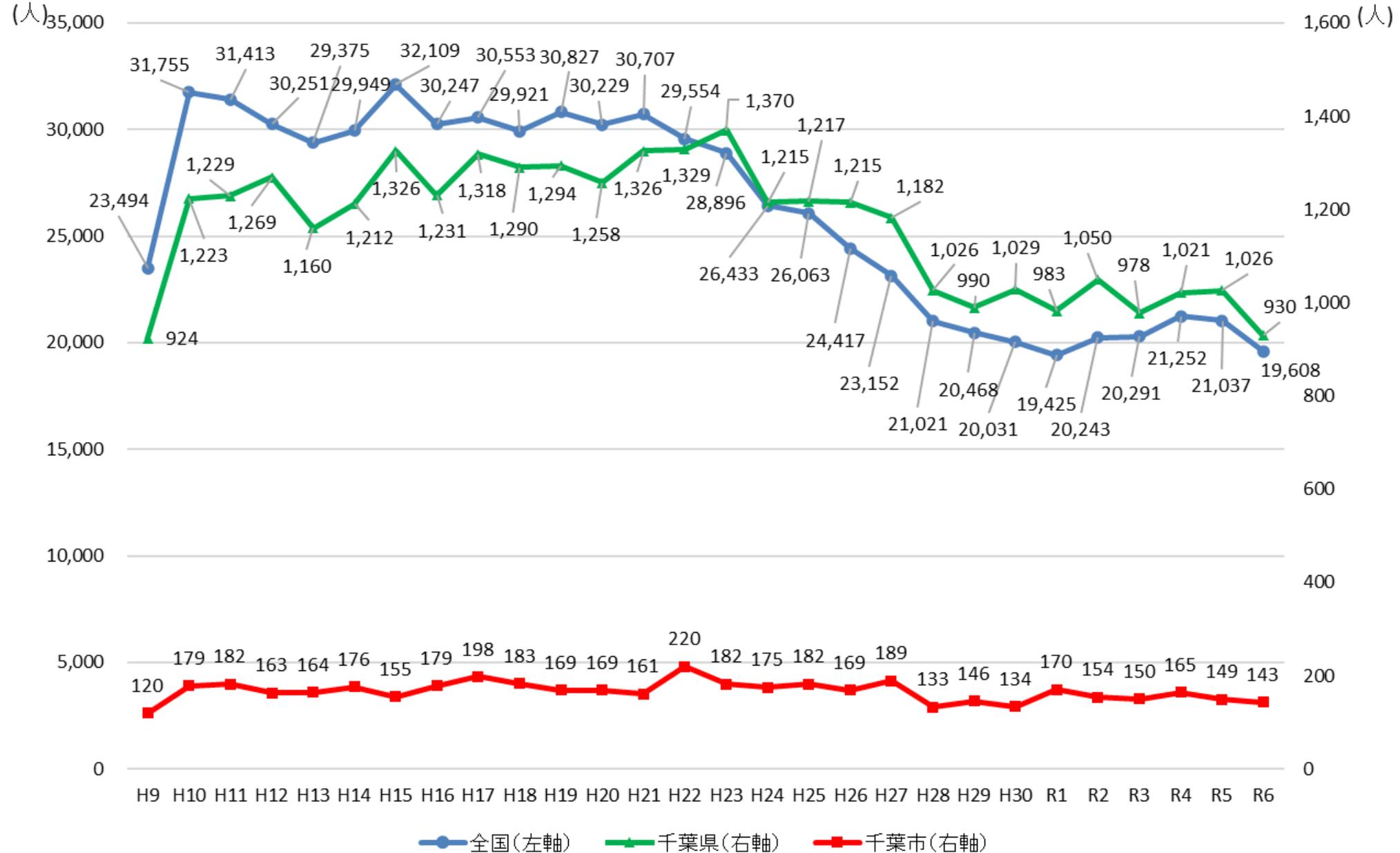


## **(2) 自殺対策について**

# 1. 自殺者数の推移について

# 図1 自殺者数の推移(全国・千葉県・千葉市)

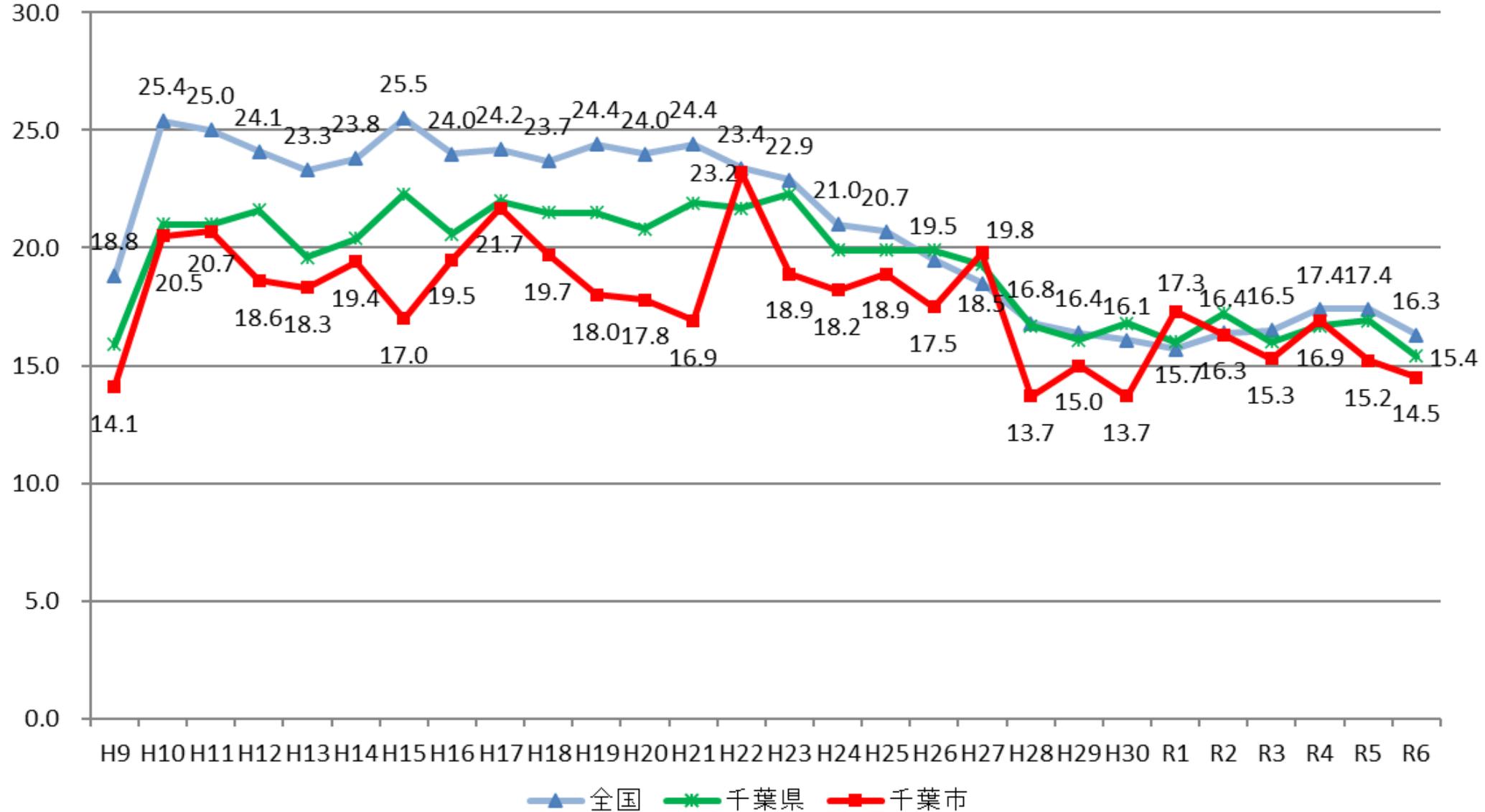
出典：人口動態統計



# 図2 自殺死亡率の推移(全国・千葉県・千葉市)

出典：人口動態統計

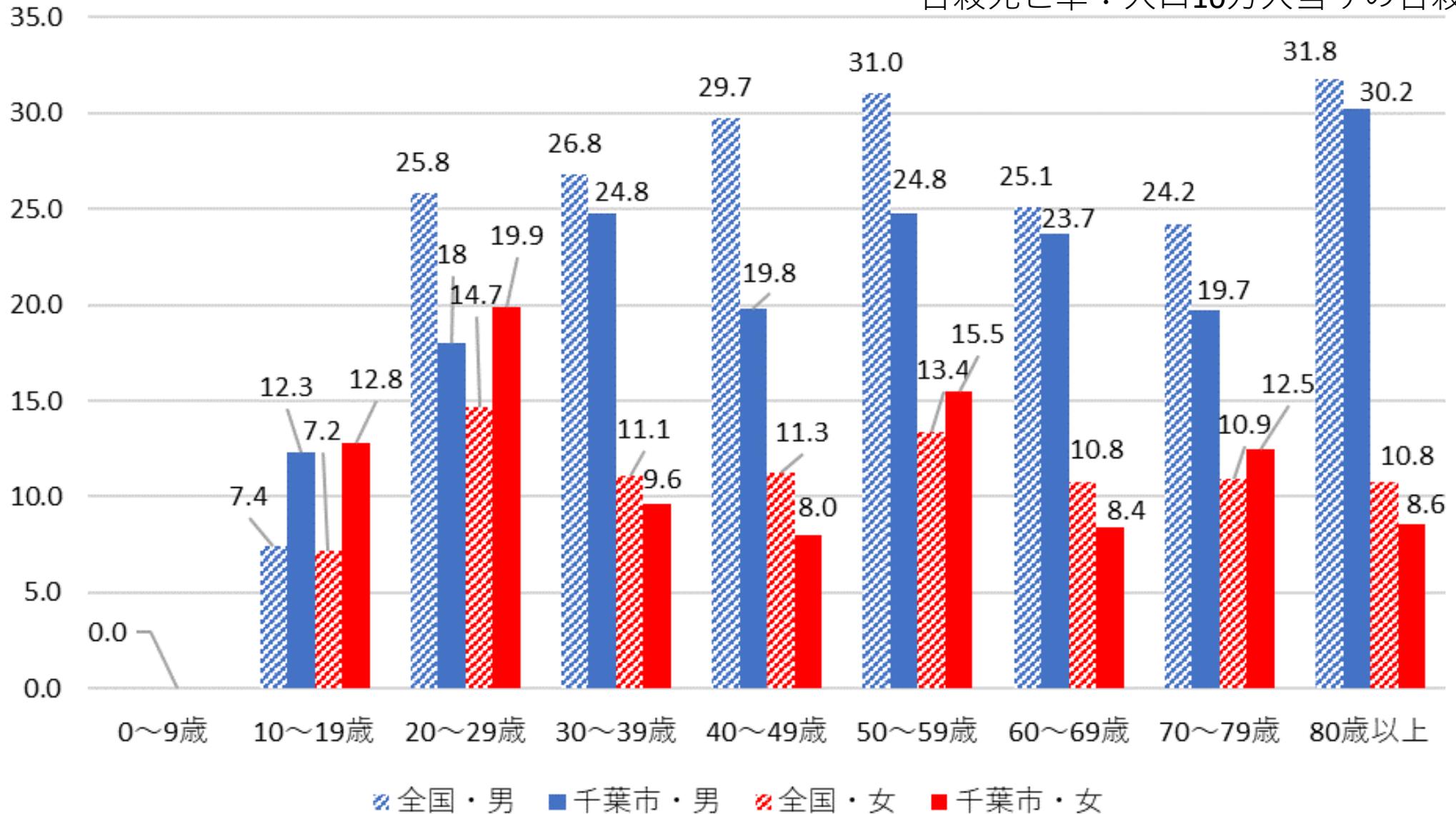
自殺死亡率：人口10万人当りの自殺者数



# 図3 性別・年代別自殺死亡率(R4～6平均) (全国・千葉市)

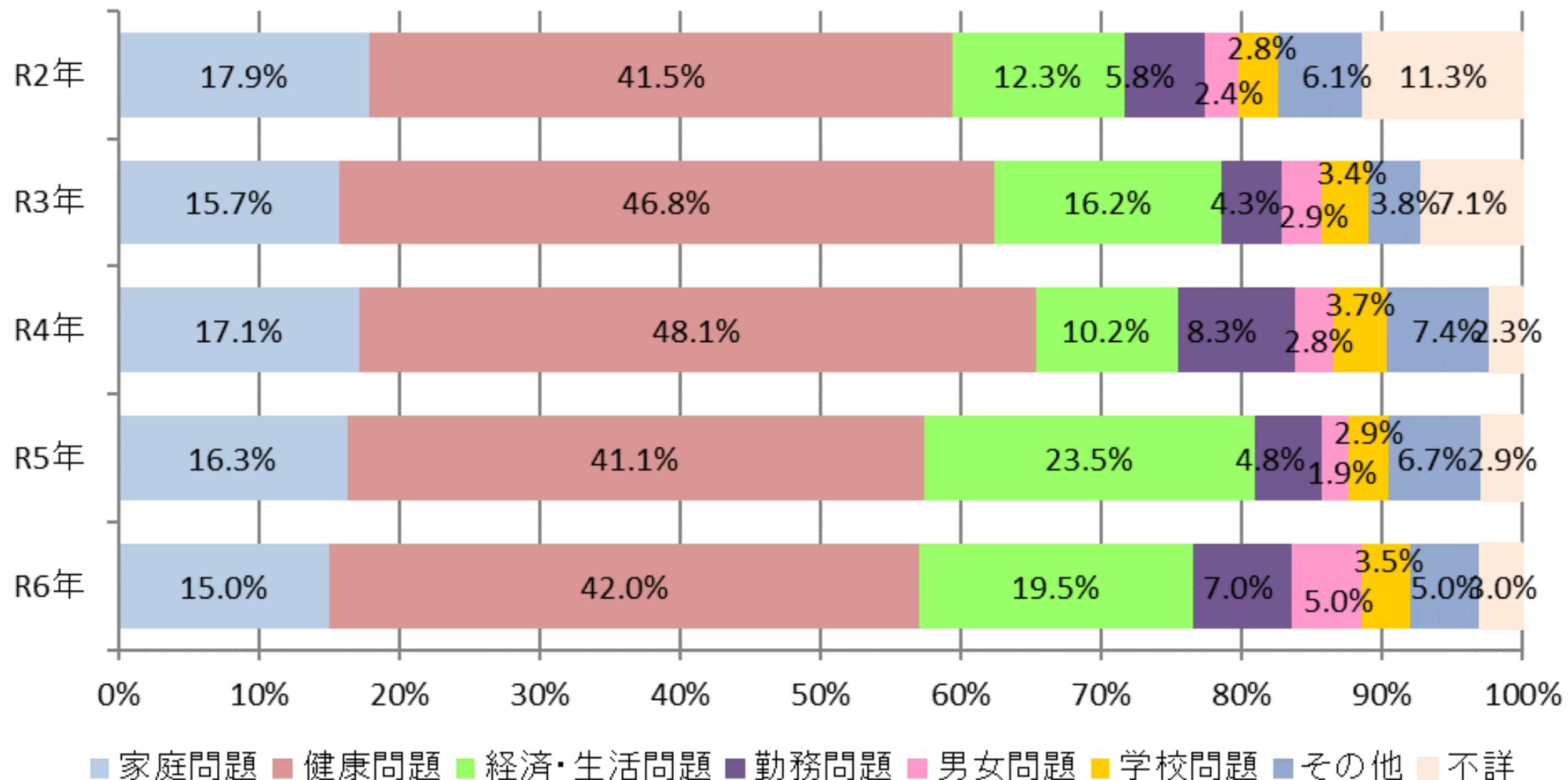
出典：人口動態統計

自殺死亡率：人口10万人当りの自殺者数



# 図4 原因・動機別構成割合の推移(千葉市)

出典：警察庁自殺統計



## **2. 自殺対策の推進について**

# 自殺対策の概要



- **第2期千葉市自殺対策計画**に基づき、関連施策を総動員し、生きることの包括的な支援として自殺対策を推進している。
- 精神保健福祉課に「千葉市自殺対策推進センター」を設置し、自殺対策に関する情報収集や、計画策定・進捗管理、庁内外の関係機関の情報共有や連携強化のための各種会議の開催のほか、相談事業、自殺予防のための普及啓発活動などを行っている。
- こころの健康センターでは、相談事業、市民・職員向けゲートキーパー養成研修、うつ病対策などを実施している。

# 第2期千葉市自殺対策計画について

## (1)策定時期

平成30年10月策定

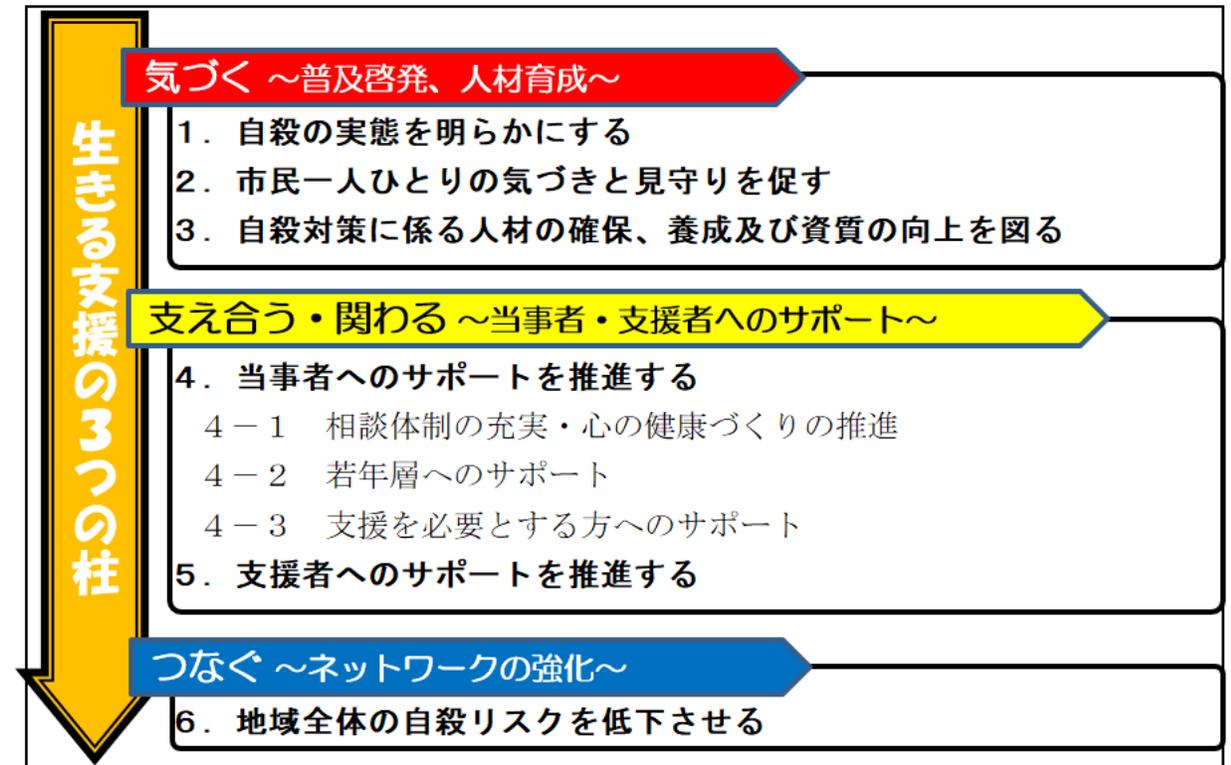
## (2)計画期間

平成30年10月～令和10年9月

※令和5年10月に中間見直しを実施。中間見直しでは、自殺者数が増加傾向にある女性・若者を対象とした取組を強化。

## (3)施策体系

右図のとおり、①普及啓発・人材育成、②当事者・支援者へのサポート、③ネットワークの強化を「生きる支援の3つの柱」として、全137事業を計画に位置付け、自殺対策を推進している。



### **3. 「生きる支援の3つの柱」ごとの主な取組**



# ①普及啓発・人材育成 1/2

- 自殺予防週間(9月10日～16日)・自殺対策強化月間(3月)において、市政だより、X、LINE、FMラジオ番組等による周知、県と共同で中央公園前モノレール陸橋、ポートタワー、海浜幕張駅南口駅前広場シェルターのライトアップ、市内公共施設へのポスター掲示、リーフレット配架を実施。
- 市内中学2年生に啓発用クリアフォルダの配布。



## ②当事者・支援者へのサポート 1/3

### ・こころの体温計

インターネット上でいくつかの質問に答えることで、金魚や猫などのキャラクターにより心の健康状態を表示するメンタルヘルスのチェックシステム。相談窓口の紹介も行う。



	R5年度	R6年度	R7年度 12月末
アクセス件数	52,174	45,361	33,195



インターネット上でいくつかの質問に答えることで、AIが今の心の状態にあったサポート（ストレスケアアプリの紹介、医療機関の受診勧奨、無料オンライン相談）を紹介する。



## ②当事者・支援者へのサポート 2/3

- **こころの電話**

傾聴の電話相談

開設時間：平日10時～12時・13時～17時（祝日・年末年始除く）

- **こころと命の相談室**

対面相談

開設時間：月～金18～21:00（祝日・年末年始除く）

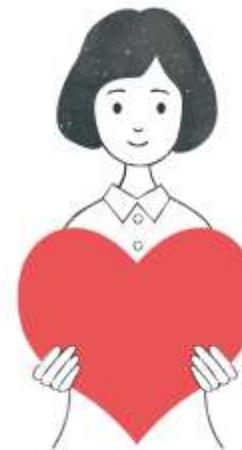
指定の土日10～13:00（祝日・年末年始除く）

開設場所：千葉市中央区新町18-12第8東ビル501号

- **夜間・休日の心のケア相談**

夜間・土日祝日の電話・LINE相談

開設時間：月～金17～21:00、土日祝・年末年始13～17:00



延相談件数		R5年度	R6年度	R7年度12月末
こころの電話		3,742件	3,770件	2,580件
こころと命の相談室		544件	581件	443件
夜間・休日の 心のケア相談	電話	2,441件	2,944件	3,685件
	LINE	3,185件	1,858件	1,037件

## ②当事者・支援者へのサポート 3/3

### ・うつ病集団認知行動療法

うつ病で通院中の市民を対象にグループでの認知行動療法を実施。（1クール12回）

	R5年度	R6年度	R7年度12月末
参加者数	3人	6人	5人

# ③ネットワークの強化

- **千葉市自殺対策連絡協議会**

庁外の学識経験者、警察、医療、福祉、教育、労働、経済、法律の関係機関（16名）により構成。団体相互の密接な連携を確保し、自殺対策を総合的かつ効果的に推進することを目的に開催。令和7年度は、8月に開催し、自殺対策計画の進捗状況等について協議した。

- **千葉市自殺対策庁内連絡会議**

関係事業を所管する庁内関係課長（45課）により構成。市の関係部局が共通認識を持ち、連携して自殺対策に取り組むために開催。令和7年度は、3月に開催予定。

- **千葉市自殺対策相談窓口会議**

市の各種相談窓口の担当者、相談員が参加。令和7年度は、2月に自殺念慮のある方、自殺未遂者への相談支援をテーマに複数の関係機関講師による講演・事例検討を実施予定。



# 今後の方針

## ① 自殺対策計画の着実な推進

毎年度、本市における自殺の状況や取組の進捗を自殺対策連絡協議会に報告し、意見を伺いながら計画を着実に推進する。

## ② 様々な分野でのゲートキーパーの養成

様々な分野の幅広い職種を対象に自殺対策教育を行いゲートキーパーを養成する。

## ③ 自殺に関する普及啓発

悩んでいる方には「一人で悩まず相談すること」、周囲の方には「身近な人がいつもと違う様子であれば声をかけること」を呼びかけ、あらゆる機会をとらえて相談機関を周知する。

## ④ 女性・若者を対象とした取組の強化

自殺者数が増加傾向にある女性・若者を対象とした取組の推進を図る。令和6年度に開始した女性のこころの健康対策（講演会、リーフレット配布）を今後も継続する。