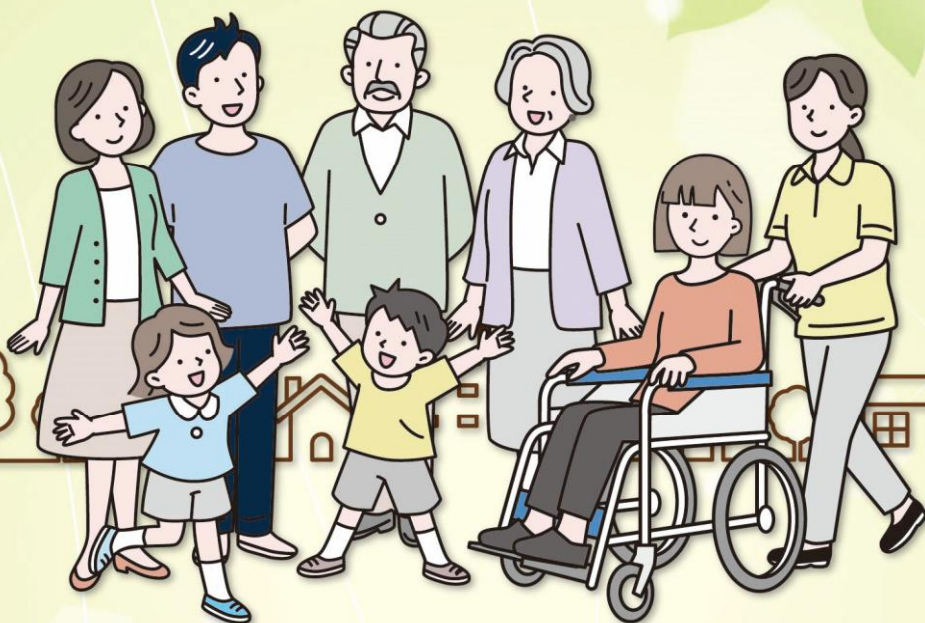


精華町第2次自殺予防対策計画

～精華町いのち支える行動計画～

令和7年度～令和11年度



令和7年（2025年）3月

精華町

1 計画策定の趣旨

全国の自殺者数は、平成10年以降、14年連続で3万人を超える状態が続きましたが、平成18年に自殺対策基本法が施行後、対策が進み、令和元年には最少の20,169人となりました。しかし、新型コロナウイルス感染症の影響等で自殺者は令和2年に21,081人に増加し、その後も変動が続いています。令和4年には再び増加し、21,881人となり、依然として2万人以上が自ら命を絶っています。

本町では、令和2年3月に「精華町自殺予防対策計画」を策定し、『すべての町民が安心して生活でき、誰も自殺に追い込まれることのないまち』を基本理念に掲げ、町民の暮らしに密着した啓発、相談支援等をはじめとして、本町の特性に応じた対策に取り組んできました。

今回、計画期間の終了に伴い、今までの取組を引き継ぎつつさらに発展させ、本町の実情に合わせて課題を解決するために、「精華町第2次自殺予防対策計画」を策定しました。

2 計画の期間

本計画は令和7年度から令和11年度までの5年間を計画期間とします。なお、計画期間中に、国や府の方針・動向や町の自殺に関する状況に大きな変化があった場合には、必要に応じた見直しを行うこととします。

令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
精華町第2次自殺予防対策計画				

3 基本理念

本町では、自殺総合対策大綱における基本理念の「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指すとともに、自殺対策を「生きることの包括的な支援」として総合的に推進するため、第1次計画の基本理念を継承し、「すべての町民が安心して生活でき、誰も自殺に追い込まれることのないまち」の実現に向けて、全庁的連携のもと、関係機関・団体と連携を図りながら、地域と手を取り合い、自殺対策を推進していきます。

4 基本方針

基本理念の実現に向け、以下の6つの基本方針を掲げます。

- 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連動させる
- 4 実践と啓発を両輪として推進する
- 5 町、関係団体、民間団体、及び町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

5 数値目標

自決死亡率の減少（人口10万人当たり）

現況（令和6年度）
【令和元年～令和5年の平均】
8.62（町人口当たり3.2人）



目標（令和11年度）
【令和6年～令和10年の平均】
0.0（町人口当たり0人）

6 施策の体系

〔 基本理念 〕

すべての町民が安心して生活でき、
誰も自殺に追い込まれることのないまち

〔 基本方針 〕

- 6 5 4 3 2 1
- 生きることの包括的な支援として推進する
関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む
対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる
実践と啓発を両輪として推進する
町、関係団体、民間団体、及び町民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する
自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する

〔 基本施策 〕

1 こころの健康 づくり



- (1) ライフステージに応じたこころの健康づくり
- (2) いのちを題材にしたふれあい体験事業
- (3) メンタルヘルスの普及啓発
- (4) こころの体温計

2 自殺対策に 対する普及啓発



- (1) こどもの居場所づくり
- (2) ゲートキーパーの養成
- (3) 自殺対策に関する講演会
- (4) 相談リーフレット等の配架
- (5) 自殺予防週間、自殺対策強化月間における啓発

3 相談支援の充実



- (1) 各種相談支援
- (2) 自殺未遂者や自死遺族等への支援
- (3) ICTを活用した相談支援

4 関係機関の 連携強化



- (1) 関係機関との連携
- (2) 就労関係における連携
- (3) 重層的支援体制の整備

5 様々な対象に 応じた自殺対策 の展開



- (1) 高齢者への支援
- (2) 生活困窮者支援
- (3) 勤務問題への対応の支援
- (4) 様々な困難を抱える女性への支援

【基本施策1】こころの健康づくり



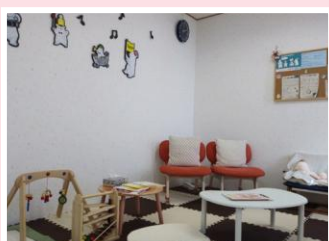
成果目標

指 標	現状値 令和6（2024）年度	目標値 令和11（2029）年度
不安や悩み、つらい気持ちを受け止めてくれる人がいない人の割合	14.9%	10%
こころの不調や不眠が続いても医療機関などを受診しない人の割合	54%	40%

取 組

（1）ライフステージに応じたこころの健康づくり

- 妊娠期から切れ目のない支援のため保健師や助産師等の専門職の相談を行います。
- 子どもへの包括的な相談体制や子育て講座を実施します。
- 高齢者への健康づくり講座等を開催します。



【 相談室 】



【子育て講座】



【 シニアのための健康づくり講座 】

（2）いのちを題材にしたふれあい体験事業

- 学校で福祉体験学習や認知症サポーター養成講座等を開催します。
- 次世代の親となる中学生への子育て講座を開催します。



【 中学生への子育て講座 】

（3）メンタルヘルスの普及啓発

- メンタルヘルスについての正しい情報を、講演会やリーフレット、ホームページ等により情報発信します。
- 労働者へのメンタルヘルス対策として、連携や研修会など行います。



【 健康講演会 】

（4）こころの体温計

- ご自身の心の不調に早期に気づけるようこころの体温計を運用します。
（簡単な質問に答えるだけで、ストレス度や落ち込み度など、自分自身や家族等の心の状態をチェックできるシステムです。）



<二次元コード>

【基本施策2】自殺対策に対する普及啓発



成果目標

指 標	現状値 令和6（2024）年度	目標値 令和11（2029）年度
自殺対策は自分自身に関わる問題だと思う人の割合	30.8%	40%
ゲートキーパーの認知度	19.5%	40%

取 組

（1）こどもの居場所づくり

○ 乳幼児健康診査等 母子保健事業

様々な機関と連携した母子保健事業を通じて、妊娠期から子育て期を見据えた地域で見守る体制づくりを実施します。



【マタニティフェア】

○ つどいの広場

3歳未満とその保護者の交流・相談の場です。



【つどいの広場】

○ 子育て支援センター

マタニティサロン、赤ちゃんサロン、赤ちゃんパパなど子育て仲間の居場所を運営します。



【子育て支援センター】

○ せいか地域はあとぴあ つながり事業

子ども食堂と学習支援を通じて生活困窮やひとり親家庭の居場所を運営します。



【せいか地域はあとぴあつながり事業】

○ 人権センター 児童館

子どもの居場所と遊びの機会を提供します。



【人権センター 児童館】

○ 社会参加つながり事業等

農業を通じて様々な方が社会参加できるきっかけづくりをします。



【社会参加つながり事業】

（2）ゲートキーパーの養成

悩んでいる人に気づき声をかけ、話をきいて必要な支援につなげ見守る「ゲートキーパー」の養成を行うため研修を実施します。



【ゲートキーパー養成講座】

(3) 自殺対策に関する講演会

自殺対策の講演会を実施します。

(4) 相談リーフレット等の配架

リーフレットの配架や図書館と連携した啓発を実施します。



【図書館企画展示】

(5) 自殺予防週間、自殺対策強化月間における啓発

自殺予防週間（9月10日～9月16日）や月間（毎年3月）にあわせて町ホームページや広報誌「華創」により啓発を行います。

【基本施策3】 相談支援の充実

3 すべての人に
健康と福祉を



取組

(1) 各種相談支援

SOSを発している人の存在に気づいた時は適切な相談機関や専門家につないで全庁的に支援しています。

(2) 自殺未遂者や自死遺族等への支援

心の悩みや自殺、遺族からの相談に対応します。

(3) ICTを活用した相談支援

SNSによる自殺予防のメッセージを発信します。

【基本施策4】 関係機関の連携強化

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



取組

(1) 関係機関との連携

支援が必要な方に対して関係各課や関係機関と連携を図り支援します。

(2) 就労関係における連携

せいかジョブポイントの設置により職業相談を行います。また、就職フェアや企業説明会などの事業を開催します。



【せいかジョブポイント】

(3) 重層的支援体制の整備

介護・障がい・子ども・生活困窮に係る相談支援事業を一体的に行い、複合・複雑化した支援ニーズに対応します。

【基本施策5】様々な対象に応じた自殺対策の展開

取組



(1) 高齢者への支援

介護予防による健康づくり、地域包括支援センターによる総合相談により高齢者の支援を行います。

(2) 生活困窮者支援

福祉相談員による生活困窮者への相談支援を行います。また、就労支援へとつなぎます。

(3) 勤務問題への対応支援

職場のメンタルヘルス支援・ハラスメント防止に努めます。



(4) 様々な困難を抱える女性への支援

相談員の配置によりDV被害者への相談支援や女性を対象としたセミナーを開催します。

7 いのちの相談

電話相談

相談窓口	電話番号等の連絡先	受付時間
#いのちSOS	0120-061-338 (フリーダイヤル・無料)	月曜日～日曜日 00:00～24:00 (毎日24時間)
よりそいホットライン	0120-279-338 (フリーダイヤル・無料)	24時間対応
いのちの電話	0120-783-556 (フリーダイヤル・無料)	毎日 16:00～21:00 まで、 毎月 10日 8:00～翌日 8:00 まで
京都いのちの電話	075-864-4343	24時間対応
京都府自殺 ストップセンター	0570-783-797 ナビダイヤル(有料)	24時間対応
京都自死・自殺 相談センター S o t t o	075-365-1616	毎週金・土曜日 19:00～25:00

こども向け電話相談窓口

相談窓口	電話番号等の連絡先	受付時間
チャイルドライン	0120-99-7777 (フリーダイヤル・無料)	毎日 16:00～21:00
子どものSOSの相談窓口 (文部科学省)	0120-0-78310 (フリーダイヤル・無料)	24時間対応
子どもの人権110番 (法務省)	0120-007-110 (フリーダイヤル・無料)	平日 8:30～17:15 まで

メール等での相談窓口

相談窓口	連絡先等
#いのちSOS	URL: https://www.lifelink.or.jp/inochisos/ 
京都自死・自殺 相談センター S o t t o	URL: https://www.kyoto-jsc.jp 

ひとりで悩まず
まずはご相談ください

8 より身近な各種窓口のご案内

内容	相談窓口	電話番号等の連絡先	受付時間
こころの相談室	精華町こころの相談室	0774-98-3909 (予約専用電話) 町ホームページ 	相 談 日：広報誌「華創」と町ホームページに毎月掲載 相談時間（1回 50分）：10：00～12：00、 13：00～15：00 ※まずは左記へ予約の連絡をお願いします。
こころと体の 健康相談	健康推進課	0774-95-1905	月～金曜日 8：30～12：00 13：00～17：15 (土・日・祝日・年末年始除く) 
こどもの相談	母子健康包括支援センター	0774-95-1931	
	子育て支援課	0774-95-1917	
	子育て支援センター	0774-98-4001	
教育相談	教育支援室	0774-95-1923	月～金曜日 8：30～12：00 13：00～17：15 (土・日・祝日・年末年始除く) 
生活困窮者相談	社会福祉課	0774-95-1904	
DV・女性の相談	人権啓発課	0774-95-1919	
障害に関する相談	相楽地域障害者 生活支援センター	0774-93-3277	
	相談支援事業所 Equal（イコール）	0774-56-0675	9：00～18：00 (土・日・祝日・年末年始除く) 9：00～17：00 (土・日・祝日・12月29日～1月3日除く)
	いろんな子どもと家族の ための相談センターそら	0774-93-3814 (事務局)	・曜日や時間帯を問わず、電話をしていただけますが、相談員が不在の場合や電話に出られない場合、外出中で着信に気づけない場合などがあります。(そのため、LINEの活用をおすすめしています) 
		080-4012-3814 (相談員直通) LINE公式アカウント	
高齢者の相談	地域包括支援センター	川西・精北小学校区 精華町北部 地域包括支援センター	月～金曜日 8：30～12：00 13：00～17：15 (土・日・祝日・年末年始除く) 
		精華台・東光小学校区 精華町中部 地域包括支援センター	
		山田荘小学校区 精華町南部 地域包括支援センター	
福祉なんでも相談	精華町社会福祉協議会 絆コーディネーター	0774-94-4573	
精神保健福祉相談 (専門医・相談員 による相談)	京都府山城南保健所 福祉課	0774-72-0979	月～金曜日 8：30～12：00、13：00～17：15 (土・日・祝日・年末年始除く) * 専門医による相談は隔月1回程度、相談員による相談は月～金曜日。 専門医による相談日・時刻はその月により異なります。まずはお問い合わせください。
こころの相談電話	京都府精神保健福祉 総合センター	075-645-5155	月～金曜日 9：00～12：00、13：00～16：00 (土・日・祝日・年末年始除く)

➡24時間相談窓口は7ページをご覧ください。

精華町第2次自殺予防対策計画【概要版】

令和7年（2025年）3月

発行：精華町 健康福祉環境部 社会福祉課
〒619-0285 京都府相楽郡精華町大字南稲八妻小字北尻 70 番地
電話：0774-95-1904 FAX：0774-95-3974
E-mail：fukushi@town.seika.lg.jp