

第2期 石巻市自死対策推進計画

概要版

計画期間 令和6年度～令和10年度

基本理念

かけがえのない命を大切に、
人と人がつながり、支えあい、
生きる喜びを感じる石巻市を目指します

本市では、宮城県自死対策計画に準じて、遺族等に配慮し、法律や統計資料の用語を除き「自殺」に替えて「自死」を使用しています。

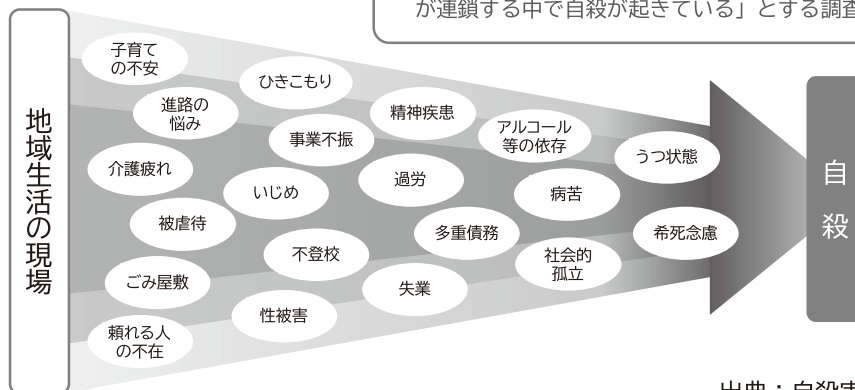
計画策定の趣旨

平成28年に自殺対策基本法が一部改定され、すべての市町村が「地域自殺対策計画」を策定することが義務づけられました。

令和4年度には国が新たな「自殺総合対策大綱」を策定し、その趣旨を踏まえ、本市でも自死は防ぐことのできる社会的な問題であるという認識のもと、保健、医療、福祉、教育、労働、その他関連施策との連携を図り、生きることの包括的な支援として総合的かつ効果的に推進するため、「第2期石巻市自死対策推進計画」を策定しました。

自死の背景

- 社会が多様化する中で、地域生活の現場で起きる問題は複雑化・複合化している。
- 複雑化・複合化した問題が最も深刻化したときに自死は起きる。「平均4つの要因（問題）が連鎖する中で自死が起きている」とする調査もある。



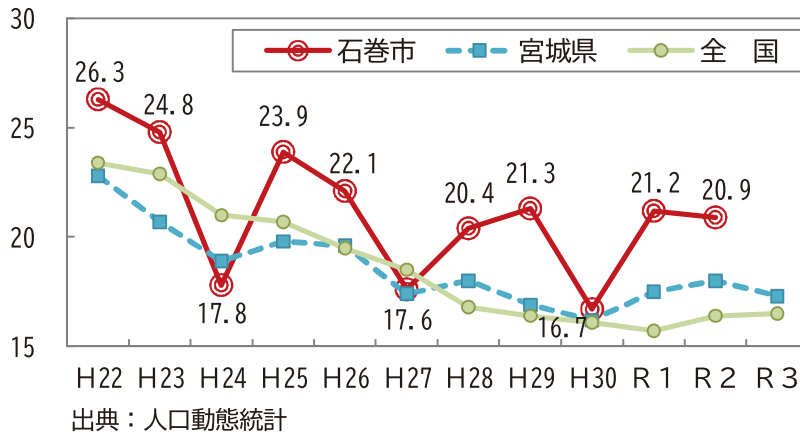
自死を防ぐためには
自死の危険性が高い人に
気づき、早期支援につなぐ
ことが重要です。

出典：自殺実態白書2013（NPO法人ライフリンク）

令和6年3月
石巻市

石巻市の現状

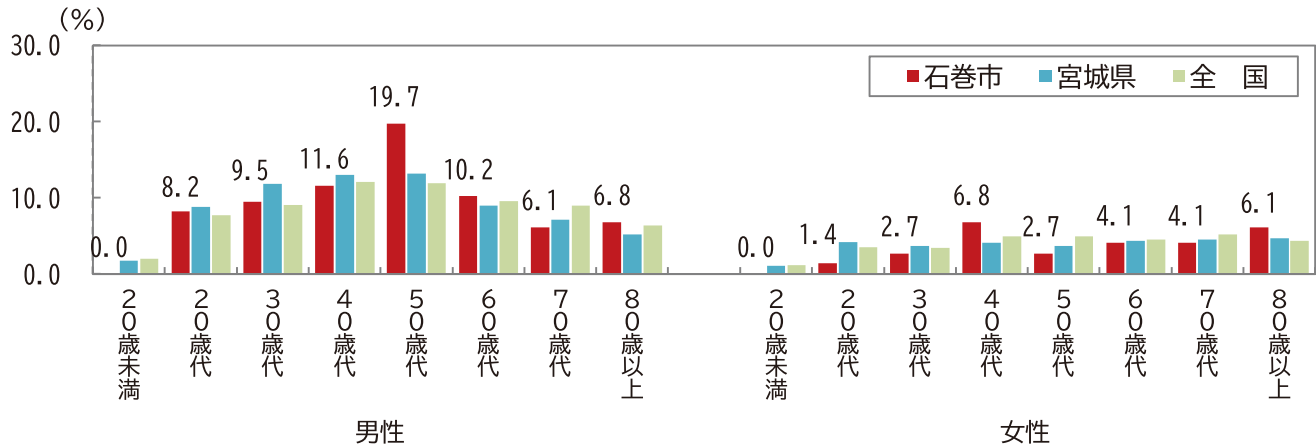
自殺死亡率の推移



本市の自殺死亡率をみると、東日本大震災の翌年に17.8に減少しましたが、平成25年には23.9と増加し、その後も3年おきに増加と減少を繰り返し、令和2年には20.9となっています。全国、宮城県と比較すると、高い水準で推移しています。

※自殺死亡率とは、人口10万人あたりの自殺者数をいいます。

性・年代別自殺者割合



出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル（2022年更新版）」

性・年代別の自殺者割合をみると、特に男性の50歳代が19.7%と全国、宮城県より高くなっています。

計画の目標

基準に比べて、
自殺死亡率 **30%以上減少** を目標にします

基準

20.4

平成24～28年平均

最終目標

14.2

令和10年

地域での支えあいの推進



基本方針

- 1 生きることの包括的な支援として推進する
- 2 関連する機関や施策との連携を強化して総合的に取り組む
- 3 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る
- 4 実践と啓発を両輪として推進する
- 5 関係者の役割を明確化し、その連携・協働を推進する
- 6 自死に追い込まれる方、遺族等へ配慮する
- 7 東日本大震災によるこころのケアを継続する



計画の体系

※国が定める5つの基本施策と本市の実態から優先的に取り組むべき3つの重点施策によって構成しています。

基本施策1
地域におけるネットワークの強化

- (1) 地域における連携・ネットワークの強化
- (2) 庁内における連携・ネットワークの強化

基本施策2
自死対策を支える人材の育成

- (1) 市民対象の研修の充実
- (2) 職員・支援者等の研修の充実

基本施策3
市民への啓発と周知

- (1) こころの健康づくりに関する知識の啓発
- (2) 相談窓口等の周知

基本施策4
生きることの包括的支援

- (1) 孤立を防ぐための居場所づくり
- (2) 安定した生活のための支援の充実
- (3) 自死を抑制する環境の整備
- (4) 精神保健に課題を抱える方に対する支援
- (5) 未遂者への包括的な支援
- (6) 遺された人への支援

基本施策5
SOSの出し方に関する教育の推進

- (1) 全世代を通じたSOSの出し方の啓発
- (2) SOSを受け止める環境づくり

重点施策1
こども・若者への支援強化

- (1) こども・若者の社会的自立に向けた居場所づくり
- (2) こどもと保護者のこころと体の健康づくりの推進
- (3) 関係機関と連携した支えあいの仕組みづくり
- (4) 相談支援の充実
- (5) 女性への支援の強化

重点施策2
経済的に困り感のある方への対策

- (1) 生活の安定に向けた相談支援の充実
- (2) 関係機関との連携強化

重点施策3
働き盛り世代への対策

- (1) 働き盛り世代のこころの健康づくりの推進
- (2) 安心して働くことができる環境の整備

『ゲートキーパー』

をご存じですか？

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。



特別な資格はなく、誰でもゲートキーパーになることができます。

声をかけることから始めてみましょう

気づき.....

家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

..... 傾聴


本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

ゲートキーパーの役割

つなぎ.....

早めに専門家に相談するように促す

..... 見守り

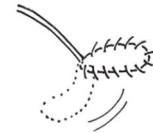
温かく寄り添いながら、じっくりと見守る 

それ、**ココロ**と**イノチ**の**サイン**かも...



身だしなみに
気を使わなくなってきた

何にもしたくない...



以前はあんなに好きだった
〇〇に興味がなくなった

お酒の量が
増えてきた



集中力が低下し
ミスが増える



何だか
眠れない



相談窓口 ~一人で悩まないでお気軽にご相談ください~

【本庁】 ●保健福祉部健康推進課 TEL 0225-95-1111 FAX 0225-23-3618

E-mail ishelpromo@city.ishinomaki.lg.jp

【各総合支所】

- 河北総合支所市民福祉課 TEL 0225-62-2117
- 雄勝総合支所市民福祉課 TEL 0225-57-2113
- 河南総合支所市民福祉課 TEL 0225-72-2094
- 桃生総合支所市民福祉課 TEL 0225-76-2111
- 北上総合支所市民福祉課 TEL 0225-67-2113
- 牡鹿総合支所市民福祉課 TEL 0225-45-2113

【市ホームページ】 <https://www.city.ishinomaki.lg.jp>

