

重点対象者

「20歳代」「60歳・70歳代」は自殺死亡率が高いことから、若者と高齢者については、基本施策の中で重点対象者として位置づけ、それぞれの取り組みを重点的に推進します。

若者に対する取り組み

- 複雑で複合的な問題に対処できる相談機関をはじめ様々な関係機関・地域のネットワークの強化や連携

- 若者の居場所や労働、学習、地域活動等を通じた社会参加の経験の場の提供
- 若者特有の複合的な課題に対応できる相談支援の充実
- 勤労者への対策として、職域と連携したメンタルヘルス対策

高齢者に対する取り組み

- 身近な地域で誰もが気軽に集える場づくり
- 孤立・孤独を防ぎ、地域での見守り、支えあう地域づくりの推進
- 高齢者特有の課題を踏まえた相談窓口の機能の拡充と周知

自殺対策の推進に向けて

保健・医療・福祉・教育・労働・経済・法律をはじめ、生きがいづくりと社会参加、生活環境等幅広い分野の関係機関や民間団体・事業者等がそれぞれの役割を果たし、相互で連携・協働し、自殺対策を推進していきます。



計画の目標値

評価名	現状値	目標値
2015年の自殺死亡率(人口10万人当たりの自殺者数)19.3を主要先進7か国の自殺死亡率の平均と同じ水準の12.4まで減少	19.3 2015年	12.4 2023年

心かよう まちプラン 概要版

2019年2月発行	発行者 宇部市 編集 宇部市健康福祉部健康増進課(宇部市保健センター) 〒755-0033 宇部市琴芝町二丁目1-10 TEL:0836-31-1777 FAX:0836-35-6533
-----------	---

心かよう まちプラン

(いのちをまもる 宇部市自殺対策計画)

2019年度～2023年度

2016年4月、自殺対策基本法が改正され、自殺対策のより一層の推進と、より具体的・実効的な計画の必要性が謳われ、本市においても、これまでの取り組みの成果や地域の課題を踏まえ、「心かよう まちプラン」を策定しました。

市民一人ひとりが自殺対策の主役となり、地域や関係機関とのつながりを持ち、社会全体で自殺リスクを低下させ、『みんなで気づき 絆でつながり 心かようまち』の実現を目指します。

いのちをまもる主要事業

心の気づきとケアの仕組みをICTで構築

- 心の健康アプリ活用事業
- いのちをまもる相談事業



リフレッシュできる空間の創出

- 心のエネルギー充填事業
- 心身のリフレッシュ体験事業



若者からの発信で心つながる社会づくり

- 若者ゲートキーパー活動事業
- 心かようまちプロジェクト

みんなで気づき 絆でつながり 心がようまち

基本方針

- 生きがいを充実し、自己肯定感を高めるための支援をする
- 対応のレベルと段階に応じた、様々な対策を効果的に連動させる
- 関係者の役割を明確化し、関係者同士が連携・協働して取り組む
- 関係機関の施策と相互に密接な連携を図り、総合的な対策を推進する
- 自殺対策における実践的な取り組みと啓発を推進する

5つの基本施策

重点施策

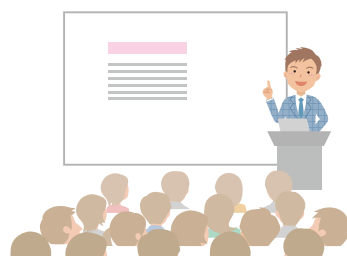
1 地域におけるネットワークの強化



- 関係機関等のネットワークを構築し、綿密な連携の充実

重点対象者
若者・高齢者

2 自殺対策を支える人材の育成



- 様々な職種を対象とする研修
- 一般住民を対象とする研修
- 関係者間の連携調整を担う人材の育成

3 住民への周知・啓発



- 心の健康に関するリーフレット・啓発物等の作成と活用
- 市民向け講習会・啓発キャンペーン等の開催

重点施策

4 生きがいを充実し、自己肯定感を高めるための支援



- 居場所づくり
- 相談機能の充実
- 自殺未遂者等への支援
- 遺された人への支援

重点対象者
若者・高齢者

宇部市の自殺の現状や課題

- 自殺者数は、年間 30 ～ 40 人
- 男女比は、男性が全体の約 7 割
- 20 歳代、20 歳代未満の自殺死亡率*は全国を上回り、他の年代の自殺死亡率の減少に比べ減少率が少ない
- 60 歳代、70 歳代は自殺死亡率が高く、自殺者数は、全体の 4 割
- 自殺の原因・動機は、健康問題が全体の 6 割（ただし、自殺の背景には健康問題だけでなく、様々な社会的要因がある）
- 無職者の若者は学校、職場等の居場所がなく、孤立・孤独に陥りやすい傾向がある
- 高齢者は健康への不安を抱える年代でもあり、身体や役割の変化などもあり、閉じこもりや抑うつ状態になりやすく、孤立・孤独に陥りやすい傾向がある

*自殺死亡率とは人口10万人当たりの自殺者数のこと

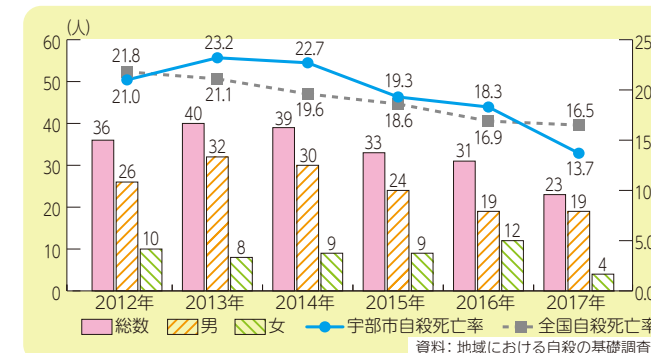
若者・高齢者を重点対象者と位置づけ

5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育の実施



- 困難やストレスへの対処方法を身につけるための教育の実施

自殺者数・自殺死亡率の推移



年代別自殺死亡率(2012年～2017年合計)

