

「墨田区自殺対策計画」進捗状況

令和7年8月4日
墨田区保健衛生協議会（資料5）

現計画の期間・位置づけ

1 計画期間

2019（平成31）年度から2025（令和7）年度までの7年間

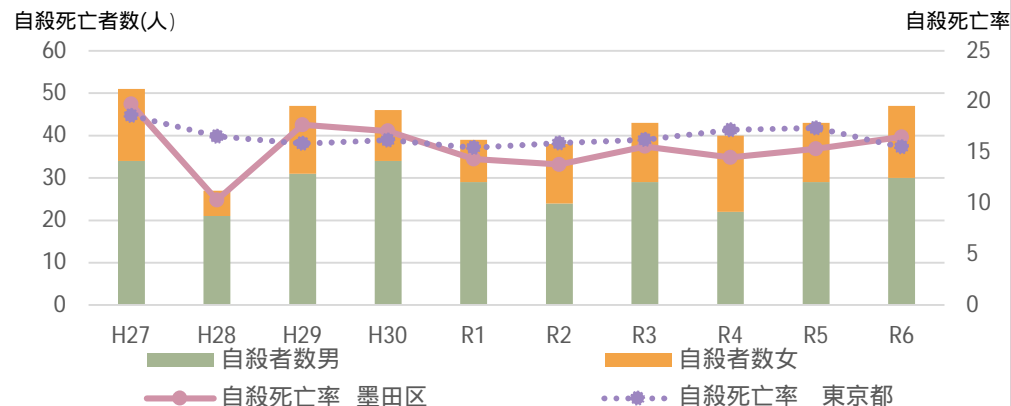
2 計画の位置づけ

平成28年度に改正された自殺対策基本法において、全ての都道府県及び区市町村に「自殺対策計画」の策定が義務付けられたことを受け、平成31年3月に計画を策定し、全庁的な連携による「生きることの包括支援」として推進していく。

令和4年10月に第4次「自殺総合対策大綱」閣議決定。

墨田区の自殺を取り巻く状況

1 墨田区の自殺者数と死亡率



墨田区における自殺死亡率（人口10万人対）は平成27年の19.7から令和2年の13.82までは減少傾向にあったが、以降は緩やかに増加傾向にあり、令和6年16.52となっている。

2 墨田区自殺の基礎資料（令和2年～令和6年）資料：自殺統計

- 【総数】 墨田区のR2年～R6年の自殺死亡者数は211人
- 【男女】 自殺死亡者の64％は男性
- 【年代】 30歳代、20歳代ともに17％、次いで70代16％
- 【同居】 同居人の有無はほぼ半数ずつ
- 【職業】 有職者が38％ 年金等生活者16％ 学生・生徒7％
- 【原因・動機】 43％が健康問題、次いで経済・生活問題、家庭問題
- 【場所】 60％が自宅、次いで高層ビル、海（湖）・河川等
- 【手段】 首つりが49％、飛降りが22％
- 【曜日】 月曜が19％、次いで水曜15％、火曜・土曜13％
- 【時間帯】 0～2時が12％、6～8時が11％（31％が不詳）
- 【未遂歴】 自殺未遂歴がわかる方のうち33％が未遂歴有り

基本方針・評価指標

1 基本方針

- （1）自殺対策を「生きることの包括的な支援」として推進する
- （2）関連施策との有機的な連携による総合的な対策を展開する
- （3）対応の段階に応じた対策を効果的に連動させる
- （4）実践と啓発を両輪として推進する
- （5）関係者による連携・協働の推進

2 自殺対策の推進 アウトプット指標

指標	目標値	策定時 (H27)	中間評価 (R1)	現状値 (R6)
自殺ハイリスク者支援件数 病院との連携により支援件数は増えている			2件	8件
ゲートキーパー研修受講者数 (累計) 受講者数は着実に増えている	2,000人		891人	3,944人

3 自殺対策の推進 アウトカム指標

指標	目標値	策定時 (H27)	中間評価 (R1)	現状値 (R6)
自殺死亡率 目標には達していないものの、減少している	13.8	19.7	14.4	16.5
自殺対策が自分にも関わることだと思う割合 健康づくり総合計画でもアウトカム指標 目標には達していないものの、着実に増加している	80%		16.9%	30.5%
悩みの相談相手がいる割合 健康づくり総合計画でもアウトカム指標 何らかの相談相手がいる人は増えている	90%	73.9% (H26)	78.7%	80.8%
睡眠による休養が十分に足りている割合 睡眠による休養が十分に足りていると感じる割合は減少傾向	70%	63.7% (H26)	56.7%	53.2%

1 基本施策

(1) 地域におけるネットワークの強化

自殺対策庁内ネットワーク会議 5/14、7/25・11/ 開催予定

自殺対策ネットワーク会議(25団体出席)7/23・11/12・2/18開催予定

(2) 自殺対策を支える人材の育成 ゲートキーパー研修

様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対して、早期に「気づき」、さらに「受け止め」、適切な関係機関に「つなぐ」ことを実施できる人材を育成する。区教職員、区の係長昇任候補者、一般区民向け(初級・中級)等の研修を企画している。

(3) 区民への啓発と周知

東京都の自殺対策月間に合わせ、全国的に自殺者が増えるといわれている9月と3月に「墨田区自殺防止キャンペーン」を行う。

啓発・周知	相談窓口
・ ホームページ、広報、チラシ配布	・ 墨田区庁舎こころの相談窓口(臨時)
・ 各種啓発ポスター掲示	9/9、10開催 3/10、11開催
・ 8/22～9/17ひきふね図書館におけるパネル展示	【協力機関】
・ ライフリンクとの協定	ハローワーク、暮らし・しごと相談室 すみだ、就職・仕事カウンセリングルーム他

(4) 生きることの促進要因への支援

自殺未遂者への支援事業

墨東病院等の救急病院と連携し、早期介入の支援につなぐ。

自殺未遂者の背景となる問題を入院中から本人と家族とともに整理し関係機関と連携して相談支援を行う。

自殺未遂者リーフレット作成

いのちをつなぐ「相談してみませんか～ひとりで悩んでいたあなたに」墨田区・江東区・江戸川区の3区共通の自殺未遂者向けリーフレットを配布。本人に寄り添う支援として、担当部署を明記し早期介入を可能にする。

かかりつけ医と精神科医の連携事業

特定健康診査当の問診結果で、うつ症状が疑われる方を早期発見、早期治療につなぐため「墨田区自殺予防のための医療関係者連携マニュアル」の活用を推進する。

2 重点施策

(1) 高齢者への支援

高齢者みまもり相談室

一人暮らし高齢者等を見守り、社会資源につなげる

(2) 生活困窮者への支援

墨田区庁舎こころの相談窓口(臨時)

生活困窮者自立支援事業「くらし・しごと相談室 すみだ」と連携し、開設する。

生活困窮者自立支援事業

生活保護に至る前の段階での自立支援を強化するため、各種支援を行う

(3) 勤務・経営問題に関わる自殺対策

墨田区庁舎こころの相談窓口(臨時)

相談内容に応じ、就職・仕事カウンセリングルーム、ハローワーク、労働基準監督署を紹介する

ワーク・ライフ・バランスの推進

ワーク・ライフ・バランスの実現に向けての普及啓発などを行う

(4) 児童・生徒・若者への支援

SOSの出し方に関する教育

様々な困難・ストレスへの対処方法を身につけ、援助希求行動がとれるようになることで、児童・生徒の自殺を未然に防止し予防する

児童・生徒向け啓発媒体の配布

区内の小学5・6年生、中学生1～3年生、児童館等にストラップ型リーフレット(ジンくん)を配布する

若者の居場所支援「すみだみんなのカフェ」

こころの悩みや生きづらさを感じている若者が自宅以外で安心して過ごせるカフェ(居場所)を実施し、ストレスへの対処法やソーシャルスキルのミニ講座とグループワークを月1回行う。また、年1回講演会を実施する

放課後子ども教室推進事業

放課後の子どもたちの安全・安心な居場所を確保する



(5) 妊産婦・女性への支援

母子保健指導事業

妊娠・出産・育児に関する講座等や乳幼児健診を通して孤立化防止、育児不安の解消等を図る

3 生きる支援の関連施策(その他自殺対策関連事業)

土木施設観察

公園や河川区域等を定期的にパトロールする中で、支援が必要な方を見かけた場合は関係機関につなぐ。