

石狩市自殺対策行動計画

～誰も自殺に追い込まれることのないまちを目指して～

中間評価報告書

令和 7 年 1 月

石狩市

目 次

第1章 石狩市自殺対策行動計画の概要と中間評価の方法

1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置づけ	1
3 計画の期間	1
4 中間評価の趣旨と方法	2
5 中間評価の流れ	2

第2章 中間目標の達成状況及び各種事業の取り組み実績

1 計画の数値目標	3
2 自殺対策における取り組み	3
（1） 地域におけるネットワークの強化	4
（2） 自殺対策を支える人材の育成	4
（3） 住民への啓発と周知	5
（4） 生きることの促進要因への支援	6
（5） 児童生徒のＳＯＳの出し方に関する教育	7
（6） 庁内関連事務事業に関する取り組み	8
（7） 関係機関の取り組み	9

第3章 中間目標の総括及び方向性

	11
--	----

第1章 石狩市自殺対策行動計画の概要と中間評価の方法

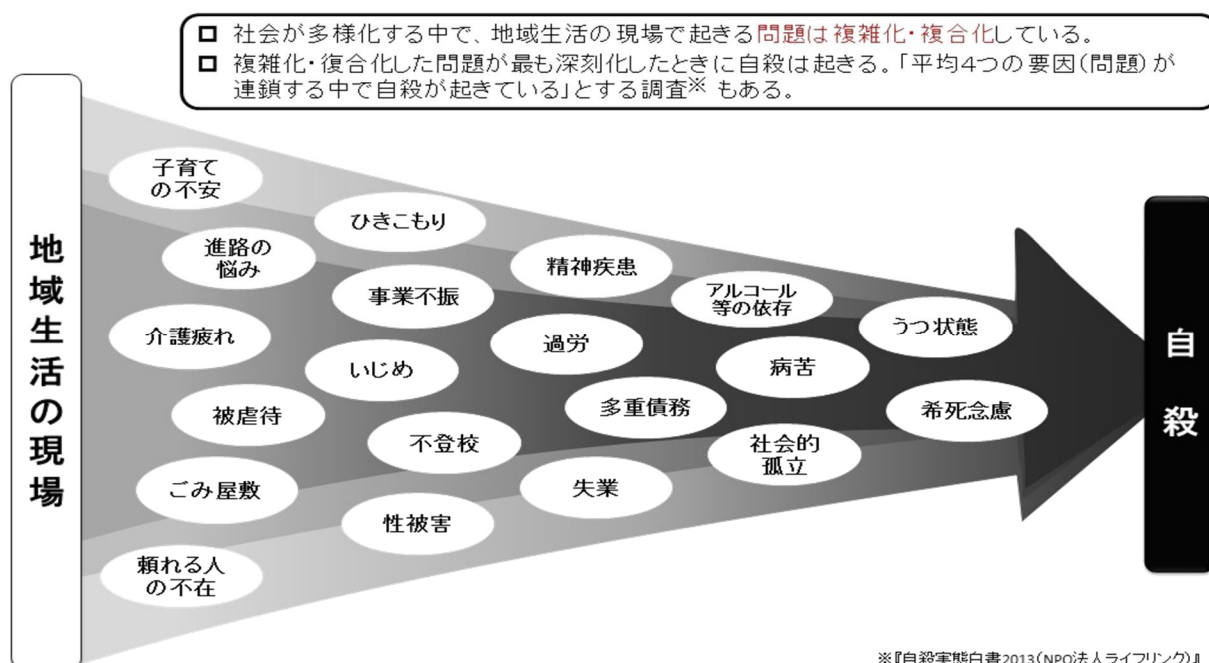
1. 計画策定の趣旨

自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、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知られています。（自殺の危機要因イメージ図：図1参照）

平成28年3月には、自殺対策を更に強化するため自殺対策基本法が改正され、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して、すべての市町村に「地域自殺対策計画」の策定が義務付けられました。

本市においても、自殺防止に関する市民の意識を高め、ハイリスク者への支援を充実していくこと、また、保健・医療・福祉・教育・労働等の関係機関・団体との連携を強化し、自殺対策を「生きる支援」として総合的に推進するため、石狩市自殺対策行動計画を策定しました。

図1：自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料）



2. 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法に基づき、国の自殺対策の指針を示した「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～」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。

また、本計画は、第5期石狩市総合計画を上位計画とし、第3期北海道自殺対策行動計画をはじめ、本市の自殺対策に関連する他の計画（石狩市健康づくり計画（第2次）等）との整合性を図るものです。

3. 計画の期間

令和元年度から令和10年度までの10年間とし、令和5年度に中間評価を行います。また、国の政策と連携する必要があることから、国の動向や社会情勢の変化に配慮し、必要に応じ計画の見直しを行います。

4. 中間評価の趣旨と方法

前期 5 年間（令和元年度～5 年度）の進捗状況を踏まえ、社会情勢の変化や他の関連計画との整合性、関係団体等との連携推進などを勘案し、後期 5 年間の方向性を整理しました。

なお、前期 5 年間の評価は、健康意識に関するアンケート調査※などから現状を把握し、計画策定当初の目標値と現状値を比較してどの程度目標を達成できたかについて、次のとおり目標達成率を算定し、評価区分に基づいて 3 段階で判定しました。

※健康意識に関するアンケート調査について

計画の進捗状況を把握するため、20 歳～69 歳の市民 2,000 人を対象に令和 5 年 5 月 25 日～6 月 18 日に実施したアンケート

$$\text{目標達成率（\%）} = \frac{(\text{中間評価時の値}) - (\text{策定時の値})}{(\text{目標値}) - (\text{策定時の値})} \times 100$$

評価区分	評価の判定
A	目標値を達成又は目標に向かって順調に推移している ⇒ 目標達成率 50%以上
B	策定時より改善傾向及び横ばい状況にある ⇒ 目標達成率 0%以上 50%未満
C	策定時より悪化している ⇒ 目標達成率がマイナス

5. 中間評価の流れ

令和 5 年 5 月 25 日～6 月 18 日	中間目標の達成状況を把握するためのアンケート調査 （健康意識に関するアンケート）
令和 5 年 11 月 30 日～12 月 6 日	庁内関係部署に取り組み状況や自殺対策に関する意見聴取
令和 5 年 12 月 19 日	令和 5 年度第 1 回石狩市自殺対策推進協議会 ・ 国の自殺対策の動向と北海道の自殺対策 ・ 石狩市の自殺の実態 ・ 石狩市自殺対策行動計画中間評価報告書（案） ・ 各委員からの意見及び情報交換

第2章 中間目標の達成状況及び取り組み実績

1. 計画の数値目標

本市においては、「誰も自殺に追い込まれることのない石狩市」の実現を目指すものですが、段階的に市内の自殺死亡率を減少させていくことを目標とします。

国は、平成29年7月に閣議決定した「自殺総合対策大綱」において、令和8年（2026年）までに、自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少させることを自殺対策の目標として定めています。

本市の人口規模では、数名の自殺者の増減でも自殺死亡率(※)が大きく変化します。そのため目標値には、単年の自殺死亡率ではなく5年間の平均値を用いることとします。

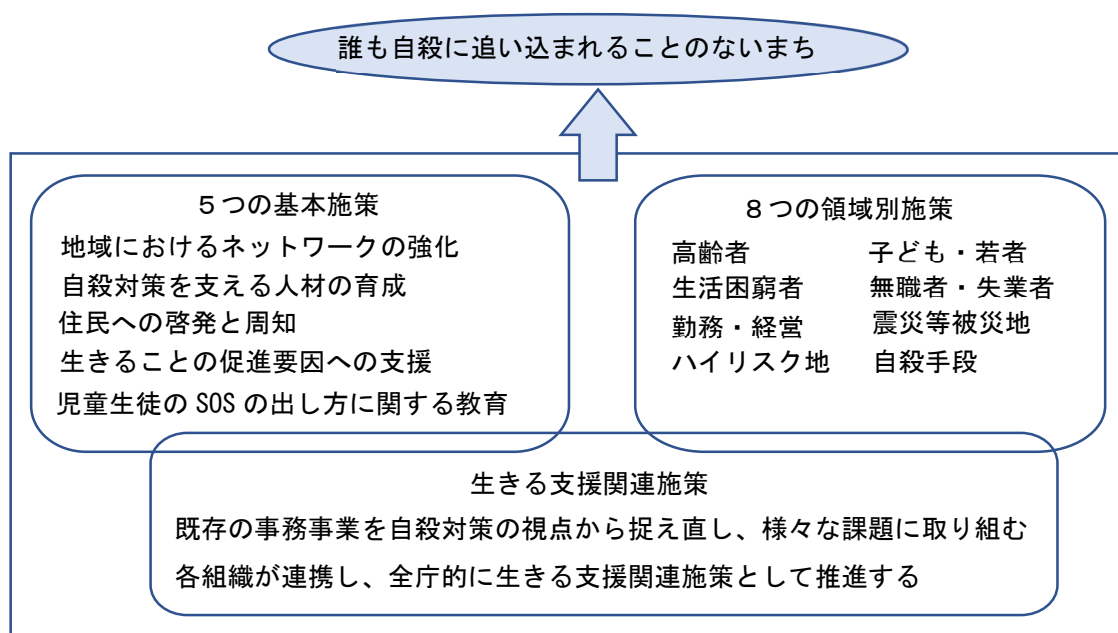
現状（平成25年から平成29年の5年平均）18.5の自殺死亡率を30%以上減少させ、計画期間の最終年度に（令和5年から令和9年の5年平均）13.0とすることを目標とします。

		R1年度	R5年度	R10年度	中間目標の達成状況	評価
		現状値	中間目標値	目標値		
自殺死亡率	全国	H27 18.6	—	R8 13.0	5年平均（H30-R4） 16.4	B
	石狩市	5年平均（H25-H29） 18.5	5年平均（H30-R4） 15.7	5年平均（R5-R9） 13.0	5年平均（H30-R4） 17.8	

※ 自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者）＝ 自殺者÷人口×10万

2. 自殺対策における取り組み

本計画では、国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」において、すべての自治体で取り組むことが望ましいとされた「5つの基本施策」と、「地域自殺実態プロファイル」により示された「8つの領域別施策」を組み合わせ、地域の実態に即した施策を推進していきます。また、市役所各部局の関連事務事業と関係機関の取り組みを「生きる支援関連施策」と位置付け、自殺対策を推進していきます。



(1) 地域におけるネットワークの強化

石狩市では、生活困窮者に対する支援や高齢者、障がい者（児）支援、児童・生徒、妊産婦や子育てに関する支援を実施しています。これらの支援のほか、生活保護や納税の相談も行っています。

また、市内、市外を含めて、医療機関やハローワーク、消防署、警察署、保健所など、生きるための包括的な支援を行う機関が数多くあり、地域では、民生児童委員による見守り活動等も行われています。石狩市自殺対策連絡会議や、江別保健所自殺予防対策連絡会等により、さまざまな相談機関や関係者が課題や現状を共有し、お互いの役割や業務を学び合い、相談者の個人情報に配慮した上で情報共有と有機的な連携を図りながら、地域におけるネットワークを強化します。

【評価指標】

	現状値 H30年度	中間目標値 R5年度	目標値 R10年度	中間目標の達成状況	評価
石狩市自殺対策連絡会議の開催回数	※計画策定中のため未実施	年1回以上	年1回以上	0回 (R4年度)	C
江別保健所自殺予防対策連絡会への参加回数	1回	全て	全て	全て	A

前期の主な取り組み

- 令和元年度は、自殺対策行動計画策定委員会を開催して計画の策定作業を行っていたため、自殺対策連絡会議は開催しませんでした。
- 令和2年度～令和4年度は、新型コロナウイルス感染症の影響により開催を見送りましたが、令和2年度、3年度は、自殺対策連絡会議の開催に替えて関係機関に自殺につながる相談や新型コロナウイルス感染症流行による影響等に関するアンケートを実施し、結果を共有しました。
- 江別保健所自殺予防対策連絡会に参加し、共通する課題についての情報交換や他機関の取り組みについて学ぶことができました。（令和2年度、令和3年度は未開催）
- 自殺対策連絡会議と自殺対策行動計画策定委員会の役割を見直し、計画策定から進捗管理を一貫して行う自殺対策推進協議会を新たに設置しました。

今後の方向性

後期の主な取り組み

- 自殺対策推進協議会において、関係機関がそれぞれ抱える現状や課題を共有し、解決策について話し合うことで顔が見える関係を築き、関係者間のネットワークの強化に努めます。
- 新型コロナウイルス感染症等の感染拡大時などには、WEB 会議を活用するなどの方法も取り入れます。
- 自殺対策推進協議会に関係機関を追加するなどの見直しを行います。

(2) 自殺対策を支える人材の育成

自殺対策では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して孤立や孤独を防ぎ、支援することが重要です。自殺に関する正しい知識の普及や、自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞き、必要に応じて専門家につなぎ、見守る方法等についてのゲートキーパー養成研修等の開催により、関係者の人材育成に努めます。

【評価指標】

	現状値 H30年度	中間目標値 R5年度	目標値 R10年度	中間目標の達成状況	評価
ゲートキーパー養成研修受講者のうち「自殺対策の理解が深まった」と回答した人の割合	－	70%	70%	83.3% (R4年度)	A
ゲートキーパー研修の受講者数（延べ人数）	484人（H22-H30年度）	800人	1,200人	835人 (R4年度)	A

前期の主な取り組み

- 研修を受講した人の８割以上が「自殺対策の理解が深まった」と回答し、中間目標値の70%を上回りました。（令和元年度：90.8%、令和２年度：79.7%、令和３年度 93.1%）。
- 令和元年度～令和４年度までゲートキーパー研修を計 11 回、351 人に実施し、中間目標値である累計 800 人を達成しました。
- 令和２年度、令和３年度は、新型コロナウイルス感染症流行の影響で市職員のみを対象としたゲートキーパー研修を実施しました。

今後の方向性

後期の主な取り組み

- 新型コロナウイルス感染症の拡大により、市民や関係団体等へのゲートキーパー養成研修の機会が減少したため、市民向けの研修機会を増やします。また、受講者に合わせて開催方法を工夫するなど、ゲートキーパーへの理解が深められる研修内容の充実に努めます。

(3) 住民への啓発と周知

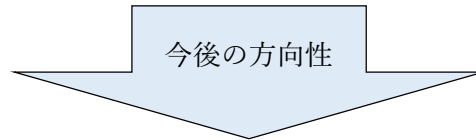
さまざまな機会を通じて、広く市民に相談窓口や相談機関に関する情報を提供するとともに、市民の自殺対策に対する理解が深まるよう、講演会や出前講座、ゲートキーパー養成研修等を開催します。また、3月の自殺対策強化月間や9月の自殺予防週間には、地域全体への問題の啓発や相談先情報の周知を図っていきます。

【評価指標】

	現状値 H30年度	中間目標値 R5年度	目標値 R10年度	中間目標の達成状況	評価
市民アンケートで、「ゲートキーパー」という言葉を知っている人の割合	16.2% (R1年度)	増加	増加	18.0% (R5年度)	B
「こころの健康相談統一ダイヤル」や「いのちと暮らしの相談ナビ」等の相談窓口の周知回数	4回 (H30年度)	増加	増加	6回 (R4年度)	A

前期の主な取り組み

- ゲートキーパー養成研修の開催のほか、自殺予防週間や自殺対策強化月間に広報いしかり等により、ゲートキーパーについて周知・啓発を行いました。ゲートキーパーの認知度は1.8ポイントの微増であり、中間目標値の「増加」は達成していません。
- 相談窓口の周知は、広報いしかり、市HPへの掲載のほか、ポスター掲示やこころの健康講座等で実施しており、周知回数は増加しています。

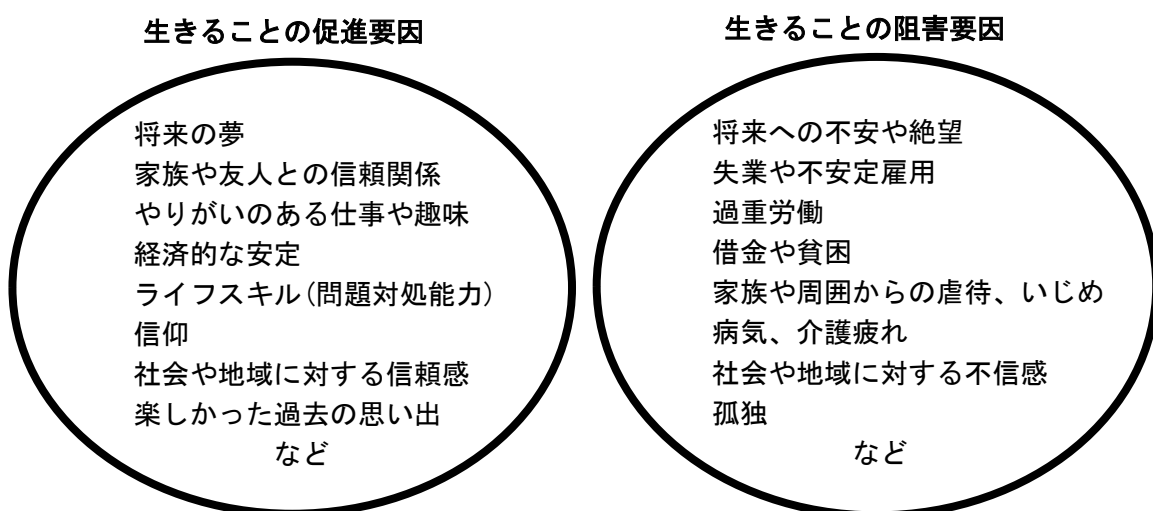


後期の主な取り組み
➤ 新型コロナウイルス感染症の拡大により、市民や関係団体等へのゲートキーパー養成研修の機会が減少したため、市民向けの研修機会を増やします。(再掲) ➤ 必要な人に情報が届くように関係機関等に依頼する、健診や健康教室などの機会をとらえて周知するなど、周知の拡充に努めます。

(4) 生きることの促進要因への支援

自殺対策は個人においても社会においても、「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて「生きることへの促進要因」を増やす取組を行うこととされています。「生きることへの促進要因」への支援という観点から、各種の相談に丁寧かつ適切に対応し、必要に応じて適切な相談機関・窓口へと案内すると共に、相談者本人の意思を尊重しつつ相談機関との連携や情報共有を図ります。また、関係機関や団体との連携によって、居場所づくり、自殺未遂者や遺された人への支援に関する対策を推進していきます。

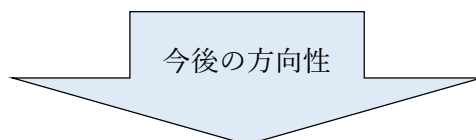
図4：生きることの促進要因と阻害要因 NPO法人自殺対策支援センターライフリンクより



【評価指標】

	現状値 H30年度	中間目標値 R5年度	目標値 R10年度	中間目標の達成状況	評価
市民アンケートで、相談することに対するためらいを「感じない」、もしくは「どちらかというと感じない」と回答する人の割合	49.9% (R1年度)	増加	増加	50.1% (R5年度)	B
市民アンケートで、睡眠による休養を十分に取れていない人の割合 (第2次健康づくり計画の目標値)	11.9% (R1年度)	減少	減少	13.3% (R5年度)	C
市民アンケートで、2週間以上、気持ちの落ち込みなどがある人の割合 (第2次健康づくり計画の目標値)	21.2% (R1年度)	減少	減少	25.2% (R5年度)	C

前期の主な取り組み
➤ 相談窓口の周知や睡眠、うつ病の予防・早期発見の啓発については、市HPや広報いしかり等を活用して実施しました。 ➤ こころの健康講座を開催し、うつ病の知識やセルフケア等に関する啓発を行いました。（令和3年度・4年度に各1回開催。令和元年度、2年度は新型コロナウイルス感染症の影響で中止）



後期の主な取り組み
➤ 相談窓口について、引き続き広報やHP等で周知するとともに、必要時に適切な相談窓口につながるができるように庁内連携の強化に努めます。 ➤ こころの健康講座を継続して実施します。また、地域での活動の場などに出向いて睡眠やうつ病、依存症などに関する心の健康教育を実施します。

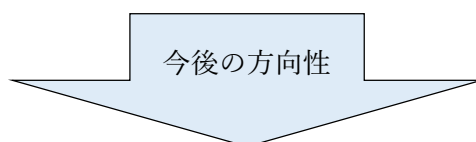
(5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

学童期や思春期の児童や生徒は、辛い思いや悩みを抱えていても、周りに意思表示することができない、誰にどのように助けを求めればよいかわからない状況になることが多くあります。既に授業の一環として導入している学校もありますが、児童・生徒が、さまざまな困難やストレスへの対処法を身につけるための教育や、信頼できる大人に助けを求める声をあげられるよう、SOSの出し方に関する教育を実施する学校が広がるよう対策を進めていきます。

【評価指標】

	現状値 H30年度	中間目標値 R5年度	目標値 R10年度	中間目標の達成状況	評価
児童生徒のSOSの出し方に関する教育の実施	1校	1校以上	1校以上	17校 (R4年度)	A

前期の主な取り組み
➤ 自殺予防教育プログラムは実施していませんが、各小中学校の「道徳」や「総合学習」において、命の教育などとともに学習しています。



後期の主な取り組み
➤ 20歳未満の若者の自殺が増加傾向にあることから、若者の自殺を防止するための施策の強化を検討します。

(6) 庁内関連事務事業に関する取り組み

(石狩市自殺対策行動計画の 18～24 ページ)

- ・石狩市の全事務事業をリスト化し、その中の 82 事業を「生きる支援」に関連する・関連し得る事務事業に分類しています。
- ・「生きる支援」に関連する・関連し得る事務事業に分類した 82 事業については、各課の事務事業で職員がそれぞれ市民とかかわる際、悩んでいる人に気づいたら【気づき】、話を聴き【傾聴】、必要に応じて適切な相談機関につなげる【つなぐ】役割を一人一人が担うことが求められており、下記の表の評価区分で進捗状況を調査しています。

●全 82 事業

評価区分	R1年度		R2年度		R3年度		R4年度	
	事業数	割合	事業数	割合	事業数	割合	事業数	割合
○：自殺対策の視点を意識して事業を実施した	61	74.4%	63	76.8%	67	81.7%	70	85.4%
×：自殺対策の視点を意識した事業が実施できなかった	3	3.7%	2	2.4%	2	2.4%	2	2.4%
△：どちらとも言えない	15	18.3%	16	19.5%	12	14.6%	7	8.5%
※：該当事業がなかった	3	3.7%	1	1.2%	1	1.2%	3	3.7%

●新型コロナウイルス感染症関連事業

評価区分	R1年度		R2年度		R3年度		R4年度	
	事業数	割合	事業数	割合	事業数	割合	事業数	割合
○：自殺対策の視点を意識して事業を実施した			8	50.0%	11	84.6%	11	84.6%
×：自殺対策の視点を意識した事業が実施できなかった			1	6.2%	0	0.0%	0	0.0%
△：どちらとも言えない			6	37.5%	1	7.7%	1	7.7%
※：該当事業がなかった			1	6.2%	1	7.7%	1	7.7%
事業数計			16	99.9%	13	100.0%	13	100.0%

(7) 関係機関の取り組み

関係機関の取り組みについては、石狩市自殺対策推進協議会で取り組み状況や課題などを共有し、連携を深めながら推進します。

保健所

- ・ ころの健康相談の開催（精神科医師と保健師による相談）
- ・ 精神疾患に関する相談支援
- ・ 自殺予防対策連絡会思春期保健ネットワーク推進事業合同の開催

地域自殺対策推進センター（北海道立精神保健福祉センター）

- ・ 自殺関連の相談(電話、来所、電子メールなど)
- ・ 自殺未遂者や自死遺族の支援と交流会の開催
- ・ アルコール・ギャンブル・薬物依存の相談と交流会の開催
- ・ 社会的ひきこもり相談
- ・ 自殺対策の総合的な推進

医療機関（精神科）

- ・ 精神疾患に対する治療
- ・ 医療福祉相談室における患者や家族の相談
- ・ 他機関からの紹介などによる受診や入院に関する相談対応
- ・ 関係機関への案内や紹介など他機関につなぐ支援
- ・ 訪問看護における対応

地域包括支援センター

- ・ 高齢者の総合的な相談支援（本人やその家族からのさまざまな相談を受け、保健、医療、福祉などの適切なサービスへつなぐ）
- ・ 介護予防ケアプランの作成（介護予防・生活支援サービス事業が効率的に提供されるよう、その方の心身の状態にあった計画を作成）
- ・ 権利擁護業務（高齢者虐待や消費者被害を防止するため、他の機関と連携して高齢者の安全を守る）

総合相談支援センター

- ・ 障がいのある方やその家族、支援者からの相談、電話・面談・訪問などの対応
- ・ 関係機関への案内や紹介など他機関につなぐ支援
- ・ 障害福祉サービス等利用計画の作成
- ・ 入所施設や精神科病院からの退所、退院にあたっての地域移行に向けた支援
- ・ 地域での生活が不安定な方に対する継続支援

社会福祉協議会

- ・生活困窮者に対する総合相談、住居確保給付金の相談
- ・低所得者や高齢者、障がい者世帯への経済的自立に向けた、生活福祉資金等の貸付
- ・高齢や障がい等により日常生活に不安がある方への福祉サービス利用や金銭管理支援
- ・被災世帯へのお見舞金の支給、日本赤十字社による日常生活用品の支給等

民生委員児童委員協議会

- ・高齢者などの見守り、安否確認のための訪問活動
- ・地域住民が抱える悩みや心配事の相談、専門機関との連携
- ・高齢者や子育て家庭を対象としたサロン活動

小・中学校、高等学校

- ・教育相談
- ・道徳や保健体育の授業等
- ・いじめ対策会議や各種会議における学校内や学校間での児童生徒に関する情報の共有
- ・いじめの実態調査
- ・児童相談所等関係機関との連携
- ・地域のボランティア等との連携

商工会議所

- ・巡回訪問、面接、電話等での金融、税務、経営等の相談 ・事業者向け講習会の開催
- ・労働問題に関する相談窓口の情報提供

公共職業安定所（ハローワーク）

- ・就労に関する相談 ・安定した雇用機会の確保

警察署

- ・来訪、通報、その他あらゆる機会を通じて警察に寄せられる相談への対応
- ・小中学生を対象とする非行防止教室の開催

消防署

- ・自損行為者の医療機関への救急搬送
- ・児童生徒への命の大切さを教える講習会の開催

第3章 中間評価の総括及び方向性

本計画においては、5年平均自殺死亡率を18.5から13.0まで減少させることを最上位目標とし、そのための対策に取り組むことで計画を推進してまいりましたが、平成30年から令和4年までの5年平均自殺死亡率は17.8であり、本計画の中間目標値である15.7まで減少していない状況にあります。

本計画を策定した年に新型コロナウイルス感染症の流行が始まり、経済状況の悪化や外出制限により人との交流が希薄化するなど社会情勢が大きく変化し、全国的に自殺者が増加しました。このような背景をふまえ本市の状況を以下のように整理し、引き続き計画に沿って自殺対策に取り組む必要があります。

●本市における5か年（平成30年～令和4年）の自殺の状況

○本市の5か年自殺者数は、前の5か年と比較し減少していませんでした。

○本市の5年平均自殺死亡率は、18.5から17.8に低下しましたが、中間目標値の15.7には届きませんでした。国の動向と同様に、令和2年と令和3年の自殺死亡率が上昇したことが影響しています。

○本市の自殺の傾向は（性・年代・職有無・同居者有無）以下のとおりです。

- ・自殺数が多い区分：60歳以上、無職、同居者あり
- ・自殺死亡率が高い区分：男性、20～50代の稼働世代、無職、独居
- ・全国と比較し自殺死亡率が高い区分：男性、20～30代、独居

こうした状況から、石狩市健康づくり計画（第3次）の「こころの健康」の施策との整合性を図りながら以下の基本施策を優先的に取り組み、各取り組みにおいては高齢者、稼働世代、若者といった世代別アプローチ、無職、独居といったリスク要因に対するアプローチを行います。

●取り組み（1）「地域におけるネットワークの強化」

養育者の困窮、ハラスメント、薬物、就労に関する問題など子ども、若年者、稼働世代を取り巻く環境が厳しくなっていることから、保健・医療・教育・産業・福祉・介護・法律等の関係機関と連携し、悩みを察知する立場にある職種間のネットワークを強化します。

◆石狩市自殺対策推進協議会の開催、江別保健所自殺予防対策連絡会への参加を通し、自殺数の多い年代や高い自殺リスクを抱える人々に関わる様々な相談機関や関係者が、現状や課題を共有、役割や業務の相互理解、事例対応時の協力連携体制強化を目指します。

●取り組み（2）「自殺対策を支える人材の育成」

自殺の危険を示すサインに早く気付くことが大切なことから、自殺や自殺関連事象（自殺を企てる、自

殺したいと考える、自分自身を傷つける、など）等に関する正しい知識を得るためにゲートキーパー養成研修を拡充し計画的な実施を継続します。

- ◆自殺リスクの高い人と接する機会の多い団体や職種向けのゲートキーパー養成研修を実施します。
- ◆自殺予防普及啓発資材等を活用し、小規模、短時間の参加しやすい学習の機会を設けます。

●取り組み（３）「住民への啓発と周知」

市民一般に対するもののほか、本市において自殺数や率の高い年代・性別に向け、取り組み（１）（２）と連動しながら心の健康や自殺予防に関する知識の普及啓発、相談機関の周知を強化します。

- ◆自殺予防週間、自殺対策強化月間等、自殺リスクの高まりやすい時期には、さらに普及啓発活動を強化します。
- ◆リスクの高い対象に合わせた内容の普及啓発活動を行います。
- ◆石狩市健康づくり計画（第３次）に掲げる「こころの健康講座」を継続して開催します。