

## 【資料】

### 1 総社市自殺対策連絡協議会条例

平成 30 年 3 月 22 日

総社市条例第 7 号

#### (設置)

第 1 条 自殺対策基本法（平成 18 年法律第 85 号）の規定に基づき、自殺防止に関する施策（以下「自殺対策」という。）の企画調整を行うとともに、自殺対策の総合的かつ効果的な推進を図るため、総社市自殺対策連絡協議会（以下「協議会」という。）を設置する。

#### (所掌事務)

第 2 条 協議会は、市長の諮問に応じて、次に掲げる事項について調査審議する。

- (1) 自殺対策計画の策定又は変更に関すること。
- (2) 前号に掲げるもののほか自殺対策の推進に関すること。

#### (組織)

第 3 条 協議会は、委員 15 人以内で組織する。

2 委員は、次の各号に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 関係機関又は関係団体が推薦する者
- (2) その他市長が適当と認める者

#### (委員の任期)

第 4 条 委員の任期は、2 年とし、再任を妨げない。ただし、前条第 2 項第 1 号の委員は、任期中であってもその本来の職を離れたときは、委員の職を失うものとする。

2 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)

第 5 条 協議会に会長及び副会長各 1 人を置く。

- 2 会長及び副会長は、委員のうちから互選する。
- 3 会長は、会議を代表し、会務を総理する。
- 4 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

#### (庶務)

第 6 条 協議会の庶務は、保健福祉部において行う。

#### (その他)

第 7 条 この条例の施行について必要な事項は、市長が別に定める。

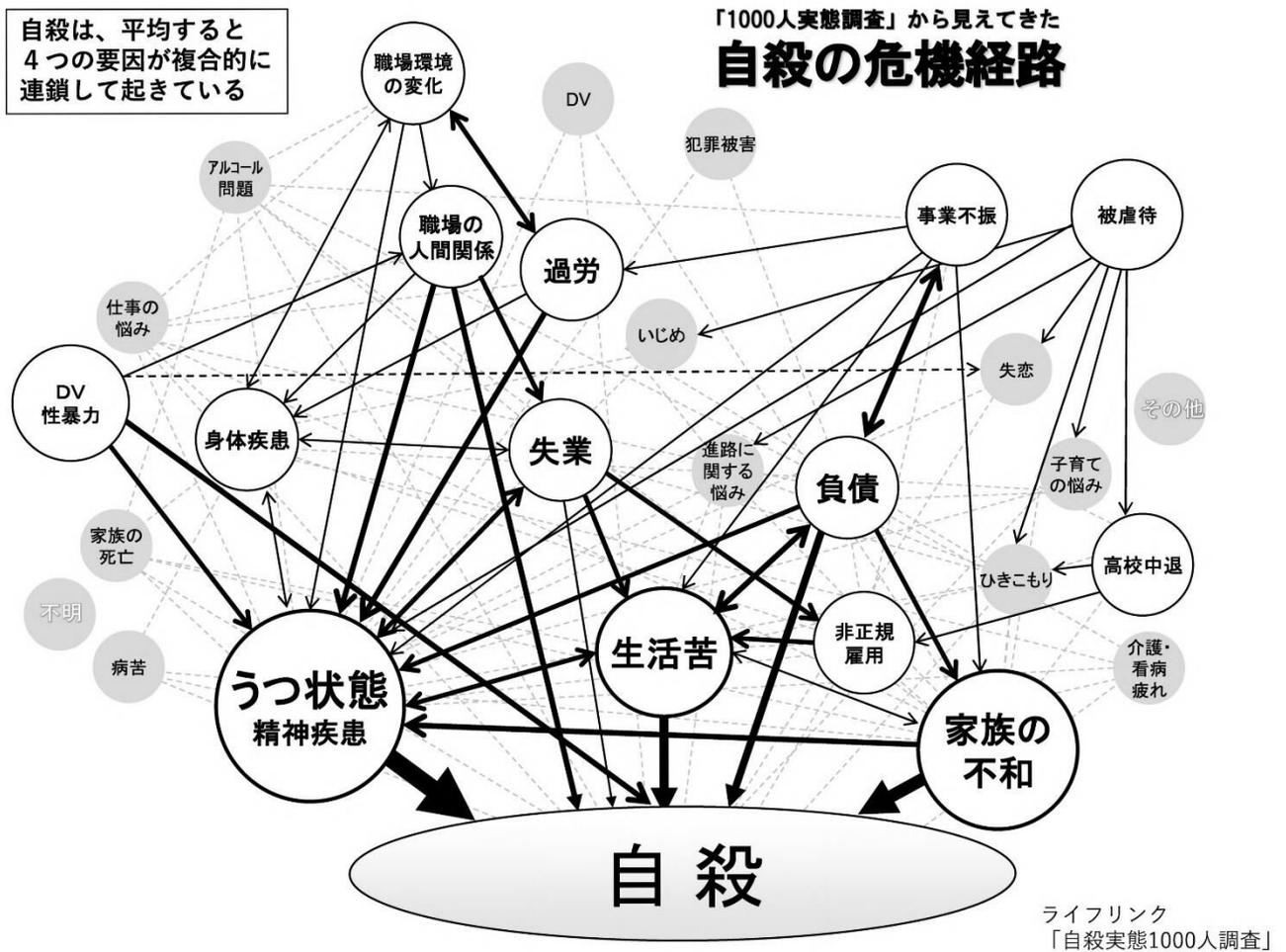
## 2 総社市自殺対策連絡協議会委員

◎は会長 ○は副会長

	区 別	所 属	氏 名
○	学識経験者	岡山県立大学大学院	森永 裕美子
	地域精神医療機関	吉備医師会	中田 謙二
	こころの悩み 相談機関	岡山いのちの電話協会	草苺 祐子
	労働問題 相談機関	倉敷中央公共職業安定所 総社出張所	藤本 善久
		総社商工会議所	小野 朋美
◎	地域福祉推進団体	総社市社会福祉協議会	山田 新二
	地域の福祉 ボランティア団体	総社市民生委員児童委員協議会	杉尾 秀明
	地域の健康づくり ボランティア団体	総社市愛育委員協議会	川村 泰子
		総社市栄養改善協議会	小林 宏子
	子育て応援団体	子育て応援こっこ	緒方 真利子
	行政機関	備中保健所	則安 俊昭
	学校保健	学校保健会	土谷 哲郎
	行政機関 (オブザーバー)	総社市消防本部	中山 利典

### 3 自殺の危機経路(自殺に至るまでに連鎖する要因のプロセス)

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、様々な要因が複合的に連鎖することにより引き起こされます。自殺は個人の意思や選択と思われがちですが、実際には様々な悩みが原因で心理的に追い詰められ、その過程で多くがうつ病などの精神疾患を発症し、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥るなど正常な判断ができなくなり、引き起こされます。



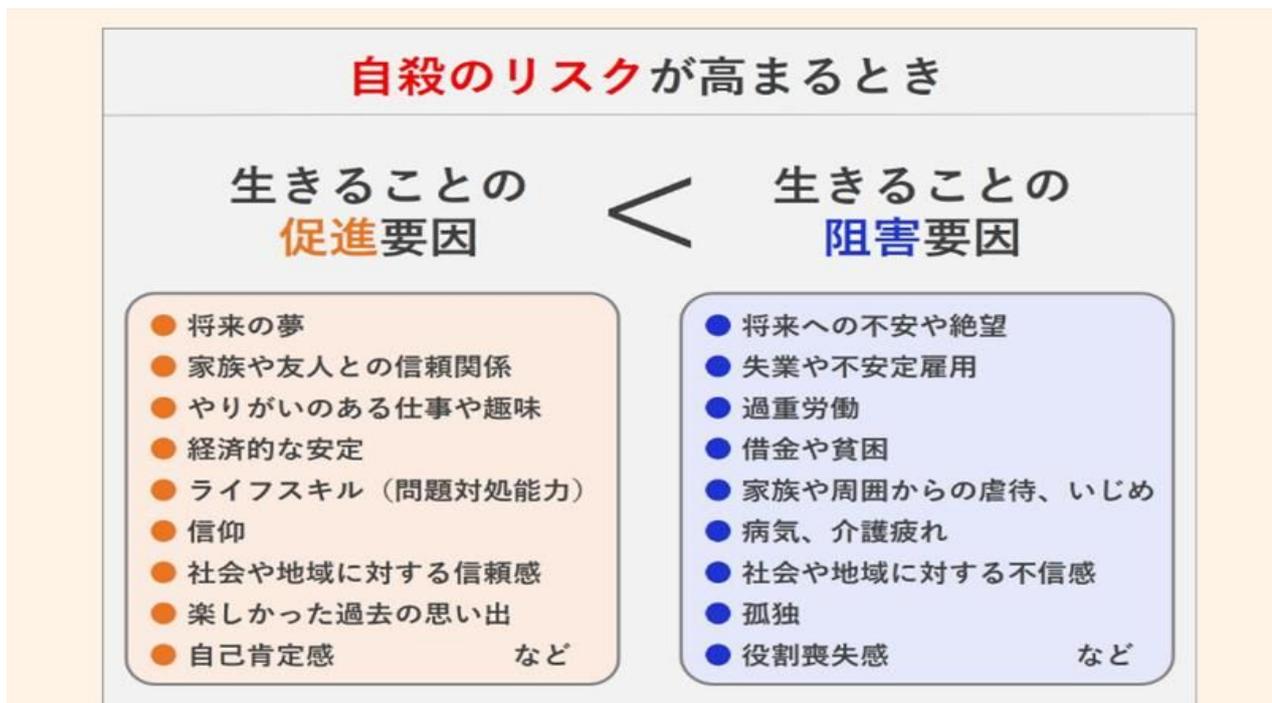
出展：NPO 法人自殺対策支援センターライフリンク資料

#### 4 地域自殺実態プロフィール

地域自殺実態プロフィールとは、国が地域の自殺の実態をまとめた資料で、計画策定の立案と評価に役立てるために各自治体に提供されています。その資料に用いられている自殺統計には、厚生労働省の人口動態統計と警察庁の自殺統計原票を集計した結果（自殺統計）があります。各統計資料は下記のとおり捉え方に違いがあり、公表される自殺者数も異なってきます。

	人口動態統計	自殺統計
調査官庁	厚生労働省	警察庁
調査対象	日本における日本人	日本における日本人及び日本における外国人
自殺の判断基準	死亡診断書	警察の捜査
都道府県別のとりまとめ基準	自殺者の住所地	自殺者の発見地
調査項目	性別・年齢・手段・都道府県・政令市・市町別	性別・年齢・手段・場所・職業・原因動機, 都道府県・市町村別

#### 5 生きることの促進要因と生きることの阻害要因



## 6 「ゲートキーパー」とは

「ゲートキーパー」とは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる人のことで、いわば「命の門番」とも位置づけられる人のことです。

### 【ゲートキーパーの役割】

- 気づき：家族や仲間の変化に気づいて、声をかける
- 傾聴：本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- つなぎ：早めに専門家に相談するように促す
- 見守り：温かく寄り添いながら、じっくりと見守る



自殺対策では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤独・孤立」を防ぎ、支援することが重要です。1人でも多くの方にゲートキーパーとしての意識を持っていただき、専門性の有無にかかわらず、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが自殺対策につながります。

## 7 「自殺」と「自死」の違い

自死・自殺の表現に関する3原則（「自死・自殺」の表現に関するガイドライン）

- (1) 行為を表現するときは「自殺」を使う。
- (2) 遺族や遺児に関する表現は「自死」を使う。
- (3) 「追い込まれた末の死」として、プロセスとして起きていることを理解し、「自殺した」ではなく、「自殺で亡くなった」と表現する。

## 8 自殺予防週間・自殺対策強化月間

我が国では自殺対策基本法に基づき、世界保健機構（WHO）が定めた世界自殺予防デー（9月10日）からの一週間である毎年9月10日～16日を「自殺予防週間」、例年、月別の自殺者数が最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定め、自殺防止に向けた集中的な啓発活動を推進しています。



まもろうよ ところ

## 9 総社市健康づくり・生活習慣に関する調査結果概要(抜粋)

「健康そうじゃ21(第2次)」を策定するにあたり、計画を検討するために、総社市民に生活習慣や健康状態、健康意識等に対する調査を実施しました。その調査結果の心の健康づくりに関する部分を抜粋しました。

### 1 実施概要

- 調査対象者 : 令和5年10月1日現在、市内に在住の方
- 対象数 : ①若者 : 4,5歳児・小学4年生の保護者, 中学2年生, 高校1年生  
1,998件  
②一般 : 満20歳以上の市民 3,760件
- 調査期間 : 令和5年10月18日～令和5年12月22日まで
- 調査方法 : 案内文にQRコードを貼付してのweb回答調査
- 回収結果

	配布数	回収数	回収率
①若者	1,998件	957件	47.9%
②一般	3,760件	1,760件	46.8%

### 2 調査集計にあたっての留意事項

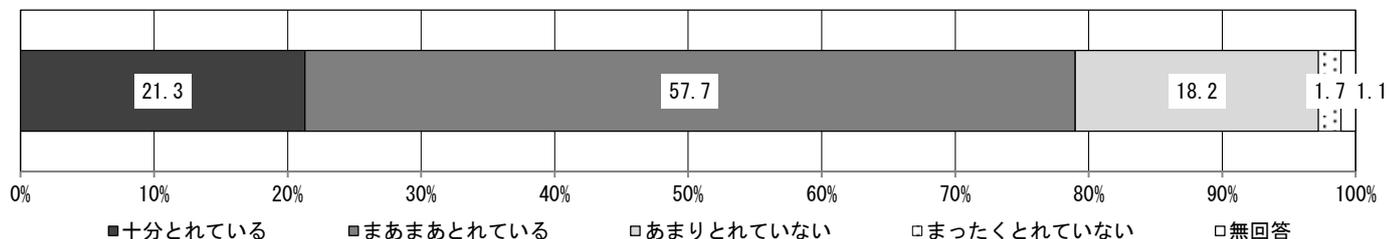
- 回答結果は小数点第2桁目を四捨五入しています。この関係で、単回答(複数の選択肢から一つだけを選ぶ形式)の合計値がちょうど「100.0」にならない場合があります。
- 複数回答(2つ以上の回答を選ぶ形式)における割合についての単位はパーセントとしています。この場合、回答は有効標本数全体に対して各々の割合を示すものであり、各選択肢の回答を合計しても「100.0」とはなりません。
- 本報告書における「n」「SA」「MA」は、それぞれ
  - 「n」 = サンプル数のこと
  - 「SA」 = 単回答のこと (Single Answer の略)
  - 「MA」 = 複数回答のこと (Multiple Answer の略) を示します。

○図表中において「無回答」とある項目については、「回答のなかったもの」、もしくは「判別ができなかったもの」、「存在しない回答があったもの」などを表しています。

問1 ここ1ヶ月間、睡眠で休養が十分とれていますか。

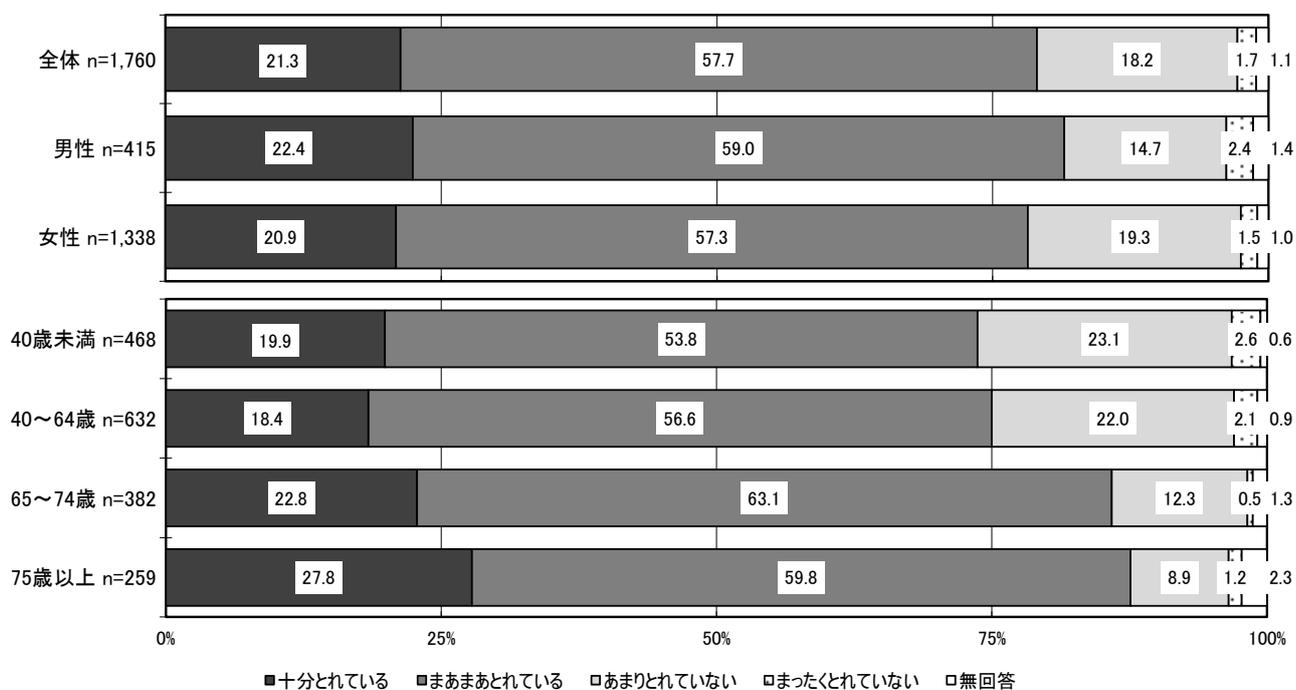
「十分とれている」「まあまあとれている」が79.0%を占めています。

(SA) n=1,760



<性別・年齢区分 クロス>

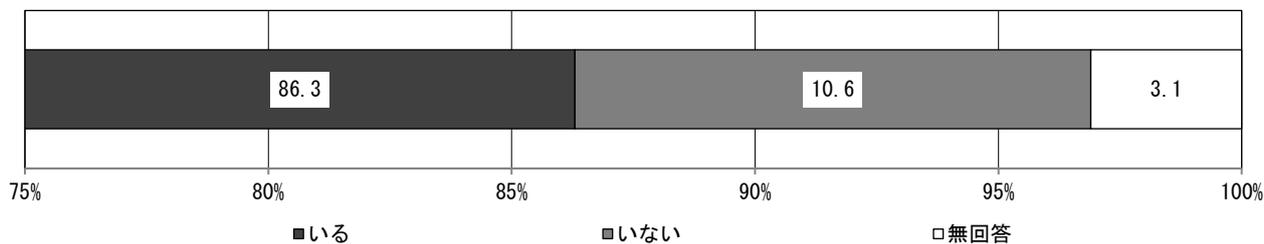
「十分とれている」「まあまあとれている」は“男性”が81.4%，“女性”が78.2%となっています



## 問2 あなたは、悩みやストレスについて相談できる相手がありますか。

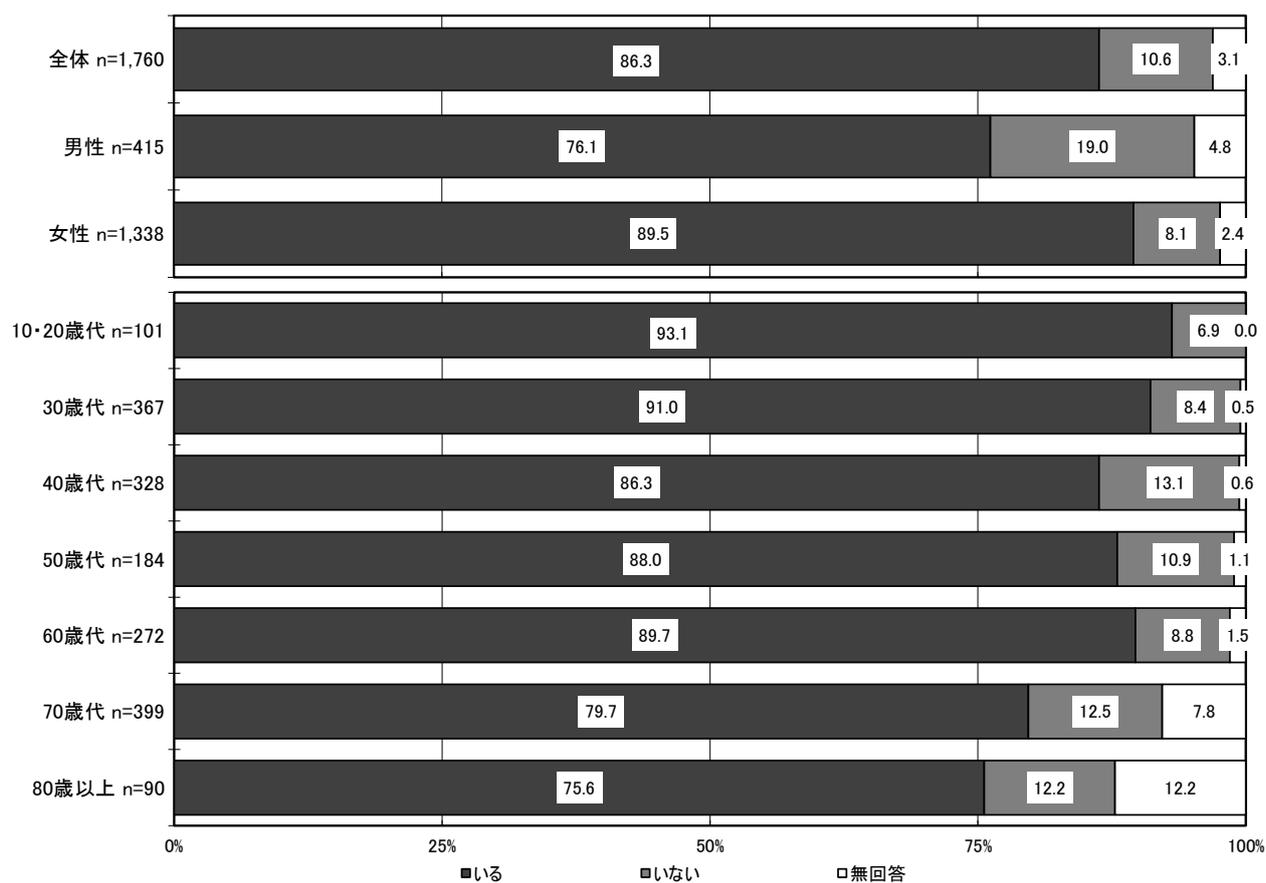
「いる」が86.3%を占めています。

(SA) n=1,760



### <性別・年代 クロス>

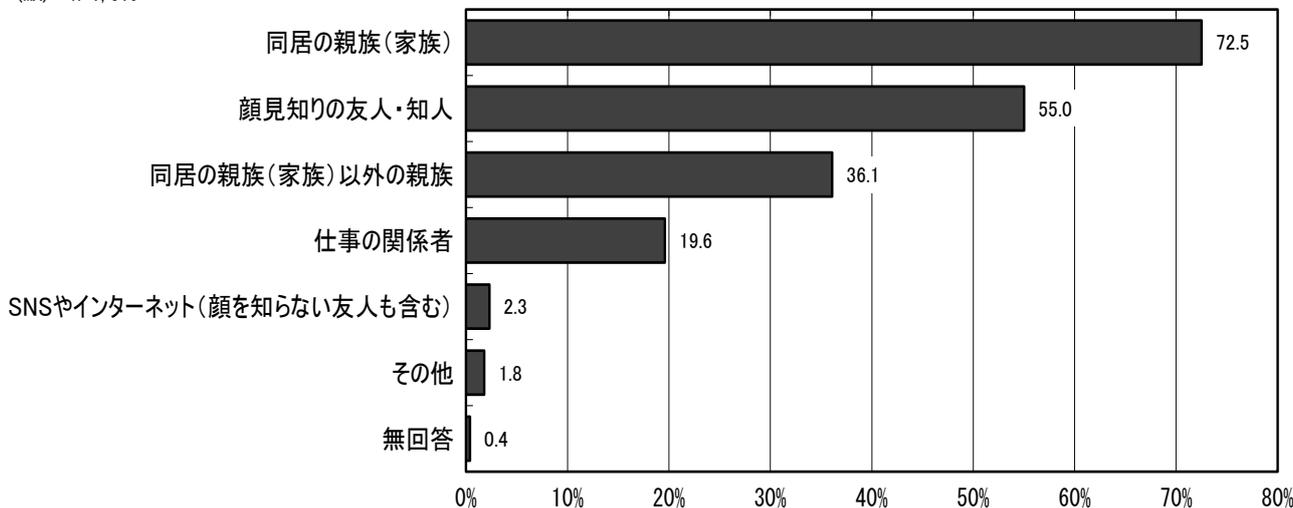
「いる」は“男性”が76.1%，“女性”が89.5%となっています。



問3 相談できる人はだれですか。(複数回答)

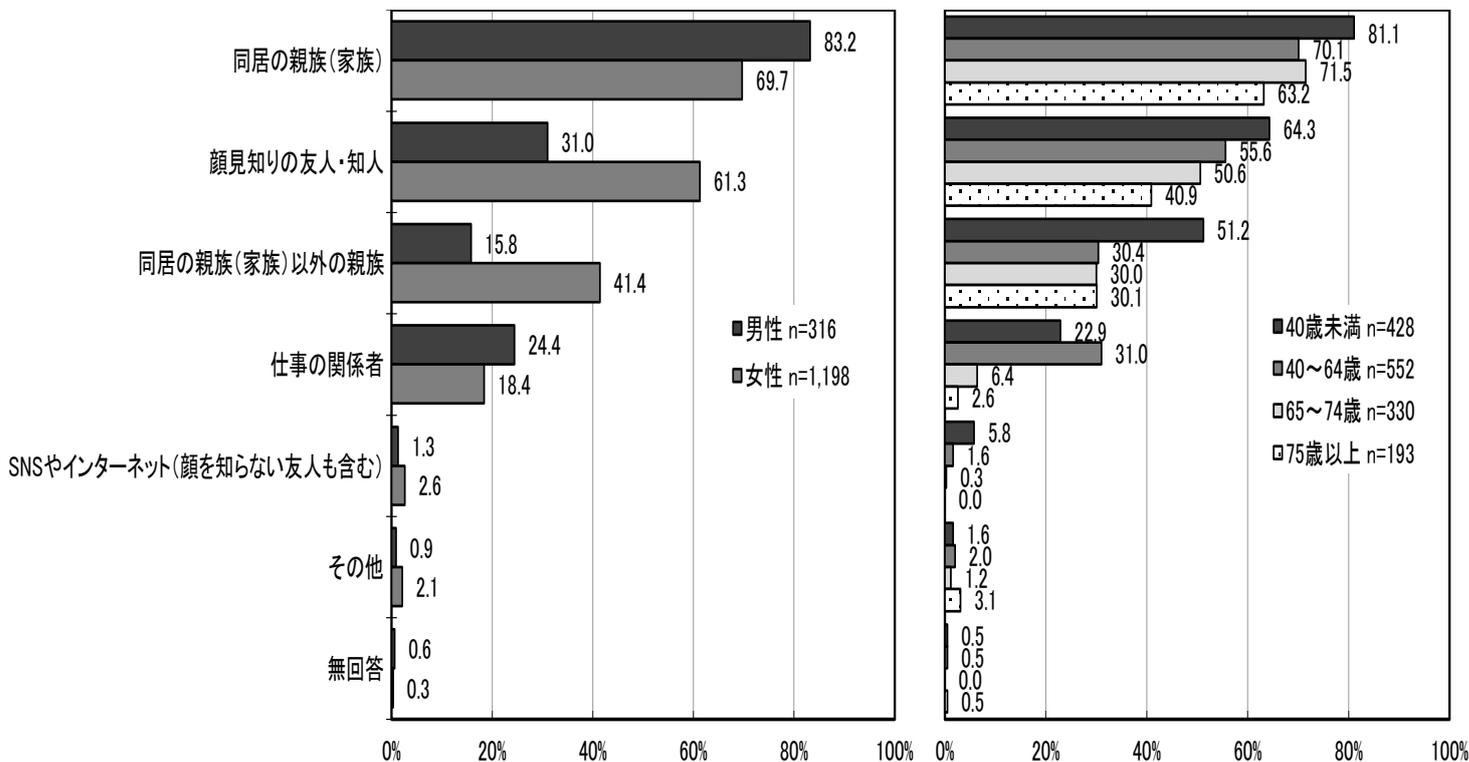
「同居の親族(家族)」が72.5%で最も高くなっています。次いで「顔見知りの友人・知人」が55.0%、「同居の親族(家族)以外の親族」が36.1%で続いています。

(MA) n=1,519



<性別・年齢区分 クロス>

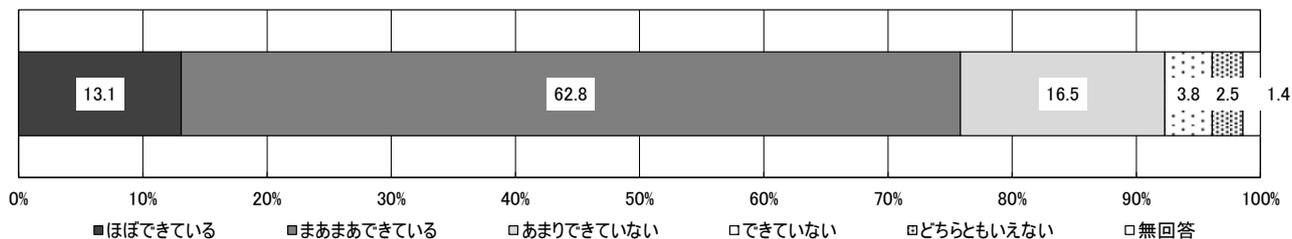
“男性”に比べて“女性”は「顔見知りの友人・知人」「同居の親族(家族)以外の親族」が高くなっています。  
 “40歳未満”では比較的「同居の親族(家族)以外の親族」が高くなっています。



問4 日常生活の中で不満、悩み、ストレスなどをうまく解消できていますか。

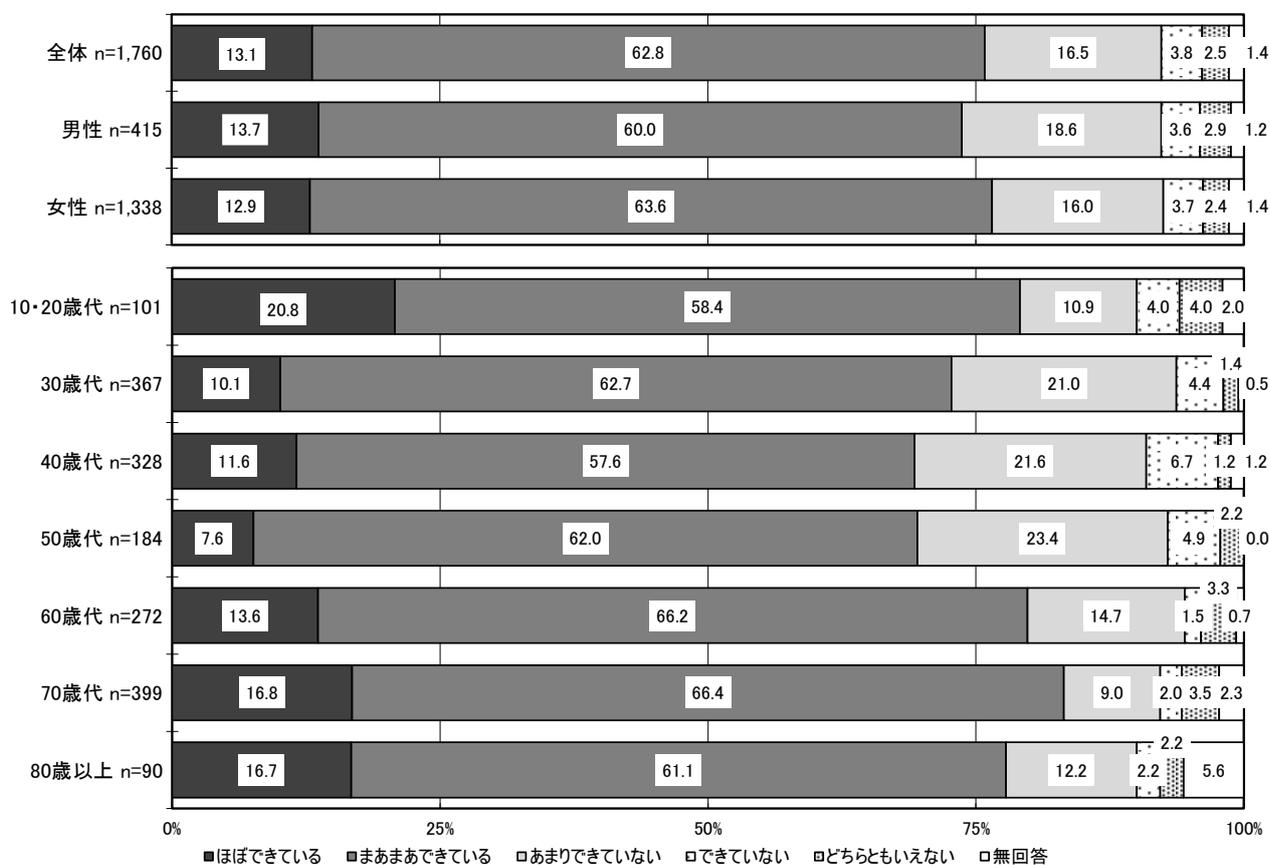
「まあまあできている」が62.8%で突出しています。「あまりできていない」が16.5%、「ほぼできている」が13.1%で続いています。

(SA) n=1,760



<性別・年代 クロス>

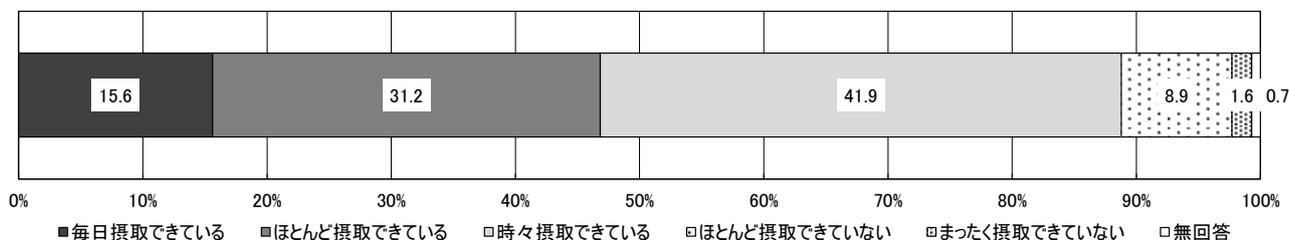
「ほぼできている」は“男性”が13.7%，“女性”が12.9%となっています。  
 “40歳代”“50歳代”で解消できていない割合が比較的高くなっています。



問5 野菜を十分摂取できていますか。(1日に必要な目安量：350g以上/日＝生の状態で両手山盛り1杯分)

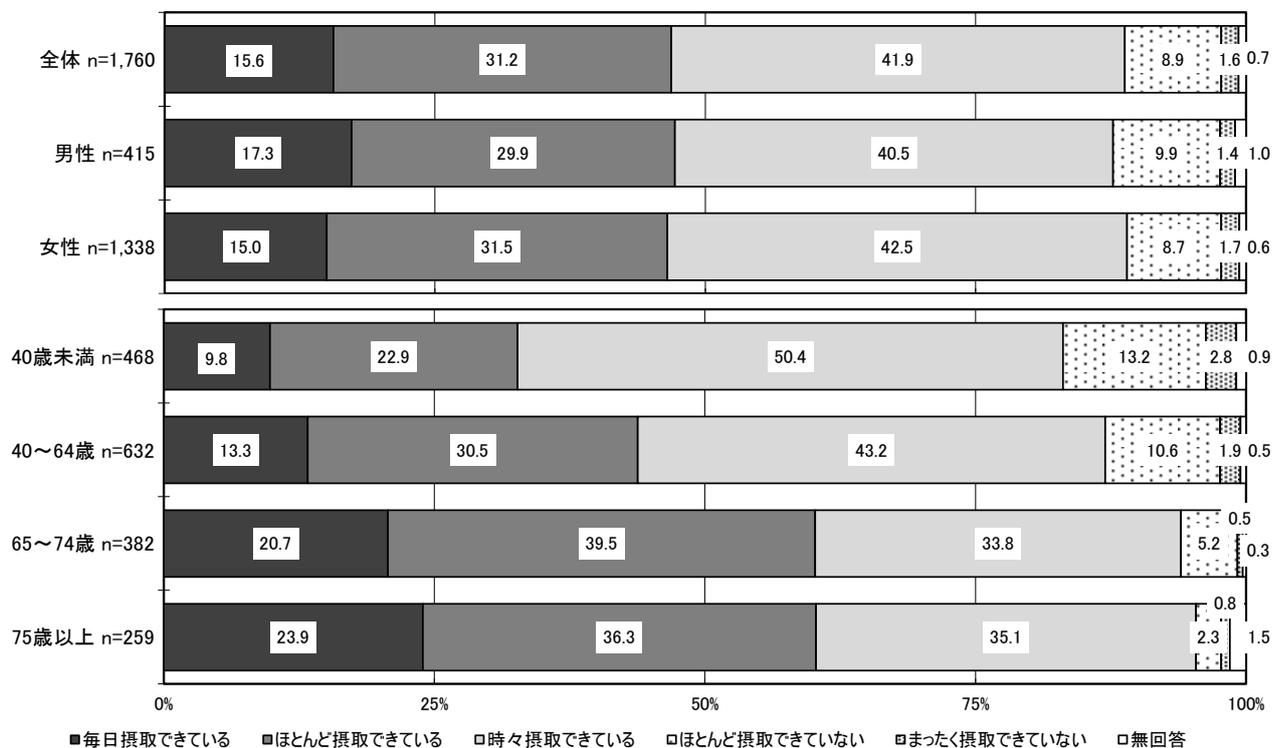
「時々摂取できている」が41.9%で最も高くなっています。次いで「ほとんど摂取できている」が31.2%、「毎日摂取できている」が15.6%が続いています。

(SA) n=1,760



<性別・年齢区分 クロス>

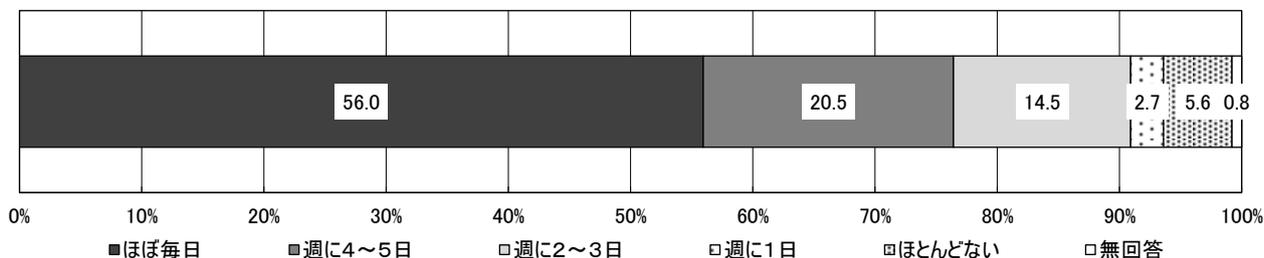
「毎日摂取できている」は“男性”が17.3%，“女性”が15.0%となっています。  
年齢が高いほど「毎日摂取できている」が高くなっています。



問6 主食（ごはん，パン，めん類）・主菜（肉，魚，卵，大豆製品）・副菜（野菜）をそろえて食べることが1日に2回以上あるのは，週に何日ありますか。（SA）

「ほぼ毎日」が56.0%で突出しています。「週に4～5日」が20.5%，「週に2～3日」が14.5%が続いています。

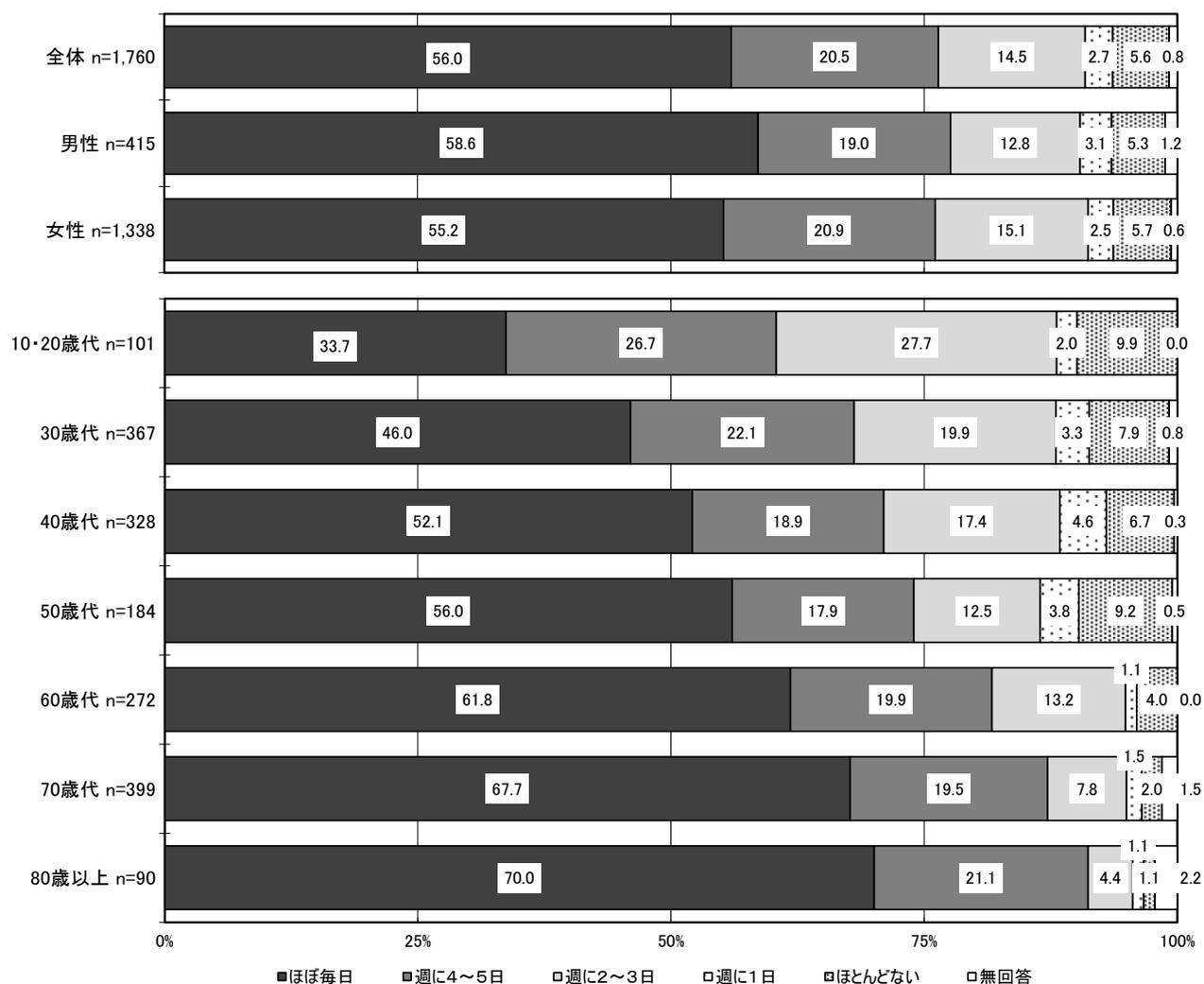
(SA) n=1,760



<性別・年代 クロス>

「ほぼ毎日」は“男性”が58.6%，“女性”は55.2%となっています。

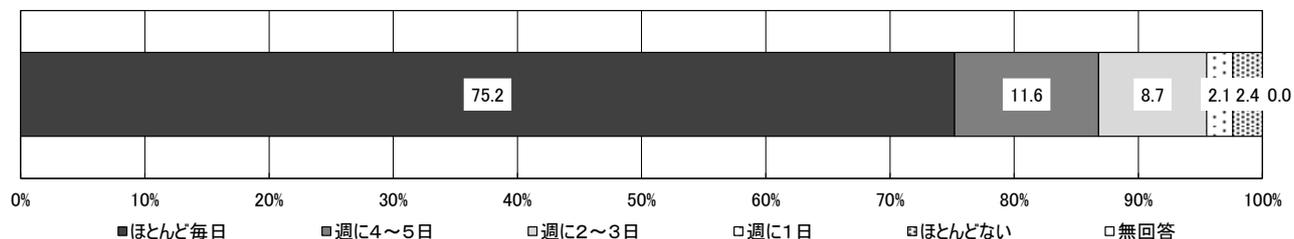
年齢が高いほど「ほぼ毎日」が高くなっています。



問7 あなた（お子さん）は夕食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。

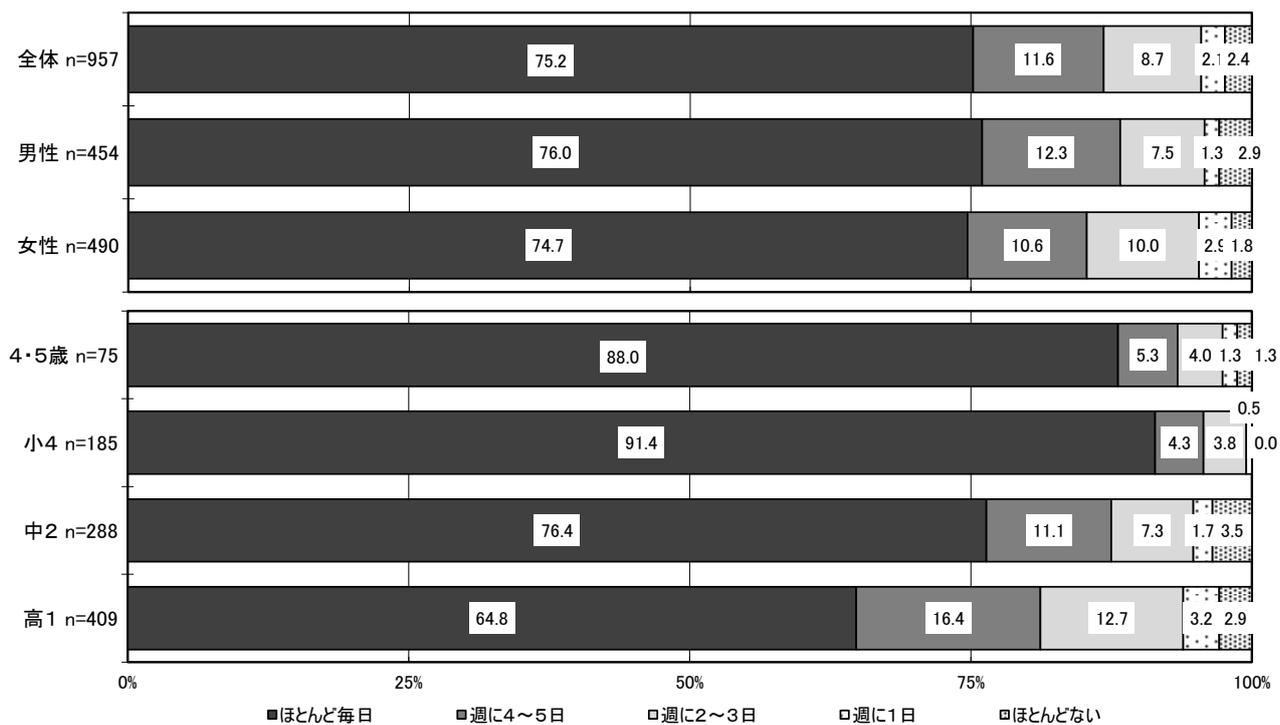
「ほとんど毎日」が75.2%で突出しています。

(SA) n=957



<性別・年齢 クロス>

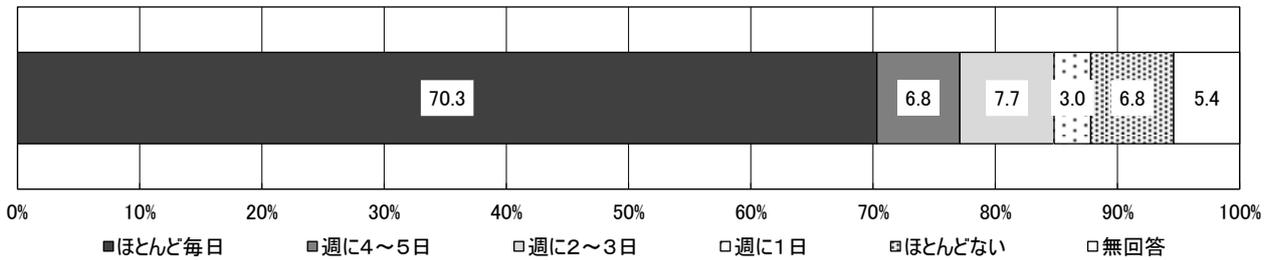
「ほとんど毎日」は“4・5歳(就学前)”で88.0%，“小4(小学生)”で91.4%，“中2(中学生)”で76.4%となっています。



問8 夕食を家族や友人などと一緒に食べることはどのくらいありますか。

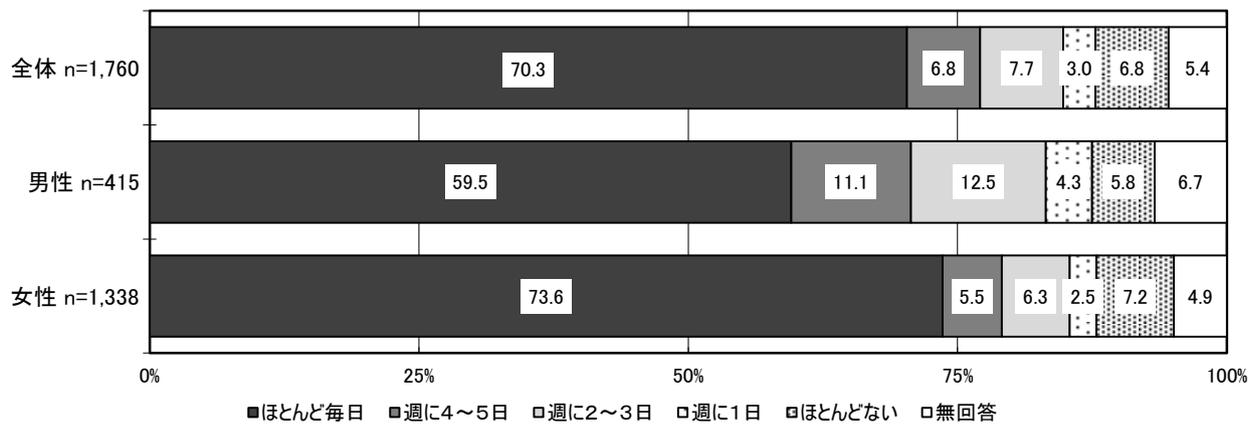
「ほとんど毎日」が70.3%で突出しています。

(SA) n=1,760



<年齢区分 クロス>

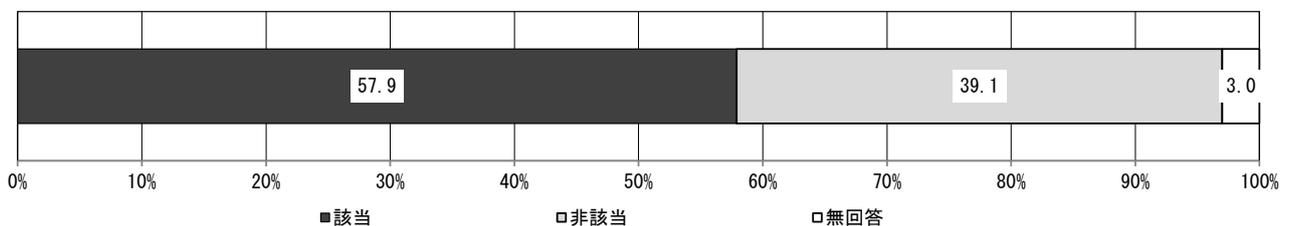
「ほとんど毎日」が“男性”で59.5%，“女性”で73.6%となっています。



問9 30分以上の運動を週2回以上1年以上している人の割合。

「該当」が57.9%を占めています。

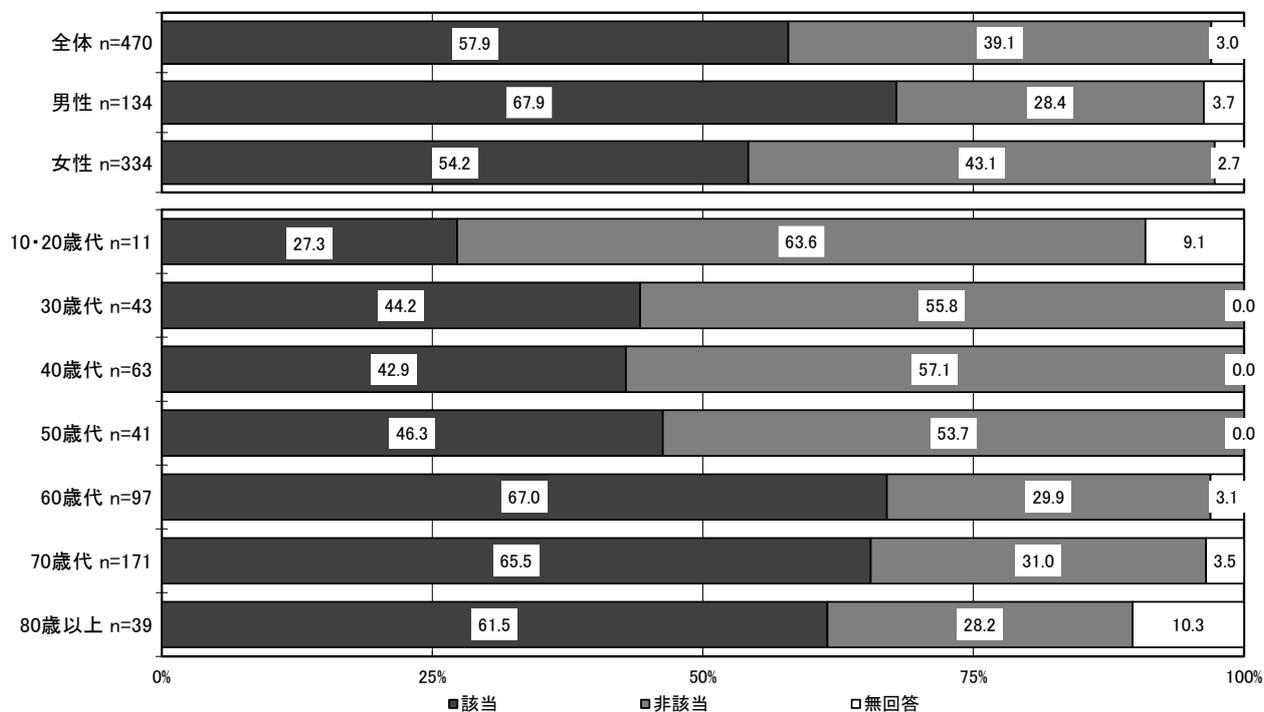
(SA) n=470



<性別・年代 クロス>

「該当」は“男性”が67.9%，“女性”が54.2%となっています。

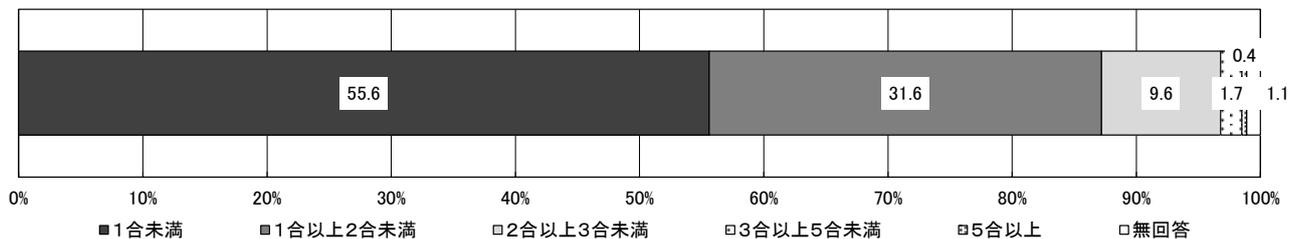
“50歳代”以下と“60歳代”以上で「該当」に差があります。



問10 お酒類を飲む日は、1日あたりどのくらいの量を飲みますか。(日本酒に換算してお答えください。)

「1合未満」が55.6%で突出しています。「1合以上2合未満」が31.6%、「2合以上3合未満」が9.6%で続いています。

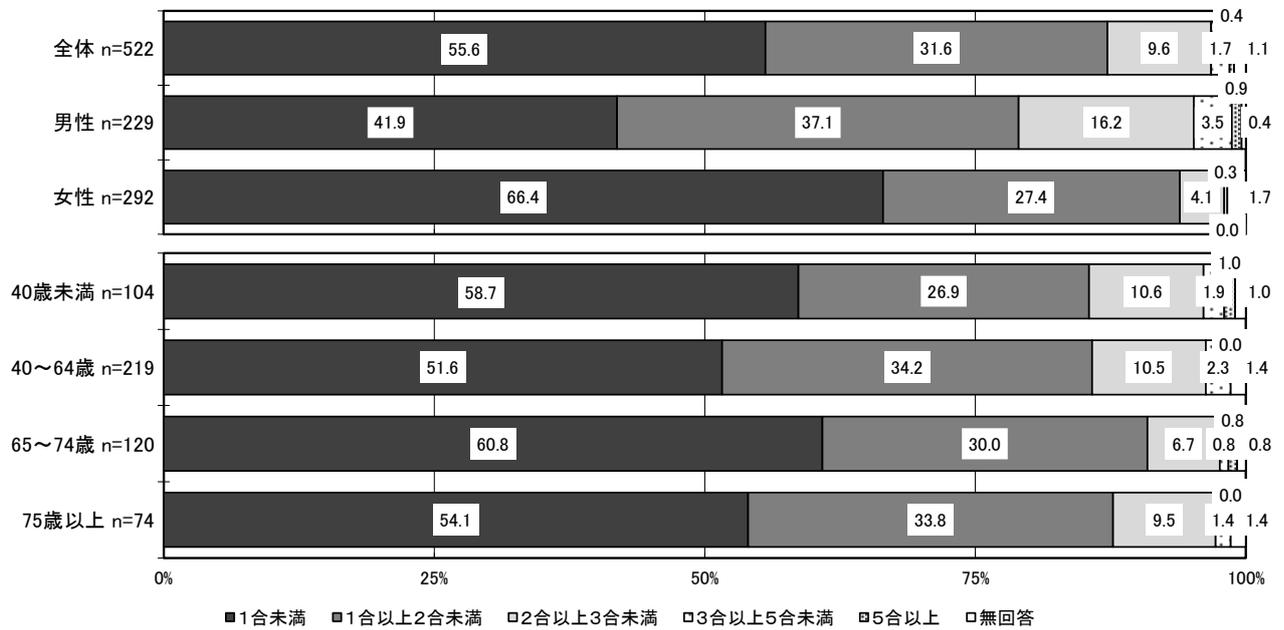
(SA) n=522



<性別・年齢区分 クロス>

“男性”の2合以上の飲酒者は 20.6%となっています。

“40～64 歳”で比較的飲酒量が多くなっています。



## 総社市自殺対策推進計画

発行年月日 令和7年3月  
発 行 総社市  
編 集 総社市保健福祉部健康医療課

〒719-1192

岡山県総社市中央一丁目1番1号

T E L : 0866-92-8259

F A X : 0866-92-8385

E-mail: kenkou@city. soja. okayama. jp