

第6章



いのちを支える地域づくり計画2030

- 1 計画策定の趣旨
- 2 自殺の現状と課題
- 3 いのちを支える地域づくり計画 2030
- 4 前計画の取組と評価
- 5 参考データ

6 いのちを支える地域づくり計画 2030

「いのちを支える地域づくり計画 2030」は、自殺対策基本法（平成 18 年法律第 85 号）第 13 条第 2 項に基づく「市町村自殺対策計画」として策定するものであり、板橋区における自殺対策について、国の自殺総合対策大綱、都道府県自殺対策計画及び区内の実情を勘案して策定する計画です。

本章では、「いのちを支える地域づくり計画 2030」の計画策定の趣旨、位置づけ、計画期間等の基本的な考え方を示します。

計画の趣旨

平成 10(1998)年以降、国内の年間自殺者数が 3 万人を超える状態が続いた中、平成 18(2006)年に自殺対策基本法が施行され、自殺対策は「社会的な取組として実施されなければならない」とされました。また、平成 28(2016)年の法改正では、都道府県及び市町村に対して、自殺対策計画の策定が義務付けられました。

区では、令和 2(2020)年度に「いのちを支える地域づくり計画 2022」、令和 5(2023)年度に「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、自殺対策に取り組んできました。

国内の年間自殺者数が減少傾向にある一方で、小中高生の自殺者数は増加傾向にあります。こうした新たな課題に対応するため「いのちを支える地域づくり計画 2030」を策定します。

計画の位置づけ

いのちを支える地域づくり計画 2030 は、自殺対策基本法（平成 18 年法律第 85 号）第 13 条第 2 項に基づく「市町村自殺対策計画」として策定するものです。「板橋区基本構想」及び「板橋区基本計画 2035」の基本理念等を念頭に、区民、地域、行政が一体となっていく自殺対策の目標や方向性を示すとともに、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取組を推進していきます。

計画期間

本計画の期間は、令和 8（2026）年度から令和 12（2030）年度までの 5 年間とします。

1 計画策定の趣旨

(1) 計画の目的・背景

- ◆ 平成 10(1998)年以降、経済・生活問題、社会的孤立等の影響から、国内年間自殺者数が3万人を超える状態が続いていた中、平成 18(2006)年に自殺対策基本法が施行され、自殺対策は「社会的な取組として実施されなければならない」とされました。
- ◆ 平成 28(2016)年に自殺対策基本法が改正され、都道府県及び市町村に対して、地域の実情を勘案した自殺対策計画の策定が義務付けられました。区では、令和 2(2020)年度に「いのちを支える地域づくり計画 2022」、そして令和 5(2023)年度に「いのちを支える地域づくり計画 2025 板橋区自殺予防対策」(以下「前計画」といいます)を策定し、自殺対策に取り組んできました。
- ◆ 昨今の自殺に関する状況について、国内の自殺者数は、令和 6(2024)年が 20,320 人となり、長い期間で見ると減少傾向にありますが、小中高生の自殺者数は、令和 6(2024)年が 529 人で過去最多となる等、新たな課題も生じています。
- ◆ こうした中、令和 7(2025)年 6 月に自殺対策基本法の一部を改正する法律(令和 7 年法律第 64 号)が公布され、子どもに係る自殺対策を社会全体で取り組むことが基本理念に明記されたほか、国の責務に係る規定等が改正されたことを踏まえ、板橋区としては新たな課題に対応するため計画策定します。

(2) 計画の位置づけ

- ◆ 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」として策定します。
- ◆ 計画の推進にあたっては、国の「自殺総合対策大綱」及び東京都の「東京都自殺総合対策計画」を勘案するほか、近年増加傾向にある子どもの自殺対策について、国の「こどもの自殺対策推進パッケージ」等との整合性を図ります。また、区内はもとより、関係機関と連携することで、区として独自性のある取組にも挑戦します。

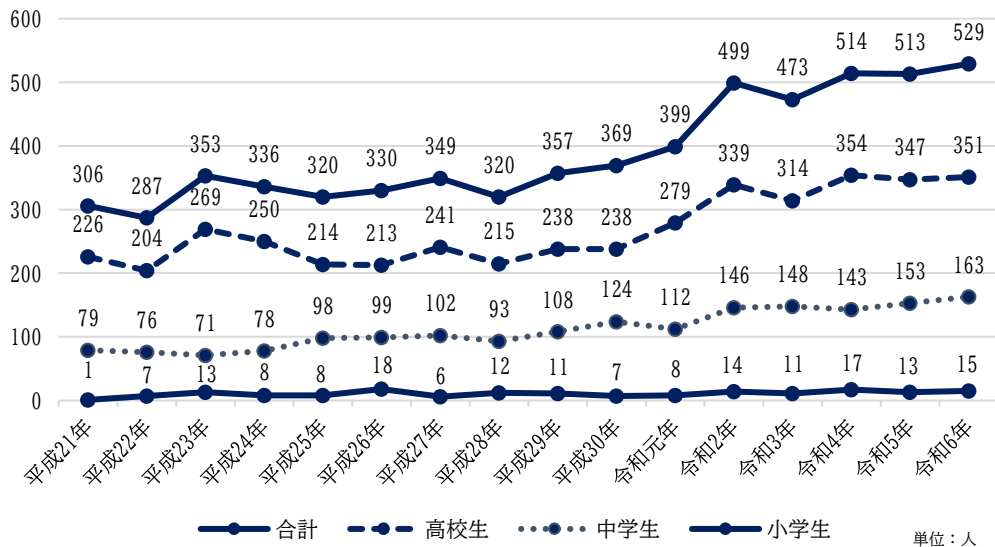
(3) 計画期間

- ◆ 令和 8(2026)年度から令和 12(2030)年度までの 5 年間とします。
- ◆ 計画期間内においても、社会状況の変化等を勘案して、適宜、見直しを行います。

(2) 子どもの自殺者数

① 全国における小中高生の自殺者数の年次推移

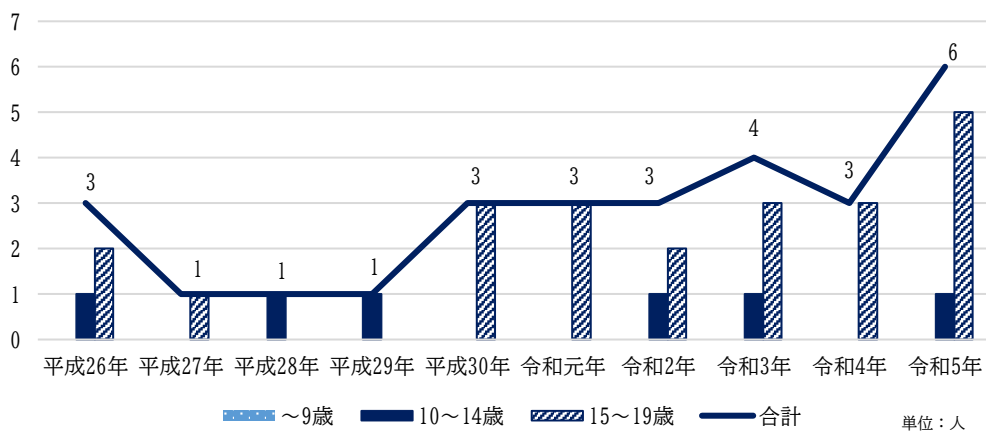
- ◆ 全国における令和6(2024)年の小中高生の自殺者数は529人で、前年より16人の増でした。高校生及び中学生は、いずれも増加傾向にあります。小学生は5年連続で自殺者が10人を超えています。
- ◆ 令和元(2019)年に始まった新型コロナウイルス感染症の流行と時期が重なるように、令和2(2020)年の自殺者数は、前年に比べて100人増加しています。



出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

② 板橋区における0～19歳の自殺者数の年次推移（外国人を除く区民）

- ◆ 板橋区における令和5(2023)年の0～19歳の自殺者数は6人(9歳以下0人)でした。平成30(2018)年以降、0～19歳の自殺者数に占める15～19歳の割合が大きくなっています。



出典：「板橋区の保健衛生」

(3) 原因・動機別の自殺者数

① 全国における原因・動機別の自殺者数

- ◆ 令和6(2024)年の原因・動機別自殺者数は「健康問題」（うつ病などの精神疾患を含む）による自殺が12,029人と最も多く、前年についても同様です。

<全国における原因・動機別自殺者数（大分類）>

		令和6年			令和5年		
		総数	男	女	総数	男	女
原因動機不特定者数（不詳）		1,985	1,479	506	2,388	1,793	595
原因・動機特定者数		18,335	12,322	6,013	19,449	13,069	6,380
原因・動機特定者の原因・動機（大分類） （複数計上可）	家庭問題	4,297	2,643	1,654	4,708	2,877	1,831
	健康問題	12,029	7,063	4,966	12,403	7,224	5,179
	経済・生活問題	5,092	4,459	633	5,181	4,508	673
	勤務問題	2,564	2,146	418	2,875	2,451	424
	交際問題	868	526	342	877	536	341
	学校問題	572	350	222	524	340	184
	その他	1,704	1,198	506	1,776	1,244	532

出典：厚生労働省・警察庁「令和6年における自殺の状況」に基づき板橋区作成

※ 自殺の原因・動機は、遺書等の生前の言動を裏付ける資料がある場合に加え、家族等の証言から考え得る場合も含め、自殺者1人につき4つまで計上可能である。このため、原因・動機特定者数と原因・動機の件数の和は一致するとは限らない。

Column

<重層的支援体制整備事業と自殺対策>

重層的支援体制整備事業は、地域住民等及び支援関係者間により、地域福祉を推進するための相互協力が円滑に行われ、地域生活課題の解決に資する支援が包括的に提供される体制（＝包括的支援体制）を具体化し、重層的なセーフティネットを構築するために、「相談支援」「参加支援（社会とのつながりづくりの支援）」「地域づくりに向けた支援」の3つを一体的に実施することとされています。

自殺対策についても、自殺の背景に過労や生活困窮など様々な要因があることから、社会全体の自殺リスクを低下させるには、対人支援・地域連携・社会制度について、一体的に自殺対策を推進することが重要であると言われています。重層的支援体制整備事業と自殺対策は、どちらも複数の側面から支援することが重要である点で、支援の方向性を同じくすると言えます。

- ◆ 「健康問題」のうち最も多い理由は「病気の悩み・影響（うつ病）」で、令和6（2024）年
が4,245人と最も多く、前年についても同様です。

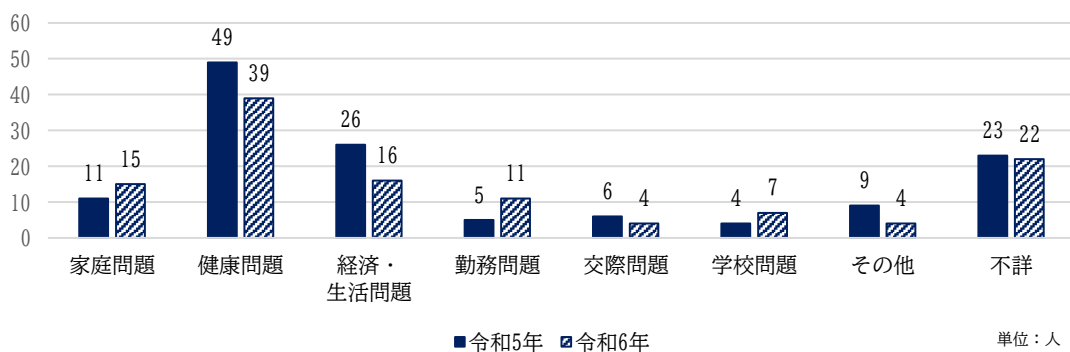
<全国における原因・動機別自殺者数（大分類のうち「健康問題」）>

健康問題	令和6年			令和5年		
	総数	男	女	総数	男	女
計	12,029	7,063	4,966	12,403	7,224	5,179
病気の悩み(悪性新生物)	588	436	152	597	407	190
病気の悩み(てんかん)	57	37	20	59	41	18
病気の悩み(その他の身体疾患)	2,796	1,955	841	2,821	1,957	864
病気の悩み・影響(うつ病)	4,245	2,172	2,073	4,377	2,233	2,144
病気の悩み・影響(統合失調症)	924	471	453	1,042	536	506
病気の悩み・影響(アルコール依存症)	188	143	45	204	153	51
病気の悩み・影響(薬物乱用)	44	23	21	45	24	21
病気の悩み・影響(摂食障害)	57	21	36	50	13	37
病気の悩み・影響(その他の精神疾患)	1,816	946	870	1,816	946	870
身体障害の悩み	618	423	195	596	405	191
認知機能低下の悩み	265	163	102	267	161	106
その他	431	273	158	529	348	181

出典：厚生労働省・警察庁「令和6年における自殺の状況」に基づき板橋区作成

② 板橋区における原因・動機別の自殺者数(複数回答可)

- ◆ 令和6（2024）年の原因・動機別自殺者数は「健康問題」（うつ病などの精神疾患を含む）
による自殺が39人と最も多く、前年についても同様です。



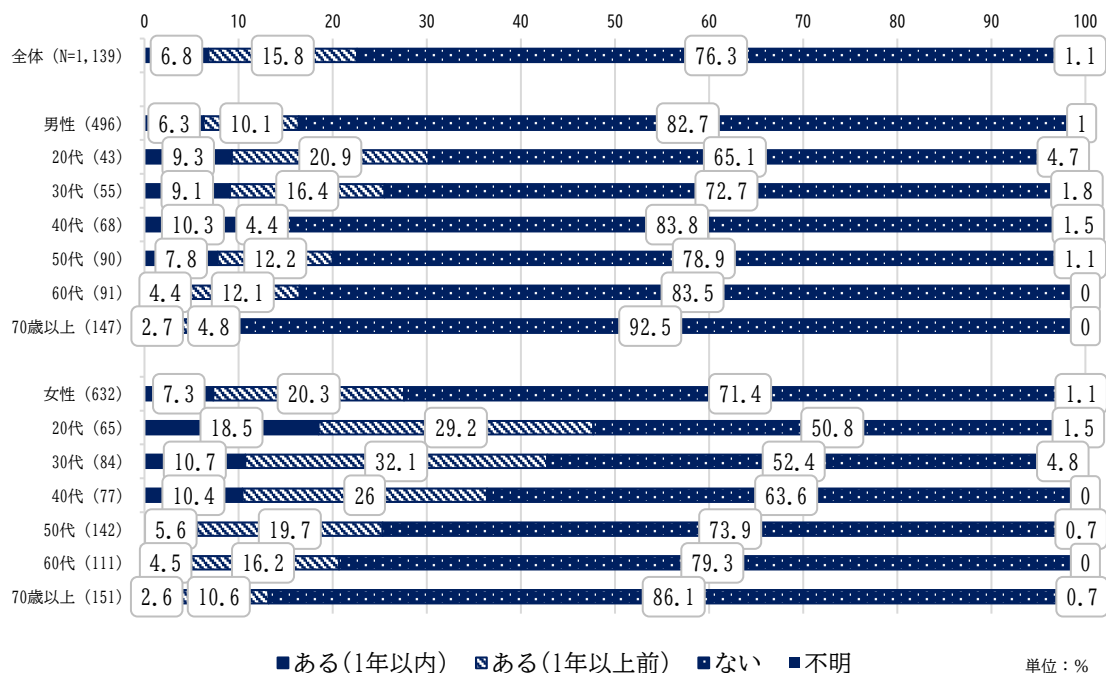
出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

(4) 板橋区区民健康意識調査結果（抜粋）

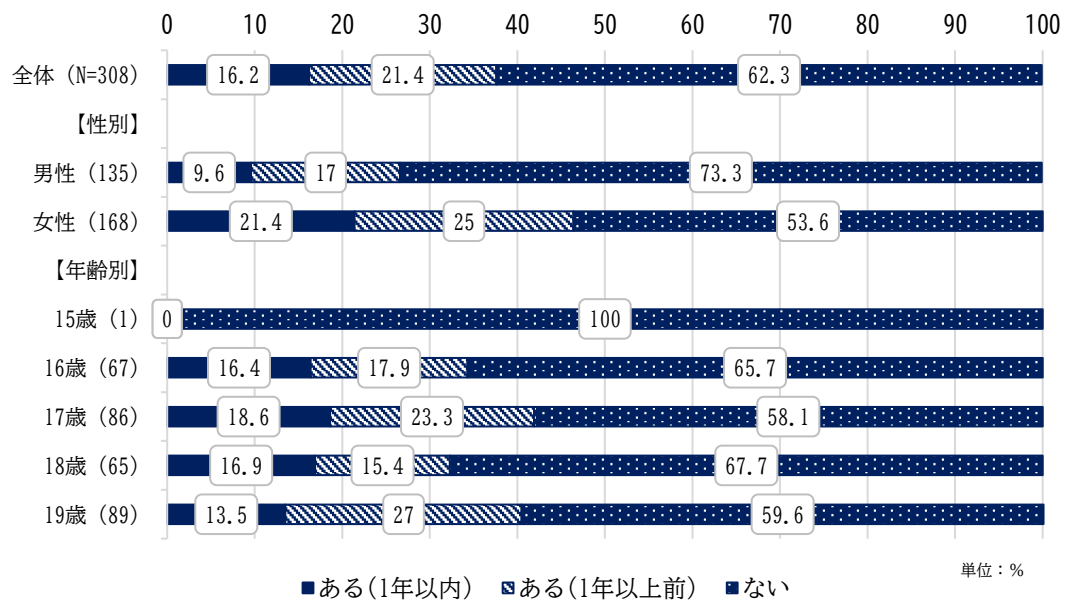
- ◆ 令和6年度板橋区区民健康意識調査で「あなたは、今までに本気で死にたい・消えたい、またはそれに近いことを考えたことがありますか。」の質問に対して、「ある（1年以内、1年以上前）」と回答した人の年代別割合は、「成人期・シニア期（20～85歳）」では男女とも20代が他年代より大きく、男性が30.2%、女性が47.7%でした。青年期（15～19歳）と学齢期（中学2年生、小学5年生）との比較では、青年期の「ある」と回答した人の割合は37.6%で、学齢期（中学2年生：19.2%、小学5年生：19.5%）より大きくなっています。
- ◆ 前述の質問で「ある」と回答した人への「あなたは自殺、またはそれに近いことを考えたとき誰に相談しましたか」の質問に対して、「相談したことはない」と回答した人の割合は、成人期・シニア期、青年期、学齢期のいずれも50%超でした。
- ◆ 成人期・シニア期、青年期、学齢期のいずれも、本気で死にたい等を考えた経験がある人の半数以上が「相談したことはない」と回答していることから、孤独・孤立の視点を含む対策が重要であることがうかがえます。

設問①：あなたは、今までに本気で死にたい・消えたい、またはそれに近いことを考えたことがありますか。

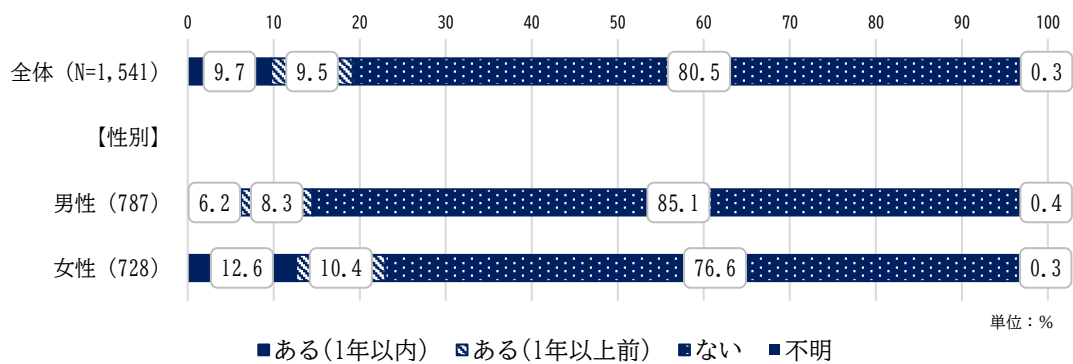
<成人期・シニア期（20～85歳）>



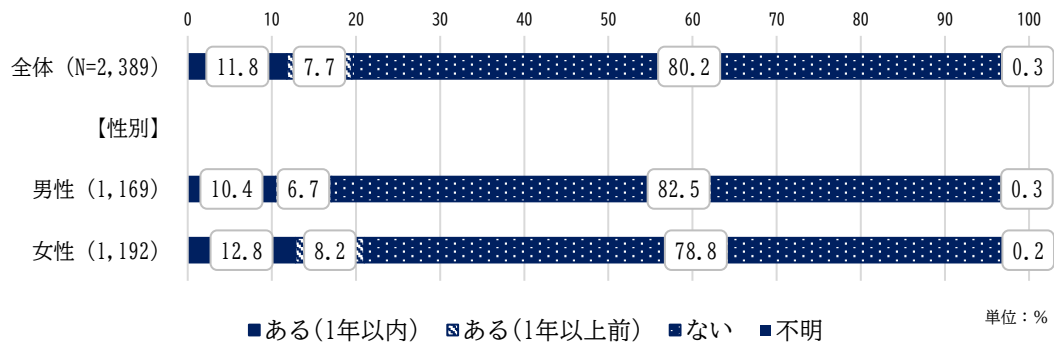
<青年期（15～19 歳）>



<学齢期（中学2年生）>

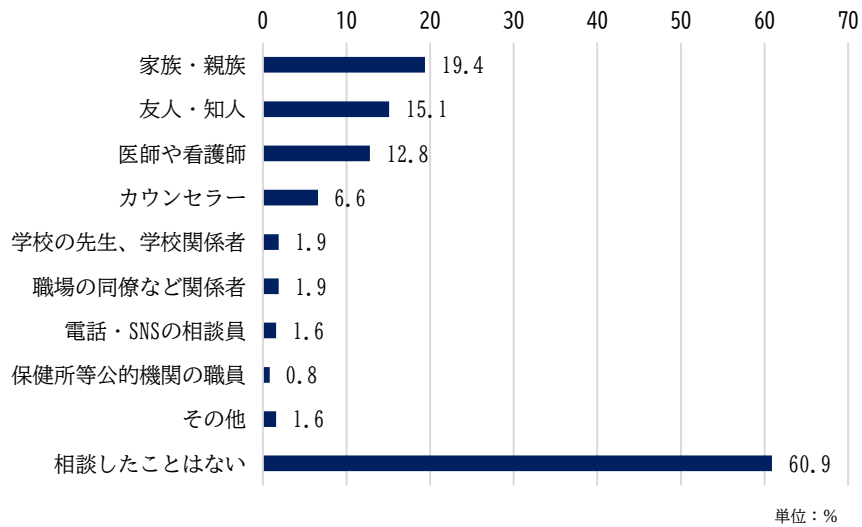


<学齢期（小学5年生）>

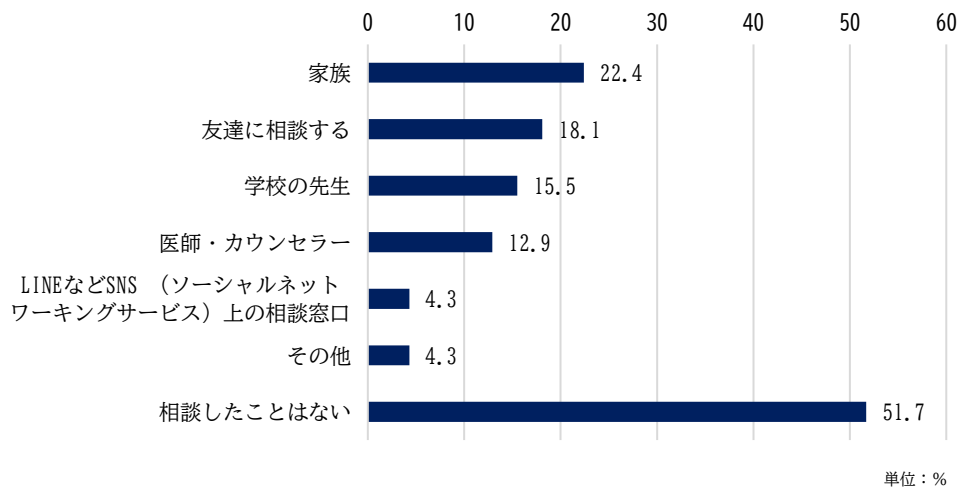


設問②：あなたは自殺、またはそれに近いことを考えたとき誰に相談しましたか

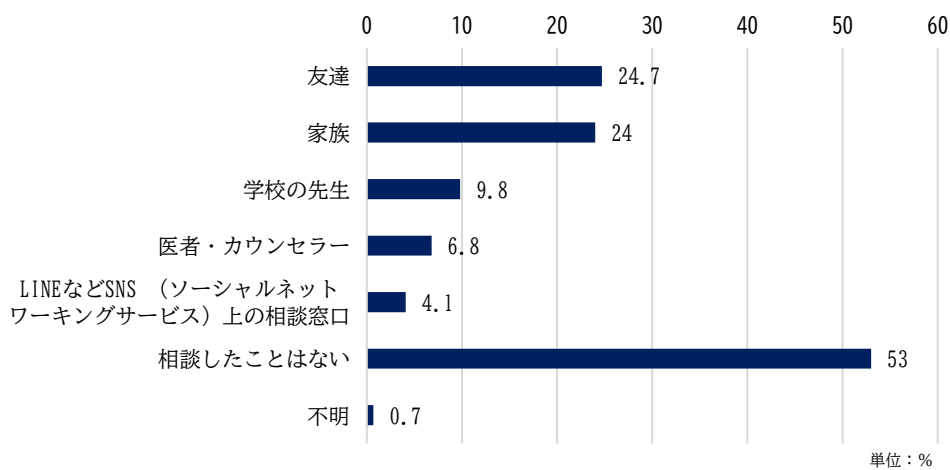
<成人期・シニア期（20～85 歳） N=258>



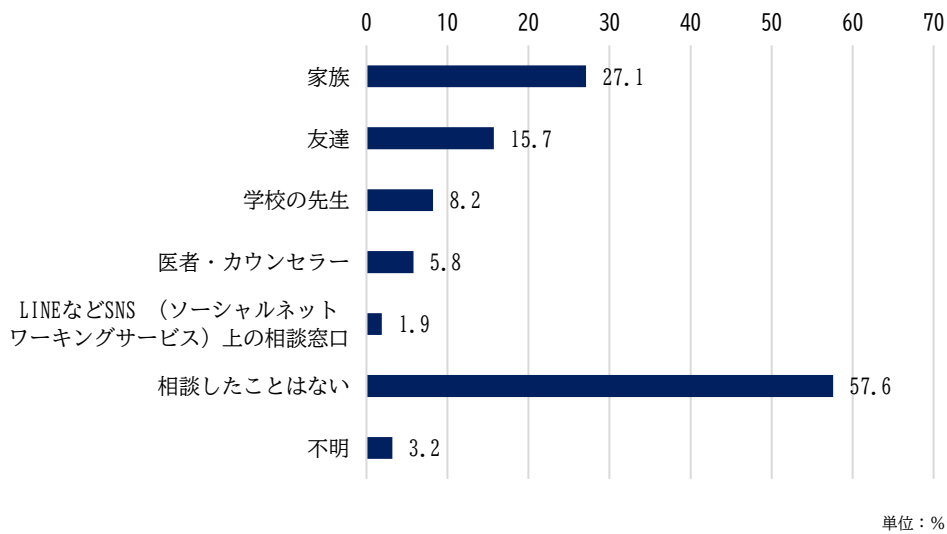
<青年期（15～19 歳） N=116>



<学齢期（中学2年生） N=296>



<学齢期（小学5年生） N=465>



人口動態統計（厚生労働省）と自殺統計（警察庁）

◆ 人口動態統計

調査対象・・・日本における日本人

調査時点・・・死亡時（不明のときは原因不明の死亡等で処理し、後日原因が判明し、死亡診断書等の作成者から自殺の旨訂正報告があった場合には、遡って自殺に計上します。）

計上地点・・・住所地

※本計画における板橋区の数値は「板橋区の保健衛生」を用いています。

◆ 自殺統計

調査対象・・・日本における日本人及び日本における外国人

調査時点・・・発見時（自殺であると判明した時点で計上します。）

計上地点・・・発見地

※厚生労働省では、警察庁が取りまとめたデータの提供を受けて資料を作成し、「地域における自殺の基礎資料」として掲載しています。

※本計画では「地域における自殺の基礎資料」を用いて統計を作成しています。

地域における自殺の基礎資料

厚生労働省において、自殺の実態把握として地方公共団体職員等が利用することを目的に、警察庁から提供された自殺統計原票に基づくデータの加工統計です。

（５）板橋区の自殺の特徴（板橋区地域自殺実態プロファイル）

- ◆ 一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター(JSCP)の分析による、板橋区で自殺に至った人の経緯（地域自殺実態プロファイル）によれば、令和元(2019)年から令和5(2023)年までの特徴として、成人男性が配置転換や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。

＜板橋区の自殺の特徴＞

東京都板橋区（住居地）の2019～2023年の自殺者数は合計520人（男性323人、女性197人）であった。（厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」（自殺日・住居地）より集計）

表 地域の主な自殺者の特徴（2019～2023年合計）〔公表可能〕 〈個別集計（自殺日・住居地）〉

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 (人口10万対)	背景にある主な自殺の危機経路
1位：男性20～39歳 有職独居	37	7.1%	26.9	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】（非虐待・高校中退）非正規雇用→生活苦→借金→うつ状態→自殺
2位：男性60歳以上 無職独居	36	6.9%	69.0	失業（退職）+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
3位：男性：40～59歳 有職同居	33	6.3%	12.2	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
4位：女性60歳以上 無職同居	32	6.2%	13.8	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
5位：男性40～59歳 無職独居	31	6.0%	187.7	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺

出典：地域自殺実態プロファイル2024【東京都板橋区】

資料：警察庁自殺統計原票データをいのち支える自殺対策推進センター(JSCP)にて個別集計

- ・ 区分の順位は自殺者数の多い順で、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。
- ・ 自殺死亡率の算出に用いた人口は、総務省「令和2年国勢調査」就業状態等基本集計を基にJSCPにて推計したもの。
- ・ 「背景にある主な自殺の危機経路」は、ライフリンク「自殺実態白書2013」を参考に推定したもの。自殺者の特性別に見て代表的と考えられる経路の一例を示しており、記載の経路が唯一のものではない。

3 いのちを支える地域づくり計画 2030

(1) 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めざす

国の「自殺総合対策大綱」では、自殺は、その多くが追い込まれた末の死であることや、自殺対策の本質が「生きることの支援」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」をめざすとしています。

これは、「板橋区基本構想」で定める将来像「未来をひらく 緑と文化のかがやくまち“板橋”」を下支えするものであり、区においても、国と同様に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ます。

(2) 計画の目標（数値目標、成果指標）

① 数値目標

本計画の基本理念を「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」とすることで、区が取り組む自殺対策のめざす姿を明示しました。本来であれば、数値目標もゼロにすべきですが、基本理念とは別に、本計画としての5年後の数値目標を定めます。

前計画では、国の「自殺総合対策大綱」と歩調を合わせ、人口10万人当たりの自殺者数を表す自殺死亡率について、令和8(2026)年までに13.0以下（自殺者数70人以下）とすることを目標としてきました。

人口動態統計に基づく令和6(2024)年の自殺死亡率は14.8であり、目標達成には道半ばと言えます。区がめざす姿は「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」であること、また、他自治体の状況を考慮し、本計画では、令和12(2030)年までに自殺死亡率※を12.0（自殺者数65人）以下としますが、最終的には自殺者数ゼロをめざします。

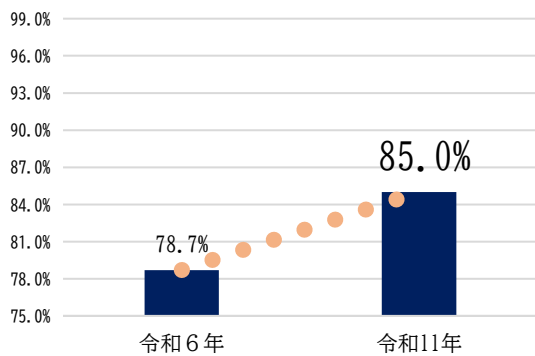
※〈自殺者数（65人）÷令和6年人口動態実数（542,063人）〉×100,000≒12.0

② 成果指標

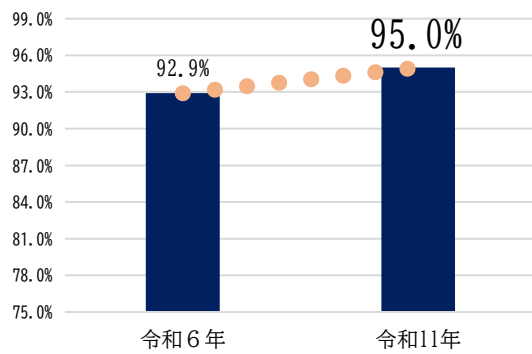
本計画より、数値目標を達成するための補助指標として、区民健康意識調査の設問の内、4つを「成果指標」として設定します。

◆ 不安や悩み、つらい気持ちを抱えた時に、相談できる人がいる割合

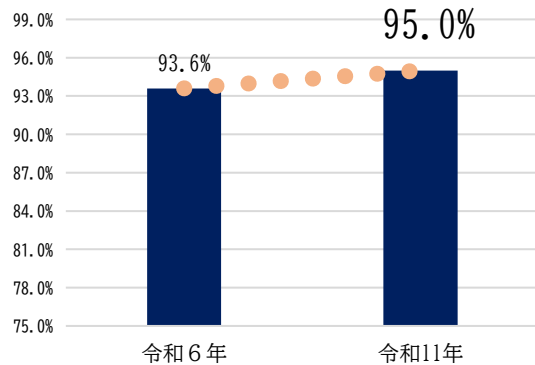
<成人期・シニア期>



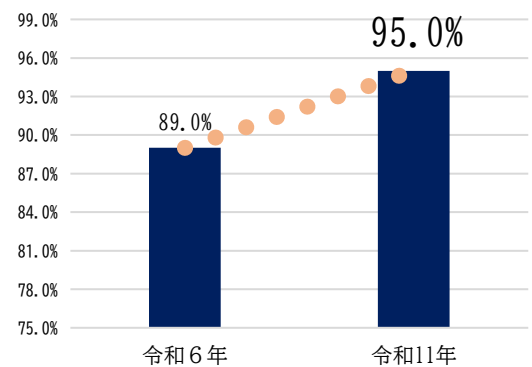
<乳幼児期（3歳児健診）> ※保護者回答



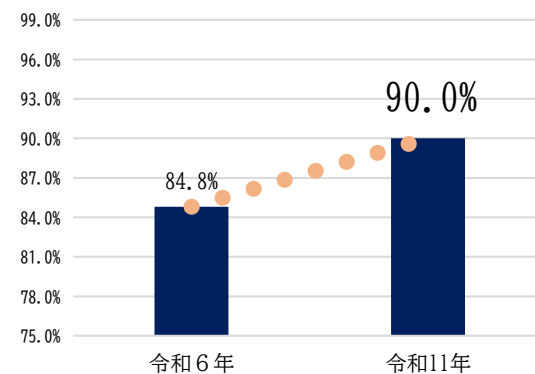
<乳幼児期（4か月健診）> ※保護者回答



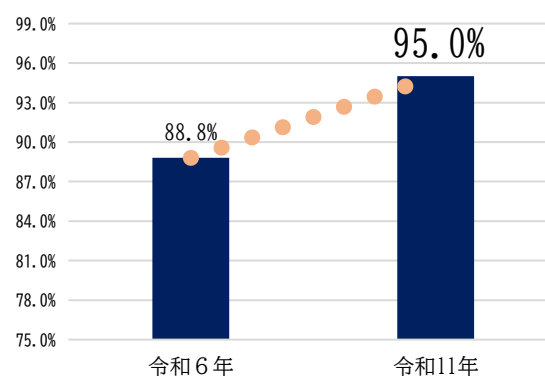
<青年期>



<学齢期（中学2年生）>



<学齢期（小学5年生）>

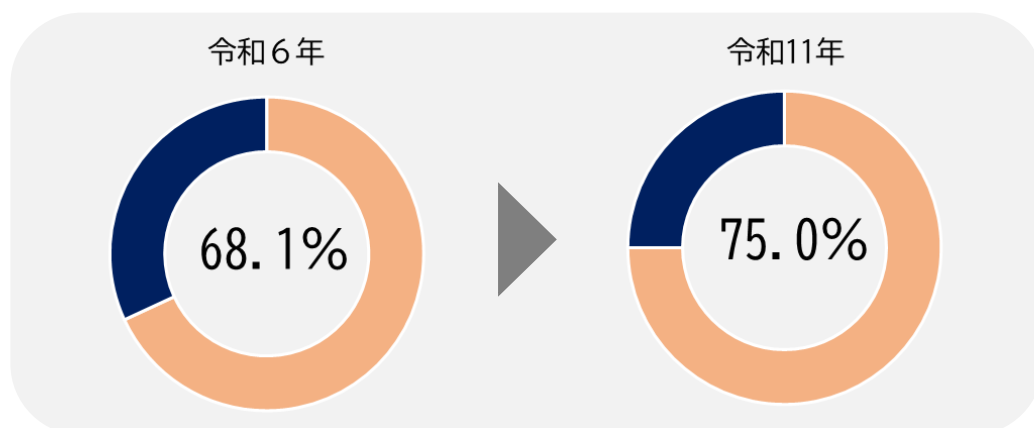


○成人期・シニア期は、他の区分に比べてやや低い数値であるため、目標値を85%(上昇幅6.3%)とします。

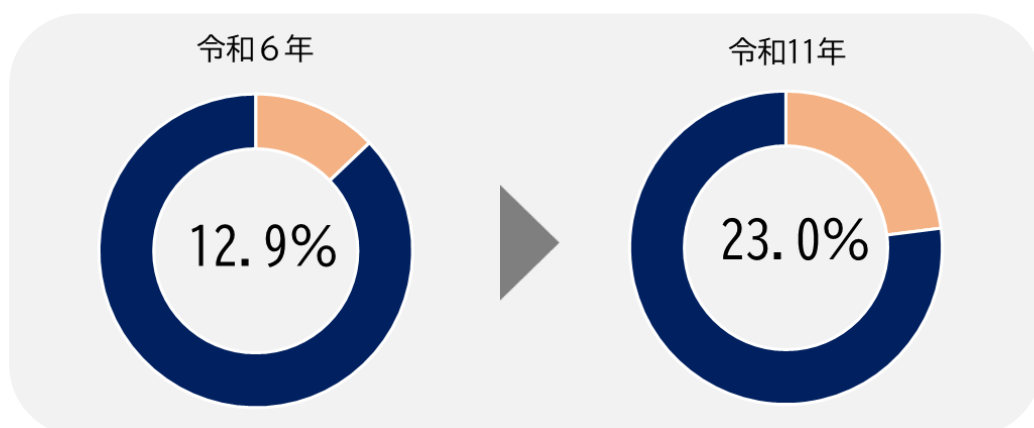
○乳幼児期（4か月、3歳）は、令和6年が90%超であるため、目標値を95%(上昇幅約2%)とします。

○学齢期（小5、中2）及び青年期は、それぞれ80%台から約5～6%の向上をめざします。

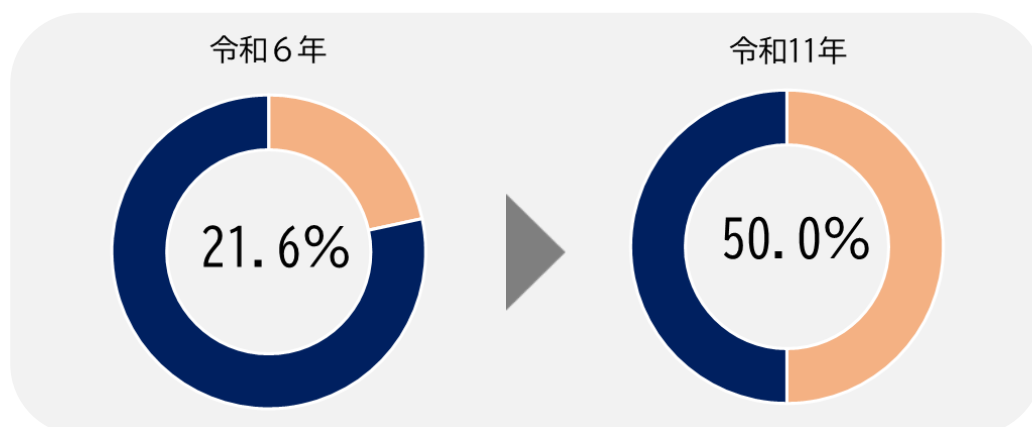
- ◆ こころの病気について関心がある人の割合 ※成人期・シニア期
（「とてもある」及び「どちらかといえばある」の合算）



- ◆ ゲートキーパーについて聞いたことがある人の割合 ※成人期・シニア期
（「聞いたことがある」及び「聞いたことがあり、どのような役割かも知っている」の合算）



- ◆ 板橋区の自殺防止対策の取組を知っている人の割合 ※成人期・シニア期

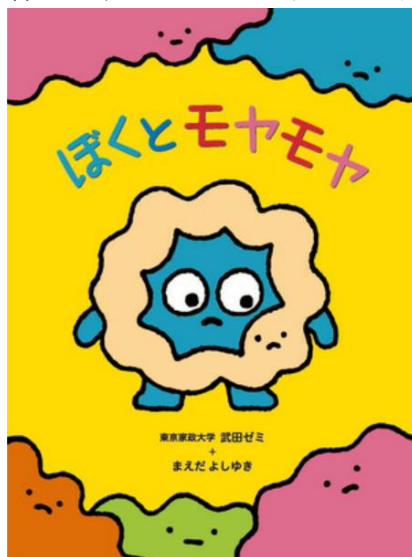


<子どもに寄り添うこころの絵本>

「SOS の出し方に関する教育※」は、子どもたちが身近な信頼できる大人に SOS を出すとともに、身近にいる大人がそれを受け止め、支援できるようにすることを目的とした教育です。

「子どもに寄り添うこころの絵本」の制作は、区が「SOS の出し方に関する教育」を推進するため、「絵本のまち板橋」としての地域資源を活かした、板橋区ならではの取組です。絵本の制作にあたっては、区内にキャンパスを構える東京家政大学の武田（六角）洋子（たけだ・ろっかく・ようこ）教授と同ゼミ生の方にご協力いただき、令和5（2023）年度に区と共同で実施した全5回のワークショップを基に、キャラクターやストーリーを練り上げていきました。そして、固まったイメージを武田教授による監修のもと、区にゆかりのある編集者の細江幸世（ほそえ・さちよ）さんとボローニャ国際絵本原画展入選者である絵本作家の まえだよしゆきさんに具体化していただきました。

ストーリーは、「モヤモヤ」につかまってしまった主人公の「ぼく」が、大人の「ダイチさん」や「タイジュさん」との出会いや対話を経て、自分の気持ちを整理しながら、モヤモヤとの向き合い方を見つめなおし、信頼できる大人に相談することを促す内容となっています。絵本は区立小学校図書室や区立図書館等に配架するほか、区立小学校児童のタブレット端末で見られるようにしています。



また、著名人による「ぼくとモヤモヤ」の読み聞かせ動画を制作しました。

※SOS の出し方に関する教育の促進は、国の「こどもの自殺対策推進パッケージ」において、地方自治体が特に取り組むべきものとする施策の1つです。

<板橋区と NPO 法人「自殺対策支援センターライフリンク」の協定締結>

令和7（2025）年9月、板橋区は、NPO 法人「自殺対策支援センターライフリンク（以下「ライフリンク」という）」と、自殺対策 SNS 等地域連携包括支援事業における「連携自治体事業」に関する協定を締結しました。本協定は、ICT 等を活用した「入口から出口までの包括的な生きる支援」を、両者が連携して行っていくことを目的としています。

ライフリンクは、誰も自殺に追い込まれることのない「生き心地のよい社会」の実現をめざして平成16（2004）年10月に設立された NPO 法人で、自殺予防・防止のための相談支援事業等を行っています。ライフリンクが実施する相談事業につながってきた相談者が、板橋区在住で、かつ行政による支援が必要と判断された場合は、ライフリンクがご本人の同意を取った上で、板橋区に情報提供を行います。当該情報提供を受け、板橋区は、相談者が抱える悩みを聞き取り、具体的な支援につなげます。

(3) 計画事業の評価

① 量的評価（達成度評価）

各事業に設けられている目標に対する達成度を、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は、区の標準的な評価評語を準用します。

<評語（量的評価）>

評価	基準
達成 ⁺ (達成プラス)	所管課における年度目標を上回る実績となっている。 ※本計画では、「達成プラス」と表記します。
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。

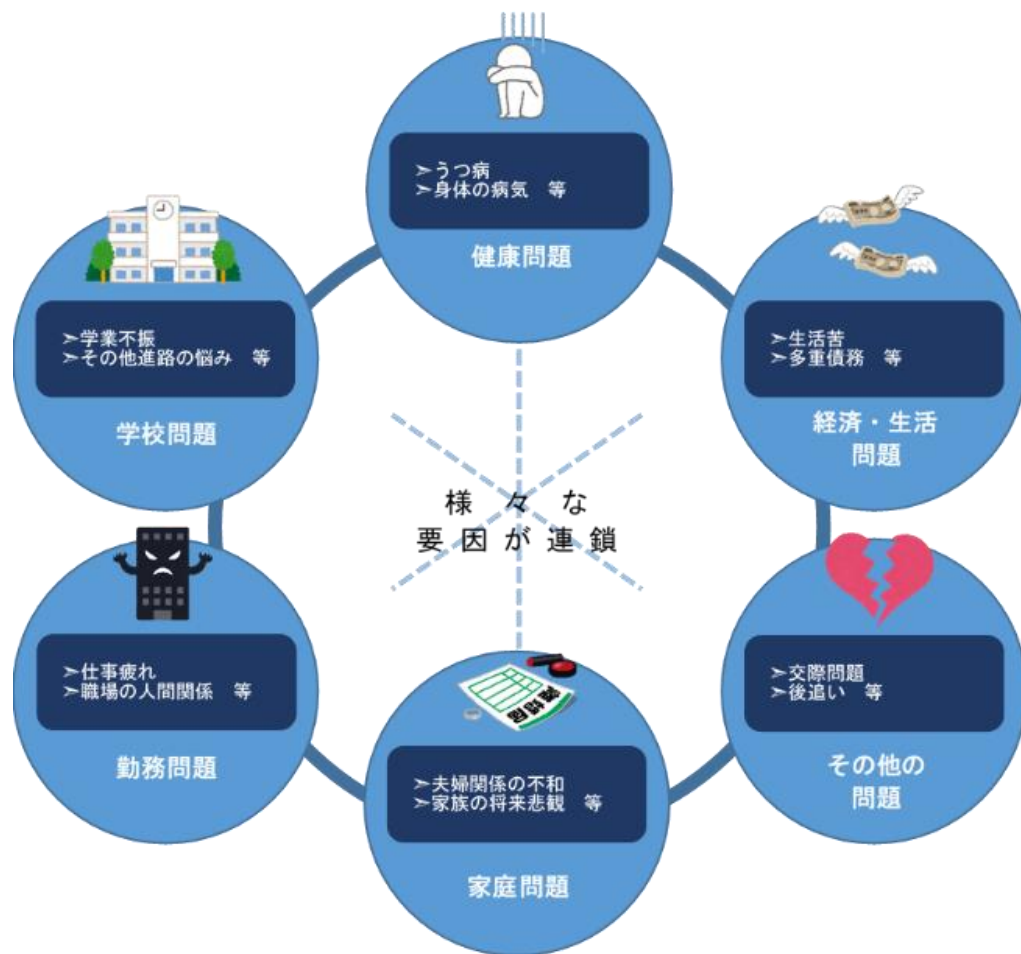
② 質的評価（自殺予防効果）

自殺動機に至る危険因子を、自殺統計を参考に6つ（家庭問題、健康問題、経済・生活問題、勤務問題、学校問題、その他の問題）に分類します。事業の実施で軽減が見込まれる危険因子数に応じ、各事業の自殺予防効果を3段階に分類します。

質的評価は、自殺対策事業の質的向上をめざしており、実施主体に「事業を実施すること自体が自殺予防・自殺対策につながるという意識をもってもらうこと」及び「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こと」を目的としています。

<評語（質的評価）>

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。



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

(4) 推進体制

① 板橋区健康づくり推進本部

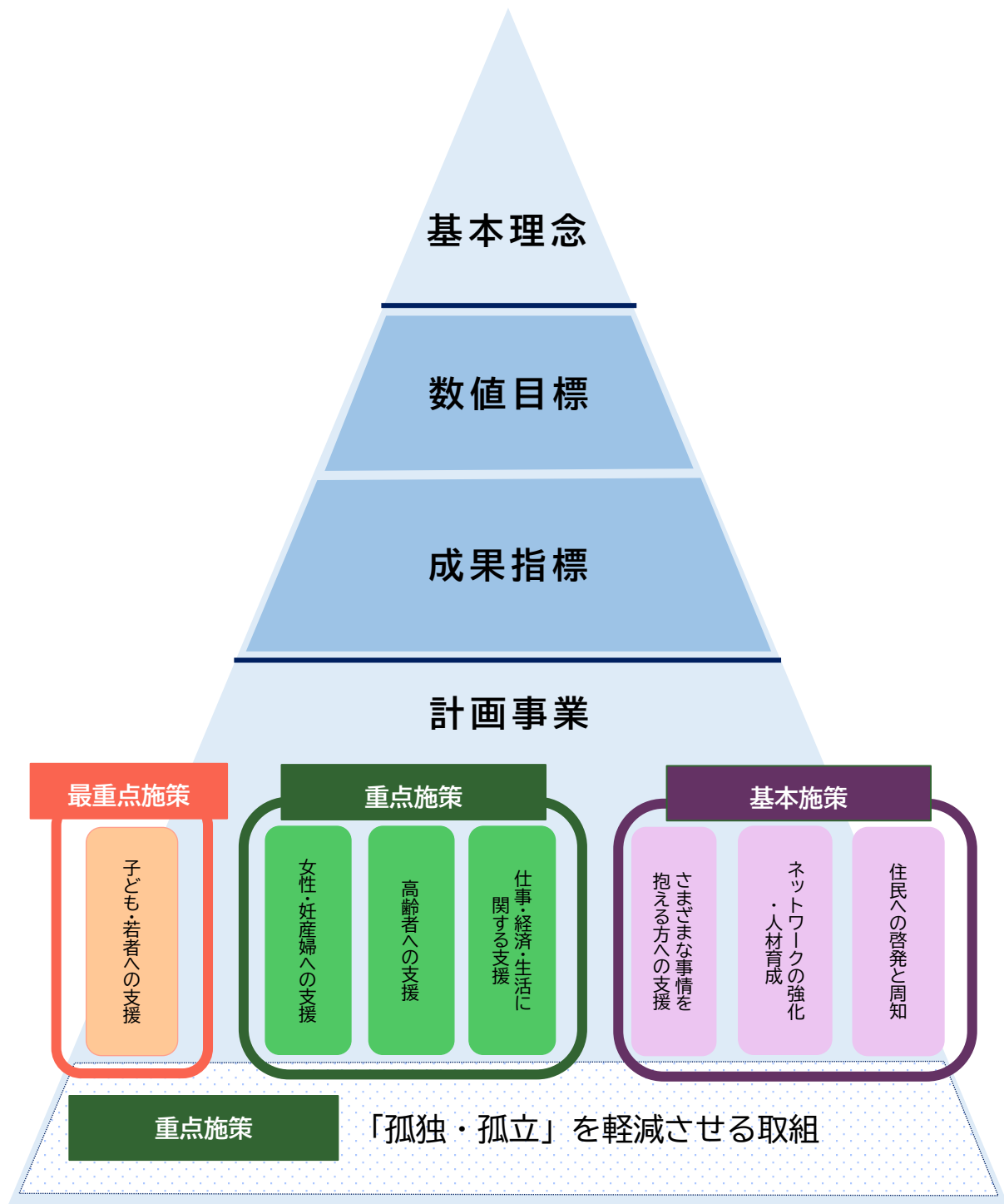
これまで、板橋区長を本部長とする自殺対策推進本部を設置していましたが、自殺対策計画が健康プランに包含されることに伴い、自殺対策推進本部も健康づくり推進本部と統合します。

② 板橋区こころといのちの連絡協議会

板橋区における自殺対策及び精神保健福祉活動について、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、板橋区こころといのちの連絡協議会を設置しています。この協議会において、自殺対策計画の策定・推進・評価等について協議を行います。



(5) 施策体系及び重点施策



① 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めざす」

② 数値目標

令和 12(2030)年までに自殺死亡率を 12.0（自殺者数 65 人）以下とします。

③ 成果指標

指標名	対象	令和 6 年	令和 11 年
不安や悩み、つらい気持ちを抱えた時に、相談できる人がいる割合	成人期・シニア期	78.7%	85.0%
	乳幼児期（3 歳児健診） ※回答者は乳幼児の保護者	92.9%	95.0%
	乳幼児期（4 か月健診） ※回答者は乳幼児の保護者	93.6%	95.0%
	青年期	89.0%	95.0%
	学齢期（中学 2 年生）	84.8%	90.0%
	学齢期（小学 5 年生）	88.8%	95.0%
こころの病気について関心がある人の割合 （「とてもある」「どちらかといえばある」の合算）	成人期・シニア期	68.1%	75.0%
ゲートキーパーについて聞いたことがある人の割合 （「聞いたことがある」及び「聞いたことがあり、どのような役割かも知っている」の合算）	成人期・シニア期	12.9%	23.0%
板橋区の自殺防止対策の取組を知っている人の割合	成人期・シニア期	21.6%	50.0%

④ 計画事業（延べ 102 事業）

施策区分	説明	施策名	事業数
最重点施策 18 事業	重点施策の中で特に優先度が高く、喫緊の課題としての対応が求められる施策	子ども・若者への支援	18 事業
重点施策 42 事業	基本施策の中でも地域の自殺の実態や特性に応じて、特に注力すべき施策	女性・妊産婦への支援	17 事業
		高齢者への支援	6 事業
		仕事・経済・生活に関する支援	9 事業
		「孤独・孤立」を軽減させる取組	10 事業
基本施策 42 事業 (10 事業)	自殺対策に寄与する基礎的な施策	さまざまな事情を抱える方への支援	21 事業 (6 事業)
		ネットワークの強化・人材育成	16 事業 (4 事業)
		住民への啓発と周知	5 事業

※基本施策の「（ ）」は、「「孤独・孤立」を軽減させる取組」に分類される重点施策の再掲

本計画の主なポイント

◆ 区がめざす姿を明示し、施策体系を見直しました。

本計画の基本理念「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現をめざす」は、国の自殺総合対策大綱における基本理念と同じで、区がめざす最終的な姿です。その実現に向けて本計画では5年後の数値目標(自殺死亡率の減少)等を設定し、自殺対策を推進します。

◆ 最重点施策を「子ども・若者への支援」としました。

子ども時代の虐待や貧困等、心身の発達に悪影響を及ぼす可能性のある体験は、成人後の生きづらさに影響すると言われています。近年、全国的に子どもの自殺者数は増加しており、区においても同様の傾向が見られる中、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は、子どもの生きづらさをできる限り軽くすることが欠かせません。区は「子ども・若者への支援」を最重点施策と位置づけ、重点施策の中でも特に優先度が高く、喫緊の課題としての対応が求められる施策として事業を推進します。

◆ 「孤独・孤立」の視点を取り入れました。

令和6年度板橋区区民健康意識調査では、過去に自殺（またはそれに近いこと）を考えた経験がある人のうち、「相談したことはない」と回答した人は、成人期・シニア期、青年期、学齢期のいずれも半数以上にのぼりました。年齢や性別を問わず、一定数の方が周囲に相談することなく1人で抱え込んでいると考えられるため、「孤独・孤立」の軽減に資する事業についても重点施策に含めることで、施策横断的な視点から自殺対策を推進します。

※孤独・孤立の軽減に資する事業は様々ありますが、本計画では、基本施策のうち、ひきこもり家族教室のように参加者同士で交流をもつことができる事業や、ゲートキーパー研修のように研修修了者が周囲の支えとなり得る、横の広がりをもつ事業を選んでいきます。

Column

<医薬品の過剰摂取と自殺未遂の関係>

決められた量を超えて、医薬品をたくさん飲んでしまうことを指して、オーバードーズ(OD)とされています。近年では、症状を抑える以外の目的で、かぜ薬などを大量に服用する例が若者に広がっています。目的、用法・用量を守らずに使用した場合、意識を失う、呼吸が止まる、場合によっては死に至る急性中毒を起こすこともあります。

4万人以上の高校生を対象に令和3(2021)年度に実施した「薬物使用と生活に関する全国高校生調査 2021」によると、「治療ではなく乱用目的で市販薬を使用した経験がある」と答えた生徒は全体の1.6%で、割合に換算すると、約60人に1人、2クラスに約1人が「ある」と回答していました。OD経験者は、強い孤独感を抱いているケースが多いとも言われています。

<子どもたちの未来のために“みんなで”取り組む自殺対策>

近年、全国的に子どもの自殺者数は増加しており、区においても同様の傾向が見られます。誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現には、子どもの生きづらさをできる限り軽くすることが欠かせません。

また、こども家庭庁では、「こどもまんなか社会」を実現するための取組の1つとして、子どもや子育て中の方々が気兼ねなく様々な制度やサービスを利用できるよう、地域社会、企業など様々な場で、年齢、性別を問わず、全ての人が子どもや子育て中の方々を応援する、社会全体の意識改革を後押しする取組を推進しています（「こどもまんなかアクション」）。

同様に区でも、家庭的な子育てを大切にしながら、地域社会全体で子育てを支えていく取組を推進するため、「みんなで支える家庭の子育て、子どもとともに成長する喜び」を基本理念とした「いたばし子ども・若者・子育て応援プラン 2030」を策定しました。

自殺対策においても、この流れを汲みながら「子ども・若者への支援」を最重点施策と位置づけ事業を推進します。事業の推進の際には、相談支援体制の強化や学校・家庭・地域の連携といった「自殺のリスクを減らす支援」はもちろん、学校や家庭以外の居場所づくりやSOSの出し方に関する教育の推進等の「生きる力を育む支援」も同時に推進します。両者の支援を“みんなで”、そして同時に行うことが自殺対策に資すると考え、ひいては未来を担う子どもたちが笑顔で暮らすことのできる社会の実現につながると考えます。

自殺のリスクを減らす支援

相談支援体制の強化
学校・家庭・地域の連携
いじめ等の困難課題への早期対応 等

生きる力を育む支援

居場所づくり
SOSの出し方に関する教育の推進 等



「自殺のリスクを減らす支援」と
「生きる力を育む支援」の両方を
“みんなで”行っていきます。

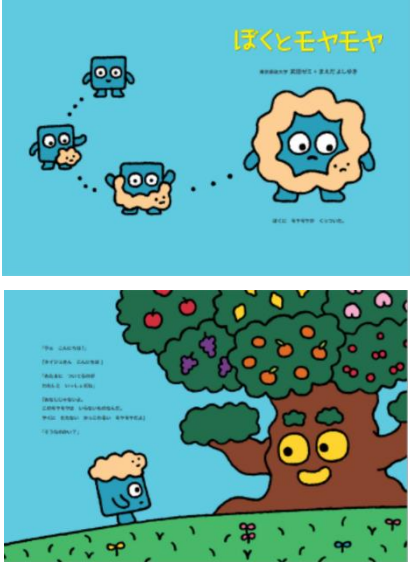
(6) 施策一覧

※Noの「新規・追加」は令和8年度新規事業、または今回より追加した事業です。

※「軽減できる危険因子」は、以下のとおり簡略化して表記します。

- ①家庭問題→「家庭」、②健康問題→「健康」、③経済・生活問題→「経済・生活」、
④勤務問題→「勤務」、⑤学校問題→「学校」、⑥その他の問題→「その他」

最重点施策	子ども・若者への支援	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	16 平和と公正をすべての人に	17 パートナシップで目標を達成しよう
-------	------------	----------------	---------------	-----------------	---------------------

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
1 新規・追加	子どもに寄り添うこころの絵本「ぼくとモヤモヤ」の活用（地域保健課） 子どもたちが悩みやストレスを抱えた時の対処方法を身につけるための一助を目的として制作しました。制作にあたっては、区内にある東京家政大学の教授や学生、区ゆかりの絵本作家及び編集者にご協力をいただきました。 制作した絵本は、区立小学校図書室や区立図書館等に配架するほか、区のイベント等で活用することにより普及・啓発を図ります。 また、教育委員会事務局と連携し、区立小学校での「SOS の出し方に関する教育」にも活用する予定です。 軽減できる危険因子：家庭、健康、学校、その他 
2 新規・追加	スクールカウンセラーの配置（指導室） 児童・生徒の心理的な悩みに対し、専門的な立場から適切に支援することができるスクールカウンセラーを区立小・中学校に配置し、学校生活等に関する問題の未然防止・改善及び解決並びに学校内の教育相談体制の充実を図ります。 軽減できる危険因子：家庭、健康、学校
3 新規・追加	夏季休業明けに向けた不安等に関するアンケート（指導室） 児童・生徒の漠然とした不安への対処や不登校の未然防止等の観点から、夏季休業明け前に、一人一台端末を活用してアンケートを実施します。回答状況に応じて、個別面談や家庭訪問を行い、場合によっては、関係機関につなぐ等、児童・生徒の不安な状況についての早期発見・早期支援の充実を図ります。 軽減できる危険因子：家庭、健康、学校

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
4 新規・追加	<u>多様な居場所の推進（大学内居場所、ひみつきち、バーチャルフレンドパーク）（教育支援センター）</u> 様々な理由で学校に通っていない児童・生徒に対し、子どもたちの状況に応じた多様な居場所を整備します。スタッフや子ども同士の交流や体験活動を通じて、子どもたちの社会的自立を図ります。 軽減できる危険因子：家庭、学校、その他
5 新規・追加	<u>児童・生徒のための相談窓口案内（教育支援センター）</u> 区立小中学校の児童・生徒に貸与している一人一台端末のホーム画面に、各種相談窓口のホームページにつながるアイコンを配置しています。児童・生徒が個々の悩みに応じた窓口を選択して相談できるようにしています。 軽減できる危険因子：家庭、健康、学校、その他
6	<u>子どもの学習・生活支援事業「まなびのひろば けやきば」（地域福祉連携課）</u> 生活保護、ひとり親家庭、生活に困窮している家庭に対して、世帯への相談支援や子どもへの学習支援、学校・家庭以外の居場所づくりを行う居場所支援等を行います。 軽減できる危険因子：家庭、経済・生活、学校、その他
7	<u>子どもの食・居場所支援事業（地域福祉連携課）</u> 子どもの居場所活動等の立ち上げ支援や、居場所活動を行う団体と支援活動を行う団体をつなぐマッチング、子どもの居場所に関する情報発信を行います。 軽減できる危険因子：家庭、経済・生活、学校、その他
8	<u>子ども発達支援センター（障がいサービス課）</u> 発達に気がかりのあるおおむね 15 歳までのお子さんとその家族等を対象にした発達支援の専門相談と、医療的ケアを必要とする 18 歳未満のお子さんとその家族等を対象とした相談を実施します。また、乳幼児の発達を支援する関係機関連絡会を開催し、有機的な連携体制を推進します。 軽減できる危険因子：家庭、健康
9	<u>子どもなんでも相談・親子のための相談 LINE（支援課）</u> （子どもなんでも相談）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又は子ども本人から受け、必要な支援を実施します。 （親子のための相談 LINE）子ども自身の悩みや子育ての不安・悩み等について、365 日 LINE で相談を受け、必要に応じて対応できる窓口を案内します。（都事業） 軽減できる危険因子：家庭、健康、学校、その他
10	<u>「SOS の出し方」に関する教育等の推進（指導室）</u> 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行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、学校、その他

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
11	<u>不登校対策特別委員会の開催（指導室）</u> 不登校対策特別委員会を開催し、学識経験者からの助言を基に、不登校児童生徒一人ひとりの支援の充実のため、対策を検討します。 軽減できる危険因子：学校、その他
12	<u>各学校園における「学校いじめ防止基本方針」による取組（指導室）</u> 全区立学校園では、条例に基づき、いじめの防止などを基本方針に定めています。基本方針に基づき、いじめに係る研修や児童・生徒向けアンケート等を実施します。 軽減できる危険因子：学校、その他
13	<u>中高生勉強会「学びiプレイス」（生涯学習課）</u> 中学生・高校生（相当年齢の方含む）が無料で参加できる勉強会。大学生等による学習支援と気軽な相談や交流を通して、学習機会と居場所提供を行います。 軽減できる危険因子：家庭、学校、その他
14	<u>中高生・若者支援スペース「i-youth」（生涯学習課）</u> 中高生・若者（39歳まで）の居場所づくりを支援するため、卓球、ダンス、ボードゲーム、読書や自習など自由に使うことのできるスペースを設置します。 軽減できる危険因子：家庭、学校、その他
15	<u>いじめ110番（教育支援センター）</u> いじめを受けている又は、友だちがいじめを受けていると感じている子どもや保護者等から相談を受け、学校や関係部署と連携し、問題解決に向けて対応します。 軽減できる危険因子：学校
16	<u>いじめメール相談（教育支援センター）</u> 児童・生徒、保護者からのいじめに関する相談をメールにより受け、学校や関係部署と連携しながら、問題解決に向けて対応します。 軽減できる危険因子：学校
17	<u>板橋フレンドセンター（教育支援センター）</u> 様々な理由で学校に通っていない児童・生徒に安心できる社会的居場所を提供し、探究的な活動や創作活動、他者との交流等を通じて、社会的自立を図ります。 軽減できる危険因子：家庭、学校、その他
18	<u>スクールソーシャルワーカーの配置（教育支援センター）</u> 問題を抱えている児童・生徒の支援を行うため、区立中学校にスクールソーシャルワーカーを配置し、福祉の専門的な立場から、関係機関と連携して課題の解決を図ります。また、近隣の区立幼稚園、小学校にも巡回し、支援を行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、学校



No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
19 新規・追加	<u>産前産後支援（産後ドゥーラ※）（支援課）</u> 産後ドゥーラを派遣し、家事・育児支援、食事作り、育児相談等の支援を行います。 （妊娠中～産後6か月未満） 軽減できる危険因子：家庭、健康 ※産後ドゥーラとは、産前産後の母親とその家族に寄り添い、心身の安定と赤ちゃんの育児をサポートする専門家のことです。
20 新規・追加	<u>母子保健グループ支援（健康福祉センター）</u> 育児不安や子育てに困難さを抱える保護者を対象に、グループによる支援を行います。（育児不安を抱える母親のためのグループ支援、発達支援のための親の会、多胎児親子グループ支援） 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他
21	<u>男女平等推進センター総合相談・DV 専門相談（男女社会参画課）</u> 総合相談・DV 専門相談で、DV 被害者等の話を傾聴し、DV・セクシュアルハラスメント等性別による暴力やハラスメント、性的マイノリティに関する悩み、その他の悩みや問題解決に向け助言や情報提供、支援を行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、勤務、学校、その他
22	<u>育児期女性に対する社会参画支援（男女社会参画課）</u> 地域で孤立しがちな育児期女性の社会活動への参加の意欲喚起をめざしたセミナーを開催します。 軽減できる危険因子：家庭、経済・生活、その他
23	<u>子育てママのための個別相談（男女社会参画課）</u> 地域で孤立しがちな育児期女性を対象に、自分自身や家族のこと、仕事の不安、パートナーと子育てに関する意見が合わないことなどの相談を受付けます。 軽減できる危険因子：家庭、経済・生活、勤務、その他
24	<u>保健師による女性の健康相談（健康推進課）</u> 保健師による女性の健康相談を実施することで、女性のこころとからだに関する問題をサポートします。 軽減できる危険因子：健康、その他
25	<u>婦人科医による専門相談（健康推進課）</u> 女性婦人科医による専門相談を実施することで、女性のこころとからだに関する問題をサポートします。 軽減できる危険因子：健康、その他

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
26	<u>新生児等・産婦訪問（乳児家庭全戸訪問）（健康推進課）</u> 赤ちゃんが生まれた全ての家庭を対象に、訪問指導員（委託助産師）又は保健師が家庭訪問し、赤ちゃんの発育発達や保護者の心身の調子等の状況を把握し、親子の健康管理や育児についての相談を行います。併せて、産婦とそのパートナーに対して、産後うつ病のスクリーニングを実施し、メンタルヘルス支援を行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他
27	<u>妊婦・出産ナビゲーション事業（妊婦面接）（健康推進課）</u> 妊娠届を提出した妊婦及びパートナー全数を対象として、健康推進課や健康福祉センターの保健師または助産師が面接を実施します。面接では、心身の状態や病気の有無、仕事、家族、経済等の状況や妊娠・出産・子育てに関する不安、心配事を把握し、必要な制度やサービスを案内したり担当保健師につなぐ等、切れ目のない支援を行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、その他
28	<u>産後ケア事業（健康推進課）</u> 助産師による授乳相談や育児支援（宿泊型・通所型・訪問型）を行い、子育てをサポートします。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他
29	<u>母子保健継続相談支援（健康福祉センター）</u> 妊産婦や乳幼児等で継続した支援の必要な方に、地区担当保健師による家庭訪問や面接・電話等による個別相談を行っています。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、その他
30	<u>区立保育園における「育児相談」事業（保育運営課）</u> 子育ての悩みや困っていることなどの相談を受け付けています。 軽減できる危険因子：家庭
31	<u>産後サポート事業（子育て支援課）</u> 地域で安心して子育てに臨めるように、2・3か月児を子育て中の母親を対象に、健康講座と交流会を行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他
32	<u>児童館における子育て相談事業（子育て支援課）</u> 妊娠・出産・子育ての切れ目のない支援充実のため、子育て相談事業を行います。 軽減できる危険因子：家庭
33	<u>育児支援ヘルパー派遣（支援課）</u> 育児支援ヘルパーを派遣し、家事補助や育児援助等の支援を行います。（妊娠中～3歳未満） 軽減できる危険因子：家庭、健康
34	<u>ショートステイ事業（支援課）</u> 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。 軽減できる危険因子：家庭、健康

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
35	<u>ファミリー・サポート・センター事業（支援課）</u> 生後 43 日～12 歳を対象に、保護者の残業、通院、地域活動等で子どもの保育ができない場合に、保護者に代わって子どもの短時間の保育や学校・保育園等の送迎を行う者（援助会員）と保護者（利用会員）を結び、育児支援を行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康

Column

<子どもの自殺対策における連携強化>

令和 7 年 9 月、国の「こどもの自殺対策に関する関係省庁連絡会議」において、「こどもの自殺対策推進パッケージ」が取りまとめられました。これは、子どもの自殺をめぐる深刻な状況に対処するため、「こどもの自殺対策緊急強化プラン（令和 5 年 6 月）」や「自殺対策基本法改正（令和 7 年 6 月）」を踏まえ、関係機関や団体の連携・協働により連動性を持って取り組まれるべき施策をまとめたものです。地方自治体においては、「SOS の出し方に関する教育」や「ゲートキーパー養成研修」等を推進することで、自殺対策が地域を問わず着実に行われるよう底上げを図るとしています。

区では、庁内や関係機関との連携強化に取り組んでいます。庁内連携の例として、令和 7 年 6 月に発行した「子どもに寄り添うこころの絵本“ぼくとモヤモヤ”」では、同年 9 月の区立北野小学校の始業式で、生活指導主任をはじめとする生活指導部の先生方による読み聞かせや寸劇として活用されました。また、同年には、令和 8 年度から区立小学校の授業で上記絵本を活用する準備として試行授業を実施しました。関係機関との連携については、令和 7 年に NP0 法人ライフリンク（108 ページ参照）と連携自治体事業に関する協定を締結し、相談者のつなぎ支援に関して体制を整備しました。

全国における小中高生の自殺者数が令和 6 年は 529 人で過去最多となる等、増加傾向にあります。子どもの自殺対策が強化される中、改めて地方自治体が果たす役割を確認し、庁内や関係機関の垣根を超えて自殺対策に取り組むことが重要であると考えています。

<国の「孤独・孤立」対策>

令和 6 年 4 月「孤独・孤立対策推進法」が施行されました。その背景として、社会の変化を踏まえ、日常生活もしくは社会生活において孤独を感じるにより、または社会から孤立していることにより、心身に有害な影響を受けている状態にある人への支援の必要性が増していることが挙げられます。同法では、基本理念の 1 つとして「孤独・孤立の状態は人生のあらゆる段階において何人にも生じ得るもの」であり「社会のあらゆる分野において孤独・孤立対策の推進を図ることが重要」であるとしています。同法に基づく国の「孤独・孤立対策重点計画」では、具体的施策に「児童生徒の自殺予防（文部科学省）」や「自殺対策の取組の強化（厚生労働省）」等が挙げられており、孤独・孤立対策の視点を含めた自殺対策が重要です。

重点施策

高齢者への支援



No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
36	<u>アクティブシニア就業支援センターでの相談支援事業（生涯活躍推進課）</u> 高齢者の就業支援を推進するため、多彩な知識・経験を持った高齢者の能力活用の中となる求人の確保・開拓や一人ひとりの適性や状況を踏まえた就業に関する相談や情報提供の充実を図ります。 軽減できる危険因子：経済・生活、勤務
37	<u>おとしよりなんでも相談（高齢政策課）</u> 高齢者に関する電話相談を24時間365日受け付ける「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。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、その他
38	<u>生活支援体制整備事業（生涯活躍推進課）</u> 高齢者が住み慣れた地域で生きがいを持って生活を継続していくために、地域の住民が主体となって、生活支援や介護予防活動の充実強化を図るとともに、地域共生社会の実現に向けた地域づくりを進め、地域特性を活かした支え合いの仕組みづくりを推進します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他 ※拡充検討 P65 参照
39	<u>高齢者見守り調査事業（生涯活躍推進課）</u> 民生委員・児童委員が区内の75歳以上高齢者宅を訪問し、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ぎます。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他
40	<u>地域見守り活動支援研修事業（ゆるやかご近助さん）（生涯活躍推進課）</u> 高齢者等の異変に早期に気づき、関係機関等につなぐ役割を担う人材（ゆるやかご近助さん）を育成・確保するため、地域住民を対象に見守りに関する講座を実施します。 軽減できる危険因子：健康、その他
41	<u>おとしより相談センターでの相談支援（高齢政策課）</u> 保健師、看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職が連携し、高齢者とその家族を支える地域の総合相談窓口として運営します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他



No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
42 新規・追加	食品・相談支援事業 街かどフードパントリー（地域福祉連携課）  ひとり親家庭など生活にお困りの方に対し食品支援・相談支援を行います。 軽減できる危険因子：家庭、経済・生活、その他
43	いたばし若者サポートステーション事業（産業振興課） 学校卒業もしくは中途退学又は離職等により、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、社会人、職業人としての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ます。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、その他
44	中小企業に対する経営や融資の相談（産業振興課） 経営・金融等全般（融資受付・認定受付等を含む）に関する相談を行います。 軽減できる危険因子：経済・生活、勤務
45	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（産業振興課） 区ホームページへの掲載・チラシ配架・共催事業の開催（就職面接会・就職支援セミナー）を行います。 軽減できる危険因子：経済・生活、勤務
46	就労相談（キャリア・カウンセリング）（産業振興課） 仕事（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い、就職活動の円滑化を図ります。 軽減できる危険因子：経済・生活、勤務
47	消費者センターでの債務相談（くらしと観光課） 債務相談及び適切な専門機関への案内を行います。 軽減できる危険因子：経済・生活、その他
48	ひとり親家庭支援（地域福祉連携課） ひとり親家庭の母または父に対し資格取得等に係る経費等の一部を支給することで、受講の機会を増やし適職に就くことを通じ、経済的な自立の促進に向けた支援を行います。 軽減できる危険因子：経済・生活、勤務
49	生活困窮者自立相談支援事業（地域福祉連携課） いたばし暮らしの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。 軽減できる危険因子：経済・生活、勤務

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
50	<u>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（障がい政策課）</u> 障がい者の就労面と生活面の支援を一体的に提供することにより、一般就労を促進し、障がい者の自立と社会参加の促進に資する事業を行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務

重点施策

「孤独・孤立」を軽減させる取組

※孤独・孤立の軽減に資する事業は様々ありますが、本計画では、基本施策のうち、ひきこもり家族教室のように参加者同士で交流をもつことができる事業や、ゲートキーパー研修のように研修修了者が周囲の支えとなり得る、横の広がりをもつ事業を選んでいきます。

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
51 新規・追加	<u>心のサポーター養成研修（地域保健課）</u> 正しい知識と理解に基づき、家族や同僚など身近な人に対して、傾聴を中心とした支援を行う「心のサポーター」を養成します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
52 新規・追加	<u>地域福祉コーディネーター（地域福祉連携課）</u> 地域へ出向き、区民が抱える様々な課題に対し、課題を解きほぐし、適切な支援機関へのつなぎ役を担うとともに、地域住民や様々な地域活動団体、さらには専門職と連携しながら、課題解決に取り組みます。また、住民同士や団体間のネットワークを構築し、支援が必要な方々を地域全体で支える持続可能な仕組みづくりを推進します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、その他
53	<u>ひきこもり家族教室（地域保健課）</u> 家族を対象に、ひきこもりに関する理解と回復のための日頃の関わりについて、講座・交流会を通じて学ぶ場を運営します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
54	<u>お酒の悩み相談会（地域保健課）</u> アルコール問題で困っている家族と当事者のためのグループ相談会を開催します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、その他
55	<u>うつ病・双極性障害家族教室（地域保健課）</u> 家族・当事者を対象に、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。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、その他

ココ
サポ

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
56	<u>区民向けゲートキーパー研修（地域保健課）</u> 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。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
57	<u>出張ゲートキーパー研修（地域保健課）</u> 企業、町会・自治会、民生・児童委員協議会等、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あった講師を派遣し、ゲートキーパーを養成します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
58	<u>認知症の方を介護する家族のための交流会（生涯活躍推進課）</u> 認知症の方を介護している家族が今抱えている悩みや不安を語り合える交流の場を運営します。 軽減できる危険因子：家庭、健康
59	<u>ひきこもり本人の居場所づくり（地域福祉連携課）</u> ひきこもり状態にある方が、家以外で安心して過ごすことができる場所として、また、居場所に集まる者同士の交流やプログラム・体験活動等を通じて自己肯定感を高め、社会とつながる場としての居場所づくりを行います。 軽減できる危険因子：家庭、その他
60	<u>発達障がい者支援センター（障がい政策課）</u> 成人期（概ね 16 歳以上）の発達障がい者に対する総合的な支援の拠点として、専門相談や社会参加支援、家族支援、関係機関との連携などを行うことにより、安定した日常生活又は社会生活が送れるよう自立と就労に向けた取組、安心して利用できる居場所づくりを行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他

基本施策	さまざまな事情を抱える方への支援	   
------	------------------	--

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
61 新規・追加	<u>パートナーシップ宣誓制度（男女社会参画課）</u> 互いを人生のパートナーとして、相互の人権を尊重し、日常の生活において継続的に協力し合うことを約した二人（双方又はいずれか一方が性的マイノリティ）が互いを人生のパートナーとすること等を宣誓し、板橋区パートナーシップ宣誓書を受領したことを証明する書類を交付する制度です。 軽減できる危険因子：その他
62 新規・追加	<u>ママ・パパのためのこころの相談室（健康福祉センター）</u> 公認心理師が、妊産婦（流産・死産を含む）とパートナー、乳幼児の保護者を対象に、妊娠・出産・育児の不安や家族関係の悩みなどの個別相談を行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
63	<u>区民相談室（広聴広報課）</u> 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ます。 軽減できる危険因子：家庭、経済・生活、勤務、その他
64	<u>性の多様性に関するセミナーの実施（男女社会参画課）</u> 性自認や性的指向等、性の多様性に関する基礎知識等を学ぶセミナーを開催します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、勤務、学校、その他
65 再掲(No.53)	<u>ひきこもり家族教室（地域保健課）</u> 家族を対象に、ひきこもりに関する理解と回復のための日頃の関わりについて、講座・交流会を通じて学ぶ場を運営します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
66 再掲(No.54)	<u>お酒の悩み相談会（地域保健課）</u> アルコール問題で困っている家族と当事者のためのグループ相談会を開催します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、その他
67 再掲(No.55)	<u>うつ病・双極性障害家族教室（地域保健課）</u> 家族・当事者を対象に、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。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、その他
68	<u>措置入院者退院後支援事業（地域保健課）</u> 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、地域生活の安定につなげます。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
69	<u>ひきこもり医師相談（健康福祉センター）</u> 本人又はその家族を対象に、精神科医によるひきこもりに関する個別相談をお受けします。 軽減できる危険因子：家庭、健康、学校、その他
70	<u>区民健康なんでも相談（健康福祉センター）</u> 保健師による健康に関する来所または電話による相談を行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他
71	<u>専門医による精神保健相談（健康福祉センター）</u> 精神科専門医による個別相談を行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他
72	<u>精神保健に関する相談支援（健康福祉センター）</u> 健康福祉センター保健師による、精神保健に関する各種相談支援を行います。 （①心の健康づくり相談支援、②精神疾患重症化予防、③発達障がい者への相談支援、④ひきこもり相談支援、⑤依存症からの回復支援、⑥社会復帰相談支援、⑦退院支援） 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
73 再掲(No.58)	<u>認知症の方を介護する家族のための交流会（生涯活躍推進課）</u> 認知症の方を介護している家族が今抱えている悩みや不安を語り合える交流の場を運営します。 軽減できる危険因子：家庭、健康
74	<u>介護者こころの相談事業（高齢政策課）</u> 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、介護者のうつ病を予防し、高齢者への虐待を防止します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他
75	<u>ひきこもり相談支援（ひきこもり相談窓口）（地域福祉連携課）</u> ひきこもり状態にある方やそのご家族等を対象として、支援コーディネーターが継続的な相談を行いながら、必要な支援機関の紹介と連携したサポートを行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
76 再掲(No.59)	<u>ひきこもり本人の居場所づくり（地域福祉連携課）</u> ひきこもり状態にある方が、家以外で安心して過ごすことができる場所として、また、居場所に集まる者同士の交流やプログラム・体験活動等を通じて自己肯定感を高め、社会とつながる場としての居場所づくりを行います。 軽減できる危険因子：家庭、その他
77 再掲(No.60)	<u>発達障がい者支援センター（障がい政策課）</u> 成人期（概ね 16 歳以上）の発達障がい者に対する総合的な支援の拠点として、専門相談や社会参加支援、家族支援、関係機関との連携などを行うことにより、安定した日常生活又は社会生活が送れるよう自立と就労に向けた取組、安心して利用できる居場所づくりを行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他
78	<u>子ども家庭相談（支援課）</u> 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、支援を実施します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、学校、その他
79	<u>精神保健相談（学務課）</u> 学校内での支援だけでは難しい事例や医学的な助言を必要とする相談支援中の事例について、精神科学校医による個別相談及び事例検討を行い学校での適切な支援につなげます。 軽減できる危険因子：健康、学校
80	<u>心理専門相談（教育支援センター）</u> 子どもの成長に伴って生じるさまざまな悩みや心配ごとについて、本人・保護者からの相談を、専門職の教育相談員（臨床心理士）が受けます。区内在住の 3 歳から 18 歳までのお子さんとその保護者の方が対象となります。 軽減できる危険因子：家庭、健康、学校

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
81	<u>学校相談（教育支援センター）</u> いじめ、不登校などへの対応、教員の働き方やハラスメントなどについて、相談者から話を聞いて対応します。 軽減できる危険因子：勤務、学校

※以下の事業は、重点施策「孤独・孤立を軽減させる取組」の対象です。

- No.65 ひきこもり家族教室（地域保健課）
- No.66 お酒の悩み相談会（地域保健課）
- No.67 うつ病・双極性障害家族教室（地域保健課）
- No.73 認知症の方を介護する家族のための交流会（生涯活躍推進課）
- No.76 ひきこもり本人の居場所づくり（地域福祉連携課）
- No.77 発達障がい者支援センター（障がい政策課）

基本施策	ネットワークの強化・人材育成	  
------	----------------	---

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
82 新規・追加	<u>連携自治体事業（つなぎ支援）（地域保健課）</u> NP0 法人ライフリンクが、板橋区への情報提供に関する同意を相談者から得た後、板橋区につなぎ、地域ネットワークを活用した支援を行います。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
83 新規・追加	<u>自殺対策相談支援向上事業（スーパーバイザー派遣）（地域保健課）</u> NP0 法人ライフリンク相談員と専門医をスーパーバイザーとして招き、区職員に対して事例検討会を行うことで、区職員の相談支援に関する質の向上を図ります。 軽減できる危険因子：その他
84 新規・追加 再掲(No.51)	<u>心のサポーター養成研修（地域保健課）</u> 正しい知識と理解に基づき、家族や同僚など身近な人に対して、傾聴を中心とした支援を行う「心のサポーター」を養成します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
85 新規・追加 再掲(No.52)	<u>地域福祉コーディネーター（地域福祉連携課）</u> 地域へ出向き、区民が抱える様々な課題に対し、課題を解きほぐし、適切な支援機関へのつなぎ役を担うとともに、地域住民や様々な地域活動団体、さらには専門職と連携しながら、課題解決に取り組みます。また、住民同士や団体間のネットワークを構築し、支援が必要な方々を地域全体で支える持続可能な仕組みづくりを推進します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、その他

ココ
サポ

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
86	<u>板橋区こころといのちの連絡協議会（地域保健課）</u> 板橋区の自殺対策及び精神保健福祉活動において、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。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
87	<u>区と東武鉄道(株)による自殺防止キャンペーン（地域保健課）</u> 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。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
88	<u>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（健康推進課）</u> 区内産科医療機関や精神科医療機関及び区保健師の連携を円滑にするために、情報交換会を開催します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他
89	<u>板橋区精神科医療機関間情報交換会（地域保健課）</u> 区内精神科医療機関が情報交換できる場を提供し、医療機関間の連携を図ります。 軽減できる危険因子：健康、その他
90 再掲(No.57)	<u>出張ゲートキーパー研修（地域保健課）</u> 企業、町会・自治会、民生・児童委員協議会等、ゲートキーパー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あった講師を派遣し、ゲートキーパーを養成します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
91 再掲(No.56)	<u>区民向けゲートキーパー研修（地域保健課）</u> 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。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
92	<u>職員へのゲートキーパー研修（地域保健課）</u> 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、庁内の研修等を活用してゲートキーパー研修を実施します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
93	<u>地区ネットワーク会議（高齢政策課）</u> 地域ケア個別会議にて検討された個別事例から、課題解決に向けた検討やネットワーク構築をします。 軽減できる危険因子：家庭、健康、その他
94	<u>板橋区地域自立支援協議会（障がい政策課）</u> 障害者総合支援法に基づき、障がい者の支援体制の構築を図るため、関係機関と連携し、地域の実情に応じた支援体制の検討を行う会議を設置・運営します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、勤務、その他
95	<u>要保護児童対策地域協議会（支援課）</u> 児童福祉法に基づき要保護児童対策地域協議会を設置し、要保護児童等に関する情報共有や支援内容について協議します。 軽減できる危険因子：家庭、学校、その他

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
96	教職員へのゲートキーパー研修（指導室） 区立小中学校の生活指導主任を対象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・生徒への対応力向上を図ります。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
97	板橋区コミュニティ・スクールの推進（地域教育力推進課） 区立全小中学校に、学校や地域住民などから構成される「コミュニティ・スクール委員会」を設置し、教育活動を地域住民が支援する「学校支援地域本部」と両輪・協働の関係で運営することにより、「子どもたちのより豊かな学びの実現」や「先生が子どもたちに向き合う時間や授業づくりのための時間の確保」などにつなげます。 軽減できる危険因子：学校、その他

※「No.84 心のサポーター養成研修」、「No.85 地域福祉コーディネーター」、「No.90 出張ゲートキーパー研修」、「No.91 区民向けゲートキーパー研修」は、重点施策「孤独・孤立を軽減させる取組」の対象です。

基本施策	住民への啓発と周知	  
------	-----------	--

No	事業名（所管課）/内容/軽減できる危険因子
98	「板橋こころと生活の相談窓口」の作成・配布（地域保健課） 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、庁内外関係機関に配付します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
99	自死遺族・関係者等への情報提供（地域保健課） 区ホームページ等の媒体を通じて、自死遺族・関係者等への情報提供を行います。 軽減できる危険因子：家庭、その他
100	検索連動型広告の活用（地域保健課） 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。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
101	こころの体温計の運用（地域保健課） メンタルチェックシステム「こころの体温計」を運用・周知することで、区民が気軽にセルフチェックできる機会を提供します。 軽減できる危険因子：家庭、健康、経済・生活、勤務、学校、その他
102	児童・生徒のための相談窓口一覧配布（指導室） 児童・生徒のための相談窓口一覧を、区立小・中学校全校で配付します。 軽減できる危険因子：家庭、学校、その他

4 前計画の取組と評価

- ◆ 前計画では、令和5(2023)年度から令和7(2025)年度までを計画期間として、延べ136事業を計画の対象として実施しました。数値目標は、平成27(2015)年の年間自殺死亡率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)以下にすることでした。
- ◆ 施策は、国が全国的に実施することが望ましいとする施策のうち5つを基本施策として、また、板橋区において特に対策が必要と考えられる重点対象者向けの4つを重点施策として実施しました。

＜前計画における数値目標（外国人を除く区民）＞

	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)	100	目標70以下

(1) 前計画における施策名及び事業数

＜基本施策＞

基本施策名	事業数(計76)
(1) 地域におけるネットワークの強化	19
(2) 自殺対策を支える人材の育成	5
(3) 住民の啓発と周知	4
(4) 子ども・若者への支援	24
(5) 生きることの促進要因への支援	24

＜重点施策＞

重点施策名	事業数(計60)
(1) 児童・生徒のこころの教育に関する教育	21
(2) 妊産婦への支援	19
(3) 働く世代への支援	8
(4) 高齢者への支援	12

(2) 前計画における事業の評価方法

3－(3) 「計画事業の評価」参照

(3) 前計画における事業の取組状況(量的評価)

基本施策及び重点施策における量的評価の評価評語が「達成プラス」及び「達成」の合計は以下のとおりでした。

<基本施策>

施策名	令和6年度	令和5年度	事業総数
①地域におけるネットワークの強化	18 (94.7%)	18 (94.7%)	19
②自殺対策を支える人材の育成	4 (80%)	5 (100%)	5
③住民の啓発と周知	4 (100%)	4 (100%)	4
④子ども・若者への支援	23 (95.8%)	21 (87.5%)	24
⑤生きることの促進要因への支援	23 (95.8%)	22 (91.7%)	24

<重点施策>

施策名	令和6年度	令和5年度	事業総数
①児童・生徒のこころの教育に関する教育	21 (100%)	18 (85.7%)	21
②妊産婦への支援	19 (100%)	17 (89.5%)	19
③働く世代への支援	7 (87.5%)	8 (100%)	8
④高齢者への支援	12 (100%)	11 (91.7%)	12

【参考】質的評価の内訳

<基本施策>

施策名	A	B	C	事業総数
①地域におけるネットワークの強化	5	2	12	19
②自殺対策を支える人材の育成	3	0	2	5
③住民の啓発と周知	3	0	1	4
④子ども・若者への支援	1	4	19	24
⑤生きることの促進要因への支援	11	5	8	24

<重点施策>

施策名	A	B	C	事業総数
①児童・生徒のこころの教育に関する教育	2	2	17	21
②妊産婦への支援	7	5	7	19
③働く世代への支援	1	3	4	8
④高齢者への支援	0	2	10	12

(4) 成果と課題

＜前計画期間における板橋区の自殺死亡率及び自殺者数（外国人を除く区民）＞

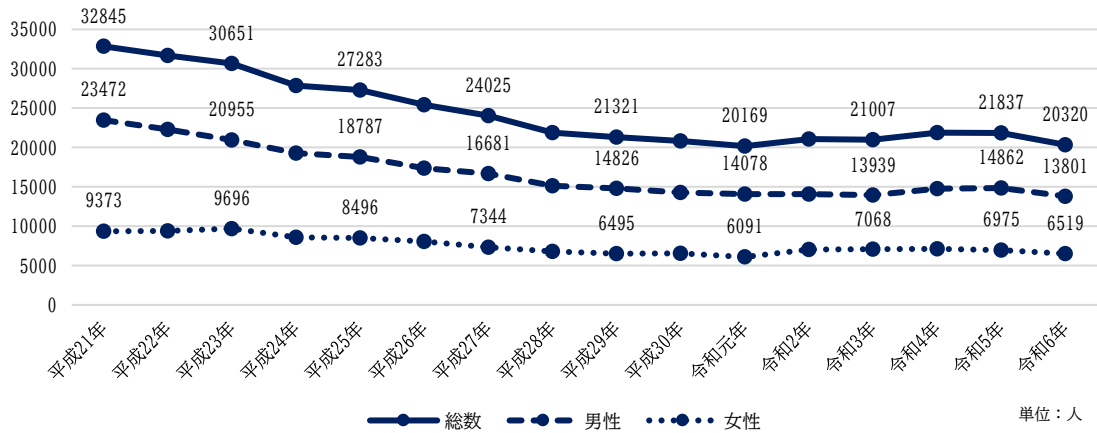
	平成 27 年 (基準値)	令和 5 年	令和 6 年	令和 8 年 (目標値)
自殺死亡率	18.9	17.0	14.8	13.0 以下
自殺者数	100 人	92 人	80 人	70 人以下

出典：「板橋区の保健衛生」

- ◆ 基本施策及び重点施策における量的評価の評価評語が「達成プラス」または「達成」であった事業の合計は、令和 5 年度及び令和 6 年度とも全ての施策で 8 割以上となりました。
- ◆ 「達成プラス」の例として、スクールソーシャルワーカーの配置（教育支援センター）、おとしよりなんでも相談（高齢政策課）では、令和 5 年度実績が同年度目標値を大きく上回るだけでなく、令和 6 年度実績でも前年度実績を上回る等の成果が見られました。また、令和 5 年度実績で「未達成」だった事業も工夫を重ねることで評価が改善した結果、令和 6 年度の量的評価は令和 5 年度より向上しました。
- ◆ 「未達成」の例として、出張ゲートキーパー研修（地域保健課）では、年 10 回分の研修講師派遣を確保していましたが、派遣希望者からの申込は 3 回でした。今後は、ゲートキーパーの認知度向上とともに、当該研修の周知に関する取組を強化していく必要があります。
- ◆ 前計画から評価方法に「質的評価」を加えました。これは自殺対策事業としての質的向上をめざすものでありますが、自殺予防効果を可視化することで、各事業が自殺対策とどのように関連しているのかを把握しやすくなりました。
- ◆ 人口動態統計に基づく板橋区の令和 6 年の自殺死亡率は 14.8（自殺者数 80 人）で、着実に自殺対策としての成果を上げているものの、前計画の目標達成には至っていません。また、全国における小中高生の自殺者数が増加傾向にある等、自殺者の属性に変化が見られることから、変化の要因に留意しつつ、自殺対策を推進します。

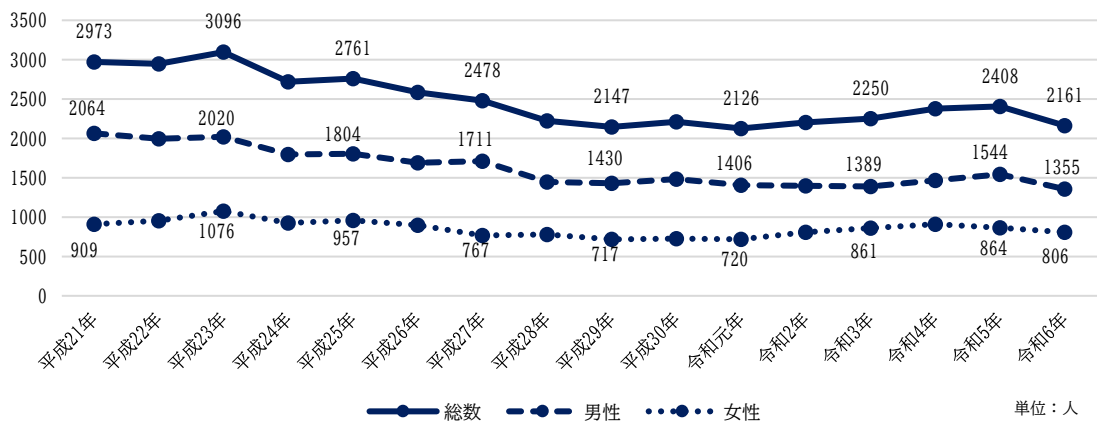
5 参考データ

<全国の男女別自殺者数>



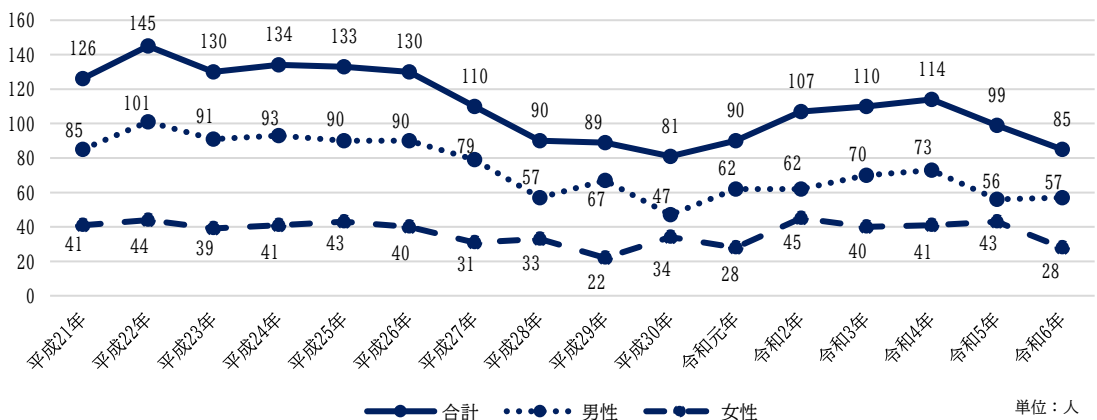
出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

<東京都の男女別自殺者数>



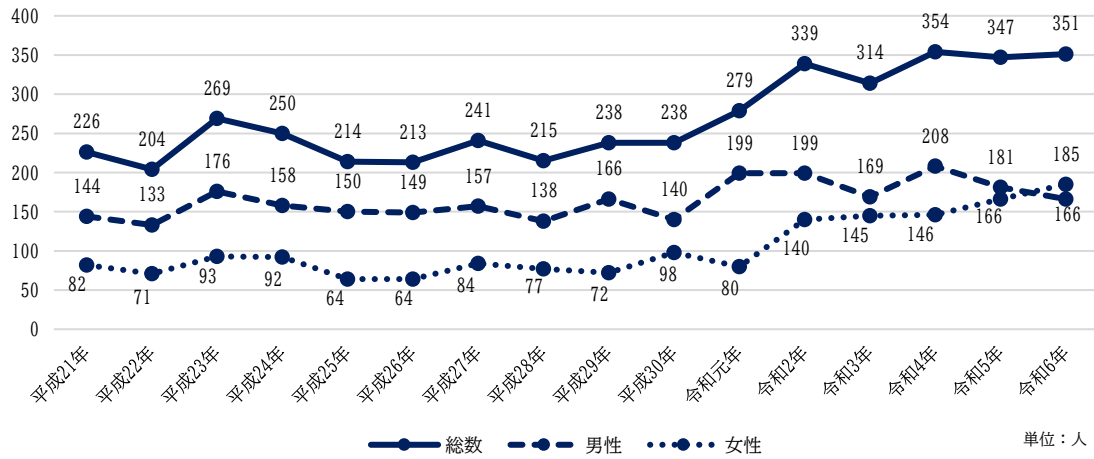
出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

<板橋区の男女別自殺者数（外国人を含む区民）>



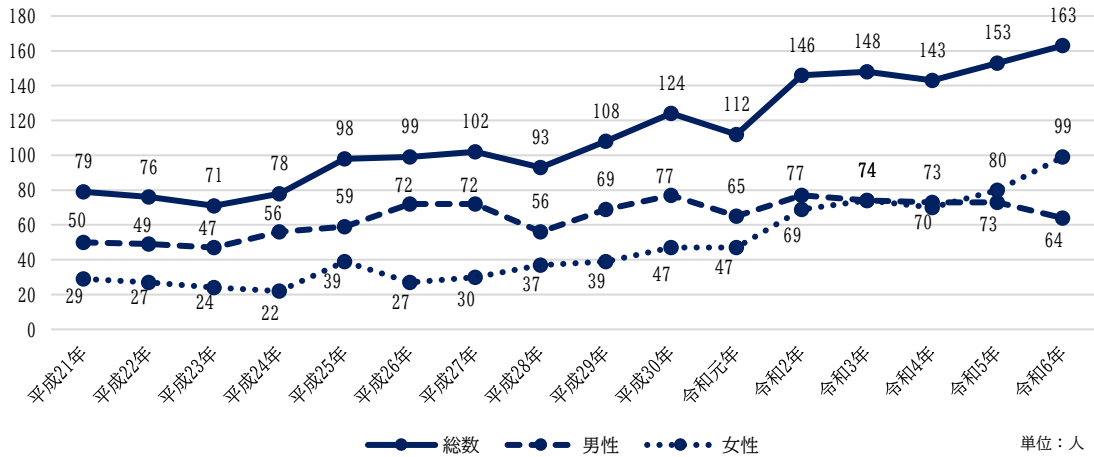
出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

＜全国における高校生の男女別自殺者＞



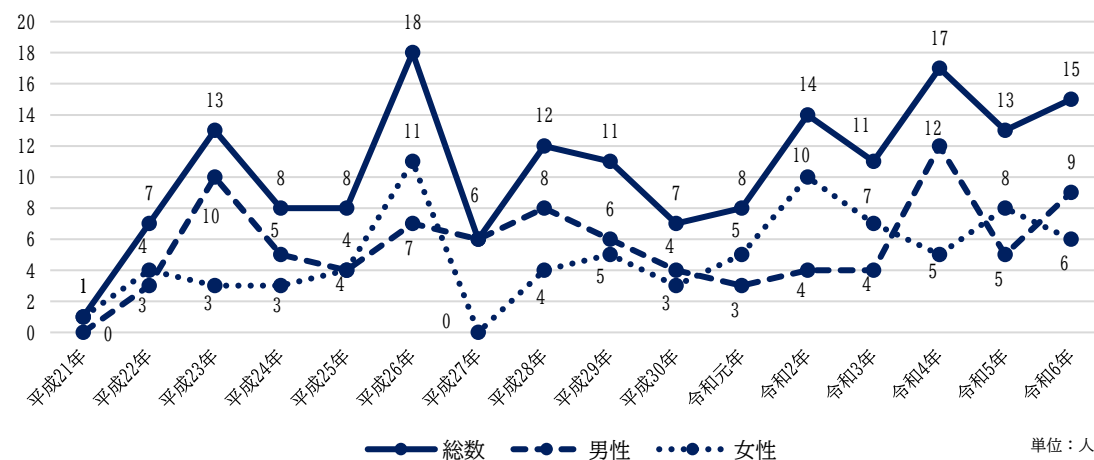
出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

＜全国における中学生の男女別自殺者数＞



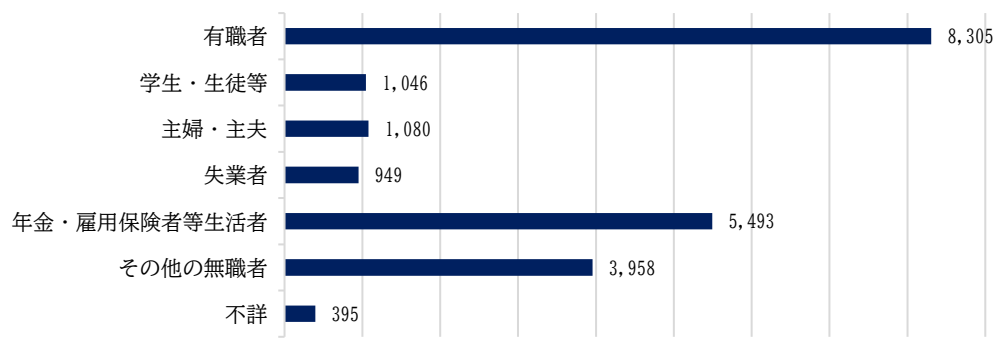
出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

＜全国における小学生の男女別自殺者数＞



出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

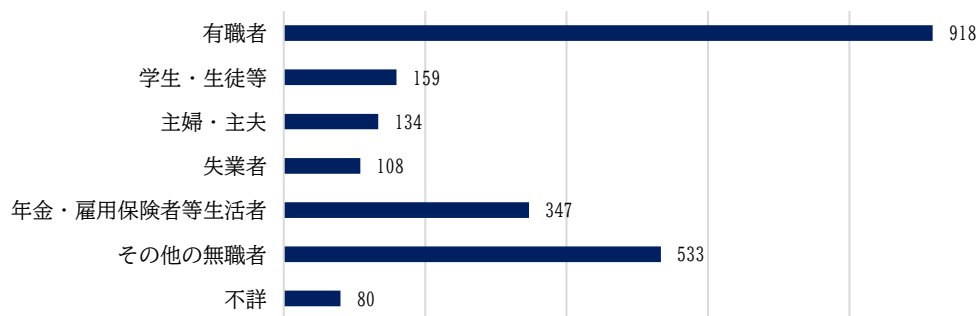
<全国の職業別自殺者数（令和2年から令和6年までの平均）>



単位：人

出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

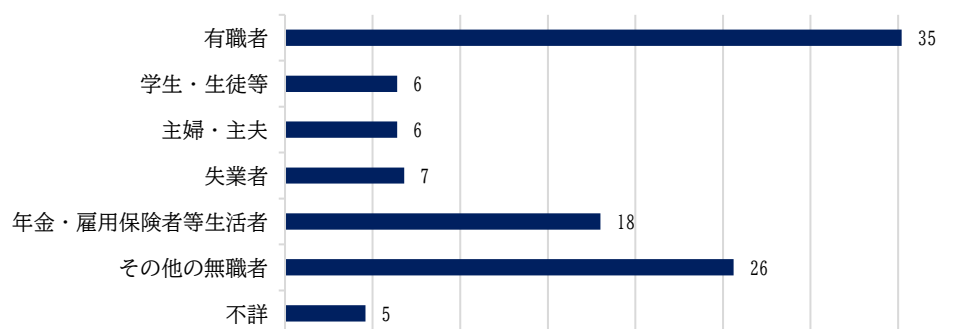
<東京都の職業別自殺者数（令和2年から令和6年までの平均）>



単位：人

出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

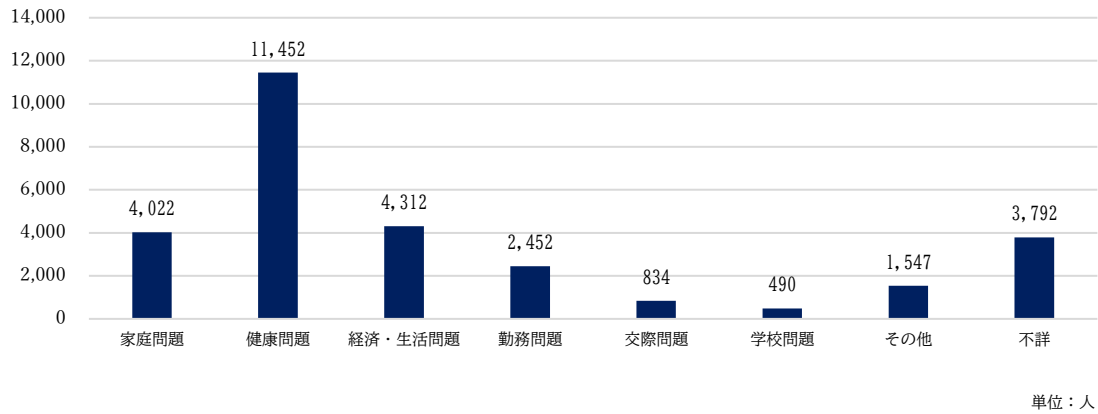
<板橋区の職業別自殺者数（令和2年から令和6年までの平均）>



単位：人

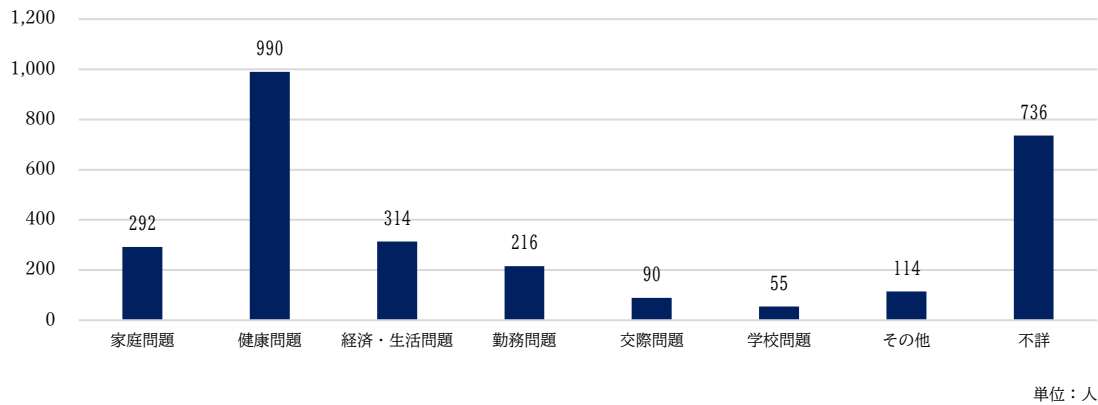
出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

<全国の動機別自殺者数（令和２年から令和６年までの平均）>



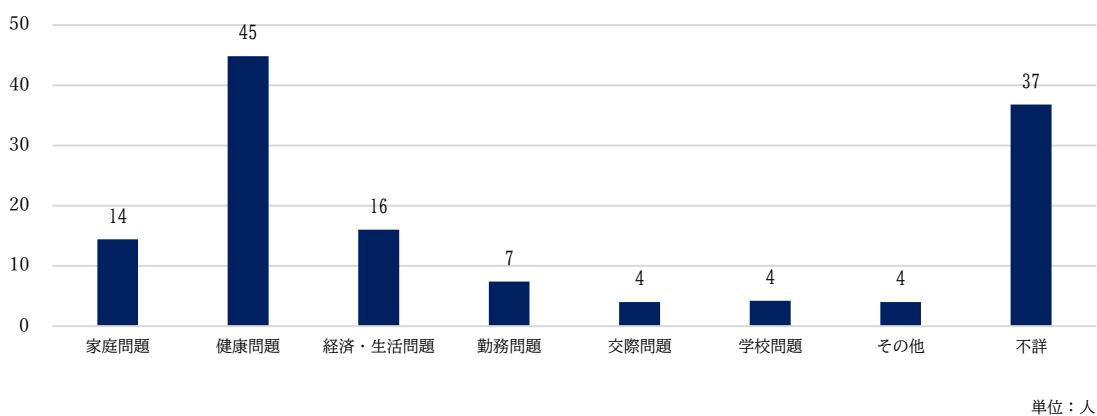
出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

<東京都の動機別自殺者数（令和２年から令和６年までの平均）>



出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

<板橋区の動機別自殺者数（令和２年から令和６年までの平均）>



出典：「地域における自殺の基礎資料」に基づき板橋区作成

※ 動機別自殺者数について

- 「原因・動機特定者」とは、少なくとも１つの原因・動機が特定されている自殺者をいう。
- 原因・動機を複数計上可能としているため、総数と原因・動機別自殺者数の和は一致しない。