

資料編

- 1 「自死遺族の集い」のご案内
- 2 チェックリスト
- 3 参考図書
- 4 豊の国こころの“ホッ”とライン(相談窓口一覧表)
- 5 「生きやすい社会の実現を目指して」
～自殺総合対策大綱～




1 自死遺族の集い

自死遺族の集いのご案内

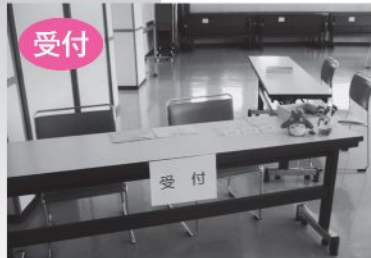
大分県では年間 300 人を超える方が自ら命を絶っている状況が続いています。

そのため、悲しみやつらさを抱えながら暮らしているご遺族も少なくないと思われます。

大分県精神保健福祉センターでは、ご遺族が少しでも心の安らぎを取り戻していただければと願い、遺族の方々が悲嘆を分かち合い共に過ごすことにより、心を癒し、他の人の経験に学び、これからの生き方や考え方を見いだすことを目的として“自死遺族の集い”を開催しています。

- 
- 日時** ※センターホームページ、新聞、市町村報でお知らせします。
- 会場** 大分県こころとからだの相談支援センター
(精神保健福祉センター)
- 住所** 大分市大字玉沢字平石 908 番地 (わさだタウンの近くです)
【交通】大分バス利用
大分駅前バス停 3 番のりばから約 20 分八幡田バス停下車徒歩 6 分
- 対象者** 大切な人を自死で亡くされたご遺族
- 内容** 分かち合い
- ・数名のグループで、気持ちの“分かち合い”を行います
 - ・匿名で参加できます
 - ・安心して参加できるように「秘密を守ること」等の“参加の約束”があります。詳しくは下記までお問い合わせください
- 参加費** 無料 (事前に参加の申し込みをお願いします)
- 申し込み・問い合わせ先**
大分県こころとからだの相談支援センター
☎ 097-541-6290 (相談専用)

会場の風景



情報コーナー



分かち合い



会場内の様子です。

○情報提供コーナーには、書籍やリーフレット、他県のつどいや、講演会情報などを展示しています。

参加してくださった方々の感想を一部許可をいただいて掲載しました。

皆さんも話して下さったし。
ただ聴いて下さった。
嬉しかったです。

何の心配もなく話せる場所があるというのは自分にとってとても居心地がよいです。

前回は参加して、自分の体験や気持ちを話せる場にまたきたいと思いました。



2 チェックリスト

手続き	届け先	期限	該当	完了
死亡届	市町役場	7日以内		
生命保険	生命保険会社	3年以内		
入院保険金	保険会社			
簡易保険	郵便局			
医療費控除の還付請求	税務署			
国民健康保険資格喪失届	市町役場	14日以内		
年金受給停止手続き	市町役場又は 社会保険事務所	10日以内		
介護保険の資格喪失届	市町役場	14日以内		
埋葬料 (国民健康保険加入)	市町役場	2年以内		
埋葬料 (社会健康保険加入)	社会保険事務所	2年以内		
遺族年金等 (国民健康保険加入)	市町役場	5年以内		
遺族年金等 (社会健康保険加入)	社会保険事務所	5年以内		
高額医療費の手続き (社会健康保険加入)	社会保険事務所			
医療費控除の手続き	税務署	4ヶ月以内		
相続税の申告	税務署			
所得税の準確定申告	税務署	4ヶ月以内		
名義変更手続き届	届け先	期限	該当	完了
世帯主の変更	市町役場	14日以内		
賃貸住宅・借地権・借家権	家主			

家屋の火災保険（名義変更）	損保会社			
自動車保険（自賠責・任意保険）	損保会社			
公共料金	電気・ガス・水道会社			
口座自動引落	個々の会社			
電話加入権	電話会社			
保証金	保証金の預け先			
各種免許・届出	管轄官庁			
株券・債券（遺産相続後）	証券会社・発行人			
不動産の名義変更（遺産相続後）	法務局			
預貯金の口座（遺産相続後）	金融機関			
ゴルフ会員権（遺産相続後）	所属ゴルフ場			
自動車（遺産相続後）	陸運局事務所			
自動車納税義務者	陸運局事務所			
NHK 受信料契約者（名義変更）	NHK			
やめる手続き	届け先	期限	該当	完了
クレジットカード	カード会社			
携帯電話	各電話会社			
運転免許証の返却	公安委員会			
キャッシュカード	金融機関			
リース・レンタル契約	各会社			

2 チェックリスト

パスポートの返却	都道府県の旅券課			
パソコンのプロバイダーの解約	事業会社の各営業所			
各種会員	各種関係機関			
裁判関係	届け先	期限	該当	完了
遺言書の検認・開封	弁護士・司法書士			
相続放棄等の申し立て	弁護士・司法書士			
分割協議の調停・審判、裁判外協議	弁護士			
遺留分減殺請求	弁護士			
登記関係	届け先	期限	該当	完了
不動産相続（名義変更）登記	司法書士			
所有権保存登記	司法書士			
建物表示（滅失）登記	土地家屋調査士			
土地分割登記	土地家屋調査士			
法人役員変更登記	司法書士			
不要不動産の売却処分	宅建業者			

(※) 注意点：条例等が改正される場合がありますので、必要書類等に関しては事前に各関係窓口に電話で確認を行ってください。戸籍謄本や住民票などは、各種手続きの際に必要な場合がありますので一度に揃えておくとう便利です。



3 参考図書

タイトル	出版社	備考
多重債務の正しい解決法	共栄書房	
わかりやすい自己破産（見る・読む・知るイラスト六法）	自由国民社	
自殺、そして遺された人々	新興医学出版社	
自殺予防カウンセリング	駿河台出版	
グリーフケア・ハンドブック	グリーフケア・サポートプラザ	
〈突然の死〉とグリーフケア	春秋社	
ストレス対処実践法- 認知療法によるアプローチ	チーム医療	
自ら逝ったあなた、遺された私- 家族の自死に向き合う	朝日選書	
自殺で家族を亡くして- 私たち遺族の物語	全国自死遺族総合支援センター	
自殺した子どもの親たち	青弓社	
傷ついたあなたへ わたしがわたしを大切にすること	レジリエンス刊 梨の木舎	
自傷と自殺- 思春期における予防と介入の手引き	金剛出版	
DVにさらされる子どもたち 加害者としての親が家族機能に及ぼす影響	金剛出版	
DV・虐待にさらされた子どものトラウマを癒す	明石書店	
DVと虐待- 「家族の暴力」に援助者ができること	医学書院	
子どもの喪失と悲しみを癒すガイド- 生きること・失うこと	創元社	
グリーフケア・マニュアル- 喪失の悲しみに向き合う	レジリエンス	
神様、なぜママを死なせたの- 一親に死なれた子ども達の声-	偕成社	
私たちの先生は子どもたち！- 子どもの「悲観」をサポートする本-	青海社	自死遺児向け
大切な人を亡くした子どもたちを支える 35 の方法	レジリエンス刊 梨の木舎	自死遺児向け
大切な人が死んじゃった- トレポー・ロメインの救急箱〈4〉	大月書店	自死遺児向け
「さよなら」を大切な人に言うんだ	法蔵館	自死遺児向け
「さよなら」っていわせて	大修館書店	自死遺児向け
わすれられないおくりもの	児童図書館・絵本の部屋	自死遺児向け

4 豊の国こころの“ホッ”とライン 相談窓口一覧

見つめ直してあなたのいのち

ひとりで悩まないで、あなたの気持ち、話してください

分野別	相談内容	相談窓口	電話番号	受付時間
こころ	さまざまな不安や悩み、心配ごと	大分いのちの電話	097-536-4343	毎日24時間対応
	生きる望みを失ったとき	フリーダイヤル『自殺予防いのちの電話』	0120-738-556	毎月10日 8:30～翌日8:00
	自死遺族の心の相談、遺族のつどいの紹介	県こころとからだの相談支援センター	097-541-6290	8:30～12:00 13:00～17:00(月～金)
法律	法的トラブルを解決するための情報提供	法テラス (日本司法支援センター)	コールセンター 0570-078374	9:00～21:00(月～金) 9:00～17:00(土)
		法テラス大分 (日本司法支援センター大分地方事務所)	050-3383-5520	9:00～17:00(月～金)
	総合法律相談	大分県弁護士会法律相談センター	097-536-1458	9:00～17:00(月～金)
	多重債務、家事事件、金銭請求等	大分県司法書士総合相談センター	097-533-4110	10:00～15:00(月～金)
金融・経営	多重債務に関する相談	九州財務局大分財務事務所 多重債務相談窓口	097-532-7188	9:00～17:00(月～金)
		NPO 法人 クレジット・サラ金被害者の会 まなびの会	097-534-8174	17:00～19:00(月～木) 13:00～17:00(土)
	中小企業相談	大分県商工会議所連合会	097-536-3131	9:00～17:00(月～金)
	中小企業ならびに中小企業組合	大分県中小企業団体中央会	097-536-6331	8:30～17:15(月～金)
	商工業者の経営改善相談	大分県商工会連合会	097-534-9507	8:30～19:00(月～金)
仕事・職場	職場におけるメンタルヘルス	メンタルヘルス対策支援センター (大分産業保健推進センター内)	097-533-8300	13:00～17:00(月～金)
	労働問題に関する相談	総合労働相談コーナー (大分労働局総務部企画室)	097-536-0110	8:30～17:15(月～金)
		大分総合労働相談コーナー (大分労働基準監督署)	097-535-1512	8:30～17:15(月～金)
		中津総合労働相談コーナー (中津労働基準監督署)	0979-22-2720	8:30～17:15(月～金)
		佐伯総合労働相談コーナー (佐伯労働基準監督署)	0972-22-3421	8:30～17:15(月～金)
		日田総合労働相談コーナー (日田労働基準監督署)	0973-22-6191	8:30～17:15(月～金)
		豊後大野総合労働相談コーナー (豊後大野労働基準監督署)	0974-22-0153	8:30～17:15(月～金)
	セクシュアルハラスメントなどに関する相談	大分労働局雇用均等室	097-532-4025	8:30～17:15(月～金)
労働者、使用者の労働相談	労政・相談情報センター (県労福祉課)	0120-601-540	8:30～17:15(月～金)	

分野別	相談内容	相談窓口	電話番号	受付時間
青少年・子ども	児童虐待や児童の保護等に関する相談	中央児童相談所	097-544-2016	24時間電話対応(緊急時)
		中津児童相談所	0979-22-2025	24時間対応
	子どもの悩みを持つ保護者、少年自身、犯罪被害に遭った少年少女の悩み	大分っ子フレンドリー本部サポートセンター(大分県警察本部)	097-532-3741	9:15~18:00(月~金)
		大分っ子フレンドリー県北サポートセンター	0979-24-3741	9:15~18:00(月~金)
青少年・子ども	いじめ、不登校など子どもの教育問題	いじめ・不登校相談(県教育センター)	097-503-8987 097-569-0829	9:00~17:00(月~金)
		いじめ不登校対策相談室(竹田)	0974-63-2189	9:30~17:00(月~金)
		いじめ不登校対策相談室(日田)	0973-23-7631	9:30~17:00(月~金)
	子どもの人権	子どもの人権110番(大分地方法務局)	0120-007-110	8:30~17:15(月~金)
ニート・ひきこもり	ニート等若年(15~39歳程度)無業者の就労相談	おおいた地域若者サポートステーション	097-533-2622	10:00~17:00(月~金)
		青少年自立支援センター(おおいたセンター)	097-534-4650	10:00~18:00(月~土)
	不登校、ひきこもりに関する相談	青少年自立支援センター(県北センター)	0979-53-7667	10:00~18:00(月~土)
高齢者	高齢者やその家族の様々な悩み	シルバー110番(大分県社会福祉介護研修センター)	097-558-7788	8:30~17:00(火~日)
障がい者	障がい者の人権や財産等	障がい者110番(大分県障害者社会参加推進センター)	097-558-7005	9:30~17:00(月~金)
難病	難病に関する相談	大分県難病連相談センター(NPO法人 大分県難病患者団体連絡協議会)	097-535-8755	10:00~16:00(月~金)
		大分県難病相談・支援センター(大分大学医学部附属病院内)	097-535-8071	9:00~17:00(月~金)
人権	人権問題全般	大分地方法務局人権擁護課	097-532-3368	8:30~17:15(月~金)
女性	DV、セクハラ、ストーカー等女性の人権	女性の人権ホットライン(大分地方法務局)	0570-070-810	8:30~17:15(月~金)
	配偶者からの暴力、DV(ドメスティックバイオレンス)等	大分県婦人相談所	097-544-3900	9:00~21:00(月~金) 13:00~21:00(土日祝)
	DV、セクハラ、ストーカー、性被害	NPO法人 えばの会	097-532-1080	10:00~15:00(土、日)
	女性が抱える様々な悩み	女性総合相談(アイネス)	097-534-8874	9:00~16:30(月~金)
継続	悪質商法、多重債務等	消費生活相談(アイネス)	097-534-0999	9:00~17:30(月~金)
生活	様々な悩み事	県民相談(アイネス)	097-534-9291	9:00~17:30(月~金)
犯罪被害者	犯罪被害者への各種支援	法テラス(日本司法支援センター)	支援ダイヤル 0570-079714	9:00~21:00(月~金) 9:00~17:00(土)
		法テラス大分(日本司法支援センター大分地方事務所)	050-3383-5520	9:00~17:00(月~金)
	犯罪被害者、家族等の悩みの相談	社団法人大分被害者支援センター	097-532-7711	10:00~16:00(月~金)

4 豊の国こころの“ホッ”とライン 相談窓口一覧

分類別	相談内容	相談窓口	電話番号	受付時間
生活安全	警察安全相談 DV、ストーカー、ヤミ金、 悪質商法などの相談	大分県警察本部広報課 (総合相談)	097-534-9110 (短箱 #9110)	9:30 ~ 18:00 (月~金)
		大分県警察本部広報課 (生活安全相談)	097-537-4107	9:30 ~ 18:00 (月~金)
		大分県警察本部広報課 (悪質商法相談)	097-534-5110	9:30 ~ 18:00 (月~金)
精神保健	心の健康づくり相談	こころの電話（県こころと からだの相談支援センター）	097-542-0878	9:30 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00 (月~金)
	精神保健福祉に関する相談 (うつ、依存症等)	県こころとからだの相談支 援センター相談電話	097-541-6290	8:30 ~ 12:00 13:00 ~ 17:00 (月~金)
	こころとからだの健康	東部保健所	0977-67-2511	8:30 ~ 17:15 (月~金)
		東部保健所 国東保健部	0978-72-1127	8:30 ~ 17:15 (月~金)
		中部保健所	0972-62-9171	8:30 ~ 17:15 (月~金)
		中部保健所 由布保健部	097-582-0660	8:30 ~ 17:15 (月~金)
		南部保健所	0972-22-0562	8:30 ~ 17:15 (月~金)
		豊肥保健所	0974-22-0162	8:30 ~ 17:15 (月~金)
		西部保健所	0973-23-3133	8:30 ~ 17:15 (月~金)
		北部保健所	0979-22-2210	8:30 ~ 17:15 (月~金)
北部保健所 豊後高田保健部	0978-22-3165	8:30 ~ 17:15 (月~金)		
大分市保健所	097-536-2852	8:30 ~ 17:00 (月~金)		
精神科の救急医療に関する 相談	精神科救急電話相談センター	097-541-1179	17:00 ~ 21:00 (月~土) 9:00 ~ 21:00 (日、祝)	

《お問い合わせ先》 大分県福祉保健部障害福祉課 TEL : 097-506-2733
FAX : 097-506-1740

「大分県自殺予防対策強化事業」(H22.8)

* MEMO *

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



「生きやすい社会」の 実現を目指して

～自殺総合対策大綱を策定しました～

9月10日から9月16日は
自殺予防週間です

内閣府自殺対策推進室

1. 自殺をめぐる現状

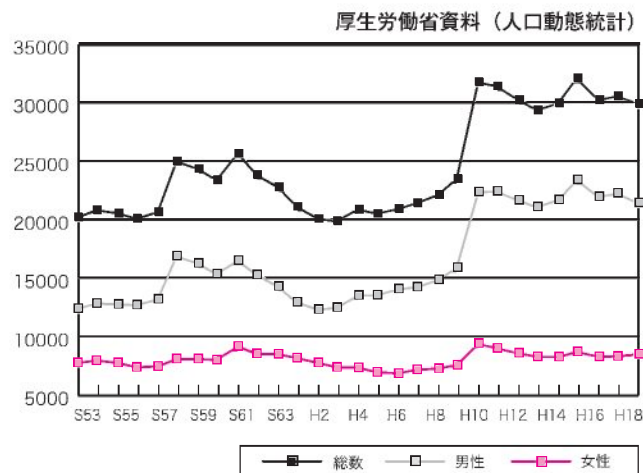
1 我が国の自殺の現状

平成10年に年間の自殺者数が3万人を超え、その後も高い水準が続いています。

自殺者数の推移

	総数	男性	女性
S53	20,199	12,409	7,790
S54	20,823	12,851	7,972
S55	20,542	12,769	7,773
S56	20,096	12,708	7,388
S57	20,668	13,203	7,465
S58	24,985	16,876	8,109
S59	24,344	16,251	8,093
S60	23,353	15,356	8,027
S61	25,667	16,499	9,168
S62	23,831	15,281	8,550
S63	22,795	14,290	8,505
H1	21,125	12,939	8,186
H2	20,068	12,316	7,772
H3	19,875	12,477	7,398
H4	20,893	13,516	7,377
H5	20,516	13,540	6,976
H6	20,823	14,058	6,865
H7	21,420	14,231	7,189
H8	22,138	14,853	7,285
H9	23,494	15,901	7,593
H10	31,755	22,349	9,406
H11	31,413	22,402	9,011
H12	30,251	21,856	8,595
H13	29,375	21,085	8,290
H14	29,949	21,877	8,272
H15	32,109	23,396	8,713
H16	30,247	21,955	8,292
H17	30,553	22,236	8,317
H18	29,921	21,419	8,502

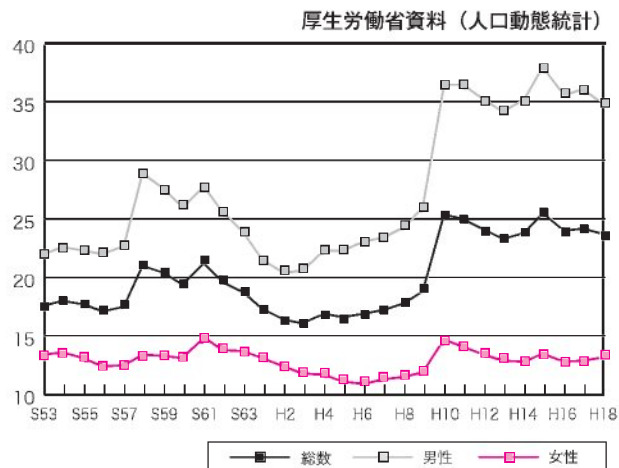
※警察庁資料（自殺の概要）では、平成18年中の自殺者数は32,155人で、9年連続3万人を超えています。



自殺死亡率の推移

	総数	男性	女性
S53	17.6	22.0	13.4
S54	18.0	22.8	13.6
S55	17.7	22.3	13.1
S56	17.1	22.0	12.4
S57	17.5	22.7	12.5
S58	21.0	23.9	13.4
S59	20.4	27.6	13.3
S60	19.4	26.0	13.1
S61	21.2	27.8	14.9
S62	19.6	25.6	13.8
S63	18.7	23.8	13.7
H1	17.3	21.5	13.1
H2	16.4	20.4	12.4
H3	16.1	20.6	11.8
H4	16.9	22.3	11.7
H5	16.6	22.3	11.1
H6	16.9	23.1	10.9
H7	17.2	23.4	11.3
H8	17.8	24.3	11.5
H9	18.8	26.0	11.9
H10	25.4	36.5	14.7
H11	25.0	36.5	14.1
H12	24.1	35.2	13.4
H13	23.3	34.2	12.9
H14	23.8	35.2	12.8
H15	25.5	38.0	13.5
H16	24.0	35.6	12.8
H17	24.2	36.1	12.9
H18	23.7	34.8	13.2

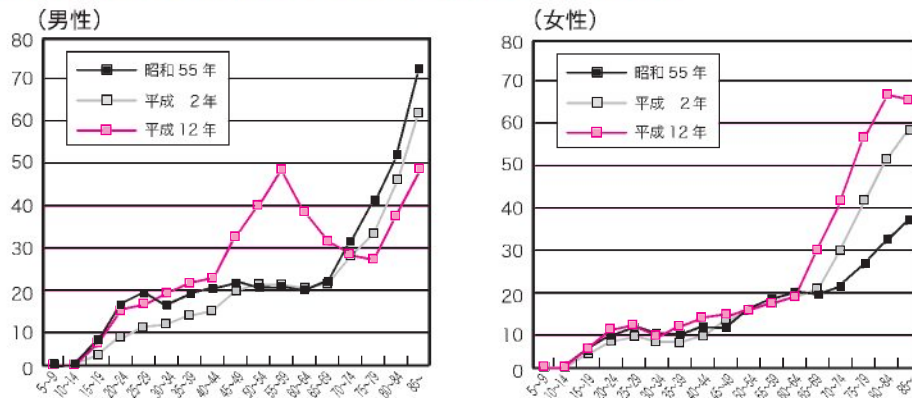
※自殺死亡率とは人口10万人当たり自殺者数のことです



2 世代別の自殺の現状

- ・将来ある子どもの自殺や20歳代、30歳代を中心にインターネット自殺が問題化しています。
- ・心理的、社会的負担の大きい中高年男性が、自殺者急増の主要因です。
- ・高齢者は、健康問題に加え、介護・看病疲れも課題となっています。

自殺者数の急増前と現在の自殺死亡率の比較 厚生労働省資料（人口動態統計）

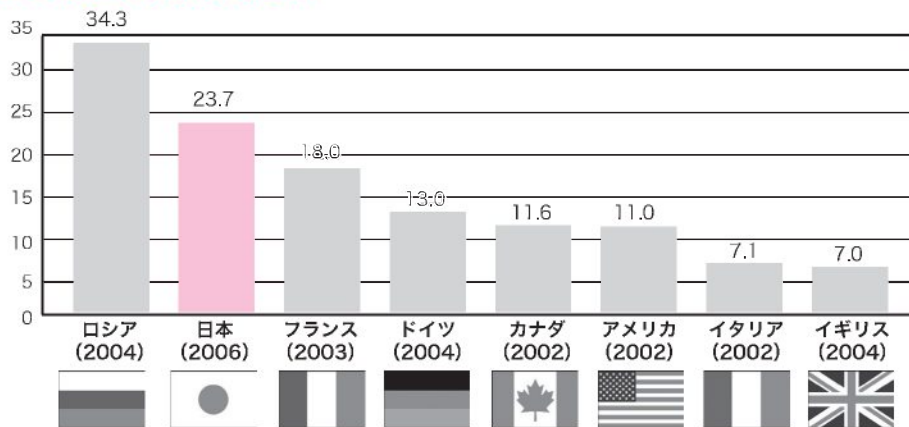


3 諸外国との比較

我が国の自殺死亡率は、欧米の先進諸国と比較すると高い水準にあります。

G8 諸国の自殺死亡率

WHO ホームページ参照

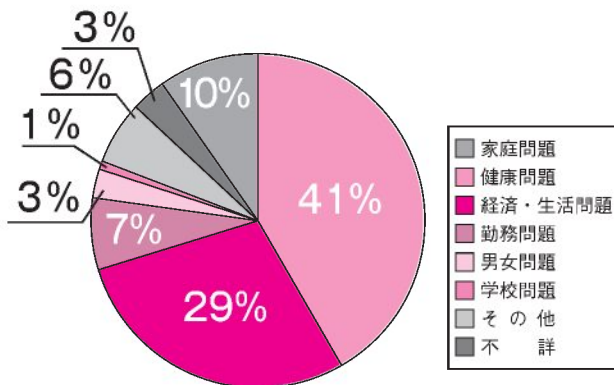


2. 3つの基本認識

1 自殺は追い込まれた末の死

- ・自殺は個人の自由な意思や選択の結果と思われがちですが、実際には、様々な要因が複雑に関係して、心理的に追い込まれた末の死と言えます。
- ・自殺者の多くは、自殺の直前にうつ病などの精神疾患を発症しています。

自殺の原因・動機別の割合（平成18年）



原因・動機（遺書あり）

H18	家庭問題	健康問題	経済・生活問題	勤務問題	男女問題	学校問題	その他	不詳
10,466	1,043	4,341	3,010	709	295	91	645	332

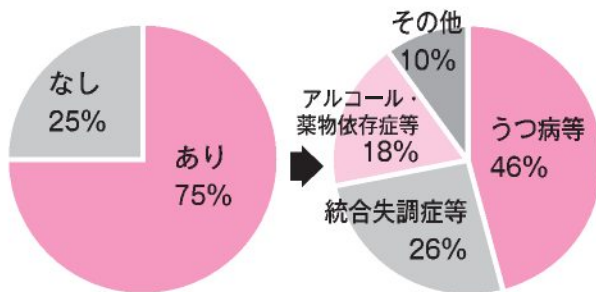
警察庁資料（平成18年中における自殺の概要）

2 自殺は防ぐことができる

制度・慣行の見直しや相談・支援体制の整備など社会的な取組とうつ病などの精神疾患への適切な治療により、自殺を防ぐことが可能です。

自殺の背景としてのうつ病

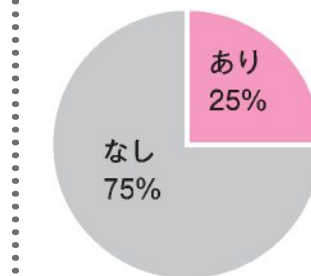
（精神障害の有無）



自殺企図者の75%に精神障害 精神障害の約半数がうつ病等

『自殺の危険因子としての精神障害
—生命的危険性の高い企図手段をもちいた自殺失敗者の診断学的検討—』
飛鳥井 望（精神神経誌 96.415-443、1994）

（医療機関への受診の有無）



うつ病などを経験した人の4人に3人は医療機関で治療を受けていない

『心の健康問題と対策基盤の実態に関する研究』主任研究者 川上 憲人
（平成14年度厚生労働科学特別研究事業）

3 自殺を考えている人は悩みを抱え込みながらもサインを発している

- ・自殺を図った人が、精神科医などの専門家に相談している例は少ないと言われています。
- ・家族や職場の同僚など身近な人は、自殺のサインに気づいていることも多く、この気づきを自殺予防につなげていくことが課題です。

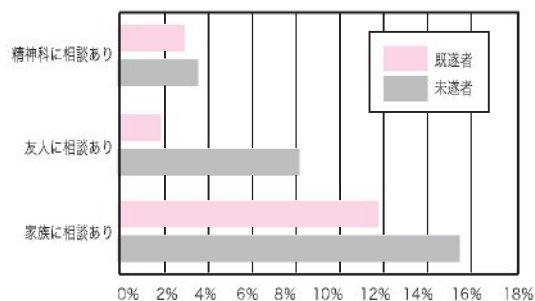
自殺予防の十箇条

自殺のサイン（自殺予防の十箇条）

（次のようなサインを数多く認める場合は、自殺の危険が迫っています。）

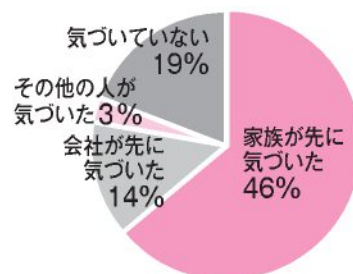
- 1 うつ病の症状に気をつけよう（気分が沈む、自分を責める、仕事の能率が落ちる、決断できない、不眠が続く）
- 2 原因不明の身体の不調が長引く
- 3 酒量が増す
- 4 安全や健康が保てない
- 5 仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
- 6 職場や家庭でサポートが得られない
- 7 本人にとって価値あるもの（職、地位、家族、財産）を失う
- 8 重症の身体の病気にかかる
- 9 自殺を口にする
- 10 自殺未遂におよぶ

自殺前の相談の状況



『自殺企図の実態と予防介入に関する研究』
主任研究者 保坂 隆（平成 18 年度こころの健康科学研究事業）

周囲の気づきの有無



『労働者における自殺予防に関する研究
—労災請求患者調査より—』
黒木 宣夫（平成 16 年度こころの健康科学研究事業、
自殺企図の実態と予防介入に関する研究分担研究）

3. 6つの基本的考え方

1 社会的要因も踏まえ総合的に取り組む

- ・働き方の見直しや再チャレンジが可能な社会を構築し、失業や多重債務等の相談支援体制を充実させます。
- ・うつ病の早期発見、早期治療を推進します。
- ・命の大切さの理解を深めるとともに、自殺や精神疾患に対する正しい知識を普及・啓発し、偏見をなくすように取り組みます。
- ・適切な自殺報道が行われるようマスメディアの自主的な検討のための取組が期待されます。

2 国民一人ひとりが自殺予防の主役となるよう取り組む

自殺を考えている人のサインに早く気づき、精神科医等の専門家につなぎ、その指導を受けながら見守っていくことが重要です。

3 自殺の事前予防、危機対応に加え、未遂者や遺族への事後対応に取り組む

未遂者や遺族への事後対応については、再度の自殺や後追い自殺を防ぐことも期待され、将来の事前予防につながります。

4 自殺を考えている人を関係者が連携して包括的に支える

自殺にはいくつもの要因が複雑に関係しており、様々な分野の人々や組織が密接に連携して、包括的な取組を実施する必要があります。

5 自殺の実態解明を進め、その成果に基づき施策を展開する

自殺の実態は未だ明らかでない部分が多く、実態解明のための調査研究を進めつつ、当面はこれまでの知見に基づき施策を展開していきます。

6 中長期的視点に立って、継続的に進める

諸外国の例を見ても、自殺予防に即効性のある施策はないと言われています。自殺対策は、中長期的視野に立って継続的に実施する必要があります。

「WHOによる自殺予防の手引き」(マスメディアのための手引き)(抜粋)

● ぜひすべきこと

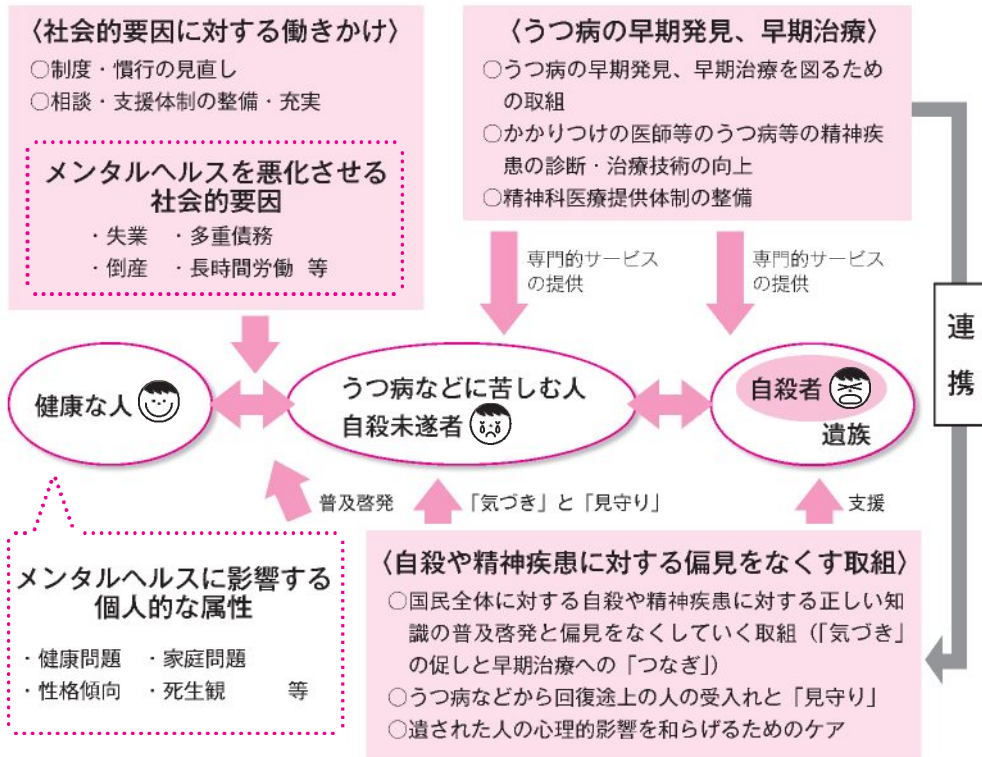
- ・ 事実を報道する際に、精神保健の専門家と緊密に連絡をとる。
- ・ 自殺に関して「既遂」という言葉を用いる。「成功」という言葉を用いない。
- ・ 自殺に関連した事実のみを扱う。一面には掲載しない。
- ・ 自殺以外の他の解決法に焦点を当てる。
- ・ 電話相談や他の地域の援助機関に関する情報を提供する。
- ・ 自殺の危険因子や警戒兆候に関する情報を伝える。

● してはならないこと

- ・ 遺体や遺書の写真を掲載する。
- ・ 自殺を非難する。
- ・ 単純化した原因を報道する。
- ・ 自殺方法を詳しく報道する。
- ・ 宗教的・文化的な固定観念を当てはめる。
- ・ 自殺を美化したりセンセーショナル報道する。

※ WHO (世界保健機関)

自殺総合対策のイメージ



4. 当面の重点施策（9項目）

1 自殺の実態を明らかにする

- ・実態解明のための調査の実施
- ・情報提供体制の充実
- ・児童生徒の自殺予防についての調査の推進
- ・脳科学等様々な分野からのうつ病等精神疾患の病態解明及び診断・治療技術の開発・普及

2 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す

- ・自殺予防週間（9月10日からの一週間）の設定と啓発事業の実施
- ・児童生徒の自殺予防に資する教育の実施
- ・うつ病に関する普及啓発の実施



3 早期対応の中心的役割を果たす人材（ゲートキーパー）を養成する

- ・かかりつけの医師等のうつ病等の精神疾患の診断・治療技術の向上
- ・教職員への普及啓発等の実施
- ・介護支援専門員等への研修
- ・多重債務、失業、経営難に関する相談員の資質の向上

4 心の健康づくりを進める

- ・労働者が相談しやすい環境整備等の職場におけるメンタルヘルス対策の推進
- ・精神保健福祉センター等地域の心の健康相談に関する窓口の充実
- ・スクールカウンセラーの配置等学校における相談体制の充実

5 適切な精神科医療を受けられるようにする

- ・精神科医をサポートする人材養成など精神科医療体制の充実
- ・うつ病の受診率の向上
- ・うつ病スクリーニングの実施
- ・慢性疾患患者等に対する支援

6 社会的な取組で自殺を防ぐ

- ・地域における相談しやすい体制整備の促進
- ・多重債務者、失業者の相談窓口の充実
- ・経営者の再チャレンジ支援
- ・ホームドア・ホーム柵の普及
- ・インターネット上の自殺予告事案への対応等
- ・介護者への支援の充実
- ・いじめ電話相談等の体制整備
- ・ニート状態の若者の自立支援



可動式ホーム柵

7 自殺未遂者の再度の自殺を防ぐ

- ・救急医療施設における精神科医による診療体制等の充実
- ・家族等身近な人の見守りに対する支援

8 遺された人の苦痛を和らげる

- ・自殺者の遺族のための自助グループの運営支援
- ・学校、職場での自殺発生直後の身近な人へのケア等事後対応の促進
- ・遺族のための相談窓口一覧や民間団体の連絡先を掲載したパンフレットの作成・配布

9 民間団体との連携を強化する

- ・民間団体の人材育成に対する支援
- ・地域における公的機関との連携体制の確立
- ・民間団体の電話相談事業への支援
- ・民間団体の先駆的・試行的取組に対する支援



自殺防止呼びかけ箱

**平成 28 年までに、基準年である平成 17 年の自殺死亡率を
20% 以上減少させることを目標としています。**

なお、一人でも多くの自殺を考えている人を救うため、早期の目標達成に努力します。目標を達成した場合、大綱の見直し期間にかかわらず、目標を見直します。

5. 推進体制

1 国における推進体制

関係行政機関相互の緊密な連携・協力、地方公共団体や民間団体との連携を図りつつ、総合的な自殺対策を進めていきます。

2 地域における連携・協力

関係者の連携・協力の下、地域の特性に応じた実効性の高い施策を推進することが重要です。

3 大綱の評価、見直し

民間有識者の意見を反映させつつ、施策の見直しや改善に努めます。また、5年を目途に大綱の見直しを行います。

自殺総合対策の推進体制



自殺対策基本法(平成18年10月施行)の概要

○目的

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に対する支援の充実を図り、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

○基本理念

- ①個人的な問題としてのみとらえるべきものではなく、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
- ②自殺の実態に即して実施
- ③事前予防、危機への対応及び事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施
- ④関係する者の相互の密接な連携の下に実施

○関係者の責務

- ①自殺対策について、国、地方公共団体、事業主、国民のそれぞれの責務を規定
- ②政府は、自殺対策の大綱を定めるとともに、毎年、自殺対策の状況について国会に報告

○基本的施策

- ①調査研究の推進等
- ②国民の理解の増進
- ③人材の確保等
- ④心の健康の保持に係る体制の整備
- ⑤医療提供体制の整備
- ⑥自殺発生回避のための体制の整備
- ⑦自殺未遂者に対する支援
- ⑧自殺者の親族等に対する支援
- ⑨民間団体の活動に対する支援

○内閣府に自殺総合対策会議を設置

- ・会長 内閣官房長官
- ・委員 国務大臣のうちから内閣総理大臣が指定した者
- ・所掌事務 大綱の案の作成
関係行政機関相互の調整
自殺に関する重要事項を審議し、自殺対策の実施を推進

自殺対策の経緯

- 平成8年 WHO「自殺予防のためのガイドライン」公表
- 平成12年3月 「健康日本21」の中で自殺予防に取り組む
- 平成14年12月 厚生労働省自殺防止対策有識者懇談会報告「自殺予防に向けての提言」
- 平成17年7月 参議院厚生労働委員会「自殺に関する総合対策の緊急かつ効果的な推進を求める決議」
- 平成17年9月 自殺対策関係省庁連絡会議設置(内閣官房副長官の下、11省庁の局長級13名)
- 平成17年12月 「自殺予防に向けての政府の総合的な対策について」をとりまとめ(関係省庁連絡会議)
- 平成18年6月 民間団体が「自殺対策の法制化を求める10万余の署名」を扇千景参議院議長へ提出
- 平成18年6月 「自殺対策基本法」成立(全会一致で可決)
- 平成19年4月 内閣府自殺総合対策の在り方検討会報告書「総合的な自殺対策の推進に関する提言」
- 平成19年6月 「自殺総合対策大綱」閣議決定
- 平成19年9月 第1回自殺対策シンポジウム開催(内閣府主催)

自殺予防総合対策センター

- ・自殺対策の情報発信と調査研究の拠点
- ・電話 042-341-2712 (内線6300)
- ・ホームページ <http://www.ncnp.go.jp/ikiru-hp/index.html>

- 天本 宏 日本医師会常任理事
五十里 明 全国衛生部長会会長・愛知県健康福祉部健康担当局長
鞠養 啓子 昭和女子大学教授・学校臨床心理士
河野 啓子 日本産業衛生学会産業看護部会長・四日市看護医療大学学長
斎藤友紀雄 日本いのちの電話連盟常務理事
清水 康之 NPO法人自殺対策支援センター ライフリンク代表
高橋 信雄 JFEスチール株式会社安全衛生部部長
高橋 祥友 防衛医科大学校教授
中桐 孝郎 日本労働組合総連合会雇用法制対策局次長

(座長)

- 中村 桂子 JT生命誌研究館館長
樋口 輝彦 国立精神・神経センター総長
南 砂 読売新聞東京本社編集委員
本橋 豊 秋田大学医学部教授

(平成19年4月9日当時、五十音順、敬称略)

第1回自殺対策シンポジウム(平成19年9月)



9月10日～9月16日は
自殺予防週間です

3月は
自殺対策強化月間です