

# 札幌市自殺総合対策行動計画 2024～自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～ 素案

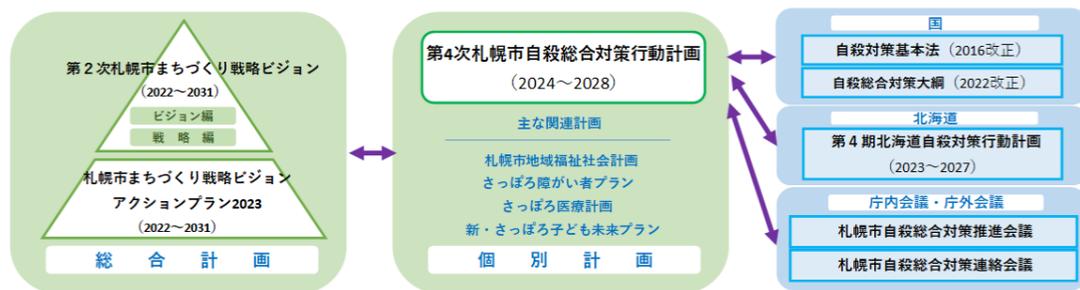
## 第1章 計画策定にあたって

### 1 計画策定の趣旨

- 2009年(平成21年)に副市長を委員長とした「札幌市自殺総合対策推進会議」を設置し、2010年(平成22年)に「札幌市自殺総合対策行動計画」、2014年(平成26年)に「第2次札幌市自殺総合対策行動計画」、2019年(平成31年)に「札幌市自殺総合対策行動計画2019」を策定し、各部署が連携しながら自殺対策を総合的に推進してきました。
- こうした背景を踏まえ、2024年度(令和6年度)からの5か年計画となる「札幌市自殺総合対策行動計画 2024～自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～」(以下「本計画」という。)を策定し、引き続き、自殺対策に係る取組を推進していきます。

### 2 計画の位置づけ

- 本計画は、基本法及び大綱に基づき、第4期北海道自殺対策行動計画(令和5年度～令和9年度)との整合性を図った計画であり、札幌市の自殺対策を総合的かつ効果的に推進するための基本的な計画として位置付けられるものです。

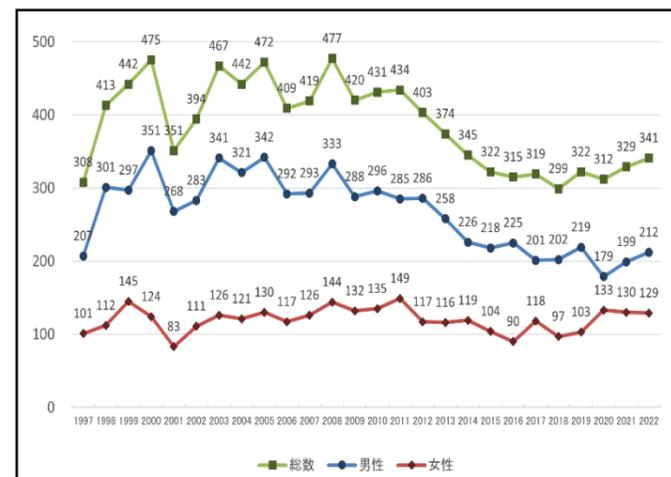


### 3 計画期間 2024年度(令和6年度)から2028年度(令和10年度)までの5年間

## 第2章 札幌市における自殺の現状

- 札幌市の直近5年間の自殺死亡率(17.3)は、政令指定都市の中で4番目であり、全国(16.4)よりも0.9ポイント高くなっています。
- 直近5年間(2018～2022年)の年代別自殺死亡率は「59歳以下」が全国よりも高くなっています。
- 自殺者の原因・動機は、全国的な傾向と同様に「健康問題」の割合が最も高く、他の政令指定都市と比較すると「経済・生活問題」、「家庭問題」の割合が高くなっています。
- 自殺者の自殺未遂歴の有無は、「自殺未遂歴あり」の者の割合が、他の政令指定都市と比較するとやや高く、全国より5.4ポイント高くなっています。
- 各ライフステージで自殺の原因・動機は異なり、各段階の現状に応じた対策を講じることが求められます。

### ◇札幌市における自殺者数の推移



(資料：厚生労働省「人口動態統計」)

## 第3章 第3次計画の実績と成果

### 基本方針Ⅰ 心の健康を支援する体制整備とゲートキーパー等人材養成の推進

- 自殺に対する正しい知識や、自殺に追い込まれる人の心情や背景などについて、市民一人ひとりが理解を深めることができるよう、様々な機会を活用して普及啓発事業を実施しました。
- 医療・教育・福祉など様々な分野において生きることの包括的な支援に関わっている専門家や支援者等を対象に、ゲートキーパー養成に関する研修等を行うなど、自殺対策に係る人材の確保・養成を推進しました。
- 職場・地域・学校といった様々な場において、ストレス要因を軽減し、心の健康を保持するための取組を進めました。また、災害にあった方への心のケアについても取組を行いました。

主な成果指標	目標値	実績値
ゲートキーパーに関する研修受講者数	16,900名	15,992名

### 基本方針Ⅱ 地域における自殺のハイリスク者対策の推進

- うつ病やアルコール・薬物・ギャンブル等依存症など、自殺の危険性が高い人が、早期に適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるよう、保健・医療・福祉等の専門職に対する研修や、関係機関の連携体制を深めるための取組を行いました。
- 失業・児童虐待・生活困窮・高齢者・妊産婦・性的マイノリティなど、様々な分野における相談体制を充実することにより、社会全体の自殺リスクを低下させるための取組を推進しました。

主な成果指標	目標値	実績値
「依存症は病気であり、本人の性格や意思の問題ではない」と認識する市民の割合	50%	42.8%

### 基本方針Ⅲ 若年層の教育ステージや生活環境に配慮した支援対策の推進

- 小中学校におけるいじめ等の問題や、様々な家庭環境、大学生のメンタルヘルスといった教育ステージごとの状況、SNSやWebサイトの活用といった若者の特性などについて考慮しながら、子ども・若者の自殺対策を推進しました。

主な成果指標	目標値	実績値
札幌こころのナビの閲覧数(累計)	18,000件	37,790件

### 基本方針Ⅳ 自殺未遂者支援の充実

- 国から提供されるデータの収集や、連絡会議構成機関等と連携した実態調査などにより、札幌市における自殺総合対策の推進に資する調査研究等を多角的に行いました。
- 自殺未遂者への適切な医療への推進を図るとともに、先進的な取り組みを進めている医療機関との連携や、医療・保健・福祉・教育といった関係機関と連携して自殺未遂者に関する普及啓発を行うなどの取組を実施しました。

主な成果指標	目標値	実績値
救急患者精神科継続支援算定機関数	5機関	4機関

### 基本方針Ⅴ 自死遺族等に対する支援の充実

- 自殺により遺された方の相談対応や、必要な情報を掲載したリーフレットの作成などによる普及啓発、自死遺族の自助グループの活動支援などを実施することにより、遺された人への支援を行いました。

主な成果指標	目標値	実績値
自死遺族支援研修受講者数	850名	718名

### 基本方針Ⅵ 関係団体等の連携強化と協働による取組の推進

- 自殺対策に取り組む医療・福祉・教育法律等に関する29機関で構成する「札幌市自殺総合対策連絡会議」を設置することにより、関係機関等の連携強化や、協働による取組を実施する仕組みを整えました。

主な成果指標	目標値	実績値
関係団体等との連携事業数及び参加者数	90事業 7,800名	76事業 5,170名

### 新型コロナウイルス感染拡大の影響

- 現計画の計画期間5か年のうち、約3年間に渡って新型コロナウイルスの感染拡大がありました。その影響は現在も継続していることもあり、札幌市の自殺対策への影響は不確定ですが、人との接触機会が減り、それが長期化することにより、経済・生活面、健康面など、様々な面において影響が感じられるとの声の関係機関等から届いています。
- 現計画の事業においても、各種研修や会議、一部事業の中止など影響を受けており、オンライン開催やオンデマンド配信といった開催方法の工夫をいたしました。計画策定時に目標としていた数値を達成できない面がありました。

## 第4章 本計画を策定する上での課題

### 1 自殺予防に関する理解の推進と人材養成

- 市民の自殺対策に対する関心や知識を高める普及啓発を広く継続する必要があります。
- 保健・医療・福祉・教育・その他関連領域において、自殺対策に係る人材の確保・養成及び資質の向上を図る必要があります。

### 2 自殺のハイリスク者対策の推進

- うつ病やアルコール・薬物・ギャンブル等依存症のある方等の自殺のハイリスク者を早期に発見して支援につなげる相談支援や専門医療を充実させ、社会復帰支援等の取組を推進する必要があります。
- 自殺の背景・原因となる問題には、経済・生活、健康、家庭等の様々な要因があることから、社会全体の自殺リスクを低下させる必要があります。

### 3 子ども・若者の自殺対策の推進

- 札幌市の2022年（令和4年）の19歳以下の自殺者数は15人と過去最多となりました。
- 若年層の現状や特性、ライフステージを考慮した取組を、更に進める必要があります。

### 4 女性の自殺対策の推進

- 札幌市の女性の自殺者は、2020年（令和2年）には133人となり、前年から30人増加しました。また、2021年（令和3年）以降も130人前後と高くなっており、なかでも29歳以下の自殺者数が増加傾向にあります。
- 妊産婦への支援をはじめ、生活困窮やDV、性暴力被害、家庭関係破綻など多様化する女性をめぐる問題を踏まえた取組を推進する必要があります。

### 5 自殺未遂者支援の充実

- 札幌市の2018年（平成30年）から2022年（令和4年）の自殺者のうち、自殺未遂歴のある者は約25%を占めており、特に女性は約35%に自殺未遂歴がありました。
- 自殺未遂者から得られる実態を分析しつつ、医療機関等を中心とした関係機関と連携しながら自殺未遂者の再企図を防ぐための取組を、更に充実する必要があります。

### 6 自死遺族等に対する支援の充実

- 自死遺族の方は、自身がケアを受けることへの抵抗感や、後ろめたさを感じてしまう面があります。
- 大切な人を自死で亡くした後に抱く感情や、心身に起こる変化は様々なので、遺された人、一人ひとりの心情に配慮した取組を継続する必要があります。
- 自死遺族の方にとって、一般的な情報を得やすくなってきていますが、必要な方に必要な情報が届くための取組を、更に進めていく必要があります。

### 7 関係団体等との連携強化

- 自殺は、家庭問題、健康問題、経済・生活問題等の要因が複雑に関係していることから、自殺を防ぐためには様々な分野の団体や関係者等が連携・協力して、総合的に対策を推進する必要があります。
- 関係機関との連携をこれまで以上に強化し、より実効性のある取組を連携して行うためには、各機関の特徴や強みなどについて相互理解を深める必要があります。

### 新型コロナウイルス感染拡大の影響

- 新型コロナウイルス感染症の影響は現在も継続しており、その影響について確定的なことは分かっていませんが、人との接触機会が減り、それが長期化することにより、経済・生活面、健康面など、様々な面において影響があると考えられます。

## 第5章 本計画の基本的な考え方

### 1 基本認識

#### 自殺は、その多くが追い込まれた末の死

- 自殺は、人が自ら命を絶つ瞬間的な行為としてだけでなく、人が命を絶たざるを得ない状況に追い込まれるプロセスが前提にあることを認識しておく必要があります。また、自殺行動に至った人の大多数は、うつ病等の精神疾患により適切な判断を行うことができない状態となっています。

#### 自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題

- 自殺の背景・原因となる経済・生活問題、健康問題、家庭問題等の様々な要因のうち、一見個人の問題と思われる健康問題や家庭問題等の要因であっても、相談支援体制の整備等の社会的取組で解決できる場合もあります。

#### かけがえのない命が、日々自殺に追い込まれている

- 年間自殺者数は、未だに300人を超えていることや10～39歳の死因の第一位が自殺であることから、依然として憂慮すべき状態は続いており、かけがえのない多くの命が、日々自殺に追い込まれています。

### 2 基本理念

市民一人ひとりが支え合い、  
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ます。

- 様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対して、身近な市民一人ひとりが、早期に気づき、話を聞き、適切な対応をとることができるよう促し、市民個人はもとより、保健・医療・福祉・教育・労働・その他の様々な関係機関がより強力に連携して「生きることの包括的な支援」を展開することで、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指します。

### 3 基本方針

- 基本理念を実現するため、自殺予防学の各ステージに基づく以下の7つの目指す方向性を設定し、自殺総合対策を推進していきます。

#### 基本方針Ⅰ 心の健康を支援する体制整備とゲートキーパー等人材養成の推進（1次予防）

- 自殺予防に関する理解の促進とゲートキーパーを担う人材の養成及び教育を推進

#### 基本方針Ⅱ 地域における自殺のハイリスク者対策の推進（1次予防）

- 自殺の危険性の高い人を早期に発見し、必要に応じて支援を行い、精神科医療へ確実につなげる

#### 基本方針Ⅲ 若年層の教育ステージや生活環境に配慮した支援・対策の推進（1・2次予防）

- ライフステージ(各学校の段階)や立場(社会とのつながりの有無)等の若者の置かれている状況に配慮した支援を推進

#### 基本方針Ⅳ 女性のライフステージや生活環境に配慮した支援・対策の推進【新規】（1・2次予防）

- 困難な問題を抱える女性への支援を推進

#### 基本方針Ⅴ 自殺未遂者支援の充実（2次予防）

- 自殺の危険因子の中で最もリスクが高い自殺未遂歴のある方に対する支援の充実を図る

#### 基本方針Ⅵ 自死遺族等に対する支援の充実（3次予防）

- 自殺が生じた際の事後対応を推進

#### 基本方針Ⅶ 関係団体等との連携強化と協働による取組の推進

- 様々な分野の団体や関係者等による緊密な連携のもと、必要な施策を推進

## 4 目標

### ひとりでも多くの命を救う

- 「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、市民や行政、様々な関係機関等、札幌市全体が自殺者を少しでもゼロに近づけていこうという意識の下、「ひとりでも多くの命を救う」ことを目標に取組を推進します。

## 第6章 施策の展開

- 基本方針の下に施策とそれに紐づく取組を展開していきます。【重点】は重点的に取り組む施策
- 基本方針ごとに成果指標を設け、取組の進捗状況を把握します。★は新規を示す。

### <基本方針Ⅰ 心の健康を支援する体制整備とゲートキーパー等人材養成の推進>

施策1 市民一人ひとりの気づきと見守りを促す			
取組の方向性	・児童生徒の自殺対策に資する教育の実施 ・自殺や自殺関連事象に関する正しい知識の普及等	主な取組	・若年層向け自殺対策普及啓発事業 ・ホームページ等の様々な媒体を活用した普及啓発の実施等
施策2 自殺対策に係る人材の確保・養成及び資質の向上を図る【重点】			
取組の方向性	・様々な分野でのゲートキーパーの養成 ・家族や知人等を含めたケアラーへの支援等	主な取組	・ゲートキーパー養成研修を開催 ・依存症患者家族支援等
施策3 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			
取組の方向性	・地域における心の健康づくり推進体制の整備 ・学校における心の健康づくり推進体制の整備等	主な取組	・心の悩みに関する相談を実施 ・教職員等が児童生徒からの相談に対応等
施策4 勤務問題による自殺対策を更に推進する			
取組の方向性	・長時間労働の是正 ・ハラスメント防止対策	主な取組	・冊子やリーフレット等による普及啓発 ・ホームページやSNS等による普及啓発等
主な成果指標		現在値	目標値
ゲートキーパーに関する研修受講者数		15,992名	22,000名

### <基本方針Ⅱ 地域における自殺のハイリスク者対策の推進>

施策5 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			
取組の方向性	・精神保健医療福祉サービスを担う人材の養成など精神科医療体制の充実 ・うつ等のスクリーニングの実施等	主な取組	・医療関係者等に依存症支援に関する研修を実施 ・訪問事業等によるうつ等の早期発見等
施策6 社会全体の自殺リスクを低下させる			
取組の方向性	・生活困窮者に対する支援の充実 ・性的マイノリティ(LGBT)に対する支援の充実等	主な取組	・札幌市生活就労支援センター「ステップ」 ・電話相談「LGBTほっとライン」等
主な成果指標		現在値	目標値
「依存症は病気であり、本人の性格や意思の問題ではない」と認識する市民の割合		42.8%	50%

### <基本方針Ⅲ 若年層の教育ステージや生活環境に配慮した支援・対策の推進>

施策7 子ども・若者の自殺対策を更に推進する【重点】			
取組の方向性	・SOSの出し方に関する教育の推進 ・学生・生徒等に対する支援の充実等	主な取組	★小中学生等に対する自殺予防啓発事業 ★若者の自殺危機対応チーム事業等
主な成果指標		現在値	目標値
札幌こころのナビの閲覧数(累計)		37,790件	70,000件

### <基本方針Ⅳ 女性のライフステージや生活環境に配慮した支援・対策の推進>

施策8 女性の自殺対策を更に推進する【重点】			
取組の方向性	・妊産婦への支援の充実 ・困難な問題を抱える女性への支援	主な取組	★産後のママの健康サポート事業 ★困難を抱える女性支援事業等
主な成果指標		現在値	目標値
困難を抱える女性支援事業における相談件数(年間)		288件	360件

### <基本方針Ⅴ 自殺未遂者支援の充実>

施策9 自殺総合対策に資する調査研究等を推進する			
取組の方向性	・自殺の実態や自殺対策の実施状況等に関する調査研究及び検証等	主な取組	・札幌市における自殺の実態調査・分析 ・関係機関と連携した未遂者等実態調査事業等
施策10 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ【重点】			
取組の方向性	・地域の自殺未遂者等支援の拠点機能を担う医療機関の整備 ・医療と地域の連携推進による包括的な自殺未遂者支援の強化等	主な取組	・救急患者精神科継続支援料算定施設を中心とした未遂者医療の推進 ・専門職向けに自殺未遂者支援に関する研修会を開催等
主な成果指標		現在値	目標値
救急患者精神科継続支援算定機関数		4機関	6機関

### <基本方針Ⅵ 自死遺族等に対する支援の充実>

施策11 遺された人への支援を充実する			
取組の方向性	・遺族等への支援 ・遺された関係者への支援等	主な取組	・関係機関と連携し自死遺族への相談を実施 ・専門職向けに自死遺族支援に関する研修会を開催等
主な成果指標		現在値	目標値
自死遺族支援研修受講者数		718名	970名

### <基本方針Ⅶ 関係団体等との連携強化と協働による取組の推進>

施策12 関係機関等との連携を強化する【重点】			
取組の方向性	・民間団体の人材育成に対する支援 ・地域における連携体制の確立等	主な取組	・「北海道いのちの電話」への支援 ・札幌市自殺総合対策連絡会議等
主な成果指標		現在値	目標値
小中学生等に対する自殺予防啓発事業の実施件数		0件	30件

## 第7章 計画の推進体制

### 札幌市自殺総合対策推進会議

- 副市長を委員長とする「札幌市自殺総合対策推進会議」を通じて、庁内関係部局の連携を図り、引き続き総合的かつ効果的に対策を推進していきます。

### 札幌市自殺総合対策連絡会議

- 保健・医療・福祉・教育・労働・その他関係機関により構成された「札幌市自殺総合対策連絡会議」と連携しながら、各々の果たすべき役割の明確化と共通認識の下、引き続き協働による対策の推進を行います。