

第5節 自殺対策

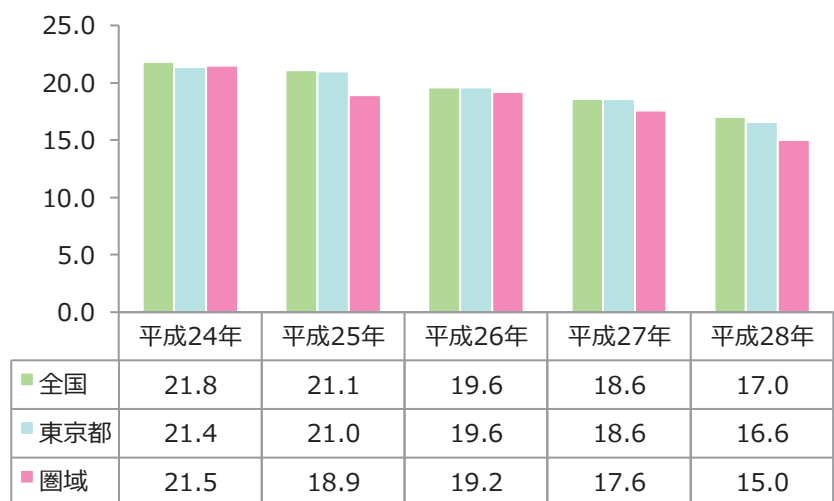
■ 現状

1 こころの健康状態

- こころの健康は、いきいきと自分らしく生きるために重要であり、生活の質に大きく影響するものです。ストレスと上手に付き合うことは、こころの健康を保つ上で、重要な要素の一つになっています。都民（20歳以上）の「支援が必要な程度の心理的苦痛を感じている者」の割合は、11%程度で推移しています（平成28年国民生活基礎調査）。
- 国の「平成28年度 自殺対策に関する意識調査」によると、身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたときに、専門の相談窓口へ相談することを「勧めない」と答えた20歳代の割合が、他の年代に比べ高くなっていました。また、20歳代の50%以上が「生死は最終的に本人の判断に任せるべきである」と答えていました。

2 誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現

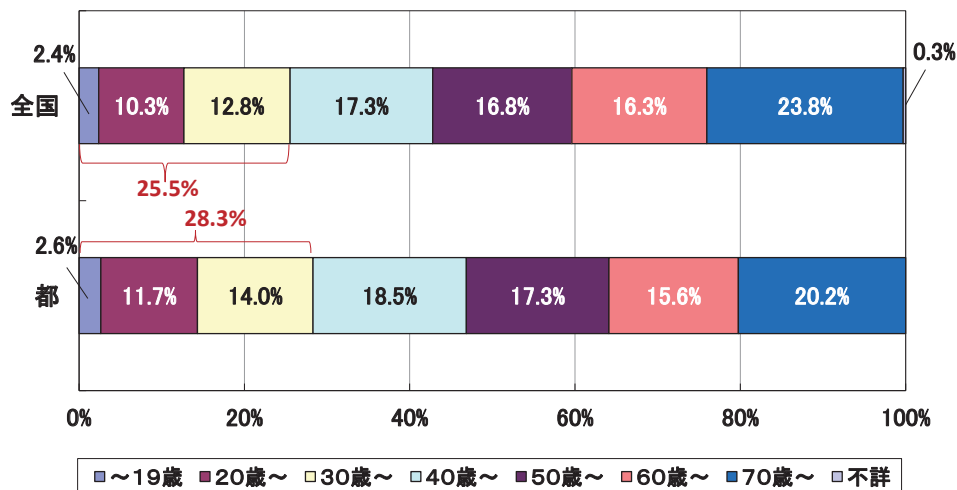
- 警察庁の自殺統計原票を集計した結果（以下、「自殺統計」という。）によれば、全国の自殺死亡率（人口10万対）は、平成10年以降、25前後の高い水準が続いていましたが、平成24年以降は低下しています。平成28年の自殺死亡率は、全国では17.0、都では16.6、圏域では15.0となっています（図1）。
- 都の年代別自殺者数は、45～54歳で多くなっており、圏域では、40歳代がピークとなっています。圏域では、特に30～50歳代の働き盛りの男性が多い状況です（平成23年～28年の6年合計値）。
- 都に所在する企業数は45万件以上であり、全国の中でも圧倒的に企業数が多く、その中でも中小企業は98.9%となっています。当圏域の事業所数は33,266件であり、そのうち産業医設置義務のない従業員50人未満の事業所が90%以上を占めています（平成26年総務省経済センサス基礎調査）。
- 全国でメンタルヘルス対策に取り組んでいる事業所は56.6%ですが、従業員規模が小さくなるほどメンタルヘルス対策に取り組んでいる割合が減少しています。平成27年に導入されたストレスチェック制度は、従業員数50人以上で80%以上実施されていますが、従業員数50人未満では、約50%の実施率でした（平成28年厚生労働省労働安全衛生調査）。



【図1】自殺死亡率の推移

出典：自殺統計（各年 警察庁）

- 都は全国に比べて30歳代以下の若年層の自殺者数の割合が高くなっています。また、全国、都、圏域とも10～30歳代の死因の第一位は自殺です。圏域では、30歳代以下の自殺が自殺者数の約3分の1を占めており、都と同様に全国に比べ30歳代以下の若年層の自殺者数の割合が高い状況です。また、10歳代の自殺者数をみると、国は減少していますが、都と圏域では横ばいとなっています。



【図2】自殺者の年齢構成（平成28年、全国・東京都）

出典：東京都自殺総合対策計画（平成30年6月 東京都福祉保健局）

- 保健所では、平成19年度に自殺対策協議会を設置して、平成20年度から自殺対策担当者連絡会を開催する等、地域ネットワークの強化に努めてきました。また、保健所や各市ではゲートキーパー養成研修等の人材育成や普及啓発に取り組んできました。
- 平成28年3月に自殺対策基本法が改正され、都道府県及び市町村に自殺対策計画の策定を義務付けられる等、自殺対策を「生きることの包括的な支援」として総合的かつ効果的に推進することを求められています。また、平成29年7月には、自殺総合対策大綱が見直され、基本理念である「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」に向け、社会全体の自殺リスクを低下させることが求められています。圏域においても、引き続き、保健・医療・福祉・教育・労働等の関係機関と連携・協働して自殺対策の取組を更に推進することが必要となっています。
- 地域の状況に応じた取組の推進に向けて、都は、平成30年6月に自殺総合対策計画を公表しました。また、市は平成30年度を目途に自殺総合対策計画を策定する予定です。

課題

- 1 ストレス対策としてこころの健康づくりに取り組むことが必要です。
- 2 働き盛り層への取組、職域との連携によるメンタルヘルス対策の推進が必要です。
- 3 若年層に対して、積極的に自殺対策に関連する情報を提供することが必要です。

■ 今後の取組

1 地域のネットワークを活用した自殺対策の推進

<市>

- 若年層、働き盛り世代等地域住民に向けて、ストレス対処法やこころの不調のサイン、相談窓口に関する情報提供を行います。
- 各市が策定する自殺対策計画に基づき、その取組を推進します。
- 庁内関係部署との組織的、横断的な体制づくりを進め、関係機関とのネットワーク構築を図ります。
- 庁内職員や関係職員向けにゲートキーパー養成研修を実施します。
- 相談業務等日々の業務を通じて自殺の危険を示すサインの早期発見に努め、関係機関や専門医と連携してフォローします。

<保健所>

- 若年層、働き盛り世代等地域住民に向けて、ストレス対処法やこころの不調のサイン、相談窓口に関する情報提供を行います。
- 自殺対策協議会を基盤として、保健・医療・福祉・教育・労働等の関係機関と連携・協働して、圏域における自殺対策に取り組みます。
- 市の自殺対策計画の策定や、計画に基づく取組に対する相談支援を行うとともに、地域の自殺対策の事例を収集して、先駆的な取組等を情報提供します。
- 市の担当者を対象とした連絡会や、市や関係機関等の職員を対象とした研修を引き続き実施するとともに、各市が実施する人材育成研修の企画を支援します。
- 相談業務等日々の業務を通じて自殺の危険を示すサインの早期発見に努め、関係機関・専門医と連携してフォローします。

<医療機関等>

- かかりつけ医による自殺の危険を示すサインの早期発見に努め、関係機関・専門医と連携してフォローします。

■ 評価指標

指標	現状	目標
圏域の自殺死亡率（人口10万対）	13.4 （平成29年・警察庁「自殺統計」）	下げる