



概要版

第2期斑鳩町自殺対策計画

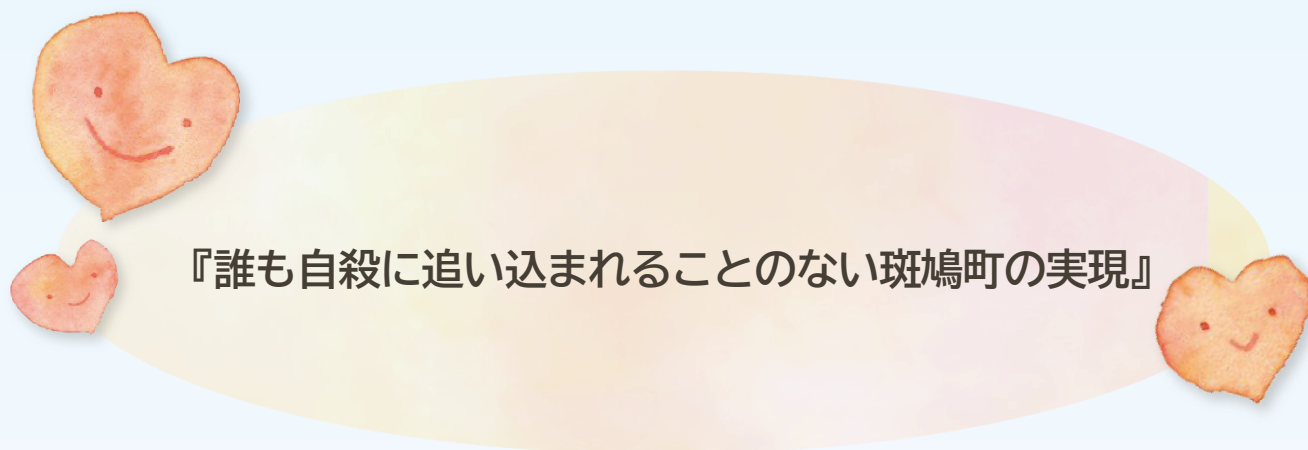
(令和6年度～令和11年度)



令和6年3月
斑鳩町



基本理念



本町では、社会における「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させることで、自殺総合対策大綱における基本理念の「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指します。

第2期自殺対策計画とは？

本計画は、自殺対策基本法や自殺総合対策大綱に基づき、本町の自殺対策を総合的に推進するために策定するものです。

本町では平成31年3月から「自殺対策推進計画」を策定しており、本計画で第2期の計画となります。計画期間は、令和6年度～令和11年度です。

計画の目標

ゲートキーパー養成者数を
226人より増やす。

こころの健康状態（K6）
でうつ病・不安障害の
リスクがある者の割合を
減らす。

すべての住民がきめ細かな
見守りで支えあい、
ひとりでも自殺につながる
人を減らしていく。
〔自殺死亡率 12.74 以下〕
（人口 10 万対）

斑鳩町の現状

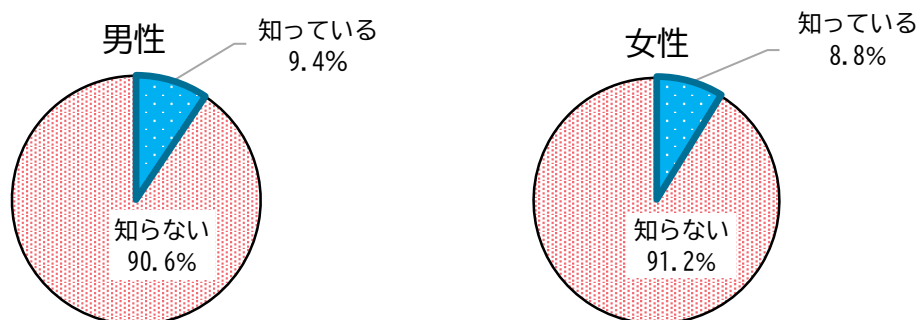
(1) ゲートキーパーの周知度

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(悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る)を図ることができる人のことです。

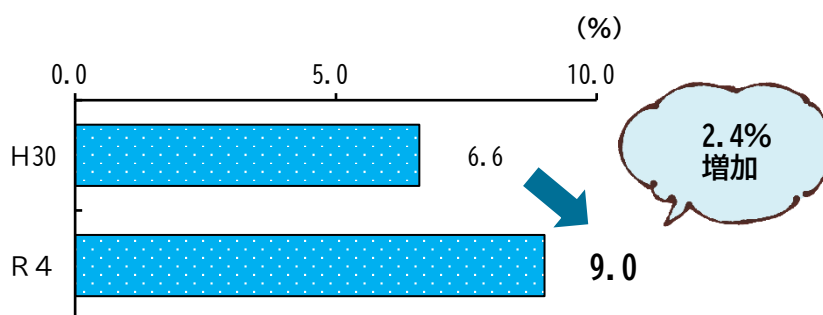
ゲートキーパーについて知っている人の割合は男性9.4%、女性8.8%となっています。

平成30年と比べると、知っている人の割合は増加しています。

ゲートキーパーを知っている人の割合



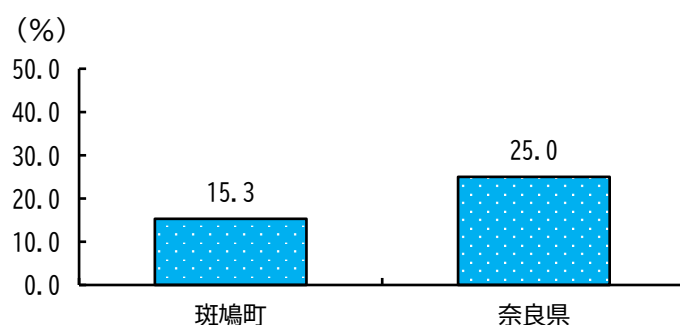
ゲートキーパーを知っている人の割合の推移



(2) こころの健康状態

こころの健康状態でうつ病・不安障害のリスクがある人の割合は、斑鳩町は15.3%となっており、奈良県の25.0%よりも低くなっています。

こころの健康状態 (K6) でうつ病・不安障害のリスクがある人



資料：アンケート調査

生きる支援施策

基本施策

自殺総合対策大綱に基づいて、地域で自殺対策を推進するにあたり、欠かすことのできない基盤的な取り組みとして定められています。

(1) 地域における ネットワークの強化

自殺の原因や動機となる健康問題、経済・生活問題、家庭問題、学校問題、職場問題など様々な悩みを抱える住民が、適切な相談機関につながり、問題や悩みの解決が図られるよう、相談機関の連携・ネットワークづくりをより一層進めていきます。また、自殺の要因に働きかけ、社会の意識と行動を変えていくため、行政はもちろん、地域で活躍する関係機関、民間団体、学校、企業、住民等、それぞれが果たすべき役割を明確化し、共有した上で、相互の連携と協働の体制を強化していきます。

主な取組

- 自殺対策連絡会議の実施
- 要保護児童対策地域協議会の運営
- 民生・児童委員活動の支援
- 保幼小中の連携
- 子育て支援ネットワークの整備
- 地域包括ケアシステム事業の実施

(2) 自殺対策を支える人材育成

自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応を図るため、自殺に関する正しい知識を知り、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応・連携を図ることのできる「ゲートキーパー」の役割を担う人材を養成するため、研修会を継続して開催していきます。

また、自殺の要因は多岐にわたることから、行政と関係機関、民間団体が協働し、地域や学校、職場等、様々な場面で自殺を予防するための人材の確保と育成を図り、包括的な支援の体制づくりに取り組んでいきます。

主な取組

- ゲートキーパーの養成
- ボランティアの育成と活動促進
- 認知症サポーター、介護予防リーダー・介護予防サポーターの養成
- 健康に関するボランティアの養成
- 職員、教職員の研修事業の実施

(3) 住民への啓発と周知

町民一人ひとりが、自殺に関することを正しく理解し、自殺予防の重要性を認識できるよう継続して啓発を進めます。

また、社会における生きづらさは様々であることから、住民自らが、周囲の人間関係の中で、不調に気づき、助けを求めることが適切に実現できるための教育や啓発を図ります。

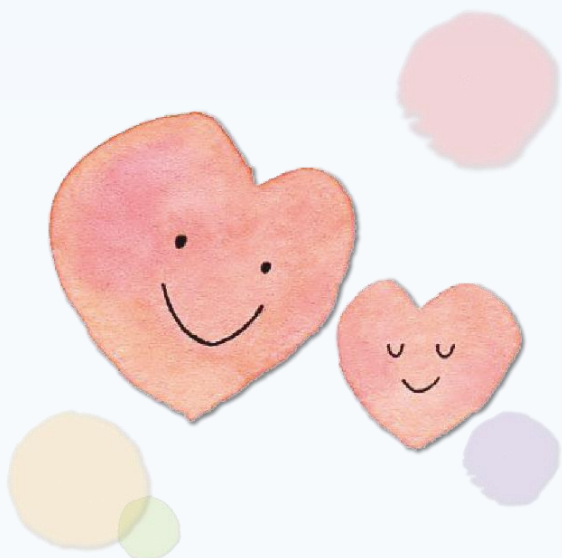
主な取組

- 広報紙及びホームページの充実
- 行政ハンドブックの発行
- 学校における広報活動事業（ホームページによる情報発信含む）の実施
- 人権教育セミナーの開催
- 精神保健福祉推進事業（心の健康づくり講演会）の実施

(4) 生きることの促進要因への支援

「生きることの阻害要因」（自殺のリスク要因）を減らすとともに、「生きることの促進要因」（生きる喜びを感じられる要因）を増やすという観点から、社会全体の自殺リスクを低下させることが重要です。

本町においても、住民のライフステージや様々な生活環境に応じて、自殺対策と関連の深い様々な分野における取り組みを幅広く推進します。



(5) 児童・生徒の「SOSの出し方に関する教育」

学校での人間関係等による様々な困難・ストレスへの対処方法を身に付けるための教育「SOSの出し方に関する教育」を推進するとともに、子どもが出したサインについていち早く気づき、受け止め対処するための相談支援体制等の強化を図ります。

主な取組

- 子ども・若者への支援
 - 養育支援訪問事業の実施
 - 療育支援会議の開催
 - 就学予定児教育相談の実施
 - 青少年悩みごと教育相談の実施
- 保護者や妊産婦への支援
 - 乳幼児相談等の母子保健事業の実施
 - 地域子育て支援センターの運営
 - ファミリー・サポート・センター事業の実施
 - こども家庭センターの運営
- シニア世代・高齢者への支援
 - 高齢者虐待防止ネットワーク推進事業の実施
 - 介護保険の給付に関する事業の実施
 - 一般介護予防事業の実施
 - 老人クラブ活動の支援
- こころの健康支援
 - 女性総合相談の実施
 - こころの健康相談の実施
- 生活支援
 - 健康相談・個別栄養相談の実施
 - 納税相談の実施
 - 消費者相談の実施
 - 無料法律相談の実施
- 経済的支援
 - ひとり親家庭等医療費助成事業の実施
 - フードレスキュー事業の実施
 - 障害者・介護給付・訓練等給付費の支給の実施

主な取組

- キャリア教育の充実
- 教育相談（いじめ含む）の実施
- スクールカウンセラーの活用
- 心の教室相談員の配置
- いじめ防止対策の実施

重点施策

本町における自殺のハイリスク群である「高齢者」「働き盛り世代」「生きづらさを抱える人」「女性」に焦点を絞った取り組みです。

（１）高齢者への対策

健康、医療、介護、生活などに関する様々な関係機関や団体等の連携を推進し、高齢者の健康不安に対する支援や要介護者に対する支援を行い、社会参加の強化と孤独・孤立の予防といった包括的な支援の推進を図ります。

主な取組

- 見守りネットワークの推進
- 配食サービスの実施
- 訪問・通所・生活支援の実施
- 小地域福祉活動の促進

（２）働き盛り世代への対策

保健事業等を通じて、労働者の身体的、精神的な健康づくりの支援の充実を図っていくとともに、商工会との連携を通して、労働者向けの包括的な支援に焦点を当て、生きる力を高めるための周知・啓発を進めます。

主な取組

- 各種健康診査の実施
- 生活習慣病予防教室の実施
- 商工会との連携

（３）生きづらさを抱える人への対策

生活困窮の状態や生活困窮に陥る可能性がある人が、一人で追いつめられることがないように、これからの人生を生きていくための力を高めていけるような相談や制度支援を充実していきます。また、相談窓口の周知を行うとともに、関係機関や窓口等との連携をより一層強化することで、支援が必要な生活困窮状態におかれた方を早期に発見し、相談窓口につなげていきます。

主な取組

- 生活困窮世帯に対する支援の連携
- ヤングケアラーの支援
- 生きづらさを感じる人（生活困窮者）の自立支援の推進
- 就学援助の実施
- 心配ごと相談の実施

（４）女性への対策

妊産婦をはじめ、配偶者からの暴力（DV）、性暴力、子育て、介護など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します。

主な取組

- 子育て支援に関する情報提供
- 保育サービスの充実
- 子育て女性等就業・起業の支援
- 女性に対する暴力に関する法律等の周知
- 要保護児童への支援

電話相談

#いのち SOS	0120-061-338 (フリーダイヤル・無料) 24時間対応
よりそいホットライン	0120-279-338 (フリーダイヤル・無料) 24時間対応
いのちの電話	0120-783-556 (フリーダイヤル・無料) 毎日16:00~21:00まで、毎月10日 8:00~ 翌日8:00まで
奈良いのちの電話	0742-35-1000 24時間対応

こども向け電話相談窓口

チャイルドライン	0120-99-7777 (フリーダイヤル・無料) 毎日16:00~21:00
子どもの SOS の相談窓口 (文部科学省)	0120-0-78310 (フリーダイヤル・無料)
子どもの人権110番 (法務省)	0120-007-110 (フリーダイヤル・無料) 平日8:30~17:15まで

遺された方

なら自死遺族・こころのホットライン	0744-46-5563	平日9:00~16:00
-------------------	--------------	--------------

厚生労働省「まもろうよ こころ」



斑鳩町役場の主な相談窓口 ※予約受付時間 平日8:30~17:15 (祝日・年末年始をのぞく)

相談内容	相談先	電話番号	相談日時
気分が落ち込みやすくなった、理由もなく涙が出る、治療や社会復帰について知りたい、家族の様子がおかしい等の相談	こころの健康相談 (斑鳩町保健センター)	0745-70-0001	★要予約 平日8:30~17:15 お電話の際に予約日時をお伝えします。
女性が抱えるさまざまな悩みの相談	女性のための相談 (斑鳩町総務部 政策財政課)	0745-75-9269	★要予約 (受付) 平日8:30~17:15 毎月第4金曜日 13:00~16:20
育児相談	育児に関する相談 (斑鳩町保健センター)	0745-70-0001	平日8:30~17:15
生活保護に関する相談	生活保護に関する相談 (斑鳩町住民生活部 福祉課)	0745-74-1001	平日8:30~17:15
高齢者の総合相談	高齢者の総合相談 (斑鳩町地域包括支援センター)	0745-74-5666 0745-75-4000	平日8:30~17:15
人権の侵害や差別について	人権相談 (斑鳩町住民生活部 住民課)	0745-74-1001	毎月第2水曜日 13:00~16:00
弁護士への法律相談	無料法律相談 (斑鳩町住民生活部 住民課)	0745-74-1001	★要予約 毎月 第2・3・4火曜日 13:00~16:00 (※1人約30分)
訪問販売の契約トラブルや多重債務についての相談	消費者生活相談 (斑鳩町総務部 安全安心課)	0745-74-1001	毎週木曜日(祝日除く) 13:00~16:00 ※第4木曜日は、 9:00~12:00、 13:00~16:00



斑鳩町住民生活部 健康対策課（斑鳩町保健センター）

奈良県生駒郡斑鳩町小吉田1丁目12番35号

電話 (0745) 70-0001

FAX (0745) 74-0903

