

第2次 宇和島市自殺対策計画

～ 誰も自殺に追い込まれることのない 宇和島 ～



あなたの心は
お元気ですか？

UWAJIMA CITY

宇和島市

令和8年3月

はじめに

全国の自殺者数は、長期的には減少傾向にありますが、令和6年も依然として2万人を超え、前年より減少したものの深刻な状況が続いています。

自殺は、健康面の不安や孤独・孤立、生活困窮など、複雑で多様な要因が連鎖して起こるものであり、社会全体での取組により、その多くが防ぐことのできる社会的な問題です。



近年、児童・生徒等の自殺は高い水準で推移しており、特に令和6年では小中高生の自殺者数が過去最多となるなど、子ども・若者をめぐる課題も一層重要となっています。

そのため、子どもから高齢者まで、幅広い世代が自殺の危機に追い込まれることなく、安心して生活できる地域社会をつくり上げていく必要があります。

本市では、令和2年3月に「宇和島市自殺対策計画」を策定し、これまで多くの人と力を合わせ「誰も自殺に追い込まれることのない宇和島市」を目指して、地域ネットワークの強化や自殺対策を支える人材の育成、高齢者や生活困窮者への多様な支援など、市民の誰もが安心して暮らせる地域に根差した自殺対策に取り組んでまいりました。

この第2次計画では、前期計画の取組を継承するとともに、より実効性のある施策の充実を図り、自殺対策を「生きることの包括的な支援」として、地域全体で展開してまいります。保健、医療、福祉、教育、労働など多分野との連携を一層強化し、悩みや困難を抱える人への「気付き」「傾聴」「つなぎ」「見守り」を切れ目なく行うことで、誰一人取り残されることのない支援の実現に向け、全庁を挙げて取り組んでまいります。

計画の推進に当たっては、愛媛県の取組とも緊密に連携し、あらゆる世代の市民に寄り添った支援を進めてまいります。

結びに、本計画の策定に当たり専門的な立場からご意見、ご審議を賜りました、宇和島市自殺対策連絡会の委員の皆様をはじめ、多くの関係者の皆様から心から感謝を申し上げ、ご挨拶とさせていただきます。

令和8年3月

宇和島市長 岡原 文彰

～ 目 次 ～

第1章 計画の概要	1
【1】社会的背景と策定の趣旨	1
【2】計画の概要	5
第2章 本市の現状	7
【1】人口等の現状	7
【2】自殺の現状	9
【3】アンケート調査結果の概要	16
第3章 前期計画の取組の成果と課題	31
【1】数値目標の達成状況	31
【2】前期計画の主な取組状況と課題	34
【3】現状分析から読み取れる本市の課題	41
第4章 計画の基本的な考え方	44
【1】基本理念	44
【2】基本方針	45
【3】施策の体系	47
第5章 施策の展開	49
【基本施策1】地域におけるネットワークの強化	49
【基本施策2】自殺対策を支える人材の育成	51
【基本施策3】住民への啓発と周知	52
【基本施策4】生きることの促進要因への支援	54
【基本施策5】児童・生徒のSOSの出し方・受け止め方に関する教育	56
【重点施策1】高齢者への支援	57
【重点施策2】従業員や経営者への支援	60
【重点施策3】生活困窮者への支援	61
【重点施策4】子どもや若者への支援	62
【生きる支援関連施策】	64

第6章 自殺対策の推進体制	69
【1】計画の推進体制	69
【2】計画の点検及び評価	71
【3】数値目標	72
資料編	75
【1】宇和島市自殺対策連絡会設置要領	75
【2】自殺対策基本法	76
【3】宇和島市自殺対策連絡会名簿	80
【4】策定経過	81

第1章 計画の概要

【1】社会的背景と策定の趣旨

1 社会的背景

「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指して制定された「自殺対策基本法（平成18年法律第85号）」の施行から、まもなく20年を迎えます。

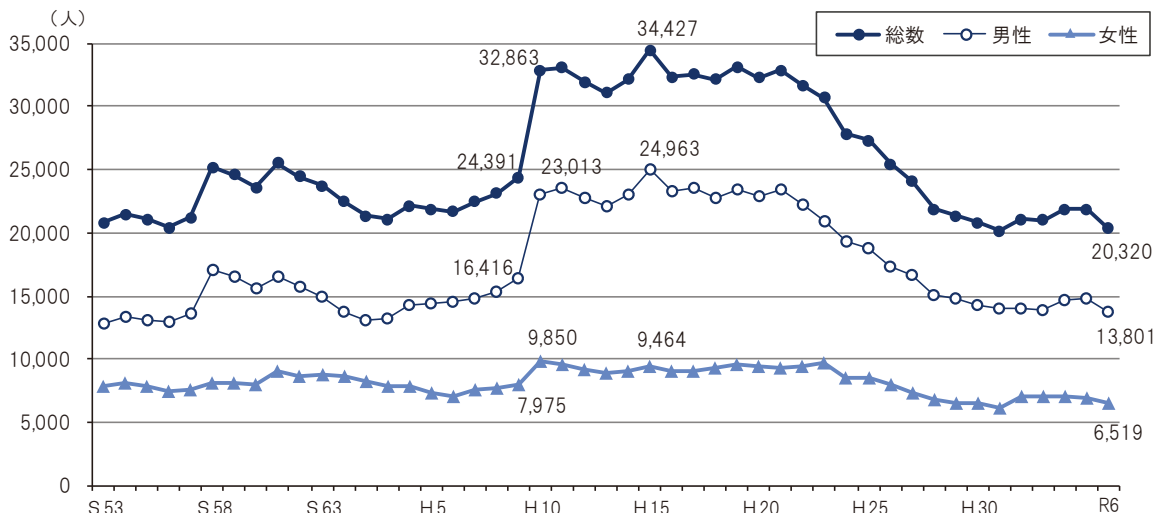
近年では、全国的に自殺対策の取組は充実し、全国の自殺者数は3万人台から2万人台に減少してきました。令和6（2024）年では、自殺者数は20,320人と前年から1,500人あまり減少し、統計開始以降2番目に少ない数値となりました。また、男性は3年ぶりの減少、女性は2年連続の減少となり、男女共に減少傾向にあります。しかし、男性の自殺者数は女性の約2倍となっています。

令和4（2022）年10月に閣議決定された、新「自殺総合対策大綱」では「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す」という基本理念を継承し、社会情勢の変化に応じた自殺対策を総合的に推進していくこととしています。特に「新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進」の新設をはじめ、こども家庭庁との連携による孤独・孤立対策等の充実、自殺者等の名誉及び生活の平穏への配慮、女性の自殺対策の更なる推進など、様々な見直しが図られています。

一方、令和6（2024）年では、小学生から高校生の自殺者数が過去最多になるなど、深刻な状況にあります。そのため、令和7（2025）年6月に「自殺対策基本法」が改正され、子どもの自殺に対する社会全体での取組の強化が図られています。

改正法には「こどもの自殺対策」が盛り込まれ、令和8（2026）年4月1日から施行されます。子どもの自殺者数の増加を踏まえ、子どもに対する自殺対策を社会全体で取り組むことなどについて基本理念に明記されました。あわせて子どもの自殺の防止等に関する学校の責務の明確化、デジタル技術を活用した施策の展開、自殺リスク情報の迅速な把握、自殺を助長する情報や設備等への対策、自殺未遂者、自殺者の親族等への支援の強化などが定められました。

【自殺者数の推移（全国）】



資料：厚生労働省自殺対策推進室

【 参考／新「自殺総合対策大綱」の概要 】

基本理念	誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す
基本方針	<ol style="list-style-type: none"> 1 生きることの包括的な支援として推進する 2 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む 3 対応の段階に応じて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 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する 6 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する【新設】
数値目標	令和8（2026）年までに、自殺死亡率を平成27（2015）年と比べて30%以上減少させる（旧大綱の数値目標を継続）

資料：厚生労働省「自殺総合対策大綱」（令和4（2022）年10月14日）より作成

【 改正「自殺対策基本法」の概要 】（令和8（2026）年4月1日施行）

1 基本理念の追加

- 情報通信技術、人工知能関連技術等の適切な活用
- インターネット等を通じて流通する自殺関連情報への適切な配慮
- 子どもに係る自殺対策を社会全体で取り組むことを明記 など

2 子どもの自殺の防止等に係る国の責務の改正及び学校の責務の追加

- 内閣総理大臣、文部科学大臣及び厚生労働大臣の緊密な連携、協力
- 学校における子どもの自殺の防止等への取組を明記 など

3 基本的施策の拡充

- 学校における心の健康の保持、精神科医等の医療従事者に対する自殺防止等に関する研修の機会の確保、自殺発生回避のための適切な対処のための施策 など

4 地方公共団体における協議会の設置

- 地方公共団体が、子どもの自殺の防止等について必要な情報の交換及び協議を行う協議会を設置することができることを明記 など

5 自殺に関する状況の変化等を踏まえた諸施策の見直し、検討

- 自殺に関する状況の変化、自殺対策に係る諸施策の実施の状況等を踏まえ、必要な見直し等の措置が講ぜられるものとする旨を規定 など

6 こども家庭庁の所掌事務として、子どもに係る自殺対策を規定

資料：厚生労働省 第12回自殺総合対策の推進に関する有識者会議資料「自殺の動向及び自殺対策基本法の改正について」より作成

2 策定の趣旨

本市においては、令和2（2020）年3月に「宇和島市自殺対策計画～誰も自殺に追い込まれることのない宇和島市～」(以下「前期計画」という。)を策定し、地域におけるネットワークの強化や自殺対策を支える人材の育成など、5つの基本施策と、高齢者や生活困窮者への支援など、対象別に組み立てた5つの重点施策、そして「生きることの包括的な支援」に係る取組を掲げ、本市の特性に応じた実効性のある自殺対策を全庁的な取組として推進してきました。

この度、前期計画の計画期間の満了に伴い「第2次宇和島市自殺対策計画」(以下「本計画」という。)を策定します。本計画は、本市における自殺対策のけん引役になるとともに「生きることの包括的な支援」の充実を図ります。

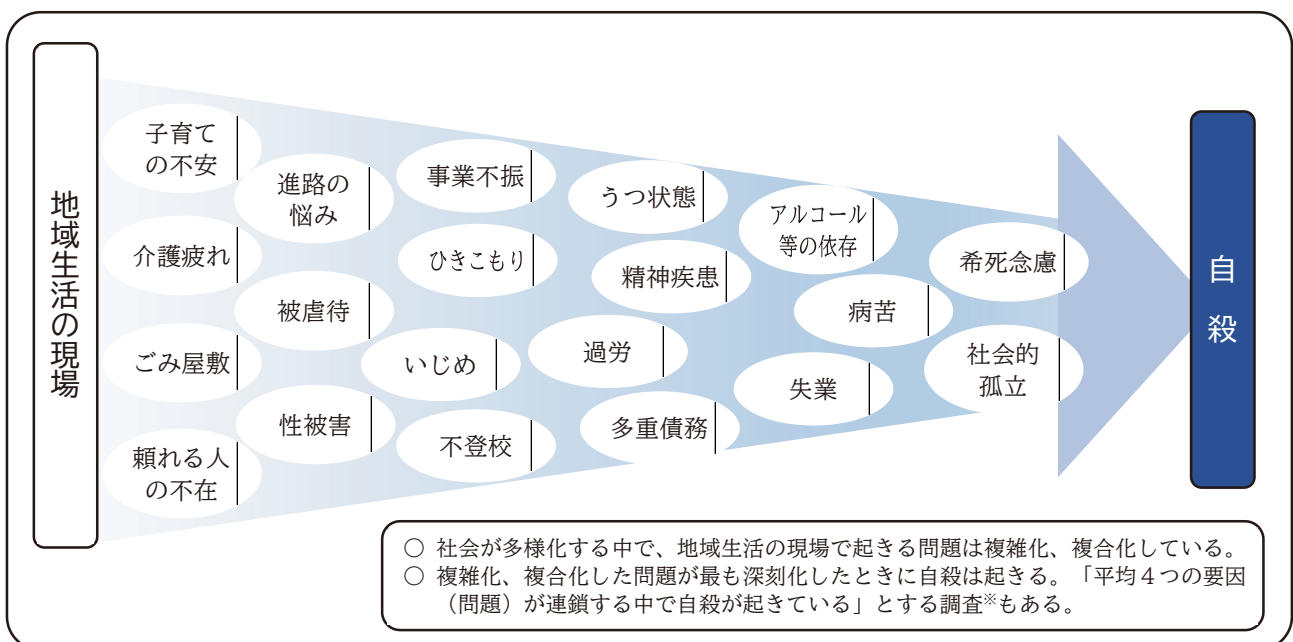
3 計画策定の目的

自殺はその多くが「追い込まれた末の死」であり、その背景には、精神面の問題だけでなく、職場環境や過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立など様々な社会的要因があることが知られています。このような多様で複合的な原因が連鎖する中で、精神的に追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ることや社会とのつながりの減少、生きていても役に立たないという喪失感、与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感などが、その背景として考えられます。

自殺は「誰にでも起こり得る危機」であることから、自殺対策は「自殺対策基本法」の規定に基づき、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携を図られるとともに「生きることの包括的な支援」として位置付け、推進する必要があります。

本計画は、市民が抱える自殺に至る多様化、複雑化した問題や課題への対応として「生きることの包括的な支援」を計画として取りまとめ、それを実践することで「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を目指すことをその主な目的としています。

【自殺の危機要因イメージ】



※ 「自殺実態白書 2013（NPO法人ライフリンク）」より引用
資料：厚生労働省

4 愛媛県の動向

愛媛県では、令和7（2025）年3月に「第3次愛媛県自殺対策計画」を策定し「県民の誰も自殺に追い込まれることのない愛媛県」の実現を目指し、幅広い世代に向けて様々なリスク要因に対する取組の充実とともに、県民一人一人、家庭、地域、学校、関係団体、民間団体、企業、市町、県がそれぞれ主体的な役割を担い、連携、協働して自殺対策を総合的に推進することとしています。

【 第3次愛媛県自殺対策計画の骨子 】

目指す姿	県民の誰も自殺に追い込まれることのない愛媛県
計画期間	令和7年度～令和11年度（5年間）
基本方針	<ul style="list-style-type: none"> （1） 生きることの包括的な支援として推進 （2） 関連施策と有機的な連携による総合的な対策の展開 （3） 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動 （4） 実践と啓発を両輪として推進 （5） 関係者の役割の明確化と関係者による連携・協働の推進 （6） 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮
具体的な施策	<p>[基本施策]</p> <ul style="list-style-type: none"> （1） 自殺対策に関わる関係機関との連携強化 （2） 相談体制の充実・支援者のスキル向上 （3） 自殺予防の普及促進 （4） 地域の見守り・モニタリング体制の拡充 <p>[重点施策]</p> <ul style="list-style-type: none"> （1） こども・若者の自殺対策の推進 （2） 現役世代の勤務問題及び経済・生活問題への支援強化 （3） 高齢者の自殺防止に向けた包括的な支援の展開 （4） あらゆる世代への心の健康づくりの推進 （5） 自殺未遂者の再度の自殺企図防止と遺された人への支援の充実 （6） 女性の自殺対策を推進
生きる支援につながる関連施策	<ul style="list-style-type: none"> （1） 相談支援 （2） 普及啓発 （3） 人材育成 （4） 健康問題 （5） 就労・生活問題 （6） 学校問題 （7） 大規模災害に備えた体制整備

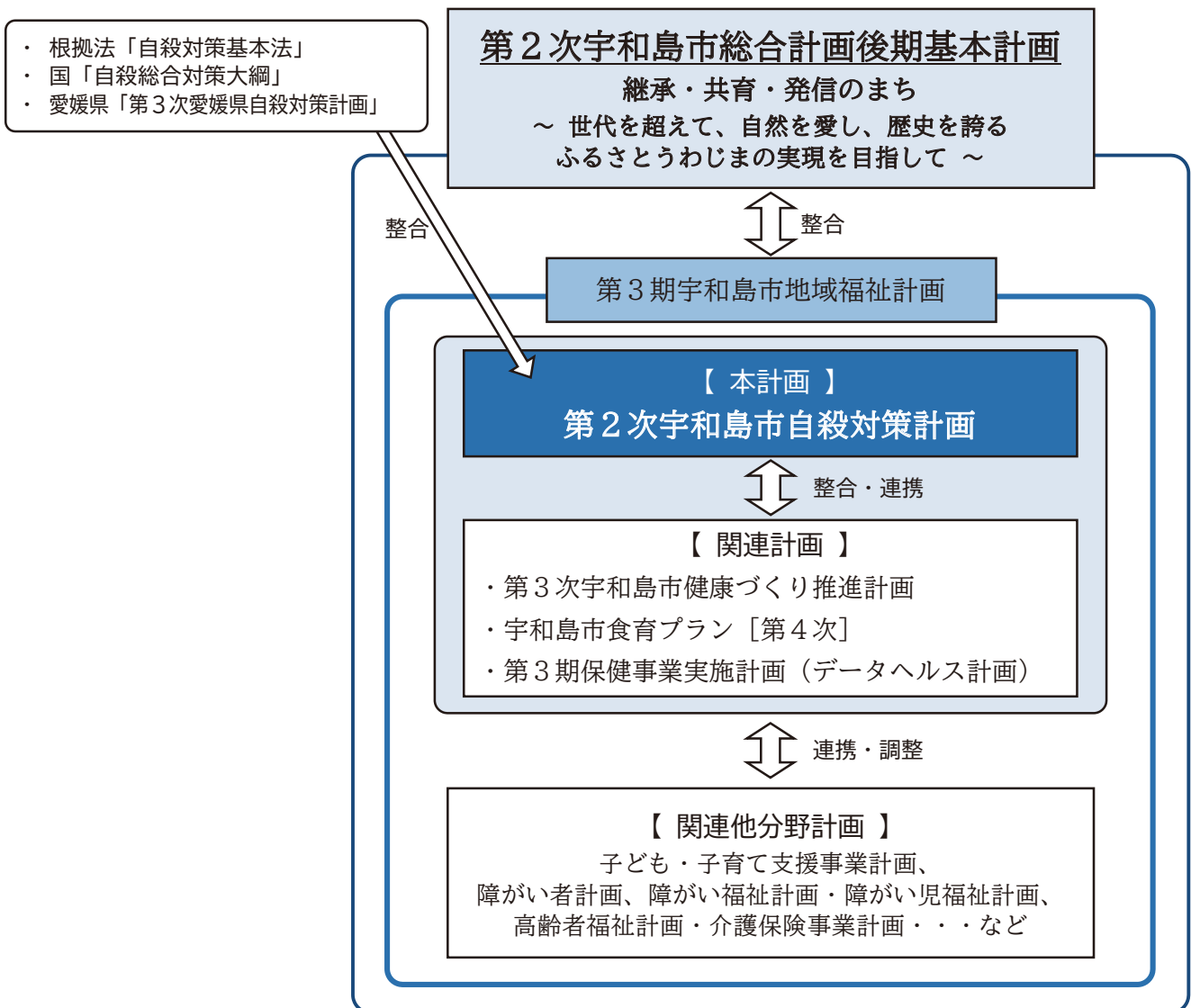
【2】計画の概要

1 根拠法と計画の位置付け

本計画は「自殺対策基本法」第13条第2項の規定に基づく「市町村自殺対策計画」です。国の「自殺総合対策大綱」や愛媛県の「第3次愛媛県自殺対策計画」等の内容を踏まえながら、市政運営の指針となる上位計画「第2次宇和島市総合計画後期基本計画」をはじめ、「第3期宇和島市地域福祉計画」や「第3次宇和島市健康づくり推進計画」など、関連する他の部門計画との整合にも配慮します。

計画の推進にあたっては、各計画との連携や調整を図るとともに、新たな課題や環境の変化に柔軟に対応できるようにします。

【 計画の位置付け 】



2 計画の策定方法

計画の策定に当たっては、令和6（2024）年度に実施した、健康づくりに関する市民アンケート等調査結果等を活用し、心の健康づくりや自殺に関わる実態や意見等を把握するとともに、学識経験者や各種団体、組織の代表者等によって構成される「自殺対策連絡会」及び庁内関係課にて構成する「自殺対策ワーキング会議」等における協議を通して、様々な立場から意見をいただきました。また、市民や事業所、関係者等からの意見を反映させるため、住民意見募集（パブリックコメント）を実施しました。

3 計画の期間

本計画の期間は、令和8（2026）年度から令和12（2030）年度です。なお、社会情勢の変化や制度等の改正、本市の現状の変化等により、適宜、内容についての見直しを行う場合があります。

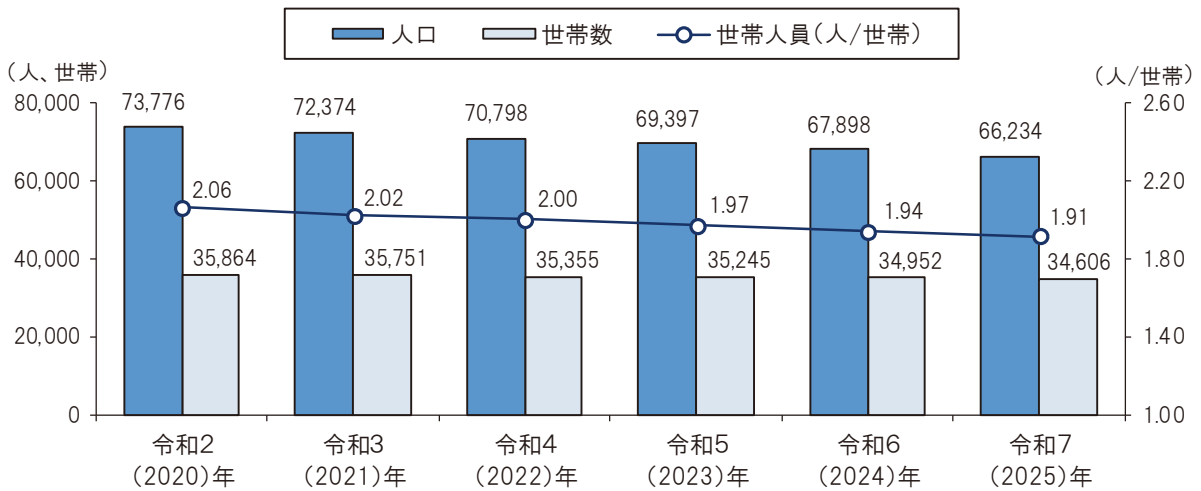
第2章 本市の現状

【1】人口等の現状

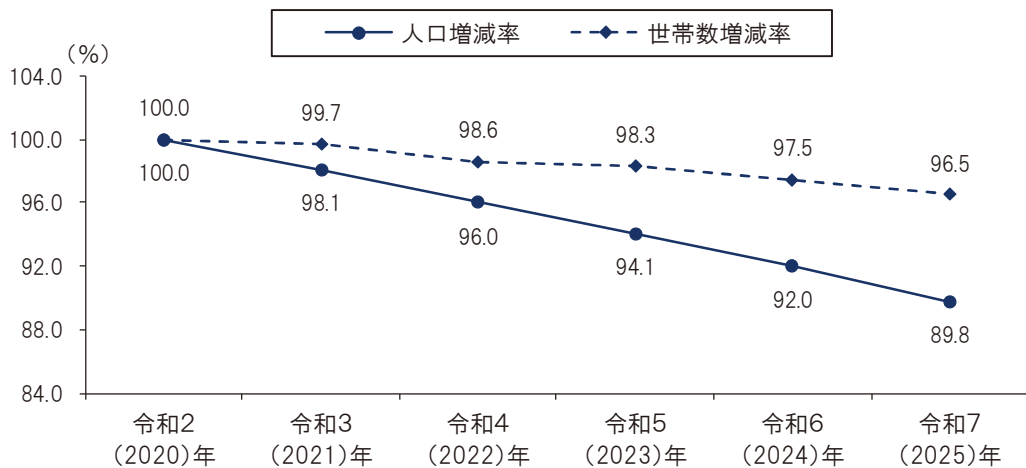
1 人口・世帯数

本市の人口は、令和7（2025）年3月現在66,234人となっており、人口は減少傾向、世帯数も緩やかに減少しています。1世帯当たりの人口数を示す世帯人員は、令和2（2020）年の2.06人から令和7（2025）年で1.91人に減少し、小世帯化が進行しています。

【人口・世帯数の推移】



【人口・世帯数増減率】



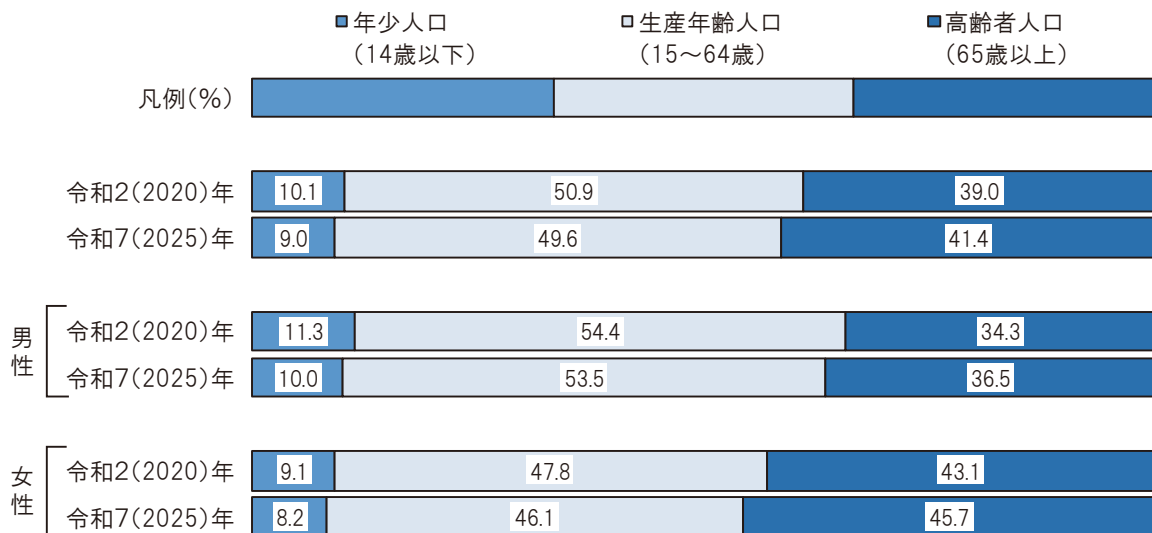
注：増減率は、令和2（2020）年を100とした場合の各年の割合を示している。
資料：住民基本台帳（各年3月末日現在）

2 年齢別人口

本市の年齢別人口をみると、令和7（2025）年では「年少人口（14歳以下）」の割合が9.0%、「生産年齢人口（15～64歳）」が49.6%、「高齢者人口（65歳以上）」が41.4%となっています。

高齢者人口の割合（高齢化率）は、令和2（2020）年の39.0%から令和7（2025）年で41.4%と増加で推移しており、男性に比べ女性の高齢化率が高くなっています。

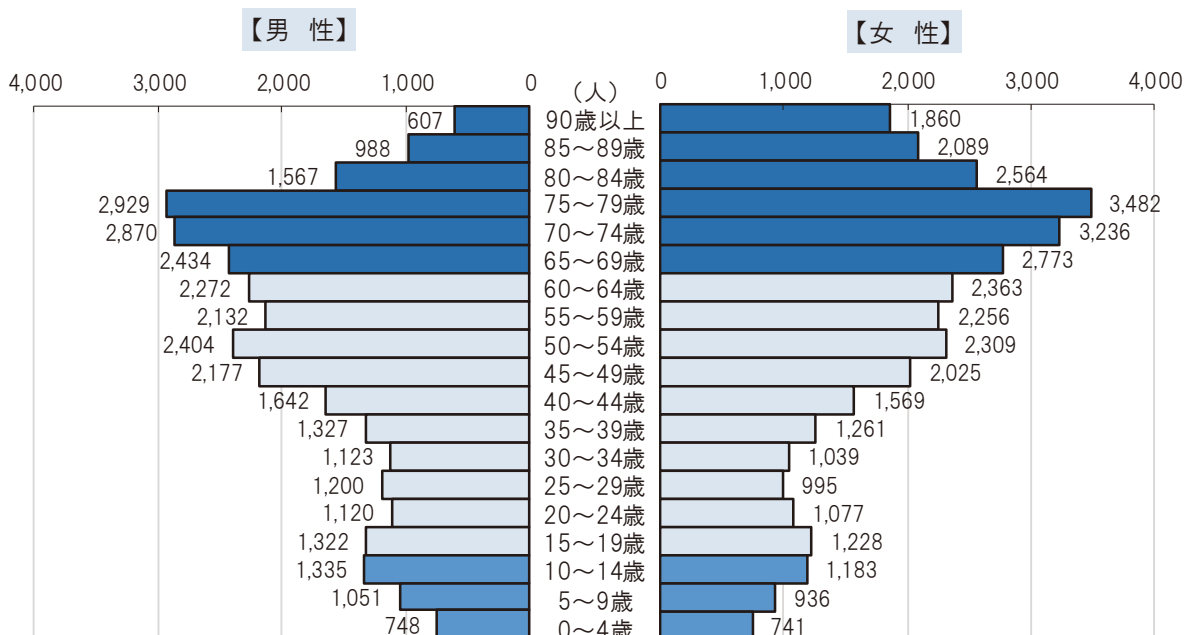
【年齢3区分人口構成比】



資料：住民基本台帳（各年3月末日現在）

年齢を5歳階級別でみると、男女共に70代後半のいわゆる「団塊の世代」が、本市の人口の多くを占めています。また、80歳以上になると、女性の人口が男性を大きく上回っています。

【年齢5歳階級別人口】



資料：住民基本台帳（令和7（2025）年3月末日現在）

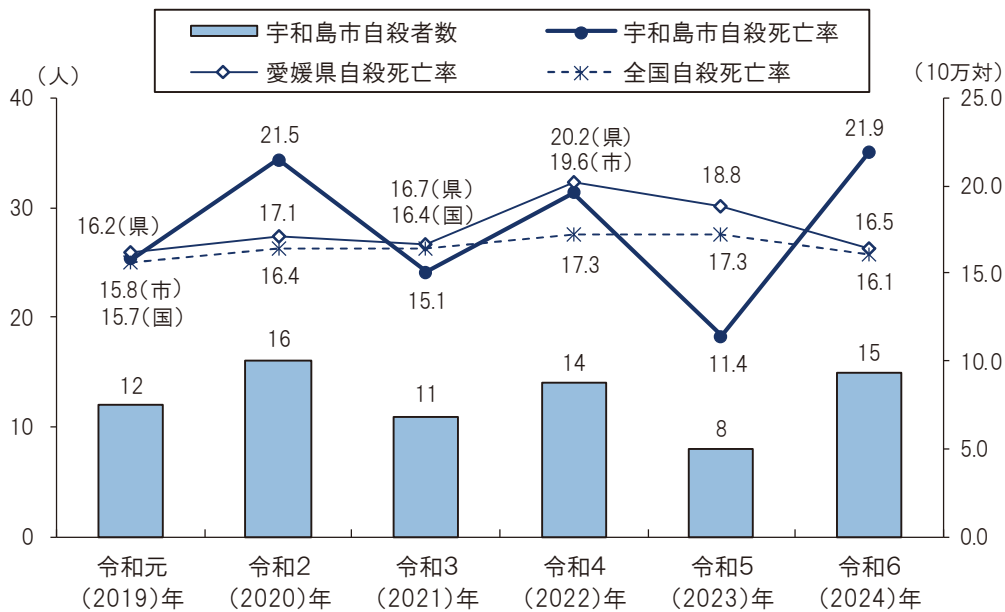
【2】自殺の現状

1 自殺者数

令和元（2019）年から令和6（2024）年までの本市の自殺者数は、年間おおむね15人以下で推移しています。

自殺死亡率※をみると、本市は愛媛県や全国と比べて人口が少ないため、数人の増減で自殺死亡率が大きく変動しています。

【 自殺者数及び自殺死亡率の推移 】

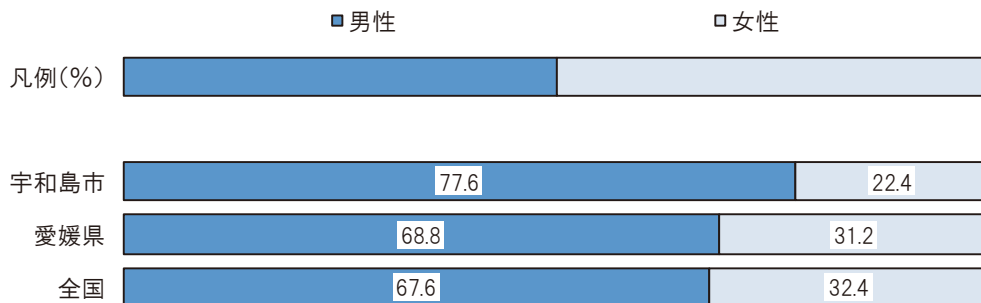


※ 自殺死亡率とは、自殺者数を当該地方公共団体の人口で除して、これを10万人当たりの数値に換算した値のこと。
資料：厚生労働省自殺対策推進室

2 自殺者の性別

本市の自殺者の性別割合をみると、男性が8割近くを占めており、愛媛県や全国の平均を上回っています。

【 自殺者の性別割合 】

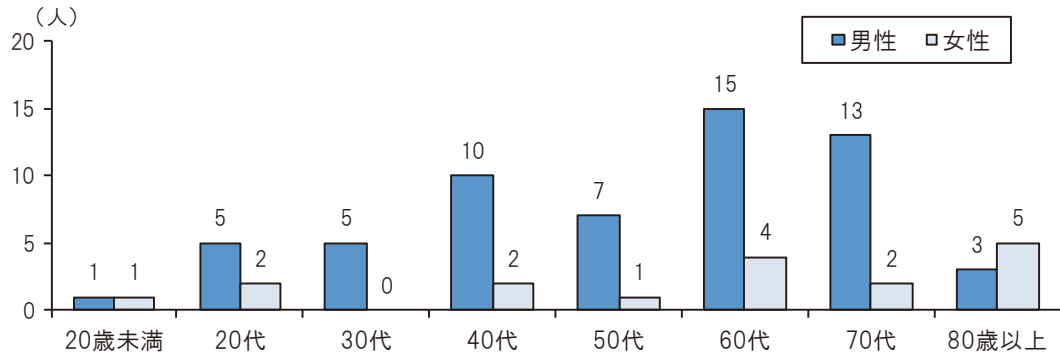


注：令和元（2019）年から令和6（2024）年の合計
資料：厚生労働省自殺対策推進室

3 自殺者の年齢

本市の年齢別自殺者数をみると、特に男性の60～70代で多くなっています。

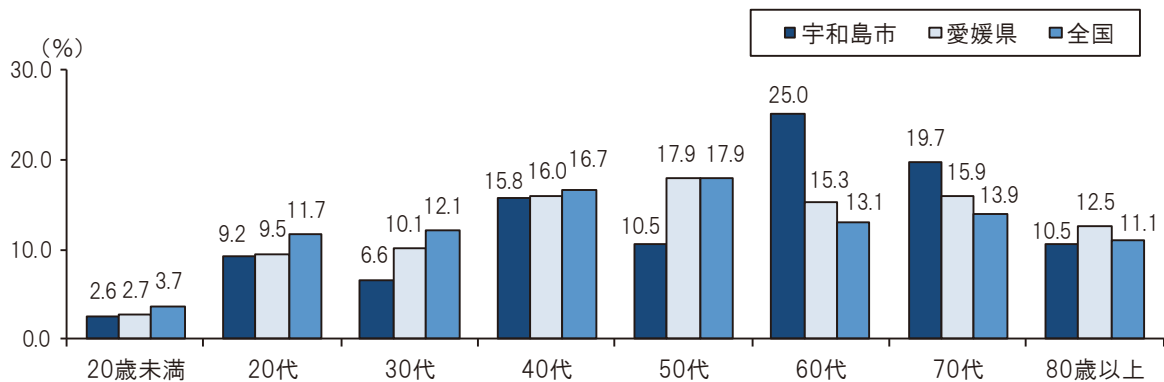
【 年齢別自殺者数 】



注：令和元（2019）年から令和6（2024）年の合計
資料：厚生労働省自殺対策推進室

本市の自殺者の年齢別割合をみると、30代や50代は愛媛県や全国の平均を下回っていますが、60～70代は愛媛県や全国を上回っています。

【 自殺者の年齢別割合 】

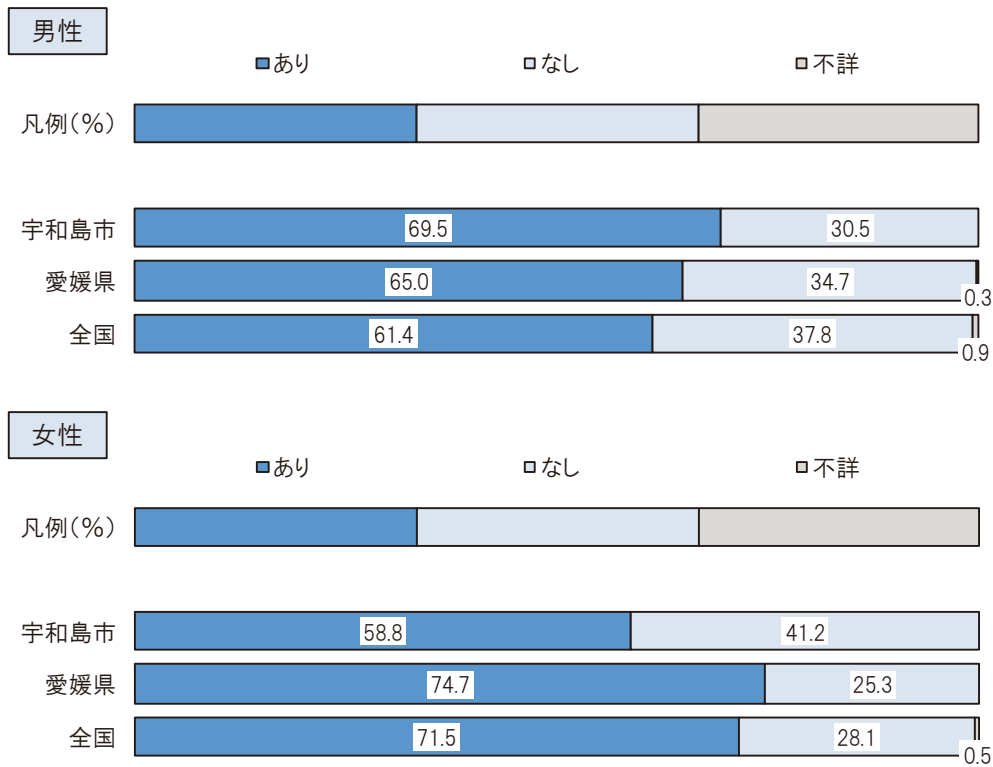


注：令和元（2019）年から令和6（2024）年の合計
資料：厚生労働省自殺対策推進室

4 同居人の有無

自殺者について同居人の有無別で見ると、男性は女性に比べて「あり」の割合が高く、約7割を占めています。一方、女性は「なし」が約4割を占め、愛媛県や全国の平均を上回っています。

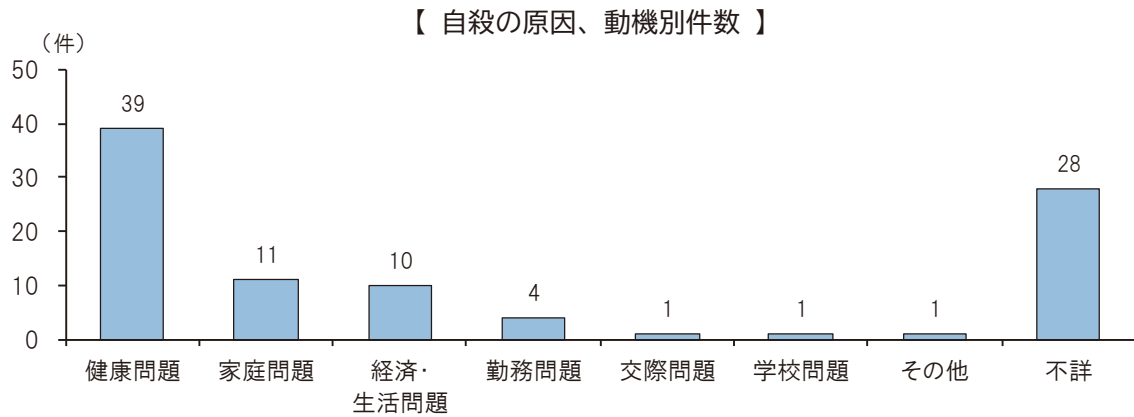
【 同居人の有無合 】



注：令和元（2019）年から令和6（2024）年の合計
資料：厚生労働省自殺対策推進室

5 自殺の原因、動機

本市の自殺の原因、動機については、一人で複数の原因、動機を抱えている場合があり、「不詳」も多くなっています。判明している件数をみると「健康問題」が最も多く、次いで「家庭問題」「経済・生活問題」が続いています。

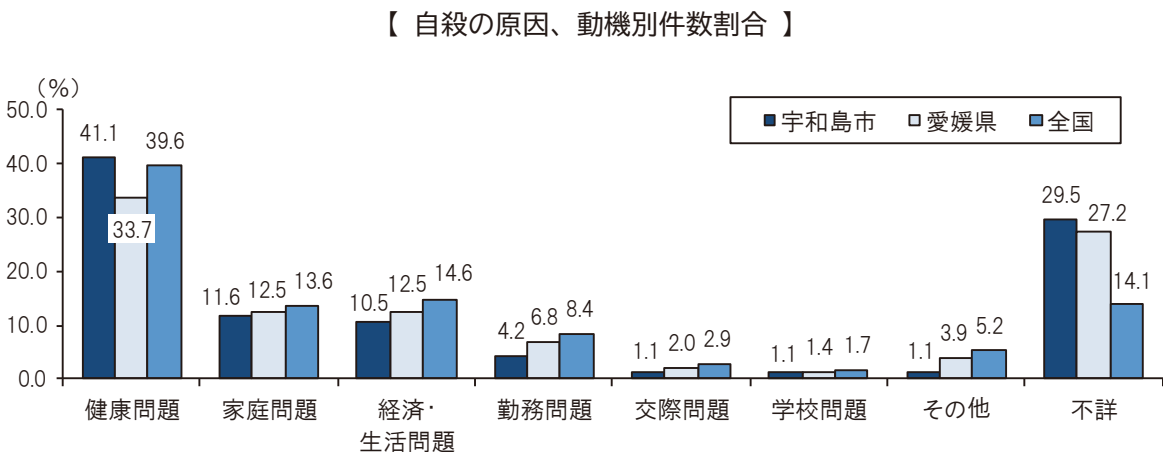


注1：令和元（2019）年から令和6（2024）年の合計

注2：一人で複数の原因、動機を抱えている場合や原因、動機が不明の場合などがあるため、自殺者数の合計と一致しない。

資料：厚生労働省自殺対策推進室

原因、動機別の件数割合をみると、本市では「健康問題」が愛媛県の平均を上回っていますが、「経済・生活問題」「勤務問題」などは愛媛県や全国の平均を下回っています。



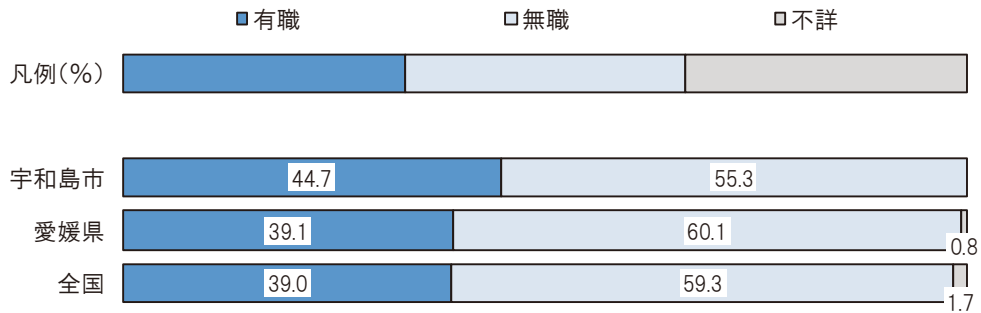
注：令和元（2019）年から令和6（2024）年の合計

資料：厚生労働省自殺対策推進室

6 自殺者の職業

本市の自殺者を職業の有無別で見ると、有職が44.7%、無職が55.3%と、無職の割合が高くなっています。

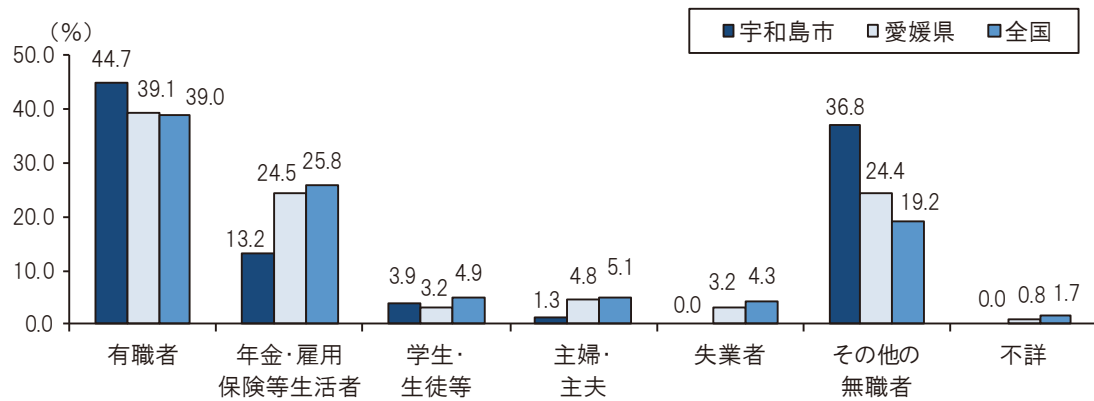
【 職業の有無 】



注：令和元（2019）年から令和6（2024）年の合計
資料：厚生労働省自殺対策推進室

職業別で見ると、本市は「有職者」が愛媛県や全国の平均を上回っていますが、「年金・雇用保険等生活者」は愛媛県や全国を大きく下回っています。

【 自殺者の職業別割合 】

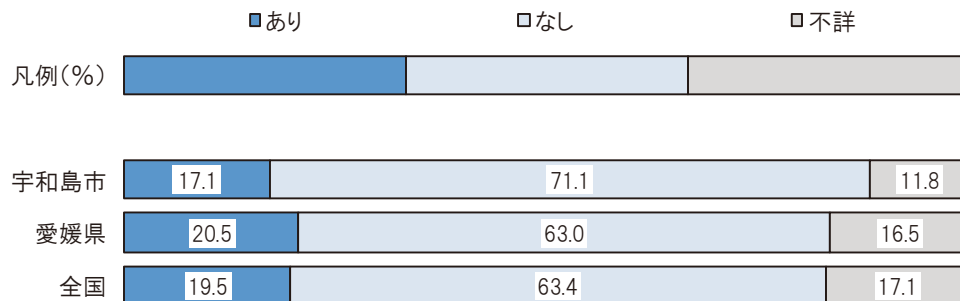


注：令和元（2019）年から令和6（2024）年の合計
資料：厚生労働省自殺対策推進室

7 自殺未遂歴

本市の自殺者の自殺未遂歴は、2割未満（17.1%）となっています。

【 自殺未遂歴 】



注：令和元（2019）年から令和6（2024）年の合計
資料：厚生労働省自殺対策推進室

8 自殺の特徴

「地域自殺実態プロファイル 2024」によると、本市の自殺の特徴は次のとおりです。背景にある主な自殺の危機経路（自殺に至るまでの経路）は、いくつかの要因が重なっていることが多く、原因を一つの要因に特定することは困難ですが、介護疲れや仕事を起因としたものもみられます。

【 主な自殺の特徴 】

上位5区分	自殺者数 (5年計)	割合	自殺死亡率 (10万人対)	背景にある主な自殺の危機経路
男性 60 歳以上無職同居	8人	13.1%	25.5	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
男性 60 歳以上有職同居	7人	11.5%	28.3	①【労働者】身体疾患+介護疲れ→アルコール依存→うつ状態→自殺/②【自営業者】事業不振→借金+介護疲れ→うつ状態→自殺
男性 60 歳以上無職独居	6人	9.8%	72.9	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
女性 60 歳以上無職独居	6人	9.8%	30.3	死別・離別+身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
男性 40～59 歳有職同居	6人	9.8%	18.2	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺

注：令和元（2019）年～令和5（2023）年の合計
資料：地域自殺実態プロファイル 2024

60 歳以上の自殺の内訳をみると、男性では同居人がいる人の方がいない人に比べて、自殺をした割合が高くなっています。

【 60 歳以上の自殺の内訳 】

性別	年齢階級	同居人の有無(人数)		同居人の有無(割合)		全国割合	
		いる	いない	いる	いない	いる	いない
男性	60 代	7 人	5 人	20.0%	14.3%	13.1%	10.2%
	70 代	7 人	4 人	20.0%	11.4%	14.8%	8.8%
	80 歳以上	1 人	1 人	2.9%	2.9%	12.2%	5.4%
女性	60 代	0 人	4 人	0.0%	11.4%	8.2%	2.9%
	70 代	0 人	1 人	0.0%	2.9%	8.9%	4.4%
	80 歳以上	4 人	1 人	11.4%	2.9%	6.8%	4.3%
合 計		35 人		100.0%		100.0%	

注：令和元（2019）年～令和5（2023）年の合計
資料：地域自殺実態プロファイル 2024

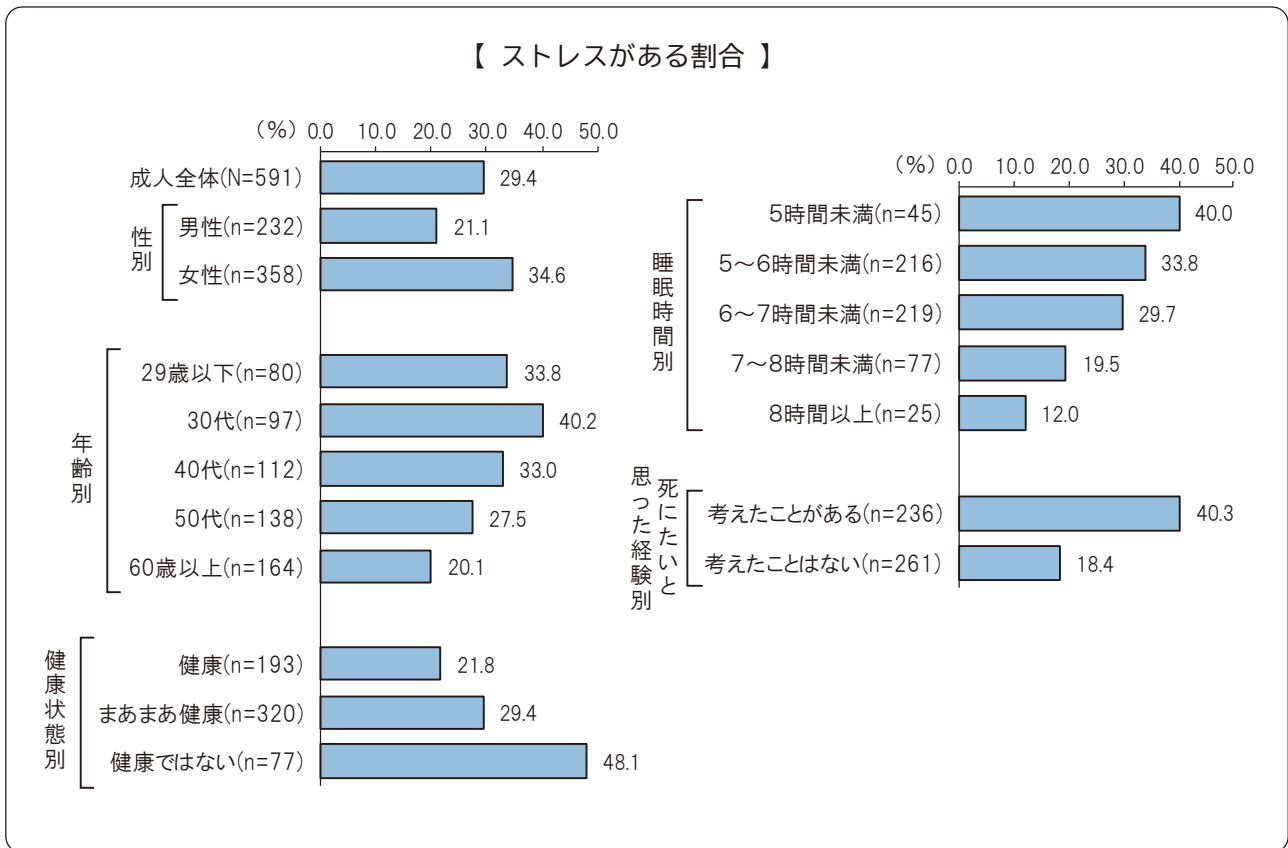
【3】アンケート調査結果の概要

1 市民アンケート調査結果より

本市では、令和6（2024）年8月に、18歳以上の市民を対象とした、健康づくりや食育、休養・こころの健康についてのアンケート調査を実施しました。ここでは、主に自殺対策に関連が深い休養・こころの健康に関する調査結果について、改めてきめ細かく分析を行いました。

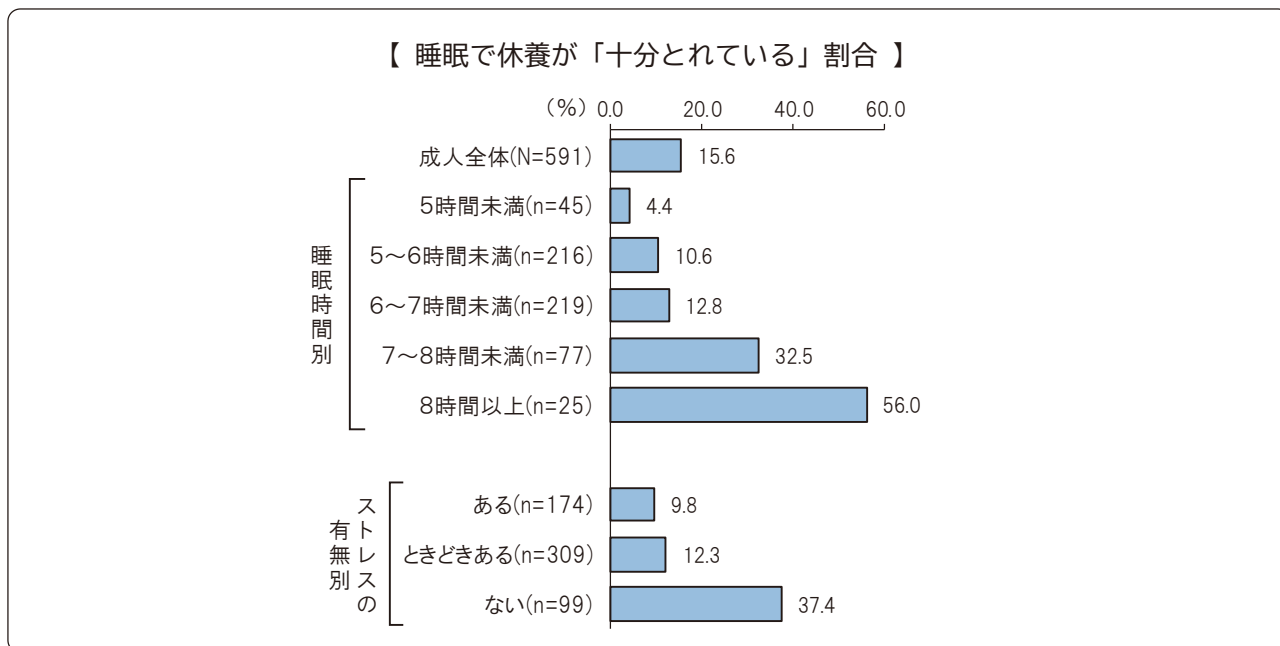
（1）ストレスの有無

- ・ およそ3人に1人（29.4%）が「ストレスがある」と回答しており、性別では女性、年齢では特に30代を中心とする若い年齢層、そして健康状態がよくない人、睡眠時間が短い人ほどストレスを感じる人が多くなっています。また、死にたいと考えたことがある人のストレスがある割合は、考えたことはない人を大きく上回っていることが特徴的です。



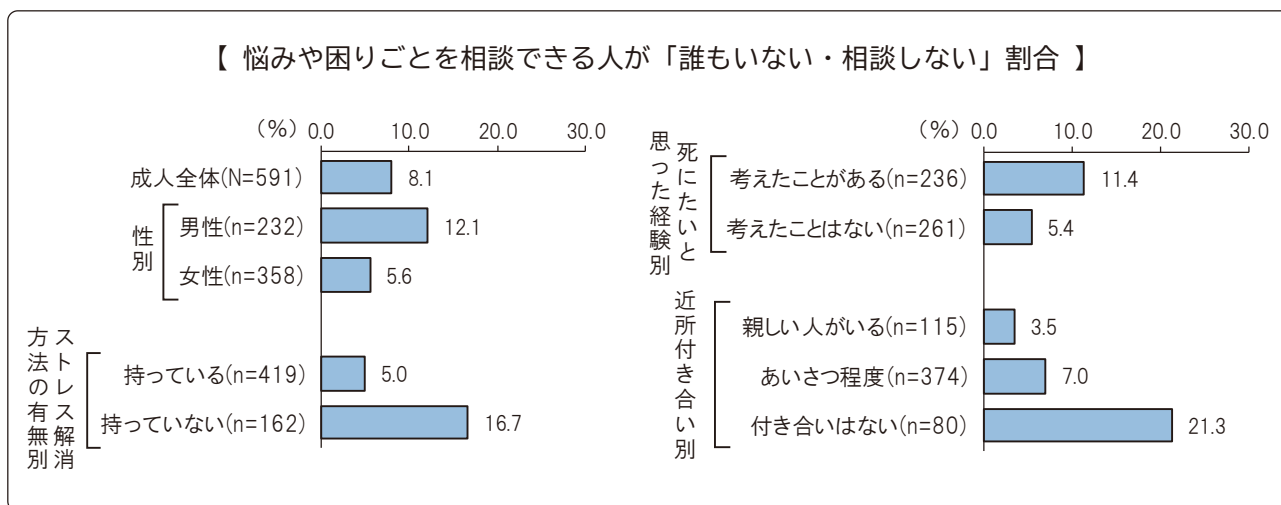
(2) 睡眠による休養のとれ方について

- 睡眠により休養が「十分とれている」人は2割未満（15.6%）ですが、睡眠時間が8時間以上の人では過半数が「十分とれている」と回答しています。一方で、睡眠時間が短くなるほど休養がとれている人の割合は低くなっており、睡眠時間との明確な相関性がうかがえます。また、ストレスがない人ほど休養が「十分とれている」人が多く、ストレスがある人との差も顕著です。

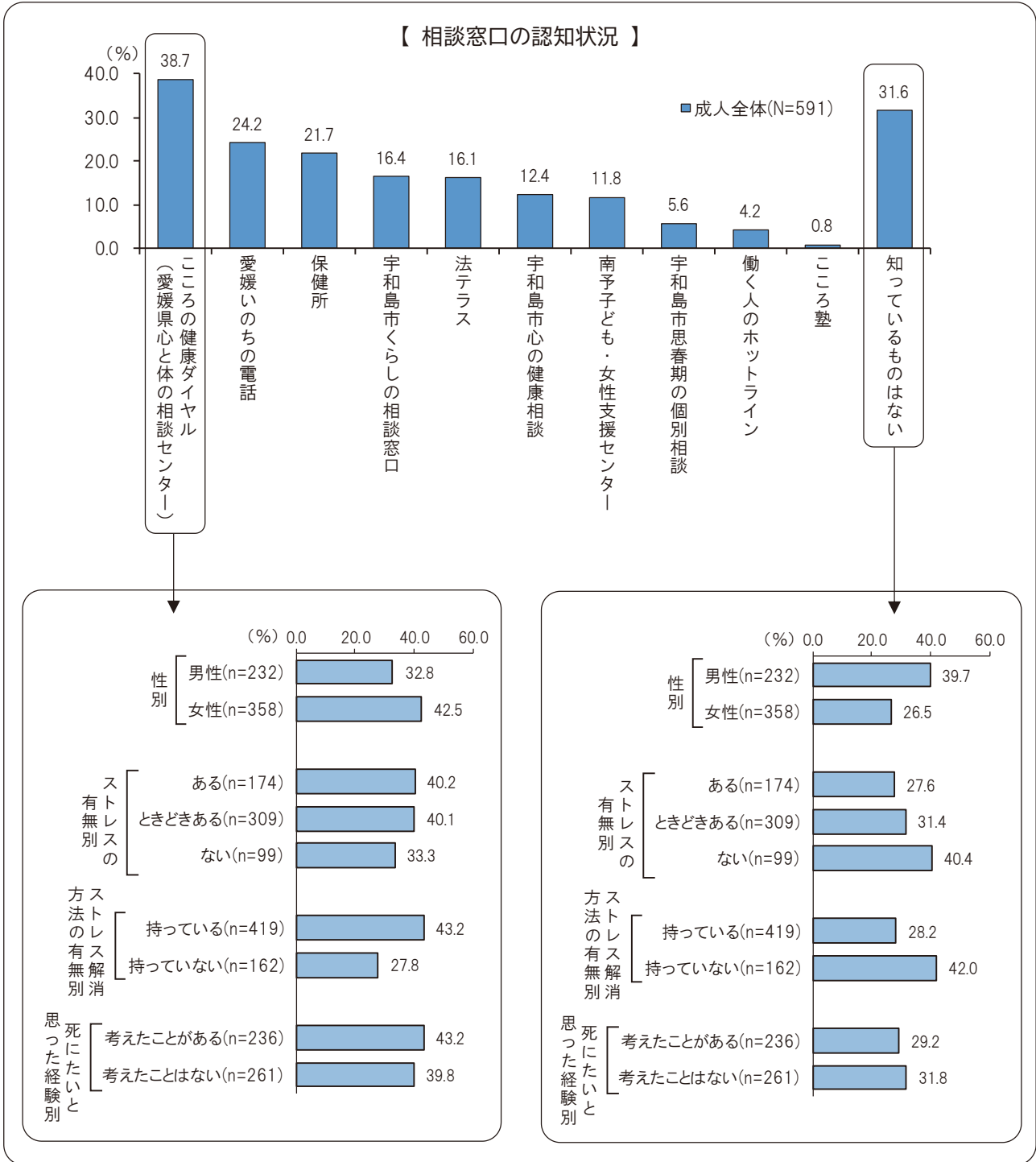


(3) 悩みや困りごとの相談について

- 悩みや困りごとを相談できる人が「誰もいない・相談しない」人は1割未満（8.1%）と少ない状況です。性別では男性、ストレス解消法を持っていない人、死にたいと考えたことがある人、また、近所付き合いが薄い人ほど相談相手がいない人が多い傾向にあります。

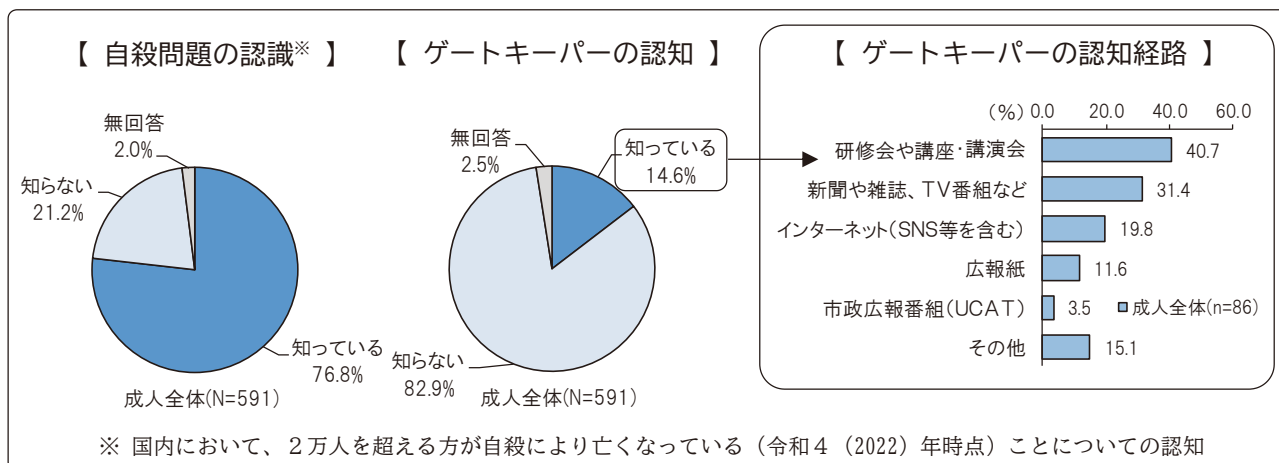


- ・ 相談窓口については、約3割(31.6%)が「知っているものはない」と回答しており、女性に比べ男性で多く、ストレス解消方法を持っていない人ほど多い傾向にあります。一方、相談窓口を知っている人は「こころの健康ダイヤル」の認知率が最も高く、性別では女性に多く、また、ストレスがあり、その解消法を持っている人ほど多い傾向にあります。



(4) 自殺に対する意識や行動について

- 国内では多くの方が自殺により亡くなっていることを「知っている」人は、8割近く(76.8%)を占めていますが、ゲートキーパーの存在を知っている人は1割台(14.6%)と少ない現状です。ゲートキーパーを知っている人は、研修会や講演会での認知をはじめ、マスメディアによる認知が多くなっています。



ゲートキーパーとは

- 悩んでいる人に気付き、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなぎ、見守る人のことです。

【気付き】 家族や仲間の変化に気付いて、声をかける

【声かけ】 「眠れていますか?」「どうしたの?」「なんだか
つらそうだけど、何か力になれることはない?」

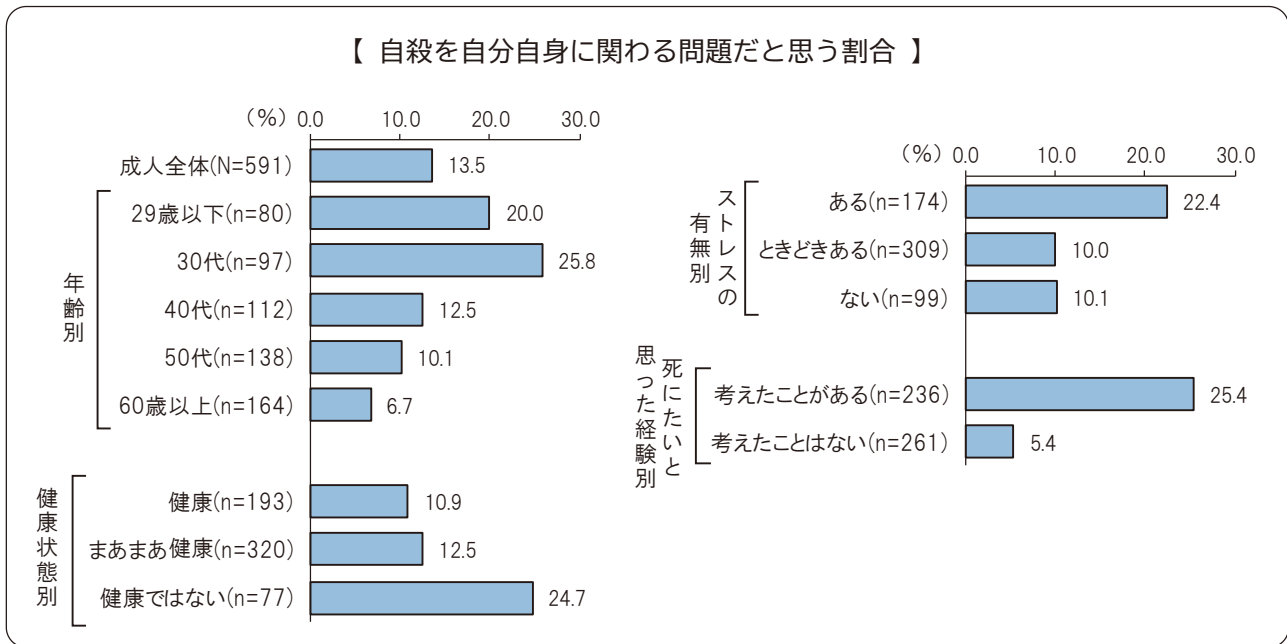
【話を聴く(傾聴)】 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

【つなぐ】 早めに専門家に相談するよう促す

【見守り】 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

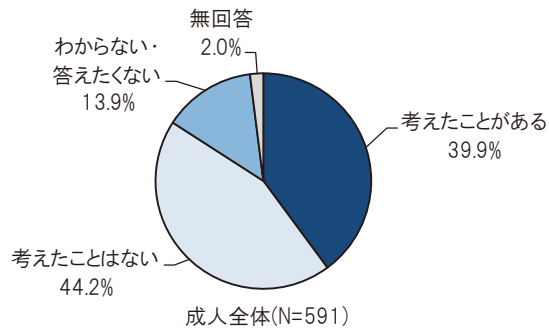


- ・ 自殺を自分自身に関わる問題だと思う人は1割程度（13.5%）ですが、20～30代など若い年齢層ほどその割合が高くなっています。また、健康状態がよくない人やストレスがある人、死にたいと考えたことがある人ほど高い傾向にあります。

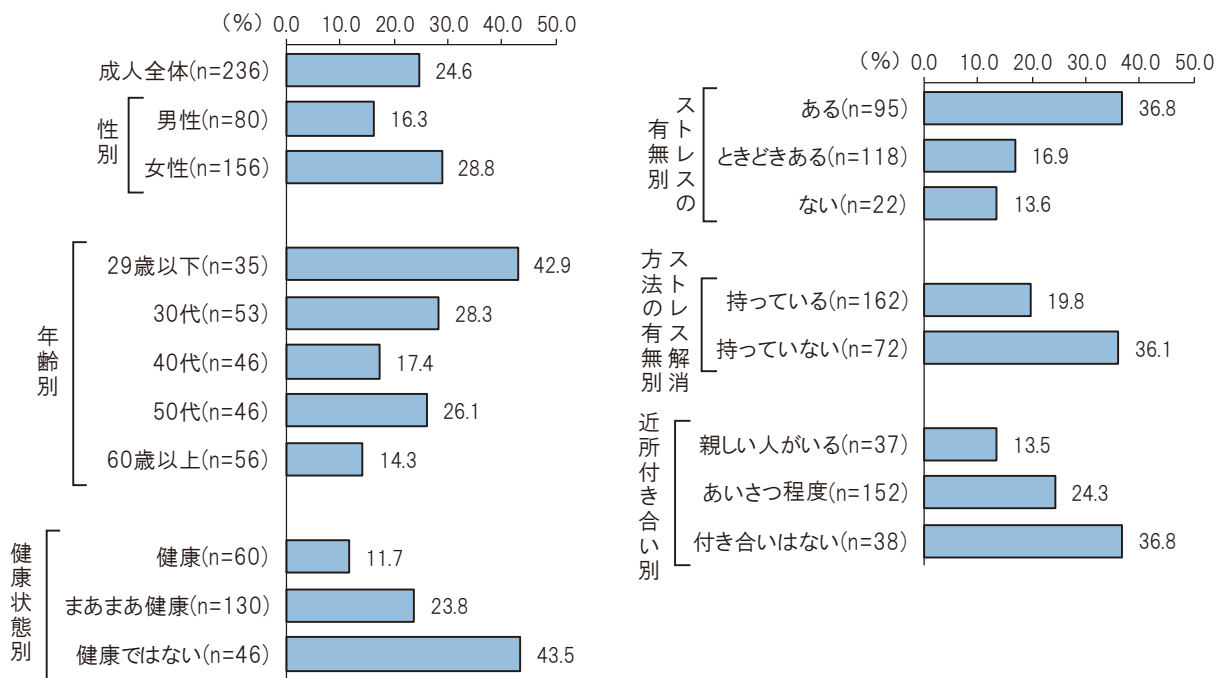


- これまでの人生の中で「死にたい」と思った経験がある人は約4割（39.9%）を占めています。これを最近1年間でみると、性別では女性、年齢ではおおむね若い年齢層ほど、そして健康状態がよくない人やストレスがある人、ストレス解消法をもっていない人、また、近所付き合いが薄い人もその割合が高く、それぞれに相関性がうかがえます。

【 死にたいと思った経験 】

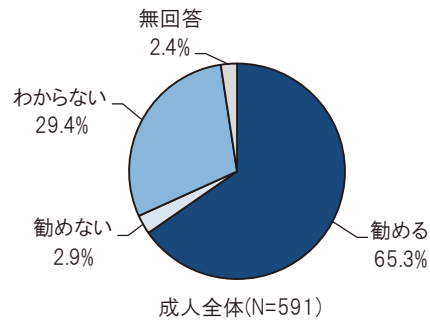


【 「死にたい」と考えたことがある経験（最近1年） 】



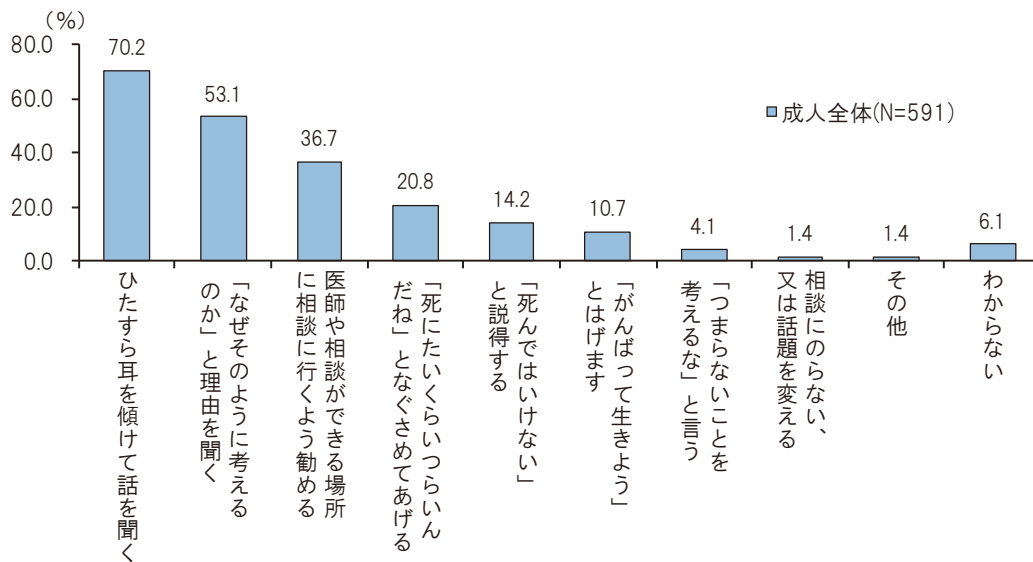
- ・ 家族など身近な人のうつ病のサインに気付いたとき、専門機関への相談を「勧める」人は6割以上（65.3%）を占めていますが、約3割（29.4%）が「わからない」と回答しています。

【 「うつ病のサイン」に気付いたときの専門機関への相談勧奨 】



- ・ 身近な人から「死にたい」と打ち明けられたときの対応としては「ひたすら耳を傾けて話を聞く」「なぜそのように考えるのかと理由を聞く」などが上位に回答され、傾聴を重視していることがうかがえます。

【 死にたいと打ち明けられたときの対応 】



死にたいと打ち明けられたとき

- 真剣に聴き、危険性を確かめ、相談先につなぎ見守りましょう。
- 命の危機に向き合う際の寄り添い方と支援につなぐ手段を知りましょう。

-
- ・ 「死にたい」と打ち明けられたら、話題を避けず真剣に受け止め「良い、悪い」や「正しい、間違い」の判断をせずに丁寧に話を聴きましょう。
 - ・ 「死にたいと思うほどつらかったんだね。話してくれてありがとう」と伝え、ねぎらい、傾聴し、つらさへの対処を一緒に考えてあげましょう。具体的な計画や手段の有無など、今すぐの危険度が高くないかも確認します。
 - ・ 一人で抱え込まず、本人の了承を得て相談窓口や医療機関等につなぎ、可能な範囲で継続して見守りましょう。
 - ・ 「誰にも言わないで」と言われても、約束より命を守ることを優先し、本人の名前を出さずに相談窓口等へ相談してかまいません。

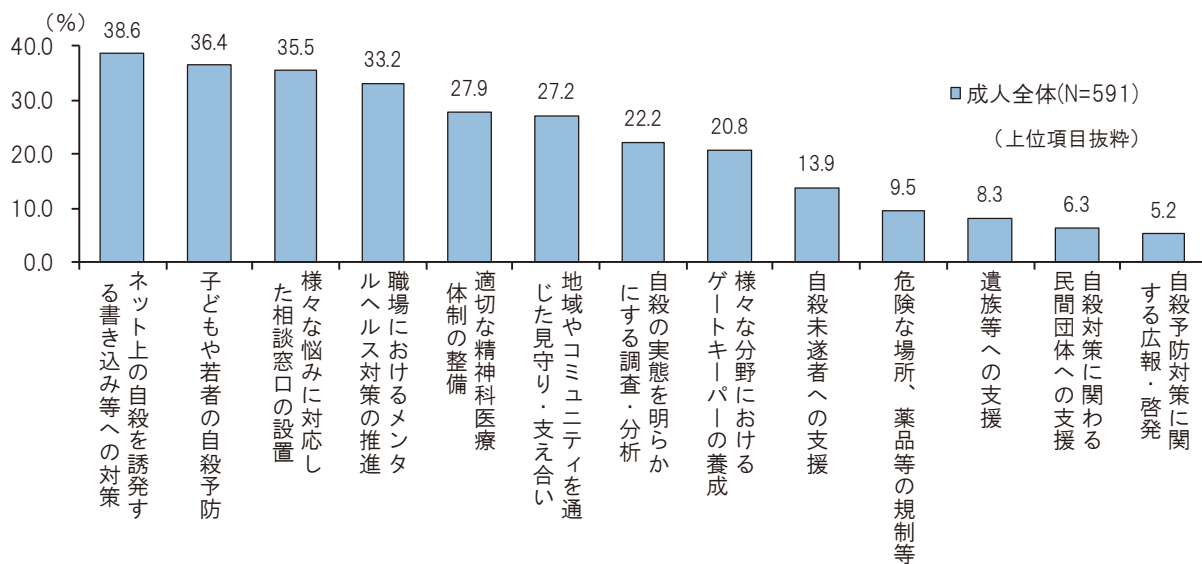


宇和島市ホームページ
「こころの健康相談窓口」

(5) 自殺予防について

- ・ 自殺予防対策として必要だと思うことについては、ネット上の書き込みへの対応をはじめ、子どもや若者の自殺予防、相談窓口の設置や職場におけるメンタルヘルス対策などが求められています。

【 自殺予防対策として必要だと思うこと 】



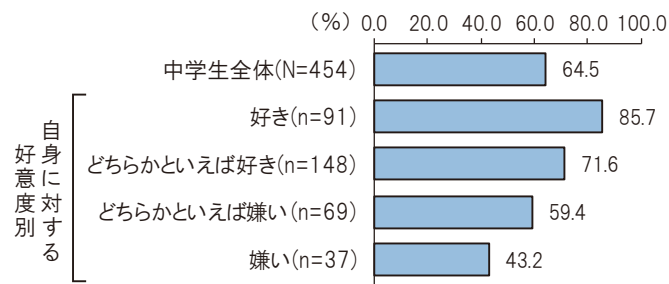
2 中学生アンケート調査結果より

市民アンケート調査に加え、本市では同時期に小学生、中学生、高校生に対するアンケート調査も実施しました。ここでは、その中から思春期に当たる中学生アンケート調査結果に着目し、主に自殺対策に関連が深い休養・こころの健康に関する調査結果について、改めてきめ細かく分析を行いました。

(1) 家族とのあいさつや会話について

- 中学生において、家族とのあいさつや会話を「いつもしている」割合は6割以上(64.5%)を占めていますが、特に自身に対する好意度が高い生徒ほど、あいさつしている割合も高くなっています。

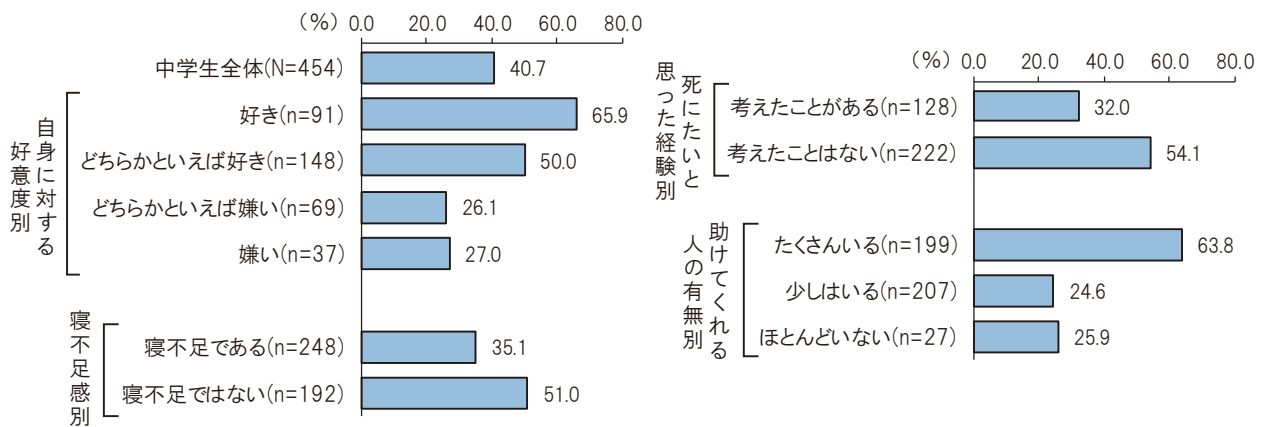
【 家族とあいさつや会話を「いつもしている」割合 】



(2) 学校生活の楽しさ

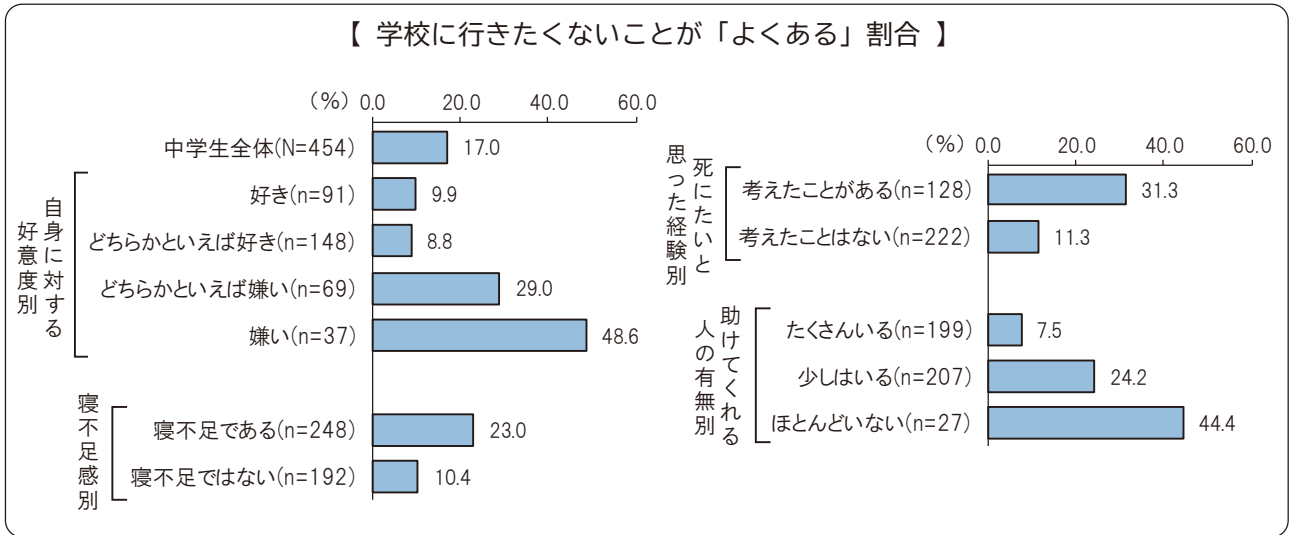
- 中学生において、学校生活を「とても楽しい」と感じる割合は約4割(40.7%)ですが、自身に対する好意度が高い生徒や寝不足ではない生徒、死にたいと考えたことはない生徒、そして、助けてくれる人がたくさんいる生徒ほど、楽しさを感じている割合も高くなっています。

【 学校生活が「とても楽しい」割合 】



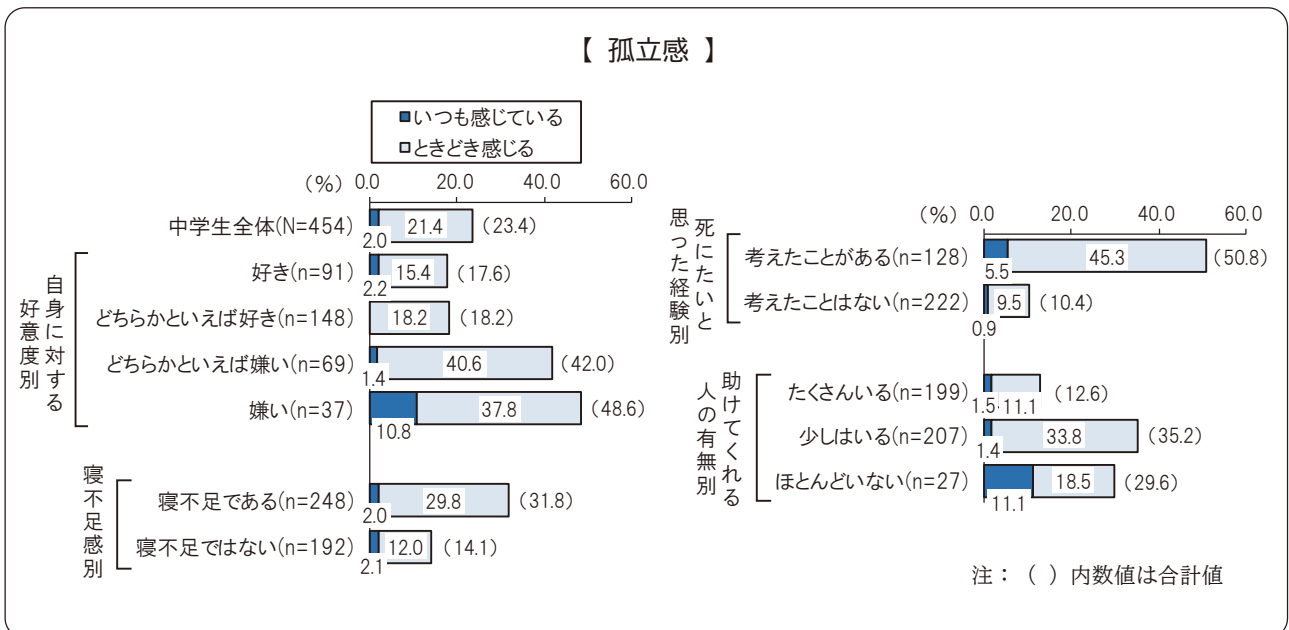
(3) 学校に行きたくないこと

- 一方で、学校に行きたくないことが「よくある」割合は2割未満（17.0％）ですが、自身に対する好意度が低い（自分自身を嫌いと思う）生徒や寝不足ぎみの生徒、死にたいと考えたことがある生徒、そして、助けてくれる人がほとんどいない生徒ほど、学校に行きたくないと感じている割合も高い傾向にあります。楽しいと感じる生徒とおおむね逆の傾向にあることが分かります。



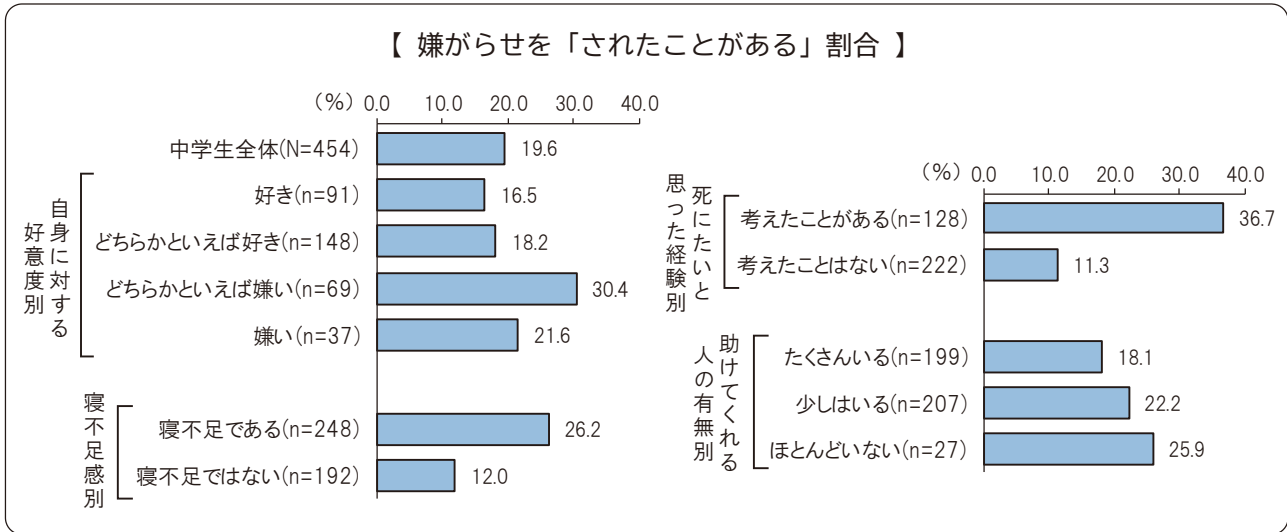
(4) 孤立感

- 孤立を感じている生徒は2割程度（23.4％）みられます。自身に対する好意度が低い生徒や寝不足ぎみの生徒、死にたいと考えたことがある生徒、そして、助けてくれる人がいない生徒ほど、孤立を感じている割合も高い傾向にあります。学校に行きたくない生徒と同じ傾向を示しています。



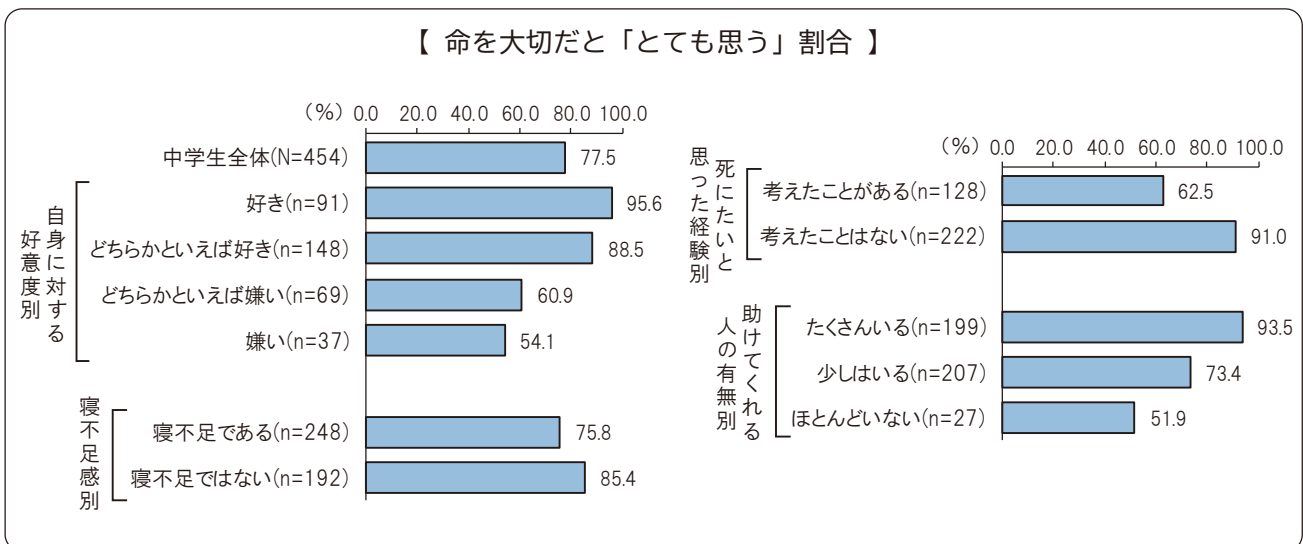
(5) 嫌がらせを受けた経験

- 嫌がらせを「されたことがある」生徒は2割程度（19.6%）みられます。自身に対する好意度が低い生徒や寝不足ぎみの生徒、死にたいと考えたことがある生徒、そして、助けてくれる人がいない生徒ほど、その割合も高い傾向にあります。学校に行きたくないと考えることや孤立を感じている生徒と同じ傾向を示しています。



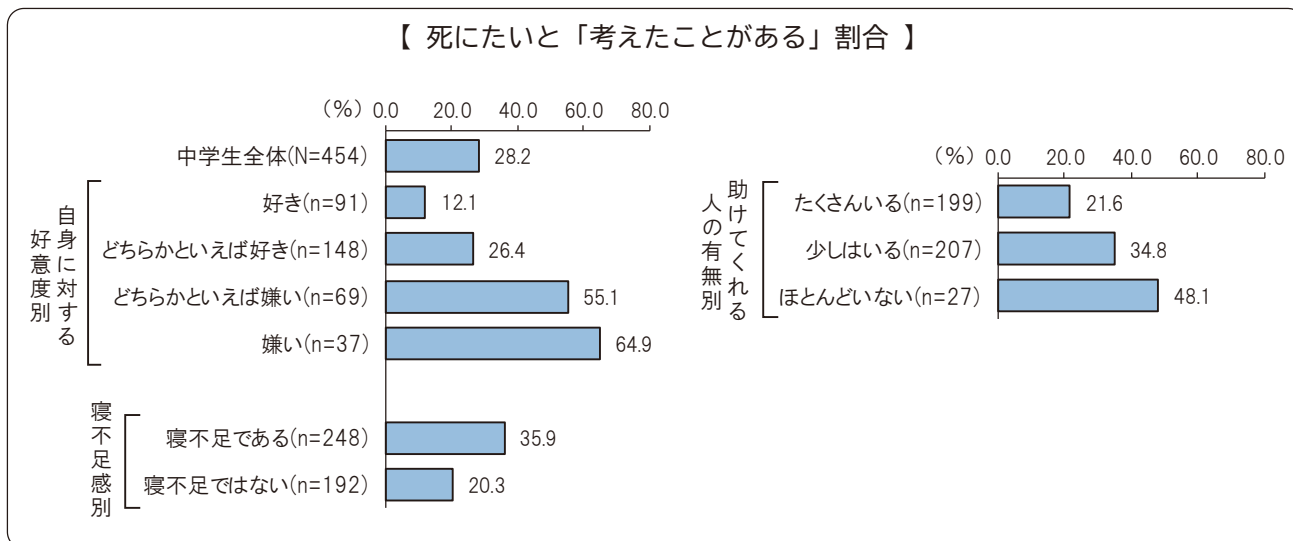
(6) 命を大切だと思うことについて

- 命を大切だと「とても思う」割合は8割近く（77.5%）と高い割合を示しています。特に自身に対する好意度が高い生徒や寝不足ではない生徒、死にたいと考えたことがない生徒、そして、助けてくれる人がたくさんいる生徒ほど、その割合も高い傾向にあります。学校生活を「とても楽しい」と感じる生徒と同じ傾向を示しています。



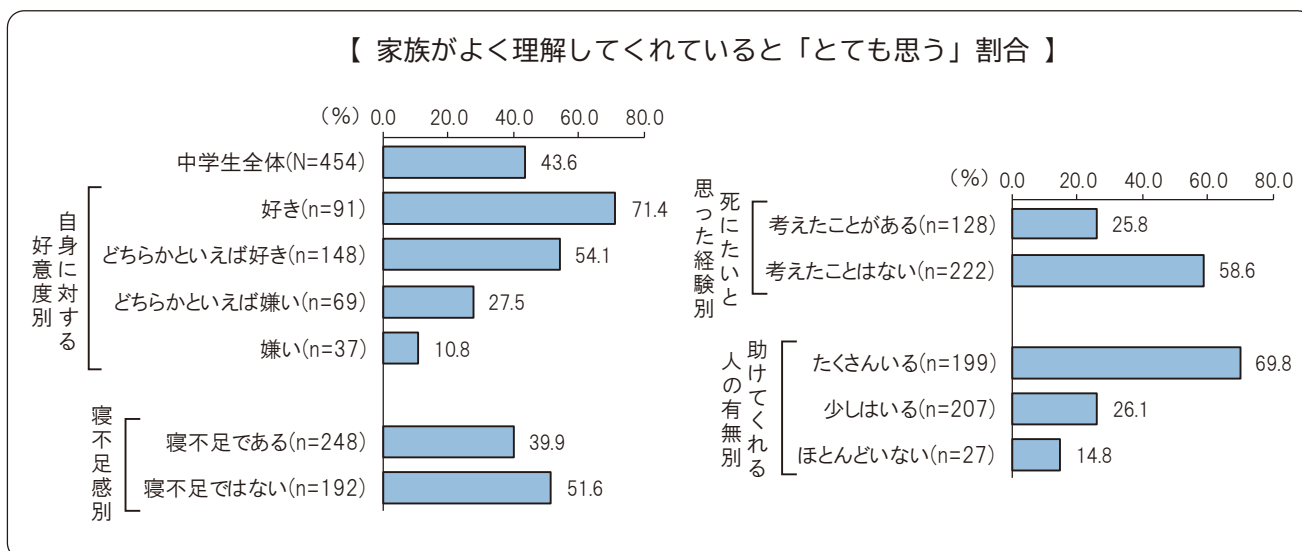
(7) 自殺について

- ・ これまでの人生の中で「死にたい」と思った経験がある生徒は約3割（28.2%）みられます。自身に対する好意度が低い生徒や寝不足ぎみの生徒、助けてくれる人がいない生徒ほど、その割合も高い傾向にあります。

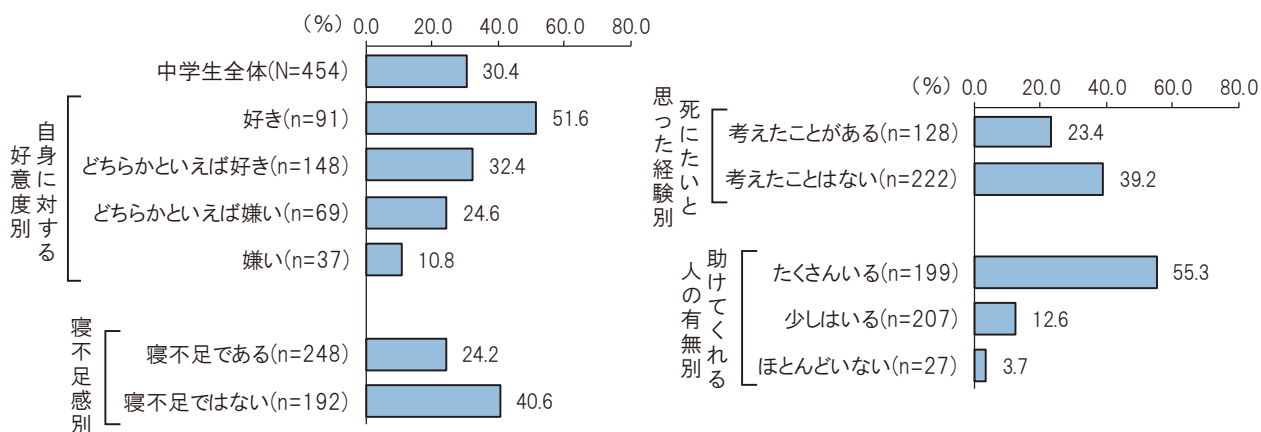


(8) 家族や担任の先生の理解について

- ・ 家族がよく理解してくれていると「とても思う」割合は4割台（43.6%）、担任の先生では約3割（30.4%）となっています。特に自身に対する好意度が高い生徒や寝不足ではない生徒、死にたいと考えたことがない生徒、そして、助けてくれる人がたくさんいる生徒ほど、その割合も高い傾向にあります。



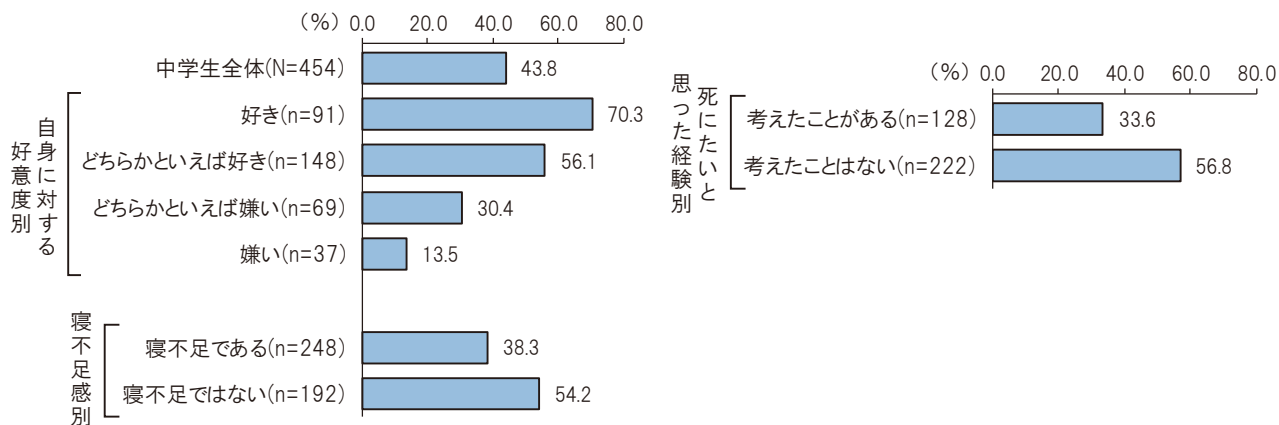
【 担任の先生がよく理解してくれていると「とても思う」割合 】



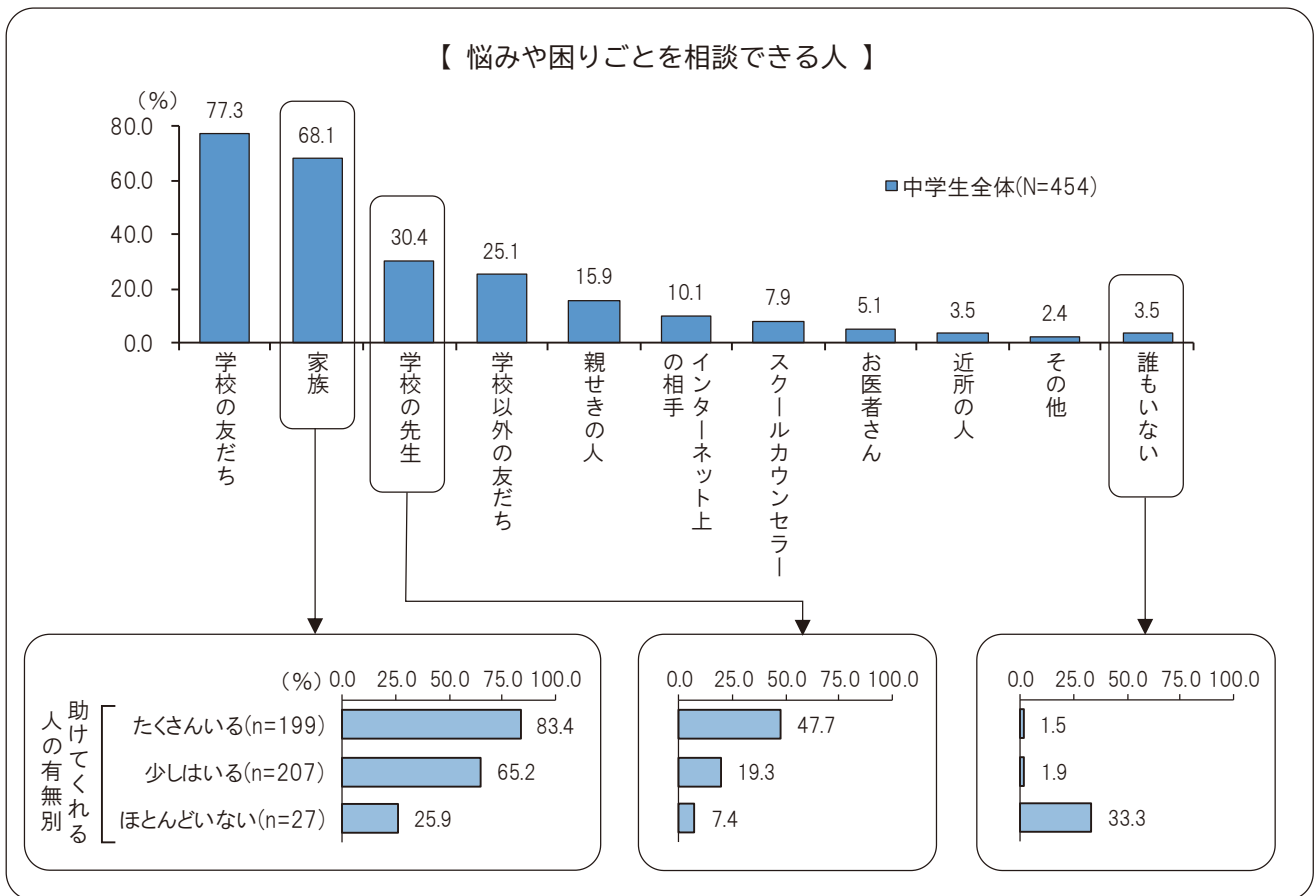
(9) 困ったときに助けてくれる人のことについて

- 困ったときに助けてくれる人が「たくさんいる」割合は4割台（43.8%）となっています。特に自身に対する好意度が高い生徒や寝不足ではない生徒、死にたいと考えたことがない生徒ほど、その割合も高い傾向にあります。

【 困ったときに助けてくれる人が「たくさんいる」割合 】



- ・ 悩みや困りごとを相談できる人については「学校の友だち」が8割近く（77.3%）と最も多く、次いで「家族」「学校の先生」が続いており、「誰もいない」は僅かとなっています。



SOSの出し方、受け止め方に関する教育

○ SOSの出し方に関する教育とは

- ・ 「死にたい」との訴えや悩みを抱え込まずに、信頼できる人に相談していこうと促す教育、啓発のことです。「死にたい」とまでの思いはなくても、学校生活に意欲がわかない、体の調子が悪い、人間関係がうまくいかずに落ち込んでいるなど、子どもが不安定な状態にあるとき、「一人で抱え込まずに相談しよう」「周りの人の力も借りながら一緒に考えていこう」と伝えることが、SOSの出し方に関する教育の重要な部分です。さらに、友人から相談を受けた際にどのような反応をすればよいのかを考えることも大切です。

○ SOSを受け止めるには

- ・ 子どもの小さなSOSをキャッチしようとする関わりが、子どもにとって「自分を見てくれている」というメッセージになります。
- ・ 子どもの小さなSOSをキャッチしようとする関わりによって、SOSを出そう、相談しようと思う態度が高められ、SOSを出しやすくなります。



第3章 前期計画の取組の成果と課題

【1】数値目標の達成状況

前期計画においては、自殺対策に関連する44項目にわたる数値目標を設定しました。目標に対する達成状況は次のとおりです。

【基本施策】

施策	評価項目	策定時	目標	評価		担当課
		平成30 (2018)年度	令和5 (2023)年度 まで	令和6 (2024)年度	達成 状況	
1 地域におけるネットワークの強化	① 宇和島市自殺対策連絡会実施回数	1回 (令和元年度)	年1回以上	1回	達成	保険健康課
	② 学校保健委員会実施回数	小学校 27/28校中	増加	27/27校中	達成	学校教育課
		中学校 6/6校中	現状維持	6/6校中	達成	
	③ 地域ケア(多職種)会議実施回数	45回	現状維持	39回	未達成	高齢者福祉課
	④ 地域自立支援協議会実施回数	1回	現状維持	2回	達成	福祉課
	⑤ 高齢者見守りネットワーク(だんだんネット)登録者数	21人	増加	4人	未達成	高齢者福祉課
⑥ 要保護児童対策地域協議会(実務者会議)	3回	現状維持	3回	達成	こども家庭課	
2 自殺対策を支える人材の育成	① 関係職種対象研修会実施回数	0回	年1回以上	6回	達成	
	② 関係職種対象研修会参加人数	0人	—	151人	—	
3 住民への啓発と周知	① 市民向けゲートキーパー研修会実施回数	0回	年1回以上	10回	達成	保険健康課
	② 市民向けゲートキーパー研修会参加人数	0人	—	234人	—	
	③ 心の健康づくり健康教育実施回数	地区での健康教育 34回	増加	28回	未達成	
小学校出前講座 5回		増加	5回	達成		
	精神障害者の 家族対象の教育 2回	増加	4回	達成		

施策	評価項目	策定時	目標	評価		担当課
		平成 30 (2018)年度	令和5 (2023)年度 まで	令和6 (2024)年度	達成 状況	
4 生きることの 促進要因への 支援	① 自殺死亡率	18.2 (H25~29 平均)	13.0 (30%以上減少)	16.7 (H31~R5 平均)	未達成	保険健康課
	② 認知症カフェ実施 回数	12 回	現状維持	12 回	達成	高齢者福祉課
	③ 家族のつどい実施 回数	12 回	現状維持	23 回	達成	
	④ 家族介護教室実施 回数	1 回	現状維持	2 回	達成	
	⑤ 介護予防普及啓発 事業実施回数	2,607 回	現状維持	4,172 回	達成	保険健康課
	⑥ 思春期の子を持つ親 のつどい実施回数	5 回 (令和元年度)	現状維持	休止中	—	
	⑦ 精神保健に関する 対応数	訪問 実 93 人 延 288 人	増加	実 63 人 延 108 人	—	
		来所相談 実 97 人 延 242 人	増加	実 103 人 延 232 人	—	
		電話相談 延 305 人	増加	延 602 人	—	
	【再掲】 ⑧ 自殺未遂者等自殺関 連についての対応数	訪問 延 13 人	増加	延 17 人	—	
来所相談 延 6 人		増加	延 15 人	—		
電話相談 延 9 人		増加	延 12 人	—		
5 児童・生徒 のSOSの 出し方・受 け止め方 に関する教 育	SOS出し方・受け止め方 教育を実施している学校 数	小学校 28/28 校中	現状維持	27/27 校中	達成	学校教育課
		中学校 6/6 校中	現状維持	6/6 校中	達成	保険健康課
		高校 6/6 校中 (18才・心とカラダ のサポート講座)	現状維持	6/6 校中	達成	

【 重点施策 】

施策	評価項目	策定時	目標	評価		担当課
		平成 30 (2018)年度	令和5 (2023)年度 まで	令和6 (2024)年度	達成 状況	
1 高齢者への 支援	① 元気づくりサポーター 数	95 人	増加	224 人	達成	高齢者福祉課
	② 認知症サポーター数	9,900 人	増加	13,374 人	達成	
	③ 認知症サポーター 養成講座実施回数	21 回	現状維持	20 回	達成	
	④ 認知症サポーター 養成講座受講者数	432 人	増加	447 人	達成	
	⑤ 認知症キャラバン・メ イト連絡会実施回数	1 回	現状維持	1 回	達成	
	⑥ 認知症キャラバン・メ イト数	157 人	増加	125 人	未達成	
	⑦ 介護予防ボランティア 育成事業ボランティア 数	326 人	増加	441 人	達成	
	⑧ 高齢者虐待防止ネッ トワーク推進事業登録 事業所	5 か所	増加	—	—	
2 従業員や経営 者への支援	産業分野への心の相談 窓口周知回数	0 回	5 回以上	11 回	達成	保険健康課
3 生活困窮者 への支援	① 暮らしの相談窓口相談 件数(延べ)	281 件	—	609 件	—	福祉課
	② 生活保護相談件数	214 件	—	301 件	—	保護課
4 子どもや若者 への支援	① 思春期の個別相談数	実 26 人 延 59 人	増加	実 20 人 延 28 人	—	保険健康課
	② 思春期(高校)を対 象とする健康教育実 施回数	思春期保健講座 4 回	現状維持	5 回	達成	
		18 歳.心とカラダ のサポート講座 6 回	現状維持	6 回	達成	
5 被災者への 支援	① こころの保健室相談 数(吉田支所)	延 25 人	—	—	—	保険健康課
	② 被災者支援者研修会 実施回数	1 回 (令和元年度)	1 回	0 回*	達成	
	③ 被災者(市民)に対す る講演会実施回数	1 回	1 回	1 回	達成	

※ 令和 5 (2023) 年度まで実施

【2】前期計画の主な取組状況と課題

本市では、前期計画に基づいて実行している施策や事業について、その進捗状況を整理し、点検を行うことによって課題を抽出し、今後の取組に反映させることとしています。ここでは、これまでの事業の取組状況を踏まえた今後の課題の要点を整理しました。

基本施策1	地域におけるネットワークの強化
-------	-----------------

【これまでの主な取組内容】

取組	具体的取組内容
① 地域における連携・ネットワークの強化	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自殺対策を推進する中核組織における協議、計画の進捗状況の確認と評価 ・ 「地域福祉計画」「健康づくり計画」「障がい者計画等」「高齢者福祉計画・介護保険事業計画」等の策定、推進 ・ 学校における様々な健康づくりに対する取組の実施、養護教諭等との連携の強化 ・ 保健、医療、介護、福祉を切れ目なく受けることができる体制の整備、地域課題の解決に向けた方策の検討、庁内連携の強化
② 特定の問題に対する連携・ネットワークの強化	<ul style="list-style-type: none"> ・ 多量飲酒者への支援、支援者に対する研修への参加の促進 ・ ゲートキーパー講座の開催 ・ 虐待防止や早期発見に向けた、高齢者や養護者への支援、関係機関との連携体制の強化 ・ いじめの実態、防止等のための取組についての協議 ・ スクールソーシャルワーカー等による児童・生徒や保護者等の相談への対応 ・ 関係機関と連携したひきこもり者の自立や社会参加に向けた本人と家族への支援

【これまでの取組状況を踏まえた今後の主な課題】

- こころの健康づくりの推進に向け、本市の関連計画と連携して施策を推進するとともに、連携の強化に取り組む必要があります。

基本施策2	自殺対策を支える人材の育成
-------	---------------

【 これまでの主な取組内容 】

取組	具体的取組内容
① 関係職種を対象とする研修の実施	・ 市職員や関係職種等を対象とした自殺予防に関する研修会やゲートキーパー研修会の実施
② ゲートキーパーの育成	・ 民生委員等を対象としたゲートキーパー研修会の実施

【 これまでの取組状況を踏まえた今後の主な課題 】

- 関係機関と連携し、支援者への学びの場を充実し、適切な対応を促進する必要があります。

基本施策3	住民への啓発と周知
-------	-----------

【 これまでの主な取組内容 】

取組	具体的取組内容
① 広報媒体を活用した啓発	・ 市の広報紙やリーフレット、パネル展示等を活用した自殺予防に関する正しい知識の啓発
② 市民向け講演会等の健康教育の開催	・ 心の健康づくりに関する正しい知識の普及や心の病気の予防と心の健康増進に向けた健康教育、出前講座等の開催
③ 心の健康づくりに関する相談窓口の周知	・ 各種相談窓口における啓発ちらし等の配布、各種機関と連携した周知、啓発

【 これまでの取組状況を踏まえた今後の主な課題 】

- 相談窓口を掲載した啓発ちらしの更なる活用に向けて、より効果的な配布場所や活用を検討する必要があります。

基本施策 4 生きることの促進要因への支援

【 これまでの主な取組内容 】

取組	具体的取組内容
① 居場所づくり活動	<ul style="list-style-type: none"> ・ 認知症の人やその家族、認知症に関心を持つ住民が気軽に集まり、気分転換や情報交換ができる認知症カフェの開催 ・ 要支援者等高齢者への介護予防、生活支援サービスの提供 ・ 介護者が悩みを共有し、情報交換できる家族のつどい、家族介護教室の開催 ・ 老人クラブや「うわじまガイヤ健康体操協力団体」「生き生き教室」の支援、関係団体への出前講座の開催、介護予防事業の支援のつなぎ等 ・ 「こども支援教室わかたけ」での様々な困難を抱える児童・生徒への支援、教育相談の実施
② 自殺未遂者や遺された人への支援	<ul style="list-style-type: none"> ・ 宇和島保健所や関係機関と連携した対応、支援 ・ 関係機関と連携した訪問や相談等を通じた不安やうつ状態の把握、支援

【 これまでの取組状況を踏まえた今後の主な課題 】

- 自殺死亡率の低減に向け、保健所や関係機関と連携した支援を行うとともに、より効果的な取組を検討する必要があります。

基本施策 5 児童・生徒のSOSの出し方・受け止め方に関する教育

【 これまでの主な取組内容 】

取組	具体的取組内容
① SOSの出し方・受け止め方教育の実施と周知	<ul style="list-style-type: none"> ・ 児童・生徒を対象とした出前講座「SOSの出し方教育」の開催 ・ 教職員を対象とした「SOSの受け止め方教育」の開催
② 小中学校、高等学校との連携強化	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「18才.心とカラダのサポート講座」や思春期保健講座の開催、リーフレット配布等、小学生や中学生、高校生を対象とした心の健康教育の実施

【 これまでの取組状況を踏まえた今後の主な課題 】

- SOSの出し方や受け止め方について、出前講座の実施等により、理解を深めることが必要です。

【 これまでの主な取組内容 】

取組	具体的取組内容
① 包括的な支援のための連携を推進	<ul style="list-style-type: none"> ・ 関係機関との連携の強化や地域ケア会議等を通じた包括的な支援体制の整備 ・ 「地方版孤独・孤立対策官民連携プラットフォーム推進事業」として、NPO団体と連携し、食支援を通じて試行的事業「孤独孤立対策」の実施
② 要介護者や介護問題を抱える家族の支援	<ul style="list-style-type: none"> ・ 警察や関係機関と連携した虐待防止や早期発見、対応 ・ 家族のつどいや家族介護教室の後方支援、ゲートキーパー研修会等の実施、施設ボラやちよこボラのPR ・ 認知症サポーター養成講座開催、チームオレンジの設立等、認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けられるための支援 ・ 要支援者等高齢者への介護予防、生活支援サービスの提供
③ 高齢者の健康や生活不安に対する支援	<ul style="list-style-type: none"> ・ 重層的支援体制整備事業や各種相談会等の実施による関係機関と連携した高齢者の心身の健康等に対する相談、支援
④ さまざまな関係機関との連携による孤独・孤立の予防	<ul style="list-style-type: none"> ・ 一人暮らしや認知症高齢者などの登録者を対象とした、民生委員による訪問活動やだんだんネットによる見守り活動 ・ 老人クラブの活動への支援、うわじまガイヤ健康体操協力団体の普及、生き活き教室の充実、関係機関と連携した高齢者への支援

【 これまでの取組状況を踏まえた今後の主な課題 】

- 孤立、孤独を抱える対象者の抽出や食の支援をきっかけとした関係性の構築から、誰一人取り残さない支援につなぐとともに、重層的支援体制整備事業や庁内関係課と連携して、実施体制の強化に努める必要があります。また、複雑化、複合化する生活課題については、他機関との情報の共有や連携による支援体制を整備し、個人の意志を尊重しながら支援することが必要です。

重点施策 2 従業員や経営者への支援

【 これまでの主な取組内容 】

取組	具体的取組内容
① 関係機関への心の相談窓口の周知	・ 産業保健センターや商工会議所、健康づくり協定金融機関と連携した心の相談窓口等の周知、啓発

【 これまでの取組状況を踏まえた今後の主な課題 】

- 多様な機関と連携し、企業の経営者や従業員に対する自殺予防対策の継続的な周知、啓発に取り組む必要があります。

重点施策 3 生活困窮者への支援

【 これまでの主な取組内容 】

取組	具体的取組内容
① 生活困窮を抱えたハイリスク者に対する個別支援	・ 相談窓口における早期発見 ・ 関係機関と連携した早期対応の実施 ・ アウトリーチによる適切な相談支援につなぐための取組 ・ 生活に関する各種相談の実施
② 就労支援	・ ハローワーク等の窓口と連携した就労支援の実施 ・ 被保護者就労支援事業の実施

【 これまでの取組状況を踏まえた今後の主な課題 】

- 制度のはざまの対象者や生活困窮が表面化していない世帯など、支援が必要だが行き届いていない世帯に対するアプローチ方法を検討し、問題の重症化を防ぐための体制の強化が必要です。

【 これまでの主な取組内容 】

取組	具体的取組内容
① SOSの出し方、受け止め方、いのちの大切さ教育及び自尊心アップの推進	<ul style="list-style-type: none"> ・ 各種講座の開催やプレコンセプションケアの周知活動等を通して、心の健康づくりや病気の早期発見の必要性、また、自殺の問題や自己肯定感、SOSを出すことの必要性とその対応についての啓発 ・ スクールソーシャルワーカーによる不登校児童・生徒等への支援 ・ 思春期の個別相談
② 経済的困難、虐待、生きづらさ等を抱える家庭や子どもへの支援の充実	<ul style="list-style-type: none"> ・ 支援が必要と思われる対象者へ関係機関との協議、連携による早期の支援
③ 子育て包括ケア等環境整備の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・ 医療機関と連携した産後うつリスクが高い妊婦や産後うつ疑いがある人への支援、産後ケアの利用の促進 ・ 発育や発達心配な児童・生徒及び保護者への支援 ・ 土曜塾や子ども教室等、子どもが地域社会において心豊かで健やかに育まれる環境づくりの推進
④ 個々の内容に応じたいじめ対策	<ul style="list-style-type: none"> ・ いじめの実態やいじめ防止等の取組についての協議 ・ 関係機関との情報共有 ・ ハートなんでも相談員設置事業の実施

【 これまでの取組状況を踏まえた今後の主な課題 】

- 支援が必要な児童・生徒に、適切に支援が行き届くよう、学校教育活動支援員の配置基準の見直し等を行いました。今後は、更にきめ細かな支援ができるよう検討していく必要があります。

重点施策5 被災者への支援

【 これまでの主な取組内容 】

取組	具体的取組内容
① 被災地域での多職種、他部門連携による寄り添い支援	<ul style="list-style-type: none"> ・ 関係機関との連携による被災者や遺族への支援 ・ 被災者支援に関わる機関の連携、協働による支援 ・ 就労支援や居住支援等による生活再建への支援
② 災害後の心の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> ・ 被災者や遺族を支援するための研修会等の開催 ・ 支援者の人材育成 ・ ゲートキーパー研修等、心の健康づくりの普及に向けた啓発活動

【 これまでの取組状況を踏まえた課題と評価】

- 豪雨災害から7年が経過し、被災者や遺族への支援は終了しましたが、不足している資源について、関係機関と連携し、地域資源の開拓など、公的な支援だけでは対応が難しいインフォーマルな支援[※]についても充実を図る必要があります。今後は、通常業務の中で継続的に支援します。

※ 行政が提供する公的サービス以外の住民や地域の団体等による支援のこと。

生きる支援関連施策

庁内の関係部署の「生きる支援関連施策」については、基本施策及び重点施策を踏まえ、それらに関連させた具体的な取組を推進しました。

【3】現状分析から読み取れる本市の課題

自殺に関する統計やこれまでの取組の振り返り、また、アンケート調査結果等から読み取れる本市の課題を整理します。

1 自殺リスクの早期発見と支援施策の充実

本市の自殺者数は、ここ数年、年間10～15人程度で推移していますが、令和元（2019）年から令和6（2024）年の合計では、特に60～70代の男性が多くなっています。

自殺の原因、動機については健康問題が最も多く、現役世代においては、失業やそれに伴う生活苦、職場における人間関係や過労に起因したとみられる特徴もあります。

アンケート調査結果では、ストレスを抱える人は、女性や30代を中心とする20～40代といった働き盛り世代に多く、また、健康状態がよくない人ほど多くみられます。これは「自殺を自分自身に関わる問題」と思う人でも同様の傾向にあり、特にストレスがある人ほど自分自身に関わる問題と思う人が多く、顕著な相関性がうかがえます。

【主な課題】

- 世代や家庭の状況、生活環境に応じた支援施策の充実をはじめ、自殺リスクが高いと思われる人をできるだけ早期に発見し、適切な相談や支援へとつなぐことができる体制づくりの強化が必要です。
 - 年代別あるいは家庭の事情に応じたきめ細かな支援が必要です。特に高齢層に対しては、ひきこもりがちな人への見守り活動の充実などが必要です。働き盛り世代に対しては、職場におけるストレスチェックをはじめ、経済的支援を含めた生活支援制度の周知及び利用の促進などが求められます。
-

2 こころの健康づくりの推進

アンケート調査結果では、睡眠時間が短い人ほどストレスを抱えている人も多い傾向にあり、逆に睡眠時間が長い人ほど、睡眠で休養が十分にとれており、ストレスも少ない傾向にあるなど、睡眠時間とストレスの有無には大きな相関性がうかがえます。

また、ストレスがある人ほど自殺を考えたことがある人が多い傾向にあります。

【主な課題】

- 適切な睡眠時間の確保を促進するため、啓発活動の充実をはじめ、こころの健康相談の充実、ストレスの解消法の周知、また、ストレスをためない方法についての情報提供など、啓発活動の充実が必要です。
-

3 相談支援体制の充実

近所付き合いが親密な人ほど、周りに悩みや困りごとを聞いてくれる人がいる人が多く、逆に近所付き合いが希薄な人は「誰にも相談しない」人が多い傾向にあります。

相談窓口を知っている人は「こころの健康ダイヤル」をはじめ、電話による相談先を知っている人が多くみられます。しかし、ゲートキーパーを知っている人は1割台と少ない状況です。

【 主な課題 】

- 悩みや困りごとを気軽に相談できる体制や心のサポーターの充実が必要であるとともに、民生委員児童委員をはじめ、ゲートキーパーの養成の促進など、見守りを推進する人材の育成及び確保が必要です。また、幅広い世代に対して、地域活動など社会参加を促進する活動の推進も必要です。

4 複雑化、複合化する生活課題への対応

アンケート調査結果では、自殺予防対策として「ネット上の書き込みへの対応」をはじめ「子どもや若者の自殺予防」「相談窓口の設置」や「職場におけるメンタルヘルス対策」などが求められています。

インターネット、スマートフォン、SNS等が急速に普及し、インターネット上のいじめや中傷、悪口、差別的な書き込み、自殺への誘引等、社会的な問題が顕在化しています。また、LGBTQといった性的マイノリティ（性的少数者）や様々な性暴力等の人権問題、ヤングケアラーの問題等も顕在化し、自殺の要因は複雑化、複合化しています。

アンケート調査結果では、身近な人から「死にたい」と打ち明けられたときの対応としては「ひたすら耳を傾けて話を聞く」といった「傾聴」が重視されています。

【 主な課題 】

- インターネット上における差別や偏見等をなくす取組や情報モラルに関する啓発、深刻な生きづらさや孤立につながる新たな課題など、複雑化、複合化する生活課題に対する幅広い対策が必要です。

5 児童・生徒に対するこころの健康づくりの充実

中学生アンケート調査結果では「死にたいと考えたことがある」生徒は、約3割を占め決して少なくありません。特に家族が自分のことを理解していない場合や助けてくれる人がいない生徒ほど、また、自分自身に好意を持っていない生徒ほど「死にたいと考えたことがある」割合が高い傾向にあり、顕著な相関性がうかがえます。

孤立を感じている中学生は4人に1人の割合となっており、自分自身に好意を持っていない生徒や困ったときに助けてくれる人がいない生徒ほど多くなっています。また、学校に行きたくないと思うことや嫌がらせなどのいじめを受けている経験と、自殺を考えることとの相関性もうかがえます。

【 主な課題 】

- 教育の場における、児童・生徒に対するこころの健康づくりをはじめ、児童・生徒からのSOSの出し方、周りがそのサインに気付くための取組の推進、また、教職員向けの研修等の充実など、誰一人取り残さないための、きめ細かな対応が求められます。

6 地域のつながりづくり

「地域自殺実態プロファイル2024」によると、本市の自殺の特徴として、失業や生活困窮をはじめ、健康問題などに起因したものが目立ちます。

アンケート調査結果では、近所付き合いが希薄な人は誰にも相談しない人が多く、また、死にたいと考えたことがある人も多いことが特徴的です。

【 主な課題 】

- 地域社会では、人と人との関係の希薄化が進んでいます。現在、第5類に移行した新型コロナウイルス感染症の影響により、依然として社会の変化に対応できず孤独を感じてしまう人もいます。
- 自殺予防には、地域住民を孤立させないことが重要であり、人と人とのつながりを実感できる地域づくりが必要です。

第4章 計画の基本的な考え方

【1】基本理念

愛媛県の「第3次愛媛県自殺対策計画」では、幅広い世代に向けて様々なりスク要因に対する取組を充実することで「県民の誰も自殺に追い込まれることのない愛媛県」を目指しています。

本市の保健、福祉部門計画における総合計画である「第3期宇和島市地域福祉計画」においては、その基本理念を「思いやりの心を育み 福祉の力で活力を創造する支え合いのまち うわじま」と掲げ、各部門計画に共通した考え方として、地域住民の思いやりと福祉の力に支えられたまちづくりを目指しています。

これらの考え方を踏まえ、本計画における基本理念は、前期計画の基本理念を継承し、「誰も自殺に追い込まれることのない宇和島市」を基本理念として、その実現に向けた自殺対策を推進します。

● 第2次宇和島市自殺対策計画の基本理念 ●

誰も自殺に追い込まれることのない宇和島市

この基本理念に基づいて、自殺対策の総合的な推進を図り、あらゆる場面における市民の「いのち」と「こころ」を大切に、誰も自殺に追い込まれることのない、心身共に健やかなまちづくりを目指します。

施策の展開に当たっては、国の「自殺総合対策大綱」の基本方針や愛媛県の動き、本市の自殺の現状等を踏まえ、市民、地域、関係機関、民間団体、企業、学校、行政等が連携、協働し、地域全体で自殺対策に取り組めます。

【2】基本方針

国の「自殺総合対策大綱」を踏まえ、誰も自殺に追い込まれることのない宇和島市の実現に向け、本市では次の6項目を自殺対策における基本方針とします。

基本方針	<ol style="list-style-type: none">1 生きることの包括的な支援として推進する2 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む3 対応の段階に応じて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 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する6 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する
------	--

1 生きることの包括的な支援として推進する

失業や多重債務、生活困窮等の「生きることの阻害要因を減らす」取組に加え、自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等の「生きることの促進要因を増やす」取組を推進します。

2 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む

自殺に追い込まれることなく、地域で安心して生活を送るためには、精神保健的な視点だけでなく、社会、経済的な視点を含んだ様々な取組が重要です。

このような取組を包括的に実施するために、様々な分野の関係者や組織等が緊密に連携して取り組みます。

3 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる

自殺対策に係る個別の施策について「事前対応：心身の健康の保持増進についての取組、自殺や精神疾患等についての正しい知識の普及、啓発等自殺の危険性が低い段階で対応を行うこと」「自殺発生の危機対応：現に起こりつつある自殺発生の危険に介入し、自殺を発生させないこと」「事後対応：自殺や自殺未遂が生じた場合に、家族や職場の同僚等に与える影響を最小限とし、新たな自殺を発生させないこと、そして発生当初から継続的に遺族等にも支援を行うこと」の3つのレベルに分けて考え、これらを有機的に連動させることで、総合的に推進するものとされています。

社会全体の自殺リスクの低下につながる、効果的な対策を講じるために、関係者の協力を得ながらそれぞれのレベルにおける取組を総合的に推進します。

4 実践と啓発を両輪として推進する

自殺は誰にでも起こり得る問題であることを啓発し、お互いが気に掛け合い、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインを察知し、相談窓口や精神科医等の専門家につなぐとともに、専門家と協力しながら見守っていけるよう、広報や教育活動等に取り組みます。

5 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

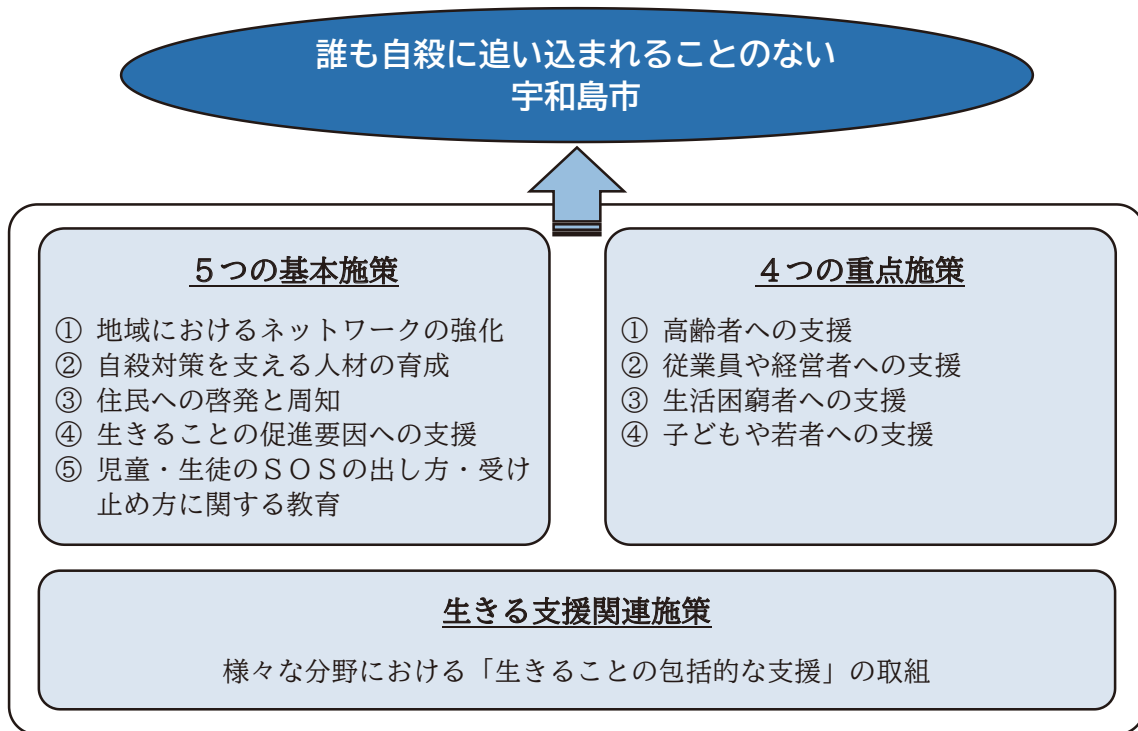
「誰も自殺に追い込まれることのない宇和島市」を実現するために、国や県、企業、関係機関、市民等と連携、協働し、一体となって対策を推進します。

6 自殺者等の名誉及び生活の平穏に配慮する

自殺対策を推進していく中で、自殺又は自殺未遂をした人やその家族などの名誉及び生活の平穏に十分に配慮し、人権やプライバシーを不当に侵害することのないよう留意しながら、自殺者及び親族等に対する適切な支援を行います。

【3】施策の体系

本市の自殺対策は、国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」において、全ての自治体で取り組むことが望ましいとされた「基本施策」、宇和島市の自殺の実態を踏まえた「重点施策」を組み合わせ、地域の特性に応じた施策を推進します。また、市内の多様な既存事業を「生きる支援関連施策」と位置付け、より包括的、全庁的に自殺対策を推進します。



【基本施策】

基本施策	内 容
【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 特定の問題に対する連携・ネットワークの強化
【2】 自殺対策を支える人材の育成	1 関係職種を対象とする研修の実施 2 ゲートキーパーの育成
【3】 住民への啓発と周知	1 広報媒体を活用した啓発 2 市民向け講演会等の健康教育の開催 3 心の健康づくりに関する相談窓口の周知
【4】 生きることの促進要因への支援	1 居場所づくり活動 2 自殺未遂をした人やその家族等への支援
【5】 児童・生徒のSOSの出し方・受け止め方に関する教育	1 SOSの出し方・受け止め方教育の実施と周知 2 小中学校、高等学校との連携強化

【 重点施策 】

重点施策	内 容
【1】高齢者への支援	1 包括的な支援に向けた連携の推進 2 要介護者や介護問題を抱える家族の支援 3 高齢者の健康や生活不安に対する支援 4 さまざまな関係機関との連携による孤独・孤立の予防
【2】従業員や経営者への支援	1 関係機関への心の相談窓口の周知
【3】生活困窮者への支援	1 生活困窮を抱えたハイリスク者に対する個別支援 2 就労支援
【4】子どもや若者への支援	1 SOSの出し方・受け止め方、いのちの大切さ教育及び自尊感情アップの推進 2 経済的困難、虐待、生きづらさ等を抱える家庭・子どもへの支援の充実 3 子育て包括ケア等環境整備の推進 4 個々の内容に応じたいじめ対策

【 生きる支援関連施策 】

生きる支援関連施策	内 容
生きる支援関連施策と他施策の関連について	1 保健福祉部を中心とした、庁内連携による「気付き～傾聴～支援」に「つなぐ」役割を、職員一人一人が担う取組の推進 2 庁内のあらゆる活動機会における、市民への啓発活動の推進と自殺対策に関する正しい理解の促進

第5章 施策の展開

【基本施策1】地域におけるネットワークの強化

関係機関と連携し、自殺対策連絡会の開催や地域福祉、健康づくり等各種計画に基づく取組の推進をはじめ、学校での健康教育や高齢者への地域包括ケアの推進など、子どもから高齢者、障がいのある人まで幅広く、心と身体の健康づくりを支援します。

飲酒や認知症、虐待、いじめ、ひきこもりなどの個別の課題に対して、相談支援や見守りの体制づくり、専門職によるネットワークの強化など、早期発見と切れ目ない継続的な支援に努め、誰もが地域で安心して暮らせる環境づくりを推進します。

1 地域における連携・ネットワークの強化

取組名	取組内容
宇和島市自殺対策連絡会の開催	○ 学識経験者や各種団体、組織の代表者等によって構成される、市の自殺対策推進の中核組織として、自殺対策に係る協議や計画の進捗状況の確認と評価を行います。
	庁内関係課 保険健康課 福祉課 保護課 高齢者福祉課 学校教育課 こども家庭課
自殺対策に関連する計画の推進	○ 「地域福祉計画」「健康づくり推進計画」「子ども・子育て支援事業計画」「高齢者福祉計画等※ ¹ 」「障がい者福祉計画等※ ² 」など、自殺対策にも関係が深い庁内関連計画に基づく施策を着実に推進します。
	庁内関係課 保険健康課 福祉課 保護課 高齢者福祉課 学校教育課 こども家庭課
学校における健康づくり	○ 学校保健委員会や健康教育、健康づくり出前講座や小児生活習慣病予防事業等を通して、学校における児童・生徒への様々な健康づくりに取り組むとともに、養護教諭等との連携を強化します。
	庁内関係課 学校教育課 保険健康課
地域包括ケアシステムの推進	○ 地域の社会資源を有効に活用しながら、医療、介護、介護予防、住まい及び自立した日常生活の支援が包括的に確保される「地域包括ケアシステム」の構築を目指し、高齢者が住み慣れた地域で、自立した日常生活を送ることができるよう支援します。
	○ 高齢者が抱える支援困難事例に対しては、専門職等が自立に向けた支援や問題の解決に向けてアセスメントを行い、関係機関と連携しながら総合的に支援するとともに、地域課題の解決に向けた方策を検討します。
	庁内関係課 高齢者福祉課 福祉課 保険健康課

※1 宇和島市高齢者福祉計画・介護保険事業計画

※2 宇和島市障がい者計画・宇和島市障がい福祉計画・宇和島市障がい児福祉計画

注：表中「庁内関係課」は令和7年4月1日現在 宇和島市行政機構図順に表記している。（以下同様）

2 特定の問題に対する連携・ネットワークの強化

取組名	取組内容
適正な飲酒量についての正しい理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 地域や職域と連携して、多量飲酒者に対する健康教育や相談をはじめ、アルコール依存症の自助グループへの支援や支援者向け研修を開催するなど、市民の幅広い参加を促進します。 ○ 市民の心身の健康を守るため、休肝日を設けることや適切な飲酒量を周知するなど、職域等と連携して、あらゆる機会を通して情報を発信するとともに、20歳未満の飲酒の防止に取り組みます。
	庁内関係課 保険健康課
認知症支援施策の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 認知症の人や家族に対して、認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせるよう、認知症に関する相談や支援体制の強化をはじめ、認知症に関する正しい知識の啓発と「だんだんネットワーク^{※1}」の周知を図ります。
	庁内関係課 高齢者福祉課 福祉課 保護課 保険健康課
虐待の防止と支援体制の強化	<ul style="list-style-type: none"> ○ 高齢者や障がいのある人、子どもに対する虐待等を防止するための啓発活動を推進します。 ○ 虐待の防止や早期発見に向けて、高齢者虐待防止ネットワーク推進事業をはじめ、要保護児童対策地域協議会等を通して、高齢者や養護者への支援を行うとともに、関係機関との連携体制の強化を図ります。
	庁内関係課 高齢者福祉課 福祉課 こども家庭課 学校教育課 保険健康課
いじめ防止対策の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ いじめ問題対策連絡協議会を定期的開催し、いじめの実態やいじめ防止等のための取組について協議します。 ○ 児童・生徒の問題行動等に対して、スクールソーシャルワーカー、ハートなんでも相談員^{※2}が児童・生徒や保護者等の相談に応じ、福祉の関係機関とのネットワークを活用して適切に支援します。
	庁内関係課 学校教育課
ひきこもり支援体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> ○ 市の広報紙やホームページ等で、心の健康相談や県のひきこもり家族のつどいなど、ひきこもり相談窓口を周知し、本人や家族、関係者が相談しやすい体制を整備します。 ○ ひきこもり状態にある人の自立や社会参加に向け、関係機関と連携して、本人や家族の状況に応じた相談支援を実施します。
	庁内関係課 福祉課 保護課 高齢者福祉課 保険健康課

※1 協力事業所等が、高齢者の異変に気付いた際に地域包括支援センターへ連絡し、状況の把握や支援を行うネットワークのこと。見守り希望者には、登録によって継続的な見守りや緊急時の対応など支援体制を整える。

※2 学校に配置された、児童・生徒や保護者等の相談役のこと。気軽に相談できる体制を整えることで、不登校や問題行動等を早期に把握し、その防止に努める。

【基本施策2】自殺対策を支える人材の育成

自殺予防に向けて、市職員や関係職種を対象とした研修やゲートキーパー研修を実施し、新規採用職員を含め、市民への向き合い方や支援に必要な知識と対応力を高めます。

認知症キャラバン・メイトや民生委員児童委員、ケアマネジャー、美容師など地域の見守りに関わる幅広い関係者に対しても研修を実施し、身近な人の変化に気付き、適切な相談窓口や支援につなぐ体制づくりを推進するとともに、心の不調の早期発見と重症化の防止に努めます。

1 関係職種を対象とする研修の実施

取組名	取組内容
職員等を対象とした研修の実施	<ul style="list-style-type: none">○ 市職員や関係職種等を対象に、自殺予防に関する研修会やゲートキーパー研修会を実施します。○ 関係機関と連携し、支援者が適切に対応できるよう、研修や学びの場を充実します。○ 新規採用市職員を対象とした研修については、自殺予防だけでなく、市民に対する基本的な姿勢も学ぶことができる場としての充実を図ります。
	庁内関係課 保険健康課 総務課

2 ゲートキーパーの育成

取組名	取組内容
幅広い関係者を対象としたゲートキーパーの育成	<ul style="list-style-type: none">○ 身近な人の自殺の危険を示すサインに気付き、適切に対応できるよう、認知症キャラバン・メイトや民生委員児童委員、ケアマネジャー、美容師など、地域の見守りに関わりがある人を対象にゲートキーパー研修会を行い、早期発見と支援につなぐ体制の整備を図ります。
	庁内関係課 保険健康課

【基本施策3】住民への啓発と周知

市の広報紙やホームページ、リーフレット、生涯学習や出前講座など様々な手段や機会を通して、市民に向けて、自殺予防や心の健康づくりに関する正しい知識の普及に向けた啓発活動を推進します。

医療機関やNPO法人、学校、民生委員児童委員など多様な関係機関と連携し、パネル展や講演会、ゲートキーパーの周知等の取組を通して、孤立や心の病気の予防に努めるとともに、誰もが相談しやすい環境づくりを推進します。

1 広報媒体を活用した啓発

取組名	取組内容	
自殺予防の啓発と正しい知識の普及	<ul style="list-style-type: none"> ○ 市の広報紙やリーフレット、ホームページ等、多様な媒体の活用とともに、生涯学習など多様な機会を活用して、市民や関係機関に対して、自殺予防に関する正しい知識の普及を促進します。 ○ 思春期パネル展の開催などを通して、児童・生徒への啓発を図るとともに、展示場所や期間を他のパネル展示と合わせて計画的に実施するなど、開催の充実を図ります。 ○ 「地方版孤立孤独対策官民連携プラットフォーム推進事業」の第一次取組団体として、NPO法人と連携し、誰一人取り残さない支援に関する活動の充実を図るとともに、地域の実情に応じた支援体制の構築を目指します。 	
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;">庁内関係課</td> <td>保険健康課 福祉課 保護課 高齢者福祉課 学校教育課 生涯学習課</td> </tr> </table>	庁内関係課
庁内関係課	保険健康課 福祉課 保護課 高齢者福祉課 学校教育課 生涯学習課	

2 市民向け講演会等の健康教育の開催

取組名	取組内容	
心と身体の健康づくりの推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 地域や学校において、児童・生徒から看護学生、支え合いサポーターなどの専門職まで、幅広い層を対象とした健康教育や出前講座を実施し、心の健康づくりに関する正しい知識の普及や心の病気の予防、心の健康の増進を図ります。 ○ 医療機関や関係機関と連携して支援体制の充実に努めるとともに、ゲートキーパーの役割や存在意義についての周知に努めます。 	
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;">庁内関係課</td> <td>保険健康課</td> </tr> </table>	庁内関係課
庁内関係課	保険健康課	

3 心の健康づくりに関する相談窓口の周知

取組名	取組内容
多様な手法や機会を通じた相談窓口の周知	<ul style="list-style-type: none"> ○ 市民に向けて、相談窓口や心の健康相談を知らせるポスターの配布や掲示等により周知を図るとともに、各種保健事業や出前講座等を通して啓発に努めます。 ○ 民生委員児童委員協議会や医療機関、事業所等での出前講座等を通して、誰もが相談しやすい体制づくりを推進します。 ○ 関係機関と連携し、必要な情報提供や職員への対応マニュアルの周知を図ります。
	庁内関係課 保険健康課 福祉課 保護課 高齢者福祉課

【 基本施策4 】 生きることの促進要因への支援

認知症カフェや家族のつどい、介護教室、生き生き教室、こども支援教室などの居場所づくりを通して、高齢者や認知症の人をはじめ、不登校の児童・生徒やその家族等が孤立せず、安心して相談や交流ができる居場所づくりを推進します。

保健所や関係機関と連携して、自殺未遂者や悩みを抱える人と家族への訪問による支援や相談体制を整え、不安やうつ状態の早期発見と悩みを話しやすい環境づくりに努めます。

1 居場所づくり活動

取組名	取組内容
認知症と高齢者、家族介護者等への支援	<ul style="list-style-type: none"> ○ 認知症の人やその家族、認知症に関心を持つ地域住民、専門職などが気軽に集まり、気分転換や情報交換ができる認知症カフェを開催します。 ○ 認知症カフェでは、本人や家族が悩みを話し合い、孤立や不安を和らげる支援の場にするとともに、地域全体で認知症を理解し、共に生きるための拠点となるよう、その活動の充実を図ります。 ○ 要支援の方など高齢者に介護予防や生活支援サービスを提供するとともに、介護者が悩みを共有し情報交換できる家族のつどいや介護教室を開催し、介護技術の習得や負担の軽減に努めます。
	庁内関係課 高齢者福祉課
高齢者の健康づくりと見守り支援	<ul style="list-style-type: none"> ○ 老人クラブやうわじまガイヤ健康体操^{※1}協力団体、生き生き教室^{※2}を支援するとともに、関係団体への出前講座を開催します。 ○ 健康状態不明者訪問等で孤立している高齢者に、介護予防事業の紹介や健診への受診を勧めるとともに、必要に応じて支援につながります。
	庁内関係課 高齢者福祉課 保険健康課
不登校児童・生徒への支援	<ul style="list-style-type: none"> ○ 「こども支援教室わかたけ」において、不登校など様々な困難を抱える児童・生徒とその保護者等に対して、学習、体験活動などの支援を行うとともに、教育相談を実施し、自立するための心の醸成と学校への復帰を支援します。
	庁内関係課 学校教育課

※1 高齢者が元気に自立して暮らし続けられるよう、宇和島ガイヤカーニバルの曲に合わせて楽しく体を動かせるよう工夫された、介護予防と健康寿命の延伸を目指し本市が開発した独自の体操のこと。

※2 本市が実施する高齢者向けの介護予防教室で、筋力づくりや認知症予防を目的に、専門家と一緒に楽しく体を動かすプログラムのこと。

2 自殺未遂をした人やその家族等への支援

取組名	取組内容
保健所等との連携による未遂者等への支援	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自殺死亡率の低減に向け、保健所や関係機関と連携して訪問や相談を行い、未遂者や悩みを抱える人、その家族等に寄り添った心理ケアなどの支援を行います。
	庁内関係課 保険健康課 こども家庭課 高齢者福祉課 福祉課 保護課
不安やうつ状態等の早期発見に向けた相談支援体制	<ul style="list-style-type: none"> ○ 保健所や関係機関と連携し、訪問や来所、電話等による相談に応じます。高齢者の相談には総合相談窓口や訪問を通して対応し、必要に応じて関係機関と情報を共有し、支援します。 ○ 男性も悩みを相談しやすい環境づくりや職員研修によるSOSに気付く力の向上に努めます。
	庁内関係課 保険健康課 こども家庭課 高齢者福祉課 福祉課 保護課

【基本施策5】児童・生徒のSOSの出し方・受け止め方に関する教育

児童・生徒が悩みを一人で抱え込まないように、SOSの出し方を学ぶ講座やリーフレット配布等を行うとともに、教職員や保護者がSOSのサインを受け止め、支援できる体制づくりを推進します。

小・中・高校と連携して、心と身体の健康や性に関する正しい知識の普及に努めます。

1 SOSの出し方・受け止め方教育の実施と周知

取組名	取組内容
子どものSOSを受け止め支援する体制づくり	<ul style="list-style-type: none"> ○ 児童・生徒を対象に、悩みを抱えたときのSOSの出し方を学ぶ出前講座やお守りリーフレット等を配布します。 ○ 教職員や保護者など子どもに関わる人に対して、SOSの受け止め方に関する講座や情報提供を行い、理解を深め、悩みを早期に受け止め、支えるための体制づくりを推進します。
	庁内関係課 保険健康課 学校教育課

2 小中学校、高等学校との連携強化

取組名	取組内容
児童・生徒の心と身体の健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> ○ 小・中・高校生の児童・生徒を対象に、心身の健康を支えるため学校や教職員と連携し、年齢に応じた「18才.心とカラダのサポート講座」等保健講座の開催やリーフレットの配布等を通して、心の健康や性に関する正しい知識の普及に努めるとともに、SOSの出し方に関する教育に取り組みます。 ○ プレコンセプションケア※の周知や教職員向けの出前講座「SOS受け止め方教育」の開催等を通して、理解の促進を図ります。
	庁内関係課 保険健康課 学校教育課

※ 性別にかかわらず、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠、出産を含めたライフデザイン（将来設計）や将来の健康を考えて健康管理を行うこと。

【重点施策1】高齢者への支援

高齢者やその家族が地域で安心して暮らすことができるよう、健康、医療、介護等の関係機関やNPO等と連携し、地域ケア会議や食支援、認知症サポーターの養成や見守り活動、介護予防事業などを通して、孤独、孤立や虐待の防止に努めます。

1 包括的な支援に向けた連携の推進

取組名	取組内容
関係機関との連携による包括的支援と孤独・孤立対策の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 健康、医療、介護などに関する関係機関と連携し、地域ケア会議等を通して、分野や世代を問わない包括的な支援体制の整備を推進します。 ○ 「地方版孤独・孤立対策官民連携プラットフォーム推進事業」として、NPO等と連携し、食支援を通じて孤独、孤立の早期把握に努め、重層的支援体制事業と連携して誰一人取り残さない支援につなぎます。
	庁内関係課 高齢者福祉課 福祉課 保険健康課

2 要介護者や介護問題を抱える家族の支援

取組名	取組内容
高齢者虐待防止と支援体制の強化	<ul style="list-style-type: none"> ○ 高齢者等への虐待の防止と早期発見に向けて、警察や保健所など関係機関と連携し、通報への迅速な対応や支援体制の強化に努めます。 ○ 施設職員への研修や対応フローチャートの整備等を通して、虐待の防止と早期発見、養護者への支援体制の充実に努めます。
	庁内関係課 高齢者福祉課
地域で支え合う介護支援体制づくり	<ul style="list-style-type: none"> ○ 要介護者や認知症の人を抱える家族介護者の悩みを共有し、情報交換ができる場として、家族のつどいや家族介護教室を支援します。 ○ 元気づくりサポーターの養成やキャラバン・メイト、ボランティア、ケアマネジャー等を対象としたゲートキーパー研修会の開催を通して、地域で支え合う体制づくりを推進します。 ○ 医療機関や介護施設でのレクリエーションの補助を行う「施設ボラ」や近所の高齢者などへの、ちょっとしたごみ出しや買い物の代行などを行う「ちょこボラ(ちょこっとボランティア)」の周知に努めます。
	庁内関係課 高齢者福祉課

取組名	取組内容
地域における認知症サポート体制づくり	<ul style="list-style-type: none"> ○ 認知症になっても本人の意思が尊重され、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、学生から市職員まで幅広い人を対象とした認知症サポーター養成講座やチームオレンジ[※]の設立、関係機関との連携によるネットワークの拡充と啓発活動を推進します。
	庁内関係課 高齢者福祉課
支援が必要な高齢者への相談支援と生活支援の充実	<ul style="list-style-type: none"> ○ 要支援等高齢者に対して、介護予防や生活支援サービスを提供するとともに、相談からアセスメントを行い、希望に応じた支援の調整を図ります。 ○ 相談を受けてサービスを調整、提供するだけでなく、必要な状態であっても相談できない高齢者や家族の発見に努め、相談や支援につなぎます。
	庁内関係課 高齢者福祉課

※ 認知症の人とその家族等の困りごとと、地域の認知症サポーター等をつなぎ、本人の意思を尊重しながら支え合う地域ぐるみのチームのことで、厚生労働省の「認知症施策推進大綱」に位置付けられ、全国の自治体でその活動が広がっている。

3 高齢者の健康や生活不安に対する支援

取組名	取組内容
高齢者の心身の健康等に対する相談支援	<ul style="list-style-type: none"> ○ 高齢者の心身の健康や複雑な生活課題の解決に対応するため、重層的支援体制整備事業や各種相談窓口を通して、関係機関と連携した支援を推進します。 ○ 個人の意思を尊重しながら、複雑化、複合化する生活課題の早期発見、早期介入に努め、重層的支援体制整備事業を通して切れ目のない支援体制を推進します。
	庁内関係課 高齢者福祉課 総務課 市民課 福祉課 保護課 保険健康課 人権啓発課

4 さまざまな関係機関との連携による孤独・孤立の予防

取組名	取組内容
地域における見守り活動の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 一人暮らしの高齢者を対象に、民生委員児童委員による訪問や認知症の方を対象に「だんだんネットワーク」を活用した見守り活動を推進します。 ○ 認知症サポーター養成講座や模擬訓練の実施、関係機関との連携の強化により、地域全体で高齢者を支える体制づくりに努めます。
	庁内関係課 高齢者福祉課 福祉課

取組名	取組内容
関係機関との連携による介護予防事業の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 老人クラブやうわじまガイヤ健康体操協力団体、生き生き教室などの介護予防活動を支援し、孤立しがちな高齢者に案内し、参加を促進します。 ○ 関係機関と連携して高齢者の生活状況やニーズに応じた支援を行うとともに、支援団体の高齢化や後継者不足といった課題の解決に努めます。
	庁内関係課 高齢者福祉課 保険健康課

【重点施策2】従業員や経営者への支援

市内の企業の経営者や従業員に向けて、産業保健センターや商工会議所、金融機関等と連携し心の相談窓口の周知や自殺予防に関する啓発活動を推進します。

ゲートキーパー研修などを通して、職場での自殺予防対策を促進します。

1 関係機関への心の相談窓口の周知

取組名	取組内容
企業等に対する自殺予防対策の促進	<ul style="list-style-type: none">○ 企業の経営者や従業員に向けた自殺予防対策として、産業保健センターや商工会議所、郵便局等の協定機関と連携し、心の相談窓口の周知や啓発活動を推進します。○ ゲートキーパー研修や訪問、広報等を通して企業の経営者や従業員への自殺予防対策を促進します。
	庁内関係課

【重点施策3】生活困窮者への支援

心の悩みや生活困窮、多重債務など複雑な課題を抱える人に対して、相談窓口での早期発見、早期対応に努め、各種制度の情報提供やアウトリーチ等を通して切れ目ない支援に努めます。

ハローワーク等と連携し、再就職支援や就業相談を行い、失業者や生活に不安のある人の就労と自立を促進します。

1 生活困窮を抱えたハイリスク者に対する個別支援

取組名	取組内容
複雑化、複合化する生活課題に対する相談支援体制の強化	<ul style="list-style-type: none"> ○ 心の悩みや生活困窮、多重債務など複雑化、複合化する生活課題に対応するため、各相談窓口での早期発見、早期対応に努め、関係機関と連携した支援体制を強化します。 ○ アウトリーチ支援や経済的支援を含めた生活支援制度の周知に努め、支援が届きにくい世帯への支援に取り組みます。
	庁内関係課 保護課 福祉課 総務課 税務課 市民課 高齢者福祉課 保険健康課 こども家庭課

2 就労支援

取組名	取組内容
失業者等への就労支援	<ul style="list-style-type: none"> ○ 失業や生活困窮などの課題を抱える人の生活の安定を図るため、ハローワークなど関係機関と連携し、早期再就職支援や就業相談、被保護者就労支援事業などの各種雇用対策を推進するとともに、就労希望者への支援にも継続して取り組みます。
	庁内関係課 福祉課 保護課 こども家庭課

【 重点施策4 】 子どもや若者への支援

児童・生徒や若者が悩みを一人で抱え込まないように、心の健康や命の大切さ、SOSの出し方、受け止め方、自尊感情を育む学びの場や啓発活動を推進するとともに、経済的困難や虐待、生きづらさを抱える家庭を早期に把握し、関係機関と連携してきめ細かく支援します。

妊産婦や発達に不安のある子どもへの切れ目ない支援をはじめ、子どもの居場所づくり、スクールソーシャルワーカー等によるいじめの早期発見と予防に努めます。

1 SOSの出し方・受け止め方、いのちの大切さ教育及び自尊感情アップの推進

取組名	取組内容
心の健康と命を守る学びの場の充実	<ul style="list-style-type: none"> ○ 学校や地域において、児童・生徒から幅広い年齢層に対して、心の健康づくりや病気の早期発見、自殺予防、自己肯定感の向上、SOSの発信と受け止め方の重要性について、各種講座や啓発活動を通して周知を図ります。 ○ 思春期保健講座やプレコンセプションケアの普及に取り組みます。
	庁内関係課 保険健康課 学校教育課
思春期に悩みを持つ児童・生徒への支援	<ul style="list-style-type: none"> ○ 不登校や家庭に悩みを抱える児童・生徒に対して、スクールソーシャルワーカーやカウンセラーによる思春期の個別相談等を通してきめ細かな支援を行います。 ○ 家庭教育支援チームと連携し、親子のきずなを深める家庭教育講座や学習会、インターネット上の差別や偏見をなくすための啓発などに取り組みます。
	庁内関係課 保険健康課 学校教育課 生涯学習課

2 経済的困難、虐待、生きづらさ等を抱える家庭・子どもへの支援の充実

取組名	取組内容
早期把握と早期対応に向けた体制づくり	<ul style="list-style-type: none"> ○ 支援が必要と思われる対象者を早期に把握し、関係機関や関係課と連携して個別ケース検討会議の開催など、きめ細かな支援に努めます。 ○ 関係機関や関係課における情報共有や家庭訪問、相談への対応等により、適切な支援につなぐ体制づくりを推進します。
	庁内関係課 こども家庭課 保険健康課 学校教育課 福祉課

3 子育て包括ケア等環境整備の推進

取組名	取組内容
妊産婦からの心の健康づくりと切れ目ない支援	<ul style="list-style-type: none"> ○ 医療機関や関係機関と連携し、エジンバラ産後うつ病質問票等の活用等により、産後うつの疑いがある人など心の不調のサインを早期に把握し、切れ目のない支援と産後ケア事業の利用を促進します。 ○ 母子健康手帳を交付された全ての妊婦について、関係課と連携し支援プラン会議を実施するなど、一人一人に応じたきめ細かな支援を行います。
	庁内関係課 こども家庭課 保険健康課
発達に応じた切れ目ない学びの体制づくり	<ul style="list-style-type: none"> ○ 乳幼児期から中学生まで、発育や発達に不安がある児童・生徒とその保護者に対して、教育支援委員会や教育相談、学校教育活動支援員、通級指導教室などを活用して切れ目なく支援します。 ○ 就学前健診や5歳児健診、就学前相談や就学ガイダンス等を通して、関係機関と連携し、一人一人に合った学びと支援の体制づくりを推進します。
	庁内関係課 こども家庭課 保険健康課 学校教育課 福祉課
地域と協働で取り組む子どもの居場所づくり	<ul style="list-style-type: none"> ○ 地域の参画と協力を得て、児童・生徒に対する土曜塾や放課後子ども教室等の実施により、学びや遊びの場の充実を図るとともに、地域で安心して過ごし、心豊かに健やかに育つ環境づくりを推進します。 ○ 国の「放課後児童対策パッケージ」等の方針を踏まえ、放課後児童クラブと放課後子ども教室が連携し、地域の実情に応じた放課後の子どもの居場所づくりに取り組みます。
	庁内関係課 生涯学習課

4 個々の内容に応じたいじめ対策

取組名	取組内容
いじめの実態把握と防止対策の推進	<ul style="list-style-type: none"> ○ 学校にスクールソーシャルワーカーやハートなんでも相談員を配置し、いじめや不登校、家庭の悩みなどを抱える児童・生徒をきめ細かく支援します。 ○ いじめ問題対策連絡協議会を通して関係機関と情報を共有し、いじめの早期発見と予防に努めます。
	庁内関係課 学校教育課

【 生きる支援関連施策 】

担当課※	取組名	取組内容
総務課	1 生活相談支援事業	○ 法律相談や行政相談、宅地建物相談を実施
	2 職員メンタルヘルス出張相談室	○ 新規採用職員や満 35 歳の職員、係長級・課長補佐級に昇進した職員等を対象に年 12 回実施
	3 ストレスチェック事業	○ 職場改善やメンタル不調の早期発見、早期対応を図るため年 1 回実施
税務課	4 徴収猶予（換価の猶予）	○ 納税困難者に対して、相談や指導による分納等での対応
	5 生活再建型滞納整理・弁護士紹介	○ 対象者に対して、関連窓口につなぐなどの対応
福祉課	6 民生委員児童委員の活動支援	○ 民生委員児童委員への研修や情報共有・意見交換等、継続した支援体制の構築
	7 保護司会の活動支援	○ 補助金による保護司会地域活動への支援
	8 障がいのある人に対する地域生活支援事業	○ 相談支援事業や各種給付事業等を実施
	9 福祉手当支給事務	○ 特別障害者手当等を支給
	10 児童通所支援に関する事務	○ 事業所等の利用に対する給付費を支給
	11 「障害者地域活動支援センター」等施設の運営（グリーン工房、青空どりーむ）	○ 生産活動や交流の機会の提供など、地域での生活支援を実施
	12 「障害者差別解消法」に基づく取組	○ 相談窓口の設置及び相談対応等の実施
	13 障害者虐待対応	○ 虐待防止センターの設置及び相談対応等の実施
	14 障害者相談員設置事業	○ 委嘱した身体障がい者相談員及び知的障がい者相談員による相談対応
	15 障害福祉サービスに関する事務	○ 事業所等の利用に対する給付費を支給
	16 自立支援医療に関する事務	○ 更生医療、育成医療に対する助成
	17 補装具に関する事務	○ 補装具費の助成
	18 「重度心身障害者医療費」に関する事務	○ 重度心身障害者が保険診療を受けた場合の医療費の一部を助成

※ 令和 7 年 4 月 1 日現在 宇和島市行政機構図順（以下同様）

担当課	取組名	取組内容
福祉課	19 児童扶養手当支給事務	○ 児童扶養手当の手続き時に関係機関等へつなぐなどの対応
こども家庭課	20 ひとり親家庭等医療費助成事務	○ 新規認定の申請、更新受付時に早期発見、関係機関へつなぐなどの対応
	21 母子・父子自立支援員設置事業	○ 支援員を配置し、電話相談や所内面接等で対応
	22 家庭児童相談員設置事業	○ 相談員の配置及び要対協※の個別ケース検討会議などで関係機関と連携して支援
	23 女性相談支援員設置事業	○ 相談員の配置及び警察や児童相談所等と連携して相談者を支援、県外避難者は地元での支援を依頼
	24 ヤングケアラーコーディネーター設置事業	○ コーディネーターを配置し、関係機関と連携してヤングケアラーの早期発見、早期支援へつなぐなどの対応
	25 保育の場における見守り（認定こども園、保育園など）	○ 自殺リスクを抱えている可能性のある保護者等の早期発見、関係機関等へつなぐなどの対応
	26 保育料等納入促進事業	○ 保育料等納入の促進手続き時に自殺リスクを抱えている可能性のある保護者等の早期発見、関係機関等へつなぐなどの対応
保護課	27 結婚推進事業	○ お見合いや交流会等の実施により、結婚を支援
	28 生活保護施行に関する事務・精神疾患を抱える被保護者に対する相談支援	○ 関係機関と連携、情報共有し、切れ目のない相談支援を実施
高齢者福祉課	29 養護老人ホームへの入所	○ 相談窓口で入所支援（措置）の対応
	30 介護給付に関する事務	○ 居宅介護支援専門員が本人及び家族の意向を反映した介護予防プランを作成
	31 シルバーハウジング生活援助員派遣事業	○ 生活援助員が入所者の生活相談や健康管理及び報告書の確認
	32 アウトリーチ等を通じた継続的支援事業	○ 複雑化、複合化した課題を抱える方に、日頃から支援関係機関や住民等と連携し、訪問による相談や課題の把握及び必要な支援に係る伴走支援の実施
	33 居住支援システムの構築	○ 住宅確保要配慮者（低額所得者、被災者、高齢者、障がい者、子どもを養育する者等、住宅の確保に特に配慮を要する者）を対象に、関係機関のほか、不動産事業所等と連携し、生活の安定や向上を目的とした支援を実施

※ 要保護児童対策地域協議会

担当課	取組名	取組内容
高齢者福祉課	34 認知症の早期発見と早期支援	○ 認知症状による本人の孤独感や絶望感、その家族の介護負担を軽減するため、認知症の兆候が見られた方に対する早期の介入による、検査、診察のほか、適切なサービスや支援につなぐ取組の実施
保険健康課	35 医療費及び高額療養費	○ 保険料支払い困難者に対して、税務課や保護課につなぐなどの対応
	36 救急医療及び医療対策事業	○ 連絡会で消防や救急医療機関、警察署、保健所と連携し、関係機関につなぐなどの対応
	37 薬物乱用防止啓発事業	○ ポスターや広報等で薬物乱用防止を啓発、周知
	38 健康マイレージ事業「うわじま歩ポ（あるぽ）※」	○ 歩ポ登録による、運動を通じたストレス解消や心の健康づくりの推進
	39 がん患者補整具等購入費助成事業	○ がん治療に伴う外見の変化をカバーするための補整具等の購入に要する経費の一部の助成による経済的、精神的負担の軽減
	40 低所得妊婦の産科受診料支援事業	○ 低所得妊婦の初回産科受診料の助成による経済的負担の軽減及び状況確認と継続的支援
	41 母子健康手帳交付・相談	○ 母子健康手帳交付時の面談及び妊娠・子育て支援ガイドを活用した支援
	42 妊婦等包括相談支援事業	○ 産後うつ等の早期把握に努めるなど継続的に自殺対策を鑑みた支援の実施
	43 パパママスクール	○ 妊娠、出産を通じた心身の変化を理解し産後うつ等の予防と対策について夫婦で考え、育児を協力し合えることで自殺リスクの軽減につなぐ取組の実施
	44 妊産婦健康診査	○ 医療機関からの妊産婦要支援連絡票による早期支援、精神科へつなぐなどの対応
	45 オンライン相談	○ 子育て中の保護者が24時間気軽に相談できる環境による不安感の軽減 ○ 出産、子育てに悩む母親に寄り添う支援による産後うつや自殺リスクの軽減
	46 産後ケア事業	○ 利用を希望する産婦が利用できるように支援
	47 親子のつどい	○ 育児の助言、指導等の提供や同じ悩みを持つ保護者同士が集い悩みを分かち合う場の提供

※ 「うわじま歩ポ」とは、日々の歩数に応じて、歩（ある）ポイントが付与され、ためた歩（ある）ポイントはRUCPOINTと交換することができるとともに、日々の体温、血圧、体重の記録や生活習慣を振り返ることができる「ふりカエル習慣」を使って健康管理もできる、本市の「健康マイレージ事業」のこと。

担当課	取組名	取組内容
保険健康課	48 地区組織の育成	○ 心の健康づくりやゲートキーパーの普及に向けた啓発活動
	49 子育て相談窓口事業	○ 相談時、必要に応じて関係機関につなぐなどの対応
建築住宅課	50 公営住宅等管理事務	○ 生活面や心身の不調などの問題を抱える入居者又は入居申込者に対して、関連部署等につなぐなどの対応
	51 公営住宅使用料滞納整理対策	○ 生活困窮や低収入などの問題で心身に不調を感じる入居者又は入居申込者に対して、関連部署等につなぐなどの対応
学校教育課	52 部活動指導員、配置促進事業	○ 希望する市内各中学校の部活動に部活動指導員を配置
	53 教育指導事業、スクールガードリーダー配置	○ スクールガードリーダーが計画的に小学校、中学校を巡回
	54 学校衛生推進者及びセクハラ相談員配置	○ 学校衛生推進者を学校規模に対して適正に配置、セクハラ相談員を全学校に配置
	55 市教育委員会業務改善検討会	○ 民間企業と連携し、市内各学校の業務改善について総括及び改善点などの洗い出し
	56 教育指導事業、ジョブチャレンジ、中学生職場体験学習支援	○ 職場体験活動を実施
生涯学習課	57 図書館の管理	○ 市内各図書館が住民のよりよい居場所となるような取組の推進
	58 地域学校協働活動推進事業	○ 地域コーディネーターや協働活動推進員が学校と協力し、子どもが地域に誇りを持てるような取組を実施
	59 公民館運営事業	○ 各公民館が地域の憩いの場となるよう、地域や学校等と連携した事業の実施
	60 生涯学習センター事業	○ 生きがいをもって暮らせる内容の講座や体験学習、イベントを実施
	61 青少年補導育成事業	○ 街頭補導や地区別補導を継続しつつ、児童・生徒の学校外での動向や困り感に関する相談に対応できる体制の確保
	62 各種補助金	○ P T Aや婦人会活動に対する支援

担当課	取組名	取組内容
人権啓発課	63 就学前教育・学校教育・社会教育における一貫した人権・同和教育の推進	○ 市内小・中学校で人権啓発及び教育活動を実施
	64 子ども会活動の充実	○ 子ども会で人権啓発及び教育活動を実施
	65 人権ビデオメッセージ制作	○ 高校や中学校におけるビデオメッセージの制作、U-CATでの放映、DVDの貸し出し、教材として活用など
	66 人権・同和教育指導者の養成	○ 宇和島市教職員人権・同和教育研修会や推進委員会、人権・同和教育主任会を実施
	67 市職員の共通認識の確立と研修内容の充実	○ 宇和市職員養成講座を実施
	68 人権教育関係団体等の育成・支援	○ 中高と連携した視察研修、全国人権・同和教育研究大会などの研修会への参加
	69 各種研究大会への派遣	○ 様々な講演会や研修会への参加を通して、差別解消に向けた取組を実施
	70 人権・同和教育推進連携会議の推進	○ 人権・同和教育推進連携会議を実施
	71 市民に対する啓発活動の充実・ハローワーク経由の研修会	○ 企業研修の実施による啓発
	72 様々な人権課題に対する学習機会の提供	○ 法務省が掲げる課題に対する研修の実施及び体制やノウハウの検討
	73 人権対策協議会	○ 人権啓発講座や人権啓発土曜講座、人権フォーラム等研修会を実施
市民課	74 消費生活相談	○ 宇和島市消費生活センターにおいて、消費トラブル等に関する相談を実施

第6章 自殺対策の推進体制

【1】計画の推進体制

1 庁内推進体制の充実

本計画に関連する取組は、保健、医療関係部門はもとより、子育て支援や学校教育、生涯学習、高齢者福祉、障がい福祉部門、商工労働部門など、庁内横断的に幅広い分野において推進していくことが必要です。そのため、関係する庁内部署間の調整を行い、連携の強化を図りながら施策を総合的かつ効果的に推進します。

(1) 宇和島市自殺対策ワーキング部会

宇和島市保健福祉部、教育委員会等関係部局の担当で構成し、自殺対策に関する具体的な事業や取組内容の検討をはじめ、連絡会に提案する事業等の調整を行います。

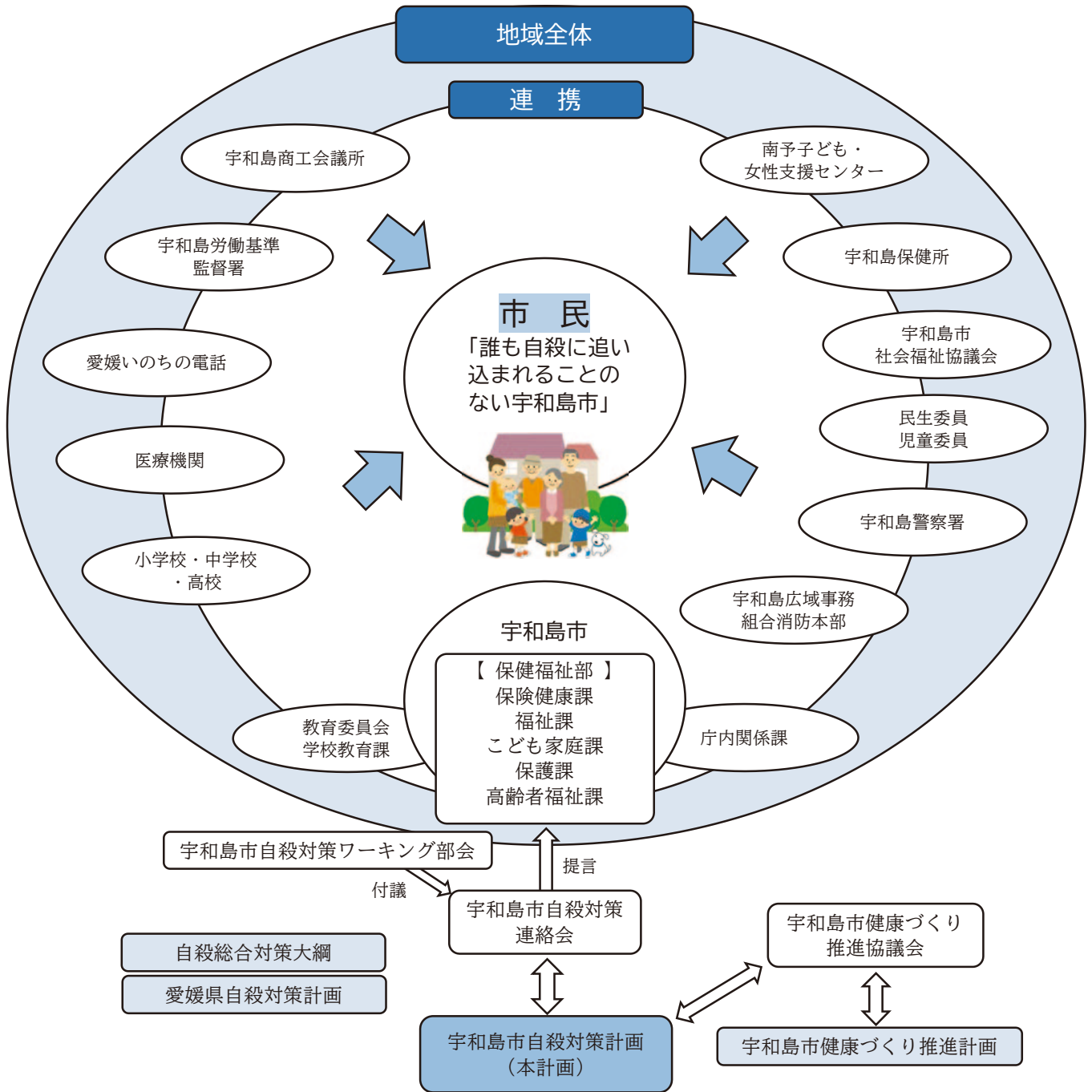
(2) 宇和島市自殺対策連絡会

本計画は、保健、医療関係者、関係団体の代表者、行政関係者等で構成される宇和島市自殺対策連絡会の意見や提言を基に策定しており、計画の推進に当たっては、同連絡会の意見を十分に尊重しながら施策への反映を図ります。

2 宇和島市自殺対策ネットワーク

本計画の推進に当たっては、庁内関係部局だけでなく、地域や職域等との協働による取組が重要です。そのため、自治会や老人クラブ、ボランティア団体、PTA等の関係機関や関係団体と密接に連携し、市民との協働により自殺対策を推進します。また、市民や各団体等が行う関連事業については、必要な情報や課題を共有するためのネットワークの構築を図ります。

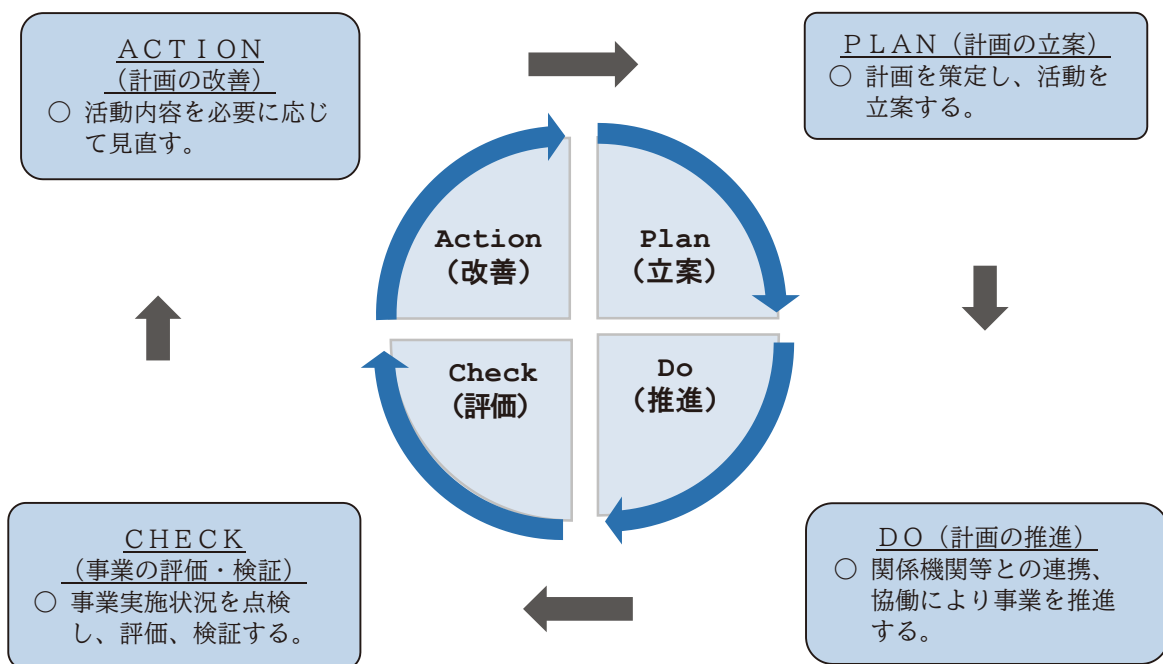
【 宇和島市自殺対策ネットワーク 】



【2】計画の点検及び評価

計画の進行管理にあたっては、本計画（PLAN）の立案内容に基づいて事業を推進し（DO）、評価、検証（CHECK）を踏まえ、改善（ACTION）を図る必要があります。このPDCAサイクルの考え方に基づき、計画から評価まで、そして改善を計画に反映させる各々のプロセスを経て、環境の変化への迅速かつ柔軟な対応を図ります。

【 PDCAサイクルによる進行管理 】



【3】数値目標

【基本施策】

施策	評価項目	基準値	目標値	担当課
		令和6 (2024) 年度	令和12 (2030) 年度	
1 地域におけるネットワークの強化	① 宇和島市自殺対策連絡会実施回数	1回	現状維持	保険健康課
	② 学校保健委員会実施回数	小学校 27/27校中	現状維持	学校教育課
		中学校 6/6校中	現状維持	
	③ 地域ケア会議実施回数	39回	現状維持	高齢者福祉課
	④ 地域自立支援協議会実施回数	2回	現状維持	福祉課
	⑤ 高齢者見守りネットワーク（だんだんネット）登録者数	4人	増加	高齢者福祉課
⑥ 要保護児童対策地域協議会（実務者会議）	3回	現状維持	こども家庭課	
2 自殺対策を支える人材の育成	関係職種対象研修会実施回数	6回	年1回以上	保険健康課
3 住民への啓発と周知	① 市民向けゲートキーパー研修会実施回数	10回	増加	
	② ゲートキーパー初級研修受講者数（缶バッチ付与者）	1,707人	増加	
	③ ゲートキーパーを知っている人の割合	14.6%	増加	
	④ 相談窓口を知っている人の割合	68.4%	増加	
	⑤ 睡眠による休養を十分にとれている人の割合	69.7%	増加	
	⑥ ストレス解消の方法を持っている人の割合	70.9%	増加	
	⑦ TVやスマートフォンなどを長時間利用している人の割合	高校生 24.4%	減少	

施策	評価項目	基準値	目標値	担当課	
		令和 6 (2024) 年度	令和 12 (2030) 年度		
3 住民への啓発と周知	⑧ 悩みを相談できる人がいる割合	小学生 93.8% 中学生 91.6% 高校生 94.2% 成人 89.8%	増加	保険健康課	
4 生きることの促進要因への支援	① 自殺死亡率	16.7 (H31~R5 平均)	13.0 (20%以上減少)	保険健康課	
	② 認知症カフェ実施回数	12 回	現状維持	高齢者福祉課	
	③ 家族のつどい実施回数	23 回	現状維持		
	④ 家族介護教室実施回数	2 回	現状維持		
	⑤ 介護予防普及啓発事業（生き生き教室）実施回数	4,172 回	現状維持		
	⑥ 精神保健に関する対応数	訪問 実 63 人 延 108 人	—	保険健康課	
		来所相談 実 103 人 延 232 人	—		
		電話相談 延 602 人	—		
		【再掲】	訪問 延 17 人		—
		⑦ 自殺未遂者等自殺関連についての対応数	来所相談 延 15 人		—
電話相談 延 12 人			—		
5 児童・生徒のSOSの出し方・受け止め方に関する教育	SOS出し方・受け止め方教育を実施している学校数	小学校 27/27 校中	現状維持	学校教育課	
		中学校 6/6 校中	現状維持		

【 重点施策 】

施策	評価項目	基準値	目標値	担当課
		令和 6 (2024) 年度	令和 12 (2030) 年度	
1 高齢者への支援	① 元気づくりサポーター数	224 人	現状維持	高齢者福祉課
	② 認知症サポーター数	13,374 人	増加	
	③ 認知症サポーター養成講座実施回数	20 回	現状維持	
	④ 認知症キャラバン・メイト連絡会実施回数	1 回	現状維持	
	⑤ 認知症キャラバン・メイト数	125 人	増加	
2 従業員や経営者への支援	産業分野への心の相談窓口周知回数	11 回	現状維持	保険健康課
3 生活困窮者への支援	① 暮らしの相談窓口相談件数（延べ）	609 件	—	福祉課
	② 生活保護相談件数	301 件	—	保護課
4 子どもや若者への支援	① 思春期の個別相談数	実 20 人 延 28 人	—	保険健康課
	② 思春期（高校）を対象とする健康教育実施回数	思春期保健講座 5 回	現状維持	
		18 歳.心と カラダの サポート講座 6 回	現状維持	

【1】宇和島市自殺対策連絡会設置要領

1 目的

自殺対策基本法を踏まえ、行政や関係機関・団体が連携協働し、総合的な自殺対策を推進し「だれもが充実した人生を過ごせるおもいやりのまちうわじま」を実現するため、「宇和島市自殺対策連絡会」（以下「連絡会」という。）を設置し、その運営に関し必要な事項を定めるものとする。

2 構成

連絡会は、その目的に賛同し活動を積極的に行う機関・団体で構成する。

- ① 医療分野
- ② 保健分野
- ③ 教育分野
- ④ 福祉分野
- ⑤ 地 域
- ⑥ 行 政

3 協議事項等

連絡会は次の事項について協議する。

- (1) 自殺対策計画の策定、進捗に関すること
- (2) 自殺対策推進のための情報交換及び連携協力に関すること
- (3) その他必要な事項

4 会議

連絡会は年1～2回開催する。

5 ワーキング部会

- (1) 連絡会にワーキング部会を置くことができる。
- (2) ワーキング部会は宇和島市保健福祉部、学校教育課等関係部局の担当で構成する。
- (3) ワーキング部会は自殺対策に関する具体的な検討や連絡会に付議する事案の調整を行う。
- (4) ワーキング部会は必要に応じて招集する。

6 事務局

連絡会の事務局は宇和島市役所保険健康課に置き、連絡会の運営に関する庶務を行う。

附則 この要領は、令和元年7月1日から施行する。

附則 この要領は、令和7年2月5日から改正する。

【2】自殺対策基本法

平成十八年法律第八十五号

第一章 総則

(目的)

第一条 この法律は、近年、我が国において自殺による死亡者数が高い水準で推移している状況にあり、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、これに対処していくことが重要な課題となっていることに鑑み、自殺対策に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、自殺対策の基本となる事項を定めること等により、自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的とする。

(基本理念)

第二条 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかげがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

2 自殺対策は、自殺が個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく、その背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、社会的な取組として実施されなければならない。

3 自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。

4 自殺対策は、自殺の事前予防、自殺発生の危機への対応及び自殺が発生した後又は自殺が未遂に終わった後の事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施されなければならない。

5 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

(国及び地方公共団体の責務)

第三条 国は、前条の基本理念(次項において「基本理念」という。)にのっとり、自殺対策を総合的に策定し、及び実施する責務を有する。

2 地方公共団体は、基本理念にのっとり、自殺対策について、国と協力しつつ、当該地域の状況に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。

3 国は、地方公共団体に対し、前項の責務が十分に果たされるように必要な助言その他の援助を行うものとする。

(事業主の責務)

第四条 事業主は、国及び地方公共団体が実施する自殺対策に協力するとともに、その雇用する労働者の心の健康の保持を図るため必要な措置を講ずるよう努めるものとする。

(国民の責務)

第五条 国民は、生きることの包括的な支援としての自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるよう努めるものとする。

(国民の理解の増進)

第六条 国及び地方公共団体は、教育活動、広報活動等を通じて、自殺対策に関する国民の理解を深

めるよう必要な措置を講ずるものとする。

(自殺予防週間及び自殺対策強化月間)

第七条 国民の間に広く自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるとともに、自殺対策の総合的な推進に資するため、自殺予防週間及び自殺対策強化月間を設ける。

2 自殺予防週間は九月十日から九月十六日までとし、自殺対策強化月間は三月とする。

3 国及び地方公共団体は、自殺予防週間においては、啓発活動を広く展開するものとし、それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

4 国及び地方公共団体は、自殺対策強化月間においては、自殺対策を集中的に展開するものとし、関係機関及び関係団体と相互に連携協力を図りながら、相談事業その他それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

(関係者の連携協力)

第八条 国、地方公共団体、医療機関、事業主、学校(学校教育法(昭和二十二年法律第二十六号)第一条に規定する学校をいい、幼稚園及び特別支援学校の幼稚部を除く。第十七条第一項及び第三項において同じ。)、自殺対策に係る活動を行う民間の団体その他の関係者は、自殺対策の総合的かつ効果的な推進のため、相互に連携を図りながら協力するものとする。

(名誉及び生活の平穩への配慮)

第九条 自殺対策の実施に当たっては、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない。

(法制上の措置等)

第十条 政府は、この法律の目的を達成するため、必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

(年次報告)

第十一条 政府は、毎年、国会に、我が国における自殺の概況及び講じた自殺対策に関する報告書を提出しなければならない。

第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等

(自殺総合対策大綱)

第十二条 政府は、政府が推進すべき自殺対策の指針として、基本的かつ総合的な自殺対策の大綱(次条及び第二十三条第二項第一号において「自殺総合対策大綱」という。)を定めなければならない。

(都道府県自殺対策計画等)

第十三条 都道府県は、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、当該都道府県の区域内における自殺対策についての計画(次項及び次条において「都道府県自殺対策計画」という。)を定めるものとする。

2 市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画(次条において「市町村自殺対策計画」という。)を定めるものとする。

(都道府県及び市町村に対する交付金の交付)

第十四条 国は、都道府県自殺対策計画又は市町村自殺対策計画に基づいて当該地域の状況に応じた自殺対策のために必要な事業、その総合的かつ効果的な取組等を実施する都道府県又は市町村に対し、当該事業等の実施に要する経費に充てるため、推進される自殺対策の内容その他の事項を勘案して、厚生労働省令で定めるところにより、予算の範囲内で、交付金を交付することができる。

第三章 基本的施策

(調査研究等の推進及び体制の整備)

第十五条 国及び地方公共団体は、自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するため、自殺の実態、自殺の防止、自殺者の親族等の支援の在り方、地域の状況に応じた自殺対策の在り方、自殺対策の実施の状況等又は心の健康の保持増進についての調査研究及び検証並びにその成果の活用を推進するとともに、自殺対策について、先進的な取組に関する情報その他の情報の収集、整理及び提供を行うものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策の効率的かつ円滑な実施に資するための体制の整備を行うものとする。

(人材の確保等)

第十六条 国及び地方公共団体は、大学、専修学校、関係団体等との連携協力を図りながら、自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上に必要な施策を講ずるものとする。

(心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進等)

第十七条 国及び地方公共団体は、職域、学校、地域等における国民の心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進並びに相談体制の整備、事業主、学校の教職員等に対する国民の心の健康の保持に関する研修の機会の確保等必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策で大学及び高等専門学校に係るものを講ずるに当たっては、大学及び高等専門学校における教育の特性に配慮しなければならない。

3 学校は、当該学校に在籍する児童、生徒等の保護者、地域住民その他の関係者との連携を図りつつ、当該学校に在籍する児童、生徒等に対し、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていくことについての意識の涵かん養等に資する教育又は啓発、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育又は啓発その他当該学校に在籍する児童、生徒等の心の健康の保持に係る教育又は啓発を行うよう努めるものとする。

(医療提供体制の整備)

第十八条 国及び地方公共団体は、心の健康の保持に支障を生じていることにより自殺のおそれがある者に対し必要な医療が早期かつ適切に提供されるよう、精神疾患を有する者が精神保健に関して学識経験を有する医師（以下この条において「精神科医」という。）の診療を受けやすい環境の整備、良質かつ適切な精神医療が提供される体制の整備、身体の傷害又は疾病についての診療の初期の段階における当該診療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、救急医療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、精神科医とその地域において自殺対策に係る活動を行うその他の心理、保健福祉等に関する専門家、民間の団体等の関係者との円滑な連携の確保等必要な施策を講ずるものとする。

(自殺発生回避のための体制の整備等)

第十九条 国及び地方公共団体は、自殺をする危険性が高い者を早期に発見し、相談その他の自殺の発生を回避するための適切な対処を行う体制の整備及び充実に必要な施策を講ずるものとする。

(自殺未遂者等の支援)

第二十条 国及び地方公共団体は、自殺未遂者が再び自殺を図ることのないよう、自殺未遂者等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

(自殺者の親族等の支援)

第二十一条 国及び地方公共団体は、自殺又は自殺未遂が自殺者又は自殺未遂者の親族等に及ぼす深刻な心理的影響が緩和されるよう、当該親族等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるも

のとする。

(民間団体の活動の支援)

第二十二條 国及び地方公共団体は、民間の団体が行う自殺の防止、自殺者の親族等の支援等に関する活動を支援するため、助言、財政上の措置その他の必要な施策を講ずるものとする。

第四章 自殺総合対策会議等

(設置及び所掌事務)

第二十三條 厚生労働省に、特別の機関として、自殺総合対策会議（以下「会議」という。）を置く。

2 会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

一 自殺総合対策大綱の案を作成すること。

二 自殺対策について必要な関係行政機関相互の調整をすること。

三 前二号に掲げるもののほか、自殺対策に関する重要事項について審議し、及び自殺対策の実施を推進すること。

(会議の組織等)

第二十四條 会議は、会長及び委員をもって組織する。

2 会長は、厚生労働大臣をもって充てる。

3 委員は、厚生労働大臣以外の国務大臣のうちから、厚生労働大臣の申出により、内閣総理大臣が指定する者をもって充てる。

4 会議に、幹事を置く。

5 幹事は、関係行政機関の職員のうちから、厚生労働大臣が任命する。

6 幹事は、会議の所掌事務について、会長及び委員を助ける。

7 前各項に定めるもののほか、会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

(必要な組織の整備)

第二十五條 前二条に定めるもののほか、政府は、自殺対策を推進するにつき、必要な組織の整備を図るものとする。

附 則 抄

(施行期日)

第一條 この法律は、公布の日から起算して六月を超えない範囲内において政令で定める日から施行する。

【3】宇和島市自殺対策連絡会名簿

(敬称略、順不同)

分野	所属	職種・職位	氏名
医療	正光会宇和島病院	理事長	渡部 三郎
	正光会宇和島病院	医師	山内 洋治
	市立宇和島病院	地域連携係長	川中 真紀
保健	宇和島保健所	課長	猪野 ユカリ
福祉	宇和島労働基準監督署	監督・安衛課長	中沢 大地
	宇和島商工会議所	事務局長兼総務課長	若宮 里美
地域	宇和島警察署	生活安全課長	平柳 勉
	宇和島地区広域事務組合消防本部	警防課長	川口 真
	南予子ども・女性支援センター	所長	清家 貴明
	社会福祉協議会	地域福祉課長	松田 伸一
	愛媛いのちの電話	副理事長	谷本 治
	民生委員代表	三間地区会長	與那原 浩
教育	宇和島市PTA連合会	会長	久徳 壮一郎
	宇和島市学校長	代表	藤原 泰幸
行政	保健福祉部	部長	横山 泰司

【4】策定経過

【令和7（2025）年度】

期日	項目	内容
7月2日（水）	第1回宇和島市自殺対策ワーキング部会	<ul style="list-style-type: none">・ 自殺の現状と宇和島市の取組について・ 令和7年度の取組報告及び意見交換・ 第2次宇和島市自殺対策計画について・ 庁内連携体制について
9月11日（木）	第2回宇和島市自殺対策ワーキング部会	<ul style="list-style-type: none">・ 宇和島市における自殺の現状と関連するデータ・ 宇和島市の自殺対策における取組の確認・ 意見交換
11月5日（水）	第1回宇和島市自殺対策連絡会	<ul style="list-style-type: none">・ 第2次自殺対策計画の骨子案について
12月3日（水）	第3回宇和島市自殺対策ワーキング部会	<ul style="list-style-type: none">・ 第2次自殺対策計画の素案について
1月28日（水）	第2回宇和島市自殺対策連絡会	<ul style="list-style-type: none">・ 第2次自殺対策計画の素案について
2月12日（木） ～2月26日（木）	パブリックコメント	<ul style="list-style-type: none">・ 「第2次自殺対策計画」の計画案について

第2次宇和島市自殺対策計画

発 行 / 令和8（2026）年3月
発 行 者 / 愛媛県 宇和島市 保健福祉部 保険健康課
〒798-8601 愛媛県宇和島市曙町1番地
電 話（0895）24-1111
FAX（0895）24-1124
