

# 飯綱町 第2次 いのち支えるネットワーク推進計画 【2024～2028 年度】

概要版

## 計画策定の趣旨

「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、自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため、平成 28(2016)年に自殺対策基本法が改正され、自殺対策が「生きることの包括的な支援」として実施されるべきこと等を基本理念に明記するとともに、各自治体が計画を策定することとなりました。

本町においても、平成 31(2019)年3月に「いのち支えるネットワーク推進計画」を策定し、さまざまな対策に取り組んできました。計画期間となる 5 年を迎えることから、これまでの取り組みを振り返るとともに、昨今の情勢・動向を踏まえた上で、計画を総合的に点検し、引き続き、町全体で自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため「第2次 いのち支えるネットワーク推進計画」を策定するものです。

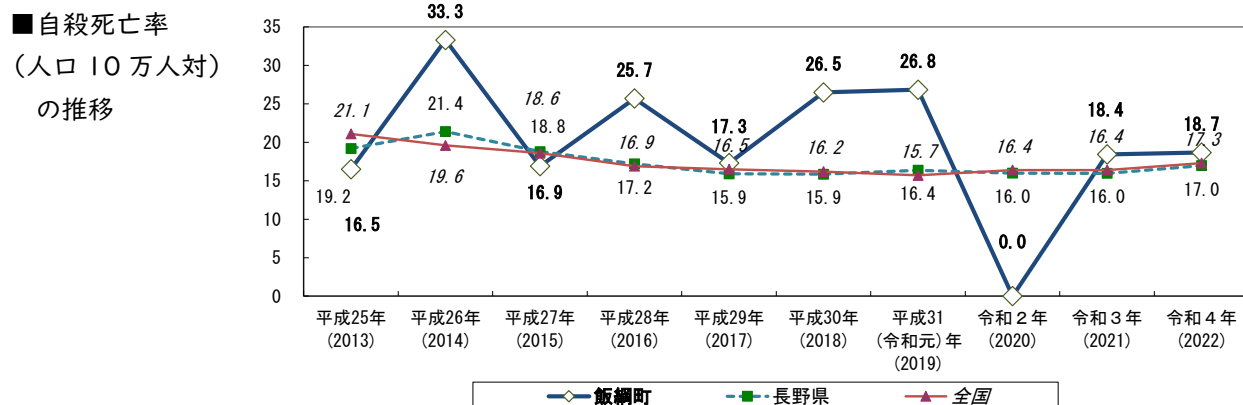
## 計画の基本理念

「自殺総合対策大綱」や「自殺対策基本法」の理念・考え方を踏まえ、本町の基本理念を掲げ、町、関係機関、民間団体、企業、町民などが一体となって、自殺対策を推進していきます。

### 基本理念

～誰も自殺に追い込まれることのない 生き心地の良いまち 飯綱～

## 飯綱町の現状及び目標



本町における平成 25(2013)年～令和4(2022)年の 10 年間に自殺で亡くなった人の数は 22 人で、令和4(2022)年の自殺死亡率(人口 10 万人あたりの自殺者数)は 18.7 となっています。10 年間平均の自殺死亡率は 20.0 で、長野県の 17.4、全国平均の 17.5 と比べ、やや多くなっています。

第1次計画と同様、第2次となる本計画においても、引き続き年間自殺者0人を目指し、取り組んでまいります。

## 飯綱町の自殺対策における8つの施策

国が定める「地域自殺対策政策パッケージ」において、全ての自治体で実施されることが望ましいとされている5つの基本施策と、自殺総合対策推進センターが作成した「地域自殺実態プロファイル」において、飯綱町が特に力を入れるべき支援群に焦点を絞った3つの重点施策を組み合わせ、飯綱町では、以下の8つの施策を中心に、地域の実情に合った自殺対策に係る取り組みを展開していきます。

|      | 施策の内容                    | 主な取り組み                                                       | 担当課           |
|------|--------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------|
| 基本施策 | (1) 地域におけるネットワークの強化      | ● 庁内の自殺対策推進本部・ワーキングチームの開催                                    | 保健福祉課         |
|      |                          | ● 町内の自殺対策に係る推進協議会の設置・開催 ほか                                   | 総務課・企画課・保健福祉課 |
|      | (2) 自殺対策を支える人材の育成        | ● ゲートキーパー養成講座の実施（町民向け・関係団体向け・町職員向け他）                         | 全庁            |
|      |                          | ● 町職員の健康管理と心のケアの推進 ほか                                        | 総務課           |
|      | (3) 町民への周知と啓発            | ● 各種広報媒体を用いた啓発活動の実施                                          | 企画課・保健福祉課     |
|      |                          | ● パンフレット・リーフレットなどの啓発グッズの作成・配布                                | 保健福祉課         |
|      |                          | ● 健康づくり講演会や地区健康教室における町民への啓発 ほか                               | 保健福祉課         |
|      | (4) 生きることの促進要因への支援       | ● 各種相談窓口の充実・相談窓口間の連携                                         | 全庁            |
|      |                          | ● 自殺未遂者への支援                                                  | 保健福祉課         |
|      |                          | ● 自死遺族への支援 ほか                                                | 保健福祉課         |
|      | (5) 児童・生徒のSOSの出し方に関する教育  | ● 「SOSの出し方に関する教育」の実施                                         | 教育委員会・保健福祉課   |
| 重点施策 | (1) 無職者・失業者の自殺対策の推進      | ● 就職情報サイト「おしごとながの」を活用した就労支援                                  | 産業観光課         |
|      |                          | ● ハローワークなどの関係機関との連携を視野に入れた相談体制の整備 ほか                         | 産業観光課・全庁      |
|      | (2) 子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化 | ● 自殺のリスクが高い子どもへの危機介入（県子どもの自殺危機対応チームの活用）                      | 教育委員会・保健福祉課   |
|      |                          | ● 居場所づくりの推進                                                  | 教育委員会・保健福祉課   |
|      |                          | ● いじめの防止・対策に向けた取り組みの推進                                       | 教育委員会         |
|      |                          | ● 教育相談・就学相談の実施 ほか                                            | 教育委員会         |
|      |                          | ● 子ども・若者に向けた相談窓口の周知の強化（タブレット端末、ホームページを活用した情報発信や早期相談体制の整備） ほか | 教育委員会・保健福祉課   |
|      | (3) 高齢者の自殺対策の推進          | ● 介護を行う家族への相談・講習会などの開催                                       | 保健福祉課         |
|      |                          | ● 高齢者の生きがいづくりの充実                                             | 教育委員会・保健福祉課   |
|      |                          | ● 認知症サポーター・認知症キャラバンメイトの養成                                    | 保健福祉課         |
|      |                          | ● うつ予防と早期発見の普及啓発 ほか                                          | 保健福祉課         |

## 取組目標

本計画の数値目標の達成に向けて、計画の実効性を確保するため、計画期間内に達成すべき目標として、以下の表のように取組目標を設定します。

### ◆【基本施策】

| 指標の内容                          | 第 1 次計画実績           | 第 2 次計画目標値等    |
|--------------------------------|---------------------|----------------|
| 飯綱町いのち支えるネットワーク推進協議会開催回数       | 未実施                 | 年 1 回以上        |
| いのち支えるネットワーク推進計画ワーキングチーム会議開催回数 | 未実施                 | 年 1 回以上        |
| ゲートキーパー養成講座受講者数                | 1,058 人             | 1,500 人        |
| ゲートキーパーの認知度                    | 14.3%※ <sup>1</sup> | 28.6%          |
| SOS の出し方教育実施の実施学校数             | 1 校で実施              | 3 校で実施         |
| 町広報紙での啓発の実施回数                  | 年 2 回               | 年 3 回以上        |
| 町ホームページでの啓発                    | 未実施                 |                |
| 未遂者支援関係者の研修受講者数                | 未実施                 | 町内未遂者支援関係者全員受講 |
| 「こころの体温計」アクセス件数                | 月 112 件             | 月 900 件        |
| 自殺予防週間・自殺対策強化月間の認知度            | 42.8%               | 65.0%          |
| 自死遺族相談について言葉も内容も知っている人の割合      | 1.5%※ <sup>2</sup>  | 3.0%           |

### ◆【重点施策】

| 主な施策分野    | 指標の内容                              | 第 1 次計画実績 | 第 2 次計画目標値等 |
|-----------|------------------------------------|-----------|-------------|
| 無職・失業者の対策 | 庁内や関係機関と連携した普及啓発（ポスター・リーフレット設置か所数） | 7 か所      | 21 か所       |
| 高齢者の対策    | 高齢者を対象としたうつ予防の普及啓発                 | 未実施       | 年 1 回以上実施   |
| 子ども・若者の対策 | 自宅や学校以外における居場所の設置数                 | 1 か所      | 4 か所以上      |

※1：『令和5年度こころの健康に関する住民意識調査』における、「内容まで知っていた」「聞いたことはあるが、内容は知らない」の割合の合計値

※2：『令和5年度こころの健康に関する住民意識調査』における、「内容まで知っていた」の割合

## ～心のサイン、感じたら みんなが誰かのゲートキーパー～

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、下記の表にある対応ができる人のことです。1 人でも多くの方が、ゲートキーパーとしての意識をもち行動することで、大切な命を守ることにつながります。

|      |     |                     |
|------|-----|---------------------|
| 主な対応 | 気づき | 家族や仲間の変化に気づいて、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 | 早めに専門家に相談するよう促す     |
|      | 見守り | 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る |

## ▼▼▼「こころの体温計」について▼▼▼

飯綱町では、パソコンや携帯電話から簡単にこころの健康状態をチェックできる、「こころの体温計」システムを導入しました。パソコンや携帯電話、スマートフォンから、右記の QRコードまたは URL からアクセスしてください。5 つのチェックモードがありますので、現在の自分に必要なものを選び、必要事項を入力してください。

URL : <https://fishbowlindex.jp/iizuna/>



### ～相談先のご案内～

「これからどうやって生きていけばいいんだろう」「消えたい…もう生きるのをやめたい」そんな思い、ひとりで抱え込まずに相談してみませんか。

#### 生きるのがつらい・消えてしまいたい

##### ○長野県精神保健福祉センター

☎026-266-0280

月～金（祝日・年末年始除く） ☎8:30～17:15

##### ○こころの健康相談統一ダイヤル

“消えてしまいたい” “家族や知人に死にたいと訴える人がある” “身内が自死してつらくてどうしようもない” などの自殺に関する相談をお受けしています。

☎0570-064-556

月～金（祝日・年末年始除く）

☎9:30～16:00、18:30～22:00 受付終了

##### ○長野いのちの電話

☎026-223-4343（長野）

年中無休 ☎11:00～22:00

##### ○＃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



学校・家庭のことで悩んでいる／  
進路・将来のことが不安

##### ○学校生活相談センター

（24 時間子ども SOS ダイヤル）

☎0120-0-78310

年中無休・24 時間／無料

##### ○長野県子ども支援センター（子ども専用）

☎0800-800-8035

☎10:00～18:00（日・祝日を除く）

##### ○チャイルドライン（18 歳以下）

18 歳までの子どもがかけける電話です。  
チャットでの相談も受け付けています。

☎0120-99-7777

毎日（年末年始除く） ☎16:00～21:00



#### SNS で相談したい

##### ○こころのほっとチャット

（NPO 法人 東京メンタルヘルス・スクエア）

年齢・性別を問わず相談に応じています。



LINE



Facebook



チャット

##### ○生きづらびっと

（NPO 法人 自殺対策支援センターライフリンク）

平 日： ☎8:00～22:30（22:00 まで受付）

土・日： ☎11:00～22:30（22:00 まで受付）

LINE@yorisoi-chat

（右記コード参照）



WEB 相談

<https://www.lsystem.org/web>

（右記コード参照）



##### ONPO 法人 あなたのいばしょ

年齢や性別を問わず、誰でも無料・  
匿名で利用できるチャット相談窓口  
です。（24 時間 365 日）



##### ONPO 法人 BOND プロジェクト

10 代 20 代女性のための LINE 相談  
を実施しています。



#### どこに相談していいかわからない

##### ○よりそいホットライン

☎0120-279-338

年中無休・24 時間／無料

ほかにも様々な窓口がございます→



最新の情報は各相談窓口のサイトをご確認ください

飯綱町 第2次 いのち支えるネットワーク推進計画【概要版】 令和6年3月

発行：飯綱町 保健福祉課健康推進係（飯綱町健康管理センター内）

〒389-1211 長野県上水内郡飯綱町大字牟礼 2220

電話：026-253-6841 / FAX：026-263-6840