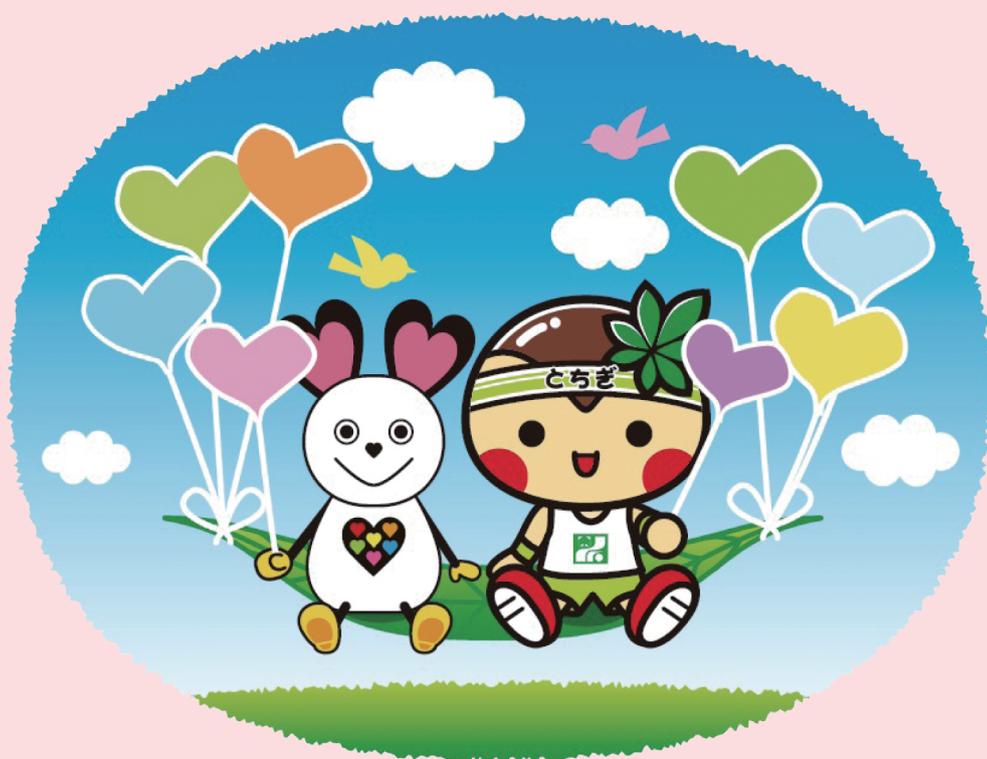


概要版

いのち支える栃木県自殺対策計画



平成 30 (2018) 年 3 月

栃木県

いのち支える栃木県自殺対策計画【概要版】

第1章 計画策定の趣旨等

1 計画策定の趣旨

本県では、「1日に1人以上の尊い命が自殺で失われる」という深刻な状況が続いています。『共に支え合い、誰も自殺に追い込まれることのない“とちぎ”の実現』を目指し、保健、医療、福祉、教育、労働、法律等の各分野が有機的に連携し、地域の実情を踏まえた総合的かつ効果的な自殺対策を推進するため、「いのち支える栃木県自殺対策計画」（以下「本計画」という。）を策定します。

2 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法の一部改正を受け、自殺対策に関わる関係機関・団体等と有機的な連携を図り、本県における自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため、同法第13条第1項に基づき策定するものです。

3 計画の期間

平成30（2018）年度から平成34（2022）年度までの5か年間とします。

4 計画の基本理念

誰もが当事者となりうる自殺問題に対して、県民一人ひとりの生きる力を包括的に支援することにより適切に対処していくとともに、県や市町、関係機関・団体等を含む県民一人ひとりの理解と協力により、「いのち」を支えていきます。

【基本理念】

『共に支え合い、誰も自殺に追い込まれることのない“とちぎ”の実現』

第2章 栃木県における自殺の現状と課題

1 現状

(1) 自殺者数の状況

本県における自殺者数は、平成10（1998）年に急増し、平成21（2009）年には年間630人と過去最多となりました。その後は減少傾向が続き、平成28（2016）年には年間382人となりました。（図1）

(2) 自殺死亡率（人口 10 万人当たりの自殺者数）の状況

本県における自殺死亡率についても、平成 21（2009）年の 27.8 をピークに減少していますが、平成 17（2005）年以降は全国よりも高い水準で推移しています。（図 2）

また、男女別の自殺死亡率では、男性が女性の 2 倍以上となる状況が続いており、全国と比較すると、平成 21（2009）年から平成 28（2016）年の平均では、男女ともに全国よりも高い状況にあります。（平均：栃木・男 32.3、栃木・女 12.7、全国・男 30.0、全国・女 12.1）（図 3）

図 1 自殺者数の状況

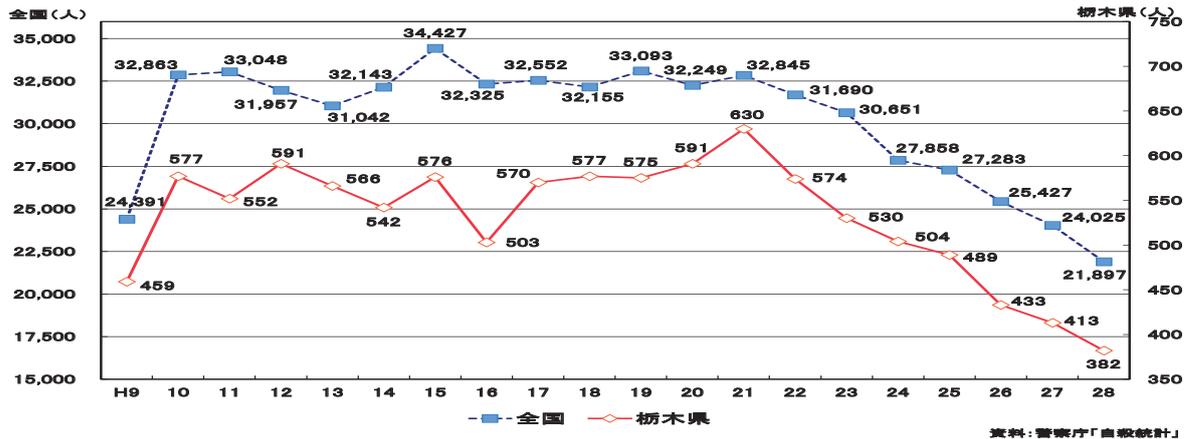


図 2 自殺死亡率の状況

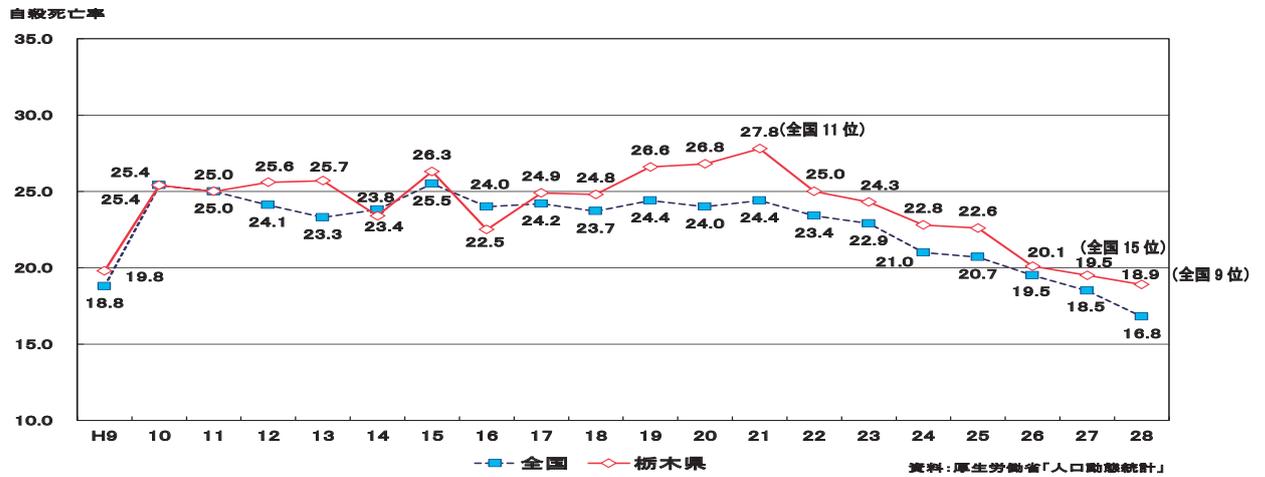
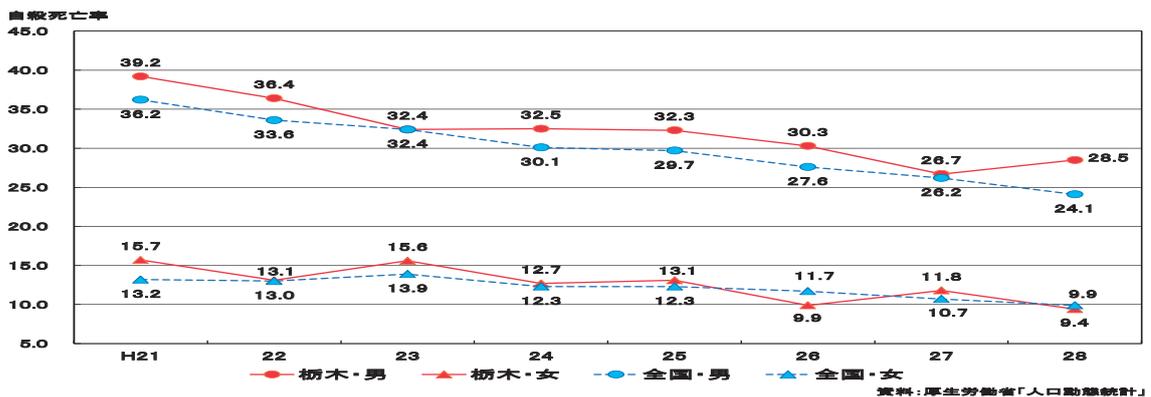


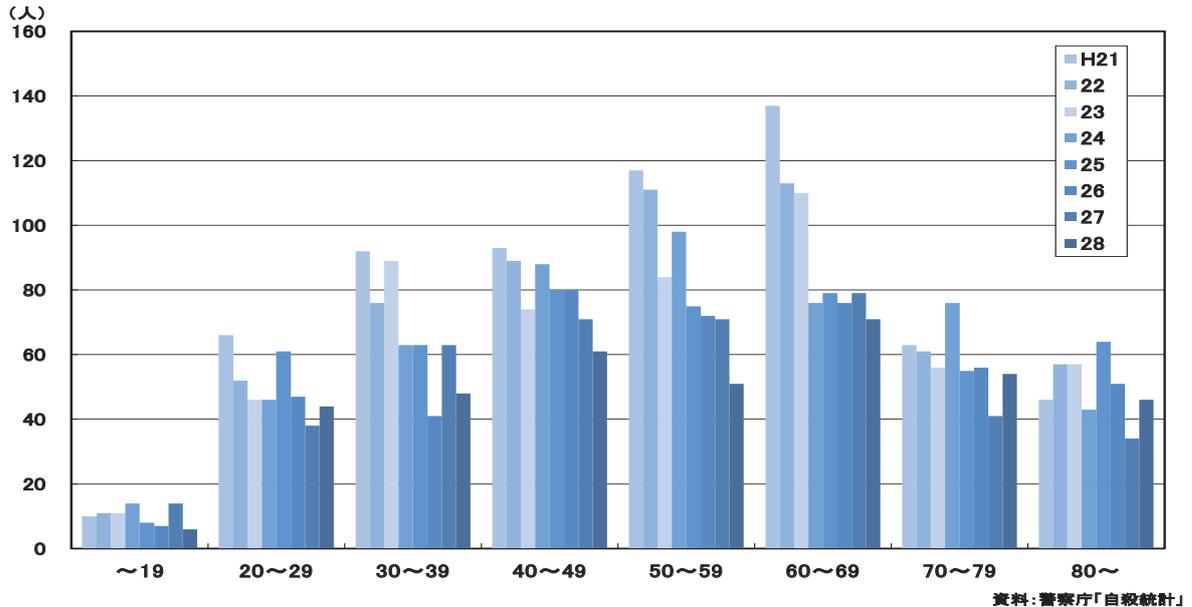
図 3 男女別自殺死亡率の状況



(3) 年齢階級別自殺者数の状況

経年で比較すると、40歳代から60歳代の自殺者数が多い状況にあります。また、20歳代や70歳代以上については高止まりの状況にあり、平成28(2016)年では前年よりも増加しています。(図4)

図4 年齢階級別自殺者数の状況



(4) 年齢階級別死因順位の状況

自殺が若年層(40歳未満)における死因の上位を占めており、特に20歳代では死亡者数の半数を占めています。(図5)

図5 年齢階級別死因順位の状況(平成28年)

年齢階級	第1位			第2位			第3位		
	死因	死亡数	割合(%)	死因	死亡数	割合(%)	死因	死亡数	割合(%)
10歳代	悪性新生物 交通事故	8 8	25.0 25.0	-	-	-	自殺	4	12.5
20歳代	自殺	47	58.0	悪性新生物	9	11.1	心疾患 交通事故	4 4	4.9 4.9
30歳代	自殺	52	31.7	悪性新生物	40	24.4	脳血管疾患	13	7.9
40歳代	悪性新生物	127	33.7	自殺	52	13.8	心疾患	51	13.5
50歳代	悪性新生物	328	41.4	心疾患	107	13.5	脳血管疾患	72	9.1
60歳代	悪性新生物	1,239	47.9	心疾患	314	12.1	脳血管疾患	247	9.5
70歳代	悪性新生物	1,548	37.8	心疾患	672	16.4	脳血管疾患	372	9.1

資料：厚生労働省「人口動態統計」

2 課題

(1) 高い自殺死亡率への対策

本県における自殺死亡率は、平成 17（2005）年以降は全国よりも高い水準で推移しており、平成 28（2016）年においては全国で 9 番目に高い状況にあることから、それぞれの地域の実情に応じて市町、関係機関・団体、県民等と連携・協働し、総合的かつ効果的に自殺対策を推進する必要があります。

(2) 若年層及び高齢層への対策

若年層の死因順位をみると、自殺が死因の上位を占める状況にあることから、若年層への支援を充実させるとともに、若者の特性を踏まえたインターネットや SNS 等の多様な手段を活用した対策を講じる必要があります。

高齢層についても、自殺者数に占める割合は高いことから、関係機関・団体等と連携し、家庭や地域における気づきや見守りなどに取り組む必要があります。

(3) ハイリスク者支援及びハイリスク地への対策

関係機関・団体等と連携・協働し、自殺未遂者等の自殺の危険性が高まっている人（ハイリスク者）を早期に発見するとともに、適切な相談機関等へつなぐといった体制が必要になります。

また、県内における自殺の危険性が高い地域、自殺が多発する地域（ハイリスク地）においては、水際対策に取り組む必要があります。

第 3 章 自殺対策の推進に関する基本方針

1 共通認識

(1) 自殺は「誰にでも起こりうる身近な問題」である

県民一人ひとりが、自殺は「誰にでも起こりうる身近な問題」であることを認識する必要があります。

(2) 自殺はその多くが「追い込まれた末の死」である

自殺は、個人の自由な意思や選択の結果で起こるものではなく、その多くが様々な要因が複雑に関係した悩みにより、心理的に「追い込まれた末の死」であることを認識する必要があります。

(3) 自殺はその多くが「防ぐことができる社会的な問題」である

自殺は、心理的な悩みを引き起こす様々な要因に対する社会の介入、又は自殺に至る前のうつ病等の精神疾患に対する適切な治療により、「多くの自殺は防ぐことができる」ということを認識する必要があります。

(4) 自殺を考えている人は「何らかのサインを発している」ことが多い

死にたいと考えている人は、自殺の危険を示す「何らかのサインを発している」場合が多いと言われています。県民一人ひとりがまず自分の身近な人、そして周りの人のサインに気づき、自殺予防につなげていくことが必要です。

2 取組主体ごとの役割

県、市町、関係機関・団体、学校、企業、医療機関、県民のそれぞれが果たすべき役割を明確化・共有化し、相互に連携・協働しながら取り組みます。

3 基本的な考え方

(1) 「生きることの包括的な支援」として推進します

「生きる支援」につながる各種取組を広く自殺対策と捉え、「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みます

自殺は、健康問題、経済・生活問題等の様々な要因が複雑に関係していることから、「生きる支援」に関連する施策を効果的に展開するとともに、関係機関・団体等と緊密に連携・協働し、総合的に自殺対策を推進します。

(3) 対応の段階に応じた対策を推進します

自殺の危険性が低い段階での「事前予防」、現に起こりつつある自殺の危機に対応して自殺を防ぐ「危機対応」、自殺や自殺未遂が生じてしまった場合に家族等への影響を最小限に抑え、新たな自殺を防ぐ「事後対応」の各段階に応じて、効果的な対策を推進します。

(4) 実践と啓発を両輪として対策を推進します

危機に陥った場合には、誰かに援助を求めることが重要であるということを積極的に普及啓発するとともに、自殺を考えている人のサインに早く気づき、専門家につなぎ、その指導を受けながら見守っていけるよう広報活動、教育活動等に取り組みます。

(5) 本県の実情を踏まえて自殺対策に取り組みます

自殺死亡率が全国よりも高い水準で推移しており、特に若年層においては自殺が死因の上位を占めるなどの本県の実情を踏まえ、自殺対策を推進します。

第4章 自殺対策の取組

1 施策体系

基本理念	『共に支え合い、誰も自殺に追い込まれることのない“とちぎ”の実現』
基本施策	(1) 県民一人ひとりの気づきと見守りを促す
	(2) 自殺対策の推進に資する調査研究等を推進する
	(3) 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る
	(4) 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
	(5) 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
	(6) 社会全体の自殺リスクを低下させる
	(7) 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
	(8) 遺された人への支援を充実する
	(9) 民間団体との連携を強化する
	(10) 子ども・若者の自殺対策を更に推進する
	(11) 勤務問題による自殺対策を更に推進する

2 基本施策

「第2章 栃木県における自殺の現状と課題」や「第3章 自殺対策の推進に関する基本方針」を踏まえ、本計画において次の基本施策に取り組みます。

(1) 県民一人ひとりの気づきと見守りを促す

自殺の問題は、誰もが当事者となりうる身近な問題であることについて、県民の理解の促進を図るため、普及啓発を展開します。

(2) 自殺対策の推進に資する調査研究等を推進する

国の自殺総合対策推進センターと連携し、自殺に関する統計分析その他の自殺対策の推進に資する調査研究等を実施するとともに、市町等へ情報を提供することで、地域における自殺対策の推進に協力します。

(3) 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る

自殺対策に係る人材の確保、養成、資質の向上に取り組みます。また、県民一人ひとりが自殺の危険性の高い人の早期発見・早期対応をできるよう、広く「ゲートキーパー」の役割を担う人材を養成します。

(4) 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する

それぞれの職場において、心の健康づくりやメンタルヘルス対策が推進されるよう啓発し、環境の整備・改善を図ります。また、大規模災害等の発生時に災害保健医療活動等が適切に行えるよう体制整備や人材育成に取り組みます。

(5) 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする

ハイリスク者の早期発見に努め、必要に応じて確実に精神科医療につなげる体制や適切な精神科医療を受けられる体制、精神科救急医療体制の充実を図ります。

(6) 社会全体の自殺リスクを低下させる

社会における「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らすため、ハイリスク地対策等に取り組むとともに、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やすため、多重債務者等への相談支援体制の充実を図ります。

(7) 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ

自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐため、関係機関による連携体制の整備・充実を図ります。

(8) 遺された人への支援を充実する

自殺により遺された人への相談支援体制を充実させるとともに、遺族による自助グループ等の活動を支援します。

(9) 民間団体との連携を強化する

相談支援や人材養成等の自殺対策を行っている関係機関・団体等を支援するとともに、生きることの包括的な支援を行う関係機関・団体等とも連携して自殺対策に取り組みます。

(10) 子ども・若者の自殺対策を更に推進する

自殺が死因の上位を占める状況が続く若年層の自殺対策を推進するため、各種研修を実施するとともに、相談支援体制の充実を図ります。また、若者の特性を踏まえたインターネットやSNS等の多様な手段を活用した対策を推進します。

(11) 勤務問題による自殺対策を更に推進する

長時間労働による過労自殺などを防ぐため、関係機関・団体等と連携・協働し、職場におけるメンタルヘルスやハラスメント対策が促進されるよう啓発を推進します。また、産業カウンセラーなどによる相談支援体制の充実を図ります。

第5章 計画に係る評価指標

1 評価指標

本県では、自殺死亡率が全国より高い水準で推移していることから、本計画の取組により全国水準まで減少させることを目標に、以下の指標を設定します。

【栃木県】

	自殺対策の数値目標	
	平成 27 (2015) 年	本計画 平成 34 (2022) 年
自殺死亡率	19.5	14.6 (▲4.9)
対 2015 年比	100%	74.9% (▲25.1%)

【参考】

自殺死亡率が 14.6 以下に減少した場合、国立社会保障・人口問題研究所が発表している栃木県の推計人口（2020 年：1,926 千人）を使用して算出すると、本県の自殺者数は 282 人以下となります。

【自殺総合対策大綱】

	自殺対策の数値目標		
	平成 27 (2015) 年	平成 34 (2022) 年	平成 37 (2025) 年
自殺死亡率	18.5	(14.6)	13.0 以下
対 2015 年比	100%	(78.9%)	70.0%

第6章 自殺対策の推進体制等

1 推進体制

- (1) 栃木県自殺対策連絡協議会
- (2) 栃木県自殺対策推進本部

2 計画の進行管理

本計画の実効性を高めるため、PDCAサイクルを通じて施策や取組の効果等を検証し、検証結果や国の動向等を踏まえつつ、必要に応じて取組等を改善することにより、自殺対策を展開していきます。

3 計画の見直し

社会情勢や自殺をめぐる諸情勢の変化、概ね5年を目途に見直すこととされている国の「自殺総合対策大綱」の見直し、本計画に基づく施策の推進状況や目標達成状況等を踏まえ、必要に応じて本計画を見直すこととします。

MEMO





ナイチュウ

とちまるくん

しょうがい
障害があってもなくても、
て
手を取りあって、ともい
共に生きる。

とちぎけん
栃木県は、そんなしゃかい
社会の

じつげん む がんばろ ひと
実現に向けて頑張る人たちを

おうえん
応援しています。

栃木県保健福祉部障害福祉課

TEL 028-623-3093

FAX 028-623-3052

E-mail syougai-fukushi@pref.tochigi.lg.jp

VERY 
GOOD
LOCAL
とちぎ