

# 第2期弘前市自殺対策計画 【概要版】

～誰も自殺に追い込まれることのない弘前市の実現を目指して～  
2024（令和6）年度 ～ 2028（令和10）年度



## ●計画策定の背景と趣旨

2016（平成28）年4月に自殺対策基本法が改正され、全ての都道府県及び市町村に自殺対策計画の策定が義務付けられたことを受け、市では、2019（令和元）年に「弘前市自殺対策計画」を策定し、「誰も自殺に追い込まれることのない弘前市の実現」を目指して取り組んできましたが、計画期間が満了することに伴い、このたび新たに「第2期弘前市自殺対策計画」を策定しました。

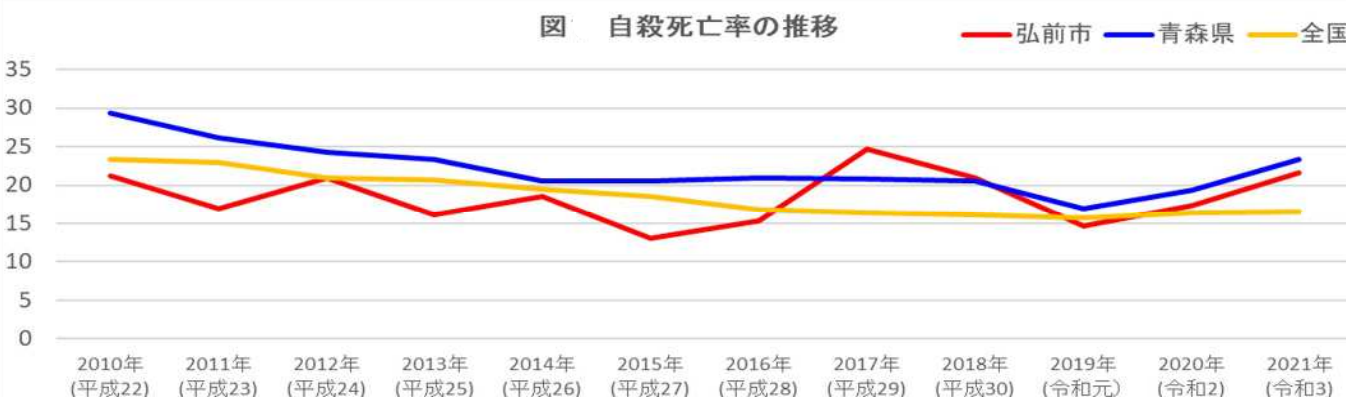
## ●弘前市の現状と課題

当市の自殺死亡率（人口10万対）は、2010（平成22）年以降、全国平均と比べて低い傾向で推移していたものの、2017（平成29）年以降は、概ね高い傾向で推移しています。（図）

また、全国的な傾向と同様に、働き盛りの男性における自殺死亡率が多いほか、ここ数年、全国的な新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴う行動制限や経済活動の停滞等の影響により、生活面の変化や経済的問題等が発生し、それに対応する難しさ等から自殺死亡者数が増加したものと考えられます。

これらの現状を踏まえ、今後も自殺防止に向けた対策をより一層強化し、着実に推進していく必要があります。

図 自殺死亡率の推移



【弘前市・青森県】青森県保健統計年報  
【全国】人口動態統計(確定数)の概況

## ●計画の目標

当市においては、近年自殺死亡率の増減が著しいことから、直近の過去5年間の平均値を基準値とし、国の自殺総合対策大綱に倣い、当該基準値から約30%減少させることを目標にします。

	基準値		目標値
年	2017～2021年		2024～2026年
自殺死亡率	19.8	➔	13.9
自殺死亡者数	34人		24人
基準年対比	100%		約70%

●弘前市自殺対策の体系図

総合計画基本構想  
将来都市像

みんなで創り みんなをつなぐ あずましいりんご色のまち

後期基本計画  
の基本方針

- (1) 市民の「いのち」を大切にする
- (2) 市民の「暮らし」を支える
- (3) 次の時代を託す「ひと」を育てる

部門計画

弘前市自殺対策計画

自殺対策の基本方針

- 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。  
個別の施策は、「社会制度」「地域連携」「対人支援」の3つのレベルを有機的に連携させることで、総合的に推進する。
- 4 実践と啓発を両輪として推進する。
- 5 市、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。

施 策

基本施策	施策項目	重点対象群施策	施策項目
1 自殺対策を支える人材の育成	①気づき・見守りができる人材の育成 ②支え合いの地域づくり支援	1 子ども・若者対策	①児童・生徒・学生などへの相談や支援 ②経済的困難を抱える子どもなどへの支援 ③社会全体で子ども・若者の自殺リスクを減らす取組
2 住民への啓発と周知	①こころの健康づくり・生きる支援についての知識の普及・啓発 ②次世代からの教育・普及啓発	2 生活困窮者・無職者・失業者対策	①多分野多機関のネットワークによる包括的支援 ②生活困窮を抱えたハイリスク者に対する支援制度の周知及び相談や支援
3 生きることの促進要因への支援	①健康に関する相談や支援 ②生活・経済・仕事に関する相談や支援 ③子ども・子育てに関する相談や支援 ④その他の相談や支援	3 高齢者対策	①包括的な支援のための連携推進 ②地域における要介護者に対する支援 ③高齢者の健康不安に対する支援 ④社会参加の強化と孤独・孤立の予防 ⑤生活不安を抱える高齢者に対する生活支援
4 児童生徒のSOSの出し方に関する教育	①SOSの出し方に関する教育の推進 ②教職員等に対する普及啓発	4 女性対策	①妊産婦に対する相談や支援 ②困難な問題を抱える女性への相談や支援
5 地域におけるネットワークの強化	①自殺の危険がある人を早期に関係機関へつなぐ連携強化 ②自殺未遂者や遺された人への支援		
生 き る 支 援 事 業			

自殺対策の基本方針を踏まえ、いのち支える自殺対策の取組として、5つの基本施策と4つの重点対象群施策に基づき、生きる支援事業を展開していきます。

### ●基本施策1 自殺対策を支える人材の育成

様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対して、早期の「気づき」ができる人材を育成します。

また、安心して暮らせるまちづくり、居場所づくりを支援し、身近な人の悩みやこころの危険信号に気づき、見守り、つなげることができる地域づくりを推進します。

- ① 気づき・見守りができる人材の育成
- ② 支え合いの地域づくり支援

### ●基本施策2 住民への啓発と周知

市民の誰もがこころの健康の重要性を認識し、自らのこころの不調に気づき対処できるよう、こころの健康づくりについて正しい知識を深めるための啓発を推進します。

また、周りにいる人がこころの不調に気付いて相談機関につなぐことができるよう、相談に関する普及啓発を実施します。

- ① こころの健康づくり・生きる支援についての知識の普及・啓発
- ② 次世代からの教育・普及啓発

### ●基本施策3 生きることの促進要因への支援

様々な分野における相談体制の充実と相談窓口に関する情報の発信、孤独・孤立のリスクを抱える人への居場所づくりなどを充実させ、「生きることの阻害要因」を減らすとともに、「生きることの促進要因」を増やす取組を実践します。

- ① 健康に関する相談や支援
- ② 生活・経済・仕事に関する相談や支援
- ③ 子ども・子育てに関する相談や支援
- ④ その他の相談や支援



### ●基本施策4 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

児童・生徒が様々な困難・ストレスに直面した時に、信頼できる大人に助けを求めることができるよう、子どもの頃からSOSを出せる環境づくりを行います。

また、大人が子どものSOSを察知して、適切な支援につなげることの必要性について理解を促します。

- ① SOSの出し方に関する教育の推進
- ② 教職員等に対する普及啓発



### ●基本施策5 地域におけるネットワークの強化

自殺対策の推進にあたっては、その担い手となる人材や関係機関が連携し、各地域の実情に合わせた支援を行うことが重要です。自殺リスクの高い人だけでなく、生活全般において何らかの支援が必要な人を早期に発見し、具体的な支援へとつなげ、自殺リスクにつながる前に問題解決が図られる体制を構築するために、関係機関との情報共有、連携及びネットワークの強化を図ります。

また、身近な人を失った経験をした自死遺族に対し、こころのケアや支援を行います。

- ① 自殺の危険がある人を早期に関係機関へつなぐ連携強化
- ② 自殺未遂者や遺された人への支援

### ●重点対象群施策1 子ども・若者対策

当市では、20歳代の学生の自殺死亡率が、全国や青森県に比べ高い傾向にあります。  
その背景として、当市には、多数の高等教育機関が設置され、その学生数は約1万名と多いことから、これらの学生についても予防対策を推進していきます。

- ① 児童・生徒・学生などへの相談や支援
- ② 経済的困難を抱える子どもなどへの支援
- ③ 社会全体で子ども・若者の自殺リスクを減らす取組



### ●重点対象群施策2 生活困窮者・無職者・失業者対策

自殺のリスクを高める生活困窮の背景には、多重債務、依存症、介護、障がい、精神疾患、虐待、労働など様々な問題があり、その問題を複合的に抱える場合も多いほか、生活困窮は経済的な困窮にとどまらないことから、自殺対策の推進にあたっては、自殺対策担当部門と生活困窮者自立支援担当部門のほか、様々な関係機関と緊密に連携しながら、それぞれの悩みに応じた相談支援を行います。

- ① 多分野多機関のネットワークによる包括的支援
- ② 生活困窮を抱えたハイリスク者に対する支援制度の周知及び相談や支援

### ●重点対象群施策3 高齢者対策

高齢者は、閉じこもりや抑うつ状態になりやすく、孤立・孤独に陥りやすいことから、地域福祉力の強化策と連動させながら施策を展開する必要があります。

地域の実情に合わせ、行政・民間事業者のサービス、民間団体の支援等を適切に活用し、生きることの包括的支援としての施策を推進します。

- ① 包括的な支援のための連携推進
- ② 地域における要介護者に対する支援
- ③ 高齢者の健康不安に対する支援
- ④ 社会参加の強化と孤独・孤立の予防
- ⑤ 生活不安を抱える高齢者に対する生活支援



### ●重点対象群施策4 女性対策

わが国における自殺死亡率が、近年、全体としては低下傾向にある中で、女性の自殺死亡者数は2020（令和2）年から2年連続増加しています。

当市においても、2018（平成30）年から2022（令和4）年までの合算の性別自殺者割合をみると、女性が34.8%と、全国の32.4%より高くなっています。

また、妊産婦の自殺につながる産後うつ病について、「産後うつ病質問票でうつ病の可能性が高い母親の割合」が増加していることから、妊産婦の支援をはじめ、女性特有の課題を踏まえたきめ細やかな支援を図ります。

- ① 妊産婦に対する相談や支援
- ② 困難な問題を抱える女性への相談や支援

発行・編集：弘前市健康こども部健康増進課

電話：0172-37-3750 ファックス：0172-37-7749

Eメール：kenkou@city.hirosaki.lg.jp

