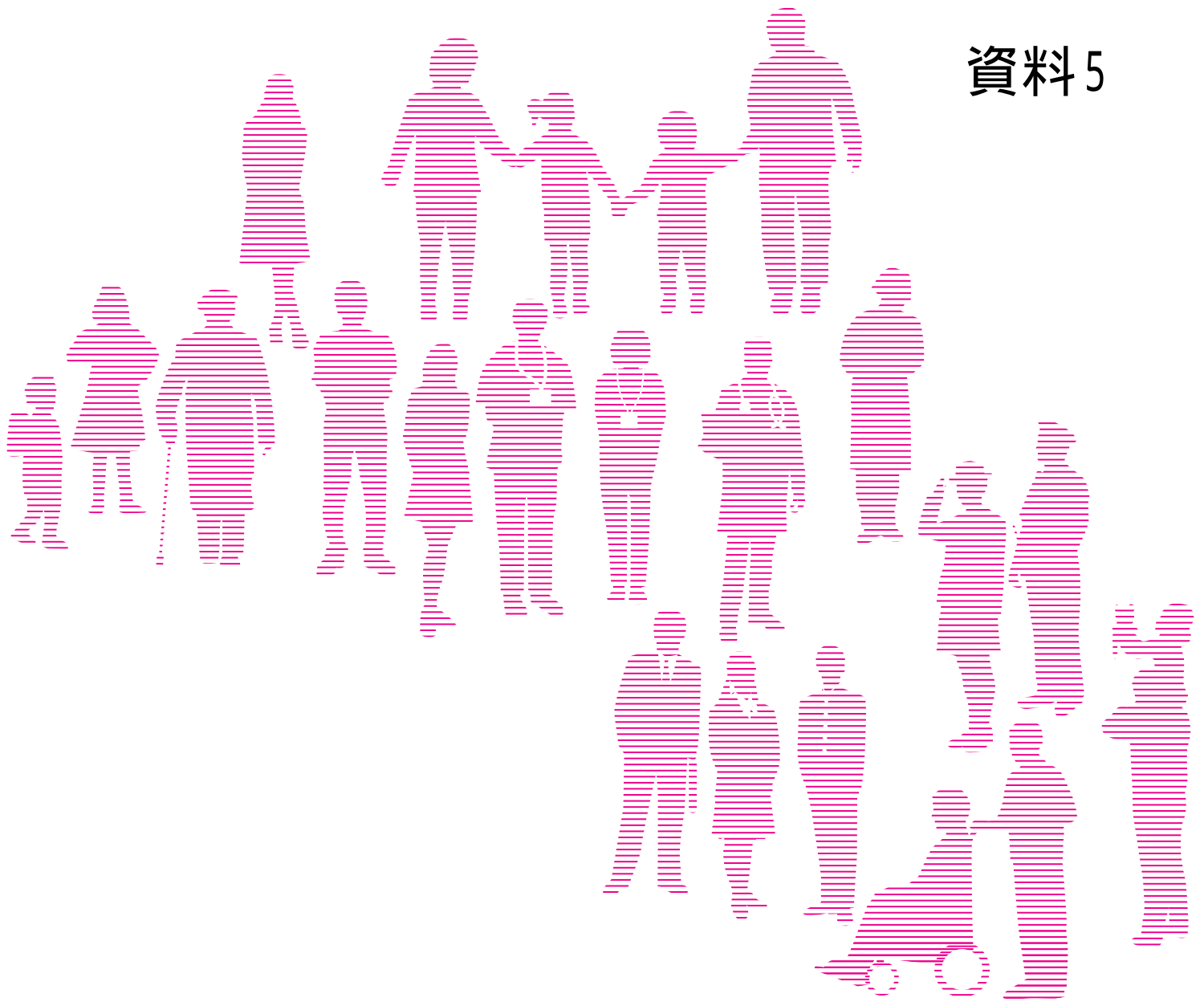




いのちを支える地域づくり計画 2025

～板橋区自殺予防対策～（仮称）（原案）



板橋区

はじめに



自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。

板橋区は、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、令和2年3月に「板橋区いのちを支える地域づくり計画 2022」を策定し、自殺防止に関する施策を実施してきました。

近年、健康問題をはじめとする生きることへの様々な阻害要因に加え、新型コロナウイルス感染症拡大の影響もあり、孤独・孤立問題や生活困窮など課題が複雑化・複合化しています。このような状況の中、「東京で一番住みたくなるまち」と評価されるまちをめざしていくためには、関連する各事業と連携し、生きることへの包括的な支援を行う事業展開が大切になってきます。

国は平成28(2016)年に自殺対策基本法の改正を行い、令和4(2022)年10月に新たな「自殺総合対策大綱」が閣議決定されました。自殺対策の本質が生きることへの支援にあることを改めて確認し、「いのちを支える自殺対策」という理念を前面に打ち出して、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」をめざしています。

板橋区の自殺者数は平成19(2007)年をピークに減少傾向に転じていましたが、令和元(2019)年から3年連続で増加しています。この状況を受け、「いのちを支える地域づくり計画 2025～板橋区自殺予防対策～」を策定しました。「つながり、支え合い、こころといのちを大切にできるまち」を基本理念とし、誰もが生きやすいまちをめざし、明るい未来につながる地域づくりを進めます。

いのちを支える地域づくりの実現のため、行政はもとより、区民や地域団体、関係機関・団体など、様々な主体が連携し、社会全体で自殺対策に取り組むことが必要です。

本計画を実りあるものとするためにも、今後とも皆様のご理解とご協力を心よりお願い申し上げます。

令和5年1月

板橋区長

坂本 健

目 次

第1章	いのちを支える地域づくり計画 2025 の基本的な考え方	
1	計画策定の目的	2
2	計画の位置付け	3
3	計画期間	4
4	計画の数値目標	4
第2章	計画の背景	
1	板橋区の現状	6
2	自殺者等の現状	9
3	様々な統計データから見える板橋区の特徴	20
第3章	板橋区いのちを支える地域づくり計画 2022 の評価報告	
1	新型コロナウイルス感染症が事業に及ぼした影響	24
2	達成度評価評語	25
3	基本施策	25
4	重点施策	27
5	事業実績の評価	27
第4章	いのちを支える地域づくり計画 2025	
1	基本理念	30
2	SDGs との関連性	30
3	施策の体系	31
4	計画の評価	32
5	各施策における計画事業と推進事業	35
6	つながるネットワークのイメージ	54
資料編		
1	自殺対策の推進体制	56
2	要綱	57
3	名簿	60
4	計画の策定経過	63
5	パブリックコメントの実施結果	63
6	国大綱の概要（抜粋）	64

<コラム一覧>

コラム1	「いのち支える」ロゴ	7
コラム2	ゲートキーパーについて	16
コラム3	こころの体温計をご利用ください！	18
コラム4	様々なポータルサイトの紹介	26
コラム5	自殺予防週間と自殺対策強化月間	28
コラム6	区内医療機関の取組事例	47
コラム7	いろいろな活動の紹介	53

第 1 章



いのちを支える地域づくり計画 2025 の基本的な考え方

- 1 計画策定の目的
- 2 計画の位置付け
- 3 計画期間
- 4 計画の数値目標

第1章 いのちを支える地域づくり計画 2025 の基本的な考え方

1 計画策定の目的

板橋区では、平成 27(2015)年 10 月に、概ね 10 年後を想定した区の将来像を「未来をはぐくむ緑と文化のかがやくまち 板橋」とする板橋区基本構想を策定し、政策分野別に「9つのまちづくりビジョン」を掲げ、「東京で一番住みたくなるまち」と評価されるまちに向けて取組を進めています。

平成 28(2016)年には自殺対策基本法の改正が行われ、全ての都道府県及び区市町村に「地域自殺対策計画」の策定が義務づけられました。板橋区においても、地域の実情を踏まえ、国際社会共通の目標である「SDG s（持続可能な開発目標）^{*1}」がめざす「誰一人として取り残さない社会」の実現に向けて、「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。このたび同計画の計画期間が令和 4(2022)年度をもって終了することから、令和 5(2023)年度から令和 7(2025)年度までの新しい計画である「いのちを支える地域づくり計画 2025～板橋区自殺予防対策～」を策定することとしました。

自殺対策については、心身の健康問題、経済・生活問題、いじめ、DVや過労、ヤングケアラーやワンオペ育児といった育児・介護疲れなど、生きることへの様々な阻害要因に加え、新型コロナウイルス感染症拡大の影響もあり、孤独・孤立問題や生活困窮など課題が複雑化・複合化しています。

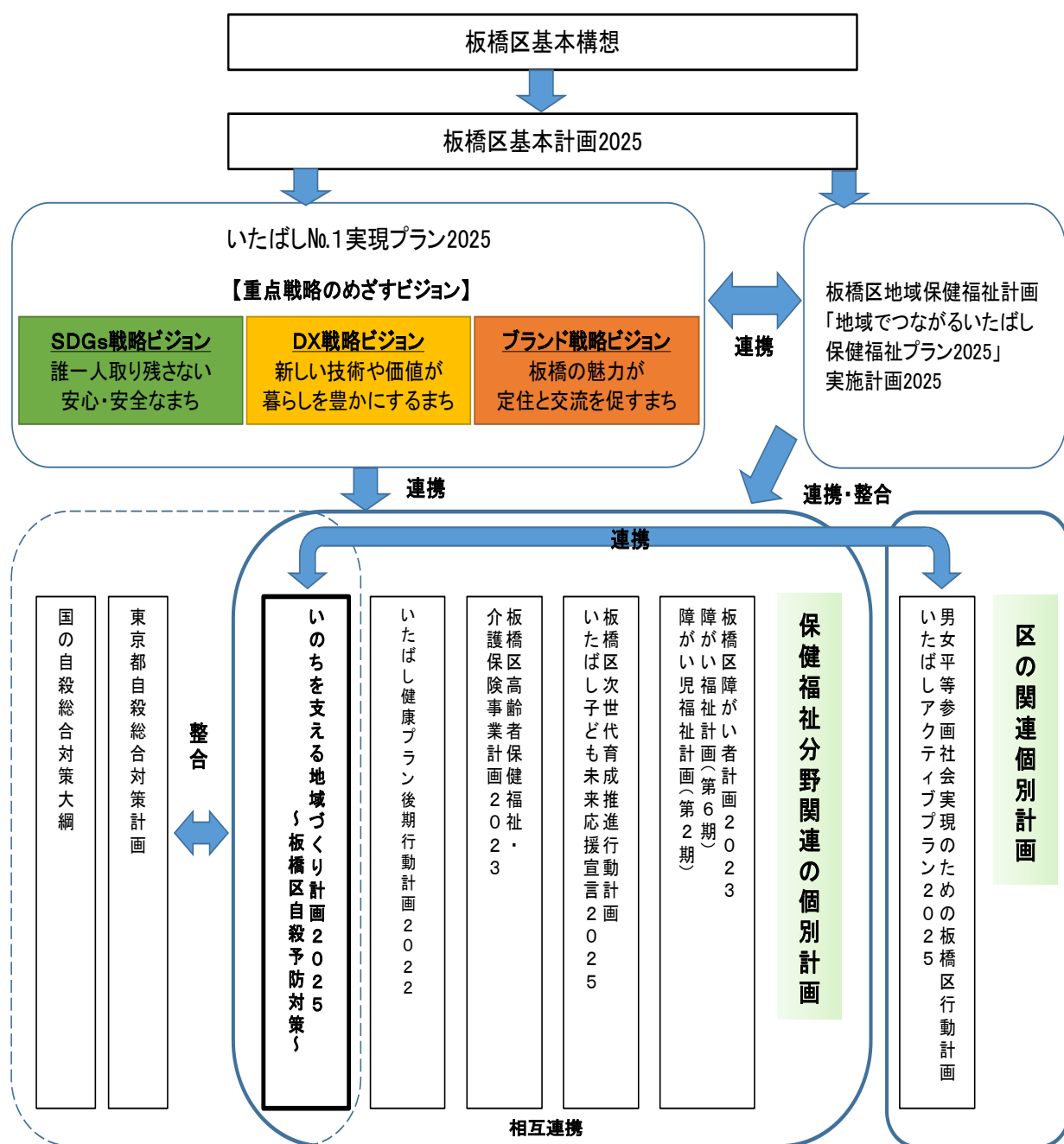
こうした課題の解決に向けては、「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やすことが重要になります。本計画は、自殺対策の本質が生きることへの支援にあることを改めて確認しつつ、暮らしや働く場などでの新型コロナウイルス感染症の拡大を防止する習慣「新しい日常」への対応など新たな課題も見据え、生きることへの包括的な支援を通じ、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現をめざすものです。

* 1 SDG s（持続可能な開発目標）

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、全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ます。SDG s は発展途上国のみならず、先進国自身も率先して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ます。

2 計画の位置付け

板橋区の将来の望ましいまちの姿を示した長期的な指針である「板橋区基本構想」を踏まえ、その実現に向けた中長期的な施策体系を明らかにし、各政策分野における個別計画の基幹となる「板橋区基本計画2025」が平成28(2016)年1月に策定されました。この「板橋区基本計画2025」に基づく施策を着実に推進していくアクションプログラムである「いたばしNo.1 実現プラン2025」と連携しつつ、保健福祉分野の上位計画である「地域でつながるいたばし保健福祉プラン2025」等との連携・整合を図りながら、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、本計画を策定します。



3 計画期間

計画期間は、令和 5 (2023) 年度から令和 7 (2025) 年度までの 3 か年とします。なお、計画期間内においても、社会状況の変化、関連性の高い他計画との関係性などを勘案しつつ、事業の進捗を確認しながら、必要に応じて適宜見直しを行います。

年度	平成 28	平成 29	平成 30	令和 元	令和 2	令和 3	令和 4	令和 5	令和 6	令和 7
	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
国	改正自殺対策基本法									
	第2次大綱 第3次自殺総合対策大綱 第4次自殺総合対策大綱									
都	東京都自殺総合対策計画 東京都自殺総合対策計画									
区	板橋区基本構想									
	板橋区基本計画2025									
	いたばしNo.1実現プラン2018 いたばしNo.1実現プラン2021 いたばしNo.1実現プラン2025									
	地域でつながるいたばし保健福祉プラン2025									
	板橋区いのちを支える地域づくり計画2022 いのちを支える地域づくり計画2025 ～板橋区自殺予防対策～									

4 計画の数値目標

国は、令和 4 (2022) 年 10 月に閣議決定した「自殺総合対策大綱～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～」において、令和 8 (2026) 年までに、自殺死亡率^{*2}を平成 27 (2015) 年と比べて 30%以上減少させることを、政府の進める自殺対策の目標として定めています。

本区では、自殺者をなくすことをめざしているところですが、国の方針を踏まえ、今回は前計画で定めた数値目標を継続することとし、平成 27 (2015) 年の年間の自殺死亡率 18.9 (自殺者数 100 人) を、令和 8 (2026) 年までに 30%以上減少させ、自殺死亡率を 13.0 (自殺者数 70 人) 以下とすることを数値目標とします。

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

* 2 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



計画の背景

- 1 板橋区の現状
- 2 自殺者等の現状
- 3 様々な統計データから見える板橋区の特徴

第2章 計画の背景

1 板橋区の現状

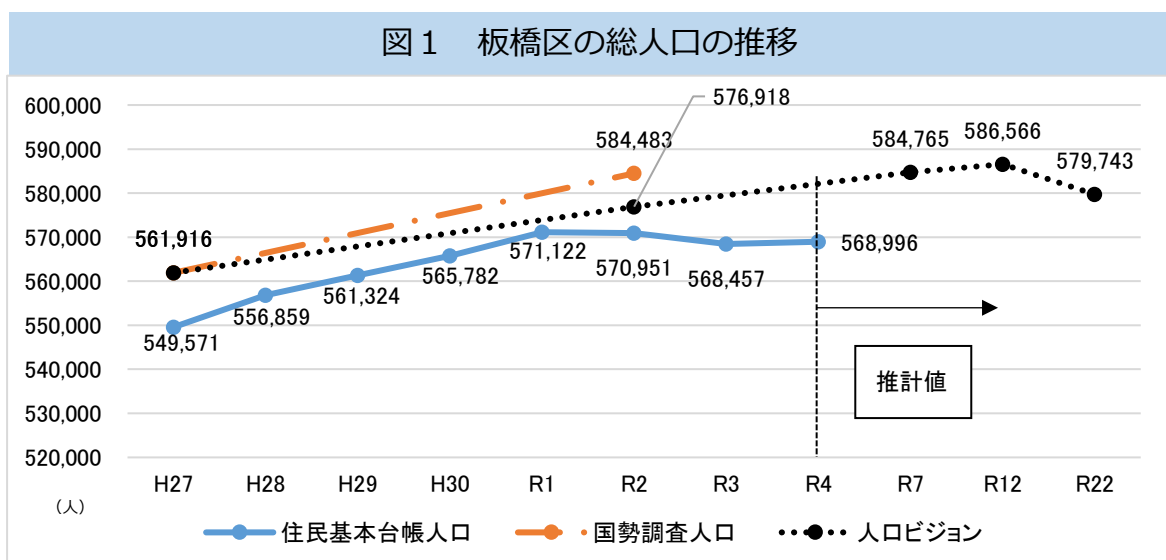
日本の総人口が減少に転じる中、「板橋区人口ビジョン（2020年～2045年）」によると、板橋区においても令和12(2030)年をピークに総人口の減少が見込まれていますが、住民基本台帳では異なる傾向が示されています。

また、日本では平均寿命の延び等が相まって少子高齢化が進んでいますが、板橋区においても同様に、少子高齢化が進行しています。

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、生活様式の変化が著しい今、「誰一人として取り残さない」社会をめざしていくには、誰もが多様な個人として尊重され、認め合い、支え合える地域づくりが望まれます。

(1) 総人口の推移

板橋区の総人口は、令和4(2022)年10月1日現在では、約57万人となっています。板橋区人口ビジョンの人口推計によると緩やかな増加傾向を示していますが、住民基本台帳によると、令和元(2019)年を境に減少に転じ、令和4(2022)年は横ばいになっています。



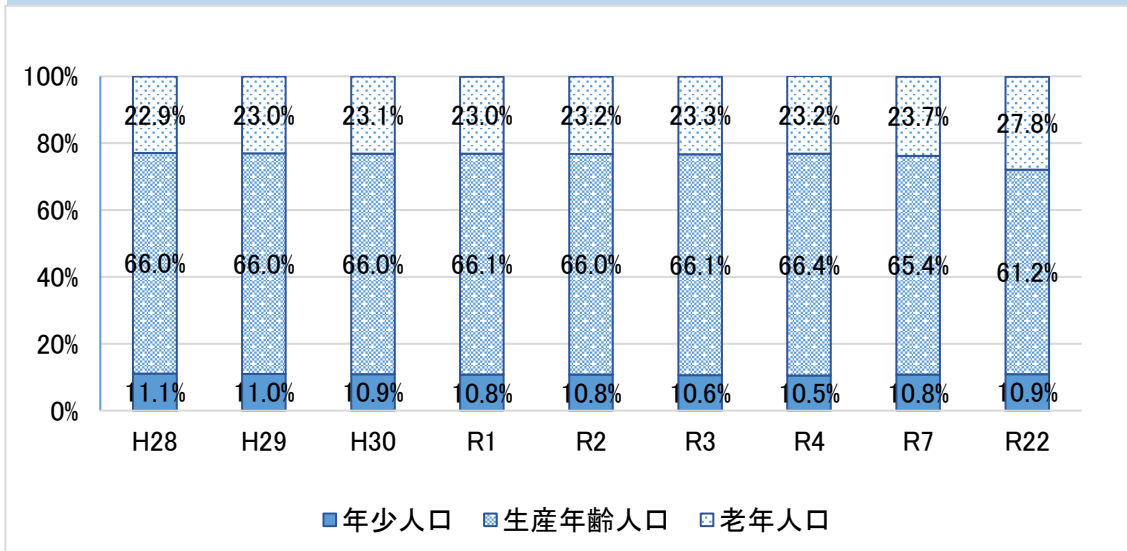
※住民基本台帳(各年10月1日)より作成

※令和7(2025)年度以降の推計値は、平成30(2018)年度改定の「板橋区人口ビジョン(2020年～2045年)」より引用

(2) 人口分布構成比（年少者人口・生産年齢人口・高齢者人口）

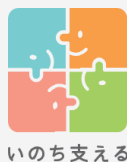
板橋区における高齢化率は、平成 28(2016)年が 22.9%であったのに対し、令和 4(2022)年は 23.2%と微増・横ばい傾向にあります。

図 2 板橋区の人口分布構成比



※年少人口：14歳以下、生産年齢人口：15歳以上64歳以下、老年人口：65歳以上

※住民基本台帳（各年10月1日）より作成



コラム1 「いのち支える」ロゴ

皆さんはこのロゴマークをご存じですか？駅などに掲示されているポスターでご覧になったことがある方もいらっしゃるかもしれません。

国や関係団体及び地方自治体が使っているこのロゴマークは、自殺対策の相談対応で重要な4つの要素（気づき、傾聴、つなぎ、見守り）を示しています。

街中でこのロゴマークを見かけたら、相談対応で重要な4つの要素を思い出していただけたら幸いです。



いのち支える

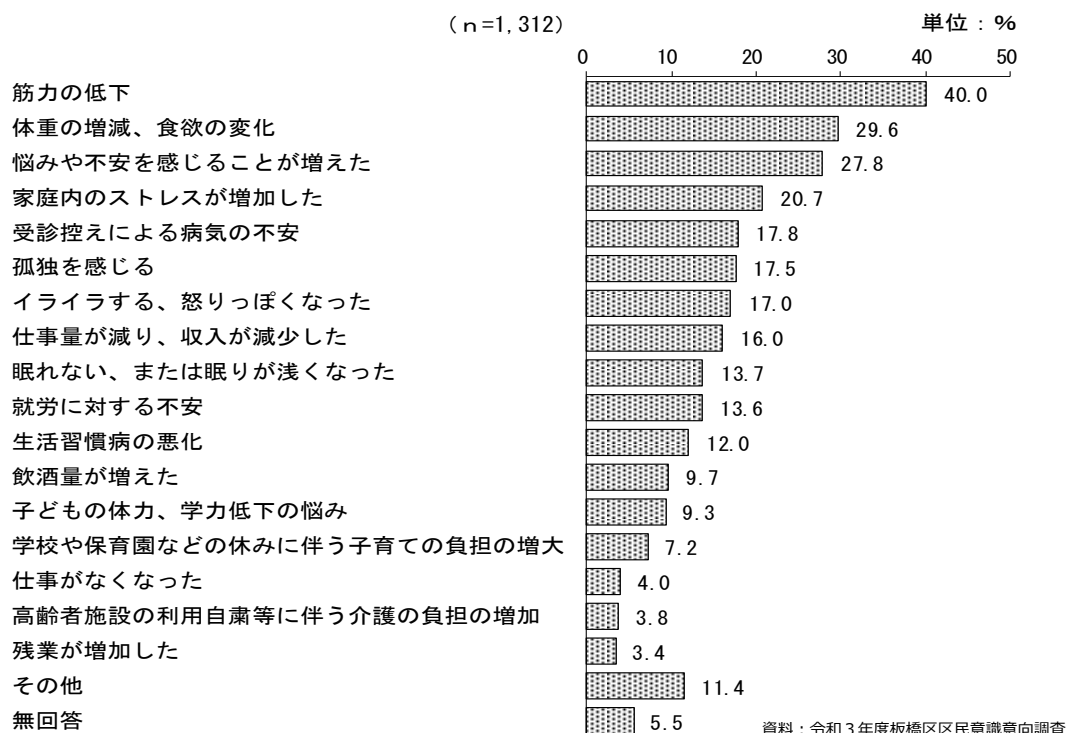
(3) 新型コロナウイルス感染症拡大の影響

令和2(2020)年以降の新型コロナウイルス感染症拡大によって、失業や減収による生活困窮相談の増加、活動自粛や人流抑制による孤独・孤立化の進行など、人々の不安感が高まるだけでなく、自殺対策に関わる事業の一部についても休止・縮小せざるを得ない状況になりました。

しかし、こうした生活への影響に伴って顕在化した新たな生活課題への支援について、ウィズコロナやポストコロナ時代を見据えた「新たな日常」の視点を取り入れ、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現が求められています。

図3 新型コロナウイルスの感染拡大に伴う行動制限による生活への影響

新型コロナウイルスの感染拡大に伴う行動制限は、あなたの生活にどのような影響を与えていますか。該当するものを全て選び、番号に○印をつけてください。



2 自殺者等の現状

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」※³（以下「人口動態統計」と表記）と警察庁の「自殺統計」※⁴（以下「警察統計」と表記）の2種類を用います。

※³ 厚生労働省の「人口動態統計」

【調査対象】

日本における日本人（外国人は含まない）を対象としています。

【調査時点】

死亡時点の住所地を基に計上しています。

【自殺者数の計上方法】

自殺、他殺あるいは事故死のいずれか不明の時は自殺以外で処理しており、死亡診断書等について自殺の旨の訂正報告がない場合は、自殺に計上していません。

【特徴】

住所地別の総数として報告されます。また、全国的な統計の確定後に最終報告されるため、確定値が出るまで1年半程度かかります。

※⁴ 警察庁の「自殺統計」

【調査対象】

総人口（日本における外国人も含む）を対象としています。

【調査時点】

発見地を基に自殺死体発見時点（正確には認知）で計上しています。

【自殺者数の計上方法】

捜査等により自殺であると判明した時点で計上しています。

【特徴】

曜日や時間帯、職業区分、居住地、動機などのデータも計上しています。

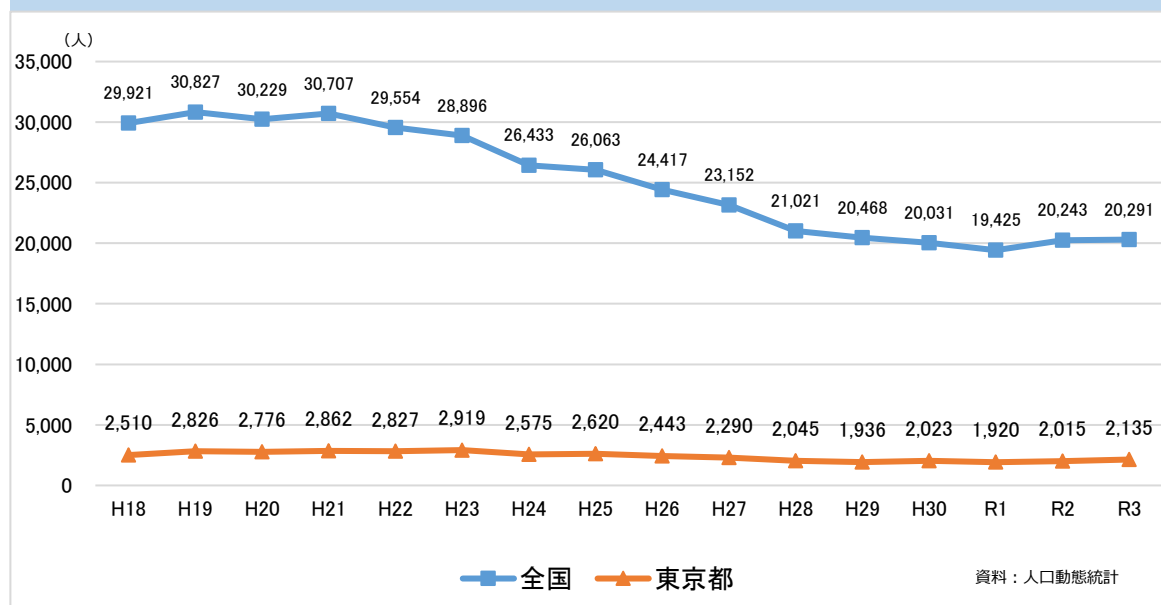
注：人口動態統計の令和3年分については「板橋区の保健衛生 事業概要 令和4年版」に基づく速報値です。

（1）自殺者数の推移

① 全国・東京都

令和3（2021）年における全国の自殺者数は20,291人で、2年連続で前年を上回っています。東京都における自殺者数も同様に、令和2（2020）年から2年連続で前年を上回っています。

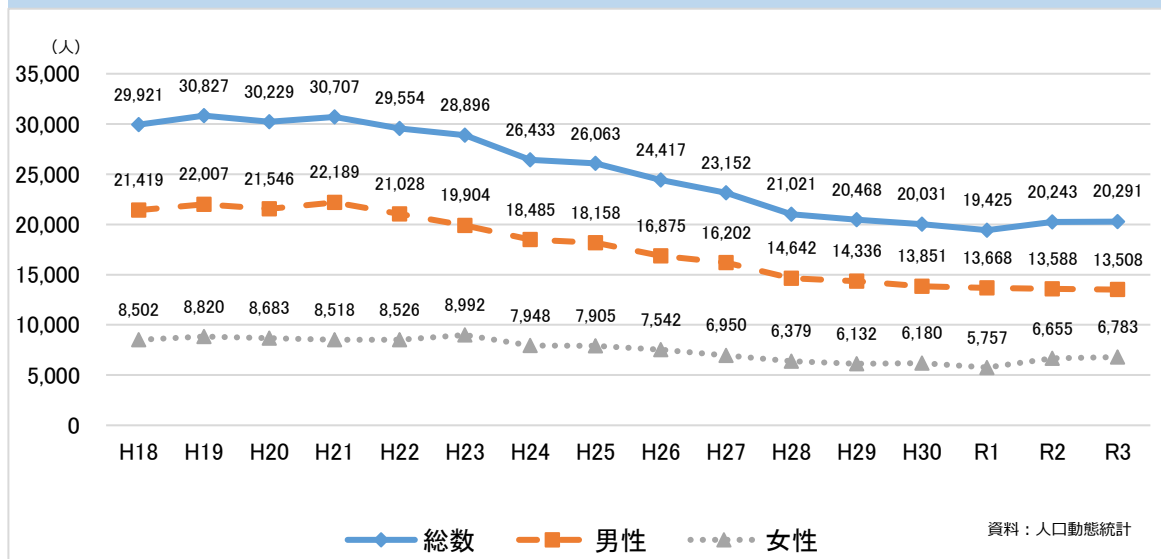
図4 自殺者数の推移（全国・東京都）



② 全国の男女別自殺者数の年次推移

男性は12年連続で減少する一方、女性は2年連続の増加となりました。男性の自殺者数は女性の約2倍となっています。

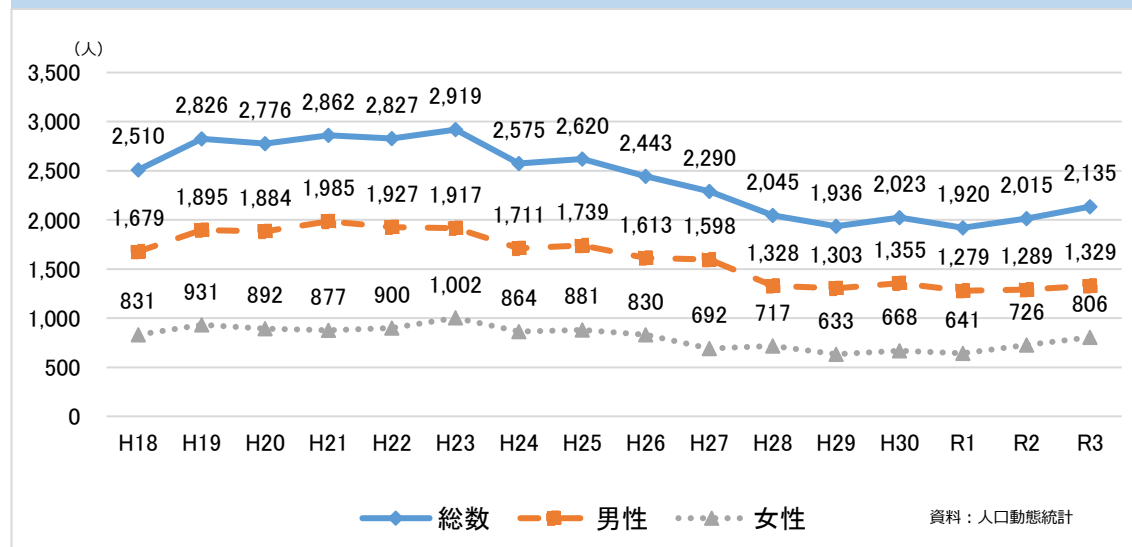
図5 全国の男女別の自殺者数の年次推移



③ 東京都の男女別自殺者数の年次推移

平成23(2011)年をピークに減少に転じてから平成29(2017)年まで減少傾向が続き、その後は2,000人前後で推移していましたが、令和2(2020)年からは2年連続して増加傾向が見られます。

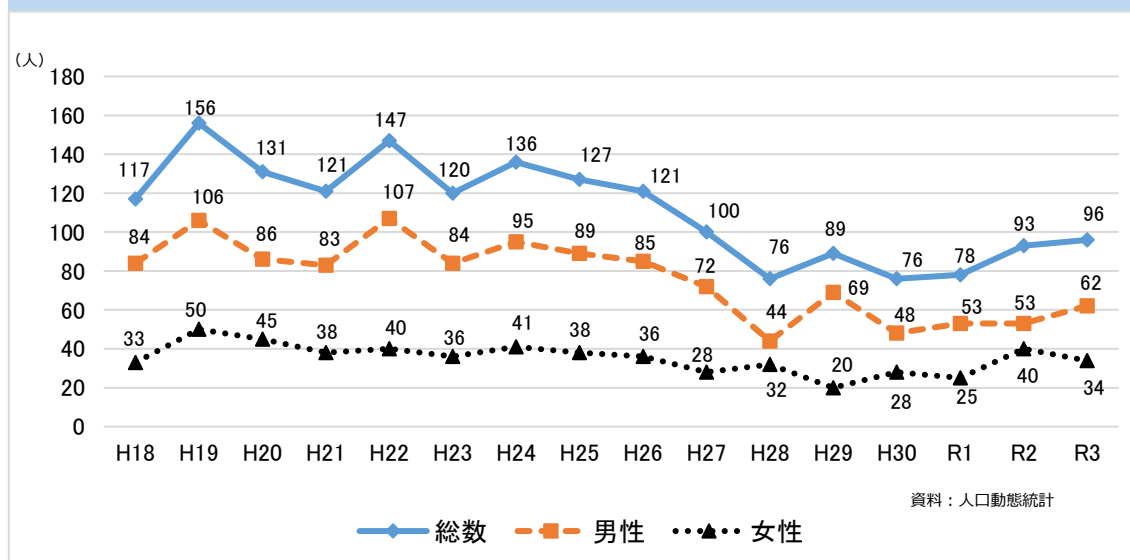
図6 東京都の男女別の自殺者数の年次推移



④ 板橋区の男女別自殺者数の年次推移

板橋区の自殺者数は、平成 19(2007)年の 156 人をピークに、平成 28(2016)年には 76 人まで減少しましたが、令和元(2019)年から 3 年連続で増加しています。令和 2(2020)年においては女性が、令和 3(2021)年は男性が増加しています。

図 7 板橋区の男女別の自殺者数の年次推移

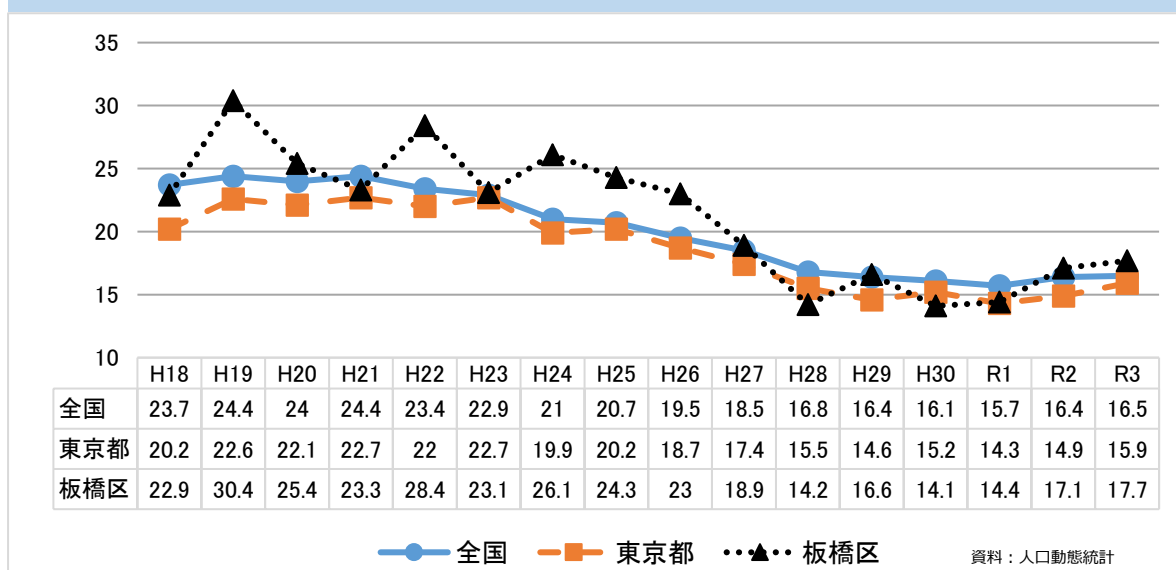


(2) 自殺死亡率

① 全国・東京都・板橋区

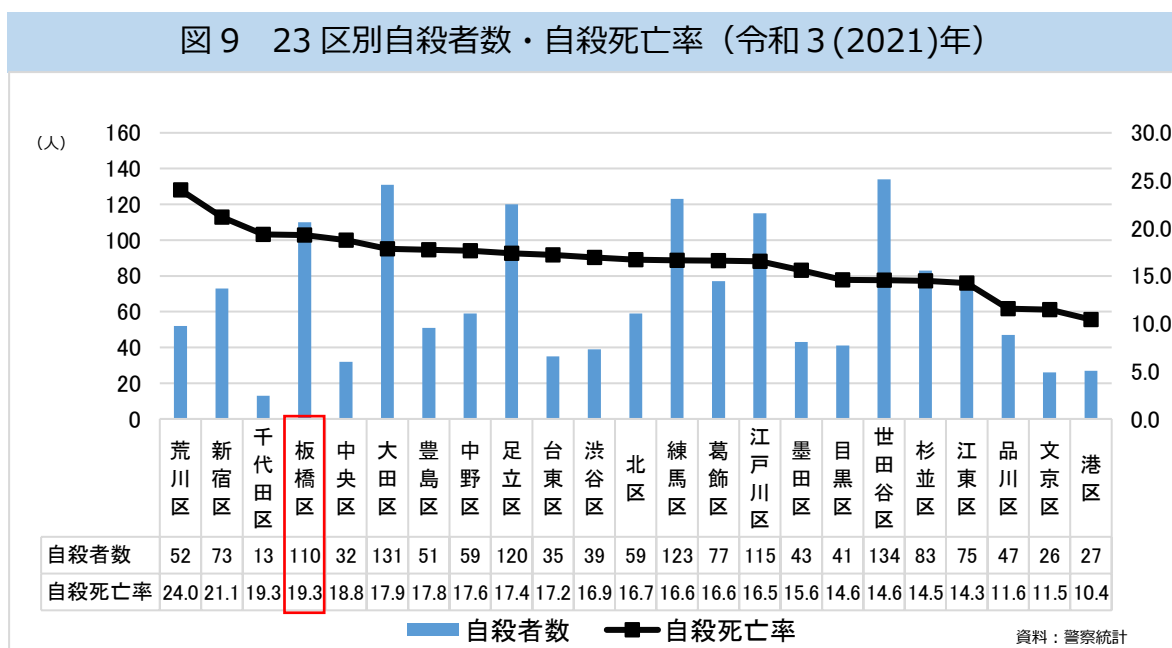
板橋区の自殺死亡率（人口 10 万人当たりの自殺死亡者数）は、全国や東京都と比べ高く推移した後、近年は同程度となっていました。令和 2(2020)年から 2 年連続で上昇しています。

図 8 自殺死亡率の年次推移（全国・東京都・板橋区）



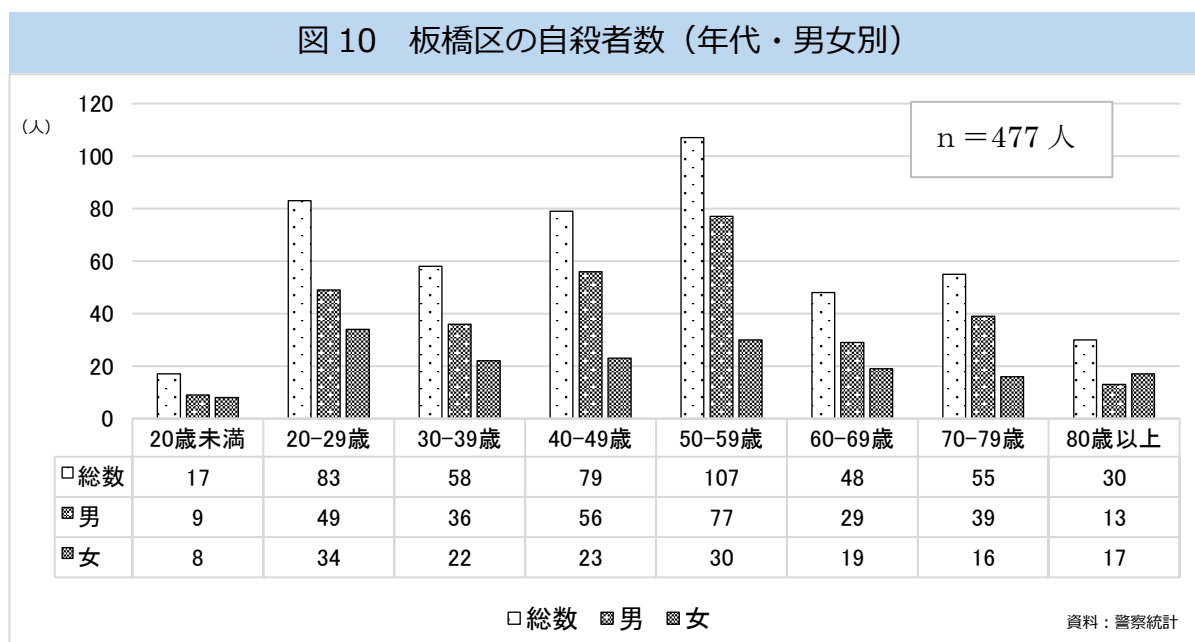
② 23 区別の自殺者数・自殺死亡率

板橋区の自殺者数は 23 区中 6 番目で、自殺死亡率で見ると 23 区中 3 番目となります。



（3）板橋区の自殺者数 年代・男女別（平成 29 (2017) 年～令和 3 (2021) 年合算）

50 歳代の自殺者数が最も多く、20 歳代、40 歳代と続きます。男女別では、男性の自殺者数が女性の約 2 倍です。働き盛りの 30 歳代から 50 歳代の自殺者数は、全体の 51.2% を占めます。

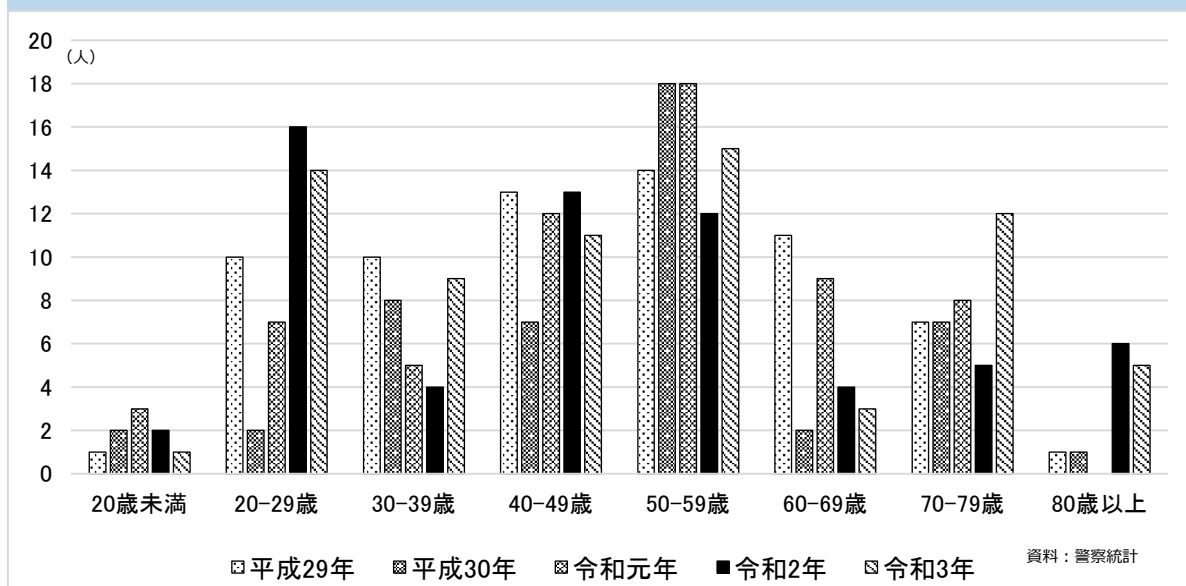


(4) 板橋区の自殺者数 年代別年次推移

① 男性

男性の自殺者数は、20歳代が令和2(2020)年から急増しています。40歳代、50歳代の自殺者数は高止まりの傾向にあります。

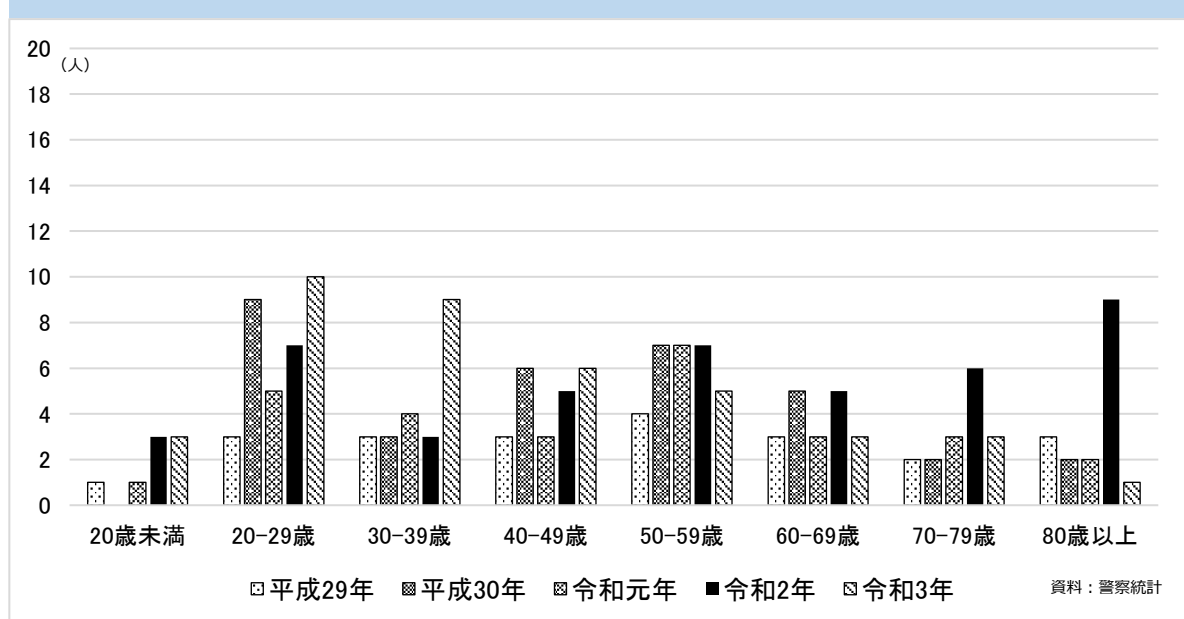
図 11 男性自殺者年代別年次推移



② 女性

女性の自殺者数は男性に比べて少ない傾向にありますが、令和3(2021)年は、20歳代、30歳代、40歳代で増加しており、特に30歳代が急増しています。

図 12 女性自殺者年代別年次推移

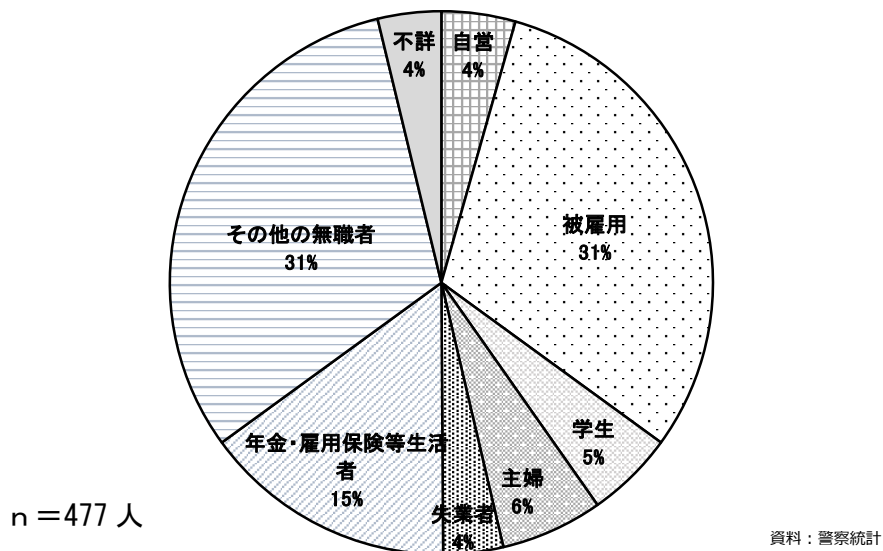


(5) 板橋区の自殺者 職業別 (平成 29(2017)～令和 3 (2021) 年合算)

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 61%、被雇用 31%、自営 4 % となっています。

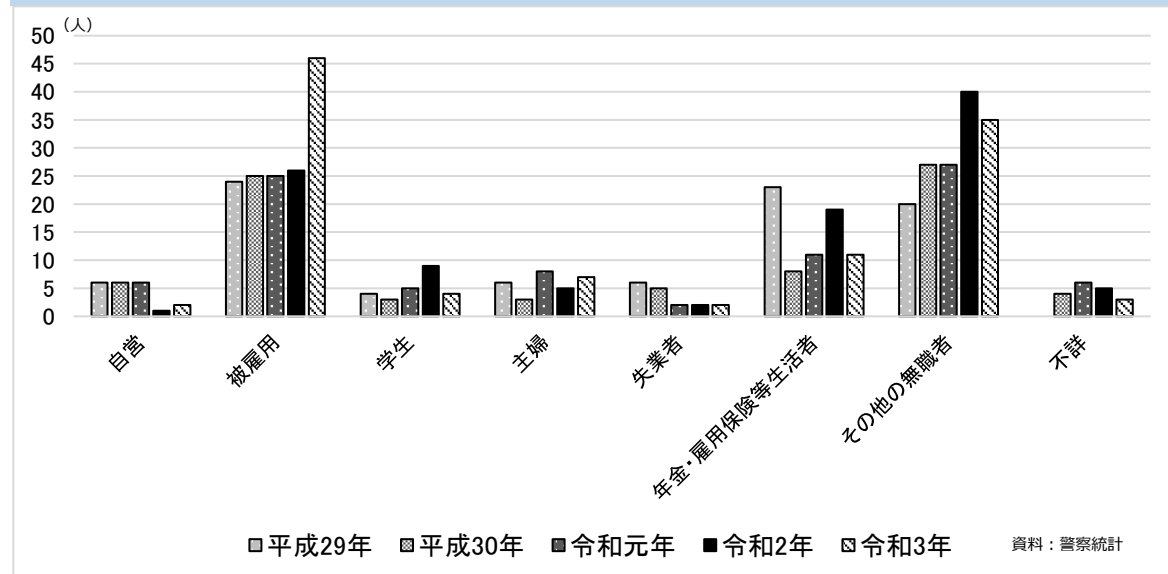
図 13 職業別構成割合 (平成 29(2017)～令和 3 年(2021)合算)



② 職業別年次推移

「その他の無職者」の自殺者数は高止まりの傾向があり、令和 3 (2021) 年は「被雇用者」の自殺者数が急増しています。

図 14 板橋区自殺者 職業別年次推移

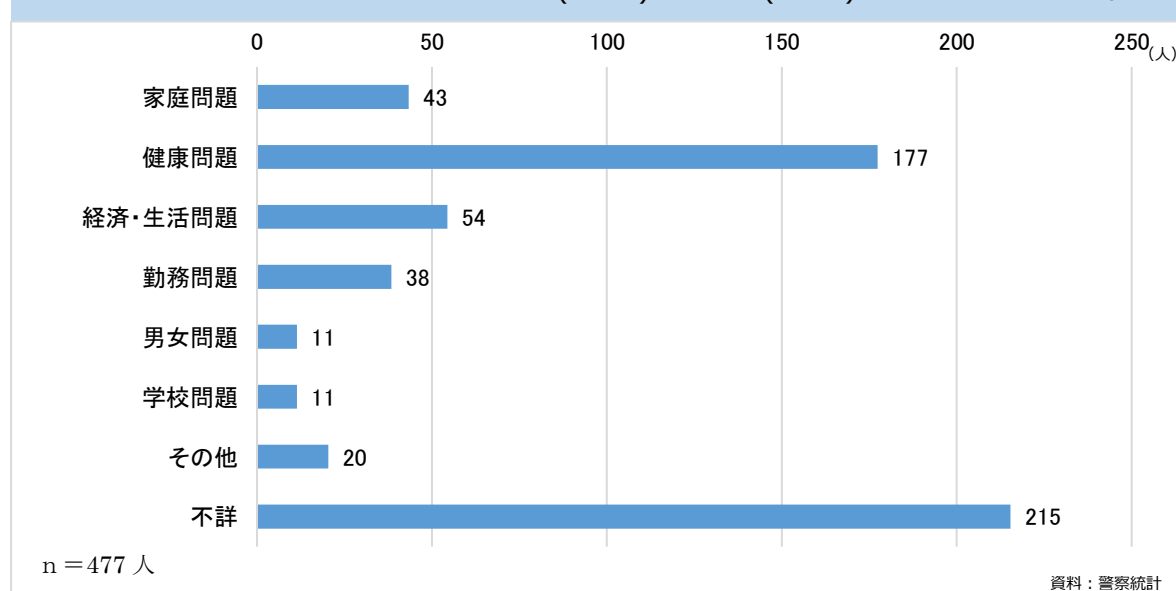


(6) 板橋区の自殺者数 原因・動機別

① 原因・動機別自殺者数（平成 29(2017)年～令和 3(2021)年合算、重複回答可）

様々な問題を抱えた方がいる中で、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、原因・動機が判明している中では最も多くなっています。

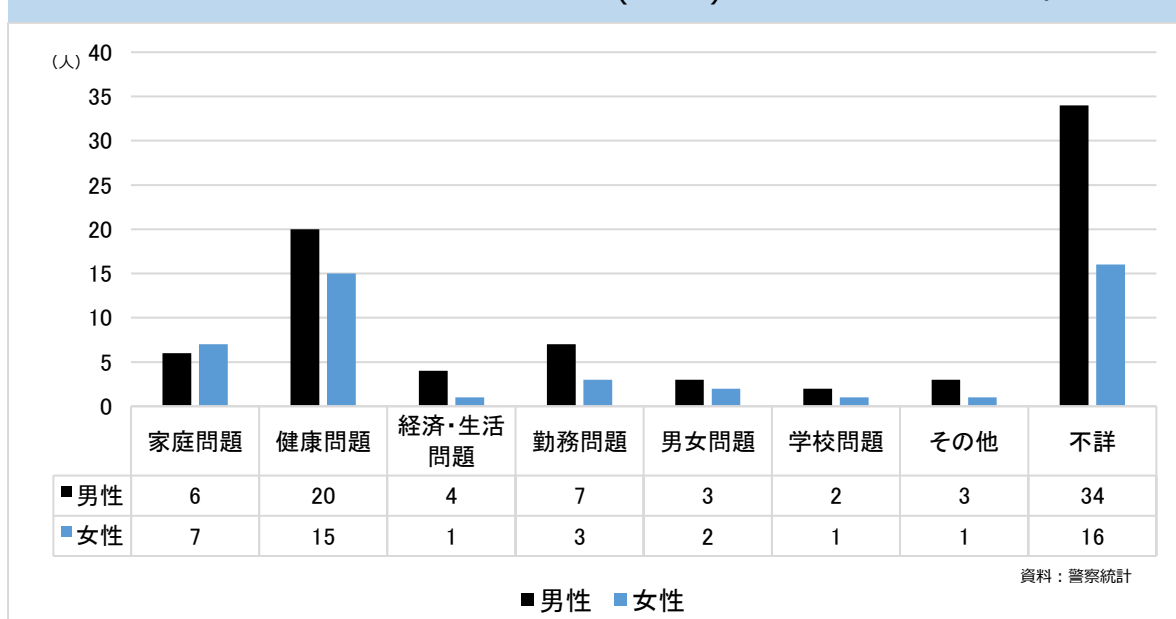
図 15 自殺の原因・動機（平成 29(2017)～令和 3(2021)年合算、重複回答可）



② 原因・動機別自殺者数（令和 3(2021)年男女別、重複回答可）

「家庭問題」が原因・動機となった自殺者数以外は、男性の方が多くなっています。

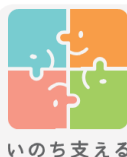
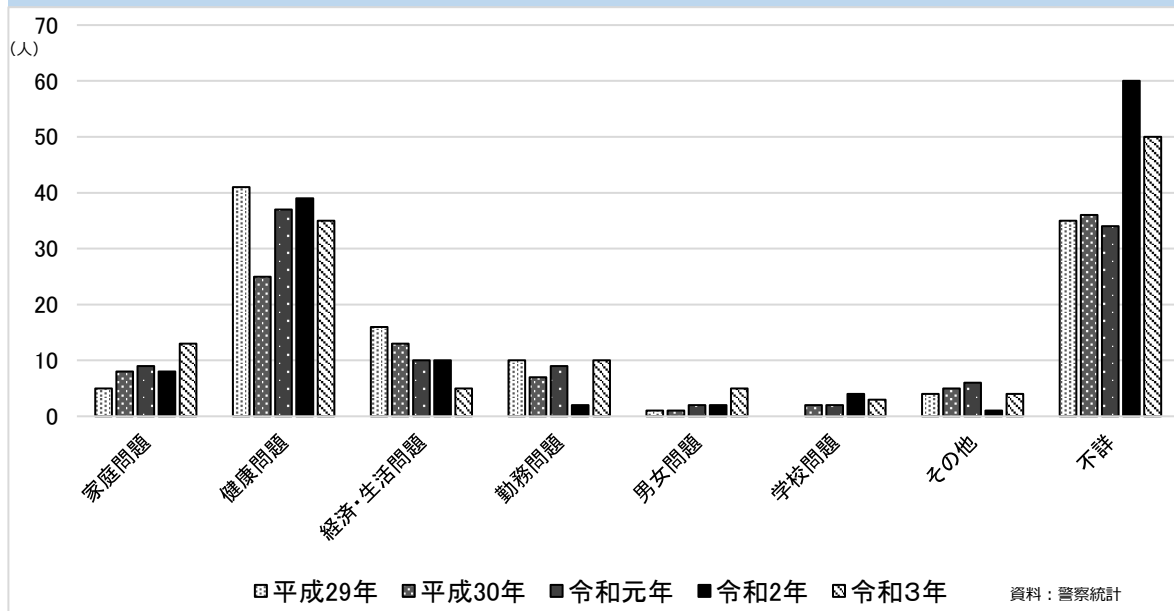
図 16 自殺の原因・動機（令和 3(2021)年男女別、重複回答可）



③ 原因・動機別年次推移

原因・動機別年次推移では、「健康問題」が他の項目より高い水準で推移しています。

図 17 自殺の原因・動機別年次推移（重複回答可）



コラム2 ゲートキーパーについて

自殺対策では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤独・孤立」を防ぎ、支援することが重要ですが、「ゲートキーパー」と呼ばれる人が寄り添いにおいて重要な役割を果たしていきます。

ゲートキーパーとは

「ゲートキーパー」とは、心理、社会的問題や生活上の問題、健康上の問題を抱えている人など、自殺の危険を抱えた人々に気づき、適切に関わるいわば「命の門番」ともいえる役割の人を言います。

ゲートキーパーになるには

ゲートキーパーに特別な資格は一切必要ありません。専門性の有無に関わらず、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが自殺対策につながります。

ゲートキーパーを知るための教材

どんな支援が自殺防止につながるか知りたいという方のために、厚生労働省が資料を公開しています。ぜひ以下の二次元コードからご覧ください。



厚生労働省 HP より抜粋

④ 板橋区の自殺者の多い集団の特徴

厚生労働大臣指定法人「一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター（JSCP）^{*5}」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」）は、中高年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一番多いことが示されています。

また、前回の計画策定時である令和元(2019)年頃とは異なり、ライフステージの変化や勤務問題が生じやすい20歳代～30歳代男性や、60歳以上の女性が上位に入っています。

表1 板橋区の自殺者の多い集団の特徴（平成29(2017)～令和3(2021)年合算）

自殺者の特性上位5区分	自殺者数 (5年計)	割合	自殺死亡率* (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路
1位:男性 40～59歳無職独居	35	7.3%	211.9	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺
2位:男性 20～39歳有職独居	33	6.9%	24.0	①【正規雇用】配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺／②【非正規雇用】(被虐待・高校中退) 非正規雇用→生活苦→借金→うつ状態→自殺
3位:男性 60歳以上無職独居	32	6.7%	61.3	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
4位:女性 60歳以上無職同居	31	6.5%	13.4	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
5位:男性 40～59歳有職同居	31	6.5%	11.4	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺

表2 板橋区の自殺者の多い集団の特徴（平成25(2013)～29(2017)年合算）
※「板橋区いのちを支える地域づくり計画2022」策定時のもの

自殺者の特性上位5区分	自殺者数 (5年計)	割合	自殺率(10万対)	*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	8.9%	88.5	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	7.4%	239.3	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	7.2%	29.3	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
4位:男性 40～59歳有職同居	38	6.9%	14.8	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺
5位:男性 40～59歳無職同居	34	6.2%	162.2	失業→生活苦→借金+家族間の不和→うつ状態→自殺

資料：警察庁自殺統計原票データを厚生労働省（自殺対策推進室）にて特別集計

表1の母集団は板橋区の自殺者数（平成29(2017)年～令和3(2021)年）の合計477人

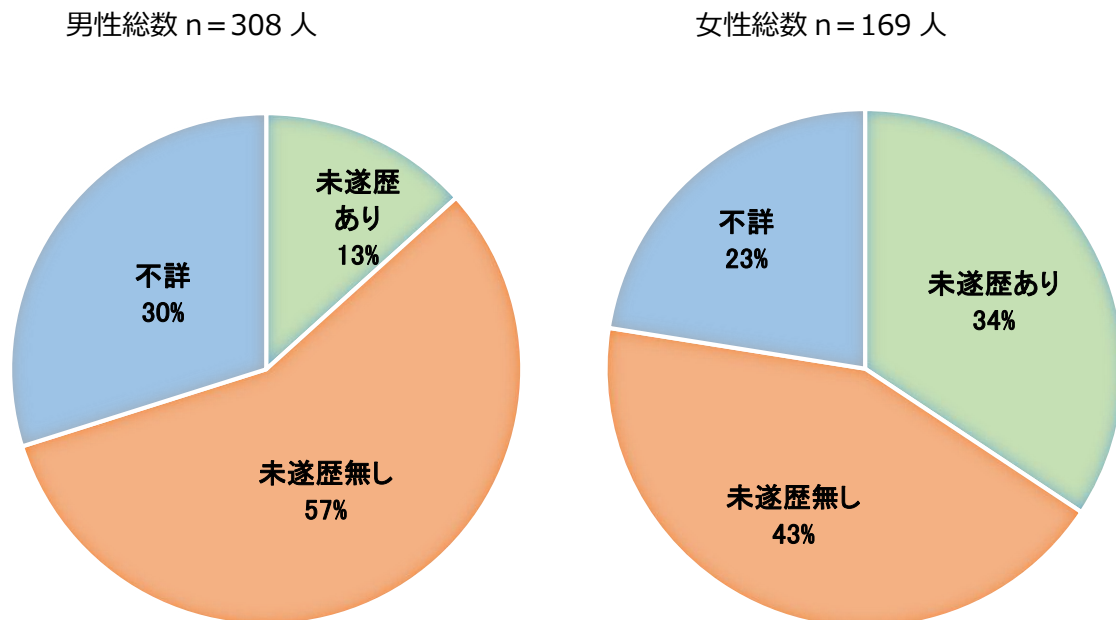
表2の母集団は板橋区の自殺者数（平成25(2013)年～平成29(2017)年）の合計552人

*5 厚生労働大臣指定法人・一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター（JSCP）

平成28(2016)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。

(7) 板橋区の自殺者の自殺未遂歴 男女別割合 (平成 29(2017)～令和 3(2021)年合算)
女性の方が、男性より自殺未遂歴のある人の比率が高くなっています。

図 18 自殺者の自殺未遂歴の有無 (平成 29(2017)～令和 3(2021)年合算)



資料：警察統計



コラム3

ココロの体温計をご利用ください！

皆さんは体調が悪い時、体温計で体温を測り、必要に応じて病院に行くと思いますが、「ココロの体調」が悪い時、皆さんはどうされていますか？

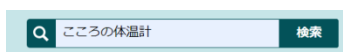
板橋区が導入している「ココロの体温計」は、ココロの状態を確認することができる便利なツールで、体温計のようにお好きな時に、無料でご利用いただけます。

以下の二次元コードもしくは区ホームページからアクセスし、お気軽にご利用ください！

※通信料は自己負担になります。



もしくは



(8) 板橋区の年齢階級別死因 (平成 29(2017)～令和 3(2021)年)

10 歳代から 40 歳代までの死因は、5 年前と同様に自殺が上位を占めています。

表 3 板橋区の年齢階級別死因 (平成 29(2017)～令和 3(2021)年)

平成29年			
年代	第1位	第2位	第3位
10歳未満	悪性新生物・心疾患・不慮の事故		
10-19	自殺・不慮の事故		—
20-29	自殺	悪性新生物・心疾患・不慮の事故	
30-39	自殺	悪性新生物	脳血管疾患
40-49	悪性新生物	自殺	脳血管疾患・肝疾患
50-59	悪性新生物	自殺・心疾患	脳血管疾患・肝疾患
60-69	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
70-79	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

平成30年			
年代	第1位	第2位	第3位
10歳未満	肺炎	悪性新生物・心疾患・肝疾患	
10-19	自殺	悪性新生物	—
20-29	自殺	心疾患・不慮の事故	
30-39	自殺	悪性新生物	心疾患・肝疾患・不慮の事故
40-49	悪性新生物	心疾患・脳血管疾患	
50-59	悪性新生物	心疾患	自殺
60-69	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
70-79	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

令和元年			
年代	第1位	第2位	第3位
10歳未満	悪性新生物	心疾患・肺炎・不慮の事故	
10-19	自殺	—	—
20-29	自殺	不慮の事故	悪性新生物・肺炎
30-39	悪性新生物	自殺	心疾患
40-49	悪性新生物	自殺	脳血管疾患
50-59	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
60-69	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
70-79	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

令和2年			
年代	第1位	第2位	第3位
10歳未満	悪性新生物	不慮の事故	—
10-19	自殺	悪性新生物	—
20-29	自殺	不慮の事故	肝疾患
30-39	自殺・悪性新生物		心疾患・脳血管疾患
40-49	悪性新生物	心疾患	自殺
50-59	悪性新生物	心疾患	自殺・肝疾患
60-69	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
70-79	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

令和3年			
年代	第1位	第2位	第3位
10歳未満	不慮の事故	—	—
10-19	自殺	心疾患・不慮の事故	
20-29	自殺	悪性新生物	心疾患
30-39	自殺	悪性新生物	心疾患
40-49	悪性新生物	自殺	心疾患
50-59	悪性新生物	心疾患	自殺
60-69	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
70-79	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

3 様々な統計データから見える板橋区の特徴

(1) 自殺者等の統計から見える特徴

① 性別

全国の傾向と同様に、男性の自殺死亡者数が女性より多い傾向にあります(図7)。一方で、板橋区における女性の自殺死亡者数は令和2(2020)年に急増後、令和3(2021)年に減少していますが、国及び東京都は令和2(2020)年に引き続き、令和3(2021)年も増加しており、傾向が異なることがわかります(図5～7)。

自殺未遂歴の有無で見ると、女性の自殺者のうち、自殺未遂歴ありの割合は男性の2.6倍と大幅に高くなっています(図18)。

② 年代別

50歳代の自殺者が最も多く(22.4%)、20歳代(17.4%)、40歳代(16.6%)がこれに続きます。働き盛りの30歳代から50歳代の方の自殺者数の合計が全体の51.2%を占めています(図10)。

また、令和2(2020)年及び令和3(2021)年における60歳以上の自殺者数に着目すると、女性は3年齢層全てで自殺者数が減少しているのに対して、男性は70歳代の自殺者数が急増していることがわかります(図11、12)。

③ 職業別

自殺者のうち、無職者(学生・主婦・失業者・年金生活者を含む)が全体の61%を占めています(図13)。

また、他の職業と異なり、被雇用の自殺者数は令和3(2021)年に前年比20人もの増加が見られることも特徴の1つですが(図14)、国の報告書によると被雇用の自殺者数は令和3(2021)年に減少しており、国と板橋区で傾向が異なります。

④ 原因・動機別

原因・動機が判明している中では、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、経済・生活問題、家庭問題がこれに続いています(図15)。

経済・生活問題による自殺者数は令和3(2021)年に減少しているのに対して(図17)、国の報告書によると経済・生活問題が最も大きく増加しているという差異があります。

⑤ 自殺者数の多い集団

表1、表2ともに40～60歳代の男性が、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。

一方で、前回の計画策定時とは異なり、自殺者の多い集団として、20歳代～30歳代男性や、60歳以上の女性が上位に入っています。これは、勤務問題関係などからうつ状態になり自殺に至るケースや、身体疾患からうつ状態になり自殺に至るケースなどが考えられます。

⑥ 新型コロナウイルス感染症拡大期以降に見られる傾向

男性の20歳代自殺者数が急増しています。また、男性の80歳代自殺者数についても増加しています（図11）。

女性は20歳代及び30歳代の増加が目立ちます（図12）。

職業別に見てみると、「被雇用」「その他の無職者」で自殺者数の大きな増加がありました（図14）。

これらの増加要因として、新型コロナウイルス感染症拡大の影響による可能性が捨てきれず、今後の動向を注視する必要があります。

（2）令和4年度第1回いたばし・タウンモニター、いたばし・eモニターアンケート

自殺対策に関する区民の方々の意識や区の実施に関する認知度を確認するため、「いたばし・タウンモニター、いたばし・eモニター^{*6}」にてアンケートを実施しました。「自殺対策を推進した方がよいと思う地域の機関はどこだと思いますか」という設問に対し、「小学校・中学校」「高等学校・高等専門学校」が上位回答となりました。また、自殺対策を推進した方がよいと思う対象については「小・中学生」「高校・専門学校生」「失業者・無職者」が上位回答となっています。

*6 いたばし・タウンモニター、いたばし・eモニター

板橋区基本構想で掲げる区の将来像の実現をめざして、区の行政に関する区民の意向を継続的に吸収し、行政の円滑な運営に資するとともに、行政への住民参加を推進するために設置されました。

図19 自殺対策を推進した方がよいと思う地域の機関はどこだと思いますか（複数回答可）

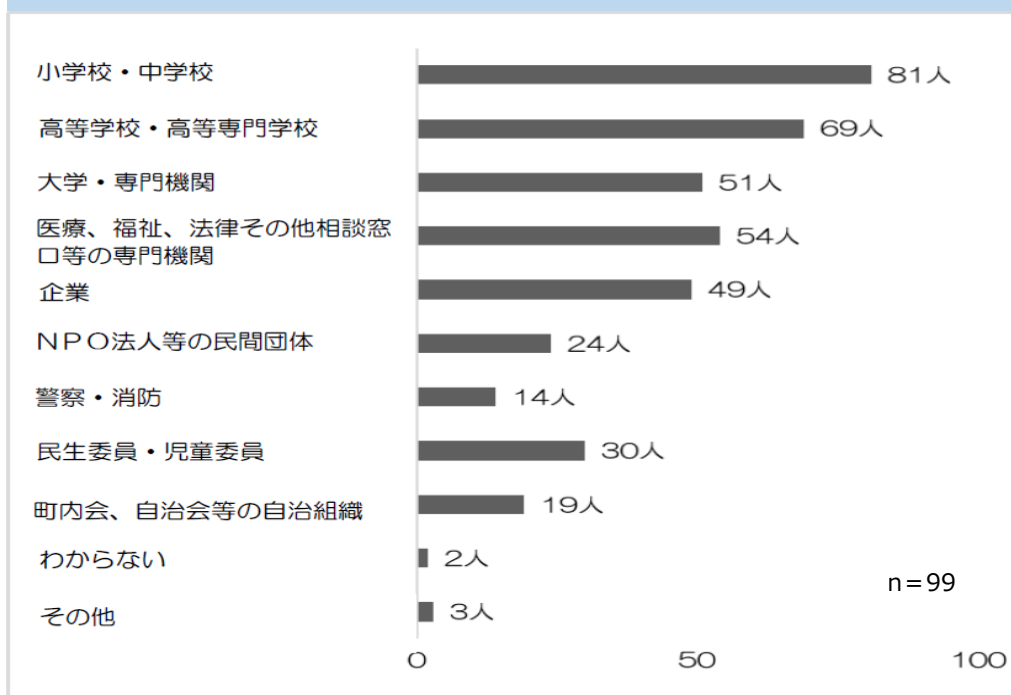
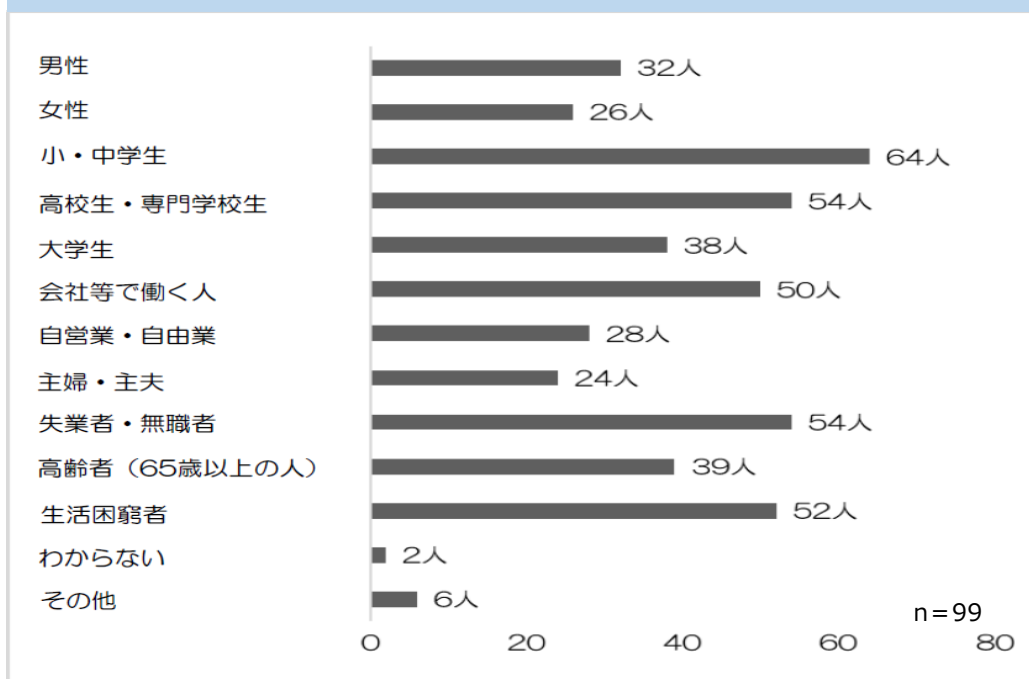
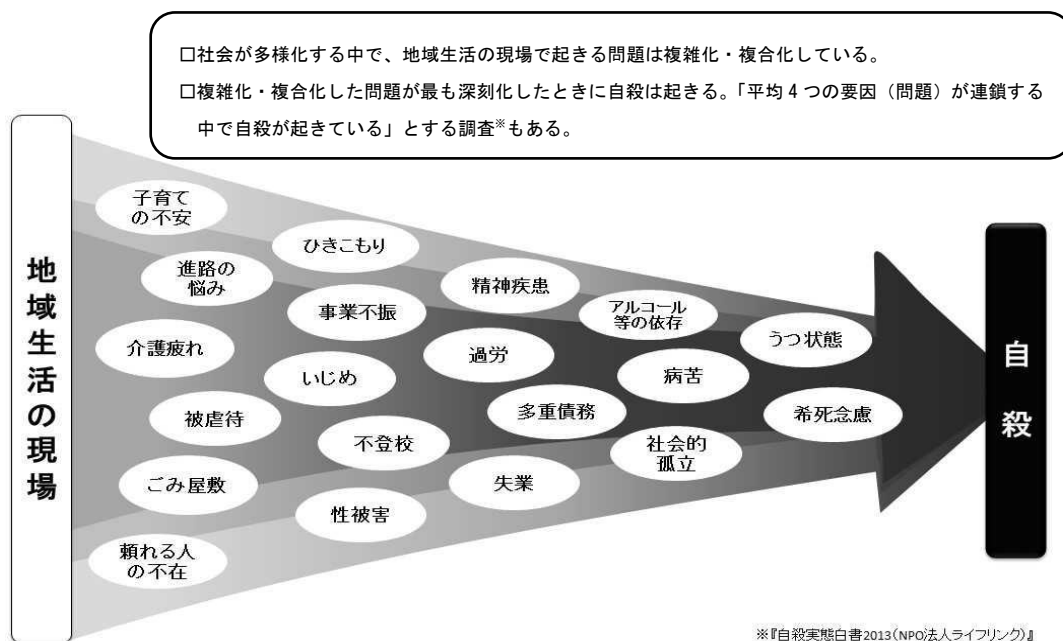


図 20 自殺対策を推進した方がよいと思う対象はどこだと思いますか（複数回答可）



【参考】動機につながる危険因子例



新型コロナウイルスに起因したメンタルヘルス問題

感染の不安・恐怖、ワクチンの副反応、孤立感、失業、経済的不安、後遺症、自粛疲れ、偏見・差別など

第3章



板橋区いのちを支える地域づくり 計画 2022 の評価報告

- 1 新型コロナウイルス感染症が事業に及ぼした影響
- 2 達成度評価評語
- 3 基本施策
- 4 重点施策
- 5 事業実績の評価

第3章 板橋区いのちを支える地域づくり計画 2022 の評価報告

「板橋区いのちを支える地域づくり計画 2022」では、令和 2 (2020) 年度から令和 4 (2022) 年度を計画期間として自殺対策に取り組みました。取組内容は、国が全国的に実施することが望ましいとする 5 つの基本施策と、板橋区において特に自殺予防・自殺対策が必要と考えられる重点対象者向けの 2 つの重点施策とで実施しました。令和 3 (2021) 年度までの各施策の進捗状況を確認・分析し、評価について報告します。

1 新型コロナウイルス感染症が事業に及ぼした影響

令和 2 (2020) 年 2 月頃から世界的に流行した新型コロナウイルス感染症の影響により、区でも多くの事業がやむを得ず中止・規模縮小や内容の変更を行いました。そのため、令和 2 (2020) 年度は、多くの事業が影響を受けました。

令和 3 (2021) 年度は、新型コロナウイルス感染症拡大が収まらない中でも、各課がウィズコロナの視点で工夫を凝らしたことにより、実施できた事業が増えました。

影響を表す 評語	事業数		増減	備 考
	令和2年度	令和3年度		
従来通り	64	77	13	感染対策を講じた上で実施した事業が増加した
規模縮小	18	10	△8	人数制限等の措置を講じた事業が減少した
内容変更	9	13	4	内容変更(例: 訪問→電話・ポスティングなど)により実施した事業が増加した
中 止	14	1	△13	感染状況によって中止した事業が減少した
その他	3	7	4	代替手段(例: 対面→動画配信)等工夫を凝らして実施した事業が増加した
計	108	108		

2 達成度評価評語

各事業の達成度評価にあたり、使用する評価評語については区の標準的な評価評語を準用しました。

評価評語	定 義
達 成 ⁺	所管課における年度目標を上回る実績となっている。
達 成	所管課における年度目標を全部または大部分達成している。 もしくは、計画事業が完了している。
未 達 成	事業の遅延・中止などにより、目標の全部または大部分が完了していない状態。

3 基本施策

基本施策における事業の進捗状況は、以下のとおりです。

令和2(2020)年度の達成度評価評語が「達成⁺」または「達成」の事業数は66(76.7%)でしたが、令和3(2021)年度の達成度評価評語が「達成⁺」または「達成」の事業数は79(91.9%)と、「達成」以上の事業数が増えました。

これは、令和2(2020)年度は新型コロナウイルス感染症拡大の影響により事業自体を中止または規模縮小となった事業が多かったのに対して、令和3(2021)年度は感染症対策を徹底しながら実施した事業や、開催方法をオンラインに変更することで実施できた事業が増えたことによるものです。

基 本 施 策 名	該 当 事 業 数 (件)	達 成 度 指 標 別 事 業 数 (件)					
		令 和 2 年 度			令 和 3 年 度		
		達 成 ⁺	達 成	未達成	達 成 ⁺	達 成	未達成
(1)地域におけるネットワークの強化	13	1	7	5	2	10	1
(2)自殺対策を支える人材の育成	7	0	4	3	0	5	2
(3)住民への啓発と周知	10	0	5	5	0	9	1
(4)生きることへの支援	15	0	13	2	0	13	2
(5)子ども・若者への支援	41	1	35	5	1	39	1
計	86	2	64	20	3	76	7



いのち支える

コラム4 様々なポータルサイトの紹介

皆さんは「まもろうよこころ」と「こころの耳」というホームページをご存じですか？
「まもろうよこころ」は悩みがある方・困っている方をサポートするための様々な取組を紹介しています。

悩みや不安を抱えて困っているときには、気軽に相談できる場所があります。
相談方法もいろいろなものがあるので、ご希望の窓口を選んで話してみませんか？

アクセスはコチラから！



「こころの耳」とは、働く方やそのご家族、職場のメンタルヘルス対策に取り組む事業者の方などに向けて、メンタルヘルスケアに関する様々な情報や相談窓口を提供している、働く人のメンタルヘルス・ポータルサイトです。

「5分でできる職場のストレスセルフチェック」や「職場のメンタルヘルスに関するよくあるご相談」などといった、ためになる情報をわかりやすく掲載していますので、ぜひご覧ください！



アクセスはコチラから！



※どちらのホームページも厚生労働省が運営しています。

4 重点施策

重点施策の進捗状況は次のとおりです。

達成度評価評語が「達成⁺」もしくは「達成」の事業は、令和2(2020)年度は16件(72.7%)でしたが、令和3(2021)年度は18件(81.8%)となりました。

また、令和2(2020)年度、令和3(2021)年度において達成度が「未達成」となった事業の多くは、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により事業を中止もしくは規模縮小せざるを得なかったことによるものでした。

新型コロナウイルス感染症拡大の影響はありましたが、事業実施のための様々な工夫を凝らし、概ね順調な結果となりました。

重点施策名	該当事業数 (件)	達成度指標別事業数(件)					
		令和2年度			令和3年度		
		達成 ⁺	達成	未達成	達成 ⁺	達成	未達成
重点施策1 生活困窮者・無職者・失業者への支援	10	0	8	2	1	8	1
重点施策2 地域とのつながりが持ちづらい中高年男性への支援	12	0	8	4	0	9	3
計	22	0	16	6	1	17	4

5 事業実績の評価

令和3(2021)年度末で達成度評価評語が「達成⁺」または「達成」となっている事業の割合は、基本施策が91.9%と高水準、重点施策が81.8%と順調な達成度となっており、新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けつつも、概ね順調となりました。

一方、人口動態統計によると、区における自殺者数は、令和元(2019)年には78人でしたが、令和2(2020)年は93人、令和3(2021)年は96人と増加傾向にあり、自殺対策の重要性・必要性がより高まっています。

また、本来であれば自殺対策において非常に重要である「人とのつながり」が、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により大きく阻害されました。今後は「SOSを適切に捉えること」や「ゲートキーパーの周知・育成」といった「つながりの再構築」が重要となります。



いのち支える

コラム5 自殺予防週間と自殺対策強化月間

日本では、自殺対策基本法に基づき、毎年9月10日から16日を「自殺予防週間」、毎年3月を「自殺対策強化月間」と定めて、国、地方公共団体、関係団体等が連携して「いのち支える自殺対策」という理念を前面に打ち出した啓発活動を推進しています。

東京都では、毎年3月に加えて9月を自殺対策強化月間に位置付け、「自殺防止！東京キャンペーン」として様々な事業を実施しています。板橋区においても、自殺対策強化月間に合わせて色々な取組を行っています。

板橋区のキャンペーン例

- ・東武鉄道(株)と連携して、事故防止キャンペーンに取り組んでいます。

※令和4(2022)年9月に東武東上線板橋駅で実施した
キャンペーンの様子



- ・自殺対策において重要な役割を果たす「ゲートキーパー」を育成するための研修を実施しています。
- ・区公式 SNS などを通じて、相談窓口の周知やセルフケア情報などを発信していきます。

板橋区は今後も様々な団体と連携し、自殺対策を推進していきます。

第4章



いのちを支える地域づくり計画2025

- 1 基本理念
- 2 S D G s との関連性
- 3 施策の体系
- 4 計画の評価
- 5 各施策における計画事業と推進事業
- 6 つながるネットワークのイメージ

第4章 いのちを支える地域づくり計画 2025

1 基本理念

つながり、支え合い、こころといのちを大切にできるまち

自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には、精神保健上の問題だけではなく、健康問題、経済・生活問題、いじめ、DVや過労、育児・介護疲れなど様々な社会的要因があることが知られています。

また、新型コロナウイルス感染症拡大の影響もあり、外出の機会が減り、人と会う機会が少なくなっていました。地域における様々な集まりや活動も、中止や延期、規模縮小などをせざるを得ない状況でした。徐々に活動は再開されてきていますが、「人とのつながり」の希薄化が懸念されています。

自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」を減らし、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」を増やすことにより、社会全体の自殺リスク低減を総合的に推進していくものです。

そのためには、行政・関係機関及び区民が協働し、多くの支援者がそれぞれの強みや専門性を活かして、区民一人ひとりの生きる力を醸成する必要があります。

そして、必要な相談や支援につなぐとともに、地域の結びつきやお互いを思いやる気持ちを大切にすることにより、誰もが生きやすいまちをめざし、本計画における基本理念を「つながり、支え合い、こころといのちを大切にできるまち」とし、誰も自殺に追い込まれることのない地域づくりを進めます。

2 SDGsとの関連性

SDGsの「誰一人取り残さない」という理念は、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減させるとともに、一人ひとりの生活を守るという自殺対策の考え方と合致するものです。

そのため、本計画においては、SDGsの考え方を取り入れ、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いきます。



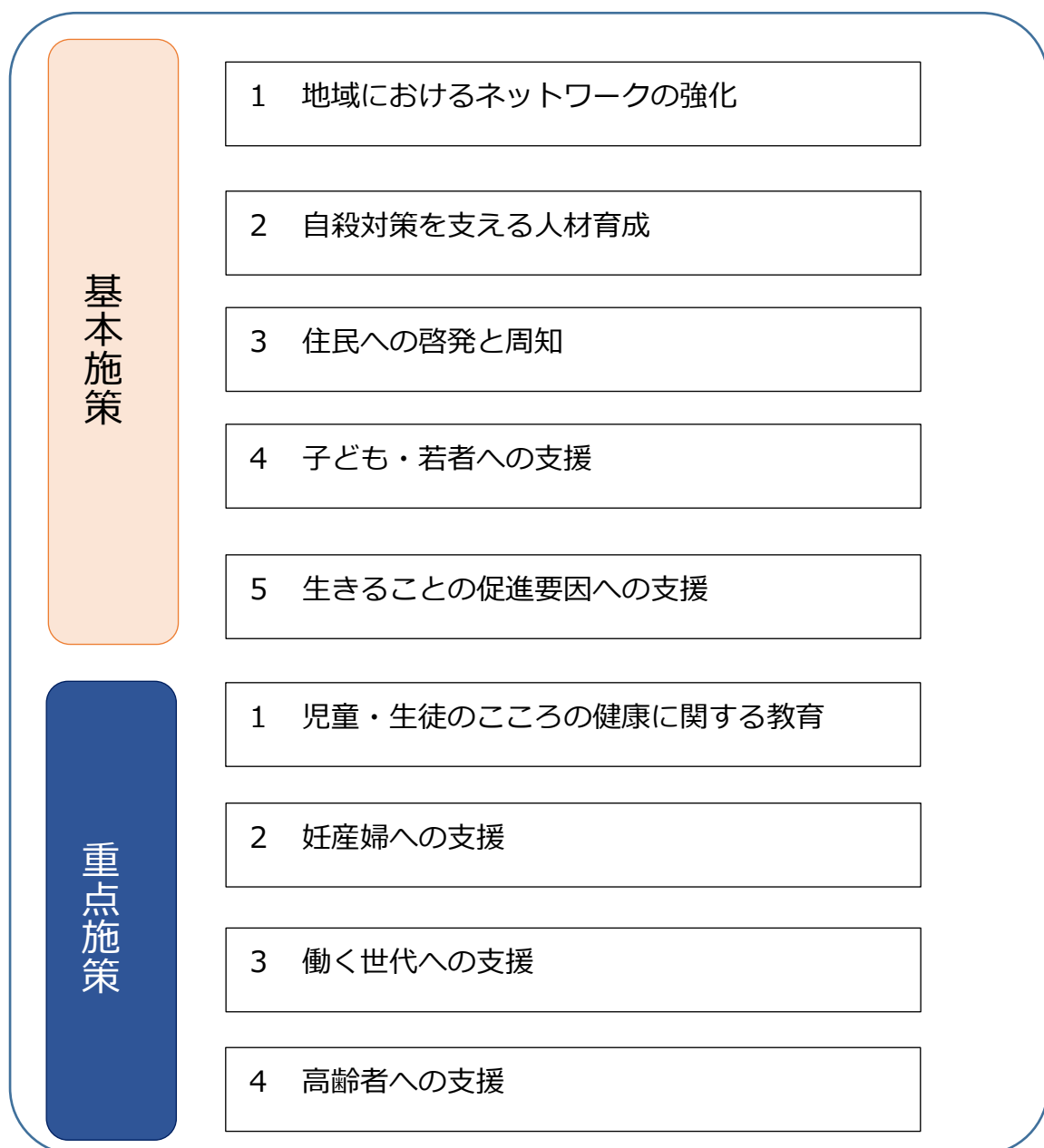
3 施策の体系

(1) 基本施策と重点施策

区では、自殺対策推進に際して下図のような施策体系を構築し、各施策及び施策に紐づく事業を推進していきます。基本施策、重点施策は次のような位置付けの施策です。

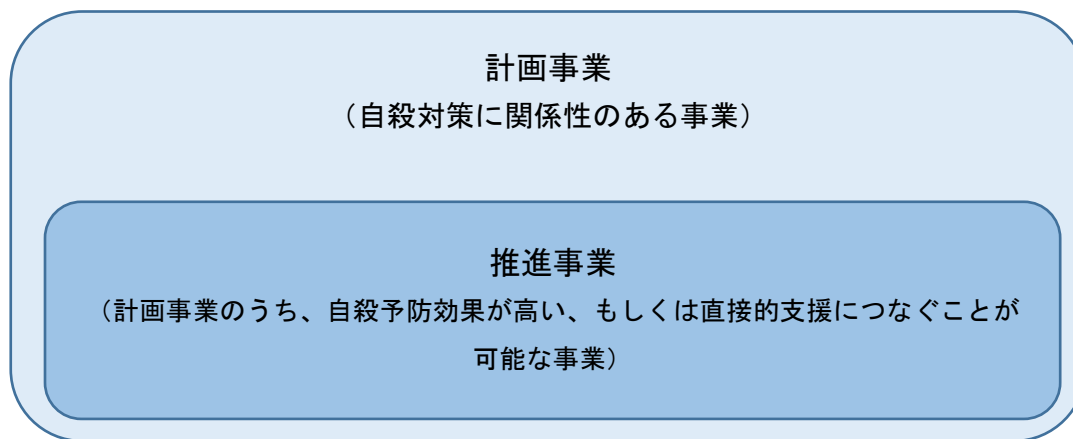
基本施策…国が「全国的に実施することが望ましい」としている施策を参考に設定した施策群です。

重点施策…基本施策とは別の枠組みで、板橋区として、特に自殺予防・自殺対策が必要と考えられる「重点対象者」に向けて実施する施策群です。



（２）計画事業と推進事業

本計画では、まず自殺対策に関係性のある事業を「計画事業」として選定後、各計画事業を実施することで軽減が見込まれる危険因子の数が多い、もしくは軽減できる危険因子に限らず、直接的な支援につなぐことが可能である事業を「推進事業」と位置付け、重点的に取り組んでいくこととします。



4 計画の評価

本計画の目標である自殺死亡率の低下を実現するためには、各施策を着実に推進することが重要です。しかし、自殺予防・対策分野では、関連する個々の事業実施の成果（事業量）が、自殺死亡率の低下という結果に直結しづらいという特性があります。このため、本計画では、計画事業として位置付けている各事業について、これまでの「量的な評価」に加え、新たに「質的な評価」を導入し、総合評価を行います。

（１）量的な評価

各事業に設けられている事業目標に対する達成度を、事業所管課からの事業実績報告（実施の有無や実施回数、参加人数など）により評価します。

達成度の評価にあたって使用する評価評語については、区の標準的な評価評語を準用します。

評価評語	定義
達成 ⁺	所管課における年度目標を上回る実績となっている。
達成	所管課における年度目標を全部または大部分達成している。 もしくは、計画事業が完了している。
未達成	事業の遅延・中止などにより、目標の全部または大部分が完了していない状態。

(2) 質的な評価

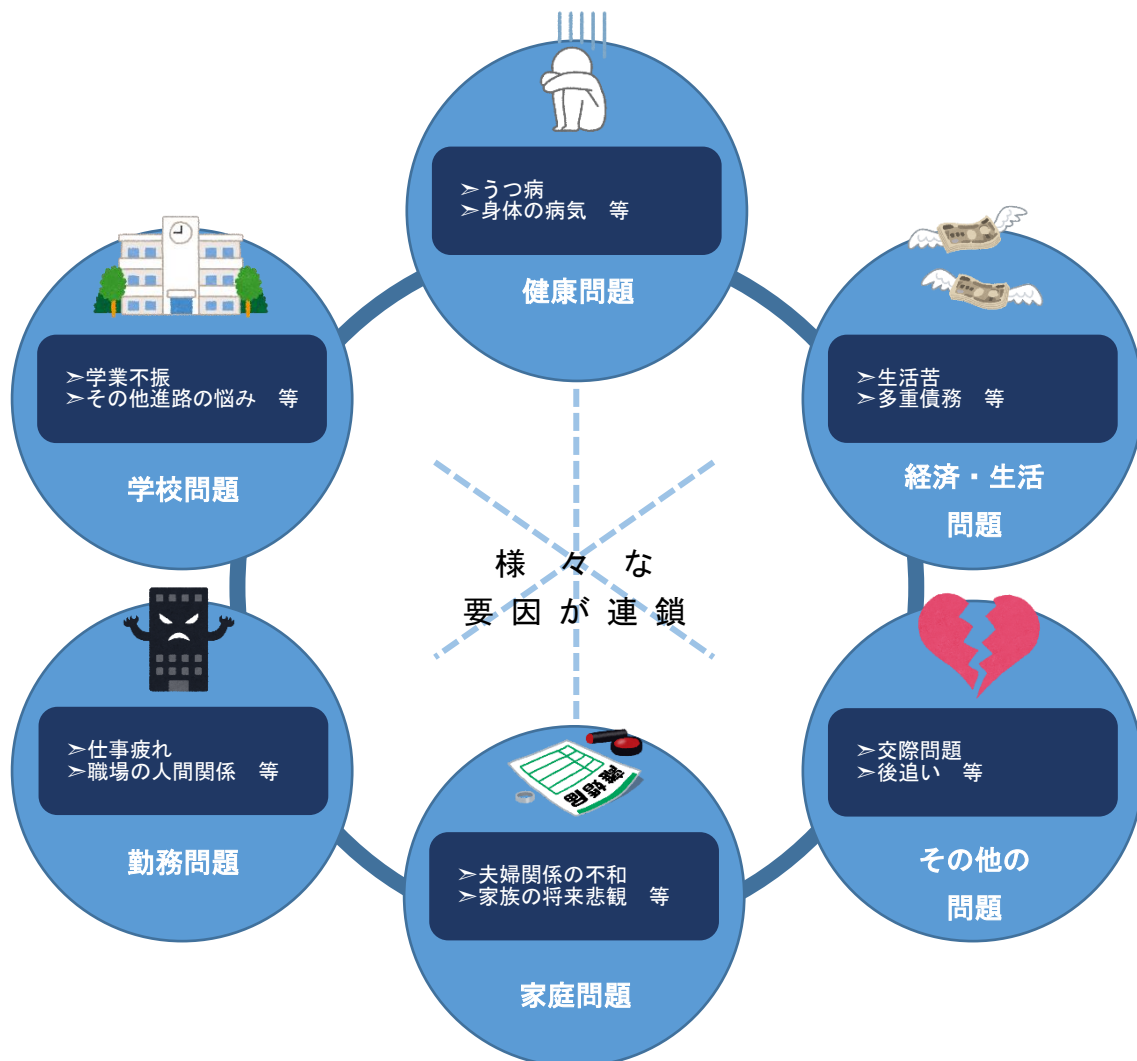
実施主体が、自殺対策へのつながりを認識しながら事業を企画・実施することが重要となります。

関連部署の事業について、自殺対策への寄与度（具体的には、自殺動機に至る危険因子への軽減度）の側面から質的な評価を行います。

事業実施により期待される効果を「自殺予防効果」と定義します。

① 危険因子分類

自殺の動機に至る危険因子を、警察統計に基づく6個に分類します。



資料：厚生労働省「令和3年中における自殺の状況」の図を改変

② 危険因子数による自殺予防効果分類

事業を実施することで軽減が見込まれる危険因子数に応じて、各事業の自殺予防効果を3段階に分類します。

自殺予防効果	説明
A	危険因子を5～6個軽減することができる。 または、解消できる危険因子は4個以下だが、相談者への直接的な支援につながる事業である。
B	危険因子を3～4個軽減することができる。
C	危険因子を1～2個軽減することができる。

③ 自殺予防効果共有による事業の質的向上

②で分類した自殺予防効果を事業所管課に共有します。この評価手法を導入することで、以下のとおり自殺対策事業としての質的向上をめざします。

- ・実施主体に、「事業を実施すること自体が自殺予防・対策につながる」という意識付けが可能になる。
- ・実施主体に、一つひとつの危険因子に対する効果を高めてもらうとともに、より多くの危険因子が軽減されるよう、事業展開を図ってもらう。

(例)

事業名	概要	軽減できる危険因子	達成度	自殺予防効果
〇〇〇	●●●	健康問題、勤務問題、その他の問題	達成 ⁺	B
△△△	▲▲▲	健康問題、学校問題、勤務問題、家庭問題、経済・生活問題、その他の問題、	達成	A

5 各施策における計画事業と推進事業

(1) 計画事業と推進事業

本計画では、まず自殺対策に関係性のある 136 事業を「計画事業」として選定後、各計画事業を実施することで軽減が見込まれる危険因子の数が多い、もしくは軽減できる危険因子に限らず、直接的な支援につながることが可能である 33 事業を「推進事業」と位置付け、重点的に取り組んでいくこととします。

この節では、各施策における推進事業の概要や、軽減できる危険因子を紹介していきます。

※計画事業・推進事業については今後も増減する可能性があります。

凡例

① 地域における

「誰も自殺に迫る危険を軽減し、心身共に豊かに生きる」というために、関係団体、事業所、区民、行政が連携・協力し総合的に取り組むための仕組みを強化します。

各施策の概要を記載しています。

計画事業一覧に記載されている
No と一致しています。

事業の実施により軽減が見込まれる 6 つの危険因子
(P33 参照) の特徴的な 1 文字で表示しています。

例：(健)…健康問題

また、令和 5 年度から開始する事業には、事業名の前に「★」を付しています。

No.	1	事業名	板橋区自殺対策地域協議会	
軽減できる危険因子		(健)(家)(勤)(経)(学)(他)		3 すべての人に健康と福祉を
事業概要		板橋区の自殺対策において、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の協議会を設置・運営します。		17 パートナースhipで目標を達成しよう
担当課	健康推進課			

当該事業と関連性がある SDGs 目標のロゴを表示します。
また、DX もしくはブランドへの関連性がある場合、該当ロゴを表示します。

DX

ブランド

(2) 基本施策における推進事業

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、事業者、区民、行政がそれぞれの自殺対策について果たす役割を認識した上で、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。

No.	1	事業名	板橋区自殺対策地域協議会	3 すべての人に 健康と福祉を  17 パートナーシップで 目標を達成しよう 
軽減できる危険因子		(健)(家)(勤)(経)(学)(他)		
事業概要		板橋区の自殺対策において、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の協議会を設置・運営します。		
担当課	健康推進課			

No.	2	事業名	区と東武鉄道（株）による自殺防止キャンペーン	 
軽減できる危険因子	(健)(家)(勤)(経)(学)(他)			
事業概要	東武鉄道（株）と連携し、9月と3月の自殺対策強化月間に自殺防止キャンペーンを実施します。			
担当課	健康推進課			

No.	7	事業名	自殺対策庁内連絡会	3 すべての人に 健康と福祉を  17 パートナーシップで 目標を達成しよう 
軽減できる危険因子		①健康②家族③勤労④経済⑤学⑥他		
事業概要		庁内で自殺対策に関係する部署間での意見・情報交換を目的とした実務者会議を実施することで、全庁的に自殺対策を推進する体制を構築・維持します。		
担当課		健康推進課		

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。

No.	20	事業名	★出張ゲートキーパー研修	3 すべての人に健康と福祉を  4 質の高い教育をみんなに 
軽減できる危険因子		(健)(家)(勤)(経)(学)(他)		
事業概要		企業、町会・自治会、民生・児童委員協議会、介護事業者等、ゲートキーパーとしての役割が期待される様々な主体に対して、それぞれのニーズに合った講師を派遣し、研修を行います。		
担当課		健康推進課		

No.	21	事業名	区民向けゲートキーパー研修
軽減できる危険因子	(健)(家)(勤)(経)(学)(他)		
事業概要	自殺対策を支える人材として重要な役割を果たすゲートキーパーを増やすため、区内在住・在勤・在学の方を対象とした研修を行います。		
担当課	健康推進課		

3

すべての人に健康と福祉を

4

質の高い教育をみんなに

No.	22	事業名	職員へのゲートキーパー研修	3 すべての人に 健康と福祉を  4 質の高い教育を みんなに 
軽減できる危険因子		(健)(家)(勤)(経)(学)(他)		
事業概要		区職員全員がゲートキーパーとしての役割を果たせるよう、オンラインなどによるゲートキーパー研修のほか、各種研修でゲートキーパー手帳配付や役割周知を行います。		
担当課	健康推進課			

No.	24	事業名	教職員へのゲートキーパー研修	3 すべての人に 健康と福祉を  4 質の高い教育を みんなに 
軽減できる危険因子	⑤学			
事業概要	区立小中学校の生活指導主任を対象とし、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・生徒への対応力向上を図ります。			
担当課	指導室			

③ 住民への啓発と周知

自殺に追い込まれるほどつらい状態になることは、誰にでも起こり得ます。このことを踏まえ、関連性の高い個別計画である「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、区民が心の健康に関する正しい知識を持ち、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、相談窓口の周知に取り組みます。

No.	25	事業名	「板橋こころと生活の相談窓口」の作成・配布	3 すべての人に 健康と福祉を 17 パートナーシップで 目標を達成しよう
軽減できる危険因子	⑤健⑤家⑤勤⑤経⑤学⑤他			
事業概要	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パンフレット「板橋こころと生活の相談窓口」を作成し、庁内外の関係機関で配布します。			
担当課	健康推進課			

No.	26	事業名	ICTを活用した情報の周知	3 すべての人に 健康と福祉を 17 パートナーシップで 目標を達成しよう DX
軽減できる危険因子	⑤健 ⑤家 ⑤勤 ⑤経 ⑤学			
事業概要	自殺予防・対策に係る情報について区公式 SNS などの ICT を積極的に活用し、周知していきます。			
担当課	健康推進課			

No.	28	事業名	★検索連動型広告の活用	3 すべての人に健康と福祉を 17 パートナーシップで目標を達成しよう DX
軽減できる危険因子	(健)(家)(勤)(経)(学)(他)			
事業概要	インターネット利用者が検索エンジンでネガティブワードを検索した際に関連相談窓口を優先的に表示させる検索連動型広告を導入することで、SNS などの相談窓口をより積極的に周知します。			
担当課	健康推進課			

④ 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。

また、20 歳代では学業・仕事などライフステージが大きく変化し、地域社会や学校とのつながりから離れ、孤独化することにより自殺リスクが高まると言われています。本計画の子ども・若者分野は、子ども・若者の健やかな成長をめざす板橋区次世代育成推進行動計画「いたばし子ども未来応援宣言 2025」と非常に関連が深いため、相互に連携して支援に取り組みつつ、大学生・専門学校生など区からの情報が届きにくい層に対しても、心の健康の教育や、必要な相談支援につながりやすくするための普及啓発を強化します。

No.	29	事業名	いたばし若者サポートステーション事業	3 すべての人に 健康と福祉を 8 働きがいも 経済成長も
軽減できる危険因子		経		
事業概要		一定期間無業の状態にある若者や短期の不安定就労を繰り返す若者（フリーター）などの支援対象者に対して、基本的な能力の開発や、職業意識の啓発、社会適応支援事業等を厚生労働省が実施する「地域若者サポートステーション事業」と一体的に実施し、若者の職業的自立を支援していきます。		
担当課		産業振興課		

No.	43	事業名	中高生・若者支援スペース「i-youth」	3 すべての人に健康と福祉を  11 住み続けられるまちづくりを 
軽減できる危険因子	学他			
事業概要	中高生・若者（39歳まで）の居場所づくりを支援するため、様々なスポーツや読書・自習などのために自由に使うことのできるスペースを設置し、運営していきます。			
担当課	生涯学習課			

No.	52	事業名	スクールソーシャルワーカーの派遣	3 すべての人に健康と福祉を  4 質の高い教育をみんなに 
軽減できる危険因子		①健康 ②家庭 ③経路 ④学		
事業概要		問題を抱えている児童・生徒の支援を行うため、区立幼稚園、小・中学校にスクールソーシャルワーカーを派遣し、教育と福祉に関して、適切な関係機関と連携して課題の解決を図ります。		
担当課				
		教育支援センター		

⑤ 生きることの促進要因への支援

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。

板橋区では自殺対策と関連の深い様々な分野における取組を幅広く推進することで、生きることへの支援を包括的に推進します。

No.	53	事業名	区民相談室	1貧困をなくそう  3すべての人に健康と福祉を 
軽減できる危険因子		①勤②経③他		
事業概要		区民に対し、各種の相談項目を設け、専門の相談員が適切なアドバイスをすることにより、問題の解決を支援していきます。		
担当課	広聴広報課			

No.	60	事業名	消費者センターでの債務相談	 
軽減できる危険因子		経		
事業概要			区民からの債務相談に対応していくとともに、必要に応じて適切な専門機関への案内をしていきます。	
担当課			くらしと観光課（消費者センター）	

No.	64	事業名	うつ病・躁うつ病家族教室	 
軽減できる危険因子		健 家 勤 経 他		
事業概要			家族・当事者を対象に、うつ病、躁うつ病（双極性障害）の基本知識及び適切な対処法の習得、家族のストレスマネジメント法の習得をめざした連続講座を開催します。	
担当課			予防対策課	

No.	66	事業名	措置入院者退院後支援事業	 
軽減できる危険因子		健 家 勤 経 学 他		
事業概要			精神疾患に伴う自傷他害行為により精神科措置入院をした方を対象に、対象者の同意に基づいて退院後支援を行います。	
担当課			予防対策課	

No.	67	事業名	ひきこもり相談・ひきこもり家族教室・ひきこもり相談支援（ひきこもり相談窓口の設置）	 
軽減できる危険因子		健 家 勤 経 学 他		
事業概要			ひきこもり当事者や家族の方を対象として、精神科医による相談事業や家族教室の実施、ひきこもり相談窓口の設置・運営に取り組んでいきます。	
担当課			予防対策課・生活支援課	

No.	69	事業名	精神保健に関する相談支援
軽減できる危険因子	① ② ③		
事業概要	心の健康づくり相談支援、精神疾患重症化予防、発達障がい者への相談支援、ひきこもり相談支援、依存症からの回復支援、社会復帰相談支援、地域移行・地域定着支援について、保健師による、精神保健に関する相談支援を行います。		
担当課	各健康福祉センター		

3

すべての人に
健康と福祉を

(3) 重点施策における推進事業

① 児童・生徒のこころの健康に関する教育

板橋区では、20歳代の男性の自殺死亡者数が、令和2(2020)年には前年の2倍の16人と急増しています。また、女性についても20歳代は、他の年代と比べても自殺死亡者数が多い傾向にあります。

若者の自殺は、児童・生徒の時期に受けた心の傷が要因になることがあるため、将来の社会生活において直面すると思われる、様々な困難やストレスへの対処方法を身につけるための方策として、心の健康やSOSの出し方の教育について、児童・生徒の頃から積極的に行っていきます。

また、子どもが出したSOSに周囲の大人が気づき、受け止められるよう普及啓発を充実します。

No.	78	事業名	★絵本のまち板橋～板橋区版自殺対策～	3 すべての人に 健康と福祉を  4 質の高い教育を みんなに  ブランド
軽減できる危険因子	①家②学③他			
事業概要	区ゆかりのイラストレーターとともに、自殺予防をテーマにした絵本を作成し、区立図書館や区内小中学校図書室に配架し、児童・生徒のこころの健康に関する教育を推進します。			
担当課	健康推進課			

No.	82	事業名	子どもなんでも相談	3 すべての人に 健康と福祉を  16 平和と公正を すべての人に 
軽減できる危険因子	(健)(家)			
事業概要	24 時間 365 日体制で専門職を配置したコールセンターを設置し、18 歳未満の子どもについての相談を保護者もしくは子ども本人から受け、必要な支援を実施します。			
担当課	支援課			

No.	83	事業名	子ども家庭相談	3 すべての人に 健康と福祉を  16 平和と公正を すべての人に 
軽減できる危険因子		(健)(家)		
事業概要		子どもや家庭に関する困りごとや、継続的な相談に対して、子ども家庭総合支援センターの相談員が相談、支援を実施していきます。		
担当課	支援課			

No.	84	事業名	ショートステイ事業	3 すべての人に 健康と福祉を  16 平和と公正を すべての人に 
軽減できる危険因子		(健)(家)		
事業概要		保護者の疾病、出産、仕事等により、児童の養育が一時的に困難となった場合、区が委託する児童養護施設や協力家庭等で、短期利用の養育事業を行います。		
担当課	支援課			

No.	85	事業名	「SOSの出し方」に関する教育等の推進	3 すべての人に 健康と福祉を  4 質の高い教育を みんなに 
軽減できる危険因子	④			
事業概要	児童・生徒が「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学校で行います。			
担当課	指導室			

② 妊産婦への支援

女性のライフステージにおいて、妊娠中や出産後は、ホルモンバランスの大きな変化や育児の悩みから不安が多くなる時期と言えます。特に出産後は、心身の不調や育児不安などから産後うつなどになりやすい傾向があります。そのため、安心・安全な妊娠・出産・子育てを実現するために、妊婦・出産ナビゲーション事業等を展開し、切れ目のない支援を行っていきます。

No.	101	事業名	妊婦・出産ナビゲーション事業	3 すべての人に 健康と福祉を 
軽減できる危険因子	④ ⑤ ⑥			
事業概要	妊娠届出をした全ての妊婦に対し、保健師または助産師による面接を行い、出産・育児の不安を解消し、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援を実施します。 また、支援が必要な妊婦には、健康福祉センターの保健師が訪問指導を行います。			
担当課	健康推進課			

No.	109	事業名	育児不安を抱える母親のためのこころの相談室	3 すべての人に 健康と福祉を 
軽減できる危険因子	④ ⑤ ⑥ ⑦			
事業概要	乳幼児期の育児不安を抱える母親を対象として、臨床心理士による個別相談を実施します。			
担当課	健康福祉センター			

No.	111	事業名	母子保健に関する相談支援
軽減できる危険因子	(健)(家)(経)(他)		
事業概要	継続的な支援が必要な対象者（要支援児・家庭）に対し、保健師が関係機関と連携しながら、母子保健に関する切れ目のない相談支援を行います。		
担当課	健康福祉センター		

3

すべての人に
健康と福祉を



③ 働く世代への支援

働く世代は、心理的・社会的にも負担を抱えることが多く、心の健康を損ないやすいとされています。コロナ禍における生活環境の変化や経済不安もあり、メンタル不調が出現する人も少なくありません。

板橋区の自殺者数は、平成 29（2017）年から令和 3（2021）年の 5 年間で、働き始めの 20 歳代が 17.4%、働き盛りの 30 歳代から 50 歳代の方が 51.2%と、合わせて 68.6%を占めます。様々な勤務問題に対し、関係機関と連携を図り、労働者や経営者を対象とした各種相談窓口の啓発を進めていきます。

No.	120	事業名	就労相談（キャリア・カウンセリング）	3 すべての人に 健康と福祉を 8 働きがいも 経済成長も
軽減できる危険因子	経			
事業概要	しごと（就職・再就職・転職）に関する様々な悩み・不安を抱える離職者等に対し、キャリアコンサルタントによる就労相談を行うことで、就職活動の円滑化を図ります。			
担当課	産業振興課			

No.	122	事業名	介護者こころの相談事業	3 すべての人に 健康と福祉を 
軽減できる危険因子	(健)(家)(他)			
事業概要	高齢者を介護する家族に対して臨床心理士による相談事業を実施することにより、介護者の心理的不安の解消を図り、うつ病を予防し、高齢者への虐待を防止します。			
担当課	おとしより保健福祉センター			

No.	123	事業名	生活困窮者自立支援事業	1 貧困をなくそう  3 すべての人に健康と福祉を 
軽減できる危険因子	経			
事業概要	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などの総合的な相談に応じ、支援プラン作成等、生活困窮の解決に向けた支援を行います。			
担当課	生活支援課			

④ 高齢者への支援

高齢者は、退職や失業による生活困窮、身体疾患、介護、配偶者をはじめとした家族や友人との死別や離別等、複数の困難を抱えることが多くなります。

また、新型コロナウイルス感染症拡大も重なり、閉じこもりや抑うつ状態になりやすく、孤独・孤立に陥りやすくなります。住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、身近な地域における相談支援体制の確立や自ら相談に行くことが困難な高齢者への訪問支援のほか、高齢者向けサービスの活用や関係機関の連携を推進します。

No.	129	事業名	ウェルネス活動推進団体支援事業	3すべての人に健康と福祉を  17パートナーシップで目標を達成しよう 
軽減できる危険因子	⑧ ⑨			
事業概要	高齢者の介護予防、健康増進等を目的とする自主的・自発的な活動(ウェルネス活動)を行う団体に対し、活動場所の提供等による支援を行います。			
担当課	おとしより保健福祉センター			

No.	130	事業名	おとしよりなんでも相談	3 すべての人に 健康と福祉を
軽減できる危険因子	⑦ ⑧ ⑨			
事業概要	高齢者に関する電話相談を受け付ける「おとしよりなんでも相談」を設置・運営することで、相談窓口の充実を図ります。			
担当課	おとしより保健福祉センター			

No.	133	事業名	高齢者見守り調査事業	3 すべての人に健康と福祉を 17 パートナーシップで目標を達成しよう
軽減できる危険因子	(健) (他)			
事業概要	毎年、民生委員・児童委員が区内の 75 歳以上高齢者宅を訪問して、支援が必要な方を、地域包括支援センター（おとしより相談センター）や区の適切な高齢福祉サービスにつないでいきます。			
担当課	おとしより保健福祉センター			



コラム6 区内医療機関の取組事例

健康問題を要因とする自殺者数は板橋区だけでなく、日本全国で多くの割合を占めていますが、その中の1つの要因として、「がん」のり患による人生への悲観があるということが国内外の様々な研究により報告されています。

これに対して、板橋区内の一部病院(日大板橋病院、帝京大学病院、都立豊島病院、健康長寿医療センター)では、「がん相談支援センター」設置や緩和ケア外来などを通じて、不安の軽減や、治療と仕事の両立などに関する相談を受けることで、がん患者のQOL (Quality of Life) 向上を行っています。様々な相談が可能ですので、気になる方は相談されてみてはいかがでしょうか。



日大板橋病院の相談室



帝京大学病院の相談室

(4) 自殺対策に係る計画事業一覧表

施策ごとに位置付けている計画事業の一覧です。推進事業欄の凡例は、

○…基本施策で推進事業として位置付けている

●…重点施策で推進事業として位置付けている

となっています。

また、令和5年度から開始する新規事業については、事業名の前に★を表示しています。

① 基本施策

ア 地域におけるネットワークの強化・・・19事業

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
1	○	板橋区自殺対策地域協議会	健, 家, 勤, 経, 学, 他	健康推進課
2	○	区と東武鉄道（株）による自殺防止キャンペーン	健, 家, 勤, 経, 学, 他	健康推進課
3		複数窓口の情報共有ツール（仮称）	他	健康推進課
4		板橋セーフティー・ネットワーク	他	防災危機管理課
5		町会・自治会・板橋区町会連合会	健, 家, 他	地域振興課
6		乳幼児の発達を支援する関係機関連絡会（発達ネット）	家	健康推進課
7	○	自殺対策庁内連絡会	健, 家, 勤, 経, 学, 他	健康推進課
8		いたばし健康ネット	健, 他	健康推進課
9		関係機関等の連携体制の強化	他	健康推進課
10		区内産科医療機関および精神科医療機関との情報交換会	健, 家, 他	健康推進課
11		板橋区精神科医療機関間情報交換会	健	予防対策課
12		ひとり暮らし高齢者見守り対象者名簿事業	健, 他	おとしより保健福祉センター
13	●	ウェルネス活動推進団体支援事業	健, 他	おとしより保健福祉センター
14		地区ネットワーク会議	他	おとしより保健福祉センター
15		子どもの居場所づくり活動支援事業	学, 他	生活支援課（社協）
16		板橋区地域自立支援協議会	健, 家, 勤, 学, 他	障がい政策課
17		要保護児童対策地域協議会	家	支援課
18		板橋区コミュニティ・スクールの推進	学, 他	地域教育力推進課
19		家庭教育支援チームの拡充	学, 他	地域教育力推進課

イ 自殺対策を支える人材の育成・・・5事業

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
20	○	★出張ゲートキーパー研修	健, 家, 勤, 経, 学, 他	健康推進課

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
21	○	区民向けゲートキーパー研修	健, 家, 勤, 経, 学, 他	健康推進課
22	○	職員へのゲートキーパー研修	健, 家, 勤, 経, 学, 他	健康推進課
23		学校における働き方改革推進	勤	教育総務課
24	○	教職員へのゲートキーパー研修	学	指導室

ウ 住民への啓発と周知・・・4 事業

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
25	○	「板橋こころと生活の相談窓口」の作成・配布	健, 家, 勤, 経, 学, 他	健康推進課
26	○	ICT を活用した情報の周知	健, 家, 勤, 経, 学	健康推進課
27		自死遺族・関係者等への情報提供	他	健康推進課
28	○	★検索連動型広告の活用	健, 家, 勤, 経, 学, 他	健康推進課

エ 子ども・若者への支援・・・24 事業

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
29	○	いたばし若者サポートステーション事業	経	産業振興課
30		子ども発達支援センター	家	健康推進課
31	●	★絵本のまち板橋～板橋区版自殺対策～	家, 学, 他	健康推進課
32		子どもの学習・生活支援事業「まなぶーす」	学, 他	生活支援課
33		東京都板橋区奨学資金貸付事業	家, 経, 学	生活支援課
34		ひとり親家庭支援	経	生活支援課
35	●	子どもなんでも相談	健, 家	支援課
36	●	子ども家庭相談	健, 家	支援課
37		精神保健相談	健, 学	学務課
38	●	「SOSの出し方」に関する教育等の推進	学	指導室
39		児童・生徒のための相談窓口一覧配布	家, 学	指導室
40		不登校改善重点校事業	学, 他	指導室
41		各学校園における「学校いじめ防止基本方針」による取組（ネットリテラシー）	学, 他	指導室
42		中高生勉強会「学びiプレイス」	学, 他	生涯学習課
43	○	中高生・若者支援スペース「i-youth」	学, 他	生涯学習課
44		家庭教育支援リーフレットの周知・啓発	学, 他	地域教育力推進課
45		放課後対策事業「あいキッズ」	学, 他	地域教育力推進課

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
46		青少年健全育成事業の推進	他	地域教育力推進課
47		いじめ110番	学	教育支援センター
48		心理・言語専門相談	健, 家, 学	教育支援センター
49		いじめメール相談	学	教育支援センター
50		板橋フレンドセンターの充実	家, 学	教育支援センター
51		学校相談	学	教育支援センター
52	○	スクールソーシャルワーカーの派遣	健, 家, 経, 学	教育支援センター

オ 生きることの促進要因への支援・・・24事業

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
53	○	区民相談室	勤, 経, 他	広聴広報課
54		男女平等推進センター総合相談・DV 専門相談	健, 家, 勤, 経, 学, 他	男女社会参画課
55		いたばし good balance 会社賞事業	勤	男女社会参画課
56		性の多様性に関するセミナーの実施	健, 家, 勤, 学	男女社会参画課
57		人材確保総合支援事業	経	産業振興課
58		中小企業に対する経営や融資の相談	勤, 経	産業振興課
59		東京しごとセンター・ハローワーク池袋等の関連支援機関との共催事業	勤	産業振興課
60	○	消費者センターでの債務相談	経	くらしと観光課 (消費者センター)
61		保健師による女性の健康相談	健	健康推進課
62		婦人科医による専門相談	健, 他	健康推進課
63		こころの体温計の運用	健, 家, 勤, 学, 他	健康推進課
64	○	うつ病・躁うつ病家族教室	健, 家, 勤, 経, 他	予防対策課
65		お酒の悩み相談会	健, 家, 勤, 経, 他	予防対策課
66	○	措置入院者退院後支援事業	健, 家, 勤, 経, 学, 他	予防対策課
67	○	ひきこもり相談・ひきこもり家族教室・ひきこもり相談支援（ひきこもり相談窓口の設置）	健, 家, 勤, 経, 学, 他	予防対策課・生活支援課
68		専門医による精神保健福祉相談	健, 家, 他	健康福祉センター
69	○	精神保健に関する相談支援	健, 家, 他	健康福祉センター
70		健診等を通じた健康管理に関する支援	健, 家	健康福祉センター
71		区民健康なんでも相談	健, 家, 他	健康福祉センター
72	●	介護者こころの相談事業	健, 家, 他	おとしより保健福祉センター

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
73	●	おとしよりなんでも相談	健, 家, 他	おとしより保健福祉センター
74	●	生活困窮者自立支援事業	経	生活支援課
75		★ひきこもり居場所づくり	健, 家, 経, 他	生活支援課
76		発達障がい者支援センター	健, 家, 経, 他	生活支援課

② 重点施策

ア 児童・生徒のこころの教育に関する教育・・・21 事業

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
77		子ども発達支援センター(再掲)	家	健康推進課
78	●	★絵本のまち板橋～板橋区版自殺対策～(再掲)	家, 学, 他	健康推進課
79		子どもの学習・生活支援事業「まなぶーす」(再掲)	学, 他	生活支援課
80		子どもの居場所づくり活動支援事業(再掲)	学, 他	生活支援課 (社協)
81		要保護児童対策地域協議会(再掲)	家	支援課
82	●	子どもなんでも相談(再掲)	健, 家	支援課
83	●	子ども家庭相談(再掲)	健, 家	支援課
84	●	ショートステイ事業	健, 家	支援課
85	●	「SOSの出し方」に関する教育等の推進(再掲)	学	指導室
86		児童・生徒のための相談窓口一覧配布(再掲)	家, 学	指導室
87		不登校改善重点校事業(再掲)	学, 他	指導室
88		各学校園における「学校いじめ防止基本方針」による取組(ネットリテラシー)(再掲)	学, 他	指導室
89		中高生勉強会「学びiプレイス」(再掲)	学, 他	生涯学習課
90		板橋区コミュニティ・スクールの推進(再掲)	学, 他	地域教育力推進課
91		★家庭教育支援チームの拡充(再掲)	学, 他	地域教育力推進課
92		家庭教育支援リーフレットの周知・啓発(再掲)	学, 他	地域教育力推進課
93		放課後対策事業「あいキッズ」(再掲)	学, 他	地域教育力推進課
94		いじめ110番(再掲)	学	教育支援センター
95		心理・言語専門相談(再掲)	健, 家, 学	教育支援センター
96		いじめメール相談(再掲)	学	教育支援センター
97		板橋フレンドセンターの充実(再掲)	家, 学	教育支援センター

イ 妊産婦への支援・・・19 事業

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
98		男女平等推進センター総合相談・DV 専門相談(再掲)	健, 家, 勤, 経, 学, 他	男女社会参画課
99		子育てママの未来計画	家, 経, 他	男女社会参画課
100		子育てママのための個別カウンセリング	家, 勤, 経, 他	男女社会参画課
101	●	妊婦・出産ナビゲーション事業	健, 家, 経	健康推進課
102		保健師による女性の健康相談(再掲)	健	健康推進課
103		婦人科医による専門相談(再掲)	健, 他	健康推進課
104		産後ケア事業	健, 他	健康推進課
105		区内産科医療機関および精神科医療機関との情報交換会 (再掲)	健, 家, 他	健康推進課
106		母親学級、両親学級	健, 家, 経	健康福祉センター
107		産後サポート事業	健, 家, 他	健康福祉センター
108		育児相談	健, 家, 他	健康福祉センター
109	●	育児不安を抱える母親のためのこころの相談室	健, 家, 経, 他	健康福祉センター
110		育児不安を抱える母親のためのグループ支援	健, 家, 経, 他	健康福祉センター
111	●	母子保健に関する相談支援	健, 家, 経, 他	健康福祉センター
112		区立保育園における「育児相談」事業	家	保育運営課
113		児童館における子育て相談事業	家	子育て支援課
114		いたばし子育て応援アプリを通じた包括的サポート	家	子育て支援課
115		ファミリーサポート事業	健, 家	支援課
116		育児支援ヘルパー派遣	健, 家	支援課

ウ 働く世代への支援・・・8 事業

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
117		超過勤務抑制への取組	健, 家, 勤	人事課
118		いたばし good balance 会社賞事業(再掲)	勤	男女社会参画課
119		人材確保総合支援事業(再掲)	経	産業振興課
120	●	就労相談 (キャリア・カウンセリング)	経	産業振興課
121		こころの体温計の運用(再掲)	健, 家, 勤, 学, 他	健康推進課
122	●	介護者こころの相談事業(再掲)	健, 家, 他	おとしより保健福祉センター
123	●	生活困窮者自立支援事業(再掲)	経	生活支援課

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
124		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	家, 勤, 経	障がい政策課

エ 高齢者への支援・・・12 事業

No	推進事業	事業名	軽減できる危険因子	担当課
125		アクティブシニア就業支援センターでの相談支援事業	家, 経	長寿社会推進課
126		シニア世代活動支援プロジェクト	健	長寿社会推進課
127		後期高齢者医療健康診査	健	後期高齢医療制度課
128		ひとり暮らし高齢者見守り対象者名簿事業(再掲)	健, 他	おとしより保健福祉センター
129	●	ウェルネス活動推進団体支援事業(再掲)	健, 他	おとしより保健福祉センター
130	●	おとしよりなんでも相談(再掲)	健, 家, 他	おとしより保健福祉センター
131		生活支援体制整備事業	他	おとしより保健福祉センター
132		住民主体型介護予防事業	健, 他	おとしより保健福祉センター
133	●	高齢者見守り調査事業	健, 他	おとしより保健福祉センター
134		地域見守り活動支援研修事業	健, 他	おとしより保健福祉センター
135		おとしより相談センターでの相談支援	健, 家, 他	おとしより保健福祉センター
136		認知症の方を介護する家族のための交流会	健, 家	おとしより保健福祉センター



いのち支える

コラム⑦ いろいろな活動の紹介

自殺対策のキーワードの1つとして「居場所」が挙げられますが、「居場所」を作る方法の1つとして、「趣味を持つこと」があります。

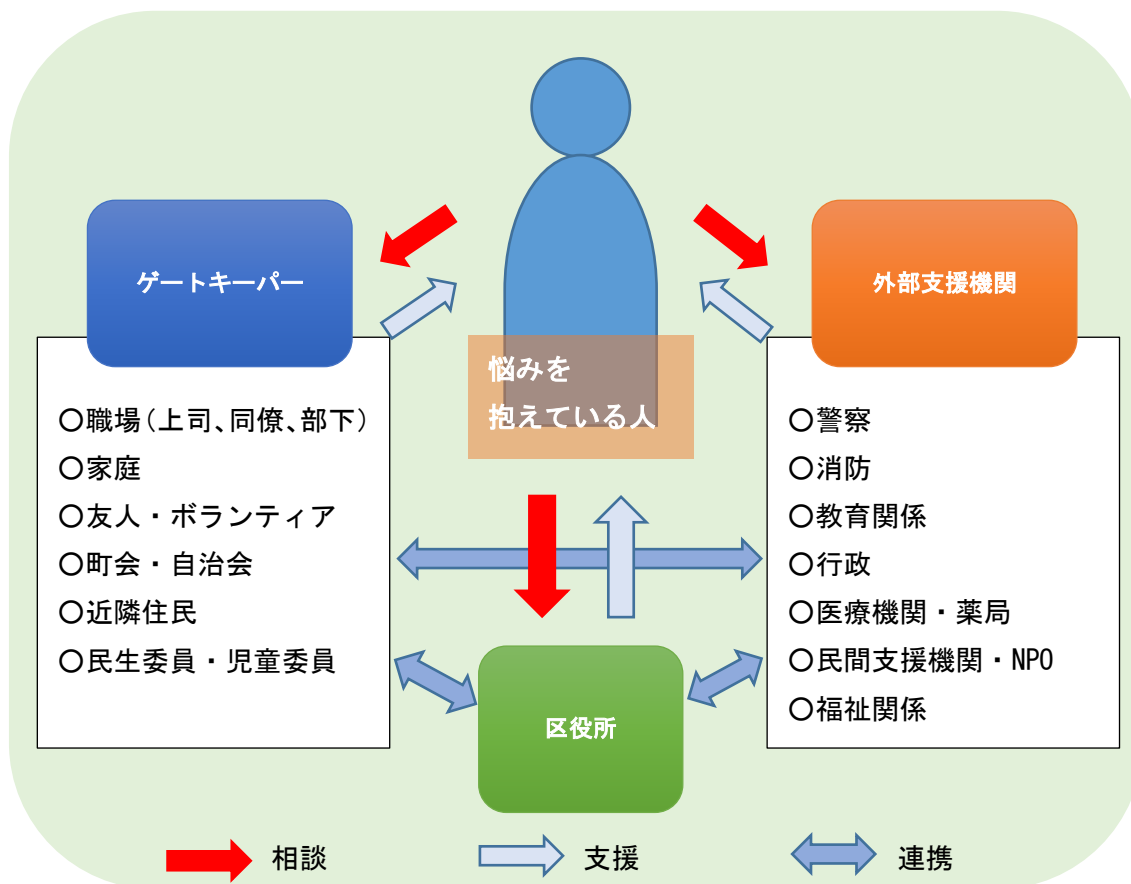
板橋区では、「いたばし学習・スポーツガイド」（年2回発行）で講座やイベントを紹介したり、家族・仲間・地域と一緒に健康づくりを推進していくためのネットワークである「いたばし健康ネット」を展開していますので、「趣味や仲間を見つけたい」という方がいらっしゃいましたら是非ご覧ください。



いたばし健康ネットに関する情報はコチラから！

6 つながるネットワークのイメージ

聴く姿勢と寄り添う心を持ったゲートキーパーや外部支援団体が悩みを抱えている人の周囲を囲むことで、「身近に支えてくれる人がいる」と感じられるようなネットワーク形成をめざします。



相談先例

対面で相談したい・・・例：健康福祉センター、都立精神保健福祉センター

いたばし生活仕事サポートセンター など

電話で相談したい・・・例：こころといのちのほっとライン、よりそいホットラインなど

SNSで相談したい・・・例：相談はっと LINE@東京、生きづらびっと など

資料編



- 1 自殺対策の推進体制
- 2 要綱
- 3 名簿
- 4 計画の策定経過
- 5 パブリックコメントの実施結果
- 6 国大綱の概要（抜粋）

1 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）

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ほか（NPO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：代表・常勤監査委員、各部長、法務専門監、保健所長、子ども家庭総合支援センター所長、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、区議会事務局長

2 要綱

(1) 板橋区自殺対策地域協議会設置要綱（一部省略）

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 21 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、健康生きがい部健康推進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。

(2) 板橋区自殺対策計画推進本部設置要綱（一部省略）

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、法務専門監、保健所長、子ども家庭総合支援センター所長、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、幹事長、副幹事長及び幹事で構成する。
- 3 幹事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 副幹事長は、健康生きがい部長の職にある者をもって充て、幹事長を補佐し、幹事長に事故があるときは、その職務を代理する。
- 5 幹事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、幹事長が招集する。

(事務局)

第 6 条 推進本部及び幹事会の事務局は、健康生きがい部健康推進課に置く。

(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。

3 名簿

(1) 板橋区自殺対策地域協議会

役職	職名	氏名
会長	特定非営利活動法人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
委員	地方独立行政法人東京都立病院機構 東京都立豊島病院精神科部長	尾崎 茂
	公益社団法人板橋区医師会理事	税所 純敬
	東京薬科大学客員教授	齋藤 百枝美
	東京司法書士会企画部理事	中居 優
	社会福祉法人板橋区社会福祉協議会事務局長	七島 晴仁
	板橋区常盤台地区民生・児童委員協議会会長	時任 則子
	板橋区介護サービス全事業所連絡会代表	宮田 賀代子
	桜川おとしより相談センター センター長	赤迫 秀明
	東京都立精神保健福祉センター所長	平賀 正司
	NPO 法人いたばし就労継続支援 B 型 ひあしんす城北施設長	臼井 良夫
	成増厚生病院・東京アルコール医療総合センター 一副センター長・看護師長	菰澤 博一
	こころのフラット代表	桜井 敏夫
	東武鉄道株式会社大山駅駅長	原田 順一(～R4. 7. 7)
		佐藤 将泰(R4. 7. 8～)
	池袋労働基準監督署 安全衛生課長	松本 薫(～R4. 7. 7)
		小関 徹(R4. 7. 8～)
	池袋公共職業安定所 専門援助第二部門 統括職業指導官	笹 直美
	警視庁板橋警察署生活安全課防犯係統括係長	高田 勝彦(～R4. 11. 10)
		赤間 央幸(R4. 11. 11～)
	板橋消防署地域防災担当課長	近藤 聡(～R4. 7. 7)
	板橋消防署災害対策調整担当課長	小林 真裕(R4. 7. 8～)
	板橋区立中学校長会健全育成部長	井上 敬夫
	板橋区健康生きがい部長	篠田 聡(R4. 7. 8～)

(2) 板橋区自殺対策計画推進本部

役職	職名	氏名
本部長	区長	坂本 健
副本部長	副区長	橋本 正彦
	教育長	中川 修一
本部員	政策経営部長	有馬 潤
	総務部長	尾科 善彦
	法務専門監	辻 崇成
	危機管理部長	三浦 康之
	区民文化部長	林 栄喜
	産業経済部長	平岩 俊二
	健康生きがい部長	篠田 聡
	保健所長	鈴木 眞美
	福祉部長	久保田 義幸
	子ども家庭部長	田中 光輝
	子ども家庭総合支援センター所長	佐々木 三良
	資源環境部長	岩田 雅彦
	都市整備部長	内池 政人
	まちづくり推進室長	田島 健
	土木部長	糸久 英則
	会計管理者	榎木 恭子
	教育委員会事務局次長	水野 博史
	地域教育力担当部長	湯本 隆
	選挙管理委員会事務局長	堺 由隆
	監査委員事務局長	森 弘
	区議会事務局長	五十嵐 登

(3) 板橋区自殺対策計画推進本部幹事会

役職	職名	氏名
幹事	政策企画課長	吉田 有
	広聴広報課長	小島 健太郎
	人事課長	関 俊介
	納税課長	長谷川 吉信
	男女社会参画課長	舟山 百合子
	防災危機管理課長	関根 昭広
	地域振興課長	町田 江津子
	戸籍住民課長	北村 知子
	産業振興課長	小林 惣
	くらしと観光課長	池田 雄史
	長寿社会推進課長	織原 真理子
	介護保険課長	澤邊 涼
	国保年金課長	浅賀 俊之
	後期高齢医療制度課長	石橋 千広
	健康推進課長	折原 孝
	生活衛生課長	佐藤 芳幸
	予防対策課長	國枝 豊
	板橋健康福祉センター所長	太野垣 孝範
	おとしより保健福祉センター所長	星野 邦彦
	生活支援課長	代田 治
	障がい政策課長	長谷川 聖司
	板橋福祉事務所長	木内 俊直
	保育運営課長	保泉 正憲
	子育て支援課長	村山 隆志
	支援課長	丸山 博史
	都市計画課長	千葉 亨二
	住宅政策課長	宮村 宏哉
	学務課長	大橋 薫
	指導室長	氣田 眞由美
	生涯学習課長	太田 弘晃
	地域教育力推進課長	河野 雅彦
	教育支援センター所長	阿部 雄司

4 計画の策定経過

(1) 板橋区自殺対策地域協議会

回数	開催	審議事項
第1回	令和4年7月8日	いのち支える地域づくり計画 2025 策定方針について
第2回	令和4年11月11日	いのち支える地域づくり計画 2025 素案について
第3回	令和5年1月13日	いのち支える地域づくり計画 2025 原案について

(2) 板橋区自殺対策計画推進本部

回数	開催	審議事項
第1回	令和4年5月11日	いのち支える地域づくり計画 2025 策定方針について
第2回	令和4年8月30日	いのち支える地域づくり計画 2025 骨子案について
第3回	令和4年10月31日	いのち支える地域づくり計画 2025 素案について

(3) 板橋区自殺対策計画推進本部幹事会

回数	開催	審議事項
第1回	令和4年3月18日 ～3月29日	いのち支える地域づくり計画 2025 策定方針について
第2回	令和4年8月3日 ～8月10日	いのち支える地域づくり計画 2025 骨子案について
第3回	令和4年10月7日 ～10月14日	いのち支える地域づくり計画 2025 素案について
第4回	令和4年12月6日 ～12月23日	いのち支える地域づくり計画 2025 原案について

5 パブリックコメントの実施結果

■募集期間

令和4年12月6日から令和4年12月23日【18日間】

■周知方法

広報いたばし、区ホームページ、健康推進課、区政資料室、各区立図書館、各地域センター

■意見提出者数

3名

■意見総数

9件

6 国大綱の概要（抜粋）

「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8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

「自殺総合対策大綱」のポイント

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

○ 自殺対策基本法が成立した平成18年と、コロナ禍以前の令和元年の自殺者数を比較すると男性は38%減、女性は35%減となっており、これまでの取組みに一定の効果があったと考えられる。（平成18年：32,155人→令和元年：20,169人）

○ 自殺者数は依然として毎年2万人を超える水準で推移しており、男性が大きな割合を占める状況は続いているが、更にコロナ禍の影響で自殺の要因となる様々な問題が悪化したことなどにより、女性は2年連続の増加、小中高生は過去最多の水準となっていることから、今後5年間で取り組むべき施策を新たに位置づける。

1 子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化

- ▶ 自殺等の事案について詳細な調査や分析をすすめ、自殺を防止する方策を検討。
- ▶ 子どもの自殺危機に対応していくチームとして学校、地域の支援者等が連携し自殺対策にあたることができる仕組み等の構築。
- ▶ 命の大切さ・尊さ、SOSの出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応等を含めた教育の推進。
- ▶ 学校の長期休業時の自殺予防強化、タブレット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。
- ▶ 令和5年4月に設立が予定されている「こども家庭庁」と連携し、子ども・若者の自殺対策を推進する体制を整備。

2 女性に対する支援の強化

- ▶ 妊産婦への支援、コロナ禍で顕在化した課題を踏まえた女性の自殺対策を「当面の重点施策」に新たに位置づけて取組を強化。

3 地域自殺対策の取組強化

- ▶ 地域の関係者のネットワーク構築や支援に必要な情報共有のためのプラットフォームづくりの支援。
- ▶ 地域自殺対策推進センターの機能強化。

4 総合的な自殺対策の更なる推進・強化

- ▶ 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。
- ▶ 国、地方公共団体、医療機関、民間団体等が一丸となって取り組んできた総合的な施策の更なる推進・強化。

■ 孤独・孤立対策等との連携 ■ 自殺者や親族等の名誉等 ■ ゲートキーパー普及※ ■ SNS相談体制充実 ■ 精神科医療との連携
■ 自殺未遂者支援 ■ 勤務問題 ■ 遺族支援 ■ 性的マイノリティ支援 ■ 誹謗中傷対策 ■ 自殺報道対策 ■ 調査研究 ■ 国際的情報発信など

※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。

いのちを支える地域づくり計画 2025

～板橋区自殺予防対策～

編集 板橋区健康生きがい部(保健所)健康推進課

〒173-8501 板橋区板橋二丁目 66 番 1 号

TEL 03-3579-2311 FAX 03-3962-7834

ki-inochi@city.itabashi.tokyo.jp

令和 5 年〇月発行

刊行物番号 R4-〇〇