

東京都自殺総合対策計画

～こころといのちのサポートプラン～

第2次

令和5年3月

 東京都



誰もが将来に希望を抱く社会の実現を目指して



自殺は、私たちのすぐ身近にある重大な脅威です。

東京の自殺者数は、平成 23 年をピークに減少してきました。しかし、令和 2 年以降は、再び増加傾向にあります。新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響などで、自殺の要因となり得る状況が悪化したことが考えられます。

自殺の背景には、健康問題や経済問題、就労や働き方の問題など、様々な要因が複雑に絡み合っています。自殺対策は、社会全般の取組として実施されることが必要です。

東京都は、平成 30 年 6 月に「東京都自殺総合対策計画～こころといのちのサポートプラン～」を策定し、関係機関や関係団体、区市町村と連携を図りながら、対策を進めてまいりました。

今回策定した「東京都自殺総合対策計画～こころといのちのサポートプラン～（第 2 次）」では、取組を更に推し進めるため、「自殺未遂者への継続的な支援」、「早期に適切な支援窓口につなげる取組」、「働き盛りの方々の自殺防止」、「困難を抱える女性への支援」、「若年層の自殺防止」、「遺された方への支援」の 6 つを重点項目に位置付け、集中的に取り組むこととしています。また、これまでの施策の成果や現状の分析を踏まえ、12 の分野で取組の方向性を示しました。

例えば、未来を担う若者に向けて、動画コンテンツを新たに作成し、大学の講義等での活用を促すほか、デジタル技術を活用した普及啓発を強化していきます。自死遺族の相談窓口を新たに設置し、様々な問題に直面する遺族を早期の段階から支援します。

本計画に基づき、福祉、医療、経済、教育等との連携のもと、「生きることの包括的な支援」として自殺対策をより一層推進し、自殺という悲しい事態が起こらない、誰もが将来に希望を抱くことのできる社会の実現に努めてまいります。

引き続き、都民や関係者の皆様の御理解と御協力をお願い申し上げます。

令和 5 年 3 月

東京都知事

小池百合子

目次

CONTENTS

第1章	東京都自殺総合対策計画の改定にあたって	1
	(1) 東京都における自殺の状況	1
	(2) 国の自殺対策	2
	(3) これまでの都の自殺対策の取組と評価	3
	(4) 都における今後の自殺対策の基本的な考え方	4
	(5) 計画の位置付け	8
	(6) 計画期間	8
	(7) 数値目標	8
第2章	都の自殺の現状（特徴）	9
	(1) 自殺者数の推移	10
	(2) 自殺死亡率の推移	11
	(3) 年齢階級別の自殺者数の推移	12
	(4) 年齢階級別の自殺死亡率の推移	14
	(5) 自殺者の年齢構成	16
	(6) 職業別の自殺者数の推移	17
	(7) 原因・動機別の自殺者数の推移	19
	(8) 死因順位別にみた年齢階級別の死亡数・構成割合	21
	(9) 自殺者の自殺未遂歴の状況（自殺未遂歴の有無の男女比較）	23
第3章	都における今後の取組の方向性と施策	25
	(1) 地域レベルでの実践的な取組への支援を強化する	25
	(2) 都民一人ひとりの気付きと見守りを促す	25
	(3) 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	27
	(4) 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	28
	(5) 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	30
	(6) 社会全体の自殺リスクを低下させる	31
	(7) 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ	34
	(8) 遺された方への支援を充実する	35
	(9) 民間団体との連携を強化する	35
	(10) 子供・若者の自殺対策を更に推進する	36
	(11) 勤務問題による自殺対策を更に推進する	39
	(12) 女性の自殺対策を更に推進する	41

第4章 推進体制 45

(1) 自殺総合対策東京会議	45
(2) 関係機関・団体等の役割	45
(3) 区市町村の役割	45
(4) 都の役割（東京都地域自殺対策推進センター）	46
(5) 都民の役割	46

資料編 48

● 自殺対策基本法	49
● 自殺総合対策大綱（第4次）	52
● 自殺総合対策東京会議設置要綱	78
● 東京都地域自殺対策推進センター運営事業実施要綱	80
● 東京都自殺総合対策計画（第2次）の策定に至るまでの検討経過	82
● 自殺総合対策東京会議 委員名簿	83
● 自殺総合対策東京会議 計画評価・策定部会 委員名簿	84
● 自殺総合対策東京会議 重点施策部会 委員名簿	85

東京都自殺総合対策計画
～こころといのちのサポートプラン～
(第2次)

令和5年3月発行 印刷物規格表第二類
印刷番号(5)5

編集・発行 東京都福祉保健局保健政策部健康推進課
東京都新宿区西新宿二丁目8番1号
電話番号 03(5320)4310

デザイン 株式会社パットンファイヴ
印刷 正和商事株式会社



リサイクル適性(B)

この印刷物は、板紙へ
リサイクルできます。

