



いのち  
支える

# 長野県の自殺対策の取組みについて

令和6年2月9日

令和5年度 第2回佐久市自殺対策連絡協議会  
長野県精神保健福祉センター

# 長野県の現状

# 長野県の自殺の現状10のポイント

1. 1日におよそ1人が亡くなっている

2. 20歳未満と20代、60代以上は自殺者が横ばい又は減少幅が小さい

3. 二次医療圏別では、高齢者の自殺の割合が高い地域や若者の自殺の割合が高い地域がある

4. 30~50代、80代の自殺死亡率(30~50代は自殺者数も)高い。女性は20代の自殺死亡率が高い。

5. 10代後半~30代後半の死亡原因の1位が自殺。

6. 未成年者の自殺死亡率は、全国のなかでも高水準。

7. 男女共に無職者が有職者より自殺死亡率が高い。男性の中高年ではその違いが顕著。

8. 女性の自殺者の3/4が無職者であり、9人に1人が主婦。

9. 過去5年の自殺者のうち、自殺未遂歴のある者が約15%を占めている。未遂歴のある自殺者は女性の方が多い。

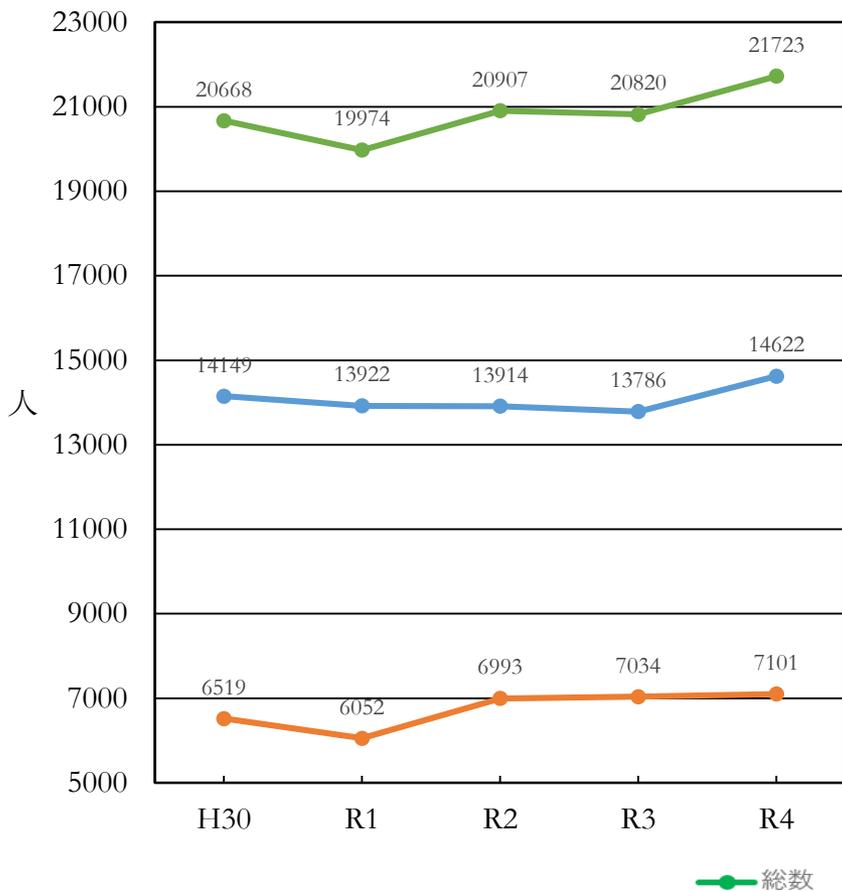
10. 経済・生活問題を原因とした自殺者の割合が多い。

# 長野県の自殺の状況 自殺統計【R4確定値】①

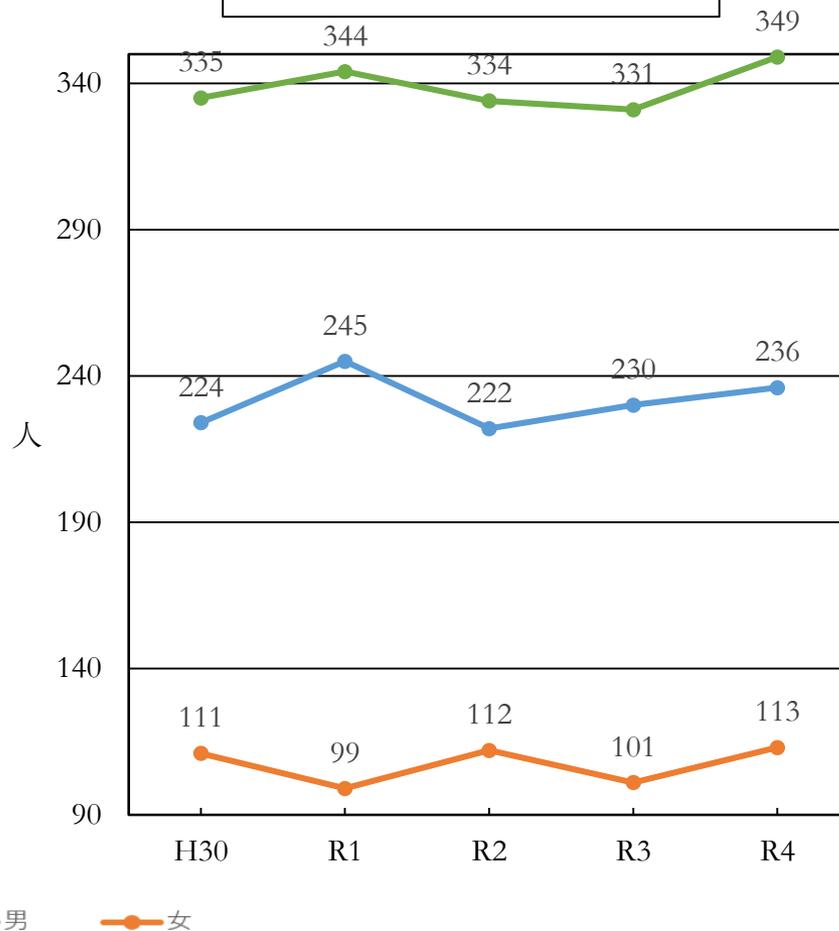
☞全国、長野県ともに男女増加  
 全国では、男性が13年ぶりに増加(発見地・発見日ベース)

厚生労働省[自殺統計]  
 (住居地・自殺日ベース)より

自殺者数の推移(全国)



自殺者数の推移(長野県)

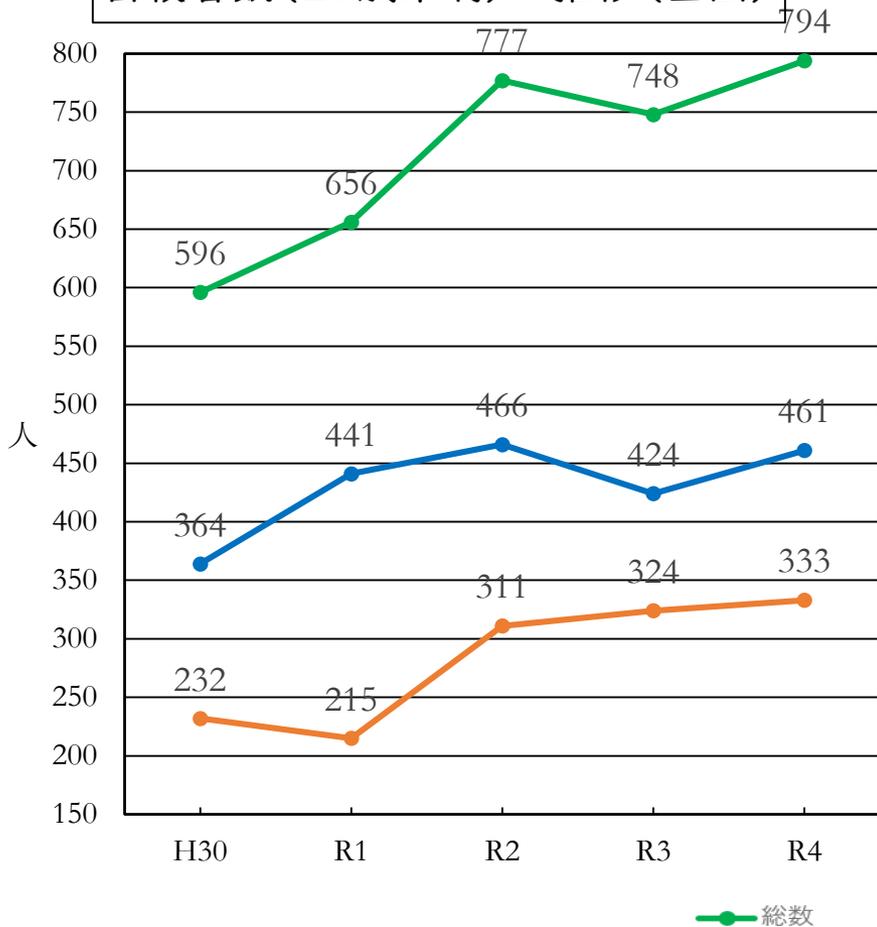


# 長野県の自殺の状況 自殺統計【R4確定値】②

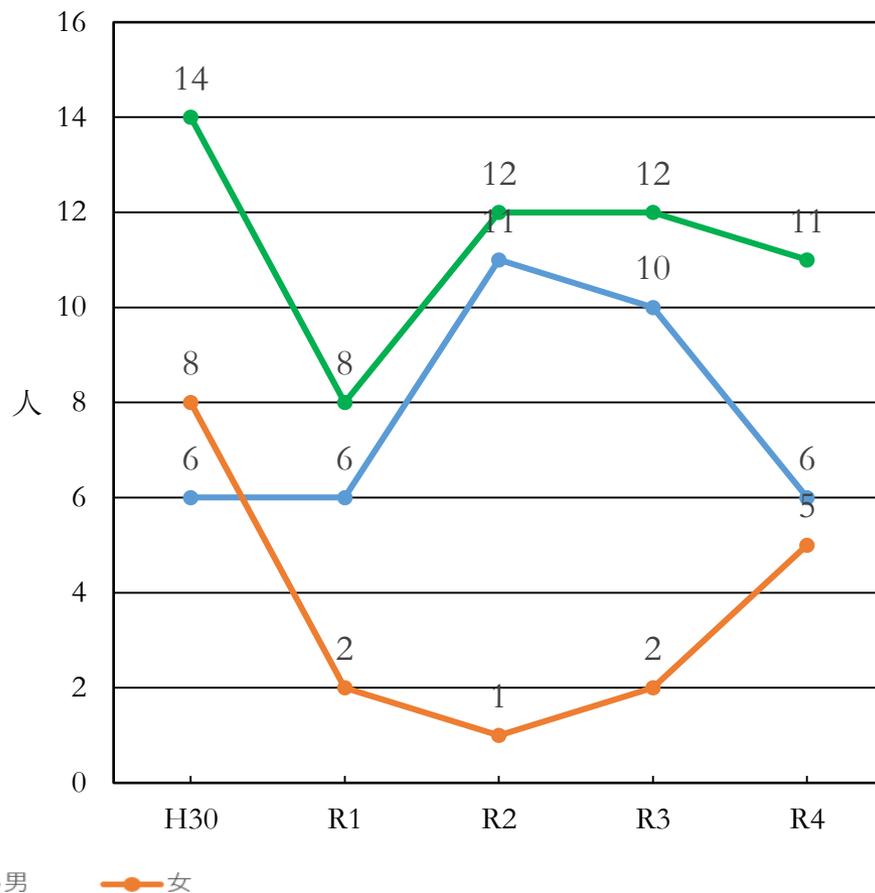
☞全国では男女ともに増加（小中高生の自殺が過去最多）  
長野県は女子が増加し、男子が減少した。

厚生労働省[自殺統計]  
(住居地・自殺日ベース)より

自殺者数(20歳未満)の推移(全国)



自殺者数(20歳未満)の推移(長野県)



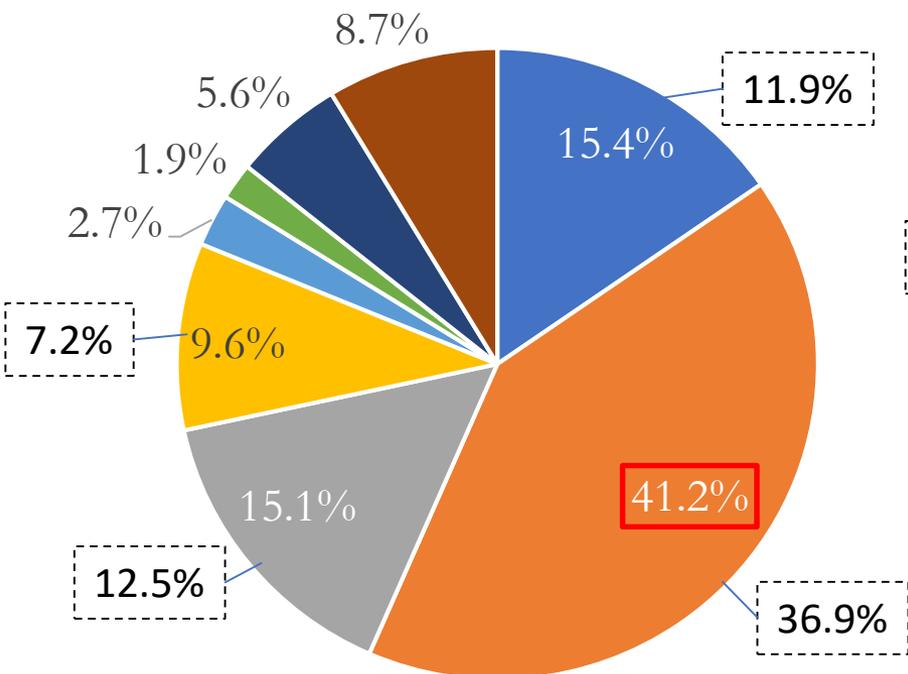
# 長野県の自殺の状況 自殺統計【R4確定値】③

☞全国、長野県ともに原因・動機として健康問題が一番多くを占めている。

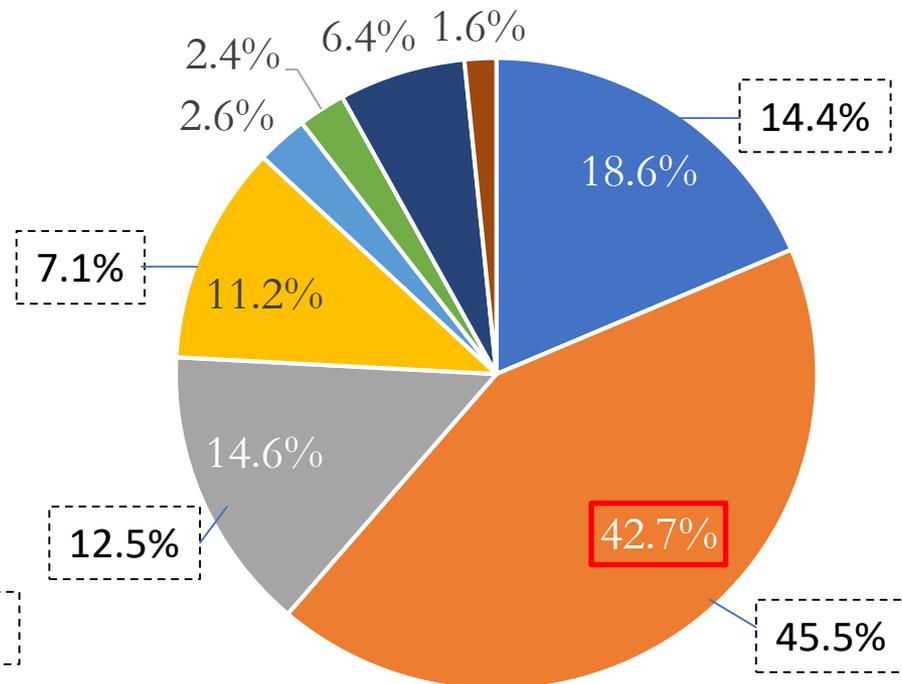
厚生労働省[自殺統計]  
(住居地・自殺日ベース)より

:R3確定値

## 原因・動機別（全国）



## 原因・動機別（長野県）



- 家庭問題
- 健康問題
- 経済・生活問題
- 勤務問題
- 男女問題
- 学校問題
- その他
- 不詳

※原因・動機別は4つまで計上  
(R3までは3つ)

# 第4次長野県自殺対策推進計画

# 第4次長野県自殺対策推進計画

～「誰も自殺に追い込まれることのない信州」を目指して～

【計画期間】令和5年度(2023年度)～  
令和9年度(2027年度)【5年間】

施策の体系

## 基本方針

**基本施策**  
【自殺対策の基盤的な取組】

**重点施策**  
【自殺ハイリスク層に焦点を絞った取組】

低 自殺のリスク 高

**様々な生きる支援関連施策**  
【県事業の様々な分野における生きることの包括的な支援の取組】

数値目標

- **自殺死亡率(人口10万対) 12.2以下**  
・国目標 13.0以下(R8)
- **20歳未満の自殺 ゼロ**

基本方針

- 「生きることの包括的な支援」としての対策  
・自殺はその多くが追い込まれた末の死である  
・その多くが防ぐことができる社会的な問題である
- **関連施策との有機的な連携を強化した全庁的取組**  
・生活困窮者自立支援制度、孤独・孤立対策、子どもへの支援策、  
地域共生社会の実現に向けた取組、発達障がい等障がい者支援施策等
- **対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動**  
・事前対応・危機対応・事後対応

- **実践と啓発を両輪とする対策**  
・自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識の醸成
- **関係者及び県民の役割の明確化とその連携・協働・共創**  
・行政機関、関係団体、民間団体、企業、県民等
- **新 自殺者等の名誉及び生活の平穏への配慮**
- **新 新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえた配慮**

基本施策

- **市町村等への支援強化と地域のネットワーク構築**  
・市町村や関係機関への支援と連携
- **自殺対策を支える人材の育成**  
・早期発見のためのゲートキーパーの養成  
・自殺対策に関する人材の確保と資質の向上
- **自殺対策に関する情報提供・理解促進**  
・自殺対策の適切な情報提供と理解促進  
・適切な自殺報道の促進
- **生きる支援に関する県事業の推進**  
・様々な背景を持つ人への「生きる支援」
- **効果の進捗確認**

重点施策

- **拡 子ども**  
・子どもたちが生き生きと暮らすための支援  
・子どもの居場所づくり  
・子どもたちの生きる力を高めるための支援
- **自殺のリスクを抱えた子どもを支える体制の構築**  
・自殺のリスクが高まることを予防する取組  
・自殺のリスクが高い子どもへの危機介入 等

- **生活困窮者**  
・生活困窮者を支える仕組みの構築  
・地域の支援者とのネットワークの構築  
・生活困窮に関する相談の実施 等

- **働き盛り世代**  
・職場環境の改善  
・職場におけるメンタルヘルスの推進・ハラスメント防止への支援  
・長時間労働の是正への支援  
・労働に関する相談の実施 等

- **新 自殺未遂者**  
・自殺未遂者や家族を支える仕組みの構築  
・自殺未遂者の精神科医療へのつなぎ  
・自殺未遂者を支援するネットワークの構築  
・自殺未遂者やその家族等への相談体制の充実 等

様々な生きる支援関連施策

- 既存の研修等と連携した生きる支援(自殺対策)の推進
- 気づきのための人材育成(ゲートキーパー研修の受講推奨)
- 包括的な生きる支援の情報(相談先一覧等)の提供
- 様々な分野での啓発の機会を活用した自殺対策の理解促進

- あらゆる分野での広報・啓発の強化
- 調査・分析結果の活用
- 既存の生きることの包括的な支援の継続
- その他、様々な「生きる支援」との連動

# 令和5年度子ども等自殺対策の主な事業（健康福祉部）

下線：子ども等自殺対策強化事業

低

リスクの抑制

## ○OSOSの出し方に関する教育

自らの悩みを適切に表現できるための教育を実施

生きる促進要因の向上

## ○若者との共創によるワークショップ

県内中高生・大学生等を対象に、効果的な自殺対策等を考えるワークショップを開催：1回（中信地区）

## ○子どもたちに生きる力を与える講演会

県内中学生を対象に、オリンピック等で活躍したアスリート等による講演会を実施：2回（東信・南信地区）

自殺リスク

相談

リスクの察知・

## ○ORAMPS

自殺のリスクを評価：モデル校13校

## ○リスティング広告

ネットで検索された悩みに応じた相談窓口を表示

## ○いのちの電話相談支援事業

（社福）長野いのちの電話の電話相談事業への支援

高

リスクへの支援

## ○子どもの自殺危機対応チーム

※本県が全国に先駆けて取組み、新たな国の自殺総合対策大綱に位置付けられた。

多職種の専門家で構成された、地区チーム（県内4地区）とコアチームによる支援者支援。より迅速効果的な支援のため、地区チーム主体体制に強化

## ○自殺未遂者支援のためのネットワーク構築の検討

救急搬送された自殺未遂者を、精神科医療や地域の支援機関に繋ぐネットワーク構築を検討

# 「子どもの自殺危機対応チーム」の体制強化

## 1 子どもの自殺危機対応チーム

令和元年10月に設置され、地域の支援者に対して、専門家による助言を目的としたチーム

## 2 構成

コアチーム[11名]	地区チーム
○精神科医 ○心理士 ○精神保健福祉士 ○弁護士 ○自殺対策NPO法人 ○インターネット専門家	各職種2~3人 (自殺対策NPO法人、インターネット専門家メンバーは、R5以降必要に応じ地区チームに参加)

## 3 主な支援対象者

未成年者のうち、「自殺未遂歴や自傷行為の経験がある」「自死遺族」「自殺のほのめかしがあり自殺の可能性が否定できない」者等自殺のリスクが高いケース

## 4 支援要請件数

令和5年12月末現在 44件[自殺者はゼロ]

校種	人数	割合	1年	2年	3年
高校	34	77.3%	10	12	12
中学	10	22.7%	2	5	3

性別	人数	割合
男	13	29.5%
女	31	70.5%

# 「子どもの自殺危機対応チーム」の体制強化

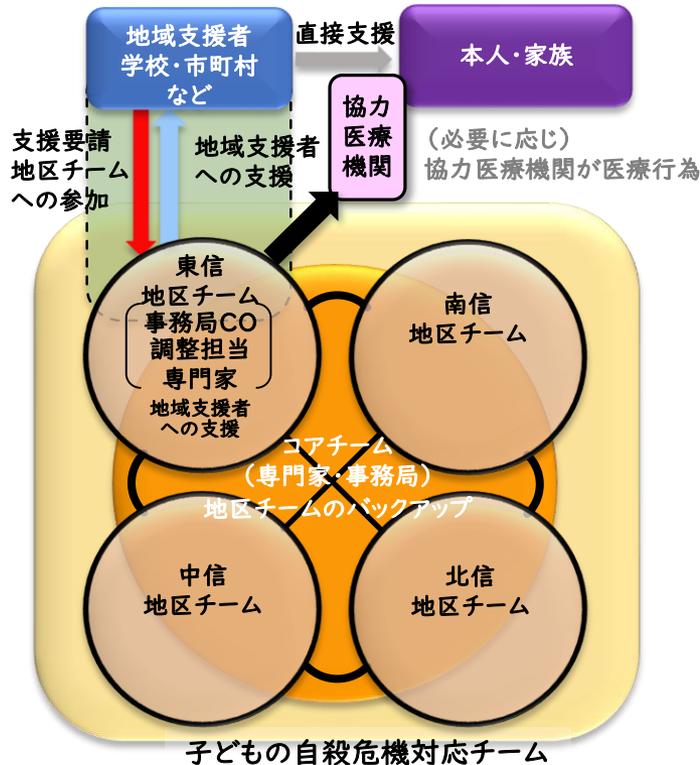
## 【地区チーム主体体制による支援】

### ■ チームの役割

- コアチーム: 地区チームのバックアップ、事例分析等
- 地区チーム: 支援要請ケースへの支援

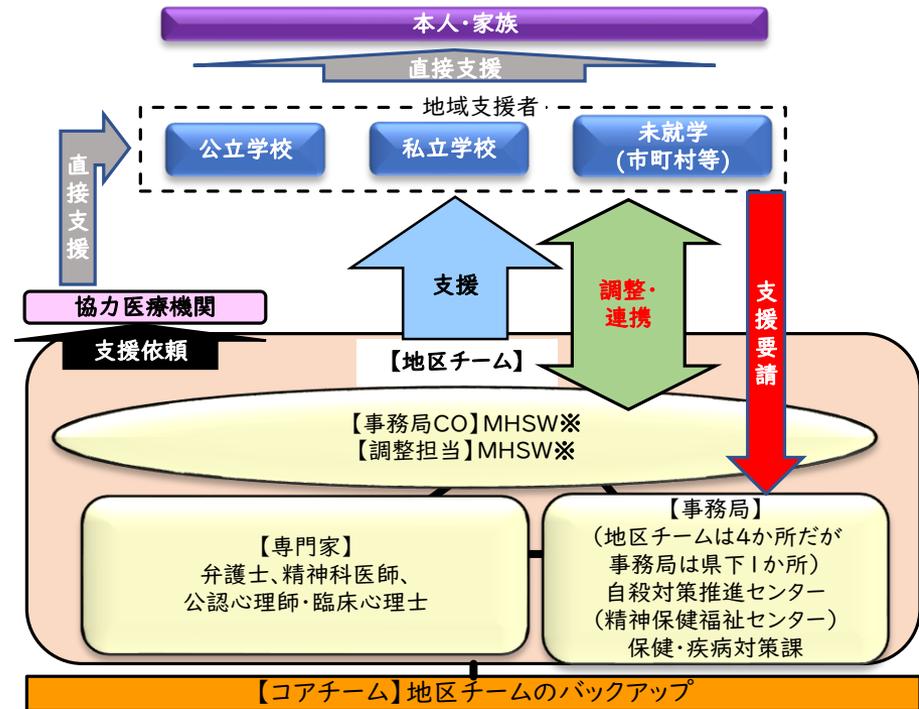
### 【地区チーム(県内4チーム)主体体制図】

※東信地区チームを例としているが、  
全チームが同様の対応を行う。



### 【地区チーム(4ブロック各1チーム)の体制図】 (R5~)

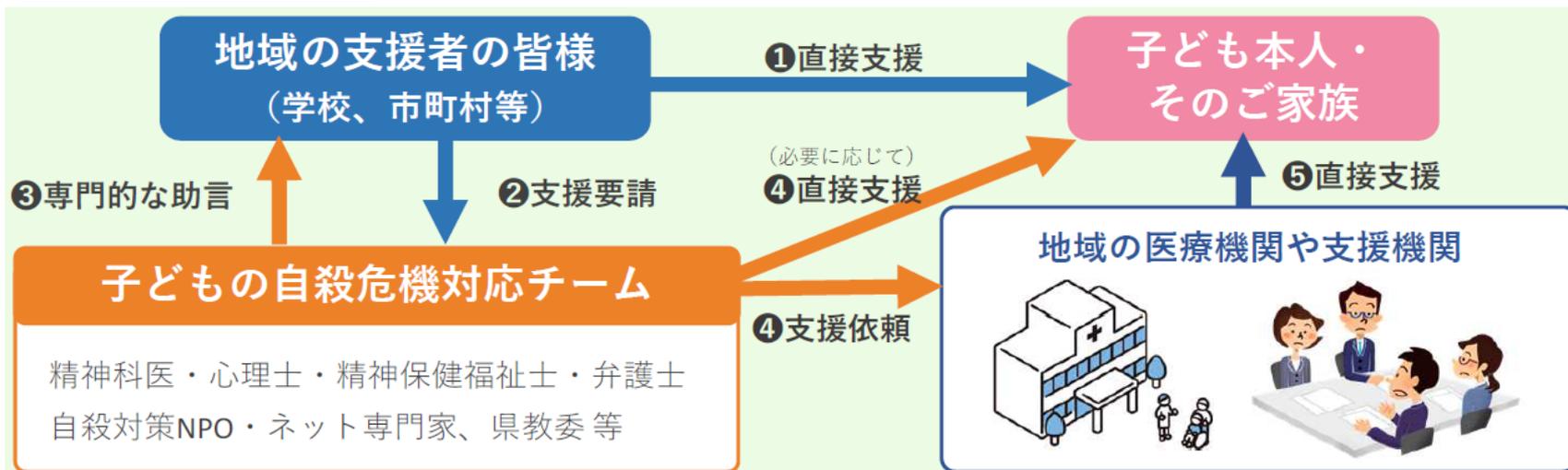
※MHSW: 精神保健福祉士



# 長野県の取組

## ハイリスクアプローチの強化 ～「子どもの自殺危機対応チーム」体制強化～

### 支援体制イメージ



### 危機対応チームへの支援要請手順、そこからの流れ

- ① 地域の支援者の皆様（以下「支援要請機関」）が、電子申請システム(下記URLより)で支援要請シートをダウンロード、必要事項を入力の上、再度電子申請システムで子どもの自殺危機対応チーム事務局へ提出してください。
- ② 事務局コーディネーター（もしくは、地区調整担当者）が、速やかに支援要請機関へ連絡いたします。そこで補足的に詳細情報をヒアリングさせていただきます。
- ③ 危機対応チーム内で支援検討会議を開催して支援方針を検討し、その結果は支援要請機関へフィードバックいたします。※ 支援要請機関に支援検討会議への参加をお願いすることがあります。
- ④ 必要に応じて事務局コーディネーターもしくは地区調整担当者が、医療機関・関係機関へのつなぎを行います。
- ⑤ 事案の状況に応じて、適宜、適切なフォローを行っていきます。

## ほか本チームの主な対応内容と結果

### ● 主な対応内容

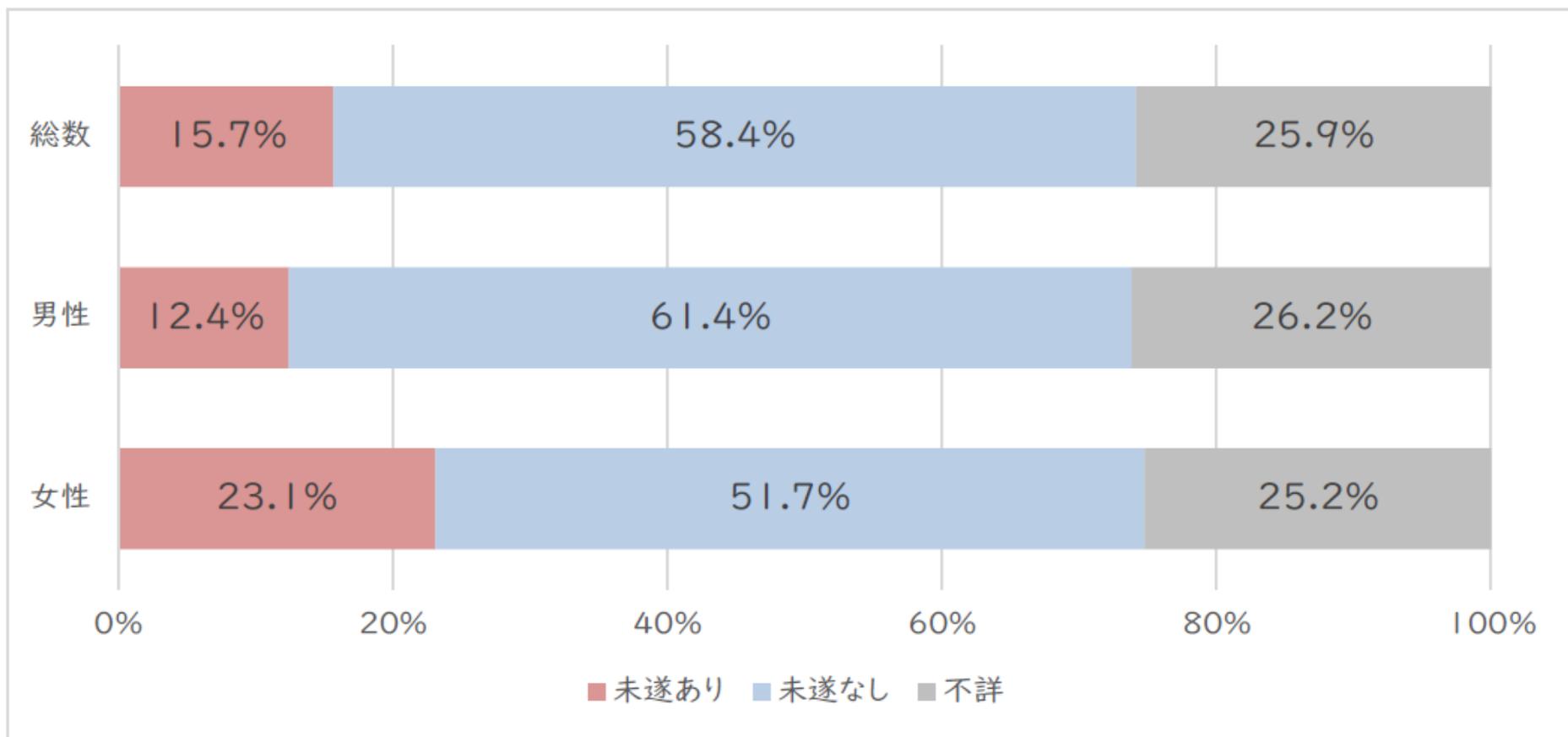
- 地域支援者（市町村・SC・SSW・児童相談所・警察）へのつなぎを勧奨・調整
- 医療へのつなぎを勧奨、受診中の医療機関との情報共有・連携
- （本人の希望を前提に）他校・通信制・専門学校等への転学や留学を紹介
- 市町村（卒業後）や進学・転学等の相手先との情報共有・調整
- 本人や家族等に心配していることを伝える（口頭・カード・メモなど）
- 支援要請者（学校へ）家族への接し方や対応内容等についてのアドバイス
- 本人への対応方法や内容等についてのアドバイス
- 打ち込める・好きなものや将来の目標などを見つけるようアドバイス、支援
- 「子ども担当弁護士」制度の紹介
- 本人の疾患について丁寧に家族等に説明し、理解を得る
- 同じような境遇の自死遺族との交流の場を設定

### ● 主な対応結果

- 転学により気持ちが安定し、登校している
- 市町村保健師等の地域支援者との連携体制の構築・強化ができた
- 医療機関につなげる・調整することが出来、入院等の治療で落ち着きを見せている
- 打ち込むことや将来の目標が見つかり、心身が安定している
- 「子ども担当弁護士」の活用により、対応の選択肢が増えた
- 同じような境遇の自死遺族と話ができ、精神的に落ち着いてきた
- 親族間調整により、本人の落ち着き場所（住居）が確定した
- 不登校のままだが、定期的な課題提出により、登校・単位取得・進級につながた

# 自殺未遂者対策について

図2-13【長野県】性別×自殺未遂歴の有無別自殺者数の割合（平成29年～令和3年合計）



（自殺統計 自殺日、住居地）

# 自殺未遂者支援実態把握調査（抜粋）

---

## 【調査目的】

自殺未遂者支援の実態を把握し、医療機関や市町村等の連携支援などの対策を強化し、自殺再企図者、さらには自殺者の減少につなげていく施策を検討するため。

## 【調査方法】

ながの電子申請によるアンケートフォームへの回答

## 【調査対象】

県内の救急告示医療機関（89）、市町村（77）、消防本部（局）（13）

## 【調査期間】

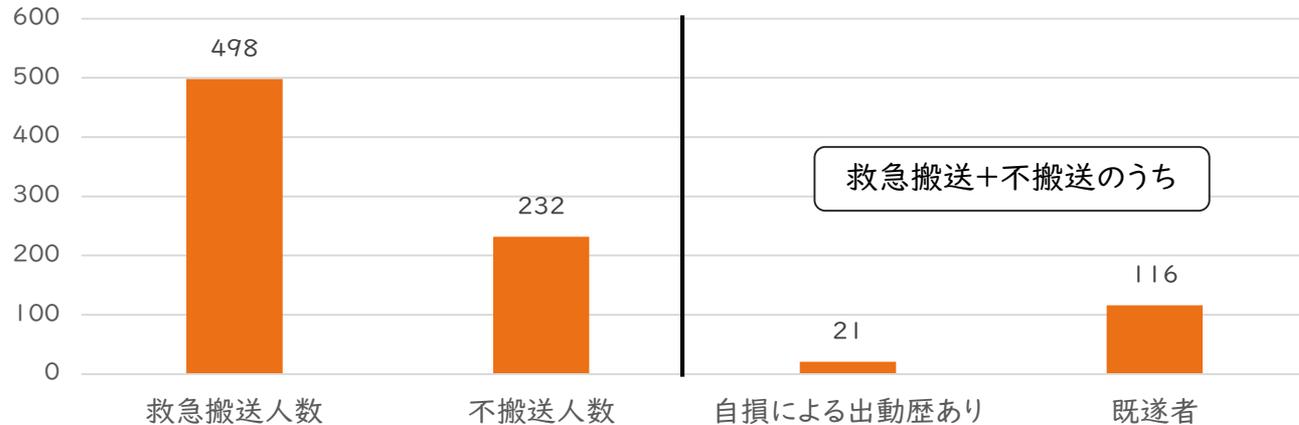
- ・令和2年4月1日から令和3年12月31日まで（市町村）
- ・令和2年1月1日から令和3年12月31日まで（消防）

## 【回答率】

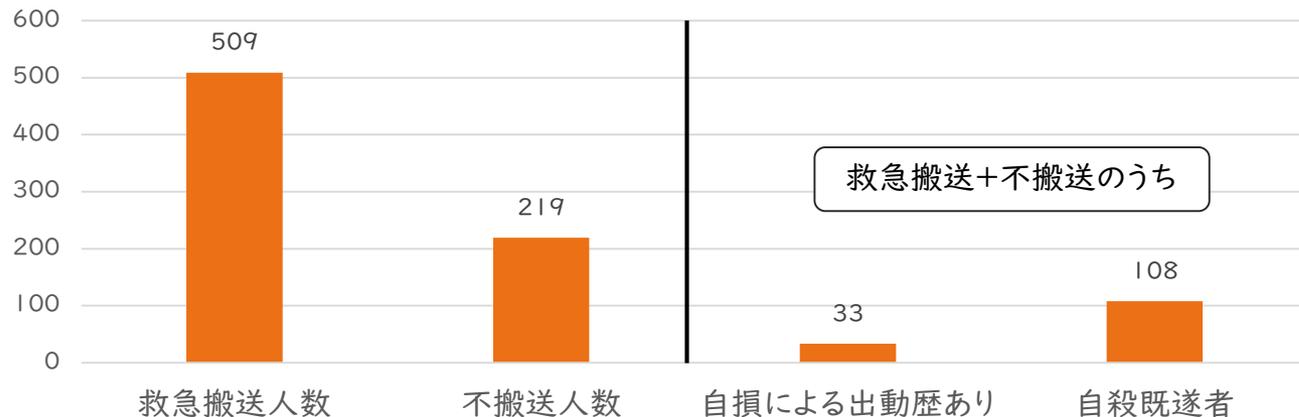
救急告示医療機関（75%）、市町村（100%）、消防（100%）

# Q.自損行為による出動者の状況

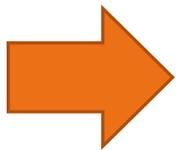
自損行為による出動者の状況 (R2)



自損行為による出動者の状況 (R3)

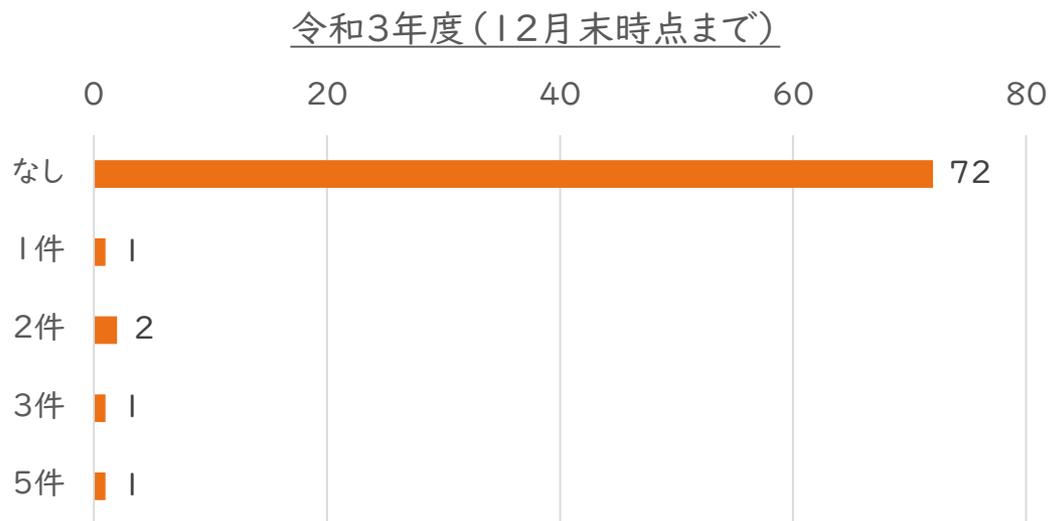
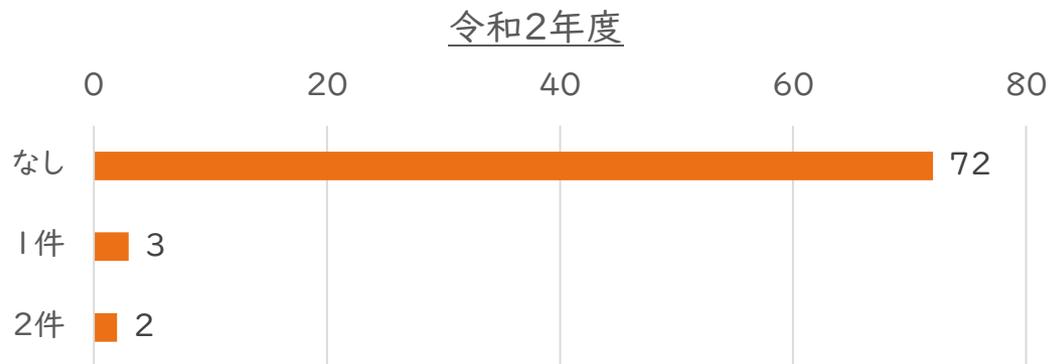


## Q.外部の支援機関につなげる際の課題



最大の課題は本人の不同意だが、医療機関側にとって、つなぎ先が明確でないことも大きな課題である。

## Q.救急告示医療機関から情報提供があった件数



1年8か月の間に情報提供があった件数は、20件のみ

新規

# 自殺未遂者に対する地域における包括的支援モデル事業

令和5年度予算案:29.8億円の内数  
実施主体:都道府県  
実施予定数:5自治体

令和5年度当初予算案 35億円の内数 (一) ※()内は前年度当初予算額

(35億円の内訳)	
地域自殺対策強化交付金	30億円
調査研究等業務交付金	4.9億円

## 1 事業の目的

- 関係者の着実な取組により自殺者数は長期的には低下傾向であるものの、令和2年に対前年差で増、令和3年には対前年差で微減。
- 自殺総合対策大綱(令和4年10月14日閣議決定)でも、自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐことの重要性が盛り込まれている。
- 未遂者が救急病院搬入後、退院され地域に戻った際に必要な支援へのつなぎ・継続的支援を行う都道府県等における推進体制を整備することを目的とする。

## 2 事業の概要

- 自殺未遂者の自殺企図の再発を防止するため、コーディネーターを配置し、「自傷・自殺未遂レジストリ」に参加している救急病院退院後の地域における必要な支援へのつなぎ・継続的支援を行うモデル事業の実施。  
また、都道府県の設置する地域自殺対策推進センターと救急病院等の関係機関の連携体制構築のための定期的な会議を実施。(地域自殺対策強化交付金)
- 事業実施に当たっては、「いのち支える自殺対策推進センター」からの情報提供、研修等の支援を受けて行うものとする。このため、同センターの体制の強化を図る(調査研究等業務交付金)

## 3 事業スキーム・実施主体等

実施主体:都道府県(自傷・自殺未遂レジストリの参画救急病院を所管する都道府県に限る。)

厚生労働省指定調査研究等法人「いのち支える自殺対策推進センター」

補助率 :10/10(都道府県分は概ね3年程度を上限)



# 長野県でのモデル事業の概要（案）

## 1 コーディネーターによるつなぎ支援

- ・ 新たにコーディネーター県で配置
- ・ 「自傷・自殺未遂レジストリ」参加医療機関との連携

## 2 連携体制構築のための会議の開催

- ・ 県全体会議の設置（指針、マニュアル、フロー等の整備）
- ・ 各圏域会議の設置

# 参考動画

ゲートキーパー研修動画（基礎編2023）



ゲートキーパー研修動画（ステップアップ編）



自死遺族等啓発動画～身近な人を自死で亡くされた方へ～

