

第1章 計画策定にあたって

1. 計画の趣旨

自死は、その多くが追い込まれた末の死です。自死の背景には、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。

このため、自死対策は、社会における「生きることの阻害要因（自死のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自死に対する保護要因）」を増やすことを通じて、社会全体の自死リスクを低下させる方向で、「対人支援のレベル」、「地域連携のレベル」、「社会制度のレベル」のそれぞれのレベルにおいて効果的に、かつそれらを総合的に推進する必要があります。

自死は、その多くが追い込まれた末の死であることや、自死対策の本質が生きることの支援にあることを改めて確認し、「いのち支える自死対策」という理念を前面に打ち出して、「誰も自死に追い込まれることのない生き心地の良い美郷町」を目指します。

2. 計画の位置づけ

本計画は、平成 28 年に改正された自殺対策基本法に基づき、国の定める自殺総合対策大綱の趣旨を踏まえて、同法第 13 条第 2 項に定める「市町村自殺対策計画」として策定するものです。

3. 計画の期間

本計画の期間は、令和 6 年度から令和 10 年度の 5 年間とします。

4. 数値目標

令和 9 年度までに自殺死亡率（人口 10 万人当たりの自殺者数）を、県・国と同じ目標値である 13.0 以下（自死者ゼロ）を目指します。

	平成 27 年（基準年）	令和 3 年（現状）	令和 9 年（目標）
自殺死亡率	0	22.2	13.0

5. 推進体制

「誰も自死に追い込まれることのない美郷町」の実現を目指して、「美郷町のいのちを守るネットワーク推進本部」を設置し、自死対策について庁内関係課の緊密な連携と協力により、自死対策を総合的に推進します。

また、関係機関や地域の活動団体等で構成する「美郷町健康づくり推進協議会」において、関係機関等との連携を強化し、社会全体での取組を推進します。

美郷町 いのちを守るネットワーク

【 美郷町のいのちを守るネットワーク推進会議 】

美郷町のいのちを守るネットワーク推進本部（役場内）

- ①自死に関する現状把握及び調査、分析に関すること
- ②総合的な自死予防対策に関すること
- ③関係機関等と調整した自死対策の啓発及び相談体制の充実に関する
こと
- ④自死予防対策の推進に関すること

本部長：町長

本部員：副町長、教育長、各課課長

事務局：健康福祉課

【 自死対策庁内会議 】 全課から代表職員

雇用条件トラブル	税滞納	健康問題	就業
税務	生活困窮	発達障がい	いじめ
障がい			不登校

メンバー：各課代表

事務局：健康福祉課

【 美郷町健康づくり推進協議会】

- ①自死対策推進計画の評価に関すること
- ②自死予防対策の啓発及び相談体制の充実に関すること
- ③その他、自死予防対策の推進に必要な事項

6. 他の計画との整合

この計画は、「第3次美郷町長期総合計画」、「美郷町第3次地域福祉計画」、「第8期高齢者福祉計画」、「美郷町子ども・子育て支援計画」「美郷町子どもの輝く未来応援計画」、「美郷町第3次健康づくり計画」との整合性を図りながら推進していきます。

また、自死対策は社会全体の自死のリスクを低下させるとともに、一人ひとりの生活を守るという姿勢で展開していくことから、「誰一人取り残さない」持続可能でよりよい社会の実現を目指す世界共通の目標である、SDGsの達成に向けた政策としての意義も持ち合わせるものです。このことから、本計画の推進は、SDGsの目標達成に資するものとして位置づけられます。

(参考) SDGs (持続可能な開発目標)

「持続可能な開発目標 (Sustainable Development Goals)」は、2015年9月の国連サミットで採択された2030年までの国際社会全体の開発目標です。持続可能な世界を実現するための17のゴール・169のターゲットから構成され、地球上の「誰一人取り残さない」ことを誓っています。

7. 「自殺」と「自死」について

「自殺」は広く社会に定着している言葉ですが、島根県が平成24年度に計画を改訂する際、遺族の方から「殺」という文字が使われているため大変つらい言葉であり、偏見にも繋がるため、できるだけ使用しないでほしいという要望がありました。

一方、「自死」は、そのような要素が薄く、遺族等の心情に寄り添った言葉として、多くの場面で使われるようになっていきます。ことことから、美郷町においても、「自殺」という言葉は使用せず、「自死」という言葉を使用しています。

【 美郷町での取扱 】

(1) この計画での取扱

計画本文中は、法律の名称等一部の例外を除き、「自死」を用いる。

(注) この計画においては例外的に「自殺」という語を用いるケース

① 法律、大綱の名称等

自殺対策基本法、自殺総合対策大綱

② 統計用語

自殺死亡率、人口10万人当たりの自殺者数

(2) 町行政における一般的な取扱

町行政における一般的な取扱としては、「自死」を基本としつつ、2つの言葉を状況に応じて使用する。

第2章 美郷町の自死の現状と関連するデータ

1. 美郷町の自死の現状

(1) 自殺死亡率の年次推移

平成 21 年(2009 年)と平成 27 年(2015 年)を除いて、大田圏域や島根県と比較して大幅に高い状況が続いております。近年は減少傾向にありますが、圏域や県と比較して高い状況です。。(図 1)

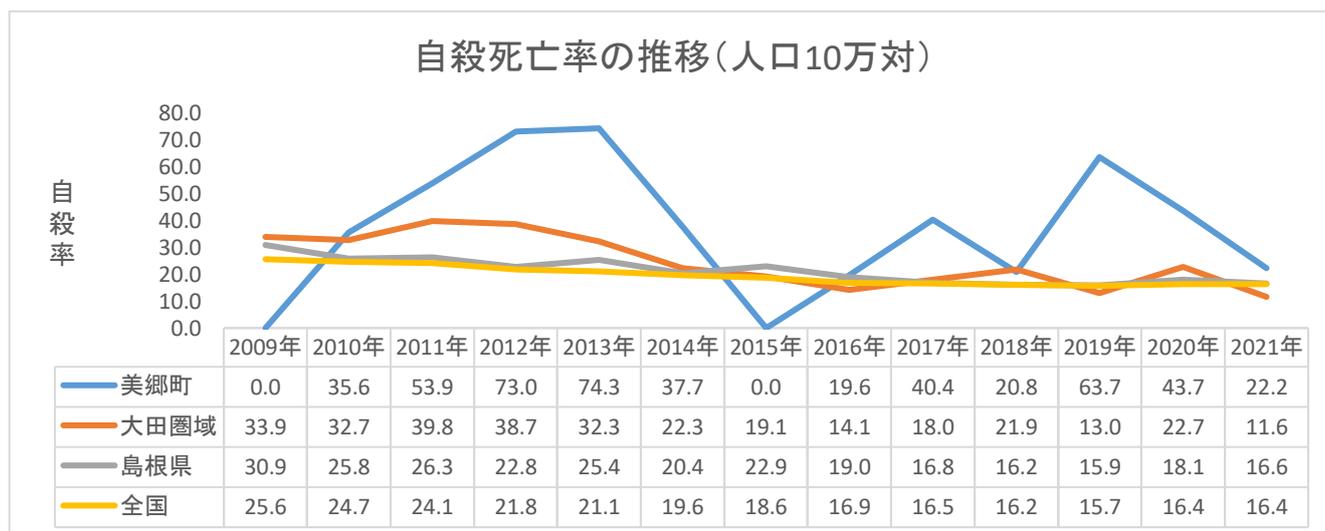


図 1. 美郷町自殺死亡率の推移

出典：厚生労働省「人口動態統計」

(2) 男女別年代別の自死者(平成 29 年(2017 年)～令和 3 年(2021 年)の合計)

直近の過去 5 年間の平成 29 年(2017 年)から令和 3 年(2021 年)に 9 人が自ら命を絶っています。男女別にみると、男性が 89%、女性が 11%であり、働きざかり世代の男性が全体の約 6 割を占めています。(図 2)

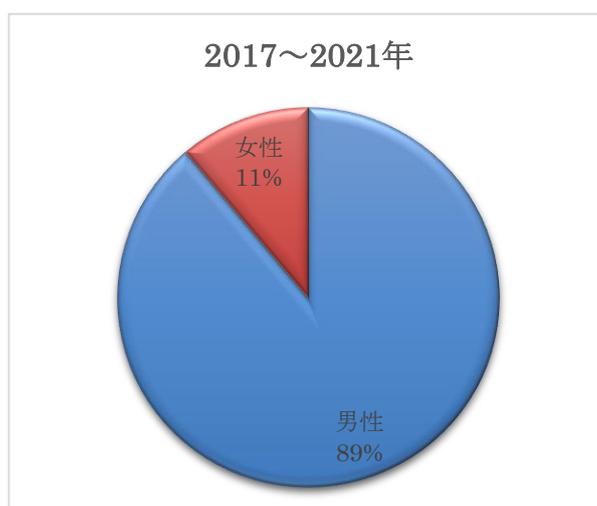


図 2. 美郷町男女別自殺死亡率 出典：いのち支える自殺対策推進センター

(3) 自死者における有職・無職およびその内訳（2017～2021年の合計）

有職者・無職者の割合をみると、過去5年間に自死で亡くなった9人のうち、有職者と無職者が同じ割合でした。（図3）

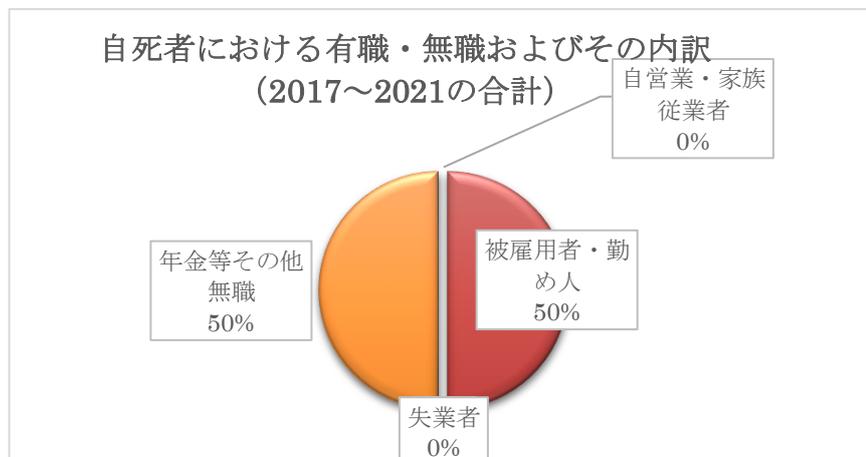


図3. 美郷町の自死者における有職・無職及びその内訳 出典：いのち支える自殺対策推進センター

(4) 自死者における同居人の有無（2017～2021年の合計）

同居の有無別でみると、過去5年間に自死で亡くなった9人のうち、約9割の方に同居人がいました。（図4）

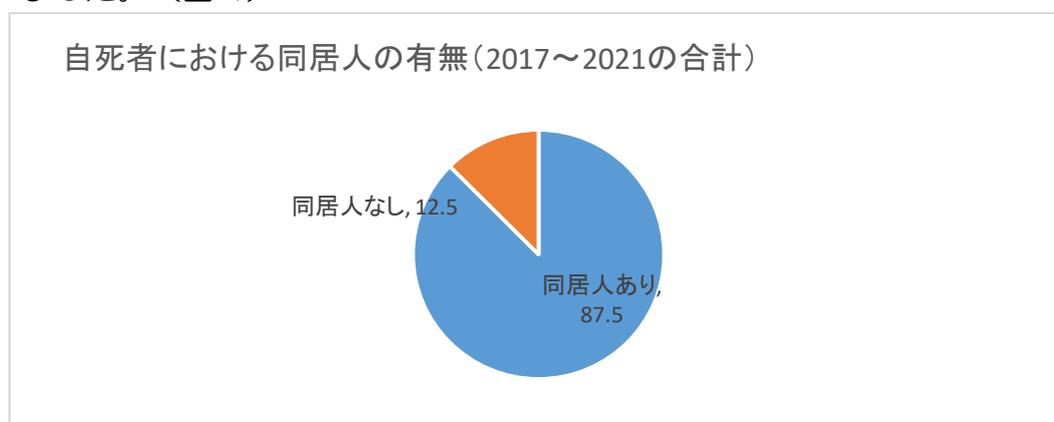


図4. 美郷町の自死者における同居人の有無 出典：いのち支える自殺対策推進センター

(5) 支援が優先されるべき対象群

2017～2021年の5年間における自死の実態について、いのち支える自殺対策推進センターの「地域自殺実態プロファイル」により、町において自死で亡くなる人の割合が多い属性（性別×年代別×職業の有無別×同居人の有無別）の上位5区分が示され、この属性情報から町において推奨される重点施策として、「勤務・経営」「高齢者」「生活困窮者」「無職者・失業者」に対する取組が挙げられました。

2. 自死をめぐる状況

(1) 高齢者関連資料

1) 総人口と高齢化率の推移

平成7年(1995年)から令和2年(2020年)までの総人口と高齢化率をみると、総人口は26年間で約2,800人減少しており、高齢化率も右肩上がりに上昇しています。(図5)

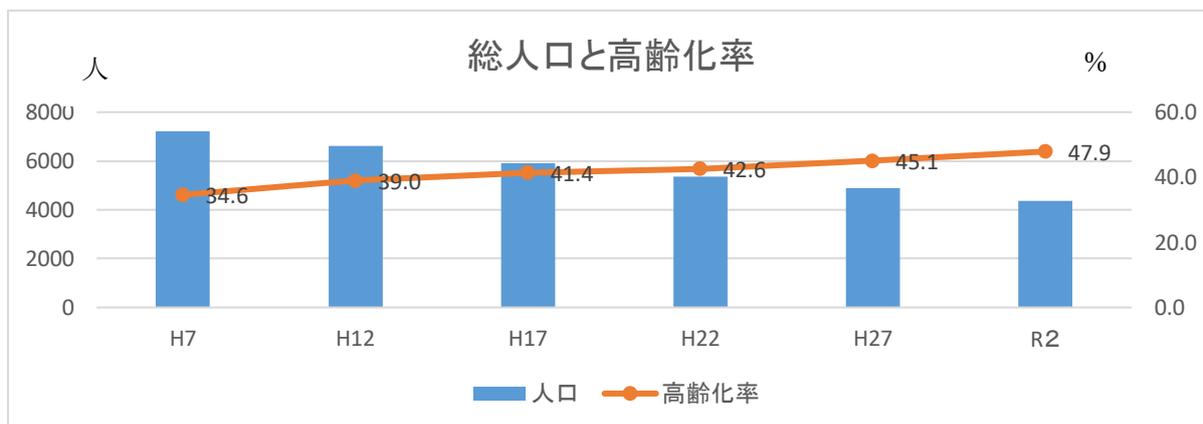


図5. 美郷町の総人口と高齢化率

出典：令和2年国勢調査

2) 世帯の状況

世帯数は26年間で811世帯減少しています。一方、高齢者の単身および夫婦世帯が増加しています。(図6)

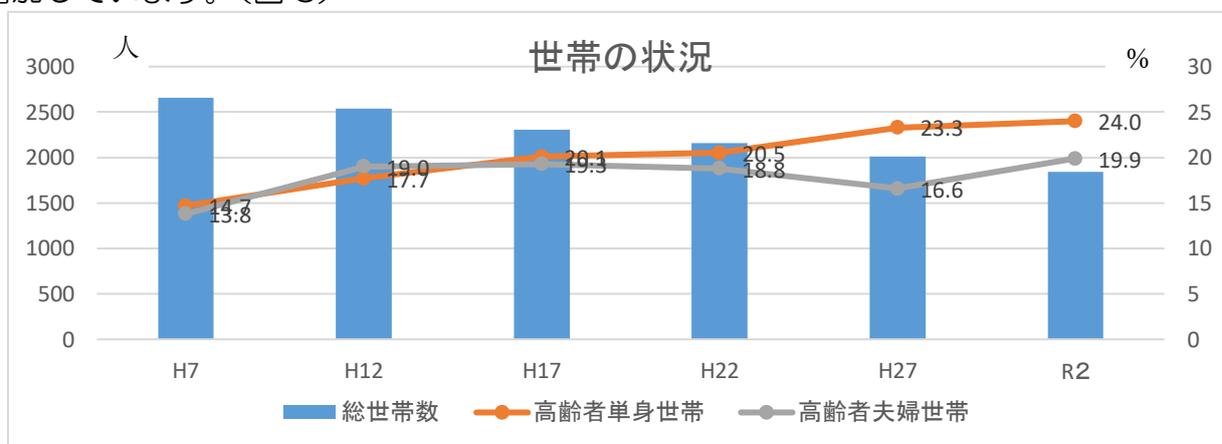


図6. 美郷町の世帯の状況

出典：令和2年国勢調査

3) 高齢者を取り巻く状況やニーズ調査結果から見た現状等

<介護予防・日常生活圏域ニーズ調査>

令和4年12月1日現在の美郷町に居住する65歳以上の高齢者で要介護認定者以外(総合事業対象者・要支援1・2の認定者を含む)から無作為抽出した1,056人を対象とし、749人から回答を得ました。(回答率70.9%)
(前回調査：平成29年度)

●認知機能の低下が約 5 割、閉じこもり傾向約 3 割、うつ傾向約 4 割

「物忘れが多いと感じている」と答えた方が 47.7% (H29: 51.6%)、「ほとんど外出しない」または「週 1 回」と答えた閉じこもり傾向のある人は 35.5% (H29: 33.0%)、この 1 か月で「憂うつになった」または「興味がわかない」と答えたうつ傾向がある人は 37.0% (H29: 41.3%) でした。

「認知症に関する相談窓口を知っている」と答えた方が 39.9% でした。

●グループ活動の高齢者は約 3 割、地域づくりへの参加意向は 6 割強

趣味関係のグループに参加している高齢者は 26.9% (H29: 30.7%) で、女性は男性よりも「月 1～3 回」の割合が高いです。地域づくりへの参加意向のある高齢者は 51.4% (H29: 67.3%)、地域づくりへのお世話役としての参加意向のある高齢者は 35.9% (H29: 41.5%) でした。

●主観的健康観が高い高齢者は約 6 割。主観的幸福感が高い高齢者は約 4 割

健康状態が「とてもよい」または「まあよい」と答えた方は 65.6% (H29: 73.4%)、現在どの程度幸せかの問いに 8 点以上 (10 点満点) を選択した方は 39.7% (H29: 47.7%) でした。

(2) 勤務・経営関連資料

1) 就業状況

全労働人口に占める就業状況は、医療・福祉が最も高く 461 人 (20.1%)、次いで農業 322 人 (14.0%)、建設業 294 人 (12.8%) となっています。

表 1. 美郷町における産業分類別就業状況

(単位：人、%)

産業分類別		全労働人口	
		人数(人)	割合(%)
総数		2,296	—
第 1 次	農業	322	14.0
	林業	47	2.0
	漁業	1	0.0
第 2 次	鉱業・採石業・砂利採取業	7	0.3
	建設業	294	12.8
	製造業	211	9.2
第 3 次	電気・ガス・熱供給・水道業	21	0.9
	情報通信業	—	—
	運輸業・郵便業	76	3.3
	卸売業・小売業	252	11.0
	金融業・保険業	20	0.9
	不動産業・物品賃貸業	4	0.2
	学術研究・専門/技術サービス業	21	0.9
	宿泊業・飲食サービス業	79	3.4
	生活関連サービス・娯楽業	50	2.2
	教育・学習支援業	72	3.1
	医療・福祉	461	20.1
	複合サービス業	89	3.9
	サービス業	91	4.0
	公務	171	7.4
	その他	7	0.3

出典：令和 2 年国勢調査

2) 美郷町における就業者の常住地・従業地

美郷町内に住み、美郷町内で働く人が約 7 割です。(図 7)

(単位：人)

		従業地			計
		美郷町内	美郷町外	不明・不詳	
常住地	美郷町内	1,330	643	12	1,985
	美郷町外	287	—	—	287
計		1,617	643	12	2,272

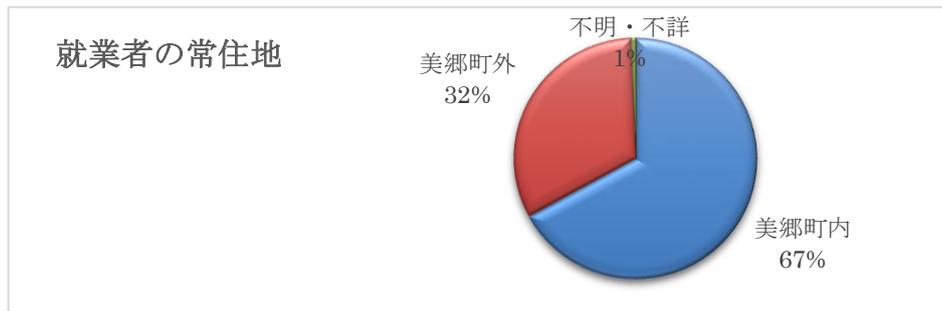


図 7. 美郷町における就業者の常住地・従業地

出典：令和 2 年国勢調査

3) 美郷町における事業所の規模

美郷町内のすべての事業所が 50 人未満の小規模事業所です。(図 9)

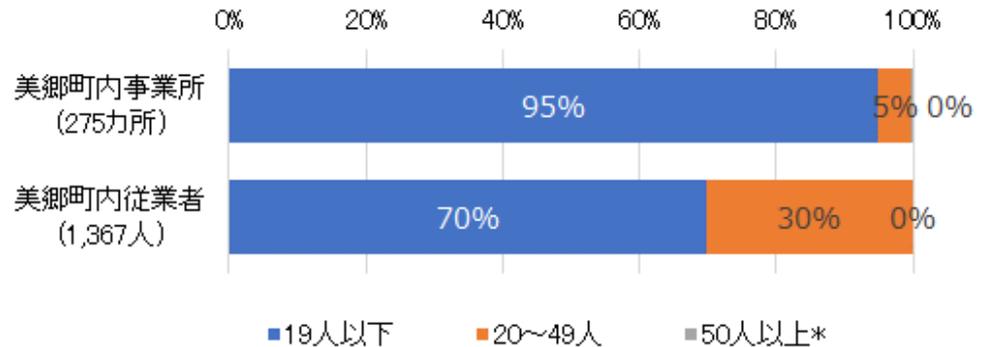


図 8. 美郷町における規模別事業所

出典：平成 28 年度経済センサス

	総数	1~4人	5~9人	10~19人	20~29人	30~49人	50~99人	100人以上	出向・派遣従業者のみ
事業所数	275	196	41	24	8	5			1
従業者数	1,367	362	273	319	209	204		0	0

(3) 生活困窮者関連資料

1) 生活保護相談件数

●平成 29~令和 4 年度 合計 延べ 53 件

医療費の支払や預貯金の減少など、多岐にわたり生活困窮にあるなどの相談が多くあります。

2) 生活保護受給状況

●被保護世帯数・人員

被保護世帯数は近年減少傾向にあります。

(各年度の4月1日報告)

区分	H29	H30	R1	R2	R3	R4
世帯数	30	28	28	23	26	23
人員	36	38	34	28	31	27

出典：美郷町健康福祉課統計

●被保護世帯内訳

単身の高齢者世帯が約6割を占めています。

(令和4年4月1日現在)

区分	高齢世帯	障がい者世帯	傷病者世帯	その他の世帯
単身世帯	12	3	3	3
2人以上の世帯	1	0	0	1

※高齢世帯で傷病世帯の場合はこの場合は高齢世帯が優先されます。

出典：美郷町健康福祉課統計

3) 生活困窮者自立相談支援事業 (自立相談窓口：美郷町社会福祉協議会)

- ・平成29年度 新規相談件数 15件
- ・平成30年度 新規相談件数 5件
- ・令和元年度 新規相談件数 13件
- ・令和2年度 新規相談件数 11件
- ・令和3年度 新規相談件数 6件
- ・令和4年度 新規相談件数 11件

出典：美郷町健康福祉課統計

4) 就学援助

●要保護児童及び準要保護児童生徒就学援助費(ひとり親・低所得世帯等への援助)

平成27年から新入学児童生徒学用品費を前倒しで支給しています。

【小学校】

	実績額(千円)	人数(人)
2017年	1,529	25
2018年	1,455	26
2019年	1,792	30
2020年	2,127	33
2021年	2,487	37
2022年	1,458	35

【中学校】

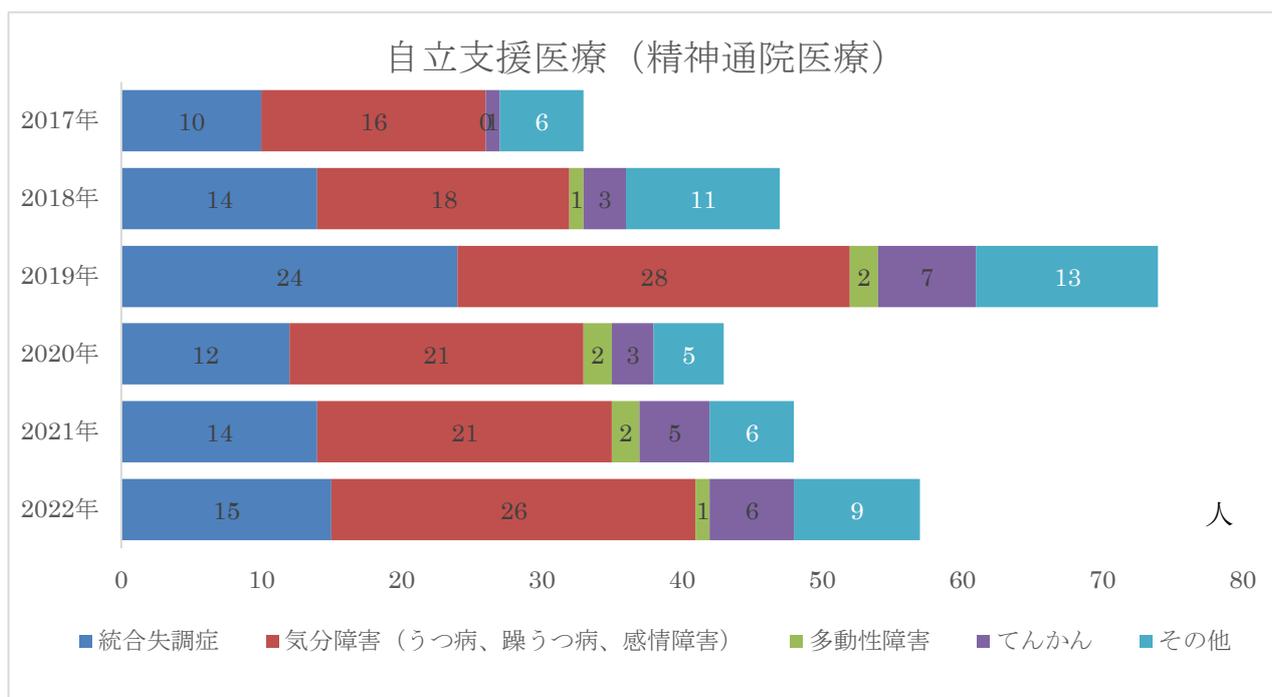
	実績額(千円)	人数(人)
2017年	1,603	16
2018年	2,644	30
2019年	2,857	28
2020年	2,395	26
2021年	1,863	19
2022年	2,216	19

出典：美郷町教育委員会統計

(4) 精神障害に関する福祉の利用状況

自立支援医療(精神通院医療)の受給者数

精神疾患で継続して通院される方の医療費負担を軽減する自立支援医療(精神通院医療)の受給者数は増加傾向にあり、うつ病などが含まれる気分障害が増えています。



出典：美郷町健康福祉課統計

3. これまでの取組

美郷町では平成 22 年度から取組を始め、各事業に取り組んできました。「自死は他人事ではない自分事」として、自死は身近な問題であることを認識してもらうため、住民への啓発・周知を中心に取組を進めてきました。主な取組は以下のとおりです。

【事業名・内容】

○保健師の訪問（H22 年度～）

乳児訪問時に「産後のうつ予防」パンフレットの説明・配布。

○メンタルヘルス研修会（ゲートキーパー研修を含む）（H22 年度～）

人

当初は民生児童委員、高齢者、役場職員、事業主を対象に実施してきました。近年は要望のあった団体に対して実施しています。

○心の出前講座（H22 年度～）

要望のあった自治会や事業所に訪問し、実施しています。

○心の健康標語（H26 年度～H29 年度）

心の健康づくりを考えるきっかけとして、小中学校、一般に標語の募集を実施しました。

○自死予防キャンペーン（H25 年度～H30 年度）

9 月と 3 月に健康づくり推進協議会の委員とスポーツ少年団と協賛して、町内のスーパー等の店頭で実施していました。近年は町内の事業所へ働きかけています。

○心の健康相談

医師による相談を県央保健所の主催で実施しています。

○性・命・人権講演会（平成 26 年度～）

主に中学生を対象に学年別にテーマを決めて講演会を実施している。自分を大切にする

こと、相手を思いやる心について学びを深めている。

○啓発・周知（H22 年度～）

- ・特定健診、事業所健診産業保健会、事業所健診、乳幼児健診時にメンタルヘルスに関するチラシの配布を実施しています。
- ・H23 年度にパンフレット「ひとりで悩まないで」を全戸配布して、うつ病や自死のサインや対応方法、相談機関・医療機関に関するものを全戸配布しました。
- ・H31 年度にチラシ「心の相談・福祉総合相談窓口」を作成し、全戸配布しました。

○自死対策庁内会議（H25 年度～）

自死対策について町全体で取り組んでいくために、町の自死に関する現状と課題について情報共有し、施策について意見交換を実施しています。

○美郷町健康づくり推進協議会（平成 25 年度～）

町の自死対策に対する評価を実施しています。健康実態について情報共有し、各関係団体において食、心、お口の健康、運動に関する活動を実施しています。

2020 年からはコロナの影響もあり、一時活動が低迷しましたが今後も地域全体で自死対策に取り組み、生き心地の良い地域を目指していく必要があります

前計画において、令和 5 年(2023 年)までに年間自死者数を「0 人」とすることを目標としていましたが令和 4 年(2022 年)時点では目標を達成されていません。

4. 現状のまとめ

- ・平成 21 年(2009 年)から令和 3 年(2021 年)の 13 年間で 25 人が自ら命を絶っています。年によって偏りがありますが、自死者数が 0 人という年はこれまで 2 年間のみであり、毎年約 2 人が亡くなっています。
- ・自死者数は 10～20 代は 0 人ですが、全体的にみると男性が多く、女性の約 2 倍となっています。男性は 30 代から 60 代の中高年層が多く、約 7 割を占めており、女性は 30 代、40 代は 0 人で 50 代以降どの年代も同数となっています。
- ・自死の原因は様々ではありますが近年、男性は「配置転換に伴う過労、人間関係の悩み」や「失業に伴う生活苦」、女性は「介護疲れに伴う家庭間の不和」や「健康問題」の占める割合が高くなっています。
- ・自死者の約 9 割が同居家族のいるケースであり、また有職か無職の割合は同じ割合です。

5. 取り組むべき課題

- ・「自死の問題は、他人事ではなく自分事」として誰もが当事者となり得ることについて、町民の理解を促進するとともに、自死に対する正しい知識についての啓発を繰り返し行うことが重要です。
- ・直接的に自死対策に関わる人材の確保、養成、資質の向上を図るとともに関係機関のネットワークをより積極的にとり、役割分担をしてケースに関わり、自死を予防していく必要があります。また、プライバシーに配慮しながら自死遺族が必要とする支援策等の情報提

供も行う必要があります。

- 住民一人一人が身近な人の自死の危険を示すサインに気づき、話を聞いて、必要に応じて専門家につなぎ、見守ることができるように地域で孤立している人がいないような地域づくりができるように啓発していくことが必要です。
- 自死の原因となり得る様々なストレス、職場の人間関係、過重労働やハラスメント等に対する職場環境の改善を行うとともに、自分自身のストレス対処能力も高めていけるように産業保健会、事業所とより積極的に連携をとりながら取り組んでいくことが必要です。
- 心の病に対する差別や偏見をなくし、精神科医療を身近な存在だと認識できるように啓発し、誰もが適切な精神保健医療福祉サービスを受けることができるように取り組むことが重要です。

第3章 今後の自死対策における取組

1. 施策体系

国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」において、全ての自治体で取り組むことが望ましいとされた「基本施策」と、地域の自死の実態を詳細に分析した地域自殺実態プロファイルにより示された「重点施策」を組み合わせ、町の実態に基づいた「4つの基本施策」を推進していきます。また、市内の多様な既存事業を「生きることを支える取組」と位置づけ、より包括的・全庁的に自死対策を推進していきます。

誰も自死に追い込まれることのない生き心地の良い美郷町



町の実態に基づき、地域の関係機関と連携して取り組む4つの「基本施策」	国が取り組むことが望ましいと定める「基本パッケージ」
1 相談・支援関係者の育成とネットワークの強化 (1) かかりつけ医との連携と身近な専門相談から医療につなぐ体制 (2) 支援関係者のネットワーク強化 (3) 支援者の人材育成	1 地域におけるネットワークの強化 行政、関係団体、民間団体。起業、町人が相互に連携・協働する仕組みの構築、ネットワークの強化 2 「気づき」のための人材育成 悩みや困難を抱える人へ早期に「気づく」「つなげる」「見守る」ための人材育成の充実
2 心の健康づくりの啓発の推進 (1) 様々な機会を捉えた啓発 (2) 地域における情報提供	3 住民への啓発・周知 自死の多くは追い込まれた末の死という「誰にでも起こり得る危機」に陥った場合に、誰かに支援をを求めることを共通認識とする
3 安心して暮らせる地域づくりの推進 (1) 居場所、生きがいにつながる集いの場の充実 (2) 集いの場づくり、ボランティアの人材育成 (3) 正しい知識の普及・啓発による偏見の解消	4 生きることの促進要因への支援 自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力等自死に関する保護要因の促進、居場所づくり
4 ライフステージに応じた取組 (1) 子育て世代への支援 ・医療と連携した産前産後の支援の強化 ・母性、父性の育成、親子の愛着形成への支援 (2) 子ども・若者への支援 ・自己肯定感を育む教育、SOSの出し方に関する教育の推進 ・関係機関が連携した教育の推進 (3) 働きざかり世代への支援 ・働きやすい職場環境の推進 ・働きやすい職場環境を推進するための支援 (4) 高齢者への支援 ・地域包括ケアシステムの構築 ・相談窓口の充実と周知	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上げられる教育 地域における自死対策をより効果的に実施するため基本施策に付加することが望まれる4つの「重点パッケージ」 ○勤務・経営 ○高齢者 ○生活困窮者 ○無職者・失業者
生きることを支える取組	
行政の既存事業を自死対策(地域づくり)の観点から捉え直し、様々な課題に取り組む各課の事業と連携する	

2. 基本施策

(1) 相談・支援関係者の育成とネットワークの強化

自死には健康問題、経済・生活の問題、人間関係の問題のほか、地域・職場の問題などの様々な要因が複雑に関係しているものです。「誰も自死に追い込まれることのない生き心地の良い美郷町」を目指し、実現するためには行政、医療福祉機関、民間団体、事業所、住民等が連携・協働して、地域全体で自死対策を総合的に推進していくことが重要です。

以前と比較して心の病気に対する偏見は緩和されてきているように感じられますが、町内には心の不調を抱える人が受診できる専門機関がないことも影響し、必要な人が医療や相談に早い段階でつながりにくい現状があります。身近な専門相談を継続実施するとともに、支援が必要な人に早期に気づいて対応していくために、関係機関による地域ネットワークの強化や、支援に関わる人の人材育成が必要です。

また、自死遺族や自死未遂者・家族に対して、プライバシーに配慮しながら、自死遺族の相談窓口の情報提供や、支援の在り方について検討する必要があります。

① かかりつけ医との連携、身近な専門相談から医療につなぐ体制

町内に精神科や心療内科がなく、心の不調を抱える人が相談や個別支援に結びつきにくい状況があります。かかりつけ医から必要に応じて精神科や心療内科につながる連携体制をつくります。精神科や心療内科への受診や相談について、まだまだ敷居が高く、家族が抱え込むケースもありますので、身近な場所で開催している相談を気軽に利用できるように体制の充実を図ります。

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
保健医療連絡会 心の不調を抱える人が適宜必要な医療を受けることができるように、本会議において圏域の精神科病院医師と定期的に連絡会を実施することで、顔の見える関係づくりを目指します。	健康福祉課	町内の医療機関
心の健康相談 精神科医師が圏域内の各会場に来られ、本人や家族・関係機関の相談に応じます。必要に応じて、医療機関等にもつないで支援します。	健康福祉課	県央保健所 医療機関
社会福祉協議会の各種相談 住民の様々な暮らしの悩みに応じ、関係機関と連携して必要な支援を行います。 外部の専門家による相談事業 弁護士による法律相談 司法書士による専門相談 あすてらす相談員による女性相談	社会福祉協議会	弁護士 司法書士 男女共同参画センターあすてらす相談員

② 支援関係者のネットワークの強化

地域には健康問題、経済・生活問題、児童虐待、DV、ひきこもり等様々な要因によって生きづらさを抱えている人がおられます。

また、町の定住施策によるU・Iターン者や地域でつながりが希薄になっている人が自ら相談機関に出向くことは難しく、早期の支援につながりにくいことにより問題が複雑化する可能性があります。より早い段階での問題解決ができるよう、地域で支援に携わる関係者が早期から関われる仕組みを強化します。

【主な取組・担当課】

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
U・Iターン者への相談支援 定住支援により転入された人に対して、転入後も個別に相談に応じ、適切な情報提供をするとともに不安に軽減を図ります。	美郷暮らし推進課	自治会 社会福祉協議会 関係協力団体
生活困窮者への相談支援 生活の悩みや経済的な困りごとを抱える方の相談を受け、関係機関と連携して支援します。	健康福祉課	社会福祉協議会
各関係者による相談・訪問活動 社会福祉協議会、相談支援事業所、居宅介護事業所、介護保険・障がい福祉の訪問系サービス事業所、民生児童委員、保健師等の活動を通じて日頃から活発な情報共有に努め、支援が必要な人に早期に気づき、必要な支援につなげます。	健康福祉課	社会福祉協議会 相談支援事業所 訪問系サービス事業所 民生児童委員協議会
支援関係者が相談窓口につなげるしくみ 訪問等で相談を受けた際に必要な相談窓口を紹介できるように相談窓口リーフレットやチラシを事前に関係機関に配布します。	健康福祉課	町内関係機関
庁内関係課による相談 庁内関係課の職員が担当する業務に自死予防の視点をもって関わることで、問題を抱える人に早期に気づき必要な相談窓口につなげます。	健康福祉課	—
地域ネットワークの強化 公民館、隣保館、商工会等と連携をとり、地域住民や自治会、職場に対して啓発を行い、「気づく」「つなげる」「見守る」ことの意識の醸成を図ります。	健康福祉課 教育委員会 住民課 みさと暮らし推進課	社会福祉協議会 自治会 婦人会 老人クラブ 地域活動グループ 商工会

○連携会議

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
庁内会議 庁内の各課代表職員で、日頃の業務から見える住民が抱える様々な問題について情報共有する等、連携体制の強化を図ります。	健康福祉課	—
障がい者、生活困窮者に関する支援会議 障がい者や生活困窮者等何らかの支援が必要な方に関わる実務者会議を開催します。生活支援は自死対策であるという観点をもち、庁内関係課や関係機関が連携し、役割分担を明確にしてより具体的な対応策を協議します。	健康福祉課	相談支援事業所 社会福祉協議会
美郷町要保護児童対策協議会 虐待が疑われる児童・生徒や、支援対象家族で自死のリスクが高いと思われる保護者等について、早期支援につなげられるよう、関係機関の連絡体制の強化を図ります。	健康福祉課 教育委員会	児童相談所 警察署 医療機関 保健所 男女共同参画センターあすてらす 社会福祉協議会
いじめ問題対策連絡協議会 いじめ防止等に関係する機関及び団体の連携を図るために情報交換を行います。また、児童・生徒の自死の実態や自死のリスクに関する情報提供を行うことにより、自死のリスクを抱えた児童・生徒の早期発見と支援を推進します。	教育委員会	町内の小中学校
進路保障連絡会議の開催 各校に加配されている進路保障推進者と教育委員会で月に1回研修会及び情報共有を行い、児童生徒一人一人に適切な進路保障について検討します。進路保障推進者は各校で様々な問題を抱えている児童生徒及び家庭と近い距離にあるため、そこで様々な情報提供を行い、早期支援につなげられるよう関係機関と連携強化に努めます。	教育委員会	進路先の学校
地域連携会議の開催 地域の民生児童委員との定期的な連絡会を実施することで、支援が必要なケースへの包括的な支援について検討します。また、自死の実態や自死のリスクに関する情報提供を行うことにより、自死のリスクを抱えたケースの早期発見と対応を推進します。	健康福祉課	社会福祉協議会

地域ケア会議 地域の支援者が個別事例の中から、地域全体で解決することが必要な課題について話し合い、町の実態に沿った地域資源の構築のための検討を行うことによって支援が必要な人を地域で支える体制を整備します。	健康福祉課	町内医療機関 社会福祉協議会 居宅介護支援事業所
--	-------	--------------------------------

③ 支援者の人材育成

心の不調や疾患がある人は必要な医療を受けることと、自分の気持ちをしっかりと受け止めてもらえる相談環境が大切です。そのために、本人や家族に関わる支援関係者の認識を深め、支援技術の向上に取り組みます。

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
関係機関間での情報共有 関係者(行政・保健・医療・福祉関係等)が各種研修会に積極的に参加し、定例の連絡会等で情報共有することで関係者のレベルアップを図ります。	町内関係機関	社会福祉協議会 相談支援事業所
あいサポーター運動・養成研修会 障がいの特性や障がいのある人の困りごと・必要な配慮を理解し、日常生活で実践することで、誰もが暮らしやすい地域をつくれます。	社会福祉協議会	町内関係団体
大規模災害時における保健師等の支援技術の向上 被災した人に起こりうる心身の反応や症状を理解した上で、従事できるように研修会に積極的に参加し、日頃からの情報共有に努めます。	健康福祉課	

(2) 心の健康づくりの啓発の推進

誰もが身近な人の悩みや問題に気づき、話を聴いて、寄り添い、見守りながら必要な相談、支援機関につなぐことができるよう啓発に努めます。

すべての町民が「自死は他人事ではなく、ごく身近で起きる可能性があること」「自分自身をまず大切にすることで相手も大切にすることを育むこと」「相手を認め、誰もが自分らしく生きることが大切であること」と考えることができるよう様々な機会を捉えて情報発信したり、学びの場を提供していきます。

また、心の不調や病気に関する正しい知識を普及し、不調時に早期の相談や必要時の受診等が適切にできるように啓発していきます。

① 様々な機会を捉えた啓発

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
相談窓口の周知 庁内窓口や福祉関係機関、町内医療機関、公民館、隣保館、店頭チラシを設置し、各種手続き等	健康福祉課 住民課 教育委員会	町内関係機関

で訪れる方や受診される方に対し、相談窓口の周知を図ります。		
町の広報誌、図書コーナー、ホームページ、チラシによる広報活動 自死予防週間（9月）や自死対策強化月間（3月）に併せて心の健康づくりや自死予防に関する正しい知識の普及・啓発に努めます。	健康福祉課 企画推進課 情報・未来戦略課 教育委員会	町内関係団体
社会福祉協議会による広報活動 各種相談窓口やあいサポート運動、権利擁護に関すること等について周知を図ります。	社会福祉協議会	—

②地域における情報提供

心の健康づくりに関する具体的な内容について、正しい情報を提供します。

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
町が主催する会議等における啓発 連合自治会長会議等の機会を活用して、心の健康づくりや町の自死対策について情報提供を行います。	健康福祉課 美郷暮らし推進課	—
出前講座 地域や事業所の要望に応じて出前講座を実施し、ストレスに対するセルフケアの方法や、心の病気の正しい知識、相談窓口等について啓発します。	健康福祉課	自治会 活動グループ 公民館 隣保館 町内事業所
各種教室やイベントにおける啓発 心の健康づくりや自死対策に関する情報を関係機関が開催するイベント等の場で、展示や資料配布等して啓発します。	健康福祉課	社会福祉協議会等

(3) 安心して暮らせる地域づくりの推進

心身の衰えや慢性疾患による精神的な負担や経済問題等による将来への不安・大切な人との死別・家庭内不和等、人生において自分自身の役割や生きがい、自信を失う出来事は誰にでも起こりうる可能性があります。

そのような時に、地域で孤立しないような居場所や生きがいとなり得る環境づくりが必要です。そうした居場所や生きがい活動を支える人材の育成や心の病気による偏見や差別をなくし、誰も安心して暮らせる地域づくりを推進していくことが必要です。

① 居場所、生きがいづくりにつながる集いの場の充実

一人一人が、居場所や生きがいづくりの必要性を理解し、健康増進や人との交流を目的とした集いの場や学習の場への積極的な参加を促します。また、支援が必要な人に気づき、見守る役割も担う既存活動を充実していきます。

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
公民館活動事業 様々な世代の方を対象とした教室や学習の場を提供することで、幅広い対象に生きがいづくりを推進します。各公民館等でサロン事業を実施していきます。	教育委員会	—
隣保館活動事業 様々な世代の方を対象とした教室や学習の場を提供することで、幅広い対象に生きがいづくりを推進します。	住民課	—
高齢者の集いの場づくり事業 身近な場所で仲間とともに定期的に集うことで、支え合いやつながりを強化したり、健康維持を図るとともに生きがいづくりを推進します。	健康福祉課	NPO 法人 自治会 自主グループ 個人
介護予防教室 (ニコニコ運動教室、いきいき水中運動教室、はつらつ倶楽部) 定期的に運動したり、学習したりすることで健康の保持増進を図るとともに生きがいづくりを推進します。	健康福祉課	石見ワイナリー
老人クラブ活動 親睦や健康増進を目的にしたイベントを開催し、交流や生きがいづくりを推進します。	社会福祉協議会	石見ワイナリー 自主グループ
コスモス会・お元気会・ふれあい学級 定期的に外出し、人との交流を図ることで高齢者の生きがいづくりを推進します。	社会福祉協議会	—
おひさまカフェ 様々な世代の方を対象とした交流の場を提供し、地域で孤立しないための居場所づくりや生きがいづくりを推進します。	健康福祉課	わかば会

② 集いの場づくり・ボランティアの人材育成

身近な場所に集いの場を整備することで、誰もが気軽に参加できる環境を整えます。また、地域を支えるボランティアの育成をしていきます。

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
生活体制整備事業の推進 身近に立ち寄れる集いの場がない地域を把握し、拠点の立ち上げを検討します。 地域で安心して暮らせる体制づくりについても検討していきます。	健康福祉課	公民館 自治会
各ボランティアの人材育成 地域における課題解決を支援する身近な存在として、ボランティアを計画的に育成し、安心して暮らせる地域づくりを推進します。	健康福祉課	社会福祉協議会

③正しい知識の啓発による偏見の解消

心の不調や病気に関する正しい知識を啓発し、偏見や憶測から生まれる差別のない生き心地の良い町づくりを目指していきます。

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
人権講演会の開催（町、公民館等による講演会） あらゆる差別の解消に向け、一人一人が主体的に取り組めるよう関係課と連携して学びの機会を提供します。	健康福祉課 教育委員会	自治会 町内事業所
人権擁護委員による啓発 人権擁護委員による人権相談や啓発活動を通じて差別の解消を促進します。	住民課	法務局

（４）ライフステージに応じた取組

地域における心の健康づくりは、子どもから高齢者までのライフステージに応じた地域ぐるみの取組が必要です。ライフステージごとの課題に対して、地域の関係機関・団体との連携を図り、取組を推進します。

① 子育て世代への支援

町外者との結婚やIターン者が増加する中、保護者同士の交流の場が乏しい現状があります。妊産婦の心の不調は、その後の子育てに影響する大きな問題です。安心して出産、子育てができるように関係機関と連携し、妊娠期からの切れ目ない支援体制を目指します。

○医療機関と連携した産前・産後の支援の強化

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
妊産婦健康診査事業 産婦人科と連携し、支援の必要な妊産婦を把握し訪問や支援につなげることで、安心して子育てできる環境を整えます。	健康福祉課	委託医療機関
産後ケア事業 育児に不安を抱える産婦を専門スタッフが支援することにより、産婦の育児不安を軽減し、心身の安定を図ります。	健康福祉課	医療機関
新生児全戸訪問事業 出産後、できるだけ早期に地域担当の保健師が訪問し、産婦の不安への対応と適切な支援につなげます。	健康福祉課	医療機関
小児科・産婦人科オンライン相談 女性、若者、子育て世代の不安や悩みに小児科医、産婦人科医、助産師が対応する遠隔健康医療相談で平日の18-22時のLINE予約相談（メッセージチャット、テレビ通話、音声通話）、もしくは24時間いつでも相談（メッセージチャットのみ）を実施しています。専門家を身近に感じ、気軽に相談することで不安軽減や解消につなげています。	健康福祉課	委託機関

○母性・父性の育成、親子の愛着形成への支援

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
親学教室 子どもにとって親はどうあるべきかを考え、子どもと共に親育ちができる楽しさを学び、親子の愛着形成を支援します。	健康福祉課	保育園 子育て支援センター
家庭教育支援事業 親子で一緒にできる活動を行い、ゆとりをもった家庭教育の支援、親子の絆を深めるための事業を実施します。	教育委員会	保育園 町内の小中学校

②子ども・若者への支援

SNS上で個人同士が気軽に自由につながる便利な社会の一方で、人間関係の構築が困難であったり、いじめ、学びにくさ、生きづらさを感じる子どもがいる現状があります。

また、美郷町には高校がなく、中学卒業後は町外の様々な学校へ進学しますので、若者へ直接関わるきっかけが乏しい中、様々な機会をとらえて支援を必要とする若者に適切な支援が行き届くように情報提供を行っていきます。

ストレスや困難に直面した時に「信頼できる大人に相談することができる、助けを求められることができる力」やネットトラブルによるいじめ防止のための教育も必要です。早期から保護者を含めた子どもへの教育、関係機関の支援連携を図ります。

○自己肯定感を育む教育・SOS の出し方に関する教育の推進

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
性・生きる・人権講演会 生きる力や自己肯定感を高め、自分自身を大切に、相手を思いやる心を育むことやいじめ等の様々な困難やストレスに直面した際に、信頼できる大人や相談機関に早めに助けを求められることを目的に性、命、人権、アルコール、薬物等に関する学習を行う教育を推進し、具体的かつ実践的な教育を行います。	健康福祉課 教育委員会	町内の小中学校

○関係機関が連携した教育の推進

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
特別支援連携協議会 保育所から中学校までのLD（学習障がい）・ADHD（注意欠陥多動性障がい）・高機能自閉症等様々な障がいのある幼児、児童、生徒、その他不登校等児童生徒の学校生活の介助や学習活動上の特別な支援を行う体制の整備を図っていく。	教育委員会 健康福祉課	保育園 町内の小中学校
ICT 等情報モラルに関する教育 各学校においてSNSの適切な利用に関する研修を行い、ネットトラブルによるいじめの防止や望ましい生活習慣の確立を目指します。	教育委員会	町内の小中学校
学校における相談支援体制 教員、養護教諭、スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー等、子どもや保護者が相談しやすい体制づくりを継続実施するとともに、関わるスタッフのスキルアップを図り、必要時には地域の関係機関と連携して支援を行います。	町内の小中学校 教育委員会 健康福祉課	教育支援センター 民生児童委員協議会 相談支援事業所 医療機関
若者への相談支援体制 様々な場所やSNS等のツールを使って身近な相談機関や保健所のこころの健康相談の周知徹底を図り、ひきこもり等支援が必要になった時に早期に対応できるように積極的に情報提供します。	健康福祉課 教育委員会	町内の小中学校 相談支援事業所 その他関係機関

③働きざかり世代への支援

美郷町における自死で最も多い世代です。町内事業所のすべては衛生管理者の設置義務がない50人以下の小規模事業所で、メンタルヘルスについて学ぶ機会が少ない状況です。この世代は子育て世代でもあり、子どもへの影響も及ぼす可能性があるため事業所のみならず、学校、保育園等との連携をとりながら取組を進めていきます。

○事業所における働きやすい職場環境の推進

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
小規模事業所の相談支援体制 管理職以外の従業員が相談員を担い、管理職や行政とのパイプ役になる等、事業所内の相談しやすい関係づくり体制づくりを検討します。	健康福祉課	商工会 町内事業所
従業員に対する情報提供の機会の確保 事業所健診においてメンタルヘルスに関する情報（相談窓口、ストレスや心の健康について等）提供し、必要時、相談窓口を利用できるように継続実施します。	健康福祉課	商工会 町内事業所
ヘルス・マネジメント認定事業所としての登録 各事業所において「健康経営」を具体的に推進していくために協会けんぽ島根支部が運用する制度です。登録を促進することによって各事業所は従業員の健康実態がより把握でき、健康増進を進めることができます。	健康福祉課	商工会 町内事業所
不調者への気づきと早期対応 自死の原因は特にうつ病との関連が大きいと言われているので、自ら、周囲が早期に気づくことができるように職員全員がうつ病に関する症状と対応について周知徹底を図ります。	健康福祉課	商工会 町内事業所

○働きやすい職場環境を推進するための支援

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
心の健康づくりの出前講座 事業主や従業員に対して心の健康に関する正しい情報提供を行います。	健康福祉課	商工会 町内事業所
事業所訪問 町内事業所を訪問し、専門相談窓口の周知や出前講座の利用について働きかけます。 事業所の担当者と連携をとりながらメンタルヘルスに関する啓発を行います。	健康福祉課	商工会 町内事業所

④高齢者への支援

独居高齢者や高齢者世帯が年々増加しています。高齢期になると多くの方が高血圧、糖尿病、心疾患等の生活習慣病や足腰の疾患等の慢性疾患をもっている場合が多く見られます。経過が長くなると将来に対する不安を抱く可能性が高く、うつ病の引き金となる場合もあります。

今後、さらに高齢化が進むにつれて、家族や地域との希薄化により、社会的に孤立する高齢者が一層増加することが考えられます。町では、高齢者の孤立・孤独を防ぐための居場所づくり、社会参加の強化といった生きることの包括的支援としての施策の推進を図ります。

○高齢者が安心して暮らせるための地域包括ケアシステムの構築

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
<p>地域全体の地域ケア会議（第一層協議体会議） 地域における包括的な相談及び支援体制、多様な住民主体の参画による日常生活の支援体制、在宅医療と介護の連携体制など、関係機関や住民など地域が一体となって推進する体制の構築をめざします。</p>	健康福祉課	連合自治会 公民館 町内医療機関 民生児童委員協議会 社会福祉協議会 居宅介護支援事業所 NPO 法人 ボランティア
<p>認知症総合支援事業の推進 国の新オレンジプラン（認知症施策推進総合戦略）に基づき、認知症についての正しい知識を住民に普及することにより認知症の早期発見・早期対応に結びつけるとともに、住民一人ひとりが認知症予防に心がけ、また地域で認知症の人とその家族を見守り、支援する地域づくりを目指します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・認知症初期集中支援事業 認知症の方やその家族を自宅訪問しながら相談支援をします。 ・おひさまカフェ 本人や家族、地域住民が気軽に参加し、認知症の方に限らずこどもから大人まですべての方を対象に社会参加や交流、相談ができる場をつくり、日頃の思いを語り合い、学ぶ機会を持つことで本人や家族の精神的負担を軽減し、地域における認知症の理解により一層努めます。 ・認知症サポーター養成講座 認知症についての理解を向上させるため、関係機関や住民を対象とした認知症サポーター養成講座を開催します。 	健康福祉課	医療機関 介護保険サービス事業所 居宅介護支援事業所 認知症疾患医療センター 相談支援事業所

介護者家族の会 介護によるストレスや悩みを語り合い、精神的負担の軽減を図ります。	健康福祉課	社会福祉協議会
--	-------	---------

○相談窓口の充実と周知

事業名・内容	担当部署	関連協力団体
高齢者に関する相談体制の充実 高齢者に関する相談に対し、早期に問題解決できるよう、地域担当保健師を中心に各種専門ネットワークを活用し、対応します。	健康福祉課	各種専門関係機関