第3章　　自殺対策の基本方針

第３章　　自殺対策の基本方針

当市における自殺対策の基本方針を次のとおりとします。

１　生きることの包括的な支援として推進する

１）社会全体の自殺リスクを低下させる

世界保健機関が「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題」と明言しているように、自殺は社会の努力で避けることのできる死であるということが、世界の共通認識となっていることから、社会全体の自殺リスクを低下させる取組を推進します。

２）生きることの阻害要因を減らし、促進要因を増やす

個人においても社会においても、「生きることの促進要因」となる自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等と比較して、阻害要因が上回れば自殺リスクは高くなり、促進要因が上回れば自殺リスクは低くなります。そのため、自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させ、生きることの包括的な支援として推進します。

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

１）様々な分野の生きる支援との連携を強化する

自殺に追い込まれようとしている人が、安心して生きられるようにするためには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取組が重要であり、様々な分野の施策、人々や組織が密接に連携する必要があります。

また、自殺の要因となり得る生活困窮、児童虐待、性暴力被害、ひきこもり、性的マイノリティ等に関連する、様々な分野で生きる支援にあたる人々が、自殺対策の一翼を担っているという意識の共有を図ることが望まれます。

そして、様々な分野で生きる支援にあたる人々が、問題に対応した相談窓口を紹介し、自殺の危険を示すサインやその対応方法を学び、支援が受けられる外部の保健・医療機関などに、つなげていけるよう連携を強化していきます。

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

１）対人支援・地域連携・社会制度のレベルごとの対策を連動させる

自殺対策に係る個別の施策は、以下の３つのレベルに分けて考え、これらを有機的に連動させ、総合的に推進します。

「対人支援のレベル」：個々人の、問題解決に取り組む相談支援を行う
「地域連携のレベル」：問題を複合的に抱える人に対して、包括的な支援を行うための関係機関等が、実務連携する
「社会制度のレベル」：法律、大綱、計画等の枠組みの整備や修正に関かわる

また、上記の自殺対策に係る３つのレベルの個別の施策は、次の段階ごとに展開するものとします。

（１）事前対応：心身の健康の保持増進についての取組や、自殺及び精神疾患等について、正しい知識と普及啓発等を、自殺の危険性が低い段階で対応を行う
（２）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、自殺を防ぐ
（３）事後対応：不幸にして自殺や自殺未遂が生じてしまった場合に、家族や職場の同僚等に与える影響を最小限とし、新たな自殺を防ぐ

４　実践と啓発を両輪として推進する

１）自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識を醸成する

自殺は「誰にでも起こり得る危機」である一方で、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があることから、そうした心情や背景への理解を深め、危機に陥った場合には、誰かに援助を求めるということが、社会全体の共通認識となるよう、積極的に普及啓発を行います。

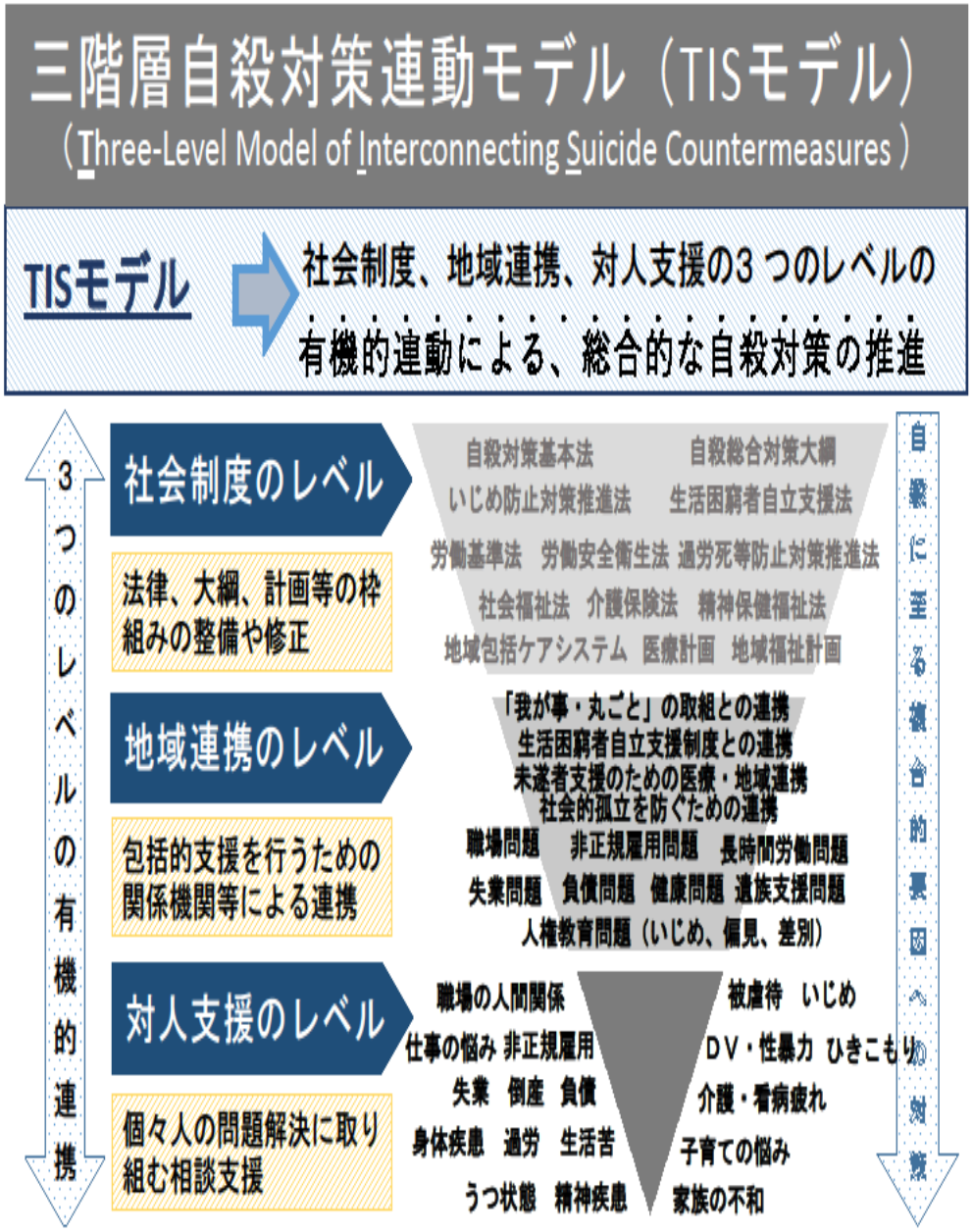
２）自殺や精神疾患に対する偏見をなくす取組を推進する

我が国では、精神疾患や精神科医療に対する偏見が強いことから、精神科を受診することに、心理的な抵抗を感じる人は少なくありません。
他方、死にたいと考えている人は、心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いており、不眠、原因不明の体調不良など、自殺の危険を示すサインを発していることが、多いと言われています。
身近にいるかもしれない、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ける人が増えるよう、広報活動、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

最大限の効果を出すために、各団体が連携・協働して自殺対策を総合的に推進するため、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有化した上で、相互の連携・協働の仕組みの構築を進めます。

図10　厚労省　三階層自殺対策連動モデル



出典：いのち支える自殺対策推進センター