

### Ⅲ 計画の方向性

#### 1. 計画の基本理念

本市の自殺対策における現状と課題、今後の方向性を踏まえ、本計画の基本理念を以下のとおりとします。

#### みんなでこころ支えあう 心地よいまち

身近な人との会話やふれあいがあり、さらには市民による様々な支え合いの活動を増やしていき、つらく苦しくなったときは安心して相談できる場所がある、心地のよいまちをともにつくっていきます。

また、この自殺対策計画の通称を「東くるめ ほっとプラン」とし、市職員や関係機関を含む全市民で推進していきます。



## 2. 計画の基本的な考え方

自殺の背景には、精神保健上の問題だけではなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があることが指摘されています。

そのため、社会における「生きることの促進要因（生きがい、信頼できる人間関係等）」を増やし、「生きることの阻害要因（経済・生活問題、健康問題、家庭問題等）」を減らす「生きる支援」を保健、医療、福祉、教育、労働等、様々な分野が連携し、自殺対策を実施する必要があります。

このような視点と、本市における統計や各調査結果から得られた5つの課題を踏まえ、本計画の基本的な考え方を以下のとおりとします。

### ■ほっとでき、いきいきと暮らせるまちづくり

市内には、地域における支え合い活動が多数あります。このような活動に、多くの市民が何らかの関わりを持つことが、身近な地域の中で役割や生きがいを見出し、気持ちがほっとすることにつながると考えられます。

また本市は、多くの湧水や、雑木林などの緑が織りなす風景に恵まれ、都内にありながら静かなやすらぎを感じられるまちです。

例え多くのストレスを抱えていても、このような温かい人と人とのふれあいや生きがいがあり、水と緑の自然に恵まれた環境の「東久留米」が、「ほっと」安堵でき、「いきいき」と暮らせるまちとなることを目指します。

### ■支え合い、気づくことのできる地域づくり

日頃から身近な人との会話やふれあいがあり、「悩みを抱えている人のちょっとした変化に気づいて声をかける」、そして「気にかけてくれる人が周りにいることに気づく」ことが、悩みや困りごとを解決するための様々な支援につながります。

今後、市内の団体や市民に対してゲートキーパー講習や自殺予防の啓発を行うことにより、周囲の人の変化に気づき、見守り、必要な支援につなぐ役割を担う人を増やし、市民が主体となって支え合うという地域づくりに努めます。

また、市民が「助けを求めてもよい」という認識を持つことができるよう、自殺予防やメンタルヘルスに関する啓発を行います。

### ■相談しやすい体制づくり

市民の悩みや困りごとは、年代や状況によって様々です。また、不安や悩みを抱える市民が、相談できる窓口の存在を知ることによって、必要な支援につながっていきます。

今後、市において実施している様々な相談窓口についてわかりやすく伝えていくとともに、市民がつらいときや苦しいときに安心して相談できる体制づくりに努めます。

### ■庁内・庁外の連携体制づくり

相談を受けた際、相談者の抱える悩みや困りごとに気づき、受け止め、必要な支援につなぐための連携体制が重要となります。

そのため、市職員一人ひとりがゲートキーパーとしての自覚を持ち、自殺のリスクを抱えた市民の早期発見・早期対応に努めます。庁内及び庁外の関係機関の連携強化を図ることにより、「生きる支援」を行います。(41 ページ参照)

また、自殺のリスクを抱えた方の相談を受ける支援者のこころの負担を軽減する体制づくりにも取り組みます。

### 3. 計画の数値目標

国の示した「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～」では、令和8年の自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少させることを政府の進める自殺対策の目標として定めています。

また、厚生労働省から示される「市町村自殺対策計画策定の手引」には、目標を定める際、国の目標を踏まえ適宜適切に設定し、人口規模が小さく自殺者数が少ない市町村の場合は、複数年の数値による目標も可能であることが記されています。

これらを踏まえつつ、本計画の期間を令和2年度から令和5年度としていること、また、市の人口規模では数名の増減でも自殺死亡率が大きく変動しうることから、本計画における当面の目指すべき目標値を下記のとおり設定します。

#### 令和3年から令和5年までの3年間の自殺死亡率を12.8以下に減少させる

	平成25～27年 【基準値】※	令和2～4年	令和3～5年	令和4～6年	令和5～7年	令和6～8年
計画期間		令和2～5年度				
年間自殺死亡率の 平均値	16.3	13.2	12.8	12.3	11.9	11.5
【参考】年間自殺 死亡者数の平均値	19	15	15	14	14	13
割合(△2.7%/年)	1	0.811	0.784	0.757	0.730	0.703

※地域自殺実態プロファイル【東京都東久留米版】自殺死亡率・自殺者数より算出。

## 4. 計画の体系

本計画においては、自殺対策推進の基礎となる施策を「自殺対策総合施策」、子ども・若者や生活困窮者などに対して生きる支援につながる重要施策を「分野別施策」と位置付けます。

### 1 自殺対策総合施策

自殺対策推進の基礎となる施策として、自殺対策総合施策に取り組んでいきます。

#### I 地域におけるネットワークづくり

- (1) 自殺対策を推進する連携会議の実施
- (2) 自殺を防ぐ庁内・庁外の連携の体制づくり
- (3) 各機関の日常的なネットワークづくり
- (4) 地域における見守り等の実施

#### II 自殺対策を支える人材の育成

- (1) ゲートキーパーの養成
- (2) 支援者に対するサポート体制づくり
- (3) 市職員に対する研修の実施

#### III 市民への周知・啓発

- (1) 自殺予防の啓発物の作成・配布
- (2) 自殺対策事業の周知
- (3) その他の周知活動等

### 2 分野別施策

対象別における「相談・支援」「周知・啓発」「居場所づくり」に取り組んでいきます。

#### I 全年代（障害者含む）

#### II 子ども・子育て

#### III 勤労世代

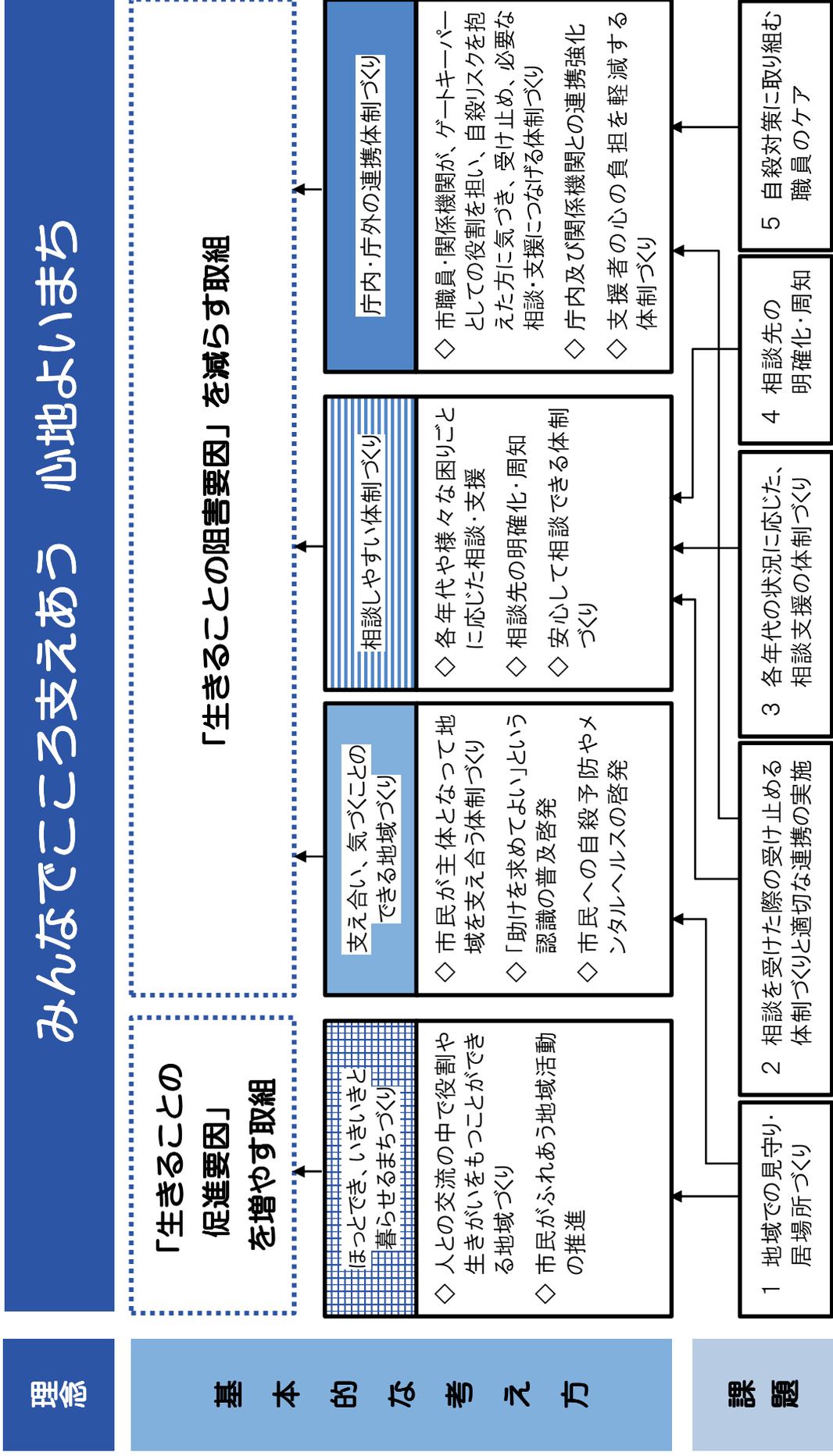
#### IV 高齢者

#### V 生活困窮者等



下図は、本計画の理念を実現するための4つの基本的な考え方が、本市の課題解決に向けての方向性であることや、国の自殺対策大綱で表記されている「生きることの促進要因を増やす取組」と「生きることの阻害要因を減らす取組」に当てはまることを表しています。

また、37ページの表は、本計画に位置付けた各事業が、4つの基本的な考え方のどれに寄与するものかを模様で示しています(複数に寄与する事業もあります)。



計画の体系と事業  
【基本的な考え方の分類】

ほつとでき、いきいきと暮らせるまちづくり	支え合い、気づくことのできる地域づくり	相談しやすい体制づくり	庁内・庁外の連携体制づくり
----------------------	---------------------	-------------	---------------

自殺対策総合構築

I 地域におけるネットワークづくり

① 自殺対策推進連絡会	自殺対策推進協議会	庁内連携体制の強化	東久留米市青少年健全育成協議会	東久留米市安全・安心まちづくり推進協議会	防犯協会支援事業
② 自殺を防ぐ庁内・庁外の連携の体制づくり	地域福祉コーディネーター配置事業	民生・児童委員支援事業	成年後見推進事業	いじめ問題対策事業	
③ 各機関の日常的なネットワークづくり	ゲートキーパー養成研修(職員)	ゲートキーパー養成講習(市民)	ゲートキーパー養成講習(市民)		
④ 地域における見守り等の実施	事例検討会	「東京都こころのちのちのサポート体制」の利用			
	職員研修				

II 自殺対策を伝える人材の育成

① (1)ゲートキーパーの養成	自殺予防啓発物の作成・配布	都内の相談窓口の周知	都内の相談窓口の周知	情報コーナー整備事業	報道機関情報提供事業
① (2)支援者に対するサポート体制づくり	広報・ホームページ等での周知	ホームページ運営事業	声の広報事業		
① (3)市職員に対する研修の実施	資料情報の提供・管理事業	暮らしの便利帳発行事業	防犯に関する支援		
② (4)地域における見守り等の実施	東京部の自死遺族・相談先のリーフレット等の周知				

分業別事業

I 全年代(障害者含む)

① (1)相談・支援	人権の上相談事業	市民相談事業	男女平等推進センター相談事業	消費者相談事業	健康相談事業
② (2)周知・啓発	基幹相談支援センター等機能強化事業	障害者虐待防止相談事業	自立支援給付(訓練等給付)センター事業	精神障害者地域活動支援センター事業	日中一時支援事業
① (3)居場所づくり	さいわい福祉センター事業	精神障害者社会復帰支援事業	精神保健福祉相談事業	障害年金受給相談事業	
	わくわく健康プラン推進事業	東京都型ショートステイ事業			
	サードプレイス事業				

II 子ども・子育て

① (1)相談・支援	教育相談事業	スクールソーシャルワーカー配置事業	スクールカウンセラー配置事業		
② (2)周知・啓発	愛のひと声運動支援事業	乳幼児全戸訪問事業	母子保健事業に係る家庭訪問・面接・電話相談事業	子ども家庭支援センター運営事業(総合相談)	ファミリー・サポート・センター事業
③ (3)居場所づくり	育児相談事業	子ども相談事業(心理経過観察・個別)	就学時健診診断事業	わかくさ学園発達相談事業(ショートステイ)	子ども家庭支援センター事業(ショートステイ)
	児童・生徒のSOSの出し方に関する教育				
	子育て応援メール配信事業				
	子ども読書活動推進事業				
	放課後子供教室推進事業				

III 労働世代

① (1)相談・支援	中小企業資金融資事業	小企業経営改善資金利子補給事業	労働者就労支援事業	母子保健事業に係る家庭訪問・面接・電話相談事業	ファミリー・サポート・センター事業
② (2)周知・啓発	労働者健康手帳交付事業	育児相談事業	子ども相談事業(心理経過観察・個別)	就学時健診診断事業	子ども家庭支援センター運営事業(総合相談)
③ (3)居場所づくり	包括的支援事業・任意事業(高齢者への総合相談事業)	生活保護事業			
	生活困窮者自立支援事業(自立相談支援事業・住居確保給付金)	母子・父子家庭自立支援給付金事業			
	ひとり親家庭等の医療費助成事業	児童扶養手当支給事業			
	小学校就学援助事業	児童発達支援事業			
	中学校就学援助事業	ゲートキーパー養成講習(市民)(再掲)			
	健康教育事業				

IV 高齢者

① (1)相談・支援	包括的支援事業・任意事業(高齢者への総合相談事業)	高齢者生活支援事業(配食サービス)	入院助産の実施事業	ひとり親ホームヘルプサービス事業	母子保護の実施事業
② (2)周知・啓発	包括的支援事業・任意事業(認知症サポーター養成講座)	一般介護予防事業	児童育成手当支給事業	児童育成手当支給事業	児童育成手当支給事業
③ (3)居場所づくり	地区センター管理事業				

V 生活困窮者等

① (1)相談・支援	生活困窮者自立支援事業(自立相談支援事業・住居確保給付金)	生活保護事業	入院助産の実施事業	ひとり親ホームヘルプサービス事業	母子保護の実施事業
② (2)周知・啓発	ひとり親家庭等の医療費助成事業	母子・父子家庭自立支援給付金事業	児童扶養手当支給事業	児童扶養手当支給事業	児童扶養手当支給事業
	小学校就学援助事業	児童発達支援事業			
	中学校就学援助事業				