

第2期 山梨県自殺対策推進計画 概要

山梨県では、心や体の癒しや、生きる力の回復を表す「緑色」を自殺防止キャンペーンにおけるテーマカラーとしています。

趣旨

総合的な自殺対策を推進するため、山梨県自殺対策に関する条例を踏まえ、これまでの自殺対策に関する施策の推進状況や課題を整理し、安全で安心して生きることができる社会の実現を目指す。

位置づけ

自殺対策基本法第13条に基づく自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して策定する自殺対策についての計画とし、条例の趣旨を踏まえつつ、山梨県総合計画をはじめ、関連する県の他の計画との整合性を図り策定。

計画期間

令和2年度から令和6年度までの5年間とする。
自殺総合対策大綱の見直し、社会情勢の変化、施策の推進状況や目標達成状況等を踏まえ、計画期間中においても必要な見直しを行う。

現状

①自殺者数・自殺死亡率 (H30)
 > 自殺死亡率は全国を上回っている。

	自殺者数	自殺死亡率 ()は全国
住所地ベース	137人	17.0 (16.1)
発見地ベース	204人	25.0 (16.5)

②年齢階級別の自殺死亡率 (H18～H30)
 > 70歳代、80歳以上を除き全国を上回っている。

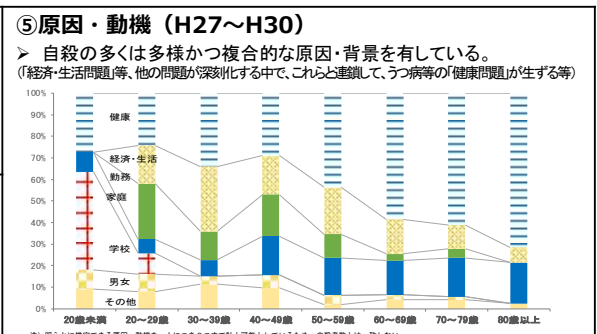
	～20	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80～
本県	2.7	23.1	22.6	26.8	34.8	27.8	24.4	24.3
全国	2.4	20.1	21.3	24.5	29.5	25.5	24.6	25.4

③保健所管内別自殺者数 (H27～H30)
 > 住居地ベースより発見地ベースが上回っている。

	中北	峡東	峡南	富士・東部
住居地ベース	294人	105人	42人	150人
発見地ベース	311人	128人	48人	296人

④本県で発見された自殺者の自殺前住居地
 > 自殺者の約3割は自殺前住居地が「県外・不明」。

	H26	H27	H28	H29	H30
県内	198人	149人	144人	135人	146人
県外・不明	59人	56人	48人	47人	58人



⑥自殺者における自殺未遂歴の有無
 > 自殺者のうち10～20%に未遂歴がある。

	H26	H27	H28	H29	H30
自殺未遂歴あり	39人	28人	28人	23人	23人
自殺者に占める比率	18.8%	18.4%	18.9%	16.1%	15.4%

⑦県民理解 (前期計画の数値目標)
 > 県民への浸透が進んでいない。

	H27	R1目標	H30実績
山梨いのちの日の認知度	—	90%	23.3%
子育て世代の相談窓口周知度	22.7%	55%	33.7%



課題

課題①：県民理解の増進
 自殺は、誰もが当事者となり得る重大な問題であるが、山梨いのちの日の認知度は高くない。県民全員が当事者としての認識を持つよう、命の大切さについて啓発を拡充する必要。

課題②：子ども・若者対策
 20歳代の自殺死亡率は、全国を上回っている。社会へ出て間もない時期であることから、学校において、社会で直面する様々な困難・ストレスへの対処方法を身につけるための教育(SOSの出し方に関する教育)、心の健康の保持に係る教育を推進する必要。

課題③：高齢者対策
 60歳代は、男性は全国を上回る水準で推移しており、女性はここ数年上昇傾向がみられる。家庭や地域における気づきや見守りなどに加え、健康づくりや生きがいづくりの取組も必要。

課題④：勤務・経営対策
 原因・動機では、健康問題のほか、経済・生活問題、勤務問題が多く、特に20～50歳代で顕著。内訳では、負債関係や仕事疲れが多く、経営や労働等の問題に対する相談体制の充実や働き方改革の促進が必要。

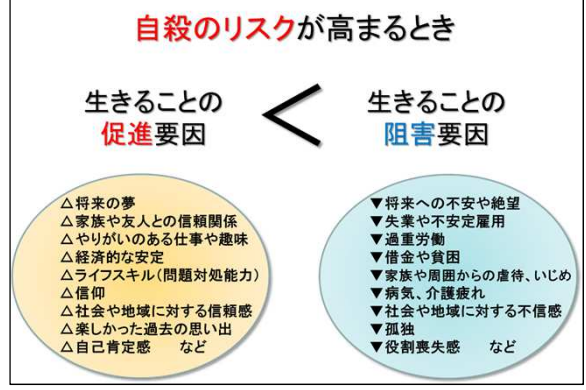
課題⑤：ハイリスク者対策
 自殺未遂者や多重債務者、生活困窮者、うつ病患者などは、自殺の危険性が高い。自殺の危険性が高まっている人を早期に発見し、関係機関等と連携しながら支援していく体制を強化するなどの取組が必要。

課題⑥：ハイリスク地対策
 住居地ベース・発見地ベースの自殺者では、住居地ベースより発見地ベースが大幅に上回っている地域がある。水際対策やイメージアップ、負のイメージを払拭するための取組が必要。

基本的な考え方

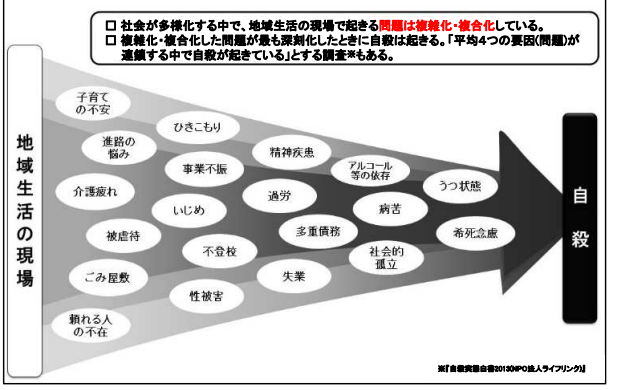
- ① 生きることの包括的な支援として推進**
 「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方を通じて包括的に自殺リスクを低下。
- ② 事前予防、危機対応、未遂後の対応、事後対応の各段階に応じた効果的な施策の推進**
 自殺の危険性が低い段階での「事前予防」、現に起こりつつある自殺の危機に対応し自殺を防ぐ「危機対応」、再度の自殺企図を防ぐ「未遂後の対応」、自殺が生じた場合にその影響を最小限に抑え新たな自殺を防ぐ「事後対応」の段階に応じて効果的に取り組む。
- ③ 関連施策との連携を強化した総合的かつ計画的な自殺対策の推進**
 自殺は、様々な要因が複雑に関係していることから、様々な分野の施策、人々や組織が密接に連携し、県民運動として取り組む。
- ④ 本県の状況を踏まえた自殺対策の推進**
 本県の自殺の実態についての調査研究等を踏まえ、本県の状況に合った自殺対策を推進。
- ⑤ 実践と啓発を両輪として推進**
 啓発を通じて、県民一人ひとりが、自殺問題や心の健康問題に関心を持ち、理解を深め、適切に対処することができる社会、また、心の健康問題に周囲の者が気づきSOSを受け止められる社会をつくる。

図1 生きることの促進要因・阻害要因



出典：NPO法人ライフリンク資料

図2 自殺の要因



出典：厚生労働省資料

具体的な施策

段階

施策に付いているマークは、対応する課題を示しています。(マークがないものは、課題に直接関連はないが、総合的な自殺対策に必要な取組)

理解 = 課題① 県民理解の増進 子若 = 課題② 子ども・若者対策 高齢 = 課題③ 高齢者対策 動経 = 課題④ 勤務・経営対策 八者 = 課題⑤ ハイリスク者対策 八地 = 課題⑥ ハイリスク地対策

(1) 普及啓発活動の推進

① 県民理解の増進

- 山梨いのちの日、自殺予防週間等における広報啓発 理解
- 命の大切さを考える機会の創出 理解
- 事業所等に対する普及啓発 動経

② 調査研究の推進

- 実態の解明
- 調査研究成果の活用・情報提供 理解

③ 情報発信のあり方の周知

- 世界保健機関が作成した手引きの周知

(2) 人材の確保・育成

① 自殺対策関係団体等の活動の支援

- 民間団体との連携・協働 理解 子若 高齢 動経 八者 八地
- 民間団体に対する支援 理解 子若 高齢 動経 八者 八地
- 市町村に対する支援 理解 子若 高齢 動経 八者 八地

② 人材の確保

- ゲートキーパーの養成 理解
- 教育現場等における人材の育成 子若
- 金融相談担当者の資質向上 動経
- 介護支援専門員に対する研修 高齢

(3) 心の健康づくりの推進

① 学校における心の健康づくり

- SOSの出し方に関する教育 子若
- しなやかな心の育成 子若
- 生徒指導主事(主任)に対する自殺予防に関する教育 子若
- SOSの受け止め方に関する普及啓発

③ 地域における健康づくり

- 運動やスポーツに対する意識啓発 子若 高齢
- 加齢に伴う身体や認知機能等の低下の防止 高齢
- 高齢者の生きがいづくり 高齢

② 職場における心の健康づくり

- 働き方改革アドバイザーによる取組の支援 動経
- 県庁がパイロットオフィスとなり働きやすさを向上させる仕組みの県全体への波及 動経
- 健康増進に関する取組を行う企業の支援 動経

(4) 相談支援の充実

① 相談機能の強化

- HPやSNSを通じた相談窓口の周知 八者
- こころの健康相談統一ダイヤルの運営 子若 高齢 動経 八者
- 中小企業金融相談員による金融面の支援 動経
- 就労支援や労働相談 動経

② 見守り活動の強化

- 宅配業者など民間企業等からの情報提供 高齢
- 民生委員等と連携した生計困難者等に対する適切な支援 八者
- 認知症についての総合的な対策 高齢
- ホームレス対策 八者

(5) 医療体制の充実

① 医療提供体制の整備

- 身体科と精神科の連携体制の構築 八者
- 精神科救急医療体制の整備 八者
- 精神・身体合併症患者への医療提供 八者

② 精神科医師等の確保

- 医療従事者確保のための環境整備
- 精神科認定看護師の確保

(6) ハイリスク地・ハイリスク者の対策強化

① 自殺多発地域における自殺対策の推進

- 水際対策 八地
- 樹海ウォーク等によるイメージアップ 八地
- 地域における連携体制の強化 八地
- ラジオ等による県外に向けた情報発信 八地

② 自殺発生回避のための体制の整備

- 依存症対策の強化 八者
- 多重債務者に対する心の健康づくり 八者

(7) 自殺未遂者等に対する支援

① 自殺未遂者等に対する支援

- 研修の実施 八者
- 情報の共有 八者
- 自殺再企図の防止 八者

(8) 自殺者の親族等に対する支援

① 自殺者の親族等に対する支援

- 自殺者の親族等に対する支援体制の充実 八者

推進体制

- 国、市町村、県民等と一体的に取組を推進。
- 知事を本部長として各部署長等から構成する山梨県自殺防止対策推進本部において、情報共有を図り、部局横断的な取組を推進。

- 計画中、具体的な施策には担当課を明示し、それぞれの担当課が、責任を持って主体的に事業に取り組む。
- 全庁的、部局横断的な取組を強化するため、生きることの包括的支援に関わる県職員等を対象にゲートキーパー研修を実施。

- 山梨県いのちのセーフティネット連絡協議会において、計画の進捗状況や効果を検証。

PDCAサイクルを繰り返すことにより、継続的に自殺対策を県民運動として展開

活動目標(16項目のうち主なもの)

項目	現況値	目標値
「山梨いのちの日」「自殺予防週間」「自殺対策強化月間」のいずれかの認知度	—	90%
ゲートキーパーの認知度	—	34%
ゲートキーパーの人数	4,555人(H30累計)	10,000人(累計)
うち県職員を対象とした研修受講者	—	750人(累計)
小中高校におけるSOSの出し方に関する教育の実施率	—	小中高 100%
働き方改革アドバイザーによる企業訪問件数	452社(H30年度)	2,500社(R2~6累計)
「こころの健康相談統一ダイヤル」「よりそいホットライン」等の相談ダイヤルの認知度	—	67%
健やか樹海ウォークの県外からの参加者	75人(R1年度)	120人(毎年度)
自殺未遂者等に関する研修への参加機関	26機関(H30年度)	50機関(毎年度)

成果目標

最終的に目指すべき姿

誰も自殺に追い込まれることのない、安全で安心して生きることができる社会(自殺者ゼロ)

当面の目標(大綱に合わせ令和8年の目標を設定)

住所地ベース: 自殺死亡率 13.0以下
 発見地ベース: 住所地ベースの成果目標を達成するとともに※、本県で発見された自殺前住居地が「県外・不明」の自殺者数が、平成30年を基準に、全国の自殺者数の減少率を上回る減少となること。
 ※ 自殺前住居地が「県内」である自殺者の数については、住所地ベースの目標が達成されていることをもって評価する。

計画期間中の目標(令和6年の目標)

住所地ベース: 自殺死亡率 13.7以下
 発見地ベース: 当面の目標と同じ。

事前予防

危機対応

未遂後の対応

事後対応