

期北海道自殺対策行動計画」を策定しました。これは、「北海道の実情に応じた自殺対策を総合的かつ効果的に進めるための基本的な方向や具体的施策を定め“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”ことを趣旨としたもので、自殺対策基本法第13条第1項に定める都道府県自殺計画として位置づけられており、今期は令和5年～令和9年度の計画となります。主な内容は、“自殺対策の基本的な考え方”として自殺対策の基本認識や基本方針、12の重点施策に沿った53項目の具体的取組、数値目標や北海道における自殺対策の推進体制となっています。

○ 「第4期北海道自殺対策行動計画」における自殺対策の4つの基本認識

自殺は、様々な悩みが原因で心理的に追い詰められ、社会とのつながりが薄れ、生きていても役に立たないという喪失感や与えられた役割への過剰な負担感などから、耐え難い状態にまで追い込まれた末の死であると考えられています。

また、第4期では新型コロナウイルス感染拡大に伴う人との関わり合いや雇用形態を始めとした様々な変化による影響を鑑み、新たに“新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進”が追加されています。

- ・ 自殺はその多くが追いこまれた末の死
- ・ 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態は続いている
- ・ 新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進
- ・ PDCA サイクルを通じた対策の推進

○ 「第4期北海道自殺対策行動計画」における自殺対策の6つの基本方針

自殺は、失業や多重債務、勤務問題、家庭問題などの社会的リスクである「生きることの阻害要因」を減らし、信頼できる人間関係の構築や危機回避能力を身につけることなどの「生きることの促進要因」を増やすような取り組みを同時に推進する必要があります。また、生活困窮者対策や孤独・孤立対策、子ども関連施策など各種関連施策との連携や精神科医療などの関連機関との連携が必要となります。

そして、第4期では、自殺対策基本法第4条にある「自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穩に十分に配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない」を踏まえ、新たに“自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する”という項目が追加されています。

- ・ 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
- ・ 役割の明確化と連携・協力の推進
- ・ 自殺者等の名誉及び生活の平穩に配慮する

○ 「第4期北海道自殺対策行動計画」に記載される当面の12の具体的施策

自殺総合対策大綱や第3期計画に盛り込んだ具体的施策の検証結果などを踏まえながら、「北

北海道自殺対策連絡会議」の構成機関・団体等と連携して具体的施策が進められています。例えば、自殺予防週間や自殺対策強化月間の啓発事業や児童生徒に対する自殺予防に向けた教育の実施、ゲートキーパーの養成や教職員・地域保健スタッフの資質の向上、職場におけるメンタルヘルス対策の促進、ハイリスク者対策、地域の自殺未遂者支援の拠点機能を担う医療機関の整備など様々です。

第4期策定にあたり、平成21年以降令和2年に過去最多、令和3年には過去2番目の水準となった子ども・若者の自殺対策やSNSを活用した自殺対策の推進、そして、妊産婦への支援やコロナ禍において顕在化した女性を取り巻く課題等の項目が追加されています。

- (1) 道民一人ひとりの気付きと見守りを促す
- (2) 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る
- (3) 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
- (4) 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
- (5) 社会全体の自殺リスクを低下させる
- (6) 地域の支援体制を整備し、自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
- (7) 遺された人への支援を充実する
- (8) 民間団体との連携を強化する
- (9) 地域の特性に応じた対策を推進する
- (10) 子ども・若者の自殺対策を推進する
- (11) 勤務問題による自殺対策を推進する
- (12) 女性の自殺対策を推進する

今回は、「第4期北海道自殺対策行動計画」について要旨をまとめました。それぞれ掲げられた目標や施策の詳細について興味のある方は下記参考文献をご参照ください。

いずれも簡単な目標、課題、施策ではないと思いますが、多くの機関が相互に連携・協働し、地域の実情に合った対策を一步一步進めていただきたいと思います。

参考文献

「第4期 北海道自殺対策行動計画 令和5年度～9年度」、2023、北海道保健福祉部福祉局障がい者保健福祉課、<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/shf/zisatutaisakukoudoukeikaku.html>

「行政説明 北海道の自殺対策施策について」、2023、北海道保健福祉部福祉局障がい者保健福祉課、令和5年度自殺対策研修配付資料

【3】お知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

◇ ホームページ「北海道のメールマガジン」のサービス終了に伴う対応について

Andante を配信している北海道のメールマガジンが令和6年3月にサービスを終了いたします。それに伴い、今後の配信は、北海道立精神保健福祉センターのホームページ上で行う形となります。ご迷惑をおかけしますが、引き続きのご愛読よろしく申し上げます。

ホームページ URL : <https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/88706.html>

◇ 精神保健福祉センターでは、こころの電話相談を次の時間帯で行っています。

月曜から金曜日 9:00～21:00

土曜日祝日（12月29日～1月3日を除く） 10:00～16:00

Tel : 0570-064-556

※ご相談の電話が集中しますと、つながりにくい状態になりますがご了承ください。

◇ 現在北海道でも、こころの SNS（LINE）相談が開設されています。

詳しくは、下記のリンクをご覧ください。

北海道こころの健康 SNS 相談窓口：<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/shf/linesoudan.html>

◇ ホームページをご覧ください

北海道地域自殺対策推進センターのホームページを開発しています。最新の北海道の状況を掲載しており、より情報を見やすく、分かりやすくお伝えできるよう心がけています。また、Andante のバックナンバーへのリンクもございますので是非ご覧ください。

ホームページ URL：<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/a0002/>

◇ メールマガジンのご登録内容の変更や解約手続きにつきましては、以下のリンクから行っていただけます。

北海道のメールマガジン URL：<http://www1.hokkaido-jin.jp/mail/magazine/>

【4】編集後記・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

今年もいろいろな出来事がありました。

大きな所では新型コロナウイルスが「5類感染症」に移行されたことでしょうか。これ以降、屋外でマスクを外す人も増えてきており、少しだけ昔の景色に戻ってきた気がします。仕事の打ち合わせや会議も再びオンラインからオフラインに切り替わってきている話も耳にします。

昔から当然のようにあったものが少しずつ変化してきているのを感じます。嬉しくもあり、悲しくもあり、寂しくもあることですが、できることならより良い明日となることに期待したく思います。

それでは、来年が素晴らしい年となりますよう心よりお祈り申し上げます。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.175 は、新年となる令和6年1月末に配信予定です。

ご質問、ご要望等お問い合わせ先
北海道立精神保健福祉センター
札幌市白石区本通16丁目北6番34号

Tel 011-864-7121

Fax 011-864-9546

URL <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/>

Mail hofuku.seishin1@pref.hokkaido.lg.jp