第２期仙台市自殺対策計画【概要版】

参考資料１

第１章　計画の策定にあたって

令和５（2023）年度は、第１期計画（令和元年度～令和５年度）の最終年度にあたることから、本市の現状分析と取組みの課題整理を行い、自殺総合対策大綱を踏まえ、第２期仙台市自殺対策計画を策定する。

第２章　第１期計画の振り返り

基本方針

方向性１：一人ひとりの気づきと見守りの推進
方向性２：人材の確保と育成
方向性３：対象に応じた支援
方向性４：自殺対策に関するネットワークの構築

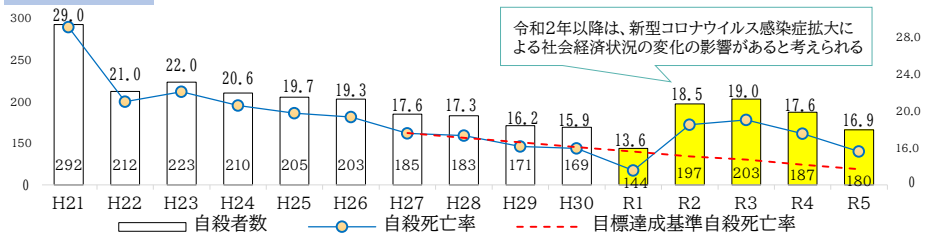
重点対象１：若年者
重点対象２：勤労者
重点対象３：自殺未遂者等ハイリスク者
重点対象４：被災者

計画目標

計画最終年までに平成27(2015）年比で
自殺死亡率（人口10万人あたりの自殺者数）を22%以上低下 13.7以下（国の大綱に呼応）

自死の現状

自殺死亡率の推移 ⇒ **計画目標(13.7)には到達していない**



属性ごとの状況

○若年者(39歳以下)の占める割合（令和元年～令和4年の合計値）

全国	宮城県（仙台市除く）	指定都市（仙台市除く）	仙台市
27.3%	26.6%	30.0%	**36.5%**

新型コロナウイルス感染症流行期の年代別詳細　（単位：人）

	R1		R2(前年比)		R3(前年比)
若年者	46	↗	73(158%)	↗	82(112%)
40～50代	65	→	65(100%)	→	65(100%)
60代以上	33	↗	59(178%)	↘	56(94%)

コロナ流行期の若年者の原因動機の特徴

○他の年代と比較して、
人間関係に関連する悩み（孤独感や、家族・交際関係、職場や学校内の人間関係の悩みなど）が増加傾向

○一方、健康問題（うつ病等精神疾患に関する悩み）
勤務問題（上司等とのトラブルなど職場の人間関係など）
経済・生活問題（事業不振や失業など）は、
顕著な変化は見られていない

○勤労者(自営業や被雇用者)の占める割合
（令和元年～令和4年の合計値）

全国	宮城県（仙台市除く）	指定都市（仙台市除く）	仙台市
38.3%	42.6%	37.3%	**43.6%**

勤労者における自死の原因動機

○健康問題(うつ病等精神疾患に関する悩みなど)
○勤務問題(上司等とのトラブルなど職場の人間関係など)
○経済・生活問題(事業不振や失業など)
○家庭問題(夫婦関係の不和など)

毎年、勤労者の原因動機は上記4つが上位を占めている

○自殺者数全体に占める自殺未遂歴のある人数の割合の推移

H30	R1	R2	R3	R4
21.3%	18.1%	27.4%	23.6%	20.3%

○復興公営住宅に入居する被災者のうち、気分障害に相当する心理的苦痛の大きい方の割合の推移

H30	R1	R2	R3	R4
16.1%	15.1%	16.8%	18.0%	17.2%

第１期計画期間中の自死等の傾向のまとめ

本市では、平成21年以降、自殺者数を減少させており、この流れを引き継ぐ第１期計画の取組みは、自死抑制の効果を持っていたものと考えられる。しかしながら、令和２年以降は新型コロナウイルス感染症拡大による社会経済状況の悪化の影響が、特に重点対象の若年者に強く現れたことなどから、自殺死亡率は目標までには届かなかった。また、勤労者などその他重点対象についても、割合がいずれも高い状態が続き、改善方向の変化を与えるまでには至らなかった。

第３章　基本的な考え方

基本理念

一人ひとりが、互いに多様性を認め合い、かけがえのない個人として尊重され、安心して暮らすことができるまちづくり
～誰も自死に追い込まれることのない仙台の実現～

基本認識

①自死は、個人の問題ではなく、社会全体の問題である
②自死の背景にある問題は、誰にでも起こり得る
③多様性や違いを認め、理解し合うことが重要である
④自殺対策の中心は「生きることの包括的な支援」である
⑤自死に至るプロセスや各段階に応じた対策が重要である
⑥本市の自死の特徴を踏まえた取組みが重要である

計画期間

令和６(2024)年度から
令和10(2028)年度まで
の５年間

基本方針

・自死に追い込む様々な要因の解消に向けた関係する主体の連携と包括的な取組み
・自死等の傾向に合わせた重点対象の設定と、対象の特徴に合わせた効果的な取組み

①自死の予防を実現するために必要な状態

３つのレベル、10の状態として整理し、状態達成に向けて各種の取組みを実施し、自殺死亡率の減少を目指す。

社会全体レベル	
状態１	自死の要因となり得る多様な問題に対応できる相談窓口や支援の体制が十分に整っていること
状態２	自死の要因となり得る多様な問題に対する支援職員の能力が十分に高い状態が維持されていること
状態３	自死の要因となり得る多様な問題に包括的・具体的に対応できる多機関ネットワークが構築され機能していること
状態４	自死の要因となり得る悩みや困りごとが生じない環境が整っていること
身近なコミュニティや対人関係レベル	
状態５	身近なコミュニティにおいて、自死の要因となり得る多様な問題に対する適切な理解が十分浸透すること
状態６	様々な悩みや困りごとを抱えた人への適切なサポートや対応を学び、身近なコミュニティにおける危機対処能力が向上すること
状態７	身近なコミュニティのメンバー同士の支え合いや同じ悩みを抱えた者の交流や分かち合いが促進されること
個人レベル	
状態８	人を自死に追い込む差別等の社会的な問題や自分自身のセルフケア、健康維持（精神的、身体的）に関する適切な知識の習得や理解が促されること
状態９	様々な悩みや困りごとに対応できる相談窓口に関する情報が届き、実際の活用が促されること
状態10	人を自死に追い込む社会的な問題に対する対応方法の習得や実際の対処が促されること

②４つの重点対象

第１期計画と同様に、
若年者、勤労者、自殺未遂者等ハイリスク者、被災者　を重点対象とする。

重点対象１　若年者

・コロナウイルス感染症流行期に自殺者数が大幅に増加した
・原因動機として、孤独感を含む様々な場面での人間関係に関連する悩みが増加。一方、健康問題や勤務問題、経済・生活問題は変化がみられなかった

他者とのつながりを得られる機会や安心して過ごせる居場所の提供など孤独・孤立を防止することに取組む

重点対象２　勤労者

・自死の原因動機として、所属集団である勤務先での早期の気づきや対応が鍵となるものが上位を占めている

それぞれの勤務先でのゲートキーパー養成や勤務先と相談支援機関との連携を強化させることに取組む

重点対象３　自殺未遂者等ハイリスク者

・自殺未遂歴は最も強い自死のリスク因子とされており、未遂の段階やより早期の希死念慮の段階で相談支援につなげる必要がある

自殺未遂者が確実に相談支援につながるよう、搬送先となる救急告示病院等の関係機関との連携を強化するとともに、希死念慮の段階からの予防的な対応を充実させることに取組む

重点対象４　被災者

・被災後相当の期間が経過しても、心理的苦痛を抱える人の割合は高い状態が続いている

健康支援やメンタルヘルス向上支援の観点から、超長期にわたる被災者支援のあり方について、体制整備や人材育成に取組む

計画目標

自殺死亡率

平成27年 17.6 ⇒（36%以上低下） 令和10年 11.2以下

大綱の目標：令和８（2026）年までに平成27（2015）年比で30%以上低下（平均年３%以上低下）
➡これに合わせ、計画最終年(令和10(2028)年)までに平成27（2015）年比で36%以上低下を目指す。

自死の予防を実現するために必要な状態の達成度

・自死の予防を実現するために必要な状態がどの程度達成されたかについて、ベースラインを基に目標値を設定する。

令和６年度(計画初年度)ベースライン調査 ⇒ 必要な状態を達成するための目標値の設定

第２期仙台市自殺対策計画【概要版】

第４章　自殺対策を推進するための具体的な取組み

自死の予防を実現するために必要な状態に関連する取組み

社会全体レベル	状態１ 自死の要因となり得る多様な問題に対応できる相談窓口や支援の体制が十分に整っていること	○暮らし支える総合相談の実施 ○スクールカウンセラーによる支援の実施など
	状態２ 自死の要因となり得る多様な問題に対する支援職員の能力が十分に高い状態が維持されていること	○自殺未遂者等ハイリスク者支援研修の実施 ○心の健康対応力向上研修の実施など
	状態３ 自死の要因となり得る多様な問題に包括的・具体的に対応できる多機関ネットワークが構築され機能していること	○自殺対策推進センターを中心とした関係機関のネットワークの構築 ○仙台市子ども・若者支援地域協議会の設置など
	状態４ 自死の要因となり得る悩みや困りごとが生じない環境が整っていること	○中小企業の表彰制度の実施 ○地域包括支援センターによる支援の実施など
身近なコミュニティや対人関係レベル	状態５ 身近なコミュニティにおいて、自死の要因となり得る多様な問題に対する適切な理解が十分浸透すること	○企業等向けゲートキーパー養成研修の実施 ○いじめ防止「きずな」キャンペーンの実施など
	状態６ 様々な悩みや困りごとを抱えた人への適切なサポートや対応を学び、身近なコミュニティにおける危機対処能力が向上すること	○災害後メンタルヘルス研修の実施 ○大学生向けの自死に関する適切な理解の普及啓発など
	状態７ 身近なコミュニティのメンバー同士の支え合いや同じ悩みを抱えた者の交流や分かち合いが促進されること	○被災者向けの健康教室や交流会の実施 ○性的少数者などのためのコミュニティスペースの設置など
個人レベル	状態８ 人を自死に追い込む差別等の社会的な問題や自分自身のセルフケア、健康維持（精神的、身体的）に関する適切な知識の習得や理解が促されること	○東日本大震災に関する相談窓口などに係る啓発活動の実施 ○多様な性のあり方についての啓発活動の実施など
	状態９ 様々な悩みや困りごとに対応できる相談窓口に関する情報が届き、実際の活用が促されること	○自殺未遂者等ハイリスク者向けリーフレットによる啓発 ○SNSを活用した相談窓口の普及啓発など
	状態10 人を自死に追い込む社会的な問題に対する対応方法の習得や実際の対処が促されること	○地区健康教育の実施 ○命を大切にする教育の推進など

４つの重点対象に関連する取組み

重点対象１　若年者［ポイント：他者とのつながり、孤独孤立の防止］

［取組みの視点］

・孤独や孤立の防止に向けて、年代や孤独・孤立の要因（学校における人間関係や職場における人間関係）、困りごとに応じた相談対応や居場所提供を、対面、オンライン、チャットなど様々な手段を通じて実施していく。

［取組み例］

・仙台いのち支えるLINE相談の実施［健康福祉局］
・困難を抱える女性のためのアウトリーチ型相談支援事業の実施［市民局］
・青少年のための居場所支援（ふれあい広場）の実施［こども若者局］　など

重点対象２　勤労者［ポイント：職場内ゲートキーパー養成、労働分野との連携］

［取組みの視点］

・職場内での気づきや早期対応を促進するとともに、労働者支援の機関や団体（労働局、健康保険組合など）との連携を強化する中で相談支援を提供していく。

［取組み例］

・労働分野の関係機関との官民協働プラットフォームの設置［健康福祉局］
・企業等向けゲートキーパー養成研修の実施［健康福祉局］
・せんだい健康づくり推進会議による保険者や労働分野の関係機関との連携推進［健康福祉局］など

重点対象３　自殺未遂者等ハイリスク者［ポイント：関係機関ネットワーク強化、予防的支援］

［取組みの視点］

・自殺未遂者が救急搬送される救急告示病院や未遂歴のある患者が利用する精神科医療機関等の関係機関との連携強化に取組み、多機関協働支援ネットワークの構築を推進していく。
・予防的支援として、自殺未遂が起きる前段階（希死念慮のある段階）からの支援を充実させていく。

［取組み例］

・仙台市いのちの支え合い事業の実施［健康福祉局］
・希死念慮のある方に対する仙台市自殺対策推進センター等による相談対応［健康福祉局］
・自殺未遂者等ハイリスク者支援研修の実施［健康福祉局］

重点対象４　被災者［ポイント：超長期支援に向けた体制づくり、支援人材の育成］

［取組みの視点］

・被災の影響は、被災後相当の期間が経過しても残ることを踏まえ、これまでの支援の中で得られたノウハウを活用した、継続支援のための具体的な体制や実際の支援にあたる職員の育成を行っていく。

［取組み例］

・超長期にわたるメンタルヘルス支援に向けた体制の整備［健康福祉局］
・被災者支援に携わる関係機関職員を対象とした人材育成研修の実施［健康福祉局］など

第５章　対策を推進する体制

担当部署による定性的自己評価

・毎年度、各取組の担当部署にて定性的自己評価を行うことで、必要な改善を図るとともに、計画全体の実施状況の確認をＰＤＣＡサイクルに基づき行う。

担当部署での事業計画 → 事業の実施 → 担当部署での定性的自己評価 → 見直しや必要な修正 → 担当部署での次期事業計画

市民意識調査による評価

令和９年度（計画４年目）市民意識調査 → ベースラインと調査の結果を比較し、目標達成度を踏まえて評価

推進体制

仙台市自殺総合対策庁内連絡会議（庁内関係各課で構成）
［進捗状況等の把握・取組み状況の評価］

報　告 →
← 意見提案

仙台市自殺対策連絡協議会（外部有識者で構成）
［自殺対策の多角的な協議・進捗状況や評価に対する意見提案］