すべての市町村に計画の策定が義務付けられました。米子市ではこれまで、自死対策として相談窓口の設置、ゲートキーパー（※）の普及活動などを通して、自死対策の取組を積極的に進めてきましたが、全国の自死の実態を踏まえ、包括的な取組として自死対策を更に推進するため、本計画「守り、支え合ういのち～誰も自死に追い込まれることのない米子市の実現を目指して～」を策定しました。

※ゲートキーパーとは、専門性の有無にかかわらず、地域や職場、保健、福祉、医療、教育等さまざまな立場で、悩んでいる人に気づき、声をかけ、思いに寄り添い話を聴き、必要な支援につなげ、見守っていくことが期待される人のことです。

2 計画の位置付け

本計画は、平成28年の自殺対策基本法の改正に基づき、国の定める「自殺総合対策大綱」の趣旨を踏まえて、同法第13条第2項に定める「市町村自殺対策計画」として策定するものです。

本計画では、各分野にわたる様々な施策を「自死対策」という視点で見直し、連動させていきます。



※米子市地域福祉計画…2020年3月に改定予定であり、改定後の米子市地域福祉計画・地域福祉活動計画と米子市自死対策計画の整合性を図る予定です。

3 計画の期間

本計画の計画期間は、2019 年度から 2023 年度までの 5 年間とします。関係法令の改正や社会情勢の変化に応じて適宜点検・評価の上、必要な見直しを行います。

4 計画策定体制と策定経過

(1) 米子市社会福祉審議会での審議

本計画の策定にあたっては、地域福祉分野、高齢者福祉分野、児童福祉分野、貧困対策分野、保健・医療分野の学識経験者を委員とする米子市社会福祉審議会において審議を行いました。

(2) パブリックコメントの実施

本計画の素案を米子市役所等の窓口及びホームページで公表し、広く市民の方から意見を聴取するパブリックコメントを実施しました。

ア 実施期間 平成 31 年 2 月 19 日～平成 31 年 3 月 22 日

イ 回答数 0 件

5 計画の数値目標

国は、「自殺総合対策大綱～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～」において、2026 年までに、自殺死亡率（人口 10 万人当たりの自殺者数）を 2015 年（平成 27 年）より 30%以上減少させることを目標としています。

それを踏まえ、本市では、国が示すとおり、2026 年までに自死者数を 30%以上減少させることを最終目標とした上で、2013 年（平成 25 年）から 2017 年（平成 29 年）の自死者数の平均の人数を基準とし、2019 年から 5 年後の 2023 年までに自死者数を 20%以上減少させることを目標とします。

自死対策を通じて達成すべき当面の目標値

平成 25 年～平成 29 年（2013 年～2017 年）の平均値 28 人

↓

2023 年 自死者数 20%以上減少

第2章 自死に関する基本認識

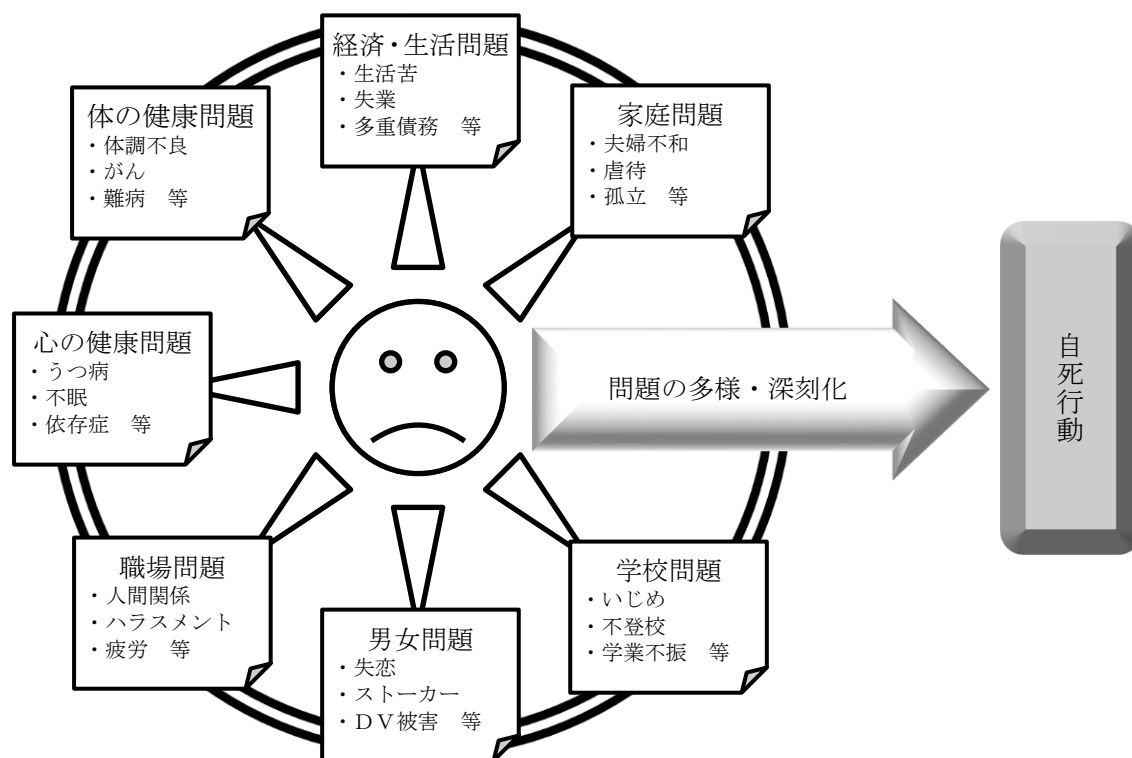
米子市では、自死対策を進めるための基本認識について、国がこれまで定めた「自殺総合対策大綱」で掲げた基本認識と同様のものとし、次のとおり示します。

① 自死は、その多くが追い込まれた末の死である

自死に至る心理としては、様々な要因が複雑に絡み合い心理的に追い詰められ、自死以外の選択肢が考えられない状態に陥る過程があると言われています。

自死を図った人の直前の心の健康状態を見ると、多くの人が心理的に追い詰められた結果、うつ病等の精神疾患を発症しており、正常な判断ができない状態となっています。

～自死の危機要因イメージ図～



- ② 年間自死者数は減少傾向にあるが、現在も高い水準であることは変わらず、非常事態はいまだに続いている

国の年間自死者数は、平成10年の急増以降は年間3万人を超えていましたが、様々な取組の結果により、平成22年以降減少し、平成27年には平成10年の急増前の水準となりました。しかし、年間自死者数は依然として2万人を超えており、自殺死亡率は主要先進7か国の中で最も高く、非常事態はいまだ続いていると言わざるをえない状況です。

- ③ 自死を考えている人は兆候（サイン）を発していることが多い

自死を考えている人も、心の中で「生きたい」という気持ちと「死にたい」という気持ちが交錯し、その結果、多くの人が不眠や体調不良等のサインを発していると言われています。しかし、家族や職場の同僚など身近な人であっても自死のサインに気づき難い場合もあるので、市民一人ひとりの気づきを自死予防につなげていくことが重要です。

- ④ 自死はその多くが防ぐことのできる社会的な問題である

失業、倒産、多重債務、長時間労働などの社会的要因は、制度や慣行の見直し、相談・支援体制の整備等の社会的な取組によって防ぐことができます。また、健康問題や家庭問題等、一見、個人の問題と思われる要因であっても、専門家への相談やうつ病などの治療等、社会的な支援の手を差し伸べることで、防ぐことができるものと考えます。

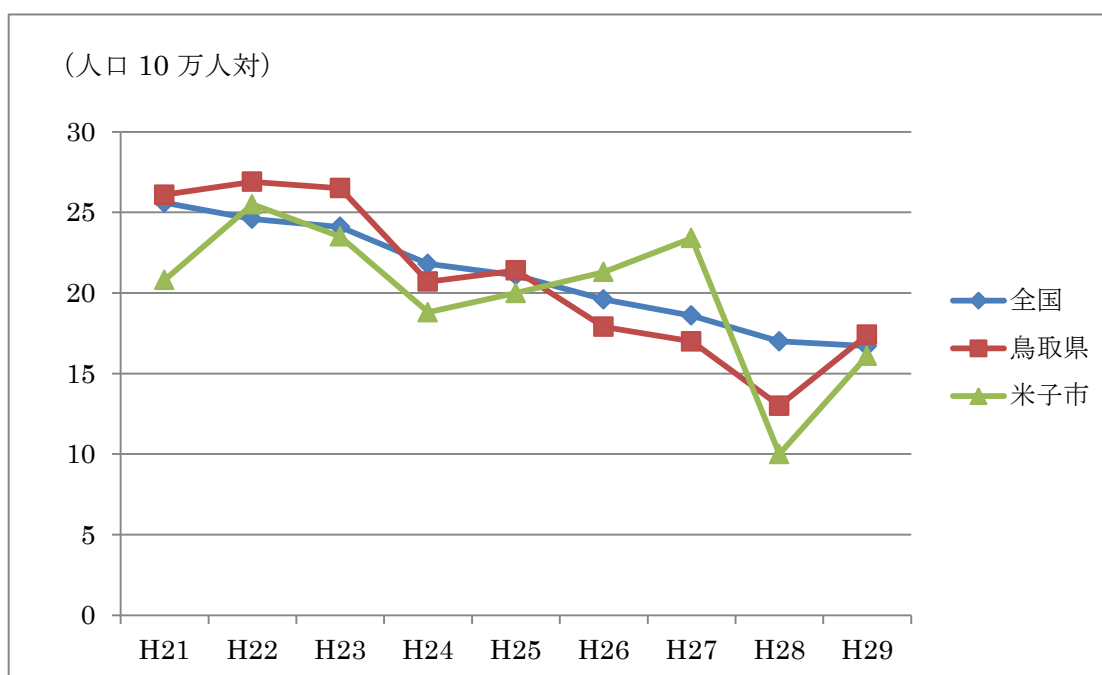
第3章 米子市の現状

1 米子市の自死の現状

(1) 自殺死亡率(※)の推移

米子市の自殺死亡率は国、県よりも低い数値で推移し、年により増減がありますが、減少傾向です。

※自殺死亡率の計算式：地域の自死者数÷人口×100,000

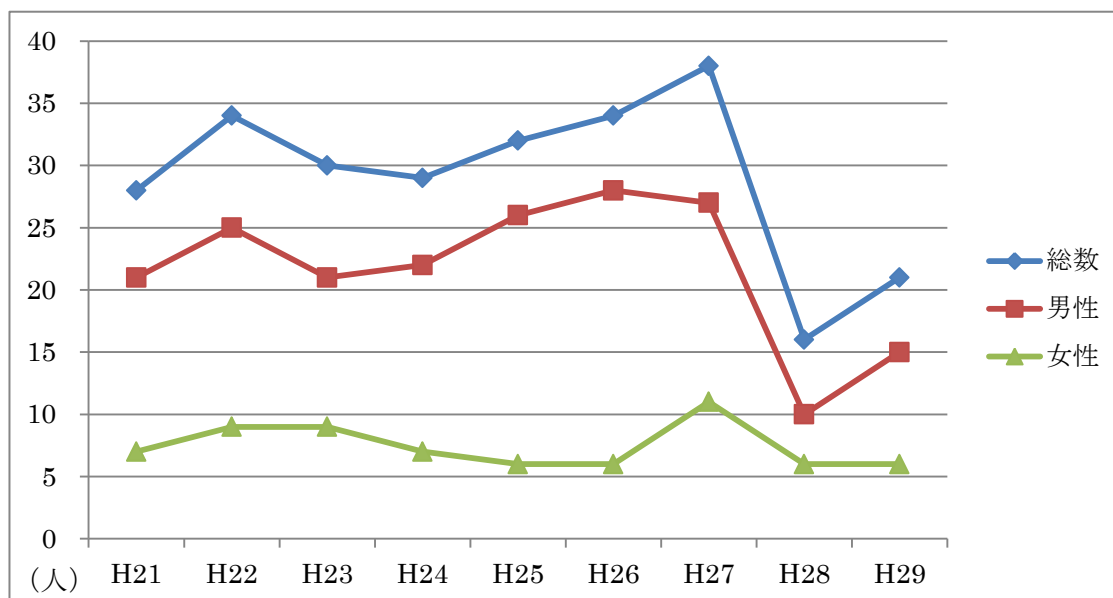


(出典：地域における自殺の基礎資料)

(2) 自死者数の推移

年により増減がありますが、年間約30人の方が自死で亡くなっています。

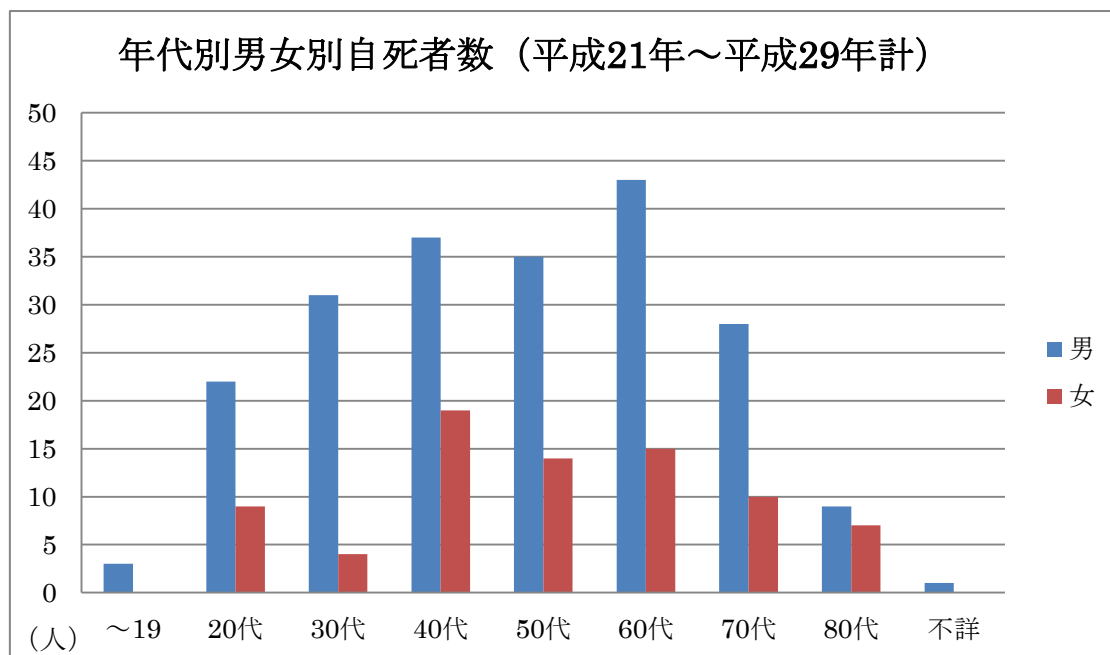
男女別自死者数の推移をみると、女性よりも男性が多い傾向がありますが、減少傾向です。女性の自死者数はほぼ横ばいです。



(出典：人口動態統計)

(3) 年代別自死者数の推移

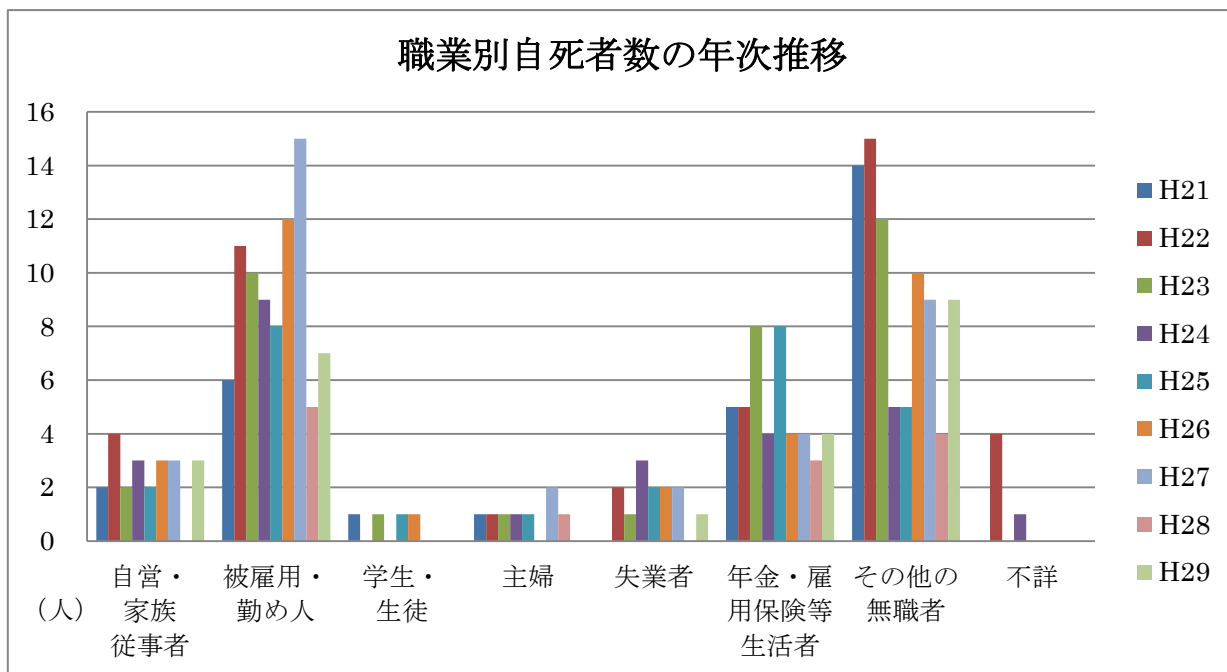
年代別でみると30代から60代の働く世代での自死者数が多く、どの年代でも男性が多いです。



(出典：地域における自殺の基礎資料)

(4) 職業別自死者数

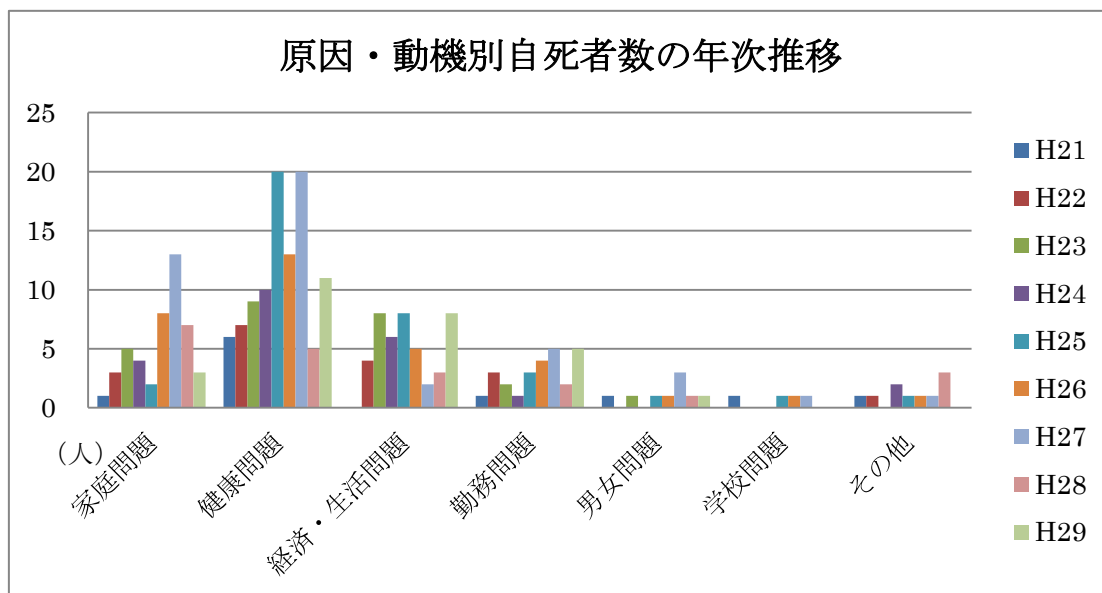
自死で亡くなられた方の職業をみると、母集団の差はありますが「被雇用・勤め人」と「その他の無職者」が多いです。



(出典：地域における自殺の基礎資料)

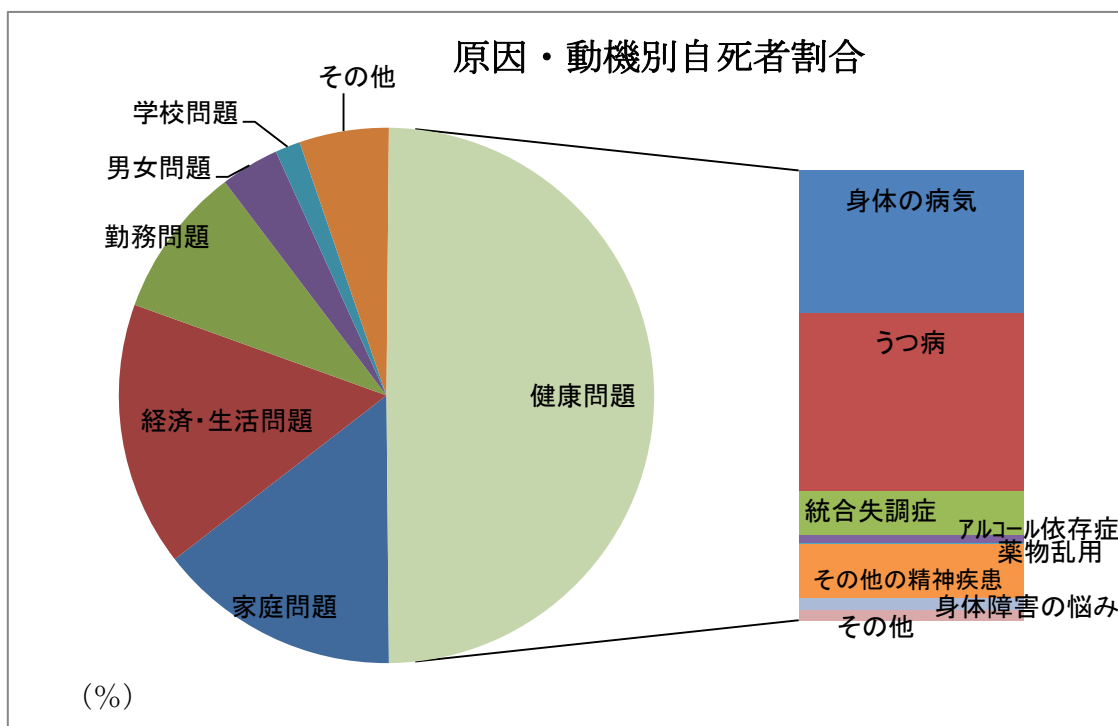
(5) 原因・動機別自死者数

原因・動機別でみると、「健康問題」が最も多く、次いで「家庭問題」、「経済・生活問題」となっています。



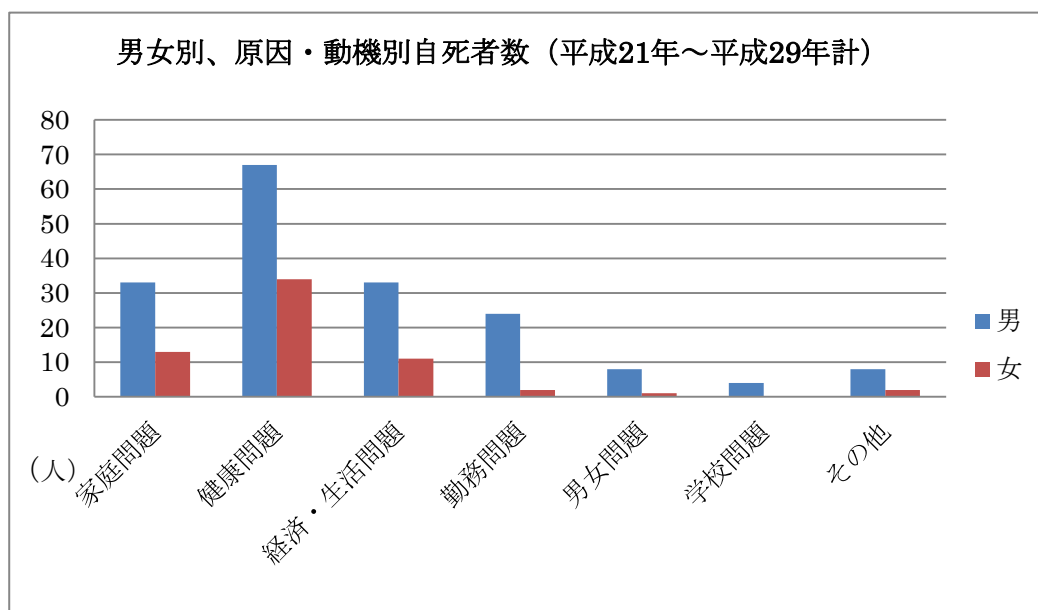
(出典：地域における自殺の基礎資料)

さらに、全国的な傾向ですが、健康問題の内訳をみると、「うつ病」が最も高く、次いで「身体の病気」、「統合失調症」となっています。



(出典：地域における自殺の基礎資料)

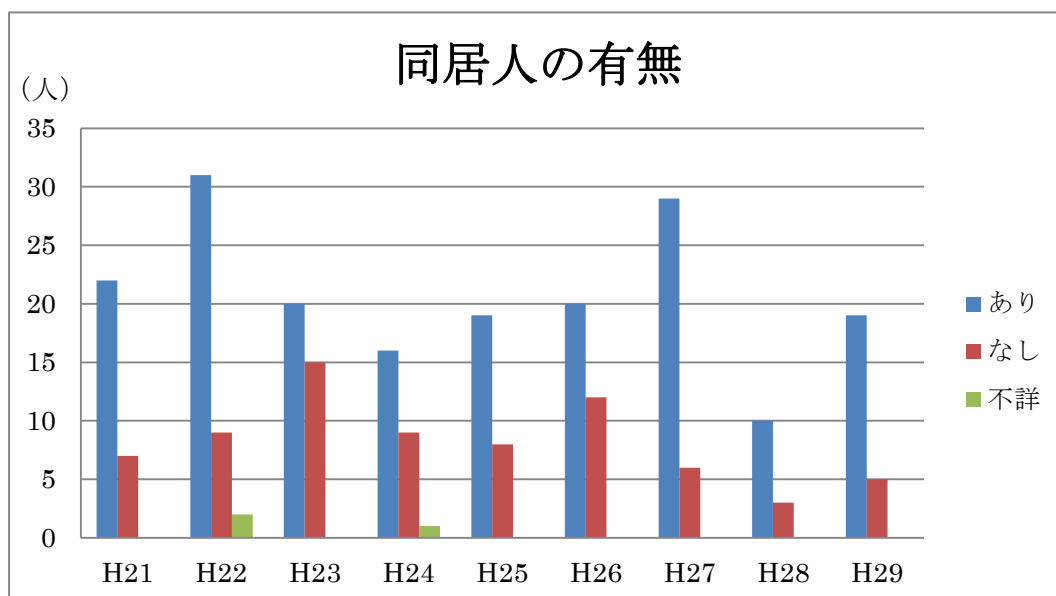
平成 21 年から平成 29 年の原因・動機別自死者数計を男女でみると以下ようになります。男女ともに「健康問題」が一番多いです。「学校問題」は男性のみでした。



（出典：地域における自殺の基礎資料）

（6）同居人の有無

自死で亡くなった方の同居人の有無をみると、ひとり暮らしの方よりも、同居者がある方の割合が高くなっています。



（出典：地域における自殺の基礎資料）

2 アンケート調査からみた市内事業所の現状

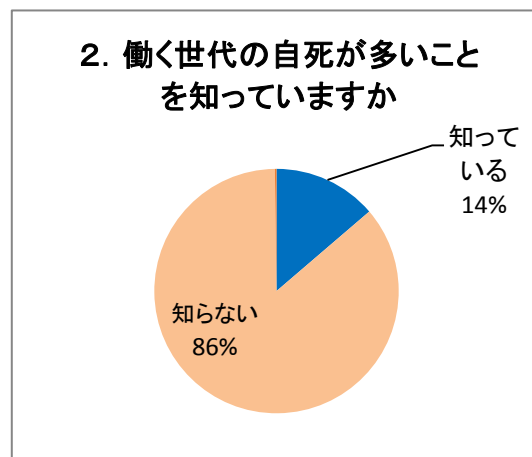
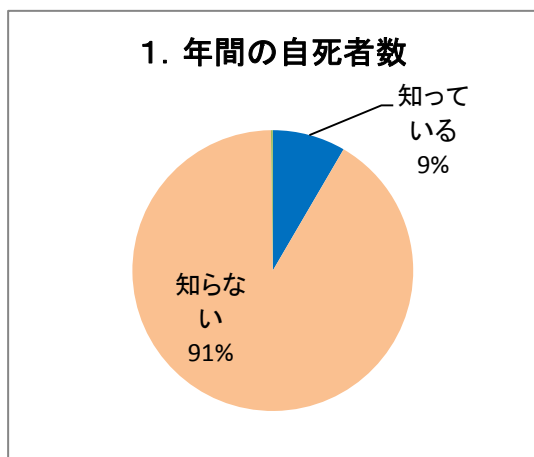
(1) 調査の概要

米子市では近年、30～60歳代、中でも「被雇用・勤め人」の自死者数が増加傾向にあるため、市内事業所に対しアンケート調査を実施し、職場での心身の健康を保持するための取組状況について現状を把握し、計画作成に反映させることにしました。

調査対象者	米子市内事業所の衛生管理者又は管理監督者（各事業所あたり1名）
調査方法	郵送配布・回収
調査期間	平成30年2月20日～3月9日
配布数及び回収数	配布数：2,334件（廃業連絡96件） 回収数：940件（従業員数49人以下：835件、50人以上：89件） 回収率：40.3%

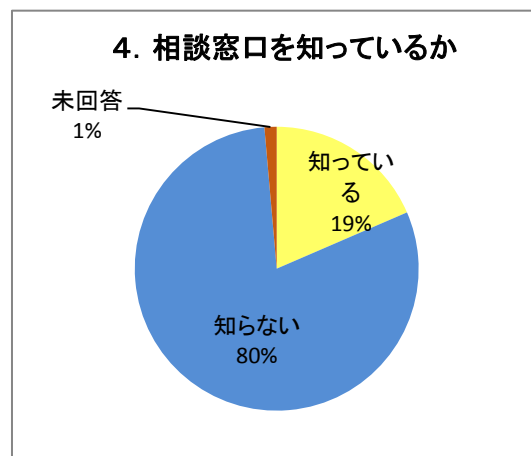
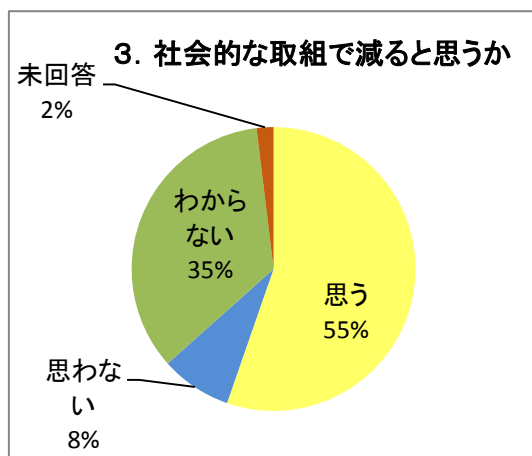
(2) 自死の現状や対策の認知度

年間の自死者数について、「知っている」の割合が9%、「知らない」が91%となっています。また、米子市では働く世代（とくに男性）の自死者数が多いことについては、「知っている」が14%、「知らない」が86%となっており、全体的に自死の現状については知らない方が多い状況です。



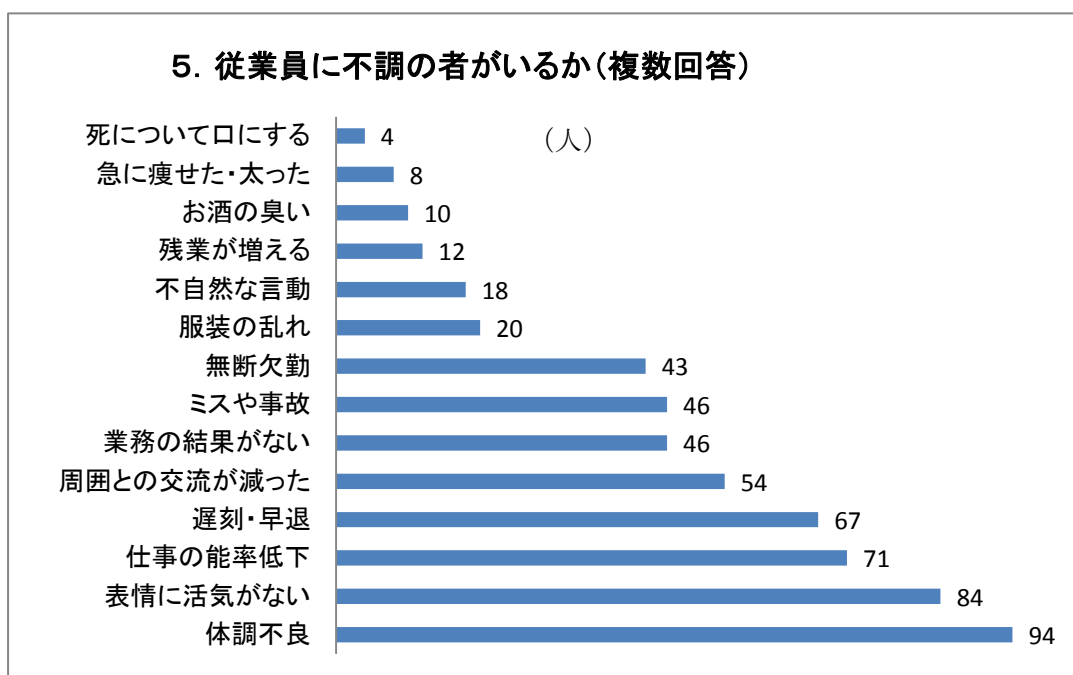
自死は社会的な取組で減らすことができると思いますかという問いに対して、「減ると思う」の割合が５５％、「減ると思わない」が８％、「わからない」が３５％でした。

こころの相談窓口の認知度については、「知っている」の割合は１９％、「知らない」が８０％でした。

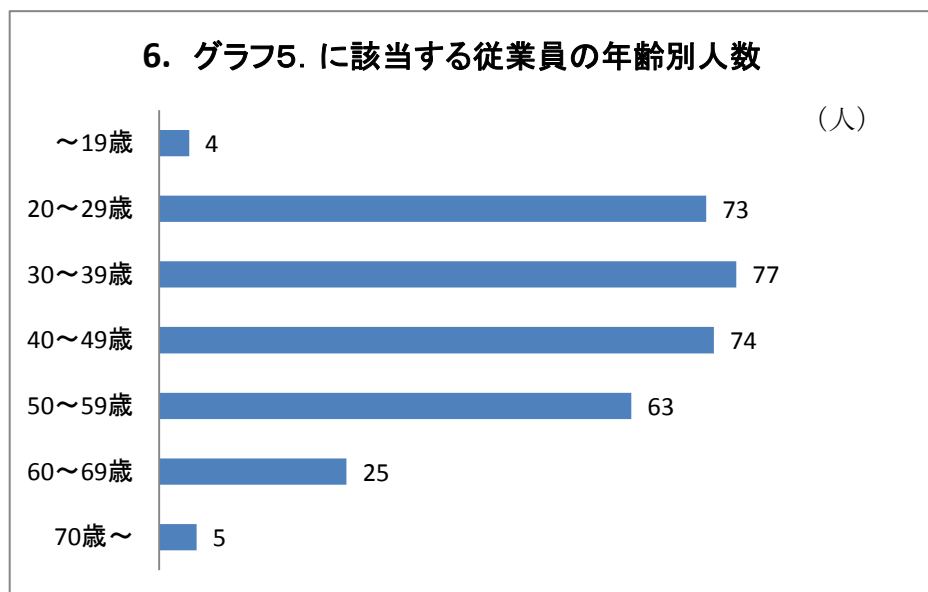


(3) 事業所での心の健康に関する相談や取組状況

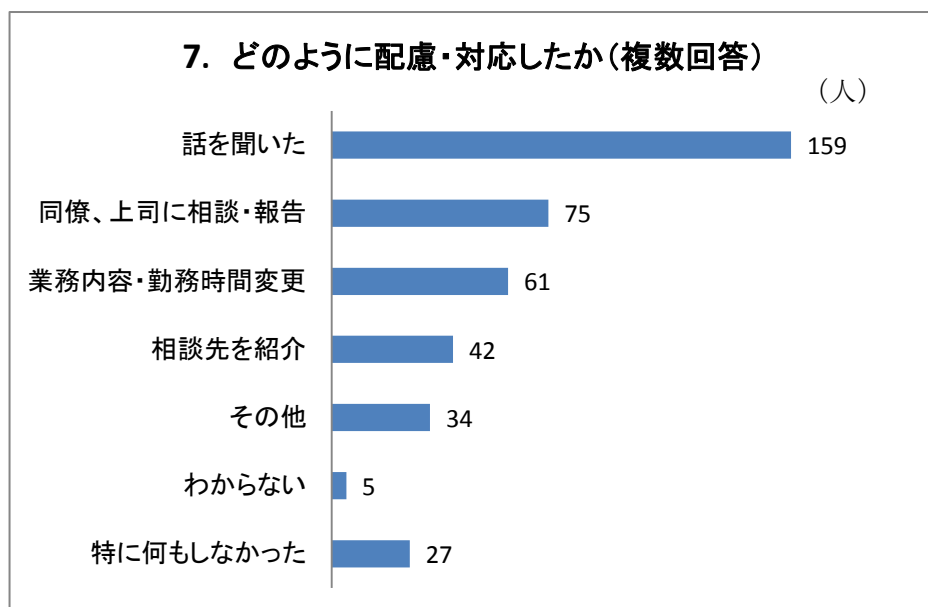
「いつもと違う」「気になる」従業員が現在（または過去）おられますかという問いに対して、２３９件（２５．４％）の回答があり、気がかりな従業員がいることに気が付いている事業所が比較的多いと言えます。回答が多い項目は「体調不良の訴えが多い」「表情や動作に元気がない」「仕事の能率が悪くなる」「遅刻・早退・欠席が増える」の順でした。



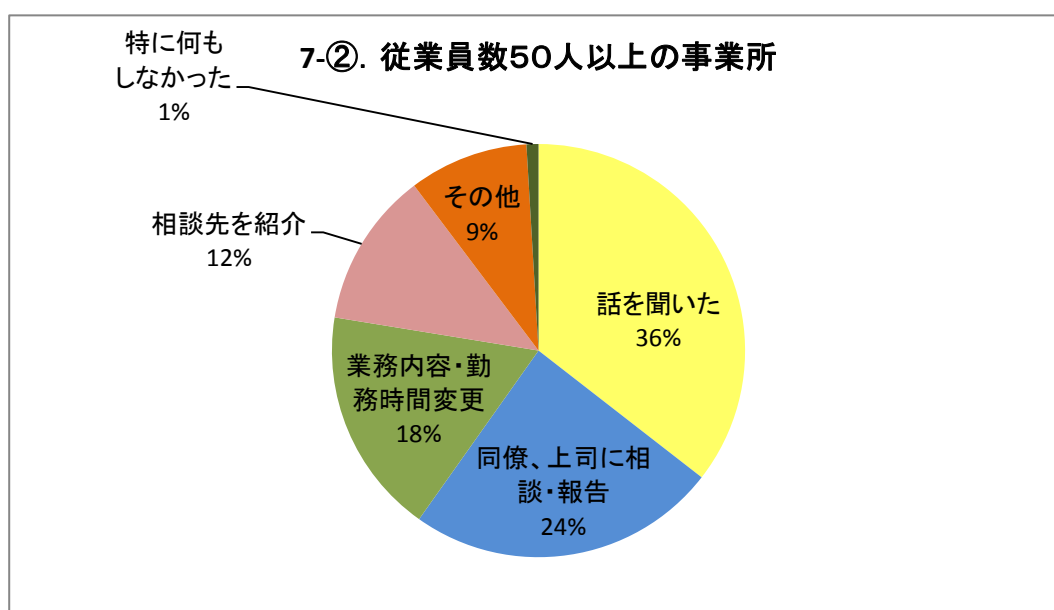
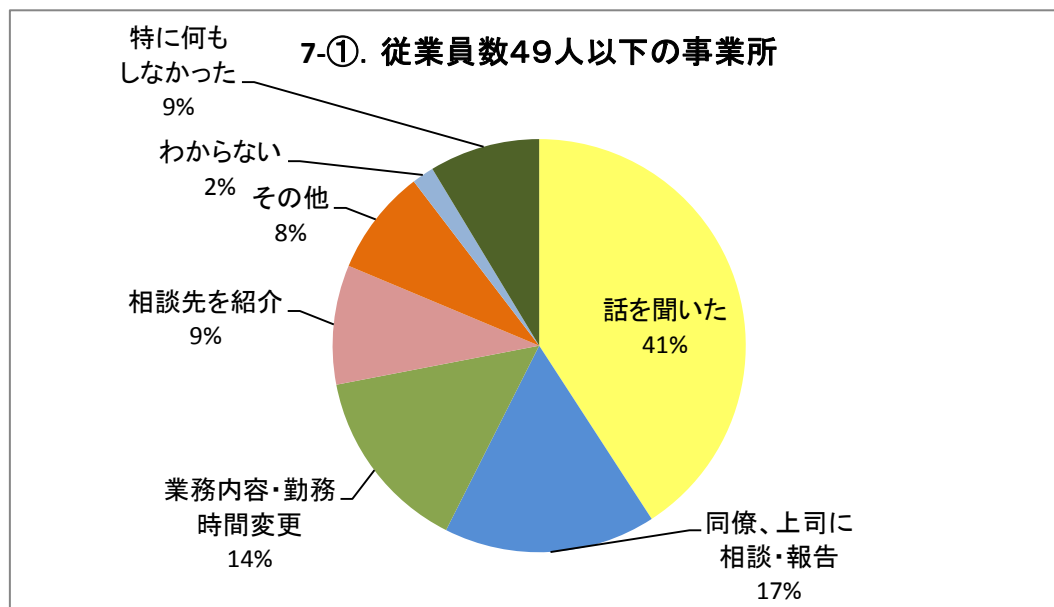
グラフ 5（従業員に不調の者がいるか）で症状の出ている人の実数は 3 2 1 人でした。年齢別でみると、2 0 歳代～4 0 歳代でそれぞれ 7 5 人前後とほぼ同数でした。続いて 5 0 歳代は 6 3 人でした。



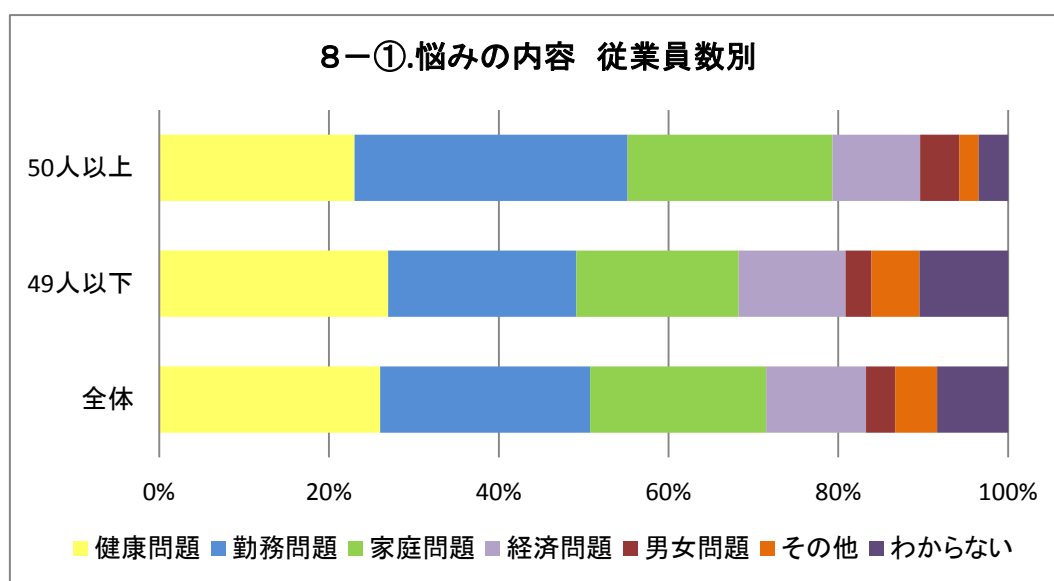
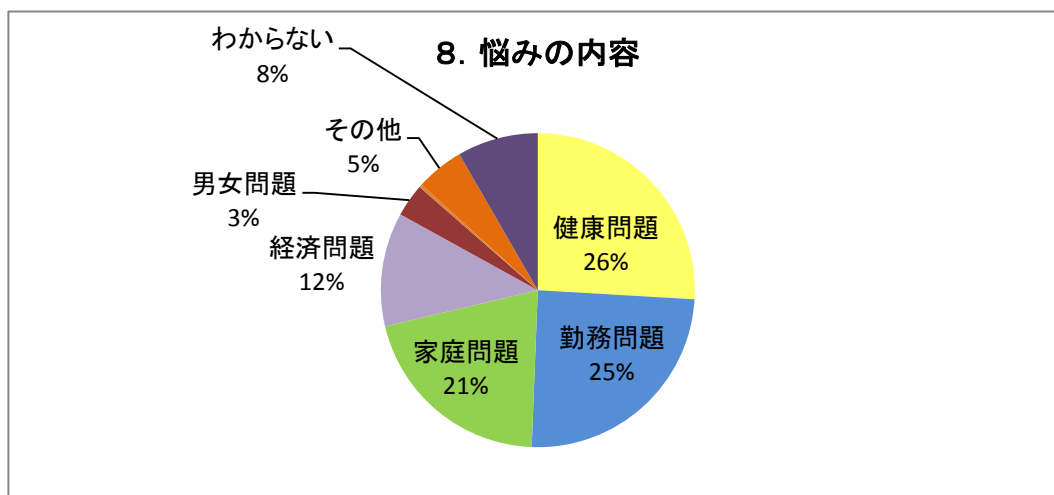
どのように配慮・対応したかの問いに対する回答は、多い項目から順に「話を聞いた」「同僚・上司に相談・報告した」「業務内容・勤務時間を変更した」でした。また、「特に何もしなかった」は 2 7 件ありました。



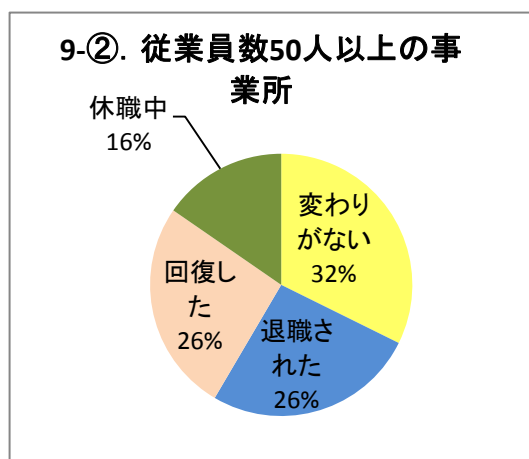
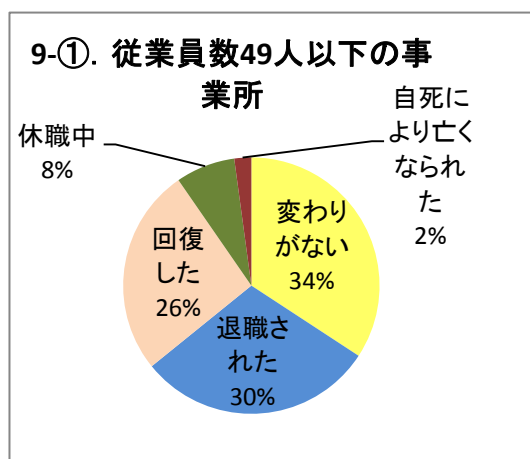
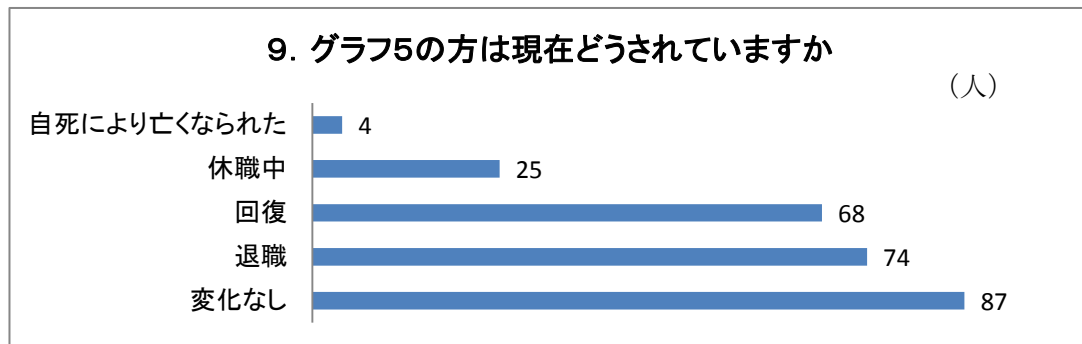
また、事業所の規模で比較すると、「話を聞いた」は従業員数49人以下の事業所で割合が高く、「同僚・上司に相談・報告」「業務内容・勤務時間変更」「相談先を紹介」の項目は従業員数50人以上の事業所で割合が高い結果でした。



悩みの内容については、「健康問題」「勤務問題」「家庭問題」の順でした。事業所の規模でみると、50人以上の事業所では、「勤務問題」「家庭問題」「健康問題」の順でした。

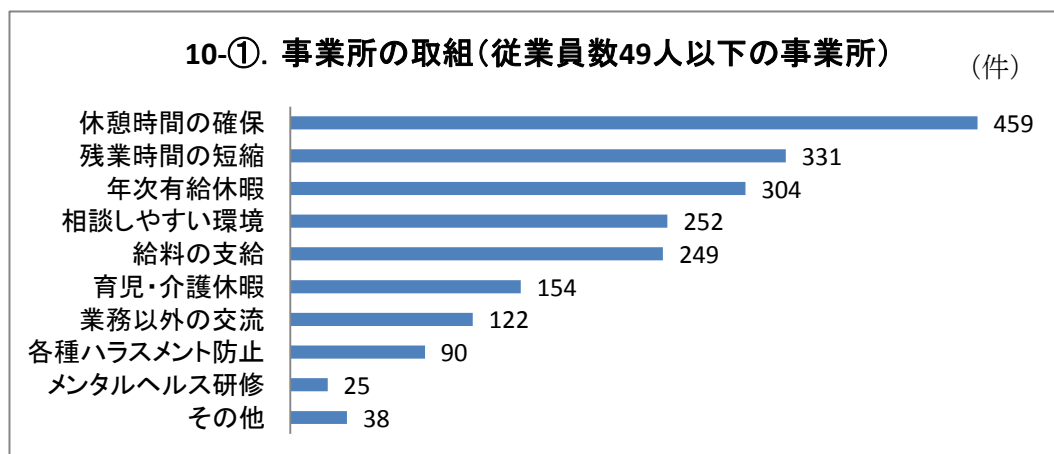


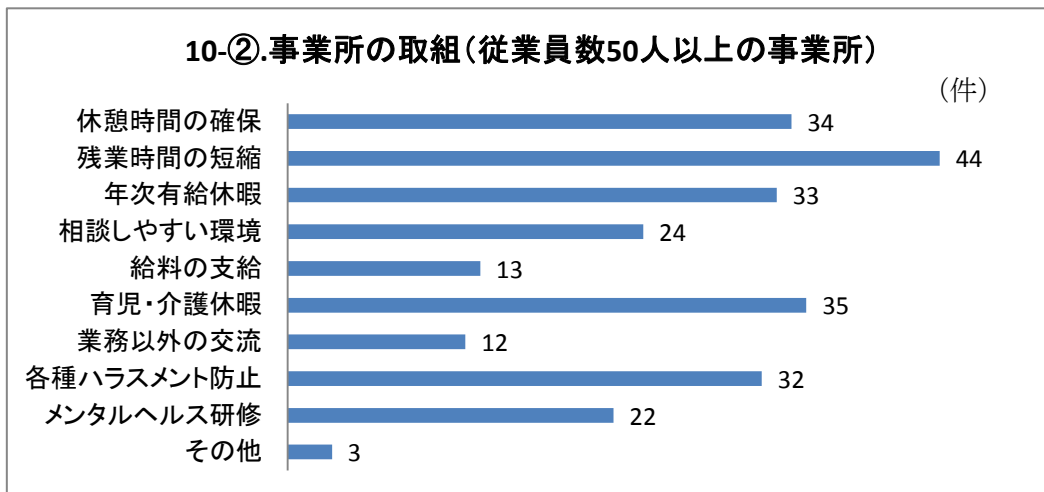
グラフ5の「いつもと違う」「気になる」従業員は、現在どうされていますかという問いに対する回答は、多い項目から順に「変わらない」「退職された」「回復された」でした。自死により亡くなった方は、従業員数49人以下の事業所で4名でした。



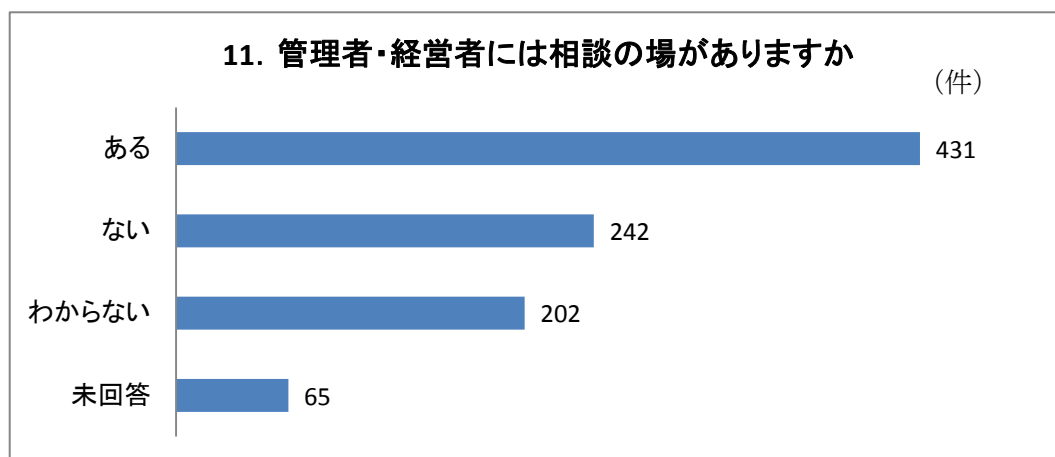
心の健康を保持するための事業所の取組状況については、グラフ10-①、②のとおりです。

従業員数49人以下の事業所では、取組の多い項目は順に「休憩時間の確保」「残業時間の短縮」「取りやすい年次有給休暇」でした。従業員数50人以上の事業所では、「残業時間の短縮」「取りやすい産前産後休暇、育児休暇、介護休暇」「休憩時間の確保」でした。

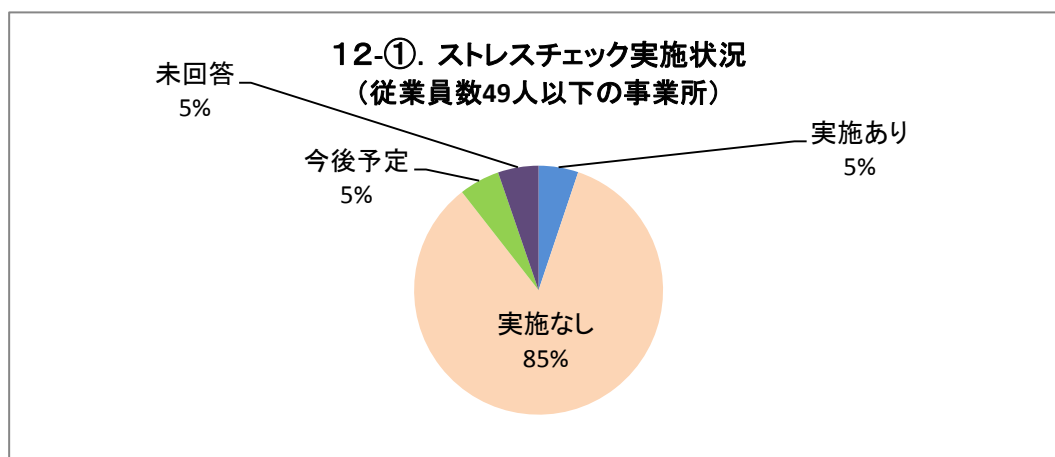




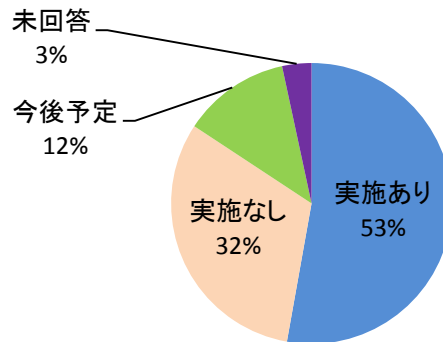
管理職や経営者の立場の方が相談できる場はありますかという問いに対する回答は、「ある」431件、「ない」242件でした。



ストレスチェック実施状況について、「実施している」、または「今後予定している」に回答があったのは、従業員数49人以下の事業所では10%、従業員数50人以上の事業所では65%でした。



12-②. ストレスチェック実施状況(従業員数50人以上の事業所)



地域産業保健センター(※)の利用状況については、「利用あり」は36件(4.7%)、「利用なし」は760件(80.9%)でした。

※地域産業保健センターは、50人未満の事業所を対象に、そこで働く人や事業主の「こころ」と「からだ」の健康を無料でサポートする機関です。

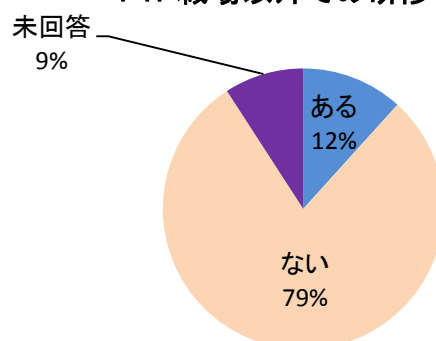
13. 地域産業保健センター利用状況

(件)

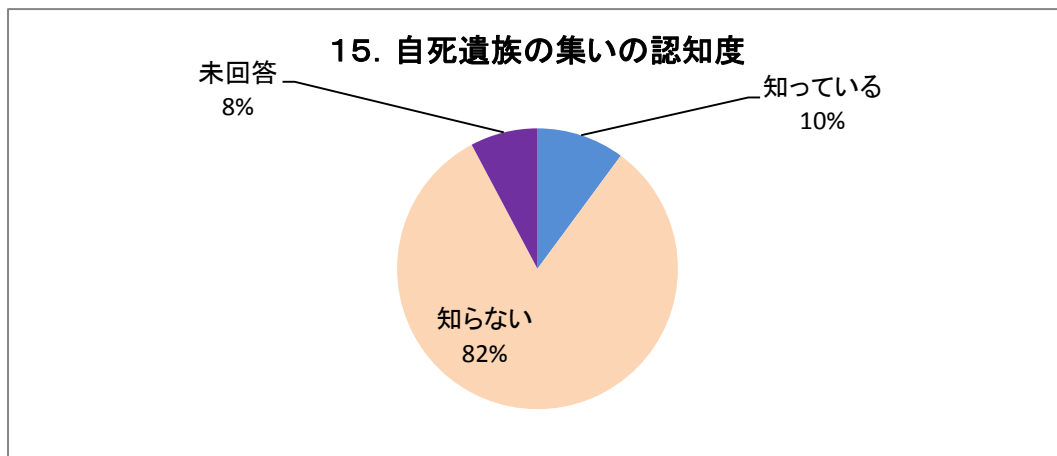


職場以外で心の健康に関する研修を受けたことがありますかという問いに対して、「ある」は12%、「ない」は79%でした。

14. 職場以外での研修参加



自死遺族の方の集いが米子市で開催されていることを知っていますかという問いに対して、「知っている」は10%、「知らない」は82%でした。



(4) 米子市の自死の統計及び事業所アンケート調査結果の要約

米子市の自死の統計（本市全体）結果	・ 男性の自死者数が女性の3倍近い。 ・ 30～60代の働く世代の自死者数が多い。 ・ 母集団の差はあるが、絶対数で見ると「被雇用・勤め人」「その他の無職者」が多い。 ・ 自死にいたる原因としては、「健康問題」が最も多く、次いで「家庭問題」「経済・生活問題」となっている。また、「健康問題」の中ではうつ病の占める割合が高い。
市内事業所へのアンケート調査結果	・ 自死の現状について9割の人が「知らない」と答えている。 ・ こころの相談窓口や自死遺族の集いについて、8割の人が「知らない」と答えている。 ・ 従業員に気になる者がいる事業所は25.4%で、割合としては多くの事業所が不調の従業員の存在に気づいている。 ・ 気になる従業員について、年代によるバラつきは少ない。 ・ 気になる従業員への対応で、相談先を紹介した人の割合は低い。 ・ 悩みの内容は、「健康問題」「勤務問題」「家庭問題」、次いで「経済問題」が多い。 ・ メンタルヘルス研修を受ける機会が少ない。

第4章 基本方針

米子市では、平成29年7月に国が定めた「自殺総合対策大綱」を踏まえ、次の4点、(1) 市民への周知・啓発の推進、(2) 自死対策を支える人材育成の強化、(3) 関係者・関連施策・関係機関との連携の強化、(4) 生きることの包括的な支援の推進、を自死対策における基本方針とします。この基本方針は、地域で自死対策を推進する上で欠かすことのできない基本的な取組であり、国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」においてすべての市町村が共通して取り組むべきこととされています。

(1) 市民への周知・啓発の推進

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」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、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。

全ての市民が、自死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めます。

(2) 自死対策を支える人材育成の強化

自死を考えている人のサインに気づくことができても、適切な対応に結びつけることができなければ、自死をとめることはできません。

自死対策においては、悩んでいる人に気づき、思いに寄り添い、声をかけ、話を聞き、必要な支援につなげ、見守っていく人（ゲートキーパー）の存在が欠かせません。市職員をはじめ、家族等の身近な支援者が、学校や職場、地域の中などいろいろな場面でゲートキーパーの役割を担えるよう、研修等を開催し養成に努めます。

(3) 関係者・関連施策・関係機関との連携の強化

自死に追い込まれようとしている人が安心して生活できるようにするには、精神保健的な視点だけではなく、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、様々な分野の人々や組織、施策が果たすべき役割を明確化し、それぞれが自死対策の一翼を担っているという意識を共有して、密接に連携することが必要です。そして、相互の連携・協働の仕組みを強化し、誰もが適切な支援やサービスを受けられる体制づくりに努めます。

(4) 生きることの包括的な支援の推進

自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等の「生きることの促進要因（自死に対する保護要因）」よりも、健康問題、失業や多重債務、生活苦等の「生きることの阻害要因（自死のリスク要因）」が上回ったときに自死リスクが高まります。

そのため、自死対策は、「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死リスクを低下させる必要があります。「生きる支援」に関する様々な取組を行い、「生きることの包括的な支援」を推進します。

また、悩みや問題について、相談機関や解決策を知らないために支援を得ることができず自死に追い込まれる人が少なくありません。悩みを抱えたときに孤立せず、周囲にＳＯＳを出すことができれば、問題の整理や対処方法を知り「生きる支援」につながると考えられます。

子どもの頃から、悩んだときにＳＯＳを出す力を育てることにより、将来大人になったときにも孤立せずにＳＯＳを出せると考えられるため、特に児童生徒に対し、辛いときや苦しいときには助けを求めても良いということ、また、誰にどうやって助けを求めれば良いかを学ぶ教育（いわゆる「ＳＯＳの出し方に関する教育」）の実施を推進します。

第5章 具体的な取組

米子市では、自殺総合対策推進センター（※）において本市の自死の実態を分析し作成された「地域自殺実態プロファイル」により、「労働者」「高齢者」「生活困窮者」「子ども・若者」への取組が重要と考えます。

上記を踏まえ、米子市の自死の現状を分析した結果と前章で掲げた4つの基本方針に基づき、次のとおり重点的に取り組みます。

※全自治体の自死実態分析・把握を行う機関

（１）市民への周知・啓発の推進

すべての市民が、自死について関心を持ち、悩み事がある人の存在に気づき、話を聴き、そして必要な機関へつなぐこと等ができるよう、市民一人ひとりの理解を深めるための取組を実施します。

●一般の人を対象とした周知

- ・「自殺総合対策大綱」にて、毎年9月10日から16日までの1週間が「自殺予防週間」として設定されており、全国で活動が展開されています。米子市では、9月の1か月間を自死予防月間とし、自死予防への市民の関心を図るために、キャッチコピー「守り、支え合ういのち」入りのTシャツを福祉保健部職員が着用し、普及啓発に取り組みます。
- ・『米子市ごみ分別収集カレンダー&健康ガイド・国保ガイド』の9月のページには「自殺予防週間」であることを明記し、市民への普及啓発を行います。さらに、「自殺予防週間」の9月と「自殺対策強化月間」である3月には広報・ホームページにおいて、うつ病や自死に対する理解の促進を図るとともに、相談窓口を紹介します。
- ・駅前イオン、米子市立図書館など多くの人が目にする場所にパンフレット等の啓発物を設置し、心の健康や相談窓口について広報します。
- ・研修の機会として、公民館で実施している調理実習や健康講座等の機会を用い、自死に関する知識の普及活動を行います。その他、市民へ自死に関する伝達ができる機会を確保します。
- ・うつや睡眠、アルコールなど、メンタルヘルスの不調に早期に気づくための基本的な知識やチェックリストを掲載するなど広報やホームページを充実させます。
- ・自死遺族の方の集いの場について、広報やホームページ、リーフレットなどを利用し、分かり易いよう周知に努めます。

●労働者を対象とした周知

- ・様々な分野の取組がありますが、市内事業所アンケート調査からも、必要な人や必要な機関に相談窓口の情報が届いていない現状があります。各種相談窓口を一覧できるようにまとめ、あらゆる機会を利用して周知に努めます。

●若者を対象とした周知

- ・若年層にもメンタルヘルスについて啓発するため、成人式の際にチラシを配布します。
- ・妊娠期から子育て期までの切れ目ない支援を実施する中で、妊娠中の母子健康手帳交付時、両親学級、乳幼児健診など、様々な機会を捉えてメンタルヘルスについての情報提供や、相談窓口を周知します。

(2) 自死対策を支える人材育成の強化

自死のおそれがある人のサインを早期に発見し、対応できるよう、人材の育成を強化します。様々な分野の専門家や関係者のみではなく、身近な存在である市民を対象としても研修等を行うことで、広く人材を育成していきます。

●ゲートキーパーの養成

- ・市民に対するゲートキーパー研修を実施します。

ゲートキーパー養成状況：平成29年度 36回 826人

(市内各地区の公民館で行われる健康講座、健康教育の際など、様々な機会を捉えてゲートキーパーについての講話を実施。)

- ・市職員等に対するゲートキーパー研修会を実施し、窓口における各種相談対応や様々な機会に、自死のリスクがある人を早期に発見し支援へとつなぐ役割を担える人材を育成します。

(3) 関係者・関係施策・関係機関との連携の強化

自死を考えている人を含め、全ての市民が安心して生活するには、精神保健的な視点だけではなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取組が重要です。それぞれが果たすべき役割を明確化し、自死対策の一翼を担っているという意識を共有し、連携を強化できる体制を整えることを推進します。

●鳥取県自死対策推進センターとの連携

- ・鳥取県内では、精神保健福祉センターに設置されている「鳥取県自死対策推進センター」を中心に、随時、自死に係る情報が提供されます。また、個別の相談対応や自死遺族の会も開催されています。自死遺族の会には本市保健師も参加しており、今後も連携を図ります。

●「守り、支え合ういのちチーム」の発足

- ・自死につながる可能性のある人を発見した際には、高齢者、障がい者、子どもなど年齢や状況に関わらず、健康対策課自死予防対策担当保健師を中心とした「守り、支え合ういのちチーム」が相談を受け、市役所内外の関係機関と速やかに連携して支援について検討します。自死予防の専門的知識のあるチームメンバーが直接または間接的に支援に入ることで、各分野の支援者が安心して支援に向かい、自死予防支援の経験を積むことが期待できます。

メンバーは、健康対策課の他、関係各課や、各種関係団体等により支援チームを構成し、個別事例に応じ、検討、支援を行います。また、定期的に検証会議を開催し、支援の向上に努めます。

●労働者について

- ・米子市健康増進計画と協働し、県や協会けんぽ等と連携を図りながら事業所訪問等を行います。市内事業所に実施したアンケート調査の結果を訪問の際などにフィードバックし、心の健康についての啓発や相談窓口の周知に努め、事業所との連携を図ります。

●子ども・若者について

- ・自死につながる可能性のあるいじめ、不登校、問題行動、虐待等の解決を図るため、学校や地域、警察、各相談機関等が子どもの悩みを聴き、連携して子どもを取りまく環境改善に取り組みます。
- ・自死の可能性が高いと思われる深刻なケースでなくても、子どもが発した何らかのサインを大人が見逃さず早めに対応することで、自らSOSを出すことのメリットを子ども自身が体得できるようにプロセスを大切にします。
- ・子どもにとって家族や教師が最も身近な相談相手となり得ますが、スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーを配置することで、選択肢を増やし、より専門的な支援を行います。
- ・学校や職場、地域に居場所がなく、ひきこもりや非行等の傾向のある若者に対しては、学校やこども相談担当等と、若者サポートセンターや警察、障がい者支援担当等と支援・連携し、年齢や障害者手帳の有無等に関わらず支援が継続されるよう努めます。

●出産後間もない母親について

- ・出産後間もない母親の心身の健康を確認するために行う「産後健康診査」を、産婦人科・助産院に委託し、育児不安や疲れ、産後うつの可能性がある方については、委託先から速やかに米子市に連絡が入る体制を整えます。

(4) 生きることの包括的な支援の推進

生きることの阻害要因を減らす取組と合わせ、生きることの促進要因を増やすため全庁的に取り組みます。

●相談事業の実施

- ・窓口での相談の他、電話、メール、訪問等により相談を受けます。

●居場所づくり

- ・市民の孤立化を防ぐため、親子で遊べる子育て支援センター、精神障がい者の集いの場、オレンジ（認知症）カフェなど、情報交換や社会参加の場をつくります。

●学ぶ場の提供

- ・より生活しやすく、充実した日々を過ごすための学びの場として、男性のための料理&健康教室、運動体験ができる場、親子のための発達支援教室などを開催します。

- ・ストレスとの付き合い方や、困難を抱えた時には孤立せずに自らＳＯＳを出すことの大切さについて、児童生徒を対象に授業等を実施し啓発に努めます。

●遺された人への支援

- ・鳥取県精神保健福祉センターが主体となり、自助グループの協力のもと米子市において実施している「家族の集い」（自死遺族の集い）に参加し、支援をします。
- ・「こころの相談窓口」において、遺族の方から相談があった際には、思いに寄り添い、必要に応じて関係機関へつなぐなど相談支援を行います。
- ・誰がいつ遺族になるか分からないため、「こころの相談窓口」や「家族の集い」等の情報がいつでも市民の目に留まるよう、広報やリーフレットの設置など周知に努めます。

第6章 計画の推進体制

1 計画推進のための啓発活動

市報やホームページなど、あらゆる機会を活用し、市民一人ひとりに対する自死対策推進計画の普及に努めます。

2 関係組織・関係機関との連携

市民一人ひとりが心の健康への意識を高めるために、医療、福祉、教育、労働分野など広く関係機関と連携して取組を広げていきます。

3 計画の進行管理

本計画の推進について、関係団体等の意見をいただきながら、定期的に点検・評価を行い、その結果を取組の改善策等を公表し、取組の改善につなげます。

資料編 1

「生きることの促進要因」関連事業

米子市において実施している「生きることの促進要因」関連事業を（１）労働者・一般に向けて、（２）高齢者に向けて、（３）子ども・若者に向けて、（４）障がいのある方に向けて、（５）経済的支援等が必要な方に向けて、（６）その他、に分類して掲載しました。

（１）労働者・一般に向けて

事業・取組名	事業概要	主な担当課
市民相談	多種多様な相談への助言と各課・関係機関等への案内	生活年金課
消費生活相談	特殊詐欺や契約など消費生活に関する相談対応や詐欺被害を防ぐための情報提供と啓発を行う	生活年金課
こころの相談窓口	心の健康全般について相談・支援を行う。	健康対策課
婦人保護対策	DV被害その他、女性からのあらゆる相談・支援を女性相談員が行う	こども相談課
ワーク・ライフ・バランスの促進	啓発イベントの開催や市報での情報発信を行う	男女共同参画推進課
男女共同参画推進に關すること	男女共同参画推進のための情報提供や啓発、男女共同参画センターの運営	男女共同参画推進課
人権啓発・人権相談に關すること	人権に関する講演会、研修会、企画展などによる啓発や、隣保館等において相談を実施	人権政策課
健康づくりに關すること	健康に関する知識の普及や啓発、生活習慣病の予防促進を行う ・各種健診、がん検診、人間ドック ・健康に関する食事・運動などの各種教室 ・健康相談・訪問指導の実施	健康対策課 保険課
健康づくりに關する地区組織活動	地区保健推進員、食生活改善推進員の活動を通じて市民の健康づくりに働きかける	健康対策課
公民館の運営（社会教育講座）	各地区の市民の生涯学習の拠点として、各種講座を実施	生涯学習課
社会教育活動の推進	生涯各期におけるさまざまな課題に対する学習機会の提供 ・米子人生大学 ・よなごアカデミー	生涯学習課

(2) 高齢者に向けて

事業・取組名	事業概要	主な担当課
介護に関する相談	介護保険等に関する相談を受ける	長寿社会課
地域包括支援センターに関すること	高齢者が地域で安心して生活できるための相談・支援を行う窓口である地域包括支援センターの運営を行う	長寿社会課
認知症サポーターの養成	認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る認知症サポーターを養成する	長寿社会課
高齢者の居場所づくりに関すること	自宅にひきこもらず、交流することができる場の提供 ・運動体験 ・高齢者運動会や敬老会等への協力	長寿社会課
高齢者の生きがいと健康づくり推進に関すること	60歳以上の高齢者が生きがいを見出すきっかけの場づくりとして陶芸作業所及び陶芸教室を開講	長寿社会課
オレンジカフェ（認知症カフェ）	認知症の人やその家族、地域住民が専門職と気軽に相談できる場	長寿社会課
養護老人ホームへの入所に関すること	養護老人ホームへの措置入所に関するものを行う	長寿社会課
老人福祉バス運行に関すること	老人クラブ等の研修及び交流のための老人福祉バスの運行	長寿社会課
老人福祉センターの管理・運営に関すること	高齢者に健康で明るい生活を営んでもらうことを目的に設置された老人福祉センターの管理・運営	長寿社会課

(3) 子ども・若者に向けて

事業・取組名	事業概要	主な担当課
こども総合相談	こどもに関する総合相談窓口として包括的に相談を受ける	こども相談課
発達支援相談に関すること	発達・情緒・集団行動の場面で課題がある児童と保護者への支援を行う 5歳児健診、発達支援教室など、子どもの発達に関する相談機会を提供する	こども相談課
児童家庭相談	児童や妊婦のいる家庭に関するあらゆる相談と継続支援を行う	こども相談課
養育支援訪問	養育困難な状況にある乳幼児のいる家庭に対し、育児に関する助言や手伝いを訪問にて提供する	こども相談課
在宅育児の支援	保育所での延長保育、一時預かり等、在宅育児の支援を行う	子育て支援課

仕事と子育ての両立推進	保護者の希望に応じて円滑に保育施設、放課後児童健全育成事業を利用できるよう体制整備に努める ・待機児童解消 ・延長保育、病児・病後児保育、休日保育、障がい児保育の推進	子育て支援課
児童や乳幼児の遊びの場・居場所の提供	児童文化センター、公民館、児童館、児童遊園地の活用を促進する	子育て支援課
家庭教育支援	タムタムスクール、PTA 子育て講座等、親の学習機会や保護者同士の仲間づくりの場の提供	こども相談課
交流・体験の場づくり	子どもと地域の人々が交流できる場、自然や文化とふれあう体験活動の機会を提供する	子育て支援課
男女共同参画への意識を啓発	保育・教育機関で男女平等や、子育ての男女共同参画についての意識や技術習得を図る	子育て支援課
学校・幼稚園・保育所の教育環境等の整備	幼児期の教育の推進、園から就学への円滑な移行を推進する	子育て支援課
青少年の健全育成に関すること	米子市子ども会連合会、青少年育成米子市民会議の事務局として、子どもの健全育成や非行防止活動を行う団体を支援する	子育て支援課
母子保健に関すること	妊娠中から育児期までの切れ目ない支援の促進 例) 母子健康手帳交付、産後健診、赤ちゃん訪問、育児等の相談、乳幼児健診、講習会等の開催	健康対策課
子育て支援センターに関すること	センターを運営し、就学前の子どもと保護者のための交流の場を提供する	こども相談課
子育てサークルの支援	地域の子どもや保護者の交流促進のため、子育て支援センターを中心に、全ての地区でサークル活動ができるよう相談・助言をする。	子育て支援課 こども相談課
人権教育研究	児童生徒・教職員の人権意識や人権感覚の高揚を図るための事業の実施	学校教育課
学校保健に関すること	児童生徒の健全育成に係るチラシ等の配布	学校教育課
児童発達支援センター（あかしや）の運営	就学前の障がい児に対し、発達支援、家族支援を行うため、「あかしや」を運営する	こども相談課
障がい児支援に関すること	児童発達支援・医療型児童発達支援・放課後等デイサービス・保育所等訪問支援・障害児相談支援を行う	障がい者支援課
就学援助と特別支援学級就学奨励補助に関すること	経済的に困窮している児童、生徒への給食費、学用品、医療費等の補助と特別支援学級在籍者への就学奨励費の補助	学校教育課
震災児童生徒就学の援助	震災により就学が困難となった児童生徒への学用品、給食費、医療費等の援助	学校教育課
就学に関すること	義務教育児童生徒の就学に関する事務	学校教育課

日本語教育推進員等設置事業	日本語の理解が不十分な児童生徒への学習支援と教育相談	学校教育課
子育てネットワークの構築	子育て世代を多分野から支援するため、子育てに係る様々な人・団体・施設等のネットワークを構築する	子育て支援課
子育て家庭の経済的負担軽減	保育料負担の軽減を検討する	子育て支援課
ファミリー・サポート・センターに関すること	育児の援助を受けたい者と援助したい者を会員として、会員相互の育児支援活動を行う	子育て支援課
DV 予防啓発支援員の派遣	交際中から起こるデート DV を未然に防ぐため、中学・高校等へ婦人相談員をデート DV 予防講座の講師として派遣する	こども相談課
要保護児童対策地域協議会の運営	虐待を受けている子どもその他の要保護児童を早期発見し適切な保護を図るため、関係機関等が情報交換や支援内容の協議を行うための協議会を設置運営する	こども相談課
母子生活支援施設に関すること	様々な事情により児童を養育することが困難な母子を保護し、自立を支援する母子生活支援施設の利用を提供する	こども相談課
子育て短期支援（ショートステイ・トワイライトステイ）	保護者の事情により一時的に子どもの養育が困難になった時に、児童養護施設等へ委託し一定期間養育・保護する	こども相談課
助産施設入所実施	経済的理由により病院で出産困難な妊婦が安心して出産できるよう助産施設(医療機関)利用を提供する	こども相談課
総合教育会議	緊急の場合の児童・生徒等の生命・身体の実保護措置についての協議・調整を行う	総合政策課

（４）障がいのある方に向けて

事業・取組名	事業概要	主な担当課
障がい者相談窓口	障がい者及びその家族等並びにその他の関係者からの相談に対する助言・指導を行う	障がい者支援課
障がい者虐待の対応	相談・通報窓口である米子市障がい者虐待防止センターを設置し対応する	障がい者支援課
障害者相談員による相談業務（身体障害者相談員、知的障害者相談員）	行政から委託を受けた障害者相談員による相談、助言・指導等を行う	障がい者支援課
精神障がい者の集いの場	月１回、精神障がい者の集いを開催する	障がい者支援課
障がい者への差別解消を推進	障がいを理由とする差別の解消に向けた相談時の対応指針を職員向けに作成、さらに市民・事業者等への啓発を行う	障がい者支援課

障がい者の活動の場の確保	障がい者の日中における活動の場の確保することで、日常的に介護している家族の就労や一時的な休息のための支援する	障がい者支援課
手話奉仕員の養成	日常生活に必要な手話語彙及び手話表現技術を習得した手話奉仕員を養成する	障がい者支援課
訓練等給付に関する事	自立訓練・就労移行支援・就労定着支援・就労継続支援A型B型・共同生活援助・自立生活援助等の訓練給付を行う	障がい者支援課
心身障害者福祉手当の支給に関する事	特別障害者手当・障害児福祉手当・経過的福祉手当・特別児童扶養手当の支給	障がい者支援課

(5) 経済的支援等が必要な方に向けて

事業・取組名	事業概要	主な担当課
生活保護に関する事	最低生活維持困難者に対する最低生活の保障と相談支援、自立支援の実施	福祉課
中国残留邦人等への生活支援事業	特定中国残留邦人等とその配偶者のうち、最低生活維持困難者の最低生活の保障と相談支援、自立支援の実施	福祉課
生活困窮者への相談	生活困窮者からの相談対応と支援、必要時関係機関への連絡調整等を行う	福祉課
ひとり親家庭相談	ひとり親家庭の自立促進のため、就労支援、貸付相談、母子保護等の相談対応を行う	子育て支援課
母子世帯への貸付相談	生活に関わる転居や就業、子の進学などの際に無利子または低利子で一定額借りられる県の母子貸付制度の相談対応を行う	子育て支援課
水道料金徴収業務	料金滞納者に対する支払い相談対応、必要時に関係機関への連絡調整を行う	水道局
納税相談	納税に関する相談業務	収税課
生活保護受給者の就労への支援	生活保護受給者のうち、就労可能な者の求職活動の支援	福祉課
法外援護に関する事	行旅困窮者への支援、生活保護受給児童・生徒の修学旅行時の小遣い金の支援、生活保護受給世帯への夏期・年末見舞金の給付等を行う	福祉課
生活困窮者に対して行う自立のための支援	就労能力と就労意欲のある離職者のうち、家賃の支払が困難な者に対して、家賃の給付を行う（住居確保給付金事業）	福祉課
子どもへの学習支援	ひとり親家庭、生活保護受給世帯の児童・生徒の将来の自立につなげるための学習の場や居場所の提供を行う	福祉課 子育て支援課

医療費助成事業	18 歳以下の小児、身体障がい者、知的障がい者、精神障がい者、18 歳以下の子どもを扶養するひとり親等を対象とした医療費の助成を行う	生活年金課
公営住宅管理事務	公営住宅の管理・公募事務	住宅政策課
公営住宅家賃滞納整理対策	滞納使用料の効率的収納と自主納付促進のため、公営住宅使用料収納嘱託員を設置	住宅政策課
子どもの貧困対策	子どもの貧困の実態について情報収集し、本市の子どもの貧困に係る施策の研究を行う	福祉政策課
ひとり親家庭の自立支援	所得状況をもとに教育・保育に必要な実費徴収費の助成をする等、経済的支援を行う ・児童扶養手当、医療費助成、保育料負担軽減 ・ヘルパー派遣（県の協力あり）	子育て支援課
ひとり親家庭への就労支援	母子父子自立支援員が子育て中のひとり親に対して就労支援プログラムをハローワークと協同支援する	子育て支援課

（６）その他

事業・取組名	事業概要	主な担当課
被災者の相談（災害時）	避難者・被災者から相談業務と支援	防災安全課
犯罪被害者支援に関すること	犯罪被害者に関する相談業務	防災安全課
重複・頻回受診行動の適正化に関すること	重複多受診者を訪問し、健康相談、適正受診の指導を行う	保険課
糖尿病性腎症重症化の予防に関すること	面接・電話等による保健指導の実施	保険課
ひきこもりの支援に関すること	本人、並びに家族に対する相談支援を行う	障がい者支援課
社会を明るくする運動に関すること	米子市推進委員会事務局の運営と犯罪や非行から立ち直ろうとする人を地域で支え合うことの重要性の啓発	人権政策課
住民基本台帳の支援措置に関すること	本人申し立てによる加害者からの請求についての各種証明書の発行の制限	市民課

「職場における心の健康に関するアンケート」 ご協力をお願い

近年、経済状況や産業構造が変化する中で、仕事に関する悩みやストレスを抱える労働者の割合が高くなっています。

米子市では、国の自殺総合対策大綱と、鳥取県の自死対策の計画策定にあわせ、平成30年度に「自死対策計画」を策定することを予定しています。

この調査は、計画策定に実態を反映させるため、米子市内の事業所にお送りし、職場における心の健康に関する取り組みをお聞きするものです。

ご回答いただいた内容は、プライバシーの保護を厳守し、統計的に処理いたしますので、事業所名が外部へ出ることは一切ございません。また、目的外の利用は行ないません。

なお回答につきましては、できるだけ、各事業所の衛生管理者の方、または、管理監督者にあたる方にご回答いただきますよう、お願いします。

お忙しいところ誠に恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力いただきますようお願いいたします。

平成30年2月20日

米子市長 伊木 隆司

【ご記入にあたって】

- ・できるだけ全ての質問にお答えください。
- ・回答は、当てはまる項目の番号に○をつけてください。
※複数回答のものや、記述式のものもあります。
- ・調査内容は「米子市自死対策計画」の中で、一部公表いたします、米子市ホームページ、または「広報よなご」などで掲載することがありますが、その場合、個人や事業所が特定されることはありません。
- ・回答には、10分程度かかります。

【ご記入が終わりましたら】

回答用紙を、同封の返信用封筒（切手不要）に入れ、

3月9日（金） までに郵便ポストにご投函ください。

この調査に関するお問い合わせ先
米子市健康対策課

電話◆0859-23-5452

FAX◆0859-23-5460

E-mail◆kentai@city.yonago.lg.jp

職場における心の健康に関するアンケート（回答用紙）

※鳥取県では法律など国で決められた用語以外は「自殺」にかわり「自死」という言葉を用いています。

○あなた自身のことについて伺います。該当するものに○をつけてください。

あなたの性別について	① 男 ② 女
あなたの年齢について	① ～19 歳 ② 20～29 歳 ③ 30～39 歳 ④ 40～49 歳 ⑤ 50～59 歳 ⑥ 60 歳～
あなたの職種について (複数回答可)	① 管理職・経営者 ② 衛生管理者 ③ 社員の健康管理をする立場（衛生管理者以外） →他の業務と（ 兼務・専従 ） ④ 看護師・保健師 ⑤ 医師 ⑥ その他（ ）

○貴社のことについて伺います。該当するものに○をつけてください。

業種について (複数回答可)	① 医療・福祉関係 ② 建築・土木業 ③ 教育機関 ④ 運送・郵便関係 ⑤ 製造業 ⑥ 農林・水産業 ⑦ 金融・保険関係 ⑧ 不動産業・物品賃貸業 ⑨ 卸売・小売業 ⑩ 宿泊・飲食業 ⑪ 通信・放送・出版関係 ⑫ 電気・ガス・水道・熱供給業 ⑬ サービス業（ に関する業務） ⑭ その他（ ）
従業員数について	① 1～5人 ② 6～19人 ③ 20～49人 ④ 50～99人 ⑤ 100～299人 ⑥ 300人以上 ※うち、正社員 約（ ）割
従業員の男女比について	男性：女性 = 約（ ）：（ ）
衛生管理者の配置について	① 配置されている→他の業務と（ 兼務・専従 ） ② 配置されていない

○米子市の自死の現状や対策について伺います。

問 1. 近年米子市では年間約 30 名前後のかたが自死で亡くなっている。

① 知っている ② 知らない

問 2. 米子市では働く世代（とくに男性）の自死が多いことを知っていますか。

① 知っている ② 知らない

問3. 自死は社会的な取り組みで減らすことができると思いますか。

- ① そう思う ② そう思わない ③ わからない

問4. 米子市役所にこころの相談の担当者がいることについて。

- ① 知っている ② 知らない

○貴社での心の健康に関する相談や取り組みについて伺います。

問5. 下記のような「いつもと違う」「気になる」従業員が現在（または過去）におられますか。
おられる場合は、該当するものに○をつけてください。（複数回答可）

該当がない場合→問10へ

- ① 遅刻、早退、欠席が増える
- ② 休みの連絡がない（無断欠勤がある）
- ③ 残業、休日出勤が極端に増える
- ④ 体調不良の訴えが多い
- ⑤ 仕事の能率が悪くなる。思考力・判断力が低下する
- ⑥ 業務の結果がなかなか出てこない
- ⑦ 周囲との交流を避けている、口数が少ない（あるいはその逆）
- ⑧ 表情に活気がなく、動作にも元気がない（あるいはその逆）
- ⑨ 不自然な言動が目立つ
- ⑩ ミスや事故が目立つ
- ⑪ 服装が乱れたり、衣服が不潔であったりする
- ⑫ 急に痩せた、太った
- ⑬ 勤務中にお酒の臭いがする
- ⑭ 死について口にする
- ⑮ その他（ ）

問6. 上記に該当する従業員の年齢について。(複数回答可)

- ① ～19歳 ② 20～29歳 ③ 30～39歳 ④ 40～49歳
⑤ 50～59歳 ⑥ 60～69歳 ⑦ 70歳～ ⑧ 不明

問7. 貴社ではどのように配慮・対応されましたか。(複数回答可)

- ① 話を聞いた
- ② 同僚や上司に相談・報告した
- ③ 業務内容・勤務時間の変更をした
- ④ 相談先を紹介した（産業医、病院、行政、その他：)
- ⑤ その他（)
- ⑥ わからない
- ⑦ とくに何もしなかった

問 8. 問 5 で該当したかたの悩みの内容について、該当するものに○をつけてください。

(複数回答可)

- | |
|---|
| ① 家庭問題 (夫婦関係、親子関係、妊娠・出産、子育て、家族の病気・障がい・介護) |
| ② 健康問題 (身体の病気、精神的な病気) |
| ③ 経済生活問題 (収入、借金、負債) |
| ④ 勤務問題 (職場の人間関係、仕事の内容・環境、過重労働、就職の失敗) |
| ⑤ 男女問題 (恋愛、結婚をめぐる悩み、その他交際の悩み) |
| ⑥ 子の学校問題 (いじめ、人間関係、学業不振、進路の悩み) |
| ⑦ その他 () |
| ⑧ わからない |

問 9. 問 5 で該当したかたは、現在どうされていますか。(複数回答可)

- | | | |
|--------|---------------|-------|
| ① 回復した | ② 変わらない | ③ 休職中 |
| ④ 退職した | ⑤ 自死により亡くなられた | |

問 10. 心身の健康を保持するために貴社で取り組んでいることについて、該当するものに○をつけてください。(複数回答可)

- | |
|-------------------------|
| ① 休憩時間の確保 |
| ② 残業時間の短縮 |
| ③ 取りやすい年次有給休暇 |
| ④ 取りやすい産前産後休暇、育児休暇、介護休暇 |
| ⑤ 働きに見合った給料の支給 |
| ⑥ 定期的な面談 |
| ⑦ 上司や同僚に相談しやすい環境 |
| ⑧ 各種ハラスメントの防止 |
| ⑨ メンタルヘルスに関する研修の実施 |
| ⑩ 業務に関すること以外の活動や交流の場 |

(具体的に：

- ⑪ その他 ()

問 11. 管理者や経営者の立場のかたが相談できる場はありますか。

- | | | |
|------|------|---------|
| ① ある | ② ない | ③ わからない |
|------|------|---------|

問 12. 貴社では、ストレスチェックは実施されていますか。

- | |
|-------------------------------------|
| ① 実施している (高ストレス者への対応 <u>あり・なし</u>) |
| ② 実施していない |
| ③ 今後実施する予定 |

※ストレスチェックとは…心理的な負担の程度を把握するための検査のことを言います。

(従業員数 50 人未満の事業所は当分の間努力義務)

地域産業保健センターは利用されたことがありますか。

① ある（利用内容：_____）
② ない

問 1 4. あなたは職場以外で心の健康に関する研修会・講演会を受けたことがありますか。

① ある（内容： ） ② ない

問 15. あなたは自死遺族のかたが集い、気持ちをわかち合う会が、米子市で開催されていることを知っていますか。

① 知っている ② 知らなかった

心の健康に関して、感じておられること、相談を受ける立場の方でお困りのこと、こういう場所があるといいなという提案等、自由にご記載ください。



38