

概要版

## 第2期

# 川越町自殺対策行動計画

令和6年度 ▶ 令和11年度

みんなで支え合い いのちつながる町  
かわごえ



自殺は、特定の要因のみで起こるものではなく、様々な社会的要因が複雑に関係しています。

このように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、

自殺の背景にある問題を解決することで、自殺を防ぐことができます。

川越町では「みんなで支え合い いのちつながる町 かわごえ」を基本理念と設定し、

誰も自殺に追い込まれることのない町を実現するための自殺対策施策を推進します。

令和6年3月

川越町

# 基本施策

## 1 地域におけるネットワークの強化

誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現に向けた環境を整備するため、庁内の連携強化とともに、関係機関との連携を図るための体制を整備します。



### 【施策の内容】

- ① 地域におけるネットワークの強化

## 2 自殺対策を支える人材の育成

自殺対策を進めるにあたっては、様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対する早期の「気づき」が重要であるため、自殺対策を支える人材の育成に向けた取組を進めます。



### 【施策の内容】

- ① 研修機会の充実
- ② 学校教育に関わる人への研修

## 3 町民への啓発と周知

自殺に追い込まれる危機に直面した人の心情や背景への理解を深めるとともに、悩んだときにはひとりで抱え込まないように相談窓口を周知します。



### 【施策の内容】

- ① リーフレット・啓発グッズ等の作成と活用
- ② 講演会等の開催
- ③ メディアを活用した啓発

## 4 生きることの促進要因への支援

自殺の要因となり得る精神的な不調等に対して、初期の段階で適切に対処し、その解決に努めることが重要であるため、居場所づくり活動への支援や相談支援を強化するとともに、自殺リスクが高い人への支援に努めます。



### 【施策の内容】

- ① 居場所づくり活動
- ② 相談支援
- ③ 女性への支援
- ④ 自殺未遂者への支援
- ⑤ 遺された人への支援

# 重点施策

## 1 子ども・若者

子どもや若者が抱えやすい問題を解決するための取組を進めるとともに、子育て世代や若者の周囲の人に対し、子どもや若者の自殺を防止するための事業を行います。



### 【施策の内容】

- ① いじめを苦しめた子どもの自殺の予防
- ② 子どもの生きることへの阻害要因に対する取組の充実
- ③ 情報通信技術(ICT)を活用した若者へのアウトリーチの強化等
- ④ 社会全体で子どもや若者の自殺リスクを低減させるための取組
- ⑤ SOSの出し方に関する教育の実施
- ⑥ SOSの出し方に関する教育を推進するための連携の強化

## 2 勤務・経営

勤労世代では就労や経済の問題、人間関係の問題等を抱えている場合があるため、相談先の周知・啓発や相談体制を整備する等、働く人の心身の健康を維持するための取組を推進します。



### 【施策の内容】

- ① 相談先の周知・啓発
- ② 相談体制の整備

## 3 高齢者

高齢者世代の自殺の要因になり得る閉じこもりやうつ状態の予防のため、関係機関と連携し、包括的な支援につなげます。



### 【施策の内容】

- ① 包括的な支援のための連携の促進
- ② 地域における要介護者に対する支援
- ③ 高齢者の健康不安に対する支援
- ④ 社会参加の強化と孤独・孤立の予防

## 4 生活困窮者

生活困窮者は人権や身体・精神疾患、労働等の多様かつ広範な問題を複合的に抱えている傾向があるため、経済的な支援に加えて、様々な観点からの支援を行い、生活困窮者の自立につなげます。



### 【施策の内容】

- ① 相談支援
- ② 生活支援の充実

# あなたにもできる / 自殺予防のための4つの行動

## 気づき

### 家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

普段と違う様子やサインに気づくことが自殺予防の第一歩です。家族や仲間の変化に気づいたら、まずは声をかけてみましょう。

## 傾聴

### 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

悩みを打ち明けられたら、まずはこれまでの苦労に対してねぎらい、その気持ちを言葉にして伝えましょう。悩みを真剣な態度で受け止め、相手を尊重する姿勢が大切です。

## つなぎ

### 早めに専門家に相談するよう促す

本人に理解のある家族や友人などキーパーソンと連携して、専門機関や相談窓口につなぐサポートをしましょう。

## 見守り

### 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

話を聴いた後も、「いつでも相談にのるよ」と伝えましょう。今までどおり対応するとともに、体やこころの健康状態に配慮し、優しく見守りましょう。

## 相談先一覧

一人で悩まないで気軽に相談してみよう!

相談内容	相談先	電話番号	連絡先
● どこにかけていいかわからないとき	川越町役場健康推進課	059-365-1399	8:30~17:15(平日)
● こころの悩み相談	#いのちSOS	0120-061-338	24時間(木曜日を除く) 6:00~24:00(木)
	三重いのちの電話	059-221-2525	18:00~23:00
	桑名保健所	0594-24-3620	8:30~17:15(平日)
● 自殺予防・自死遺族電話相談	こころの健康センター	0120-01-7823	13:00~16:00(平日)
● 自殺予防夜間・休日電話相談		0570-064-556	16:00~24:00(平日) 9:00~24:00(土日祝)
● ひきこもり専門電話相談		059-253-7826	9:00~16:00(平日)
● 依存症専門電話			13:00~16:00(毎週水曜日)
● こころの悩みの傾聴	こころの傾聴 テレフォン	059-223-5237	10:00~16:00(平日)
SNS	相談内容	LINE公式アカウント	
● こころつなぐSNS相談みえ	こころの悩みについてどんなことでもご相談	平日と土・日曜日、祝日(年末年始含む) 17:00~22:00 ※受付は21:30まで	

## 第2期川越町自殺対策行動計画 概要版

発行:川越町 発行年月:令和6年3月 編集:川越町 健康推進課  
〒510-8123 三重県三重郡川越町大字豊田一色314番地 TEL:059-365-1399