

品川区自殺対策計画

～みんなで支えあう いのちの輪～

【概要版】

計画の背景と趣旨・位置づけ・期間

(1) 計画策定の背景と趣旨

平成18年自殺対策基本法策定後、我が国の自殺者数は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、本区においても年間約60人の方が自殺で亡くなっています。

品川区のこれまでの取り組みを踏まえつつ、自殺対策を「生きることの包括的な支援」として総合的に推進し、自殺に追い込まれる人を一人でも少なくすることを目的に、「品川区自殺対策計画」を策定しました。

(2) 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法第13条第2項に規定される「市町村自殺対策計画」として、「しながわ健康プラン21」の「こころの健康に配慮する」と連携しつつ策定しました。



(3) 計画の期間

本計画の期間は、令和2年度から令和11年度までの10年間とし、社会情勢の変化、国や都の動向を踏まえ、策定後5年（令和6年度）を目途に計画の見直しを行います。

計画の数値目標

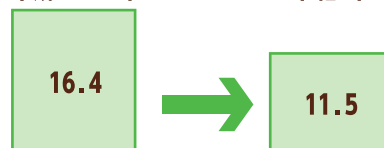
令和8年までに平成25年～平成29年までの5年間の自殺死亡率※の平均16.4から、30%以上減少させることを目標とします。

※自殺死亡率…人口10万人あたりの自殺者数

計画の数値目標（自殺死亡率）

平成25～29年

令和8年



自殺対策に関する基本認識

自殺対策基本法第2条に掲げられた基本理念を踏まえ、以下の基本認識のもと自殺対策に取り組んでいきます。

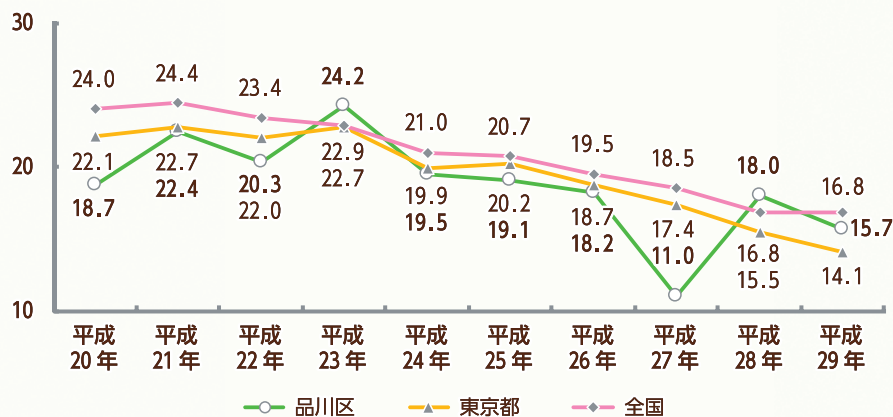
1. 生きることの包括的な支援として推進
2. 社会的な取り組みとして推進
3. 自殺の実態に即した展開
4. 事前予防、危機対応、事後対応の段階に応じた取り組み
5. 関連施策との有機的な連携強化による総合的な取り組み

品川区の自殺を取り巻く現状

(1) 区の基本統計

- ・平成23年以降、自殺死亡率は徐々に低下していました。
- ・平成25年～平成29年の5年間の自殺者数は297人で、年間約60人でした。
- ・平成25年～平成29年の年代別死因順位における10～30代の第1位は自殺となっていました。

自殺死亡率の推移（品川区、東京都、全国の比較）

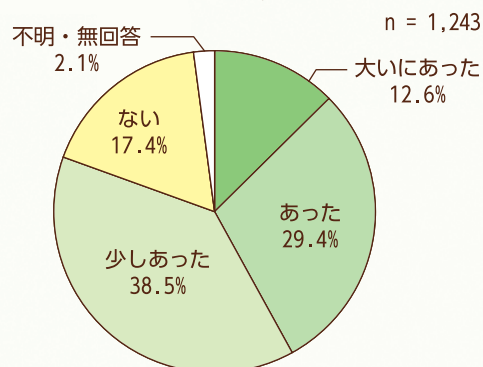


(2) 区民の意識

(『健康に関する意識調査』より)

- ・この1カ月間に日常生活で「不安、悩み、ストレスなどがあつた」人は約8割でした。
- ・不安などがあつた人の相談先は、家族・友人・職場の上司や同僚等が多くなっていました。
- ・自殺予防のために区に力を入れてほしいこととして、「職場における過労防止対策」や「学校での心の健康づくりや自殺予防への取り組み」が上位となっていました。

この1か月間に日常生活で不安、悩み、ストレスなどがありましたか？



計画の基本的な考え方

(1) 基本理念（めざす姿）

「～ みんなで支えあう いのちの輪 ～」

区民一人ひとりが互いに支え合い、人と人とがつながりあえる、「～みんなで支えあう いのちの輪～」を基本理念とし、誰一人として自殺に追い込まれることのない地域社会づくりを目指します。

(2) 基本施策と重点施策

○基本施策

国が推奨する4つ、①地域におけるネットワークの強化、②自殺対策を支える人材の育成、③区民への啓発と周知、④自殺リスクを低減させる取り組みを、「基本施策」として取り組むこととしました。

○重点施策

区の自殺の現状に対する国の分析結果から、品川区が重点的に取り組むべき「重点施策」対象は、「勤務者・経営者」、「高齢者」、「生活困窮者」、「20歳未満」が妥当であるとされました。

さらに、自殺者に占める無職の中年女性（主婦等）の割合が高いことから、①子ども・若者への支援、②中年女性への支援、③高齢者への支援、④生活困窮者への支援、⑤勤務問題への取り組みの5つを、「重点施策」として取り組むこととしました。

施策の展開

(1) 基本施策

1. 地域における ネットワークの強化	主な 取組	- 品川区自殺対策連絡協議会 - 品川区精神障害者関係機関連絡会 - 悩みを抱えた人を相談につなぐ
2. 自殺対策を支える 人材の育成	主な 取組	- ゲートキーパー研修の実施 - ゲートキーパー研修の受講 - ゲートキーパー研修や講演会へ参加
3. 区民への啓発と周知	主な 取組	- 自殺対策啓発ポスターの掲示 - 地域や企業でのこころの健康づくり講習会開催 - 自殺は誰にでも起こり得る危機だと認識する
4. 自殺リスクを低減させる 取り組み	主な 取組	- 保健師等によるこころの健康相談 - 居場所づくり(精神障害者地域生活支援センター等) - 自分や身近な人の、心や体の不調に気がつく

(2) 重点施策

1. 子ども・若者への支援	主な取組	• SOSの出し方に関する教育への取り組み • 子ども・若者応援フリースペースの周知等 • 地域の子どもを見守る
2. 中年女性への支援	主な取組	• 女性相談員による相談、DVカード他啓発物の配布 • かかりつけ医・かかりつけ歯科医等の推進と活用 • 近隣・顔見知り同士、顔を合わせたらあいさつをかわす
3. 高齢者への支援	主な取組	• 介護相談、認知症カフェ、ふれあい健康塾 • かかりつけ医、歯科医、薬局、訪問看護事業所等の地域医療と在宅介護支援センター等の福祉の連携の推進 • 困りごと等があったら行政機関や専門機関に相談する
4. 生活困窮者への支援	主な取組	• 自立相談支援事業、国民健康保険料等の納付相談 • 地域若者サポートステーションとハローワークとの連携 • 生活困窮に陥る要因の連鎖は、自殺のリスクとなることを認識する
5. 勤務問題への取り組み	主な取組	• 就業支援や経営相談、働き方改革の推進事業 • 長時間労働の是正、職場のメンタルヘルス対策 • ワークライフバランスの実現、一人で悩まず相談する

計画の推進

自殺死亡率の減少への取り組み指標

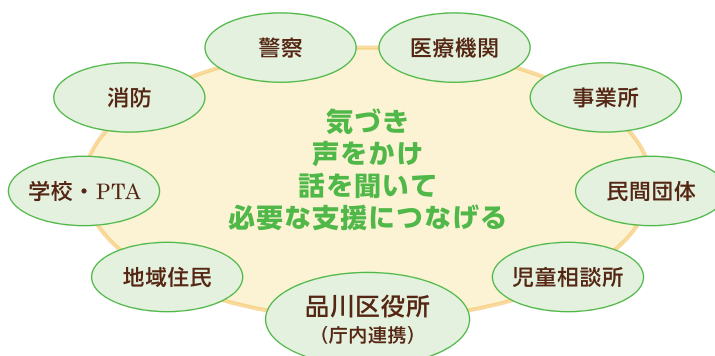
(1) 計画の進行管理

計画の進捗や取り組み状況等を「品川区自殺対策連絡協議会」において確認し、目標の達成状況を右の指標を用いて評価します。

評価指標	基準値 (平成29年)	目標値 (令和5年)
(1) 自殺対策が自分自身にかかわることだと思う割合	—	58.9%
(2) 悩みや不安を抱えたときに相談できる人がいない割合	13.4%	12.7%
(3) 心や身体の休養が取れていない人の割合	25.4%	24.1%

(2) 庁内および関係機関との連携

区民・地域・関係機関・民間団体・企業・学校・行政等がそれぞれの役割に基づき、相互に連携・協働して自殺対策に取り組みます。



品川区自殺対策計画 [概要版]

発行年月：令和2年3月 発行：品川区 編集：品川区保健所 保健予防課
〒140-8715 品川区広町2-1-36 電話：03-5742-9152 FAX：03-5742-9158