

概要版

戸沢村自殺対策計画

(第2期)



令和6年3月
戸沢村

～誰も自殺に追い込まれることのない戸沢村を目指して～

1. 趣旨

平成28年4月の自殺対策基本法の改正法施行を受け、平成31年3月に第1期計画となる「戸沢村自殺対策計画」を策定し、「誰も自殺に追い込まれることのない戸沢村」の実現を目指し地域レベルでの自殺対策を進めてきました。しかしながら令和元年に自殺者1名まで減少したものの、令和3年では5名と増加し、自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）は、115.7人と全国（16.4人）、山形県（20.1人）を大きく上回っています。

戸沢村では、各住民アンケートの結果から見えてきた現状と課題、新たな国の「自殺総合対策大綱」及び「いのち支える山形県自殺対策計画（第2期）」も踏まえ、「戸沢村自殺対策計画（第2期）」を策定しました。



2. 計画年度

2024（令和6）年度～2028（令和10）年度

3. 本計画の基本理念

『誰も自殺に追い込まれることのない戸沢村』の実現

4. 目標値

目標指標	最大値	平均値（直近5年）	目標値
自殺死亡率 （人口10万人対）	令和3年（2021）年 115.7人	平成31年～令和5年 44.9人	令和10（2028）年 0人

5. 基本方針

◆基本方針1：自殺実態の把握と、効果的な施策の企画・実施

自殺の実態を明らかにし、関係機関とともに地域の実情に合わせた対策を構築します。

◆基本方針2：気づき見守る人材の育成

村民一人ひとりが、身近な人の変化に気づき、声をかけ見守っていくことができる地域づくりとストレスへの適切な対応など心の健康の保持・増進の取り組みを行います。

◆基本方針3：村民への啓発・周知を図る

サロン活動や健康相談等様々な機会に心の健康や相談窓口についての啓発・周知を行います。

◆基本方針4：いのち支える取り組みの充実

ライフステージに応じた様々な問題や社会の変化などの要因が複雑に関係する自殺に対し、村民が安心して生きられるよう包括的な取り組みを実施します。

◆基本方針5：関係機関の機能強化及び連携の強化

自殺対策の総合的かつ効果的な推進にむけ、行政、関係機関、民間支援団体等との連携の強化と切れ目のない支援体制を構築します。

・高齢者見守りネットワークの強化

【2】重点施策

① 高齢者の自殺対策の推進

この年代は、配偶者との死別、家庭や地域での役割の喪失、大病や慢性疾患、介護疲れなどで、抑うつ状態が起こりやすい時期です。

当村では60歳以上の自殺率が全国や県と比べて高く、また高齢化により一人暮らしの高齢者や高齢夫婦世帯、認知症高齢者の増加が見込まれることから、孤立防止や介護者への支援の充実など、高齢者の自殺対策の推進が必要です。

地域の中で、高齢者を孤立させないための取り組みを充実させ、居場所や生きがいがづくりの推進、地域で支えあいや見守り等を行います。また、介護負担を軽減するために、家族等の相談しやすい体制づくりも行います。

* 具体的な取り組み * ～つながり合い、見守り合う地域づくり～

事業名	目標
地区健康相談	各地区年1回、継続実施。
地区サロン	令和5年22ヶ所。令和10年までに25ヶ所を目標。
みんなですっぺ健康づくり事業	高齢者等が集える居場所づくり。介護予防や地域の支え合いを支援。
認知症カフェ	当事者や家族が抱え込まないよう、交流の場を提供。
介護おなやみ相談所	村内介護事業所の認知症地域支援推進員による介護の悩みの相談窓口の設置。(紅芭・あっとほーむ太陽・こはな等)
ひとり暮らし高齢者等への見守り支援	一人暮らし高齢者の集いと一人暮らし高齢者見守り訪問を、それぞれ年3回実施。

② 働き盛り世代の自殺対策の推進

家庭や職場で中心的な役割を果たし、心理的にも社会的にも負担や悩みが大きくストレスが強まる年代で、男性の自殺者で有職者の割合が高くなっています。

「運動をしていない」「相談相手がいない」人ほど、ストレスを感じる傾向にあることから、働きながらでも運動できるように、時間や曜日を配慮した事業を実施します。

* 具体的な取り組み * ～ストレス解消や悩みを相談しやすい仕組みづくり～

生活習慣病予防のための運動教室	令和5年：5人。令和10年度まで10人を目標。継続実施。多くの住民に参加してもらえるよう、地域で声掛け
ノルディックウォーキング	令和5年：7回実施 平均11人。 令和5年度の状態を維持し、継続実施。
相談窓口の周知	心の不調に関する相談窓口を知っている者の割合、令和4年32.5%。令和10年までに50%を目標。 村のHPや保健事業一覧に相談機関の連絡先一覧を掲載。
自殺予防週間 自殺予防強化月間による周知	自殺予防週間(9月)自殺対策強化月間(3月)は相談窓口一覧等のチラシを全戸配布。

③ 生活困窮者に対する支援

④ 無職者・失業者に対する支援

生活困窮者自立支援会議で情報共有・連携を行い、必要に応じ個別ケース検討会を開

催し、切れ目のない支援を行います。

こころの相談窓口一覧

相談窓口	相談内容・日時	連絡先
戸沢村健康福祉課	電話・面接による相談 平日 8:30～17:15	戸沢村大字古口 270 ☎0233-72-2364
最上保健所 精神保健福祉担当	電話・面接による相談 平日 8:30～17:15	新庄市金沢字大道上 2034 ☎0233-29-1266
山形県精神保健福祉センター	電話・面接による相談 平日 9:00～12:00/ 13:00～17:00	山形市小白川町 2-3-30 ☎023-631-7060
山形いのちの電話	電話による相談 年中無休 13:00～ 22:00	☎023-645-4343
こころの健康相談 統一ダイヤル	電話・面接による相談 平日 9:00～12:00/ 13:00～17:00	☎0570-064-556



戸沢村自殺対策計画 概要版

令和6（2024）年 3月

戸沢村役場 健康福祉課

〒999-6401 山形県最上郡戸沢村大字古口 270

☎ 0233-72-2364 FAX 0233-72-2116