

# 自殺対策の推進について

ひとりで悩まないで！  
誰かに話してみませんか？

健康づくり課 疾病対策担当



# 宮崎県自殺対策行動計画(第5期)の概要

## 第1章 計画策定の趣旨等

### ○ 計画策定の趣旨

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、防ぐことのできる社会的な問題である。

本県において自殺で命を絶たれる方を「ゼロ」とするため、県、市町村並びに保健、医療、福祉、教育、労働等の関係機関・団体が一体となり、生きることの包括的な支援として自殺対策に取り組み、**県を挙げて、誰も自殺に追い込まれることのない地域社会の実現**を目指していくもの。

### ○ 計画の期間

令和6年度から令和10年度までの5年間

### ○ 計画の目標

自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）

現状（令和4年）20.4

→ 目標：令和10年 **16.5以下**

令和6年～令和10年の平均 **17.8以下**

誰も自殺に追い込まれることのない地域社会の実現

三次予防

（自殺未遂者の支援、自死遺族の支援等）

二次予防

（ハイリスク者の早期発見・早期対応、相談対応）

一次予防

（普及啓発、人材養成、見守り・居場所づくり）

自殺対策を進めるための基盤の強化  
（ネットワークの運営、実態把握、市町村支援等）

◆ 宮崎県自殺対策行動計画第1期  
→ 平成21年2月策定

## 第3章 本計画期間の重点項目

- 自殺の背景には、健康問題や家庭問題、経済・生活問題、勤務問題、家庭問題など様々な要因が複雑に重なり合っていることが多く、様々な分野の人々や組織、施策が緊密に連携しながら官民一体となって自殺対策を推し進めていくことが重要
- ・今後、より一層の自殺者数の減少を図るため、これまで取り組んできた子ども・若者、中高年層、生活困窮者、自殺未遂者など、幅広い対象に向けた総合的な自殺対策を推進していくとともに、第5期計画の期間中においては、重点項目を定め自殺対策に取り組む

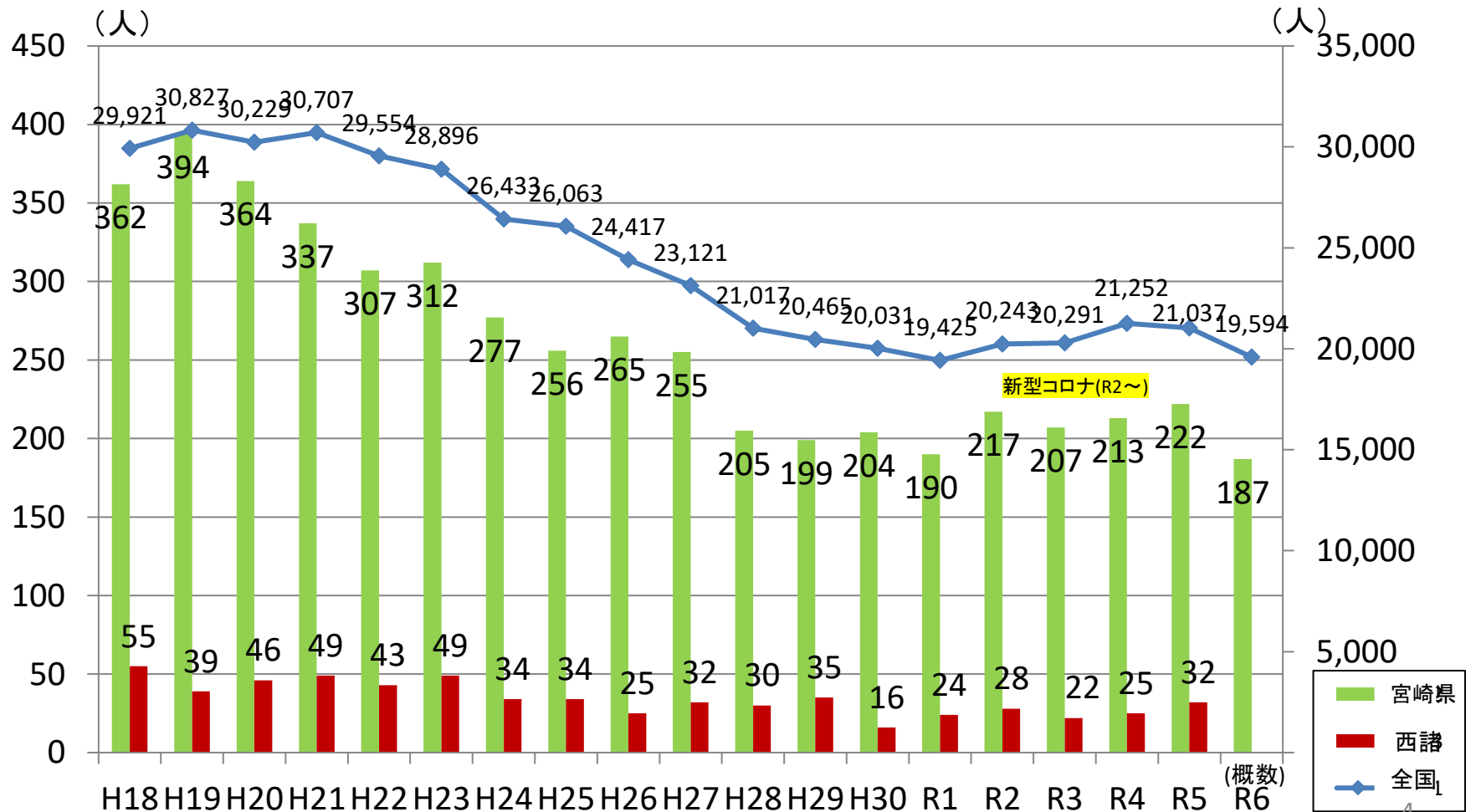
【項目1】 ひなたのキズナ “声かけ” 運動の更なる展開

【項目2】 高齢者に向けた取組の強化

【項目3】 うつ病等の早期発見・早期治療の促進

# ～全国・宮崎県・西諸地域の自殺者数について～

西諸地域の自殺者数は、全国、宮崎県と同じく、減少傾向にあり、平成30年は16名まで減少しました。令和元年に24名（前年比：+8名）と増加し、以後、28名以下で推移していましたが、令和5年度に増加しました。

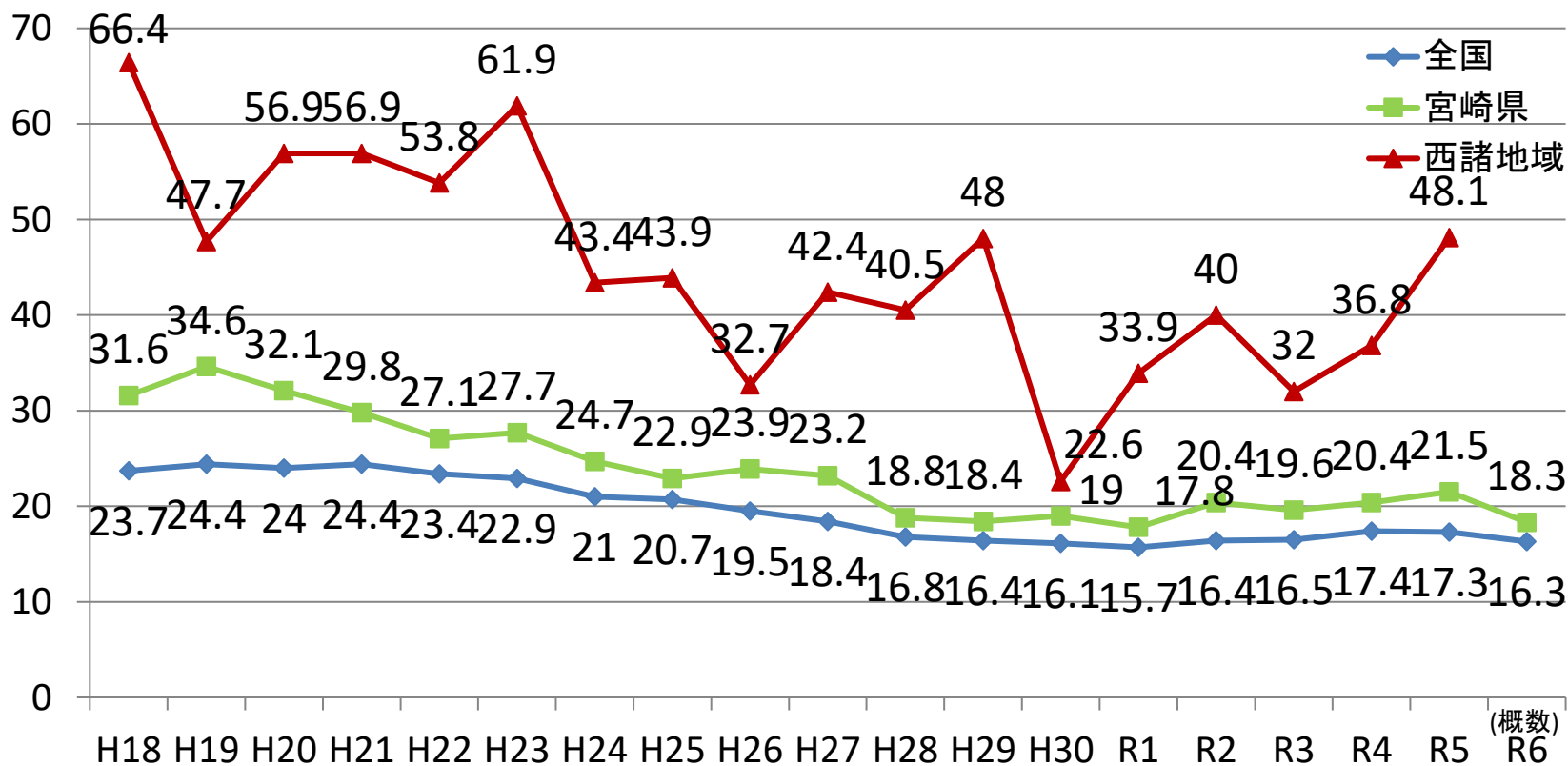


H18～自殺対策基本法 H21～宮崎県自殺対策行動計画

(厚生労働省 人口動態統計より作成)

# ～全国・宮崎県・西諸地域の自殺死亡率について～

西諸地域の自殺死亡率(人口10万対)は、増減を繰り返しながら、推移しています。全国及び宮崎県と比較し、西諸地域は、自殺死亡率の高い地域です。

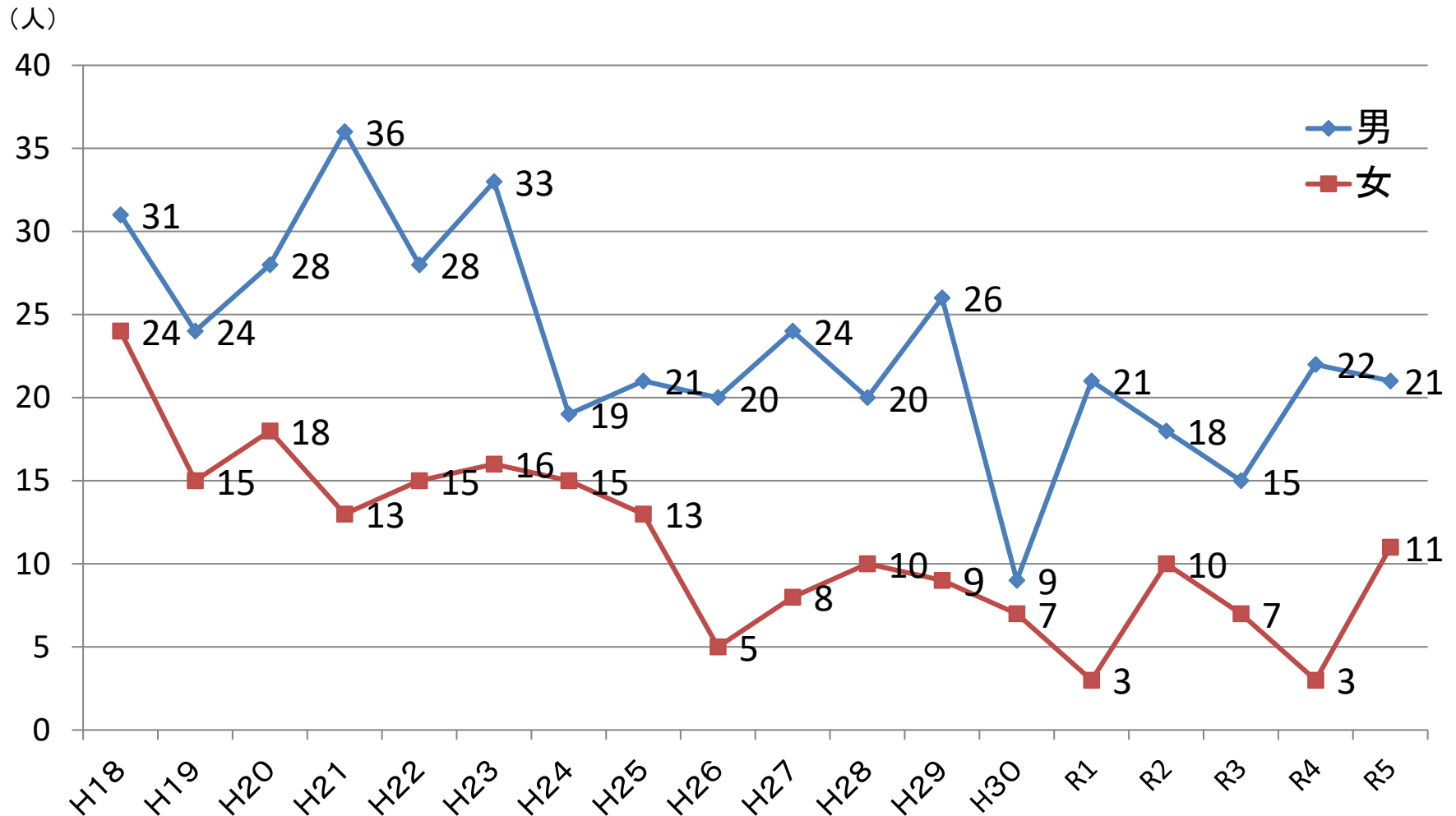


(厚生労働省 人口動態統計より作成)

宮崎県自殺死亡率の全国順位(ワースト)	H19	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6
	2位	3位	3位	11位	9位	7位	8位	2位	5位	3位	2位	<b>11位</b>

## ～西諸地域の男女別自殺者数について～

西諸地域の自殺死亡者について、男性が多い傾向が継続しています。

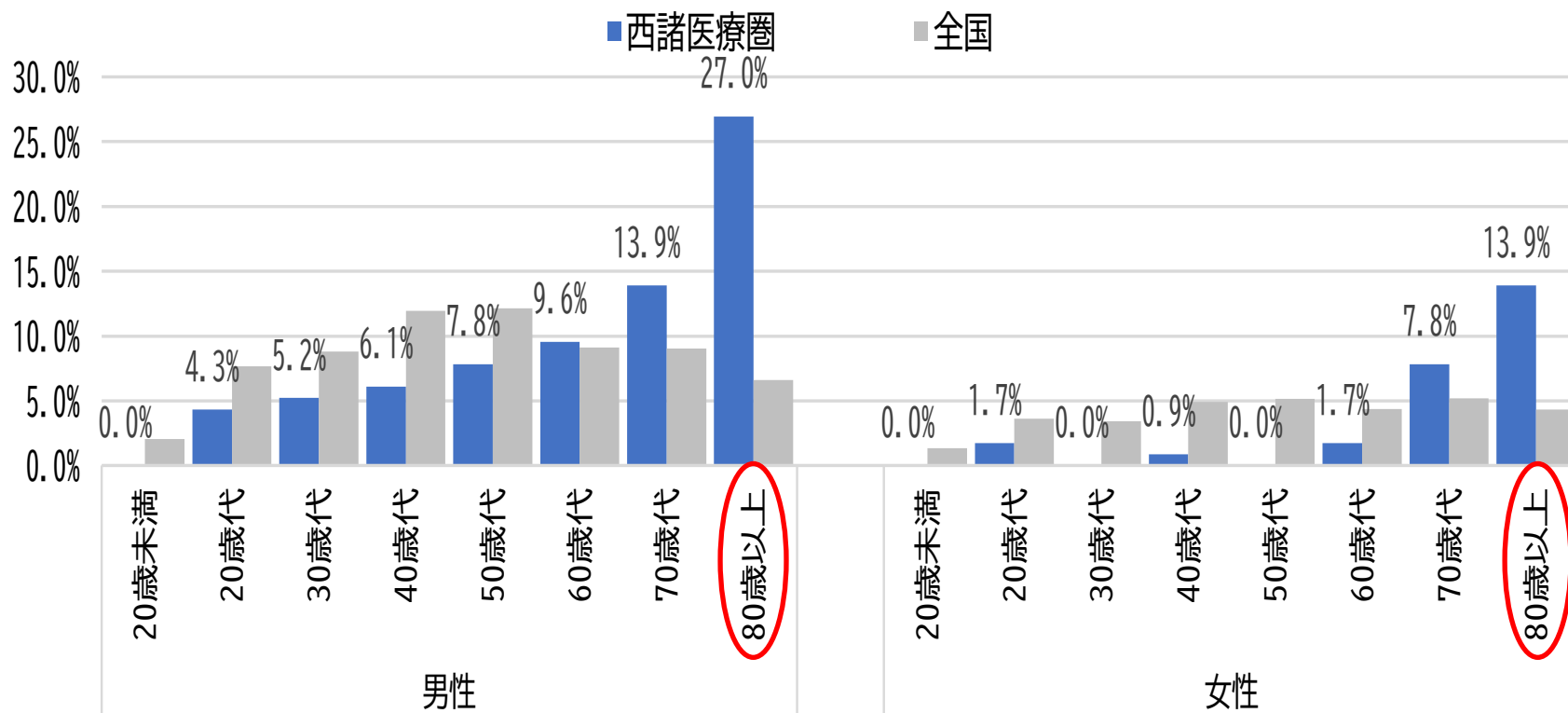


## ～西諸地域の年代別・男女別自殺者割合について～

西諸地域の年代別自殺死亡者数は、男女ともに80歳以上の割合が最も多くなっています。次に、70代が多いです。

(地域における自殺の基礎資料 自殺日・住所地 西諸医療圏H30～R4年115名 全国H30～R4年104,092名)

性・年代別の自殺者割合



# 西諸地域の自殺対策の取組

年度	国	宮崎県	小林保健所	小林市	えびの市	高原町
H18	自殺対策基本法		<ul style="list-style-type: none"> <li>・協議会設置(年2回)</li> <li>・担当者会の開催</li> <li>・青T誕生</li> <li>・アルコール家族教室(月1回火曜)</li> </ul>	・青T誕生	・青T誕生	・青T誕生
H19	自殺総合対策大綱	・対策本部設置	・わかちあいの会(月1回土曜)			
H20		行動計画				
H21						・協議会設置
H22						
H23			・未遂者支援事業	・協議会設置 (部会あり)	・協議会設置 (部会あり)	
H24	自殺総合対策大綱 の見直し		・うつ病医療体制強化事業			
H25		第2期計画	・かかりつけから精神科への紹介システムの立ち上げ(モデル的取組)			
H26			・協議会(年1回へ)	行動計画	行動計画	
H27			・わかちあいの会(月1回木曜へ変更)			
H28	自殺対策基本法一部改正		・アルコールオープンミーティング			
H29	自殺総合対策大綱 の見直し	第3期計画				
H30					第2期計画	行動計画
R元				第2期計画		
R2						
R3		第4期計画				
R4	自殺総合対策大綱 の見直し					
R5			・協議会設置要綱改正 (委員構成の見直し)		第3期計画	
R6		第5期計画	・こころの健康出前講座	第3期計画		第2次計画

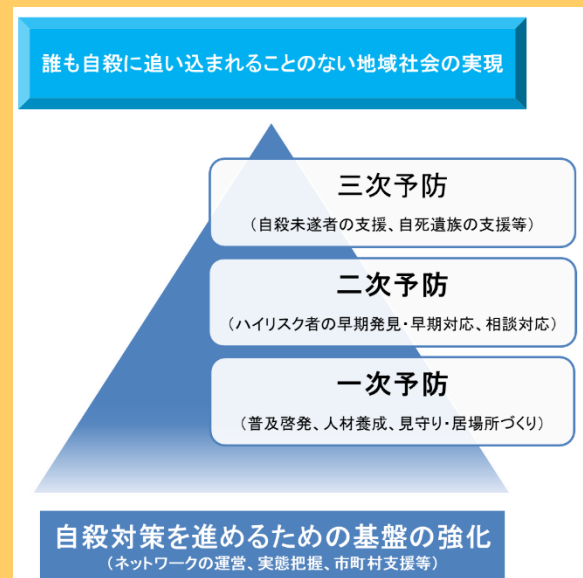


# 保健所の役割・取組

## ● 広域的なネットワーク・体制づくり 【西諸地域自殺対策推進協議会】

## ○ 自殺対策を進めるための基盤強化

- ・ 一次予防 (事前予防)
- ・ 二次予防 (自殺発生への危機対応)
- ・ 三次予防 (事後予防)



# 保健所の役割・取組

## 一次予防(事前対応)

- 普及啓発 ※西諸地域自殺予防週間(3・6・9・12月)
- 支援者向け研修
- こころの健康出前講座 (R6.10~)

## 二次予防(自殺発生への危機対応)

- ひきこもり・こころの健康相談事業
- アルコール家族教室(H18.1~)
- 西諸地域うつ病医療体制強化事業(H26.1~)

## 三次予防(事後対応)

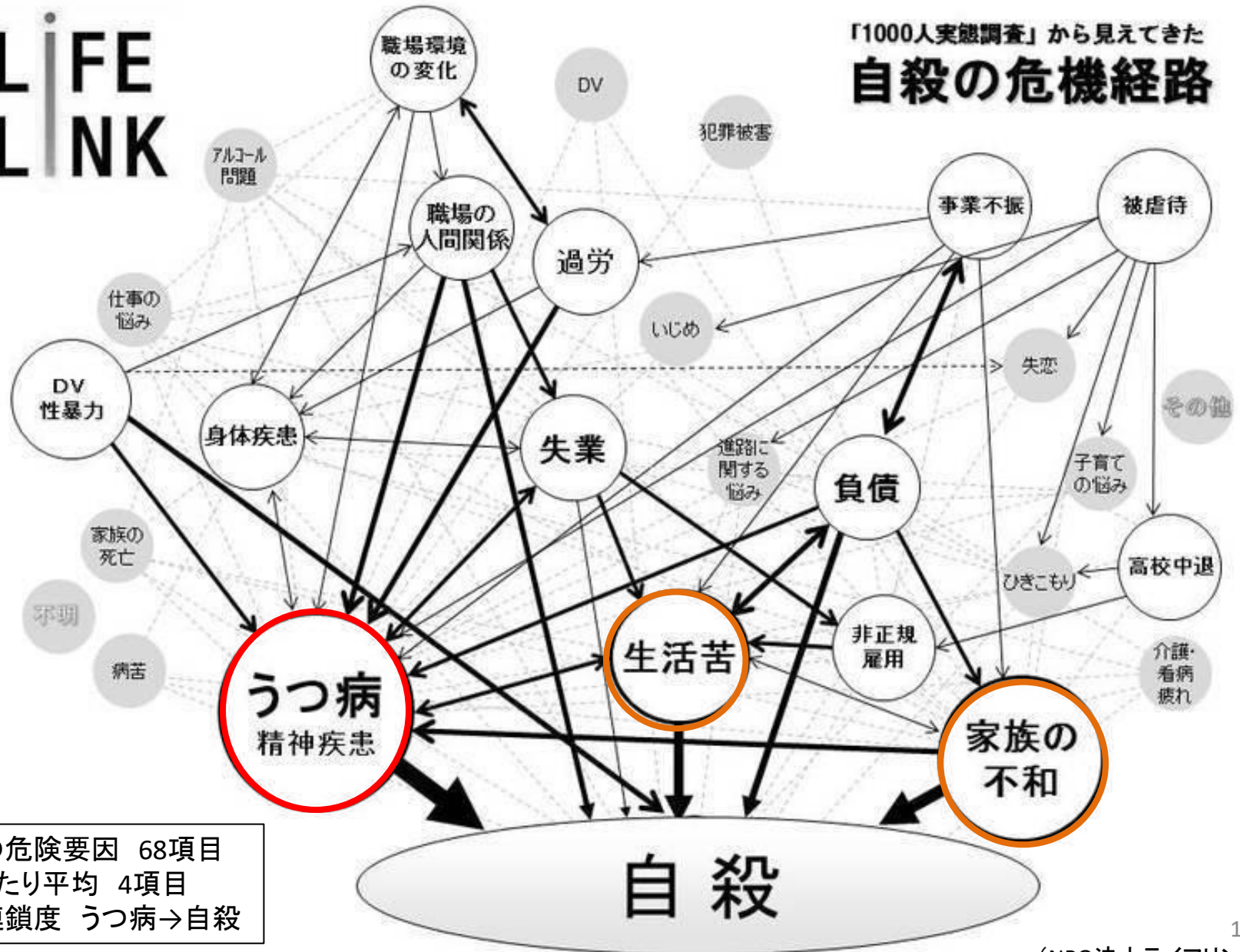
- 自死遺族支援(わかちあいの会)(H19.6~)
- 自殺未遂者支援(H23.3~)



# ～自殺の危機経路について～

LIFE  
LINK

「1000人実態調査」から見てきた  
自殺の危機経路



自殺の危険要因 68項目  
1人あたり平均 4項目  
危険連鎖度 うつ病→自殺