

令和5年度自殺対策事業取組①

| 取組 | 実施時期 | 内容 | 備考 |
|-------------------------------|---------------------------|--|--|
| ①立川市いのち支える自殺総合対策推進本部・検討委員会の開催 | ①7月14日 ②2月5日 | 自殺対策計画の策定及び推進を行う。また、必要な事項を検討するため検討委員会を開催する。 | 【基本施策1-1】 |
| ②立川市いのち支える自殺総合対策連絡協議会の開催 | ①6月29日 ②1月25日 | 地域における自殺対策の推進。計画の進捗管理、その他情報交換を行う。 | 【基本施策1-2】 |
| ③ゲートキーパー養成講座(初級・中級)の開催 | (初級)9月15日 (中級)9月5日 | (初級)自殺の兆候に対する気づき力を養成する。市民と市職員が対象。おおぞら高校職員も対象として4名参加。 (中級)公立学校新任教職員が対象。教職員初任者研修のカリキュラムとして実施。 | (初級)市民16名・職員21名(内おおぞら高校職員4名) (中級)33名 【基本施策2-1・5-2】 |
| ④出張ゲートキーパー養成講座の開催 | 6月15日 | 健康推進課保健師によるゲートキーパー養成講座を開催。地域福祉課主催のたちかわ地域サポーター養成講座の中で実施した。 | 9名 |
| ⑤メンタルヘルスに関する講座(こころの健康教育) | ①12月16日 ②3月16日 | ①「悩みってどう聞くの？悩みの聞き方を学びましょう！」(東京医療保健大学と共催) ②「音楽でつながる輪」(国立音楽大学と連携事業) | ①33名 ②30名(受講予定) 【基本施策2-2】 |

令和5年度自殺対策事業取組②

| 取組 | 実施時期 | 内容 | 備考 |
|------------------------------|---|---|---------------------|
| ⑥わかちあいの会の開催(昭島市と共催) | 年10回 (原則第3日曜日) 立川市開催 (6、8、10、2月) | 自死遺族対策として遺族の孤立防止などの支援を行う団体と連携し支援する。自死遺族が死別後の感情や体験を語り合い、支え合う場を提供する。10月は支援者も交えたトーク&交流会を開催。 | 【基本施策4-4】 |
| ⑦自殺対策強化月間に合わせた、普及啓発のためのパネル展示 | ①9月25・26日 ②2月27日～ 3月10日 | ①本庁舎多目的プラザにて、自死遺族の声のパネルを展示。こころの相談窓口案内や簡易ストレスチェックの配布等を実施(来場者82名)。 ②中央図書館との共催により自死遺族の声のパネル展示と自殺やメンタルヘルス関連図書の展示を行う。 | 【基本施策3-2】 |
| ⑧からだところの相談(健康会館) | 通年 | こころの不安、悩みなど(精神保健福祉相談) | 通常業務対応 【基本施策4-2】 |
| ⑨救急医療機関との連携(自殺未遂者支援) | 9月27日 | 自殺未遂者支援について第3次救急医療機関の災害医療センターと連携し検討する。災害医療センターの医師が中心となり事例検討会を開催する。 | 【基本施策4-3】 |

重点施策 1 高齢者への支援

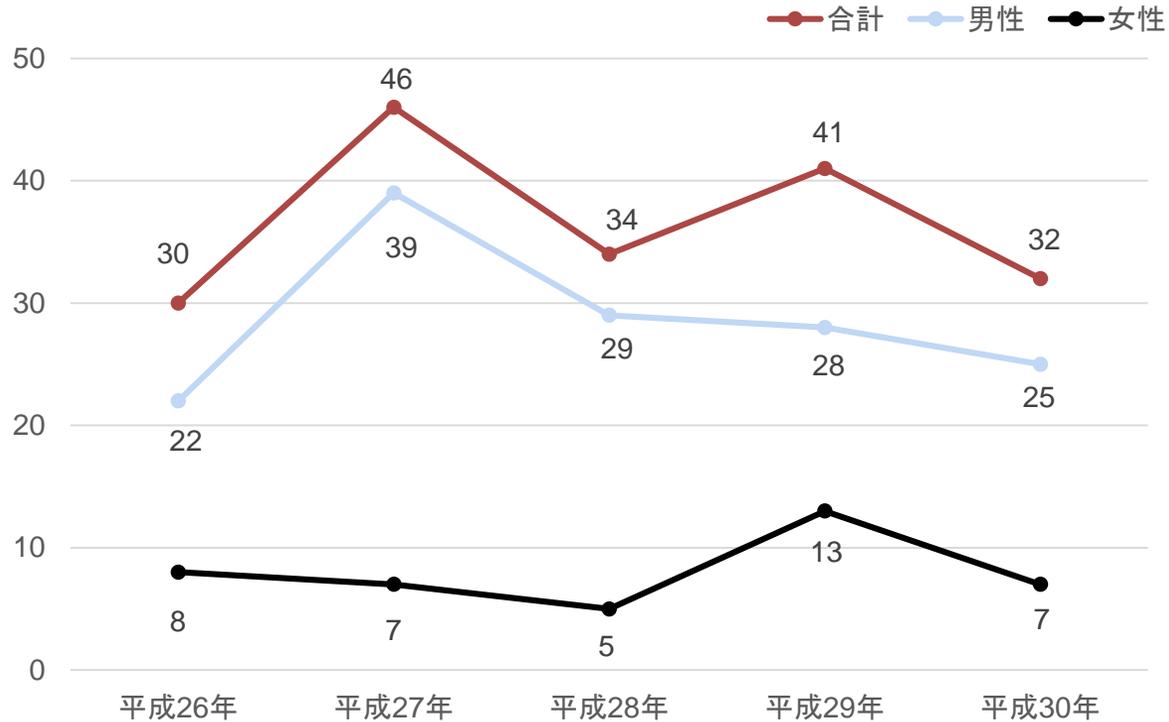
重点施策 2 生活困窮者への支援

重点施策 3 無職者・失業者への支援

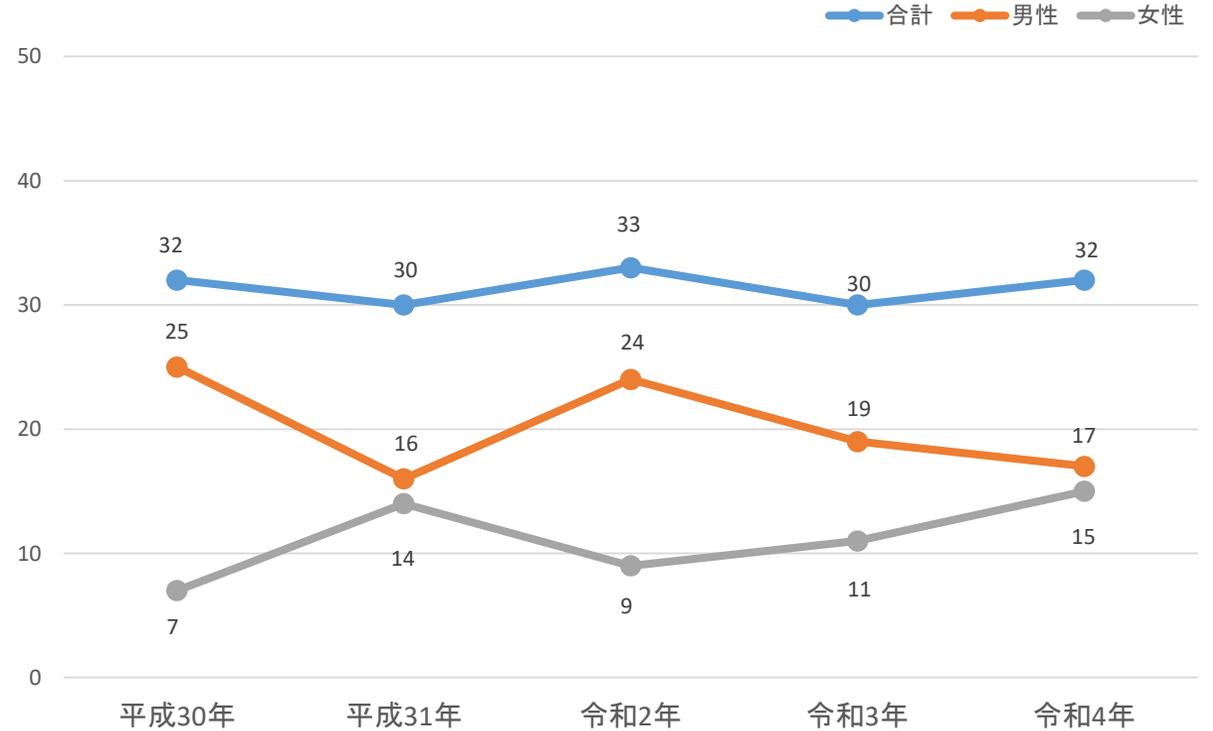
重点施策 4 妊産婦への支援

男女別自殺者数の年次推移

平成26～30年



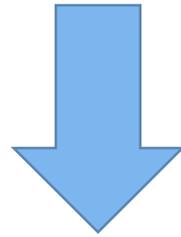
平成30年～令和4年



(出典) 厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

自殺者の8割が男性

平成26(2014)年から平成30(2018)年の5年間で183人が亡くなっており、男性が143人、女性が40人と男性が全体の約8割を占めています。

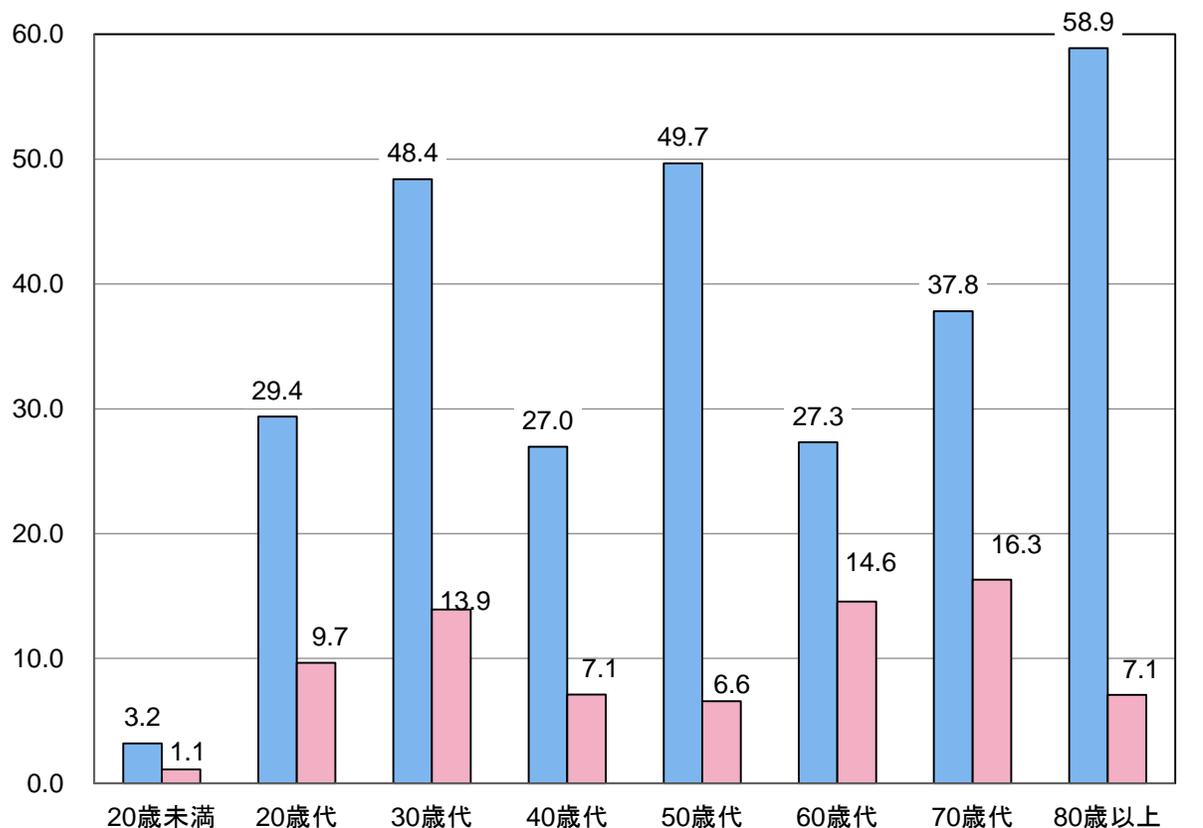


自殺者の3割以上が女性

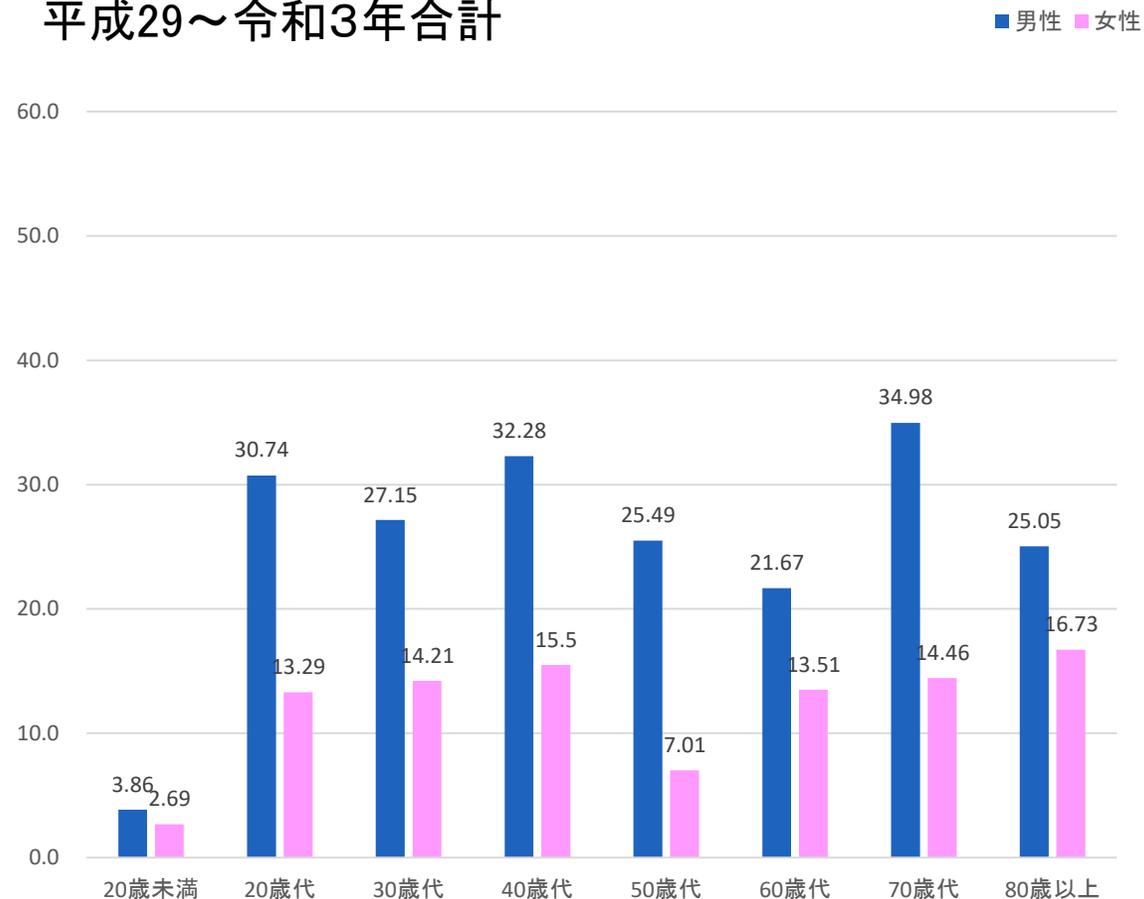
平成30(2018)年から令和4(2022)年の5年間で157人。男性が101人、女性が56人と男性の自殺者数とともに自殺者の数は減っているが、女性の自殺者数が増加し、全体の3割以上を占めるようになっていました。

自殺死亡率(性・年代別)の状況

平成25年～30年合計



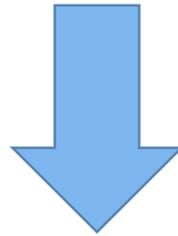
平成29～令和3年合計



(出典) 厚生労働省 地域における自殺の基礎資料
地域自殺実態プロファイル

80歳以上の男性の自殺死亡率が第1位

性・年代別自殺死亡率では、男性は、80歳以上が58.9と最も高く、次いで働き世代である50歳代(49.7)や30歳代(48.4)に自殺が多い傾向があります。



女性の自殺死亡率が上昇

性・年代別自殺死亡率では、男性は、70歳代が34.98と最も高く、40歳代が32.28、20歳代が30.74と男性の死亡率が高い状況が続いていますが、女性は、80歳以上が16.73と最も高いですが、40歳以下の年代で死亡率が上昇しています。

立川市の自殺の概要

自殺者の割合と自殺死亡率（人口10万対）（平成29～令和3年合計）

| 性別 | 年齢階級 | 職業 | 同居 | 自殺者数 | 順位 | 割合 | 自殺死亡率 (10万対) | 推定 人口* | 全国 割合 | 全国 自殺死亡率 |
|----|--------|-----|----|------|----|-------|-----------------|-----------|----------|-------------|
| 男性 | 20～39歳 | 有職者 | 同居 | 8 | 8 | 4.8% | 14.5 | 11009.6 | 6.0% | 15.9 |
| | | | 独居 | 7 | 12 | 4.2% | 18.6 | 7547.1 | 3.9% | 28.2 |
| | | 無職者 | 同居 | 11 | 4 | 6.6% | 77.8 | 2828.4 | 4.2% | 52.4 |
| | | | 独居 | 4 | 15 | 2.4% | 72.5 | 1103.9 | 2.1% | 89.0 |
| | 40～59歳 | 有職者 | 同居 | 13 | 2 | 7.8% | 13.6 | 19063.5 | 10.0% | 16.1 |
| | | | 独居 | 9 | 5 | 5.4% | 27.8 | 6472.1 | 4.5% | 34.8 |
| | | 無職者 | 同居 | 7 | 9 | 4.2% | 92.3 | 1517.5 | 4.6% | 97.0 |
| | | | 独居 | 8 | 7 | 4.8% | 153.4 | 1042.9 | 4.1% | 237.0 |
| | 60歳以上 | 有職者 | 同居 | 5 | 14 | 3.0% | 12.4 | 8059.7 | 4.0% | 12.4 |
| | | | 独居 | 2 | 19 | 1.2% | 19.8 | 2015.8 | 1.6% | 30.2 |
| | | 無職者 | 同居 | 18 | 1 | 10.8% | 34.8 | 10353.3 | 11.6% | 28.4 |
| | | | 独居 | 7 | 10 | 4.2% | 40.4 | 3466.2 | 7.3% | 83.2 |
| 女性 | 20～39歳 | 有職者 | 同居 | 3 | 17 | 1.8% | 6.6 | 9,115.0 | 1.8% | 6.0 |
| | | | 独居 | 0 | 23 | 0.0% | 0.0 | 4,307.5 | 1.0% | 11.6 |
| | | 無職者 | 同居 | 7 | 11 | 4.2% | 22.3 | 6,285.0 | 2.9% | 15.9 |
| | | | 独居 | 2 | 18 | 1.2% | 25.9 | 1,545.5 | 0.9% | 33.4 |
| | 40～59歳 | 有職者 | 同居 | 2 | 21 | 1.2% | 3.5 | 11,509.4 | 2.4% | 5.9 |
| | | | 独居 | 2 | 20 | 1.2% | 18.8 | 2,124.9 | 0.6% | 12.2 |
| | | 無職者 | 同居 | 6 | 13 | 3.6% | 11.2 | 10,695.6 | 5.1% | 16.3 |
| | | | 独居 | 4 | 16 | 2.4% | 51.4 | 1,555.1 | 1.4% | 43.3 |
| | 60歳以上 | 有職者 | 同居 | 1 | 22 | 0.6% | 6.7 | 2,993.0 | 0.8% | 5.6 |
| | | | 独居 | 0 | 23 | 0.0% | 0.0 | 1,153.6 | 0.2% | 7.4 |
| | | 無職者 | 同居 | 12 | 3 | 7.2% | 14.4 | 16,703.0 | 8.7% | 12.8 |
| | | | 独居 | 9 | 6 | 5.4% | 22.7 | 7,934.4 | 4.1% | 20.4 |

（出典）地域自殺実態プロファイル（2022）

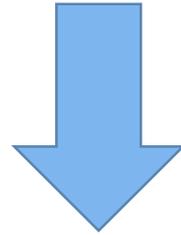
立川市の主な自殺の特徴

(自殺日・住居地、平成30～令和4年合計166人(男性112人・女性54人))

| 特性上位5区分 | 自殺者数 5年計(人) | 割合 | 自殺死亡率 (10万対) | 背景にある主な自殺の危機経路 (推定) |
|------------------|----------------|-------|-----------------|--|
| 1位: 男性60歳以上無職同居 | 18 | 10.8% | 34.8 | 失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺 |
| 2位: 男性40～59歳有職同居 | 13 | 7.8% | 13.6 | 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 |
| 3位: 女性60歳以上無職同居 | 12 | 7.2% | 14.4 | 身体疾患→病苦→うつ状態→自殺 |
| 4位: 男性20～39歳無職同居 | 11 | 6.6% | 77.8 | ①【30代無職】ひきこもり+家族間不和→孤立→自殺②【20代学生】就職失敗→将来悲観→うつ状態→自殺 |
| 5位: 男性40～59歳有職独居 | 9 | 5.4% | 27.8 | 配置転換→過労+仕事の失敗→うつ状態+アルコール依存→自殺 |

40～50歳代男性・無職者の自殺死亡率が有職者の約10倍

男性は、40～59歳の無職者の自殺死亡率が特に高く、他の年代でも無職者の自殺死亡率が有職者に比べ高くなっています。



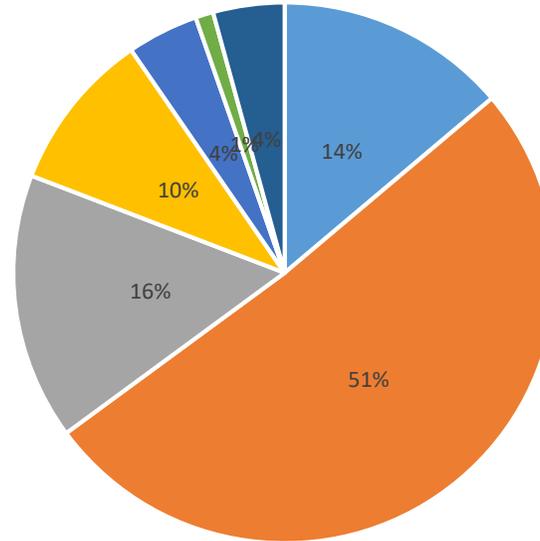
40～50歳代男性・無職者の自殺死亡率が有職者の約6倍

男性の40～59歳の無職者の自殺死亡率が特に高く、他の年代でも無職者の自殺死亡率が有職者に比べて高いという傾向は変わっていません。

また、女性60歳以上無職同居の自殺者数が上位に上がってきており、無職者の自殺死亡率が有職者に比べて高いという同様の傾向が女性にもみられます。

自殺者数の原因・動機の割合

平成30～令和4年合計



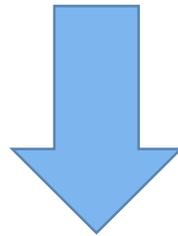
■ 家庭問題 ■ 健康問題 ■ 経済・生活問題 ■ 勤務問題 ■ 交際問題 ■ 学校問題 ■ その他

| | 家庭問題 | 健康問題 | 経済・生活問題 | 勤務問題 | 交際問題 | 学校問題 | その他 |
|-------|------|------|---------|------|------|------|-----|
| 平成30年 | 2 | 9 | 5 | 1 | 3 | 0 | 0 |
| 平成31年 | 3 | 5 | 3 | 4 | 1 | 0 | 0 |
| 令和2年 | 4 | 8 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 令和3年 | 2 | 10 | 3 | 0 | 0 | 1 | 3 |
| 令和4年 | 2 | 16 | 2 | 4 | 0 | 0 | 1 |
| 計 | 13 | 48 | 15 | 9 | 4 | 1 | 4 |

(出典) 厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

自殺の原因や動機で最も多いのは「健康問題」

「健康問題」が約4割を占め、次いで「経済・生活問題」、次いで同率で「勤務問題」「家庭問題」の順となっています。



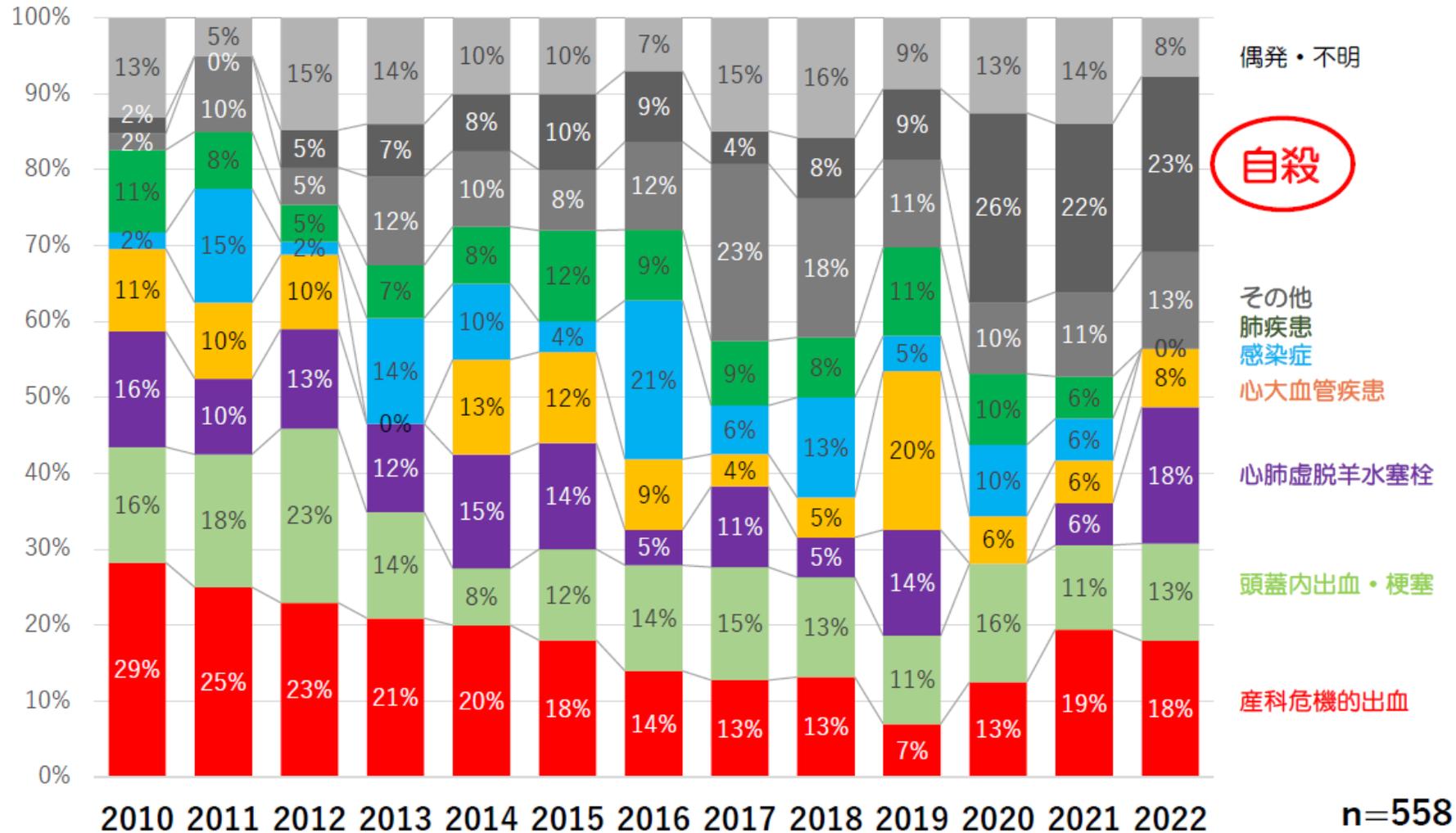
自殺の原因や動機で最も多いのは「健康問題」

「健康問題」が約5割を占め、過去の統計から変わらず「健康問題」が自殺の原因や動機として、最も多くなっています。「経済・生活問題」、「家庭問題」、「勤務問題」の順となっており、大きな変化は見られません。

令和4年における妊産婦の自殺の状況

| | 計 | 10歳代以下 | 20歳代 | 30歳代 | 40歳代 | 50歳代以上 | 年齢不詳 |
|------------|-------|--------|------|-------|-------|--------|------|
| 女性 | 8,046 | 789 | 751 | 1,075 | 1,256 | 4,168 | 7 |
| 該当なし | 7,981 | 789 | 729 | 1,043 | 1,245 | 4,168 | 7 |
| 妊娠中・産後1年以内 | 65 | 0 | 22 | 32 | 11 | 0 | 0 |
| 妊娠中 | 18 | 0 | 12 | 4 | 2 | 0 | 0 |
| 産後1年以内 | 47 | 0 | 10 | 28 | 9 | 0 | 0 |

妊産婦死亡の原因別事例数の年次推移（比率）

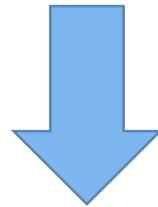


(出典) 自殺による妊産婦死亡について 日本産婦人科医会

女性は、70歳代(16.3)、60歳代(14.6)の高齢者と30歳代の子育て世代(13.9)の自殺死亡率が高い

人口動態統計を用いた妊娠中・産後1年未満の女性の死亡についての分析によると、2年間で、357人のうち102人が自殺で亡くなっています。

日本の周産期医療はこの数十年で急速に進歩してきているが、妊産婦死亡率は平成19(2007)年頃より横ばいとなり、そのうち自殺が最大の原因であるという報告がされています。

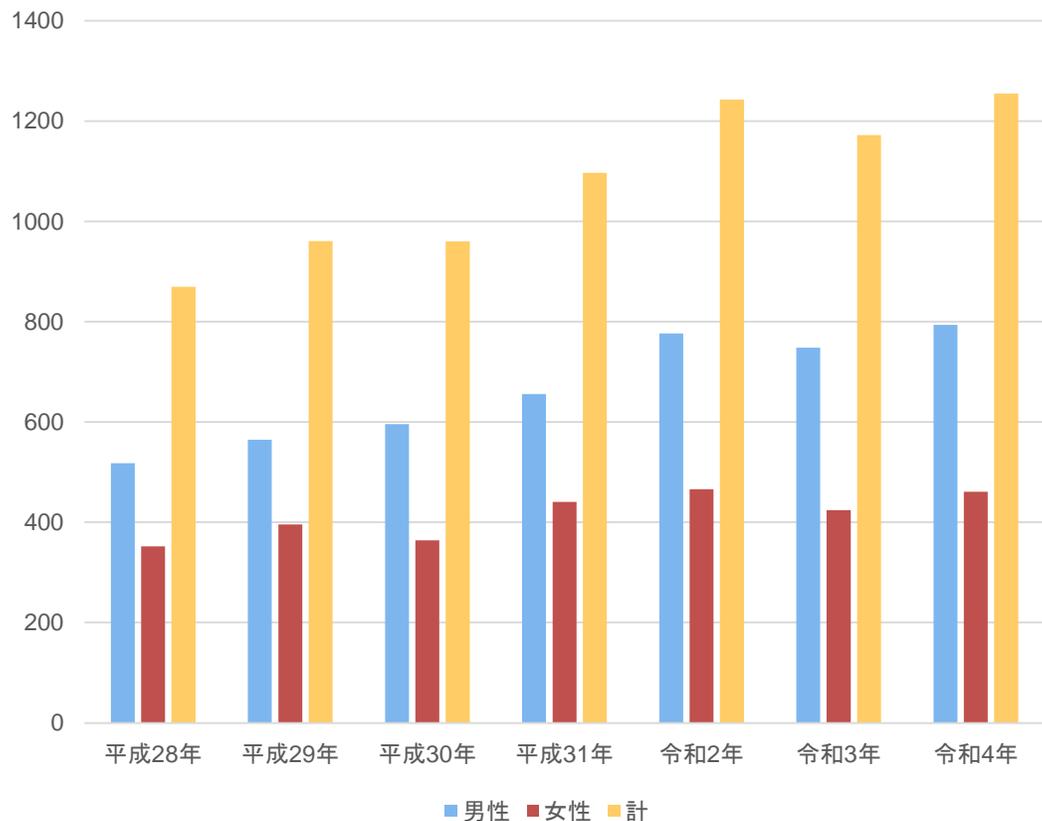


女性の40歳代(15.5)、30歳代(14.21)、20歳代(13.29)

80歳以上が16.73と最も高いですが、子育て世代の自殺死亡率がそれに次ぐ数字となっています。2020年以降、自殺による死亡が妊産婦死亡の原因として最も多くなったという統計もあります。

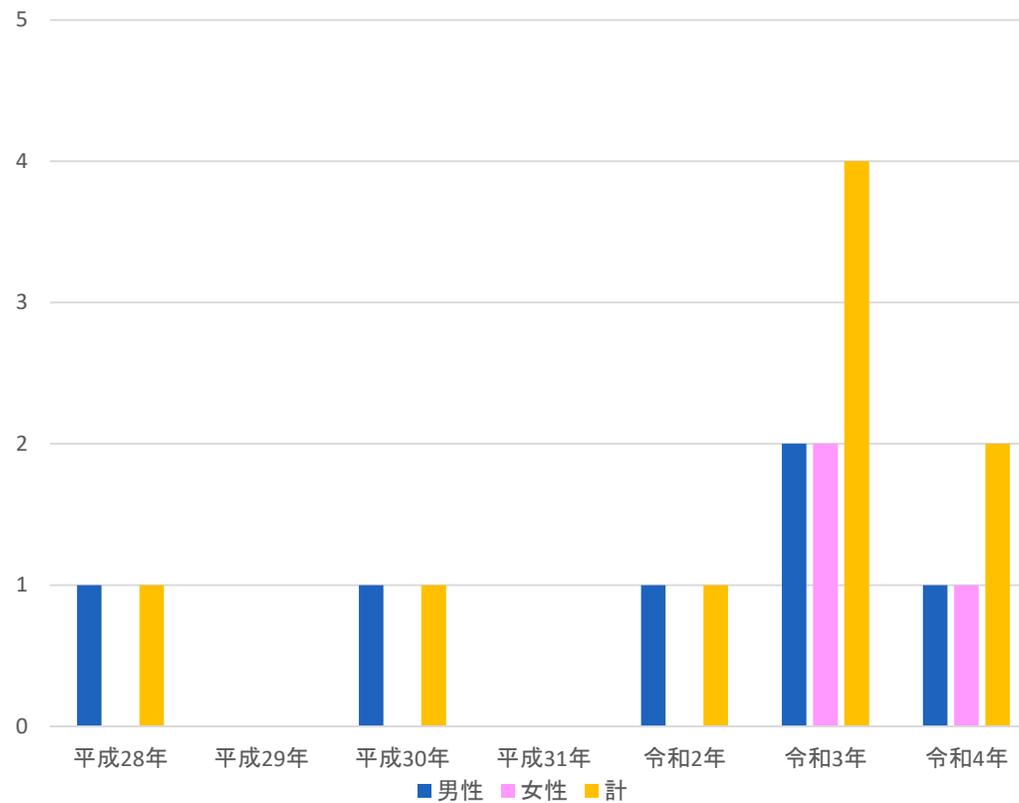
立川市では、自殺の実態を分析した結果と国から提供された「立川市の自殺の特徴」を、現計画が策定された際の状況と比較し、生きる支援の取組として、やはり男女ともに自殺死亡率が高い「高齢者」、すべての年代において有職者より無職者の自殺死亡率が圧倒的に高いことから「生活困窮者」、「無職者・失業者」、また、近年自殺死亡者数が減少しているなか、女性の数が増加傾向にあること、その中でも20～40歳代の子育て世代の自殺死亡率が高いことから、「妊産婦」に対しての支援も継続して推進していきます。

20歳未満の自殺者数の年次推移(全国)



| | 平成28年 | 平成29年 | 平成30年 | 平成31年 | 令和2年 | 令和3年 | 令和4年 |
|----|-------|-------|-------|-------|------|------|------|
| 男性 | 518 | 565 | 596 | 656 | 777 | 748 | 794 |
| 女性 | 352 | 396 | 364 | 441 | 466 | 424 | 461 |
| 計 | 870 | 961 | 960 | 1097 | 1243 | 1172 | 1255 |

20歳未満の自殺者数の年次推移(立川市)



| | 平成28年 | 平成29年 | 平成30年 | 平成31年 | 令和2年 | 令和3年 | 令和4年 |
|----|-------|-------|-------|-------|------|------|------|
| 男性 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 2 | 1 |
| 女性 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 1 |
| 計 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 4 | 2 |

災害医療センター・多摩立川保健所・立川市 自殺未遂者対策について

災害医療センターにおける救急外来での自殺未遂搬送者の現状

搬送者数

令和4年4月～令和5年3月までに搬送者数は233件、月20件平均
今年度は5月から急増しており、月30件平均

性・年代別の割合

女性の割合が多く、75%を占めている。
年齢では、20代、10代、40代、50代の順に件数が多く、10代の未遂者が明らかに増えている。

居住地の割合

立川市38名、日野市22名、昭島市20名、八王子市19名、東大和市16名、武蔵村山市13名、
国立市7名等

手段

ODが全体の75%を占めている。
レクリエーションドラッグとして「メジコン」の過量服薬による急性薬物中毒が急増

にこにこサロン(一番町)



- ・毎月第1水曜日(9:30~12:00)に予約なしのフリーデイを開催
- ・月2回、小~高校生を対象に学習支援を行っている。
スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーがつかないでくれるケースあり。
- ・子どもの居場所
月1回、大学生ボランティアにより時間内で開所しており、参加自由。
小学生の利用が多い。

BASE☆298(若葉町)



- ・平日(10:00~16:00)開所。100円の寄付でワンドリンク付き
- ・子どもの居場所【マーズスペース】
月1回、16~18時に大学生ボランティアにより、ゲームなどでコミュニケーションをとる機会となっている。不登校の子ども(小学生が多い)の居場所にもなっている。大人も参加可能。
- ・子ども食堂
カレーの日(カレーを無料で提供)を行い、普段利用のない親子(幼児)の参加を促す。

はねきんのいえ(羽衣町)



- ・【よろず相談】
 - にしき傾聴クラブ(第1木曜13時~15時)
 - ブーゲンビリア(第2木曜13時~15時)
 - 暮らしの保健室(第3木曜13時~15時)
 - 多摩ホスピスの会(第4水曜13時~15時)
- ・子どもの居場所【トワイライトステイ】
毎週月曜日、17~20時に大学生ボランティアにより運営
- ・朝食支援
学校の長期休暇期間に子どもの朝活として朝食支援を行っている。
学童にちらしを配布し、去年は8月に4回実施した。

スマイルキッチン(幸町)



- ・月、水、金、第1土曜日(10:00~16:00)
キッチンも自由に使え、持ち込み可能。お菓子作りをしている人もいる。
- ・だれでも食堂(第3日曜日12:00~14:00)
スマイル農園の野菜とスーパーからの提供食材で食事を提供している。1回30食を提供。
- ・毎週水曜日はものづくりワークショップを行っている。近隣の方からのアイデアで、塗り絵、消しゴムハンコ等作る。

たちかわ若者サポートステーションとは？



たちかわ若者サポートステーションでは、働くことに踏み出したい若者たちとじっくりと向き合い、本人やご家族の方々だけでは解決が難しい「働き出す力」を引き出し、「職場定着するまで」を全面的にバックアップする厚生労働省委託の支援機関です。

利用対象

- ・15~49歳の方
- ・就労、就学していない方
- ・上記の保護者の方

FOR VISITOR
はじめてご利用の方へ

ご利用の流れ

STEP 1

相談ご予約

STEP 2

初回相談・利用登録

STEP 3

個別相談、セミナー、しごと体験など

ご状況に応じてサポートメニューと一緒に考えます。

STEP 4

就職 / 就労 / 進学

STEP 5

継続・ステップアップ支援

*オンライン相談可、保護者だけの相談可

具体的なプログラム

プログラム詳細はこちら

今月のスケジュールはこちら



How to しごと相談

How To しごと相談

なかなか相談に踏み出せないひともいるかもしれません。相談の進め方や、スタッフ大事にしていることがわかります。

How to しごと体験

How To しごと体験-インターン

応募活動の前に、仕事体験をしてみることがあります。体験前、体験中困ったことがあったときの対処法がわかります。

How to 働き続ける

How To 働きつづける

お仕事が決まった後も、働き続けるって大変。お悩んだとき、センパイたちならどうするか聞いてみましょう。

東京都立砂川高等学校

「精神疾患の理解と適切な対応」の講座開催

日時

令和5年12月18日(月)14:25~16:00(7・8時限)Ⅲ部合同

対象

1年次(約150名)

講師等

砂川高等学校校医、地域ネットワーク多摩、多摩立川保健所、立川市障害福祉課、健康推進課、当事者の方

生徒からのアンケート

- 精神疾患は多くの人に可能性があるのは知っていたが、障害者雇用などで働けることは知らなかった。
- 精神疾患の人の貴重な話を聞いた。
- 気軽に相談出来る窓口があることにびっくりした。
- 精神疾患は就職するには難しいと思っていたが、今は昔より大丈夫になったんだと知った。
- 1人で抱え込まず、相談することの大切さを知れた。また、ストレスを抱え込まず休憩することも大切だと思った。

令和6年度自殺総合対策事業計画①

| 取組 | 実施時期(予定) | 内容 | 備考 |
|-------------------------------|--------------------------------------|--|---|
| ①立川市いのち支える自殺総合対策推進本部・検討委員会の開催 | ①5月 ②8月 ③11月 ④2月 | 自殺対策計画の策定及び推進を行う。また、必要な事項を検討するため検討委員会を開催する。 | 【基本施策1-1】 新大綱重点1 |
| ②立川市いのち支える自殺総合対策連絡協議会の開催 | ①7月 ②11月 ③2月 | 地域における自殺対策の推進。計画の進捗管理、その他情報交換を行う。 | 【基本施策1-2】 新大綱重点1 |
| ③ゲートキーパー養成講座(初級・中級)の開催 | (初級)9月 (中級)3月 (新任教職員向け) 10月 | (初級)自殺の兆候に対する気づき力を養成する。 市民と市職員が対象 (中級)高齢者支援担当者が対象。 (新任教職員)新任教職員研修の一環として講座を開催。 | (受講予定) 初級40名 中級30名 新任教職員30名 【基本施策2-1・5-2】 新大綱重点4 |
| ④出張ゲートキーパー養成講座の開催 | 随時 | 健康推進課保健師によるゲートキーパー養成講座を開催。申請団体の要望により地域に出張し、「ゲートキーパー手帳」を中心に初級講座を行う。 | |
| ⑤「生きる支援の相談窓口リーフレット」の更新・配布 | 7月まで | 相談窓口の周知のため、令和2年度に作成した生きる支援の相談窓口リーフレットを更新し、コロナ禍で自殺が増えている若者や女性が手に取りやすい内容に変更し、相談窓口の周知につなげる。 | 【基本施策2・3】 新大綱重点11.13 |

令和6年度自殺総合対策事業計画②

| 取組 | 実施時期(予定) | 内容 | 備考 |
|------------------------------|---|--|---|
| ⑥メンタルヘルスに関する講座(こころの健康教育) | ①9月 ②3月 | ①公開講座(東京医療保健大学と共催) ②こころの休日健康セミナー(国立音楽大学と連携事業) | (受講予定) ①50名 ②30名 【基本施策2-2】 新大綱重点5 |
| ⑦わかちあいの会の開催(昭島市と共催) | 年10回 (原則第3日曜日) 立川市開催 (6、9、12、2月) | 自死遺族対策として、遺族が死別後の感情や体験を語り合い、支え合う場を提供する。来年度より託児も行う予定で、今まで参加できなかった方も対象としていく。 | 【基本施策4-4】 新大綱重点9 |
| ⑧自殺対策強化月間に合わせた、普及啓発のためのパネル展示 | ①9月 ②3月 | ①本庁多目的プラザにて自死遺族の声のパネルを展示。こころの相談窓口案内や簡易ストレスチェックカードの配布等を実施。 ②中央図書館との共催により自死遺族の声のパネル展示と自殺やメンタルヘルス関連図書の展示を行う。 | 【基本施策3-2】 新大綱重点2 |
| ⑨からだこころの相談(健康会館) | 通年 | こころの不安、悩みなど(精神保健福祉相談) | 【基本施策4-2】 新大綱重点7 |
| ⑩救急医療機関との連携(自殺未遂者支援) | 随時 | 自殺未遂者支援について第3次救急医療機関の災害医療センターと連携し検討する。災害医療センターの医師が中心となり事例検討会を開催する。 | 【基本施策4-3】 新大綱重点8 |