

板橋区は、国際社会の一員として国が取り組むべき普遍的な目標である「持続可能な開発目標(SDGs)」が掲げる「誰一人として取り残さない」社会をめざし、「東京で一番住みたくなるまち」の実現に向けた施策を推進しています。

近年、社会情勢は目まぐるしく変化しており、地域社会も複雑化・多様化し、人との「つながり」が注目されています。

自殺についても精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児 や介護疲れ、いじめや孤立等の要因が複雑化・複合化し、その多くが追 い込まれた末の死であることが知られるようになりました。

この間、国は自殺対策を強化するため、平成28年3月に「自殺対策 基本法」を改正し、平成29年7月に「自殺総合対策大綱」の抜本的な 見直しを行い、すべての都道府県及び市町村が「地域自殺対策計画」を 策定することとしました。

板橋区では、平成 18 年自殺対策基本法の制定以降、区民が自殺に追い込まれることのないよう、精神保健分野の施策を見直し、「普及啓発」「人材育成」「相談支援」「推進体制」を 4 つの柱として自殺対策を進めてきました。本区の自殺者数は平成 19 年をピークに減少傾向に転じているものの、依然として毎年約 80 人前後が自ら命を絶つ状況が続いています。この状況をうけ、(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(3)住民への啓発と周知(4)生きることへの支援(5)子ども・若者への支援を柱とする「板橋区いのちを支える地域づくり計画 2022」を策定しました。本計画により、すべての人が自殺予防の意識を持ち、生きることの包括的な支援を地域全体で推進し、誰も自殺に追い込まれることのない地域づくりを進めていきます。

いのちを支える地域づくりの実現のためには、区民の皆様をはじめ、 地域や関係機関・団体と区との連携のさらなる強化が必要です。皆様の ご理解ご協力を心よりお願い申し上げます。

目 次

第	1重	重	計ī	画策员	Ēσ	つ趣	旨	等																													
	1	言	一画兒	策定∅	り起	取旨	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• 1
	2	言	画	の位置	量~	づけ	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• 3
	3	計	画	の期間	引•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• 3
	4	言	画	の数値	直目	目標	į •	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• 4
第	2₫	重	板	喬区0	DΕ	自殺	め	現	状																												
	1	极		区の自																																	
	(]	L)	自着	役者数	女の	つ推	移	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• 5
	(2	2)	自着	役死亡		至•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• 6
	(:	3)	板村	喬区自	自彩	5者	数		年	代	• ;	男	女	別	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• 7
	(∠	1)	板村	喬区自	自彩	5者	数		年	代	引4	年	次	推	移	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• 8
	(5	5)	板棒	喬区自	自彩	5者		職	業	削	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• 9
	(6	3)	板村	喬区自	自彩	5者	数	,	原	大	• [動	機	別		•		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	10
	(7	7)	板棒	喬区自	自彩	5者	·0)	自	殺:	未	刻	柾		男	女	別	割	合	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	12
	3)	3)	板棒	喬区年	巨歯	冷階	級	別	死	大	•	•	•		•			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	12
	2	极	[極]	玄の自	自彩	5者	等	0)	統	計	ታን	Ь.	見	え	る	特	徴	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	13
第	3 ₫	<u> </u>	板	喬区0	DΕ]殺	対	策	^ (か]	取	組																									
	1	>	れ	までの	り耳	文組		•	•	•	•	•	•	•			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	14
				及啓到																																	
	(2	2)	人材	才育瓦	戈	•		•	•	•	•	•	•	•			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	16
	(:	3)	相詞	淡支护	爰	•		•	•	•	•	•	•	•			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	17
	(4	1)	推注	生体 #	Ιĵ	•		•	•	•	•	•	•	•			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	18
	2	4	`後(の取績	且	•		•	•	•	•	•	•	•			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	19
	(]	L)	地址	或にま	31,	ナる	ネ	ツ	<u>۱</u>	ワ・	<u> </u>	ク	の	強	化	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	20
	(2	2)	自着	役対領	色を	と支	え	る	人才	材	D:	育	成	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•			•	•	•	•	•	•	•	22
	(:	3)	住」	吴へ の	り屋	李 発	ح ۽	周	知	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	23
	(∠	1)	- 1	生き	きる	5 C	ح .	~	の <u> </u>	支担	爰	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	24
	(4	1)	-2	重点	文点	计象	者	~	の	支担	爰	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	27
	(5	5)	子。	ども・	·	吉者	·~	0)	支	爱	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	29
第	4章	重	自和	段対領	€σ)推	進	体	制																												
	1	极	[橋]	区 自希	殳文	寸策	地	域	協	義:	会	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	35
	2	枥	[橋]	区自希	殳文	寸策	計	画	推	進	本i	部	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	•	35
	3																																				
資	料系																																				
	1	要	綱•		•	•		•	•	•	•	•	•	•			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	36
	2	名	簿•		•	•		•	•	•	•	•	•	•			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	40
	3	審	議経	過•	•	•		•	•	•	•	•		•			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	•	43
				コリ																																	

第1章 計画策定の趣旨等

1 計画策定の趣旨

我が国の自殺者数は、警察の統計によると平成10年以降、平成23年まで14年連続して3万人を超える状態が続きました。平成24年には3万人を下回りましたが、依然として先進諸国よりも高い水準にあります。

国では、平成18年に自殺対策基本法(平成18年法律第85号)が施行され、それまで「個人の問題」とされてきた自殺が「社会の問題」と捉えられるようになり、社会全体で自殺対策が進められるようになりました。

平成 28 年には自殺対策をさらに強化するため自殺対策基本法が改正され、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現をめざして、すべての都道府県及び市町村が「地域自殺対策計画」を策定することになり、平成 29 年 7 月に自殺総合対策大綱の抜本的な見直しも閣議決定されました。

これを受け、東京都では、平成30年6月に「東京都自殺総合対策計画~こころといのちのサポートプラン~」を策定しました。

自殺には多様で複合的な原因があることを踏まえ、対策を進めるためには、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を図り、誰もが「生きることの包括的な支援」として必要な支援が受けられるようにすることが重要です。

この計画はすべての人が自殺予防の意識を持つことをめざしています。区では、国の大綱や東京都の計画、地域の実情を踏まえ、国際社会共通の目標である「持続可能な開発目標(SDGs)*1」のもと、「誰一人として取り残さない」社会の実現をめざし、自殺対策(=生きることの包括的な支援)を進めていきます。区と共に、区民一人ひとりも、身近な社会課題ともいえる自殺対策を「自分事」として考えて行動し、社会的孤立や社会的排除をなくし、お互いに支えあうことのできる地域共生社会*2、すなわち「いのちを支える地域づくり」の実現をめざします。実施にあたり、区は庁内のみならず関係機関・団体等との連携協力を強化し自殺対策をより一層進めるために、本計画を策定します。

*1 持続可能な開発目標(SDGs)

平成 27(2015) 年 9 月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」に記載された西暦 2016 年から 2030 年までの国際目標。「誰一人として取り残さない」という理念のもと、「貧困の撲滅」と「持続可能な経済・社会・環境の実現」等を目的に、すべての国が取り組むべき 17 の目標と 169 のターゲットが定められている。SDGs は発展途上国のみならず、先進国自身が取り組むユニバーサル(普遍的)なものであり、日本としても積極的に取り組んでいる。

*2 地域共生社会

制度や分野ごとの「縦割り」や「支え手」「受け手」という関係を超え、地域住民や地域の様々な主体が「我が事」として参画し、人と資源が世代や分野を超えて「丸ごと」つながることで、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域を共につくっていける社会を「地域共生社会」という。

国の自殺総合対策大繒 (概要) 平成 29 年 7 月

「回殺総の対紙大艦」(概要)

※下線は旧大綱からの主な変更箇所

平成28年の自殺対策基本法の改正や我が国の自殺の実態を踏まえ抜本的に見直し

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

「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 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、 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

自殺の現状と自殺総合対策における基本認識 第2

- 自殺は、その多くが追い込まれた未の死である
- 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
- 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

自殺総合対策の基本方針 第3

- 生きることの包括的な支援として推進する
- 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 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 3.2.
 - 実践と啓発を両輪として推進する
- 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

第4 自殺総合対策における当面の重点施策

- 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する
 - 一人ひとりの気づきと見守りを促す
- 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する
- 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る 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
 - 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 87.0
 - 社会全体の自殺リスクを低下させる
- 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
 - 遺された人への支援を充実する 民間団体との連携を強化する 0
- 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

自殺対策の数値目標

第5 |

先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、平成38年までに、 **自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少** (平成27年18.5 ⇒ 13.0以下)

(WHO:仏15.1(2013)、米13.4(2014)、独12.6(2014)、加11.3(2012)、英7.5(2013)、伊7.2(2012))

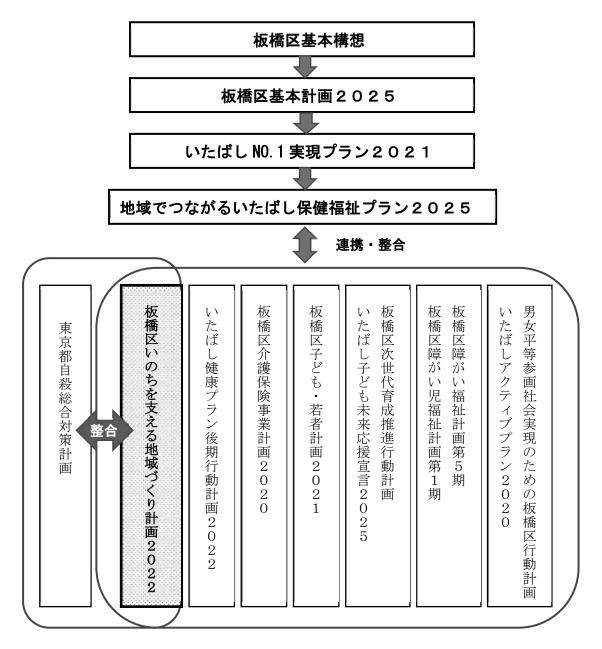
第6 推進体制等

- 1. 国における推進体制
- 地域における計画的な自殺対策の推進
 施策の評価及び管理

 - 大綱の見直し

2 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法第13条第2項に定める「市町村自殺対策計画」として策定するものです。区の「板橋区基本構想」「板橋区基本計画2025」をはじめ「地域でつながるいたばし保健福祉プラン2025」などの関連する計画と整合を図ります。



3 計画の期間

計画の期間は、令和2(2020)年度から、令和4(2022)年度までの3か年とします。 令和4年度は国の自殺総合対策大綱の見直しが予定されており、東京都自殺総合対策 計画の終期の年度であり、さらに、いたばし健康プラン後期行動計画の最終年度にあたります。

自殺総合対策大綱の改正や社会状況の変化等を勘案して、適宜見直しを行います。

4 計画の数値目標

国の自殺総合対策大綱では、令和8 (2026)年までに、自殺死亡率*3 を、平成27 (2015)年と比べて30%以上減少させることを目標として定めています。

本計画の期間は、令和 2 (2020)年度から令和 4 (2022)年度までの 3 か年ですが、上記の点を踏まえ、区でも、平成 27 (2015)年の自殺死亡率 18.9 (自殺者数 100 人)を令和 8 (2026)年までに 30%以上減少させ、13.0以下とすることを目標とします。

(1) 板橋区

	平成 27(2015)年	令和 8(2026)年
自殺死亡率 (人口動態統計)	18.9	目標 13.0 以下
自殺者数(人) (人口動態統計)	100	目標 70以下

(2)国

	平成 27(2015)年	令和 8(2026)年
自殺死亡率 (人口動態統計)	18.5	目標 13.0 以下

*3 「自殺死亡率」

人口 10 万人当たりの自殺者数であり、一般的に単位なしで表記されます。

第2章 板橋区の自殺の現状

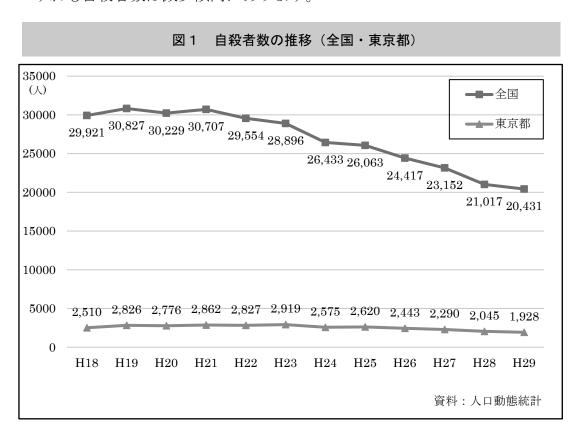
1 板橋区の自殺の現状

板橋区の自殺の現状を把握するために、厚生労働省の「人口動態統計」*4(以下「人口動態統計」と表記)と警察庁の「自殺統計」*5(以下「警察統計」と表記)の2種類を用います。

(1) 自殺者数の推移

① 全国・東京都

平成 29 年における全国の自殺者数は 20,431 人、東京都の自殺者数は 1,928 人、 いずれも自殺者数は減少傾向にあります。



*4 厚生労働省の「人口動態統計」

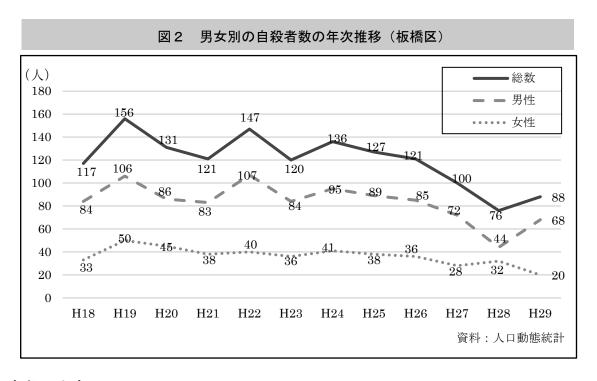
国の基幹統計であり、死亡届/住民基本台帳に基づく。外国人は対象に含まれていない。

*5 警察庁の「自殺統計」

警察による自殺統計原票に基づく確定値が人口動態統計より早く、平成21年以降のデータ(曜日や時間帯、職業区分)がある。発見された場所で集計されることが特徴的であるが、発見地と住居地などの集計がある。また、市町村に共通する同じ項目のデータが存在し、外国人も対象に含まれる。

② 板橋区

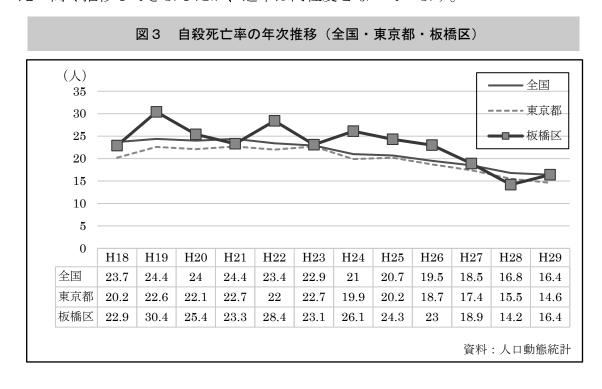
板橋区の自殺者数は、平成24年以降は減少傾向となっており、平成29年は前年よりも増えたものの、平成19年の156人をピークに、平成27年には100人まで減少し、近年は2桁台の自殺者数となっています。



(2) 自殺死亡率

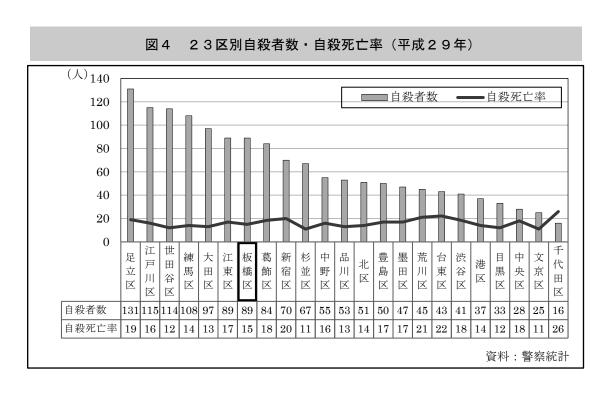
① 全国·東京都·板橋区

板橋区の自殺死亡率(人口 10 万人当たりの自殺死亡者数)は、全国や東京都と 比べ高く推移してきましたが、近年は同程度となっています。



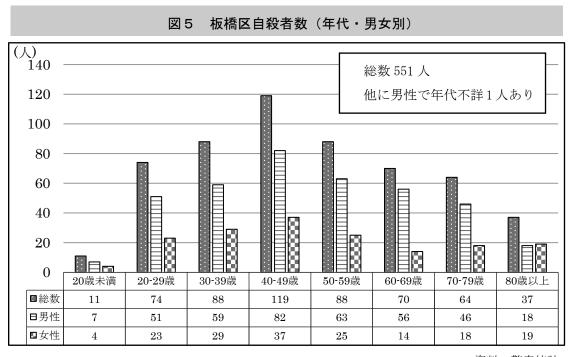
② 23 区別の自殺者数・自殺死亡率 (平成 29 年)

板橋区の自殺者数は23区中7番目ですが、自殺死亡率で見ると23区中14番目となります。



(3) 板橋区自殺者数 年代·男女別 (平成 25~29 年合算)

40歳代の自殺者数が最も多く、30歳代、50歳代が続きます。男女別では、男性が女性の約2倍です。60歳以上の区民の自殺者は、全体の31%を占めます。

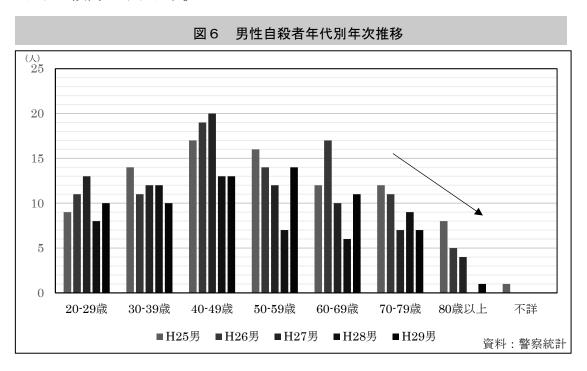


資料:警察統計

(4) 板橋区自殺者数 年代別年次推移

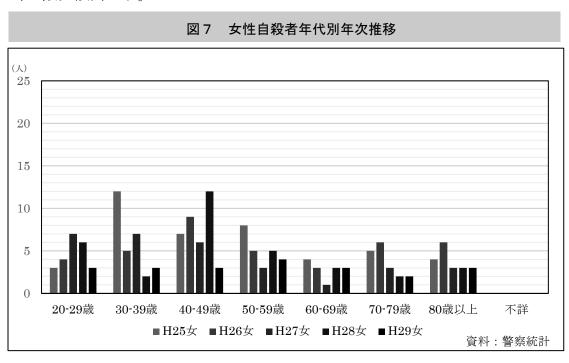
① 男性

男性の自殺者数は、70歳代以降は減少傾向ですが、30~60歳代は、自殺者数が高 止まりの傾向にあります。



② 女性

女性の年代別自殺者数は、30~40歳代に自殺者が多い年がありましたが、全体的に減少傾向です。



(5) 板橋区自殺者 職業別 (平成 25~29 年合算)

① 職業別構成割合

無職者(学生、主婦、失業者、年金生活者を含む)が65%、被雇用28%、自営5%です。

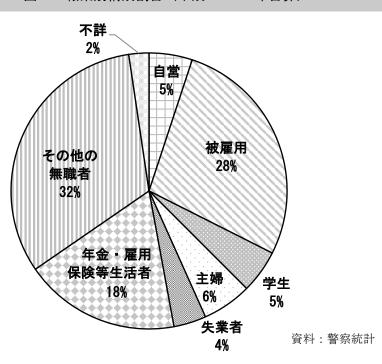


図8 職業別構成割合(平成25~29年合算)

② 職業別年次推移

「その他の無職者」では、ピーク時と比べると減少していますが、「被雇用者」 「年金・雇用保険等生活者」では、明らかな減少が見られません。

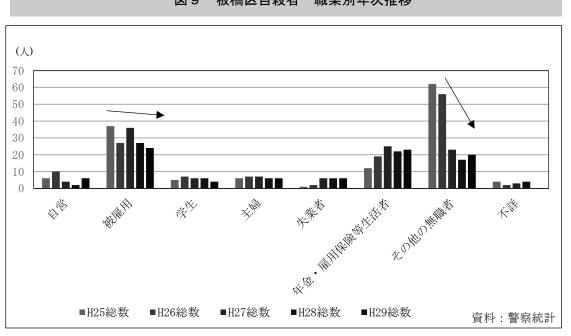
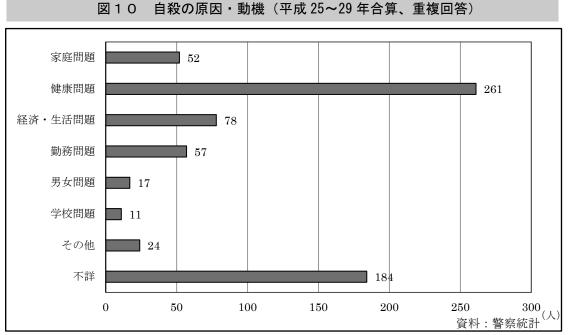


図 9 板橋区自殺者 職業別年次推移

(6) 板橋区自殺者数 原因・動機別 (平成 25~29 年合算)

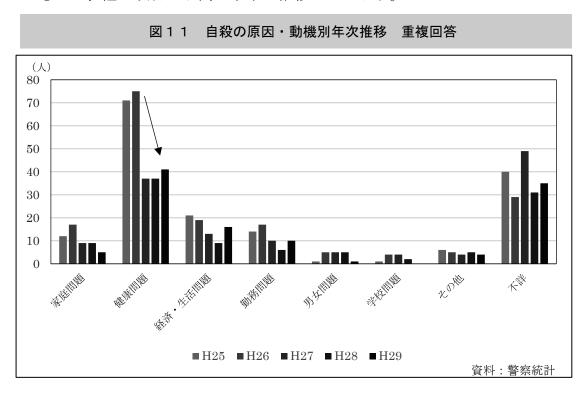
① 原因・動機別自殺者数

様々な問題を抱え最終的に「健康問題」(身体疾患、うつ病などの精神疾患を含 む)が原因・動機となった自殺者数が最も多くなっています。



② 原因・動機の年次推移

原因・動機別年次推移では、「健康問題」はピーク時と比べると減少している ものの、他の項目より高い水準で推移しています。



10

③ 板橋区の自殺者の多い集団の特徴

自殺総合対策推進センター*6の分析による、板橋区で自殺に至った人の経緯 (板橋区地域自殺実態プロファイル)によれば、男性が失業をきっかけに心身の 不調をきたし、自殺に至るケースが多いことが示されています。

表 1 板橋区の自殺者の多い集団の特徴 (平成 25~29 年合算注)

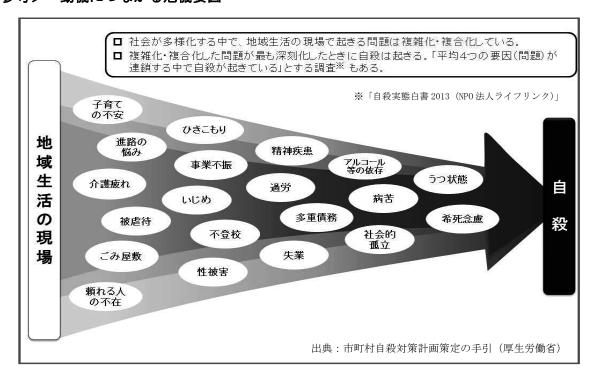
上位3区分	自殺者数 5 年計	背景にある主な自殺の危機経路								
1位:男性60歳以上 無職独居	49人	失業(退職)+死別・離別 →うつ状態→将来生活への悲観→自殺								
2位:男性40~59歳 無職独居	41人	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺								
3位:男性60歳以上 無職同居	40人	失業(退職)→生活苦+介護の悩み (疲れ) +身体疾患→自殺								

(板橋区地域自殺実態プロファイル、自殺実態白書 2013 (NPO 法人ライフリンク) より) 注:この表の母集団は板橋区の自殺者数 (平成 25~29 年合算) の男女計 552 人です。

*6 自殺総合対策推進センター

平成28年4月1日に施行された改正自殺対策基本法の理念と趣旨に基づき設立され、地域自 殺対策計画の策定を支援するために、地域の自殺の実態を詳細に分析した地域自殺実態プロファ イルなど、地域自殺対策策定に資する資料を自治体に提供しています。国が国立研究開発法人国 立精神・神経医療センター内に設置した、民学官協働型の組織です。

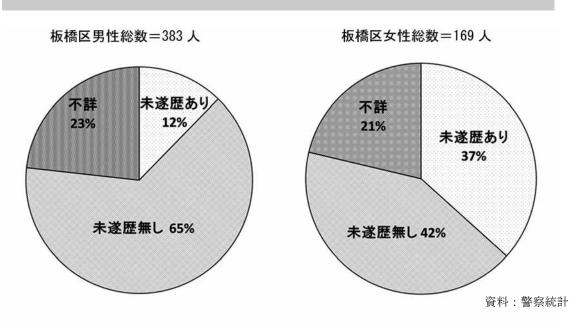
<参考> 動機につながる危機要因



(7) 板橋区自殺者の自殺未遂歴 男女別割合 (平成 25~29 年合算)

女性の方が男性より未遂歴のある人の比率が多くなっています。

図12 自殺者の自殺未遂歴の有無(平成25~29年度合算)



(8) 板橋区年齢階級別死因 (平成 29 年)

板橋区の年齢階級別死因は、20歳未満から50歳代まで、自殺が上位を占めています。これは全国的な傾向です。

表 2 板橋区年齢階級別死因(平成 29 年)										
年代	第1位	第2位	第3位							
20歳未満	自殺	・不慮の事故・悪性親	新生物 ^注							
20-29歳	自殺	心疾患・悪性新生物・不慮の事故								
30-39歳	自殺	悪性新生物	その他							
40-49歳	悪性新生物	自殺	脳血管疾患							
50-59歳	悪性新生物	心疾患	自殺							
60-69歳	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患							
70-79歳	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患							
80歳以上	悪性新生物	心疾患	老衰							

資料:人口動態統計

注:死亡者数が同一であるため、並列表記としました。悪性新生物はがんのことです。

2 板橋区の自殺者等の統計から見える特徴

板橋区の自殺死亡率は、近年においては全国・都と同程度となっているものの、依然 として一定数の自殺者数で推移しています。統計から見えてくる自殺者像は以下の通り です。

(1) 性別

男性の自殺死亡者数が女性の約2倍と多くなっています。

(2) 年代別

40 歳代の自殺者が最も多く(22%)、30 歳代(16%)、50 歳代(16%)がこれに続きます。60 歳以上の区民の自殺者は、全体の31%を占めます。

(3)職業別

無職者(学生・主婦・失業者・年金生活者を含む)が全体の65%を占めています。

(4)原因・動機別

健康問題(身体疾患、うつ病などの精神疾患を含む)が原因・動機となった自殺者が最も多く、次いで経済・生活問題、勤務問題がこれに続いています。

(5) 自殺者の自殺未遂歴の有無

女性は男性より自殺未遂率が高くなっています。

(6) 自殺者の多い集団

40~60 代の男性が、失業をきっかけに心身の不調をきたし、自殺に至るケースが、上位にあがっています。

これらの現状を踏まえ、板橋区では、すべての世代の区民を対象とした自殺対策を 行うことを基本とし、さらに次の方々を自殺対策の重点対象者とします。

- ① 無職あるいは失業しており、生活に困窮している人
- ② 地域とのつながりが持ちづらい中高年男性

また、自殺未遂歴のある方への支援強化が重要です。

第3章 板橋区の自殺対策への取組

1 これまでの取組

板橋区では、従来から多岐にわたる分野で、区民の生活を守り、様々な相談や支援を 行うことによって、結果として区民が自殺に追い込まれることのないように、各種の事業を行ってきました。特に、自殺対策基本法が制定された平成18年以降は、自殺対策の 視点から改めて施策を見直し、精神保健分野を中心として自殺対策を進めました。

さらに、自殺には多様かつ複合的な原因及び背景があることが一般に広く知られ、行政・民間等が一体となって対策を推進することの重要性が指摘されました。このことを踏まえ、国の自殺総合対策大綱の基本理念でもある「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現をめざし、「普及啓発」「人材育成」「相談支援」「推進体制」の4つの支援について関係機関の連携を強化し進めました。

(1)普及啓発

① 板橋区民を対象とした啓発

ア 広報いたばしでの啓発

平成 19 年度から広報いたばしに、東京都が実施している自殺予防を呼びかける キャンペーンである「自殺防止!東京キャンペーン」の情報とともに、自殺対策に 関する啓発記事を以下のテーマに沿って掲載しました。

以下は、直近3年間のテーマです。

- ・平成28年度 「あなたのこころの健康 サポートします」
- ・平成 29 年度 「3月は自殺対策強化月間 講習会『わかる!相談支援を活用する方法』」
- ・平成30年度 「気づいてください!体と心の限界サイン~ひとりで悩まず相談を~」

イ 板橋区ホームページでの啓発

板橋区ホームページで、自殺予防のための知識、相談先の情報、また、自死遺族のための支援機関の紹介や必要な手続き等を掲載しています。タイトル例は以下の通りです。

- ・「大切な人の命を守る あなたもゲートキーパー*⁷です」
- ・「板橋こころと生活の相談窓口」(各窓口・相談機関へのリンクつき)
- ・「自死(自殺)で家族を亡くされた遺族の方へ」等

ウ 児童・生徒への啓発

区立小中学校の児童・生徒が悩みをひとりで抱え込まず周囲に相談しやすいよう、 夏休みなどの長期休業前に、学校から全児童・生徒に「児童・生徒のための相談窓 ロ一覧」を配布しています。

② 自殺対策強化月間(9月・3月)に関連した事業

ア 広報いたばしでの啓発

国・東京都の定めた「自殺対策強化月間」「自殺予防週間」である9月と3月に合わせて、板橋区でもこれに関連した特集記事を広報いたばしに掲載しています。

イ 自殺対策シンポジウム

平成 19 年度から、自殺対策につながる内容をテーマとした講演会を実施しました。平成 24 年度から、さらに拡大し、自殺対策強化月間に合わせ自殺予防に関連の深いテーマで「自殺対策シンポジウム」を継続実施し、基調講演に加えて地域の様々な活動を紹介しています。以下は、直近 3 年間のテーマです。

- ・平成28年度 「相談支援を活用する方法」
- ・平成29年度 「精神疾患や生きづらさのある方の『生きる支援』」
- ・平成30年度 「借金があっても生きていける」

ウ 自殺予防ポスターの掲示

平成20年度から、自殺対策強化月間に合わせ、毎年3月に町内掲示板及び公衆浴場に、うつ相談や、上記の自殺対策シンポジウムなどの関連事業を掲載した自殺予防ポスターを掲示し、悩みを抱えた区民と周囲の人々への普及啓発を図っています。

③ 東武鉄道株式会社(以下、東武鉄道と記載)との協働キャンペーン

平成26年度から、東武鉄道の事故防止キャンペーンと板橋区の自殺対策キャンペーンを協働で実施しています。平成26年度からは区民ボランティア(こころの健康サポーター*8)の協力も得て、さらに平成30年度には、地元商店街や警察とも連携して、キャンペーンを展開しました。板橋区からは、「板橋こころと生活の相談窓口」「ゲートキーパー手帳」を中心に、メッセージ入りグッズなどを配布し、地域住民への自殺予防の啓発に努めています。以下は、平成26~30年度の実施実績です。

- 平成26年度 1回実施 10月(上板橋駅)
- ・平成28年度2回実施5月(成増駅)・11月(大山駅・東武練馬駅)
- ・平成29年度 2回実施 5月(成増駅)・11月(上板橋駅)
- ・平成30年度 2回実施 4月(大山ハッピーロード)

12月 (成増駅・上板橋駅・大山駅・下板橋駅)

④ 精神保健福祉講演会

様々な精神疾患の理解や対応方法、精神障がいのある方の地域生活支援や、家族支援などの、生きる支援とリスク要因に関連する講演会を、板橋区保健所等の主催で毎年度実施しています。以下は、講座テーマ(タイトル)例です。

「うつ病とアルコール依存症」「ひきこもり若者への家族対応」 「認知行動療法を活用した障がい者就労支援」「職場のうつと復職支援」 「精神疾患の親とくらす子どものこころのケアのために」 「精神障がい者と家族が地域で安心して自立生活を送るために」 「産前・産後うつの対応法講座」「知っておきたい高齢者のうつ病と対応」 「人を信じられない病~依存症の治療と回復のためのセミナー~」等

*7 ゲートキーパー (厚生労働省のホームページより)

「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、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。自殺対策では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤立・孤独」を防ぎ、支援することが重要です。専門性の有無にかかわらず、ゲートキーパーとしての意識を持ち、それぞれの立場でできることから行動を起こす人を増やすことが自殺対策につながります。

「自殺総合対策大綱(平成19年6月8日閣議決定)」においては、9つの当面の重点施策の一つとしてゲートキーパーの養成を掲げ、かかりつけの医師をはじめ、教職員、保健師、看護師、ケアマネジャー、民生委員・児童委員、各種相談窓口担当者など、関連するあらゆる分野の人材にゲートキーパーとなってもらうため研修等を行うことが規定されています。

また「ゲートキーパー」は我が国のみならず、WHO(世界保健機関)をはじめ、多くの国々で使用され、自殺対策の分野で広く使用されている用語・概念であり、その養成プログラムも実施されています。

*8 こころの健康サポーター

「こころの健康サポーター」は板橋区がその養成講座を実施し、講座終了後も継続的に活動を支援している、精神保健福祉のための区民ボランティアです。

(2)人材育成

平成21年度からゲートキーパー研修を実施し、以下のような支援者に啓発対象を拡大しています。

① 板橋区職員を対象としたゲートキーパー研修の実施

- ・平成28年度 福祉事務所職員対象のゲートキーパー研修
- ・平成28年度 板橋区本庁舎低層階窓口改善検討会でゲートキーパー研修
- ・平成 29 年度 板橋区職員新任職員・係長研修でゲートキーパー研修

② 小中学校生活指導主任を対象としたゲートキーパー研修の実施

・平成 28 年度 この年より毎年板橋区立小中学校生活指導主任対象のゲートキーパー 一研修を開始

③ 介護・看護関係支援者を対象としたゲートキーパー研修の実施

- ・平成26年度 居宅介護支援事業者集団指導でのゲートキーパー研修
- ・平成 27 年度 地域密着型サービス事業者連絡会・集団指導でゲートキーパー研修
- ・平成27年度 板橋区訪問看護ステーション会にて所長対象のゲートキーパー研修

④ 子育て支援員を対象としたゲートキーパー研修の実施

・平成27年度 子育て支援員養成講座にてゲートキーパーのミニ講座

⑤ 薬剤師を対象としたゲートキーパー研修の実施

・平成27年度 板橋区薬剤師会地区研修会の会議におけるゲートキーパー研修

⑥ こころの健康サポーターを対象としたゲートキーパー研修の実施

・平成 19 年度 この年度より、毎年こころの健康サポーター対象のゲートキーパー研修を開始

(3)相談支援

① 健康福祉センターの保健師による相談

生活習慣病予防や精神疾患、発達障がい、ひきこもり、難病等のほか、産前産後の母親や育児に関することなど、様々な心身の健康・疾患に関する相談について各健康福祉センターの保健師が個別の相談に応じています。

② 精神保健福祉相談・うつ相談

各健康福祉センターで、予約制の精神科専門医師による精神保健福祉相談を実施し、 平成19年度から、うつ病対策として毎年3月に精神科医による「うつ相談」を実施しています。さらに、板橋区保健所では、専門講師による、うつ病・双極性障がい(躁うつ病)で悩んでいる方の家族教室を毎年10回開催しています。

③ 酒害相談

板橋区保健所で、アルコール依存症治療の専門講師を交えた酒害相談(グループ相談会)を実施しています。アルコール依存症本人を対象とした会は毎月1回、アルコール関連問題の悩みを抱えた家族対象の会は毎月2回開催しています。

④ ひきこもり相談

各健康福祉センターにて、ひきこもりに関する本人や家族からの相談に保健師が随時応じています。また、板橋区保健所では家族支援と心理教育を目的に、月2回の「ひきこもり家族教室」を開催しています。さらに、毎月1回、児童精神科医師による「ひきこもり相談」を実施しています。

⑤ 区民相談

区民相談室では、区民の様々な問題や悩みごとについて、専門相談員が相談に応じています。法律相談、税務相談、年金・社会保険・労務相談、人権相談、青少年相談、家事相談等を予約制で実施しています。

⑥ 福祉総合相談

福祉に関する総合相談窓口として、各福祉事務所内に福祉総合相談室を設置し、母子・ひとり親相談、女性相談、家庭相談、手話相談、生活保護の相談、障がいのある方

の相談等に応じています。

⑦ 教育総合相談

教育支援センターでは、教育総合相談として、「学校相談」と「いじめ 110 番」、「いじめメール相談」、「特別支援教育相談」(就学相談等)、「心理・言語専門相談」、「板橋フレンドセンター」(不登校(通級)相談)、「スクールソーシャルワーカー活用事業」を行っています。

(4)推進体制

① 自殺対策庁内連絡会

平成24年度から、「自殺対策」及び「生きる支援」のための取組、支援の現状、課題、連携等について、庁内関係部署間で情報交換を行っています。平成24・25年度は多重債務連絡会と同時開催し、平成26年度からは単独開催にて毎年1回開催しています。現在、板橋区役所内の28課が参加しています。

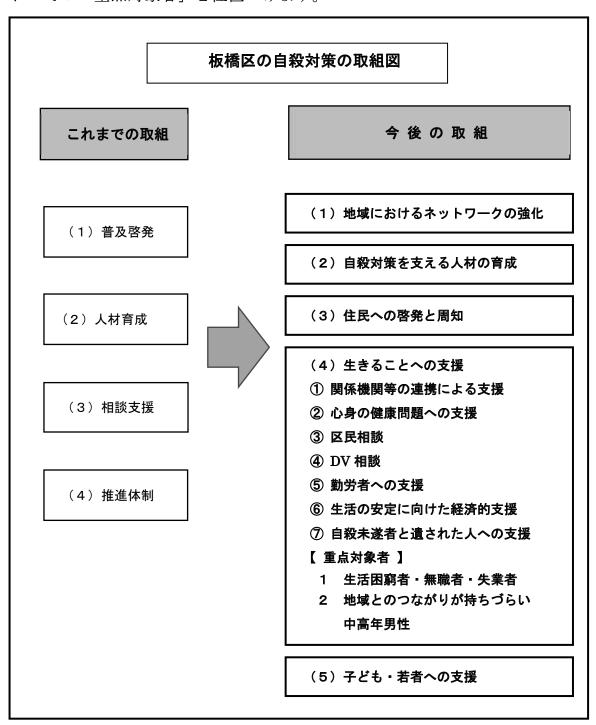
② 板橋区自殺対策地域協議会

これまでは板橋区の自殺対策について地域の精神保健関係者の連携の場(地域精神保健福祉協議会)を活用して話し合ってきましたが、自殺総合対策大綱に基づき、外部委員による協議会を設け、板橋区の自殺対策計画の策定や推進、連携について協議しています。

2 今後の取組

今後の板橋区の自殺対策は、これまでの取組の継続に加え、国が全国的に実施することが望ましいと示している「5つの基本施策**」に沿い、また第2章で示した板橋区の自殺の現状から、今後の取組を「地域におけるネットワークの強化」「自殺対策を支える人材の育成」「住民への啓発と周知」「生きることへの支援」「子ども・若者への支援」の5つの面から支援を進めていきます。

中でも、特に自殺予防・自殺対策が必要と考えられる「無職あるいは失業しており、 生活に困窮している人」、「地域とのつながりが持ちづらい中高年男性」を、本計画に おいての「重点対象者」と位置づけます。



*9 国の示す「5つの基本施策」

自殺総合対策推進センターが、地域自殺対策計画の策定を支援するために作成した地域自殺対策政策パッケージは「基本パッケージ」と「重点パッケージ」から構成されている。基本パッケージは、ナショナル・ミニマムとして全国的に実施されることが望ましい施策群とされている。自殺総合対策推進センターは基本パッケージにおける基本施策として、次の5つを挙げ、いずれも地域自殺対策の推進においてすべての自治体で取り組むことが望ましい施策群としている。

- ・地域におけるネットワークの強化
- ・自殺対策を支える人材の育成
- ・住民への啓発と周知
- ・生きることの促進要因への支援
- ・児童生徒のSOSの出し方に関する教育

(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」を実現するために、関係団体、事業所、 区民、行政がそれぞれの自殺対策について果たす役割を自覚した上で、相互に連携・ 協力し総合的に取り組むための仕組みを強化します。

① 各種相談窓口の連携

ア 切れ目のない相談支援 継続

複数の悩みを抱えた区民からの相談に対し、悩みの内容や相談者の世代に応じて、 民間を含む適切な連携先の窓口へ、同行や電話対応等、確実な情報伝達等により着 実につなげ、切れ目のない支援を行います。

イ 複数窓口間の情報共有カード(仮称) 新規

相談者が複数の窓口に相談をする場合、つらい悩みを繰り返し話さなくて済み、 必要な窓口に確実につながり、さらに紹介者がつながったことを確認するため、相 談者の同意を得た上で利用できる情報共有カードの作成を検討します。

② 関係機関等の連携体制の強化

ア 板橋区自殺対策地域協議会 継続

保健・医療・福祉・教育等の関係者・関係団体や学識経験者を構成員とする、協議会において、関係機関の連携・協力を推進します。

イ 板橋区精神科医療機関間情報交換会(仮称) 新規

区内精神科医療機関の情報交換の場を設けることにより、各医療機関がお互いの情報を理解し、役割分担ができるよう、検討を行います。

ウ 板橋区地域自立支援協議会 継続

障がい者等への支援の体制の整備を図るため、「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律」に基づき、関係機関、関係団体及び障がい者等の関係者が幅広く参加し、連携の緊密化を図るとともに、地域の実情に応じた体制の整備について定期的な協議を行っていきます。

エ 乳幼児の発達を支援する関係機関連絡会(発達ネット) 継続

乳幼児の発達を支援するために、関係機関が情報の共有化や支援体制の課題について検討する連絡会を開催し、有機的な連携体制を推進します。

オ 東武鉄道・警察・商店街等の地域の関係機関との連携 継続

これまで強化してきた、東武鉄道の事故防止キャンペーンと板橋区の自殺対策キャンペーンとの連携を継続し、区内の警察、商店街などの関係機関とも協働して実施していきます。

力 自殺対策庁内連絡会 継続

区で実施している多くの事業を、自殺対策及び「生きることへの支援」の視点を もって進めるため、毎年1回、庁内の関係部署間で情報交換し、連携の推進を図り ます。

キ 事務局機能の強化 強化

自殺予防対策は、抱える問題の個別性が大きいため、必要な情報や相談につながりにくいことがあります。そのため、適切な支援へつなぐコーディネート機能を有する事務局の強化を検討します。

③ 地域のネットワークとの連携体制の推進

ア 板橋区地域包括ケアシステム「板橋区版 AIP」の確立 継続

要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、「住まい・医療・介護・予防・生活支援」が一体的に提供される仕組みを構築します。

イ 地区ネットワーク会議 継続

各地域での高齢者等を支援する機関及び団体の代表者が出席する会議を活用し、 高齢者支援における課題の検討を行い、多職種の連携を進めます。

ウ ひとり暮らし高齢者見守りネットワーク 継続

ひとり暮らしの高齢者等を地域ぐるみで見守り、支えるために、民生委員・児童委員、町会、おとしより相談センターなどで情報交換を行い、ネットワークの強化を図ります。

エ いたばし健康ネット 継続

区内の健康づくり実践団体(自主グループなど)、保健医療関係団体、健康関連企

業等のネットワークにおいて、ネットワークに登録している方同士の交流・情報交換会等を行い、区民の健康づくりを支援します。

オ 板橋セーフティー・ネットワーク 継続

誰もが安心して暮らせるまち「板橋」の実現のため、区内を中心に業務を行っている事業者の方々が、本来の業務に防犯の観点を加えることにより犯罪被害を減らすことで、被害に苦しんで自殺に至る人を減らしていくことをめざします。

(2) 自殺対策を支える人材の育成

自殺対策を支える人材の育成は、自殺対策を推進するうえで基礎となる取組です。 今後も人材育成を推進し、研修の対象者を様々な分野の関係機関や区民に拡大し、支援 に必要な情報を提供します。地域のゲートキーパーとして、自分から SOS を出せず、深 刻な悩みを抱えて自殺へ追い詰められている人が発するサインにいち早く気づいて、 専門機関の支援につなぐことができるよう、自殺対策の支え手となる人材の育成を推 進します。

① 関係機関、関係職種を対象とした研修

ア ゲートキーパー研修の周知 継続

地域のネットワーク会議や連絡会と連携し、関係機関への周知を図り、ゲートキーパー研修の参加を促します。

イ ゲートキーパー研修の対象者の拡大 強化

これまで実施してきたゲートキーパー研修の対象を、様々な区民ボランティアや障がい者等の支援事業所、医療や介護の関係者や民生委員・児童委員などに対象を広げていきます。また、既存の会議や研修などにゲートキーパー研修を組み込む方法を検討し、自殺対策を支える人材育成の拡大を図ります。

② 区職員へのゲートキーパー研修

ア 職層研修 継続

新任職員研修・係長研修の内容の一部としてゲートキーパー研修を位置づけ、組 織横断的かつ効果的に、自殺対策に資する人材の育成を図ります。

イ 教職員へのゲートキーパー研修 強化

板橋区立の小中学校の生活指導主任を対象に、児童・生徒の自殺のリスクが高まる 夏休み明け前の時期にゲートキーパー研修を実施し、教職員の聴く力と悩みを抱えた 児童・生徒への対応力の向上を図ります。また、養護教諭を対象とした研修の実施も 検討していきます。

ウ 窓口業務、支援業務等にあたる職員向けのゲートキーパー研修 強化

悩みを抱えた区民と直接関わる職員を中心に、これまでの研修対象をより多くの 部署に拡大し、自殺のハイリスク者への対応力を高めるためのゲートキーパー研修 を行います。

③ こころの健康サポーター活動支援事業 継続

メンタルヘルスについて知識を持ち、精神障がい者への地域の理解者である、こころの健康サポーターの養成を推進するとともに、悩みを抱えた区民への対応力の向上を図り、自殺予防活動を含めた活動の支援を継続していきます。

(3) 住民への啓発と周知

自殺に追い込まれるほど辛い状態になることは、特別な人に限られた問題ではなく誰にでも起こり得る危機です。このことを踏まえ、いたばし健康プラン後期行動計画2022の重点目標②「こころの病気に関心をもつ」を推進し、区民がこころの健康に関する正しい認識を持ち、自殺対策についての理解を深めることができるよう積極的な普及啓発を図っていきます。また、様々な問題を抱えた方が相談や支援につながるよう、普及啓発をさらに強化し、相談窓口の周知に努めます。

① 相談窓口の周知・普及

ア 悩みを抱えた区民のための相談窓口リストの普及 強化

様々な悩みを抱えた区民に必要な相談窓口情報を掲載したちらし「板橋こころと生活の相談窓口」の活用のために、区内医療機関・警察などに協力を得るなど、相談窓口の存在をより多くの区民に知ってもらえるための方策を検討します。区のホームページにおいてはインターネット上の相談窓口の情報を紹介します。

イ 板橋区以外の相談窓口の周知 継続

東京都が設置している相談窓口や社会福祉法人による「いのちの電話」など、区を越えた様々な相談窓口の存在を区民に周知することにより、若い世代や広域で活動をしている区民も、早期に相談できるよう支援します。

ウ インターネットを活用した相談窓口の周知 継続

いつでもどこからでも相談できる SNS など、必要な時に適切な相談が受けられるよう、既に開設されている厚生労働省のホームページ「こころの耳」の相談窓口や、東京都が実施する「相談ほっと LINE@東京」、各民間団体が実施する SNS 相談などの周知に努めます。また、SNS 相談の課題など関心を持って研究していきます。

エ 情報が届きにくい人へのアウトリーチによる相談窓口の周知 強化

生活上の課題を抱えながらも自ら相談窓口にアクセスできない個人や家族に対し、 家庭等への訪問支援、地域におけるニーズ発見の場や関係づくり、当事者が出向き やすい場所での合同相談会の開催等により、相談窓口を周知し支援につながるよう 働きかけるための方策を検討します。

② こころの健康と自殺対策に関する正しい知識の普及・啓発

ア 精神保健全般に関する講演会 継続

精神疾患やメンタルヘルスに関する講演会を実施し、精神疾患に対する偏見を除き、正しい理解と知識を持つ区民を増やします。

イ うつ相談・うつ病家族教室 継続

本人や家族が、病気の症状を知り、必要な医療につながり、死にたい気持ちへの対応を含め、うつ病・双極性障がい(躁うつ病)に適切に対処できるための事業を実施します。

ウ 自殺対策に関連する研修や講演会などの実施 継続

区民・支援者等を対象としたゲートキーパー養成研修や講演会、自殺対策シンポ ジウムの開催を継続します。

エ 自殺対策に関する情報発信の推進 強化

広報いたばしや区ホームページ、様々な事業や、健康まつりなどのイベント、情報ツールなどを活用し、区民や関係者に自殺対策に関する情報発信の拡大を図ります。

オ 都自殺予防パンフレット「働く人のこころといのちのサポート」等の周知 新規

悩みを抱えた勤労者が、適切に相談を受けられるよう、相談窓口や融資相談先、情報ポータルサイト(ネット相談を含む)の周知を図るとともに、職域の方のために東京都の啓発パンフレットの普及、活用も図ります。

(4) - 1 生きることへの支援

住み慣れた地域で誰もが安心して暮らすことができるよう、支えあいによってつながる地域づくりが必要です。区民の孤立を防ぎ、問題を抱えた方を相談や支援につなげることは、生きる力の支えとなります。

区は、実施している様々な事業において、自殺対策の視点から捉え直し包括的に生きることへの支援を推進していきます。また、区民一人ひとりが希望の持てる生活設計を営めるよう、雇用や就職に関わる相談・支援体制の強化を図ります。

生きることへの支援では、広く全区民へ向けた取組に加え、特に重点対象者に対する取組を推進します。

① 関係機関等の連携による支援

ア 関係機関等の連携体制の強化 継続

板橋区自殺対策地域協議会

- 板橋区精神科医療機関間情報交換会(仮称)
- · 板橋区地域自立支援協議会
- ・乳幼児の発達を支援する関係機関連絡会(発達ネット)
- 東武鉄道・警察・商店街等の地域の関係機関との連携
- 自殺対策庁内連絡会

イ 複数窓口間の情報共有カード(仮称) 新規

相談者が複数の窓口に相談をする場合、つらい悩みを繰り返し話さなくて済むように、そして必要な窓口に確実につなげ、さらにつながったことを確認するため、相談者の同意を得た上で利用できる、情報共有カードを作成します。

② 心身の健康問題への支援

ア 健康福祉センターの保健師等による心身の健康に関する相談と支援 継続

うつ病や統合失調症、発達障がい、依存症、難病等の様々な心身の健康・疾患に 関する相談、育児や産前産後の母親の相談、ひきこもりに関する相談などに、健康 福祉センターの保健師が個別に応じています。また、精神科医師による予約制の精 神保健福祉相談を行い、相談者に対応方法を助言するなど、心身の病気の予防と早 期対応を行います。

イ 健診等を通した健康管理に関する支援 継続

区民を対象とする健診・歯科検診・がん検診を行い、定期的な健康チェックを進めるとともに、地域の関係機関と連携し、健診・歯科検診・がん検診の周知や広報活動を行います。

ウ 受診への相談・支援・医療費助成 継続

受診先の相談や継続治療の支援を行い、医療費助成制度利用に関する情報提供を 行うこと等によって、健康問題を抱えた区民への支援を行います。

エ アルコールなどの依存症相談 継続

健康福祉センターでアルコール・薬物・ギャンブルなどの依存症に関する相談に 応じ、専門相談や治療、回復の場への橋渡しを行っています。板橋区保健所では、 アルコール依存症治療の専門講師を交えた酒害相談(グループ相談会)を、本人・ 家族を対象に実施します。

③ 区民相談 継続

区民相談室では、区民の様々な問題や悩みごとについて、専門相談員が相談に応じます。法律相談、税務相談、年金・社会保険・労務相談、人権相談、青少年相談、家事相談等を予約制で実施します。

④ DV相談 継続

配偶者やパートナーからの身体的な暴力だけでなく、精神的暴力、性的暴力、経済的暴力を受けた区民に、専門の相談員が相談に応じます。

⑤ 勤労者への支援

ア 中小企業に対する経営や融資の相談 継続

自営業や経営者が、経営の悪化、資金繰りの悩みなどで追い詰められないように、 板橋区に多い中小企業を対象に、経営相談・融資相談を行います。

イ 勤労者の健康管理に関する支援 継続

こころの不調や不安に悩む方、心身の疾患を抱えた方など、心身の健康の悩みを抱えながら働く方に対し、「企業におけるストレスチェック制度」や、中小企業勤労者の健康管理事業で支援を行うとともに、厚生労働省「働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト こころの耳」の周知や東京都の自殺予防啓発パンフレット「働く人のこころといのちのサポート」の活用を行います。

ウ 区内企業へのワーク・ライフ・バランス促進に向けた支援 継続

区内の中小企業に向けて長時間労働の削減、有給休暇の取得促進などを啓発し、働く方が心身ともに健康に働けるためのワーク・ライフ・バランス推進に取り組む企業を「いたばし good balance 会社賞」により表彰します。

⑥ 生活の安定に向けた経済的支援 継続

各種手当や助成、貸付制度について、必要とする方々に、制度に関する情報提供 を行い、申請につなげ、経済的支援を行うことによって、生活の安定を図ります。

⑦ 自殺未遂者と遺された人への支援

ア 自殺未遂者への支援 新規

自殺未遂者が、再び自殺を試みることを防ぐため、継続的な精神科医療を受けられるよう、医療機関に対し、救急医療と精神科医療の連携を強化することを支援します。また、医療機関や警察、相談機関が、より適切な緊急対応ができるよう「東京都こころといのちのサポートネット」の周知と活用の促進を図ります。

イ 自死遺族・関係者等への情報提供 強化

大切な家族を亡くされた自死遺族の方へ、遺族のための集い、遺族のための電話相談、負債・相続・法律・労災補償・就労・経営・福祉などの相談窓口等について、ホームページやリーフレットなどで情報提供します。また、自殺に遭遇した方の心のケアに関した情報提供を図ります。

(4)-2 重点対象者への支援

① 生活困窮者・無職者・失業者への支援

経済的問題を契機に心身の健康を失い、社会的に孤立し、最終的に自殺へ追い込まれる人が少なくありません。衣食住に支障をきたす経済的問題に対しては、相談により問題を整理し、自立のための住宅確保支援、就労支援、また債務処理の支援などを行います。

ア 生活困窮者の自立支援 継続

いたばし生活仕事サポートセンターにおいて、生活困窮者等の総合的な相談に応じ、生活困窮者自立支援法に基づく「自立相談支援事業」「住居確保給付金」「家計相談支援事業」「就労準備支援」を行い、生活困窮者等の自立に向けた包括的・個別的・継続的な支援を実施します。

【主な取組】

○生活困窮者自立相談支援事業

イ就労相談・支援継続

就職・再就職に関する悩み全般に対する相談や、若年層(15歳~39歳)の就職サポート、中高年世代への職業紹介など、本人の状況に合わせて就労の支援を行います。

【主な取組】

- ○就労相談(キャリアカウンセリング)
- ○いたばし若者サポートステーションでの就労支援
- ○いたばし生活仕事サポートセンターでの就労支援及び就労準備支援
- ○はつらつシニアいたばし(アクティブシニア就業支援センター)での相談支援
- ○板橋区シルバー人材センターでの就業案内
- ○板橋区障がい者就労支援センター(ハートワーク)での相談・支援
- ○公共職業安定所 (ハローワーク) での就労支援
- ○東京しごとセンターでの就労支援

ウ 経済的支援 継続

多重債務を抱えた方の相談を受け、状況整理を行い、弁護士・司法書士等専門家の支援へつなげます。また、資産や能力等すべてを活用してもなお生活に困窮する方に対し、困窮の程度に応じ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制度である生活保護制度を活用し経済的に支援します。

【主な取組】

- ○板橋区消費者センターでの債務相談
- ○生活保護制度の活用
- ○東京司法書士会主催「いのちを守る何でも相談会」

② 地域とのつながりが持ちづらい中高年男性への支援

家庭の事情や、家族の介護、自らの健康問題により生活環境に変化が起こりがちな 年代で、平素から地域とのつながりが持ちづらい方への支援を行います。

ア 中高年世代の相談と支援 継続

中高年世代には、様々なライフイベントが重なり、社会的責任も重くなり、家族との死別等の喪失体験があるなど、危機につながりやすい世代でもあります。また、一般的に女性に比べ男性は相談行動を取ることが少なく、特に、中高年男性は相談することが苦手と言われています。

区職員や支援者等が様々な取組の中で、中高年男性の抱えた悩みを把握し、本人が安心して話せる環境で、各問題に応じた相談と支援が受けられるよう、関係機関の連携を図ります。

また、自殺のリスクとも関連の深いアルコール関連問題への支援も行います。

【主な取組】

- ○おとしより相談センターでの相談支援
- ○社会活動のガイダンス講座及びトライアル事業(シニア世代活動支援プロジェクト)
- ○東京商工会議所の経営者向けセミナー、冊子配布等
- ○区民健康なんでも相談
- ○後期高齢者医療健康診査
- ○酒害相談(飲酒の悩み相談会)

イ つながりの支援 継続

住み慣れた地域で、自分らしく健康を維持しながら生きがいを感じて暮らせるよう、地域とのつながりを推進します。

【主な取組】

- ○町会・自治会・板橋区町会連合会
- ○板橋区版地域包括ケアシステム「板橋区版 AIP」の確立
- ○生活支援体制整備事業(支え合い会議)
- ○介護予防事業(介護予防ケアマネジメント、元気力チェックシート、地域リハビリテーション活動支援、10の筋トレ、一般介護予防事業など)
- ○民生委員・児童委員による見守り支援
- ○サロン活動
- ○地域で高齢者へのゆるやかな見守りを行う「ゆるやかご近助さん」養成講座
- ○男性を対象とした料理教室

ウ 介護問題の支援 継続

介護者の様々な負担の軽減や、困りごとの相談に応じ、適切な支援につなぎます。 また、認知症の理解向上と協力支援体制を拡充します。

【主な取組】

- ○各種の介護保険サービスの提供
- ○認知症施策(認知症支援連絡会、初期集中支援事業、サポーター養成・声かけ訓練、 認知症カフェ、家族交流会、認知症の方を介護する男性家族交流会など)
- ○介護者こころの相談事業

(5) 子ども・若者への支援

子どもを取り巻く環境には、「貧困」「虐待」「いじめ」「ひきこもり」「ニート」など、子どもや保護者のみで解決することが難しい問題があります。本計画の子ども・若者分野は、子どもの貧困対策の「いたばし 子ども 夢つむぐプロジェクト」と、子ども・若者の健やかな成長をめざす「子ども・若者計画 2021」と非常に関連が深いため、これら先行の計画に沿って、自殺対策の視点から支援に取り組みます。

① 子どもの「生き抜く力」の養成

ア 確かな学力の定着・向上と教育の機会均等 継続

子どもの学習・生活支援事業「まなぶーす」や、中高生勉強会を引き続き実施するとともに、不登校などで子どもの教育機会が失われないための事業や、相談支援、スクールソーシャルワーカー派遣事業等を拡充して、子どもが学び育つ環境を整えます。

【主な取組】

- ○教育に関する相談(教育支援センター)
- ○子どもの学習・生活支援事業「まなぶーす」
- ○中高生勉強会「学びiプレイス」
- ○大原・成増スタディルーム(まなぽーと大原・成増)
- ○板橋フレンドセンター
- ○スクールソーシャルワーカーの派遣
- ○奨学資金貸付

イ 「SOS の出し方」に関する教育等の推進 継続

子どもが「つらい」と感じたときに相談できる環境づくりとともに、周囲の信頼できる大人へSOSを出せるようにすることを目的とした取組を、全区立小中学校にて行います。

また、学校だけでなく、子どもが悩みを抱え込まず相談できる場所を広く知らせるため「児童・生徒のための相談窓口一覧」を夏休みなどの長期休業前に年数回、 区立小中学校にて全児童・生徒に配布します。

【主な取組】

- ○「SOS の出し方」教育
- ○児童・生徒のための相談窓口一覧
- ○子どもなんでも相談
- ○いじめ110番(教育支援センター)

ウ 若年層の就労支援 継続

勤労意欲のある若者のための就労相談窓口の周知を推進するとともに、就労支援 を通して若者の職業的自立ができる体制を支援します。

【主な取組】

- ○いたばし若者サポートステーション
- ○板橋区若者就職サポート事業

② 子どもが育つ家庭(親)への支援

ア 妊娠・出産・子育ての切れ目のない支援の充実 継続

いたばし版ネウボラ*10では、妊婦面接を始めに、出産前後の母親と子どもの健康、子育ての悩みなどについて、専門職が必要に応じて継続的に家族に寄り添い、情報提供や困りごとを一緒に考え、安心して出産・子育てにのぞめるよう支援します。さらに、子どもの成長とともに、児童館(CAP'S)などの地域の関係機関等で子育ての切れ目のない支援を行い、子どもの健やかな成長を支援します。

【主な取組】

- ○妊婦・出産ナビゲーション事業
- ○産後ケア事業
- ○母親学級、両親学級
- ○産後サポート事業
- ○ファミリーサポート事業における保育サービス
- ○保育園における保育事業
- ○児童館 (CAP'S)
- *10 ネウボラ フィンランド語で「アドバイスの場」を意味します。

イ ひとり親家庭への子育て環境の充実 継続

ひとり親家庭の方が抱えている様々な生活の悩みに応じ、子育てや経済環境への 支援を行います。

【主な取組】

- ○ひとり親家庭等相談窓口
- ○ひとり親家庭自立支援教育訓練給付金

ウ 子育て期の悩みを相談できる環境づくり 継続

家族の悩みに寄り添い、問題の抱え込みを防ぎ、解決に向かうよう相談窓口の周知と相談しやすい体制を整えます。また、母親自身の生き方へのアプローチも行います。

【主な取組】

- ○子どもなんでも相談
- ○ひきこもり相談・ひきこもり家族教室
- ○育児相談
- ○子ども発達支援センター
- ○教育相談「心理·言語専門相談」
- ○子育てママの未来計画
- ○子育てママのための個別カウンセリング

③ 子どもたちの育ちを支える地域社会への支援

ア 地域の支援者へのゲートキーパー研修 継続

民生委員・児童委員や子育て支援員、地域の支援者にゲートキーパー研修を行い、地域での気がかりな子どもの SOS を受け止められるよう早期発見、早期対応の連携・協力体制を進めます。

イ 子ども・若者の居場所づくりの充実 継続

地域で安心して過ごせる居場所づくりを進めるとともに、同じ悩みを抱えた子ども・若者が集い語り合える機会を充実させていきます。

【主な取組】

- ○放課後対策事業「あいキッズ」
- ○中高生・若者支援スペース「i-youth」
- ○子どもの居場所づくり活動支援事業

ウ 子どものための地域活動 継続

地域で、多くの子どもの心と身体の育ちと安全を見守る活動を行っています。

【主な取組】

- ○青少年健全育成事業
- ○板橋区コミュニティ・スクールの導入
- ○おやじの会
- ○子どもの心の診療医

④ 支援につなげる仕組みづくり

ア 関係機関などの連携体制 継続

支援を必要とする家庭が適切な相談窓口に確実につながるよう、関係機関の相互の連携・協力体制を強化します。

【主な取組】

- ○学校保健会
- ○乳幼児の発達を支援する関係機関連絡会(発達ネット)

イ 児童虐待防止対策といじめ防止対策 継続

児童虐待・いじめの防止への区民の関心を高め、スクールカウンセラー等の活用 や支援の必要な家庭の把握などを行い、児童虐待といじめの発生を防止します。

また、関係機関との連携・協力を強化し、早期発見・早期対応の体制づくりを進めます。

【主な取組】

- ○子ども家庭支援センターにおける相談支援
- ○要保護児童対策地域協議会
- ○教育相談「心理·言語専門相談」
- ○教育支援センターにおける学校相談
- ○子ゴコロ・親ゴコロ相談@東京(LINE 相談)

ウ SNS などを活用した相談窓口の周知 継続

相談したい時に、いつでもどこからでも悩みを話せるよう、東京都教育委員会や特定非営利活動法人の SNS 相談、板橋区のメール相談などの周知に努めます。

また、板橋区として、SNS を用いた相談事業の実施を検討します。

【主な取組】

- ○東京都教育委員会「SNS 教育相談」
- ○いじめメール相談(教育支援センター)
- ○特定非営利活動法人チャイルドライン支援センター (チャイルドラインチャット相談)
- ○特定非営利活動法人 BOND プロジェクト「10 代 20 代の女の子専用 LINE」

板橋区いのちを支える地域づくり

目

自殺の要因となる悩み、不安、困りごと、生きづらさの連鎖を断ち切る

区役所 司法関係 地域住民 地域のネットワーク 複雑化・複合化した深刻な問題に気づき、 福祉、教育関係 警察・消防 地域、行政、民間などの機関が連携し、相談 支援につなげ解決する 民間支援機関 医療機関 NPO 団体 支 相 援 談 悩み・不安・困りごと

> 子育ての不安・進路の悩み・介護疲れ・被虐待・ごみ屋敷 頼れる人の不在・ひきこもり・事業不振・いじめ・不登校・性被害 精神疾患・過労・多重債務・失業・アルコール等の依存・病苦 社会的孤立・うつ状態・希死念慮

いのちを支えるポピュレーションアプローチ

- (1)地域におけるネットワークの強化
 - 【重点対象者】
- (2) 自殺対策を支える人材の育成
- ① 生活困窮者・無職者・失業者への支援

(4) 生きることへの支援

② 地域とのつながりが持ちづらい中高年 男性への支援

(3) 住民への啓発と周知

(5)子ども・若者への支援

区民の悩み・不安・困りごと

第4章 自殺対策の推進体制

1 板橋区自殺対策地域協議会

区内の保健、医療、福祉、教育等の関係機関と区が連携して自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため、本協議会を中心にネットワークを構築します。

【構成】医療関係者(医師会、精神科医療機関、薬剤師会、アルコール専門医療機関) 福祉関係者(民生委員、児童委員、社会福祉協議会、介護サービス全事業所連絡 会、おとしより相談センター、精神保健福祉連絡会)

教育関係者(中学校長、大学附属臨床相談センター)

労働関係者(ハローワーク、労働基準監督署)

関係行政機関の職員(警察署、消防署)

自殺防止などに関する関係機関他(N P O 法人、傾聴ボランティア、司法書士会、 東武鉄道株式会社)

2 板橋区自殺対策計画推進本部

区長を本部長とし、自殺対策に関連する部長を構成員とする板橋区自殺対策計画推進 本部が中心となって、庁内の関係部署が連携・協力して自殺対策を一層推進します。

【構成】本部長:区長

副本部長:副区長、教育長

本部員:監査委員、各部長、保健所長、会計管理者、教育委員会事務局次長、 地域教育力担当部長、選挙管理委員会事務局長、監査委員事務局長及び区議 会事務局長

3 評価

計画の進行管理と評価のため、「今後の取組」であげた新規に取り組む事業と、各基本施策の中で代表的な事業の実施状況を集約し、板橋区自殺対策計画推進本部に報告します。また、いたばし健康プランの評価も活用し、本計画の数値目標達成をめざします。

1 要綱

(1) 板橋区自殺対策地域協議会設置要綱(平成30年10月15日 区長決定)

(設置)

第1条 板橋区における自殺対策について、関係機関が連携・協力して総合的かつ効果的な推進を図るため、板橋区自殺対策地域協議会(以下「地域協議会」という。) を設置する。

(所掌事項)

- 第2条 地域協議会は次の事項について協議する。
 - (1) 板橋区自殺対策計画の策定に関すること。
 - (2) 自殺の発生状況・背景についての情報共有に関すること。
 - (3) 板橋区自殺対策計画の推進及び関係施策の連携に関すること。
 - (4) 板橋区自殺対策計画の評価に関すること。
 - (5) その他板橋区自殺対策計画の総合的な推進に関すること。

(構 成)

第3条 地域協議会は委員20名以内をもって構成する。

(委 員)

- 第4条 委員は次に掲げる者のうちから区長が委嘱又は任命する。
 - (1) 学識経験者
 - (2) 保健医療関係者
 - (3) 福祉関係者
 - (4) 関係行政機関の職員
 - (5) 区職員
 - (6) 前各号に掲げる者のほか、区長が必要と認める者
- 2 地域協議会に会長及び副会長を置き、会長は委員の互選により選任し、副会長は会長が指名する。
- 3 会長は会務を総理し、地域協議会を代表する。
- 4 副会長は、会長に事故があるとき又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。 (任 期)
- 第5条 委員の任期は、2年とし、再任を妨げない。ただし、補欠委員の任期は、前任者 の残任期間とする。

(開 催)

- 第6条 地域協議会は、会長が招集する。
- 2 会長は、必要があると認めるときは、委員以外の関係者の出席を求めることができる。

(会議の公開)

第7条 地域協議会は原則として公開で行うものとする。ただし、地域協議会の決定により、非公開とすることができる。

(謝 礼)

第8条 委員については、謝礼を支払うことができる。

(庶 務)

第9条 地域協議会の庶務は、健康生きがい部予防対策課において処理する。

(委 任)

第10条 この要綱に定めるもののほか、地域協議会に必要な事項は、会長が別に定める。 付則

この要綱は、平成30年10月15日から施行する。

(2) 板橋区自殺対策計画推進本部設置要綱(平成30年11月2日 区長決定)

(設 置)

第1条 自殺対策基本法 (平成18年法律第85号) 第13条の規定による板橋区自殺対策計画の推進を図るため、板橋区自殺対策計画推進本部 (以下「推進本部」という。) を設置する。

(所掌事項)

- 第2条 推進本部の所掌事項は次のとおりとする。
 - (1) 板橋区自殺対策計画の策定に関すること。
 - (2) 板橋区自殺対策計画に係る諸施策の協議及び推進に関すること。
 - (3) 板橋区自殺対策計画の推進の総合調整に関すること。
 - (4) その他板橋区自殺対策計画に関わる重要な事項に関すること。

(組 織)

- 第3条 推進本部は、本部長、副本部長及び本部員をもって構成する。
- 2 本部長は、区長とし、推進本部を総括する。
- 3 副本部長は、副区長及び教育長の職にある者をもって充て、本部長を補佐し、 本部長に事故があるときは、その職務を代理する。この場合において、本部長の 職務を代理する順序は、副区長、教育長の順とする。
- 4 本部員は、常勤の監査委員、東京都板橋区組織規則(昭和46年板橋区規則第5号)第8条第1項に定める部長のほか、保健所長、会計管理者、教育委員会事務局次長、地域教育力担当部長、選挙管理委員会事務局長、監査委員事務局長及び区議会事務局長とする。

(会 議)

- 第4条 本部長は、必要に応じて副本部長及び本部員を招集し、会議を主宰する。
- 2 本部長は、必要があると認めるときは、構成員以外の関係職員を推進本部に出席させ、意見を聴くことができる。

(幹事会)

- 第5条 推進本部の円滑な運営を図るため、推進本部に幹事会を設置する。
- 2 幹事会は、会長、副会長及び会員で構成する。
- 3 会長は保健所長の職にある者をもって充て、幹事会を総括する。
- 4 副会長は、健康生きがい部長の職にある者をもって充て、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。
- 5 会員は別表に掲げる職にある者をもって充てる。
- 6 幹事会は、推進本部会議に付議する事案について調査及び検討する。
- 7 幹事会は、会長が招集する。

(事務局)

第6条 推進本部及び幹事会の事務局は、健康生きがい部予防対策課に置く。

(委 任)

第7条 この要綱に定めるもののほか、必要な事項は保健所長が定める。

付則

この要綱は、平成30年11月2日から施行する。

別表 (第5条関係)

7717	$(\mathcal{H} \cup \mathcal{A})$	IN IN
		政策企画課長
		広聴広報課長
		人事課長
		納税課長
		男女社会参画課長
		戸籍住民課長
		産業振興課長
		くらしと観光課長
		長寿社会推進課長
		介護保険課長
		国保年金課長
		後期高齢医療制度課長
	: 員	健康推進課長
K		生活衛生課長
		予防対策課長
		板橋健康福祉センター所長
		おとしより保健福祉センター所長
		福祉部管理課長
		障がい者福祉課長
		板橋福祉事務所長
		子ども家庭支援センター所長
		都市計画課長
		住宅政策課長
		学務課長
		指導室長
		教育支援センター所長
	·	

2 名簿 <u>(1)板橋区自殺対策地域協議会</u>

役職	版 偏应日权对束地以励展云 職名	氏 名	備考
会長	メンタルケア協議会 理事	西村 由 紀	
副会長	板橋区保健所長	鈴 木 眞 美	
	東京都保健医療公社 豊島病院 精神科部長	尾 﨑 茂	
	板橋区医師会理事	仁木美奈子	
	帝京大学薬学部実務実習研究センター教授	齋 藤 百 枝 美	
	東京司法書士会企画部次長	三橋健二	令和元年7月28日まで
	東京司法書士会企画部理事	諏 訪 達 也	令和元年7月29日から
	板橋区社会福祉協議会 事務局長	淺 井 浩	
	板橋区富士見地区民生児童委員協議会 会長	小 泉 光 子	
	板橋区介護サービス全事業所連絡会 代表	宮田 賀代子	
	若木おとしより相談センター長	宮崎遼真	令和元年7月28日まで
	中台おとしより相談センター長	保 延 文 雄	令和元年7月29日から
	東京家政大学附属臨床相談センター所長	相馬誠一	
委員	板橋区精神保健福祉連絡会 会長	臼 井 良 夫	
女只	成増厚生病院・東京アルコール医療総合セン ター看護師長	韮 澤 博 一	
	こころのフラット代表	櫻井敏夫	
	東武鉄道株式会社 大山駅長	神崎和幸	
	池袋労働基準監督署 安全衛生課長	桝 島 晋 司	
	池袋公共職業安定所 統括職業指導官	増 坪 美 津 留	令和元年7月28日まで
	池袋公共職業安定所 統括職業指導官	田中幸彦	令和元年7月29日から
	警視庁板橋警察署生活安全課長 警部	夘 野 順	令和元年7月28日まで
	警視庁板橋警察署生活安全課長 警部	佐藤 岳治	令和元年7月29日から
	板橋消防署 地域防災担当課長	芳 賀 敏	
	東京都板橋区立中学校長会 健全育成部長	新 飯 田 潤 一	令和元年7月28日まで
	東京都板橋区立中学校長会 健全育成部長	武田幸雄	令和元年7月29日から

(2) 板橋区自殺対策計画推進本部

役	<u>2) 収</u>	職	隆 名		Ð	E =	名		備考
本	部	長	区 長	坂		本		健	
급비	副本部	E	副区長	橋	本		正	彦	
削		長	教 育 長	中	Щ		修	-	
			代表・常勤監査委員	菊	池		裕	之	
			政策経営部長	堺		由		隆	
			総務部長	森				弘	
			危機管理室長	糸	久		英	則	平成31年3月31日まで
			危機管理室長	林		栄		喜	平成31年4月1日から
			区民文化部長	有		馬		潤	
			産業経済部長	尾	科		善	彦	
			健康生きがい部長	渡		邊		茂	平成31年3月31日まで
			健康生きがい部長	五.	十	,	嵐	登	平成31年4月1日から
			保健所長	鈴	木		眞	美	
			福祉部長	七	島		晴	仁	平成31年3月31日まで
			福祉部長	椹	木		恭	子	平成31年4月1日から
本	部	員	子ども家庭部長	久	保	田	義	幸	
			資源環境部長	五.	+	,	嵐	登	平成31年3月31日まで
			資源環境部長	渡		邊		茂	平成31年4月1日から
			都市整備部長	安		田		智	
			土木部長	老	月		勝	弘	平成31年3月31日まで
			土木部長	糸	久		英	則	平成31年4月1日から
			会計管理室長	平	岩		俊	<u> </u>	
			教育委員会事務局次長	矢	嶋		吉	雄	平成31年3月31日まで
			教育委員会事務局次長	藤	田	浩	<u> </u>	郎	平成31年4月1日から
			地域教育力担当部長	松	田		玲	子	
			選挙管理委員会事務局長	湯		本		隆	
			監査委員事務局長	岩	田		雅	彦	
			区議会事務局長	太	野	垣	孝	範	

(3) 板橋区自殺対策計画推進本部幹事会

	職	職名		氏	名		備考
幹事	長	保健所長	鈴	木	眞	美	
리 소 크	F F	健康生きがい部長	渡		邊	茂	平成31年3月31日まで
副幹事	大	健康生きがい部長	五.	+	嵐	登	平成31年4月1日から
		政策企画課長	篠		田	聡	
		広報広聴課長	荒	井	和	子	
		人事課長	田	中	光	輝	
		納税課長	小	7	林	惣	
		男女社会参画課長	家	田	彩	子	
		戸籍住民課長	石	橋	千	広	
		産業振興課長	雨	谷	周	治	平成31年3月31日まで
		産業振興課長	木	内	俊	直	平成31年4月1日から
		くらしと観光課長	織	原	真 理	子	平成31年3月31日まで
		くらしと観光課長	北	村	知	子	平成31年4月1日から
		長寿社会推進課長	近	藤	直	樹	
		介護保険課長	藤	田	真 佐	子	
		国保年金課長	Щ	田	節	美	
		後期高齢医療制度課長	高	Щ	勝	也	
		健康推進課長	新	1	部	明	平成31年3月31日まで
		健康推進課長	長	谷	川聖	司	平成31年4月1日から
		生活衛生課長	村	Щ	隆	志	平成31年3月31日まで
幹	事	生活衛生課長	國	7	技	豊	平成31年4月1日から
1	7	板橋健康福祉センター所長	松	本	麻	子	平成31年3月31日まで
		板橋健康福祉センター所長	久	保 田	智 恵	子	平成31年4月1日から
		おとしより保健福祉センター所長	河	野	雅	彦	
		福祉部管理課長	飯	嶋	登 志	伸	
		障がい者福祉課長	星	野	邦	彦	平成31年3月31日まで
		障がい者福祉課長	小	島	健 太	郎	平成31年4月1日から
		板橋福祉事務所長	藤	田	典	男	平成31年3月31日まで
		板橋福祉事務所長	浅	賀	俊	之	平成31年4月1日から
		子ども家庭支援センター所長	齋	j	藤	栄	
		都市計画課長	内	池	政	人	
		住宅政策課長	清	水	三	紀	
		学務課長	三	浦	康	之	平成31年3月31日まで
		学務課長	星	野	邦	彦	平成31年4月1日から
		指導室長	門	野	吉	保	
		教育支援センター所長	新	井	陽	子	平成31年3月31日まで
		教育支援センター所長	平	沢	安	正	平成31年4月1日から
		予防対策課長	水	田	渉	子	平成31年3月31日まで
		予防対策課長	高	橋	愛	貴	平成31年4月1日から

3 審議経過

年 度	日時	会 議 名 等	内 容
平成30年	7 月 6 日	庁内準備会	基本方針の検討
	8 月 21 日	自殺対策計画推進本部	基本方針の検討
	9 月 27 日	健康福祉委員会	基本方針の報告
	12 月 18 日	自殺対策地域協議会	計画(骨子案)の検討
	2 月 1 目	自殺対策計画策定作業部会	計画(骨子案)の検討
	3 月 20 日	自殺対策計画推進本部幹事会	計画(骨子案)の検討
令和元年	4 月 24 日	自殺対策計画推進本部	計画(骨子案)の決定
(平成31年)	5 月 28 日	自殺対策計画策定作業部会	計画(素案)の検討
	6 月 24 日	自殺対策計画推進本部幹事会	計画(素案)の検討
	7 月 29 日	自殺対策地域協議会	計画(素案)の検討
	8 月 20 日	自殺対策計画推進本部	計画(素案)の決定
	9 月 27 日	健康福祉委員会	計画(素案)の報告
	10月12日~28日	パブリックコメント募集	
	11 月 7 日	自殺対策計画策定作業部会	計画(原案)の検討
	11 月 19 日	自殺対策計画推進本部幹事会	計画(原案)の検討
	12 月 13 日	自殺対策地域協議会	計画(原案)の検討
	1 月 20 日	自殺対策計画推進本部	計画(原案)の決定
	2 月 18 日	健康福祉委員会	計画の報告・策定

4 相談窓口リスト

% %

板橋こころと生活の相談窓口



困りごとや悩みは、ひとりで抱えず相談しましょう <令和元年11月版>

分	MOCC (MOCAC) CIBA 9 TEMPOR TO THE STATE OF					
野	相談内容	相談窓口		電話番号等	受付時間等	
		こころといのちのほっとライン (東京都自殺相談ダイヤル)		0570-087478	14時~翌朝5時半(年中無休)	
ϕ	不安・孤独 「生きているのがつらい」 などの悩み相談	東京いのちの電話 (社会福祉法人)		3264-4343	24時間(年中無休) ※インターネット相談あり	
全般		東京自殺防止センター (NPO法人)		5286-9090	20時~5時半 _(年中無休) 火 17時~2時半 木 20時~2時半	
		東京都 夜間こころの電話相談		5155-5028	17時~21時半(年中無休)	
			板 橋	3579-2333		
1	病気に関する悩み・		上板橋	3937-1041		
こころと	子どもの発達や育児の相談・ ひきこもり・アルコールや	区・健康福祉センター	赤塚	3979-0511	月〜金 9時〜17時 (精神科医師の相談	
体	薬物等の依存症・うつ病他 精神疾患等の相談		志 村	3969-3836	は予約制)	
の健	WILL CO P. WILLIAM		高島平	3938-8621		
康	心の問題や病気の専門相談	東京都立精神保健福祉セン 「こころの電話相談」	ンター	3844-2212	月~金 9時~17時	
労働者	従業員数50名未満の事業所を対象とした、心身の健康の相談 (登録産業医と日程調整後の予約相談)	東京城北 地域産業保健センター		3962-4848 (予約申し込み番号)	月~金 9時~16時(電話応対)	
経営	中小企業の資金繰り・販路開拓 など経営全般の相談	区·中小企業 経営相談 融資相談		3579-2172 予約制	月~金 9時~17時	
• 労 働	職場における悩み・トラブル 等,賃金不払い/など 労働問題の相談	東京都ろうどう110番 (0570-00-6110	月~金 9時~20時 土 9時~17時	
債務	多重債務に関する相談 (希望により専門相談機関を紹介)	区・消費者センター		3962-3511	月~金 9時~16時半	
失業	求人情報·職業相談 会社への紹介等の相談	ハローワーク池袋		3987-8609	相談によって異なります。詳しくはハローワーク池袋のHPをご覧ください。	
• 就	(※池袋では雇用保険・職業 訓練の相談も実施)	ハローワークプラザ成増 (ハローワーク池袋・分室)		5968-8609	月~金 9時~17時	
労	就職活動や転職などの悩みに 関する相談	区・キャリアカウンセリ: 	ング	3579-2172 予約制	木曜 13時~16時45分	
法	金銭貸借・損害賠償・離婚 などの法律相談	区民相談室•法律相談		3579-2288 予約面談	月~金 13時~16時 水 17時~19時	
律	資力の乏しい方のための 民事全般の法律相談	法テラス東京(新宿)		0570-078301	月~金 9時~16時	

- ◆板橋区ホームページでは、各機関へのリンク付一覧表を掲載しています.。
- ◆相談は基本的に無料です。
- ◆受付時間等については、原則として祝日・年末年始等を除きます。

板橋__こころと生活



板橋区保健所 予防対策課

自殺防止東京キャンペ゚ーン ~九都県市統一標語~

気づいてください!体と心の限界サイン



いくつもの困りごとが重なったり、長い期間にわたって悩みが続くと、体や心の健康を 損ねてしまうことがあります。悩みはひとりで抱えず各種の相談窓口を利用しましょう。 ストレスやアルコールによる健康障害やうつ病などが心配な時は、 健康福祉センターや医療機関に相談しましょう。



4							
分野	相談内容	相談窓口		電話番号等	受付時間等		
医療	医療機関案内サービス・ 受診のこと等	東京都保健医療情報センター「ひまわり」 527		5272-0303	24時間(年中無休) ※保健医療福祉相談は 平日9時~20時		
高齢	高齢者に関する総合相談・ 介護や福祉サービス等の相談	区・おとしより相談センタ (区内の地域包括支援センタ		【問合】おとしより保 健福祉センター 5970-1111	月~土 9時~17時		
者	高齢者の虐待に関する相談	区•高齢者虐待専門相談等	室	5970-7348	月~土 9時~17時		
女	DV・人間関係・セクハラ などに関する相談	区・男女平等推進センター総合相談	=	3579-2188	月~金、第2土 9時~17時		
性	DV相談	区・いたばし [(あい)ダイヤ	アル	5860-9510	月~金 9時~17時		
福	生活の悩み・経済的な困り ごと・仕事に関する相談	いたばし生活仕事 サポートセンター		6912-4591	月~金 9時~19時		
祉 •	生活保護・障がい者・ 家庭内の問題等の相談	- t=t1(0) 0 t0=0	板橋	3579-2322			
生活		区·福祉総合相談 (各福祉事務所)	赤塚	3938-5126	月~金 9時~17時		
	ひとり親生活支援全般、母子の 生活支援施設に関する相談			3968-2331			
生活安全	身の回りのトラブル、ストーカー・DV等の警察相談			3501-0110 プッシュホン #9110			
工•犯罪被害	性犯罪や傷害事件の被害者, 殺人や交通死亡事故のご遺族 の方に対する相談			3597-7830	月~金 8時半~17時15分		
遺児	経済的理由で進学困難な方 の援助・遺児の心のケア等	あしなが育英会		東京本部 3221-0888	月~金 9時~17時		
遺族	自死遺族の方の相談電話	全国自死遺族総合支援セン 「自死遺族相談ダイヤル」		3261-4350	木曜 11時~19時		
人権	不当な圧迫や差別等の相談	区民相談室·人権相談		3579-2288 予約面談	水曜 13時~16時		
	子どもと家庭に関する悩み・	区・子ども家庭支援センター		3579-2656	月~土 9時~17時		
子	虐待に関する相談			3579-2658 児童虐待相談用電話	(来所面接相談は 予約制)		
ども・・	教育・学業の悩み・非行 不登校・いじめなどの相談	区・いじめ110番 (教育支援センター)		3964-1370	月~金 9~17時 (休日・夜間は留守番 電話対応)		
青少	幼児、小・中学生及び高校生と その保護者の心理・言語などの	数要支援 区・心理・言語専門相談 センター		3579-2197 予約面談	月·水~土 9時~17時 火 9時~19時		
年	相談	(教育支援センター)	成増教育 相談室	3975-9693 予約面談	月~金 9時~17時		
	子どもに関する様々な相談	東京都北児童相談所		3913-5421	月~金 9時~17時		

このリーフレットに関する問い合わせ:板橋区保健所予防対策課 03-3579-2329 令和元年11月版

