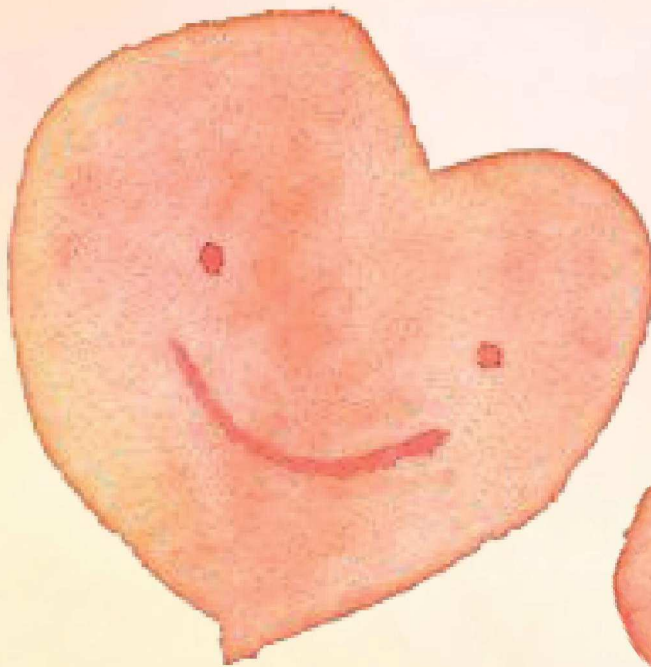


概要版

第2期富士見市 自殺対策計画

令和4年度～令和7年度



令和4年4月
富士見市

計画の数値目標

全体目標	現状値（令和2年）	目標値（令和7年）
人口10万人あたりの自殺死亡率 (自殺死亡率=自殺者数÷人口×10万)	17.9	12.7
自殺死亡者数	20人	13人以下 (13.3人)

富士見市の自殺の現状と課題

(1) 自殺の現状

自殺者数

過去5年平均 17人

自殺死亡率

国の自殺死亡率は減少傾向だが、富士見市では増減を繰り返している。

令和元年 富士見市：13.5
埼玉県：14.9 国：15.7

性・年代別自殺者割合

男性は40歳代（20.7%）、女性は50～60歳代（各6.9%）が高い。

自殺原因・動機

健康上の問題だけでなく、多様かつ複合的な原因及び背景（過労、失業や生活苦、職場の人間関係、家族間の不和など様々な社会的要因）を有している。

(2) 自殺の課題

若年層対策

市民アンケート調査の結果から、自殺を減少させるために重要と思われることの設問で「学校での「いのちの教育」の充実」の割合が4割を超え、最も高い数値となっています。児童生徒とその保護者に対する教育・啓発の推進が必要です。

中高年層対策

中高年層（40歳～59歳）の自殺者数、自殺死亡率が高い数値となっています。自殺に追い込まれる背景は仕事に関する事、家庭に関する事など多岐にわたるため、それぞれの悩みに応じた相談窓口の充実が重要です。

高齢者層対策

60歳代女性、70～80歳代男性の自殺者が埼玉県、全国割合と比較して高い数値となっています。家庭や地域における見守りなど、高齢者が孤立せず安心して暮らせる地域づくりが必要です。

ハイリスク者対策

40～59歳男性無職者の自殺死亡率が県・全国と比較して極めて高くなっています。その背景には、失業や倒産、多重債務等の社会的な要因が考えられます。自殺リスクが高まっている人を早期発見するため、関係機関と連携しながら、相談体制を整備することが重要です。



富士見市の
重点施策

- ・ 児童生徒に向けた教育
- ・ 働き盛り世代に向けた対策
- ・ 高齢者に向けた対策
- ・ 生活困窮者に向けた対策

3つの基本施策

(1) 市民への教育・啓発の推進

目指すべき姿

- ▶ こころの健康の重要性を認識しよう。
- ▶ 自らのこころの不調に気づき、対応できるようにしよう。

市民全体	<ul style="list-style-type: none">● こころの健康づくりやうつ病など、こころの病気についての正しい情報を取り入れよう。
児童生徒期	<ul style="list-style-type: none">● 睡眠・休養を適切にとるよう心がけよう。
成人期・高齢期 (妊産婦含む)	<ul style="list-style-type: none">● 睡眠・休養を適切にとるよう心がけよう。● 自分にあったストレス解消法を見つけよう。● 趣味の活動や地域活動などを通じて、仲間をつくろう。

(2) 相談・支援体制の整備の充実

目指すべき姿

- ▶ 困ったときには、「支援を求めることが必要」であることを認識しよう。
- ▶ ライフステージや相談内容に応じた相談先を知ろう。
- ▶ 心の不調を感じたら、メンタルクリニックや専門の相談機関に相談しよう。

市民全体	<ul style="list-style-type: none">● 一人で悩まず、相談しよう。● 悩みを抱えた人を相談窓口につなごう。
児童生徒期	<ul style="list-style-type: none">● 困ったとき、苦しいときは周りの大人にSOSを出そう。
成人期・高齢期 (妊産婦含む)	<ul style="list-style-type: none">● 困ったとき、苦しいときは親しい友人や家族、職場の人、身の回りの支援者に相談しよう。

(3) 地域で安心して暮らせる環境整備

目指すべき姿

- ▶ お互いが気づき合える地域づくりをしよう。
- ▶ 自殺を考えている人の存在に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る「ゲートキーパー」になろう。

市民全体	<ul style="list-style-type: none">● 身近な人の不安や悩みのサインに気づき、声をかけよう。● 隣・顔見知り同士、顔を合わせたらあいさつをかわそう。● ゲートキーパー養成研修会に参加しよう。
児童生徒期	<ul style="list-style-type: none">● 友達の不安や悩みのサインに気づき、声をかけよう。
成人期・高齢期 (妊産婦含む)	<ul style="list-style-type: none">● 自分の地域の母子保健推進員、民生委員、児童委員を知ろう。

いのちとこころの電話相談

こころの健康相談統一ダイヤル	0570-064-556	24時間365日
埼玉県立精神保健福祉センター「こころの電話」	048-723-1447	平日9:00-17:00
埼玉いのちの電話	048-645-4343	24時間365日
さいたまチャイルドライン(18歳までのこども専用)	0120-99-7777	毎日16:00-21:00

遺された方

埼玉県立精神保健福祉センター 自死遺族相談	048-723-6811	平日9:00-17:00
-----------------------	--------------	--------------

市役所の主な相談窓口 ※平日8:30-17:15(祝日・年末年始をのぞく)

18歳未満の子どもについての相談

富士見市子ども未来応援センター	
母子保健グループ	049-252-3774
子ども相談・支援グループ	049-252-3773

いじめ・非行・教育相談

富士見市教育委員会 学校教育課	049-251-2711
富士見市教育相談室	049-253-5313

生活に困窮されている方

富士見市福祉政策課	049-252-7103
-----------	--------------

こころとからだの健康

富士見市健康増進センター	049-252-3771
富士見市障がい福祉課	049-252-7101

SNS相談 生きづらびっと



まもろうよ こころ

(相談窓口や自殺対策の取組などの情報を掲載しています)



メンタルヘルスチェック「こころの体温計」

簡単な質問に答えるだけで、ストレス度や落ち込み度など、自分自身や家族等のこころの状態をチェックできるシステムです。



本人モード結果画面(例)

いのちの門番「ゲートキーパー」

身近な人の悩みに気づき、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。市民向けゲートキーパー養成研修を開催しています。日程は広報やホームページをご覧ください。



富士見市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。



第2期富士見市自殺対策計画(概要版) 令和4年4月

富士見市 健康福祉部 健康増進センター

〒354-0021 埼玉県富士見市大字鶴馬3351番地の2 電話 049-252-3771