郡山市セーフコミュニティ推進協議会

自殺予防対策委員会

活　動　報　告

報告者　委員長　川上　一之

自殺予防対策委員会の構成

図1



自殺は「防ぐことができる社会問題」

個人の問題ではない

健康、経済、家庭、学校、職場などの様々な社会要因が重なって起こる

人間関係

進路の悩み

健康問題（からだ・こころ）

家族関係

介護

育児の悩み

学業不振

貧困

事業失敗

職場環境

いじめ

虐待

失恋

過労

負債

DV

いきづらさ

犯罪被害

自殺予防対策委員会の活動経過

市の自殺対策と委員会活動の連携

委員会活動

市の自殺対策を共有

データの共有

さらなる自殺予防のための対策の推進

市の自殺対策の取り組み

ゲートキーパー養成研修



リーフレット



自殺予防対策委員会活動

NEW

自殺予防パネル展



中学生向けワークブックの作成



自殺予防街頭キャンペーン

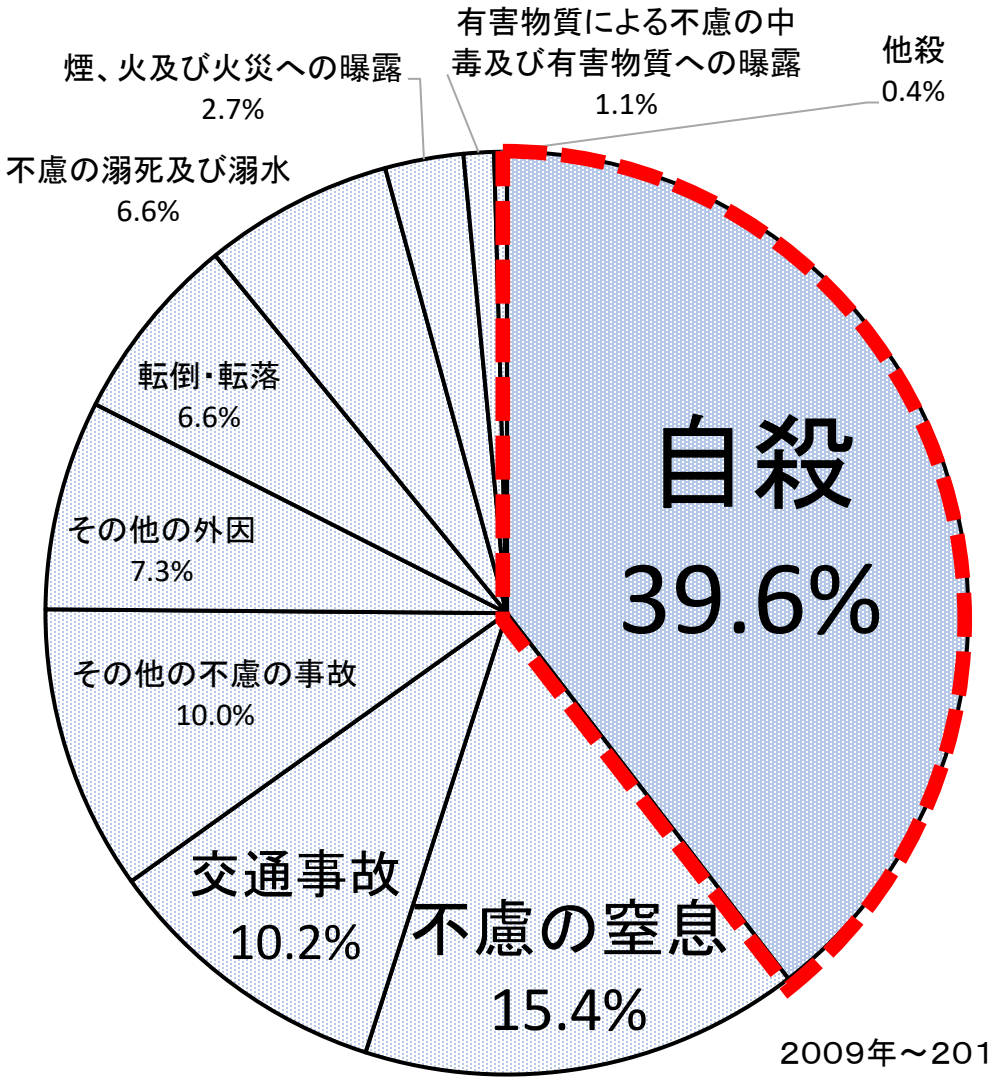


【1】これまでの経緯

自殺予防対策委員会設置の背景　1

郡山市の2009～2014年までの外的要因の死因割合(n=1,130)

図2



自殺がおよそ4割を占める！

2009年～2014年　人口動態統計（死因帳票）」より郡山市が作成

自殺予防対策委員会設置の背景　２

郡山市の外的要因による年齢層別死因順位

図３

年齢層	1位		2位		3位	
0－9歳	窒息	3人	交通事故・溺死・溺水	2人	転倒・転落・煙・火・火災	1人
10－19歳	自殺	8人	交通			
20－29歳	自殺	64人	交通			
30－39歳	自殺	62人	交通			
40－49歳	自殺	72人	交通			
50－59歳	自殺	95人	交通事故	16人	溺死・溺水	9人
60－69歳	自殺	68人	交通事故	17人	窒息	16人
70－79歳	自殺	43人	窒息	33人	交通事故	29人
80－89歳	窒息	71人	自殺	31人	溺死・溺水	30人
90歳以上	窒息	37人	転倒・転落	18人	溺死・溺水	6人
全体	自殺	447人	窒息	174人	交通事故	115人

10代～70代において自殺が1位！！

交通事故による死者のおよそ3．9倍

2009年～2014年　人口動態統計（死因帳票）」より郡山市が作成

自殺予防対策委員会設置以降のデータより（前回認証時）

図4

郡山市の外的要因による年齢層別死因順（2016～2020）累計

若い世代で自殺者数が減らない

広い年代層で自殺は疾病以外の死因の第１位

60歳以上の高齢者の自殺者数も多い状況

年齢層	1位		2位		3位	
10−19歳	自殺	5人	交通事故	3人	溺死・溺水	1人
20−29歳	自殺	27人	交通事故	7人	転倒・転落	2人
30−39歳	自殺	42人	交通事故	3人	溺死・溺水 窒息 火災 中毒	1人
40−49歳	自殺	40人	交通事故	7人	窒息 転倒・転落	3人
50−59歳	自殺	43人	交通事故	10人	転倒・転落 火災	5人
60−69歳	自殺	37人	溺死・溺水	13人	交通事故 窒息	12人
70−79歳	自殺	37人	窒息	21人	転倒・転落	20人
80−89歳	窒息	48人	転倒・転落	42人	溺死・溺水	28人
90歳以上	窒息	33人	転倒・転落	28人	溺死・溺水	8人
全年齢	自殺	263人	窒息	122人	転倒・転落	109人

前回調査の41%減

自殺で亡くなる方は交通事故（64人）の約4倍

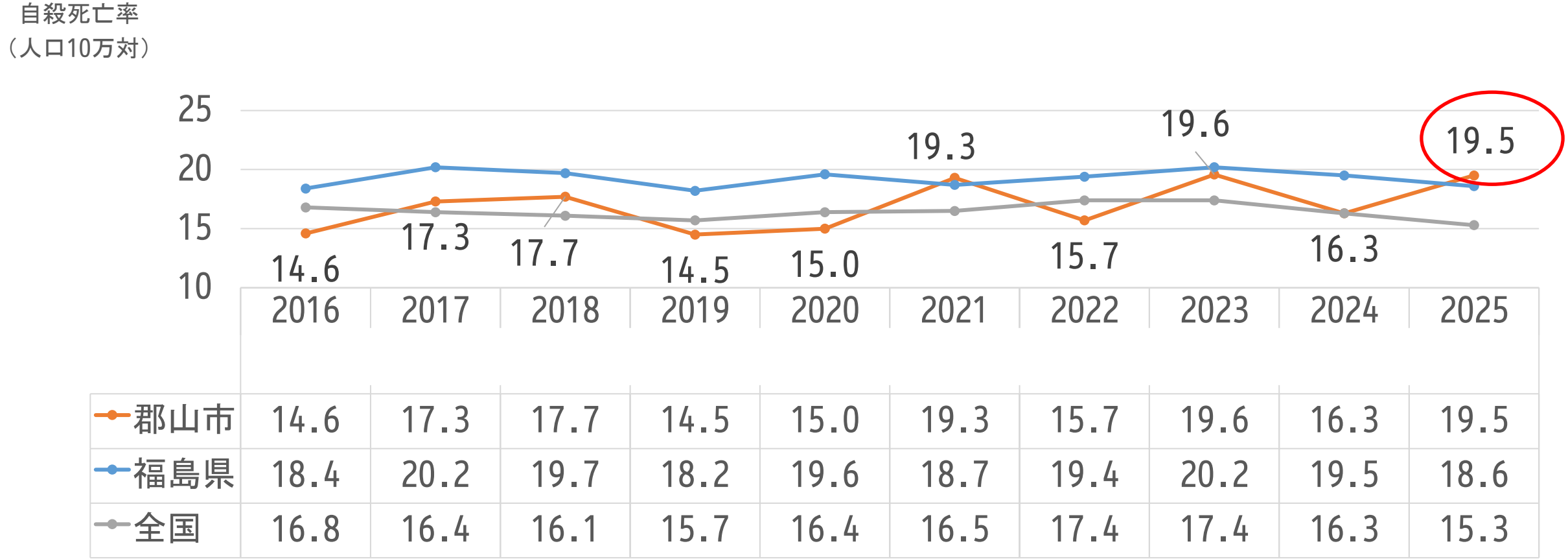
出典：人口動態統計（厚生労働省：2016年～2020年）より郡山市が作成

【2】郡山市の特徴

データ（統計）から見た課題の抽出①

図5

郡山市・福島県・全国の過去10年間の自殺死亡率の推移



	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
郡山市	14.6	17.3	17.7	14.5	15.0	19.3	15.7	19.6	16.3	19.5
福島県	18.4	20.2	19.7	18.2	19.6	18.7	19.4	20.2	19.5	18.6
全国	16.8	16.4	16.1	15.7	16.4	16.5	17.4	17.4	16.3	15.3

令和7年の郡山市の自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）は、全国と県をともに上回っている

出典：人口動態統計(厚生労働省：2016年～2024年)より郡山市が作成
2025年　厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」を基に郡山市が作成

データ(統計)から見た課題の抽出②

郡山市の自殺者数の過去10年間の推移

図6



- 自殺者数は増減を繰り返している。
  男性の自殺者数は、女性の自殺者数を上回る状況が続いている。

出典：人口動態統計(厚生労働省：2016年～2024年)より郡山市が作成　2025年　厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」を基に郡山市が作成

データ（統計）から見た課題の抽出③

図7

郡山市の外的要因による年齢層別死因順（2020～2024）累計

若い世代で自殺者数が減らない

広い年代層で自殺は疾病以外の死因の第１位

60歳以上の高齢者の自殺者数も多い状況

年齢層	1位		2位		3位	
10代	自殺	14人	交通事故	3人		
20代	自殺	35人	交通事故	4人	窒息	3人
30代	自殺	31人	交通事故	3人	中毒	2人
40代	自殺	53人	交通事故	4人	転倒・転落 窒息	3人
50代	自殺	48人	転倒・転落	6人	窒息	5人
60代	自殺	35人	溺死・溺水	11人	交通事故 転倒・転落	8人
70代	自殺	35人	溺死・溺水	23人	窒息	21人
80代	転倒・転落	47人	溺死・溺水	45人	窒息	41人
90代以上	転倒・転落	54人	窒息	28人	溺死・溺水	6人
全年齢	自殺	278人	転倒・転落	137人	窒息	110人

自殺で亡くなる方は交通事故（53人）の約５倍

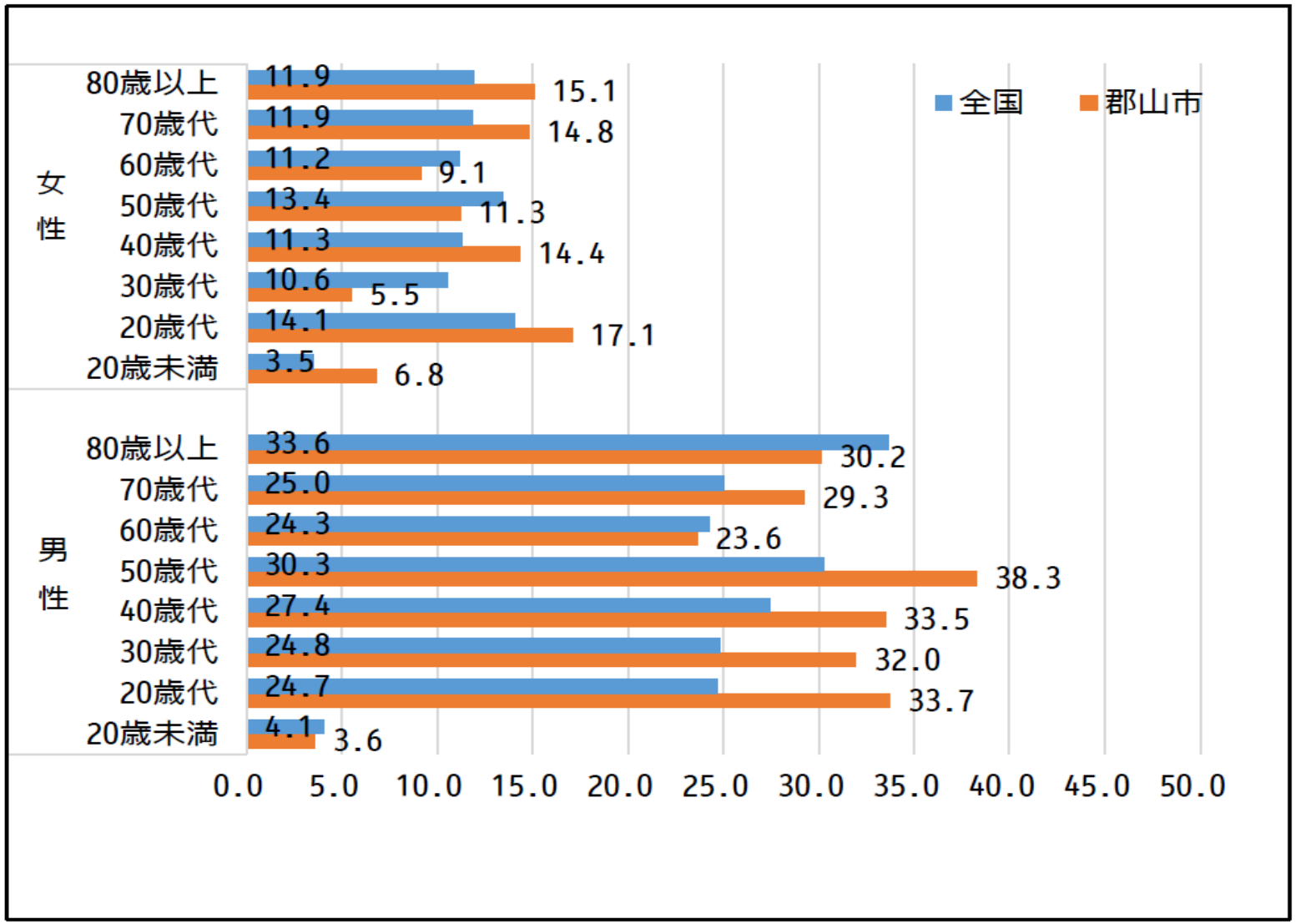
出典：人口動態統計（厚生労働省：2020年～2024年）より郡山市が作成

データ（統計）から見た課題の抽出④

課題１

図8

自殺者の性・年代別自殺死亡率（人口10万対）



- 20歳未満を除くすべての年代で女性に比べて男性の方が、自殺死亡率が高い。
- 郡山市の男性の自殺死亡率は、20歳未満・60歳代・80歳以上を除く大半の年代で全国を上回っている。
- 本市の女性についても、30歳代・50歳代・60歳代を除く年代で、全国より高い水準にある。
- 男性では50歳代が最も高く、次いで20歳代、40歳代、30歳代の順となっている。

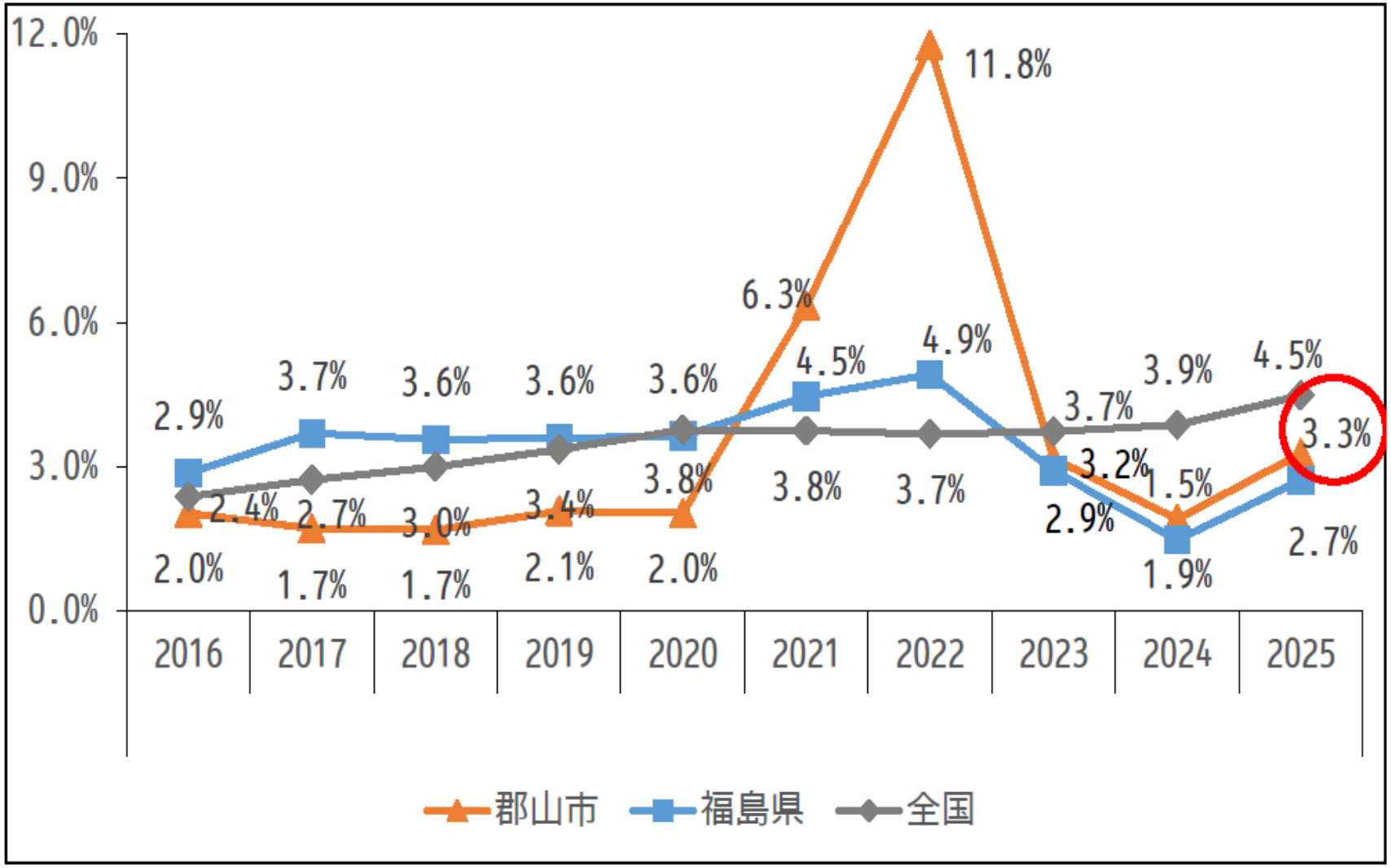
出典：いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル 2023～2025」を基に郡山市作成

データ（統計）から見た課題の抽出⑤

課題２

図9

自殺者数における若年者（20歳未満）の割合の推移



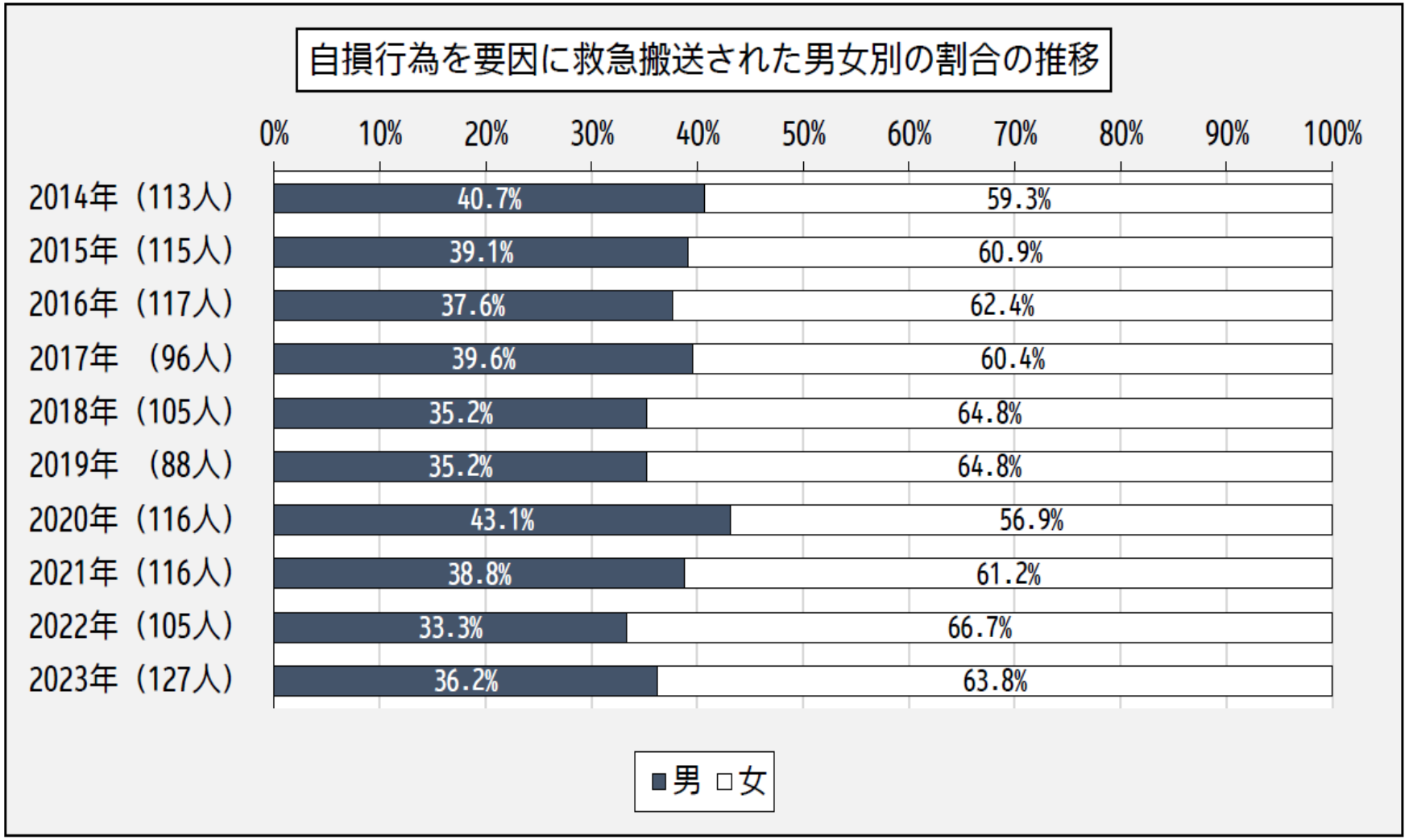
・郡山市の自殺者数における若年者の割合は令和４（2022）年にピークを迎えた後は減少に転じ、令和５（2023）年以降は全国を下回っていましたが、令和7（2025）年は国・県と同様に、対前年比で増加している。

出典：人口動態統計（厚生労働省：2016年～2024年）より郡山市が作成　2025年　厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」を基に郡山市が作成

データ（地域診断）から見た課題の抽出①

図10

自損行為を要因に救急搬送された男女別の割合の推移（郡山市）



（備考） 「救急搬送データ（詳細版）」（郡山地方広域消防組合）を加工して作成

課題３

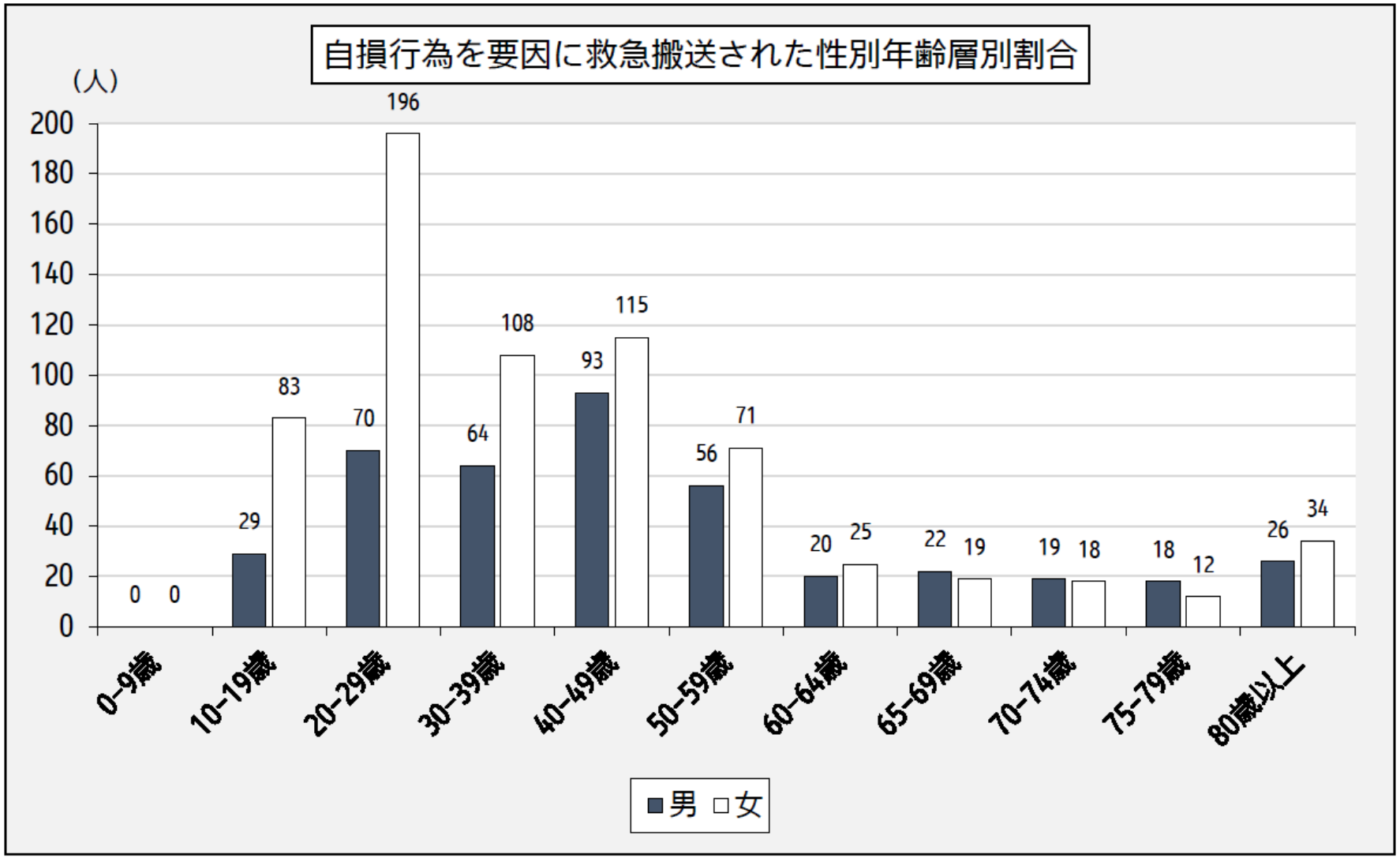
・いずれの年においても、女性の割合が高い。

令和6(2024)年度 郡山市セーフコミュニティ地域診断より

データ（地域診断）から見た課題の抽出②

図11

自損行為を要因に救急搬送された性別年齢層別割合（郡山市）（2014～2023年累計）



（備考）　「救急搬送データ（詳細版）」（郡山地方広域消防組合）を加工して作成

課題３

・女性は「20-29歳」が一番多く、次いで「40-49歳」、「30-39歳」となっており、20代の女性の自損行為が多い。

・男性は、「40-49歳」が最も多く、次いで「20-29歳」、「30-39歳」となっており、働き世代の自損行為が多いことがわかる。

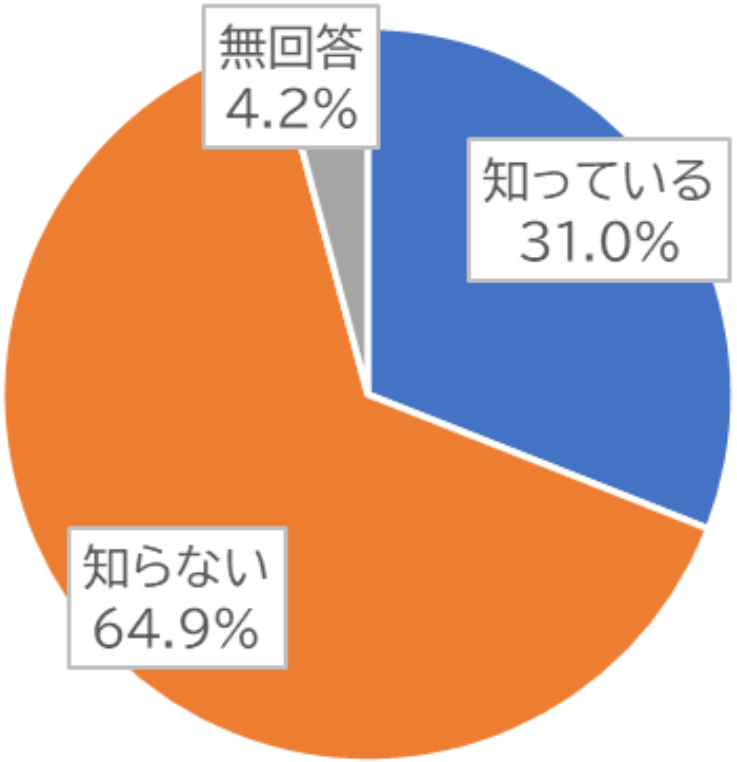
令和6(2024)年度　郡山市セーフコミュニティ地域診断より

データ（地域診断）から見た課題の抽出③

図12

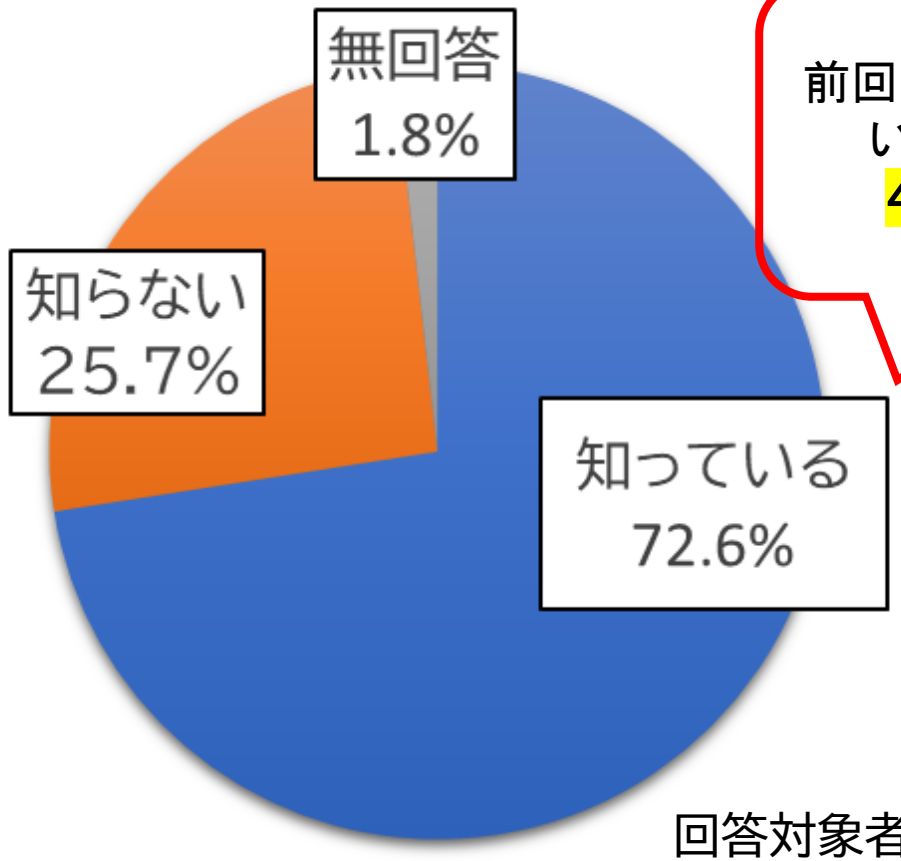
自殺に関する相談窓口の認知状況

２０１６年度
郡山市セーフコミュニティ地域診断



回答対象者数 2,197人

２０２４年度
郡山市セーフコミュニティ地域診断



前回（2016年）より、「知っている」と回答した方が
41．6ポイント上昇

回答対象者数 1,648人

【3】データを踏まえた活動指標・成果指標の検討

図13

重点課題の変更

（2020～）	現在（2025～）
①働き盛りの男性の自殺が多い	①働き盛りの男性の自殺が多い
②若者の自殺が減らない	②若者の自殺が減らない
③相談窓口が知られていない	③女性の自殺が減らない

- 活動指標・成果指標を取り組みやすく、分かりやすいシンプルなものに変更。

課題を踏まえた活動指標・成果指標の検討

図14

課題	活動指標	短期成果指標	中期成果指標	長期成果指標
①働き盛りの男性の自殺が多い	ゲートキーパー養成研修の開催回数 街頭キャンペーンの実施回数 パネル展の開催回数	市民意識調査でゲートキーパーを知っていると回答した人の割合 啓発物配布数 アンケート回答者数	自損行為で救急搬送された男性の人数（救急搬送データ） 市民意識調査で悩みや困り事について、相談できる人がいると回答した人の割合	40歳代から50歳代の男性の自殺による死亡者数（人口動態統計）
②若者の自殺が減らない	若年者向けゲートキーパー養成研修の開催回数 若年者に関わる支援者向け研修等の開催回数	市民意識調査でゲートキーパーを知っていると回答した人の割合 若年者に関わる支援者向け研修等の参加者数	自損行為で救急搬送された20歳未満の人数（救急搬送データ）	20代までの自殺による死亡者数（人口動態統計）
③女性の自殺が減らない	自殺未遂支援者研修の開催回数	自殺未遂者研修の参加者数	自損行為で救急搬送された女性の人数（救急搬送データ）	女性の自殺による死亡者数（人口動態統計）

課題・解決方法・具体的な取り組みの整理

図15

解決すべき課題	働き盛りの男性の自殺が多い	若者の自殺が減らない	女性の自殺が減らない
解決のために必要なこと	○勤労者の男性の変化に気づける人を増やす	○若年層へのメンタルヘルスと自殺予防の啓発	○自殺の現状と相談窓口の更なる周知
取り組み	≪①自殺への気づきの促進≫	≪②若者への積極的な啓発≫	≪③周知啓発の工夫≫
	・ゲートキーパー養成研修 ・職域におけるメンタルヘルス対策の実施	・大学における自殺予防パネル展（常設） ・若年者向けゲートキーパー養成研修 ・若年層の支援者向け自殺予防講演会 ・中学生向けワークブックの作成	・自殺予防パネル展 ・街頭キャンペーン ・市民モニターでの放映 ・デジタルサイネージの利用 ・リーフレットの作成 ・自殺未遂者支援に関する研修会

図16

- ゲートキーパー養成研修及び自殺予防講演会の開催実績

	ゲートキーパー養成研修	開催回数	自殺予防講演会	開催回数
2017	新たにフォローアップ研修を開催	6回	LGBTや発達障害の理解、医療機関との連携　など	5回
2018	新たに小中学校の養護教諭向けに開催	6回	未遂者支援、うつ病、ストレスケア対策　など	4回
2019	新たに高校生向けに開催	5回	依存症と自殺支援、子供のSOSの出し方研修　など	4回
2020	高校、専門学校、大学の学生向けに開催	5回	コロナ禍での自殺対策、若年者の支援者向けに開催	2回
2021	学生向けの他、町内会など地域住民向けに開催	10回	若年者の支援者向けに開催	1回

図17

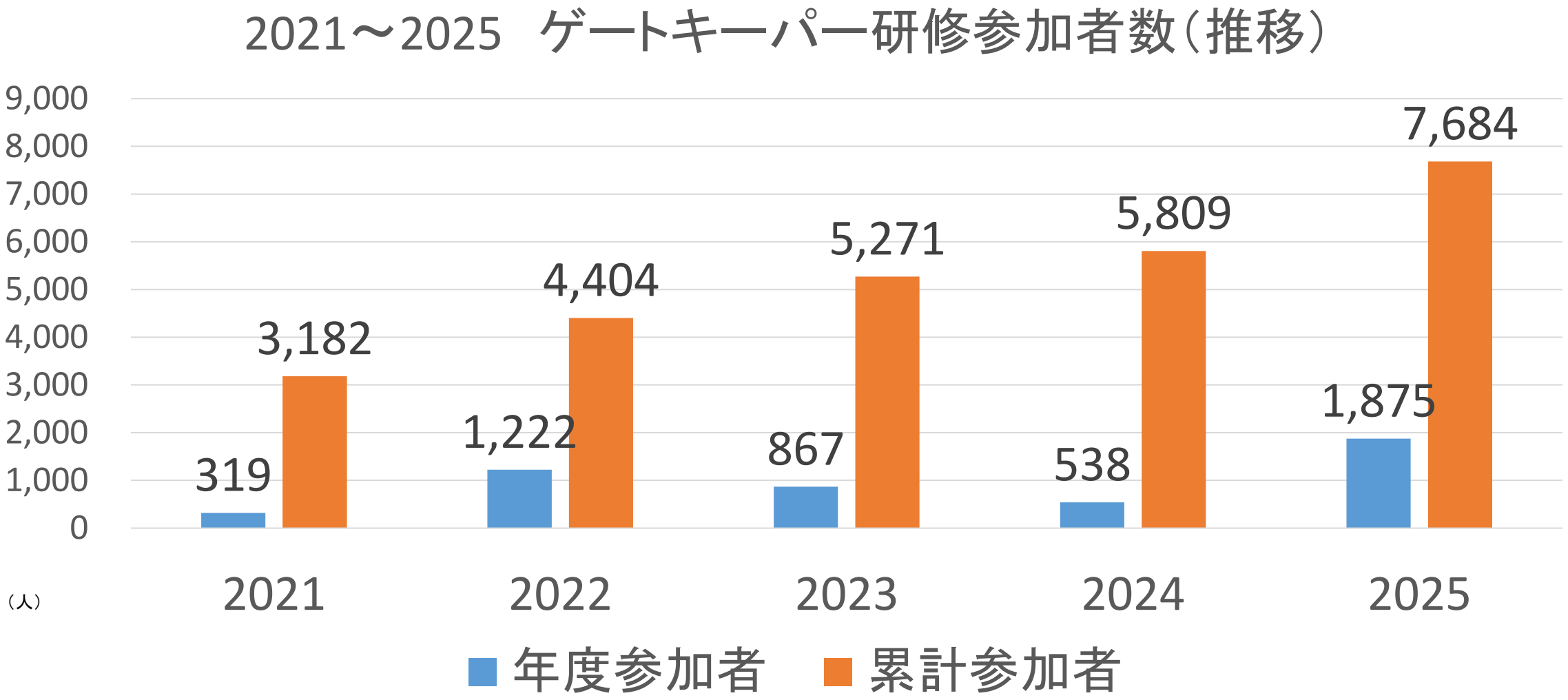
市の取組① 気づきの促進～周囲の人が気づき、支援するために～

- ゲートキーパー養成研修及び自殺予防講演会の開催実績

	ゲートキーパー養成研修	開催回数	自殺予防講演会	開催回数
2022	高校、大学、企業向けに開催	8回	子ども若者、女性への自殺予防対策　など	2回
2023	高校、専門学校、大学、企業、民生委員向けに開催	15回	未遂者支援、 うつ病とメンタルヘルス　など	3回
2024	新たに母子保健にかかわる支援者向けに開催	12回	自殺未遂者支援ネットワークの作り方　など	3回
2025	若年層（小、中学校を含めて）や企業向けに開催	16回	若年者、未遂者支援 職場におけるメンタルヘルスなど	4回

市の取組① 気づきの促進～周囲の人が気づき、支援するために～

図18



- 2021年からの計5年間で累計4,821人がゲートキーパー養成研修を受講している
- ゲートキーパー養成研修の受講者は増加している

市の取組② **気づきの促進～周囲の人が気づき、支援するために～**

新たな取り組み

労災保険実務講習会での講演

【目的】
・メンタルヘルスに関する正しい知識やストレスへの対処能力を身に付け、メンタルヘルスに関するリテラシーの向上を自殺予防につなげる
【開催実績】
・２０２５年　　１回　　参加者５６名



労働基準協会　会報紙への記事掲載

【目的】
・９月の福島県自殺対策強化月間、９月10日～16日の国の自殺予防週間に合わせ、メンタルヘルスに関する情報提供を行い自殺予防につなげる
【実績】
・２０２６年　盛夏号（８月２５日発行）へ掲載



あなたのこころの声、聞こえていますか？
～働くあなたのメンタルヘルスを守るために～

メンタルヘルスって何？
毎日の仕事や生活の中で、心が疲れたり、落ち込みやすくなったりすることは誰にでもあります。それが長く続くと、体調をくずしたり仕事に支障が出たりすることも。だからこそ、自分の心の調子を見つめて、早めにケアすることが大切です。

ここでチェック！
○厚生労働省『こころの耳　働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト』
５分でできる職場のストレスセルフチェック
簡単な質問であなたの職場におけるストレスレベルを測定します。

９月は自殺対策強化月間です
都山市では、自殺は広い年代層で疾病以外の**死因の第1位**となっており、**30-50歳代の働き盛りの男性**が多くなっています。
９月は「自殺対策強化月間」として、心の健康を大切にし、困ったときに早めに相談できる社会づくりを推進する期間です。
私たち一人ひとりが周囲の人の変化に気づき、支え合うことが自殺予防につながります。企業や職場でもメンタルヘルスの理解を深め、安心して働ける環境づくりを進めていきましょう。

ひとりで抱えず相談しましょう
こころの不調を感じていたら、ひとりで悩まず、迷わず専門機関へ相談しましょう。信頼できる人や専門家に話すことで解決策が見つかることもあります。

☎相談窓口
■ 郡山市保健所　保健・感染症課　　024－924－2163
　精神保健福祉士（電話相談）　　024－924－5560
　（毎週水曜日／祝日を除く／9:00～12:00）
■ 福島いのちの電話（10:00～22:00）　024－536－4343
■ ライフリンク「生きづらびっと」（LINE）　@yorisoi-chat

〈オンライン相談〉
オンライン相談のココロボ　KOKOROBO

【ご案内】郡山市 市政きらめき出前講座「正しく知ろう！メンタルヘルス講座」
メンタルヘルスについて正しく理解し、大切な人の変化に気づく力を身につけませんか？
この講座では、メンタルヘルスとセルフケア、ゲートキーパーについてわかりやすく解説します。
講座の申込み・情報はこちら →
【問合先：郡山市保健所　保健・感染症課　TEL　024-924-2163】

市の取組③ 周知啓発の工夫～理解と関心を高めるために～

新たな取り組み

自殺未遂者支援研修会の開催

未遂者と関わる機会の多い支援者へ、日々の業務のなかで「自殺予防」の視点をもって対応できることを目的に企画・開催

	開催実績	参加人数
2023年	医療･福祉･教育･保健従事者、消防救急、警察関係者、市職員等を対象に開催	72人
2024年	講演会と実践報告（医療、消防、行政）の2部構成で実施	43人
2025年	自殺未遂者を支援するネットワーク形成、体制整備に携わっている講師を招聘し、より実践的な対応力を高める	42人





市の取組④ 若者への積極的な啓発

若年者に関わる支援向け研修会の開催

若年者と関わる支援者へ、日々の業務のなかで「自殺予防」の視点をもって対応できることを目的に企画・開催



	開催内容（テーマ）	参加人数
2021年	※コロナ禍のためWeb研修で開催	72人
2022年	思春期・青年期の特性を踏まえた自殺予防	34人
2023年	コロナ禍を経て考える自殺対策	52人
2024年	生きづらさを抱えた子ども・若者へのサポート	36人
2025年	若年者の自殺リスクと支援のポイント	28人

市の取組⑤ 若者への積極的な啓発

若年層向けゲートキーパー養成研修「こころの健康教室」

- 若年者への積極的な啓発として企画・開催

	開催実績	人数
2022年	高校3校、大学2校の5校で開催	1092人
2023年	高校3校、専門学校1校、大学1校の5校で開催	584人
2024年	高校1校、専門学校2校、大学1校の4校で開催	320人
2025年	小学校2校、中学校1校、高校5校、専門学校2校の10校で開催	1731人





市の取組⑥　周知啓発の工夫～理解と関心を高めるために～

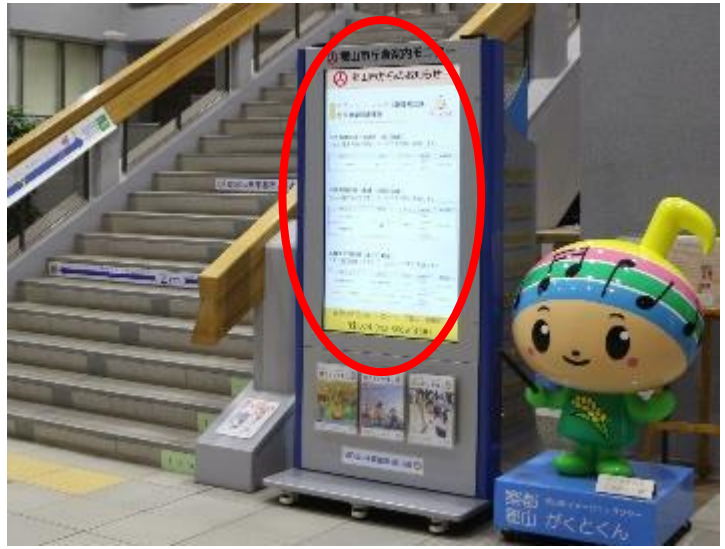
デジタルサイネージ（電子看板）の活用



郡山駅







サイズ・画数	７０インチ×８面
時間・枠数	30秒×２枠まで（１回あたり）
稼働時間	５：00～24：00
郡山駅乗降者数	16,876人/１日

放映実績

2020年度より開始。2025年度は9/8～9/14、2026年度は9/14～9/20

【4】自殺予防対策委員会の取組①

若者への積極的な啓発

新たな取り組み

中学生向けワークブックの作成

- 若年者への積極的な啓発として企画・作成

令和７（2025）年３月　発行

挿　　絵／日本大学工学部　美術部、日本大学芸術学部

発行協力／国際ロータリー第2530地区
郡山北ロータリークラブ

発 行 者／郡山市セーフコミュニティ推進協議会
自殺予防対策委員会

編　　集／郡山市　保健福祉部　保健所　保健・感染症課

自殺予防対策委員が協力



【4】自殺予防対策委員会の取組②

周知啓発の工夫～理解と関心を高めるために～

パネル展示・リーフレット作成





セーフコミュニティの周知

若者への積極的な啓発







大学での常設展示
レイアウト変更

「自殺」と大きく出さずに、メンタルヘルスを強調し展示に工夫

ショッピングモールなどの集客の多い会場での開催

QRコードの掲載

【4】自殺予防対策委員会の取組③

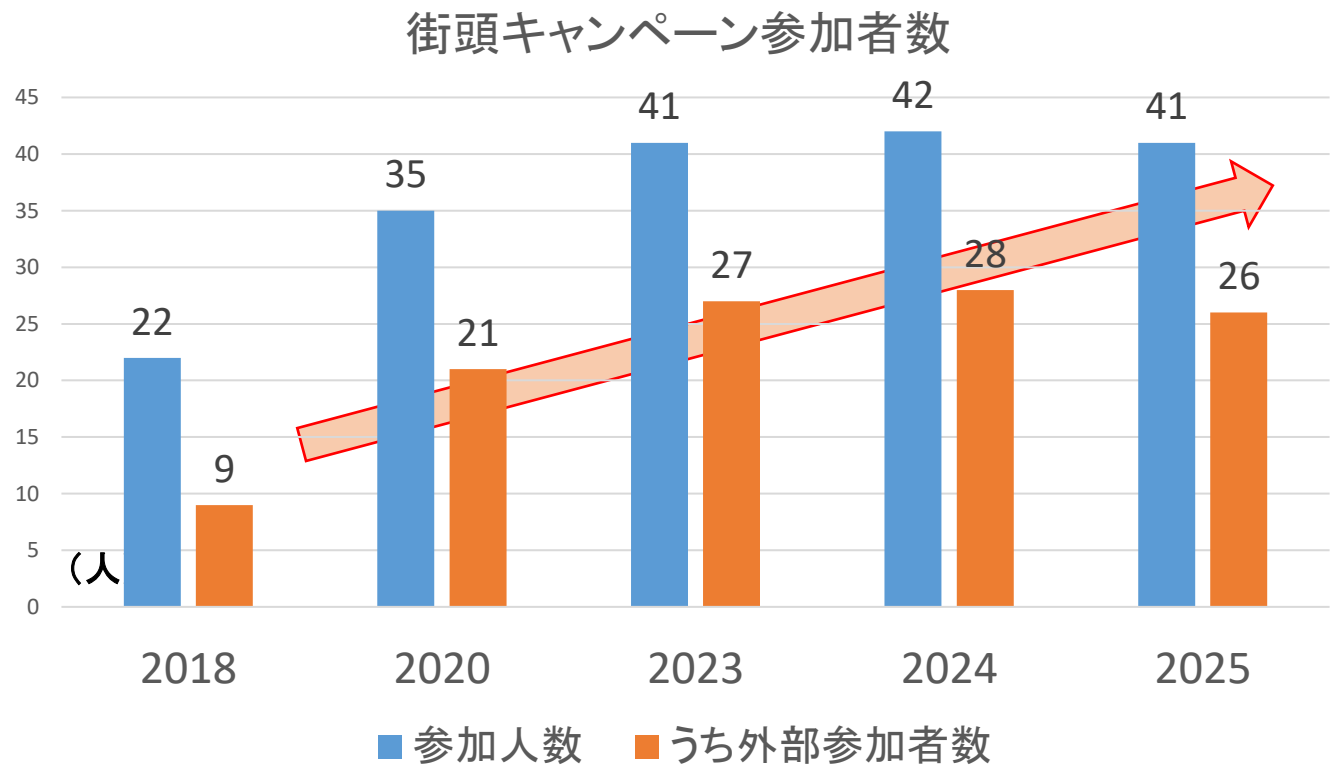
周知啓発の工夫～理解と関心を高めるために～

街頭活動

自殺予防の街頭キャンペーンの実施～郡山駅前にて～

参加協力者の広がり





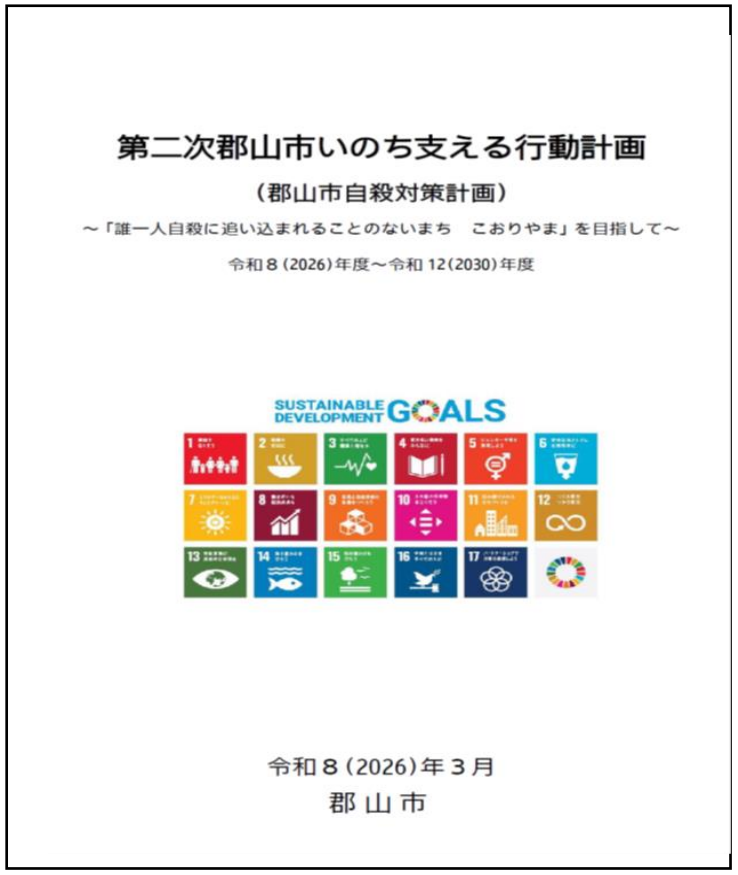
2017年から開始。自殺予防対策委員会と理容協会が協働して活動している。
2020年からは企業も加わり配布している。

【4】自殺予防対策委員会の取組④

～市民への理解・関心を高めるために～

行動計画の評価・見直し

郡山市いのち支える行動計画



第二次郡山市いのち支える行動計画

（郡山市自殺対策計画）

～「誰一人自殺に追い込まれることのないまち　こおりやま」を目指して～

令和８(2026)年度～令和12(2030)年度

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

令和８(2026)年３月

郡 山 市



「郡山市いのち支える行動計画」令和７(2025)年度評価報告について

～「ウェルビーイング」の実現を目指して ～

2026.9.9
保健福祉部 保健所 保健・感染症課

1.「郡山市いのち支える行動計画」年度評価の必要性

「郡山市自殺対策基本条例」第21条の規定に基づき、令和７(2025)年度における「自殺の現状」及び「各種施策の実施状況」について報告

【郡山市自殺対策基本条例：第21条】
市は、毎年、自殺対策に関する計画について評価を行い、市における自殺の概要及び施策の実施状況を議会に報告するとともに、市民に公表するものとする。

2. 計画の現状（計画期間：令和元年(2019)年度から令和７(2025)年度までの７年間）

※ 第二次郡山市いのち支える行動計画(郡山市自殺対策計画) 期間：令和8(2026)年度～令和12(2030)年度

基本理念　誰一人自殺に追い込まれることのないまち　こおりやま

国の方針に基づき、平成27(2015)年の本市自殺死亡率19.1を令和７(2025)年までに30%以上減少させる。

	平成27年(2015年)	令和７年(2025年)	令和７年(2025年)
自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）	19.1	暫定値 19.5	目標値 13.4

出典：人口動態統計(2015～2024：厚生労働省)、地域における自殺の基礎資料(2025：厚生労働省)

3. 郡山市の自殺の現状

（１）自殺者数・男女別自殺者数の推移

自殺者の総数は、令和3(2021)年に増加に転じ、その後は増減を繰り返している。男性の自殺者数が女性の自殺者数を上回っている状態が続いている。

（２）自殺者数における若年者（20歳未満）の割合の推移

令和3(2021)年から増加し令和４(2022)年にピークを迎えて減少に転じたが、令和7(2025)年に再び増加に転じた。

（３）本市の自殺の特徴（上位５区分）

自殺者数	プロファイル2024（2019～2023年）	プロファイル2025（2020～2024年）
1位	男性60歳以上 無職同居	男性60歳以上 無職同居
2位	男性40～59歳 有職同居	男性40～59歳 有職同居
3位	女性60歳以上 無職同居	女性60歳以上 無職同居
4位	男性20～39歳 有職同居	男性20～39歳 有職同居
5位	男性60歳以上 無職独居	男性60歳以上 無職独居

4.令和７(2025)年度の主な自殺対策事業

- こころの健康相談（医師・臨床心理士・精神保健福祉士・保健師）
- 市民・支援者向け自殺予防講演会
- SOSの出し方・受け取り方教室
- ゲートキーパー養成研修
- 自殺予防普及啓発事業（街頭キャンペーン・パネル展）

▲ 自殺予防パネル展　▲ ゲートキーパー養成研修会

5. 令和７(2025)年度評価

（１）定量的評価

定量的に評価可能な指標14項目について目標値（令和７(2025)年度）に対する達成度(達成割合(%))を５段階で評価

S 100%以上　A 100%未満～90%　B 90%未満～80%　C 80%未満～50%　D 50%未満

➡ 目標値を90%以上達成した指標(判定が「S」又は「A」)は、全体の約57%（14項目中8項目）

評価の内訳（指標の数：全27項目※1）

判定	項目数	目標項目（評価指標）
S	6	セーフコミュニティの認知度、ゲートキーパー養成研修参加者数　など
A	2	新規高等学校卒業就職者の県内企業への就職率、認知症SOS見守りネットワーク連絡会参加団体数
B	1	計14項目 介護サービス提供事業所数
C	3	通いの場の登録者数、自殺未遂者支援研修の参加人数　など
D	2	自立相談支援事業における相談者のプラン作成件数、音楽・文化イベント参加者数※2

※1 全27項目中13項目は評価対象外(目標値の設定無し等の理由により評価できず)、※2 集計方法の見直し・変更の経過あり

（２）定性的評価　※令和6(2024)年度評価から実施

基本施策・重点施策を「各事業の実施状況」及び「実施状況に関する担当課評価」により５段階で評価

➡ 達成状況をレーダーチャートで示し、取組みを強化すべき施策を明確化

基本施策３「市民への啓発と周知」について、各所属が実施する自殺対策関連事業との連携を強化し、効果的な周知啓発体制の充実を図る必要がある

重点施策１「勤務・経営問題に関する自殺対策の推進」について、官民連携により、職場におけるメンタルヘルス対策の推進をはじめとする取組の強化を図る必要がある

6.今後の課題

令和７(2025)年度の評価を踏まえ、今後、重点的に取組むべき課題について、以下の４点に整理

【課題１】市民への啓発・周知の推進
- ◆ 市民一人ひとりが自殺対策の担い手となるよう「気づき」と「見守り」を促す取組の強化

【課題２】勤務・経営問題への対策強化
- ◆ 庁内をはじめ、地域の企業等関連する機関との連携
- ◆ 職域でのゲートキーパー養成研修の開催等の検討

【課題３】子ども・若者への自殺対策の推進
- ◆ 庁内をはじめ地域の関係機関と連携した若年層への自殺対策の充実・強化
- ◆ SOSの出し方や、精神疾患への正しい理解・適切な対応等に関する教育・普及啓発の推進

【課題４】ライフステージに応じた女性支援の充実
- ◆ あらゆる世代の女性に対する自殺対策の強化

オール郡山で自殺対策に取り組む

2-1

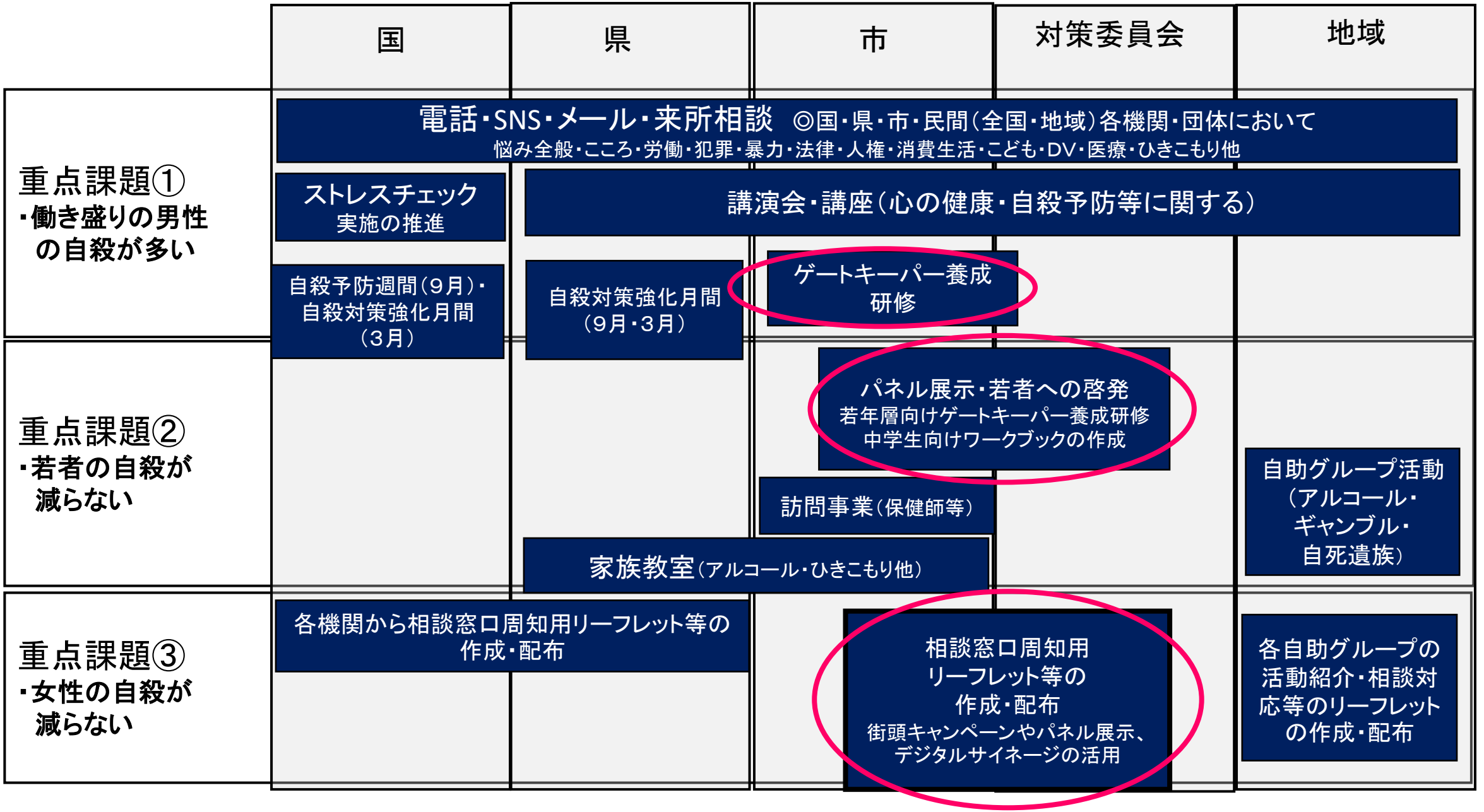
委員会の中で、行動計画及び取り組みを共有し、評価、見直しの意見として反映させる

【5】まとめ

長期成果指標

	長期成果指標	2021年	2022年	2023年	2024年	2025年
①働き盛りの男性の自殺が多い	40歳代から50歳代の男性の自殺による死亡者数（人口動態統計）	28人	15人	19人	16人	―
②若者の自殺が減らない	20代までの自殺による死亡者数（人口動態統計）	10人	12人	13人	8人	―
③女性の自殺が減らない	女性の自殺による死亡者数（人口動態統計）	20人	15人	20人	15人	―

現在の自殺対策の取組


国
県
市
対策委員会
地域
重点課題①
・働き盛りの男性の自殺が多い
重点課題②
・若者の自殺が減らない
重点課題③
・女性の自殺が減らない
電話・SNS・メール・来所相談 ◎国・県・市・民間（全国・地域）各機関・団体において
悩み全般・こころ・労働・犯罪・暴力・法律・人権・消費生活・こども・DV・医療・ひきこもり他
ストレスチェック実施の推進
講演会・講座（心の健康・自殺予防等に関する）
自殺予防週間（9月）・自殺対策強化月間（3月）
自殺対策強化月間（9月・3月）
ゲートキーパー養成研修
パネル展示・若者への啓発
若年層向けゲートキーパー養成研修
中学生向けワークブックの作成
自助グループ活動（アルコール・ギャンブル・自死遺族）
訪問事業（保健師等）
家族教室（アルコール・ひきこもり他）
各機関から相談窓口周知用リーフレット等の作成・配布
相談窓口周知用リーフレット等の作成・配布
街頭キャンペーンやパネル展示、デジタルサイネージの活用
各自助グループの活動紹介・相談対応等のリーフレットの作成・配布

気づきと変化～委員の声より～

・若者の自殺対策として、中学生に自殺やうつ病の啓発を行い、周りが気付いてあげられるようにすることが必要ではないか

・男性が気軽に相談できる場がない

・相談に繋がるまでのハードルが高い、そこを低くするような普及啓発が必要ではないか

・企業には健康経営が利益になることを経営者にアプローチすることもよいと思う

・学校以外で相談できる場と居場所を作ることが必要ではないか

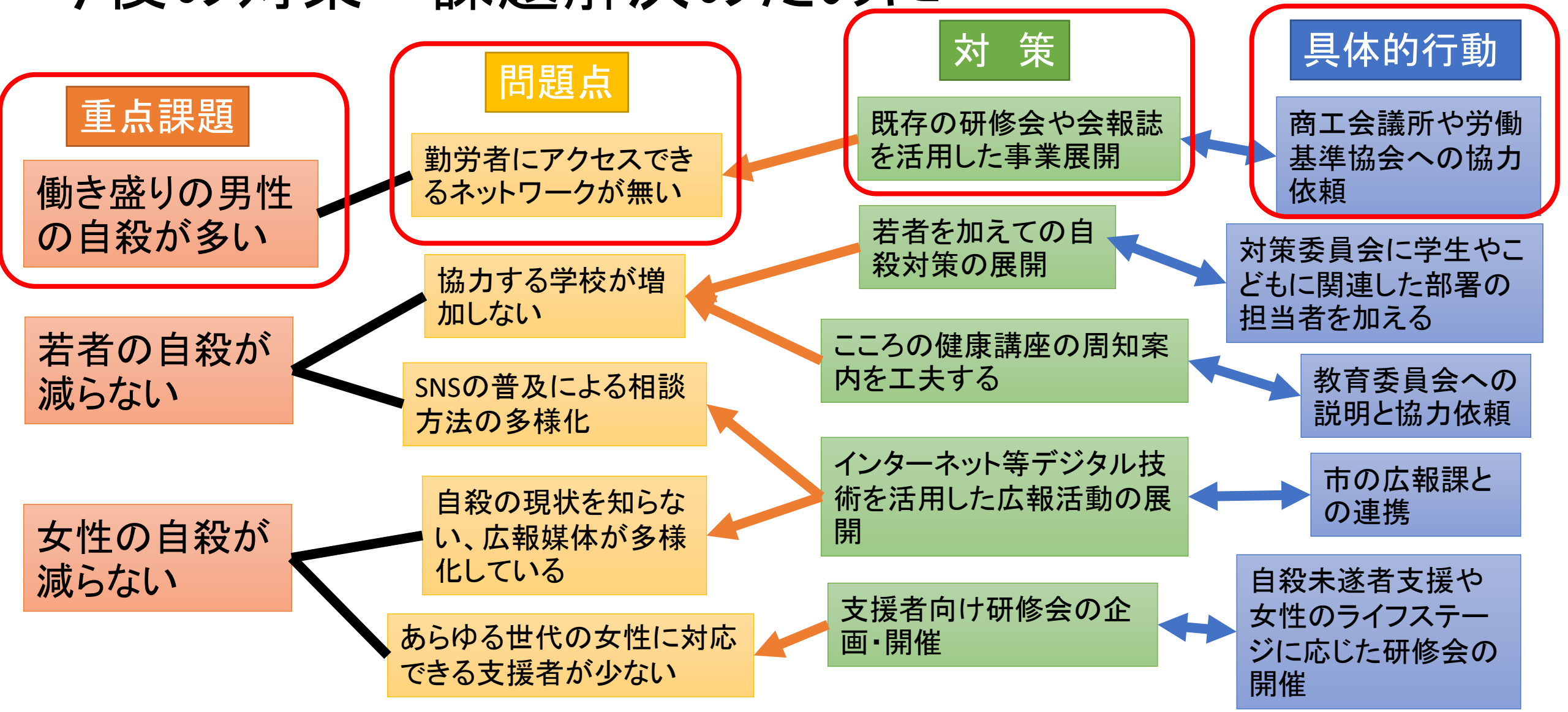
・家庭内でメンタルヘルスについて話せるのが理想ではないか

・家族と暮らしながら孤独を感じている方、同居しているから逆に傷つく人もいる

・家庭でも職場でもない話せる場が必要ではないか

データでは表せない、委員の感じていることを共有し今後の取り組みを検討した。

今後の対策～課題解決のために～



- 具体的行動を積み重ね、直ぐに出来る対策と長期的に行う対策を分類して展開していく

ご清聴ありがとうございました



2025　街頭キャンペーン