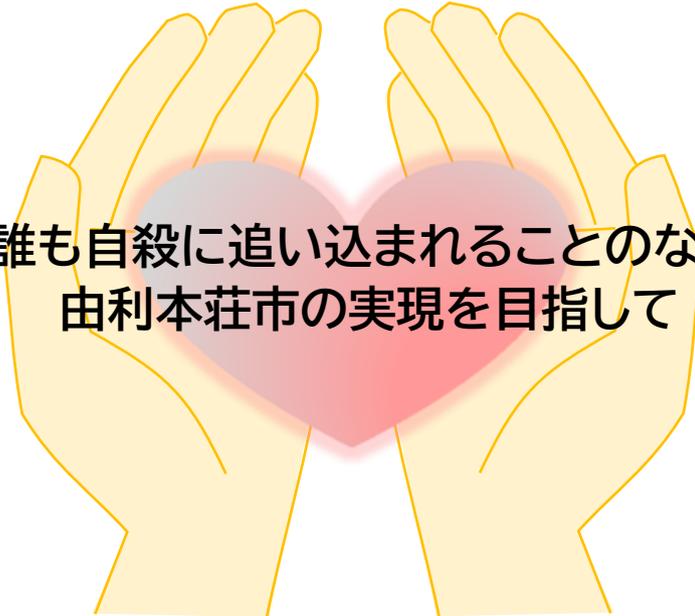


第2期

由利本荘市自殺対策計画



誰も自殺に追い込まれることのない
由利本荘市の実現を目指して



由利本荘市

目 次

第1章 計画査定にあたって	
1. 計画策定の趣旨	1
2. 計画の位置づけ	2
3. 計画の期間	2
4. 数値目標	3
第2章 由利本荘市における自殺の特徴	
1. 国、県との比較	5
2. 過去との比較(年次推移)	5
3. 対策が優先されるべき対象群の把握	6
4. 由利本荘市「健康づくりに関する意識調査」結果について	9
5. 自殺総合対策推進センターで分析した由利本荘市の自殺の概況	14
6. 由利本荘市の現状と重点的に取り組む対象	16
第3章 これまでの取り組み	
1. 市、県、国のこれまでの取り組み	17
2. 健康由利本荘21計画との関連	19
3. 市の自殺対策事業(第1期自殺対策計画)の取り組みと評価	20
第4章 いのちを支える自殺対策の取り組み	
1. 施策の体系	32
2. 基本施策	33
3. 重点施策	35
4. 自殺対策評価指標	37
5. 生きる支援関連施策	42
第5章 由利本荘市自殺対策推進体制	
1. 市の自殺対策推進体制	47
2. 第2期自殺対策計画策定の経過	48
第6章 資料	
1. 由利本荘市自殺対策推進委員会	49
2. 由利本荘市自殺対策庁内連絡会	50
3. 由利本荘市健康づくりに関する意識調査アンケート用紙	51
4. 市内で活躍している自殺予防ボランティア団体紹介	68
5. 参考・引用資料等	71

第1章 計画策定にあたって

1 計画策定の趣旨

我が国の自殺者数は、平成10年以降3万人を超え、平成22年以降連続して減少しているものの、依然として年間2万人を超えております。由利本荘市では、自殺者数が令和元年より10人台で推移しておりますが、全国と比べると自殺率は高い状態にあります。

「自殺対策基本法」にある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、平成31年3月に第1期となる由利本荘市自殺対策計画を策定し、全庁的な取り組みを実践してきました。

近年では、新型コロナウイルスの感染拡大が人と接する機会の減少や経済活動の停滞など、市民生活に様々な影響を及ぼしました。このような社会情勢や第1期計画の評価を踏まえ、更なる取り組みが必要なことから第2期計画を策定しました。

本市では国の「自殺総合対策大綱」を踏まえ、基本理念に基づき、引き続き以下の5点を自殺対策における基本方針とします。

基本理念: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

基本方針

- (1)自殺対策を生きることの包括的な支援として推進
- (2)関連する他の施策と連携し、総合的な対策の展開
- (3)対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動
- (4)自殺対策における実践的、啓発的な取り組みを両輪として推進
- (5)関係者の役割を明確化し、関係者同士が連携・協働した取り組みを推進

(1) 自殺対策を生きることの包括的な支援として推進

自殺対策では、失業や多重債務、生活苦等の「生きることの阻害要因」を減らす取り組みに加えて、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」を増やす総合的な取り組みを「生きることの包括的な支援」として推進していきます。

(2) 関連する他の施策と連携し、総合的な対策の展開

自殺は、健康問題や経済・生活問題、人間関係の問題等が複雑に関係しているため、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む自殺対策に関連する様々な分野の関連施策との連携による総合的な対策を展開します。

(3) 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動

自殺対策は、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で、個人の問題解決に取り組む相談支援を行う「対人支援のレベル」、問題を複合的に抱える人に対して包括的な支援を行うための関係機関等による実務連携などの「地域連携のレベル」、法律、大綱、計画等の枠組みの整備や修正に関わる「社会制度のレベル」といった、対応の段階に応じたレベルごとの対策を効果的に連動させていきます。

(4) 自殺対策における実践的、啓発的な取り組みを両輪として推進

自殺は誰にでも起こりうる危機であり、そのような危機に陥ったときは、一人で抱え込まず誰かに援助を求めるべきであることや、自殺や精神疾患に対する偏見等をなくす取り組みなどを実践と啓発の両輪により取り組んでいきます。

(5) 関係者の役割を明確化し、関係者同士が連携・協働した取り組みを推進

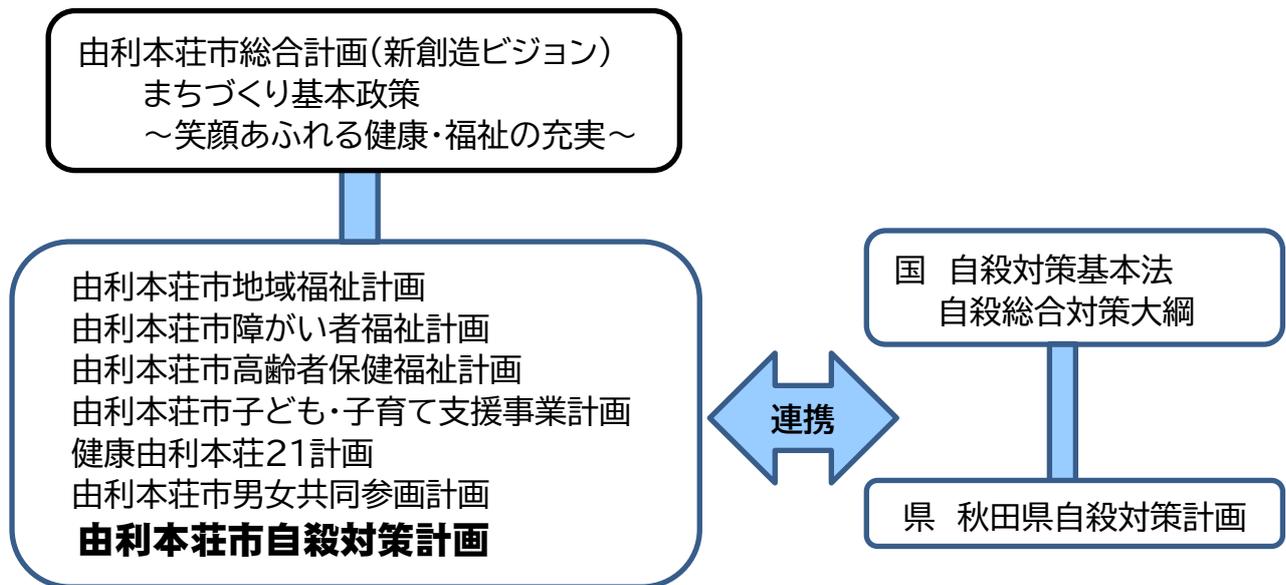
国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業、そして市民一人ひとりと連携・協働し、一体となって自殺対策を推進していく必要があります。

本計画では、これらの5つの基本方針に基づき、地域の実態に応じた実践的な取り組みを展開し、「誰も自殺に追い込まれることのない由利本荘市の実現」を目指します。

2 計画の位置づけ

平成28年に改正された「自殺対策基本法」に基づき、国の定める「自殺総合対策大綱」等の趣旨を踏まえて、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。

この計画は、「由利本荘市総合計画」を最上位計画とし、「由利本荘市地域福祉計画」、「由利本荘市障がい者福祉計画」、「由利本荘市高齢者保健福祉計画」「由利本荘市子ども・子育て支援事業計画」「健康由利本荘21計画」「由利本荘市男女共同参画計画」といった各計画との整合を図り、また県の自殺対策計画との連携を図りながら進めていきます。



3 計画の期間

本計画の計画期間は、令和6年度(2024年度)から令和10年度(2028年度)までの5年間とします。

また、国、県の動向を踏まえて必要に応じて、計画の連携と見直しを検討することとします。

4 数値目標

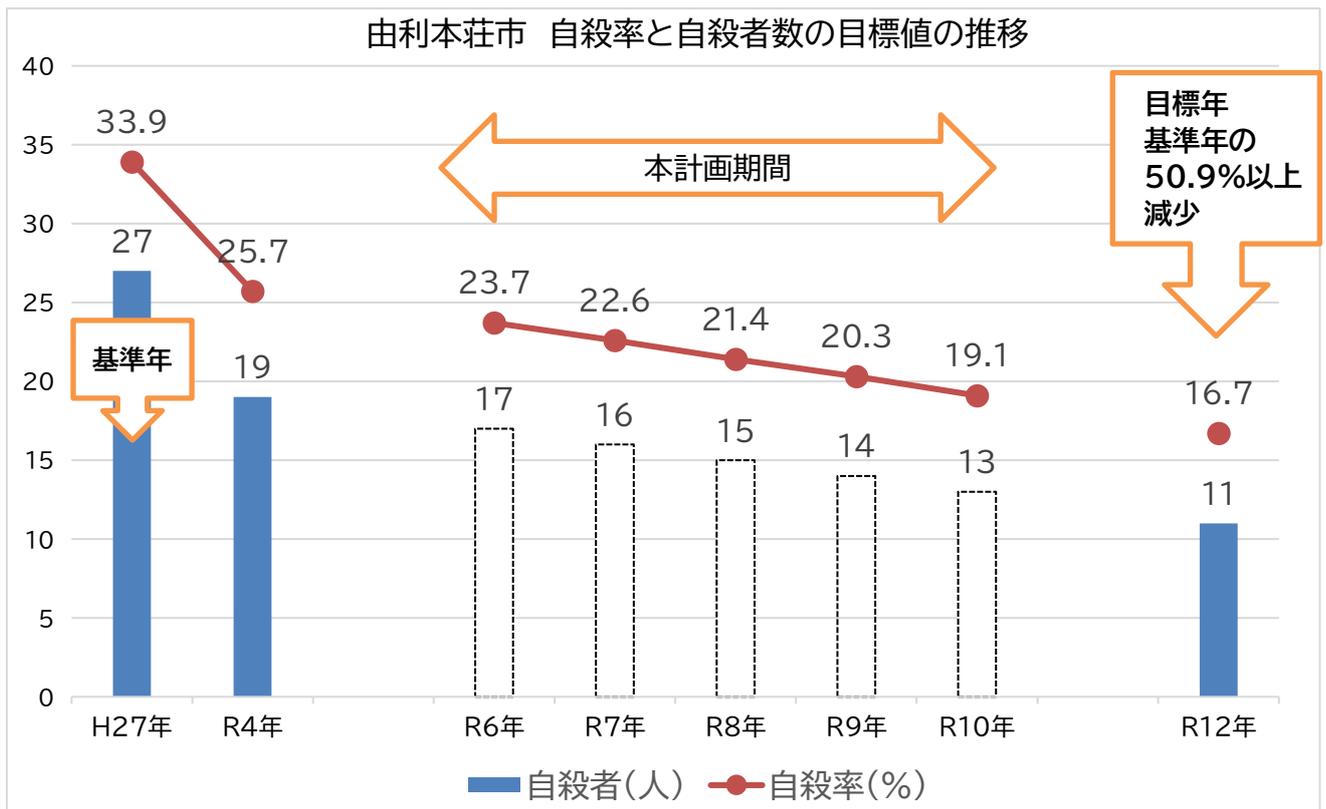
平成 29 年に閣議決定した「自殺総合対策大綱」で示された数値目標は、平成 27 年を基準として令和 8 年(人口動態統計の令和 7 年実績値を対象とする。)までに自殺率を 13.0 以下にし、減少割合を 30%以上とすることを数値目標に掲げております。

由利本荘市の最終目標は、自殺者数を0人とすることです。

第1期計画当初の平成30年では22人であった自殺者数は、増減を繰り返しながらも減少に転じてきましたが、社会情勢やコロナ禍の影響を踏まえ、また、県の自殺対策計画と大綱に定める数値目標を参考に、本計画期間の目標値を次表のとおりを設定します。

(単位:自殺率は、人口 10 万人あたり)

		H27年	R2年	R3年	R4年	R5年	R6年	R7年	R8年	R9年	R10年	R12年
		大綱の 基準年	実績	実績	実績	秋田県自殺対策計画の期間(5年間)					長期の 目標年	
		由利本荘市自殺対策計画の期間(5年間)										
由利本荘市	自殺率	33.9	22.3	20.0	25.7		23.7	22.6	21.4	20.3	19.1	16.7
	自殺率の 減少割合	-	34.2%	41.0%	24.2%		30.0% 以上	33.5% 以上	36.7% 以上	40.1% 以上	43.6% 以上	50.9% 以上
	自殺者数	27人	17人	15人	19人		17人 以下	16人 以下	15人 以下	14人 以下	13人 以下	11人 以下
秋田県 (参考)	自殺率	25.7	18.0	18.8	22.6	18.6 以下	17.8 以下	16.8 以下	16.6 以下	16.3 以下		15.3 以下
	自殺率の 減少割合	-	29.9%	26.8%	26.8%	27.6% 以上	30.7% 以上	34.6% 以上	35.4% 以上	36.6% 以上		40.4% 以上
	自殺者数	262人	172人	177人	209人	170人 以下	160人 以下	150人 以下	145人 以下	140人 以下		125人 以下
全国	自殺率	18.5	16.4	16.5				13.0 以下				
	自殺率の 減少割合	基準年	11.4%	10.8%				30.0% 以上				
	自殺者数	23,152人	20,243人	20,291人								



※由利本荘市の数値について

- ① 自殺率:H27は厚生労働省「人口動態統計」、R2～R4年は同省「地域における自殺の基礎資料」、R6～10年及び R12年は R12(2030)年までの市の推定人口(市人口ビジョンより)を基に人口減少数を均等割数値で減算して各年の推定人口を算出し、各年の目標自殺者数より自殺率を算出(当該年の自殺者数÷推定人口数×10万)
- ② 自殺率の減少率:H27年の自殺率に対する減少割合
- ③ 自殺者数:H27及びR2～4年は厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」、R6～10年及びR12年は目標数値。

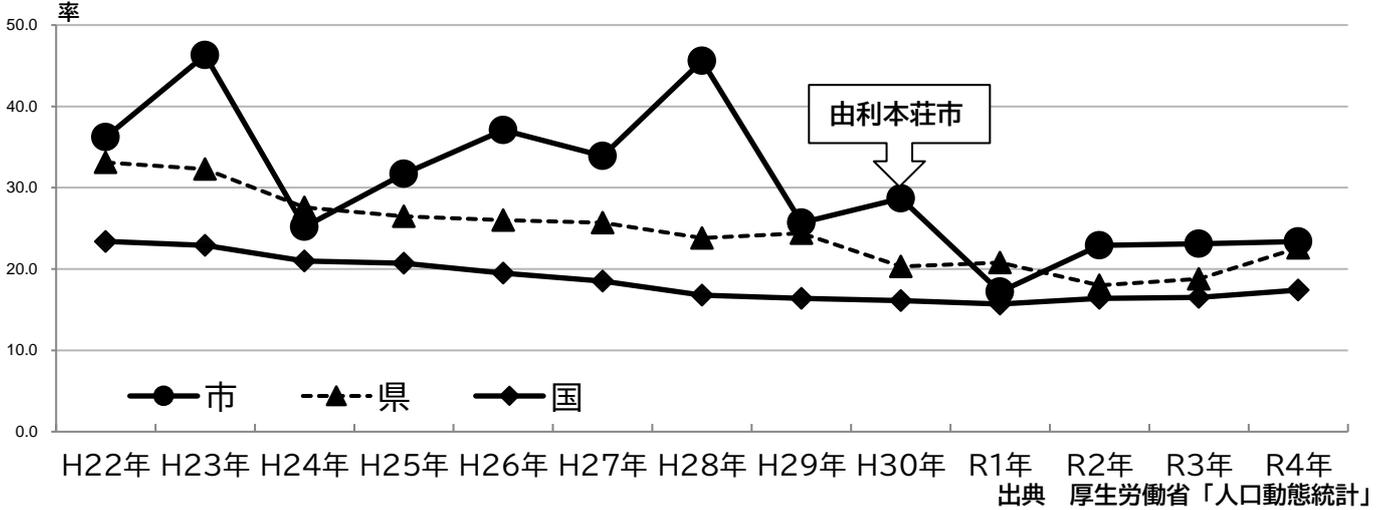
※県の数値目標、全国のH27及びR2、3年の自殺率、自殺者数は、第2期秋田県自殺対策計画から引用

第2章 由利本荘市における自殺の特徴

1 国、県との比較

市、国、県の自殺率(人口10万人あたり)

本市の自殺率は、国、県よりも高い状態で推移しています。



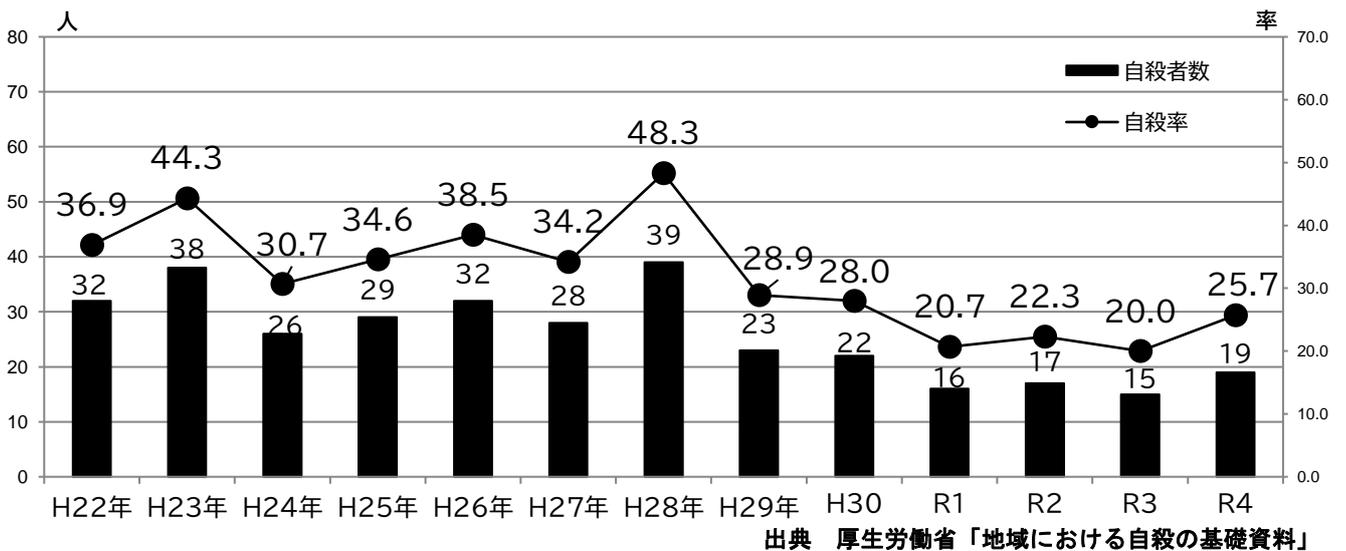
人口10万人あたり

	H22年	H23年	H24年	H25年	H26年	H27年	H28年	H29年	H30年	R1年	R2年	R3年	R4年
市	34.0	46.3	25.2	31.7	37.1	33.9	45.6	25.7	28.7	17.2	22.9	23.1	23.4
県	33.1	32.3	27.6	26.5	26.0	25.7	23.8	24.4	20.3	20.8	18.0	18.8	22.6
国	23.4	22.9	21.0	20.7	19.5	18.5	16.8	16.4	16.1	15.7	16.4	16.5	17.4

2 過去との比較(年次推移)

由利本荘市の自殺者数・自殺率(人口10万人あたり)

本市の自殺者数は、平成28年の39人(自殺率48.3)を最高に減少傾向にあります。



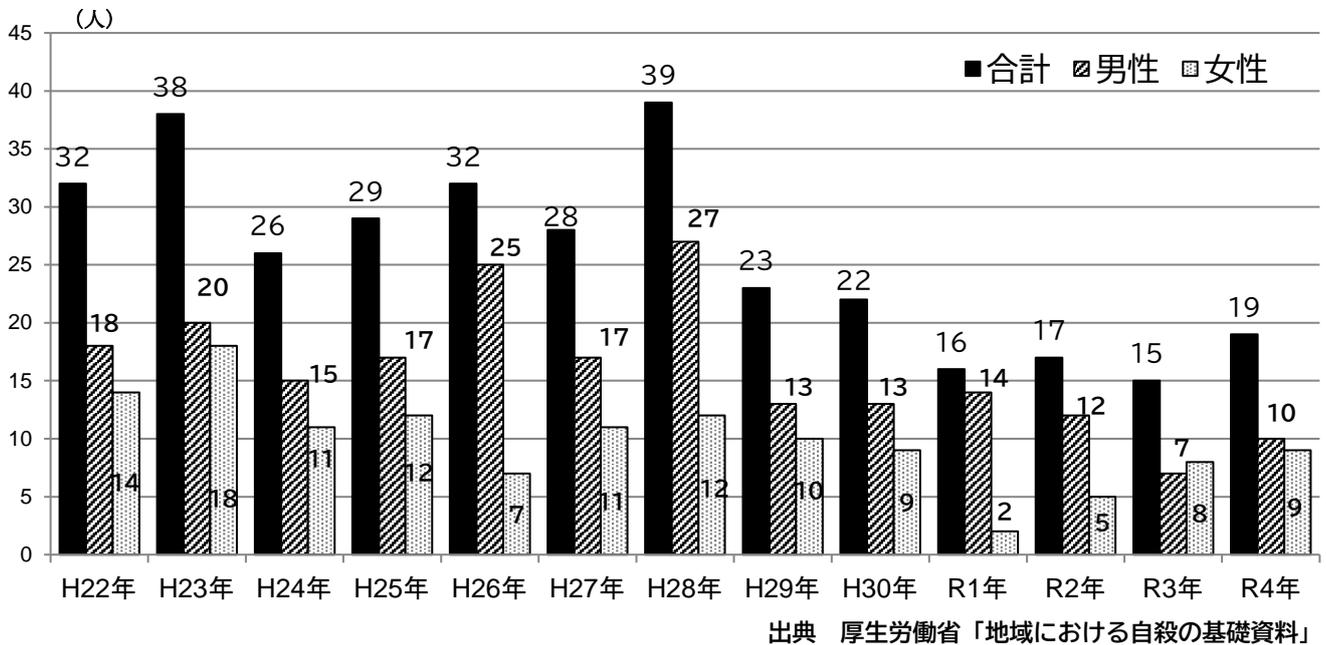
	H22年	H23年	H24年	H25年	H26年	H27年	H28年	H29年	H30年	R1年	R2年	R3年	R4年
自殺者数	32	38	26	29	32	28	39	23	22	16	17	15	19
自殺率	36.9	44.3	30.7	34.6	38.5	34.2	48.3	28.9	28.0	20.7	22.3	20.0	25.7

3 対策が優先されるべき対象群の把握

由利本荘市の男女別の自殺者数(人)

(1)男女別

以前は、男性が多かったのが、R3年とR4年は男女差がなくなってきています。

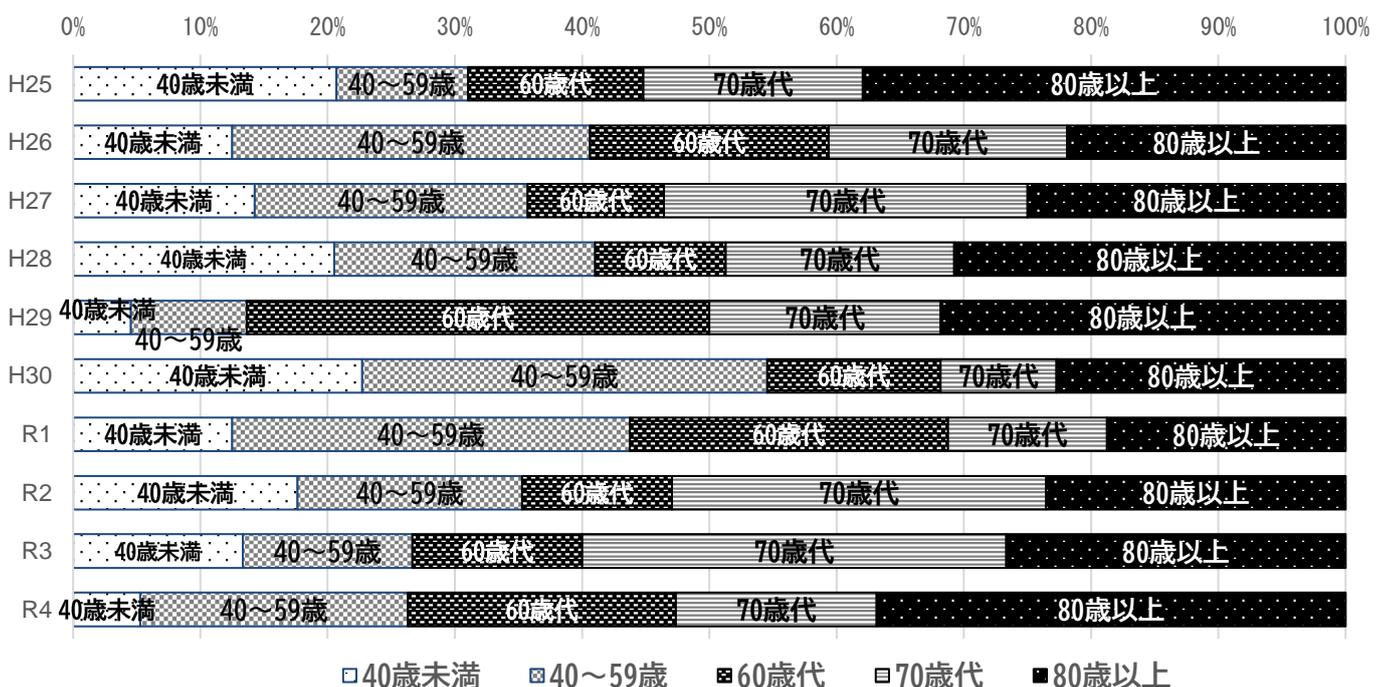


由利本荘市の年代別の自殺者数

(2)年代別

平成 29 年は、前年に比べて、60 歳代の自殺者数が増加しています。

40 歳未満、40～59 歳、60 歳代、70 歳代、80 歳以上の5分類の割合では、70 歳以上の自殺者数が多くなっています。

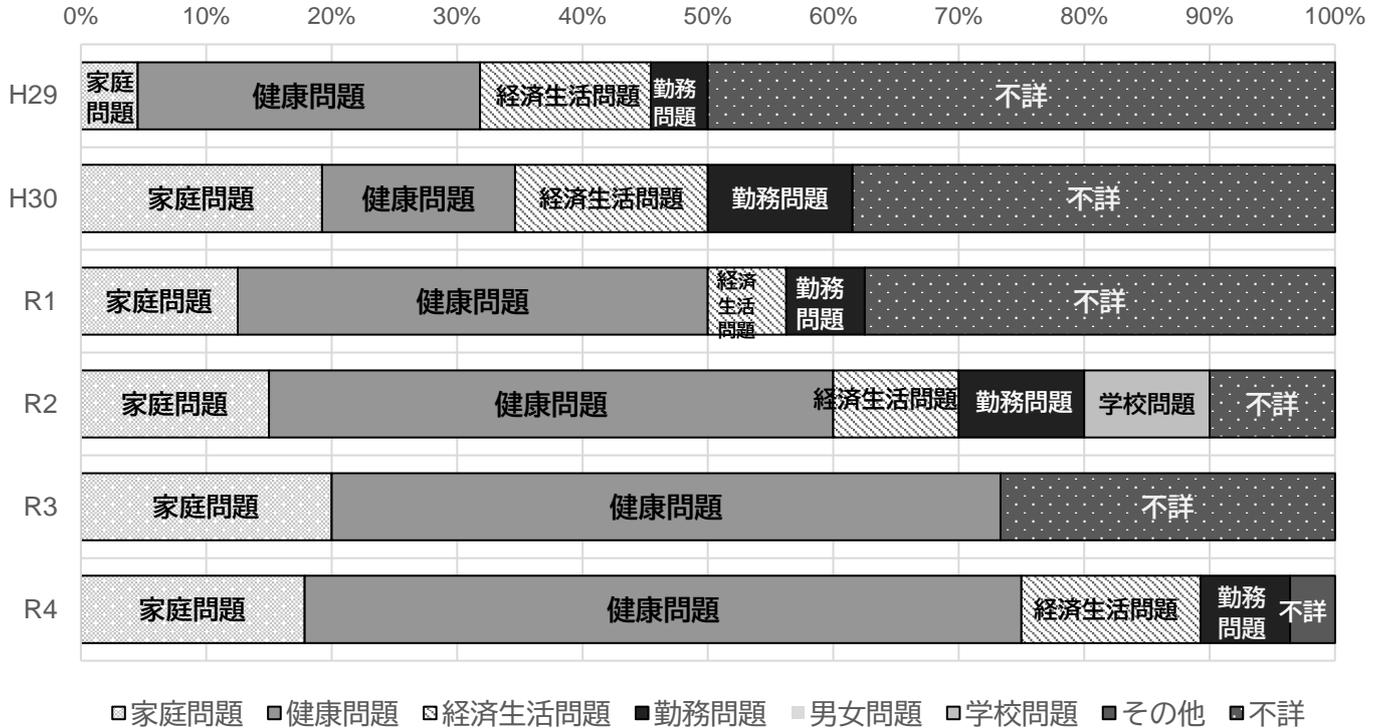


由利本荘市の原因別の自殺者数 ※自殺の原因は、最大3つまで計上

(3)原因別(複数回答)

原因としては、不詳を除くと健康問題が最も多くなっています。

(人)

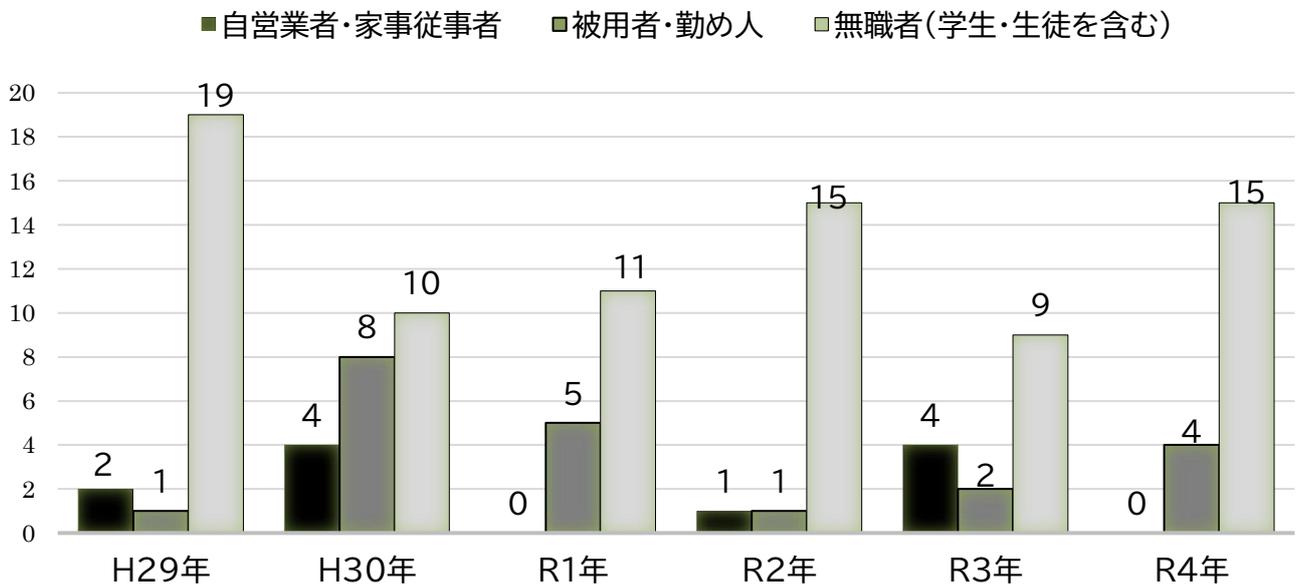


出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

由利本荘市の職業別の自殺者数

(4)職業別

職業別では、無職者(失業者、年金・雇用保険等生活者、主婦、学生等)の自殺者数が最も多くなっています。自営業者・家事従事者が増加傾向です。



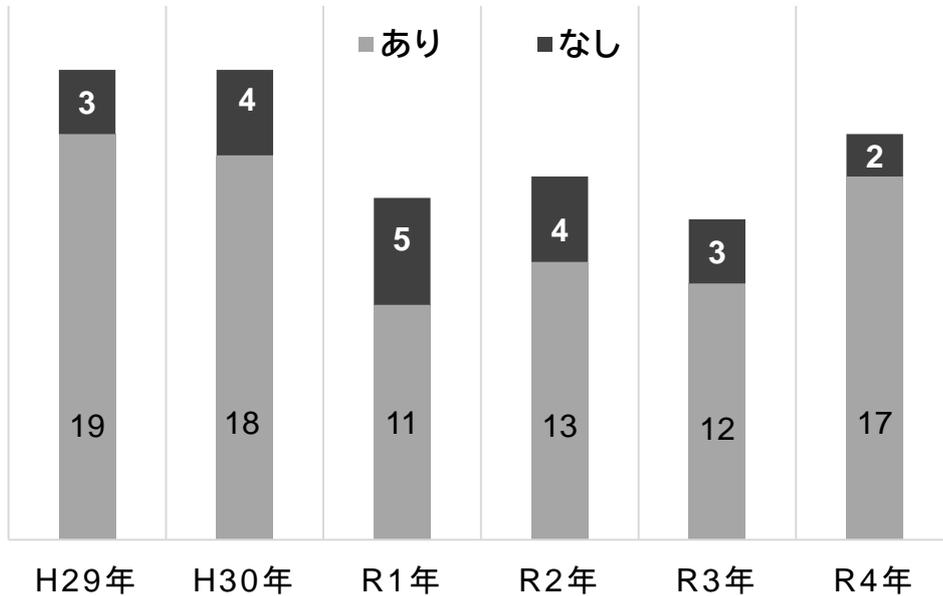
出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

同居人の有無別の自殺者数

(5)同居人の有無

自殺者の同居人の有無では、同居人がいる人の割合が高い状態です。

(人)



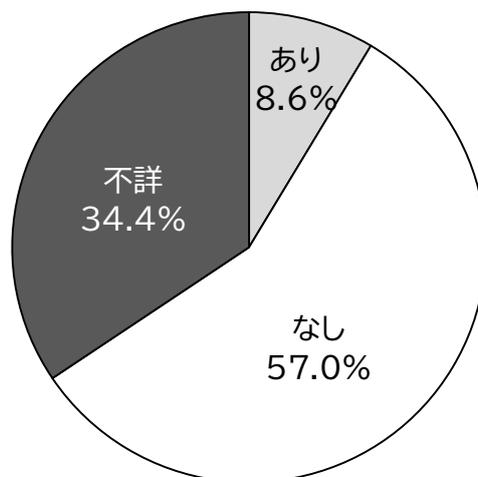
出典:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

自殺未遂歴の有無別の自殺者の割合

(6)自殺未遂歴の有無

過去5年間の自殺者の自殺未遂歴の有無では、「なし」の人の割合が高いものの、8.6%に自殺未遂歴があります。

由利本荘市(H29年～R3年)



出典:厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

4 由利本荘市「健康づくりに関する意識調査」結果について

調査の概況

健康づくりの指針となる「健康由利本荘21計画」は、平成17年の市町村合併前より旧市町で策定され、合併後は平成20年度、25年度に改訂を重ね、住民参加を基本に、社会全体で健康づくり事業を推進してきました。

また平成30年度には「由利本荘市自殺対策計画」を策定し、「生きることの包括的な支援」として事業を推進してきましたが、「健康由利本荘21計画」については前回の策定から10年、また「由利本荘市自殺対策計画」については5年経過したことから、目標値の到達度の評価を行い、生活の変化に合わせた次期計画策定のために「健康づくりに関する意識調査」を以下の通り実施し、同調査の結果については秋田大学自殺予防総合研究センターに提供して分析を行いました。

分析の結果、過去1年間の希死念慮の有症率は、男女による統計的な有意な差はありませんでしたが、年齢別では20-39歳の年代で希死念慮の有症率が高いことが分かりました。これまでの研究結果と一致する形で、抑うつ的な傾向がある人や、寂しさを感じている人、地域から孤立していると感じている人は、そうでない人々と比べて過去1年間における希死念慮^{*1}の有症率が有意に高いことが分かりました。また、地域や社会、地域住民との結びつきを示す「ソーシャル・キャピタル」を感じている人ほど、希死念慮の有症率が有意に低いことが分かりました。

対象者：無作為抽出した15歳～90歳未満 1,486人

調査形式：郵送による調査票の配布・回収

調査時期：令和5年5月

回収数：667人（回収率44.9%）

調査項目：基本属性（性、年齢、世帯構成、居住地と期間、職業と勤務時間）

心身の健康状態と対応状況、抑うつ尺度得点（K6）^{*2}と希死念慮^{*1}の状態

日常生活要因、社会参加状況、地域活動への参加

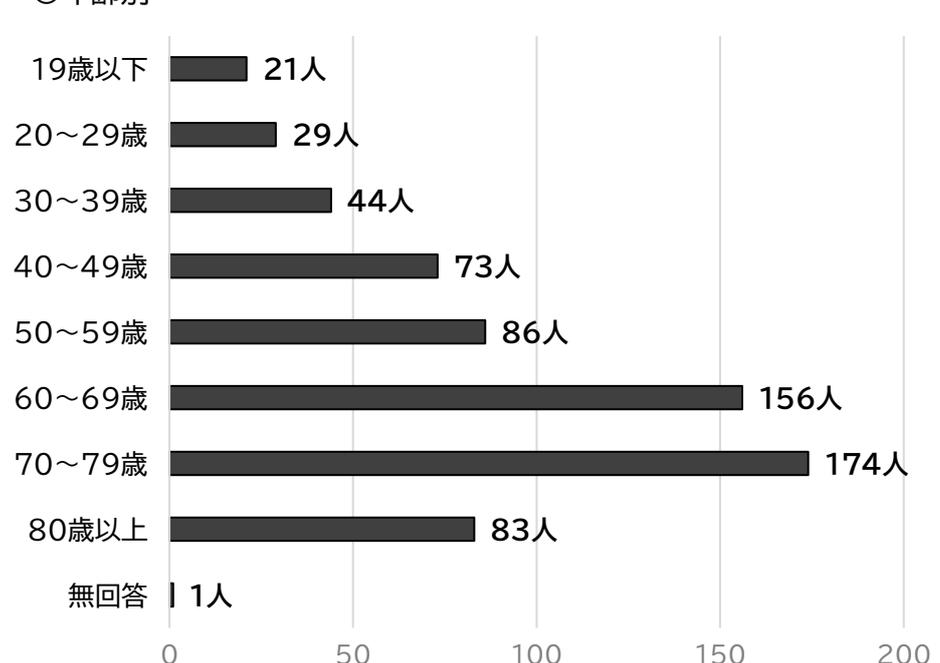
ソーシャル・キャピタル尺度^{*3}、自殺に対する考え方、ゲートキーパーの受講状況

調査回収の状況

○性別

男性	302人
女性	357人
その他	1人
回答しない	4人
無回答	3人
合計	667人

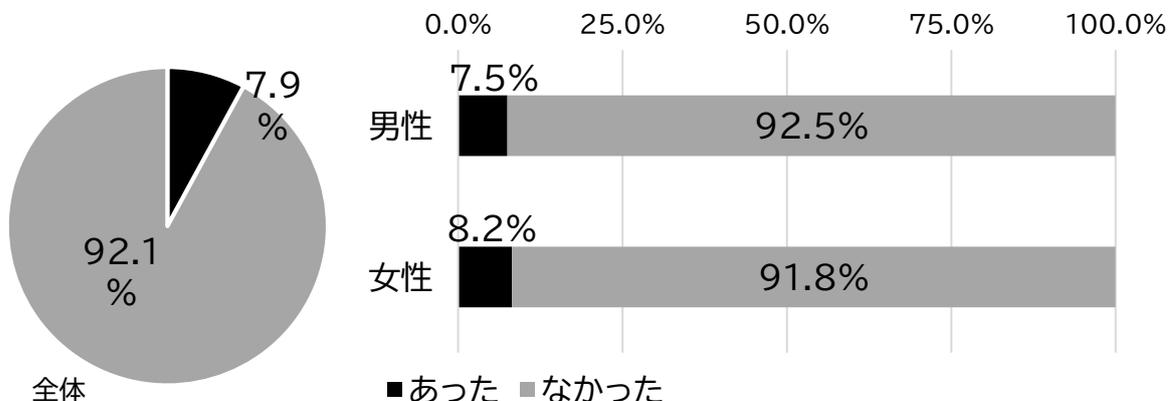
○年齢別



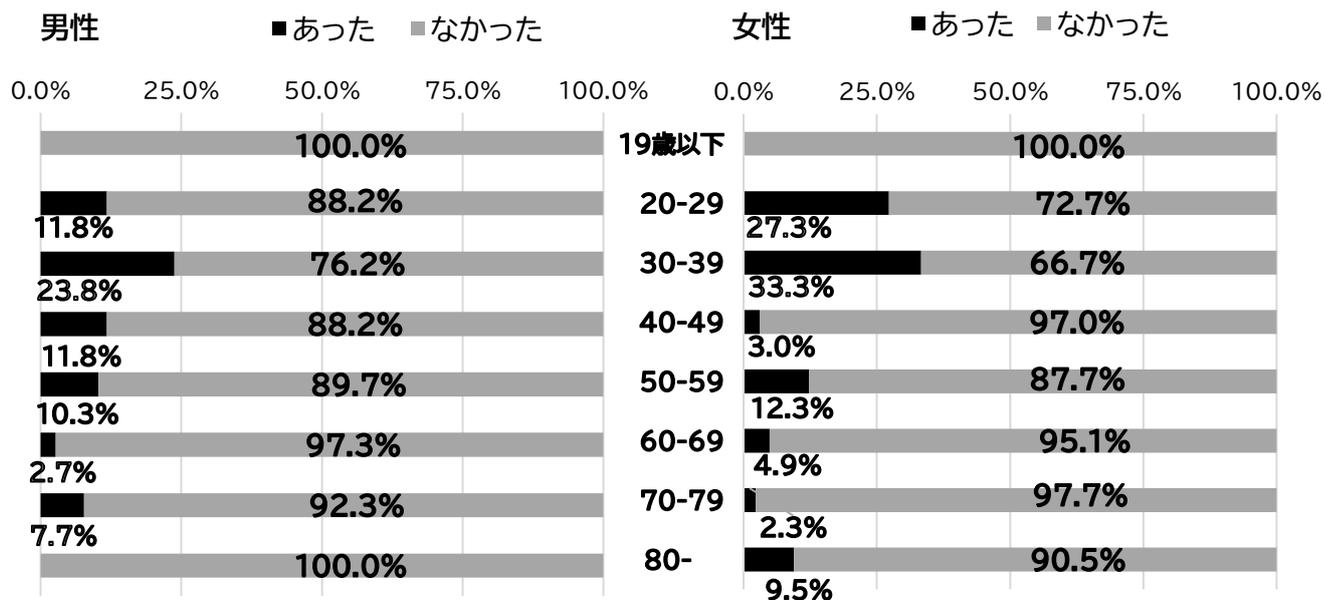
調査結果の概要(一部抜粋)

○過去1年間の希死念慮*1

過去1年間に「死にたい」と考えたことがありましたか



過去1年間に「死にたい」と考えたことがありましたか(年齢階級別)



過去1年間の希死念慮で19歳以下の男女と男性80歳以上で「あった」と回答した方が0%となっているのは、回答者が少なかったことが影響しているものと考えられます。

*1 希死念慮：「死にたい」と思っているが、具体的に死ぬ方法までは考えていない状態

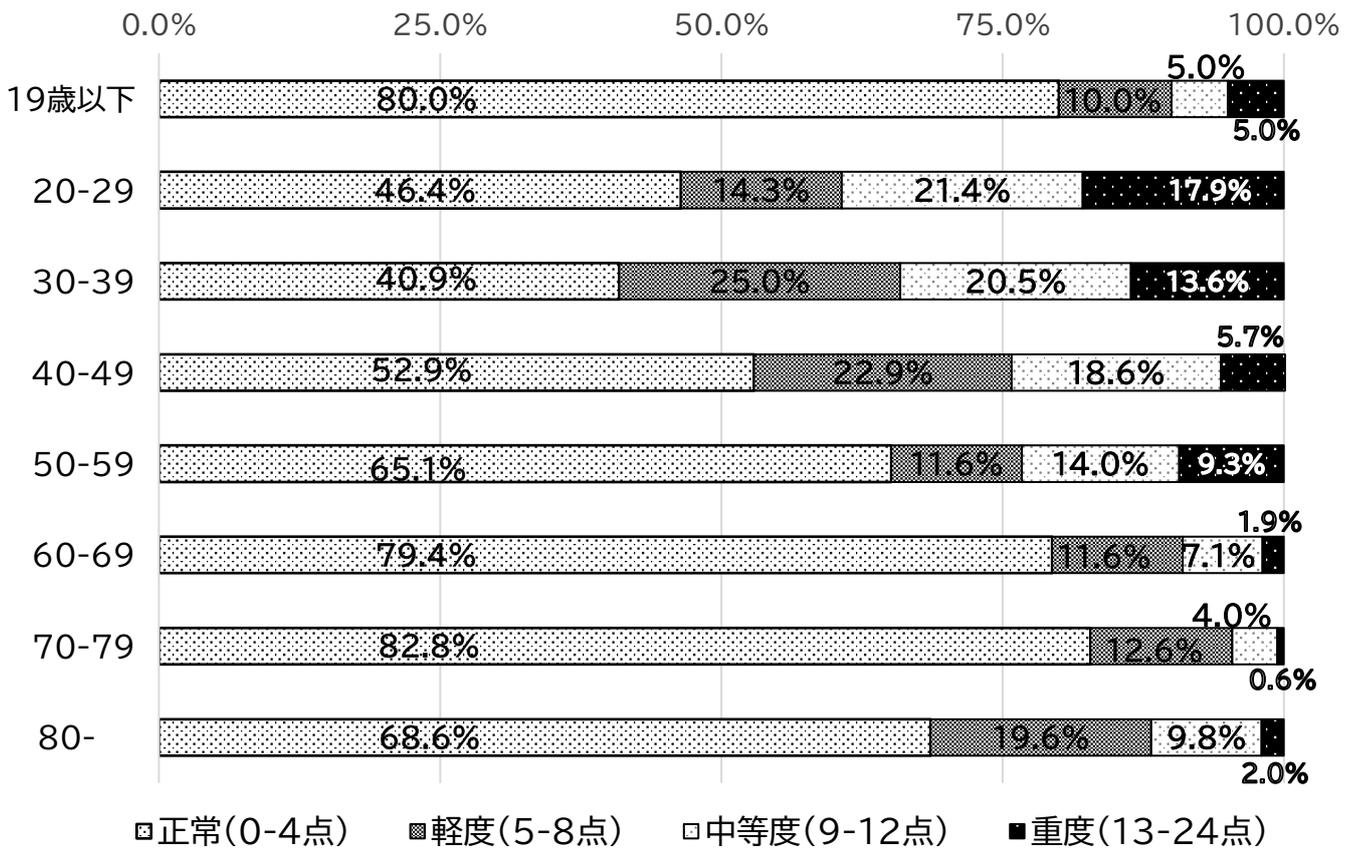
*2 抑うつ尺度得点(K6)

： 心理的ストレスを含む何らかの精神的問題の程度を表す指標
合計点が高いほど精神的問題がより重い可能性があるとされています。

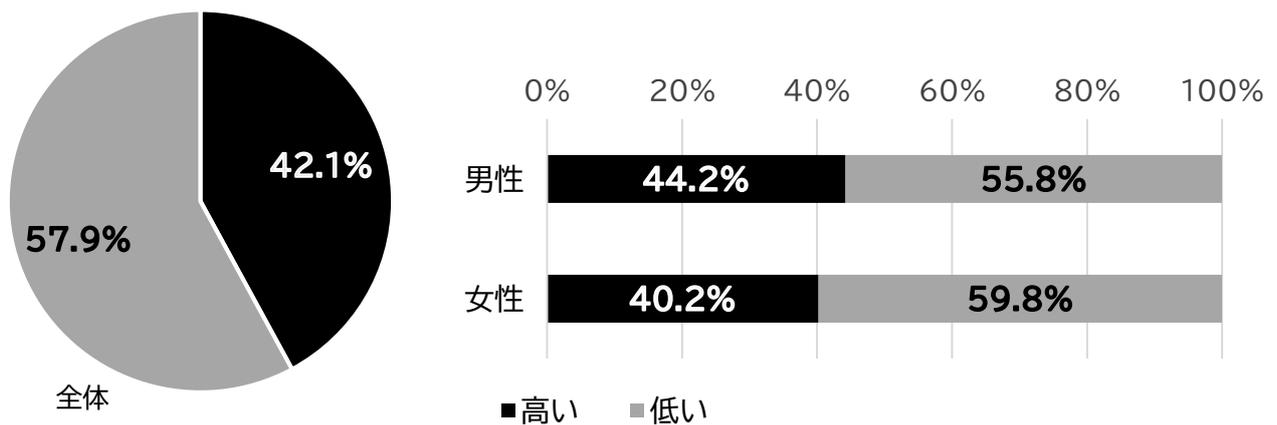
*3 ソーシャル・キャピタル尺度

： 地域の人々の健康に関連する地域のネットワークや人々の関係性などソーシャルキャピタル(社会的なつながりや信頼関係、共同作業能力など、社会的なネットワークの質)の豊かさや特徴を測定する尺度(得点範囲 0-15点)

○過去 30 日の状態(ストレス度:K6*2得点)

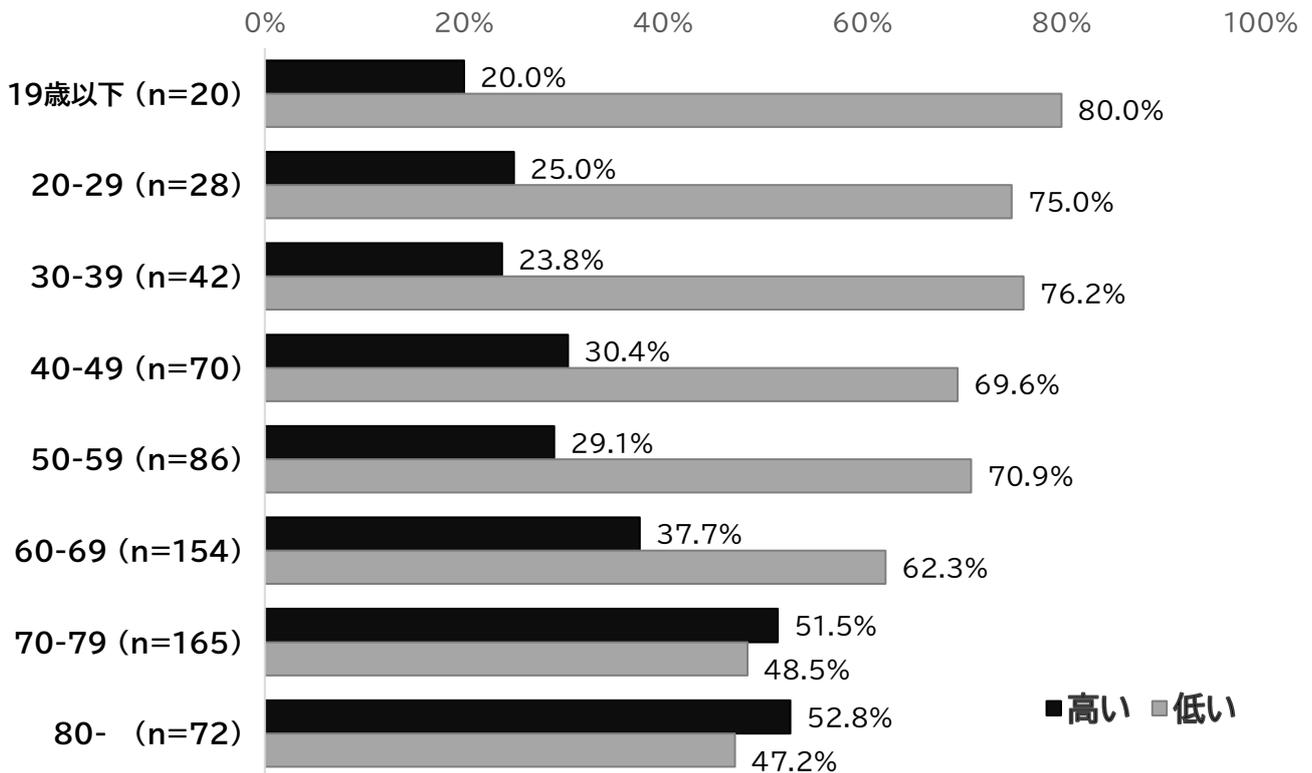


○ソーシャル・キャピタル尺度*3の得点:(有効回答数:n = 637)

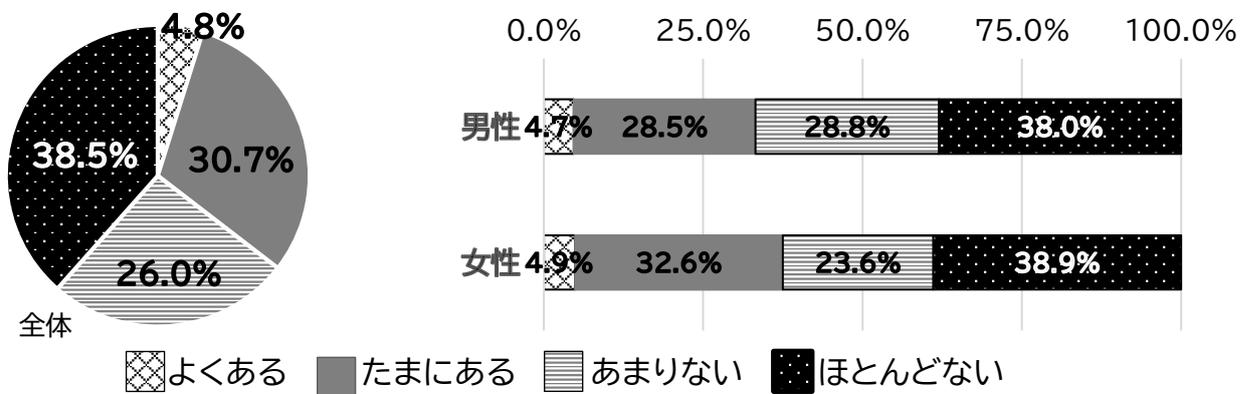


10 点以上の方は「地域や社会との結びつき」を感じていると定義しました
 高い(10 点以上) > 低い(9 点以下)

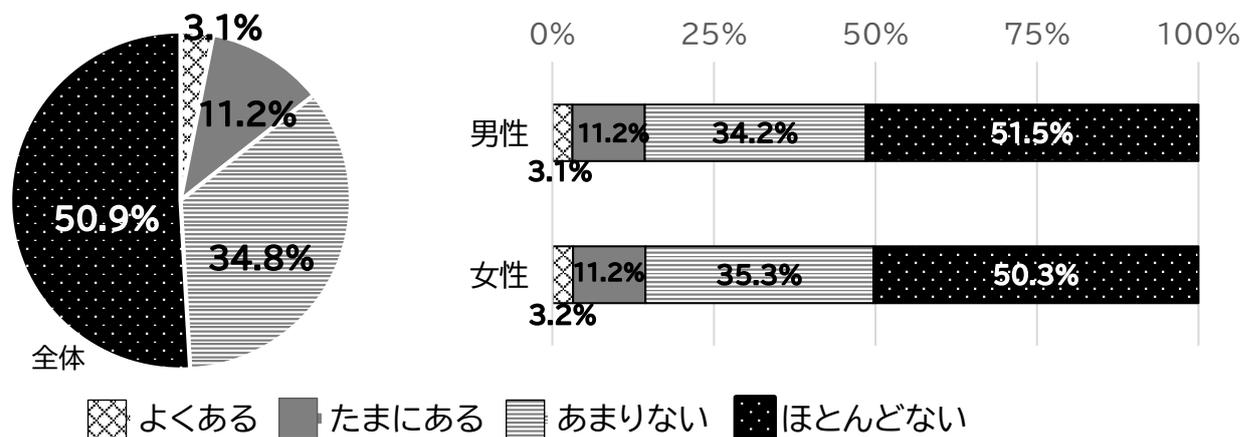
○ソーシャル・キャピタル尺度*3の得点(年齢階級別)



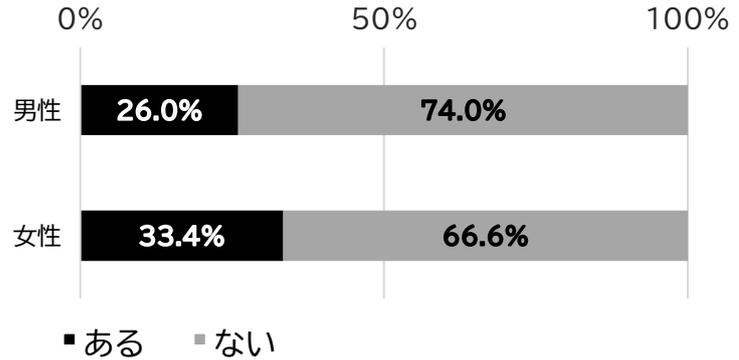
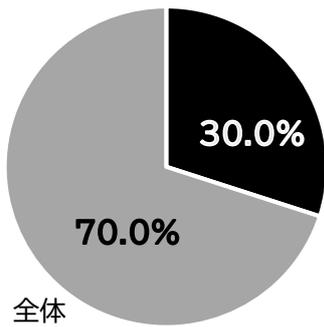
○普段の生活の中で寂しさを感じる事がどのくらいありますか



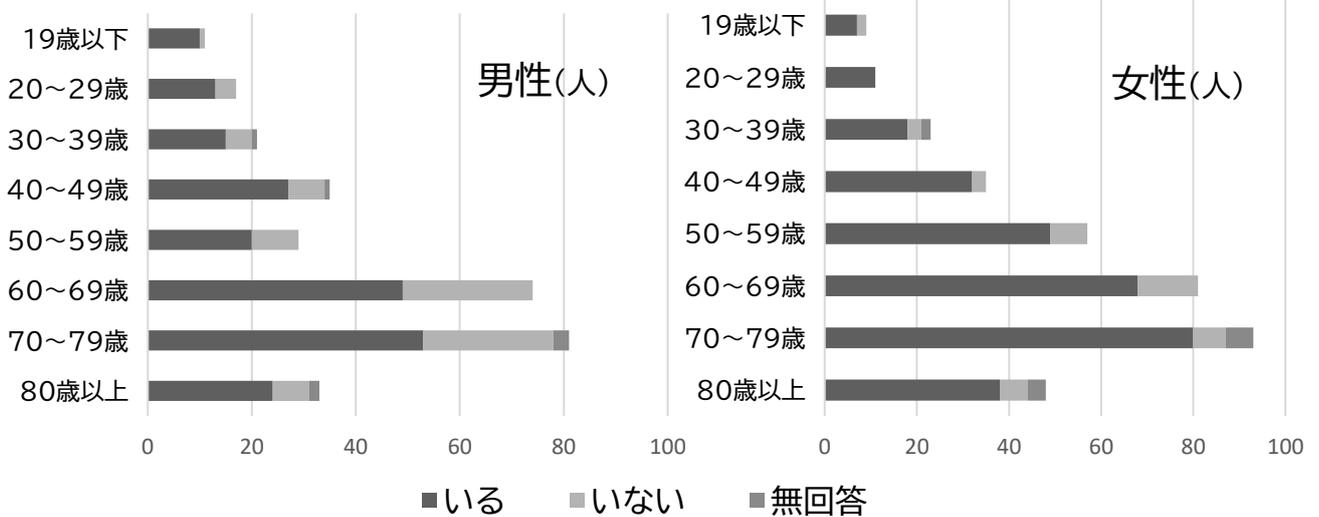
○住まいの地域から孤立していると感じることがどのくらいありますか



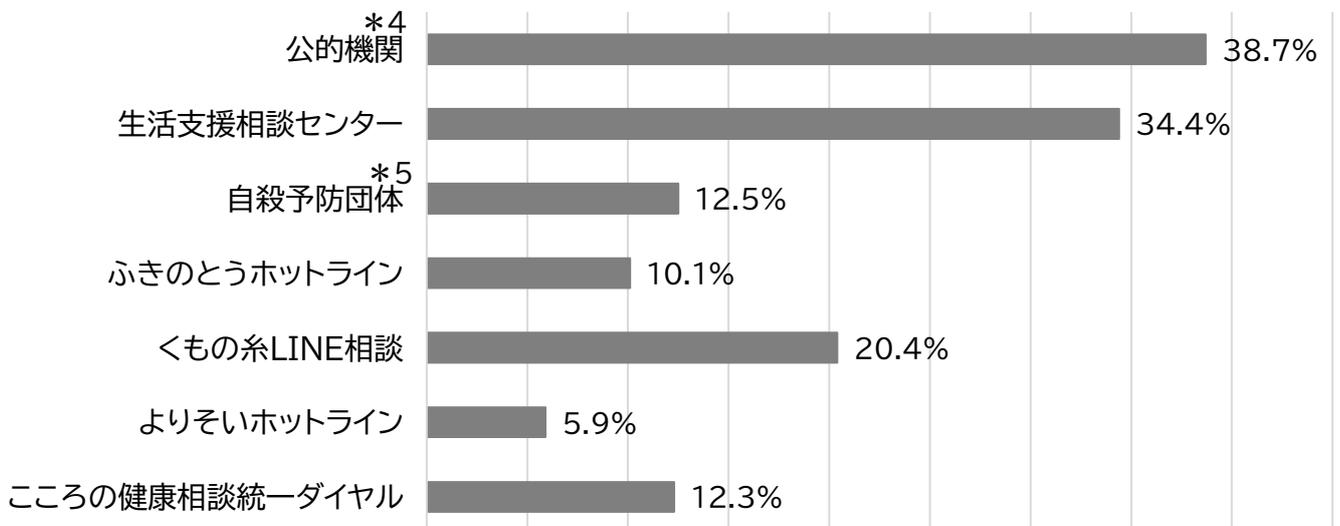
○これまでに精神的な(心の)不調を感じたことがありますか



○心配ごとや悩みを相談できる人



○こころに関する相談窓口について知っているもの



*4 公的機関 : 保健所・保健センターなど

*5 自殺予防団体 : 声かけボランティア、ホットハート由利、オープンハートオコジョ

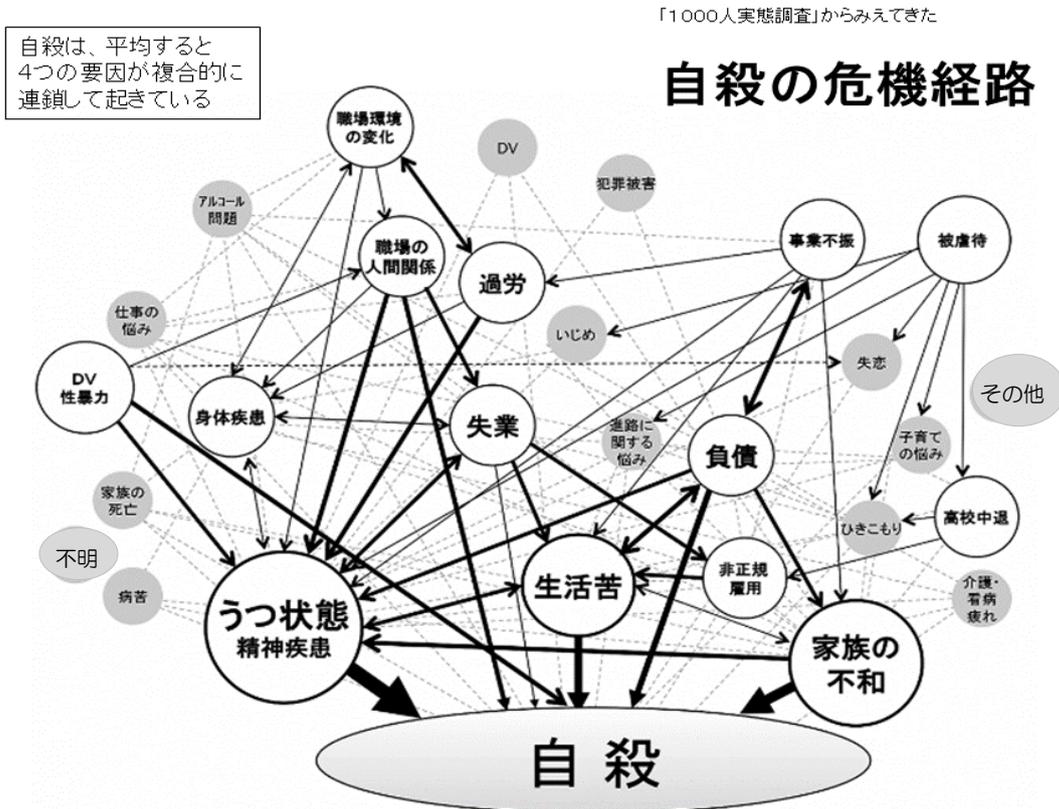
5 自殺総合対策推進センターで分析した由利本荘市の自殺の概況

国から地域自殺実態プロファイル 2022 更新版として示された市の特徴は以下の通りです。
性別、年代、職業、同居人の有無から自殺者数が多い5つの区分が示されました。

〇市の自殺の特徴【由利本荘市の 2017(H29)年-2021(R3)年の自殺者数の分析】

上位5区分	自殺者数 5年計	自殺者 全体に 占める割合	自殺率 (人口10万 人あたり)※	背景にある自殺の危機経路
1位:女性 60歳以上無職同居	20人	21.5%	33.4	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
2位:男性 60歳以上無職同居	19人	20.4%	59.6	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ) +身体疾患→自殺
3位:男性 60歳以上有職同居	10人	10.8%	35.5	①労働者 身体疾患+介護疲れ→アルコール依存→ うつ状態→自殺 ②自営業者 事業不振→借金+介護疲れ→うつ状態 →自殺
4位:男性 40~59歳有職同居	7人	7.5%	18.5	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
5位:男性 60歳以上無職独居	5人	5.4%	98.0	失業(退職)→死別・離別→うつ状態→将 来生活への悲観→自殺

※自殺率:区分にある対象が分母となるため、対象数が少ない場合は、1人の割合は高くなります。

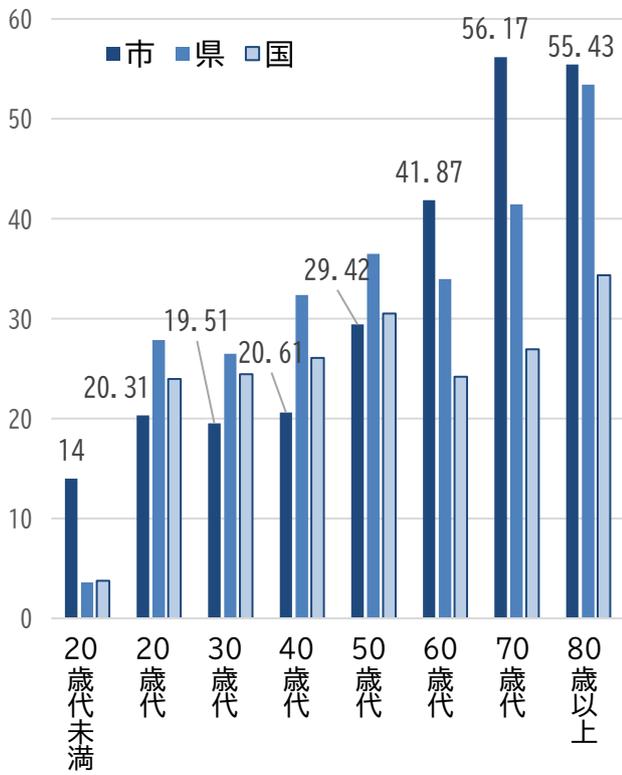


由利本荘市の状況 [2017(H29)年～2021(R3)年データ]

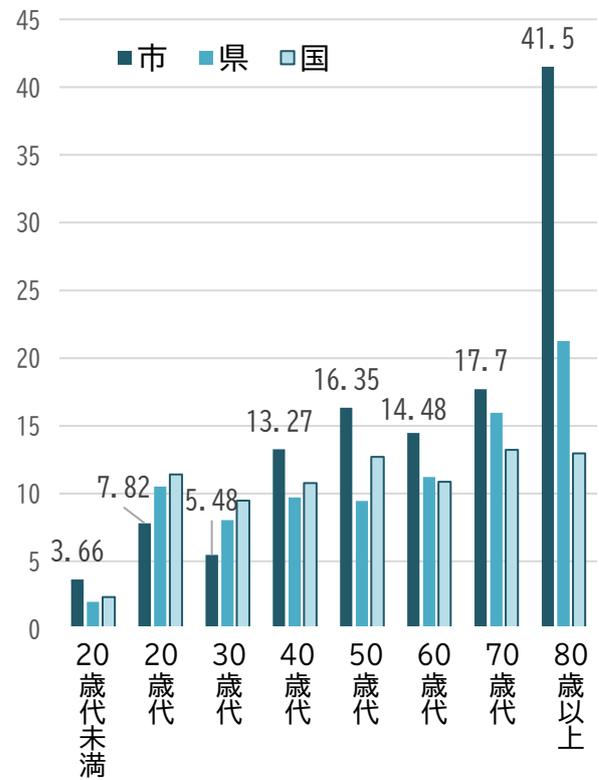
○年代、性別の市、県、国の自殺率比較(5か年平均)

(人口10万人あたり)

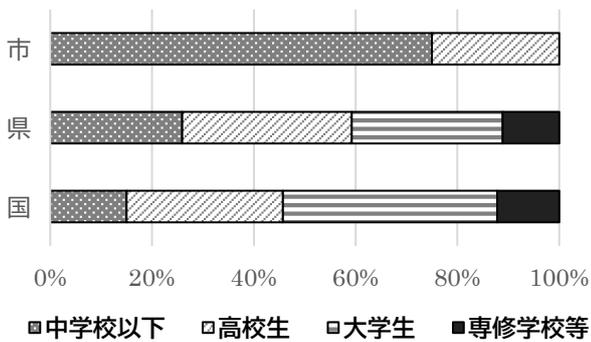
男性の比較



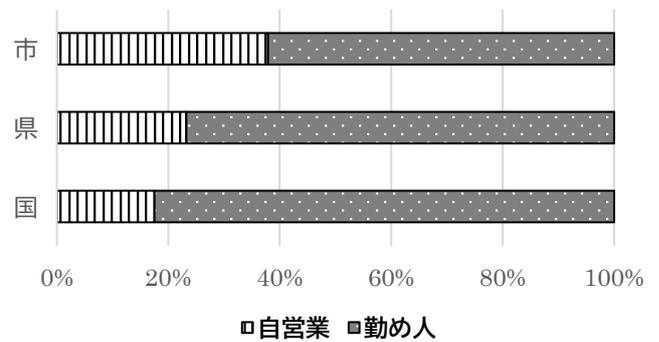
女性の比較



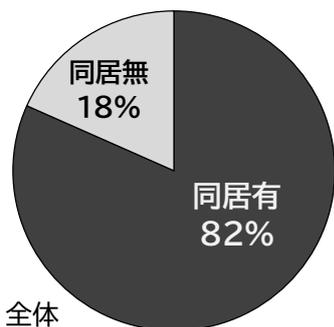
○若年者における自殺割合の比較(5か年平均)



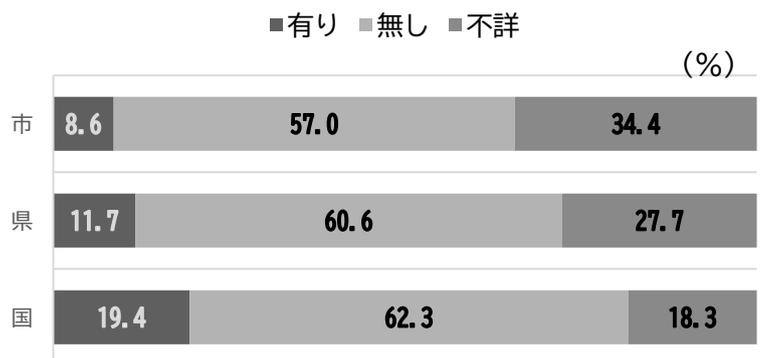
○有職者の自殺割合の比較(5か年平均)



○60歳以上の自殺者の同居の有無(5か年平均)



○自殺未遂者の内訳(5か年平均)



6 由利本荘市の現状と重点的に取り組む対象

【現状】

市の特徴として、地域自殺実態のプロファイル2022更新版、健康づくりに関する意識調査などの結果から次のような傾向があり、自殺対策として重点的に取り組む対象と課題が見えてきました。

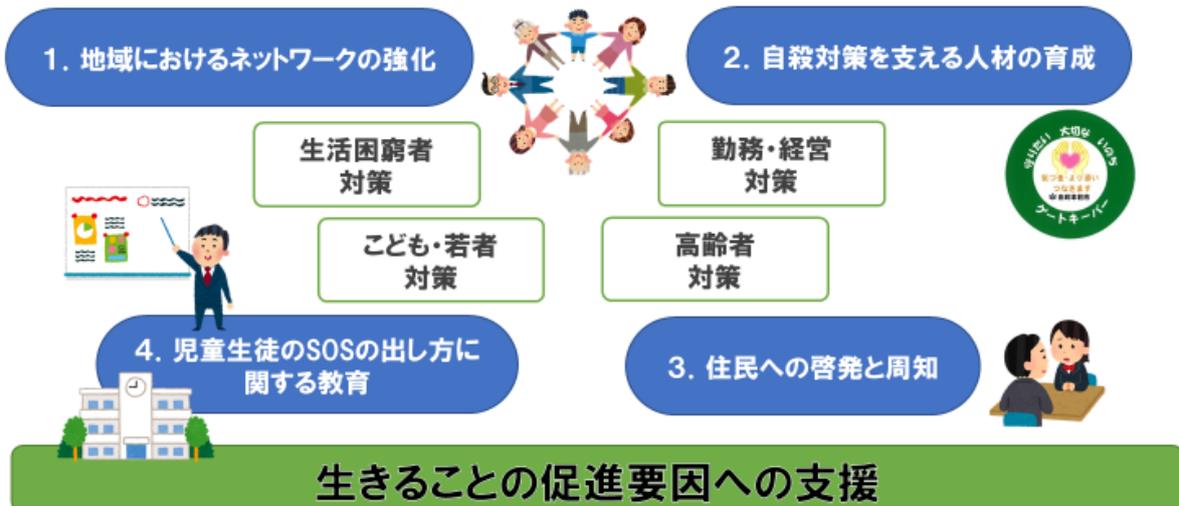
- 市の自殺率は、国、県よりも高い状態で推移している。
- 自殺の原因は「健康問題」が多く、「家庭問題」、「経済・生活問題」と続いている。
- 自殺者の同居有無では、同居している者の割合が高くなっている。
- 自殺者の職業状況では、無職者の割合が高くなっている。
- 20歳から39歳の年代はメンタルヘルス不調度が高い傾向にある。

	子ども・若者世代 (20歳代以下)	働き世代 (30～50歳代)	前期高齢世代 (60～70歳代)	後期高齢世代 (80歳以上)
全体的な特徴	自殺率高い ストレス度高い	有職者に多い 同居人有りに多い ストレス度高い	無職独居に多い 有職同居人有りに多い	自殺率高い 同居人有りに多い 無職の人に多い 健康問題多い 家庭問題多い
男性		相談しない人多い	経済問題多い	無職独居の人に多い
女性		自殺率高い		無職同居人有りに多い

(各年代の区分は、各種統計、データ集計にあわせたもの)

第2期由利本荘市自殺対策計画 (2024年度～2028年度)

～誰も自殺に追い込まれることのない由利本荘市の実現を目指して～



市では、上記の現状から見えてきた課題を4つの基本施策(対策の方法)と4つの重点施策(対象)でいのちを支える自殺対策を推進していきます。

また、市内の多様な既存事業を生きる支援関連施策として位置づけ、より包括的・全庁的に生きることの促進要因への支援を推進していきます。

第3章 これまでの取り組み

1 市、県、国のこれまでの取り組み

年度	市の取り組み	県の取り組み	国の動き
H6	旧由利町で本荘保健所と自殺の実態調査に取り組む		
H7	旧由利町で本荘保健所と協働事業設立(H7~H9)		
H9	旧由利町で聖マリアンナ医科大学と協働事業開始(H9~H27)		
H10	旧由利町でいきいきふれあい活動モデル事業開始		国の自殺者数が初めて3万人を超える
H12		健康秋田21計画で自殺対策が明記	
H13		秋田大学と県内6町で自殺予防事業実施(H13~H17)	
H14	旧東由利町で県のモデル事業実施(H14~H16)	ふきのとうホットライン開設	
H15	旧由利町でホットハート由利設立 日本荘市で国保、秋田大学の支援を受けて健康本荘21計画基礎調査実施 住民主体のこころの健康づくりのニコニコこころ部会設立		
H17	1市7町の合併 合併前に各市町で策定した計画を地域計画として自殺対策事業実施	県内全ての市町村に自殺対策拡大	
H18	鳥海地域で自殺予防対策モデル普及啓発推進事業実施(H18~H20)		自殺対策基本法施行
H19	オープンハートオコジヨが鳥海地域で設立(9月) 北東北3県「地域のちからで心の健康づくり」開催	あきたいのちのケアセンター設置 市町村トップセミナー開催	6月 自殺総合対策大綱閣議決定
H20	健康由利本荘21計画策定 声かけボランティア養成講座開始 声かけボランティア設立		自殺対策加速化プラン
H21	声かけボランティアのサロン活動開始(H22年1月~)	秋田県自殺予防推進会議設置	地域自殺対策緊急強化基金創設

年度	市の取り組み	県の取り組み	国の動き
H22		秋田ふきのとう県民運動 実行委員会設立	いのちを守る自殺対策 緊急プラン
H24	小中学生こころの健康づくり教室を市内全学 校を対象に実施 秋田県内のボランティア活動を収録した「希望 のシグナル」上映		8 月 自殺総合対策大 綱閣議決定
H26	健康由利本荘 21 計画第2期策定		
H27	臨床心理士のこころの相談日開始	市町村巡回キャラバン実 施	
H28	ゲートキーパー養成講座とメンタルヘルス チェック事業開始		自殺対策基本法改正
H29	「生活と心の健康づくりに関する調査」を秋田 大学、保健所と協働で市民に対して実施	秋田県地域自殺対策推進 センター設置 市町村トップセミナー実施 秋田県自殺対策計画策定	7 月 自殺総合対策大 綱閣議決定
H30		SOS の出し方講座開始	
H31 R1	由利本荘市自殺対策計画策定 SOS の出し方講座開始 市職員向けゲートキーパー養成講座開始		
R2		くもの糸「LINE 相談」 導入	いのち支える自殺対策 推進センター(JSCP) 発足
R4			自殺総合対策大綱閣議 決定

2 健康由利本荘21計画との関連

平成 26 年度に策定された「健康由利本荘21計画(第2期)」では、「生活習慣の質を高め、健康寿命の延伸を図る」、「生活習慣病予防対策の徹底を図る」、「こころの問題や病気への理解を図る」の3つの基本方針が定められていました。

3つの基本方針の1つでもある「こころの問題や病気への理解を図る」に基づき、自殺の誘因となるこころの問題や病気について、市民の正しい理解を深めるために情報の普及・啓発活動や相談活動を通して「休養」、「こころの健康づくりと認知症の理解」、「自殺予防」の3つの分野を基本目標に掲げ、自殺を個人の問題として捉えることなく社会的問題と考え、絶望の果てに自ら死を選ぶ方を一人でも減らす活動を推進するという方針に沿って行政、個人・家庭、地域で取り組んでおります。

「健康由利本荘21計画(第2期)」の計画期間は、平成26年を初年度とし、令和5年度を目標年度に設定して10年間の計画で実施してきました。市の自殺対策計画とも関連している「こころの健康」部分の指標に対して、下表の通り平成 29 年に中間評価、令和 5 年度に最終評価を実施しました。

健康由利本荘21計画(第2期)では自殺対策として、「休養」「こころの健康づくりと認知症の理解」「自殺予防」の3つの分野の内容で取り組んでおりました。健康由利本荘21計画(第3期)では、「生活習慣」や「社会環境」の改善の意味合いが強い「休養・睡眠」を残し、「こころの健康づくりと認知症の理解」「自殺予防」については、「自殺対策計画」に組み入れて計画を策定しています。

分野	指標	現状値 (H25 年度)	中間評価 (H29 年度)	目標値 (R5 年度)	最終評価 (R5 年度)	
休養	夜、よく眠れる人	54.2%	89.0%※	85.0%	78.3%※	
	正しい睡眠習慣を知っていて、自分なりに十分な睡眠時間を確保している人	—	未調査	85.0%	51.3%	
	趣味がある人	—	62.9%	85.0%	32.7%	
こころの健康づくりと 認知症への理解	日常生活に支障をきたすストレス原因がある人	17.2%	未調査	15.4%	10.7%	
	ストレスを感じる人	55.3%	12.5%	49.7%	58.8%	
	精神的ストレスがあったとき、積極的ストレス対処行動をとる人	62.3%	61.8%	80.0%	61.1%	
	自分の気持ちを聞いてくれる相談相手がいない人	6.2%	12.5%	5.6%	19.0%	
	夜よく眠れないことがある人	42.7%	21.0%※	38.4%	21.7%※	
	認知症高齢者の割合(Ⅱa 以上)	13.6%	13.0%	12.0%	10.6%	
自殺予防	自殺による死亡率	31.7	25.7	25.0	23.1	
	うつ症状を訴える人	—	12.5%	25.0%	29.3%	
	社会的 支援の 状況	「心配事や悩みを聞いてくれる人」のいない人	—	12.5%	3.0%	19.0%
		「ちょっとした用事や留守番を頼める人」のいない人	—	未調査	5.0%	40.3%

・H29 の指標数値は、由利本荘市生活と心の健康づくりに関する調査の類似設問から参照。

・※部分は、特定健康診査受診者の事前問診票から参照。

3 市の自殺対策事業(第1期自殺対策計画)の取り組みと評価

自殺対策計画(第1期)では、5つの基本施策と4つの重点施策、生きる支援関連施策の83事業について、市役所庁内の多様な既存事業を含め32課に及ぶ庁内連絡会により、それぞれ事業を実施してきました。令和5年度が計画期間終了による評価となりますが、令和4年度時点の各施策における取り組み状況と評価を行い、次期計画に反映させていきます。その状況について、次表に示します。

※評価は令和4年度末の進捗状況について、◎が「計画通りに実施し達成の見込み」、○が「概ね順調に実施できている」、△が「実施は不十分」と区分しています。

【基本施策】

○地域におけるネットワークの強化

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
1	自殺対策推進委員会	民間団体や専門機関の代表からなる委員会に報告し情報共有することにより、関係機関のネットワーク強化につながった。また推進委員と連携が図られ、協同した取り組みが期待できる。	健康づくり課	開催回数	—	1回	1回	◎	継続
2	自殺対策庁内連絡会	行政全体として自殺対策を推進することにより、一定の効果は得られているが、人口減少などの課題もあり、未だに全国水準を常に上回る状況にあるため、中長期的な視点で検証・評価と各施策の効果的・効率的な実践を継続していく。	健康づくり課	開催回数	—	1回	1回	◎	継続
3	健康生活推進協議会	地域住民に密着した総合的健康づくり対策を積極的に推進するため、協議会へ報告し情報共有することにより、健康づくりを推進する健康づくり団体のネットワークの強化につながっている。	健康づくり課	開催回数	1回	1回	1回	◎	継続
4	ボランティア団体交流会	コロナ禍により市内で活動している自殺予防の民間団体を一堂に会しての交流はなかなか持てなかったが、活動支援するとともに同テーマや学習会などの開催により互いの知識と情報共有が図られている。	健康づくり課	開催回数	1回	1回	1回	◎	関連施策へ

○自殺対策を支える人材の育成

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
5	職員へのゲートキーパー養成講座	様々な悩みや問題を抱えたケースに接する機会が多い市職員を対象に養成講座を実施し、市職員として、常に自殺予防の視点を持ち適切な対応ができるよう継続する。	総務課	受講者数	—	累計500人	累計456人	◎	継続

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
6	市民へのゲートキーパー養成講座	受講した市民が傾聴および相談機関へのつなぎ方を学ぶ機会を得て、見守る人を養成することができた。 今後もより多くの市民の参加を目指し、周知方法や実施場所を検討する。	健康づくり課	受講者数	143人	累計600人	累計380人	◎	継続
7	声かけボランティア養成講座	新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受けて中止となった年もあったが、傾聴活動による地域住民を支える方を養成する講座をおおむね実施できた。 より多くの市民が参加できるよう、講座の回数や周知方法を見直しながら、今後も継続する。	健康づくり課	受講者数	143人	143人	118人	◎	継続
				登録者数	5人	累計25人	累計10人	◎	継続

○住民への啓発と周知

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
8	自殺予防街頭キャンペーン	広く市民に対し、こころの健康づくりや自殺予防についてリーフレットの配布を実施したほか、市広報やCATVを活用し、より多くの市民に啓発活動を行った。今後も周知方法について検討を重ね、啓発活動を継続する。	健康づくり課	配布数	550部	550部	550部	◎	継続
9	広報、ケーブルテレビでの活動紹介	9月の自殺予防週間や12月のいのちの日に合わせて特集を組んで自殺予防や心の健康づくりについて掲載するなど、節目に合わせ、各メディアを通じて市民へ発信することができた。 継続して市民にこころの健康に関する内容や相談先について周知する。	健康づくり課	実施回数	-	2回	2回	◎	継続
10	こころの健康づくり講座	各地域の高齢者などに講演会を開催し、うつ病・自殺予防について学ぶ機会を提供し、こころの健康づくりの機会を提供することができた。 今後も開催方法について検討を重ね、市民のこころが健康になる機会を設けられるよう継続する。	健康づくり課	参加者数	444人	500人	233人	○	継続
11	こころの健康づくり巡回健康相談	各地域を巡回するなど、血圧測定・個別相談を実施し、参加者が各々の健康の悩みを話す機会を得ることができた。今後も実施方法や対象について検討を重ねて継続する。	健康づくり課	参加者数	336人	400人	165人	△	継続
12	まちづくり宅配講座	新型コロナウイルス感染症の影響もあり開催数は少なかったが、依頼があった自治会などに保健師が出向き、うつ病・自殺予防など、心の健康づくり講座を行うことで健康への関心を持ち、高齢者の居場所づくりや交流を図ることができている。	健康づくり課	参加者数	2,002人	2000人	1,054人	△	継続

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
13	こころの体温計	誰でも気軽に、簡単にセルフチェックができるため、こころの不調に気づききっかけにもなり、本システムの存在と活用について引き続き周知する。	健康づくり課	利用者数(市民)	6,342人	6,500人	10,536人	◎	継続
14	相談窓口のわかりやすい発信	相談窓口のパンフレットの配布を庁内のほか市内の公的相談窓口まで拡大し、周知を図った。様々な悩みに対する相談窓口周知のため、今後も継続して実施する。	健康づくり課	配布枚数	—	600枚	1,900枚	◎	継続
15	事業の機会を捉えた周知	コロナ禍では、各事業の中止や規模縮小などの配慮がなされ、周知の機会は少なかったが、市の検診実施時、市民まつり、健康教室でパンフレットを配布して、対応可能な条件を満たしながら実施に取り組んでいる。	健康づくり課	配布枚数	—	5,000枚	3,900枚	△	継続

○生きることの促進要因への支援

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
16	交流サロン事業(声かけボランティア等)	自殺予防ボランティア会員等の地元で新たに開設したサロンが2カ所、会員の意向により終了となったサロンが1カ所あった。今後も地域住民の仲間づくりや交流の場、閉じこもり防止を目的とした活動継続のために支援する。	健康づくり課	参加者数	309人	350人	291人	○	継続
17	ふれあいサロン(ホットハート由利)	コロナの影響がありながらもボランティア団体を中心に「サロン」や「心の健康学習会」等で町内に交流の場を設けることができた。活動も住民に理解され、新規加入者を迎えており、今後も活動継続のために支援する。	由利市民サービス課	開催回数	10回	10回	4回	○	関連施策へ
18	人形劇等による啓発活動(オープンハートオコジョ)	自殺予防、心の健康づくり活動をしているボランティア団体が、定期的にテーマを変え、シナリオを工夫して分かりやすく伝えるため人形劇を取り入れて活動しており、その取り組みを支援する。	鳥海市民サービス課	開催回数	6回	6回	2回	△	関連施策へ
19	こころの相談日	月1回、臨床心理士による相談日を開催し、悩みの軽減を図るため、毎月の広報への掲載や窓口での周知、関係部署との情報共有、関係事業でのPRによる周知を継続する。	健康づくり課	実施回数	12回	12回	11回	◎	継続
20	遺族者支援	遺族特有の悩みについて相談窓口の周知を図るため「大切な人を亡くされたあなたへ」のパンフレットを市民課と各総合支所の市民サービス課窓口の配布を継続する。	健康づくり課	設置箇所	8箇所	8箇所	8箇所	◎	関連施策へ

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※ 評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
21	要支援妊婦の訪問	他の相談種別と組み合わせながら、支援が必要な要支援妊婦の訪問を実施し、切れ目のない支援を継続する。	健康づくり課	訪問件数	実人数 9人	実人数 9人	実人数 9人	◎	関連施策へ
22	若年者対応の研修会	若者支援のためにできることを学ぶ機会となっており、研修会やケース検討会等を引き続き実施する。	健康づくり課	参加者数	—	実人数 50人	実人数 36人	◎	継続
23	若年者の相談対応	40歳以下の若年者への保健師相談について、コロナ禍にあっては訪問による相談は少なかったが、電話による相談件数が増えており、特に同人物からの繰り返しの相談が増えている。必要時には関係機関につなぐ体制をとり継続する。	健康づくり課	訪問件数	実人数 31人	実人数 35人	実人数 20人	◎	関連施策へ
24	がん患者医療用補整具等購入費助成事業	申請時の相談では、市内のがんサロンについての紹介等、申請者のプライバシーの保持に配慮しながら今後も継続して実施する。	健康づくり課	申請者数	実人数 28人	実人数 28人	実人数 20人	◎	関連施策へ
25	障がい者基幹相談支援センター事業	障がい者などの福祉に関する様々な問題について、障がい者(児)及びその家族等からの相談に応じ、必要な情報の提供及び助言その他の障がい者福祉サービスの利用支援などを行っており、相談件数は増加傾向にある。 由利本荘市地域生活支援相談センターの存在が周知、定着しアウトリーチを積み重ねた結果であり、連携して切れ目のない相談支援を継続する。	福祉支援課	相談者数	3,996人	3,000人	4,657人	◎	継続

○児童生徒のSOSの出し方に関する教育

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※ 評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
26	小中学生こころの健康づくり教室	小中学生に対し、命の大切さをテーマにした授業を実施しており、自分や他者の命を考える機会となっており、引き続き継続する。	健康づくり課	開催回数	21回	24回	20回	○	継続
27	児童生徒のSOSに関する教育	生徒が家庭や学校、地域で様々な困難やストレスにむかいあった時のSOSの出し方に関する教育を実施し、生徒が相談することの大切さを伝える機会として引き続き継続する。	学校教育課	実施学校	—	10校	9校	◎	継続
		生徒のSOSが発信されたときに受け止める側がサインを見逃さないためのパンフレット作成、配布を実施し、研修会の開催なども検討しつつ継続する。	健康づくり課	実施学校	—	10校	10校	○	継続
28	高校生へのリーフレット配布	進路や就職などの悩みを抱えやすい市内の高校3年生に対し、こころの健康づくりパンフレットを配布し、自殺予防呼びかけを継続する。	健康づくり課	配布数	852枚	750枚	735枚	○	継続

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
29	スクールカウンセラーの配置	令和2年度には中学校全10校へのスクールカウンセラーの配置、令和4年度には活動時間を増加するなど、相談活動等の充実を図ることができ、学校におけるカウンセリング機能の充実を図るため継続する。	学校教育課	対応時間	770時間	770時間	875時間	◎	関連施策へ
30	いじめ対策	いじめの早期発見のための「学校生活アンケート」を実施し、「いじめ問題対策連絡協議会」を開催することにより各小中学校におけるいじめ対策を推進することができ、実施回数も適当であった。いじめの防止等に関係する機関及び団体の連携を図り、いじめ防止等のための対策を実効的に継続する。	学校教育課	実施回数	各2回実施	各2回実施	各2回実施	◎	関連施策へ

【重点施策】

○こども・若者対策

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
31	若年者向けの自殺予防リーフレット配布	成人式、県立大学や由利本荘看護学校などに若年者向けの自殺予防リーフレットを配布して若年者に周知しているが、今後は紙媒体以外の方法も取り入れて継続していく。	健康づくり課	配布箇所数	—	3箇所	3箇所	◎	継続
32	地域未来塾事業（学ぶんスペース）	新型コロナ対策により規模の縮小はあったが、概ね開催できており、学習環境に恵まれない、または学習習慣が身につけていない中学生を対象に、大学生などの協力を得て無料学習支援の場を提供する事業であるため、参加者数の増加に向け、HPなども活用して活動状況を紹介、周知していく。	生涯学習課	参加者数	49人	70人	38人	○	関連施策へ
33	ひきこもり支援への充実	社会福祉協議会が実施するひきこもり当事者が集うあおぞらサロンであるが、実施状況を確認しながら、市と連携して、ひきこもり者への支援を行っていく。	福祉支援課	実施回数	12回	12回	12回	◎	継続

○高齢者対策

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
34	高齢者訪問	何らかの支援は必要だが介入が難しい高齢者が増えており、同居人がいる高齢者の自殺死亡率が高いことを踏まえ、同居人のいる80歳で、介護認定を受けていない人を対象に訪問を実施し、見守りや個別対応に焦点を当て継続する。	健康づくり課	訪問者数	573人	360人	328人	○	継続
35	民生委員の訪問活動	民生委員・児童委員の相談援助活動の一環として高齢者世帯の訪問活動があり、訪問回数はコロナの影響や地区民生委員の欠員等があったが目標値の約1.2倍となっており、健康状態の確認や相談などを通し、必要な支援が行われるよう、積極的に活動を行っていく。	福祉支援課	訪問者数	10,400人	11,000人	13,565人	◎	関連施策へ
36	友愛訪問活動	高齢者の社会参加促進などを図るため、老人クラブの友愛訪問活動への支援を行っており、今後も継続していく。	長寿生きがい課	訪問延人数	9,294人	9,300人	5,394人	◎	関連施策へ
37	認知症サポーター養成講座	認知症高齢者は、増加していくことが予想され、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指して、引き続き事業を継続し、認知症サポーターを養成していく。また、認知症サポーターが地域で活動できる場についても検討していく。	地域包括支援センター	受講者数	8,357人	15,000人	12,523人	○	継続
38	認知症カフェの開設	その年度によりばらつきがあるが、各地域包括支援センターのエリア毎に開催することができている。認知症高齢者等やその家族、地域の人などだれもが身近な場所で参加できるよう開催支援及び参加者支援を継続していく。	地域包括支援センター	利用者数	144人	960人	417人	○	継続
39	SOSネットワークの推進	徘徊するおそれのある認知症高齢者などに事前に登録してもらい、早期発見・保護に繋げる。また、推進委員会は年1回開催し、警察を始め様々な関係機関と連携を図り、認知症行方不明者の届出が多い、夜間の連絡体制を整備し、強化していく。	地域包括支援センター	協力事業所数	80箇所	95箇所	105箇所	◎	関連施策へ
40	地域ミニデイサービス	高齢者の通いの場を作ることで、孤立防止や介護予防などにつなげ、自主的に町内会館などを利用して気軽に集う活動「地域ミニデイサービス」を実施する際の支援および事業を普及、支援していく。	地域包括支援センター	参加者数	10,535人	13,000人	7,007人	○	関連施策へ

○生活困窮者対策

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
41	生活困窮者自立支援事業	生活困窮者に対する早期の包括的な相談、関係機関と連携して自立にむけた伴走型の支援を行っており、平成27年度の制度開始からコロナ禍が収まりつつある中でも、相談件数が1,800人を超えてきている。今後も由利本荘市生活支援相談センターと連携して事業を継続していく。	福祉支援課	相談者数	1,262人	1,500人	1,833人	◎	継続
42	夜間窓口の開設	定期的に夜間相談窓口を開設し、就労している人が利用しやすいように19時まで延長して相談しやすいような対応に心掛け、納税相談を受け付けてきたが、相談者が少なく、また、納税相談員が滞納者宅を訪問したり、滞納整理の一環で職員が相談を受けるなど対応しており、定期開設を廃止し、相談者の都合に合わせた平日夜間の対応に切り替えた。	収納課	実施回数	32回	32回	16回	○	廃止
43	消費生活相談の実施	消費者情報の発信や消費者啓発を積極的に行うための出前講座の開催は、コロナ禍の影響もあり計画通りに実施できなかったが、消費者問題は複雑・多様化しており、窓口での個別相談件数は増加しているため、今後も継続していく。	市民課	参加者数	113人	150人	0人	○	継続

○勤務・経営対策

No.	事業名	事業概要及び計画の評価	担当課	成果指標	H29年度	第1期	R4年度	※評価進捗状況	次期計画
					初回値	目標値	現状値		
44	職場におけるゲートキーパー養成講座の実施	組織全体として地域の実情に関心をもつ企業が徐々にではあるが増えてきており、より多くの企業に受け入れていただけるよう市内の企業によびかけ従業員を対象にゲートキーパー養成講座を実施する。	健康づくり課	実施回数	-	2回	1回	○	継続
45	職場におけるメンタルヘルス対策の推進	商工会と連携して、市内で働いている人に対してメンタルヘルスに関するパンフレットを配布する。若い世代を含めた数少ない対策の1つであり、商工会及び所属する企業に広く周知することができるため継続する。	健康づくり課	配布企業数	-	1,700箇所	1,620箇所	○	継続
46	無料法律相談委託	消費者問題や法的支援に対して、無料で専門家に相談できる機会を提供したことで解決につながるきっかけ作りが出来ており、消費生活上のトラブルや法的支援の必要な住民に対し、随時相談や法テラス制度もアドバイスして継続していく。	市民課	利用者数	38人	32人	28人	◎	継続

【生きる支援関連施策】

○地域コミュニティの支援・維持、環境・施設の整備の推進及び社会との接点の維持・確保を図ります。

No.	事業概要	今期計画の評価	担当課	※評価 (進捗状況)	次期計画
1	・男女共同参画 男女が社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画できる機会が確保され、均等に政治、経済、社会及び文化的利益を享受することができ、かつ、共に責任を分かち合う社会を目指す。	男女共同参画社会の実現に向けて継続して取り組んでいく。	総合政策課	◎	継続
2	・地域公共交通の維持確保 ・住民自治活動支援交付金による町内活動の支援 ・集会施設等の維持管理費や修繕費用の補助	地域コミュニティへの支援や社会との接点の維持、確保が図られており、それぞれを分割して事業の実施を継続する。	地域づくり推進課	◎	継続
3	・老人クラブ助成事業 (育成・強化)	老人クラブは、社会貢献や様々な地域活動を通じてQOL(生活の質)の維持や向上につながっており、今後も老人クラブへの支援を継続していく。	長寿生きがい課	◎	継続
4	・運転免許証自主返納支援事業 (コミュニティバスの半額助成)	令和4年度末現在、半額利用者証の交付は319人、令和4年度中の年間利用者は延べ3,049人。平均すると1人当たり年間約10回程度利用しており、高齢者等の移動手段の一翼を担っている。	生活環境課	○	継続

○独居高齢者及び高齢者世帯への支援

No.	事業概要	今期計画の評価	担当課	※評価 (進捗状況)	次期計画
1	・CATV加入者間IP電話の通話料無料、専用電話の無償貸与(在宅の高齢者の生活の安全、連絡手段の確保)	令和5年4月1日よりCATVセンターは指定管理者による管理運営に移行したため、市事業は終了とする。	情報政策課 (CATVセンター)	◎	廃止
2	・通話録音装置貸与事業(特殊詐欺の被害防止及び不安の軽減)	全50台中11台を貸出し、高齢者のみ世帯の特殊詐欺防止及び不安の軽減に寄与しており、今後も継続していく。	生活環境課	◎	継続
3	・緊急通報体制整備事業 概ね65歳以上の高齢者のみ世帯等の、急病・緊急時の連絡体制を確保するため、緊急通報装置を貸与する。	緊急時や電話相談に随時対応して高齢者の安心安全につながっている随時状況であり、今後も事業を継続し、安心して在宅での生活ができるよう支援していく。	長寿生きがい課	◎	継続
4	・食の自立支援事業 単身高齢者等の居宅を定期的に訪問し栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、安否の確認を行う。	利用者104人(R5.3月末)訪問時不在、または気がかりな高齢者については、関係機関と連携をとりながら事業を行っており、単身高齢者等の食の確保と安否確認につながっている。	地域包括支援センター	◎	継続

No.	事業概要	今期計画の評価	担当課	※評価 (進捗状況)	次期計画
5	・生活支援体制整備事業（サロンの開設、自助・互助など支え合える地域づくり）	サロンやミニデイサービスを立ち上げて、高齢者の居場所づくりを行ったり、買い物支援、生活の足の確保等につながる活動を実施することができており、継続していく。	地域包括支援センター	○	継続
6	・在宅医療・介護連携の構築（包括的かつ継続的な在宅医療・介護の提供）	コロナ禍ではあったが、ゆりほん多職種連携研修会は毎年開催、エンディングノートに関する研修会は全地域で開催した。引き続き、各地域に出向き、在宅医療や介護連携についての普及啓発を継続していく。	地域包括支援センター	◎	継続

○自殺リスク要因を低下させる事業の推進

No.	事業概要	今期計画の評価	担当課	※評価 (進捗状況)	次期計画
1	・地域防災計画 大規模災害における被災者の心のケア 生活上の不安に対する相談や実務的な支援	今期は大規模災害の発生がなく相談所窓口の設置までは至っていないが、被災者支援のため引き続き計画に定め、対応する体制の構築を進めていく。	危機管理課	◎	変更継続
2	・国保加入者相談 解雇等の理由での国保加入、資格証明書発行等経済的な問題を抱えた深刻な来所者を各種相談機関や窓口につなぐ。	経済的な問題により適切な医療を受けることが出来なかったなどのケースも無く、相談については適宜対応できていたので、今後も継続していく。	市民課	○	変更継続
3	・発達相談 子どもの発達に関して臨床心理士が相談に応じることで、母親の負担や不安感の軽減を図る。	相談希望者が年々増加していることもあり、必要性がある。心理士に相談し助言を得ることで不安感の軽減にも繋がっているため今後も継続していく。	健康づくり課	◎	継続
4	・介護予防事業 高齢者の閉じこもりや生活機能低下予防、認知症予防を目的とし健康講座や運動教室等を開催。	高齢者や市民の居場所づくりとして多数参加していただいているほか、健康づくりや生活の知恵などを学べる機会として活用されている。	健康づくり課 地域包括支援センター 各総合支所 市民サービス課	◎	継続
5	・家族介護教室 要介護高齢者を介護している家族等を対象に、介護方法や介護者自身の健康づくりについての知識、技術を習得させる教室を開催。 介護者同士の情報交換、親睦を図る。	全地域で開催している家族介護教室は、介護者の心身のリフレッシュや介護に関する情報や知識の習得につながっており、今後も継続していく。	地域包括支援センター	◎	継続
6	・人・農地問題解決加速化支援事業 人と農地の問題を解決する未来の設計図となる「人・農地プラン」を、集落・地域において話し合いを行い、地域の将来展望を描けるよう定期的に見直しを実施。	将来の農地の集積集約のあり方について見直しを毎年実施し、地域実情に即したプランとなるよう努めることができた。今後は、地域の将来展望がより具体化するものと見込んでおり、「地域計画」へ移行となるため区切りの評価とする。	農業振興課	◎	廃止

No.	事業概要	今期計画の評価	担当課	※評価 (進捗状況)	次期計画
7	・農業次世代人材投資事業・経営開始支援事業 新規就農者が軌道に乗るまで支援を行う。 (経営開始から次世代:5年間・経営開始:3年間の支援)	定着支援を定期的に実施し、農業士からの経営全般に対するアドレスなども含め農定着に繋げる取り組みができた。将来的には地域のリーダーとして活躍できる人材の育成に努めていく。	農業振興課	◎	継続
8	・就業資格取得支援助成事業 求職者の資格取得費用を補助	社会情勢に即し制度の見直しを図るなど効果的な施策の実施に努め、就業機会の確保に努めることができた。	商工振興課	○	継続
9	・救急業務署内事後検証会議 救急出動での心肺停止や特定行為を実施した搬送症例(自殺未遂を含む)を検証する。	搬送症例を検証することで、関係機関との連携を図ることができ、検証内容を医療機関と情報を共有することで連携が深まりより良い活動に繋がっている。	消防本部	◎	継続
10	・救命講習 市内の小学6年生(13校)に対して実施。 救命講習の中で命の大切さについて伝える。	講習会後のアンケート結果で「命が大切だと思った。」と回答した小学生が令和5年度には100%となっていることから、命について考えるきっかけとなっていると感じており、今後も、事業を継続していく。	消防本部	◎	継続

○生きる事の促進要因への支援(生きがいづくり)

No.	事業概要	今期計画の評価	担当課	※評価 (進捗状況)	次期計画
1	・地域づくり、まちづくりの推進事業 住民自らが実施するイベントを支援。主催住民、参加住民が共に生きがいを創出し、脱・マンネリ化生活への促進を支援。 また、自分達の理想のまち、地域づくりの話し合いを促進。	地域における特色ある事業に対して助成することによりコミュニティの場の創出と生きがいづくりになるため、新たなプロモーション会議による企画なども期待して「地域づくりの推進」へ変更して継続する。	地域づくり推進課	○	継続
2	・結婚支援事業 結婚を希望する独身者への支援を行う。	あきた結婚支援センターの入会登録により広域でのマッチングに結びついており、引き続き入会促進していく。また、新たな結婚新生活支援補助金については、認知度が低いためPRに努めていく。	地域づくり推進課	◎	継続
3	・インターバル速歩普及事業 信州大学で開発されたウォーキング法の一つ。健康寿命の延伸のために普及を図る。インストラクターによる講座、各地域での体験会を開催し、体育館の開放を実施。(運動する場の整備)	各地域で様々な事業を展開することで、多くの市民へ手軽に始められる運動の1つである「インターバル速歩」を広めることができた。今後も運動施策として広く展開していく。	健康づくり課 各総合支所 市民サービス課	◎	継続
4	・移住・定住促進事業 移住実現に向けた個別サポート、移住希望者とのネットワークを構築。	事業内容が移住前の取り組みのため、令和3年度に事業終了	移住支援課	△	廃止

No.	事業概要	今期計画の評価	担当課	※評価 (進捗状況)	次期計画
5	・シルバーカレッジ「 ^{ホウザン} 鳳山 学園」 由利本荘市在住の60歳以上の方を対象に毎月1回開催。(年12回)開催(講演、移動研修)	約3年間にわたる新型コロナ禍にあったが、会員の意見を聴取し、講座の内容精査を重ねてきたことで幅広い分野の講座を体感することにより、「学びの喜び」と「楽しむところ」を育むことができるため継続する。	本荘 教育学習課	△	継続
6	・ ^{ヨウレイ} 高嶺学級 岩城地域の高齢者を対象に講演会や日帰り研修などを開催。(年2回)	令和2～4年度までのコロナ禍により事業中止が続き、老人クラブ員の参加率の悪化もあったが、コロナ対策をして計画通りの事業実施が見込める状況にあり継続する。	岩城 教育学習課	△	継続
7	・ ^{ヨウレイ} 高嶺大学 60歳以上対象。講話、移動学習、クラブ活動等を開催。(毎月1回、年12回)	コロナ禍と参加者の固定化や高齢化の課題はあるが、出来る限りのことはやって来た。次期は開催方法の変更等検討して継続していく。	由利 教育学習課	◎	継続
8	・ことばき大学開催事業 高齢者を対象に年11回開催します。(講演、研修など)	令和2年度からの新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、回数を減らして開催してきたが、「心の豊かさ」や「生きがいのための生涯学習」の機会を提供することを目的としており、継続とする。	東由利 教育学習課	△	継続
9	・ ^{ヨウレイ} 高嶺 大学 60歳以上対象。講演、研修 年2回開催(1月、3月)	コロナ禍で予定した事業が実施できなかったこともあるが、概ね計画どおり実施できたことは、受講者の生涯学習に対する強い意欲を感じるものであり、いつまでも健康で過ごすための活動を継続する。	鳥海 教育学習課	◎	継続



○児童・生徒対策(就学支援・学童保育)

No.	事業概要	今期計画の評価	担当課	※評価 (進捗状況)	次期計画
1	・学童保育事業 就業等により昼間保護者のいない家庭の小学校児童を放課後及び長期休業中に学童クラブで保育。	すべての年度で計画通り実施され、学童利用を希望する小学生に対して待機期間なく放課後の遊びと生活の場を提供し、子どもの所属機関の一つとして見守りに重要な役割を果たしており、継続していく。	こども未来課	◎	継続
2	・児童扶養手当支給 児童扶養手当の支給を実施。	すべての年度で適正に支給し、ひとり親家庭を経済的に支援した。支援対象をひとり親家庭に限定せず、保護者の経済的負担を軽減する支援として、「児童手当等支給事業」に再編し継続する。	こども未来課	◎	変更継続
3	・母子家庭等自立支援給付金事業自立支援の給付金として 「自立支援教育訓練給付金」 「高等職業訓練促進給付金」 「高等職業訓練修了支援給付金」の支給を実施。	給付を実施したことにより生活の自立につながった。ひとり親の自立支援として、母子父子自立支援員を配置した相談支援・生活の自立に向けた給付金支給・貸付相談・生活支援施設入所相談を「ひとり親家庭支援事業」に再編し継続する。	こども未来課	◎	変更継続
4	・母子生活支援施設措置 配偶者のいない女子又はこれに準ずる事情にある女子と、その監護すべき児童の母子生活支援施設への入所を実施し、入所施設の実施運営費を扶助し、自立の促進のためにその生活を支援。	施設利用により、配偶者のいない母子の生活再建・自立促進につながった。ひとり親の自立支援として、母子父子自立支援員を配置した相談支援・生活の自立に向けた給付金支給・貸付相談・生活支援施設入所相談を「ひとり親家庭支援事業」に再編し継続する。	こども未来課	◎	変更継続
5	・母子父子寡婦福祉資金貸付事業 20歳未満の児童を扶養しているひとり親世帯及び寡婦の経済的自立の助成と生活意欲の助長を図るため、母子父子寡婦福祉資金の貸付けを行う。	相談者の希望を十分に聞き取り、適正に運用した。ひとり親の自立支援として、母子父子自立支援員を配置した相談支援・生活の自立に向けた給付金支給・貸付相談・生活支援施設入所相談を「ひとり親家庭支援事業」に再編し継続する。	こども未来課	◎	変更継続
6	・児童・生徒就学援助事業 経済的理由により、就学困難な児童・生徒に対し、給食費・学用品等を補助。特別支援学級在籍者に対し、就学奨励費の補助を行う。	各年度とも計画通りに実施することができた。経済的理由によって、就学困難と認められる児童生徒の保護者に対して、経済面の不安を解消し、負担を軽減するために必要である。	学校教育課	◎	継続

○学生・若者対策(就業、就労支援)

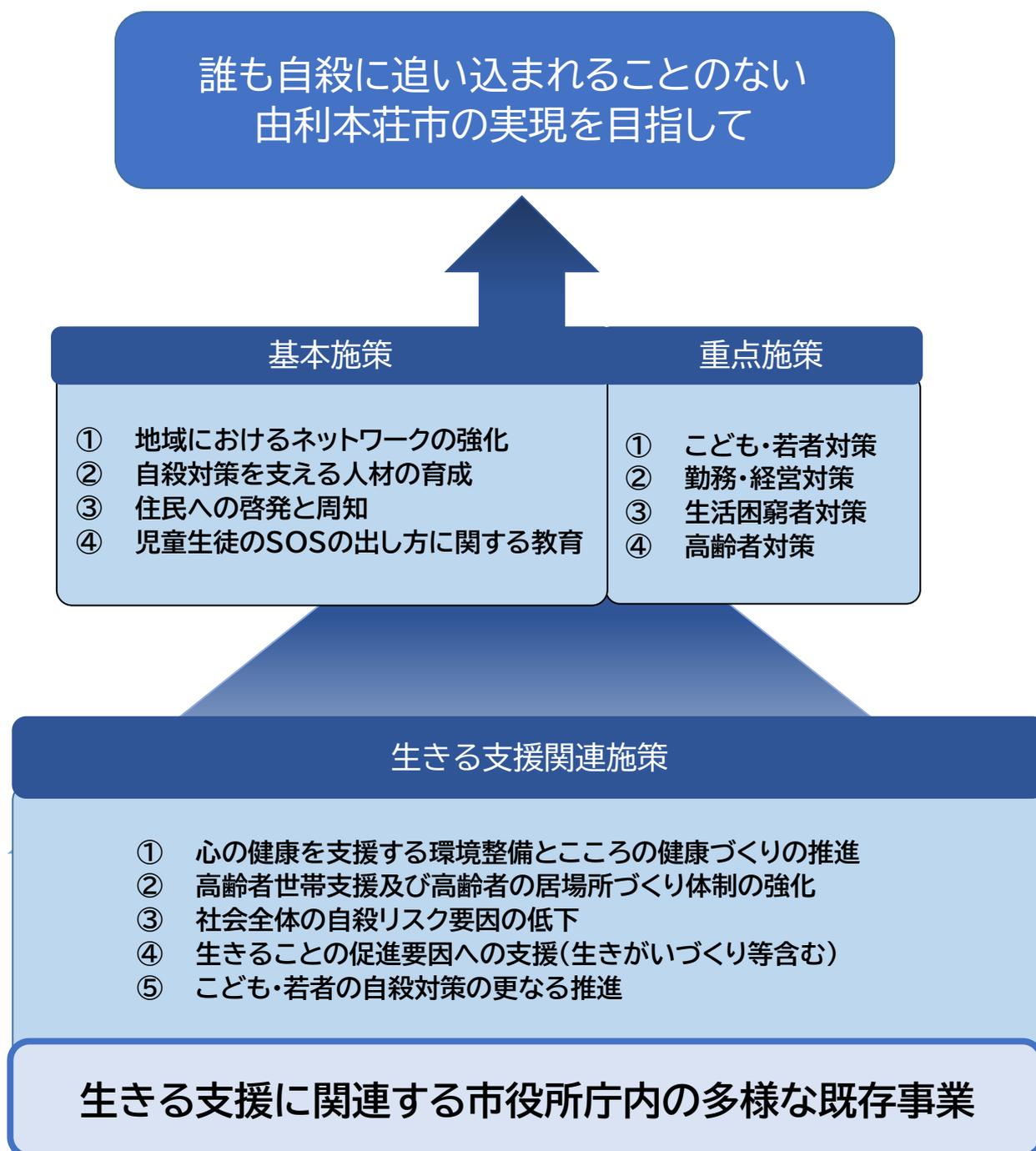
No.	事業概要	今期計画の評価	担当課	※評価 (進捗状況)	次期計画
1	・若年者等地元定着促進事業 高校生就職活動サポートセミナーを開催。	企業担当者との交流により、漠然とした就職への不安の軽減に繋げていく。	移住支援課	◎	変更継続
2	・奨学金給付を実施。	昨今の奨学生の応募状況や、他機関の奨学資金制度の状況等を勘案し、募集人員を縮小しながら実施してきた。経済的理由によっては、修学困難なものに対して学資を貸与し、有用の人材を育成する上で必要である。	学校教育課	◎	継続

第4章 いのちを支える自殺対策の取り組み

1 施策の体系

本市では、地域特性評価となる地域自殺実態プロファイルにより「地域自殺施策パッケージ」を参考に、「基本施策」4つと地域特性を考慮した「重点施策」4つに加えて「いのちを支える自殺対策」5つを組み合わせ、推進していきます。

また、自殺対策は家庭や学校、職場、地域など社会全般に深く関係しており、地域の多様な関係者の連携・協力を確保しつつ、市役所全体でより包括的、全庁的に地域の特性に応じた実効性の高い施策を推進していきます。



2 基本施策

本市の自殺の実態、地域の実情に応じた取り組みが効果的、効率的に実施され、施策の実施状況を中長期的な視点に立って継続的に進められるように、全国的に実施されることが望ましい施策「4つ」について実施します。

① 地域におけるネットワークの強化

自殺対策を市全体の課題として捉え、全庁及び関係機関とネットワークの強化を図ります。

No.	事業名	目的・具体的内容	担当課
1	自殺対策推進委員会	民間団体や専門機関の代表からなる会で多方面から意見をいただきながら自殺予防対策を推進する。	健康づくり課
2	自殺対策庁内連絡会	庁内の関係部署が幅広く参画し、行政全体として自殺対策を推進する体制を整えていく。	健康づくり課
3	健康生活推進協議会	地域住民に密着した総合的健康づくり対策を積極的に推進するため、協議会を開催し協議する。	健康づくり課

② 自殺対策を支える人材の育成

身近な人の悩みや生活上の困難を抱える人のサインに気づき、必要な支援に繋げる人材の養成等を充実させていきます。

No.	事業名	目的・具体的内容	担当課
4	職員へのゲートキーパー養成講座	市の職員がゲートキーパーの役割を学び、悩んでいる人に気づき、声をかけ必要な支援につなげ、見守る人を養成する。	総務課
5	市民へのゲートキーパー養成講座(一般)	市民むけに、悩んでいる人に気づき、声をかけ必要な支援につなげ、見守る人を養成する。	健康づくり課
6	声かけボランティア養成講座	サロンなどを身近なところで開設し、傾聴活動により地域住民を支える方を養成するための講座を実施する。	健康づくり課

③ 住民への啓発と周知

自殺対策の取り組みを広く市民に周知し、自殺の問題は誰もが当事者となり得る重大な問題であることについて、市民の理解と関心を高めるための啓発に努めます。

No.	事業名	目的・具体的内容	担当課
7	若年者対応の研修会	若年者の自殺が増加している現状にある。若年者への支援や対応について理解を深めることで、適切な対応へつながる一助となり、また関係機関とのネットワークを強化する。	健康づくり課
8	こころの相談日	月1回、臨床心理士による相談日を開催し、悩みの軽減を図る。	健康づくり課

No.	事業名	目的・具体的内容	担当課
9	心の健康づくり講座	地域毎に、高齢者のこころの健康づくり講演会を開催し、うつ病・自殺予防と傾聴について学ぶ機会を設ける。	健康づくり課
10	心の健康づくり巡回健康相談	各地域を巡回して血圧測定・個別相談を実施する。	健康づくり課
11	広報紙発行	関連する記事を市広報に掲載し市民に周知すると共に生活に密着した情報を発信する。	広報広聴課
12	自殺予防街頭キャンペーン	広く市民に対し、こころの健康づくりや自殺予防についての啓発を図る。	健康づくり課
13	交流サロン事業 (声かけボランティア等)	自殺予防ボランティア会員等が、地域住民の仲間づくり・閉じこもり防止を目的に開設したサロン実施を継続していくのを支援する。	健康づくり課
14	遺族者支援	「大切な人を亡くされたあなたへ」のパンフレットを市民窓口センターと各総合支所の市民サービス課窓口で配布する。	健康づくり課
15	まちづくり宅配講座	依頼があった自治会などに保健師が出向き、うつ病・自殺予防など、心の健康づくり講座を行う。	健康づくり課
16	広報、ケーブルテレビでの活動紹介	9月の自殺予防週間や12月のいのちの日に合わせて特集を組んで自殺予防や心の健康づくりについて掲載する。	健康づくり課
17	相談窓口のわかりやすい発信	地域の相談窓口のパンフレットを市の窓口相談業務がある担当課において配布する。	健康づくり課
18	事業の機会を捉えた周知	市の検診実施時や健康づくりイベント、健康教室などでパンフレットを配布する。	健康づくり課
19	メンタルヘルスチェック事業 (こころの体温計)	市のホームページよりアクセスでき、誰でも気軽に、簡単に心の悩みやストレス度をチェックできるメンタルヘルスチェックシステムについて市民に周知する。	健康づくり課

④ 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

児童・生徒が家庭や学校、そして地域で直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処法を身につけるための教育や、不登校、引きこもりなど社会から孤立している若者がSOSを出したときに、それを受けとめることができる身近な大人を地域に増やす取り組みを推進します。

No.	事業名	目的・具体的内容	担当課
20	小中学生こころの健康づくり教室	小中学生に対し、命の大切さをテーマにした授業を実施し、自分や他者の命を考える機会とする。	健康づくり課
21	児童生徒のSOSの出し方講座	生徒が家庭や学校、地域で様々な困難やストレスにむかいあった時に「誰に」、「どのように」して伝え、助けをもとめればいいのかを具体的にかつ実践的に学ぶSOSの出し方に関する教育を実施する。	学校教育課
22	児童生徒のSOSの受け止め方講座	生徒のSOSが発信されたときに受け止める側がサインを見逃さないようするための研修を保護者に対して実施する。	健康づくり課

3 重点施策

自殺総合対策推進センターから提供される地域自殺実態プロフィールをもとに地域特性の把握と課題を整理し、重点パッケージの中から優先度を考慮して地域特性に応じて基本施策に付加することが望ましく、地域の実態に最適化され効果的な施策「4つ」について実施します。

① こども・若者対策

本市では、10歳代から30歳代の死因の第1位が自殺となっています。複雑化する社会の中では人との関わり合いや雇用形態などに変化が生じてきていることから、こども・若者の自殺につながりかねない問題が深刻化するなどの影響が懸念されるため、こども・若者の自殺対策を強化します。

No.	事業名	目的・具体的内容	担当課
1	高校生へのリーフレット配布	市内の高校3年生に対し、こころの健康づくりパンフレットを配布し、自殺予防について呼びかける。	健康づくり課
2	若年者向けの自殺予防リーフレット配布	若年者向けの自殺予防リーフレットを作成し、成人式、県立大学や由利本荘看護学校などで配布する。	健康づくり課
3	ひきこもり支援への充実	ひきこもりの当事者が集うあおぞらサロンを実施する。(社協事業)	福祉支援課
4	スクールカウンセラーの配置	市内の中学校にスクールカウンセラーを配置し、相談に応じる。	学校教育課
5	いじめ対策	「いじめ問題対策連絡協議会」の開催、いじめの早期発見のための「学校生活アンケート」の実施。	学校教育課
6	保育所・認定こども園の保育料・副食費助成	市独自助成やすこやか子育て支援事業により保育料や副食費の負担を軽減し、保育施設を利用しやすい環境を整備する。	こども未来課
7	各種預かり支援	一時的に家庭で保育できない場合に、一時預かり、病後児保育、延長保育、休日保育、ファミリー・サポート・センターにより子どもを預かる。	こども未来課
8	子育て短期支援事業	一時的に家庭で養育することが困難となった児童を、児童養護施設等で預かる。	こども未来課

② 勤務・経営対策

働き盛りである40～50歳代の女性の自殺率は、本市では全国に比べ高いことから、自殺の原因となり得る様々なストレスについて、ストレスの要因の軽減、ストレスへの適切な対応などの健康の保持・増進等に努めます。

No.	事業名	目的・具体的内容	担当課
9	無料法律相談委託	法的支援の必要な住民に対し、専門家への相談機会を提供するため、無料法律相談を実施。随時相談に対しても弁護士への相談や法テラス制度などアドバイスする。	市民課
10	学童保育事業	就業等により昼間保護者のいない家庭の小学校児童を放課後及び長期休業中に学童クラブで保育する。	こども未来課

No.	事業名	目的・具体的内容	担当課
11	職場におけるゲートキーパー養成講座の実施	市内の企業によびかけて従業員を対象にゲートキーパー養成講座を実施する。	健康づくり課
12	職場におけるメンタルヘルス対策の推進	商工会と連携して、市内で働いている人に対してメンタルヘルスに関するパンフレットを配布する。	健康づくり課
13	がん患者医療用補整具等購入費助成事業	医療用補整具助成の申請時に相談を受付するとともに、市内のがんサロンについて紹介する。	健康づくり課

③ 生活困窮者対策

様々な理由により働けない、収入がないなどの経済的に困っている生活困窮者の中には、自殺リスクを抱えている人が少なくないことから、包括的な支援を行うとともに、関係部署と緊密に連携し支援を行います。

No.	事業名	目的・具体的内容	担当課
14	消費生活相談の実施	消費者問題が複雑・多様化していることから、消費者情報の発信や消費者啓発を積極的に行うための出前講座を実施する。	市民課
15	生活困窮者自立支援事業	生活に困窮する方に対する早期の包括的な相談を実施し、関係機関と連携して自立にむけた伴走型の支援を行う。	福祉支援課
16	資格取得支援助成事業	ハローワーク登録している求職者、在職者の資格取得に対して補助を行い、技術習得による就業や雇用の安定を促す。	商工振興課

④ 高齢者対策

本市では、60歳代以上の自殺率が全国に比べて高く、健康問題による自殺者数が増加しています。介護予防の観点からも閉じこもりやうつ状態を予防するために地域の中で生きがいや役割を持って生活できる地域づくりを推進します。

No.	事業名	目的・具体的内容	担当課
17	高齢者訪問	同居人がいる80歳の人で、介護認定を受けていない人を対象に訪問を実施する。	健康づくり課
18	認知症サポーター養成講座	認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指して、認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人やその家族を応援する認知症サポーターを養成する。	地域包括支援センター
19	SOS ネットワークの推進	徘徊する恐れのある認知症高齢者などに事前に登録してもらい、もしも行方不明になった場合、協力者への迅速な情報提供を行い、早期発見・保護に繋げる。推進委員会は年1回開催し、警察を始め様々な関係機関と連携を図る。	地域包括支援センター

4 自殺対策評価指標

基本施策及び重点施策の各内容による指標内容に応じた区分(施策パッケージより)

(1) 自殺対策の意識や理解の醸成を図るための人材育成

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の継続的な確保、養成、資質の向上を図ることが必要であり、自殺対策の専門家として直接的に自殺対策に係る人材に加え、身近な人の見守りの中で関わっていける人材の育成が必要です。

《内容区分例》 研修、授業、講師派遣要請など

(2) 自殺対策に係る意識や理解の普及と啓発

自殺に対する誤った認識や偏見があることから、「自殺問題は誰もが当事者となり得る重大な問題であること」について、正しい知識を普及する必要があります。

《内容区分例》 講演会、啓発イベント、各種広報資材の作成と活用など

(3) 相談・支援事業(個別支援、つながりや居場所の構築・提供)

悩みを抱える方等に対しての相談支援は、個人レベルによる相談内容に伴い、必要に応じて専門家等と連携し、適切な助言、支援が必要であり、個別の対応や居心地のよい居場所やつながりの場の構築・提供が必要です。

《内容区分例》 個別相談・支援、訪問・同行支援、相談会の開催、分かち合える会の開催、遺族からの相談対応、居場所の構築と提供など

(4) 地域のネットワーク構築・運営(関係性や連携体制の構築)

自殺に追い込まれる危機は、誰にでも起こりうる事態であるため、自殺の危険性の高い人の早期発見に努め、支援機関につながった場合でも地域で包括的に対応し適切な各サービスを受けられる体制を構築する必要があり、関係機関の連携体制の構築とともにその人材の育成も重要となります。

《内容区分例》 会議・協議会、計画に対する管理・評価、各種ツールの作成と活用、ケースカンファレンスなど

(5) その他の事業(実態や課題の把握など)

実態や課題の把握や自殺の危機に関与する物理的な対応、地域の特性を見越した事前対策の検討などを実施し、自殺対策を推進する必要があります。

《内容区分例》 自殺に係るデータの分析、調査・検討、パトロール、手段の規制・断裂方法の対策など



【基本施策】

① 地域におけるネットワークの強化

No.	事業名	活動指標	活動評価					成果指標	現状値	目標値	担当課
			R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度		R4年度	R10年度	
1	自殺対策推進委員会	開催回数	1回	1回	1回	1回	1回	開催回数	1回	1回	健康づくり課
2	自殺対策庁内連絡会	開催回数	1回	1回	1回	1回	1回	開催回数	1回	1回	健康づくり課
3	健康生活推進協議会	開催回数	1回	1回	1回	1回	1回	開催回数	1回	1回	健康づくり課

② 自殺対策を支える人材の育成

No.	事業名	活動指標	活動評価					成果指標	現状値	目標値	担当課
			R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度		R4年度	R10年度	
4	職員へのゲートキーパー養成講座	開催回数	1回	1回	1回	1回	1回	受講者数	累計 456人	実施予定 累計 113人	総務課
5	市民へのゲートキーパー養成講座(一般)	開催回数	5回	5回	5回	5回	5回	開催回数	5回	5回	健康づくり課
6	声かけボランティア養成講座	開催回数	1回 (2回 コース)	1回 (2回 コース)	1回 (2回 コース)	1回 (2回 コース)	1回 (2回 コース)	開催回数	1回 (4回 コース)	1回 (2回 コース)	健康づくり課

③ 住民への啓発と周知

No.	事業名	活動指標	活動評価					成果指標	現状値	目標値	担当課
			R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度		R4年度	R10年度	
7	若年者対応の研修会	開催回数	1回	1回	1回	1回	1回	開催回数	1回	1回	健康づくり課
8	こころの相談日	実施回数	12回	12回	12回	12回	12回	実施回数	11回	12回	健康づくり課
9	心の健康づくり講座	実施回数	14回	14回	14回	14回	14回	実施回数	14回	14回	健康づくり課
10	心の健康づくり巡回健康相談	実施回数	28回	28回	28回	28回	28回	実施回数	28回	28回	健康づくり課
11	広報紙発行	広報紙発行回数(年間)	24回	24回	24回	24回	24回	広報紙発行回数(年間)	24回	24回	広報広聴課

No.	事業名	活動指標	活動評価					成果指標	現状値	目標値	担当課
			R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度		R4年度	R10年度	
12	自殺予防街頭キャンペーン	開催回数	3回	3回	3回	3回	3回	開催回数	3回	3回	健康づくり課
13	交流サロン事業(声かけボランティア等)	開催回数	48回	48回	51回	51回	51回	開催回数	47回	51回	健康づくり課
14	遺族者支援	配布箇所	9箇所	9箇所	9箇所	9箇所	9箇所	配布箇所	8箇所	9箇所	健康づくり課
15	まちづくり宅配講座	開催箇所	8箇所	8箇所	8箇所	8箇所	8箇所	開催箇所	8箇所	8箇所	健康づくり課
16	広報、ケーブルテレビでの活動紹介	実施数	3回	3回	3回	3回	3回	実施数	2回	3回	健康づくり課
17	相談窓口のわかりやすい発信	配布箇所	37箇所	37箇所	37箇所	37箇所	37箇所	配布箇所	37箇所	37箇所	健康づくり課
18	事業の機会を捉えた周知	周知箇所	8箇所	8箇所	8箇所	8箇所	8箇所	周知箇所	8箇所	8箇所	健康づくり課
19	メンタルヘルスチェック事業(こころの体温計)	利用者数	8,500人	8,500人	8,500人	8,500人	8,500人	利用者数	—	8,500人	健康づくり課

④ 児童のSOSの出し方に関する教育

No.	事業名	活動指標	活動評価					成果指標	現状値	目標値	担当課
			R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度		R4年度	R10年度	
20	小中学生こころの健康づくり教室	実施校	23校	23校	23校	23校	23校	実施校	23校	23校	健康づくり課
21	児童生徒のSOSの出し方講座	実施校	10校	10校	10校	10校	10校	実施校	10校	10校	学校教育課
22	児童生徒のSOSの受け止め方講座	実施回数	1回	1回	1回	1回	1回	実施回数	1回	1回	健康づくり課



【重点施策】

① こども・若者対策

No.	事業名	活動指標	活動評価					成果指標	現状値	目標値	担当課
			R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度		R4年度	R10年度	
1	高校生へのリーフレット配布	実施校	5校	5校	5校	5校	5校	実施校	5校	5校	健康づくり課
2	若年者向けの自殺予防リーフレット配布	実施校	2校	2校	2校	2校	2校	実施校	2校	2校	健康づくり課
3	ひきこもり支援への充実	実施回数	12回	12回	12回	12回	12回	年間12回	年間12回	年間12回	福祉支援課
4	スクールカウンセラーの配置	実施校(10校)	随時	随時	随時	随時	随時	対応時間	875時間	875時間	学校教育課
5	いじめ対策	実施回数	各2回	各2回	各2回	各2回	各2回	実施回数	各2回	各2回	学校教育課
6	保育所・認定こども園の保育料・副食費助成	助成割合(該当児/対象児)	100	100	100	100	100	実施度	100	100	こども未来課
7	各種預かり支援	実施事業数(支援形態の多様性)	5事業	5事業	5事業	5事業	5事業	実施事業数	5事業	5事業	こども未来課
8	子育て短期支援事業	委託箇所数	3箇所	3箇所	3箇所	3箇所	3箇所	支援度(措置実績/申請者数)	0	0	こども未来課

② 勤務・経営対策

No.	事業名	活動指標	活動評価					成果指標	現状値	目標値	担当課
			R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度		R4年度	R10年度	
9	無料法律相談委託	実施回数	4回	4回	4回	4回	4回	実施回数	4回	4回	市民課
10	学童保育事業	実施箇所数	15箇所	15箇所	15箇所	15箇所	15箇所	待機児童数	0人	0人	こども未来課
11	職場におけるゲートキーパー養成講座の実施	開催回数	2回	2回	2回	2回	2回	開催回数	0回	2回	健康づくり課
12	職場におけるメンタルヘルス対策の推進	配布回数	1回	1回	1回	1回	1回	配布回数	1回	1回	健康づくり課
13	がん患者医療用補整具等購入費助成事業	対応回数	随時	随時	随時	随時	随時	申請者数	実人数20人	実人数20人	健康づくり課

③ 生活困窮者対策

No.	事業名	活動指標	活動評価					成果指標	現状値	目標値	担当課
			R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度		R4年度	R10年度	
14	消費生活相談の実施	実施回数	3回	3回	3回	3回	3回	実施回数	3回	3回	市民課
15	生活困窮者自立支援事業	相談支援件数	1,500件	1,500件	1,500件	1,500件	1,500件	相談支援件数	1,833件	1,500件	福祉支援課
16	資格取得支援助成事業	助成件数	20件	20件	20件	20件	20件	就職率%	40%	45%	商工振興課

④ 高齢者対策

No.	事業名	活動指標	活動評価					成果指標	現状値	目標値	担当課
			R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度		R4年度	R10年度	
17	高齢者訪問	実施箇所	8箇所	8箇所	8箇所	8箇所	8箇所	実施箇所	8箇所	8箇所	健康づくり課
18	認知症サポーター養成講座	実施回数	15回	15回	15回	15回	15回	受講者数	12,523人	15,372人	地域包括支援センター
19	SOS ネットワークの推進	協力事業所数	106事業所	107事業所	108事業所	109事業所	110事業所	協力事業所数	105事業所	110事業所	地域包括支援センター



5 生きる支援関連施策

生きることの包括的支援として、市内の多様な既存事業を生きる支援に関連する施策として位置づけて取り組んでいきます。

① 心の健康を支援する環境整備とこころの健康づくりの推進

集落の維持・活性化、地域を越えた交流・連携などの地域の活動拠点となる小さな拠点形成を推進し、相互協力による地域コミュニティのネットワーク構築や情報共有などによる心の健康を支援する環境を整備していきます。

No.	事業名	事業概要	担当課
1	家族介護教室	要介護高齢者を介護している家族等を対象に、介護方法や介護者自身の健康づくりについての知識、技術を習得させる教室を開催し、介護者同士の情報交換、親睦を図る。	地域包括支援センター
2	民生委員の訪問活動	民生委員・児童委員の相談援助活動の一環として高齢者世帯等を訪問し、健康状態の確認や相談などを通し、必要な支援を行う。	福祉支援課
3	ボランティア団体交流会	市内で活動している自殺予防の民間団体の交流を図る。	健康づくり課
4	地域づくりの推進	地域における協働のまちづくり事業及び特色ある事業に対して補助することにより、地域の課題解決と魅力向上、地域の機能維持・活性化を図る。	地域づくり推進課
5	結婚支援事業	結婚を希望する独身者の支援。	地域づくり推進課
6	地域公共交通の維持・確保	路線バス・三セク鉄道の維持・コミュニティバスの運行。	地域づくり推進課
7	住民自治活動の支援	住民自治活動支援交付金による町内会活動の支援。	地域づくり推進課
8	集会施設建設費等の補助	集会施設の建設費や修繕費の補助。	地域づくり推進課
9	むこう三軒両隣・たすけあい事業	災害時に、むこう三軒・両隣で声をかけ、たすけあう「個別避難計画」を作成し、防災意識の向上と地域コミュニティの活性化を図る。	危機管理課
10	生活支援体制整備事業	サロンの開設、自助・互助など支え合える地域づくりの支援。	地域包括支援センター
11	在宅医療・介護連携の構築	包括的かつ継続的な在宅医療・介護の提供。	地域包括支援センター
12	ふれあいサロン (ホットハート由利)	集落と共催し、集落内の方々が気軽に集まって話し合いができる交流の場の設置運営を支援する。	由利 市民サービス課
13	人形劇等による啓発活動 (オープンハートオコジヨ)	自殺予防、心の健康づくりに関する意識を高めるため人形劇等による啓発活動を実施していくのを支援する。	鳥海 市民サービス課

② 高齢者世帯支援及び高齢者の居場所づくり体制の強化

本市では、60歳以上の自殺率が全国に比べて高く、健康問題による自殺者数が多くなっています。閉じこもりやうつ状態を予防し、介護予防の観点からも必要であることから地域の中で生きがいや役割を持って生活できる地域づくりを推進します。

No.	事業名	事業概要	担当課
14	運転免許証自主返納支援事業	コミュニティバスの半額助成。	生活環境課
15	通話録音装置貸与事業	高齢者世帯に対する特殊詐欺の被害防止及び不安の軽減。	生活環境課
16	老人クラブ助成事業(育成・強化)	老人クラブを育成、強化の助成。	長寿生きがい課
17	緊急通報体制整備事業	緊急時に対応できる体制を整備。24時間いつでも健康相談可能。	長寿生きがい課
18	敬老事業	高齢者への祝意と敬意を表するとともに、社会参加・世代間交流推進のため、敬老事業を実施する町内会に対し、事業費を補助する。	長寿生きがい課
19	デジタルデバйд解消事業	高齢者を対象としたスマホ相談会・スマホ教室を開催し、インターネットや SNS による多様な情報の入手やつながりの機会を創出する。	行政改革推進課
20	友愛訪問活動	高齢者の社会参加促進などを図るため、老人クラブの友愛訪問活動への支援を行う。	長寿生きがい課
21	食の自立支援事業	単身高齢者等の居宅を定期的に訪問し栄養バランスのとれた食事を提供するとともに、安否の確認を行う。	地域包括支援センター
22	介護予防事業	高齢者の閉じこもりや生活機能低下予防、認知症予防を目的とし健康講座や運動教室等を開催。	地域包括支援センター 健康づくり課 各総合支所 市民サービス課

③ 社会全体の自殺リスク要因の低下

本市では、40歳代から特に50歳代の働き盛りの年代に自殺率が高く、身体疾患を含む健康問題や様々なストレスについて、自殺の原因となり得るリスク要因を社会全体で軽減、排除していく必要があり、関係機関との連携や地域づくりを推進し取り組む必要があります。

No.	事業名	事業概要	担当課
23	農業次世代人材投資事業・経営開始支援事業	新規就農者が軌道に乗るまで支援を実施。 (経営開始から次世代:5年間・経営開始:3年間の支援)	農業振興課
24	福祉医療費支給(マル福)	乳幼児、小中学生及び高校生世代、ひとり親家庭の児童、高齢身体障害者及び重度心身障害(児)者の心身の健康の保持及び生活の安定を図るため、医療費の自己負担部分について給付する。	市民課
25	国保加入者相談	解雇等の理由での国保加入、資格証明書発行や保険料等経済的な問題を抱えた深刻な来所者を各種機関や収納相談窓口案内する。	市民課

No.	事業名	事業概要	担当課
26	児童手当等支給	児童手当・児童扶養手当を支給することで、子育て家庭及びひとり親家庭の経済的な負担を軽減する。	こども未来課
27	ひとり親家庭支援	母子・父子自立支援員を配置し、ひとり親家庭の生活上の各種相談に応じるほか、生活の自立に向けた給付金支給・貸付相談・生活支援施設入所相談等を行う。	こども未来課
28	こども家庭総合支援拠点	こども家庭支援員(家庭相談員が兼務)を配置し、専門的に家庭児童の福祉に関する相談面接・調査・訪問指導等の業務を行う。	こども未来課
29	要保護児童対策地域協議会事業	要保護児童対策について、関係機関が共通認識を深め、対象児童やその家庭に効果的な援助を行う。	こども未来課
30	就学前幼児発達支援事業	発達支援員を配置し、就学前(3～5歳児)の軽度から中度の神経発達症等がある幼児に対し、小集団での活動や遊び等を通して適応性の伸長を図る・保護者に対して家庭における養育上のアドバイスを行う・保護者同士の交流の場を設けることを目的に「虹っこひろば」を開催する。	こども未来課
31	子育て支援センター事業	無料で親子が遊べる場であると同時に、敷居の低い相談先として子育て相談に応じる。	こども未来課
32	各種支援金・給付金支給	子育てファミリー支援金、子育て支援金、出産・子育て応援給付金を支給することで、子育て家庭の経済的な負担を軽減する。	こども未来課
33	DV・女性相談	配偶者やパートナー等からの暴力や脅迫に悩んでいる方の相談に応じ、関係機関や避難先を案内する。	こども未来課
34	ヤングケアラー対策事業	ヤングケアラーの捉え方をパンフレットにより周知するとともに、専用電話を設置して相談にあたり、関係機関と対応を協議する。	こども未来課
35	奨学金給付	奨学金を給付。	学校教育課
36	ボランティア団体交流会	市内で活動している自殺予防の民間団体の交流を図る。	健康づくり課
37	自殺未遂者対応のための研修	自殺未遂者の相談や支援を実施するための研修受講や制度を理解する。	健康づくり課
38	発達相談	子どもの発達に関して臨床心理士が相談に応じることで、母親の負担や不安感の軽減を図る。	健康づくり課
39	若年者の相談対応	40歳以下の若年者への相談について保健師が対応し、必要時関係機関につなぐ。	健康づくり課
40	要支援妊婦の訪問	支援が必要な要支援妊婦を訪問する。	健康づくり課
41	依存症(薬物依存等)への対応	保健所と協力し、相談対応や専門機関への紹介、連携を図る。	健康づくり課
42	男女共同参画	男女が社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画できる機会が確保され、均等に政治、経済、社会及び文化的利益を享受することができ、かつ、共に責任を分かち合う社会を目指す。	総合政策課
43	救命講習	市内の小学6年生(13校)に対して実施。救命講習の中で命の大切さについて伝える。	消防本部

No.	事業名	事業概要	担当課
44	移住後の個別相談	移住後における移住者の心のケア、暮らす上での不安に対する相談や実務的な支援。	移住支援課
45	障がい者基幹相談支援センター事業	障がい者などの福祉に関する様々な問題について、障がい者(児)及びその家族等からの相談に応じ、必要な情報の提供及び助言その他の障がい者福祉サービスの利用支援など、必要な支援を行う。	福祉支援課
46	救急業務署内事後検証会議	救急出動での心肺停止や特定行為を実施した搬送症例(自殺未遂を含む)を検証する。	消防本部
47	大規模災害時の生活相談窓口設置	地域防災計画に基づき、大規模災害時に生活相談窓口を設置し、被災者の心のケアや生活上の不安に対する相談対応、実務的な支援を実施する。	危機管理課

④ 生きることの促進要因への支援(生きがいづくり等含む)

自殺対策は、「生きることの阻害要因」を減らす取り組みに加え、「生きることの促進要因」を増やす取り組みを行うことである観点から、居場所づくり、自殺未遂者への支援、残された人への支援に関する対策を推進します。

No.	事業名	事業概要	担当課
48	認知症カフェの開設	認知症高齢者等やその家族、地域の人などだれもが地域の身近な場所で気軽に参加できる認知症カフェの開設支援及び認知症カフェ参加者の支援を行う。	地域包括支援センター
49	地域ミニデイサービス	市民が自主的に町内会館などを利用して高齢者の方が気軽に集う活動「地域ミニデイサービス」を実施する際の支援及び事業を普及する。	地域包括支援センター
50	シルバーカレッジ ホウザン 「鳳山 学園」	由利本荘市在住の60歳以上の方を対象に毎月1回の講演、移動研修などを開催(年12回)。	本荘教育学習課
51	シニア教室[矢島]	60歳以上の方を対象に年1回開催。	矢島教育学習課
52	ユツレイ 高嶺学級	岩城地域の高齢者を対象に講演会や日帰り研修などを開催(年2回)。	岩城教育学習課
53	ユツレイ 高嶺大学	60歳以上対象。講話、移動学習、クラブ活動等を開催(毎月1回、年12回)。	由利教育学習課
54	ことぶき大学開催事業	高齢者を対象に年11回開催(講演、研修等)。	東由利教育学習課
55	ユツレイ 高嶺大学	60歳以上対象。講演、研修。年2回開催(1月、3月)。	鳥海教育学習課
56	移住者の集い	移住後における仲間づくりを目的に世代、世帯構成、趣味別等を開催。	移住支援課
57	インターバル速歩普及事業	信州大学で開発された1つのウォーキング法を健康寿命の延伸のための普及を図り、インストラクターによる講座、各地域での体験会を開催し、体育館の開放(運動する場の整備)を実施。	健康づくり課 各総合支所 市民サービス課

⑤ こども・若者の自殺対策の更なる推進

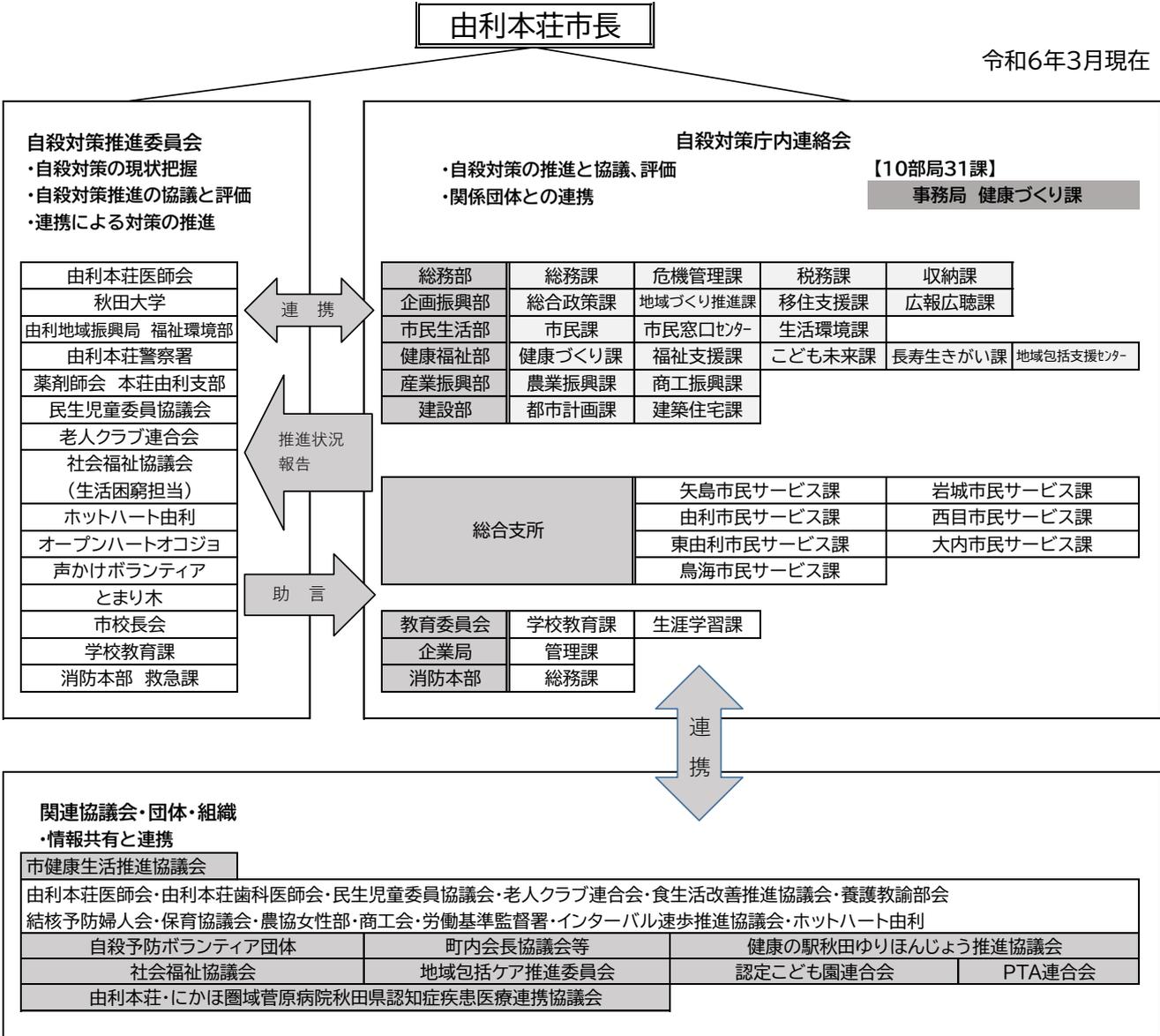
生命を尊重し、他者を思いやる心の育成や、郷土の自然や人間、社会、文化、産業等とふれあうことでふるさとに生きる意欲の喚起などを旨すとともに、自己有用感を高め、自尊感情の醸成を図っていく必要があります。

No.	事業名	事業概要	担当課
58	若年者等地元定着促進事業	高校生就職活動サポートセミナーの開催。	商工振興課
59	学生就活相談	就職における学生の就活相談。	移住支援課
60	奨学金返還助成事業	奨学金返還金に対し助成。	移住支援課
61	子育てサークル	子育て家庭の孤立対策として、市内の子育てサークルを周知する。	こども未来課
62	子どもの遊び場	いつでも無料で利用できる児童館や児童センターの設置や、市内の遊具の安全性定期点検により、親子が家庭外で過ごす場を提供する。	こども未来課
63	児童・生徒就学援助事業	経済的理由により、就学困難な児童・生徒に対し、給食費・学用品等を補助します。特別支援学級在籍者に対し、就学奨励費の補助を行う。	学校教育課
64	こころの劇場開催事業	劇団四季による「こころの劇場」を開催。作品を通じて生命の大切さ、人を思いやる心、信じあう喜びなどを子どもたちに伝える。	生涯学習課
65	地域未来塾事業 (学ぶんスペース)	学習環境に恵まれない、または学習習慣が身についていない中学生を対象に、大学生などの協力を得て無料学習支援の場を提供する。	生涯学習課 矢島教育学習課 岩城教育学習課 由利教育学習課 東由利教育学習課



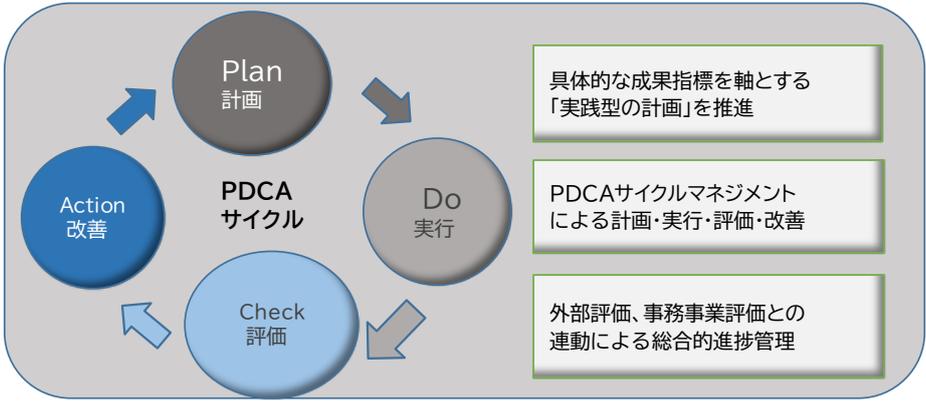
第5章 由利本荘市自殺対策推進体制

1 市の自殺対策推進体制



○計画の進行管理

計画の進捗状況は、PDCAサイクルマネジメントの手法(注1)に基づいて検証するとともに、必要に応じた改善を図ります。



注1 PDCAサイクルマネジメント

Plan(計画)→ Do(実行)→ Check(評価)→ Action(改善)を繰り返すことにより、事業を継続的に改善するマネジメント手法のこと。

2 第2期自殺対策計画策定の経過

月日	内容	備考
5月	「健康づくりに関する意識調査」の実施	1,500人の市民へ発送
6月	意識調査について、秋田大学自殺予防総合研究センター分析依頼	
	10部局45課で棚卸し作業実施	庁内32課より棚卸しされた事業の報告
8月	秋田大学自殺予防総合研究センターと打ち合わせ 市の特徴と計画策定の方向性を確認	
10月4日	第1回 自殺対策庁内連絡会 自殺対策計画説明	30名の関係職員が参加
10月31日	第1回 健康生活推進協議会 第2期健康由利本荘21計画評価と第2期自殺対策計画について説明	医師会、歯科医師会、食生活改善推進協議会等13組織
11月6日	第1回 自殺対策推進委員会開催 委嘱状交付、第2期自殺対策計画(骨子案)について説明	医師会、秋田大学、保健所、警察署等15組織
11月～ 12月	自殺対策推進委員会、自殺対策庁内連絡会からの意見を元に第2期自殺対策計画(素案)を作成	
12月4日	ボランティア団体交流会において自殺対策計画について意見交換	ホットハート由利、オープンハートオコジョ、声かけボランティア
12月	第2期自殺対策計画(素案)市長決裁	
1月4日～ 19日	第2期自殺対策計画(素案)意見募集(パブリックコメント)の実施	
2月5日	第2回 自殺対策推進委員会	医師会、秋田大学、保健所、警察署等15組織
3月以降	常任委員会で第2期自殺対策計画について説明	
	第2期自殺対策計画市長決裁	
	広報「ゆりほんじょう」、ホームページに自殺対策について公開	

第6章 資料

1 由利本荘市自殺対策推進委員会

【委員】

NO	組織役職	委員会役員
1	由利本荘医師会 副会長	会長
2	秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻看護学講座 准教授	
3	由利地域振興局 福祉環境部長	
4	由利本荘警察署 生活安全課長	
5	秋田県薬剤師会 本荘由利支部代表	
6	由利本荘市民生児童委員協議会 会長	
7	由利本荘市老人クラブ連合会 会長	
8	由利本荘市社会福祉協議会 福祉事業課 地域福祉係長	
9	ホットハート由利 代表	副会長
10	オープンハートオコジョ 代表	
11	声かけボランティア 代表	
12	由利本荘市 とまり木	
13	由利本荘市校長会 会長	
14	由利本荘市学校教育課主幹兼課長	
15	由利本荘市消防本部 救急課	

【自殺対策計画策定アドバイザー】

秋田大学 自殺予防総合研究センター

【事務局】

由利本荘市健康福祉部 健康づくり課



2 由利本荘市自殺対策庁内連絡会

	所属・役職名	
会長	健康福祉部	健康福祉部長
委員	総務部	総務課長
委員		危機管理課長
委員		税務課長
委員		収納課長
委員	企画振興部	総合政策課長
委員		地域づくり推進課長
委員		移住支援課長
委員		広報広聴課長
委員	市民生活部	市民課長
委員		市民窓口センター長
委員		生活環境課長
委員	健康福祉部	健康づくり課長
委員		福祉支援課長
委員		こども未来課長
委員		長寿生きがい課長
委員		地域包括支援センター長
委員	産業振興部	農業振興課長
委員		商工振興課長
委員	建設部	都市計画課長
委員		建築住宅課長
委員	教育委員会	主幹兼学校教育課長
委員		生涯学習課長
委員	消防本部	消防本部消防次長兼総務課長
委員	企業局	企業局管理課長
委員	総合支所	矢島総合支所市民サービス課長
委員		岩城総合支所市民サービス課長
委員		由利総合支所市民サービス課長
委員		大内総合支所市民サービス課長
委員		東由利総合支所市民サービス課長
委員		西目総合支所市民サービス課長
委員		鳥海総合支所市民サービス課長

《調査表》

- 問2-1 問2で「3、4」とお答えになった方にお伺いします。
家族以外の方と一緒に食事をすることはありますか。(いずれかに○)
1. ある
 2. ほとんどない
- 問3 あなたは調理済みの食品(市販の惣菜、冷凍食品、インスタント食品等)や外食を利用することがありますか。(1つに○)
1. ほとんど毎日
 2. 週4~5日
 3. 週2~3日
 4. ほとんど食べない → 問4へ
- 問3-1 問3で「1、2、3」とお答えになった方にお伺いします。
利用頻度の多いのはどれですか(3つまで○)
1. 冷凍食品
 2. インスタント食品(カップラーメン等)
 3. 市販の惣菜
 4. レトルト食品
 5. 市販弁当、調理パン類
 6. 外食、出前
 7. その他()
- 問3-2 問3で「1、2、3」とお答えになった方にお伺いします。
利用する場合は栄養バランス等を考えますか。(いずれかに○)
1. はい
 2. いいえ
- 問4 あなたは野菜を食べていますか。(1つに○)
1. 1日3食食べる
 2. 1日2食食べる
 3. 1日1食以下
- 問4-1 あなたの食べる野菜の量をお聞きます。(1つに○)
1回量で生野菜なら両手いっぱい、加熱した野菜なら片手にのる量を食べていますか。
1. 食べている
 2. やや不足している
 3. かなり不足している
- 問5 あなたは間食(おやつ)を食べますか。(夜食を含む)(1つに○)
1. 1日2回以上
 2. ほとんど毎日1回
 3. 週2~4回
 4. ほとんど食べない

《調査表》

問6 あなたは普段食事で気をつけていることがありますか。(3つまで○)

1. 規則正しい食事をする
2. 腹八分目にする
3. 好き嫌いなく食べる
4. 塩分をひかえる
5. 食事時間を十分とる
6. いろいろな種類の食品をとる
7. 糖분을ひかえる
8. 辛いものをひかえる
9. 脂っこいものをひかえる
10. カルシウムを多くとる
11. コレステロールを多く含む食品をひかえる
12. 緑黄色野菜を多く食べる
13. 食物繊維の多い食品を食べる
14. 食品の安全性
15. その他
16. 特に気をつけていない

問7 あなたは自分の適正体重(身長(m)の二乗×22)を維持するため気をつけていることがありますか。(いくつでも)

1. 食事
2. 運動
3. その他()
4. 特に気をつけていない

【運動】

問1 あなたは日頃、運動不足を感じていますか。(1つに○)

1. はい
2. いいえ
3. わからない

問2 あなたはこの1年転んだことがありますか。(1つに○)

また、転んだことのある方は、おおよその回数を下の()内にご記入ください。

1. ある 約()回/年
2. ない

問3 あなたは運動の習慣がありますか。(1つに○)

1. ほとんど毎日ある
2. 週3~4回
3. 週1~2回
4. ほとんどない → 問4へ

《調査表》

- 問3-1 問3で「1、2、3」と回答された方へ伺います。
運動する時間は1日のうちどのくらいですか。(1つに○)
1. 30分未満
 2. 30分以上1時間未満
 3. 1時間以上2時間未満
 4. 2時間以上

- 問3-2 問3で「1、2、3」と回答された方へ伺います。
その運動は何ですか。(3つまで○)
1. 散歩・ウォーキング・インターバル速歩
 2. ジョギング・マラソン
 3. 体操(ダンベル・ストレッチ等も含む)
 4. ダンス・踊り
 5. 球技(野球・バレー・バドミントン等)
 6. 水泳
 7. ゲートボール・グランドゴルフ
 8. ゴルフ
 9. 武道
 10. サイクリング
 11. ボウリング
 12. マシントレーニング
 13. その他()

- 問3-3 問3で「1、2、3」と回答された方へ伺います。
運動をしている目的は何ですか。(1つに○)
1. 健康のため
 2. 体力維持のため
 3. 楽しみ・気晴らしのため
 4. 仲間を作るため
 5. スポーツ上達・記録を伸ばすため
 6. 医師の指導による
 7. その他()

次は 問5へ

《調査表》

問4 問3で「4」とお答えになった方にお伺いします。

問4-1 定期的な運動をしていない理由は何ですか。(3つまで○)

1. 年をとったから
2. 体力に自信がない
3. 健康上の理由
4. 仕事・家事が忙しくて時間を作れないから
5. 運動するのが嫌い
6. どんな運動をすればいいのかわからない
7. 指導者がいないから
8. 場所や施設がないから
9. 相手や仲間がいないから
10. 疲れてやる気がしない
11. 費用がかかる
12. 仕事で体を使っているから特に必要ない
13. なんとなく・特に理由はない
14. その他()

問4-2 問3で「4」とお答えになった方にお伺いします。

あなたは今後運動をしたいと思いますか。(1つに○)

また、「1. したい」を選んだ方は()内に希望する運動をご記入ください。

1. したい(希望する運動:)
2. したくない
3. わからない

問5 あなたがもっと気軽に運動するためには何が必要だと思いますか。(3つまで○)

1. 運動施設
2. 指導者
3. 交通手段
4. 時間(余暇)
5. お金
6. 仲間
7. 家族の協力と理解
8. 市主催のスポーツ行事や各種教室
9. 町内主催のスポーツ行事や各種教室
10. その他()

問6 あなたが平均して1日に歩く時間(通勤・家事・買い物含む)はどれくらいですか。

(1つに○)

また、その歩数のわかる方は下の()内にご記入ください。

- | | | |
|-----|---------------|---------------|
| ・時間 | 1. 30分未満 | 2. 30分以上1時間未満 |
| | 3. 1時間以上2時間未満 | 4. 2時間以上 |

・1日の歩数 約()歩

《調査表》

問4-1 問4で「2. 検査を受けない」とお答えになった方にお伺いします。

精密検査を受けない理由は何ですか。(1つに○)

1. 忙しいから
2. 自覚症状がないから
3. 面倒だから
4. 検査結果が怖い
5. 理由がない(何となく)
6. お金がかかる
7. 毎年、結果が要再検査なので
8. その他()

問5 あなたは生活習慣病(脳卒中、心臓病、糖尿病、がん等)を予防するために、日頃どんなことに気をつけていますか。(3つまで○)

1. 食事に気をつける
2. コーヒー・ジュース類を飲み過ぎない
3. 運動を続ける
4. 健康補助食品を使っている
5. ストレスをためないようにする
6. お酒を控えめにする(含む禁酒)
7. タバコを控えめにする(含む禁煙)
8. その他()
9. 特に気をつけていない

問6 あなたは健康を守っていくためにどんなことを知りたいですか。(3つまで○)

1. 食事・栄養について
2. 生活習慣病(高血圧・糖尿病・脳卒中等)の予防について
3. がん予防について
4. 運動について
5. かかりつけ医(医療機関)について
6. 医療の動向について
7. 肥満の影響について
8. 健康増進の施設について
9. 休養・睡眠について
10. タバコと健康について
11. ストレス、心の健康について
12. 健康診断について
13. お酒と健康について
14. お口の健康について
15. 介護予防について
16. その他()
17. 特にない

《調査表》

- 問7 あなたはお口の健康のために気をつけていることがありますか。
(あてはまるもの全てに○)
1. 歯磨き(口の中の清潔)
 2. 定期的な健診
 3. よく噛む(固いものを噛む)
 4. 食事
 5. その他()
 6. 特に注意していない

- 問8 あなたは、ご自分の歯や口の状態で気になることはありますか。(いくつでも)
1. 特になし
 2. 歯ぐきや歯の痛み
 3. 歯科治療を中断している
 4. その他()

- 問9 あなたは歯科健診(無料)があったら受けたと思いますか。(1つに○)
1. 受けたい
 2. 受けたいと思わない
 3. 既に治療している
 4. その他()

- 問10 あなたがお酒(アルコール類)を飲む機会(頻度)はどのくらいですか。
(1つに○)
1. 毎日飲んでいる
 2. 週4~6回飲んでいる
 3. 週1~3回飲んでいる
 4. 月1~3回飲んでいる
 5. 以前飲んでいたがやめた
 6. ほとんど飲まない(飲めない)

- 問10-1 問10で「1、2、3」と回答された方へ伺います。
あなたが1日に飲むお酒の量はどのくらいですか。(1つに○)
(ビール缶(500ml)のアルコール量に換算してお答えください)
1. 1缶未満
 2. 1缶以上2缶未満
 3. 2缶以上3缶未満
 4. 3缶以上4缶未満
 5. 4缶以上

ビール缶(500ml) 1缶のアルコール相当量に換算とは
日本酒 = 1合(180ml)
ワイン = グラス2杯弱(200ml)
ウイスキー = ダブル1杯(60ml)
焼酎25度 = グラス1/2杯(100ml)
チューハイ7% = 350ml 1缶

《調査表》

問15 お酒やたばこに関することで困っていることがありましたらご記入ください。

[]

【休養・睡眠】

問1 あなたにとって普段の生活の中で生きがいを感じたり、豊かな気分になれることは何ですか。（3つまで○）

- | | |
|-----------------|---------------|
| 1. 趣味（サークル活動含む） | 2. 仕事 |
| 3. おしゃべり | 4. テレビ・ラジオ |
| 5. SNS・ネット | 6. 運動 |
| 7. 睡眠 | 8. 好きなものを食べる |
| 9. ボランティア活動 | 10. ペットの世話 |
| 11. 家族との団らん | 12. 酒（アルコール類） |
| 13. 旅行 | 14. 友人との交際 |
| 15. その他（ | ） |
| 16. 特にない | |

問2 ここ1ヶ月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。（1つに○）

1. 5時間未満
2. 5～6時間未満
3. 6～7時間未満
4. 7～8時間未満
5. 8～9時間未満
6. 9時間以上

問3 睡眠の質について伺います。あなたはこの1ヶ月間に、次のようなことが週3回以上ありましたか。（あてはまるもの全てに○）

1. 寝付き（布団に入ってから寝るまでに要する時間）に、いつもより時間がかかった
2. 夜間、睡眠途中で目が覚めて困った
3. 起きようとする時間よりも早く目が覚め、それ以上眠れなかった
4. 睡眠時間が足りなかった
5. 睡眠全体の質に満足できなかった
6. 日中、眠気を感じた
7. 上記のようなことはなかった

《調査表》

問4 あなたの睡眠の確保の妨げとなっていることはなんですか。

(あてはまるもの全てに○)

- 1. 仕事
- 2. 家事
- 3. 育児
- 4. 介護
- 5. 健康状態
- 6. 通勤・通学の所要時間
- 7. 睡眠環境（音、照明など）
- 8. 就寝前に携帯電話、メール、ゲームなどに熱中すること
- 9. その他（)
- 10. 特に困っていない

【環境】

問1 地域での暮らしに関する次の5つの項目について、あなたの気持ちや考えに近いものはどれですか。(あてはまるもの1つに○)

	ない	あまりない	まあまあある	よく(大変)ある
①近所の人は、お互いに助け合う気持ちがある	1	2	3	4
②住んでいる地域に愛着がある	1	2	3	4
③近所の人と、よく話をする	1	2	3	4
④地域の人は、高齢者への優しさがある	1	2	3	4
⑤この地域を、ほこりに思っている	1	2	3	4

問2 あなたは、ちょっとした用事や留守番を頼める人はいますか。(1つに○)

- 1. はい
- 2. いいえ

問3 あなたは、ボランティア（環境、思春期・子育て、高齢者・心身障がい者に対する）に関心がありますか。(1つに○)

- 1. 関心がある
- 2. 関心がない → 問4へ

問3-1 問3で「1」と回答された方へ伺います。

どのようなボランティアに関心がありますか。具体的に教えて下さい。

例) 道路・川などのゴミ拾い、高齢者の相談相手になりたい 等

()

《調査表》

問3 友人、知人などの家族以外の人と話をすることはどれくらいありますか。

(1つに○)

1. よくある (ほぼ毎日)
2. 時々ある (週3～4回程度)
3. たまにある (月に3～4回程度)
4. ほとんどない

問3-1 友人、知人などの家族以外の人と話をする場所はどのような所ですか。

(あてはまるもの全てに○)

- | | |
|------------|------------|
| 1. 自宅 | 2. 友人宅 |
| 3. 公園・広場 | 4. スーパー・商店 |
| 5. 公民館・集会場 | |
| 6. その他 () | |

問4 ふだん、心配事や悩みを相談できる人はいますか。(1つに○)

1. いる
2. いない → 問5へ

問4-1 問4で「1」と回答された方へ伺います。

それは誰ですか。(あてはまるもの全てに○)

- | | |
|-----------------------|-------------|
| 1. 家族・親戚 | 2. 友人・知人 |
| 3. 近所の人・民生委員 | 4. 職場の同僚・上司 |
| 5. 公的機関 (市役所・保健センター等) | |
| 6. その他 () | |

問5 あなたは過去30日の間に、次のことがありましたか。(あてはまるもの1つに○)

	全 く な い	少 し だ け	と き ど き	た い て い	い つ も
①神経過敏に感じた	1	2	3	4	5
②絶望的だと感じた	1	2	3	4	5
③そわそわ落ち着かなく感じた	1	2	3	4	5
④気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じた	1	2	3	4	5
⑤何をするのもおっくうだと感じた	1	2	3	4	5
⑥自分は価値のない人間だと感じた	1	2	3	4	5

《調査表》

問15 あなたは、「ゲートキーパー」という言葉を聞いたことがありますか。
(1つに○)

1. ある
2. ない → 問16へ

問15-1 問15で「1」と回答された方へ伺います。
あなたは「ゲートキーパー養成講座」を受講したことがありますか。(1つに○)

1. ある
2. ない

問16 あなたは、次のいずれかの啓発活動(広報や街頭キャンペーンなど)を聞いたことがありますか。(あてはまるもの全てに○)

1. 自殺予防週間(9月10日～16日)
2. 自殺対策強化月間(3月)
3. いのちの日(12月1日)
4. 秋田県いのちの日(3月1日)
5. すべて知らない

問17 あなたは、次のいずれかのところに関する相談窓口を知っていますか。
(あてはまるもの全てに○)

1. 公的機関(保健所・保健センターなど)
2. 生活支援相談センター
3. 自殺予防団体
(声かけボランティア、ホットハート由利、オープンハートオコジョ)
4. ふきのとうホットライン
5. くもの糸 LINE相談
6. よりそいホットライン
7. こころの健康相談統一ダイヤル
8. すべて知らない

以上で質問は終わりました。

ご協力ありがとうございました。

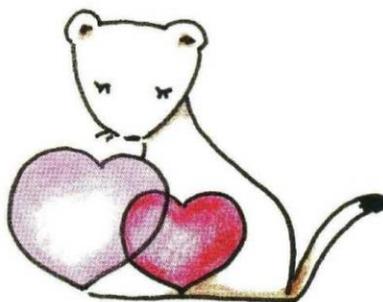
お手数をおかけしますが同封の封筒にてご投函くださいますようお願いいたします。

4 市内で活躍している自殺予防ボランティア団体紹介

〔団体名〕	ホットハート由利
活動歴	平成15年10月24日 会結成
主な活動内容	<ul style="list-style-type: none"> ・紙芝居による自殺予防啓発活動 ・ふれあいサロンの開催 ・地域こころの健康セミナーの開催 ・由利小・中学生による「いのちの標語」募集並びに地域内公共施設等内に年間展示 ・自殺予防街頭キャンペーン等への協力 ・自殺予防ボランティア団体との交流
活動費 (会費など)	<ul style="list-style-type: none"> ・由利本荘市地域づくり推進事業補助金 ・会員の年度会費
表彰歴	・秋田県知事表彰(平成20年10月21日)
今後の抱負 ・目標など	・年齢や性別に関係なく、みんながお互いに優しく支え合い、いきいきとした生活ができる地域をめざして活動を実施します。
問い合わせ先	(事務局)由利総合支所 市民サービス課 ホットハート由利事務局 ☎53-2113



〔団体名〕	オープンハートオコジヨ
活動歴	<ul style="list-style-type: none"> ・平成19年オープンハートオコジヨ立ち上げ ・月例会の実施 ・啓発活動
主な活動内容	<ul style="list-style-type: none"> ・自殺予防街頭キャンペーン ・講演会への協力及び研修会への参加 ・人形劇及びイベントでの啓発活動
活動費 (会費など)	年会費 1,000 円
表彰歴	平成30年2月15日 元気な由利の郷づくり表彰
今後の抱負 ・目標など	地域の人が気軽に話せる、寄り添えるような仲間づくりの輪を広げていきたい。そのために地道に活動していきます。
問い合わせ先	(事務局)鳥海総合支所 市民サービス課 オープンハートオコジヨ事務局 ☎57-3503

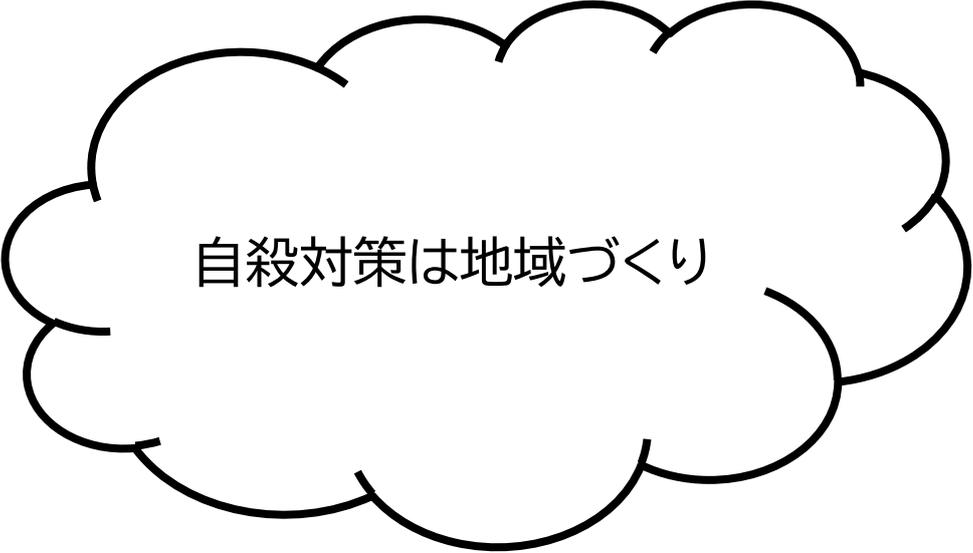


〔団体名〕	由利本荘市声かけボランティア
活動歴	平成20年11月に、市主催の「声かけボランティア養成講座」終了生の中から結成。平成21年度からサロン等の活動開始。
主な活動内容	<ul style="list-style-type: none"> ・サロンの開催 <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; border-bottom: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> 本荘地域:きてけれ～サロン(本荘保健センター、鶴舞温泉) 矢島地域:大川原きてけれ～サロン(大川原会館) 岩城地域:きてくはれ～サロン(高城センター、岩城保健センター) 由利地域:いきいきサロン(善隣館等) </div> <ul style="list-style-type: none"> ・地域での声かけや見守り ・座談会の開催 ・市事業(自殺予防街頭キャンペーン等)への協力
活動費 (会費など)	会費500円
表彰歴	平成30年度 元気な由利の郷づくり表彰(由利地域振興局長表彰)
今後の抱負 ・目標など	地域で気軽に話しをできる場として、現在開催しているサロンを継続し、新たな地域にもサロンを広げていきたい。
問い合わせ先	(事務局)由利本荘市健康づくり課(本荘保健センター) 声かけボランティア事務局 ☎22-1834



5 参考・引用資料等

- 第2期健康由利本荘 21 計画(平成25年度～令和5年度)
- 第2期秋田県自殺対策計画(令和5年度～令和9年度)
- 地域自殺対策政策パッケージ(平成29年12月 自殺総合対策推進センター)
- 地域自殺対策計画」策定・見直しの手引き(令和5年6月 厚生労働省)



自殺対策は地域づくり

第2期 由利本荘市自殺対策計画

印刷発行 令和6年3月

発行 由利本荘市健康福祉部 健康づくり課

〒015-0872

秋田県由利本荘市瓦谷地1

電話 0184-22-1834

Fax 0184-24-0481

Mail kenko@city.yurihonjo.lg.jp