

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～

令和5年（2023年）3月

長 野 県



はじめに

長野県の自殺者は近年減少傾向にありましたが、長引く新型コロナウイルス感染症の影響や、現下の社会情勢の影響などにより、自殺者の増加が危惧される状況となっています。また、20歳未満の自殺死亡率は全国の中でも高い水準にあることから、子ども・若者の自殺対策は県政の喫緊の課題と認識しております。

自殺は、個人の自由な意思や選択の結果によるものと思われがちですが、その背景には、心身の健康問題のほか、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な要因があり、多くが防ぐことのできる社会的な問題であるともいわれています。

本計画においては、県民の皆様一人ひとりが幸せに暮らすことのできる地域共生社会の実現のため、「誰も自殺に追い込まれることのない信州」の実現を目指し、県の全事業のうち自殺対策に関連する「生きる支援」につながる事業を幅広く位置づけるとともに、保健・医療分野のみならず、福祉・教育・労働等の分野の連携、また、県、市町村、関係機関、民間団体等の密接な連携により「生きることの包括的な支援」として自殺対策の取組を進めてまいります。

県民の皆様には、悩みを抱えた方が家庭、学校、職場、地域などで孤立しないよう、その心のサインに早期に気づき、声をかけ、話を聴き、見守る『ゲートキーパー』として活躍いただくなど、自殺対策への御理解と御協力をお願いいたします。

結びに、本計画の策定に当たり、熱心な御検討及び貴重な御意見をいただきました「長野県自殺対策連絡会議」及び「長野県子どもの自殺対策プロジェクトチーム」の委員の皆様をはじめ、御協力いただきました関係者並びに県民の皆様へ深く感謝申し上げますとともに、本計画の着実な推進に向けて今後とも一層の御理解と御協力を賜りますようお願い申し上げます。

令和5年(2023年)3月

長野県知事

河部守一

第4次長野県自殺対策推進計画 目次

第1章 計画の基本的な考え方	1
第2章 長野県における自殺の現状	5
第3章 自殺対策の基本方針	14
第4章 施策の体系	23
第5章 基本施策	25
基本施策1 市町村等への支援の強化と地域のネットワークの構築	26
基本施策2 自殺対策を支える人材の育成	29
基本施策3 自殺対策に関する情報提供・理解促進	32
基本施策4 生きる支援に関する県事業の推進	35
基本施策5 効果の進捗確認	40
第6章 重点施策	41
重点施策1 子どもへの自殺対策強化	42
重点施策2 生活困窮者への自殺対策強化	53
重点施策3 働き盛り世代への自殺対策強化	55
重点施策4 自殺未遂者への自殺対策強化	58
第7章 様々な「生きる支援」関連施策	61
1 既存の研修等と連携した生きる支援（自殺対策）の推進	
2 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）	
3 包括的な生きる支援の情報（相談先一覧等）の提供	
4 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	
5 あらゆる分野での広報・啓発の強化	
6 調査・分析結果の活用	
7 既存の生きることの包括的な支援を継続	
8 その他、様々な「生きる支援」との連動	
第8章 評価指標	71
第9章 推進体制	75
資料編	76

第1章 計画の基本的な考え方

1 計画策定の趣旨

(1) 自殺の現状

我が国の自殺者数は、平成10年(1998年)に急増、3万人を超える状況が続いていました。平成18年(2006年)10月に「自殺対策基本法」が施行されて以降、「社会の問題」と認識されるようになり、自殺対策の総合的な推進の結果、自殺者数は減少傾向にあります。

しかしながら、令和2年(2020年)は新型コロナウイルス感染症の影響等もあり、自殺の要因となり得る様々な問題が悪化したことなどにより、特に女性や小中高生の自殺者が増え、総数は11年ぶりに前年を上回りました。令和3年(2021年)の総数は前年から減少したものの、女性の自殺者数は増加し、小中高生の自殺者数は過去2番目の水準となりました。

自殺対策基本法が成立した平成18年と、コロナ禍以前の令和元年を比較すると、男性は28%減、女性は31%減と、これまでの取組が一定の成果を上げていると考えられますが、依然として先進国の中で高い水準にあります。

本県においては、平成10年以降年間の自殺者数は480人から580人前後で推移していたところですが、平成20年(2008年)以降は減少傾向で推移してきました。しかしながら、全国の推移と同様に、令和に入り増加が見られています。

長引く新型コロナウイルス感染症の影響、ウクライナ情勢や価格高騰等の社会情勢、著名人の自殺報道による自殺の連鎖など、VUCA※(先行きが不透明で、将来の予測が困難な状態)な時代において、社会情勢・社会環境の変化による自殺者の増加が危惧される状況となっています。

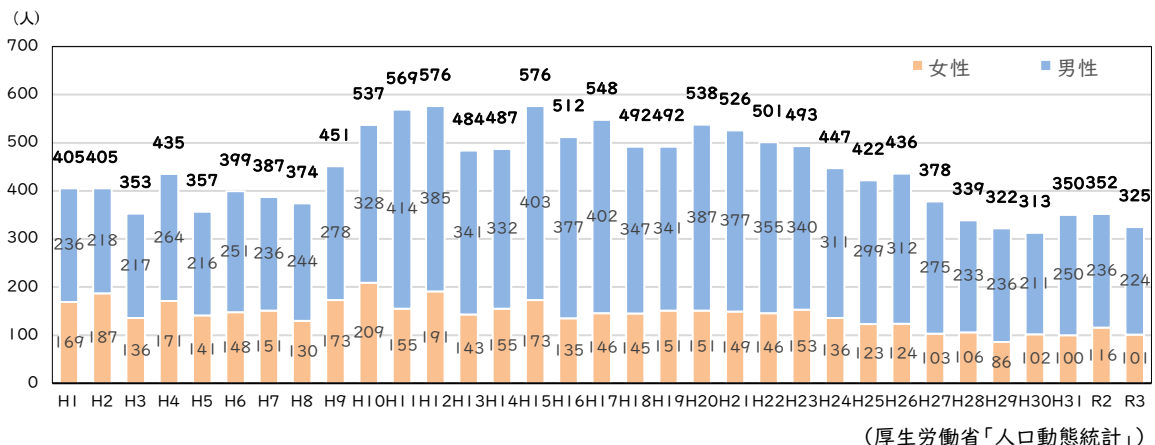
※ VUCA は「Volatility (ボラティリティ: 変動性)」「Uncertainty (アンサートウンティ: 不確実性)」「Complexity (コンプレクシティ: 複雑性)」「Ambiguity (アムビグイティ: 曖昧性)」の頭文字を並べたもの。先行きが不透明で、将来の予測が困難な状態を示す造語。

(2) 直近(令和3年)の状況

人口動態統計による令和3年(2021年)の自殺の状況は、長野県では自殺者数325人、自殺死亡率は16.3と令和2年(2020年)比27人の減、自殺死亡率は同1.2の減となっています。全国では自殺者数20,291人(前年比39人増加)、自殺死亡率16.5(同0.1増加)となっています。

本県において令和3年は前年比減とはなりましたが、1日およそ1人が自殺で亡くなっており、非常事態はまだまだ続いていると言わざるを得ません。

図1-1 【長野県】自殺者数の推移(平成元年~令和3年)



(厚生労働省「人口動態統計」)

(3) 自殺対策の動き

これまでの自殺対策に係る国の動向としては、平成28年(2016年)4月に改正自殺対策基本法が施行され、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指して、すべての都道府県、市区町村が地域自殺対策計画を策定することとなりました。

平成29年(2017年)7月には、国が推進すべき自殺対策の指針である「自殺総合対策大綱」が改定され、「子ども・若者の自殺対策」や「勤務問題による自殺対策」等が、重点施策とされています。

本県においてはこれら情勢を踏まえ、平成30年度(2018年度)から令和4年度(2022年度)までの5年間の計画期間とする「第3次長野県自殺対策推進計画」を策定しました。

また、長野県における未成年者の自殺死亡率が全国的に見て高いレベルにあることから、平成31年(2019年)4月に「長野県「子どもの自殺ゼロ」を目指す戦略」(戦略期間:H31(R1)~R4)を策定し、令和4年までに「子どもの自殺ゼロ」を目指して取組を進めてきました。

令和4年10月には、新たな「自殺総合対策大綱」が閣議決定され、総合的な対策の推進、新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえた支援、自殺者及び自殺未遂者、その親族等の名誉及び生活の平穏等への配慮、といった施策を基本とし、子ども・若者、女性、勤務問題等への対応を重点的に取り組む施策として位置付けています。

(4) 本計画策定の趣旨

本計画は、新たな自殺総合対策大綱の趣旨を踏まえ、県、市町村、関係機関、民間団体、そして県民が一体となり、一人ひとりがかげがえのない大切な命を守り、支えていくことで、「誰も自殺に追い込まれることのない信州」の実現を目指し、現下の情勢を踏まえつつ、これまで以上の取組を推進するため、策定するものです。

なお、子どもの自殺防止のために策定した「長野県「子どもの自殺ゼロ」を目指す戦略」については、総合的、効果的な施策を展開するため、その理念等を当該計画に盛り込み、継続して取り組んでまいります。

2 計画の位置づけ

本計画は、改正基本法第13条第1項の規定に基づき、自殺総合対策大綱及び本県の自殺の現状を踏まえた施策を示したものであり、本県の次期総合5か年計画を具体化するための行動計画です。

また、本県の20歳未満の子どもの自殺が全国的に見て高いレベルにあることを踏まえ、令和5年度からの新たな「長野県子ども・若者支援総合計画」、「長野県教育振興基本計画」における施策との連携など、関係する計画との整合性を十分に図り、自殺対策を推進するために部局連携して対応するものです。

なお、計画の策定に当たっては、「ロジックモデル[※]」の考え方を踏まえ、実現すべき社会の姿のために分野別にどのような環境を実現するか、そのための具体的な取組を整理することとしました。

※組織や事業が最終的に目指す変化・効果の実現に向けた道筋を体系的に図示化したもの(第4章 施策の体系 参照)

3 計画の期間

国の自殺対策の指針である大綱は、平成19年（2007年）6月に初めて策定された後、平成24年（2012年）8月に全体的な見直しがされ、平成29年（2017年）7月に改正基本法に基づき大幅に改定されました。

このように大綱は概ね5年に一度を目安に見直されており、令和4年（2022年）10月には、新たな自殺総合対策大綱が策定され、今後5年間で取り組むべき施策が位置付けられました。

本計画についても、こうした国の動きを踏まえ、令和5年度（2023年度）から令和9年度（2027年度）までの5年間の計画期間とします。

ただし、本県の自殺実態や自殺対策における課題に変化等があった場合、また、本計画の策定に当たり検討を進めたロジックモデルを活用した評価の結果によって、必要に応じて内容の見直しを行います。

4 計画の数値目標

● 2027年（令和9年）の自殺死亡率※ 12.2以下

● 20歳未満の自殺 ゼロ

※ 人口10万人当たりの自殺者数

○ 数値目標の算出根拠

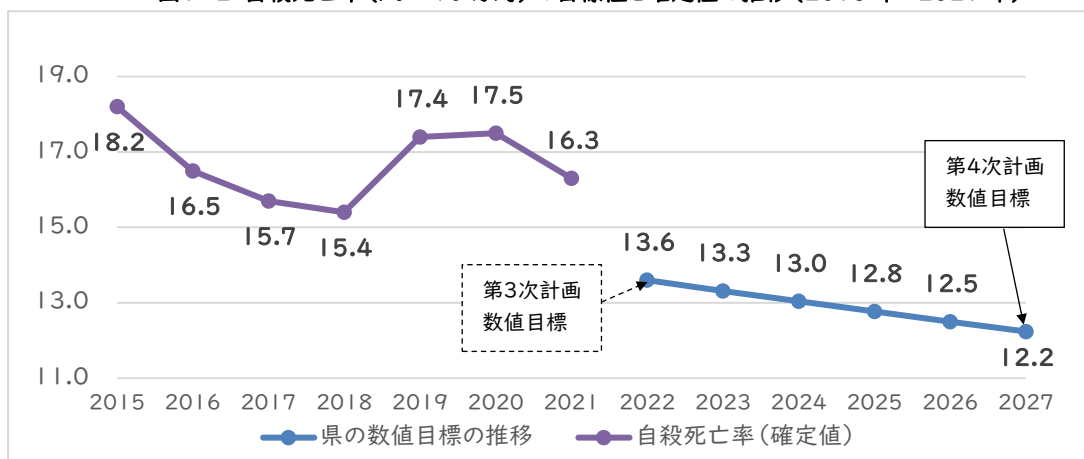
計画策定の趣旨のとおり、自殺対策を通じて最終的に目指すべきは、「誰も自殺に追い込まれることのない信州」の実現です。そうした社会の実現に向けては、対策を進める上での具体的な数値目標等を定めるとともに、それらの取組がどのような効果を挙げているのかといった、取組の成果と合わせて検証を行っていく必要があります。

国は、大綱において「令和8年（2026年）までに、自殺死亡率を平成27年（2015年）と比べて30%以上減少させる」としています。これは、全国の平成27年（2015年）の自殺死亡率18.5から令和8年（2026年）までに自殺死亡率を13.0以下にするということです。

本県においては、計画期間の最終年となる令和9年（2027年）までに、本県の自殺の現状及び国の目標を踏まえ、全年代の自殺死亡率を「12.2」以下にすることを目標とします。

また、子どもの自殺については、「長野県『子どもの自殺ゼロ』を目指す戦略」における目標と同様に、20歳未満の自殺「ゼロ」を目指して取組を進めてまいります。

図1-2 自殺死亡率（人口10万対）の目標値と確定値の推移（2015年～2027年）



5 第3次長野県自殺対策推進計画の評価

第3次長野県自殺対策推進計画における進捗状況は以下のとおりです。

(令和3年度末現在)

区分	基本施策	現行計画の評価指標の項目	計画策定前	目標(2022)	現在(時点)	評価
目標	基本施策と重点施策全体	自殺死亡率(人口10万対)	16.5 (2016)	13.6	16.3 (2021)	未達成
1	市町村等への支援の強化	自殺対策計画を策定している市町村数	48市町村 (2017.3)	77市町村	73市町村 (2022.3)	達成
		自殺対策推進センターの研修開催数	3回 (2017)	3回以上	3回 (2021)	達成
2	地域・庁内におけるネットワークの強化	自殺対策連絡会議の開催数	2回 (2017)	1回以上	1回 (2021)	達成
		自殺対策戦略会議の開催数	1回 (2017)	1回以上	1回 (2021)	達成
3	自殺対策を支える人材の育成	支援関係者を対象とした研修等を実施する圏域数	9圏域 (2016)	10圏域	4圏域 (2021)	未達成
		ゲートキーパー研修受講者数	4,494人 (2017)	5,219人以上	12,073人 (2021)	達成
4	県民への啓発と周知	「よりそいホットライン」の認知率	-	2/3以上	23.4% (2021)	未達成
		「こころの健康相談統一ダイヤル」の認知率	-		42.6% (2021)	
		「ゲートキーパー」の認知率	-	1/3以上	12.9% (2021)	未達成
5	様々な「生きる支援」の推進	自殺未遂者支援に取り組む医療機関の割合	83.3% (2016)	増加	87.3% (2021)	達成

区分	重点施策	現行計画の評価指標の項目	計画策定前	目標(2022)	現在(時点)	評価
1	未成年者の自殺対策の強化	20歳未満の自殺死亡率	3.0 (2016)	0	4.80 (2021)	未達成
		SOSの出し方に関する教育を実施する公立中学校の割合	-	100%	87.8% (2021)	未達成
		自殺対策(「SOSの出し方に関する教育」を含む)に関する研修に参加する公立中・高等学校数	-	全校参加	290校中 270校	未達成
		自殺対策(「SOSの出し方に関する教育」を含む)に関する学校関係者と行政職員等が参加する研修会の開催回数	-	年1回開催	5回 (2021)	達成
2	高齢者の自殺対策の推進	70歳以上の自殺死亡率が全国より低い圏域数	8圏域 (2016)	10圏域	6圏域 (2021)	未達成
		生きがいを有して生活している高齢者の割合	65.2% (2016)	増加	60.1% (2019)	未達成
3	生活困窮者自立支援制度と自殺対策の連携強化	経済・生活問題を理由とする自殺者数	65人 (2016)	48人以下	51人 (2021)	未達成
		生活困窮者自立支援制度と自殺対策の支援関係者が参加する研修等を実施する圏域数	-	10圏域	4圏域 (2021)	未達成
		生活困窮者自立支援制度と自殺対策の担当課が互いの関係機関との連絡会議等に参画	-	年1回以上参加	1回 (2021)	達成
4	勤務問題による自殺対策の推進	勤務問題を理由とする自殺者数	46人 (2016)	34人以下	29人 (2021)	達成
		職場いきいきアドバンスカンパニー認証企業数	88社 (2018)	200社	209社 (2021)	達成
		健康経営優良法人認定法人数 ・大規模法人部門 ・中小規模法人部門	3社 11社	増加	30社 434社 (2022.3)	達成

第3次計画において位置付けられている事業に取り組んでいるものの、評価指標が「未達成」のものがあり、数値目標(自殺死亡率)も「未達成」となっています。