

奈良県自殺対策計画の概要

I. 重点施策・・・早急に対策を講ずべきもの

自殺の原因・動機に対する対策

●保健、医療、福祉、教育、労働その他の各施策の連動性の向上

- ・自殺の原因・動機として精神疾患の比率が高いことから、精神科医をはじめとした医療従事者や関係機関が、うつ病等の精神疾患への早期介入に努める。
- ・かかりつけ医と精神科医との連携を図り、精神疾患の早期発見・早期治療を推進する。
- ・自殺の要因となりうる経済・生活問題、勤務問題、人間関係の問題等の複合する問題に対する取組を推進するため、関連施策の連携を強化します。
- ・孤独・孤立対策、地域共生社会の実現に向けた取組や市町村が抱える困難事例を解決するための重層的支援体制の整備などの各施策が有機的に連携できるよう支援します。
- ・新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響について、引き続き情報収集・分析を行う。

若年層対策

●児童・生徒への自殺対策

- ・児童・生徒が自分や友だちの心の危機の状態に気づき、信頼できる大人に助けの声が上げられるように、SOSの出し方に関する教育を含む自殺予防教育を推進する。
- ・教職員や保護者などの周りの大人が児童・生徒のSOSに気づき、個に応じた対応をとれるよう、支援を行う。
- ・ハイリスクな児童・生徒のスクリーニングとフォローアップ体制の整備を図る。
- ・教職員との信頼関係づくりや相談しやすい雰囲気づくりなど、児童・生徒の心に寄り添う「校内の環境づくり」をすすめる。

自殺未遂者への対策

●自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ

- ・自殺未遂等の患者に対する適切な診療体制が求められることから、精神・身体合併症に対する診療体制の充実を図る。
- ・自殺未遂者が地域で継続して医療、福祉などを受けられる包括的な支援体制を構築する。

地域の実情に応じた対策

●地域の実情に応じた自殺対策の総合的かつ効率的な推進

- ・市町村において地域の実情に応じたきめ細やかな自殺対策が推進されるよう、国と県において重層的な支援を行う。
- ・市町村や地域の関係団体等が実施する自殺対策に関する取組への支援を推進し、県内の自殺対策連携体制の構築を行う。
- ・国と連携し、市町村の現状分析や自殺対策の進捗管理、人材育成、対応困難事例（未遂者・自死遺族等支援）への支援ノウハウの蓄積などを通じて、市町村での取組を支援する。

女性への対策

●女性への自殺対策

- ・さまざまな生きづらさを抱える女性にきめ細かい自殺対策を推進する。
- ・特定妊婦への支援や出産後の産婦健康診査などにより、産後うつ病への支援につなげるなど、切れ目のない保健対策を行う。
- ・配偶者等からの暴力（DV）、性暴力、子育て、介護など困難な問題を抱える女性への相談支援体制の充実を図る。

II. 基本施策・・・継続的に取り組む必要のあるもの

●普及啓発

- ・自殺に対する誤解や偏見（スティグマ）を払拭し、正しい知識の普及啓発を行う

●人材養成

- ・様々な分野でのゲートキーパーの養成
- ・自殺対策にかかわる支援者等への各種研修を行う

●精神保健医療福祉の充実と連携強化

- ・精神疾患によるハイリスク者（うつ病、統合失調症等）対策の推進
- ・精神保健（メンタルヘルス）に関する課題を抱える者への支援体制の構築

●自殺未遂者および家族・自死遺族支援

- ・自死遺族等の心理的負担を和らげるため、相談支援、自助活動の運営支援

●世代別対策

- ・自尊感情を育み、心の柔軟性や精神的回復力を高める教育活動の推進
- ・深刻な生きづらさを抱える若者に対し、関係機関・関係団体のネットワークを構築し適切に医療や相談機関を利用できるよう支援
- ・慢性疾患に関する相談支援体制の充実
- ・高齢者の介護予防や健康づくり、社会参加への取組を推進

●勤務問題への対策

- ・働き方改革による長時間労働の解消
- ・働く環境の変化などに対応した心の不調への対策を推進

●関係機関・民間団体の取り組みの促進

- ・自殺予防を目的とした電話相談体制を運営する民間団体への支援

奈良県自殺対策計画の概要

策定の背景など

【計画の位置づけ、根拠法令等】

- ・自殺対策基本法第13条に基づく法定計画
- ・国の自殺総合対策大綱を踏まえた計画

【計画の目標】

誰も自殺に追い込まれることのない「健康な心で暮らしやすい奈良県」の実現

【基本認識】

1. 自殺は、その多くが追い込まれた末の死
2. 自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題
3. 自殺を考えている人の多くは何かのサインを表出
4. 家庭・学校・職場・地域から孤立した時に自殺が発生

【計画期間】 令和5年度から令和9年度までの5年間

数値目標の考え方

前回計画策定時（H30年3月）における奈良県の自殺死亡率は全国的にも下位であったため、第2次計画の最終年（R9年）の自殺死亡率の目標を、先進諸国の中で自殺死亡率が低い国の平均値程度の「9.5」としており、今回の計画においても同様の数値目標とする。

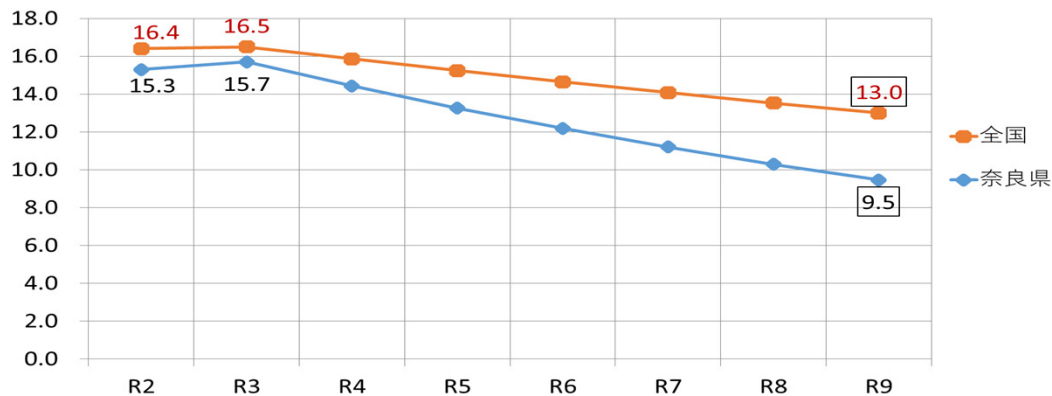
（参考）前回計画策定時に数値目標を設定する際に参考とした先進諸国の自殺死亡率（世界保健機関）

フランス15.8（2012） 米 国 13.7（2012）
ドイツ 12.5（2013） カナダ 11.4（2012）
英 国 7.5（2013） イタリア 6.4（2012）

先進諸国自殺死亡率下位4カ国の平均値 ≒ 9.5

自殺死亡率の数値目標

（人／10万人）



計画の主な概要

第1 計画策定の趣旨等

第2 自殺の現状と課題

第3 基本認識

第4 基本方針

- ・総合的な自殺対策（保健、医療、福祉、教育、労働等）
- ・市町村支援
- ・各年齢階層別のきめ細やかな取組

第5 施策体系

1. 重点施策

- ・若年層への対策
- ・女性への対策
- ・自殺未遂者への対策
- ・保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策の連携強化
- ・地域の実情に応じた自殺対策の推進

2. 基本施策

- ・普及啓発
- ・人材養成
- ・精神保健医療福祉の充実と連携強化
- ・自殺未遂者及び家族・自死遺族支援
- ・世代別対策
- ・勤務問題への対策
- ・関係機関・民間団体の取組の促進

第6 推進体制

自殺対策連絡協議会等により施策の方向性の決定、進捗管理

第7 評価

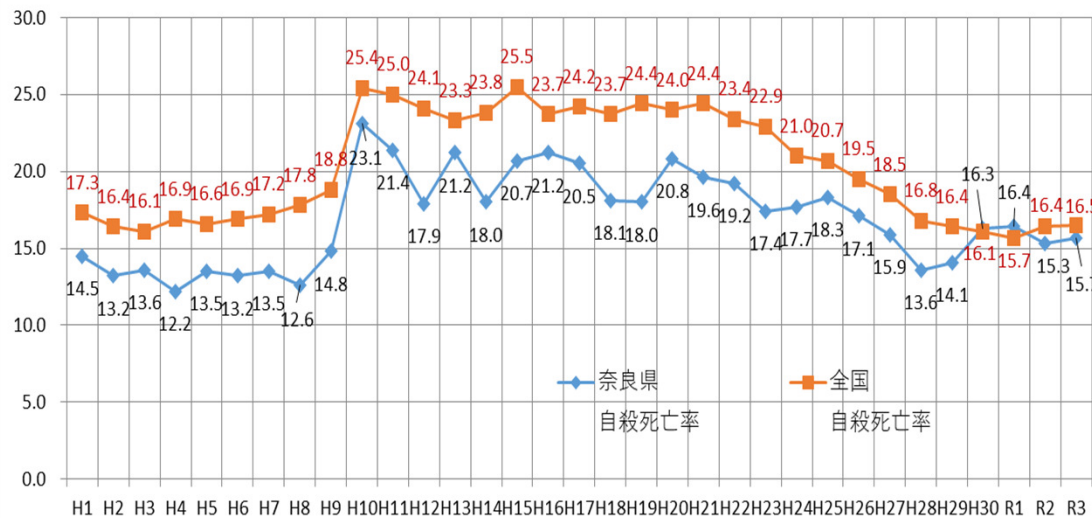
施策の評価、計画の見直し

奈良県自殺対策計画の概要～本県の自殺の現状～

(1) 自殺死亡率の推移 (厚生労働省「人口動態統計」及び総務省統計局「人口推計」より奈良県作成)

・本県の自殺死亡率(人口10万対)は、全国では低位で推移していたが、近年は全国との差が縮まっておりH30及びR1は全国を上回った。

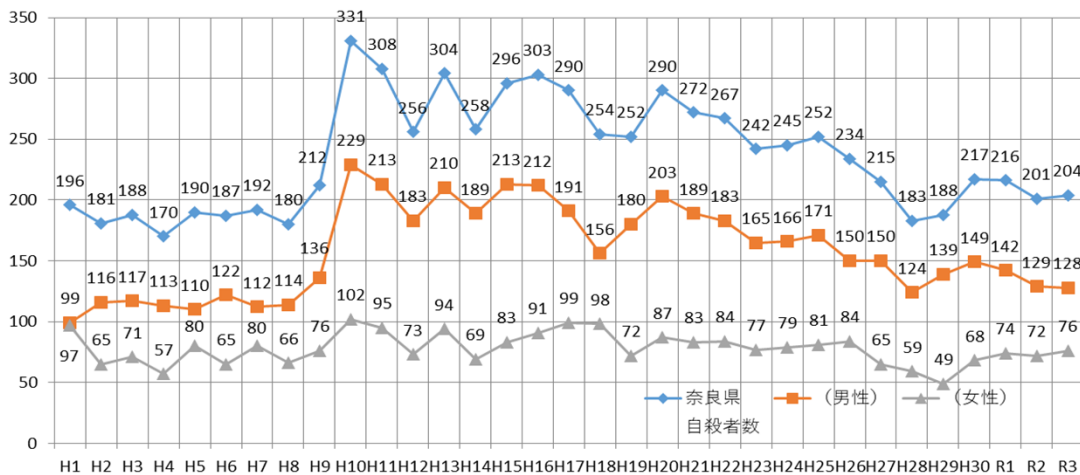
(人/10万人) 全国及び奈良県の自殺死亡率の推移



(2) 自殺者数の推移 (資料：厚生労働省「人口動態統計」より奈良県作成)

・例年、女性の自殺者数は男性の半分程度でしたが、近年女性の自殺者が増え、自殺者の総数に占める女性の割合が高まっている。

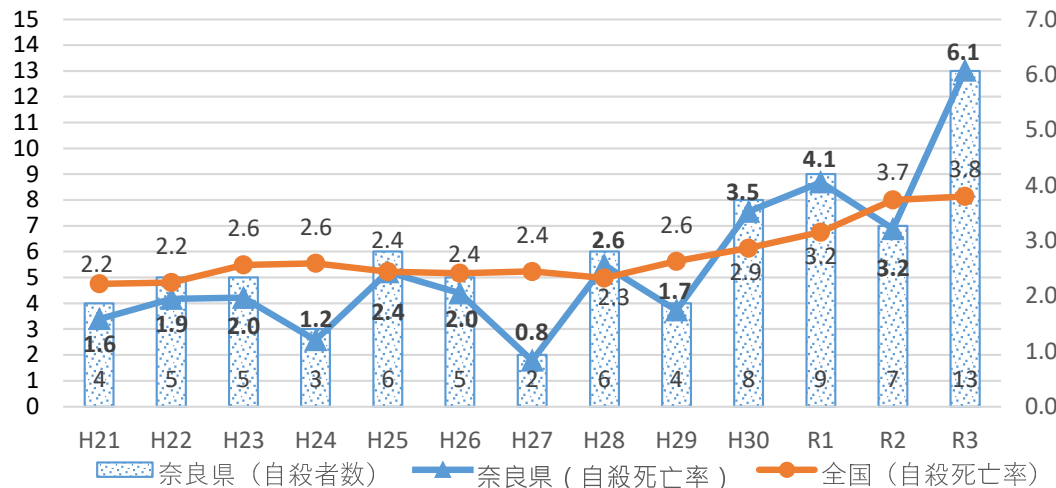
(人) 奈良県自殺者数の推移



(3) 19歳以下の自殺者数及び自殺死亡率の推移 (厚生労働省「人口動態統計」及び総務省統計局「人口推計」より奈良県作成)

・19歳以下の自殺死亡率がここ数年全国を上回り、令和3年の奈良県の19歳以下の自殺者は急増している。

(人) 19歳以下の自殺者数及び自殺死亡率推移 (人/10万人)



(4) 自殺未遂者の自殺の推移 (厚生労働省「地域における自殺の基礎資料(自殺日・住居地)」より奈良県作成)

・本県の自殺者のうち、自殺未遂歴がある方の割合が非常に高い。

(%) 全国及び奈良県の自殺者のうち自殺未遂歴がある方の割合の推移

