

## 第3章

### 横浜市の自殺対策の方向性

## 1 基本方針

4つの基本認識（①自殺は、その多くが追い込まれた末の死である。②自殺は、その多くが社会的な取組で防ぐことのできる問題である。③自殺を考えている人は何らかのサインを発していることが多い。④年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いている。）のもとに、「誰もが自殺に追い込まれない社会の実現」を目指します。

その実現に向けて、2026（平成38）年までに2015（平成27）年と比べて自殺者数を30%以上減らすことができるように、本市がこの計画を推進するとともに、公民が連携しオール横浜の体制で取り組んでいきます。

取組を推進するにあたっては、以下の視点や課題認識を重視して進めていきます。

### （1）本市の自殺（者）の特徴を踏まえた取組の推進

より効果的に対策を進めていくために、これまで進めてきた各種の取組を強化していくほか、本市の自殺状況の特徴を踏まえた実践的な取組を一層推進していきます。

この計画の中では、次の3点の特徴に対して重点的に取り組んでいきます。

○全国の自殺の状況などと比較すると、本市の40歳代から50歳代までの自殺者数は全体の42%を超えていて、全国の40歳代から50歳代までの自殺者数の割合である約34%よりも高い水準にあります。また、その年代においては有職者が無職者よりも多い状況です。

○自殺未遂の経験のある自殺者数が全体の2割を超える状況が続いています。これは、全国割合と比較すると多い状況です。

○10歳代と20歳代の自殺者数は、その年代の人口自体が減少し、かつ本市全体の自殺者数が減少傾向にある中で、対象年代の自殺死亡率は下がらず、若干ですが増加しています。また、10歳代、20歳代、30歳代までの死因の第1位は「自殺」が占める状況が続いています。

### （2）対応の段階に応じた効果的な取組の推進

本市の自殺の特徴に対してより有効な取組を講じていくため、国の自殺総合対策大綱にある事前対応<sup>※1</sup>、危機対応<sup>※2</sup>、事後対応<sup>※3</sup>の3段階での効果的施策の展開の考え方を参考にしながら、改めて本市の自殺実態や取組の効果などの分析を進め、対策に反映させていきます。

※1）事前対応：心身の健康の保持増進についての取組、自殺や精神疾患等についての正しい知識の普及啓発等自殺の危険性が低い段階で対応を行うこと

※2）自殺発生の危機対応：現に起こりつつある自殺発生の危機に介入し、自殺を発生させないこと

※3）事後対応：不幸にして自殺や自殺未遂が生じてしまった場合に家族や職場の同僚等に与える影響を最小限とし、新たな自殺を発生させないこと

＜自殺総合対策大綱（平成29年7月改定）より抜粋＞

## 2 施策体系

本市では、「基本施策」、「重点施策」、「関連施策」の3つの施策により自殺対策の取組を進めます。

### ●基本施策

国が地域の自殺対策の基本的な施策として全国的に実施されることが望ましいとするもので、本市でもこれまで取り組んできた5つの施策

### ●重点施策

これまでの取組に加え、より効果的な自殺対策を進めるために、本市の自殺の特徴を踏まえ、対象者を明確にした、具体的な3つの施策

### ●関連施策

本市における様々な分野の事業のうち、自殺対策につながる関連施策

## 横浜市における自殺対策施策の体系

基本施策	国が地域の自殺対策の基本的な施策として全国的に実施されることが望ましいとするもので、本市でもこれまで取り組んできた5つの施策	<ul style="list-style-type: none"> <li>①地域におけるネットワークの強化</li> <li>②自殺対策を支える人材「ゲートキーパー」の育成</li> <li>③普及啓発の推進</li> <li>④遺された方への支援の推進</li> <li>⑤様々な課題を抱える方への相談支援の強化</li> </ul>
重点施策	対象者を明確にした施策 本市の自殺の特徴を踏まえ、 <ul style="list-style-type: none"> <li>40～50歳代の自殺者数が全体の4割を超える</li> <li>自殺未遂の経験のある自殺者数が全体の2割を超える</li> <li>30歳未満の自殺死亡率が減少しない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①自殺者の多い年代や生活状況に応じた対策の充実</li> <li>②自殺未遂者への支援の強化</li> <li>③若年層対策の推進</li> </ul>
関連施策		自殺対策につながる各区局の事業

### 3 基本施策

#### ○基本施策の考え方

本市では自殺者が急増した事態を深刻に受け止め、自殺防止に向けた様々な取組を実施してきました。

普及啓発事業や地域の身近な存在として支えるゲートキーパーの養成に取り組むとともに、遺された家族に対する支援として、専門相談窓口の開設や「自死遺族の集い」を開催してきました。

自殺は仕事の悩みや生活困窮などの経済的な問題、うつ病や統合失調症といった精神的な問題など多くの要因が絡んでいると指摘されています。こうした個別の悩みに対応する専門的相談は、精神保健福祉相談などの行政だけではなく、民間団体が独自に行っているものも多くありますが、関係者間の情報の共有化や市民への周知が必ずしも十分ではないのが現状です。

こうした状況の改善に向け、この問題に取り組んできている関係者・団体のネットワークづくりを進めています。精神科医や弁護士、民生委員の方々から成る「よこはま自殺対策ネットワーク協議会」を運営しています。また、全庁的に取り組んでいくために、市役所の関係する部署をメンバーとした「横浜市庁内自殺対策連絡会議」を開催しています。

本市がこれまで取り組んできたこうした一連の自殺対策を、国の自殺総合対策大綱等を踏まえこの計画の中では基本施策として位置付け、引き続き推進していきます。

#### 【自殺対策の基本となる5つの施策】

<b>基本施策 1</b> 地域におけるネットワークの強化	自殺の現状を共有化し、対策を地域全体で推進するため、民生委員や弁護士会、横浜いのちの電話など自殺対策に取り組む団体等や、庁内関係部署との会議などを通じた情報共有や連携強化
<b>基本施策 2</b> 自殺対策を支える人材 「ゲートキーパー」の育成	自殺の防止に向け、市の職員や民生委員を始めとする地域の支援者などが、 <u>身近な見守り役となる「ゲートキーパー」の養成研修の推進</u>
<b>基本施策 3</b> 普及啓発の推進	自殺が身近な問題であることや、メンタルヘルスなどの様々な要因が重なって自殺につながっていく実態を知ってもらうことを目的とした普及啓発の推進
<b>基本施策 4</b> 遺された方への支援の推進	家族や友人など、身近な人や大切な人を自殺で亡くされた方へ向けた、 <u>気持ちの分かち合いの場の開催や、専門相談員による電話相談などの自死遺族支援の推進</u>
<b>基本施策 5</b> 様々な課題を抱える方への 相談支援の強化	自殺リスクが高いと指摘される、うつ病やアルコール依存症、統合失調症などの精神疾患を抱える方に対する、 <u>区やこころの健康相談センターなどでの相談支援の推進</u> また、 <u>生活困窮や多重債務などの課題を抱える方々が、相談機関にスムーズにつながるよう</u> にするための支援の推進

## 基本施策 1 地域におけるネットワークの強化

自殺対策を推進するうえでは、行政だけではなく民間で自殺対策などの取組を進める団体や、地域で福祉的な支援や健康づくりなど様々に活動される方、社員の健康問題に取り組む民間企業、報道関連など多岐に渡る関係者が、「誰もが自殺に追い込まれることのない社会」の認識を共有し、その実現のために、それぞれの役割を明確化し、情報や意識の共有を図りながら、相互の連携や協力など、地域全体の取組として推進していくことが大変重要です。

このため、保健、医療、福祉、教育、労働、法律その他の関連する分野で活動している関係機関が集まり、積極的に自殺対策に取り組む土台づくりを推進します。

### (1)「よこはま自殺対策ネットワーク協議会」の開催

本市における自殺対策を総合的に推進し、「生きやすい、住みやすい都市横浜」を実現していくため、市内を中心に活動する民生委員などの市民代表者や、保健、医療、福祉、教育、法律、経済、労働、鉄道、警察、報道のほか自殺対策に取り組む支援団体と行政が一堂に会し、自殺対策に関する情報交換や関係機関の連携及び協力の推進、一体的な広報や啓発活動の推進を図るため、「よこはま自殺対策ネットワーク協議会（平成 26 年度より開始）」を開催しています。

自殺対策に関する情報や各団体の活動の共有に留まることなく、年々、関係性は深まっています。例えば、9月の自殺対策強化月間における横浜駅での街頭キャンペーンでは、各団体・機関と連携しながら実施しています。また、各団体主催の講演会や研修において、当協議会で関係を構築した他団体の方を講師とするなど、実践的な連携が深まっています。

### (2)「横浜市庁内自殺対策連絡会議」の開催

市役所の業務は、施設や公園、道路や交通などのハード的な側面を担当する部署から、子育てや教育、人権に関係する施策を進める部署、毎日窓口へ市民の方が来訪される区役所まで、市民の方の生活に直結する幅広い業務があります。

自殺は市内の様々な場面や場所で起こりうる可能性を持っており、市役所の業務のどれもが自殺対策に関連する可能性があると言えます。

こうした考え方のもとに、様々な市役所事業を展開するうえで、自殺対策の推進に係る共通認識を持ち、それぞれの業務の中で、自殺対策への視点を持って事業を進めていくことが大変重要であることから、本市では、市役所全体で自殺対策の推進を図ることを目的に、関係局課による「横浜市庁内自殺対策連絡会議」を平成 19 年度に設置し、情報共有などを行っています。

また、区役所などの窓口には、日々、様々な課題や悩みをお持ちの方が来訪されており、その中には自殺につながる悩みを抱える方もいらっしゃいます。そうした窓口の対応の中で、「市職員の誰もがゲートキーパーである」という共通認識を持つことで、対応ができることもこの会議の開催等を通して目指しているものです。

今後は、さらに対象を明確にした対策を進める中で得られた情報や傾向などを分析し、情報共有や対策に係る調整を進めていきます。

### (3) 自殺実態状況の解析及び情報の共有化

地域の自殺実態の解明のためには、その情報の把握が必要です。横浜市地域自殺対策推進センターに位置づけられている横浜市こころの健康相談センターでは、厚生労働省の人口動態統計と自殺統計を分析し、「よこはま自殺対策ネットワーク協議会」や「横浜市庁内自殺対策連絡会議」等の各種会議や、普及活動やゲートキーパー研修などの自殺対策を推進している各区に情報提供を行っています。

今後、さらに効果的な自殺対策を進める上で、自殺未遂者支援や自死遺族に対する支援など、医療機関や民間団体等とも連携し包括的な支援が必要なものなどについては、それぞれの実施機関・団体間で情報の共有化が十分ではない面があります。

このため、人口動態統計や自殺統計の解析情報や、多くの機関・団体で取り組んでいる様々な支援に関する情報収集と解析に力を入れ、それらの情報を関係機関・団体との共有を進めることで、より効果的な対策を推進します。

#### □目標

項目	数値	考え方
よこはま自殺対策ネットワーク協議会の開催	年1回以上	継続実施
横浜市庁内自殺対策連絡会議の開催	年1回以上	継続実施

## 基本施策2 自殺対策を支える人材「ゲートキーパー」の育成

様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対する早期の「気づき」が重要であり、そのための人材育成の方策を充実させる必要があります。具体的には、保健、医療、福祉、教育その他の関係領域の部署、地域の支援者、身近な家族や友人、会社の同僚など、誰もが早期の気づきに対応できるよう、必要な研修の機会の確保を図ることが必要です。

このため、区役所やこころの健康相談センターで必要な研修の開催等を強化し、ゲートキーパーの育成を進めます。

### ●ゲートキーパーとは

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことで、言わば「命の門番」とも位置付けられる人のことです。

自殺対策では、悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤立・孤独」を防ぎ、支援することが重要です。1人でも多くの方に、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、専門性の有無に関わらず、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが自殺対策につながります。

#### ゲートキーパーの役割

- 気づき 家族や仲間の「いつもと違う様子」に気づく
- 声かけ 大切な人の変化に気づいたら、勇気を出して声をかける
- 傾聴 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- つなぎ 早めに相談窓口に行くことを勧める
- 見守り 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

### (1) 市民や地域で活動される方を対象とした研修の実施

「こころの健康に関する市民意識調査（22 ページ以降に掲載）」における、「悩みやストレスを感じた時に、どのような方法で相談するか」とした結果の中では（25 ページに掲載）、「直接会って相談する」との回答が各年代層の中で1番高い、との結果があります。こうした結果からは、直接会って話をするのが悩みやストレスの解決方法の一つとなっていることが想定され、家族や友人に加え、地域の知り合いや顔見知りなど、身近で会う機会の多い方が、そうした相談相手となる可能性も高いのではないかと考えられます。

このように、地域の身近な方がゲートキーパーの役割を担っていただく機会も多くなることが想定されることから、本市では、区役所を中心に、市民をはじめ、民生委員、相談機関の方々などを対象としたゲートキーパー養成に向けた研修会を開催しています。

研修会では、ゲートキーパーとしての役割や、うつ病やアルコール依存症などを含めた精神疾患に関する知識の講義や、そうした悩みや課題を抱える方への対応方法のロールプレイを通じた実践など、様々な手法による研修を実施しています。

今後も、こうした研修を通じたゲートキーパー養成を進めます。

#### (参考)ゲートキーパー養成研修資料

#### ～ゲートキーパー養成研修～



西宮市自殺対策キープラー  
研修 資料

平成29年5月31日(水)  
横浜市こころの健康相談センター

## (2) 相談窓口に携わる支援者等を対象とした研修の実施

区役所の福祉保健センターや各区の基幹相談支援センターなどの福祉分野の支援機関には、こころの健康や生活困窮など様々な問題で悩んでいる方、支援を求める方が来訪されています。

そこで、区役所や地域での相談支援機関、医療機関などの支援機関で従事する職員を対象に、こころの健康相談センターなどの専門機関や各区において、具体的な事例検討を通じた相談スキルの向上などを目的とした研修を実施しています。また、福祉や法律分野などの職能団体等でも自殺対策をテーマとした研修に取り組んでいます。

健康や経済的な問題などが複合的に重なり合って追い詰められて自殺に至る事例が多いことを踏まえ、今後も福祉や医療などの分野で相談に携わる職員を対象とした研修を実施し、人材養成を強化します。

### □目標

項目	H29 実績	目標数値	考え方
ゲートキーパー養成数 (自殺対策研修受講者数)	3,411 人	延 18,000 人 (5年間)	受講者数

### □コラム3 (区役所におけるゲートキーパー育成の取組)

#### 栄区 ～ さかえ・ハートフルサポーター養成基礎研修 ～

栄区は、平成 22 年度からセーフコミュニティ活動の一環として「自殺予防対策」に取り組み、街頭キャンペーン等の区民への啓発活動やゲートキーパー育成などをすすめています。

栄区のゲートキーパーは、より親しみやすいよう「さかえ・ハートフルサポーター」という呼称で、毎年度、新採用や転入者を中心とした栄区役所全課職員を対象として、養成研修を実施しています。自殺対策は所管部署だけでなく、全庁的な取組が必要と考えているからです。また、保健活動推進員さんや民生委員児童委員さんなど、地域で活動される方々も対象に、適宜研修を実施しています。

研修は、参加者が受講前に「自殺に関する 20 の質問」に回答し、講義とグループワークで構成された研修の受講後に、改めて同じ 20 問に回答して効果測定をする、という手法をとっています。正解率はおおむね上昇しますが、ときには下降してしまう設問もあり、そのときには、それを翌年度の研修内容修正ポイントととらえ、継続的な取組を進めています。

#### ※ セーフコミュニティとは

「致命的な事故やケガは原因を究明することで予防できる」という考え方のもと、地域ぐるみで安全・安心な街づくりの活動を継続的に行っているまちのことで、WHO(世界保健機関)が推奨する国際認証



### 基本施策3 普及啓発の推進

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があり、そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適当であるということが、社会全体の共通認識となるように、積極的に普及啓発を行う必要があります。

自殺が身近な問題であることや、メンタルヘルスなどの様々な要因が重なりあって自殺につながっていく実態を知ってもらうことを目的に普及啓発を推進します。

#### (1) 継続的かつ効果的な普及啓発の検討・推進

ホームページなど、常時情報を提供できるツールの活用のほか、広報よこはま等の広報媒体を活用し、自殺に関する情報の提供を行います。

また、悩みを抱える方などに効果的に情報提供できる手法についても検討を進めます。

#### (2) 自殺対策強化月間における普及啓発の強化

3月と9月※の「自殺対策強化月間」において、世界自殺予防デー（9月10日）に駅など多くの人が行きかう場所において街頭キャンペーンを実施します。

また、「自殺は追い込まれた末の死であること」や、自殺で亡くなっている方の状況、自殺につながるリスクである様々な問題への理解の促進、ストレスへの対応方法などについて、講演会等を通じた重点的な普及啓発を実施します。

※9月10日の「世界自殺予防デー」にちなみ、国で定める「自殺予防週間」の期間を含め、九都県市共同（埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、横浜市、川崎市、千葉市、さいたま市、相模原市）により、9月を「自殺対策強化月間」と定め、「気づいてください！体と心の限界サイン」という標語のもと、広域的な自殺対策に取り組んでいる。

#### □目標

項目	数値	考え方
市民意識調査による普及啓発の認知度	7割以上が自殺対策に関するポスターやインターネットページを見たことがある (平成28年度 60.1%)	市民意識調査

## 基本施策4 遺された方への支援の推進

自殺で身近な人や大切な人を失った自死遺族は、深い悲しみや自責の念、死別によりわき起こる苦悩や葛藤を抱える方が多くいます。また、周囲からの偏見のため、自死遺族が自らの思いを長く心の中に閉じ込めざるをえない状況もあります。

「横浜市人権施策基本指針」の中でも、自殺に関わる大切な施策の一つとして「自死遺族」の課題を取り上げています。その中では、深い悲しみと自責の中にいる遺族にとって、心ない声かけは大きな心痛となることや、遺族自らが、自殺で亡くなったことを話すことができる環境づくりを目指し、支援体制の充実を図るなど総合的な施策展開を進めることを掲げています。

自死遺族など遺された方への支援としては、自殺への偏見による遺族の孤立防止や心を支える活動と同時に、相続や行政手続きに関する情報提供等の支援も重要です。

その支援では、個々の状況や時期に応じた適切な情報の提供が求められます。

このため、遺族の方が集える場の設置や、その時々に必要な情報へつながっていただけるための情報提供方法等の検討を進めます。

### 横浜市人権施策基本指針より ～自死・自死遺族より一部抜粋～

#### ■現状と課題

自殺という言葉から連想しがちなこととして、「自ら選んだのだから仕方がない」、「防ぎようがない」等がありますが、これらはいずれも間違った考え方です。自ら進んで自殺する人はいないのです。

自殺を個人的な問題として捉えるのではなく、その背景に潜む様々な社会的要因を考慮する必要があります。

#### ■取組状況

横浜市では、社会問題となっている自殺に対応するため、実態把握、相談体制の充実、普及啓発活動の推進など自殺対策を推進していきます。

また、自殺に関わる大切な施策の一つに、自死遺族の課題があります。深い悲しみと自責の中にいる遺族にとって、心ない声かけは大きな心痛となります。遺族自らが、自殺で亡くなったことを話すことができる環境づくりを目指し、支援体制の充実を図るなど総合的な施策展開を進めていきます。

多くの方が自殺で亡くなっている現代、誰もが日常生活や業務において、自殺対策の取組の重要性を認識するとともに、自死遺族への適切な支援について理解する必要があります。

### (1) 自死遺族など遺された方への支援

家族、友人、職場の同僚など、身近な人や大切な人を自殺で亡くされた方は、様々な感情の変化がおこり、こころや体の不調をきたすことがあります。この不調が長期にわたり継続することもあるため、孤立しがちです。こうした状況を踏まえると、自死遺族の心理的な苦痛が少しでも和らぐよう、同じ体験をした方同士が、安心して自身の思いを語る場が必要ですが、そうした場が十分ではない状況です。

そこで遺された方がわき起こる様々な想いを整理し、生きる力を取り戻すため、遺された方同士が思いを語り合う「自死遺族の集い」を開催するほか、専門相談員による電話相談「自死遺族ホットライン」も実施します。

このほか、自殺により必要となる諸手続きに関する情報提供の手法や、自死遺児も含めた遺された方への様々な支援方法などについても検討を進めます。

(2) 自死遺族への適切な情報提供の検討

自死遺族の方々は、ご家族が亡くなられた直後から、法的な手続きや様々な対応を行う必要に迫られるなど、多くの情報を必要とすることがあります。

こうした対応が少しでも円滑に進められ、遺族の方の負担の軽減を図るため、適切な情報提供の手法等について検討を進めます。

(3) 自死遺族に対する個別支援の実施

自殺は様々な要因が複雑に絡み合う中で発生すると考えられています。

自殺統計などでも、自死に至る原因・動機等の傾向は見えてくる部分がありますが、個々の状況を把握することで、より具体的な対策を取ることができるよう可能性があります。

このため、状況に応じて個別の相談対応等を通じて、自死遺族の方から自殺に至った経緯などをお伺いし、今後の対策の検討につなげます。

□目標

項目	数値	考え方
自死遺族の集い	年 12 回	継続実施
自死遺族ホットライン	年 24 回	継続実施

#### コラム4 (自死遺族の方々の面接調査から)

自死は、当事者が亡くなっているため、具体的な状況や理由などが見えにくい状況があります。こうした状況に対応し、自殺対策に自死遺族の方々の思いを反映させるため、全国的な調査に本市も協力し、自死された方の状況を伺う調査を行いました。

この調査では、本市が開催する「自死遺族の集い」に参加された方にご協力をいただきました。参加者の中でこの調査にご協力をいただいた割合は10人に一人となっています。

また、この調査を進める中では、丁寧な面接形式での対応が、遺族の方の様々な思いや考えを整理する場にもなり得ることがわかってきました。

こうした調査から見えてきた内容を踏まえ、引き続き事業を進めるとともに、自死遺族の支援を推進していきます。

#### 【実施内容】

実施期間：平成20年1月から27年12月

実施方法：国立精神・神経医療研究センターが調査主体の「自殺予防と遺族支援のための基礎調査」の一部を、横浜市こころの健康相談センターが協力。

調査対象：横浜市こころの健康相談センターが毎月開始する自死遺族の集い「そよ風」に参加された方々。

調査方法：亡くなった方の生い立ち、人となり、生活状況、精神疾患の有無等が順序立てて書かれている既定の調査冊子を用いた3～4時間の面接聞き取り調査  
(心理学的剖検)

調査実績：26人のご遺族(亡くなられた方的人数・性別(男性16名、女性10人))

#### 【自殺対策に資する調査結果(概要)】

##### ■自殺の場所・手段

- ・手段として多いものでは、調査対象の約4割が「自宅における縊首」(男性7人、女性5人)。縊首の方法では、男女ともにドアノブを用いたものがあった。
- ・次いで、自家用車内での練炭等を用いたガスによるもの(男性5人)
- ・ビルからの飛び降り(男性2人、女性3人)
- ・自宅での過量服薬(女性2人)

##### ■自殺に繋がる要因や、おかれていた状況

- ・精神疾患等の治療の有無  
男女とも7人が治療有。(男性では4割強、女性は7割)
- ・疾患の内容  
アルコールや薬物に関連(男性が5人、うち1人が治療有)  
うつ・躁うつ病・うつ状態(男性5人、女性1人、うち男性2名が未治療)  
睡眠障害(男性8人、女性4人、男性が5人、うち女性2人が未治療。疾患有の中では一番多く、全体の約半数)  
摂食障害(若年女性の2人に治療歴有)
- ・その他…自殺未遂歴(女性3人)、遺書や自殺に関連する発言(男性4人、女性3人)  
借金(男性5人)精神科病院入院中(男女各1人)

## 基本施策5 様々な課題を抱える方への相談支援の強化

自殺に至る背景には、様々な要因が複合的に絡まり合っており、心理的・精神的に追い込まれた末に自殺に至ると言われています。

抱えている問題を深刻化させないため、自殺の要因となり得る精神的な不調や生活困窮等の様々な悩みなどに対して初期の段階で適切に対処し、その解決に努めることが重要です。こうした不安や悩みに対しての専門的な相談対応が可能な支援機関等へ適切につながっていくことで課題の解決に結びつくよう、相談支援の充実や各種の専門相談窓口の情報提供を進めます。

### (1) こころの悩みや精神疾患等に関する相談窓口・支援体制の充実

うつ病を始めとして、アルコールや薬物などの依存症、統合失調症等の精神疾患を抱える方は自殺につながるリスクが高いと言われています。こうした方々への適切な支援を行うため、相談対応の充実を図る必要があります。

こころの健康相談センターで行っている「こころの電話相談」や、各区の高齢・障害支援課の専門職が実施している精神保健福祉相談のスキルアップに向けた研修等を一層充実し、専門性の向上を図ります。

#### ○精神保健福祉相談（各区）

区役所高齢・障害支援課において、うつ病や統合失調症、依存症など幅広い精神疾患を対象に、受診や治療に関すること、社会復帰の訓練、就労など幅広い内容の相談に専門職が対応しています。

#### ○こころの電話相談（こころの健康相談センター）

区役所閉庁時の平日夜間、土日休日の昼・夜間に専用電話を開設し、様々なこころの健康やこころの病の相談に対応しています。

#### ○依存症専門相談（こころの健康相談センター）

アルコール、薬物、ギャンブル等の問題に悩む家族や当事者を対象とした専門相談窓口を開設しています。

#### ○精神科救急医療情報窓口（こころの健康相談センター）

神奈川県・川崎市・相模原市と共同で、精神科救急医療情報窓口を運営しています。夜間や休日において、急な精神症状の悪化により早期に医療が必要な精神疾患患者に対し、本人・家族の希望に基づいて、医療機関の紹介等を行っています。

### (2) 様々な悩みに応じた専門的な相談支援へつなげる情報提供

自殺のリスク要因や背景となり得る生活困窮・多重債務などの経済的な問題、いじめ・児童虐待・性暴力・DVなどの被害、性的マイノリティへの無理解や偏見等、不登校・ひきこもり、進路・進学への不安、産後うつなど、様々な悩みを解決していくためには、それぞれに対応する専門的な相談機関の情報を得て適切に相談につながる大切が必要です。

「平成30年度横浜市民意識調査」でも、市民の4分の3が、過去1年間に、仕事や学業以外で、インターネットを利用していると答えており、抱える悩みや課題の解決方法や専門的な相談窓口を探す際にも、インターネットを利用している方が多いと推測されます。

そこで、インターネットを活用し、生活困窮であれば各区役所の生活支援課の窓口を、配偶者からの暴力などについては横浜市DV相談支援センターなど、各相談機関等の情報の効果的な提供方法を構築します。

□目標

項目	29年度実績	目標数値	考え方
依存症専門相談件数（延件数）	482件／年	年500件	相談件数

項目・考え方	2019（H31）年度	2020（H32） - 2023（H35）年度
インターネット等を活用した相談支援方法の構築	構築・実施	実施

## 4 重点施策

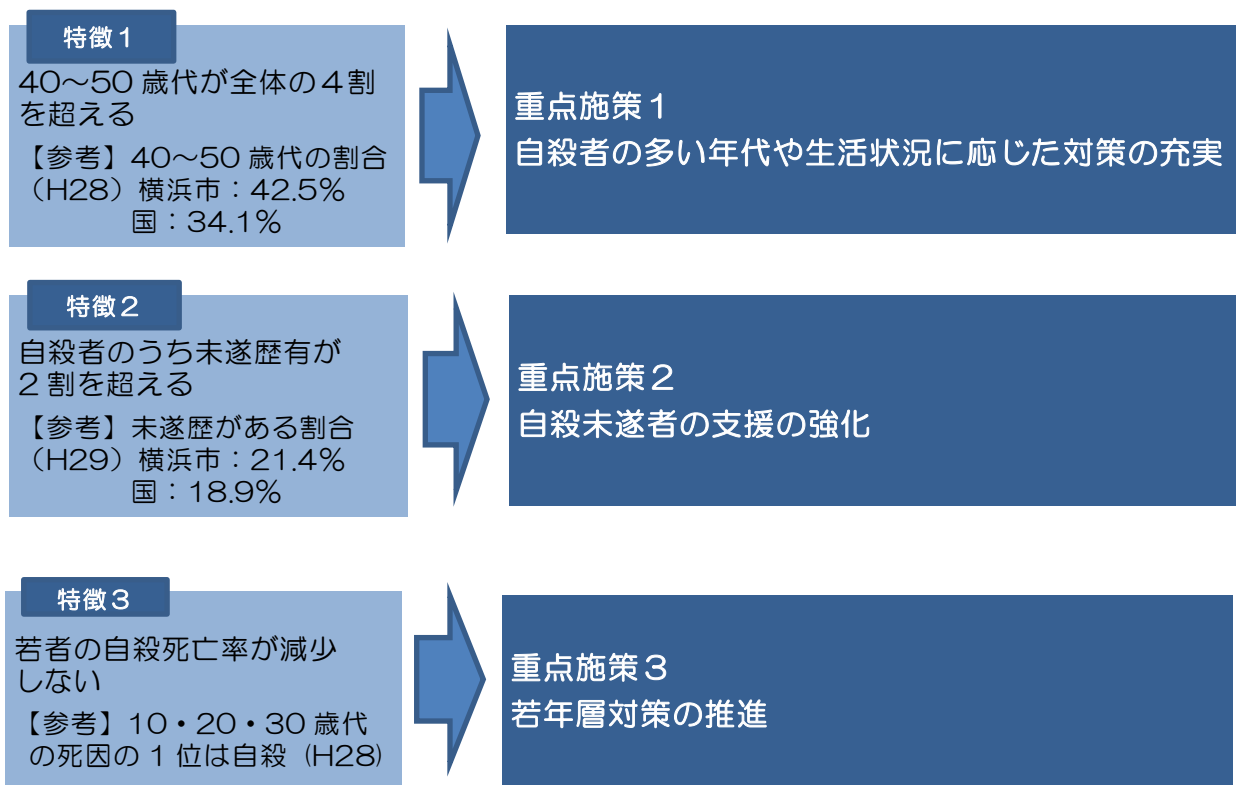
### ○重点施策の考え方

重点施策は、本市の自殺者の状況から特徴的な課題を抽出し、その課題に対して特に重点的に取り組んでいくことによって、より効果的な自殺防止につなげていくことを目的としています。

本市では、これまで、基本施策に掲げている関係機関・団体の連携強化、普及啓発、ゲートキーパーの育成、自死遺族支援などの取組を進めてきました。そうした取組の効果もあり、自殺者数は、近年では減少傾向にあります。今後、さらに減少させるには、これまでの取組に加えて、本市の特徴を分析し、効果的な取組を進めていくことが重要です。

今回の計画では次の3つの特徴をもとに、そこから導き出される対象群に対して有効な取組を充実していきます。この重点施策と基本施策を自殺対策の両輪として展開します。

### 【横浜市の3つの特徴と重点施策】



## 重点施策1 自殺者の多い年代や生活状況に応じた対策の充実

本市の平成28年人口動態調査を基にした自殺者数を年代別に見ると、40歳代から50歳代までの自殺者数が多く、全体の約4割を占めています。

過去5年間（平成24年～28年）の自殺統計によると、自殺者数を性・年代・職業別に見ると、「40歳代から50歳代の男性の有職者」が最も多い状況です。有職者の自殺の背景には、勤務にまつわる様々な問題をきっかけとして、最終的に自殺に至った場合も想定され、職場でのメンタルヘルス対策やワークライフバランス推進の取組も重要です。

また、平成29年の自殺統計によると、40歳代、50歳代の自殺者数の原因・動機は「健康問題」が最も多く、次いで「経済・生活問題」となっています。各区福祉保健センターで行っている精神保健福祉相談や生活困窮者支援等にできるだけ早期に繋げ、自殺防止に結びつけていけるよう取組をさらに推進していく必要があります。

### （1）企業等への取組の推進

市内の企業等の職場におけるメンタルヘルスの向上に向けた各種情報提供の実施などを通じて、労働者が心身共に健康で、働き続けることのできる職場環境づくりを、健康経営に係る取組などを通じて推進します。

### （2）生活困窮者自立支援事業と自殺対策事業との連携強化

#### ○生活困窮者自立支援事業による包括的な支援の実施

生活困窮者に対して、自立に向けた就労や家計改善など相談者の状態や意向に応じた多面的な支援を各区で実施しています。また、精神疾患や精神障害に関する内容については精神保健福祉相談との連携を深めていきます。

#### ○生活困窮者自立支援に携わる者を対象にした人材の育成

生活困窮者自立支援相談窓口（自立相談支援機関）には、「経済・生活問題」や「健康問題」など自殺に追い込まれる要因となり得る、複合的な問題を抱える方に対する最初の相談窓口になる可能性が十分あります。

自殺の危険性を示すサインに気づき、早期に適切な支援につなげるために、相談窓口の職員に対する自殺対策研修等を実施します。

### （3）課題別の相談窓口の効果的な案内の検討・推進

不安定な雇用におかれている、失業中など「勤務問題」や「経済・生活問題」を抱える方がそれぞれの悩みの解決のための糸口となる相談窓口等へつながることができるよう、インターネットを通じた効果的な情報提供方法を構築します。

#### □目標

項目・考え方	2019（H31）年度	2020（H32） - 2023（H35）年度
年代や対象層に焦点をあてた効果的な情報提供や人材育成の実施	検討	実施



## コラム5 (健康横浜 21 における「こころの健康の推進」)

健康増進法に基づく市町村健康増進計画である「健康横浜 21」では、推進分野として「休養・こころ」を定めています。

健康のために体を「動かす」ことが大切であると同時に、体を「休める」こともまた大切なことです。一日のこころと体の疲れを癒し、次の日の元気な活動に繋がります。様々なストレスにさらされる現代社会では、メンタルヘルスに注目が集まっていますが、睡眠とメンタルヘルスは関係しており、睡眠の質が下がると「うつ病」などの精神疾患を招くと言われてしています。

このため、健康横浜 21 の「休養・こころ」では、「睡眠による休養を十分とれていない者の割合」を 15% (策定時、男性：38.2%、女性：34.0%) まで下げることが目標としています。

しかし、平成 28 年度に行った市民意識調査による中間評価では、男女ともに策定時よりも悪化しているとの結果がでています。このため、今後は、睡眠に関する取組の強化や、睡眠に関係性の深い労働環境への働きかけも重要となっています。

また、既にメンタルの不調を抱える従業員や、その事業主に対する支援も重要であるため、今後は、健康経営の推進に係る取組をとおして、地域や職域において活用できるメンタルヘルス等の相談窓口についての周知等を推進していきます。

### 【強化していく取組】

#### こころの健康づくりの推進

- 睡眠に関する正しい知識の啓発、ライフスタイルに即した心身の休養に関する情報提供
- 健康経営※の推進と連動した職場での啓発
- 地域のつながりや活動などを通じたこころの健康づくりの推進

#### ※健康経営

従業員の健康の保持・増進の取組が、将来的な企業の収益性を高める投資であると捉え、従業員の健康づくりを経営的な視点から考え、戦略的に実施すること。

## 重点施策2 自殺未遂者への支援の強化

自殺統計によると、本市全体の自殺者数が減少する中で、過去に自殺未遂の経験のある自殺者数が全体の2割を超える状況が続いています。また、自殺未遂者の再企図は、自殺企図をした後の6か月以内が多いとの報告もあります。

こうした点を踏まえ、救急医療機関に搬送された自殺未遂者への支援に医療機関と連携して取り組むとともに、未遂者の状況把握を進め効果的な防止策を検討し、自殺未遂者への支援を強化します。

### (1) 救急医療機関へ搬送された自殺未遂者への支援の強化

自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐため、市内救急医療機関や精神科診療所等との連携により、救急搬送された自殺未遂者等に対して、精神科医療や地域へのつなぎ、退院後のフォローアップ支援などの取組を進めます。

### (2) 救命救急センター等における効果的な未遂者支援の拡充のための解析

自殺未遂によって救急搬送され治療を受けた方の状況について把握・分析に取り組み、自殺未遂者への効果的な支援方法について検討を進めます。

#### □目標

項目・考え方	2019 (H31) 年度	2020 (H32) 年度	2021 (H33) - 2023 (H35) 年度
自殺未遂者への支援の強化	調査の実施	強化策の検討	支援の拡充

### 重点施策3 若年層対策の推進

人口動態統計によると、本市全体の自殺者数が減少する中で、20歳未満から20歳代の自殺死亡率は下がらず、若干とはいえ増加しています。また、10歳代から30歳代までの死因の第1位が「自殺」であるなど深刻な状況が続いています。

こうした状況を踏まえ、若年層の悩みの解決に向けた相談体制の充実とともに、学校や家庭、地域におけるこどものSOSや悩みを受けとめる取組の推進が必要です。

#### (1) 若年層がつながりやすい相談支援方法の構築

総務省情報通信白書※1によると、10歳代から20歳代の若年層では、インターネットを活用したコミュニケーションが進んできているとの結果が示されています。また、本市調査※2では、様々な生活やこころの悩みの解決方法をインターネットの検索を通じて探す現状があります。

こうした「インターネット」を介して、悩みの解決やコミュニケーションを行っている現状を踏まえ、インターネット上で「自殺」に関わるキーワードの検索に即応して相談窓口を表示する仕組みの構築や、インターネット上で相談できる仕組みなど、効果的な情報提供・相談支援方法の構築を進めます。

#### 【※1 総務省情報通信白書】

総務省が発行している情報通信白書（平成29年版）によると、平成28年のインターネット利用者数は、前年より38万人増加し1億84万人となり、人口普及率は、83.5%に上るとしている。また、年齢階層別の利用率では、13歳から59歳までの各階層で9割を超えるほか、6歳から12歳の利用が前年から7.8ポイントと大幅に上昇し、82.6%となるなど、インターネットが幅広い層で活用されているとの調査結果が出ています。

特に若年層（10歳代～20歳代）では、ソーシャルメディアの平均利用時間が前年に比べ伸びており、コミュニケーション手段として大いに活用されていることが分かります。

#### ＜ソーシャルメディア平均利用時間＞

10歳代 平日	58.9分（前年60.8分）	休日	96.8分（前年93.3分）
20歳代 平日	60.8分（前年46.1分）	休日	80.7分（前年70.5分）

#### 【※2 平成29年度横浜市におけるICTを通じた自殺対策相談に係るニーズ調査】

平成30年2月から3月にかけての約1か月間に、インターネットの検索エンジンを活用し「死にたい」などの自殺の要因に関わるキーワード約300個を設定し、市内でそのキーワードが検索された回数を測定しました。調査期間中、約4万9千回の検索が行われたとの結果が出ています。

(2)「横浜プログラム」を活用した SOS サインの出し方教育を始めとする、子どものこころの悩みへの対応

児童生徒が学校や家庭、社会で困難に直面し、強い心理的負担を受けた場合などにおける対処の仕方を身につけることができるよう、SOS サインの出し方・受け方・つなぎ方に関するプログラムを小・中学校の授業の中で展開します。

また、子どもがこころの悩みなどの相談ができるカウンセラーを市内のすべての市立の小・中・高校に配置するほか、相談窓口を設置し、いじめなどの相談に対応します。

○「子どもの社会的スキル横浜プログラム」における SOS サインの出し方教育の推進

SOS サインの出し方・受け方・つなぎ方教育に関する「横浜プログラム」を活用します。さらに、体育、保健体育、道徳、特別活動等を含んだ全教育課程における横浜プログラムを活用した自殺予防の授業（指導案）の開発と実践を進めます。

また、児童生徒の教育相談の実施にあたり、児童支援・生徒指導専任教諭に対して傾聴の研修を実施します。

○学校へのカウンセラー配置

カウンセラーを市立の小・中・高校全校に配置し、児童生徒や保護者の相談体制の充実を図ります。

○いじめに関する対応の推進

いじめをはじめとした児童生徒の不安に対し、子どもと向き合い解決を目指します。そのために、「横浜市いじめ防止啓発月間（12月）」や人権週間に合わせた「いじめ解決一斉キャンペーン（全校アンケート）」の実施や、365日24時間体制で相談員が対応する「いじめ110番」による対応を進めます。また、「いじめ110番」を含めた相談窓口をまとめた「相談カード」を全児童生徒へ配布します。

児童・生徒向け配付 相談先案内カード



(3) 若年層を支える様々な職種を対象とした人材の育成

○自殺対策学校出前講座（こころの健康相談センター）

自殺対策に関する知識等の普及啓発を目的に学校に出向き、教職員、児童生徒、保護者などを対象として行う研修を実施します。

（「かながわ自殺対策会議」による取組として4縣市（神奈川県、横浜市、川崎市、相模原市）協働事業）

○若者相談支援スキルアップ研修の実施（青少年相談センター）

生きづらい若者への理解を深め、よりよい支援へとつなげていくことを目的に、地域支援関係機関職員を対象とした若者のメンタルヘルスに関する専門研修を実施します。

○市内大学を対象とした取組の推進（障害企画課）

学生のこころの問題や学生生活、進路等の様々な課題やニーズへの理解を深め、悩みを抱える学生に必要な支援につなぐなどといった対応ができるよう、大学教職員を対象にした研修などの取組の検討を進めます。

□目標

項目・考え方	2019（H31）年度	2020（H32） - 2023（H35）年度
インターネット等を活用した相談支援 方法の構築	構築・実施	実施

(自殺総合対策大綱とかながわ自殺対策計画との関連性)

本計画の「基本施策」・「重点施策」において、自殺総合対策大綱の「自殺総合対策における当面の重点施策(12項目)」、かながわ自殺対策計画の「施策展開」の大柱(12本)との関連項目をまとめました。

■本計画(基本・重点施策)における自殺総合対策大綱・かながわ自殺対策計画との関連

	施策番号	項目	国大綱	県計画
基本 施策	1	地域におけるネットワークの強化	①③⑩	①⑨⑫
	2	自殺対策を支える人材「ゲートキーパー」の育成	④⑤	③
	3	普及啓発の推進	②	②
	4	遺された方への支援の推進	⑨	⑪
	5	様々な課題を抱える方への相談支援の強化	⑥⑦	⑦⑧⑨
重点 施策	1	自殺者の多い年代や生活状況に応じた対策の充実	⑦⑫	④⑥⑧
	2	自殺未遂者への支援の強化	⑧	⑩
	3	若年層対策の推進	⑪	⑤

□自殺総合対策大綱・かながわ自殺対策計画の各項目内容

自殺総合対策大綱(第4 重点施策)	かながわ自殺対策計画
①地域レベルの実践的な取組への支援を強化する	①地域の自殺の実態を分析する
②国民一人ひとりの気づきと見守りを促す	②自殺対策に関する普及啓発を推進する
③自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する	③早期対応の中心的役割を果たす人材(ゲートキーパー)を養成する
④自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る	④あらゆる場面において、こころの健康づくりを進める
⑤心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する	⑤ICTの活用も含めた若年者への支援を進める
⑥適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする	⑥労働関係における自殺対策を進める
⑦社会全体の自殺リスクを低下させる	⑦うつ病対策を進める
⑧自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ	⑧ハイリスク者対策を進める
⑨遺された人への支援を充実する	⑨社会的な取組み、環境整備を進める
⑩民間団体との連携を強化する	⑩自殺未遂者支援を進める
⑪子ども・若者の自殺対策を更に推進する	⑪遺された人への支援を進める
⑫勤務問題による自殺対策を更に推進する	⑫関係機関・民間団体との連携を強化する

## 5 関連施策

### (1) 総合的な自殺対策に向けた庁内における推進の考え方

自殺には様々な危機要因があり、複数の危機要因が連鎖して自殺に至った場合がほとんどだと指摘されています。したがって目に見える危機要因への対策だけではなく、その背景にある危機要因に対しての重層的な対策が重要となります。

庁内においても精神保健福祉分野に限らず、勤労、経済支援、教育、ハード面の安全対策等多岐にわたる各区局の事業・業務も自殺対策につなげていく必要があります。

そのため、市職員が自殺対策の現状や課題を理解し、それぞれが担当する日常業務の執行の中で自殺防止の視点を持って、できることから行動に移していくことが重要です。こうした意識や姿勢が本市の自殺対策を充実させるうえで必要不可欠です。

#### 総合的な自殺対策に向けた庁内における推進の考え方

●目標：市職員が自殺対策について認識を共有します。

●2つの目指す方向性

##### (1) 「生きやすい、住みやすい都市横浜」

～自殺はその多くが防ぐことができる社会的な問題～

医療や保健、福祉の分野だけではなく、市職員が一丸となり通常の業務を通して自殺対策に取り組んでいくことが必要です。通常の業務が市民にとって生きやすい、住みやすい横浜に直結しています。

##### (2) みんなでゲートキーパー宣言！

～自殺を考えている人は何らかのサインを発していることが多い～

心理的に追い込まれている方は、「死にたい」「生きたい」この2つの気持ちの間で揺れ動いています。このとき、不眠や原因不明の体調不良などいつもの様子と違う、と感じさせる言動（サイン）が見受けられることもあります。

市職員が業務の中でこのようなサインに気づいたときに、適切な相談先に、丁寧につなげることが重要です。

## (2) 関連施策一覧

No.	事業名	事業内容	担当課
<b>基本施策1 地域におけるネットワークの強化</b>			
1	孤立予防対策	地域住民に密着したサービスを提供する電気・ガス事業者、郵便事業者、新聞販売店等に対し、それぞれの日常業務の中で、異変を発見した場合に関係機関に連絡する「緩やかな見守り」の協力を依頼している。	健康福祉局福祉保健課
2	自殺対策調査分析事業	自殺統計、人口動態統計、市民意識調査（おおむね5年に1回実施）など関連統計を解析し、関係機関や市民に提供している。	健康福祉局こころの健康相談センター
3	地域自殺対策推進センター運営事業	こころの健康相談センター内に、地域自殺対策計画の推進等に向けた地域の自殺実態の解析や、人材育成、遺族支援等を実施するための地域自殺対策推進センターを設置。	健康福祉局こころの健康相談センター
4	地域で支える介護者支援事業	認知症・虐待防止にかかわる普及啓発、地域で支えあうまちづくり等について、医師会・薬剤師会・歯科医師会・医療機関・学校・企業・商店街・自治会町内会等と協力し地域の実情に応じて展開している。	健康福祉局高齢在宅支援課
5	ヘルステータ活用事業	死因別（自殺を含む）の標準化死亡率（SMR）を算出し、衛生研究所ホームページへ掲載している。	健康福祉局衛生研究所 感染症・疫学情報課
<b>基本施策2 自殺対策を支える人材「ゲートキーパー」の育成</b>			
6	自殺対策基礎研修の実施	自殺対策に関する正しい理解の推進を図るため庁内職員や企業の労務担当者等を対象に自殺対策に関する研修会を実施している。	総務局職員健康課 健康福祉局こころの健康相談センター
7	横浜いのちの電話運営費等補助金	精神的危機に直面している人々に対する電話相談事業等を行う「横浜いのちの電話」に対し助成し、地域福祉、精神保健の増進を図っている。 また、外国語相談事業に対し、事業費を助成し、外国語を母語とする市民に対する福祉保健の向上を図っている。	健康福祉局福祉保健課
8	自殺対策研修の実施	自殺に対する普及啓発や対応方法に関する研修を実施する。 ・自殺対策相談実践研修（福祉等の支援者向け） ・自殺対策学校出前講座（小学校～高校等の児童・生徒や職員等を対象）	健康福祉局こころの健康相談センター
9	かかりつけ医うつ病対応力向上研修	身体科の医師を対象に、患者のうつ傾向に気づき、早期の対応や治療に繋げるための研修を実施する。	健康福祉局こころの健康相談センター
10	研修等への講師派遣	関係機関等からの依頼に基づき、講師派遣を行う。	健康福祉局こころの健康相談センター



No.	事業名	事業内容	担当課
<b>基本施策3 普及啓発の推進</b>			
11	DV防止啓発キャンペーン	児童虐待防止の取組と連携し、区役所等で「なくそう！DVキャンペーン」を実施し、啓発パネル展示、啓発グッズ配布等を行うほか、DVをはじめとする女性に対する暴力をなくす運動の周知のため、観光施設のライトアップなどを実施する。 また、DV根絶に向けて、若者向けデートDV防止講座を市内中学校、高等学校及び大学等を対象に実施するとともに、成人式での広報、啓発等に取り組む。	政策局男女共同参画推進課
12	人権施策推進事業	自死・自死遺族等について、人権啓発パネルの展示や広報よこはま人権特集におけるコラム掲載等様々な機会、手法により市民等に理解を深めていただく機会を提供している。	市民局人権課
13	自殺予防週間特別相談会	毎年9月10日からの自殺予防週間に合わせて、横浜市のキャンペーンとして多重債務とこころの健康相談を主とした「自殺予防週間特別相談会」を実施する。	市民局広聴相談課
14	自殺対策強化月間事業	9月と3月の強化月間に合わせ、9月には講演会、啓発物品（グッズ、リーフレット）を配布しての市民啓発、特別相談会、3月には市庁舎パネル展（展示用パネル・配布用リーフレット作成）、共通して交通広告掲出、こころの健康相談全国統一ダイヤルへの参画などを行う。	健康福祉局こころの健康相談センター
15	自殺予防関連図書展示	区役所や図書館において、自殺予防啓発パネル展や関連図書の展示を実施する。	教育委員会事務局都筑図書館
<b>基本施策4 遺された方への支援の推進</b>			
16	自死遺族の集い「そよ風」	自殺で身近な人や大切な人を亡くされた方を対象とした、思いを語り合い分かち合う集いの場を提供する。 （毎月1回（第3金曜日）実施）	健康福祉局こころの健康相談センター
17	自死遺族ホットライン	自殺で身近な人や大切な人を亡くされた方を対象とした、専門相談員による傾聴を中心とした電話相談を実施する。 （毎月2回（第1・3水曜日）実施）	健康福祉局こころの健康相談センター
<b>基本施策5 様々な課題を抱える方への相談支援の強化</b>			
18	精神保健福祉相談	区高齢・障害支援課の専門職による、こころの健康相談から、診療を受けるにあたっての相談、社会復帰相談、アルコールを含む依存症などに関する保健、医療、福祉の広範囲の相談に対応する。	各区高齢・障害支援課
19	心とからだと生き方の電話相談	家族関係、生き方、性に関する傷つき、配偶者や交際相手からの暴力など日常生活で直面する、さまざまな問題についての相談を受ける。	政策局男女共同参画推進課
20	性別による差別等の相談	地域や学校、職場等でのセクシュアル・ハラスメントやマタニティ・ハラスメントをはじめ、女性、男性、性的マイノリティであることを理由に不利益な扱いをされたり、人権が侵害された場合の相談・申出を受ける。	政策局男女共同参画推進課

No.	事業名	事業内容	担当課
21	性的少数者を対象とした個別専門相談事業	性的少数者の方々の支援に携わっている臨床心理士が、対面での相談にに応じている。	市民局人権課
22	性的少数者を対象とした交流事業	性的少数者の方々が「ありのままの自分」で過ごすことができる居場所を提供している。	市民局人権課
23	性的少数者をテーマとした人権啓発講演会	性的少数者の身近にいる方々の理解が進むことで、性的少数者の方々の孤立を防ぐことを目的に、講演会を実施している。	市民局人権課
24	性的少数者をテーマとした職員向け研修	性の多様性について認識を深め、LGBTなどの性的少数者の方々に対する偏見や差別について、職員一人ひとりが自らと向き合う機会として、人権啓発研修を実施している。	市民局人権課
25	犯罪被害者等相談支援	犯罪被害者相談室（24年6月開設）での相談支援を行っている。	市民局人権課
26	中小企業経営安定事業	資金繰りなどの経営課題に苦しむ中小企業経営者に対し経営相談を行っている。	経済局金融課
27	消費生活総合センター運営事業	内容に応じた相談窓口を紹介している。	経済局消費経済課
28	ひとり親家庭等自立支援事業	ひとり親家庭等を対象に、母子家庭等就業・自立支援センター（ひとり親サポートよこはま）において、生活全般・就労等についての各種相談や電話相談（夜間含む）を実施。また、区福祉保健センターの窓口においても、相談・福祉制度等の情報提供や案内を実施。	こども青少年局こども家庭課
29	妊娠・出産相談支援事業（にんしんSOSヨコハマ）	予期せぬ妊娠等について悩みを抱える方が電話やメールで気軽に相談できる「にんしんSOSヨコハマ」で相談を受け付け、妊娠早期からの相談支援を充実させ、児童虐待の予防につなげる。	こども青少年局こども家庭課
30	産婦健診・産後うつ対策事業	産褥期の心身の健康管理の充実及び経済的負担の軽減を図るため、産婦健康診査費用の一部を助成している。また、医療機関と行政が連携し、産後うつ病の予防及び早期発見・早期支援を行う。	こども青少年局こども家庭課
31	横浜市DV相談支援センター	配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護等に関する法律に基づき配偶者等からの暴力の相談を受ける。暴力には性暴力も含まれる。相談者のニーズや状況に応じた助言や情報提供を行う。	こども青少年局こども家庭課
32	精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築	精神障害者が地域の一員として安心して自分らしい暮らしができるよう、保健と医療と福祉の関係者による協議の場を通じ、関係者間の連携による地域支援体制を構築する。	健康福祉局障害企画課

No.	事業名	事業内容	担当課
33	措置入院者の退院後支援	本市の退院後支援ガイドラインに基づき、措置入院となった方を対象に、当事者及び支援者間で退院後の支援に関する情報を共有し計画を作成。退院後に医療を継続し、安定した地域生活を送れるよう支援を実施する。	健康福祉局障害企画課 こころの健康相談センター 区高齢・障害支援課
34	依存症専門相談	アルコール、薬物、ギャンブル等の問題に悩む家族や当事者を対象とした、専門相談窓口を開設。	健康福祉局こころの健康相談センター
35	依存症回復プログラム	依存症当事者を対象として、依存症の疾病の特性や行動パターンを振り返り、対処するスキルを学ぶプログラムを実施する。	健康福祉局こころの健康相談センター
36	依存症家族教室	依存症者の家族を対象として、区福祉保健センター及びこころの健康相談センターにおいて、専門家による講義や参加者による意見交換等をおして、「依存症」という病気を正しく理解し、家族としてどう対応したら良いか学習する。	健康福祉局こころの健康相談センター 区高齢・障害支援課
37	こころの電話相談	家族、職場などでの人間関係やストレスによる様々な悩みや不安、また精神疾患について、平日夜間、土日休日昼間・夜間に専用電話を開設し、相談を受けて付けている。	健康福祉局こころの健康相談センター
38	精神科救急医療対策事業	精神障害による自傷他害のおそれによる警察官等からの通報や、本人家族等からの緊急で精神科医療を必要とする相談に対して、人権に配慮しつつ迅速かつ適切に精神科医療へつなげるための夜間休日も含めた24時間の精神科救急受入体制の整備。	健康福祉局こころの健康相談センター
39	災害時こころのケア	区福祉保健センター職員、及び福祉避難所向けに災害時こころのケアハンドブックを作成し配布する。 隔年で市職員及び福祉避難所の職員を対象に災害時こころのケア研修を行う。	健康福祉局こころの健康相談センター
40	訪問支援事業（訪問指導事業、訪問型短期予防サービス）	うつ病などの精神疾患により、支援が必要な人またはその家族に対し、保健師、訪問看護師等が家庭訪問による個別支援を行っている。	健康福祉局高齢在宅支援課
41	在宅高齢者虐待防止事業	高齢者に対する虐待の防止や虐待の早期発見・早期対応のための支援体制の整備を行い、高齢者の尊厳ある生活を守るとともに、養護者（介護者）への支援を行うことにより住み慣れた地域で安心して生活できるよう支援する。	健康福祉局高齢在宅支援課
<b>重点施策 1 自殺者の多い年代や生活状況に応じた対策の充実</b>			
42	生活困窮者自立支援事業	生活困窮者自立支援法に基づく自立相談支援事業において包括的な支援を行うとともに、自殺対策に係る関係機関等と連携し、効果的かつ効率的な支援を行う。 生活保護に至る前の段階の生活困窮者に対し、自立に向けた就労支援を積極的に進めるとともに、相談者の状況に応じて職場実習・就労訓練の場の提供、家計管理の支援など、多面的な相談支援を実施する。	健康福祉局生活支援課
43	生活保護制度	生活にお困りの方に対し、困窮の程度に応じて必要な保護を行い、最低限度の生活を保障する。また、生活保護受給中の方に対しては、その自立を支援する。	健康福祉局生活支援課

No.	事業名	事業内容	担当課
44	横浜健康経営認証	従業員の健康保持・増進の取組が、将来的に企業の収益性を高めるといふ考えのもと、従業員の健康づくりに積極的に取り組む事業所を認証し、認証事業所の希望に応じて、産業カウンセラー等の専門家派遣を実施している。	健康福祉局保健事業課 経済局ライフィノベーション推進課
<b>重点施策2 自殺未遂者への支援の強化</b>			
45	救命救急センターにおける自殺未遂者再発防止事業	三次救急医療機関に搬送された自殺未遂者に対するケースマネジメントによる支援を行う。	健康福祉局障害企画課
46	自殺未遂者フォローアップ調査事業	二次救急医療機関に搬送された自殺未遂者に対するケースマネジメントによる支援及び定期的なフォローアップ支援を行う。	健康福祉局障害企画課
<b>重点施策3 若年層対策の推進</b>			
47	知っておきたい！子ども・若者どこでも講座	公益財団法人よこはまユースが本市補助事業として、子ども・若者を取り巻く課題（薬物、インターネット、性、非行、自立支援等）を周知し、解決に向けた取り組みを促すため、地域で開催される講座に講師を派遣している。	こども青少年局青少年育成課
48	青少年の総合相談	横浜市青少年相談センターにおいて、ひきこもりや不登校など、青少年に関する様々な問題について、電話相談・来所相談・家庭訪問・グループ活動等を行っている。 （対象：15歳から40歳未満の青少年とそのご家族）	こども青少年局青少年相談センター
49	若者相談支援スキルアップ研修～メンタルヘルスコース	地域支援機関の職員を対象に若者のメンタルヘルスに関する専門研修を実施する。 講義内容：不安への対応、摂食障害、支援者のメンタルヘルス、自傷行為、発達障害と統合失調症等	こども青少年局青少年相談センター
50	児童虐待防止対策事業	児童虐待に係る相談体制の充実、相談支援機能の強化等に取り組み、早期発見・早期対応を図る。	こども青少年局児童相談所 こども家庭課
51	性的虐待への対応及び系統的全身診察事業	性的虐待を受けた児童に対し、専門的な方法を用いた面接や診察を実施することで、子どもに起こった被害の発見・確認、子どもの負担や不安の軽減を図る。	こども青少年局児童相談所
52	「よこはまチャイルドライン」への補助	「18歳までの子どもの声を受けとめる電話」であるチャイルドラインに対して、運営費や相談を受ける者の人材育成のための経費の一部を補助している。	こども青少年局こども家庭課
53	薬物乱用防止啓発	薬物乱用防止教育の普及強化を図るため、青少年向けリーフレットを作成し、中学校への配布や、市立小中学校の教員を対象とした講習会を開催する。 薬物乱用防止連絡会において、青少年を対象とした薬物乱用防止活動の充実を図る。	健康福祉局医療安全課

No.	事業名	事業内容	担当課
54	学校へのカウンセラー配置	カウンセラーを市立小・中・高校全校に配置し、児童生徒や保護者の相談体制を充実させている。	教育委員会事務局 人権教育・児童生徒課 高校教育課
55	いじめ解決一斉キャンペーン（全校アンケート）の実施	12月の「横浜市いじめ防止啓発月間」及び人権週間に合わせて、全校一斉の児童生徒及び教職員を対象としたアンケート調査を行うことで、いじめをはじめとした児童生徒の不安に対し子どもと向き合い解決を目指す。	教育委員会事務局 人権教育・児童生徒課
56	いじめ110番事業、相談カードの配布	365日24時間体制で、いろいろな悩みを抱えている児童生徒や保護者に対し相談員による電話相談を実施している。さらに、相談窓口を記載した相談カードを毎年作成し、全児童生徒に配布している。	教育委員会事務局 人権教育・児童生徒課
57	「子どもの社会的スキル横浜プログラム(※)」におけるSOSサインの出し方教育の推進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「子どもの社会的スキル横浜プログラム」の活用として、SOSサインの出し方・受け方・つなぎ方教育を推進する。</li> <li>・各学校に横浜プログラムの指導案と実践事例を紹介し、活用を図る。</li> <li>・児童生徒の教育相談を実施するにあたり、児童支援・生徒指導専任教諭に対して傾聴の研修を実施する。</li> <li>・各学校に対して、定期的な通知文（啓発資料）等の発出による普及啓発及び注意喚起を行う。</li> </ul> <p>※ 子どもの社会的スキル横浜プログラム（Y-P） 児童生徒の年齢相応の問題解決能力やコミュニケーション能力等の社会的スキルを育成することにより、いじめなどを未然に防ぎ、児童生徒が自ら課題解決できる能力を高めることを目指し、自分づくり、仲間づくり、集団づくりの3つの視点から子どもの社会的スキルを高める119の「指導プログラム」と子どもの育成状況を把握し効果的なプログラムを選択できる「Y-Pアセスメント」をセットにしている。</p>	教育委員会事務局 人権教育・児童生徒課
58	「子どもの社会的スキル横浜プログラム」を活用した自殺予防の授業実践	体育、保健体育、道徳、特別活動等における横浜プログラムを活用した自殺予防の授業（指導案）の開発と実践。	教育委員会事務局 人権教育・児童生徒課
<b>社会的な取組、環境整備の推進</b>			
59	ハイリスク地への対策	自殺企図の多い場所への対策として、支援者につながる専用回線を表示するなどの支援体制を整備する。	健康福祉局障害企画課
60	公園内の見通しの改善等	公園内の見通しを良くするため、樹木の剪定に努めるとともに、花壇等を設けるなど、明るくきれいな公園づくりを推進する。	環境創造局公園緑地管理課
61	公園整備事業	心身の健康・保持増進等のため、地域のニーズを反映しながら、老朽化した公園の再整備の計画的な実施や、公園が不足している地域への新たな公園整備を推進する。	環境創造局 みどりアップ推進課