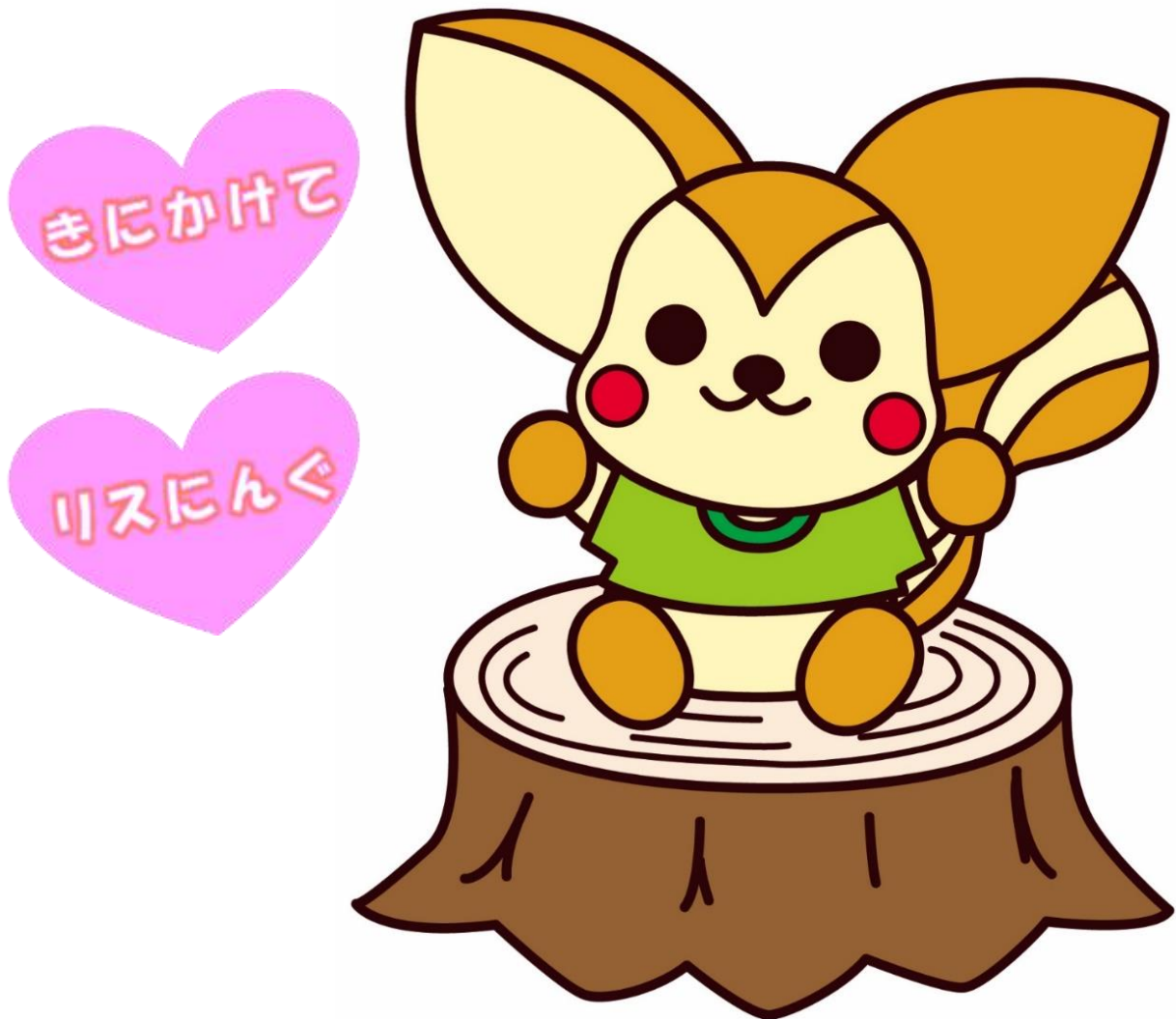


# 第3次松山市自殺対策基本計画（案）

～「誰も自殺に追い込まれることのない松山市」を目指して



松山市自殺対策推進キャラクター

「リスにん」

## 目次

### 第一章 第3次松山市自殺対策基本計画の概要

1-1	計画策定の趣旨	・・・P. 1
1-2	計画の位置付け	・・・P. 1
1-3	計画の推進体制	・・・P. 2
1-4	計画の期間	・・・P. 3
1-5	計画の進行管理と評価	・・・P. 3

### 第二章 松山市の自殺の現状と課題

2-1	厚生労働省「人口動態統計」から分かる現状	・・・P. 5
2-2	警察庁「自殺統計」から分かる現状	・・・P. 8
2-3	メンタルヘルスに関する調査から分かる現状	・・・P.10
2-4	ゲートキーパー研修受講者数と 受講後アンケートから分かる現状	・・・P.20
2-5	統計及びアンケート調査から分かる松山市の課題	・・・P.21

### 第三章 第2次松山市自殺対策基本計画の取組と評価

3-1	第2次松山市自殺対策基本計画の概要	・・・P.23
3-2	第2次松山市自殺対策基本計画の取組と評価	・・・P.24

### 第四章 松山市の自殺対策

4-1	基本理念	・・・P.29
4-2	基本方針	・・・P.29
4-3	基本施策	・・・P.32
4-4	重点施策	・・・P.33
4-5	目標	・・・P.36
4-6	評価指標	・・・P.36

## 第五章 松山市の自殺対策の取組

5-1 取組の概要	・・・P.39
-----------	---------

### — 巻末資料 —

1 自殺対策基本法	・・・P.49
2 自殺総合対策大綱（概要）	・・・P.55
3 松山市自殺対策基本条例	・・・P.57
4 松山市自殺対策推進委員会規則	・・・P.60
5 松山市自殺対策推進委員会	・・・P.62
6 松山市自殺対策庁内担当者会設置要領	・・・P.63
7 自殺対策関係機関連絡会	・・・P.64
8 相談窓口一覧	・・・P.65

#### ～コラム～

コラム1 これまでの自殺対策の取組	・・・P.4
コラム2 ゲートキーパーと自殺のサイン	・・・P.22
コラム3 「リスにん」グッズ	・・・P.47



## 1-1 計画策定の趣旨

我が国の自殺対策は、自殺対策基本法や自殺総合対策大綱に基づき、国を挙げて自殺対策が推進された結果、自殺者数は年々減少傾向にあるなど、着実に成果を挙げてきました。しかし、それでも自殺者数の累計は毎年2万人を超える水準で推移するなど、かけがえのない多くの命が、日々自殺に追い込まれているという非常事態が続いています。

こうした中、平成18年に自殺対策基本法が施行され、平成28年には同法が一部改正されるとともに、令和4年には、自殺対策の指針として策定する自殺総合対策大綱が見直されました。また、令和5年には、こどもの自殺対策緊急強化プランも取りまとめられています。自殺対策は、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方向で総合的に推進すると基本理念に明記されるなど、「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、地域レベルの実践的な自殺対策の取組を推進することとしています。

本市でも、平成27年に松山市自殺対策基本計画を策定し、続いて、令和元年度に第2次松山市自殺対策基本計画を策定するなど、自殺対策を推進してきました。その結果、平成27年当時と比べ自殺者数は減少傾向にありますが、依然として尊い命が自殺に追い込まれており、引き続き更なる自殺対策が求められています。

こうした背景を基に、本市では5年間の計画期間の終期を迎えるため、計画の評価・改善を行うとともに、国で示された新たな基本方針や施策の内容と整合性を図り、「第3次松山市自殺対策基本計画」を策定しました。

本計画でも引き続き、松山市で暮らす市民一人ひとりが、自殺に対する関心と理解を深め、自殺対策の担い手として寄り添い、共に支え合いながら、「誰も自殺に追い込まれることのない松山市」を目指すことを基本理念とし、自殺対策をより一層推進していきます。

## 1-2 計画の位置付け

- (1) 本計画は、自殺対策基本法第3条（国及び地方公共団体の責務）及び松山市自殺対策基本条例第8条（松山市自殺対策基本計画の策定）の規定に基づき、本市の状況に応じて策定するものです。
- (2) 本計画は、自殺総合対策大綱やこどもの自殺対策緊急強化プランを受けて、松山市の自殺対策を推進していくための総合的な計画です。同時に、「第7次松山市総合計画」と整合性を持ち、自殺対策に関連する他の計画とも連携して取り組むものです。

## 1-3 計画の推進体制

### (1) 松山市自殺対策推進委員会

自殺対策に社会全体で取り組むため、行政、民間団体、有識者及び市民などで構成する委員会を設置し、多方面からの専門的な意見や情報を取り入れ、関係機関などと緊密な連携の下で自殺対策を推進します。

### (2) 松山市自殺対策庁内担当者会

松山市の市民サービスを行う課などを中心に、本市の自殺の現状や自殺対策に関する正しい知識を習得するとともに、各課の相談窓口などと情報共有を進めて、庁内ネットワークを構築することで、自殺対策に関する施策を具体的に推進します。

### (3) 自殺対策関係機関連絡会

自殺対策に取り組む関係機関などとの連絡会を開催し、本市の自殺対策の検討や技術援助の協力を得て、自殺対策を推進します。

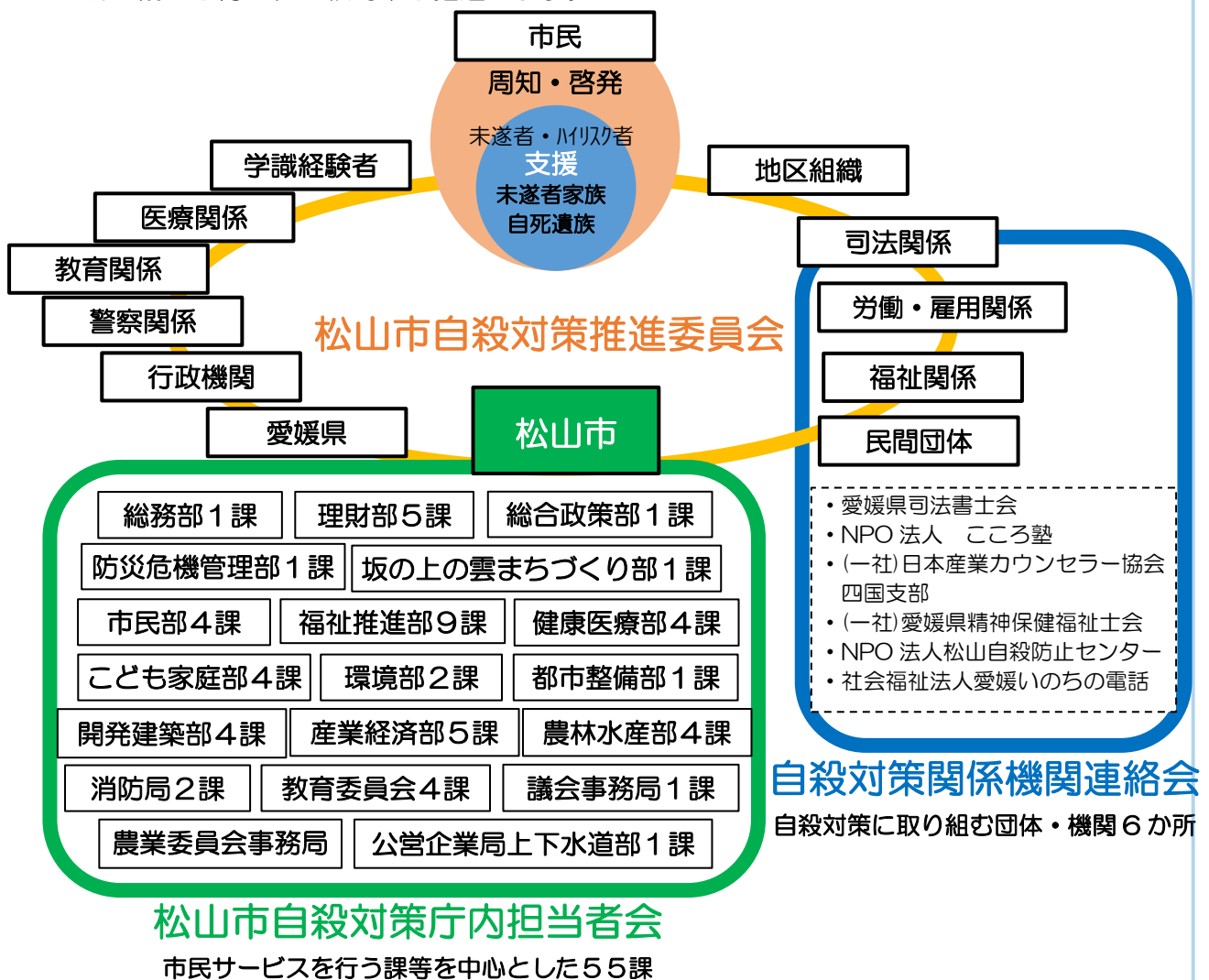


図 1. 松山市自殺対策基本計画の推進体制 (令和 7 年 3 月時点)

## 1-4 計画の期間

令和7年（2025年）度から令和11年（2029年）度までの5か年

## 1-5 計画の進行管理と評価

第3次松山市自殺対策基本計画を着実に推進するために、松山市自殺対策推進委員会で、計画の進行管理・評価を行います。計画の実施期間中に、計画の進行状況を確認評価し、最終年度には、施策の推進に反映させるため最終評価を行います。

なお、計画の進行に当たっては、PDCA サイクルに基づき、Plan（計画）→Do（実行）→Check（評価）→Action（改善）を繰り返し行うことによって、定期的に計画の進行状況を把握し、状況に応じて自殺対策に対する取組を改善しながら、計画を推進していきます。

R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度	R11年度
(2024年度)	(2025年度)	(2026年度)	(2027年度)	(2028年度)	(2029年度)
計画策定	推 進 ・ 評 価				最終評価の ための調査
					最終評価 及び 計画改定

図2. 第3次松山市自殺対策基本計画の進行管理と評価の時期

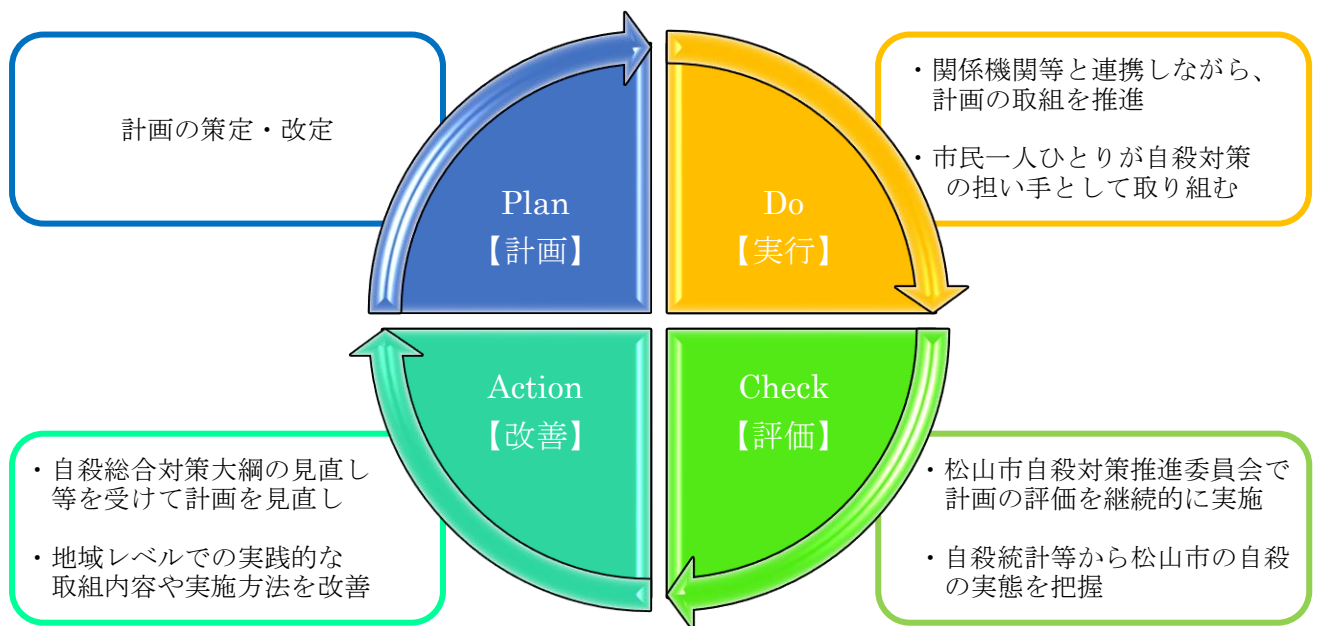
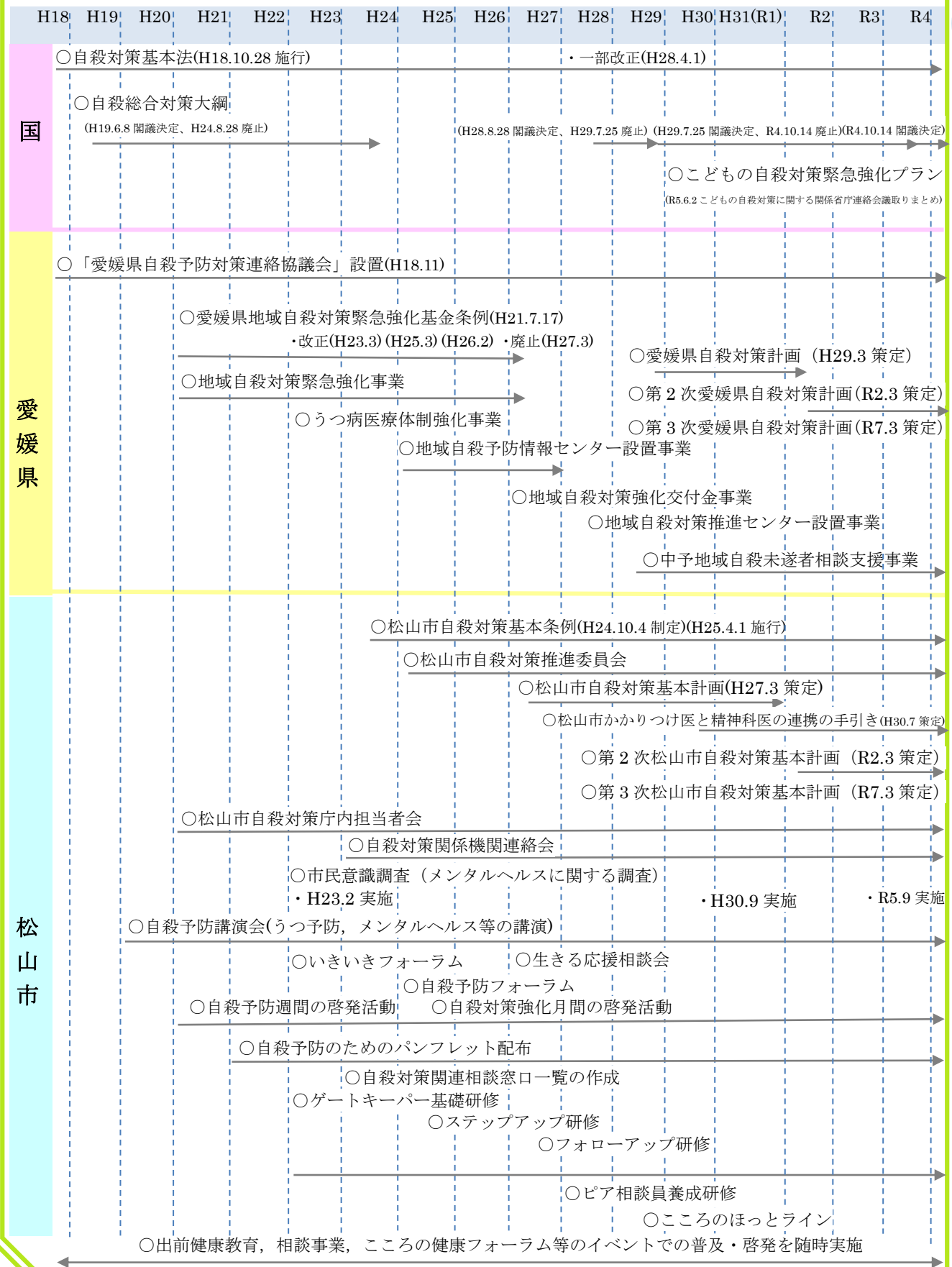


図3. PDCAサイクルのイメージ

コラム1 ~これまでの自殺対策の取組~

自殺対策に関する行政の取組の経緯



統計分析上の数値の差異について

松山市の自殺の現状を分析するために、厚生労働省「人口動態統計」及び警察庁「自殺統計」の2つの統計資料を用いています。

厚生労働省「人口動態統計」は、自殺者数や自殺死亡率の年次推移を分析するために使用し、警察庁「自殺統計」は、自殺者の職業、原因・動機などの分析をするために使用しています。2つの統計資料は集計方法が異なるため、自殺者数及び自殺死亡率の数値に差異があります。

2-1 厚生労働省「人口動態統計」から分かる現状

(1) 自殺者数の年次推移

平成17年の合併以降の松山市の自殺者数は、平成19年の143人をピークに、その後は減少傾向にありましたが、令和4年に94人と前年比19人増加し、令和5年も●●人とほぼ同数で推移しています。

また、女性よりも男性の自殺者数が多い傾向になっています。

男性の自殺者数は、平成19年の111人が最も多く、その後は概ね減少し、令和5年は、●●人となっています。

一方、女性の自殺者数は、平成20年に42人と最も多く、令和5年には●●人となっています。

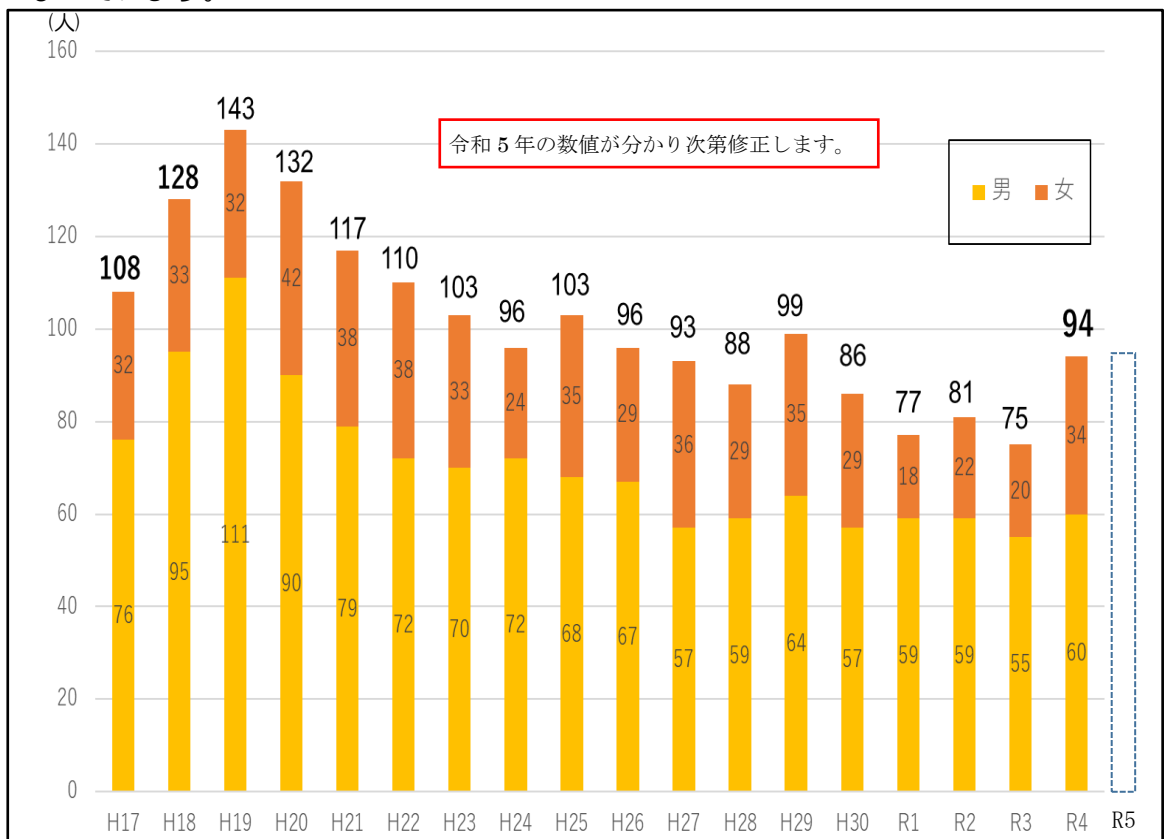


図4. 松山市の自殺者数の年次推移

資料：厚生労働省「人口動態統計」より松山市作成



## (2) 自殺死亡率の年次推移と全国・愛媛県との比較

松山市の自殺死亡率は、平成 19 年には全国・愛媛県より高い 27.8 となりましたが、その後は減少傾向となり、令和 5 年には愛媛県（全国）より低い 18.6 となっています。

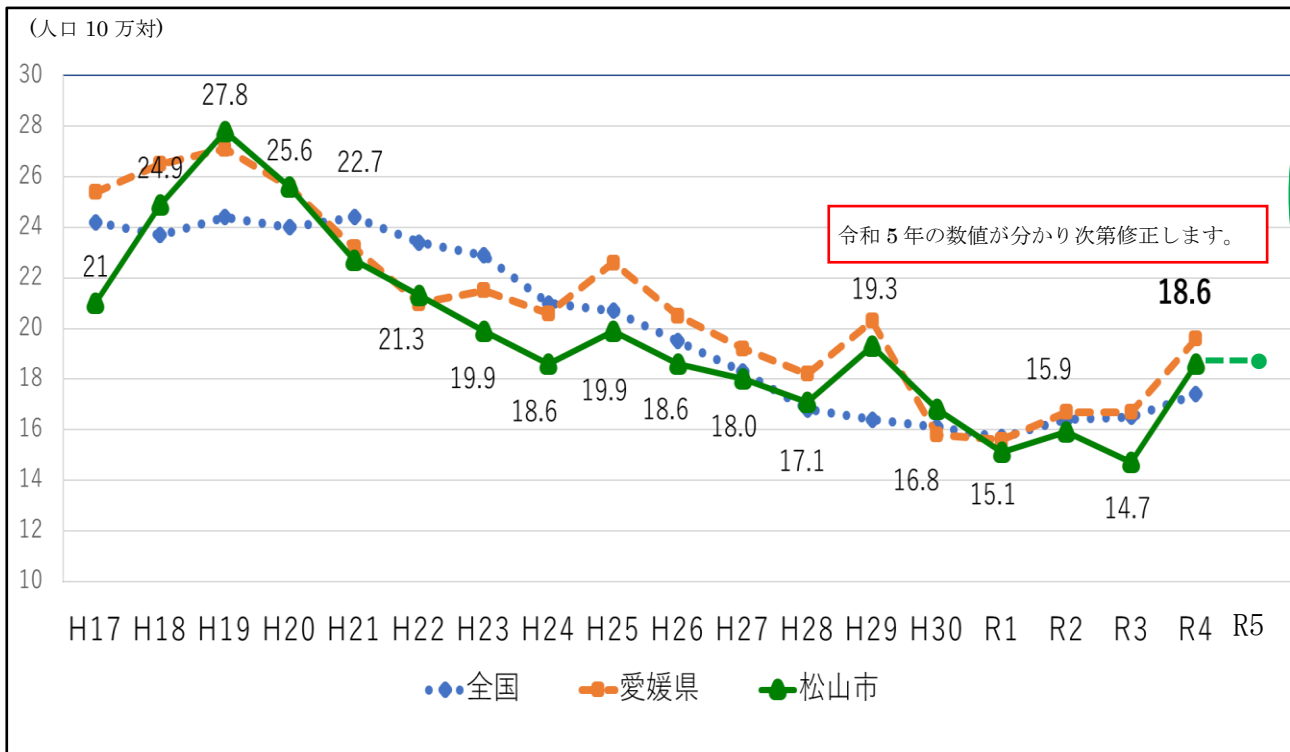


図 5. 松山市の自殺死亡率の年次推移と全国・愛媛県との比較

資料：厚生労働省「人口動態統計」より松山市作成

### <自殺死亡率>

人口 10 万人当たりの自殺者数。人口規模の違う集団の比較をするために使用する指標。

交通事故で亡くなる方(※)と比べて、自殺で亡くなる方は約 9 倍になっているよ。 ※松山市の令和 5 年の交通事故死亡者数：10 人 (令和 5 年版松山市交通安全白書より)



### (3) 平成 26～30 年と令和元年～5 年の年代別性別自殺者数

令和元年～5 年の 5 年間の自殺者数は、平成 26 年～30 年と比較して●●人減少していますが、70 歳代以上は増加しているほか、10 代女性も増加しています。

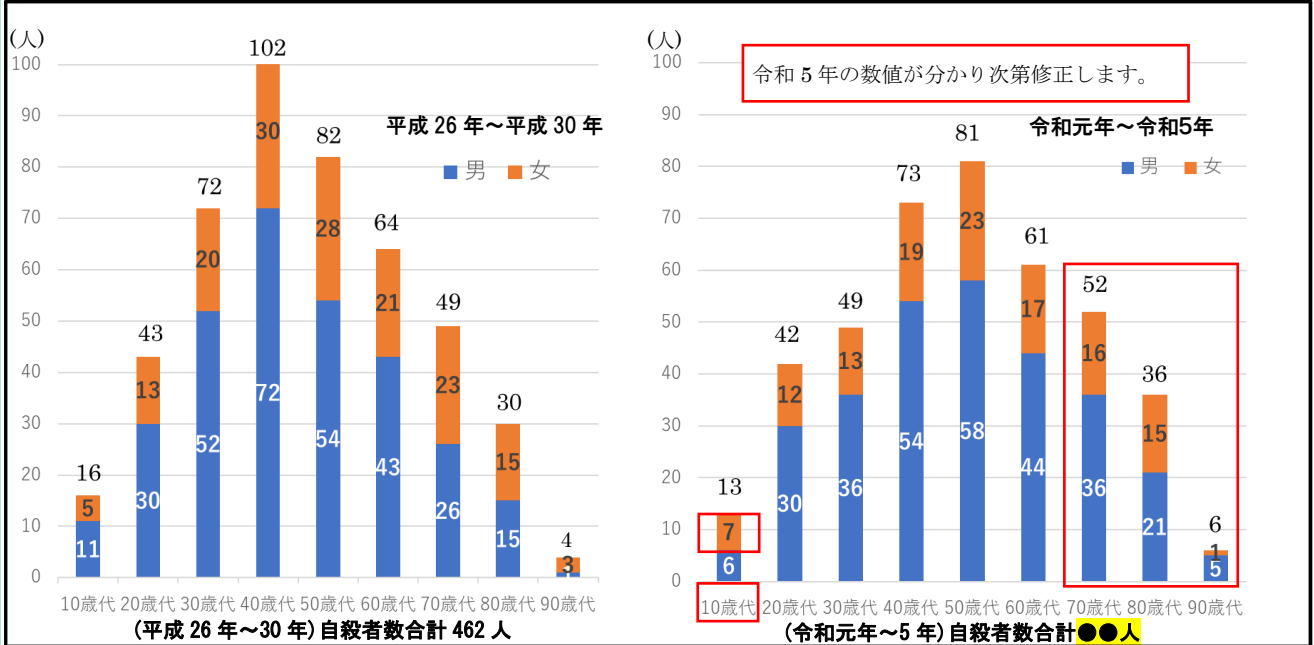


図 6. 松山市の年代別自殺者数

資料：厚生労働省「人口動態統計」より松山市作成

### (4) 年代別自殺死亡率の全国との比較

令和元年～5 年の 5 年間の年代別自殺死亡率の平均値を全国と比較しています。年代別では、40～60 歳代が多く、男女とも 50 歳代が最も多くなっています。

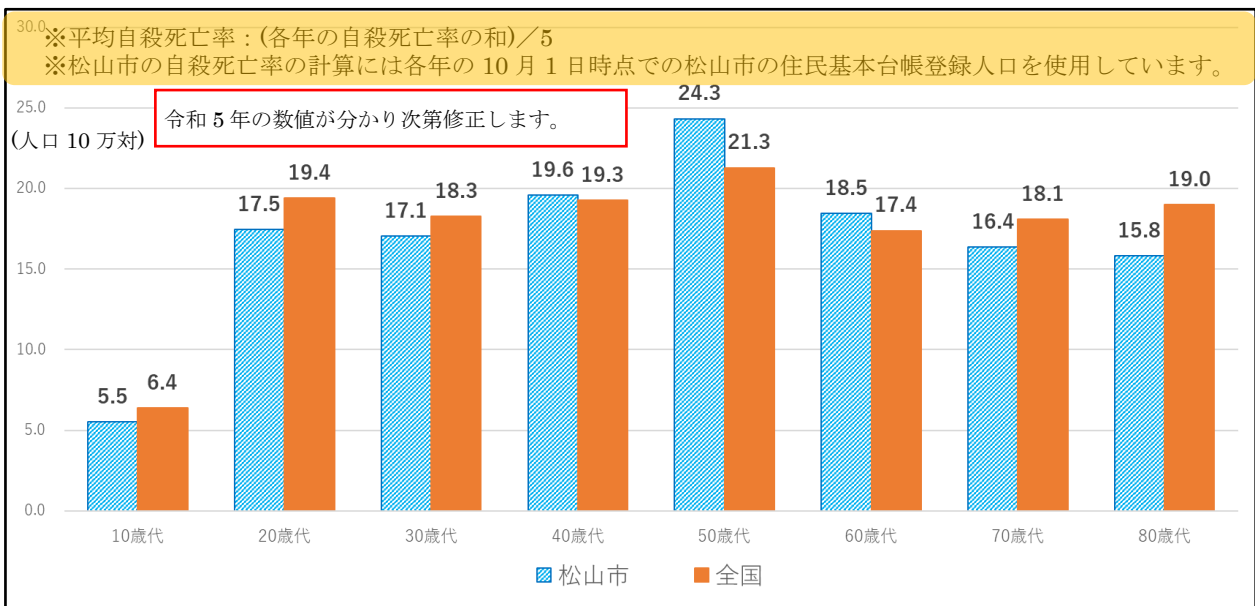


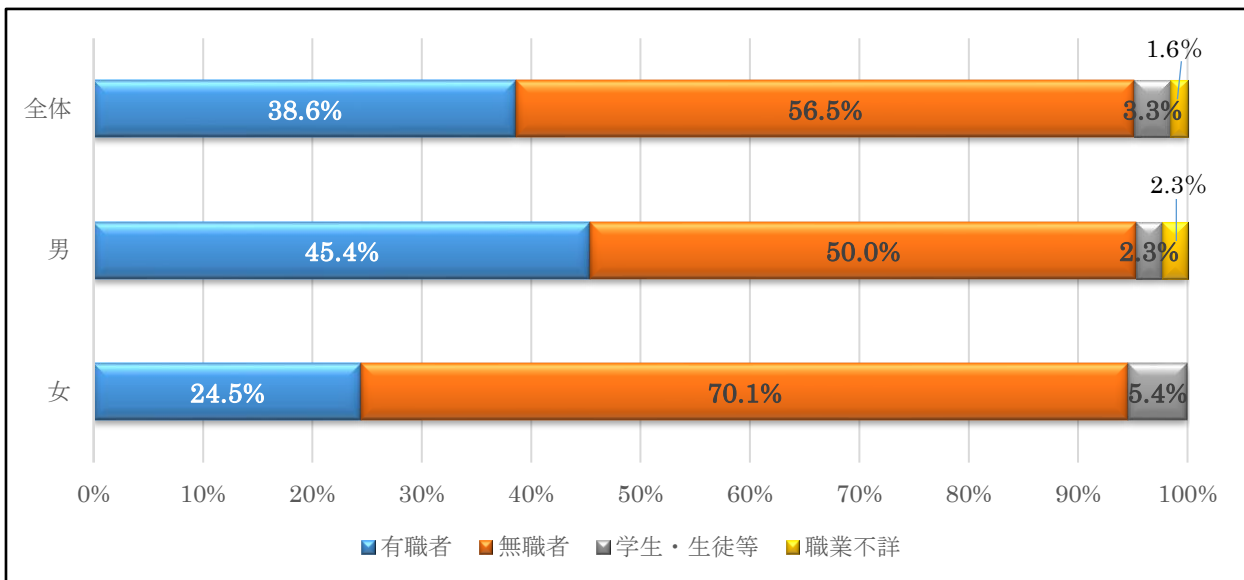
図 7. 松山市の年代別平均自殺死亡率(令和元年～5 年)の比較

資料：厚生労働省「人口動態統計」より松山市作成

## 2-2 警察庁「自殺統計」から分かる現状

### (1) 自殺者の職業分類別構成割合

令和元年～5年の自殺者の職業分類別構成割合は、有職者が38.6%、無職者が56.5%、学生・生徒が3.3%、職業不詳が1.6%となっています。女性は、男性よりも無職者と学生・生徒の構成割合が高くなっています。



無職者：主婦、失業者、年金・雇用保険等生活者、その他の無職者  
 学生・生徒等：小学生、中学生、高校生、大学生、専修学校生

図8. 松山市の自殺者(令和元年～5年)の職業分類別構成割合

資料：警察庁「自殺統計」より松山市作成

#### ◇ 厚生労働省「人口動態統計」と警察庁「自殺統計」の違いとは？ ◇

##### <人口動態統計(厚生労働省)>

日本人を対象とし、住所地を基に死亡時点で計上。自殺、他殺あるいは事故死のいずれか不明の場合は自殺以外と扱い、死亡診断書等の訂正報告が無い場合は自殺に計上されない。

##### <自殺統計(警察庁)>

総人口(外国人も含む)を対象とし、発見地を基に自殺死体発見時で計上。捜査等により自殺と判明した時点で、計上されている。

## (2) 自殺者の原因・動機

令和元年～5年の自殺者のうち原因・動機が明らかなものは、健康問題が24.4%と最も多く、次いで経済・生活問題18.4%、家庭問題10.5%となっています。また、健康問題の内訳では、うつ病が多い状況です。男性は経済・生活問題が23.3%、女性は健康問題が37.2%と最も多くなっています。自殺の多くは複数の原因や背景があり、様々な要因が連鎖する中で起きるとされています。

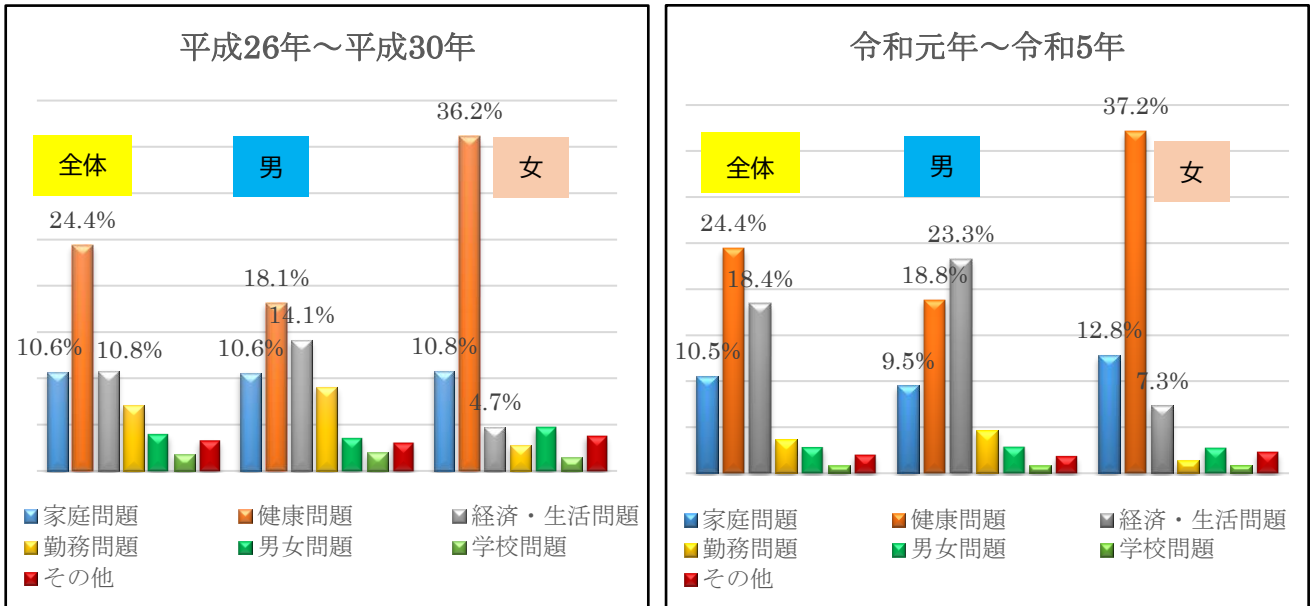


図9. 松山市の自殺者(平成26年～令和5年)の男女別原因・動機別割合

資料：警察庁「自殺統計」より松山市作成

※明らかに推定できる原因・動機を3つまで計上可能としており、重複もある(不詳の者を除く)

## (3) 自殺者の自殺未遂歴の有無

令和元年～5年の自殺者のうち過去に自殺未遂歴がある者は、全体の21.0%です。女性は自殺未遂歴がある割合が多くなっています。

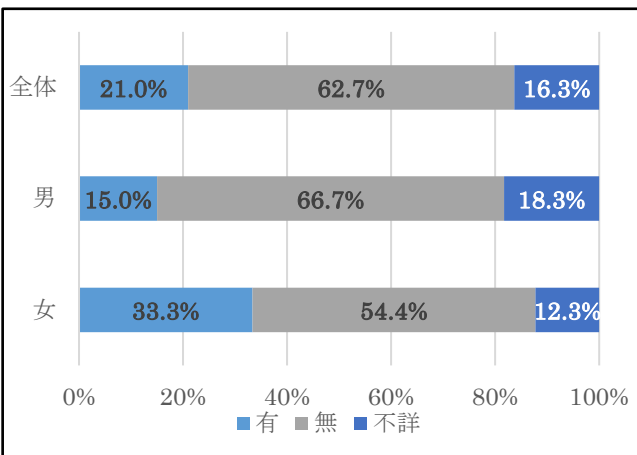


図10. 自殺者(令和元年～5年)の自殺未遂歴の割合

## (4) 自殺者の同居人の有無

令和元年～5年の自殺者のうち同居人がいた者は、全体の65.1%です。女性は同居人がいる割合が多くなっています。

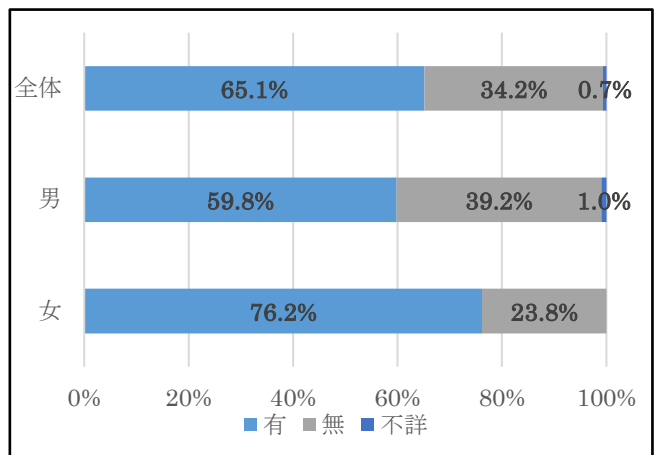


図11. 自殺者(令和元年～5年)の同居人の有無の割合

資料：警察庁「自殺統計」より松山市作成

## 2-3 メンタルヘルスに関する調査から分かる現状

令和5年に松山市民を対象にメンタルヘルスに関する調査を行いました。(市内在住の)15歳以上の3,500人を無作為に抽出し、44.5%(1,557人)の回答がありました。

調査の分析に当たり、単純集計に加え「こころの状態」の結果に基づくクロス集計を行いました。「こころの状態」の評価にはK6という尺度を使用しました。

### <こころの状態>

K6(ケーシックス)とは、うつ病や不安障害などの精神疾患をスクリーニングするための質問票で、国民生活基礎調査や健康日本21、松山市健康増進計画など、心理的ストレスの評価として広く使用されています。また、**合計点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性**があるとされています。

※国が進めている国民健康づくり運動『健康日本21(第三次)』では、「心理的苦痛を感じている者の減少」を目標として、K6の合計得点が10点以上の者の割合の減少を評価指標としています。

### (1) K6を用いた「こころの状態」の評価

下記の6つの質問に、それぞれあてはまる項目を一つ選択。「まったくない」(0点)から「いつも」(4点)まで点数化し、合計・4区分を集計軸としています。

過去30日間にどれくらいの頻度で次のことがありましたか

神経過敏に感じましたか
絶望的だと感じましたか
そわそわ、落ち着きがなくなりましたか
気分が沈んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか
何をするのも骨折(苦勞すること)だと感じましたか
自分は価値のない人間だと感じましたか

あてはまる項目を一つ選択

まったくない	0点
少しだけ	1点
ときどき	2点
たいてい	3点
いつも	4点

合計点

- 0~4点
- 5~9点
- 10~14点
- 15点以上

全体では10点以上の割合が16.7%でした。男性よりも女性の方が高くなっています。年代別では、20歳代が30.0%で最も高く、次いで30歳代、20歳未満が高い状況です。

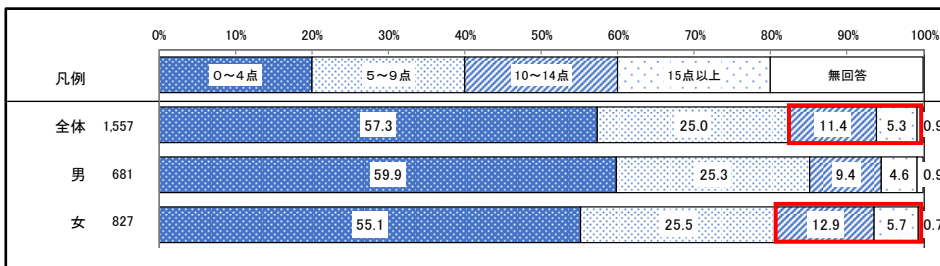


図 12. こころの状態 (性別) (回答者内訳: 男性43.7%、女性53.1%、無回答2.6%、答えたくない0.6%)

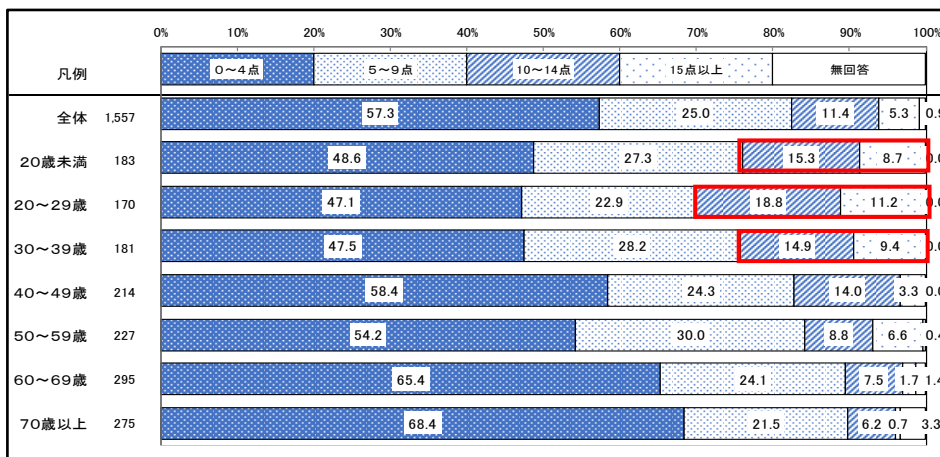


図 13. こころの状態 (年代別)

## (2) 暮らし向きと「こころの状態」の関連性

現在の暮らし向きを【苦しい】（「やや苦しい」「苦しい」の合計）と感じている方は、全体の約3割でした。「こころの状態」が10点以上の方は、半数以上が「苦しい」と回答しています。

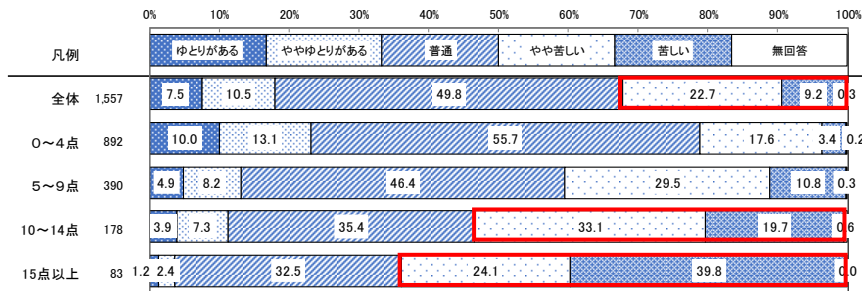


図 14. 現在の暮らし向き別の「こころの状態」

## (3) 地域との交流

平成 30 年と令和 5 年を比較すると、地域との交流が「よくある」と回答した割合は 18.5% から 8.0% に減少し、「まったくない」は 15.9% から 24.5% に増加しています。

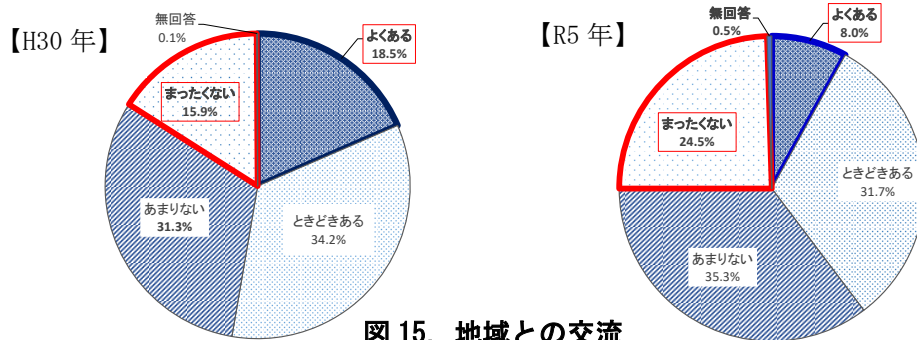


図 15. 地域との交流

## (4) 睡眠について

「こころの状態」で点数が高いほど睡眠時間が短い状況です。10 点以上は睡眠時間「6 時間未満」の割合が 5 割を超えています。

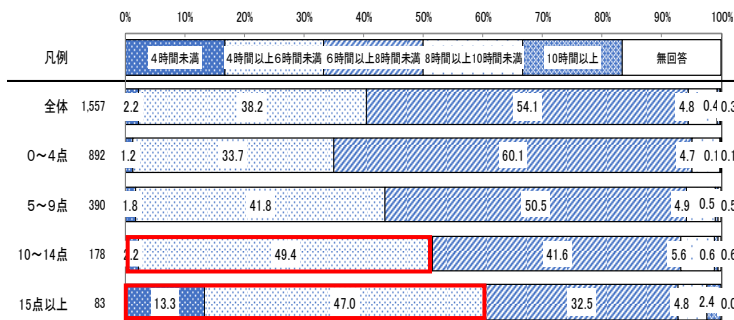


図 16. 「こころの状態」別 睡眠時間

「睡眠で十分な休養がとれているか」の質問では【とれていない】（「あまりとれていない」「まったくとれていない」の合計）は 55.2% で、H30 年の 45.8% から 9.4 ポイント上昇しています。

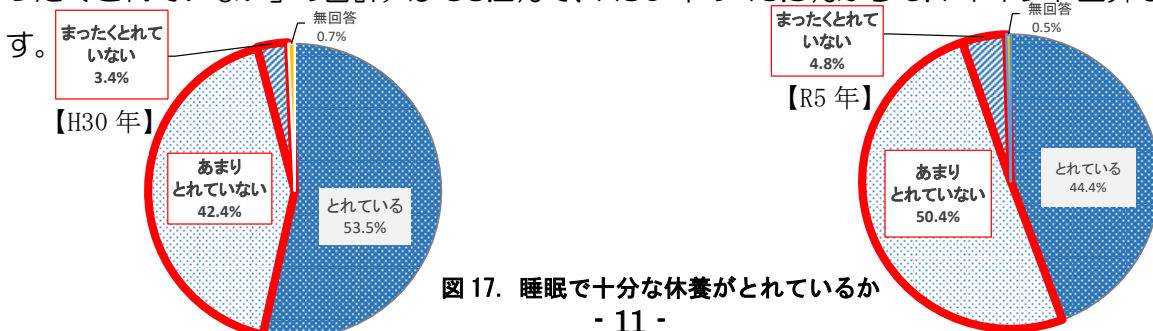


図 17. 睡眠で十分な休養がとれているか

### (5) 日常生活での悩みやストレスとの関連性

悩みやストレスがあると回答した方は 62.7%、ないと回答した方は 32.0%でした。

(H30年：ある=65.8%、ない=32.4%)

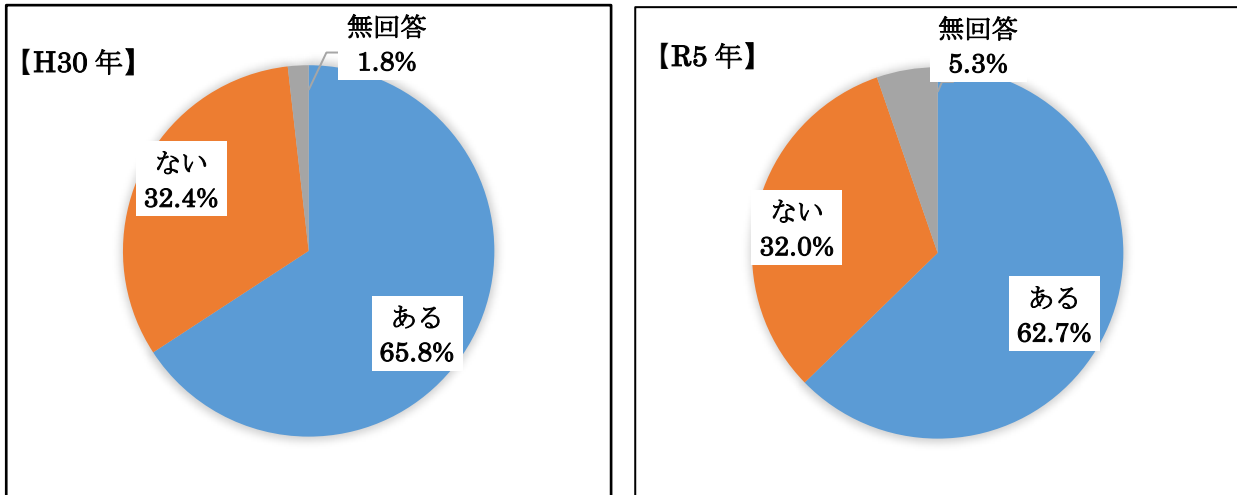


図 18. 日常生活の悩みやストレスの有無

「こころの状態」別でみると、点数が高い属性ほど悩みやストレスがあると回答し、10点以上では9割以上の方が悩みやストレスがあると回答しています。

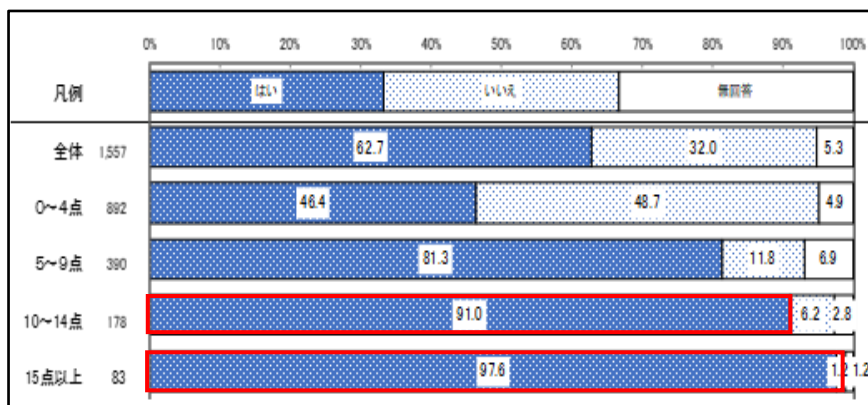


図 19. 「こころの状態」別 日常生活での悩みやストレスの有無

悩みやストレスがあると回答した 62.7% (976 名) は、「将来」が 34.0%で最も多く、次いで「仕事に関すること (失業以外)」が 33.8%、「自分の健康・病気」が 31.6%となっています。(※複数回答可)

1位	将来	34.0%
2位	仕事に関すること (失業以外)	33.8%
3位	自分の健康・病気	31.6%
4位	現在の収入	30.9%
5位	老後	28.6%

図 20. 悩みやストレスの内容

## (6) 悩みやストレスの相談状況

悩みやストレスがあると回答した 62.7% (976 名) の内、悩みやストレスを日ごろ誰かに「相談している」と回答した人は、全体で 51.8%。男性が 40.4%、女性が 60.2% でした。「相談する必要がないので誰にも相談していない」の割合は、男性が 30.7% で、女性の約 2 倍でした。

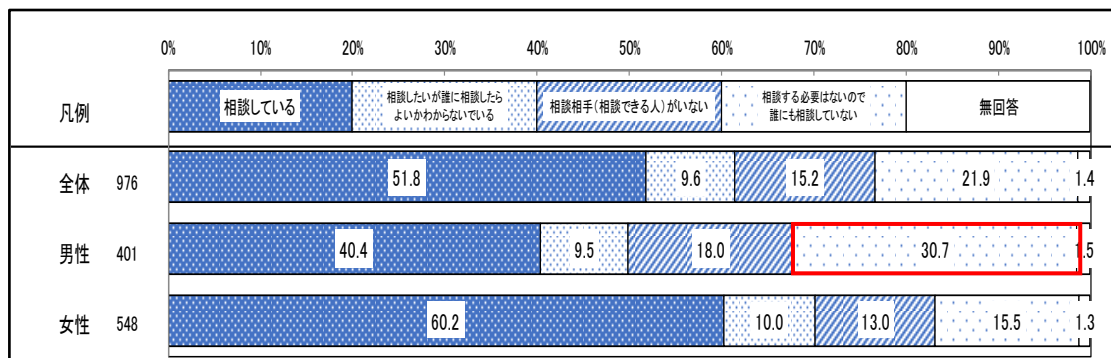


図 21. 悩みやストレスの相談状況の割合(男女別)

50 歳代、60 歳代は「相談相手(相談できる人)がない」の割合が高く、70 歳以上の 3 割が「相談する必要がないので誰にも相談していない」と回答しました。

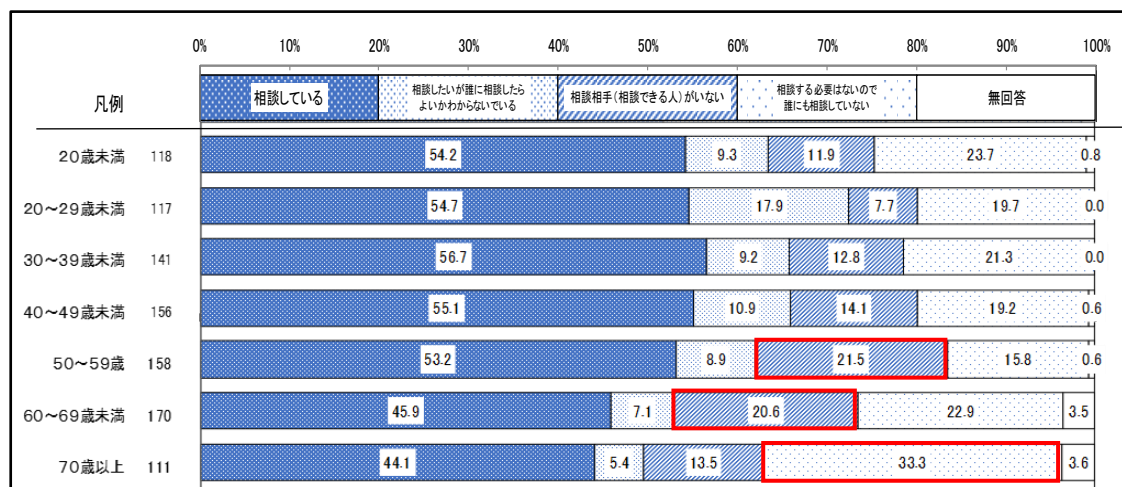


図 22. 悩みやストレスの相談状況の割合(年代別)



(7) 悩みやストレスへの対処法

悩みやストレスの対処方法は全体で「のんびりする」が38.6%と最も高く、次いで「人としゃべったり、話を聞いてもらう」が34.3%、「趣味・スポーツにうちこむ」が31.3%となっています。

性別で見ると、男性では「のんびりする」が37.6%、女性では「人としゃべったり、話を聞いてもらう」が47.3%で、最も高くなっています。（※複数回答可）

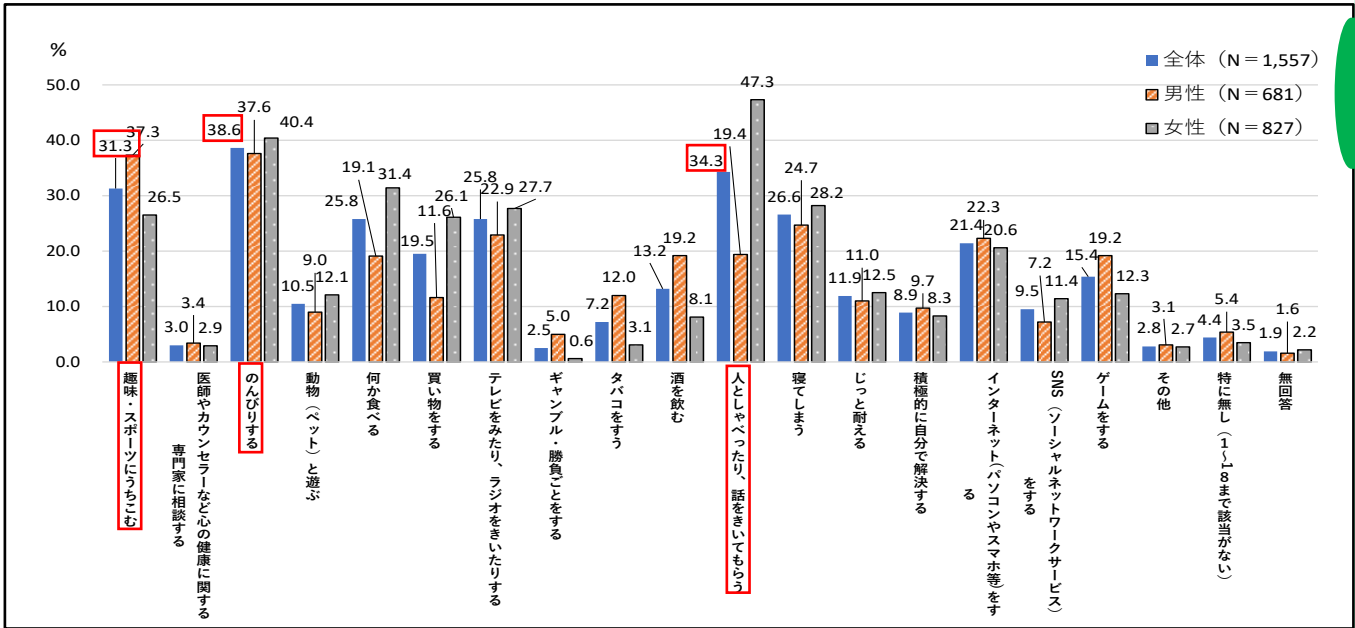


図 23. 悩みやストレスがあった時の対処法(男女別)

こころの状態別で見ると、15点以上では「じっと耐える」が43.4%と最も高く、次いで「寝てしまう」が41.0%、「インターネット(パソコンやスマホ等)をする」が30.1%となっています。

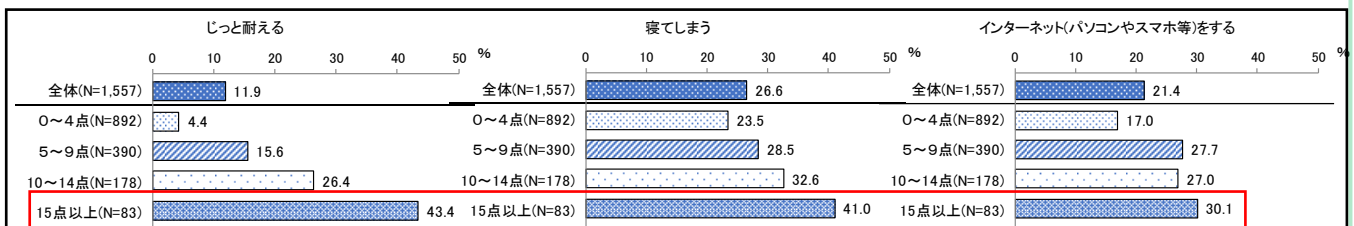


図 24. 悩みやストレスがあった時の対処法(こころの状態 15点以上 1位~3位 抜粋)

また、悩みやストレスの対処方法として高い上位の3項目(「のんびりする」「人としゃべったり、話を聞いてもらう」「趣味・スポーツにうちこむ」)が、こころの状態 15点以上では低くなっています。

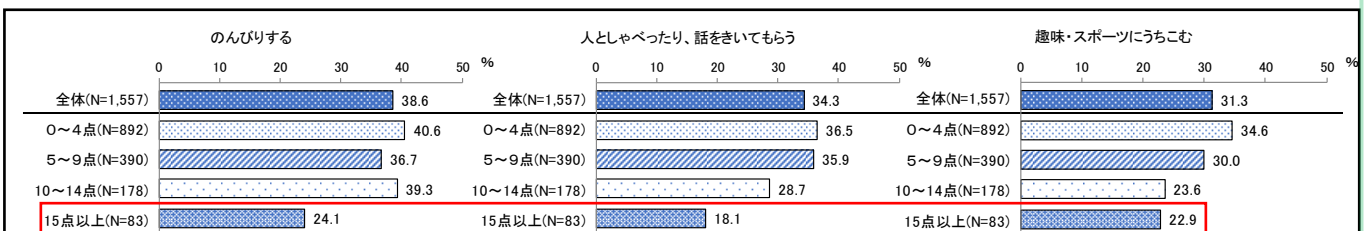


図 25. 悩みやストレスがあった時の対処法(上位点数別抜粋)

## (8) うつ病と思われるときの対処

令和5年は、平成30年よりも「受診しない」割合が7.9%上昇しました。

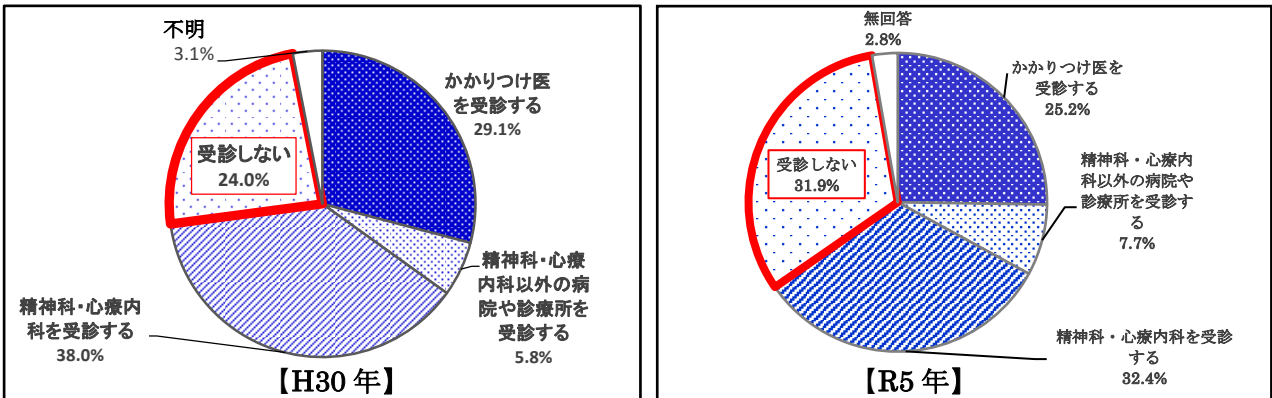


図 26. うつ病と思われるときの対処法

「こころの状態」別で点数が高い属性ほど「受診しない」の割合が高く、15点以上では5割を超えています。

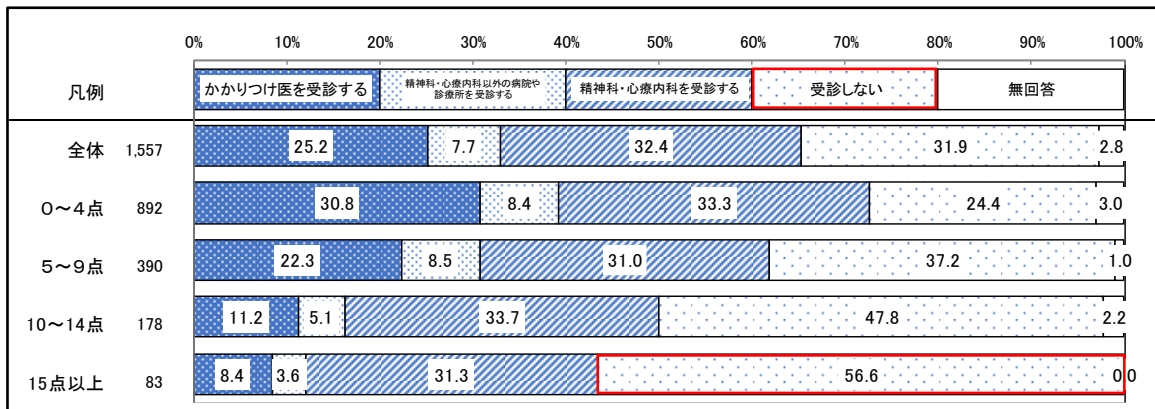


図 27. うつ病と思われるときの対処法（「こころの状態」別）

医療機関を受診しない理由は「治療しなくても、ほとんどは自然に治ると思う」が最も多く、次いで「治療にお金がかかると思う」、「どこに受診したらよいかわからない」となっています。

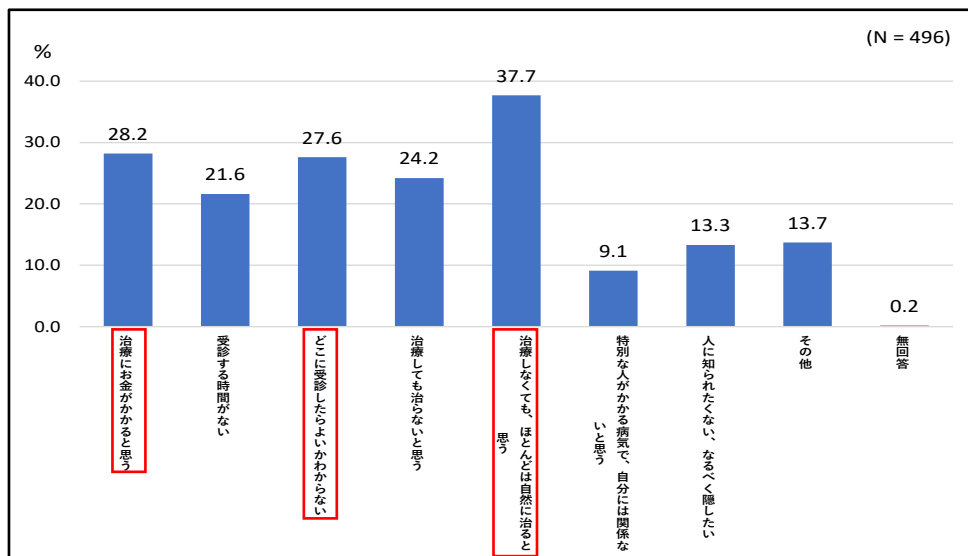


図 28. 受診しない理由

### (9) 過去1年以内に死にたいと思ったことがある人

全体で【死にたいと思ったことがある】（「頻繁に思った」「ときどき思った」の合計）の割合は13.1%で、女性の割合が高くなっています。

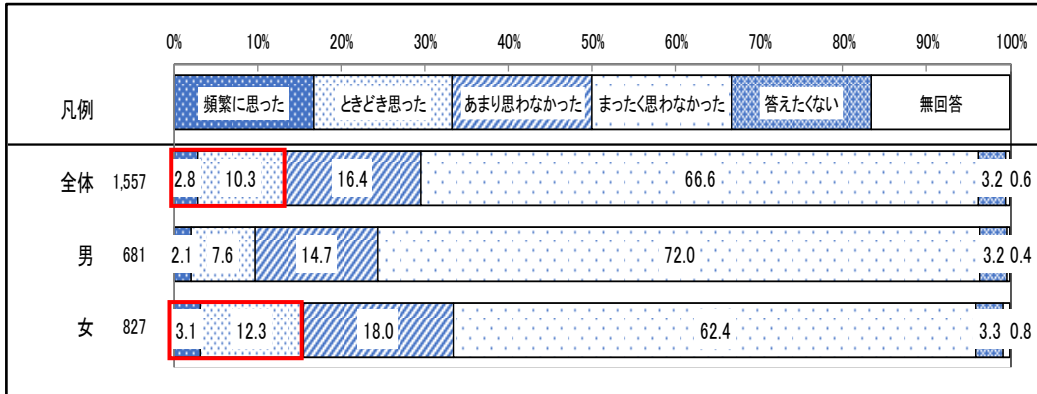


図 29. 過去1年以内に死にたいと思ったことがある人（男女別）

年齢が若いほど「死にたいと思ったことがある」割合が高くなる傾向にあり、20歳未満は26.8%、20歳代は22.9%、30歳代は17.7%となっています。また、平成30年の調査時と比較すると、20歳代、30歳代、50歳代が増加しています。（※20歳未満は平成30年データなし）

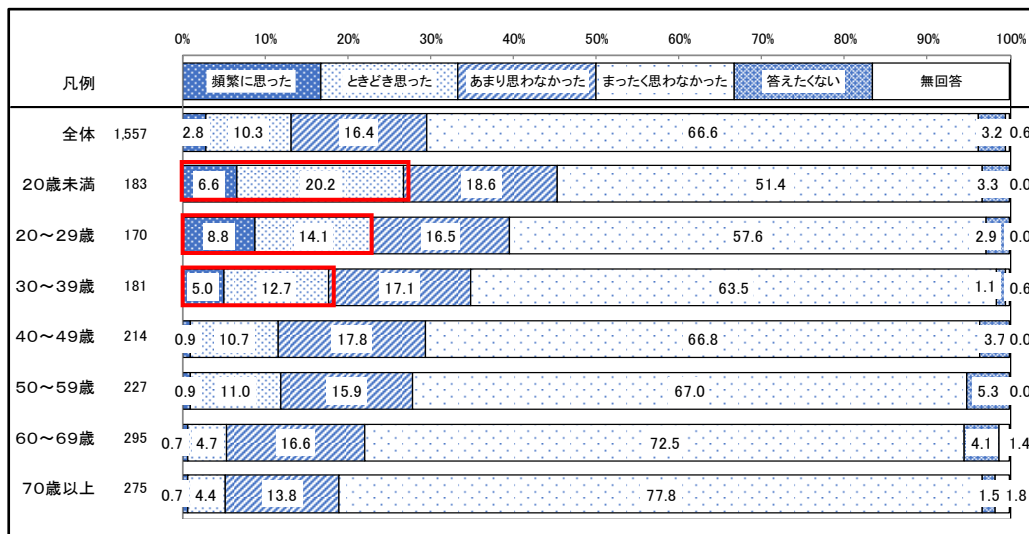


図 30. 過去1年以内に死にたいと思ったことがある人（年代別）

## (10) 過去1年以内に自殺しようとした人

全体で過去1年以内に自殺しようとしたことが「あった」が2.1%、「答えたくない」が3.4%、「なかった」が94.2%でした。男女比はほぼ同じでした。年代別では、20歳未満、20歳代、30歳代で「あった」の割合が、他の年代に比べて高くなっています。

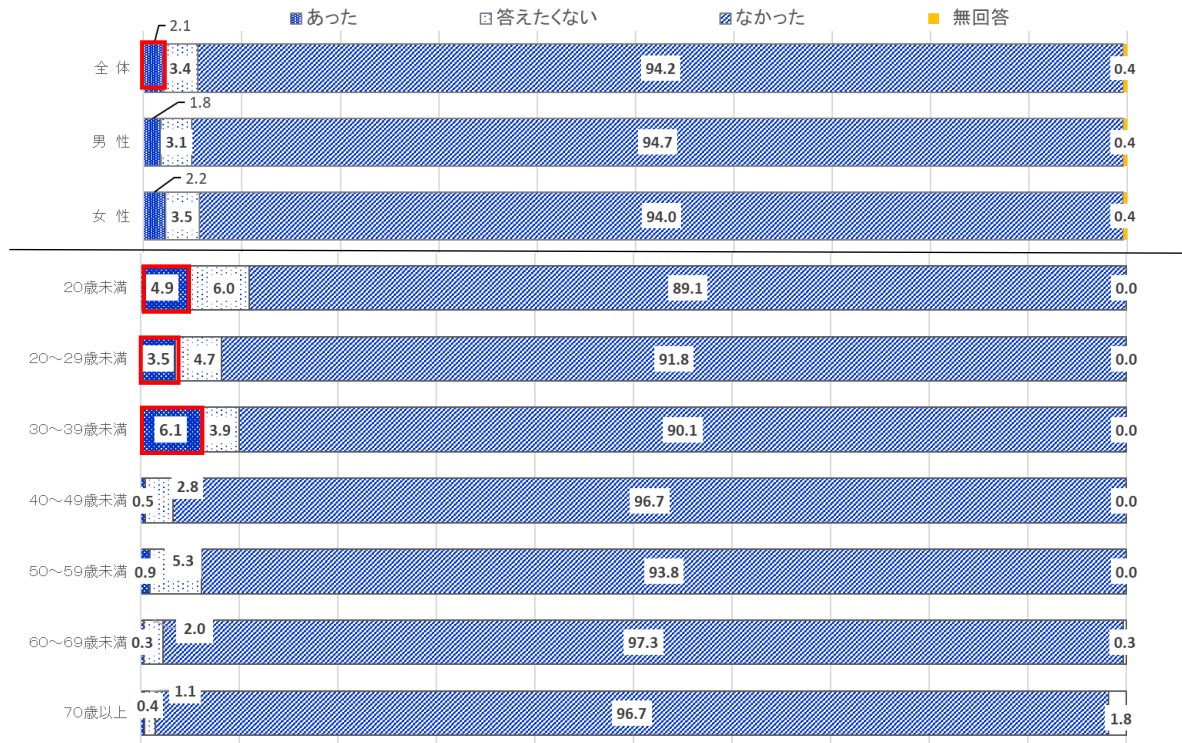


図 31. 過去1年以内に自殺しようとした人（男女別・年代別）

## (11) 自殺対策として大切なこと

【大切】（「とても大切」「大切」の合計）の割合は、「高齢者の孤立を防ぐ対策」、「景気の早期回復」がともに約91%と高く、次いで「学校での「いのちの教育」や「こころの教育」、「自殺未遂者への支援」がともに約88%となっています。（※複数回答可）

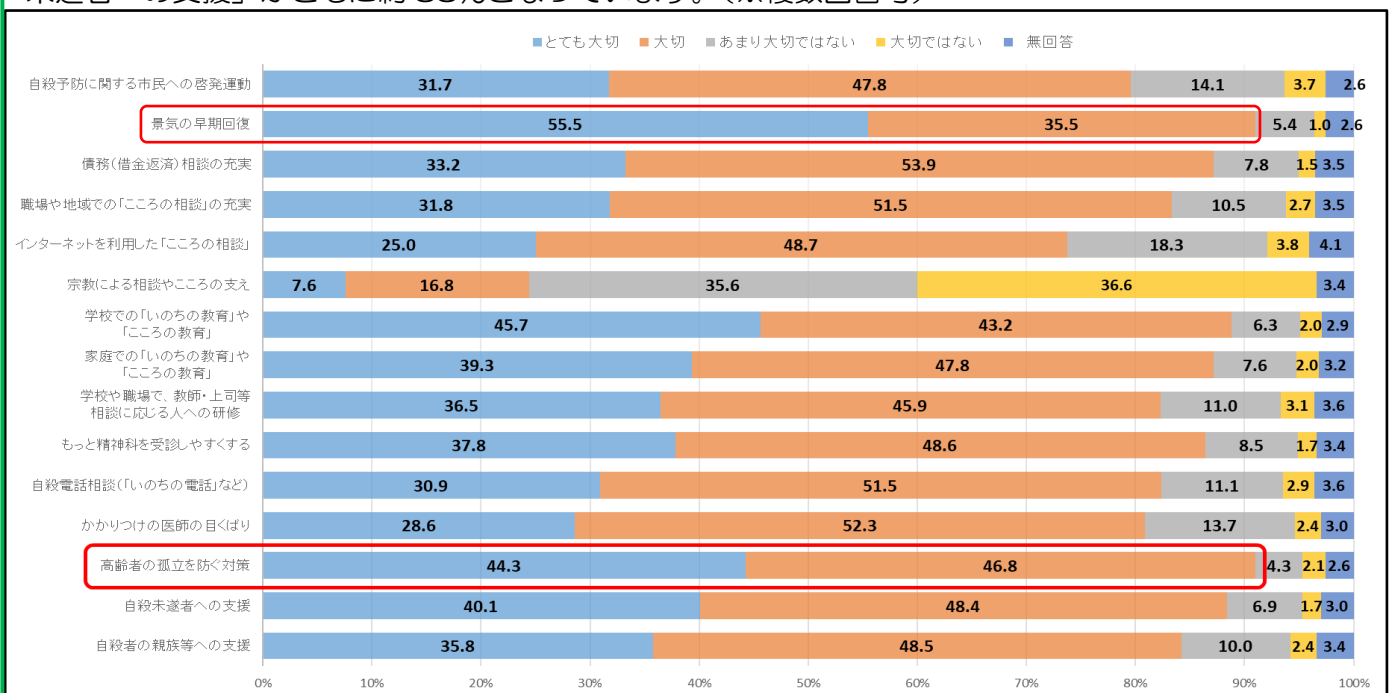


図 32. 自殺対策として大切なこと - 17 -

(12) ゲートキーパーについて

「知っている」「言葉は聞いたことがある」は合わせて 17.3%で、約 8 割が「知らない」と回答しています。

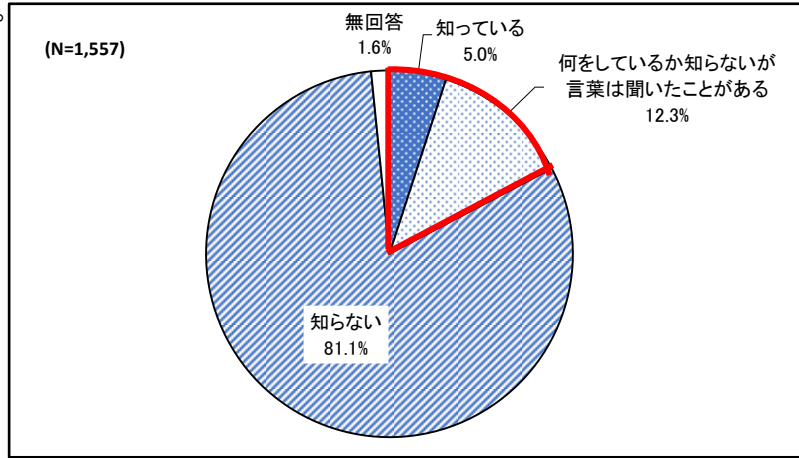


図 33. ゲートキーパーを知っているか

ゲートキーパーを知ったきっかけは「職場」が 35.9%で最も高く、次いで「学校」が 19.2%、「松山市広報紙」と「テレビ」がともに 16.7%となっています。（※複数回答可）

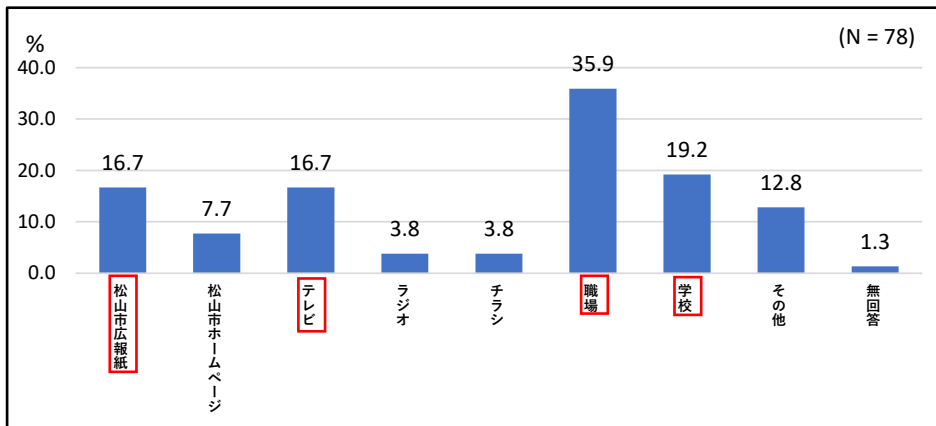


図 34. ゲートキーパーを何で知ったか

ゲートキーパーを「知っている」5.0%（78名）の内、ゲートキーパー研修受講歴がある 22 名の、研修受講後に知識を活用する機会があったかの回答は、「活用する機会がなかった」が最も高くなっています。（※複数回答可）

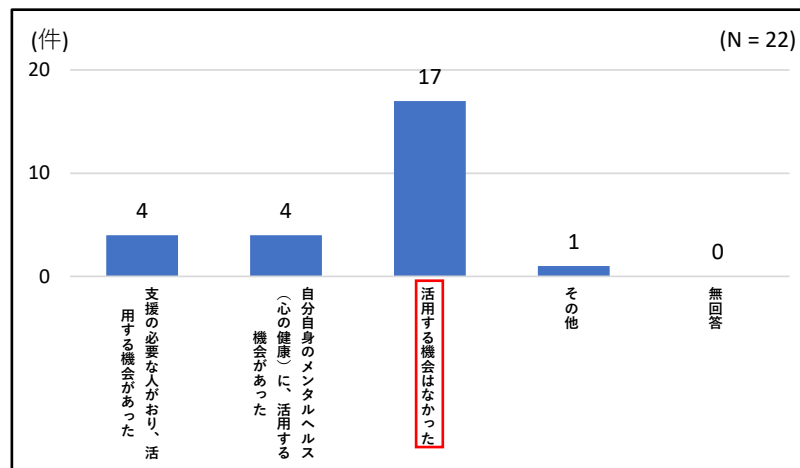


図 35. ゲートキーパー研修後に知識を活用する機会があったか

### (13) 相談機関の認知度

相談機関の認知度について、【知っている】（「よく知っている」と「名前ぐらいは知っている」の合計）の割合は、「松山市保健所」が67%と最も高く、次いで「愛媛いのちの電話」が61.4%「地域包括支援センター」が60.2%となっています。

一方「知らない」の割合は、「愛媛弁護士会（LGBTQのための無料電話相談）」が82.5%と最も高く、次いで「こころ塾」が82.4%「日本産業カウンセラー協会」が80.2%となっています。

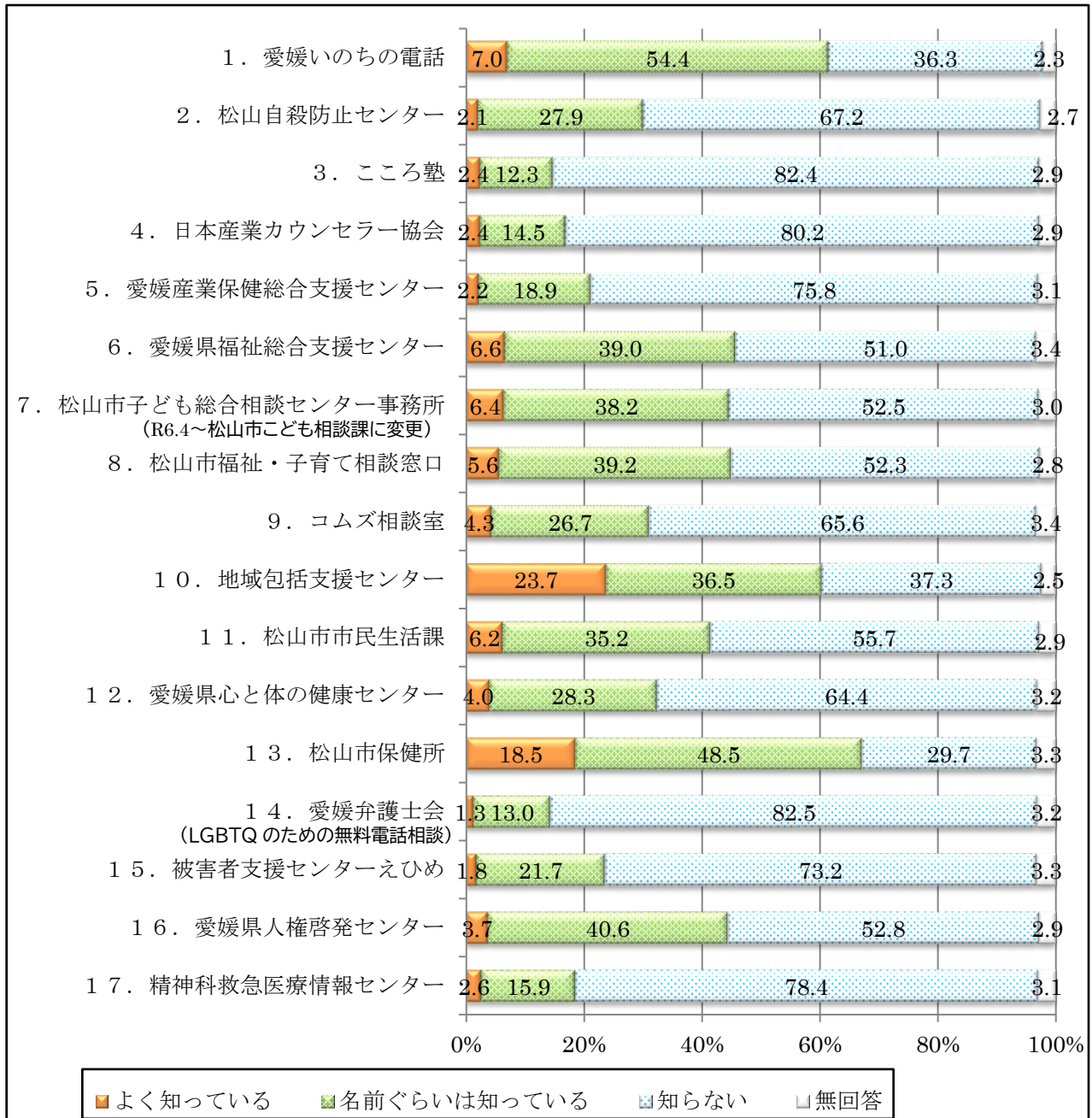


図 36. 相談機関別の認知度の割合

## 2-4 ゲートキーパー研修受講者数と受講後アンケートから分かる現状

### (1) ゲートキーパー研修受講者数の推移

松山市では、平成23年度からゲートキーパー研修を開催し、令和5年度までに累計16,000人が研修を受講しました。

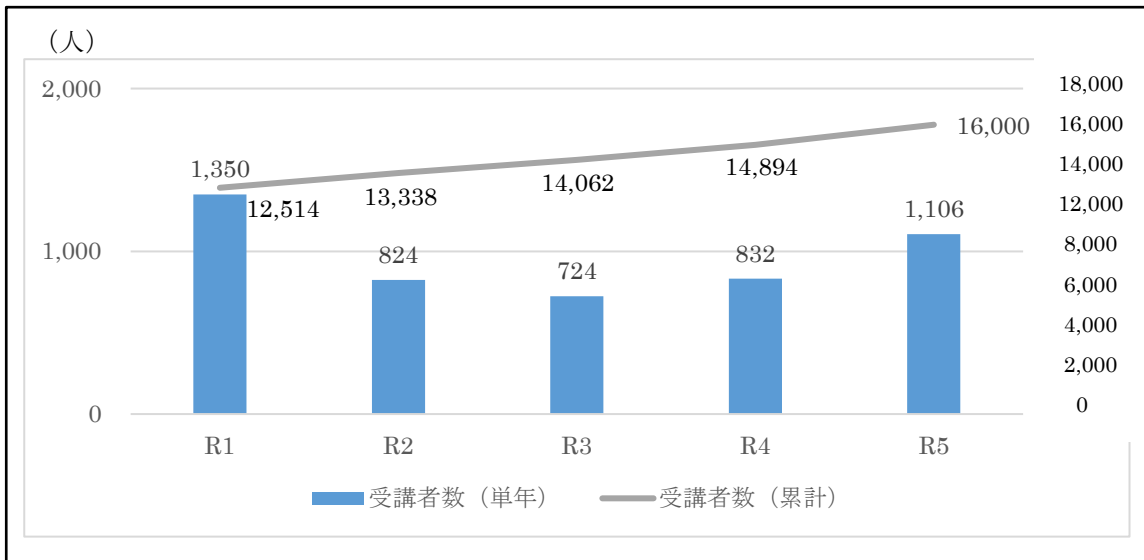


図 37. ゲートキーパー受講者数の推移

### (2) ゲートキーパー研修受講後アンケートから分かる受講者の理解度

ゲートキーパー受講後アンケートを行ったところ、研修の内容が「理解できた」と回答した人は、約74%~79%で推移しています。

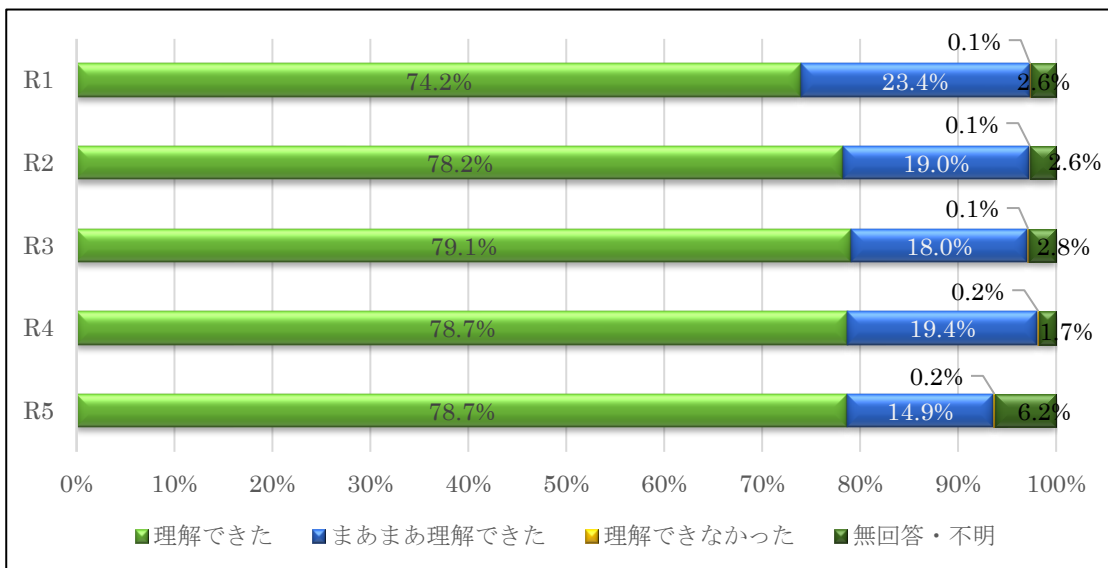


図 38. ゲートキーパー研修の内容の理解度の割合

## 2-5 統計及びアンケート調査から分かる松山市の課題

統計及びアンケート調査から、強化して取り組む課題が明らかになりました。

- ① 死にたいと思ったことがあるとの回答は 20 歳未満が最も多く、次いで 20 歳代、30 歳代の順
- ② 過去 1 年以内に自殺をしようとしたとの回答は、30 歳代が最も多く、次いで 20 歳未満、20 歳代の順
- ③ 自殺対策として大切なことへの回答は、学校でのいのちやこころの教育が多い
- ④ 10 代女性の自殺者が増加

→ 子ども、若年者

- ④ 10 代女性の自殺者が増加（再掲）
- ⑤ 令和 4 年に女性の自殺者の比率が増加  
（女性の自殺者の動機では健康問題（うつ病）が多い）

→ 女性

- ⑥ 悩みやストレスを誰かに相談している割合は 70 歳以上が低い
- ⑦ 自殺対策として大切なことへの回答は、高齢者の孤立対策が多い

→ 高齢者

- ⑧ 悩みやストレスの内容は、1 位：将来、2 位：仕事に関する事（失業以外）、3 位：現在の収入など

→ 生活困窮者

- ⑨ 40～60 歳代の平均自殺死亡率は全国より高く、50 歳代の働く世代が最も高い
- ⑩ 50～60 歳代の現役世代は相談相手がない割合が高い

→ 勤務・経営問題

- ⑪ 心理的に高ストレス状態（こころの状態 15 点以上）にある場合、悩みやストレスへの対処法として、人としゃべったり話を聞いてもらうなどの割合が低く、インターネット（パソコンやスマホ等）をするなどの割合が高い
- ⑫ ゲートキーパーについて、約 8 割が知らないと回答
- ⑬ 自殺対策として大切なことへの回答は、自殺未遂者への支援が多い

→ 総合的な支援

市民一人ひとりが自殺は身近な問題であることを認識するとともに、自殺予防の視点を持ち、自身のこころの健康づくりに関心を持つことが大切です。

第 3 次松山市自殺対策基本計画では、こうした松山市の現状や課題を考えたうえで、自殺対策に関する具体的な取組を推進していきます。



## コラム2 ゲートキーパーと自殺のサイン

### ゲートキーパーとは…

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。話をよく聴き、一緒に考えてくれるゲートキーパーがいることは、悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心を与えます。



#### 気づき…家族や仲間の変化に気づく

大切な人の様子が「いつもと違う」場合、何か悩みを抱えているかもしれません。生活等の「変化」は悩みの大きな要因となります。



#### 声かけ…一歩勇気を出して声をかける

本当につらい時は相談しにくいものです。声をかけることで、気づいてもらえたという安心感が生まれます。



#### 傾聴…本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

心配していることを伝え、相手の気持ちを否定せず受け止めましょう。安易な激励は逆効果になることもあります。



#### つなぎ…早めに専門機関に相談するよう促す

必要に応じて、丁寧に専門機関の情報提供をしましょう。可能であれば、相談者の了承を得た上で、連携先に連絡を取りましょう。



#### 見守り…温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

つないだ後も、必要があれば相談にのることを伝え、見守りましょう。問題の解決には時間がかかりますが、誰かが気にかけてくれることで安心します。

### 自殺のサイン（自殺予防の10か条）

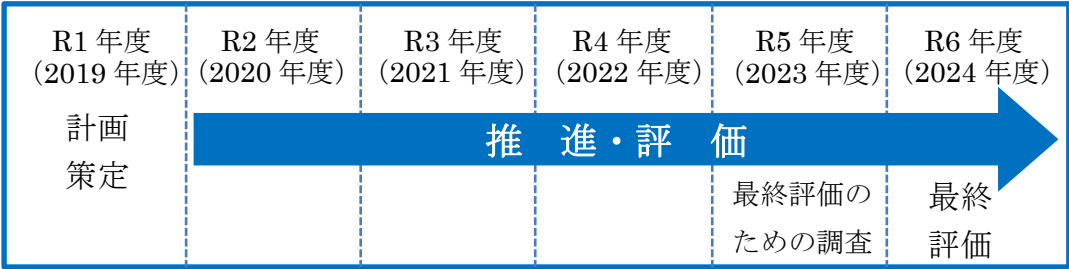
1. うつ病の症状に気をつける  
（気分が沈む、自分を責める、仕事の能率が落ちる、決断できない、不眠が続くなど）
2. 原因不明の身体の不調が長引く
3. 酒量が増す
4. 安全や健康が保てない
5. 仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
6. 職場や家庭でサポートが得られない
7. 本人にとって価値のあるもの（職、地位、家族、財産）を失う
8. 重症の身体の病気にかかる
9. 自殺を口にする
10. 自殺未遂に及ぶ



（資料：厚生労働省「職場における自殺の予防と対応」より）

3-1 第2次松山市自殺対策基本計画の概要

(1) 計画の期間



(2) 自殺対策の8つの方針

1. 自殺に関する調査・研究の推進
2. 自殺に関する市民の理解の推進
3. 自殺対策に関する人材の確保・育成
4. 心の健康づくりの相談体制の整備・充実
5. 医療機関との連携の確保
6. 自殺発生回避のための社会的取組の推進
7. 自殺未遂者、自殺者の親族等関係者に対する支援
8. 自殺対策に関する活動を行う民間団体の当該活動に対する支援

## 3-2 第2次松山市自殺対策基本計画の取組と評価

令和2年3月に策定した第2次松山市自殺対策基本計画は、自殺対策基本法及び松山市自殺対策基本条例の規定に基づき、松山市の現状に応じて策定・推進しました。

計画期間の終期を迎えることから、令和2年度から令和6年度までの5年間の取組の評価を行いました。

【評価に当たっての注意点】  
第2次松山市自殺対策基本計画の最終評価から、計画期間終了年度の前年度の実績値を用いて、評価を行っているよ。



### (1) 具体的な数値目標の状況

数値目標	基準値（平成30年）	目標値（令和5年）	現状（令和5年）	結果
1. 自殺死亡率の減少	松山市自殺死亡率 <b>16.8</b> （※厚生労働省人口動態統計）	14.0	18.6（令和4年） 令和5年の数値が分かり次第修正します。	未達成
2. 自分にはよいところがあると考える児童・生徒の割合の増加	小学生 <b>79.5%</b> 中学生 <b>74.7%</b> （平成26年度～平成30年度、小学6年生及び中学3年生の平均）	小学生・中学生ともに <u>基準値からの上昇</u> を目指す （令和2年度～令和5年度平均）	小学生 <b>79.4%</b> 中学生 <b>78.4%</b> （令和3年度～令和5年度平均） ※令和2年度は新型コロナウイルスの影響で調査なし	小学生 <b>未達成</b> 中学生 <b>達成</b>
3. 悩みやストレスを誰かに相談する人の割合の増加	男性 <b>39.8%</b> 、 女性 <b>60.1%</b> （R5.9 メンタルヘルスに関する調査結果）	男性 <b>60%以上</b> 女性 <b>75%以上</b>	男性 <b>40.4%</b> 女性 <b>60.2%</b>	未達成
4. 「松山市かかりつけ医と精神科医の連携の手引き」を活用した研修会の開催	1回開催	毎年1回継続して実施 （令和2年度～令和5年度）	毎年1回実施 （新型コロナウイルス感染症の影響で実施できなかった令和2年度を除く）	達成 （新型コロナウイルスの影響を除く）
5. ゲートキーパーの養成及び質の向上	ゲートキーパー研修受講者数 <b>11,164人</b> （平成30年度までの累計）	16,000人 （令和5年度までの累計）	16,000人	達成
	ゲートキーパー研修の受講者アンケートで、「理解できた」と回答する割合 理解度 <b>66.2%</b> （平成27年度～平成30年度平均）	理解度 <b>75%以上</b> （令和2年度～令和5年度平均）	理解度 <b>77.6%</b> （令和2年度～令和5年度平均）	達成

## (2) 8つの方針についての取組と評価

方針	主な取組	評価
1. 調査・研究の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>人口動態統計、自殺統計等の資料を用いて、自殺の現状の分析</li> <li>メンタルヘルスに関するアンケート調査の実施（R5年9月に、市内在住の15歳以上の方から無作為抽出した3,500名を対象に実施）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>市の自殺の現状について分析するとともに、自殺の実態や市民の心の健康に関する意識を把握し、今後の自殺対策について検討を行いました。</li> </ul> <p>⇒明らかになった自殺の実態を、<b>自殺予防活動につなげていくことが必要</b>です。</p>
2. 市民の理解の促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>自殺予防週間や自殺対策強化月間での啓発活動</li> <li>幼児健診の案内時や学校を通じて、心の健康や困った時の相談先を掲載した啓発資材を配布</li> <li>大学生や専門学校生に向けた啓発活動</li> <li>メンタルヘルス講座（出前健康教育）の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>街頭キャンペーン、ラジオ、市政広報番組、大学祭やSNSなど、あらゆる機会を捉えて幅広い世代に、様々な手法でメンタルヘルスに関する周知啓発を行いました。</li> <li>児童・生徒に配布する啓発資材は、より効果的になるよう内容や配布時期を検討し配布を行いました。</li> </ul> <p>⇒<b>周知啓発の継続や社会のニーズに沿った啓発方法の検討</b>が必要です。</p>
3. 人材の確保・育成	<ul style="list-style-type: none"> <li>「ゲートキーパー養成講座基礎研修」、スキルアップを目指した「ステップアップ研修」及び支援者のセルフケアを取り入れた「フォローアップ研修」を実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>一般市民のほか、企業で働く方、福祉関係者、学生、教職員、市職員なども対象として、ゲートキーパー養成講座基礎研修を行いました。</li> <li>ゲートキーパー基礎研修は、受講への利便性の向上のため、オンラインでの開催も行いました。</li> </ul> <p>⇒市民一人ひとりが自殺対策の担い手となるためにも、<b>ゲートキーパー養成の継続</b>が必要です。</p>
4. 相談体制の整備・充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健師や精神保健福祉士によるこころの健康相談を実施</li> <li>こどもから高齢者まで、様々な世代が抱えている悩みや問題に対応するための各種相談事業を実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>本人や家族からの相談に個別に対応し、必要に応じて関係機関と連携し、問題解決に向けた支援を行いました。</li> <li>相談方法として、子育て世代や若者を対象にSNSを活用した相談も開始するなど、ニーズに応じた相談体制を整備しました。</li> </ul> <p>⇒引き続き、<b>関係部署や関係機関が連携し、包括的な支援</b>が行えるよう、精神保健に課題を抱える方への<b>相談体制の整備・強化</b>を進めていく必要があります。</p>

方針	取組	評価
5. 医療機関との連携の確保	<ul style="list-style-type: none"> <li>「かかりつけ医と精神科医の連携の手引き」を活用した、かかりつけ医と精神科医との連携を強化するとともに、保健・医療・福祉関係者向けの研修等を実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>医療機関や相談機関の従事者が自殺を身近な問題として捉え、精神保健上の問題だけでなく、生活困窮、過労、育児・介護疲れ、社会的孤立などの自殺背景を理解し、今後の自殺防止対策について考えることができました。</li> <li>⇒引き続き、<b>精神疾患に対する正しい知識の普及と自殺対策に関する理解を高める</b>ことが大切です。</li> </ul>
6. 自殺発生回避のための社会的取組の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>精神保健福祉士、社会福祉士、司法書士など多職種の専門職による相談会を実施</li> <li>精神保健福祉士による夜間の電話相談や、精神障がいを持つ当事者による電話相談の実施。</li> <li>子育て、介護、いじめ、経済など様々な問題に対応するための事業を実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>相談を通じて、不安や孤独・孤立感の軽減につながることができました。</li> <li>自殺の要因となり得る様々な問題に、当事者の立場にある方も含め、様々な職種や関係機関が対応することで、生きることの包括的な支援につながることができました。</li> <li>⇒<b>関係機関の連携を強化</b>し、生きることの包括的な支援を充実させていくことが求められます。</li> </ul>
7. 自殺未遂者、親族等に対する支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>救急病院を受診した自殺未遂者や家族に対し、再び自殺することがないように、同意が得られた方への家庭訪問等による相談支援を実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>救急病院と連携し、同意の得られた方に対して、継続した支援を行うことができました。</li> <li>⇒<b>救急病院との連携体制の整備に努め、支援を継続</b>するとともに、<b>警察との連携も視野に入れて取り組む</b>必要があります。</li> </ul>
8. 民間団体の活動に対する支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>自殺対策に関する活動を行う民間団体との連絡会を定期的実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>関係機関関係機関連絡会を年2回開催し、情報共有・情報交換を行いました。</li> <li>⇒地域全体で自殺対策を推進していくため、<b>引き続き民間団体と連携していく</b>必要があります。</li> </ul>

### (3) 強化していく事項についての取組と評価

強化していく事項	主な取組	評価
1. 若年層への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>小中学生に対して、SOS の出し方に関する教育を実施</li> <li>年齢に応じた啓発グッズを小中高生に配布</li> <li>大学祭での精神保健に関する正しい知識の啓発</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>各小中学校で、学級活動や道徳の時間等を活用し、児童生徒への SOS の出し方に関する教育に取り組みました。</li> <li>心の健康の大切さや悩みを抱えた時の解決方法について、小中高生に対し、啓発グッズを配布する等の取組を行いました。</li> <li>大学生に対しては、大学と連携しながら、ゲートキーパー研修や学園祭などの場で、相談窓口や心の健康について周知することができました。⇒<b>各取組を継続</b></li> </ul>
2. 働き盛りの年代への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>企業を対象としたゲートキーパー研修の実施</li> <li>地域の働く世代を対象とした出前健康教育で心の健康づくりについて講話</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>依頼のあった企業を対象に、ゲートキーパー研修を随時行い、心の健康やゲートキーパーの役割について周知しました。</li> <li>松山市健康づくり応援パートナー登録企業に対し、心の健康づくりについて講話を行うとともに、ゲートキーパー研修の周知啓発を行いました。⇒<b>各取組を継続</b></li> </ul>
3. 市民への周知啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>年間を通じた周知啓発の実施</li> <li>出前健康教育で心の健康づくりについて講話</li> <li>ゲートキーパーについて周知啓発を実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>街頭キャンペーンやホームページ、松山市公式 LINE 等を利用し、自殺予防や各種相談窓口、ゲートキーパーについての周知啓発を行いました。</li> <li>心の健康づくりについて、出前健康教育を行うことで、市民に対して正しい知識の普及・啓発を行いました。⇒<b>各取組を継続</b></li> </ul>
4. うつ病など精神疾患の疑いのある方への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>かかりつけ医と精神科医の連携の強化として研修会を実施</li> <li>産後うつ病対策</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>年1回、医療関係者や保健・福祉関係者を対象に研修会を開催し、自殺対策に関する知識の普及啓発を行いました。</li> <li>産後うつ病対策として、産婦健診や産後ケア事業を開始したほか、こんにちは赤ちゃん訪問時に産後うつについての聞き取りを行う等、様々なタイミングで早期発見、早期対応を行いました。⇒<b>支援を継続</b></li> </ul>
5. 自殺未遂者への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>再び自殺をすることのないよう各相談窓口を周知</li> <li>家庭訪問による自殺未遂者への支援を実施</li> <li>自殺未遂者に関わる消防・救急医療機関との連携</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>消防や救急医療機関を通して、相談先を記載したリーフレットを配布し、相談窓口を周知しました。⇒<b>警察との連携にも取り組む</b></li> <li>同意の得られた方に対して、家庭訪問等を行い本人及び家族の支援等を行いました。⇒<b>支援を継続</b></li> </ul>
6. 自殺対策に関わる人材育成	<ul style="list-style-type: none"> <li>ゲートキーパーの養成</li> <li>ゲートキーパー研修内容等の見直し</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>一般市民を対象としたゲートキーパー研修の他、企業や住民団体から依頼があれば随時研修を行うなど、幅広く人材の育成を行いました。⇒<b>取組を継続</b></li> <li>オンラインでの研修を行い、より参加しやすい工夫をしました。</li> </ul>



## 4-1 基本理念

平成19年に策定され、令和4年に見直しが行われた国の「自殺総合対策大綱」の基本理念である「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て」に合わせ、「誰も自殺に追い込まれることのない松山市」を目指すことを基本理念とします。

## 4-2 基本方針

令和4年10月に閣議決定された国の自殺総合対策大綱の基本方針を受けて、松山市でも、以下の6項目を基本方針とします。

### (1) 生きることの包括的な支援として推進する

自殺のリスクは、個人でも社会でも「生きることの促進要因※1（自殺に対する保護要因）」より「生きることの阻害要因※2（自殺のリスク要因）」が上回ったときに高くなるとされています。

- ※1 生きることの促進要因：自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力等
- ※2 生きることの阻害要因：過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立等

自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させる方向で、「生きることの包括的な支援」として推進する必要があります。

「自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、その多くが防ぐことができる社会的な問題である」との基本認識の下、自殺対策を「生きることの包括的な支援」として、社会全体の自殺リスクを低下させるとともに、一人ひとりの生活を守るという姿勢で展開していきます。

また、この考え方は、「誰一人取り残さない」持続可能でよりよい社会の実現を目指す、世界共通の目標であるSDGsの理念とも合致するものであることから、自殺対策は、SDGsの達成に向けた政策としての意義も持ち合わせるものです。

## SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



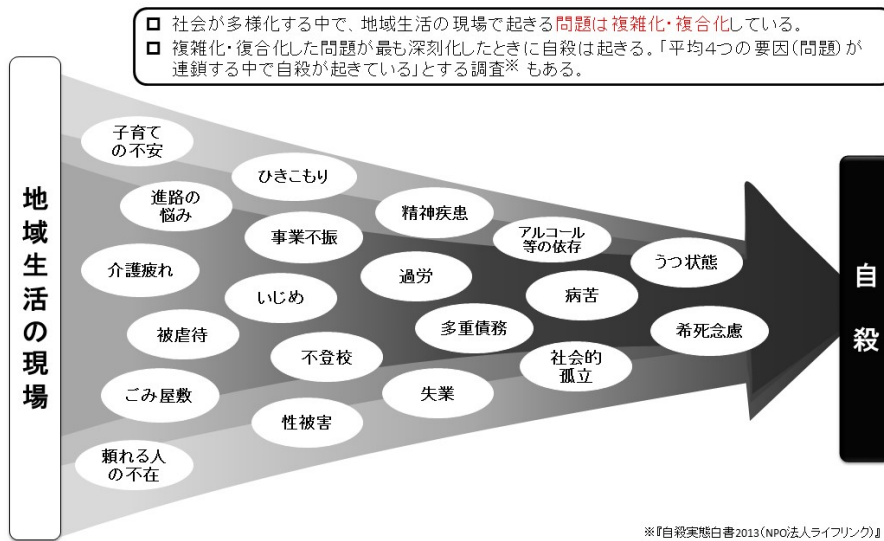


## (2) 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む

自殺を防ぐためには、自殺に追い込まれようとしている人が安心して生きられるように、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取組が重要です。

自殺の要因となり得る生活困窮、孤独・孤立、児童虐待、性暴力被害、ひきこもり、性的マイノリティ等の分野との連携した取組を行っていきます。また、連携の効果をさらに高めるため、様々な分野の生きる支援にあたる人々が、それぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有することが重要です。

### <自殺の危機要因イメージ図>



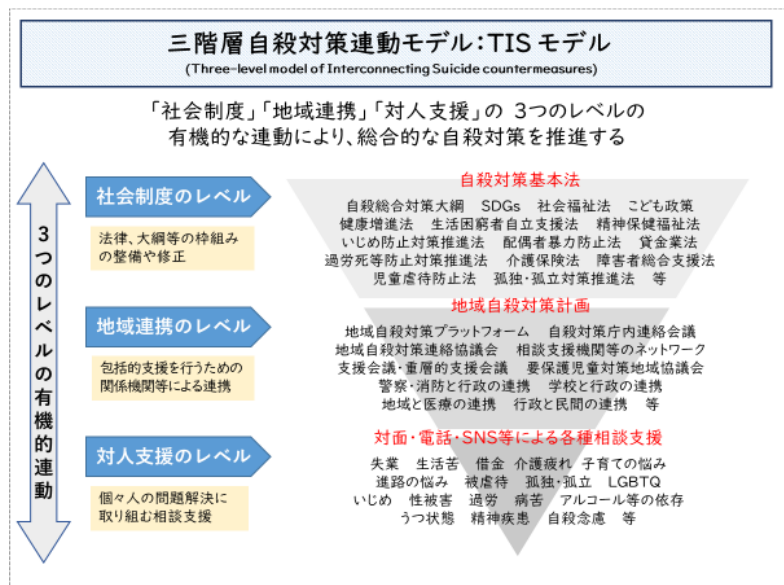
(厚生労働省自殺対策計画策定の手引より)

## (3) 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる

自殺対策に係る個別の施策は、

- ① 個々人の問題解決に取り組む相談支援を行う「対人支援のレベル」
- ② 問題を複合的に抱える人に対して包括的な支援を行うための関係機関等による実務連携などの「地域連携のレベル」
- ③ 法律、大綱、計画等の枠組みの整備や修正に関わる「社会制度のレベル」

この3つのレベルに分けて考え、これらを有機的に連動させることで、総合的に推進することが大切です。



(厚生労働省自殺対策計画策定の手引より)

また、

- ① 心身の健康の保持増進についての取組、自殺や精神疾患等についての正しい知識の普及啓発等自殺の危険性が低い段階で対応を行う「事前対応」
- ② 現に起こりつつある自殺発生の危険に介入し、自殺を発生させない「危機対応」
- ③ 自殺や自殺未遂が生じた場合に家族や職場の同僚等に与える影響を最小限とし、新たな自殺を発生させない「事後対応」

の3つの段階ごとに、効果的な施策を行う必要があります。

さらに、「事前対応の前段階での取組」として、学校で辛いときや苦しいときには助けを求めてもよいということを学ぶ「SOSの出し方に関する教育」や、孤立を防ぐための「居場所づくり」を推進する必要もあります。

#### (4) 実践と啓発を両輪として推進する

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」であり、市民の誰もが当事者となり得る問題であることを社会全体の共通認識として捉えられるよう、積極的に普及啓発を行っていきます。

全ての市民が、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインに気づき、精神科医等の専門家につなぎ、その指導を受けながら見守っていけるよう、広報活動、教育活動等に取り組んでいきます。

#### (5) 関係者の役割を明確化し、連携・協働を推進する

「誰も自殺に追い込まれることのない松山市」を目指すため、関係機関が連携・協働して自殺対策を総合的に推進することが必要です。そのためには、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化、共有した上で、相互の連携・協働の仕組みを構築することが重要です。

市民一人ひとりが主役となる自殺対策を推進するとともに、自殺対策関係機関が連携し、自殺対策に取り組んでいきます。

#### (6) 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する

自殺者及び自殺未遂者、並びに親族や関係者等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、これらを不当に侵害することのないようにしなければならないということを、あらためて認識し、自殺対策に取り組んでいきます。

## 4-3 基本施策

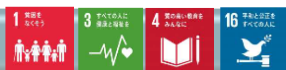
松山市自殺対策の基本方針や「地域自殺対策政策パッケージ」※に示されている基本施策の内容を受けて、松山市自殺対策基本条例に基づき、以下の8項目を松山市自殺対策の基本施策とします。  
 ※地域自殺対策政策パッケージ：計画策定の参考になるための工夫や留意点等を示したもの  
 一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター作成

### (1) 自殺に関する調査・研究の推進



自殺者や遺族のプライバシーに配慮しつつ、自殺対策の推進に役立つ調査研究等を多角的に取り組むとともに、その結果を自殺対策の実務的な視点からも検証し、検証による成果等を速やかに自殺対策の実践に還元します。

### (2) 自殺に関する市民の理解の推進



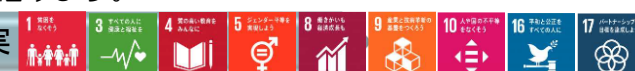
自殺は「誰にでも起こり得る危機」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があります。そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、誰もが当事者となり得る重大な問題であることについて、市民の理解を促進するとともに、市民一人ひとりが自殺対策の担い手であるという意識が共有されるよう取り組みます。

### (3) 自殺対策を支える人材の確保・育成



様々な分野で、「生きることの包括的な支援」に関わっている専門家や支援者等を自殺対策に関わる人材として確保・育成するために、幅広い分野で自殺対策教育や研修等を行います。また、市民一人ひとりが、周りの人の異変に気付いた時に、ゲートキーパーとして適切に行動することができるよう、必要な知識の普及に取り組みます。

### (4) 心の健康づくりの相談体制の整備・充実



自殺の原因となる様々なストレスについて、ストレス要因の軽減、ストレスへの適切な対応など、心の健康の保持・増進のための相談体制をさらに充実させます。

### (5) 地域でのネットワークの強化



自殺の危険性の高い人の早期発見に努め、必要に応じて精神科医療につなぐ取組を進めます。また、精神科医療につながった後も、経済・生活の問題、福祉の問題、家族の問題など、その人が抱える悩みに対して、精神科医療、保健、福祉等の連携に努め、生きることの包括的な支援としての自殺対策を地域全体で推進することを目指します。

### (6) 自殺発生回避のための社会的取組の推進



様々な問題に対応するため、様々な分野で「生きることの阻害要因」※<sub>1</sub>を減らし、併せて「生きることの促進要因」※<sub>2</sub>を増やす取組を推進します。

- ※<sub>1</sub> 生きることの阻害要因：過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立等
- ※<sub>2</sub> 生きることの促進要因：自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力等

### (7) 自殺未遂者、自殺者の親族等関係者に対する支援の充実



自殺未遂者が再び自殺することを防ぐため、救急医療機関や消防、警察とも連携し、適切な相談機関や精神科医療につなぐなどの介入を行います。また、自殺により遺された人への必要な情報提供や支援を行う取組を推進します。

### (8) 自殺対策に関する活動を行う民間団体との連携



自殺対策では、民間団体は非常に重要な役割を担っています。そのため、民間団体による、自殺対策を目的とした相談事業や事業に携わる相談員の人材育成等に対して支援するとともに、公的機関、民間団体等と連携します。

## 4-4 重点施策

自殺総合対策大綱で示された重点施策や、「松山市の自殺の現状」、「市民意識調査の結果」等を受けて、以下の事項を強化して取り組みます。

### (1) こども・若者への支援

#### ① 自殺予防の普及啓発等

「こころの健康」に関する啓発資料を作成し若者に周知するほか、自殺の要因となり得る依存症を含め、早い時期からのメンタルヘルスに関する正しい知識の普及と相談先についての周知を行います。

#### ② 児童・生徒に対する SOS の出し方に関する教育の推進

#### ③ 児童・生徒から発せられた SOS を適切に受け止めるための大人向けの研修の実施

悩みを抱えた時の解決方法についての教育及びそれを受け止める大人向けの研修を行う必要があります。

#### ④ 遺族（こども）への支援

ケアを要する家族がいるなど、支援を必要としている遺族（こども）に対し、学校や地域で適切に情報を提供し関係機関につなぐ等、必要な支援が受けられるよう対応することが求められます。

### (2) 女性への支援

#### ① 予期しない妊娠をした方への支援

#### ② 若年妊婦への支援

#### ③ 配偶者などからの DV に対する相談体制

#### ④ 産後うつ病を予防するための支援の充実

生活困窮、性暴力・性犯罪被害、家族関係破綻などの困難な問題を抱える女性への支援を、コロナ禍以降、更に深刻化している「孤独・孤立対策」といった視点でも、支援していく必要があります。



妊娠・出生の届け出時や妊産婦健診等の機会を活用し、産後うつ病について啓発するとともに、家庭訪問等で心身のケアやサポートを行う等、妊娠期からの切れ目のない支援を通じて、産後うつ病の予防を行います。

また、こどもに関わる関係部署を中心に、産婦人科や小児科等の病院とも連携していきます。

### (3) 高齢者への支援

#### ① 孤立防止対策

同居人の有無や要介護状態の有無に関わらず、高齢者の閉じこもりを防ぐための取組や、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、人との接触の機会が減少した現状を改善することが必要です。



配偶者と離別・死別した高齢者や、退職して役割を喪失した中高年など、孤立のリスクを抱える恐れのある人が、孤立する前に、地域とつながり、生きがい・役割を持って生活できるよう、独居高齢者への見守りを行ったり、孤立を防ぐため、ふれあい・いきいきサロン等の居場所づくり等を推進します。

また、高齢者支援に関わる専門職への研修等を行うことで、こころの健康づくりや自殺対策に関する知識の普及に努めます。

#### ② 介護者への支援の充実

「介護・看護疲れ」も自殺の要因の1つとなり得ることから、介護される人だけでなく、介護や看病を行う人への支援を充実することが必要です。

### (4) 生活困窮者への支援

#### ① 多重債務者への支援の充実

#### ② 生活困窮者への支援の充実

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、経済的に苦しい状況に追い込まれている方が増加している現状や、複合的な課題を抱える多重債務者、生活困窮者の中に自殺リスクを抱えている人が少なくない実情を考えると、包括的な支援を行っていく必要があります。



自殺対策の相談窓口で把握した多重債務者や生活困窮者を、各種相談支援を行う市民相談窓口や貸付制度を行う各課及び自立相談支援の窓口等につなぐことや、各種支援窓口で把握した精神的に負担を感じている自殺の危険性の高い人に対して、自殺対策の相談窓口と協働して、適切な支援を行うなどの取組を引き続き進めるなど、庁内の関係各課及び関係機関が自殺予防の視点を持ち、一体的に取り組みます。

また、多職種が連携して、複合的な悩みへの相談に、同時に対応できる機会を提供します。

## (5) 勤務・経営問題による自殺への支援

### ① 企業を対象としたゲートキーパーの養成

企業を対象に、ゲートキーパー研修を行い、ゲートキーパーの役割を果たせる人材を増やすことで、自殺者の多い働く世代が、必要時、早期に精神科や心療内科等へ受診できるよう、啓発を行っていきます。

### ② 過労死防止対策の充実

### ③ ハラスメント防止対策の充実

### ④ 失業者等への相談窓口の充実

仕事と生活を調和させ、健康で充実して働き続けることのできる社会の実現のために、新型コロナウイルス感染症の影響により悪化した雇用環境を改善する必要があります。



管理者に対するメンタルヘルス研修や、ストレスチェック制度実施に向けた啓発を行うほか、相談窓口の周知を行う等、関係機関と連携しながら取り組んでいきます。

## (6) 総合的な自殺対策の更なる推進

### ① 様々な分野でのゲートキーパーの養成

### ② 出前健康教育などで、うつ病などの精神疾患に関する正しい知識の普及・啓発

### ③ ひとり親家庭への支援の充実

### ④ 性的マイノリティへの支援の充実

### ⑤ 自死遺族等支援に関する情報提供等

### ⑥ 自殺未遂者に関わる警察、消防、救急医療機関との連携

新型コロナウイルス感染症拡大の影響等で、人との接触機会の減少が長期化する中、自殺の要因となりうる様々な問題が悪化し、その影響は現在も継続しています。



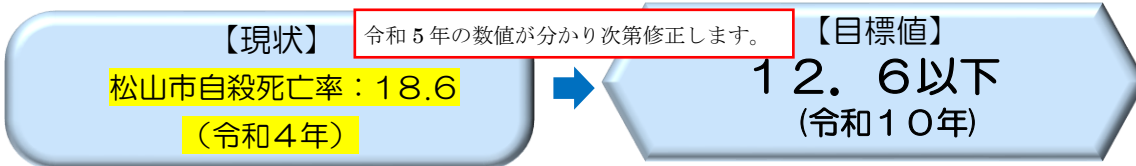
学生や教職員、企業や市職員などあらゆる市民が支援者となれるよう、ゲートキーパー研修を行い、研修の効果を測定していくほか、ゲートキーパーの認知度向上にも取り組む必要があります。

また、インターネット上の誹謗中傷等に苦しむ方や、性的マイノリティなど、生きづらさを抱え孤立した人たちに対して、電話相談を行ったり、学校に配布している自殺対策啓発グッズ等に、SNSでの相談窓口の周知を行う等、(様々な手法で支援を行い)関係機関が密接に連携し、取組を継続していくことが大切です。

## 4-5 目標

### (1) 自殺死亡率の減少

自殺総合対策大綱の数値目標を考慮し、自殺死亡率 12.6 以下を目指します。



#### 【参考となる指標】

##### <自殺総合対策大綱>

令和 8 年までに、自殺死亡率を平成 27 年と比べて 30% 以上減少させることを目標とします。

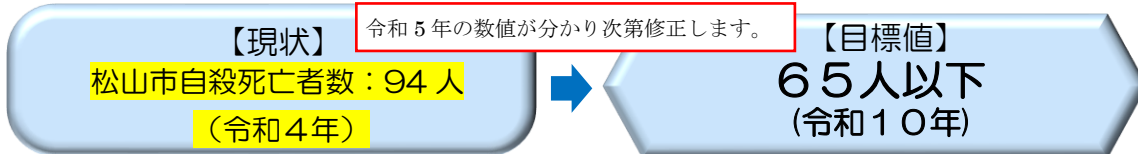
※平成 27 年の松山市自殺死亡率：18.0



令和 9 年以降の国の目標値は現時点で示されていないため、松山市の現状値から、令和 8 年までの目標値を 12.6 とし、以後、令和 10 年まで目標値を継続させます。

### (2) 自殺者数の減少

自殺総合対策大綱の数値目標を考慮し、自殺死亡者数 65 人以下を目指します。



#### 【参考となる指標】

##### <自殺総合対策大綱>

令和 8 年までに、自殺死亡率を平成 27 年と比べて 30% 以上減少させることを目標とします。

※平成 27 年の松山市自殺死亡者数：93 人

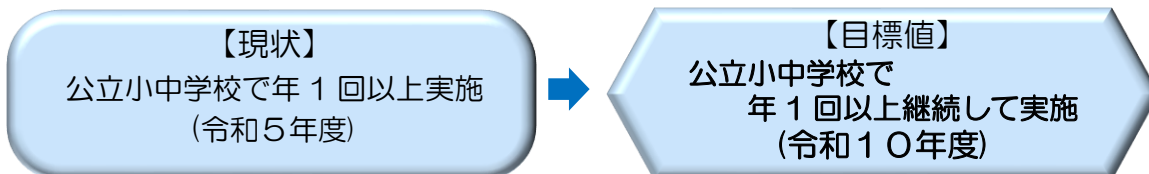


自殺死亡率と同様に、令和 8 年までの目標値を 65 人とし、以後、令和 10 年まで目標値を継続させます。

## 4-6 評価指標

### (1) 児童生徒に対する SOS の出し方に関する教育の実施

松山市内の公立小中学校で、SOS の出し方に関する教育を年 1 回以上継続して取り組むことを目指します。



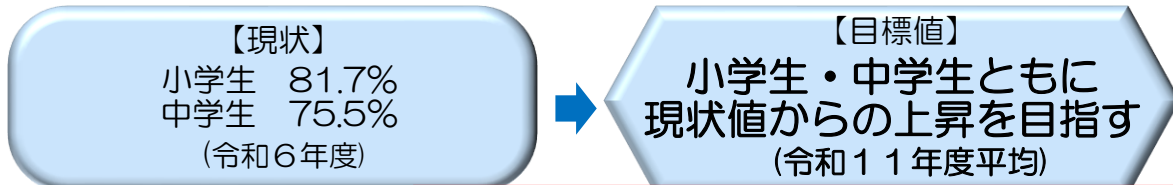
#### 【参考となる指標】

##### <こどもの自殺対策緊急強化プラン>

すべての児童生徒が「SOS の出し方に関する教育」を年 1 回受けられるように周知するとされています。

## (2) 自分を大切な存在だと思う児童・生徒の割合の増加

松山市こども計画策定に係る調査で、自分を「大切な存在だと思う」、または「どちらかといえば大切だと思う」と回答する児童・生徒の割合の増加を目指します。



現在計画中の「松山市こども計画」で評価実施時期が変更された場合は修正予定

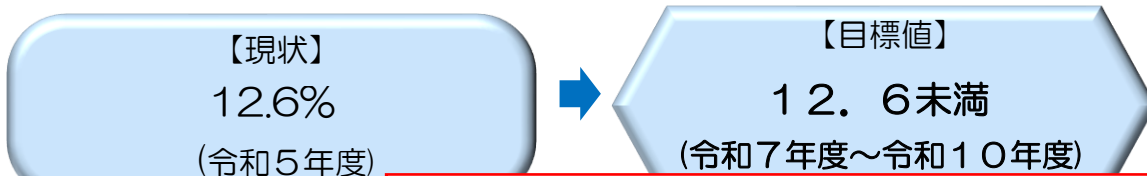
### 【参考となる指標】

#### <松山市こども計画策定に係る調査>

令和5年末に閣議決定された、国のこども大綱を受け、令和6年度に本市のこども施策の指針となる「松山市こども計画」策定のために、市内の小学校5年生以上を対象にした調査です。

## (3) 産後うつ病（産後1か月まで）のハイリスク者の割合の減少

松山市の産婦健康診査（産後2週間健診または1か月健診）で、「エジンバラ産後うつ病質問票」実施者の得点が9点以上の者（ハイリスク者）の減少を目指します。



現在計画中の「松山市成育医療等に関する計画」で数値目標が設定された場合は修正予定

### 【参考となる指標】

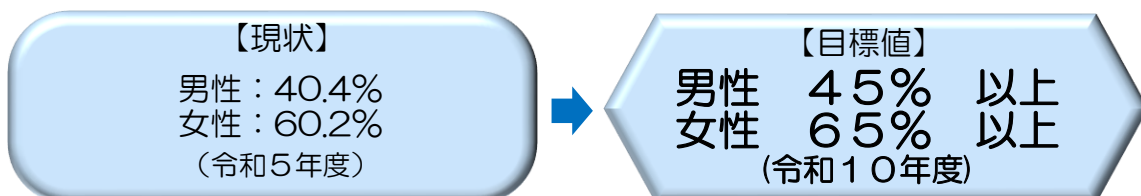
#### <母子保健事業の実施状況調査>

母子保健事業の実施状況調査の「エジンバラ産後うつ病質問票(EPSPD)実施人数」のうち「EPSPDの得点が9点以上」の産後1か月までの産婦の人数を調査したものです。

※令和4年度の全国平均値：9.9%

## (4) 悩みやストレスを誰かに相談する人の割合の増加

メンタルヘルスに関する調査で、全世代を通して悩みやストレスを日ごろ誰かに「相談している」と回答する割合の増加を目指します。



### 【参考となる指標】

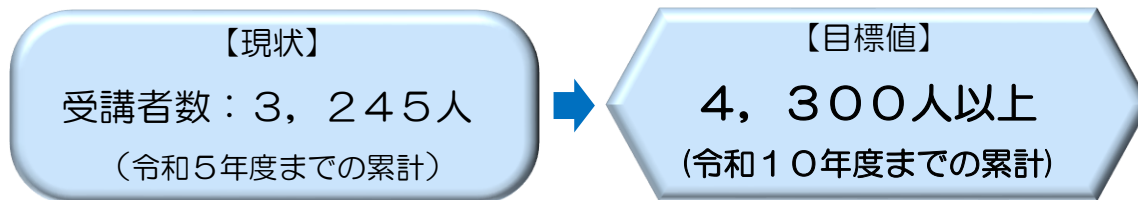
#### <メンタルヘルスに関する調査>

本市の総合的な自殺対策の基礎資料とするため、令和5年度に行った市民対象のアンケート調査です。



(5) 企業（公務員・学校を除く）を対象としたゲートキーパーの養成

自殺対策の担い手となるゲートキーパー研修を、企業を対象として取り組み、毎年200人以上の受講を目指します。



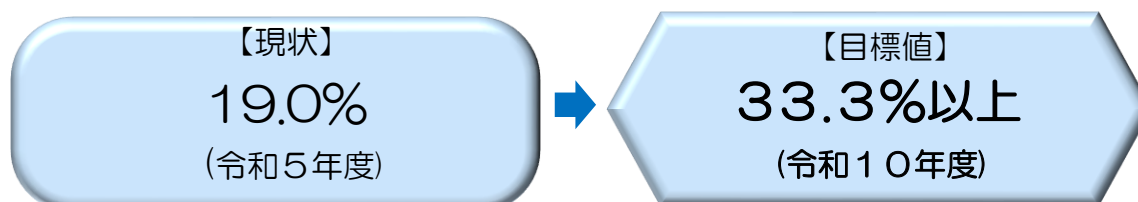
【参考となる指標】

<松山市の年代別性別自殺者数>

40～50歳代の働く世代の自殺者数が多いため、企業での研修を促進させる必要があります。

(6) ゲートキーパーを知っている人の割合の増加

自殺総合対策大綱に合わせ、自殺対策の担い手となるゲートキーパーについて、市民の3人に1人が知っていることを目指します。



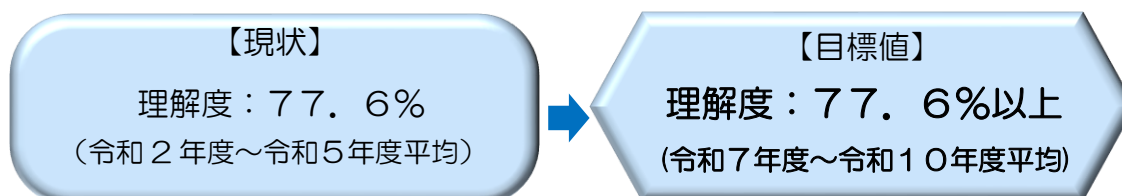
【参考となる指標】

<メンタルヘルスに関する調査>

本市の総合的な自殺対策の基礎資料とするため、令和5年に行った市民対象のアンケート調査です。

(7) ゲートキーパー研修の理解度の向上

ゲートキーパー研修の受講者に対して行うアンケートで、研修の理解度について「理解できた」と回答する割合の維持・増加を目指します。



【参考となる指標】

<ゲートキーパー研修受講後アンケート>



ゲートキーパー研修の成果を確認するために受講後行っているアンケート調査です。

5-1 取組の概要





(1) 生きることの包括的支援に関する事業一覧

松山市や民間団体で取り組んでいる自殺対策に関連する事業を、自殺対策の基本施策に分類して掲載しているよ。



① 自殺に関する調査・研究の推進  


松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
松山市自殺対策推進委員会の開催	松山市自殺対策基本計画の策定及びその他自殺対策の推進について調査・審議する。【保健予防課】	
松山市自殺対策庁内担当者会の開催	主に市民サービスを行う課を対象に、自殺予防に関する理解を深め、ゲートキーパーの役割について学び、庁内の連携について考える。【保健予防課】	
統計の情報収集・分析	人口動態統計、自殺統計の統計資料を用いて、自殺の現状の分析を行う。【保健予防課】	
メンタルヘルスに関するアンケート調査	自殺対策の基礎資料として、市民に対してこころの健康や自殺予防に関するアンケート調査を行う。【保健予防課】	

② 自殺に関する市民の理解の推進    

松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
自殺予防週間の啓発	自殺予防週間(9/10~16)に、命の大切さや相談窓口について、街頭キャンペーン、のぼり旗・啓発コーナーを設置し啓発を行う。【保健予防課】	(1)-① (1)-② (5)-②
自殺対策強化月間の啓発	自殺対策強化月間(3月)に、保健所内に、のぼり旗・啓発コーナーを設置し、中央図書館にて自殺予防に関する図書・パネルを展示し啓発を行う。【保健予防課】【中央図書館事務所】	(1)-① (1)-② (5)-②
民生児童委員事業①	ヤングケアラーに関する地域での講演会や啓発活動を行う。【生活福祉総務課】	(1)-③
出前健康教育(こころの健康)の実施	市民が命の大切さを知るとともに、こころの健康について正しく理解することを目的に、一般市民や関係団体からの依頼を受けて講座を行う。【保健予防課】	(6)-②
幼児をもつ保護者へ相談窓口の啓発	1歳6か月、3歳児健診受診時に、保護者向けにうつチェック票及び相談機関チラシを配布する。【保健予防課】	(1)-① (2)-③
学校を通じたこどもの心の健康づくりパンフレットの配布	小学校1年生に「リスにんといっしょに『こころのけんこう』チェック」、6年生に「リスにんオリジナル絆創膏」、中学校2年生に「考えよう!こころのこと クリアファイル」、高校3年生に「心の健康や悩みなどの相談窓口」を配布する。【保健予防課】	(1)-① (1)-②

松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
大学生向けの啓発	精神保健に関する正しい知識の普及啓発のために、大学祭で、啓発用展示、啓発グッズの配布等を行う。 【保健予防課】	(1) -① (1) -② (6) -②

民間団体で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
自殺予防公開講演会の開催	自殺防止を目的に一般市民を対象に自殺予防・防止のための啓発事業として行う。自殺予防週間のある9月に開催する。 【愛媛いのちの電話】	(1) -① (1) -② (1) -③ (6) -②
自殺に関する市民の理解の増進	広報、啓発を兼ねた「おせったい」を県内の寺院で毎年行っている。 【松山自殺防止センター】	

③ 自殺対策を支える人材の確保・育成 

松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
ゲートキーパー基礎研修の実施	専門職や一般市民を対象に、自殺のサインに気づき、見守り、専門の相談機関につなぐ役割を担う「ゲートキーパー」養成のための研修を行う。 【保健予防課】	(1) -① (1) -③ (5) -① (6) -①
ステップアップ研修 フォローアップ研修の実施	ゲートキーパー基礎研修を受講し、ステップアップを目指す方を対象に研修を行う。 【保健予防課】	(1) -① (1) -③ (5) -① (6) -①

民間団体で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
ボランティア相談員養成講座の実施	国際ビフレンダーズ憲章に則り、体験学習（気づきの学習）を中心にグループ研修、スーパービジョン研修を行っている。 【松山自殺防止センター】	
ボランティア電話相談員養成講座の実施	講義では心理学や精神医学等に基づいた知識を学び、体験学習ではロールプレイを中心とした実践的な訓練を行うなど、その両方を組み合わせて電話相談員として必要なスキルを段階的に身につける。 【愛媛いのちの電話】	

④ 心の健康づくりの相談体制の整備・充実 

松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
こども相談の設置	子育て、虐待、不登校、いじめ、問題行動など0歳から18歳までのこどもに関する様々な相談に対応する。 【こども相談課】	(1) -① (1) -② (1) -④ (4) -②

松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
ヤングケアラー ほっとらいんの設置	ヤングケアラーコーディネーターを配置し、相談対応や学校訪問を行う等、潜在化しがちなヤングケアラーの早期発見、適切な支援につなげる。 【こども相談課】	(1) - ②
いじめほっとらいんの設置	専用電話とメールによるいじめほっとらいんを設置し、いじめ相談に対応する。 【こども相談課】	(1) - ②
問題行動等対策事業	児童生徒の問題行動等について経験豊かなチームが、教師や関係機関との連携・協力のもと、児童生徒やその保護者と関わり、社会的自立を目指せるよう支援する。 【教育支援センター事務所】	(1) - ③
不登校対策総合推進事業	不登校児童生徒とその保護者に対し、来所・家庭や学校への訪問による面談や体験活動等によって、学校復帰や社会的自立を目指し、支援する。 【教育支援センター事務所】	(1) - ②
教職員（教諭、養護教諭、栄養教諭等）向け研修の実施	市立小中学校の教職員（教諭、養護教諭、栄養教諭等）を対象に、こどもの心身の健康課題の対応に関する研修を行う。 【教育研修センター事務所】	(1) - ③ (6) - ④
生徒指導上の諸課題研究委員会の開催	小中学校の生徒指導主事を中心に、いじめや不登校についての研修を行う。 【学校教育課】	(1) - ③ (6) - ④
家庭相談事業	家庭内やこどもの養育、虐待等の相談に応じ、関係機関を紹介し、必要な指導を行う。 【子育て支援課】	(1) - ④ (2) - ③ (2) - ④
女性相談事業	DVをはじめ、女性の様々な悩みについて相談に応じ、要保護女子の早期発見に努め、関係機関を紹介し、必要な指導を行う。 【子育て支援課】	(2) - ① (2) - ③ (2) - ④
父子相談事業	父子が抱えている様々な悩みについて相談に応じ、関係機関を紹介し、必要な指導を行う。 【子育て支援課】	(2) - ③
コムズ女性相談・ カウンセリング相談	夫婦や家庭の問題、こころの問題などの悩みに、女性の相談員や臨床心理士等が電話・面談で応じる（カウンセリング相談は面談のみ）。 【人権・共生社会推進課】	(2) - ① (2) - ③ (2) - ④
コムズ男性相談	夫婦や家庭の問題、こころの問題などの悩みに、男性の心理相談員が電話・面談で応じる。 【人権・共生社会推進課】	(2) - ③
人権相談事業	生活上の困りごとや周囲との人間関係などの悩みについて相談に応じ、必要があれば性的志向・性自認（SOGI）に関する相談窓口を紹介する。 【人権・共生社会推進課】	(6) - ④
市民相談事業	日常生活での一般的な困りごとや相談に応じるほか、弁護士、司法書士による専門的な相談を行う。 【市民生活課】	(1) - ④ (4) - ① (4) - ② (5) - ② (5) - ④ (6) - ⑤

松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
消費生活相談事業	消費生活相談員が契約トラブルや消費生活に関する相談に応じるほか、ファイナンシャルプランナーによる専門的な相談を行う。 【市民生活課】	(1) -④ (4) -① (4) -② (5) -④ (6) -⑤
自立相談支援事業	生活困窮者が抱える様々な課題に応じた支援を継続的に行い、生活保護に至る前の段階で自立支援策を強化するとともに、生活保護から脱却した人が再び生活困窮状態に陥ることを防止する。 【生活福祉総務課】	(1) -④ (4) -① (4) -② (5) -④
地域包括支援センター運営事業	保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員を配置し、地域住民の心身の健康の保持及び生活の安定のために必要な援助を行う。 【長寿福祉課】	(3) -①
身体・知的障がい者相談員設置事業	障害者相談員が、障がいのある方やその家族の方の障がいゆえの日常生活などにおける様々な相談に応じ、必要な助言や指導を行う。 【障がい福祉課】	
障がい者総合相談窓口事業	市庁舎別館に障がい者の相談支援窓口を設置し、障がい者の生活支援から就労支援まで幅広い相談に対応し、それぞれの障がいに応じた適切なコーディネートを行う。 【障がい福祉課】	(4) -② (5) -④
障がい者相談支援事業 (南部・北部センター)	市内の南北に「地域相談支援センター」を設置し、障がいのある方が安心して生活できるよう、必要な援助・支援を行う。 【障がい福祉課】	(4) -② (5) -④
障がい児相談窓口事業	ハーモニープラザに「こどもの相談室 ふらっと」を設置し、概ね18歳までのこどもの発達に関する悩みや不安に思うことなどについて、専門の職員が相談を受け、こどもの状況に応じた必要な支援につなげる。 【障がい福祉課】	
精神障がい者家族相談事業	専門の相談員が、孤立しがちな精神障がい者家族等の悩み、不安等の相談に応じる。 【保健予防課】	
こころの健康相談	こころの健康問題に関して、精神保健福祉士、保健師等が相談を行う。 【保健予防課】	(1) -② (2) -④

民間団体で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
LGBTQ のための無料電話相談	LGBTQ の方が抱える法的な問題や悩みごと等について、無料で相談を行う。 【愛媛弁護士会】	(6) -④

⑤ 地域でのネットワークの強化



松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
かかりつけ医と精神科医との連携	「かかりつけ医と精神科医の連携の手引き」を活用した、かかりつけ医と精神科医の連携を強化するとともに、病院等に所属する職員向けの研修等を行う。 【保健予防課】	

⑥ 自殺発生回避のための社会的取組の推進



松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
松山市健康増進計画の推進	松山市健康増進計画 2024 に基づき、健康づくりの支援や、健康を取り巻く環境整備を行うための事業や取組で、市民の心身の健康増進を目指す。 【健康づくり推進課】	(5) -②
産後うつ病対策	妊娠・出生の届出時や各教室で妊産婦及びパートナーへの啓発に取り組みとともに、産婦健康診査やこんにちは赤ちゃん訪問時に産後うつ病質問票を用いたアセスメントを行い、産後ケア事業や家庭訪問、来所相談などで継続した支援を行う。【すくすく支援課】	(2) -① (2) -② (2) -③ (2) -④
養育支援訪問事業	養育支援が特に必要な家庭に対して、保健師、保育士等が訪問し、養育に関する指導・助言等を行う。 【こども相談課】	(1) -② (2) -① (2) -② (2) -④ (6) -③
助産施設事業	経済的な理由により出産費用の負担が困難な妊産婦に対し、安心して出産できるよう指定の助産施設に入所のうえ、出産に必要な費用の一部を助成する。 【子育て支援課】	(2) -① (4) -② (2) -④
子育て短期支援事業	保護者が仕事等の家庭の事情により児童の養育が一時的に困難な場合、児童養護施設等で児童を、また、経済的問題等により緊急一時的に支援を要す母子を保護する。 【子育て支援課】	(1) -③ (2) -① (2) -③ (4) -② (2) -④
母子生活支援施設事業	自立支援が必要な母子家庭の母と子を入所させて保護し、入所者の生活の安定と自立促進に向け、生活相談・就労相談・支援業務等を行う。 【子育て支援課】	(1) -③ (4) -② (6) -③
ひとり親家庭等自立支援事業	母子家庭の母や父子家庭の父が自立し、その児童が健全に育成されることを目的に、生活支援、就業支援、養育費の確保、経済的支援を行い、自立促進を促す。 【子育て支援課】	(1) -③ (4) -② (6) -③
SOSの出し方に関する教育の実施	小中学生に対して、悩みの相談窓口の周知や、悩みを抱えた時の解決方法などについての教育を行う。 【学校教育課】	(1) -②
いじめ0（ゼロ）ミーティングの開催	市内全小中学校の代表児童生徒によるいじめをなくすための話し合いを行う。 【学校教育課】	(1) -②
教職員こころの相談事業	市立小中学校の教職員が抱える様々な悩みについて相談を受け、必要に応じて適切な指導・支援を行い、勤務環境の適正化を進める。 【学校教育課】	(5) -②
メンタルヘルス研修	市立小中学校の管理職等を対象に、「管理職等による職場のメンタルヘルス」をテーマにした研修を行う。 【教育研修センター事務所】	(5) -② (5) -③ (6) -②
ふれあいいきいきサロン事業	市内の 65 歳以上の高齢者が心身機能の維持向上、介護予防を目的に、公民館や集会所等に集い、介護予防メニューを行う自主的なサロン活動を支援する。 【長寿福祉課】	(3) -①

松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
権利擁護推進事業	高齢者が地域で安心して住み続けられるよう、高齢者や家族の権利を擁護し、包括的かつ継続な相談・支援・啓発活動・研修会等を行う。【長寿福祉課】	(3) -②
在宅医療・介護連携推進事業	医療と介護を必要とする高齢者が、地域で暮らし続けられるよう、課題等について協議したり、在宅医療と介護の連携に関する相談支援に取り組むほか、在宅医療や地域包括ケアシステムに関する市民への普及啓発を行う。【長寿福祉課】	(3) -②
認知症サポーター養成講座の実施	認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族の良き理解者となる「認知症サポーター」を養成するための講座を行う。【長寿福祉課】	(3) -②
徘徊高齢者家族支援サービス事業	徘徊の見られる高齢者に小型の電波発信機を携帯してもらい、認知症状で行方が分からなくなった場合に、速やかに位置を検索して家族に知らせることで、家族が安心して介護できる環境を整備する。【長寿福祉課】	(3) -②
緊急通報体制整備事業	ひとり暮らし高齢者及び高齢者のみの世帯に緊急通報装置を設置し、安否確認や相談受付を行うとともに緊急時には迅速かつ適切な措置を講じる。【長寿福祉課】	(3) -① (3) -②
独居高齢者みまもり員設置事業	市内にみまもり員を設置して独居高齢者の実情を把握し、安否確認等を行う。【長寿福祉課】	(3) -①
愛の一声訪問事業	77歳以上の独居高齢者を対象に、乳酸菌飲料を訪問配付し、安否確認や不慮の事故防止、社会的孤立感を解消する。【長寿福祉課】	(3) -①
民生児童委員事業①	子育てサロンの開催やこども食堂への協力、子ども図書館を開設してこどもの居場所づくりをしている。また、サロンや地域での行事の開催時に、民生児童委員による相談窓口を設ける。【生活福祉総務課】	(1) -① (1) -③ (2) -③
民生児童委員事業②	民生児童委員が、独居高齢者等を定期的に訪問したり、地域住民の生活上の悩みや高齢者福祉など様々な分野の相談に応じ、助言や情報の提供を行う。【生活福祉総務課】	(4) -②
生活困窮者就労準備支援事業	就労に必要な訓練を日常生活自立や社会生活自立段階から有期で行う。【生活福祉総務課】	(4) -① (4) -② (5) -④ (6) -⑤
生活保護支給事業	生活に困窮する市民に対して、必要な保護を行い、健康で文化的な最低限度の生活を保障するとともに、自立に向けて支援する。【生活福祉総務課】	(1) -④ (4) -① (4) -② (5) -④ (6) -⑤
こころのほっとライン	夜間、精神保健福祉士が、心に悩みのある方の電話相談に対応する。【保健予防課】	(1) -① (1) -② (1) -④ (2) -③ (3) -② (6) -④ (6) -⑤
ピア電話相談	精神障がいがある当事者による電話相談を行う。【保健予防課】	

松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
生きる応援相談会	精神保健福祉士、司法書士などの専門職が同時に相談に応じるワンストップの相談会を行う。 【保健予防課】	(1) -① (1) -② (1) -④ (2) -③ (3) -② (4) -① (4) -② (5) -④ (6) -④ (6) -⑤
出前相談会	イベント等で司法書士、社会福祉士、臨床心理士、医療ソーシャルワーカー、精神保健福祉士、保健師等による相談会を行う。 【保健予防課】	(1) -① (1) -② (1) -④ (2) -③ (3) -② (4) -① (4) -② (5) -④ (6) -④
訪問指導事業	精神保健福祉士、保健師等が家庭訪問を行い、心の悩みに寄り添った相談対応や、相談者へ必要な情報提供を行う。 【保健予防課】	
地域活動支援センターステップ	就労が困難な方を対象に、機能訓練、社会適応訓練等のサービスを、喫茶活動や障がい者スポーツ、ピアカウンセリング、相談助言などを通じて提供する。 【障がい福祉課】	

民間団体で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
メンタルヘルス研修	管理監督者対象では、部下と管理監督者自身の“心のSOS”を見逃さないために、メンタルヘルスの必要性・重要性を理解すると共に管理監督者の役割について学び、一般社員対象では、メンタルヘルスの必要性・重要性を理解し、セルフケアとストレスへの対応策を学ぶ。 【日本産業カウンセラー協会 四国支部】	(5) -② (5) -③ (6) -②
相談電話「愛媛いのちの電話」	365日ボランティア相談員による電話相談を行なう。 【愛媛いのちの電話】	(1) -① (1) -② (1) -④ (2) -③ (6) -④ (6) -⑤
電話相談活動	希死念慮がある方のための夜間の電話相談を、研修を受けたボランティアが行う。 【愛媛いのちの電話】	



⑦ 自殺未遂者、自殺者の親族等関係者に対する支援の充実



松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
中予地域自殺未遂者相談支援事業	救急病院を受診した自殺未遂者や家族に対し、情報提供書を活用し、再び自殺することがないように相談支援を行う。【保健予防課】	(6) -⑥

民間団体で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
自死遺族のつどい	センターのファシリテーターが立ち合いのもと、自死遺族の方が集まり、気持ちを分かち合える時間を設けることで、遺族支援を行う。(サポートタイプの自助グループ) 【松山自殺防止センター】	(6) -⑤

⑧ 自殺対策に関する活動を行う民間団体との連携



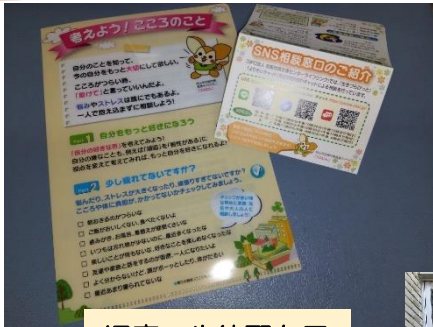
松山市で行っている事業		
事業名・取組	内容	重点施策関連
自殺対策関係機関連絡会の開催	自殺対策関係機関と連携して、松山市の自殺対策事業の検討を行う。【保健予防課】	
相談員等研修・連絡会	相談事業に従事する精神保健福祉士等の相談技術の向上や、関係機関の連携強化を進めるために研修会や連絡会を行う。【保健予防課】	
ピア相談員養成研修	同じ立場で共感できるピア相談員の養成や研修を行う。【保健予防課】	

松山市では、庁内各課や自殺対策関係機関によって多くの事業を実施しているよ。  
これからももっと充実していけるように、地域全体で取り組んでいこうと思っているよ。



## コラム3 「リスにん」グッズ

### 自殺対策の普及啓発グッズ



児童・生徒配布用リーフレット

ゲートキーパーハンドブック・研修受講カード



街頭キャンペーンで啓発



自殺予防週間の街頭キャンペーンでは、のぼりを立てて、ポケットティッシュを配っているよ～

### 普及・啓発事業



図書館での啓発  
(3月自殺対策強化月間)



保健所ロビー展  
(9/10～16 自殺予防週間、  
3月自殺対策強化月間)



大学祭でのブース出店

# — 卷末資料 —

1. 自殺対策基本法
2. 自殺総合対策大綱（概要）
3. 松山市自殺対策基本条例
4. 松山市自殺対策推進委員会規則
5. 松山市自殺対策推進委員会
6. 松山市自殺対策庁内担当者会設置要領
7. 自殺対策関係機関連絡会
8. 相談窓口一覧

## 1 自殺対策基本法

### 自殺対策基本法（平成十八年法律第八十五号）

#### 目次

- ・第一章 総則（第一条 — 第十一条）
- ・第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等（第十二条 — 第十四条）
- ・第三章 基本的施策（第十五条 — 第二十二條）
- ・第四章 自殺総合対策会議等（第二十三条 — 第二十五条）
- ・附則

#### 第一章 総則

##### （目的）

第一条 この法律は、近年、我が国において自殺による死亡者数が高い水準で推移している状況にあり、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て、これに対処していくことが重要な課題となっていることに鑑み、自殺対策に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、自殺対策の基本となる事項を定めること等により、自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的とする。

##### （基本理念）

第二条 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかけがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

2 自殺対策は、自殺が個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく、その背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、社会的な取組として実施されなければならない。

3 自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。

4 自殺対策は、自殺の事前予防、自殺発生の危機への対応及び自殺が発生した後又は自殺が未遂に終わった後の事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施されなければならない。

5 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

(国及び地方公共団体の責務)

第三条 国は、前条の基本理念(次項において「基本理念」という。)にのっとり、自殺対策を総合的に策定し、及び実施する責務を有する。

2 地方公共団体は、基本理念にのっとり、自殺対策について、国と協力しつつ、当該地域の状況に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。

3 国は、地方公共団体に対し、前項の責務が十分に果たされるように必要な助言その他の援助を行うものとする。

(事業主の責務)

第四条 事業主は、国及び地方公共団体が実施する自殺対策に協力するとともに、その雇用する労働者の心の健康の保持を図るため必要な措置を講ずるよう努めるものとする。

(国民の責務)

第五条 国民は、生きることの包括的な支援としての自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるよう努めるものとする。

(国民の理解の増進)

第六条 国及び地方公共団体は、教育活動、広報活動等を通じて、自殺対策に関する国民の理解を深めるよう必要な措置を講ずるものとする。

(自殺予防週間及び自殺対策強化月間)

第七条 国民の間に広く自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるとともに、自殺対策の総合的な推進に資するため、自殺予防週間及び自殺対策強化月間を設ける。

2 自殺予防週間は九月十日から九月十六日までとし、自殺対策強化月間は三月とする。

3 国及び地方公共団体は、自殺予防週間においては、啓発活動を広く展開するものとし、それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

4 国及び地方公共団体は、自殺対策強化月間においては、自殺対策を集中的に展開するものとし、関係機関及び関係団体と相互に連携協力を図りながら、相談事業その他それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

(関係者の連携協力)

第八条 国、地方公共団体、医療機関、事業主、学校（学校教育法（昭和二十二年法律第二十六号）第一条に規定する学校をいい、幼稚園及び特別支援学校の幼稚部を除く。第十七条第一項及び第三項において同じ。）、自殺対策に係る活動を行う民間の団体その他の関係者は、自殺対策の総合的かつ効果的な推進のため、相互に連携を図りながら協力するものとする。

(名誉及び生活の平穏への配慮)

第九条 自殺対策の実施に当たっては、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穏に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない。

(法制上の措置等)

第十条 政府は、この法律の目的を達成するため、必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

(年次報告)

第十一条 政府は、毎年、国会に、我が国における自殺の概況及び講じた自殺対策に関する報告書を提出しなければならない。

## 第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等

(自殺総合対策大綱)

第十二条 政府は、政府が推進すべき自殺対策の指針として、基本的かつ総合的な自殺対策の大綱（次条及び第二十三条第二項第一号において「自殺総合対策大綱」という。）を定めなければならない。

(都道府県自殺対策計画等)

第十三条 都道府県は、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、当該都道府県の区域内における自殺対策についての計画（次項及び次条において「都道府県自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

2 市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画（次条において「市町村自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

(都道府県及び市町村に対する交付金の交付)

第十四条 国は、都道府県自殺対策計画又は市町村自殺対策計画に基づいて当該地域の状況に応じた自殺対策のために必要な事業、その総合的かつ効果的な取組等を実施する都道府県又は市町村に対し、当該事業等の実施に要する経費に充てるため、推進される自殺対策の内容その他の事項を勘案して、厚生労働省令で定めるところにより、予算の範囲内で、交付金を交付することができる。

### 第三章 基本的施策

#### (調査研究等の推進及び体制の整備)

第十五条 国及び地方公共団体は、自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するため、自殺の実態、自殺の防止、自殺者の親族等の支援の在り方、地域の状況に応じた自殺対策の在り方、自殺対策の実施の状況等又は心の健康の保持増進についての調査研究及び検証並びにその成果の活用を推進するとともに、自殺対策について、先進的な取組に関する情報その他の情報の収集、整理及び提供を行うものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策の効率的かつ円滑な実施に資するための体制の整備を行うものとする。

#### (人材の確保等)

第十六条 国及び地方公共団体は、大学、専修学校、関係団体等との連携協力を図りながら、自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上に必要な施策を講ずるものとする。

#### (心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進等)

第十七条 国及び地方公共団体は、職域、学校、地域等における国民の心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進並びに相談体制の整備、事業主、学校の教職員等に対する国民の心の健康の保持に関する研修の機会の確保等必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策で大学及び高等専門学校に係るものを講ずるに当たっては、大学及び高等専門学校における教育の特性に配慮しなければならない。

3 学校は、当該学校に在籍する児童、生徒等の保護者、地域住民その他の関係者との連携を図りつつ、当該学校に在籍する児童、生徒等に対し、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていくことについての意識の涵(かん)養等に資する教育又は啓発、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育又は啓発その他当該学校に在籍する児童、生徒等の心の健康の保持に係る教育又は啓発を行うよう努めるものとする。

#### (医療提供体制の整備)

第十八条 国及び地方公共団体は、心の健康の保持に支障を生じていることにより自殺のおそれがある者に対し必要な医療が早期かつ適切に提供されるよう、精神疾患を有する者が精神保健に関して学識経験を有する医師（以下この条において「精神科医」という。）の診療を受けやすい環境の整備、良質かつ適切な精神医療が提供される体制の整備、身体の傷害又は疾病についての診療の初期の段階における当該診療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、救急医療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、精神科医とその地域において自殺対策に係る活動を行うその他の心理、保健福祉等に関する専門家、民間の団体等の関係者との円滑な連携の確保等必要な施策を講ずるものとする。

(自殺発生回避のための体制の整備等)

第十九条 国及び地方公共団体は、自殺をする危険性が高い者を早期に発見し、相談その他の自殺の発生を回避するための適切な対処を行う体制の整備及び充実に必要な施策を講ずるものとする。

(自殺未遂者等の支援)

第二十条 国及び地方公共団体は、自殺未遂者が再び自殺を図ることのないよう、自殺未遂者等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

(自殺者の親族等の支援)

第二十一条 国及び地方公共団体は、自殺又は自殺未遂が自殺者又は自殺未遂者の親族等に及ぼす深刻な心理的影響が緩和されるよう、当該親族等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

(民間団体の活動の支援)

第二十二条 国及び地方公共団体は、民間の団体が行う自殺の防止、自殺者の親族等の支援等に関する活動を支援するため、助言、財政上の措置その他の必要な施策を講ずるものとする。

#### 第四章 自殺総合対策会議等

(設置及び所掌事務)

第二十三条 厚生労働省に、特別の機関として、自殺総合対策会議（以下「会議」という。）を置く。

2 会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

一 自殺総合対策大綱の案を作成すること。

二 自殺対策について必要な関係行政機関相互の調整をすること。

三 前二号に掲げるもののほか、自殺対策に関する重要事項について審議し、及び自殺対策の実施を推進すること。

(会議の組織等)

第二十四条 会議は、会長及び委員をもって組織する。

2 会長は、厚生労働大臣をもって充てる。

3 委員は、厚生労働大臣以外の国务大臣のうちから、厚生労働大臣の申出により、内閣総理大臣が指定する者をもって充てる。

4 会議に、幹事を置く。

5 幹事は、関係行政機関の職員のうちから、厚生労働大臣が任命する。

6 幹事は、会議の所掌事務について、会長及び委員を助ける。

7 前各項に定めるもののほか、会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。



(必要な組織の整備)

第二十五条 前二条に定めるもののほか、政府は、自殺対策を推進するにつき、必要な組織の整備を図るものとする。

附則抄

(施行期日)

第一条 この法律は、公布の日から起算して六月を超えない範囲内において政令で定める日から施行する。

附則（平成二七年九月一一日法律第六六号）抄

(施行期日)

第一条 この法律は、平成二十八年四月一日から施行する。ただし、次の各号に掲げる規定は、当該各号に定める日から施行する。

- 一 附則第七条の規定公布の日

(自殺対策基本法の一部改正に伴う経過措置)

第六条 この法律の施行の際現に第二十七条の規定による改正前の自殺対策基本法第二十条第一項の規定により置かれている自殺総合対策会議は、第二十七条の規定による改正後の自殺対策基本法第二十条第一項の規定により置かれる自殺総合対策会議となり、同一性をもって存続するものとする。

(政令への委任)

第七条 附則第二条から前条までに定めるもののほか、この法律の施行に関し必要な経過措置は、政令で定める。

附則（平成二八年三月三〇日法律第一一号）抄

(施行期日)

- 1 この法律は、平成二十八年四月一日から施行する。

## 2 自殺総合対策大綱（概要）

### 「自殺総合対策大綱」（令和4年10月閣議決定）（概要）

- 平成18年に自殺対策基本法が成立。
- 同法に基づく「自殺総合対策大綱」に基づき、自殺対策を推進。

現行：令和4年10月14日閣議決定  
第3次：平成29年7月25日閣議決定  
第2次：平成24年6月28日閣議決定  
第1次：平成19年6月8日閣議決定

#### 第1 自殺総合対策の基本理念

誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す

- ✓ 自殺対策は、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

阻害要因：過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立等  
促進要因：自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力等

#### 第2 自殺の現状と自殺総合対策における基本認識

- ✓ 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である
- ✓ 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いている
- ✓ 新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進
- ✓ 地域レベルの実践的な取組をPDCAサイクルを通じて推進する

#### 第3 自殺総合対策の基本方針

1. 生きることの包括的な支援として推進する
2. 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む
3. 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に運動させる
4. 実践と啓発を両輪として推進する
5. 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する
6. 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する

#### 第4 自殺総合対策における当面の重点施策

1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する
2. 国民一人ひとりの気付きと見守りを促す
3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する
4. 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る
5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
7. 社会全体の自殺リスクを低下させる
8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
9. 遺された人への支援を充実する
10. 民間団体との連携を強化する
11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する
12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する
13. 女性の自殺対策を更に推進する

#### 第5 自殺対策の数値目標

- ✓ 誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指すため、当面は先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、令和8年までに自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）を平成27年と比べて30%以上減少させることとする。  
（平成27年：18.5 ⇒ 令和8年：13.0以下）※令和2年：16.4

#### 第6 推進体制等

1. 国における推進体制
2. 地域における計画的な自殺対策の推進
3. 施策の評価及び管理
4. 大綱の見直し

1

### 「自殺総合対策大綱」 ＜第4 自殺総合対策における当面の重点施策の概要＞

#### 1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する

- 地域自殺実態プロファイル、地域自殺対策の政策パッケージの作成
- 地域自殺対策計画の策定・見直し等の支援
- 地域自殺対策推進センターへの支援
  - ・地域自殺対策推進センター長の設置の支援
  - ・全国の地域自殺対策推進センター長による会議の開催に向けた支援
- 自殺対策の専任職員の配置・専任部署の設置の促進

#### 2. 国民一人ひとりの気付きと見守りを促す

- 自殺予防週間と自殺対策強化月間の実施
- 児童生徒の自殺対策に資する教育の実施
  - ・命の大切さ・尊厳、SOSの出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応を含めた心の健康の保持に係る教育等の推進
- 自殺や自殺関連事象等に関する正しい知識の普及、うつ病等についての普及啓発
  - ・「自殺は、その多くが追い込まれた末の死である」「自殺対策とは、生きることの包括的支援である」という認識の普及
  - ・メンタルヘルスの正しい知識の普及促進

#### 3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する

- 自殺の実態や自殺対策の実施状況等に関する調査研究・検証・成果活用
  - ・相談機関等に集約される情報の活用検討
- 子ども・若者及び女性等の自殺調査、死因究明制度との運動
  - ・自殺等の事案について詳細な調査・分析
  - ・予防のための子どもの死亡検証(CDR; Child Death Review)の推進
  - ・若者、女性及び性的マイノリティの生きづらさ等に関する支援一体系の実態把握
- コロナ禍における自殺等の調査
- うつ病等の精神疾患の病態解明等につながる学際的研究

#### 4. 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る

- 大学や専修学校等と連携した自殺対策教育の推進
- 連携調整を担う人材の養成
- かかりつけ医、地域保健スタッフ、公的機関職員等の資質向上
- 教職員に対する普及啓発
- 介護支援専門員等への研修
- ゲートキーパーの養成
  - ・若者を含めたゲートキーパー養成
- 自殺対策従事者への心のケア
- スーパーバイザーの役割を果たす専門職の配置等を支援
- 家族・知人、ゲートキーパー等を含めた支援者への支援

#### 5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する

- 職場におけるメンタルヘルス対策の推進
  - ・パワーハラスメント対策の推進、SNS相談の実施
- 地域における心の健康づくり推進体制の整備
- 学校における心の健康づくり推進体制の整備
- 大規模災害における被災者の心のケア、生活再建等の推進

#### 6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする

- 精神科医療、保健、福祉等の運動性の向上、専門職の配置
- 精神保健医療福祉サービスを担う人材の養成等
  - ・自殺の危険性の高い人を早期に発見し確実に精神科医療につなげるよう体制の充実
- 子どもに対する精神保健医療福祉サービスの提供体制の整備
  - ・子どもの心の診療体制の整備
- うつ病、依存症等うつ病以外の精神疾患等によるハイリスク者対策

#### 7. 社会全体の自殺リスクを低下させる

- 相談体制の充実と相談窓口情報等の分かりやすい発信、アウトリーチ強化
- ICT（インターネット・SNS等）活用
  - ・SNS等を活用した相談事業支援の拡充、ICTを活用した情報発信を推進。
- インターネット上の誹謗中傷及び自殺関連情報対策の強化
  - ・自殺の誘引・勧誘等情報についての必要な自殺防止措置・サイバーパトロールによる取組を推進
  - ・特定個人を誹謗中傷する書き込みの速やかな削除の支援や人権相談等を実施
- ひきこもり、児童虐待、性犯罪・性暴力の被害者、生活困窮者、ひとり親家庭に対する支援
- 性的マイノリティの方等に対する支援の充実
- 関係機関等の連携に必要な情報共有
- 自殺対策に資する居場所づくりの推進
  - ・オンラインでの取組も含めて孤立を防ぐための居場所づくり等を推進
- 報道機関に対するWHOガイドライン等の周知
- 自殺対策に関する国際協力の推進

2

# 「自殺総合対策大綱」

## < 第4 自殺総合対策における当面の重点施策の概要 >

### 8.自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ

- 地域の自殺未遂者支援の拠点機能を担う医療機関の整備
- 救急医療機関における精神科医による診療体制等の充実
- 医療と地域の連携推進による包括的な未遂者支援の強化
  - ・自殺未遂者を退院後に円滑に精神科医療につなげるための医療連携体制の整備
  - ・自殺未遂者から得られた実態を分析し、匿名でのデータベース化を推進
- 居場所づくりとの連動による支援
- 家族等の身近な支援者に対する支援
  - ・傾聴スキルを学ぶ動画等の作成・開発
- 学校、職場等での事後対応の促進

### 9.遺された人への支援を充実する

- 遺族の自助グループ等の運営支援
- 学校、職場等での事後対応の促進
  - ・学校、職場、公的機関における遺族等に寄り添った事後対応等の促進
- 遺族等の総合的な支援ニーズに対する情報提供の推進等
  - ・遺族等が直面する行政上の諸手続や法的問題等への支援の推進
- 遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上
- 遺児等への支援
  - ・ヤングケアラーとなっている遺児の支援強化

### 10.民間団体との連携を強化する

- 民間団体の人材育成に対する支援
- 地域における連携体制の確立
- 民間団体の相談事業に対する支援
  - ・多様な相談ニーズに対応するため、SNS等を活用した相談事業支援を拡充
- 民間団体の先駆的・試行的取組や自殺多発地域における取組に対する支援

### 11.子ども・若者の自殺対策を更に推進する

- いじめを苦しんだ子どもの自殺の予防
- 学生・生徒への支援充実
  - ・長期休業の前後の時期における自殺予防を推進
  - ・タブレット端末の活用等による自殺リスクの把握やプッシュ型支援情報の発信を推進
  - ・学校、地域の支援者等が連携して子どもの自殺対策にあたることのできる仕組みや緊急対応時の教職員等が迅速に相談を行える体制の構築
  - ・不登校の子どもへの支援について、学校内外における居場所等の確保
- SOSの出し方に関する教育の推進
  - ・命の大切さ・尊厳、SOSの出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応を含めた心の健康の保持に係る教育等の推進
  - ・子どもがSOSを出しやすい環境を整え、大人が子どものSOSを受け止められる体制を構築
- 子ども・若者への支援や若者の特性に応じた支援の充実
  - ・SNS等を活用した相談事業支援の拡充、ICTを活用した情報発信を推進
- 知人等への支援
  - ・ゲートキーパー等を含めた自殺対策従事者の心の健康を維持する仕組みづくり
- 子ども・若者の自殺対策を推進するための体制整備
  - ・こども家庭庁と連携し、体制整備を検討

### 12.勤務問題による自殺対策を更に推進する

- 長時間労働の是正
  - ・勤務時間管理の徹底及び長時間労働の是正の推進
  - ・勤務間インターバル制度の導入促進
  - ・コロナ禍で進んだテレワークを含め、職場のメンタルヘルス対策の推進
  - ・「過労死等の防止のための対策に関する大綱」に基づき、過労死等の防止対策を推進
  - ・副業・兼業への対応
- 職場におけるメンタルヘルス対策の推進
- ハラスメント防止対策
  - ・パワーハラスメント、セクシュアルハラスメント、妊娠・出産等に関するハラスメントの防止

### 13.女性の自殺対策を更に推進する

- 妊産婦への支援の充実
  - ・早期産後等により身体的・精神的な悩みや不安を抱えた若年妊婦等について性と健康の相談センター事業等による支援を推進
- コロナ禍で顕在化した課題を踏まえた女性支援
  - ・子育て中の女性等を対象にきめ細かな就職支援
  - ・配偶者等からの暴力の相談体制の整備を進める等、被害者支援の更なる充実
  - ・様々な困難・課題を抱える女性に寄り添ったきめ細かい相談支援等の地方公共団体による取組を支援
- 困難な問題を抱える女性への支援

### 3 松山市自殺対策基本条例

#### 松山市自殺対策基本条例

平成 24 年 10 月 4 日

条例第 48 号

#### 目次

##### 前文

##### 第 1 章 総則(第 1 条—第 7 条)

##### 第 2 章 基本的施策(第 8 条)

##### 第 3 章 推進体制(第 9 条)

##### 第 4 章 雑則(第 10 条・第 11 条)

##### 付則

我が国は、自殺による死亡者が、14 年連続で 3 万人を超えており、松山市においても、自ら命を絶つ市民がここ数年 120 名前後で推移しています。

自殺は、経済・生活・健康、将来への不安、また人と人とのつながりの問題など私たちの身近にその要因があり、それらが複雑にからみあって深刻化した結果、追い込まれた末の死であります。

そのため、自殺を個人の問題ではなく社会全体の問題としてとらえ、地域の実情に応じた制度の見直しや相談・支援体制の整備など、社会的な取組を充実することにより、「生きづらい社会」から「暮らしやすい社会」へと転換していくことが求められています。

このまちで暮らす市民一人一人が、自殺に対する関心と理解を深め、自殺対策の担い手として寄り添い、共に支え合いながら、「心身ともに健康でいきいきと暮らせる 笑顔あふれるまち 松山」になることを目指し、この条例を制定します。

#### 第 1 章 総則

##### (目的)

第 1 条 この条例は、近年、自殺が重大な社会問題になっている状況に鑑み、松山市(以下「市」という。)が、市民個人と、その家族を含めた周囲の人々の立場や心情に配慮しながら、自殺対策を総合的に推進することにより、もって市民一人一人が、かけがえのない「命」の大切さを考え、誰も自殺に追い込まれることのない地域社会の実現に寄与することを目的とする。

##### (市の責務)

第 2 条 市は自殺対策について、前文の精神にのっとり、国、愛媛県及び関係機関と連携しながら、自殺に関する現状を把握し、市の状況に応じた施策を策定し、実施しなければならない。

2 市は、第 4 条及び第 5 条に規定する、市民及び事業主の自殺対策に関する取組を支援しなければならない。

3 市は、自殺対策の担い手である市職員等が、心身ともに健康で職務に従事できるよう配慮しなければならない。

(学校等教育機関の責務)

第 3 条 学校等教育機関は、自殺に対する正しい理解を深め、愛媛県、市、保護者及び関係機関等と連携しながら、子どもたちが命の尊さを理解し、心身ともに健康な生活が送れるよう、また教職員等が心身ともに健康で職務に従事できるよう適切な措置を講じなければならない。

(市民の役割)

第 4 条 市民は、自殺対策の当事者としての意識を持ち、自殺に対する正しい知識を習得し、理解を深め、一人一人が自殺対策の担い手になれるよう努めることとする。

(事業主の役割)

第 5 条 事業主は、愛媛県、市及び関係機関等と連携しながら、その職場で働く全ての者が心身ともに健康で職務に従事できるよう快適な職場環境づくりに努めることとする。

(財政上の措置)

第 6 条 市は、この条例の目的を達成するために、必要な財源の確保を含めた各種の措置を講じなければならない。

(報告)

第 7 条 市は、毎年、市における自殺の概要、及び施策の実施状況を、議会に報告しなければならない。

## 第 2 章 基本的施策

(松山市自殺対策基本計画の策定)

第 8 条 市は、この条例の目的を達成するために、自殺対策基本計画を策定し、次に掲げる自殺対策に関する施策を推進するものとする。

- (1) 自殺に関する調査・研究の推進
- (2) 自殺に関する市民の理解の推進
- (3) 自殺対策に関する人材の確保・育成
- (4) 心の健康づくりの相談体制の整備・充実
- (5) 医療機関との連携の確保
- (6) 自殺発生回避のための社会的取組の推進
- (7) 自殺未遂者、自殺者の親族等関係者に対する支援
- (8) 自殺対策に関する活動を行う民間団体の当該活動に対する支援

### 第3章 推進体制

(松山市自殺対策推進委員会の設置)

第9条 市は、自殺対策が関係機関等による密接な連携の下、実施されるようにするため、その推進体制となる自殺対策に係る行政、民間団体、有識者及び市民等で構成する自殺対策推進委員会を設置するものとする。

### 第4章 雑則

(規則への委任)

第10条 この条例の施行に関し必要な事項は、市長が別に定める。

(条例の見直し)

第11条 この条例は、自殺対策基本法(平成18年法律第85号。)の改正等、必要に応じて見直しを行うものとする。

### 付 則

この条例は、平成25年4月1日から施行する。

## 4 松山市自殺対策推進委員会規則

### 松山市自殺対策推進委員会規則

平成 25 年 3 月 13 日

規則第 9 号

(趣旨)

第 1 条 この規則は、松山市自殺対策基本条例(平成 24 年条例第 48 号)第 9 条に規定する松山市自殺対策推進委員会(以下「委員会」という。)に関し必要な事項を定めるものとする。

(所掌事務)

第 2 条 委員会は、市長の諮問に応じ、松山市自殺対策基本計画の策定及び実施に関する事項その他自殺対策の推進に関する事項について調査審議する。

(組織)

第 3 条 委員会は、委員 20 人以内で組織する。

(委員)

第 4 条 委員は、次に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 学識経験のある者
- (2) 医療関係者
- (3) 自殺対策に関する活動を行っている民間団体の代表者
- (4) 教育関係者
- (5) 福祉事業関係者
- (6) 弁護士その他の法律事務に関する専門的知識を有する者
- (7) 労働問題に関する業務に携わる者
- (8) 民生委員
- (9) 警察その他の関係行政機関の職員
- (10) 本市の区域内に居住する者
- (11) 市長が必要と認める者

2 市長は、前項第10号に掲げる者のうちから委員を選任するときは、公募の方法により行うよう努めるものとする。

3 委員の任期は、2 年とする。ただし、補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

4 委員は、再任されることができる。

(委員長及び副委員長)

第 5 条 委員会に委員長及び副委員長各 1 人を置く。

2 委員長は、委員の互選により定める。

3 委員長は、会務を総理し、委員会を代表する。

4 副委員長は、委員のうちから委員長が指名する。

5 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるとき又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 委員会の会議は、委員長が招集し、その議長となる。

2 委員会の会議は、委員の過半数が出席しなければ開くことができない。

3 委員会の議事は、出席委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(意見の聴取)

第7条 委員会は、必要に応じて、会議に関係者の出席を求め、その説明又は意見を聴くことができる。

(部会)

第8条 委員会は、専門の事項を調査審議するため必要があるときは、部会を置くことができる。

2 部会に属すべき委員は、委員長が指名する。

3 部会に部会長及び副部会長各1人を置き、委員長の指名する委員をもって充てる。

4 第5条第3項及び第5項並びに前2条の規定は、部会について準用する。この場合において、第5条第3項中「委員長」とあるのは「部会長」と、同条第5項中「副委員長は、委員長」とあるのは「副部会長は、部会長」と、「委員長に事故があるとき又は委員長が欠けたとき」とあるのは「部会長に事故があるとき又は部会長が欠けたとき」と、第6条第1項中「委員長」とあるのは「部会長」と読み替えるものとする。

(守秘義務)

第9条 委員は、職務上知り得た秘密を漏らしてはならない。その職を退いた後も、同様とする。

(庶務)

第10条 委員会の庶務は、健康医療部保健予防課において処理する。

(委任)

第11条 この規則に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、委員長が委員会に諮って定める。

付 則

この規則は、平成25年4月1日から施行する。

付 則

この規則は、令和6年4月1日から施行する。



## 5 松山市自殺対策推進委員会

任期：令和5年4月1日～令和7年3月31日

(※市民枠は市民公募による募集のため任期は令和5年8月1日～令和7年7月31日)

人数：18名

分野	氏名	付記
学識経験者	越智 百枝	愛媛県立医療技術大学 教授
医療関係	長尾 奈穂子	一般社団法人 真光会 真光園 医師
	牧 徳彦	医療法人鶯友会 牧病院 医師
民間団体	川崎 佳子	社会福祉法人 愛媛いのちの電話 理事
	野瀬 さゆり	NPO 法人 松山自殺防止センター 事務局長
教育関係	緒方 義彦	松山市教育委員会 教育委員
	清水 怜	松山市小中学校 PTA 連合会 会長
福祉関係	森安 洋晶	NPO 法人 こころ塾 福祉部門リーダー
	平田 富美香	一般社団法人 愛媛県精神保健福祉士会 精神保健福祉士
司法関係	久保 友里恵	愛媛弁護士会 弁護士
	光田 正	愛媛県司法書士会 会長
労働・雇用関係	三好 博	松山商工会議所 総合企画部長
	五百竹 洋子	一般社団法人 日本産業カウンセラー協会四国支部 支部長
地区組織	高市 絵美	松山市民生児童委員協議会 石井西地区民生児童委員協議会会長
市民	森田 真由美	市民公募による選出
行政機関	江原 紀子	厚生労働省愛媛労働局松山労働基準監督署 副署長
	佃 和泰	愛媛県警察本部生活安全部 生活安全企画課 生活安全企画調査官
	地下 俊江	愛媛県心と体の健康センター 次長

### <松山市自殺対策推進委員会関係課> (令和7年3月時点)

主管課：保健予防課

関係課：（ 職員厚生課 市民生活課 人権・共生社会推進課 長寿福祉課 障がい福祉課  
生活福祉総務課 すくすく支援課 こども相談課 ふるさと納税・経営支援課  
消防局救急課 学校教育課 教育支援センター事務所 ）

## 6 松山市自殺対策庁内担当者会設置要領

### 松山市自殺対策庁内担当者会設置要領

制定 平成24年7月23日

改正 令和5年4月1日

改正 令和6年4月1日

#### (設置)

第1条 自殺予防に関して庁内の関係課等が理解を深めるとともに、密接な連携を図りながら、本市における自殺対策を円滑に進めるため、松山市自殺対策庁内担当者会（以下「担当者会」という。）を設置する。

#### (協議事項等)

第2条 担当者会は、次の事項について研修及び協議をする。

- (1) 自殺の実態把握に関すること。
- (2) 自殺対策に関すること。
- (3) 庁内の関係課等による自殺対策の共同実施に関すること。
- (4) その他自殺対策の推進に関する必要な事項に関すること。

#### (組織)

第3条 担当者会は、原則として別表に掲げる関係課等の職員で構成する。

#### (会長)

第4条 会長は、保健予防課長をもって充てる。

#### (会議)

第5条 担当者会の会議は、必要に応じて会長が招集する。

#### (庶務)

第6条 担当者会の庶務は、保健予防課において処理する。

#### (その他)

第7条 この要領に定めるもののほか、担当者会に関する必要な事項は会長が別に定める。

#### 附 則

この要領は、制定日から施行する。

#### 附 則

この要領は、令和5年4月1日から施行する。

#### 附 則

この要領は、令和6年4月1日から施行する。

課 名		
職員厚生課	生活福祉総務課	ふるさと納税・経営支援課
財政課	生活福祉業務第 1 課	観光・国際交流課
管財課	生活福祉業務第 2 課	道後温泉事務所
納税課	医事薬事課	競輪事務所
市民税課	健康づくり推進課	農林水産振興課
資産税課	保健予防課	農林水産施設整備課
シティプロモーション推進課	生活衛生課	中央市場課
市民防災安全課	子育て支援課	水産市場課
まちづくり推進課	保育・幼稚園課	総務課
タウンミーティング課	すくすく支援課	通信指令課
市民生活課	こども相談課	地域学習振興課
人権・共生社会推進課	環境モデル都市推進課	学校教育課
市民課	環境指導課	保健体育課
長寿福祉課	みち水路メンテナンス課	教育支援センター事務所
指導監査課	市街地整備課	議事調査課
介護保険課	都市生活サービス課	農業委員会事務局
障がい福祉課	住宅課	上下水道料金課
健康保険課	建築指導課	
保険給付・年金課	企業立地・産業創出課	

## 7 自殺対策関係機関連絡会

2 回/年程度の開催

＜参加機関＞ (令和 7 年 3 月時点)

- ・社会福祉法人 愛媛いのちの電話 ・NPO 法人 松山自殺防止センター
- ・NPO 法人 こころ塾 ・一般社団法人 愛媛県精神保健福祉士会
- ・愛媛県司法書士会 ・一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 四国支部

## 8 相談窓口一覧

こころの健康・悩みなどの相談窓口

令和7年3月時点の情報だよ。  
詳しくは各機関に問い合わせてね。



相談内容	相談窓口	電話番号	備考	相談日時
心の病気、精神保健に関する相談	松山市保健所 保健予防課 精神保健担当	089-911-1816		月～金曜日 8:30～17:15 ※面接相談(要予約) 火曜日 9:30～11:30、木曜日 13:30～15:30 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県心と体の健康センター	089-911-3880		月～金曜日 8:30～17:15※面接相談(要予約) (休日・祝日・年末年始を除く)
	こころのほっとライン (一般社団法人愛媛県精神保健福祉士会)	089-909-5626		○精神保健福祉士による相談 毎週木曜日 18:30～21:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県こころといのちのホットダイヤル	0120-188-556		平日 17:00～翌日 9:00 休日 24 時間
	愛媛県こころといのちのライン相談			日・水・木曜日 18:00～22:00 (最終受付 21:30)
当事者による心の病気・悩み相談	ピア電話相談 (一般社団法人愛媛県精神保健福祉士会)	089-976-6771		○ピア(当事者)による相談 毎週木曜日 10:00～13:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
ひきこもり相談(18歳以上)	ひきこもり相談室 (愛媛県心と体の健康センター)	089-911-3883		月～金曜日 9:00～17:00 ※面接相談(要予約) (休日・祝日・年末年始を除く)
心の問題や精神的な悩み	こころのダイヤル (愛媛県心と体の健康センター)	089-917-5012		月・水・金曜日 9:00～12:00 13:00～15:00 ※電話相談のみ(休日・祝日・年末年始を除く)
心の悩み相談	社会福祉法人 愛媛いのちの電話	089-958-1111		毎日 12:00～24:00 ※ホームページにインターネット相談の窓口あり
	一般社団法人 日本いのちの電話連盟	0570-783-556 0120-783-556		毎日 10:00～21:00 毎月 10 日 8:00～翌朝 8:00 (通話料無料)
	一般社団法人日本産業カウンセラー協会四国支部カウンセリングルーム愛媛	089-945-8110		月～金曜日 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
死にたい気持ち自殺について悩んでいる方の相談	NPO 法人 松山自殺防止センター	089-913-9090		月・水・金曜日 20:00～23:00 ○自死遺族のつどい 毎月第一土曜日 13:30～16:00
	いのち SOS NPO 法人自殺対策支援センターライフリンク	0120-061-338		毎日 24 時間受付
うつ病に悩む本人、家族、企業の方等の相談	NPO法人こころ塾	089-931-0702		月～金曜日 10:00～15:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
健康(身体)に関する相談	松山市保健所 健康づくり推進課 (健康相談ダイヤル)	089-911-1817		月～金曜日 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
栄養に関する相談	松山市保健所 健康づくり推進課 (健康相談ダイヤル)	089-911-1818		月～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00 (休日・祝日・年末年始を除く)

## こころの健康・悩みなどの相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	備考	相談日時
アルコール、薬物、 ギャンブル等依存の 相談	愛媛県心と体の健康 センター	089-911-3880		月～金曜日 8:30～17:15 ※面接相談 (要予約)(休日・祝日・年末年始を除く)
アルコール相談 (断酒)	NPO 法人愛媛県断酒会 支部 松山断酒会	089-957-4256 090-7621-0917		松山市井門町 391-3 伊賀上 秀樹 方
	NPO 法人愛媛県断酒会 支部 中予断酒会	090-7629-7016		久万高原町東川 35-1 高木 俊三 方
アルコール相談	みやもとアルコール問題 相談室	090-4331-5854		月～金曜日 10:00～17:00 松山市河野別府 182-1 松山市河野公民館
ネット・ゲーム依存に 関する相談	NPO法人Gumi	089-904-6031		月～金曜日 10:00～18:00 (年末年始を除く)※面接相談(要予約)
生活困窮に関する相談	松山市福祉・子育て相談 窓口(自立相談支援窓口)	089-948-6875 Fax 089-943-6688		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
生活保護申請に 関する相談	松山市生活福祉総務課	089-948-6395		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)

## こどもに関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	備考	相談日時
子育て、妊娠、出産、虐待、 いじめ、不登校、問題行動 など、こどもに関する相談	こども家庭センター こども相談築山 「こども相談」	089-943-3200		月～金曜日 8:30～21:00 土・日曜日・祝日 8:30～17:00 (年末年始を除く)
育児不安や子育てに 関する相談	こども家庭センター こども相談萱町	089-922-2399		月～土曜日 8:30～17:00 (祝日・年末年始を除く)
	こども家庭センター こども相談余土	089-972-2577		月～金曜日 8:30～17:00 (祝日・年末年始を除く)
0～18 歳までのこどもに関する こと、ひとり親家庭や DV に ついての相談	こども・子育て・DV らいん相談@まつやま	LINE 公式 ID @matsu_soudan		月・木・土曜日 17:00～21:00 (祝日・年末年始を含む) ※相談は 24 時間 365 日受付。ただし相談 内容への返信は翌相談対応日になります。
妊娠期から就学前の 健康相談・育児相談	こども家庭センター すくすく・サポート保健所	089-911-1822		月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	こども家庭センター すくすく・サポート南部	089-969-1400		
	こども家庭センター すくすく・サポート北条	089-993-0646		
	こども家庭センター すくすく・サポート中島	089-997-1177		
	こども家庭センター すくすく・サポート市役所	089-948-6343		

## こどもに関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	備考	相談日時
家庭や児童の問題や 父子相談	松山市福祉・子育て相談 窓口 (家庭児童相談・父子相談)	089-948-6413		月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
こどもの発達支援に 関する相談	こどもの相談室 ふらっと	089-997-7955		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
児童問題全般の相談	愛媛県福祉総合支援 センター	089-922-5040		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く) ※児童虐待は24時間受付
不登校、いじめ等の相談	愛媛県総合教育センター (教育相談室)	089-963-3986		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
いじめの相談	いじめほつとらいん (こども家庭センターこども相談 築山)	089-943-8740 soskyschien@city. matsuyama.ehime.jp		月～金曜日 8:30～21:00 土・日曜日・祝日 8:30～17:00 (年末年始を除く)
	いじめ相談ダイヤル 24 (愛媛県教育委員会) 【国の事業名:24時間 子供 SOS ダイヤル】	なやみいおう 0120-0-78310 (フリーダイヤル)		毎日 24 時間受付
18歳までのこどもの相談	チャイルドライン	0120-99-7777		毎日 16:00～21:00
思春期の悩みや不安に 対する相談	愛媛県心と体の健康 センター	089-911-3880		月～金曜日 8:30～17:15 ※面接相談(要予約) (休日・祝日・年末年始を除く)
15歳～49歳でニート状態 にある若者への働くことに 関する相談	えひめ若者 サポートステーション	089-948-2832		月～土曜日 10:00～18:00 いよてつ高島屋 南館3階 (休日・祝日・年末年始を除く)
少年に関する問題の相談 (非行相談等)	愛媛県警察少年 サポートセンター	089-934-0110		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く) ※第1、第3土曜日 9:00～17:00 分室「ひめさぼ」(要予約)
こどもの人権に関する相談	こどもの人権 110 番 (松山地方務局)	0120-007-110 (フリーダイヤル)		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
ヤングケアラーに関する相談	こども家庭センター こども相談築山 「ヤングケアラーほつとらいん」	089-943-3300		月～金曜日 8:30～21:00 土・日曜日・祝日 8:30～17:00 (年末年始を除く)
子どものための法律相談	愛媛弁護士会	089-941-6279		月～金曜日 9:00～12:00 13:00～ 17:00 (休館日を除く) ※「子ども電話相談」とお伝えいた だき、担当弁護士から折り返し電話

## 高齢者に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	備考	相談日時
高齢者の相談	松山市福祉・子育て相談 窓口(高齢者相談)	089-948-6593		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
高齢者の総合相談	松山市地域包括支援センター ○湯築・桑原・道後 089-993-5666 (サブセンター五明・伊台・湯山 089-993-5661) ○石井・浮穴・久谷 089-957-0808 (サブセンター浮穴・久谷 089-905-8889) ○小野・久米 089-970-3761 ○東・拓南 089-915-7760 ○雄郡・新玉 089-993-7220 ○味酒・清水 089-911-1135 ○垣生・余土 089-989-7600 ○生石・味生 089-953-3888 ○三津浜 089-953-1130 ○中島 089-997-0454 ○潮見・久枝 089-994-8765 ○北条 089-992-0117 ○和気・堀江 089-911-8005			月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
高齢者の心配ごと 悩みごと相談 (専門的な内容は関係機関を紹介)	愛媛県高齢者相談センター (愛媛県社会福祉協議会)	089-921-8789		月～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
高齢者・障がい者のための 法律相談	愛媛弁護士会	089-907-2020 (※当日限りの直通電話)		水曜日 10:00～12:00 (祝日・休館日を除く)

## 障がい等に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	備考	相談日時
知的障がい者(18歳以上)に 関する相談	愛媛県福祉総合支援 センター	089-923-4471		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
発達障がいに関する相談	愛媛県発達障がい者支援 センター「あいゆう」	089-955-5532		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
障がい者総合相談	松山市福祉・子育て相談窓口 (障がい者総合相談)	089-943-6307		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	松山市障がい者 北部地域相談支援センター	089-989-6555		月～金曜日 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	松山市障がい者 南部地域相談支援センター	089-968-1009		月～金曜日 9:00～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
小児慢性特定疾病 に関する相談	認定 NPO 法人ラ・ファミリエ (病気のある子どもとその家族の支援)	089-916-6035		平日と第 1・第 3 土曜日 10:00～17: 00(休日・祝日・年末年始を除く)
難病に関する相談	愛媛県難病相談支援セン ター (愛媛大学医学部附属病院総 合診療サポートセンター)	089-960-5013		月・水 9:00～12:00 13:00～15:00 金 9:00～12:00 (休日・祝日・年末年始を除く)

## 性に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	備考	相談日時
女性に関する相談	愛媛県福祉総合支援センター	089-927-3490 全国共通短縮ダイヤル #8008		○来所相談・電話相談 月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
				○女性夜間電話相談 毎日 18:00～20:00 (祝日・年末年始・警報発令日を除く)
	愛媛県男女共同参画センター	089-926-1644		○一般相談(女性相談員担当) 火～金曜日 来所 8:30～16:30 電話 8:30～17:30 土・日曜日 来所・電話 8:30～16:30 (休日・祝日・年末年始を除く) ※面接のみ要予約
				○心理相談(臨床心理士担当) 第1～第4木曜日 来所・電話 13:00～16:30 ※予約制(一般相談を受けた方) (休日・祝日・年末年始を除く)
				○法律相談(弁護士による法的手続き等の相談) 第1・第2・第4木曜日 13:30～15:30 ※来所相談は要予約、一人30分以内 (休日・祝日・年末年始を除く)
	松山市男女共同参画推進センター・コムズ相談室	089-943-5770 メール相談はメールフォームにて受付		火・土曜日 9:00～16:30 水・金曜日 9:00～20:00(面接は～16:30) (祝日を除く) 電話30分、面接50分 ※面接のみ要予約
松山市福祉・子育て相談窓口(女性相談)	089-948-6413		月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)	
女性の人権に関する相談	女性の人権ホットライン(松山地方法務局)	0570-070-810		月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
男性に関する相談	愛媛県男女共同参画センター	089-926-1633		来所相談・電話相談(※要予約、1回30分以内) 原則 第1水曜日・第3土曜日 9:00～12:00 13:00～15:00(休日・祝日・年末年始を除く) ※日程変更の場合あり
	松山市男女共同参画推進センター・コムズ相談室	089-943-5777		第2水曜日・第4土曜日 18:30～20:30 (年末年始を除く) ※電話・面接ともに要予約、1回30分以内
ひとり親家庭に関する相談(生活、貸付)	松山市福祉・子育て相談窓口(母子・父子自立相談)	089-948-6749		月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)



## 性的指向・性自認（SOGI）に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号ほか	備考	相談日時
同性愛や性別違和の相談	愛媛県 LGBT 電話相談	070-4286-0409		第 2 月曜日・第 4 日曜日 18:00～21:30 (最終受付:終了 10 分前まで)
	NPO レインボープライド愛媛	rainbowpride777@gmail.com		メールは常時受付 ただし回答には数日を要する場合も有
	よりそいホットライン (一般社団法人 社会的包摂サポートセンター)	0120-279-338 (フリーダイヤル)		24 時間 365 日(通話料無料)
	一般社団法人 カラフルドットライフ	080-7951-4315 メール相談フォーム 		メール相談用 URL(随時受付) <a href="https://forms.gle/uZ4HRK3Eo67mAaUN9">https://forms.gle/uZ4HRK3Eo67mAaUN9</a> LINE 相談(第 2 木曜 19 時～21 時)、でんわ相談(第 4 木曜 19 時～21 時)
LGBTQ のための法律相談	愛媛弁護士会	090-5715-0217 (※当日限りの直通電話)		奇数月の第 3 水曜日 13:30～16:00
		つながるにじいろ on ライン (一般社団法人 SOGIE 相談・ 社会福祉全国協議会)	<a href="https://lin.ee/jUyOwiN">https://lin.ee/jUyOwiN</a> ( LINE 相談)	

## 法律等に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	備考	相談日時
法的トラブル解決のための相談	法テラスサポートダイヤル	0570-078374 IP電話の方は 03-6745-5600		平日 9:00～21:00 土曜日 9:00～17:00 (日曜・祝日・年末年始を除く)
弁護士相談	松山市市民生活課	089-948-6211		水曜日 13:30～16:00(※要予約、 第 5 週は除く) (休日・祝日・年末年始を除く)
司法書士相談	松山市市民生活課	089-948-6211		第 1 木曜日 13:30～16:00(要予約) (休日・祝日・年末年始を除く)

## 金融・経営・雇用に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
経営に関する相談	松山商工会議所	089-941-4111	月～金曜日 8:30～17:00(休日・祝日・年末年始を除く)
	北条商工会	089-993-0567	月～金曜日 8:30～17:15(休日・祝日・年末年始を除く)
	中島商工会	089-997-0218	月～金曜日 8:30～17:15(休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県よろず支援拠点	089-960-1131	月～土曜日 9:00～17:00 ※土曜日は予約のみ対応可 (日曜日・祝日・年末年始を除く)
	ポストコロナ総合経営支援 拠点「CONNECT えひめ」	089-960-1291	月～金曜日 8:30～17:15(休日・祝日・年末年始を除く)
経営・就職相談	松山しごと創造センター	089-948-8035	月～金曜日 9:00～19:00 土曜 10:00～18:00 (日曜・祝日・年末年始を除く)
貸金業相談	中予地方局商工観光課	089-909-8760	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	日本貸金業協会 愛媛県支部	0570-051-051	○貸金業務に関する相談・苦情・紛争解決・貸付自粛に 関する相談 受付時間 電話 9:00～17:00(※来所は要予約) (土・日・祝日・年末年始を除く)
	四国財務局 松山財務事務所	089-941-7185(代表)	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
労働相談	松山労働基準監督署	089-917-5250	○労働条件に関すること 月～金曜日 8:30～17:15(休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛労働局 総合労働相談コーナー	089-935-5208	月～金曜日 9:00～17:00(12:00～13:00を除く) (休日・祝日・年末年始を除く)
	松山総合労働相談コーナー	089-927-5150	
	愛媛県労働委員会	089-912-2996	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	中予地方局商工観光課	089-909-8760	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛くらしの相談センター	089-915-2400	電話 月～金曜日 9:00～17:00 来所(※要予約)メール sh-roufuku@lib.e-catv.ne.jp(休日・祝日・年末年始を除く)
若年者の就職相談	ジョブカフェ愛 work (愛媛県若年者就職支援センター)	089-913-8686	月～金曜日 9:00～19:00 土曜日 10:00～18:00 来所相談(※要予約)(日曜・祝日・年末年始を除く)
就職相談	特定非営利活動法人 eワーク愛媛	050-8885-3338 eworksehime@gmail.com	水曜日 13:00～18:00 ※まずは電話かメールでお問合せください
	ハローワーク松山	089-917-8609	月～金曜日 8:30～17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)

## 多重債務に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	備考	相談日時
多重債務相談	松山市市民生活課	089-948-6211		○弁護士相談 水曜日(※要予約、第5週は除く) 13:30~16:00(休日・祝日・年末年始を除く)
				○ファイナンシャルプランナー相談 第1火曜日(※要予約) 13:30~16:00(休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県消費生活センター	089-925-3700		月・火・木・金曜日 9:00~17:00 水曜日 9:00~19:00(休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛くらしの相談センター	089-915-2400		電話 月~金曜日 9:00~17:00 来所(※要予約) メール sh-roufuku@lib.e-catv.ne.jp (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県司法書士会	089-941-1263		第2・第3水曜日 13:00~16:00(※要予約) (休日・祝日・年末年始を除く)
	四国財務局 多重債務者相談窓口	087-811-7801		月~金曜日 9:00~12:00 13:00~17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	法テラス サポートダイヤル	0570-078374 IP電話の方は 03-6745-5600		月~金曜日 9:00~21:00 土曜日 9:00~17:00 (日曜、祝日、年末年始を除く)
愛媛弁護士会	089-941-6279		月~金曜日 13:00~16:00 水曜日 17:30~19:30 (※事前予約制、面談30分枠)	

## 労働安全衛生に関する相談窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
職場における メンタルヘルス対策支援	愛媛産業保健総合支援センター	089-915-1911	月~金曜日 8:30~17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)

## その他の相談に関する窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	相談日時
人権問題に関する相談	みんなの人権110番 (松山地方法務局および支局)	0570-003-110	月~金曜日 8:30~17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛県人権啓発センター	089-941-8037	月~金曜日 8:30~17:15 (休日・祝日・年末年始を除く)
性暴力被害に 関する相談	ひめここ(媛CC) (えひめ性暴力被害者支援センター)	089-909-8851 全国共通短縮ダイヤル #8891 NTT ひかり電話の方は 0120-8891-77	24時間 365日

## その他の相談に関する窓口

相談内容	相談窓口	電話番号	備考	相談日時
犯罪被害にあわれた方の相談	犯罪被害者支援ダイヤル	0120-079714 IP電話の方は 03-6745-5601		平日 9:00～21:00 土曜日 9:00～17:00 (日曜・祝日・年末年始を除く)
	公益社団法人 被害者支援センターえひめ	089-905-0150		火～土曜日 10:00～16:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	愛媛弁護士会	089-941-6279		月～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00 (休館日を除く) ※「犯罪被害者相談」とお伝えいただき、 紹介を受けた担当弁護士と面談予約
交通事故の相談	愛媛県交通事故相談所	089-941-1111 (内線 580)		○相談: 月～金曜日 9:00～12:00 13:00～15:00 (水曜日のみ受付 14:30 まで、面接は要予約) (休日・祝日・年末年始を除く) ○弁護士無料相談: 原則第1・第3金曜日 13:00～14:00 (※要予約、相談員への事前相談が必要)
	公益財団法人 日弁連交通事故相談センタ ー愛媛県支部	089-941-6279 (※事前予約制、 面談30分枠)		火曜日 13:30～16:00
事件、事故等生活の 安全に関する相談	愛媛県警察本部警察相談室	#9110 089-931-9110		平日 8:30～17:15 (上記以外は当直対応)
	松山東警察署警察相談室	089-943-0110		
	松山西警察署警察相談室	089-952-0110		
	松山南警察署警察相談室	089-958-0110		
市民相談 (一般相談、犯罪被害者等 支援に関する相談等)	松山市市民生活課	089-948-6211		月～金曜日 8:30～17:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
生活相談 シェルター利用の相談	愛媛くらしの相談センター	089-915-2400		電話 月～金曜日 9:00～17:00 来所(※要予約) メール sh-roufuku@lib.e-catv.ne.jp (休日・祝日・年末年始を除く)
消費生活の相談	愛媛県消費生活センター	089-925-3700		月・火・木・金曜日 9:00～17:00 水曜日 9:00～19:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	松山市消費生活センター (松山市市民生活課)	089-948-6382		月～金曜日 8:30～16:00 (休日・祝日・年末年始を除く)
	消費者ホットライン	(局番なし)188		最寄りの消費生活相談窓口または国民生活セ ンターをご案内します





松山市自殺対策推進キャラクター  
「リスにん」

## 気づき

家族や仲間の変化に  
気づく。

## 声かけ

一歩勇気を出して声を  
かける。

## 傾聴

本人の気持ちを尊重し、  
耳を傾ける。

## つなぎ

早めに専門機関に相談  
する。

## 見守り

温かく寄り添いながら、  
じっくりと見守る。

第3次松山市自殺対策基本計画（案）

○発行／松山市

○編集／松山市保健所 保健予防課

〒790-0813 松山市萱町六丁目30番地5

TEL (089) 911-1816

FAX (089) 923-6062

