

第2期中野区自殺対策計画【概要版】

～つながるまち なかの絆プラン～

計画の基本理念

誰もが つながり 自殺に追い込まれることのないまち なかの

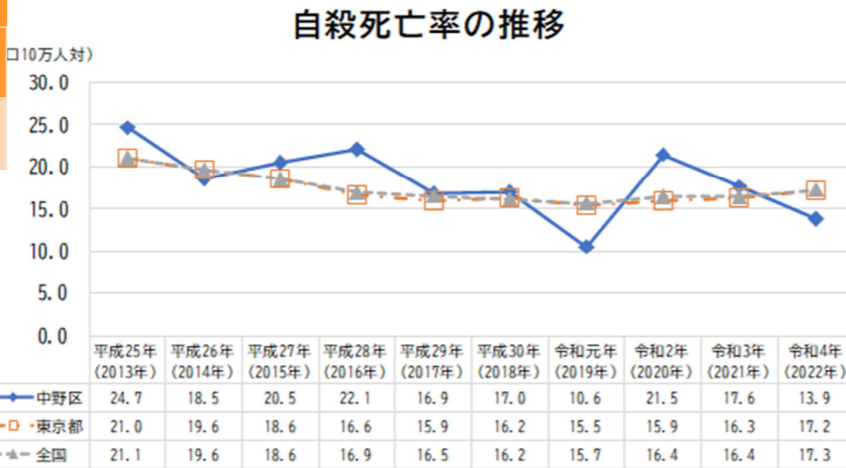
- ・自殺の背景には、精神疾患等の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立・孤独などの様々な社会的要因がある。
- ・自殺を他人事ではなく、自分や自分の家族や身近な人にも関係あることとして捉え、誰もがどこかで繋がり、必要なサポートに辿り着くことで、自殺に追い込まれないような社会の醸成を目指す。

計画期間

令和6年度から令和10年度の5年間

第1期計画（令和元年度～5年度）の目標達成状況

数値目標	基準値	目標値
	平成27年（2015年）	令和5年（2023年） 第1期計画終期
自殺死亡率（人口10万人対）の減少	20.5	16.0



- ・国の大綱で示された「令和8年までに自殺死亡率を平成27年と比べ30%以上減少させる」目標に沿って、令和5年の目標値を設定した。
- ・令和元年および、令和4年に目標値を下回った。
- ・しかしながら、新型コロナウイルス感染症の影響を大きく受けたと考えられる令和元年から令和2年にかけては一時的に上昇した局面もあるため、一時点の数値で判断せず、引き続きの減少を目指す。

区の現状・課題

- ・令和元年から令和2年にかけて、20～30歳代、50歳代の女性の自殺死亡率の急増が目立った。
- ・直近5年間でみると、全国と比べ、女性20～30歳代と50歳代の自殺死亡率が高い。
- ・直近5年の自殺者を100%としたとき、男性の40歳代、20歳代、女性の20歳代の順に割合が大きい。
- ・職業別でみると、全国や東京都と比べ、「被雇用・勤め人」の自殺者割合が大きい。
- ・就学者の内訳では、「大学生」が最も多く、次いで「専修学校生」となり、その2つで約7割を占めている。
- ・自殺の原因・動機としては、精神疾患を含む「健康問題」の比率が約4割を占める。

- 若年層の特性に合わせた支援の強化
- 勤労者のメンタルヘルスケア支援
- 女性の自殺の背景に合わせた支援の強化

施策体系

施策Ⅰ 区民のところに届く普及啓発

- 1 全ての世代へ届く普及啓発
- 2 精神保健福祉に関する普及啓発

施策Ⅱ 地域の力を活かした自殺対策の実践

- 1 研修や講座を通じた理解・見守り促進
- 2 区民の力を活かした地域のサポート

施策Ⅲ 対象者に合わせた「生きる力」の促進

- 1 経済・貧困問題を抱える人の相談へのアクセス強化
- 2 若年層の特性に合わせた支援の強化
- 3 様々な年代の女性への支援の展開
- 4 子どもの多様性と環境に合わせた支援
- 5 勤労者へのメンタルヘルスケア支援
- 6 精神疾患を抱える人への支援の強化
- 7 性的マイノリティへの支援と理解促進
- 8 高齢者の孤立防止に対する支援
- 9 自殺未遂者へのサポート
- 10 遺された人への支援

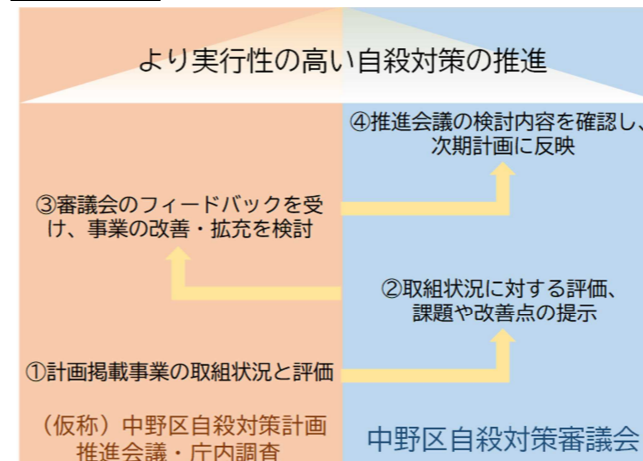
施策Ⅳ いのち支える関係機関のネットワーク構築

- 1 区内関係機関との連携
- 2 庁内関係課との連携と計画の推進体制

新規・拡充事業

- ・ ところサポーター養成講座（新規）
- ・ 若年層向けところといのちの出張講座（新規）
- ・ 勤労者向けはじめてのメンタルヘルス相談（新規）
- ・ 自殺対策メール相談事業（拡充）

推進体制



- ・ 計画の評価、計画策定の審議の場として引き続き「中野区自殺対策審議会」を設置する。
- ・ 計画に掲載されている事業の取組状況のまとめや自己評価、審議会のフィードバックを受けて事業改善、拡充、再構築を検討する場として、庁内に「(仮称)中野区自殺対策計画推進会議」を新たに設置し、自殺対策に関連する事業の更なる推進を図る。