

第3期宮崎市自殺対策行動計画

概要版

1 計画策定の趣旨

我が国の自殺者数は平成 21（2009）年から令和元（2019）年に減少するなど、一定の成果を上げている一方、新型コロナウイルス感染症拡大の影響等で、自殺の要因となり得る様々な問題が悪化したことにより、令和 2（2020）年には 11 年ぶりに前年を上回りました。

本市では、平成 26 年 3 月に「宮崎市自殺対策行動計画」、平成 29 年 4 月に「宮崎市自殺対策行動計画第 2 期」を策定し、関係機関と連携を図りながら、全庁的な取組として自殺対策を推進してきました。本計画は、令和 4 年 10 月に閣議決定された新たな自殺総合対策大綱の内容を反映させるなどの見直しを行い、「第 3 期宮崎市自殺対策行動計画」として定めたものです。

2 計画の期間

令和 6（2024）年度から令和 10（2028）年度までの 5 年間とします。

3 計画の数値目標および評価指標

新たな自殺総合対策大綱で、「令和 8 年までに自殺死亡率を平成 27 年と比べて 30%以上減少させる」と旧大綱の数値目標継続が示されていることから、令和 8 年の数値目標を「11.5 以下」とします。

① 自殺死亡率

項目	平成 27 年 （基準年）	令和 4 年 （現状）	令和 8 年	令和 10 年
自殺死亡率 （人口 10 万人当たりの自殺者数）	16.4	16.3	11.5 以下	11.5 以下

② 年間自殺者数

項目	平成 27 年 （基準年）	令和 4 年 （現状）	令和 8 年	令和 10 年
年間自殺者数	66 人	65 人	45 人以下	44 人以下
（参考）総人口の実績及び推計値	401,138 人	399,476 人	(R7) 394,839 人	(R12) 387,659 人

※令和 8 年及び令和 10 年の総人口の推計値は、国勢調査の推計値を用いています。

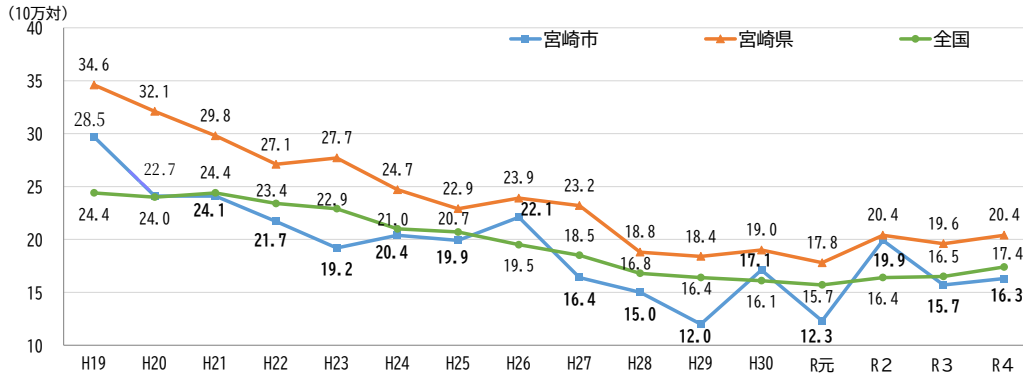
③ 評価指標

評価指標	現状値 （令和 4 年）	目標値 （令和 10 年）
悩みやストレスを感じた時に、「助けを求めたり、誰かに相談したい」と思う市民の割合【宮崎市こころの健康に関する住民意識調査】	46.2%	55%
市が実施しているゲートキーパー養成講座（市民等を対象にした研修）を知っている市民の割合【宮崎市こころの健康に関する住民意識調査】	6.1%	15%
1 年以内に本気で自殺を考えたことがある市民の割合【宮崎市こころの健康に関する住民意識調査】	3.0%	3.0%以下
自損行為による出動対応人数及び救急搬送の人数【消防局統計】	出動：235 人 搬送：165 人	出動：200 人 搬送：140 人

4 宮崎市における自殺の現状

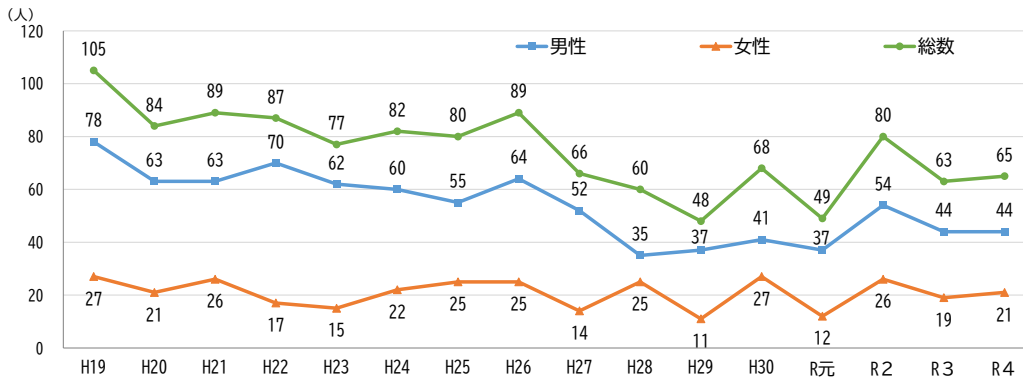
■全国、宮崎県、宮崎市の自殺死亡率の推移（平成19～令和4年） 資料：厚生労働省「人口動態統計」

本市の自殺者数は、増減があるものの令和元年までは減少傾向となっていました。令和2年には19.9と増加に転じ、令和4年も高止まりの傾向が続いています。



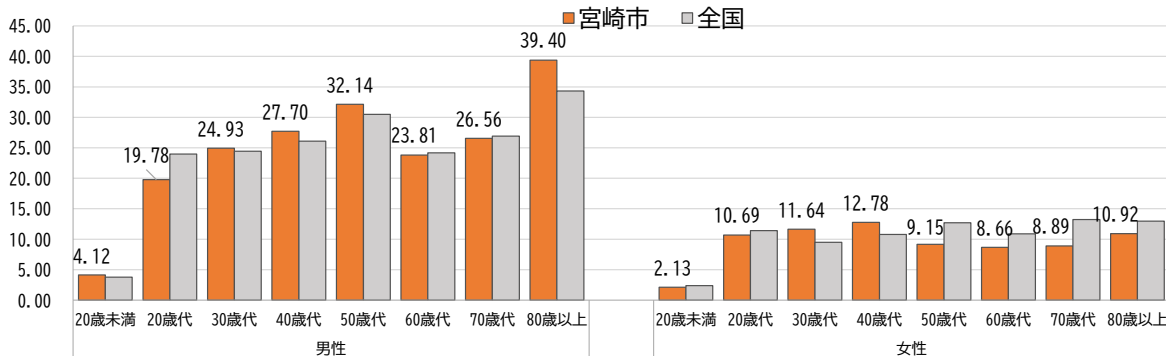
■宮崎市の自殺者数の推移（平成19～令和4年） 資料：厚生労働省「人口動態統計」

全ての年において女性より男性が多くなっています。女性は、ほぼ横ばいに推移しており、近年は男女の差が縮まってきています。



■宮崎市の性・年代別の平均自殺死亡率（10万対）（平成29～令和3年集計）

80歳以上の男性が39.4と最も高く、全国との差も大きくなっています。 資料：いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル2022年版」

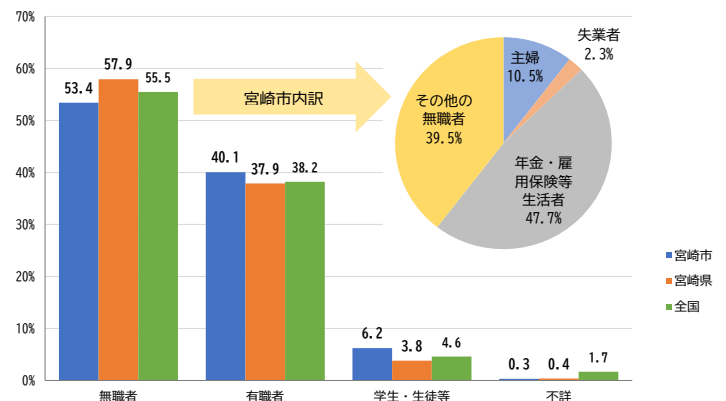


■全国、宮崎県、宮崎市の職業別自殺者数の割合（平成30～令和4年集計）

宮崎市の無職者の割合が53.4%と最も高くなっています。

その内訳をみると「年金・雇用保険等生活者」の割合が47.7%と多い状況です。

また、「有職者」、「学生・生徒等」の割合は、全国・宮崎県より高くなっています。



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」（発見日・発見地）

5 施策体系

基本理念

市民一人ひとりが“かけがえのない命”を大切にし
お互いを理解、尊重し支えあうまち「宮崎市」

基本施策

- (1) 地域におけるネットワークの強化
- (2) 自殺対策を支える人材の育成
- (3) 市民への啓発と周知
- (4) 自殺未遂者等への支援の充実（新規）
- (5) 自死遺族等への支援の充実（新規）

重点施策

- (1) 高齢者に対する取組の充実
- (2) 生活困窮者に対する取組の充実
- (3) 働く世代に対する取組の充実
- (4) 子ども・若者に対する取組の充実
- (5) 女性に対する取組の充実（新規）

「生きる支援」関連施策（一覧）※

※本市の事業において、自殺対策との関連が見込まれるものを幅広く、「生きる支援」関連施策と位置付け、全庁的な取組を推進していきます。

6 基本施策

(1) 地域におけるネットワークの強化

地域で構築されているネットワーク等と自殺対策の連携を図るとともに、医療、福祉、教育、労働など様々な領域において、自殺対策のネットワークの強化に取り組めます。

- 自殺対策の連携体制・基盤づくり
- 地域における見守り・居場所づくり
- 相談体制の充実と連携強化
- 関係機関の連携体制整備

(2) 自殺対策を支える人材の育成

自殺のサインに気づき、声をかけ、話を聴き、必要に応じて専門の相談機関につなぐ役割を担う「ゲートキーパー」を養成するなど、専門家や関係者のみならず、幅広く自殺対策を支える人材の育成を図ります。

- 地域住民・団体の知識向上
- 様々な分野でのゲートキーパー養成
- 各種専門相談員の資質向上
- 各分野における人材養成の支援

(3) 市民への啓発と周知

市民が自殺対策について理解を深め、一人で悩まずに相談する意識の醸成を図るため、自殺予防の啓発や相談先情報の周知に取り組めます。

- SNS や各種メディアを活用した情報発信
 - 研修・講座による自殺予防に関する知識の普及
 - 自殺予防週間、自殺対策強化月間、イベント
 - 各種相談窓口の周知
- における啓発の実施

(4) 自殺未遂者等への支援の充実

救急医療機関に搬送された自殺未遂者への複合的ケースマネジメントや医療機関と市等の連携による自殺未遂者支援の取組検証などを踏まえて、自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐための対策を強化します。また、自殺未遂者を支える家族や支援者等への支援を充実します。

- 医療機関における連携体制整備
- 地域と医療の連携推進
- 自殺未遂に関する研修の実施

(5) 自死遺族等への支援の充実

自殺により遺された人等に対する迅速な支援を行うとともに、必要な支援情報を得ることができるよう情報提供を推進するなど、支援を充実します。また、遺族の自助グループ等の地域における活動を支援します。

- 孤立しがちな自死遺族に対する情報の発信
- 遺族の自助グループ等の運営支援
- イベントや広報を通じた普及啓発及び相談
- 自死遺族及び関係者の支援

7 重点施策

(1) 高齢者に対する取組の充実

高齢者が孤立せず、生きがいをもって、住みなれた地域で生活できるよう、相談窓口の周知に努めるとともに、関係機関の連携を強化し、居場所づくりや社会参加などの地域づくりを推進します。

- 地域における相談体制の充実と情報等発信
- 身体機能の維持と生活習慣病等の重症化予防
- 地域における心の健康づくり推進体制の整備
- 介護者への支援の充実

(2) 生活困窮者に対する取組の充実

生活困窮者は、多様な問題を複合的に抱えていることが多く、経済的困窮に加えて地域からも孤立しがちであり、自殺のリスクが高いことが考えられるため、生きることの包括的支援を効果的に行います。

- 生活困窮者に対する自立支援
- 生活保護相談
- 多重債務の相談窓口の整備
- 失業者への支援

(3) 働く世代に対する取組の充実

働く世代は、心理的にも社会的にも、また経済的にも負担を抱えることが多く、こころの健康を損ないやすい状況にあります。精神・経済・社会的な視点での包括的な取組を推進します。

- 働く世代のメンタルヘルス対策の推進
- ワーク・ライフ・バランスの周知、体制整備
- 経営者に対する経営安定支援
- 心身の健康問題を抱えた方への支援

(4) 子ども・若者に対する取組の充実

置かれている状況や自殺に追い込まれている事情も異なっていることから、それぞれの集団の置かれている状況に沿った施策を実施します。

- 教職員及び保護者に対する研修・普及啓発等の実施
- 子ども・若者の自殺予防に資する教育・普及啓発等の実施
- 学校における心の健康づくり・相談体制の整備
- 学校、職場での事後対応の促進
- 診療体制の整備推進

(5) 女性に対する取組の充実

妊産婦への支援を始め、女性特有の視点も踏まえた取組を推進します。

- 妊娠や女性特有の性・健康に関する支援
- 妊娠期から育児期までの切れ目ない支援
- 困難な問題を抱える女性への支援
- 女性が働きやすい職場環境の整備



計画の本編は宮崎市公式ホームページに掲載しています。

宮崎市ホームページ

<https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/health/health/effort/369485.html>



▲こちらからも
アクセスできます