

第2期高鍋町自殺対策計画

(令和6年度～令和10年度)

～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～



令和6年3月

高 鍋 町

## 目 次

---

第1章	計画策定の趣旨等	1
1	計画策定の趣旨	1
2	計画の位置付け	2
3	計画の期間	2
4	計画の数値目標	3
第2章	高鍋町における自殺の特徴	4
1	自殺の現状	4
2	リスク要因の状況	10
第3章	第1期計画の実施状況	28
1	実施状況（平成31年度～令和5年度）	28
第4章	自殺対策の取組	42
1	基本的な考え方	42
2	基本施策	42
3	具体的な取組	44
第5章	計画の推進	58
1	自殺対策推進会議	58
2	P D C A サイクルによる計画の推進	58
3	協働と連携による推進	58
第6章	資料編	59
1	相談窓口・集いの場	59
2	メンタルヘルスに関するサイト	61
3	自殺対策推進会議設置要綱	62
4	自殺対策推進会議委員名簿	64

## 第1章 計画策定の趣旨等

---

### 1 計画策定の趣旨

宮崎県では、かねてから人口 10 万人あたりの自殺者数である自殺死亡率が全国平均と比較して高い状態が続いています。自殺者数は、記録のある限り最多となっている平成 19 年の 394 人と比較すると、長期的なスパンで見れば減少してきてはいますが、近年は、全国的に自殺者数が増加する中で、本県もほぼ同様の傾向が伺えます。

令和 4 年の厚生労働省人口動態統計においては、宮崎県は、自殺死亡率が 20.4 と全国の都道府県で 3 番目に高い状況にあります。また、高鍋保健所圏域は、自殺による死亡率が小林保健所圏域に次いで 2 番目に高い状況にあります。

このような中、本町でも平成 31 年度に第 1 期となる高鍋町自殺対策計画を策定し、関係機関・地元団体・住民が一体となって、自殺対策に取り組んできました。

また、第 1 期計画の期間（平成 31 年度～令和 5 年度）は社会全体のつながりが希薄化している中で、新型コロナウイルス感染症拡大により人との接触機会が減り、それが長期化することで、人との関わり合いや雇用形態を始めとした様々な変化が生じました。その中で女性や子ども・若者の自殺が増加し、また、自殺につながりかねない問題が深刻化するなど、今後の影響が懸念される状況にあります。

これらのことから、本町の自殺における現状と課題を明らかにするとともに、自殺対策を総合的に推進するための基本的な事項を定め、町民が健康で生きがいを持って暮らすことができる高鍋町の実現を目指します。

## 2 計画の位置付け

本計画は、自殺対策基本法（以下「法」という。）第13条第2項の規定に基づき、「自殺総合対策大綱」及び「宮崎県自殺対策行動計画」を踏まえて策定するものです。

また、町の最上位計画である「第6次高鍋町総合計画」で目指す、「対話でつながる豊かで美しいまちづくり」を実現するための計画として位置づけ、自殺の背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、各種施策との連携を図りながら、その取り組みを進めていきます。

## 3 計画の期間

国の自殺総合対策大綱が概ね5年を目処に見直しが行われることを踏まえ、本計画の計画期間は令和6年度から令和10年度までの5年間とします。

#### 4 計画の数値目標

国は、自殺対策の数値目標として、先進諸国の水準まで減少させることを目指し、令和8年までに自殺死亡率を13.0以下（平成27年と比べて30%以上減少）と定めました。

県は、第5期宮崎県自殺対策行動計画（計画期間：令和6年度から令和10年度）において、令和4年の自殺死亡率20.4を令和10年までに16.5以下にすることを目標としています。

本町では、平成29年から令和4年まで自殺者数が1人から6人の間で推移しておりますが、今計画期間の最終年である令和10年までに、自殺者数をゼロとする目標を設定します。

	平成29年	現状（令和4年）	目標（令和10年）
自殺者数	6	3	0
（自殺死亡率）	（29.1）	（15.4）	（－）

※自殺死亡率は人口10万人当たりの自殺者数のため、人口の増減により数値が変動します。令和10年10月1日現在の人口を18,000人と仮定すると自殺者数1人の場合、5.6となります。

## 第2章 高鍋町における自殺の特徴

### 1 自殺の現状

#### (1) 自殺者数の推移

本町の自殺者数の推移は、平成24年までは概ね減少していましたが、平成26年に増加して以降、増減はあるものの、横ばいの状況となっています。

○自殺者数の推移（住居地による集計）

（単位：人）

	H29	H30	R1	R2	R3	R4
全 国	20,468	20,031	19,425	20,243	20,291	21,252
宮崎県	199	204	190	217	207	213
高鍋町	6	1	2	4	3	3

（出典：厚生労働省「人口動態統計」）

#### (2) 自殺死亡率の推移

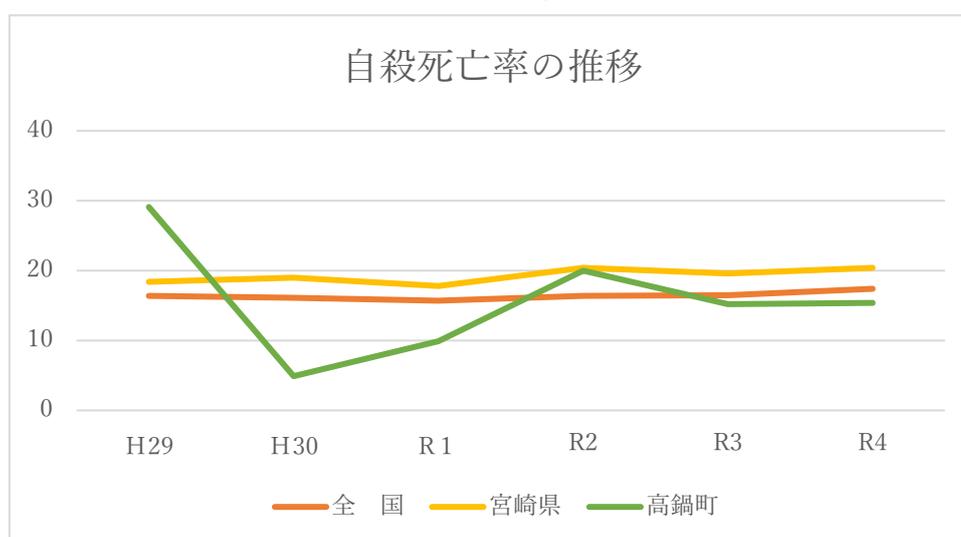
本町は人口及び自殺者数が少なく、自殺者数1人の増減により自殺死亡率の変動が大きくなります。全国・宮崎県と比較すると、平成29年及び令和2年が全国値を、平成29年は宮崎県の値を上回る状況となっています。

全国及び宮崎県は令和元年度までは、長期的には減少傾向で推移しておりましたが、新型コロナウイルス感染症拡大の影響等もあり令和2年度以降は概ね横ばいで推移しており本町も同様に推移しているものと考えられます。

○自殺死亡率の推移

	H29	H30	R1	R2	R3	R4
全 国	16.4	16.1	15.7	16.4	16.5	17.4
宮崎県	18.4	19.0	17.8	20.4	19.6	20.4
高鍋町	29.1	4.9	9.9	20.0	15.2	15.4

(出典：厚生労働省「人口動態統計」)

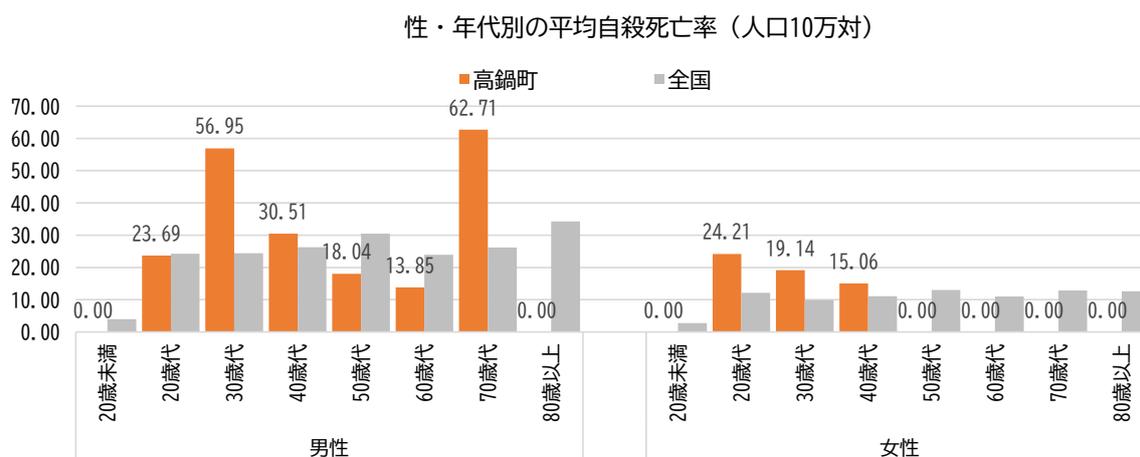
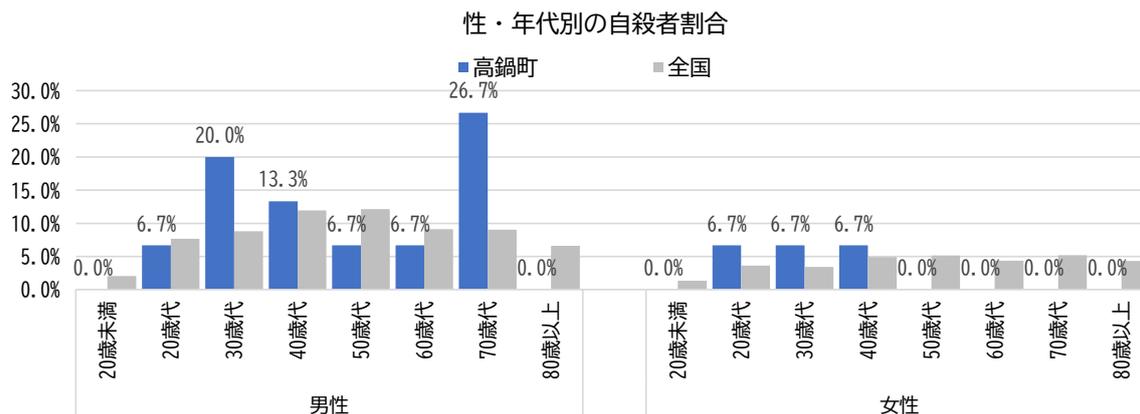


(3) 性・年代別の状況

【高鍋町】

平成30年から令和4年までの本町における自殺者について、全自殺者に占める割合を性別・年代別で見ると、30歳代男性、40歳代男性、70歳代男性が多く、全体的に男性が多い状況です。(※1人の増減で割合が変わります。)

また、人口10万人当たりの自殺死亡率を性別・年代別で全国の値と比較してみると、30歳代男性、70歳代男性及び20歳代女性の値が特に全国よりも高い状況です。

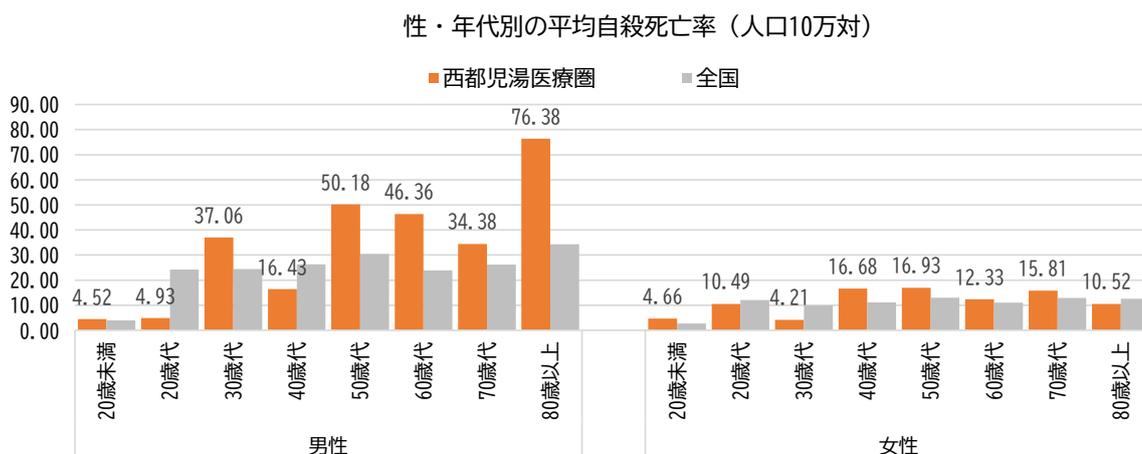
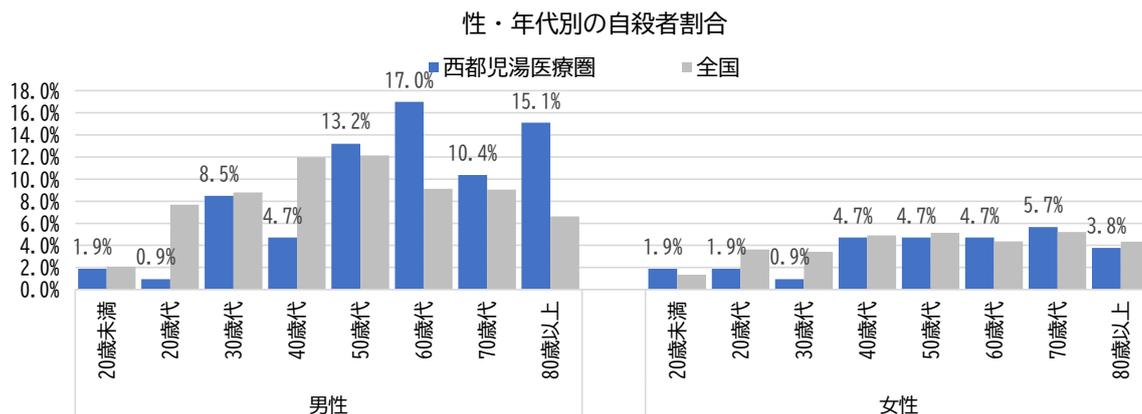


【出典】高鍋町 地域自殺実態プロファイル 2023 (JSCP2023)】

### 【西都児湯医療圏】

平成30年から令和4年までの西都児湯医療圏における自殺者について、全自殺者に占める割合を性別・年代別で見ると、50歳代男性、60歳代男性、70歳代男性、80歳以上男性が多く、全体的に男性が多い状況です。

また、人口10万人当たりの自殺死亡率を性別・年代別で全国の値と比較してみると、60歳代男性、及び80歳以上男性の値が特に全国よりも高い状況です。



【出典】西都児湯医療圏 地域自殺実態プロフィール 2023 (JSCP2023)

#### (4) 自殺総合対策推進センターによる分析

一般社団法人いのち支える自殺総合対策推進センター（以下「JSCP」という。）は、学際的な観点から関係者が連携して自殺対策のPDCAサイクルに取り組むためのエビデンス（科学的根拠）の提供及び民間団体を含め地域の自殺対策を支援する機能を強化することを使命とする厚生労働省所管の組織です。

JSCPが行った本町の自殺実態分析では、平成30年から令和4年の5年間において自殺者数の多い上位5区分が地域の主な自殺の特徴として抽出されました。

【高鍋町】

上位5区分※1	自殺者数 5年計	割合	自殺 死亡率※2	背景にある主な自殺の危機経路※3
男性 60歳以上無職同居	3	20.0	39.1	失業（退職）→生活苦+介護の悩み（疲れ）+身体疾患→自殺
女性 20～39歳無職同居	2	13.3	90.4	DV等→離婚→生活苦+子育ての悩み→うつ状態→自殺
男性 20～39歳有職同居	2	13.3	35.1	職場の人間関係/仕事の悩み(ブラック企業)→パワハラ+過労→うつ状態→自殺
男性 40～59歳有職同居	2	13.3	22.9	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
男性 40～59歳無職独居	1	6.7	422.3	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺

【出典】高鍋町 地域自殺実態プロフィール 2023 (JSCP2023)」

【西都児湯】

上位5区分※1	自殺者数 5年計	割合	自殺 死亡率※2	背景にある主な自殺の危機経路※3
男性 60歳以上無職同居	17	16.0	47.0	失業（退職）→生活苦+介護の悩み（疲れ）+身体疾患→自殺
男性 60歳以上無職独居	15	14.2	177.2	失業（退職）+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
男性 60歳以上有職同居	12	11.3	33.5	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 40～59歳有職同居	10	9.4	22.8	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
女性 60歳以上無職同居	9	8.5	15.3	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺

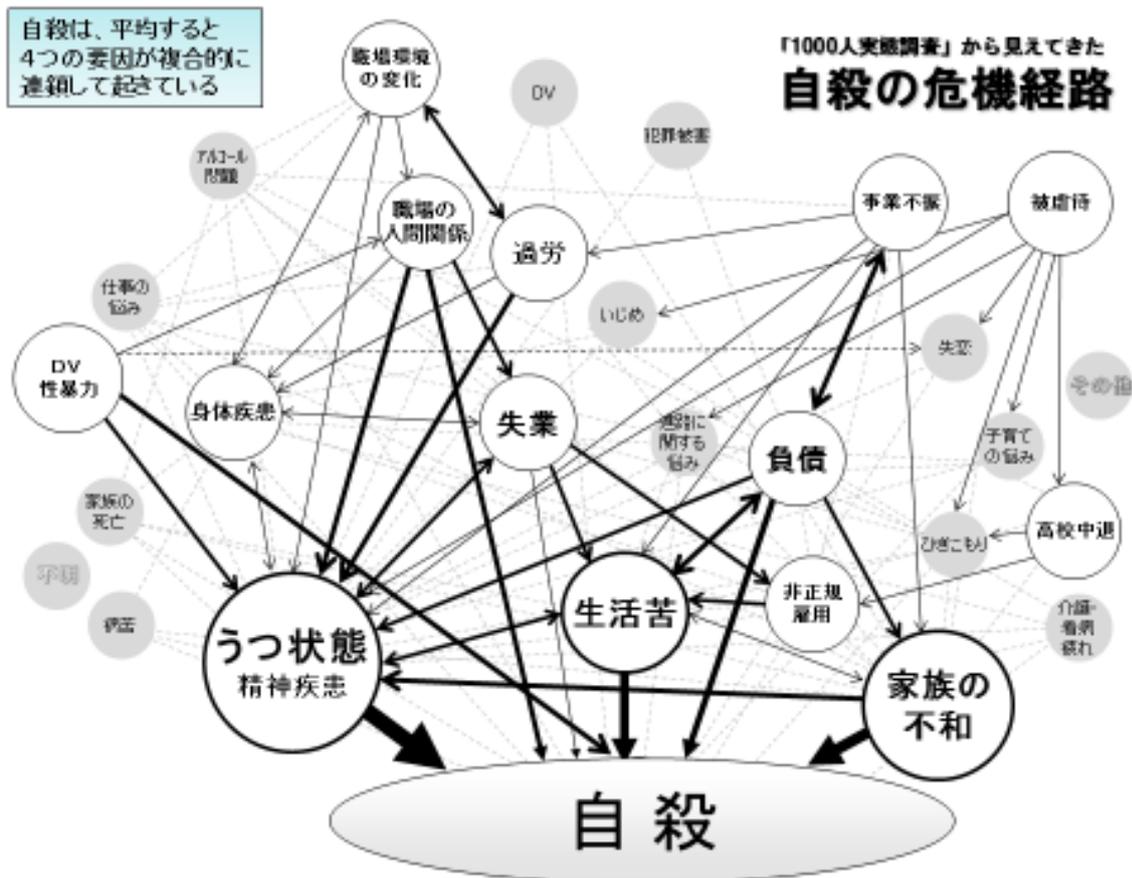
【出典】西都児湯医療圏 地域自殺実態プロフィール 2023 (JSCP2023)」

※1 区分の順位は自殺者数の多い順で、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。

※2 自殺死亡率の算出に用いた人口（母数）は、総務省「令和2年国勢調査」就業状態等基本集計を基に JSCP にて推計したもの。

※3 「背景にある主な自殺の危機経路」（図1）は、ライフリンク「自殺実態白書 2013」を参考に推定したもの。自殺者の特性別に見て代表的と考えられる経路の一例を示しており、記載の経路が唯一のものではないことに留意いただきたい。

（図1）



出典：自殺実態白書 2013（NPO法人ライフリンク発行）

## 2 リスク要因の状況

### (1) 高鍋町健康づくり・食育推進計画の見直しに伴う住民アンケート

高鍋町健康づくり・食育推進計画（計画期間：令和4年度～令和8年度）の見直しを行うにあたり実施したアンケートにおいて、「健康感・幸せ感について」、「心の健康や休養について」調査しました。

○調査対象 町内に居住する20歳から64歳の男女1,600人

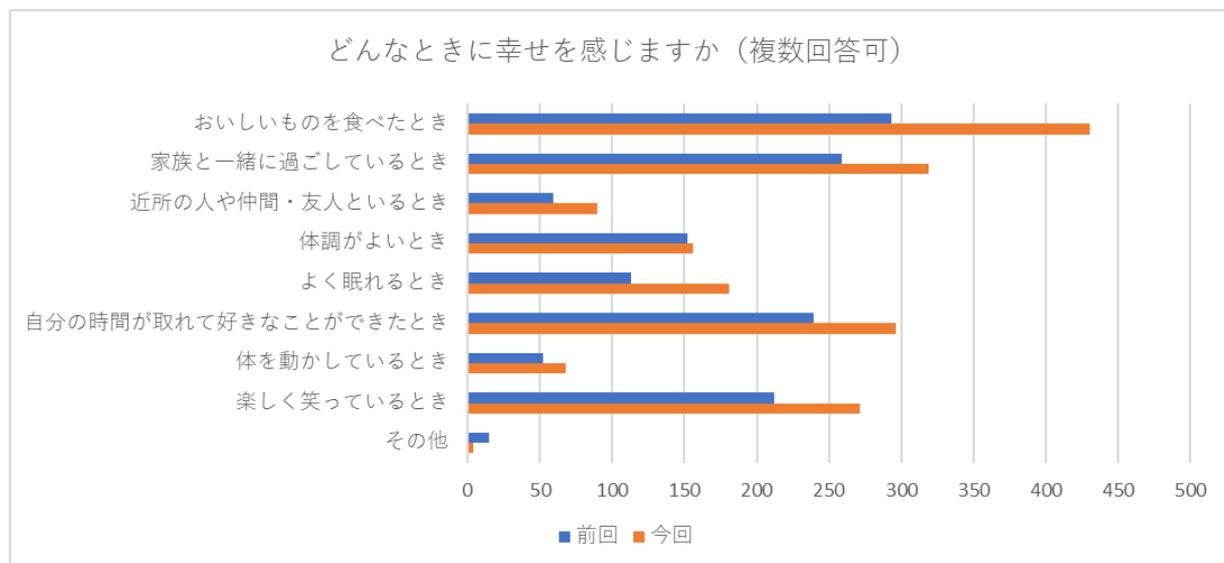
○調査期間 令和3年10月から11月

○回答者数 703名（回答率 43.94%）

問) どんなときに幸せだと感じますか。(複数回答) (単位:人)

	おいしいものを食べたとき	家族と一緒に過ごしているとき	近所の人や仲間・友人といるとき	体調が良いとき	よく眠れるとき
前回	293	259	59	152	113
今回	430	319	90	156	181
	自分の時間がとれて好きなことができたとき		体を動かしているとき	楽しく笑っているとき	その他
前回	239		52	212	15
今回	296		68	271	4

今回：令和3年度 前回：平成28年度（以下の表同じ）

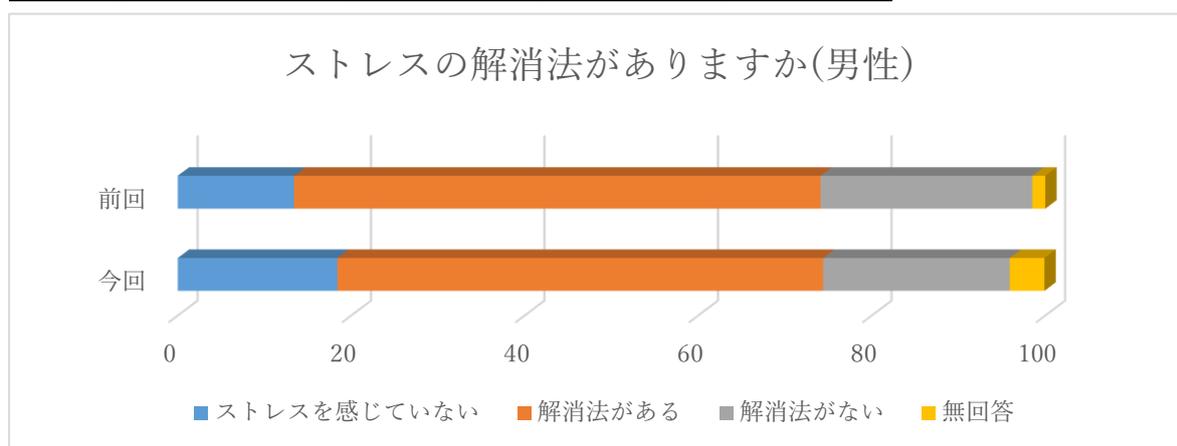


問) ストレスの解消法がありますか。

男性

(単位：人)

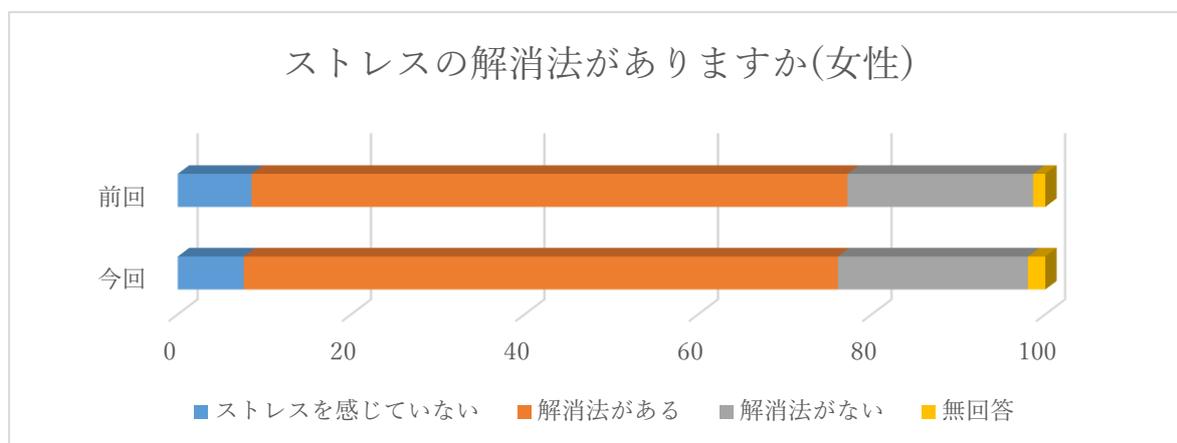
	ストレスを感じていない	解消法がある	解消法がない	無回答
前回	27	122	49	3
今回	54	164	63	12



女性

(単位：人)

	ストレスを感じていない	解消法がある	解消法がない	無回答
前回	25	202	63	4
今回	31	281	90	8

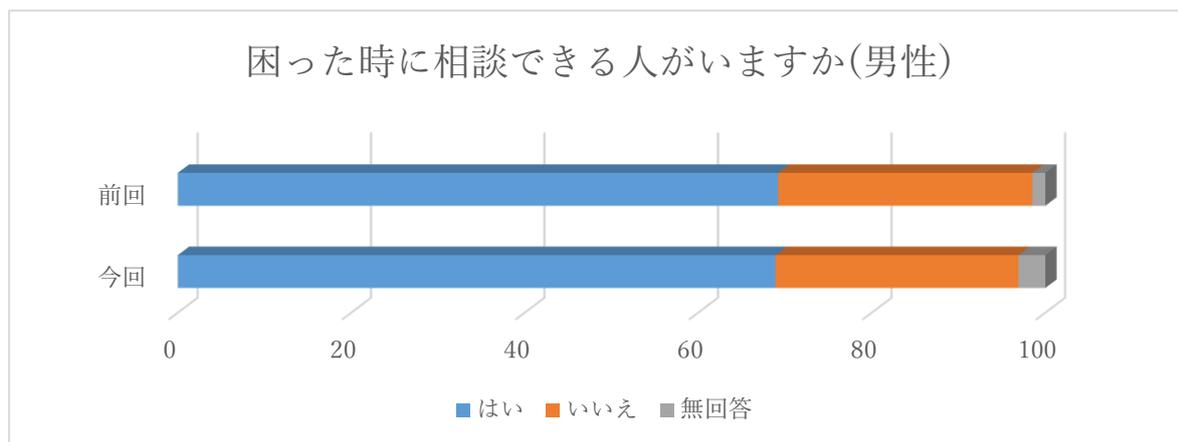


問) 悩みやストレスなどで困ったとき、話をしたり、相談できる人がいますか。

男性

(単位：人)

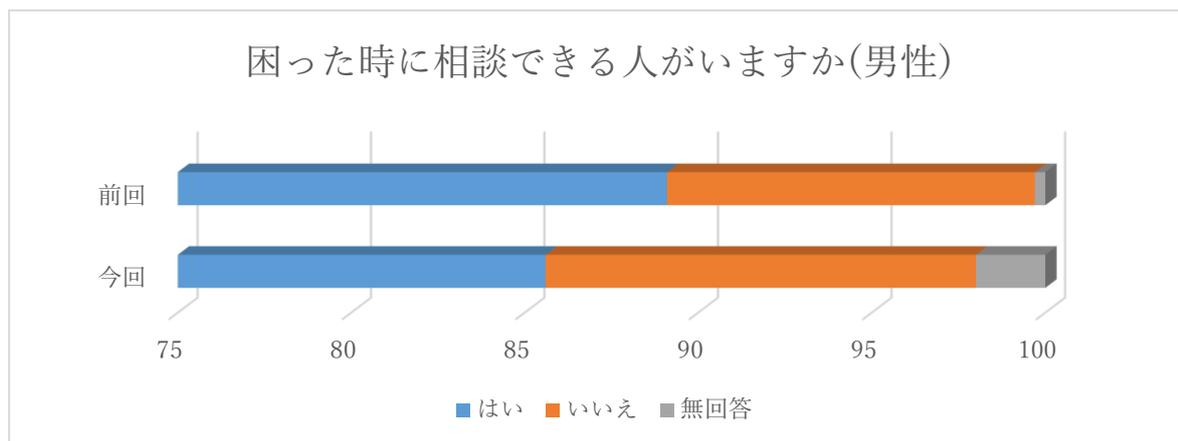
	はい	いいえ	無回答
前回	139	59	3
今回	202	82	9



女性

(単位：人)

	はい	いいえ	無回答
前回	262	31	1
今回	351	51	8



幸せを感じる時の問いでは、「おいしいものを食べたとき」が最も多く、「家族と一緒に過ごしているとき」、「好きなことができたとき」と続いています。

ストレスの「解消法がない」と答えた方が 21.8%、悩みやストレスなどで困ったとき、話をしたり、相談できる人が「いない」と答えた方が 18.9%という結果でした。

また、困ったとき、話をしたり、相談できる人が「いない」と答えた方の 61.7%は男性という結果でした。

(2) こころの健康に関する県民意識調査

宮崎県が、県民のこころの健康や自殺に関する意識等を把握し、今後の自殺対策の参考とするため、こころの健康に関する県民意識調査(以下「県民意識調査」という。)を実施しました。

- 調査対象 無作為に抽出した 18 歳以上の県民 4,000 人
- 調査期間 令和 5 年 6 月 16 日～同年 7 月 18 日
- 回答者数 1,774 人 (うち西都児湯 161 人) (回答率 44.4%)

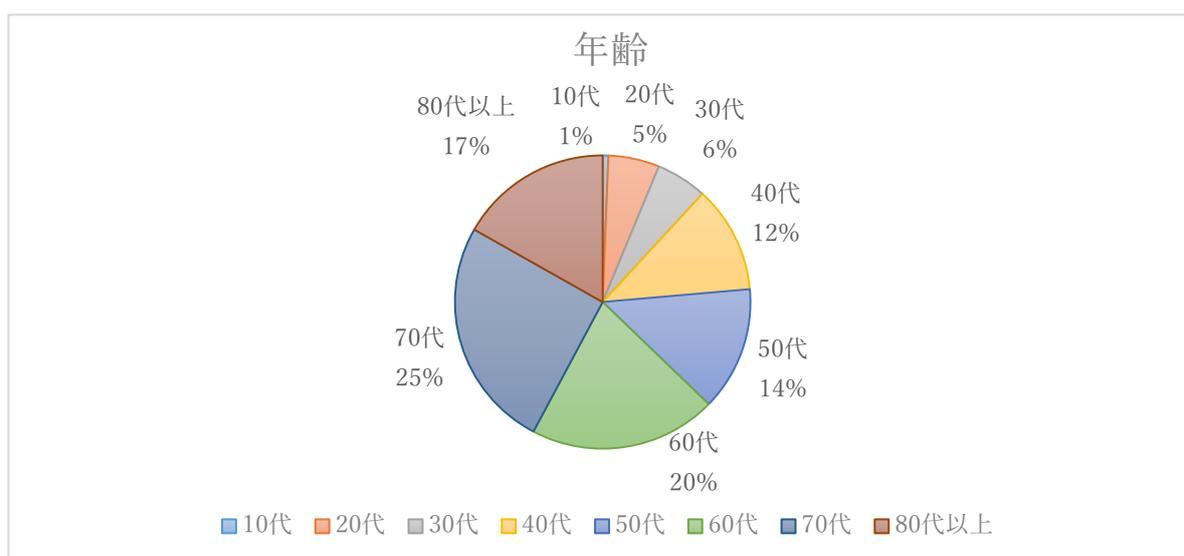
以下、西都児湯 161 人 の調査結果

性別 (単位：人)

男性	65 (40.4%)
女性	94 (58.4%)

年齢 (単位：人)

10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上
1 (0.6%)	9 (5.6%)	9 (5.6%)	19 (11.8%)	22 (13.7%)	33 (20.5%)	41 (25.5%)	27 (16.8%)

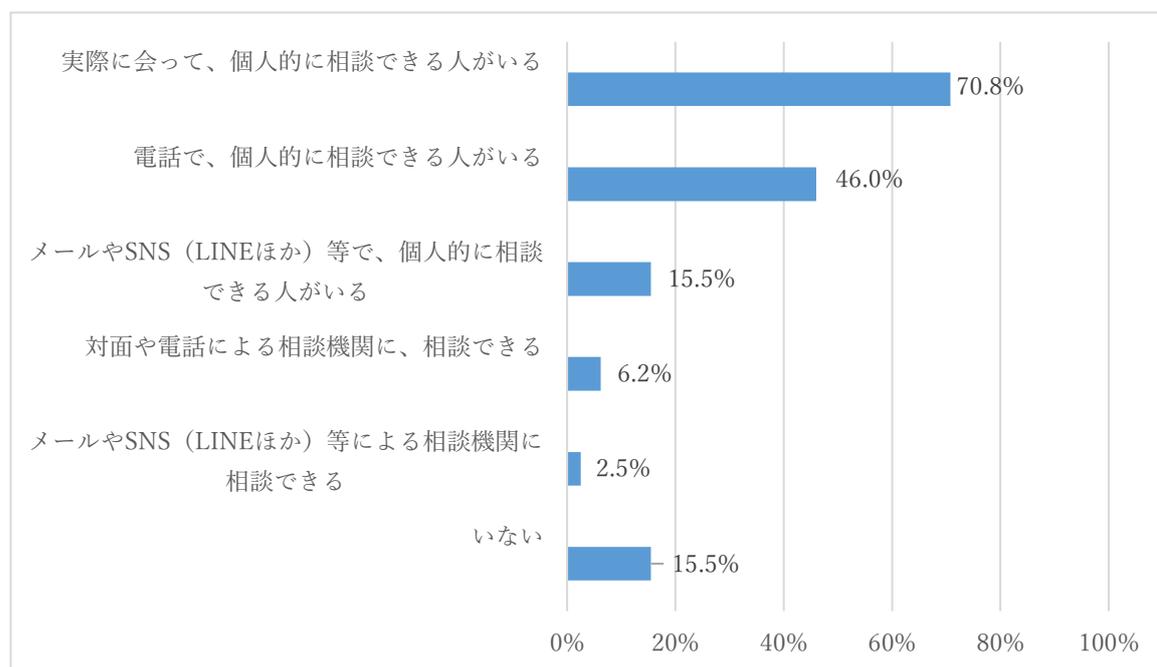


## 調査結果

### (1) 不満や悩みやつらい気持ちに耳を傾けてくれる人の有無について

「不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思うか」と聞いたところ、「実際に会って、個人的に相談できる人がいる」と回答した者の割合が70.8%と最も高く、次いで「電話で、個人的に相談できる人がいる」が46.0%となっています。

また、「不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる存在」の有無について性別・年代別にみたところ、「なし」と回答した者の割合は、20歳代以上の各年代で、男性が女性よりも高くなっています。

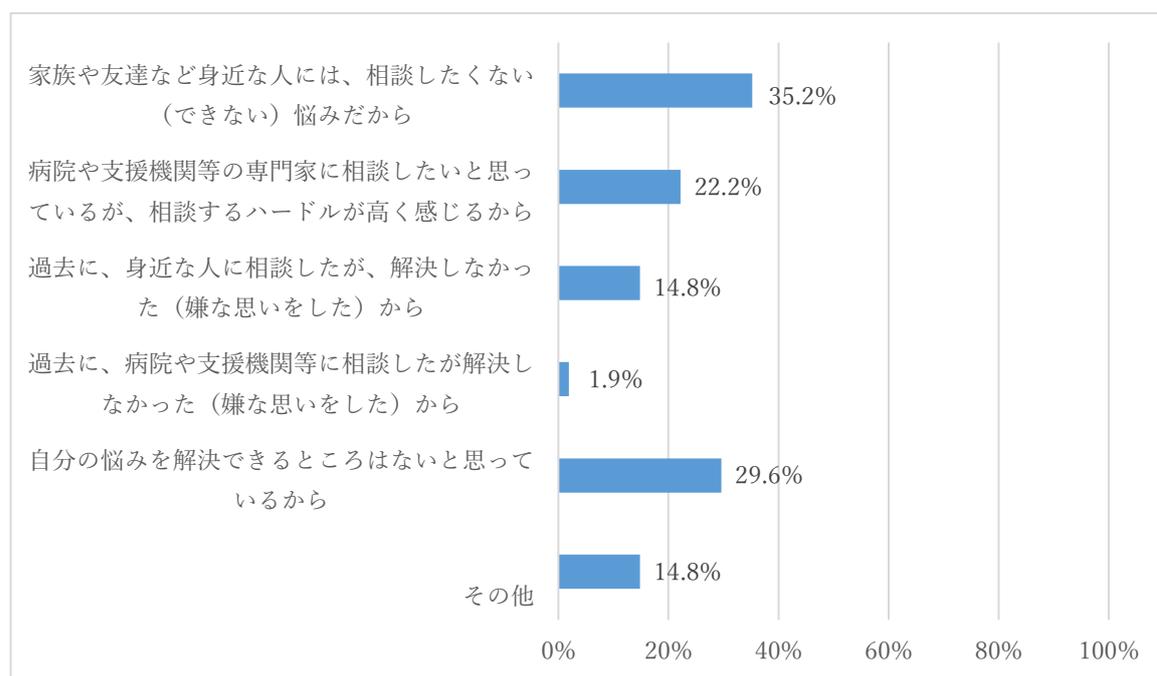


「不満や悩みやつらい気持ちに耳を傾けてくれる人の有無について」の回答割合

## (2) 誰かに相談したり、助けを求めたりすることについて

「悩みを抱えたときやストレスを感じたときに、誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じるか」と聞いたところ、性別・年代別の回答割合では、20歳代から40歳代の各年代において、男女ともに約4割が「ためらいを感じる」と回答していました。

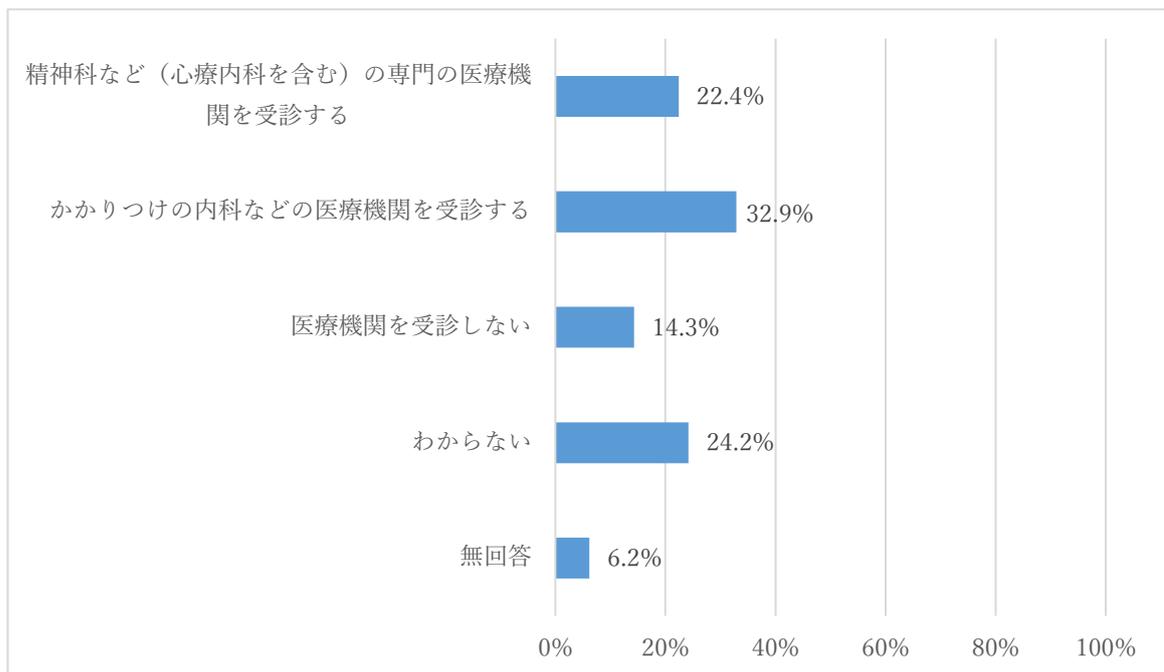
また、「ためらいを感じる」と答えた者(54人)に、「ためらいを感じる理由」を聞いたところ、「家族や友達など身近な人には、相談したくない(できない)悩みだから」が35.2%と最も高く、次いで、「自分の悩みを解決できる場所はないと思っているから」が29.6%となっています。



「ためらいを感じる理由」についての回答割合

### (3-1) 「うつ病のサイン」が続くときの受診について

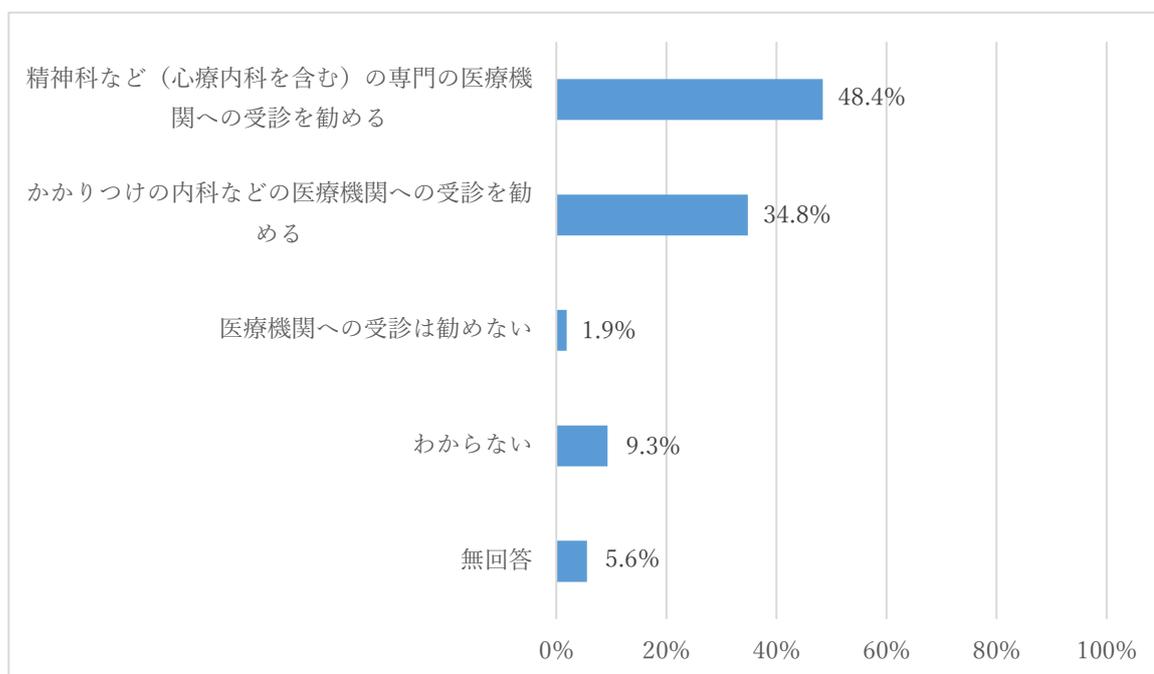
自分自身の「うつ病のサイン」が2週間以上続くときの受診状況について聞いたところ、「かかりつけの内科などの医療機関を受診する」と回答した者の割合が32.9%と最も高くなっています。以下、「わからない」が24.2%、「精神科など（心療内科を含む）の専門の医療機関を受診する」が22.4%、「受診しない」が14.3%となっています。



「うつ病のサイン」が続くときの受診についての回答割合

### (3-2) 身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたときの受診について

家族など身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、医療機関への受診を勧めるかと聞いたところ、「精神科など(心療内科を含む)の専門の医療機関への受診を勧める」と回答した者の割合が48.4%と最も高くなっています。以下、「かかりつけの内科などの医療機関への受診を勧める」34.8%、「わからない」が9.3%、「受診は勧めない」が1.9%となっています。

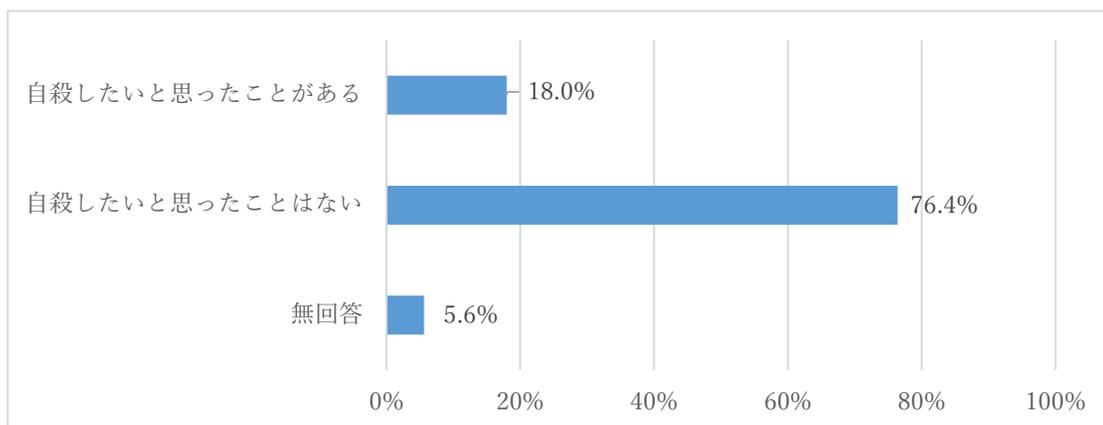


身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたときの受診について

#### (4-1) 自殺念慮歴の有無について

「これまでの人生のなかで、本気で自殺したいと考えたことがあるかと聞いたところ、令和5年度調査では「ある」が18%、「ない」が76.4%となっています。過去の別の調査などもみると、約5人に1人が本気で自殺したいと考えた経験がある状況です。

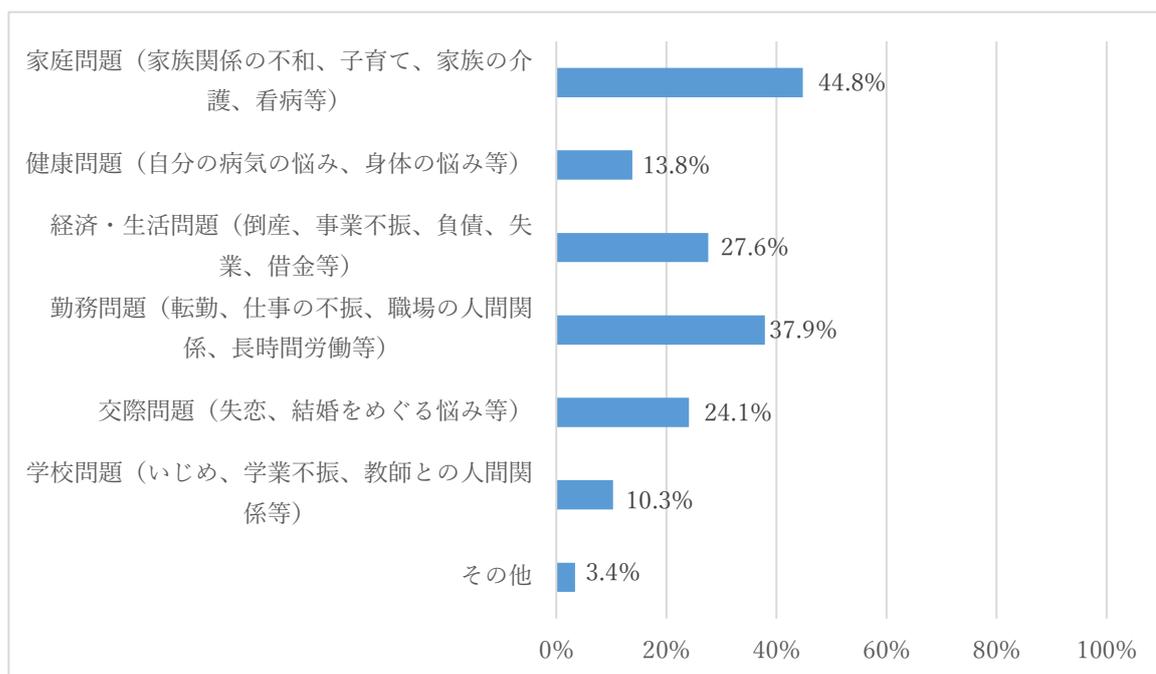
また、性別・年代別では、「ある」と答えた者は男性(17.5%)よりも女性(24.8%)で高く、また、全ての年代で女性の方が高くなっています。特に、30歳代は、男女ともに自殺したいと考えた経験があると回答した者の割合が他の年代よりも高くなっています。



「これまでの人生のなかで、本気で自殺したいと考えたことがあるか」の回答割合

#### (4-2) 自殺念慮歴の原因について

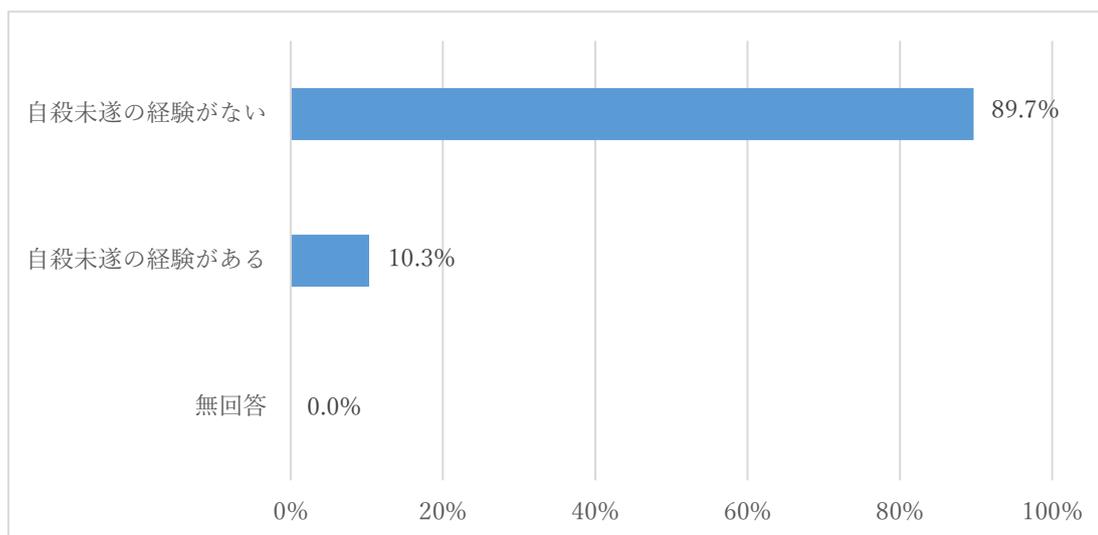
「これまでに本気で自殺したいと考えたことがある」と答えた者(29人)に、「どのような事柄が原因か」と聞いたところ、「家庭問題」44.8%と最も高く、次いで「勤務問題」が37.9%となっています。



「本気で自殺したい」と考えた原因の回答割合

## (5) 自殺未遂歴について

「これまでに本気で自殺したいと考えたことがある」と答えた者(29人)に、「これまでに、自殺未遂の経験があるか」と聞いたところ、「ある」が10.3%、「ない」が89.7%となっています。

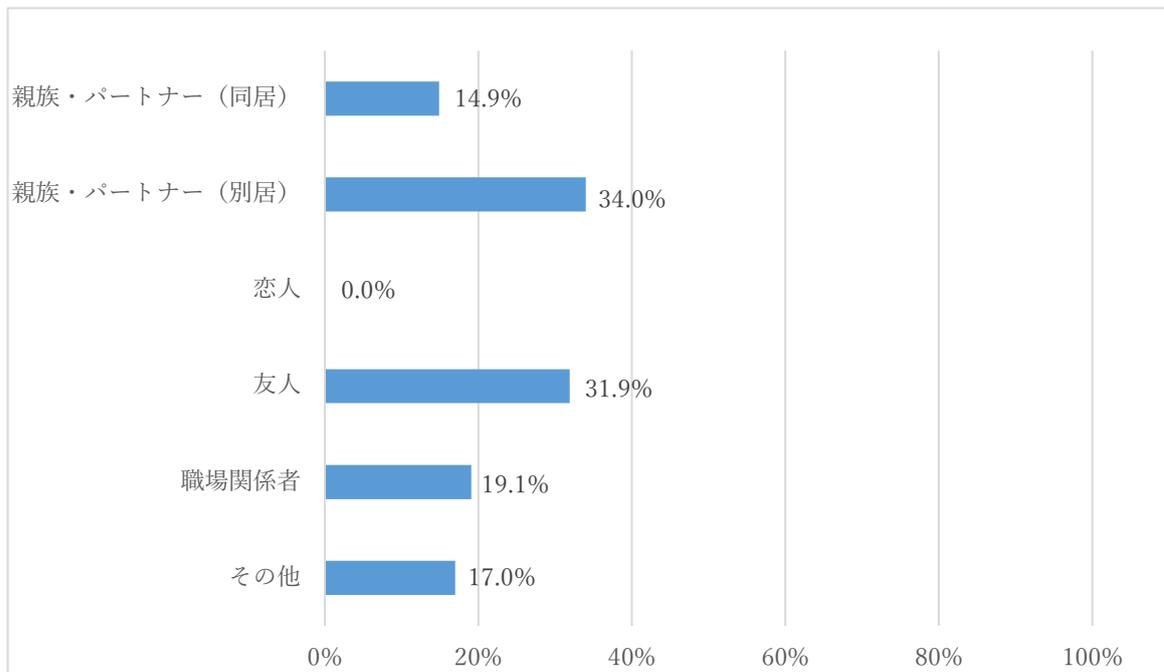


「これまでに本気で自殺したいと考えたことがある」と回答した者に

対する「これまでに自殺未遂の経験があるか」の回答割合

### (6-1) 周りで自殺をした人の有無について

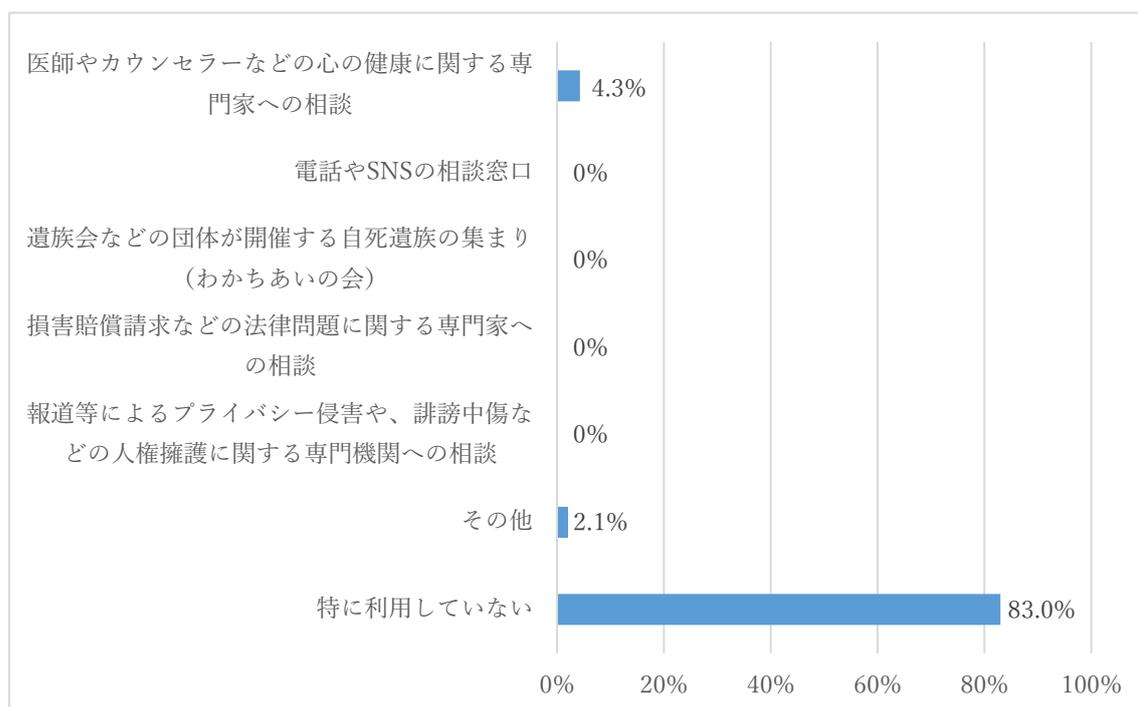
「周りに自殺をした人がいるか」と聞いたところ、「いる」が29.2%、「いない」が67.1%となっており、関係別では、「親族・パートナー(別居)」が34.0%で最も高くなっています。



「周りに自殺をした人がいるか」の回答割合

## (6-2) 身近な人を亡くした時に利用した支援機関について

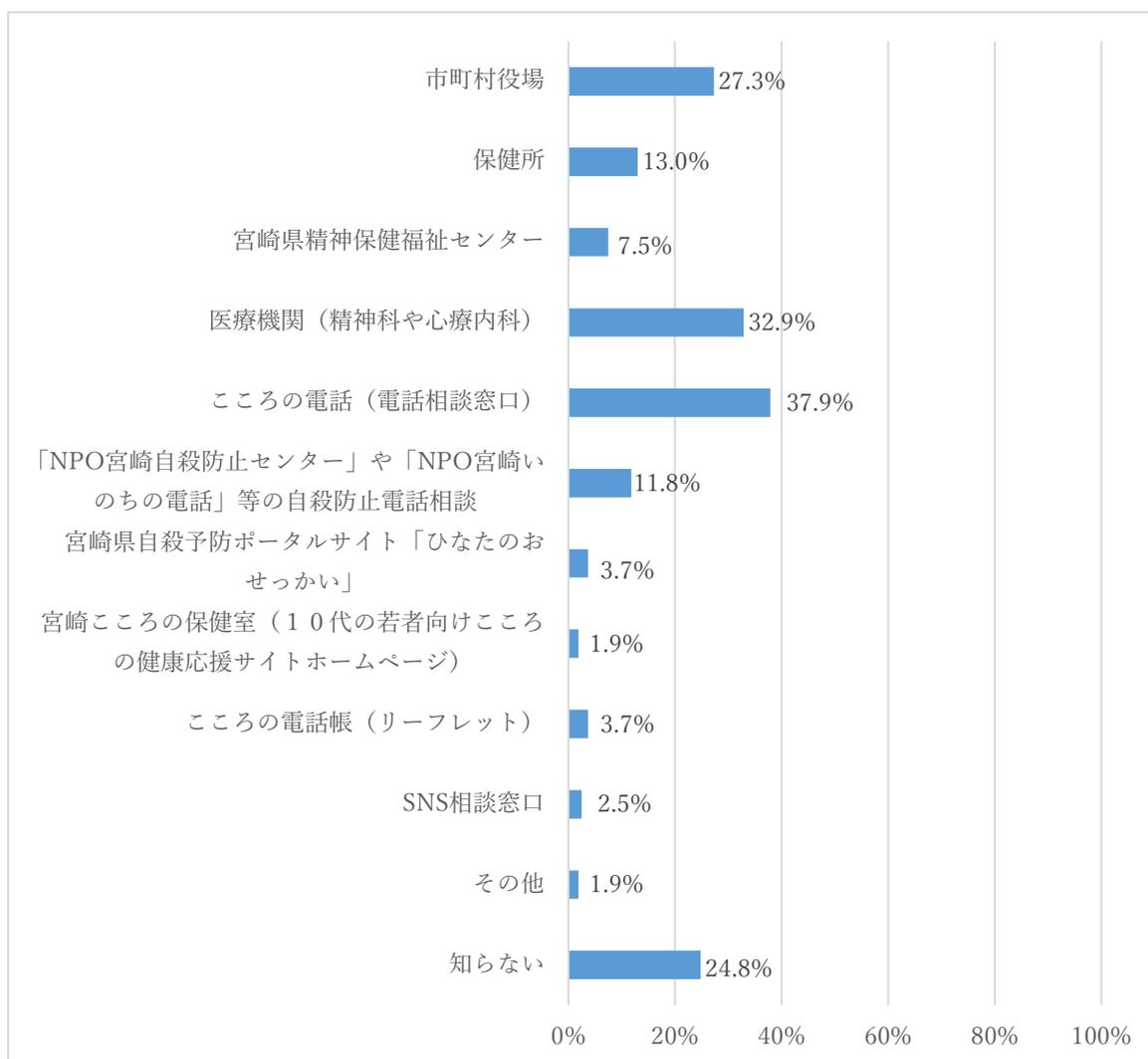
「周りに自殺をした人がいる」と答えた者(47人)に、「自分自身が公的な相談機関や民間団体の支援を利用したか」と聞いたところ、「特に利用していない」が83.0%と最も高く、次いで「医師やカウンセラーなどの心の健康に関する専門家への相談」が4.3%となっています。



「身近な方を無くした時に利用した支援機関について」の回答割合

## (7)相談窓口の認知度について

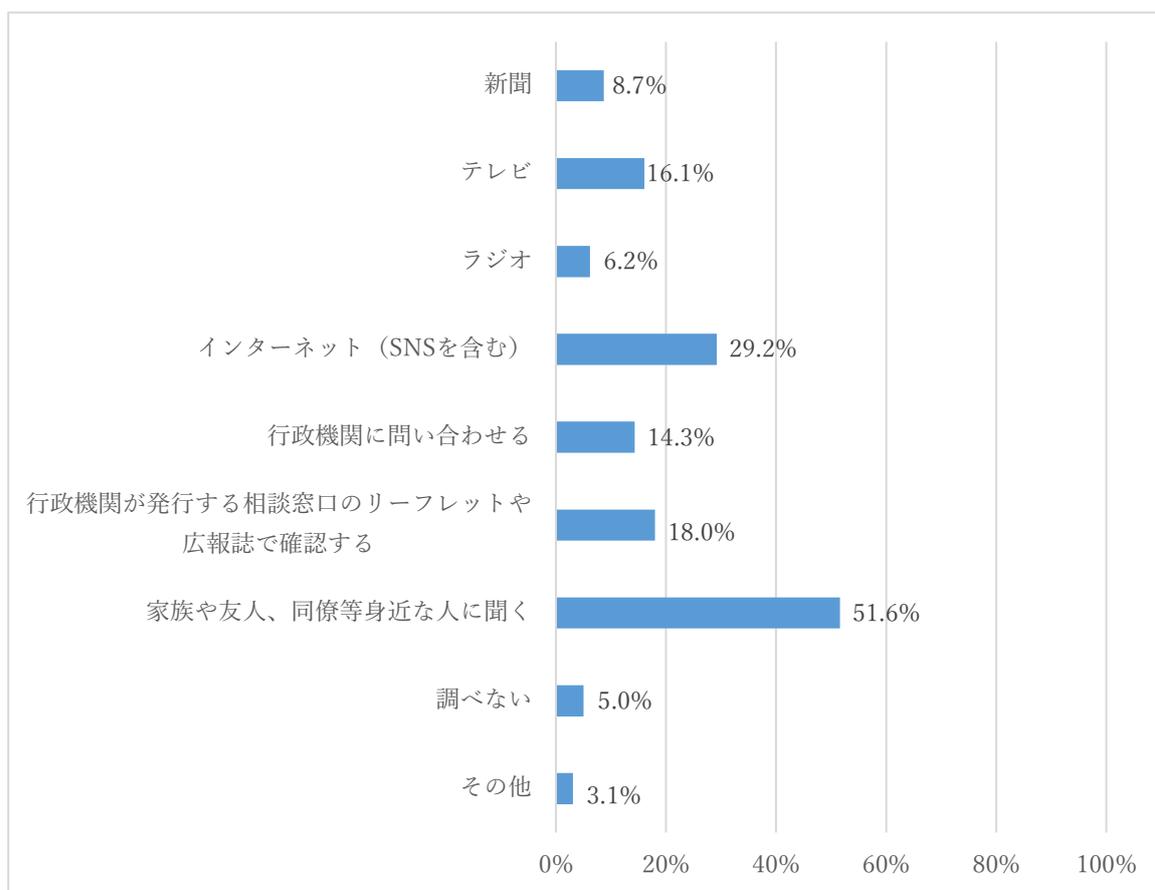
「知っているところの悩みの相談窓口」について聞いたところ、「こころの電話(電話相談窓口)」と答えた者の割合が37.9%と最も高く、次いで「医療機関(精神科や心療内科)」が32.9%となっています。



「知っているところの相談窓口」についての回答割合

## (8)相談先に関する情報の入手方法について

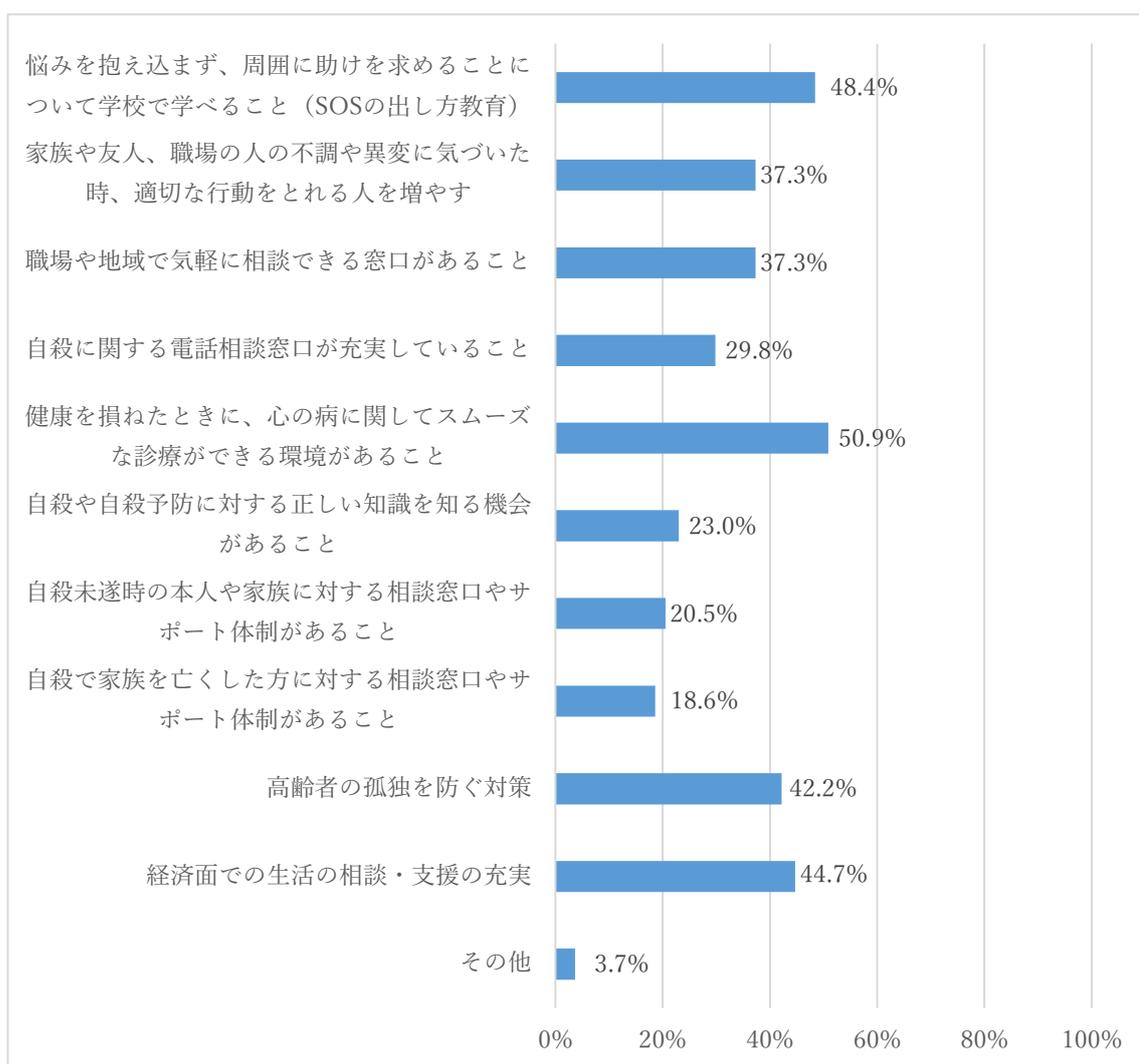
こころの悩みを相談したいと思った場合、「家族や友人、同僚等身近な人に聞く」と答えた者の割合が51.6%と最も高く、次いで「インターネット(SNSを含む)」から情報を得る割合が29.2%となっています。



「相談先に関する情報の入手方法」についての回答割合

## (9) 今後、必要と思われる自殺対策について

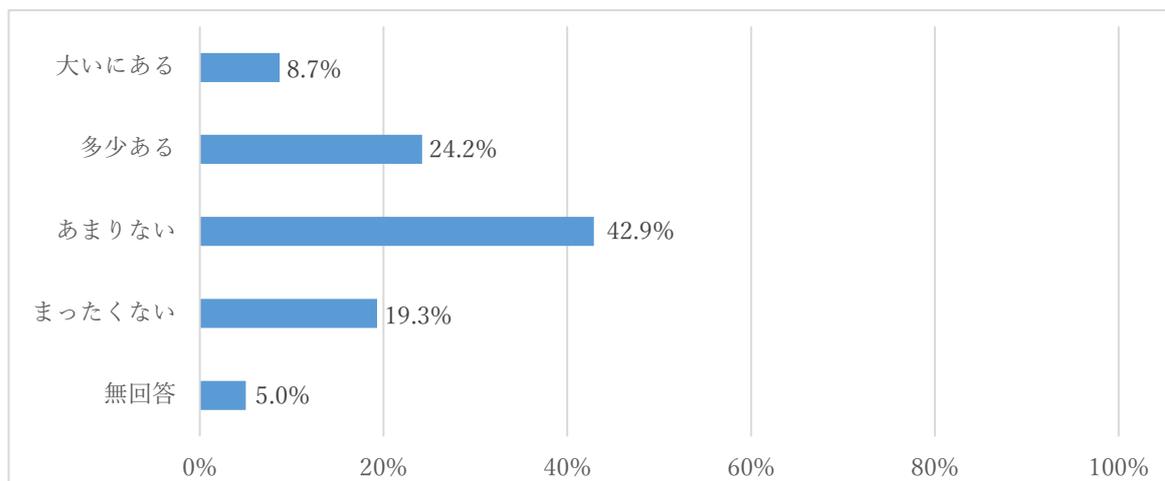
「今後、必要と思われる自殺対策」について聞いたところ、「健康を損ねたときに、心の病に関してスムーズな診療ができる環境があること」が50.9%と最も高く、次いで「悩みを抱え込まず、周囲に助けを求めることについて学校で学べること(SOSの出し方教育)」と答えた者の割合が48.4%となっています。



「今後、必要と思われる自殺対策」についての回答割合

## (10) 新型コロナウイルス感染症のこころの健康への影響について

「新型コロナウイルス感染症の発生や感染拡大防止のための対策等が、こころの健康状態に影響を及ぼしているか」と聞いたところ、「大いにある」が8.7%、「多少ある」が24.2%となっています。



「新型コロナウイルス感染症のこころの健康への影響」についての回答割合

### 第3章 第1期計画の実施状況

#### 1 実施状況（平成31年度～令和5年度）

##### （1）地域におけるネットワークの強化

高鍋町自殺対策推進課会議を令和元年度に開催し、関係機関（高鍋警察署、東児湯消防組合、高鍋保健所）、関係団体（児湯医師会、民生委員・児童委員協議会、自治公民館連絡協議会、PTA連絡協議会、高鍋商工会議所、児湯農業組合）が情報共有を行いそれぞれの団体等が自殺対策に取り組むとともに、地域における自殺対策を推進するためのネットワークの強化を図った。

令和2年度から令和4年度までは、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、推進会議を開催できずそれぞれの団体等における取組のみとなった。

令和5年度に高鍋町自殺対策推進課会議を開催し次期計画に向けた協議と併せ、引き続き関係機関、関係団体で自殺対策に取り組むことを確認しネットワークの強化を図った。また、計画期間中、役場内のそれぞれの窓口において、住民の抱える様々なケースに応じて、個別の相談や個別のケース会議を複数の課を交えて開催するとともに、対応にあたっては複数の課で連携して対応した。

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
1-1	健康保険課	高鍋町自殺対策推進会議の開催	関係機関で構成する高鍋町自殺対策推進会議を定期的に開催する。	○	
1-2	健康保険課	町内事業所との連携	事業所と連携した被雇用者のメンタルヘルス対策の推進、個人事業主が所属する商工会議所や農業協同組合といった事業所と連携した相談体制の整備やメンタルヘルス対策を推進する。	○	
1-3	全課	役場内における相談対応への連携の強化	役場のそれぞれの窓口において、住民の抱える多岐にわたる課題に対応するため、課を越えた連携を円滑に行うための職員の意識改革と機運を醸成する。	○	

## (2) 自殺対策を支える人材の育成

令和元年度に全職員（パート・嘱託員を含む）を対象にゲートキーパー研修を2回実施しゲートキーパーを養成した。

令和2年度以降は、新型コロナウイルス感染症の影響もありゲートキーパー研修を実施することができなかった。

また、計画期間中、それぞれの担当課において、自殺対策やこころに関する研修、講座に職員を参加させ、参加していない職員にも情報を共有することで、職員の資質向上を図った。

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
2-1	健康保険課	ゲートキーパーの養成	悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守るゲートキーパーを養成するため、養成講座を実施する。	○	
2-2	健康保険課 総務課	職員向け研修の実施	相談対応への連携強化を図るため、悩みを抱えている人に気づき、声をかけ、連携して課題解決に取り組むことができるよう、職員の資質向上を図るための研修を実施する。	○	

### (3) 住民への啓発と周知

計画期間中において、9月の自殺予防週間、3月の自殺対策強化月間にあわせた相談窓口等の広報や町ホームページや図書館での周知など、さまざまな機会を捉えて相談窓口等の周知を行った。

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
3-1	健康保険課 地域政策課	相談窓口等の周知	9月の自殺予防週間、3月の自殺対策強化月間にあわせた相談窓口等の広報を引き続き行うとともに、町ホームページ、町内事業所への掲示物配布など、さまざまな機会を捉えて相談窓口等の周知を行う。 また、様々な団体等が行っている、メールやSNS等による相談窓口の周知を行い、悩みを抱える人が、自分にあった相談先を見つけるための選択肢をより多く提供する。	○	
3-2	健康保険課 図書館	図書館での情報発信	3月の自殺対策強化月間にあわせ、図書館に関連コーナーを設置し情報を発信する。	○	

#### (4) 生きることの促進要因への支援

「生きることの促進要因」を増やす取組と併せ「生きることの阻害要因」を減らす取組として、役場内のそれぞれの窓口において、住民の抱える様々なケースに応じて相談に対応し課を超えるケースについては複数の課で連携して包括的に支援を行った。併せて、担当分野について広報、啓発に努め、公共サービスの提供、インフラや環境の整備を行うことにより促進要因及び阻害要因の改善に努めた。また、事業所と連携した取組や様々な団体と連携した取組を行うことにより、地域におけるネットワークの強化を図った。令和2年以降は、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、ゲートキーパー研修や対面での会議など実施できなかったものがあった。

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-1	総務課	男女共同参画プラン推進事業	町民を対象に実施する男女共同参画に関する講座において、自殺対策についても言及する。		○
4-2	総務課		D V被害者の支援にあたる職員にゲートキーパー研修を実施する。	○	
4-3	総務課	消費生活に関する事業	増加傾向にある悪質商法や多重債務、インターネット通販トラブル等の消費者問題を対象として、弁護士による無料法律相談を実施する。	○	
4-4	総務課		消費生活相談員にゲートキーパー研修を実施する。		○
4-5	総務課		消費生活に関する啓発において自殺対策に関する出展を行う。		○
4-6	総務課	人権啓発事業	人権意識を高めるための啓発を行う。	○	
4-7	総務課	職員の研修事業	職員研修の1コマとして自殺対策に関する講義を実施する。		○
4-8	総務課	職員の健康管理	職員の心身の健康の維持増進を図り、支援者への支援を行う。		○

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-9	総務課	交通安全対策に関する事務	交通事故に関する相談や助言等を実施する。	○	
4-10	総務課		相談者にリーフレットを配布し、支援機関等の情報を周知する。	○	
4-11	地域政策課	経営支援セミナー	商工会議所と連携して実施する経営支援セミナーにおいて、自殺対策に関連する講演の機会を設ける。		○
4-12	地域政策課	ワークライフバランスの推進	宮崎県が実施する「仕事と家庭の両立応援宣言」制度への登録を促し、町内の企業や事業所によるワークライフバランスの取組を推進する。	○	
4-13	地域政策課	中小企業資金融資	信用保証制度を利用した中小企業者に対する補助を行う。	○	
4-14	地域政策課	情報はやわかりガイド	行政の仕組みや役場における各種手続き方法等の情報のほか、暮らしに役立つ生活情報をまとめたガイドブックに相談先の情報を掲載する。	○	
4-15	地域政策課	高鍋町出前講座	「ゲートキーパーの役割」や「地域自殺対策の取組」等を出前講座のメニューに加え、住民への啓発の機会をつくる。		○
4-16	地域政策課	未来づくり事業補助金	自殺対策に取り組む団体等が行う事業で、制度趣旨に合致するものについて、未来づくり事業への提案を助言し、町民提案型の取組を支援する。		○

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-17	税務課	納税相談・税 等滞納整理	納税等に関する相談を受け付け、必要に応じて様々な支援につなぐ。	○	
4-18	税務課		相談や徴収等を行う職員等にゲートキーパー研修を実施する。		○
4-19	町民生活課	公害・環境に関する苦情相談	公害・環境に関する苦情や相談を受け付け、問題の早期解決を図る。	○	
4-20	農業政策課	料金徴収業務	徴収員にゲートキーパー研修を実施する。		○
4-21	建設管理課	町営住宅事務	町営住宅の公募・管理事務を行う中で、必要に応じて様々な支援につなぐ。	○	
4-22	建設管理課	土木施設管理	道路及び河川の適正な維持管理を行い、必要に応じて様々な支援につなぐ。	○	
4-23	建設管理課	公園・児童遊園等の管理	公園・児童遊園等の整備や管理、維持補修を行い、必要に応じて様々な支援につなぐ。	○	
4-24	健康保険課	権利擁護の仕組みづくり	判断能力が十分でない方に対して成年後見制度の利用を支援する、成年後見制度利用支援事業を実施する。	○	
4-25	健康保険課	緊急通報システム事業	一定の要件を満たす方に対して緊急通報装置を貸与し、利用料の一部を補助する。	○	
4-26	健康保険課	高齢者クラブへの活動助成	生きがいづくりや社会参加の場となる高齢者クラブの活動費を助成する。	○	

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-27	健康保険課	介護予防事業	歩いて参加できる住民主体の介護予防教室（いきいき百歳体操）の普及やプールを活用した教室等を実施する。	○	
4-28	健康保険課	高齢者の総合相談事業	高齢者の総合相談窓口として、地域包括支援センターを設置し、専門職による相談支援業務を実施する。	○	
4-29	健康保険課	養護老人ホームへの入所事務	65歳以上で経済的な理由等により自宅での生活が困難な高齢者を養護老人ホームへ入所措置する。	○	
4-30	健康保険課	休日・夜間診療体制整備	休日や夜間の急病患者に対する応急診療体制を継続する。	○	
4-31	健康保険課	健康教育に関する普及啓発	こころと体の健康に関する出前講座を行い、健康に関する普及啓発を行う。	○	
4-32	健康保険課	母子保健	母子健康手帳交付時の相談対応、特定妊婦や妊産婦健診等により支援が必要と把握された妊産婦を保健師等が訪問し、支援する。	○	
4-33	健康保険課		乳児のいる家庭を保健師、母子保健推進員が訪問し、相談を受けたり情報提供を行う。	○	
4-34	健康保険課		健康診査や健康相談時等、心身の発達に気になる点がある児とその親を対象に発達相談を実施する。	○	
4-35	健康保険課		専門職による遊びの教室の実施や子育てサークル活動を支援し、子育て中の保護者と子どもの交流の場を提供する。	○	

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-36	健康保険課	乳幼児健康診 査・健康相談	計測、問診、診察等により心身の 発達状況の確認を行うとともに、 子育てに関する不安や悩みの相談 に対して指導、助言を行う。	○	
4-37	健康保険課	育児・健康相 談	子育てや健康づくりに関する相談 を受け、支援する。	○	
4-38	健康保険課	生活習慣病予 防	健康に関する普及イベントの開催 や保健指導、健診結果相談会を実 施する。	○	
4-39	健康保険課	重複多受診者 訪問指導	重複多受診者を専門職が訪問し、 健康相談、適正受診の指導を行 う。	○	
4-40	健康保険課	保険料に関す る事務	保険料を滞納している方へ納付勧 奨を行い、減免状況を把握する	○	
4-41	健康保険課	健康診査	40歳未満の国民健康保険被保険者 で、健診を受診する機会のない方 を対象に健診を実施する。	○	
4-42	福祉課	無料法律相談	様々な問題を抱えている住民を対 象に、月1回、専門家による無料 の相談機会を提供する。	○	
4-43	福祉課	民生委員・児 童委員事務	民生委員・児童委員による地域で の相談、支援等を実施し、必要に 応じて適切な支援機関へつなぐ。	○	
4-44	福祉課		ゲートキーパー研修を実施する。		○

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-45	福祉課	権利擁護の仕組みづくり (再掲)	判断能力が十分でない方に対して 成年後見制度の利用を支援する、 成年後見制度利用支援事業を実施 する。	○	
4-46	福祉課	障がい者自立 支援協議会の 開催	医療・保健・福祉・教育及び就労 等に関係する機関とのネットワー クを構築する。	○	
4-47	福祉課	障がい者虐待 の対応	障がい者虐待に関する通報、相談 窓口を設置し、当人や家族等、擁 護者を支援するとともに適切な支 援機関へつなぐ。	○	
4-48	福祉課	重度障がい者 (児)医療費助 成事務	重度障がい者(児)の医療費を助 成する。	○	
4-49	福祉課	障がい者 (児)等基幹 相談支援セン ターの運営	障がい者等の福祉に関する様々な 問題について障がい者(児)及び その保護者等からの相談に応じ必 要な支援を行う。	○	
4-50	福祉課	障がい者相談 員による相談 業務	障がいに関する様々な相談を受け る体制を継続する。	○	
4-51	福祉課		相談員にゲートキーパー研修を実 施する。		○
4-52	福祉課	自発的活動支 援事業	発達障がいのある方とそのご家族 等が自発的に行うピアサポート活 動を支援する。	○	
4-53	福祉課	生活保護事務	生活保護申請を受け付け、必要に 応じて適切な支援機関へつなぐ。	○	

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-54	福祉課	子ども家庭支援センターの運営	子どもと家庭に関する総合相談及び情報提供を行う。児童虐待防止対策を充実する。	○	
4-55	福祉課	ひとり親家庭等	ひとり親家庭等医療費を助成する。	○	
4-56	福祉課	精神保健福祉の推進	精神障がい者がいる家族向けの講演会や家族交流会を実施する。	○	
4-57	福祉課		デイケアの実施や家族会の運営支援を行う。	○	
4-58	福祉課		精神保健福祉ボランティア等にゲートキーパー研修を実施する。		○
4-59	福祉課	手話奉仕員養成事業	聴覚障がい者の生活や福祉制度についての理解ができ、手話で日常生活に必要な手話語彙及び手話表現技術を習得した手話奉仕員を養成する。	○	
4-60	福祉課		ゲートキーパー研修を実施する。		○
4-61	福祉課	保育等の実施	公立・私立保育園・認定こども園などによる保育及び育児相談を実施する。	○	
4-62	福祉課		ゲートキーパー研修を実施する。		○

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-63	福祉課	ファミリーサポートセンターの運営	会員同士が互いに助けたり助けられたりして地域の中で子育てをする仕組みを継続する。	○	
4-64	福祉課		会員にゲートキーパー研修を実施する。		○
4-65	上下水道課	料金徴収業務	ゲートキーパー研修を実施する。		○
4-66	教育総務課	教職員関係事務	教職員研修により、メンタルヘルスの状態を客観的に把握し、必要な場合には適切な支援につなぐ等の対応をとることについての理解を深める。	○	
4-67	教育総務課	就学に関する事務	特別な支援を要する児童・生徒に対し、関係機関と協力して一人ひとりの障害及び発達の状態に応じたきめ細かな相談を行う。	○	
4-68	教育総務課	就学援助・特別支援学級就学奨励補助	経済的理由により就学困難な児童・生徒に対し、給食費・学用品費等を補助する。	○	
4-69	教育総務課		特別支援学級在籍者に対し就学奨励費の補助を行う。	○	
4-70	教育総務課	奨学金に関する事務	学費の支弁が困難な要件を満たす対象者に対し、奨学金を貸与するとともに、必要に応じて他の機関につなぐ。	○	

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-71	教育総務課	学級満足度調査	児童・生徒の心理面や学級集団を客観的に把握し、学級経営や授業を改善する。	○	
4-72	教育総務課	スクールソーシャルワーカー活用事業	社会福祉等の専門的な知識や技術を有するスクールソーシャルワーカーを活用し、様々な問題を抱えた児童生徒に対し、当該児童生徒の置かれた環境へ働きかけたり、関係機関とのネットワークを活用したりするなど多様な支援方法により課題解決への対応をする。	○	
4-73	教育総務課	不登校児童生徒支援事業	不登校の児童生徒を対象にした教育支援センターを設置し、不登校児童生徒の集団再適応、自立を援助する学習・生活指導等の実施、不登校児童生徒の保護者に対する相談活動を実施する。	○	
4-74	教育総務課	「いのちを大切にする教育」の推進	夏休み前の7月第1週を「宮崎県のいのちの教育週間」と設定し、その週を中心に、学校、家庭、地域及び関係機関が連携しながら取り組みの充実に努め、県下一斉で「いのち」について改めて考える機会とする。	○	
4-75	社会教育課	青少年対策	青少年育成町民会議の各専門部会において、青少年の抱える問題や自殺の危機等に関する情報を共有するとともに情報収集の機会とする。	○	

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-76	社会教育課	図書館の管理	住民の生涯学習の場としての読書環境の充実を図る。	○	
4-77	社会教育課	家庭教育学級の開設	子育ての不安や諸問題について、情報を交換しながら学び合う機会を提供し、子どもが家庭生活や日常生活上で必要な生活習慣を身に付けさせる。	○	
4-78	社会教育課	世代間交流事業	様々な世代が参加できる交流事業を実施し、学校とは異なるコミュニティで自分の役割などを見出す機会をつくる。	○	
4-79	社会教育課	地域活動支援	自治公民館連絡協議会や地区活動を支援することにより、地域の交流を促し、孤立や孤独化することを防ぐ。	○	

### 【事業所と連携した取組】

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-80	健康保険課	あんしん見守りネットワーク事業	民間事業者等と連携して、支援を必要とする町民を早期に発見し、必要な支援につなぐ。	○	

【様々な団体と連携した取組】

番号	担当課	事業名	実施内容	実施	未実施
4-81	キャンパス ☆きっず	キャンパス☆ きっず	発達障がい児や発達に不安がある児を持つ親の交流の場を提供する。	○	
4-82	あかとんぼ	障がい児・者 地域コミュニ ティ	障がいのある子をもつ保護者（ペアレントメンター）が相談相手になり様々な相談を受ける。 体験会や研修会を通じた交流の場を提供する。	○	
4-83	認知症介護者のつどい	認知症介護者のつどい	介護者の日頃の悩みの解消やリフレッシュ、情報交換の場を月1回開設する。	○	
4-84	認知症介護者のつどい 介護関係 団体個人等	認知症カフェ	認知症の家族がいる方や認知症に関心のある方など地域で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のできる場を提供する。	○	
4-85	高鍋町社会福祉協議会	生活福祉資金貸付事業	差し迫って必要とする生活資金を、迅速かつ低利で貸し付ける。	○	
4-86	高鍋町社会福祉協議会	ふれあい総合相談	様々な分野の相談に対応する窓口を設置する。	○	

## 第4章 自殺対策の取組

---

### 1 基本的な考え方

自殺対策は、法にも明記されているとおり、「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。(法第2条第1項)」ものです。

自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があることが知られています。また、自殺は人が自ら命を絶つ瞬間的な行為としてだけでなく、命を絶たざるを得ない状況に追い込まれるプロセスとして捉える必要があることから、自殺対策の本質は「生きることの支援」にあることを認識し、あらゆる視点からの支援を総合的に推進することにより、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指します。

### 2 基本施策

「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、自殺対策の推進においてすべての自治体で取り組むことが望ましい基本施策として、国は「地域自殺対策政策パッケージ」において、次の5つを掲げており、本町もこの5つの基本施策に沿って取組を推進します。

- 1 地域におけるネットワークの強化
- 2 自殺対策を支える人材の育成
- 3 住民への啓発と周知
- 4 生きることの促進要因への支援
- 5 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

### 3 具体的な取組

#### 1. 地域におけるネットワークの強化

意識調査においても、相談できる人が「いない」と19%の人が回答しており、これらの方が困っている状況に気づき、相談・支援につなぐことが重要です。

また、自殺を防ぐためには、町内全体で断らない包括的な支援体制を整備する必要があります。

そのため、最も身近な地域でのネットワークの形成や、生活のいろいろな場面で住民に接する機会のある役場内でのネットワークを強化することにより、その方が抱えている課題解決に向けた支援体制を整備します。

#### 【町の主な取組・担当課】

1. 高鍋町自殺対策推進会議の開催	
自殺対策を推進するための各種事業を推進し、評価、見直しを行うため、高鍋町自殺対策推進会議を開催し関係機関や地域の活動団体と連携を図り、自殺対策について進めます。	健康保険課
2. 関係機関、関係団体との連携	
保健所・警察・消防・地元医師会・地域の活動団体など関係各課や関係機関が連携し自殺対策に関する情報共有・連携を図ります。 個人事業主が所属する商工会議所や農業協同組合といった団体と連携して相談体制の整備やメンタルヘルス対策を推進します。 また、高齢者や子ども、障がい者、PTAなどの既存のネットワークを活用するとともに、あんしん見守りネットワーク事業等により、民間事業者等と連携して、支援を必要とする町民を早期に発見し、必要な支援につなげます。	健康保険課
3. 役場内における相談対応への連携の強化	
役場のそれぞれの窓口において、窓口は分野別にわかれておりますが、分野を超えた相談の場合、課を超えた適切な連携が円滑に行えるよう職員の意識改革と機運を醸成します。	全 課

### 【町民・事業者にできること】

- 日頃から、あいさつを交わすなど他者とのつながりを持った生活をします。
- 自分や周囲の人が困っていたり、悩んでいたりしたら、早めに行政機関や専門機関に相談します。
- 住民同士がお互いに声をかけあい、悩んでいる人をサポートします。
- 地域で子育て世代、こども、高齢者などを見守ります。

## 2. 自殺対策を支える人材の育成

自殺対策では、1人で悩みを抱えている人に気づき、声をかけることのできる人を増やすとともに、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る）をすることができる人材の養成が必要です。

そのため、それぞれの部門において相談対応をする職員の研修を行うとともに、地域で見守るための「ゲートキーパー」の役割を担う人材や健康情報を大切な人に伝える「健幸アンバサダー」、「キッズ健幸アンバサダー」を養成します。

### 【町の主な取組・担当課】

1. ゲートキーパー*の養成	
悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守るゲートキーパーを養成するため、関係団体や町民に向けた養成講座を実施します。	健康保険課
2. 職員向け研修の実施（参加）	
相談対応への連携強化を図るため、悩みを抱えている人に気づき、声をかけ、連携して課題解決に取り組むことができるよう、職員向けのゲートキーパー養成講座や自殺予防に関する研修などを実施するとともに職員が自殺予防に関する研修に積極的に参加します。	健康保険課 総務課
3. 健幸アンバサダー及びキッズ健幸アンバサダー*の養成	
健康情報を大切な人に伝える伝道師（インフルエンサー）として、「健幸アンバサダー」及び、「キッズ健幸アンバサダー」を養成するため、養成講座を実施します。	健康保険課

**【町民・事業者にできること】**

- 町の実施するゲートキーパー養成講座へ積極的に参加します。
- 町の実施する健幸アンバサダー養成講座へ積極的に参加します。

※「ゲートキーパー」とは

自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）を図ることができる人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。

※「健幸アンバサダー」、「キッズ健康アンバサダー」とは

「健幸アンバサダー」は、健康に関する正しい知識などを身近な人に伝える健康の伝道師（インフルエンサー）となる人のことです。また、「キッズ健幸アンバサダー」は、子ども達が楽しみながらスポーツの力を理解し、そして、その体験や健康づくりについて父母・祖父母・親類など大切な人の心に届く伝え方ができる子どものことです。

## 気づき

家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

眠れない、食欲がない、口数が少なくなった等、大切な人の様子が「いつもと違う場合」...

うつ 借金 死別体験 過重労働  
配置転換 昇進 引越し 出産 .....

もしかしたら、悩みをかかえていませんか？

生活等の「変化」は悩みの大きな要因となります。一見、他人には幸せそうに見えることでも、本人にとっては大きな悩みになる場合があります。

## ゲートキーパー の役割

## 声かけ

大切な人が悩んでいることに気づいたら、一歩勇気を出して声をかけてみませんか。

声かけの仕方に悩んだら...

- 眠れていますか？(2週間以上つづく不眠はうつのサイン)
- どうしたの？なんだか辛そうだけど...
- 何か悩んでる？よかったら、話して。
- なんか元気ないけど、大丈夫？
- 何か力になれることはない？



本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

## 傾聴

- ❖ まずは、話せる環境をつくりましょう。
- ❖ 心配していることを伝えましょう。
- ❖ 悩みを真剣な態度で受け止めましょう。
- ❖ 誠実に、尊重して相手の感情を否定せずに対応しましょう。
- ❖ 話を聞いたら、「話してくれてありがとうございます」や「大変でしたね」、「よくやってきましたね」というように、ねぎらいの気持ちを言葉にして伝えましょう。

本人を責めたり、安易に励ましたり、相手の考えを否定することは避けましょう



早めに専門家に相談するよう促す

## つなぎ

- ❖ 紹介にあたっては、相談者に丁寧に情報提供をしましょう。
- ❖ 相談窓口に確実に繋がることできるように、相談者の了承を得たうえで、可能な限り連携先に直接連絡を取り、相談の場所、日時等を具体的に設定して相談者に伝えるようにしましょう。
- ❖ 一緒に連携先に向くことが難しい場合には、地図やパンフレットを渡したり、連携先へのアクセス(交通手段、経費等)等の情報を提供するなどの支援を行いましょう。

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

## 見守り

- ❖ 連携した後も、必要があれば相談にのることを伝えましょう

## 自殺につながるサインや状況

- 過去の自殺企図・自傷歴
- 喪失体験：身近な人との死別体験など
- 苦痛な体験：いじめ、家庭問題など
- 職業問題・経済問題・生活問題：失業、リストラ、多重債務、生活苦、生活への困難感、不安定な日常生活、生活上のストレスなど
- 精神疾患・身体疾患の罹患およびそれらに対する悩み：うつ病など精神疾患や、身体疾患での病苦など
- ソーシャルサポートの欠如：支援者がいない、社会制度が活用できないなど
- 自殺企図手段への容易なアクセス：危険な手段を手にして、危険な行動に及びやすい環境があるなど
- 自殺につながりやすい心理状態：自殺念慮、絶望感、衝動性、孤立感、悲嘆、諦め、不自信
- 望ましくない対処行動：飲酒で紛らわす、薬物を乱用するなど
- 危険行動：道路に飛び出す、飛び降りようとする、自暴自棄な行動をとるなど
- その他：自殺の家族歴、本人・家族・周囲から確認される危険性など

自殺につながるサインに気づいたら、遠くかい関わりをもってください。



## 自殺を防ぐために有効なもの

- 心身の健康：心身ともに健康であること
- 安定した社会生活：良好な家族・対人関係、充実した生活、経済状況、地域のつながりなど
- 支援の存在：本人を支援してくれる人がいたり、支援組織があること
- 利用可能な社会制度：社会制度や法的対応など本人が利用できる制度があること
- 医療や福祉などのサービス：医療や福祉サービスを活用していること
- 適切な対処行動：信頼できる人に相談するなど
- 周囲の理解：本人を理解する人がいる、偏見をもって扱われないなど
- 支援者の存在：本人を支援してくれる人がいたり、支援組織があること
- その他：本人・家族・周囲が頼りにしているもの、本人の支えになるようなものがあるなど

周囲の人が協力して、信じている人に支えとなる働きかけを行っていきましょう。

話をよく聞き、一緒に考えてくれるゲートキーパーがいることは、悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心を与えます。



つなガール・ささエール

### 3. 住民への啓発と周知

自殺は、「誰にでも起こりえる危機」との認識のもと、自殺に追い込まれる危機に陥った人の心情や背景への理解を深めることも含めて、正しい情報提供に取り組む必要があります。

そのため、ここらについての啓発や相談窓口を広く周知する取組を推進します。

#### 【町の主な取組・担当課】

1. 相談窓口等の周知	
9月の自殺予防週間、3月の自殺対策強化月間にあわせた相談窓口等の広報を引き続き行うとともに、町ホームページ、町内事業所への掲示物配布など、さまざまな機会を捉えて相談窓口等の周知を行います。 また、様々な団体等が行っている、相談窓口の周知をSNS等により行い、悩みを抱える人が、自分にあった相談先を見つけるための選択肢をより多く提供します。	健康保険課 地域政策課
2. 広報誌、SNS等での情報発信	
広報誌やSNS等により、健康やこころに関する情報提供を積極的に行います。 また、3月の自殺対策強化月間にあわせ、図書館に関連コーナーを設置するなど積極的に情報発信を行います。	健康保険課 図書館

#### 【町民・事業者にできること】

- 広報誌やホームページ等の情報に関心を持ち、必要な情報を収集します。
- 地域や企業でこころの健康づくりを考える機会を作ります。
- 身近な人に健康に関する正しい知識などを伝えます。

#### 4. 生きることの促進要因への支援

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」である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のが世界の共通認識となっています。

個人においても社会においても、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」より「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」が上回ったときに自殺リスクが高くなるため、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ていく必要があります。

本町においては、生きることの包括的な支援に関連する事業として次の事業に取り組みます。

##### 【総務課】

No.	事業名	実施内容
1	男女共同参画推進事業	DVをはじめとするあらゆる暴力の根絶に向けた啓発事業を実施します。
2	消費生活相談等事業	悪質商法や多重債務、インターネット通販トラブル等の消費者問題を対象とした弁護士による無料法律相談を実施します。
3		悪徳商法等の被害に遭わないための啓発事業を実施します。
4	人権啓発事業	他者が幸せに生きていくための権利を大切に扱うという人権意識を高める啓発事業を実施します。
5	職員研修事業	自殺対策に関する職員研修を実施します。
6	交通安全対策事業	交通事故を起こさない、交通事故に遭わないための啓発事業を実施します。
7	犯罪被害者等支援事業	犯罪や交通事故の被害に遭った本人や親族に対し、被害の軽減や回復を図るために必要な支援を実施します。

【地域政策課】

No.	事業名	実施内容
8	経営支援セミナー	商工会議所と連携して実施する経営支援セミナー等において、労働者の心の健康の保持増進等に関する講演の機会を設けます。
9	ワークライフバランスの推進	宮崎県が実施する「仕事と家庭の両立応援宣言」制度への登録を促し、町内の企業や事業所によるワークライフバランスの取組を推進します。
10	中小企業資金融資	信用保証制度を利用した中小企業者に対する補助を行います。
11	高鍋町情報はやわかりガイド	転入者向けに行政の仕組みや役場における各種手続き方法等の情報のほか、暮らしに役立つ生活情報をまとめたガイドブックに相談先の情報を掲載し情報提供を行います。
12	高鍋町出前講座	出前講座において「保健福祉」、「生活環境」、「人権」や「防災・安全」などをテーマとして、住民への啓発や情報提供を行います。

【税務課】

No.	事業名	実施内容
13	納税等相談・税等滞納整理	納税等に関する相談を受け付け、必要に応じて様々な支援につなぎます。

【町民生活課】

No.	事業名	実施内容
14	公害・環境に関する苦情相談	公害・環境に関する苦情や相談を受け付け、問題の早期解決を図ります。

【農業政策課】

No.	事業名	実施内容
15	農業経営改善計画認定	農業経営改善計画認定申請時に、農業者が健全な農業経営を行うことができるよう関係機関と連携し、助言を行います。

【建設管理課】

No.	事業名	実施内容
16	町営住宅事務	町営住宅の公募・管理に関する相談の中で、必要に応じて様々な支援につながります。
17	土木施設管理	道路及び河川の適正な維持管理を行い、安心・安全に町民が生活できる環境を整えます。
18	公園・児童遊園等の管理	公園・児童遊園等の整備や管理、維持補修を行い、体を動かす機会が増えたり、心が和んだりして自然と健幸になる環境を整えます。

【健康保険課】

No.	事業名	実施内容
19	権利擁護の仕組みづくり	判断能力が十分でない方に対して成年後見制度の利用を支援する、成年後見制度利用支援事業を実施します。
20	緊急通報システム事業	一定の要件を満たす方に対して緊急通報装置を貸与し、利用料の一部を補助します。
21	高齢者クラブへの活動助成	生きがいづくりや社会参加の場となる高齢者クラブが活発に活動できるよう活動費の一部を助成します。
22	介護予防事業	歩いて参加できる住民主体の介護予防教室（いきいき百歳体操）の普及やプールを活用した教室等を実施します。
23	高齢者の総合相談事業	高齢者の総合相談窓口として、地域包括支援センターを設置し、専門職による相談支援を行います。
24	養護老人ホームへの入所事務	65歳以上で経済的な理由等により自宅での生活が困難な高齢者を養護老人ホームへ入所措置します。
25	休日・夜間診療体制整備	休日や夜間の急病患者に対する応急診療体制を整備します。
26	健康教育に関する普及啓発	こころと体の健康に関する出前講座を行い、健康に関する普及啓発を行います。
27	スマートウエルネスシティ（健幸づくり）事業	「健幸＝健康で幸せ（身体面の健康だけでなく、人々が生きがいを感じ、安心安全で豊かな生活を送れること）」づくりの支援として、たかなべ健康チャレンジや健幸アンバサダー、キッズ健幸アンバサダーの養成事業などを行います。

【健康保険課】

No.	事業名	実施内容
28	母子保健	母子健康手帳交付時の相談対応、特定妊婦や妊産婦健診等により支援が必要と把握された妊産婦を保健師等が訪問し、支援します。
29		高鍋町母子健康包括支援センターを設置し、乳児のいる家庭を助産師、保健師が訪問、相談対応や情報提供を行います。
30		健康診査や健康相談時等、心身の発達に気になる点がある児とその親を対象に発達相談を実施します。
31		専門職による遊びの教室・ことばの教室の実施や子育てサークル活動を支援し、子育て中の保護者と子どもの交流の場を提供します。
32	乳幼児健康診査・健康相談	計測、問診、診察等により心身の発達状況の確認を行うとともに、子育てに関する不安や悩みの相談に対して指導、助言を行います。
33	育児・健康相談	子育てや健康に関する相談対応を行います。
34	生活習慣病等予防	疾病の早期発見、重症化予防の保健指導や健康相談を実施します。
35	重複多受診者訪問指導	重複頻回受診者を専門職が訪問し、健康相談、適正受診の指導を行います。
36	健康診査	19歳以上の国民健康保険被保険者及び後期高齢者医療被保険者を対象に健診を実施します。
37	国民健康保険や保険料等相談	国民健康保険や保険料等の相談等を行う中で、必要に応じて様々な支援につなぎます。
38	ゲートキーパー養成講座	ゲートキーパーの役割を担う人材養成と、普及啓発を行います。

【福祉課】

No.	事業名	実施内容
39	重層的支援体制整備事業	属性や世代を問わず包括的な支援を多機関協働で行います。
40	無料法律相談	様々な問題を抱えている住民を対象に、月1回、専門家による無料の相談会を行います。
41	民生委員・児童委員事務	民生委員・児童委員による地域での相談、支援等を実施し、必要に応じて適切な支援機関へつなぎます。
42	権利擁護の仕組みづくり	判断能力が十分でない方に対して成年後見制度の利用を支援する、成年後見制度利用促進事業（こゆ成年後見支援センター）を実施します。
43	障がい者自立支援協議会の開催	医療・保健・福祉・教育及び就労等に関係する機関とのネットワークを構築します。
44	障がい者虐待の対応	障がい者虐待に関する通報、相談窓口を設置し、当人や家族等、擁護者を支援するとともに適切な支援機関へつなぎます。
45	重度障がい者(児)医療費助成事務	重度障がい者（児）の医療費を助成します。
46	障がい者（児）等基幹相談支援センターの運営	障がい者等の福祉に関する様々な問題について障がい者（児）及びその保護者等からの相談に応じ必要な支援を行います。
47	障がい者相談員による相談業務	障がいに関する様々な相談を受ける体制を整備します。
48	自発的活動支援事業	発達障がいのある方とそのご家族等が自発的に行うピアサポート活動を支援します。
49	生活保護事務	生活保護申請を受け付け、必要に応じて適切な支援機関へつなぎます。
50	子ども家庭支援センターの運営	子どもと家庭に関する総合相談及び情報提供を行います。児童虐待防止対策を充実させます。
51	ひとり親家庭等医療費助成事務	ひとり親家庭等医療費を助成します。
52	精神保健福祉の推進	精神障がい者がいる家族向けの講演会や家族交流会を実施します。デイケアの実施や家族会の運営支援を行います。

【福祉課】

No.	事業名	実施内容
53	手話奉仕員養成事業	聴覚障がい者の生活や福祉制度についての理解ができ、手話で日常生活に必要な手話語彙及び手話表現技術を習得した手話奉仕員を養成します。
54	保育相談等の実施	公立・私立保育園・認定こども園などによる保育及び育児相談を実施します。
55	ファミリーサポートセンター事業	会員同士が互いに助けたり助けられたりして地域の中で子育てを行います。
56	ふれあい総合相談	常勤の相談員を配置し対面相談事業を行います。併せて、様々な分野の相談に対応するため、弁護士等による相談を実施します。身近にいる家族や知人に相談することができない人等の孤独や孤立を防ぎ自殺を防止することを目的とします。

【上下水道課】

No.	事業名	実施内容
57	上下水道料金の収納・滞納整理	料金の支払いや上下水道の手続きに関して相談等を受けた場合に、必要に応じて様々な支援につながります。

【教育総務課】

No.	事業名	実施内容
58	教職員研修	教職員研修により、メンタルヘルスの状態を客観的に把握し、必要な場合には適切な支援につなぐ等の対応をとることについての理解を深めます。
59	就学相談	特別な支援を要する児童・生徒に対し、関係機関と協力して一人ひとりの障害及び発達の状態に応じたきめ細かな相談を行います。
60	就学援助・特別支援学級就学奨励補助	経済的理由により就学困難な児童・生徒に対し、給食費・学用品費等を補助します。特別支援学級在籍者に対し就学奨励費の補助を行います。
61	奨学金貸与	学費の支弁が困難な要件を満たす対象者に対し、奨学金を貸与するとともに、必要に応じて他の機関につながります。

【教育総務課】

No.	事業名	実施内容
62	学級満足度調査	学級満足度調査を実施することで、児童・生徒の心理面や学級集団を客観的に把握し、学級経営や授業の改善につなげます。
63	スクールソーシャルワーカー活用事業	社会福祉等の専門的な知識や技術を有するスクールソーシャルワーカーを活用し、様々な問題を抱えた児童生徒に対し、当該児童生徒の置かれた環境へ働きかけたり、関係機関とのネットワークを活用したりするなど多様な支援を行います。
64	不登校児童生徒支援事業	不登校の児童生徒を対象にした教育支援センターを設置し、不登校児童生徒の集団再適応、自立を援助する学習・生活指導等の実施、不登校児童生徒の保護者に対する相談を行います。
65	「いのちを大切にする教育」の推進	夏休み前の7月第1週を「宮崎県のいのちの教育週間」と設定し、その週を中心に、学校、家庭、地域及び関係機関が連携しながら取り組みの充実を図り、県下一斉で「いのち」について改めて考える機会とします。

【社会教育課】

No.	事業名	実施内容
66	青少年対策	青少年育成町民会議の各専門部会において、青少年の抱える問題や自殺の危機等に関する情報を共有するとともに情報収集を行います。
67	図書館の充実	住民の生涯学習の場としての読書環境の充実を図ります。
68	家庭教育学級の開設	家庭教育学級を開設し、子育ての不安や諸問題について、情報を交換しながら学び合う機会を提供し、子どもが家庭生活や日常生活上で必要な生活習慣を身に付けさせます。
69	世代間交流事業	様々な世代が参加できる交流事業を実施し、学校とは異なるコミュニティで自分の役割などを見出す機会をつくります。
70	地域活動支援	自治公民館連絡協議会や地区活動を支援することにより、地域の交流を促し、孤立や孤独化することを防ぎます。

【事業所と連携した取組】

No.	事業名	実施内容
71	あんしん見守りネットワーク事業	民間事業者等と連携して、支援を必要とする町民を早期に発見し、必要な支援につなぎます。

【様々な団体と連携した取組】

No.	事業名	実施内容	実施団体
72	キャンパス☆きっず	障がいのある子をもつ保護者（ペアレントメンター※）が相談相手になり様々な相談を受ける。体験会や研修会を通じた交流の場を提供します。	あかとんぼ
73	認知症介護者のつどい	介護者の日頃の悩みの解消やリフレッシュ、情報交換の場を月1回開設します。	認知症介護者のつどい
74	認知症カフェ	認知症の家族がいる方や認知症に関心のある方など地域で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のできる場を提供します。	介護関係団体個人等
75	生活福祉資金貸付事業	差し迫って必要とする生活資金を、迅速かつ低利で貸し付けます。	社会福祉協議会
76	ふれあい総合相談（再掲）	常勤の相談員を配置し対面相談事業を行います。様々な分野の相談に対応するため、弁護士等の専門職による相談を併せて実施します。身近にいる家族や知人に相談することができない人等の孤独や孤立を防ぎ自殺を防止することを目的とします。	
77	「まちなかコラボ」の運営	家庭や学校に居場所のないこどもに対して生活習慣の形成や体験活動を行う場の提供や経済的に困窮し孤食になりがちな児童などを支援することも食堂を支援します。	

※「ペアレントメンター」とは

発達障がい者の子育て経験のある親であって、その経験を活かし、子どもが発達障がいの診断を受けて間もない親などに対して相談や助言を行う人のこと。

**【町民・事業者にできること】**

- 自分なりの楽しみや、生きがいを持った生活をし、ストレスを抱え込まないようにします。
- 睡眠による休養を十分にとります。
- バランスのよい食事を摂るよう心がけます。
- 1人で悩みを抱え込まず、相談できる人や相談機関に相談します。
- うつ病やこころの病について理解を深め、必要に応じて受診をします。
- 働きやすい職場環境の整備に努めます。

**5. 児童生徒のSOSの出し方に関する教育**

「困難やストレスに直面した児童・生徒が信頼できる大人に助けの声をあげられる」ということを目標として、保健師等と連携したSOSの出し方教育を学校の教育活動として位置付けられるよう努めます。

**【町民・事業者にできること】**

- 児童・生徒が困ったときには、自らSOSを出せるようにします。



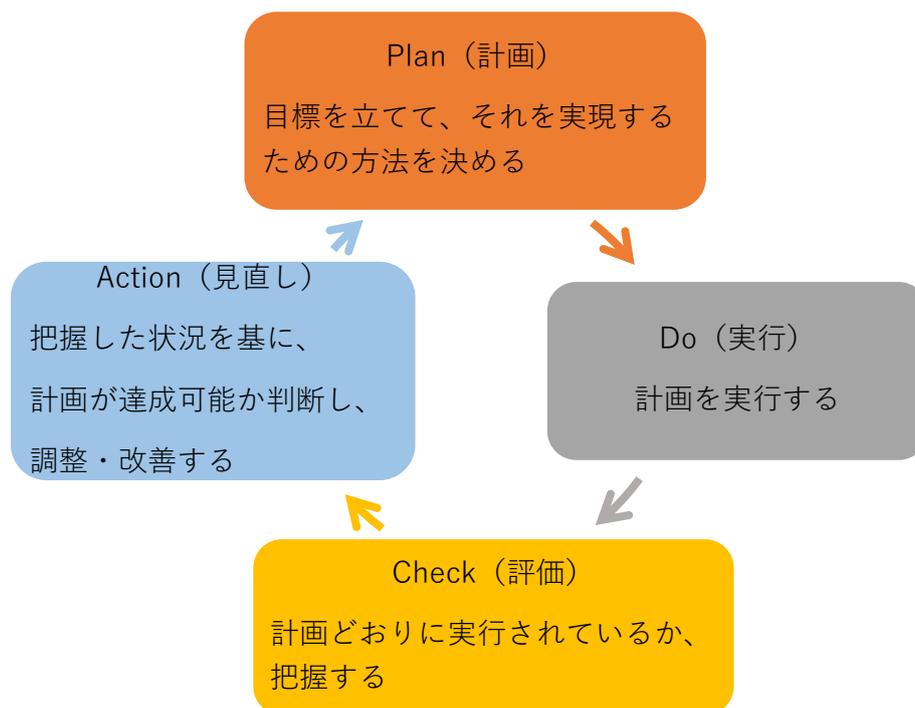
## 第5章 計画の推進

### 1 自殺対策推進会議

本計画の取組を推進するために、町は、関係機関及び団体等で構成する高鍋町自殺対策推進会議（以下「会議」という。）を設置し、関係機関及び関係団体との連携を強化するとともに、取組の実施状況を点検、評価することとします。

### 2 P D C A サイクルによる計画の推進

計画を着実に推進するために、「計画（Plan）」、「実行（Do）」、「評価（Check）」、「見直し（Action）」という一連の流れ（P D C A サイクル）を繰り返し、必要に応じて取組への反映等を行うこととします。



### 3 協働と連携による推進

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ために、町だけでなく、町民、事業者、そして様々な団体が、自殺対策に主体的に取り組み、連携していくこととします。

## 第6章 資料編

### 1 相談窓口・集いの場

・高鍋町健康づくりセンター

電話：0983-23-2323

対応時間：土・日・祝日・年末年始を除く 8時25分～17時10分

(厚生労働省ホームページから)

・#いのちSOS **フリーダイヤル 無料**

0120-061-338 (0120 おもい ささえる)

相談日時：日曜日、月曜日、火曜日、金曜日、土曜日 00:00～24:00、

水曜日、木曜日 6:00～24:00 ※木曜日 6:00～火曜日 24:00 までは連続対応

※「死にたい」「消えたい」「生きることに疲れた」などの気持ちを専門の相談員が受け止め、状況を整理し、必要な支援策などについて一緒に考えます。

・よりそいホットライン **フリーダイヤル 無料**

電話：0120-279-338 ※050 で始まる IP 電話からは 050-3655-0279

24時間対応しています。

※ガイダンスで専門的な対応も選べます (外国語含む)

・いのちの電話 **フリーダイヤル 無料**

電話：0120-783-556

※IP 電話からは 03-6634-7830 (通話料有料)

相談日時：毎日 16時から 21時まで。毎月 10日午前 8時から翌日午前 8時まで

・チャイルドライン **フリーダイヤル 無料**

電話：0120-99-7777 ※IP 電話からは接続できません。

相談日時：毎日 4時から 9時

・子供(こども)のSOSの相談窓口(文部科学省)

電話：0120-0-78310 ※IP 電話からは接続できません。

相談日時：24時間

・子どもの人権110番(法務省)

電話：0120-007-110 ※IP 電話からは接続できません。

相談日時：平日午前 8時 30分から午後 5時 15分まで

(宮崎県ホームページから)

**【ウェブサイト】**

- ・ 県民向け自殺予防啓発ポータルサイト「ひなたのおせっかい」  
<http://www.m-hinatanoosekkai.jp/>
- ・ 各地域の相談窓口などの案内サイト「みやざきこころ青Tネット」  
<http://www.m-aot.net/pc/>
- ・ 10代の若者向けこころの健康応援特設サイト「宮崎こころの保健室」  
<http://miyakoro.com/>

**【宮崎いのちの電話】**

相談受付日時：年中無休 月・水・金 21時～翌朝4時  
日・火・木・土 18時～翌朝4時  
電話：0570-783-556 (ナビダイヤル)  
電話：0985-89-4343

**【こころの電話】**

相談受付日時：月曜～金曜日（祝日、12月29日～1月3日を除く）  
9時～19時  
電話：0985-32-5566

**【心の健康相談】**

- ・ 高鍋保健所  
相談日時：毎月第4火曜日 14時～16時（事前予約制）  
電話：0983-22-1330

**【自死遺族のつどい】**

- 「宮崎自殺防止センター」
- ・ 相談電話 0985-77-9090  
相談受付日時：日月水金 20時～23時 相談無料
  - ・ 自死遺族のわかちあい「宮崎ランタンのつどい」  
日時：原則として毎月第2土曜日 14時～16時  
場所：宮崎県立図書館2階  
※詳しくは、NPO 法人国際ビフレンダーズ宮崎自殺防止センターのホームページをご覧ください。

(宮崎県精神保健福祉センター「こころのハンドブック」より)

**【宮崎県ひきこもり地域支援センター】**

- ・宮崎県精神保健福祉センター内  
面接相談、訪問、家族教室  
受付時間：土・日・祝日・年末年始を除く 8時30分～17時  
電話：0985-27-8133

**【宮崎県子ども・若者総合相談センター「わかば」】**

- ・宮崎県庁 10号館 1階  
窓口開所：月・火・水・土・日 10時～17時  
相談専用電話：0985-41-7830 FAX：0985-41-7831  
相談用メール：soudan@miyazaki-kowaka.jp  
<http://www.miyazaki-kowaka.jp/>

※他にも各相談内容に対応する県内の相談窓口を掲載した「こころの電話帳」を役場、高鍋町健康づくりセンターで配布しています。

**【労働に関する相談】**

- ・宮崎労働委員会  
電話：0985-26-7538
- ・宮崎労働局 総合労働相談コーナー  
電話：0985-38-8821
- ・独立行政法人 労働者健康安全機構 宮崎産業保健総合支援センター  
電話：0985-62-2511

## 2 メンタルヘルスに関するサイト

**【ウェブサイト】**

- ・働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」  
<https://kokoro.mhlw.go.jp/>

### 3 自殺対策推進会議設置要綱

#### 高鍋町自殺対策推進会議設置要綱

##### (設置)

第1条 自殺対策基本法（平成18年法律第85号）に基づき、生きるための包括的な支援を推進することにより、自殺対策を総合的かつ円滑に推進するため、高鍋町自殺対策推進会議（以下「会議」という。）を設置する。

##### (所掌事務)

第2条 会議の所掌事務は、次のとおりとする。

- (1) 自殺対策の推進に係る計画の策定並びに評価及び見直しに関すること。
- (2) 自殺対策に関する諸施策の調整及び推進に関すること。
- (3) 自殺対策に関する情報の収集及び連絡に関すること。
- (4) 自殺対策に関する関係行政機関及び関係団体との連携の強化に関すること。
- (5) その他自殺対策の総合的な推進に関すること。

##### (組織)

第3条 会議は、会長、副会長及び委員をもって組織する。

2 会長は副町長をもって充て、副会長は会長が指名する。

3 委員は、次に掲げる者、機関及び団体（以下「団体等」という。）の代表者又は団体等から推薦された者をもって充て、町長が任命又は委嘱する。

- (1) 副町長
- (2) 児湯医師会高鍋地区代表
- (3) 民生委員・児童委員協議会
- (4) 自治公民館連絡協議会
- (5) P T A連絡協議会
- (6) 高鍋商工会議所
- (7) 児湯農業協同組合
- (8) 高鍋警察署
- (9) 東児湯消防組合
- (10) 高鍋保健所
- (11) その他町長が必要と認める者

4 委員の任期は、5年とする。ただし、補欠委員の任期は前任者の残任期間とする。

##### (会長及び副会長の職務)

第4条 会長は、会議を代表し、会務を総理する。

2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときはその職務を代理する。

##### (会議)

第5条 会議は、会長が召集し、議長となる。

2 会長は、必要があると認めるときは、会議に委員以外の者に出席を求め、意見を聴取することができる。

(庁内会議)

第6条 会議に、自殺対策の推進に係る計画案の検討及び町の取組みを推進するため、  
庁内会議を置く。

2 庁内会議は、次に掲げる所属の職員により構成する。

- (1) 総務課
- (2) 地域政策課
- (3) 税務課
- (4) 福祉課
- (5) 農業政策課
- (6) 建設管理課
- (7) 上下水道課
- (8) 教育総務課
- (9) 社会教育課
- (10) 地域包括支援センター
- (11) 障がい者（児）等基幹相談支援センター
- (12) 子ども家庭支援センター

(庶務)

第7条 会議の庶務は、健康保険課において処理する。

(その他)

第8条 この要綱に定めるもののほか、会議の運営について必要な事項は別に定める。

附 則

この訓令は、公表の日から施行する。

#### 4 自殺対策推進会議委員名簿

	所 属	氏 名
1	副町長	小 山 圭 一
2	児湯医師会高鍋地区代表	永 友 和 之
3	民生委員・児童委員協議会	黒 木 伸 子
4	自治公民館連絡協議会 評議員	八 代 輝 幸
5	P T A連絡協議会 会長	若 山 幸 一
6	高鍋商工会議所 総務課長	林 賢 治
7	児湯農業協同組合 総務課長	森 下 都
8	高鍋警察署 生活安全課長	溝 口 和 志
9	東児湯消防組合 警防通信課長	松 尾 拓 哉
10	高鍋保健所 主幹	鴫 香 織
11	公募委員	小 村 泰 三
12	公募委員	下 園 順 子