

みんなで作ろう！セーフコミュニティちちぶ

自殺予防対策委員会活動報告



国際認証都市
セーフコミュニティちちぶ

発表者：副委員長 今泉 学之
所 属：秩父都市薬剤師会

セーフコミュニティ自殺予防対策委員会構成 (委員：秩父地域自殺予防対策連絡会の中から選任)

区 分	構 成 団 体 名 称 等
医 療	秩父都市医師会
	秩父都市歯科医師会
	秩父都市薬剤師会
	秩父中央病院（精神科）
商 工	秩父商工会議所
	西秩父商工会
	荒川商工会
社 協	秩父市社会福祉協議会
福 祉 組 織 等	秩父市民生委員・児童委員協議会
	高齢者相談支援センター （秩父市在宅介護支援センター）
	秩父市障害者団体連絡協議会
警 察	秩父警察署
	小鹿野警察署
消 防	秩父消防本部
司 法	埼玉司法書士会秩父支部
行 政 機 関	秩父公共職業安定所
	秩父保健所
	秩父市保健センター

自殺予防対策委員会の経過①

会議名等	回数・内容等
自殺予防対策委員会	3～4回/年（前回認証以降合計14回）
秩地域父自殺予防 フォーラム	1回/年（前回認証以降合計5回）
研修会	1～2回/年
各種講座・講演会・ 会議等	2015年度 若年層のメンタルヘルス講演会 睡眠公開講座
	2016年度 SC認証1周年記念イベント
	2017年度 横浜市栄区SC事前指導視察 市民安全・安心フォーラム2017inちちぶ
	2018年度 秩父市SC講演会 アジア地域SC会議厚木大会 分科会報告 SC事業報告会
	2019年度 秩父市SC講演会

自殺予防対策委員会設置の背景

なぜ自殺対策の組織が編成されたか？

新聞記事から始まった…

2008年(平成20年)9月20日

朝日新聞の報道

・自殺傾向「北高南低」

・秩父保健所管内

(秩父市・横瀬町・皆野町・長瀬町・小鹿野町)



SMR : 1.26

(埼玉県平均の1.26倍)



※2008年の時点で自殺指数が高く、2007～2013年の自殺率は、埼玉県や全国よりもかなり高くなっていた。

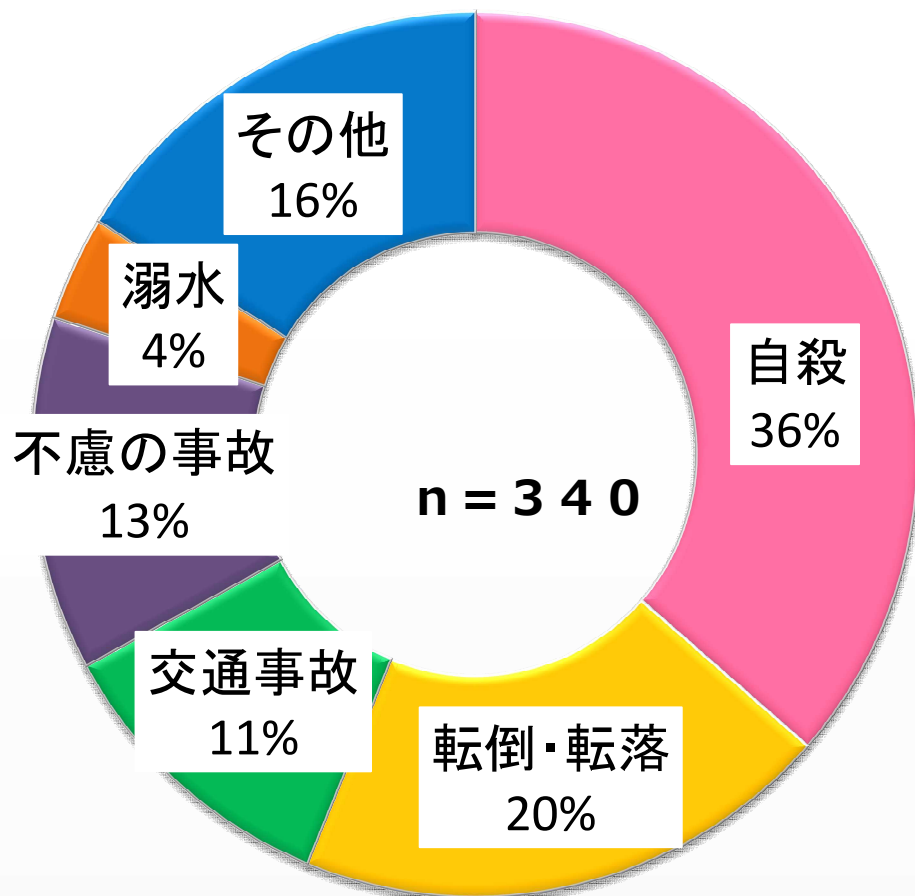
2011年～「秩父地域自殺予防対策連絡会」を設置



自殺の地域診断 データでみる自殺に関する状況(1)

図1

外因による死亡の状況(秩父市・2006-2012)

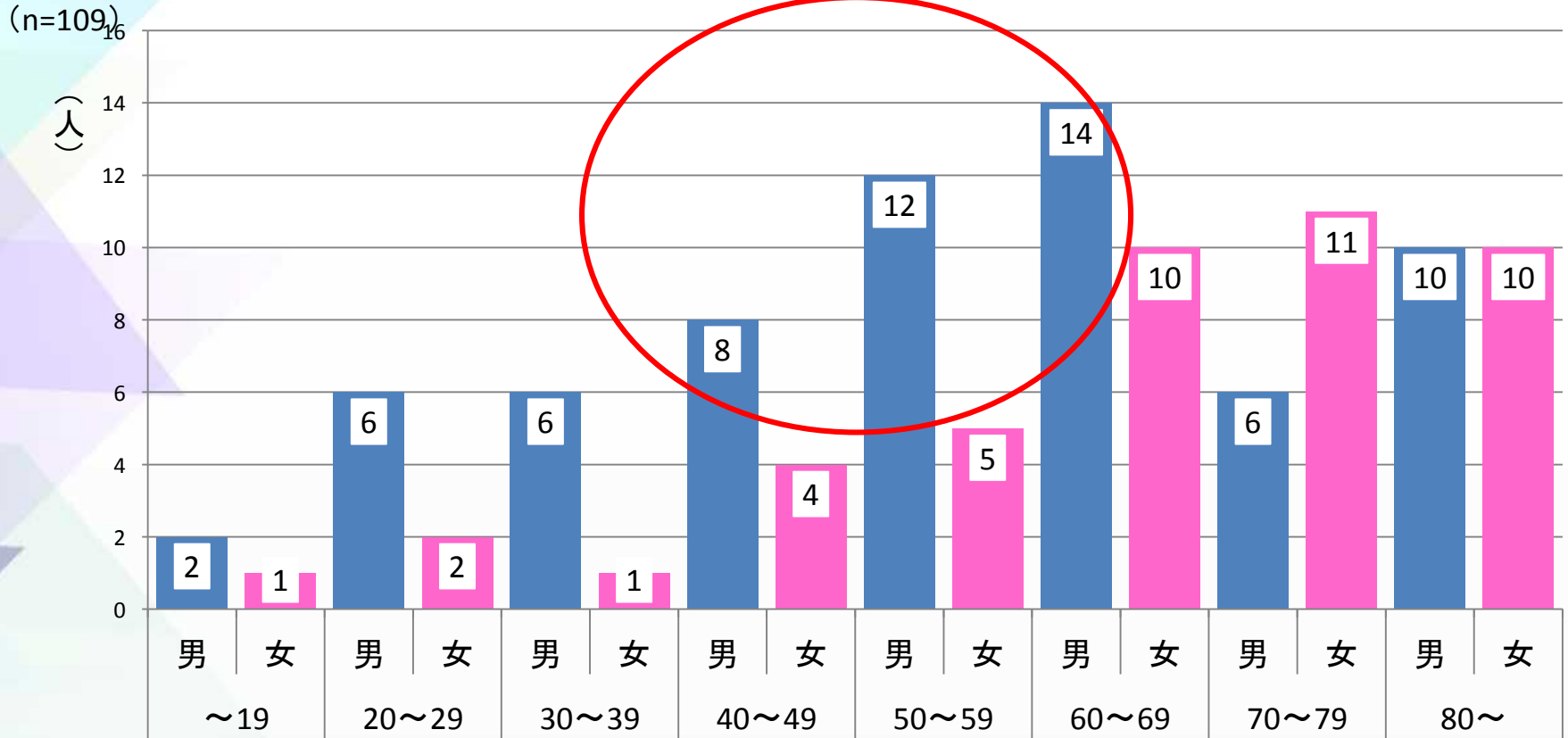


人口動態統計より

死亡の外的要因は自殺が最も多い

自殺の地域診断 データでみる自殺に関する状況 (2)

図2 年代別・男女別自殺者数（秩父市・2009－2014）



内閣府：自殺の基礎資料（自殺日・住居地ベース）

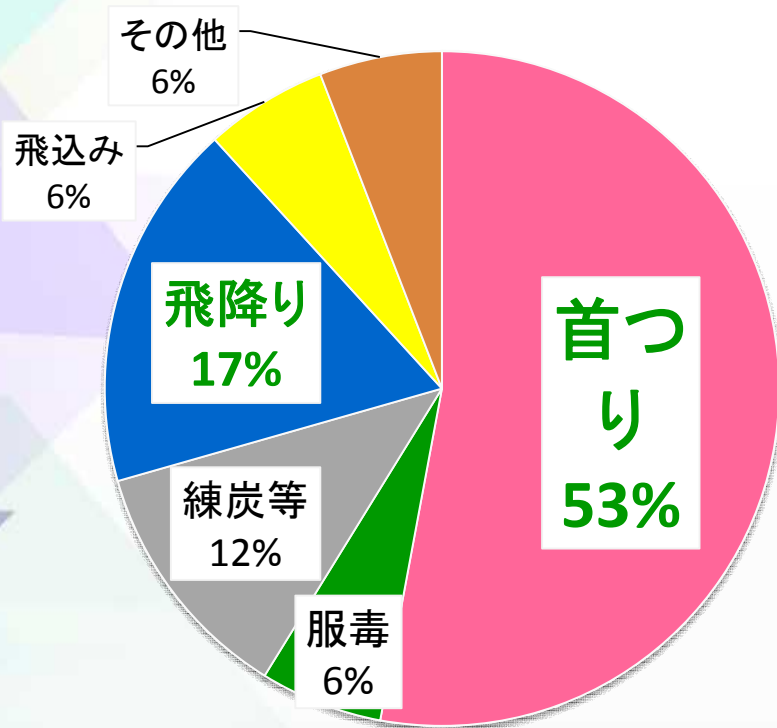
自殺が多いのは「40～60歳代の男性」
と「60歳以上の女性」

自殺の地域診断 データから見た自殺に関する状況 (3)

自殺手段の割合 (2009-2014)

図3-1

(n=109) < 秩父市 >

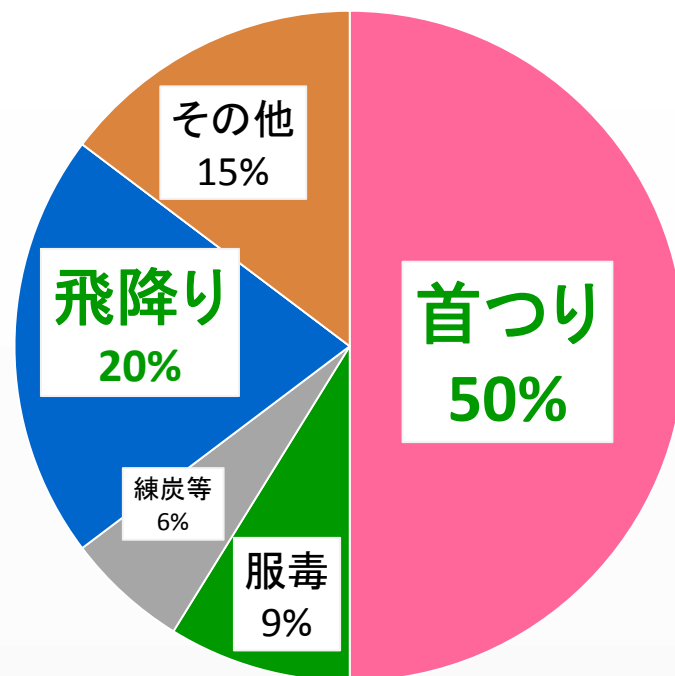


内閣府: 自殺の基礎資料(自殺日・住居地)

図3-2

(n=34)

< 40~60歳代男性 >



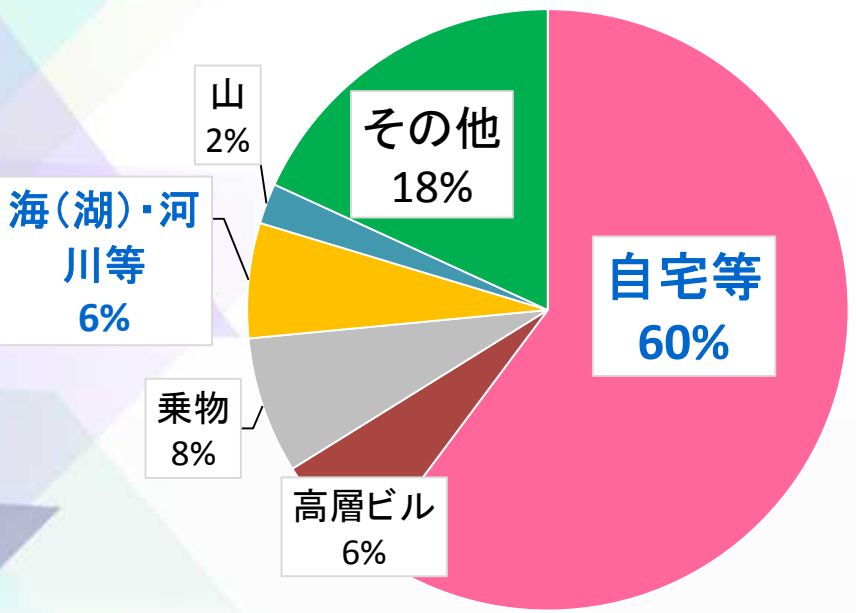
内閣府自殺統計原票データ特別集計
(秩父市自殺日・居住日ベース)

「市全体」「40~60歳台ともに「首つり」が半数、
→飛び降りが続く

自殺場所の割合 (2009-2014)

図4-1

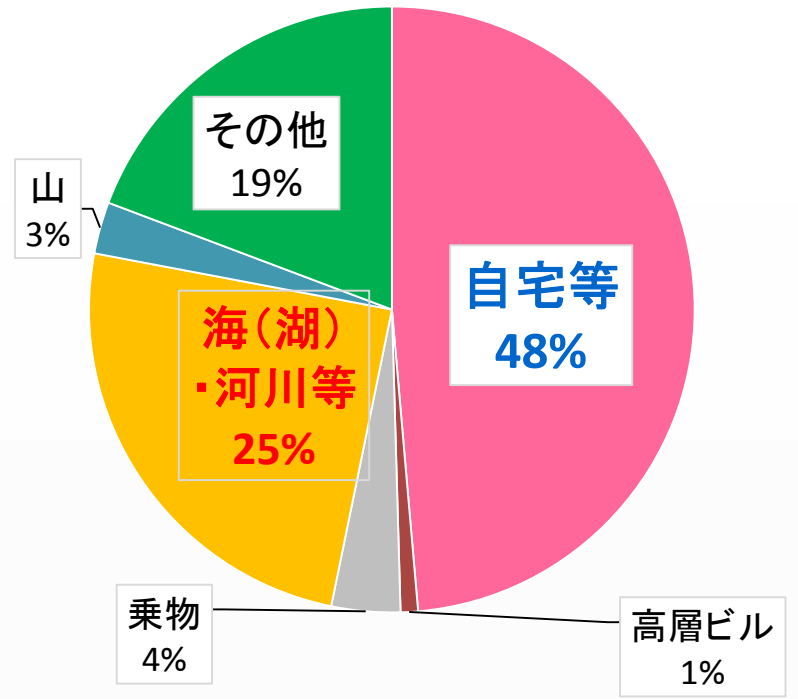
< 埼玉県 >



(n=9587)

図4-2

< 秩父市 >



(n=109)

内閣府自殺の基礎資料

本市の特徴は、「海(湖)・河川等」が自宅に続いて多い点

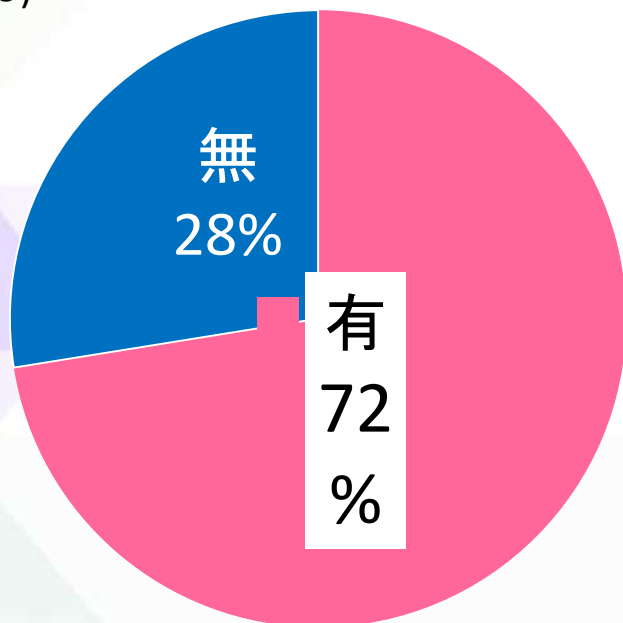
自殺の地域診断 データから見た自殺に関する状況 (5)

同居人有無の割合 (2009-2014)

図5-1

< 秩父市 >

(n=109)

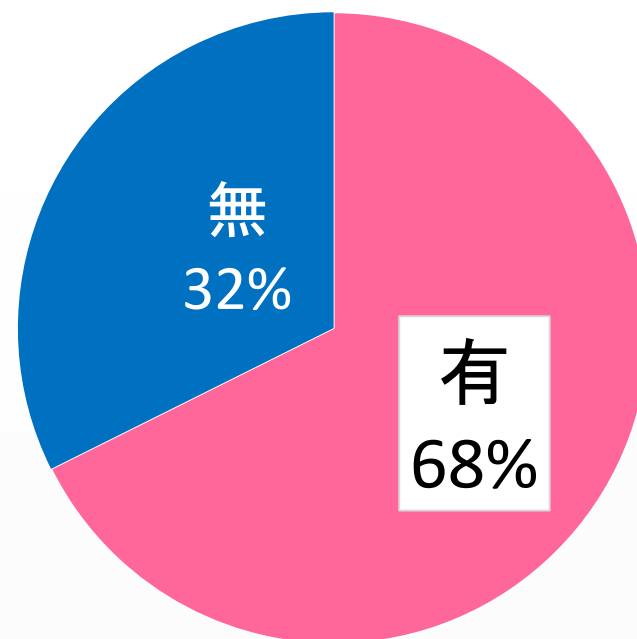


内閣府自殺の基礎資料(自殺日・住居地ベース)

図5-2

< 40~60代男性 >

(n=34)



内閣府自殺統計原票データ特別集計
(秩父市自殺日・居住日ベース)

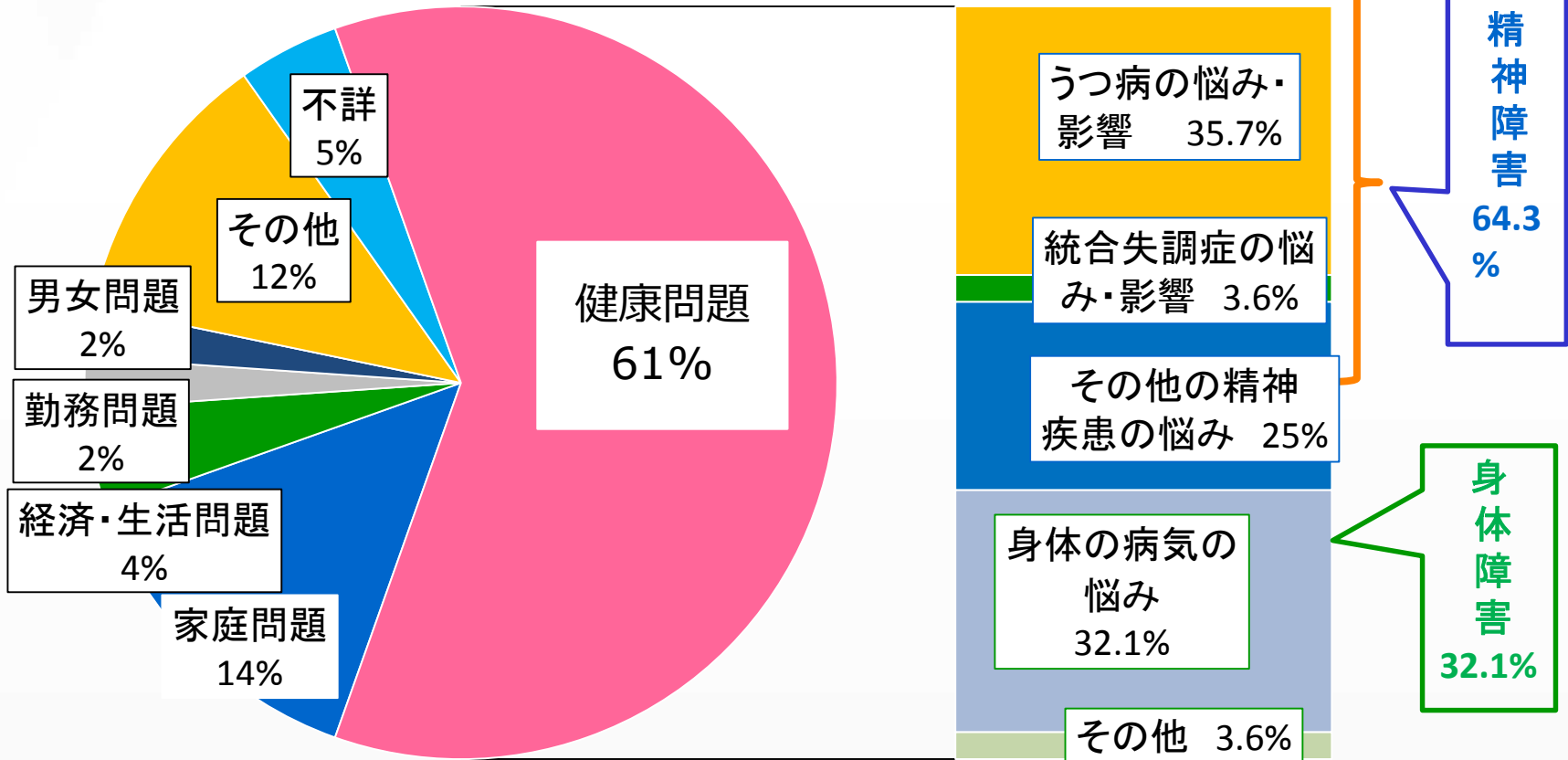
同居人「有」が約7割を占める

自殺の地域診断 データから見た客観的な危険 6 - 1

自殺原因の割合 (秩父市・2010-2013年)

図 6 - 1

(n=91人)



内閣府: 自殺の基礎資料(発見日・住居地ベース)

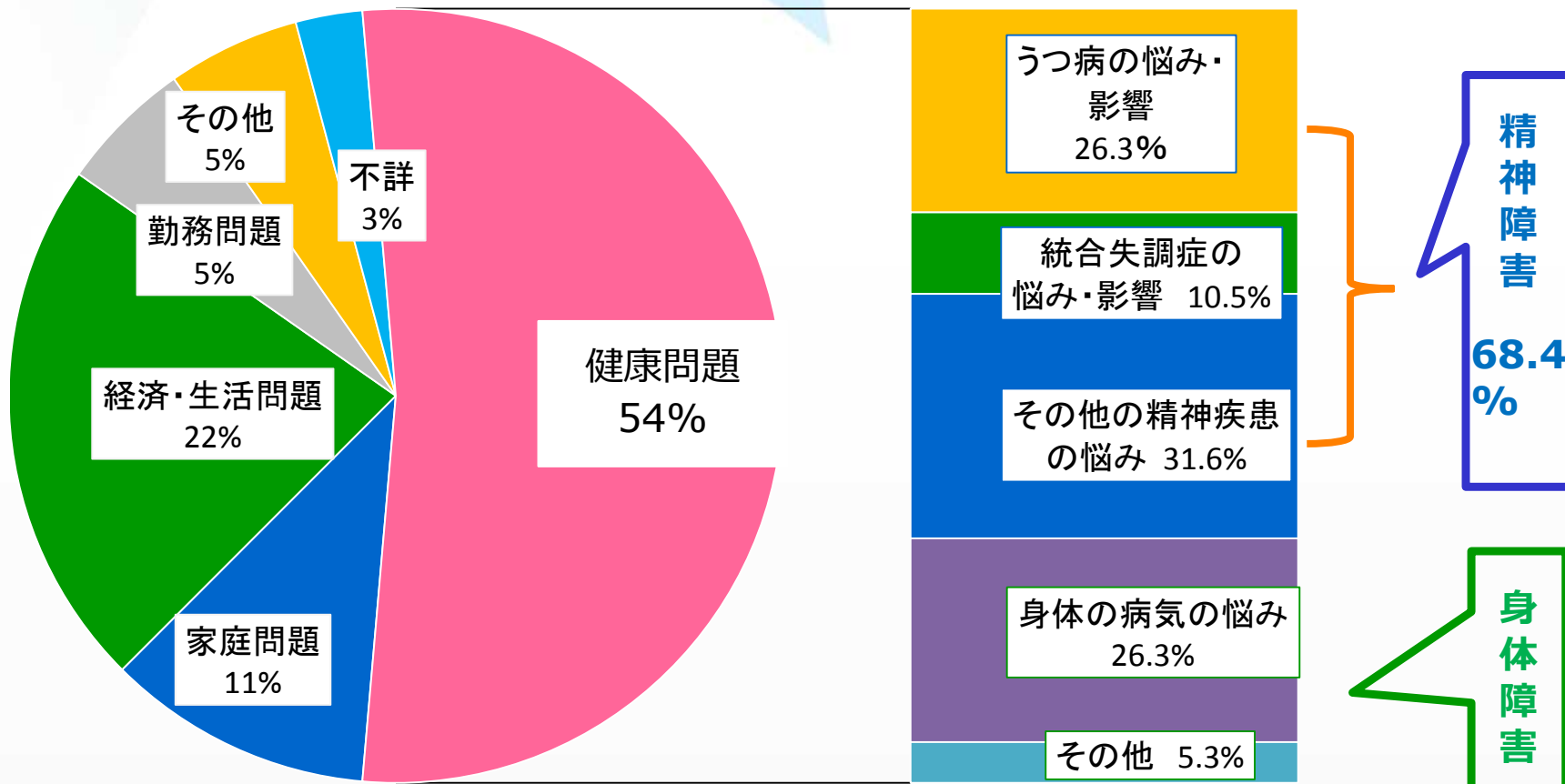
※原因の複数選択を含むため自殺者の総数と一致しない

自殺の地域診断 データから見た客観的な危険 6-2

自殺原因割合 (40~60歳代男性・2009-2014年)

図6-2

(n=36人)



内閣府自殺統計原票データ特別集計(秩父市自殺日・居住地ベース)

※原因の複数選択を含むため自殺者の総数と一致しない

自殺の地域診断 データから見た自殺に関する状況 (8)

図 9-1

住所地と発見地別自殺死亡率の比較

(2013)

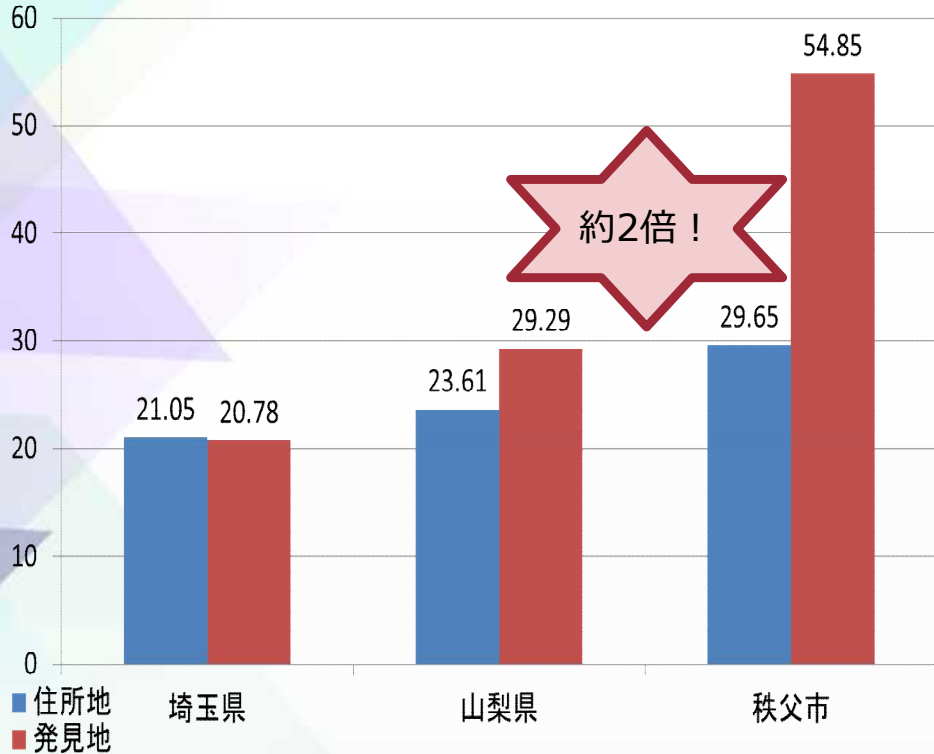
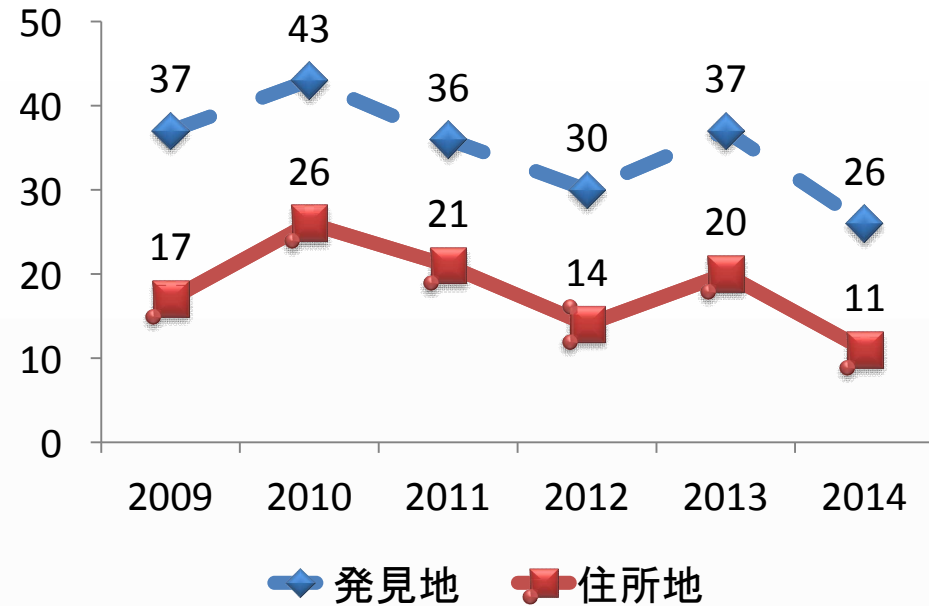


図 9-2

住所地と発見地別でみた自殺者数(秩父市)

(2009~2014)



内閣府:自殺の基礎資料

- 本市の自殺率は、自殺の名所がある山梨県の発見地より高い
- 市外から秩父に来て秩父市内で自殺する人が多い

秩父地域外からの自殺者の現状

図10

(n=37)

自殺の手段

薬物による中毒死
5%

入水
5%

焼身
6%

首つり
16%

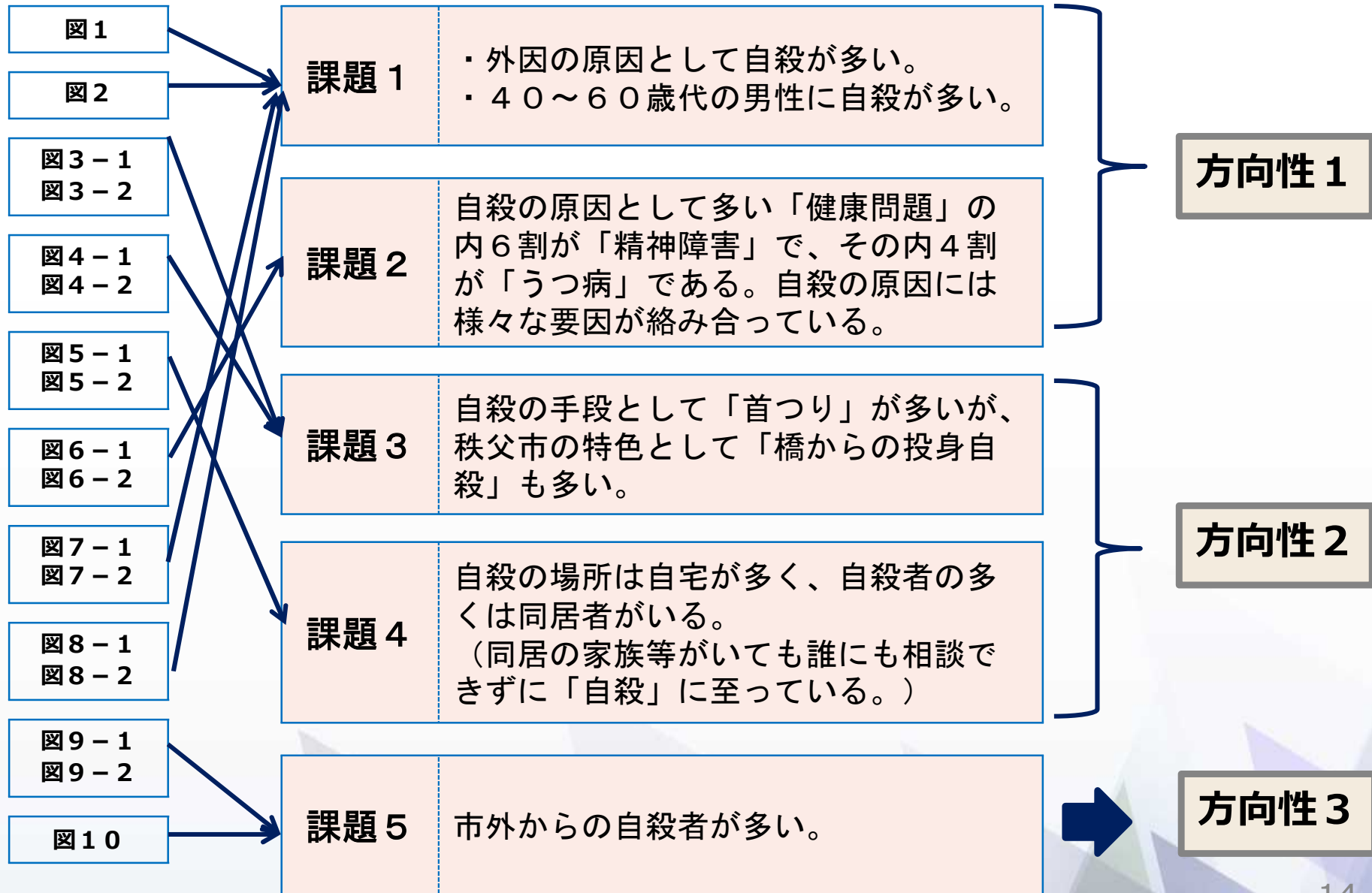
練炭
22%

高所からの飛び降り
46%

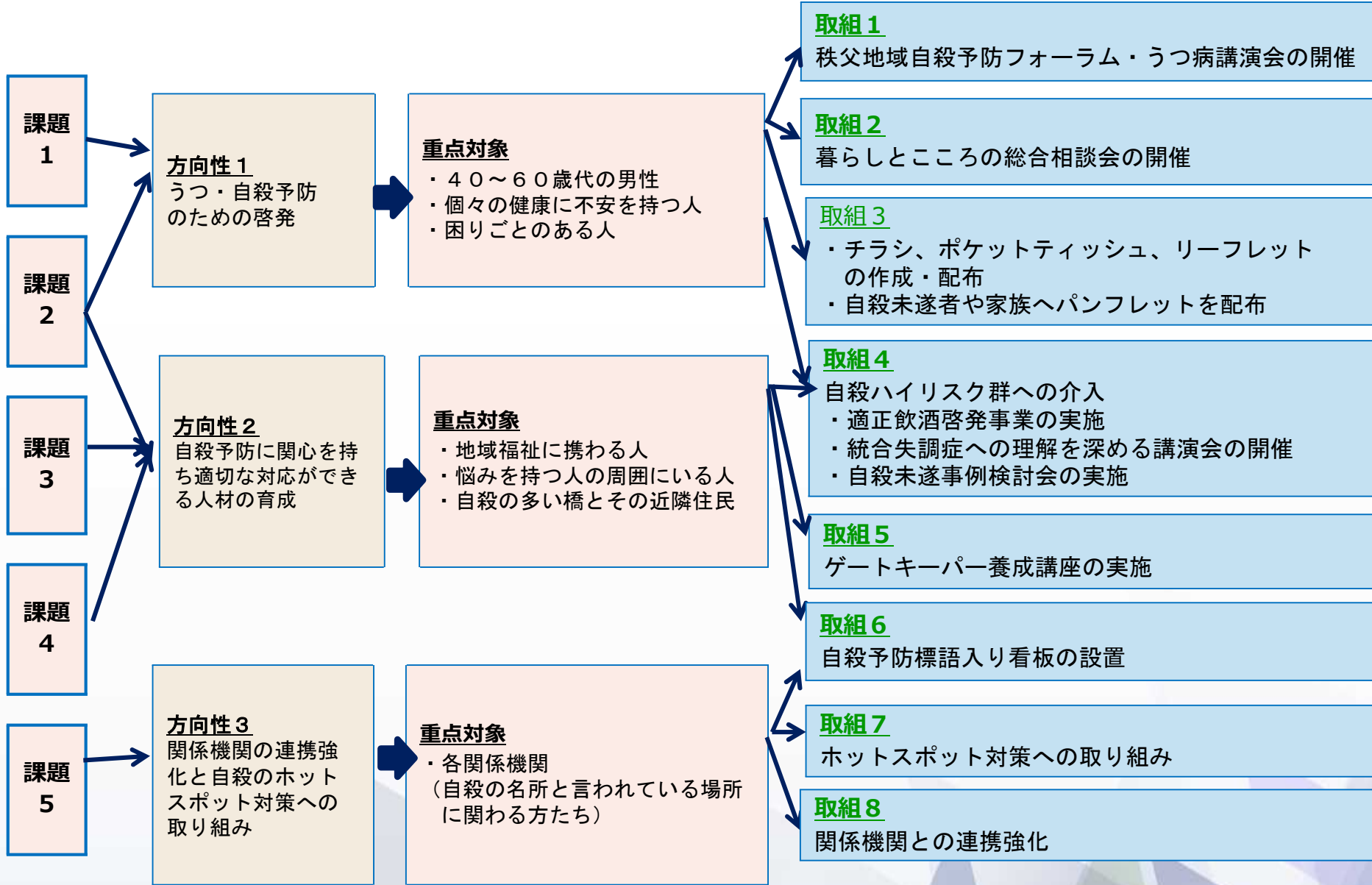


埼玉県警察統計(2013年1月～2014年11月末累計)

地域診断による課題の整理



課題・方向性・重点対象・取組の整理



自殺対策の体制



課題に対するレベル別の対策

課題	対 策			
	方向性	国・県レベル	市レベル	地域レベル
課題 1～5	教育啓発	・健康増進事業	・秩父市自殺対策計画 (2019年3月策定) ・いのち支える自殺対策 推進本部	・ゲートキーパー養成講座を受講しての 声かけ
	教育啓発	・自殺対策基本法 ・自殺総合対策大綱 ・埼玉県自殺対策計画		
	環境整備			・橋の自殺予防標語入り看板を設置し、声かけ、見守り

プログラムの運営状況 1

区分	進行状況				2019年～
	2015年 (認証)	2016年	2017年	2018年	
①秩父地域自殺予防フォーラム・うつ病講演会の開催	自殺予防フォーラム	自殺予防フォーラム	自殺予防フォーラム	自殺予防フォーラム	① 秩父地域自殺予防フォーラム・うつ病講演会の開催
	→ 継続				
②暮らしとこころの総合相談会の開催	市民相談を案内	市民相談を案内			② チラシ、ポケットティッシュ、リーフレットの作成・配布
	→ 市の実施				
③-1 チラシ、ポケットティッシュ、リーフレットの作成・配布	キャンペーン等で配布	キャンペーン等で配布	キャンペーン等で配布		③-1 に含む
	→ 継続				
③-2 自殺未遂者や家族へパンフレットを配布	パンフレット配布	パンフレット配布	パンフレット配布		③-1 に含む
	→ 継続				
④-1 適正飲酒啓発事業の実施	スクリーニングテストなど	スクリーニングテストなど	スクリーニングテストなど		市の実施
	→ 市の実施				

プログラムの運営状況 2

区分	進行状況				2019年～
	2015年 (認証)	2016年	2017年	2018年	
④-2 統合失調症への理解を深める講演会の開催	各種講演会の実施	各種講演会の実施	統合		
④-3 自殺未遂事例検討会の実施	各種講演会の実施	各種講演会の実施	統合		
⑤ゲートキーパー養成講座の実施			講座開催	継続	③ ゲートキーパー養成講座の実施
⑥自殺予防標語入り看板の設置	看板設置	看板設置	看板設置	継続 ⑥⑦統合	④ 自殺予防標語入り看板の設置・ホットスポット対策への取り組み
⑦ホットスポット対策への取り組み		ネット規制の要望(埼玉県)	SNSを学ぶ研修会		
⑧関係機関との連携強化	会議・研修会	会議・研修会	会議・研修会	継続 ①に統合	

① 秩父地域自殺予防フォーラム・うつ病講演会の開催（継続） （関係機関との連携）

課 題	①外因の原因として自殺が多い ②40～60歳代の男性に自殺が多い	
方向性	うつ・自殺予防のための啓発	
内容等	【内容】	自殺予防とうつ病に対する理解を深め、自殺の問題を地域全体で考える
	【対象】	秩父地域住民
	【実施者】	SC自殺予防対策委員会 秩父地域自殺予防対策連絡会 秩父地域自殺予防フォーラム実行委員会
（短期評価） 意識・知識の変化	【指標】 うつ病・自殺予防についての知識を持つ人が増える。	【測定】 秩父地域自殺予防フォーラム参加人数
（中期評価） 態度・行動の変化	【指標】 自殺予防について理解が深まった人の割合	【測定】 アンケート調査
（長期評価） 状態・状況の変化	【指標】 自殺者・自殺率の減少	【測定】 厚生労働省自殺データ

取り組み1

■秩父地域自殺予防フォーラムの開催

対象：市民

目的：自殺予防とうつ病に対する理解を深めることで、秩父地域全体で自殺について考え、取り組む体制と文化を醸成

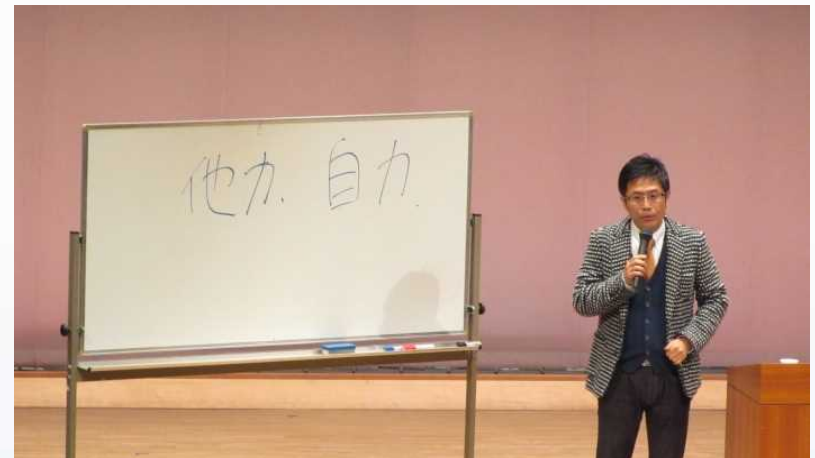
開催頻度：2009年度から年1回

(ただし、2020年度はオンライン配信)

視聴回数24,600回(2020年10月23日～2021年3月31日配信)



自殺予防フォーラムの様子



精神科医・名越康文先生の講演

取り組み1-2

■関係機関との連携

連絡会において会議や研修会を実施し、秩父地域の自殺対策を推進を図る

年度	活動実績	
2016	会議	秩父地域自殺予防対策連絡会 5回
	研修会	2回（自死遺族の体験談 他）
2017	会議	秩父地域自殺予防対策連絡会 4回
	研修会	3回（遺族の心のケア・SNS被害 他）
2018	会議	秩父地域自殺予防対策連絡会 4回
	研修会	2回（メンタルヘルスファーストエイド 他）
2019	会議	秩父地域自殺予防対策連絡会 4回



会議の議論の様子



SNS研修会

短・中期評価（意識・行動の変化）

■「自殺予防フォーラム参加人数」（短期評価・意識の変化）

区分	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年
参加人数	500人	500人	500人	333人	590人	350人

データ：保健センター

○自殺予防フォーラムの認知度 11.1%（2018年：健康長寿に向けたアンケート調査）

■「自殺予防について理解が深まった人の割合」（中期評価・行動の変化）

区分	理解できた	どちらとも いえない	理解でき なかった	自分も経験 があるので よくわかる	その他
2018年	79%	17%	1%	2%	1%
2019年	66%	25%	6%	2%	1%

○自殺予防フォーラムアンケート

②チラシ、ポケットティッシュ、リーフレットの作成・配布

課 題	①外因の原因として自殺が多い ②40～60歳代の男性に自殺が多い	
方向性	うつ・自殺予防のための啓発	
内容等	【内容】	自殺予防の関心を得るため普及啓発品を配布
	【対象】	秩父地域住民
	【実施者】	SC自殺予防対策委員会、西武鉄道など
(短期) 意識・知識の変化	【指標】 自殺対策事業等の認知度	【測定】 アンケート調査
(中期) 態度・意識の変化	【指標】 悩み事やストレスを相談できる人の割合	【測定】 アンケート調査
(長期) 状態・状況の変化	【指標】 自殺者数・自殺率の減少	【測定】 厚生労働省自殺データ

取り組み 2

■チラシ、ポケットティッシュ、リーフレットの作成・配布

自殺予防の関心を得るため、普及啓発品を配布していく。

年度	相談窓口案内の チラシ・リーフ レット等	ポケット ティッシュ	その他
2015	1,000	3,000	ストレスリリーサー 50個
2016	1,000	4,000	-
2017	2,000	4,500	コットンバック 600個
2018	2,000	5,000	ウェットティッシュ 1300個 入浴剤1000個
2019	1,000	4,000	

保健センターまつり



自殺予防キャンペーン

短・中期評価（意識・行動の変化）

■自殺対策啓発品の作成・配布の認知度（短期評価・意識の変化）

区分	自殺啓発品の作成・配布の認知度	
	知っている	知らない
2018年（n=1,249）	19.8%	80.2%
2019年（n= 236）	64%	36%

出典：2018年 市民アンケート 2019年 秩父地域自殺予防フォーラムアンケート

■啓発品をみて自殺予防（相談窓口）を活用した人の割合（中期評価・行動の変化）

区分	活用状況	
	活用した	活用していない
2018年 (n=210)	11.9%	88.1%
2019年 (n=141)	27%	73%

出典：2018年 市民アンケート調査 2019年秩父地域自殺予防フォーラムアンケート

③ゲートキーパー養成講座の実施

課 題	自殺の場所は自宅が多く、自殺者の多くは同居者がいる。	
方向性	自殺予防に関心を持ち適切な対応ができる人材の育成	
内容等	【内容】	ゲートキーパー養成講座の実施
	【対象】	民生児童委員、町会、一般市民 SC自殺予防対策委員会
	【実施者】	SC自殺予防対策委員会（保健センター、秩父保健所）
（短期評価） 意識・知識の変化	【指標】 ゲートキーパーとして何かできそう だと感じた人の割合	【測定】 アンケート調査
（中期評価） 態度・行動の変化	【指標】 悩んでいる人に声かけや傾聴、支援 につなげた人の割合	【測定】 アンケート調査
（長期評価） 状態・状況の変化	【指標】 自殺者数・自殺率の減少	【測定】 厚生労働省自殺データ

取り組み 3

■ゲートキーパー養成講座の実施

- ・地域で相談を受ける機会の多い民生児童委員、町会、一般市民を対象に実施
- ・2018年度より、精神疾患の理解を促進するためのプログラム「メンタルヘルスファーストエイド」を養成講座に取り入れる
- ・SC自殺予防対策委員が地域における人材育成に役立てるため、ゲートキーパー養成講座を受講

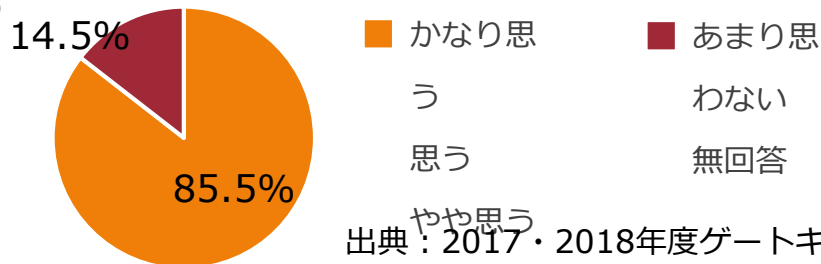
年度	実績
2017	民生児童委員 3回・86人
2018	町会、一般市民 秩父地域自殺予防対策連絡会 3回・88人
2019	一般市民、庁内職員 2回・74人

ゲートキーパー養成講座



短・中期評価（意識・行動の変化）

■ゲートキーパーとして何かできそうと感じた人の割合（短期評価・意識の変化）



出典：2017・2018年度ゲートキーパー養成講座アンケート（n：117人）

■悩んでいる人に声かけや傾聴、支援につなげた人の割合（中期評価：行動変化）

ゲートキーパー養成講座を受けたことがあるか

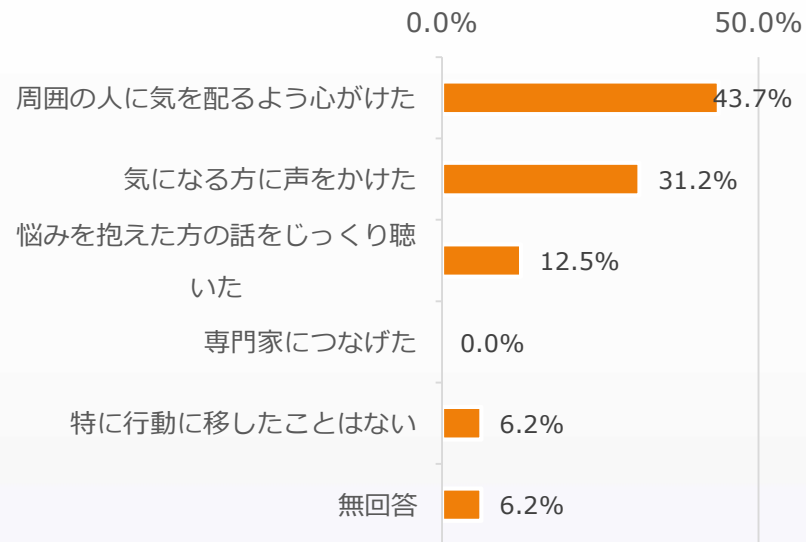
受けたことがある	9
今回初めてである	108

出典：2017・2018年度ゲートキーパー養成講座アンケート（n：117人）

ゲートキーパー養成講座を知っている人の割合

はい	1.6%
いいえ	98.3%

どのような意識の変化があったか（複数回答）



出典：2018年 健康ちちぶ21 健康長寿の実現に向けたアンケート（n：5,096人）

④自殺予防標語入り看板の設置・ホットスポット対策への取り組み

課 題	⑤市外からの自殺者が多い	
方向性	関係機関の連携強化と自殺のホットスポット対策への取り組み	
内容等	【内容】	住民が関心を持つことで、橋からの投身自殺を防ぐため、危険と思われる橋へ「自殺予防のための標語を利用した看板」を設置 研修会の実施
	【対象】	住民、各関係機関（自殺の名所と言われる場所に関わる方）
	【実施者】	秩父地域自殺予防対策連絡会、秩父市、S C自殺予防対策委員会
（短期評価） 態度・行動の変化	【指標】 自殺予防看板設置の認識度	【測定】 アンケート調査
（中期評価） 態度・行動の変化	【指標】 看板を見て、心配な人に声をかけた人の割合	【測定】 アンケート調査
（長期評価） 状態・状況の変化	【指標】 自殺者・自殺率の減少	【測定】 厚生労働省自殺データ

取り組み4

■自殺予防標語入り看板の設置

■ホットスポット対策への取り組み

住民が関心を持つことで、橋からの投身自殺を防ぐため、危険と思われる橋へ「自殺予防のための標語を利用した看板」を設置

S C自殺予防対策委員会にて
設置場所及び標語を検討

年度	実績
2014 まで	橋：9か所19枚設置
2015	橋・ダム堰堤： 2か所3枚設置
2017	橋・ダム駐車場扉： 2か所2枚設置
合計	市内13か所・24枚 設置



[自殺予防のための標語を利用した看板]

インターネット上の自殺関連情報対策の要望書を県へ提出

短・中期評価（意識・行動の変化）

■自殺予防看板設置の認識度（短期評価：意識変化）

区分	自殺予防標語入りの看板の設置	
	知っている	知らない
2018年（n=1057）	28.5%	71.5%
2019年（n=233）	62.2%	37.8%

出典：2018年 市民アンケート 2019年秩父地域自殺予防フォーラムアンケート

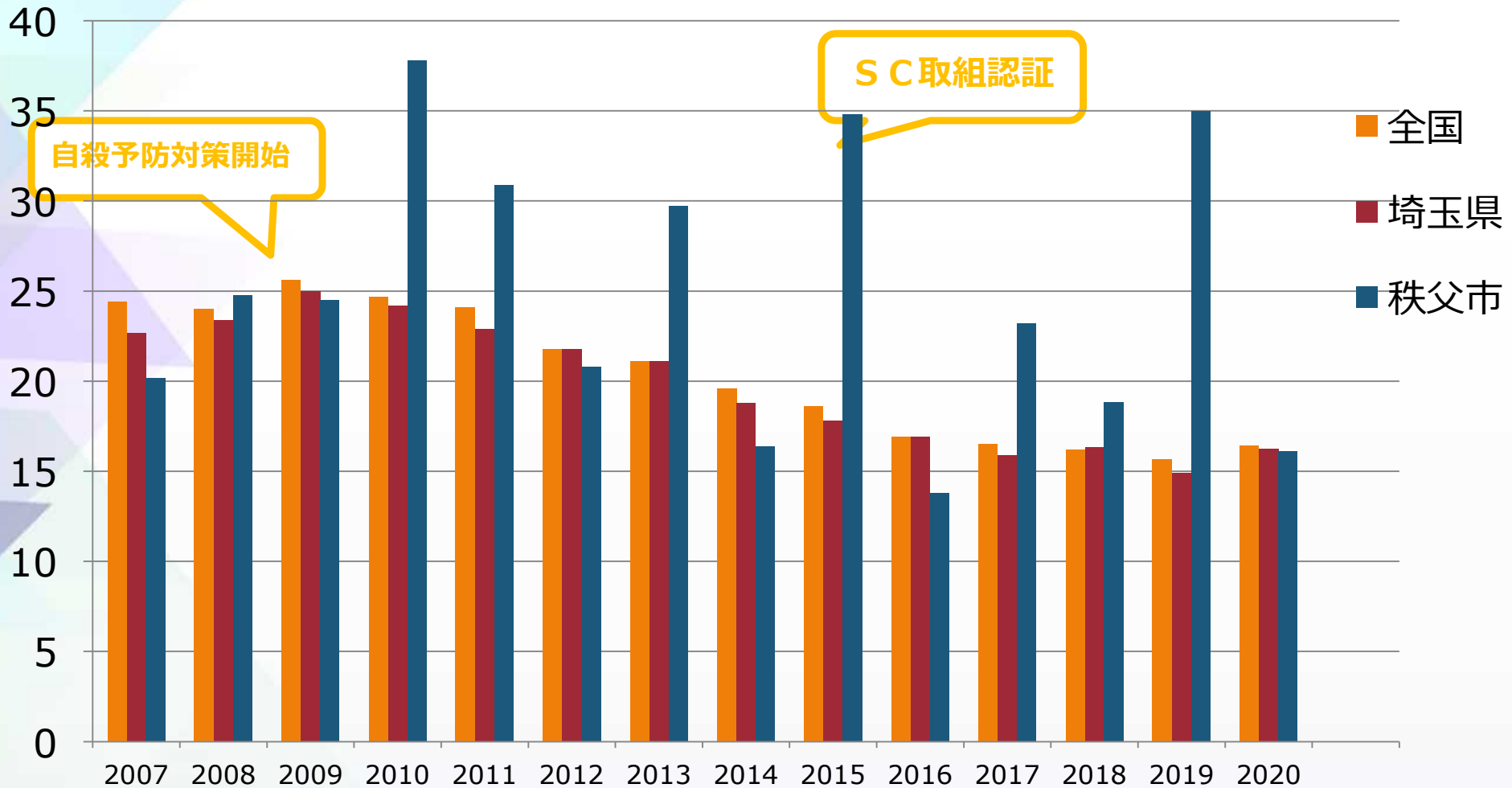
■看板を見て、心配な人に声をかけた人の割合（中期評価：行動変化）

区分	看板を見て心配な方に声をかけた割合	
	声をかけた	声をかける機会がない
2018年（n=302）	3%	97%
2019年（n=151）	2.6%	97.4%

出典：2018年 市民アンケートn=2019年秩父地域自殺予防フォーラムアンケート

長期評価（状況の変化）

■自殺率の減少

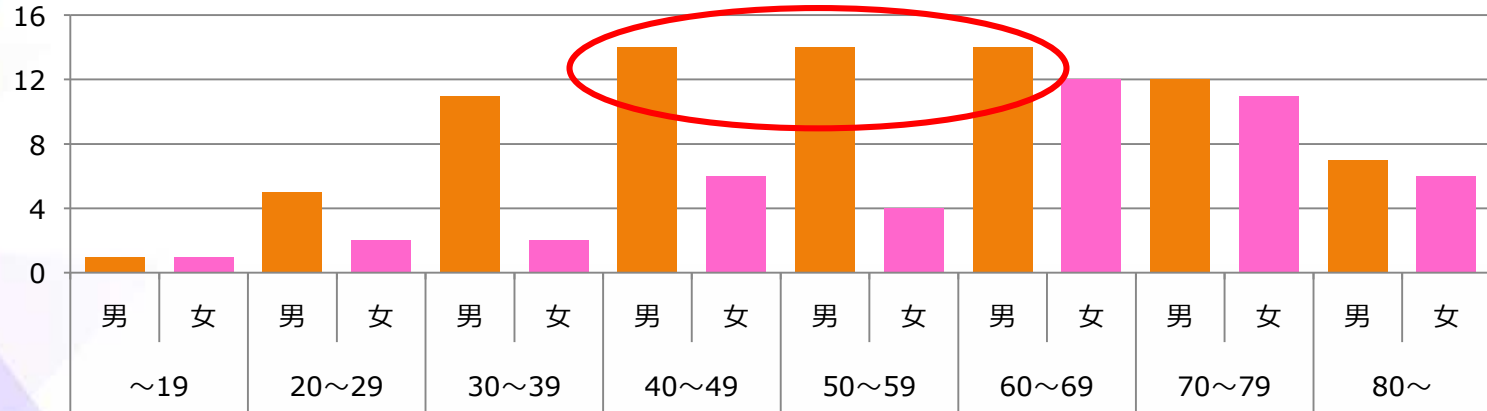


出典：自殺率（人口10万対）の推移 自殺統計（自殺日・住居地）

長期評価（状況の変化）

■年代別・男女別自殺者数の変化

2013~2020 n=122人



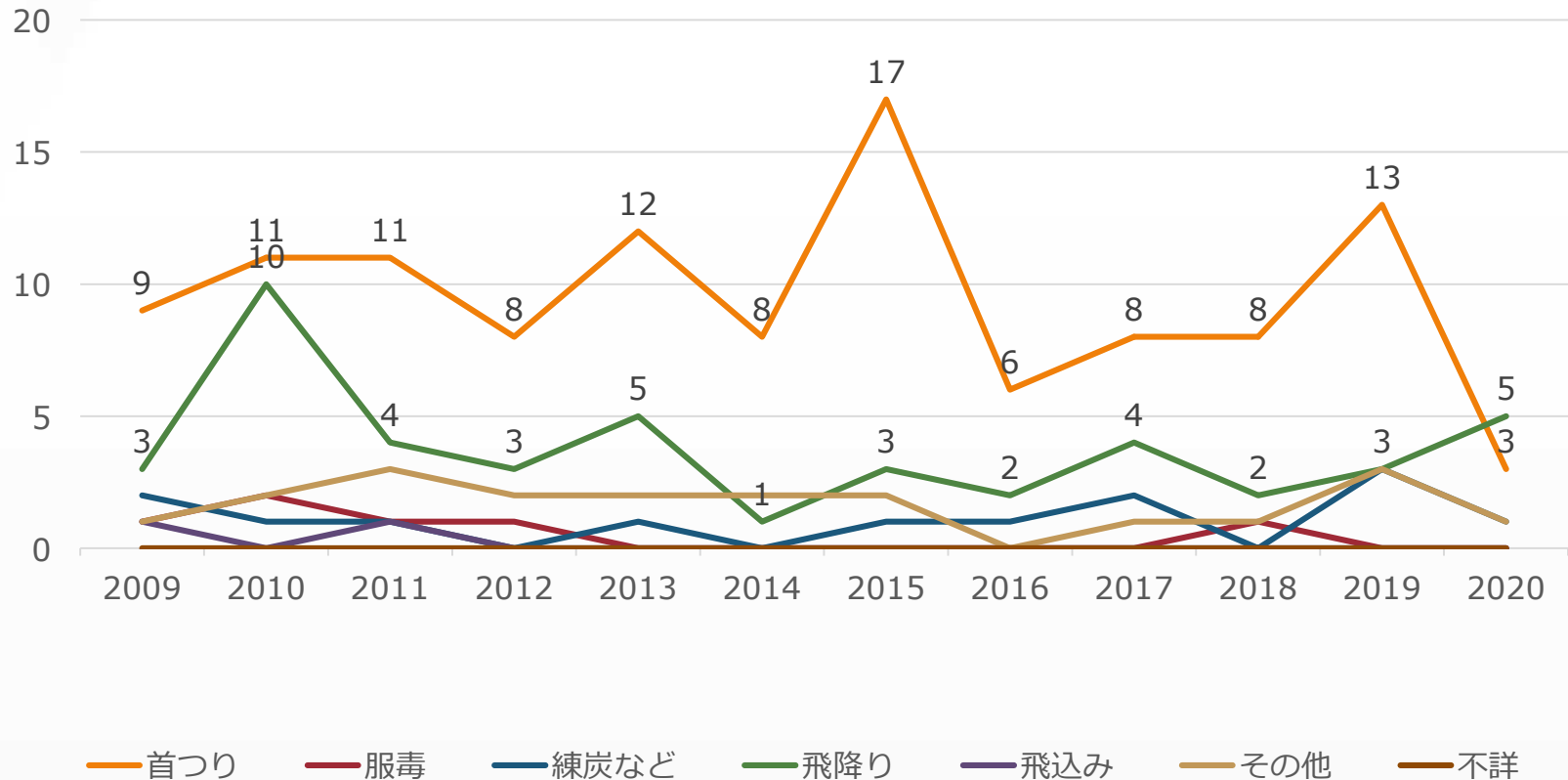
区分	自殺者割合	背景にある主な自殺の危機経路
1位：女性60歳以上の無職同居	18.6%	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
2位：男性60歳以上無職同居	14.3%	失業(退職) →生活苦+介護の悩み(疲れ) + 身体疾患→自殺
3位：男性40~59歳有職同居	8.6%	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み + 仕事の失敗→うつ状態→自殺

出典：地域自殺実態プロファイル【2019】 自殺統計（自殺日・住居地）

長期評価（状況の変化）

n:200

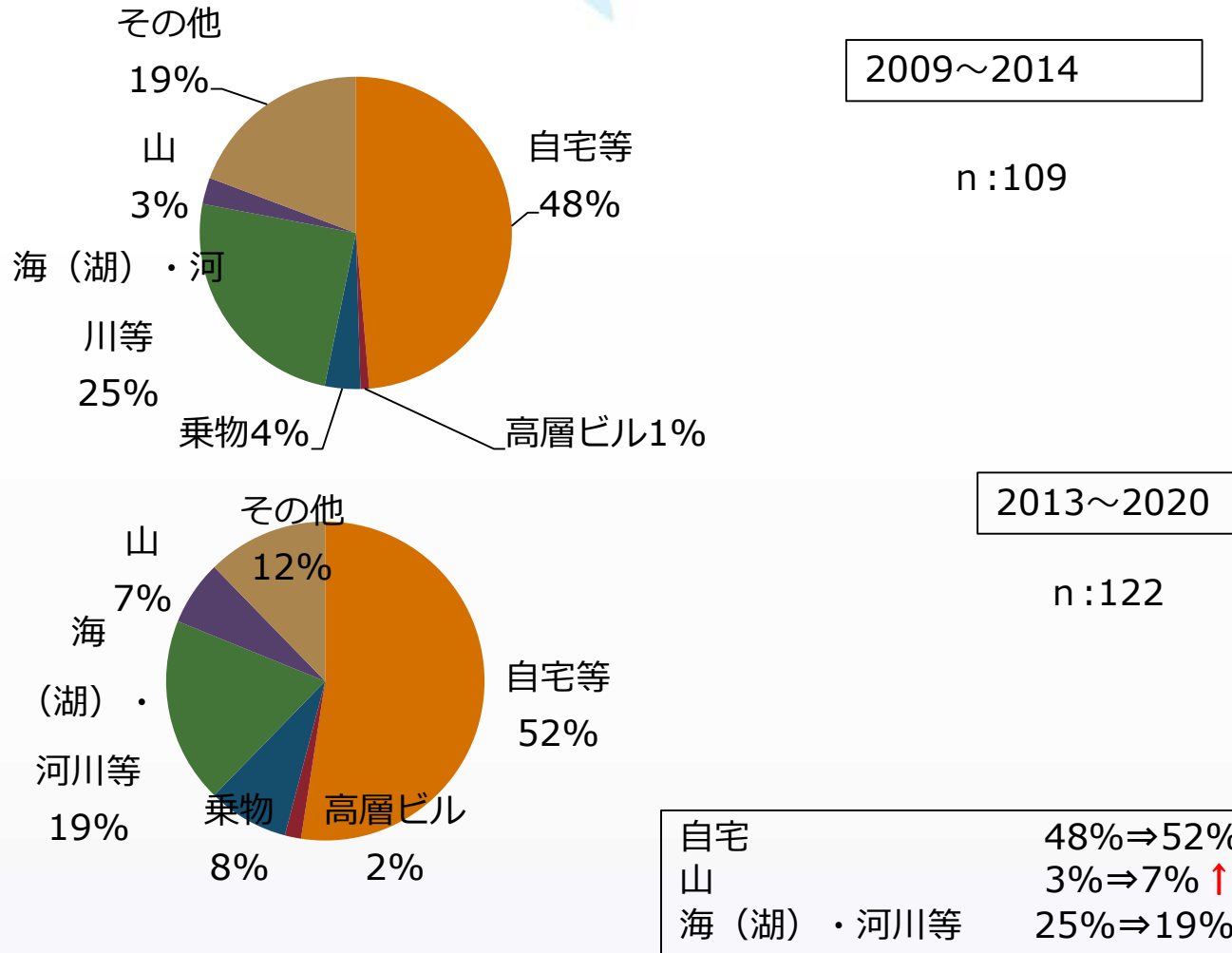
■自殺の手段として「首つり」が多いが「飛降り」も多い



出典：厚生労働省 自殺の統計：地域における自殺の基礎資料（自殺日 住居地）

長期評価（状況の変化）

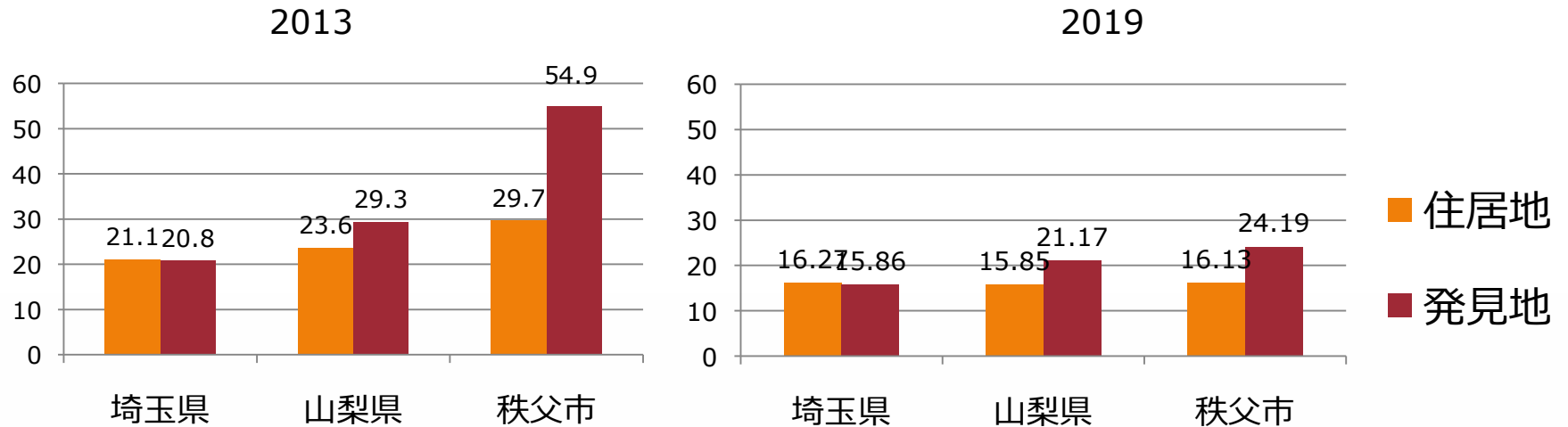
■自殺の場所は自宅が多く自殺者の多くは同居者がいる



出典：地域自殺実態プロファイル 自殺統計（自殺日・住居地）

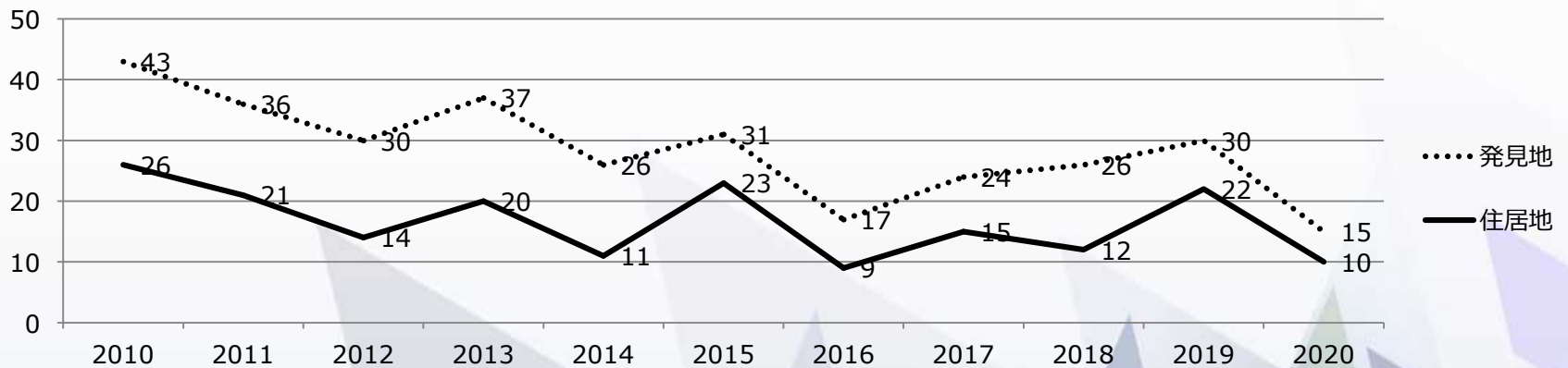
長期評価（状況の変化）と現況

■住居地・発見地死亡率の比較(長期評価)



出典：厚生労働省 自殺の統計：地域における自殺の基礎資料（自殺日・住居地、自殺日・発見地）

■住居地・発見地別自殺者数の推移(長期評価)



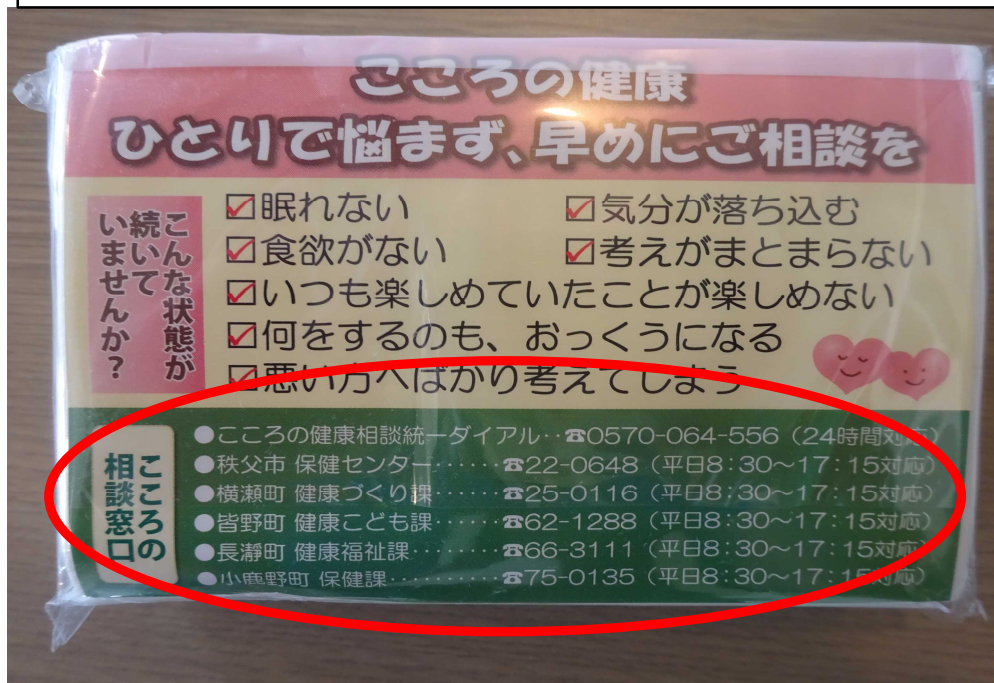
出典：厚生労働省 自殺の統計：地域における自殺の基礎資料（自殺日・住居地）

2020年の取り組み

新型コロナウイルス感染症の影響から、事業の実施方法や情報発信の方法を変更

- 秩父地域自殺予防フォーラムはオンライン配信にて実施。視聴回数24,600回
(2020年10月23日～2021年年3月31日配信)
- ちちぶFMや秩父おもてなしTV (YouTube) へ出演し、自殺予防週間啓発や秩父市の取り組みを紹介
- 秩父商工会議所の機関紙へ相談窓口について掲載
- 「心の相談窓口」を周知するポケットティッシュの作成
- 地元商店利用を呼びかける除菌ティッシュの作成

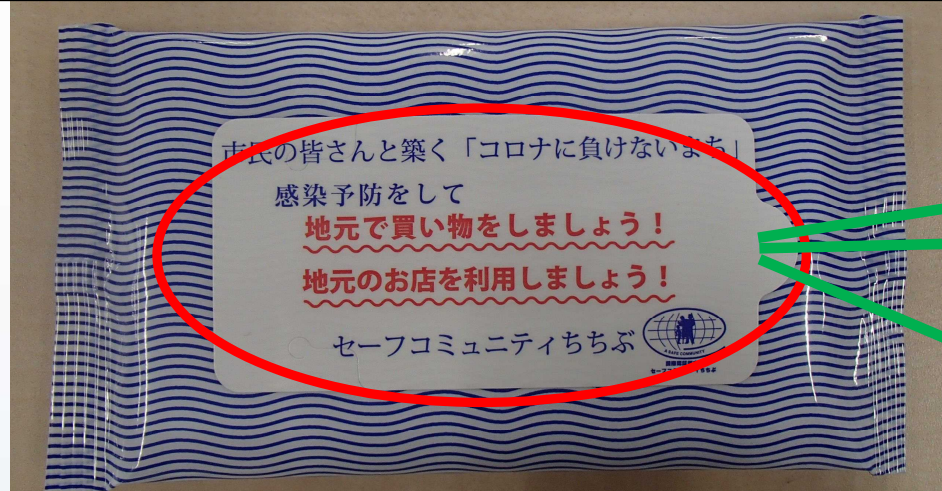
24時間対応可能な相談窓口を記載したポケットティッシュとマグネットシート



全世界帯配布

マグネットシートは冷蔵庫に貼るため、捨てられない

地元の店の利用を呼びかける除菌ティッシュ



商店や関係団体で連携して配布

まとめ（評価による振り返り）

	成 果
うつ・自殺予防啓発	・自殺予防フォーラムに毎年多くの方が参加し、6～8割の方が自殺予防の理解が深まり、意識の向上が図れている。
人材育成	・ゲートキーパー養成講座を受講し、何かできそうだと感じる人は多い。過去に受講したことがある人は、支援につなげる等の行動の変化があった。
ホットスポット対策	・看板の設置が、悩んでいる人への声掛けなど行動の変化につながった

現時点での課題と今後の対応

	課 題	対 応
うつ・自殺 予防啓発	新規の参加者 数を増やし、関 心を高める	<ul style="list-style-type: none">・自殺予防フォーラムを引き続き実施し、誰かに援助が求められるように、積極的な普及・啓発を行う・啓発物品の配布についてアプローチの対象を検討・感染予防対策を講じ、オンライン配信等情報発信方法を工夫する。

現時点での課題と今後の対応

	課題	対応
人材育成	<ul style="list-style-type: none">・ゲートキーパーの認知度が低い・初めて講習を受ける方が多い	<ul style="list-style-type: none">・ゲートキーパー養成講座を継続し、必要な相談・支援に繋ぐ役割を担う人材の育成を行う。
ホットスポット対策	<ul style="list-style-type: none">・看板設置の認知度が低い	<ul style="list-style-type: none">・市内外からの自殺者を防ぐために、公共交通機関等との連携を図り、自殺予防の取組みを多くの方に周知し、自殺予防に繋げる

ご清聴ありがとうございました



国際認証都市
セーフコミュニティちちぶ

