■岸和田市いのち支える自殺対策計画策定経過

平成 30 年 8 月 16 日	岸和田市いのちをつなぐ絆ネットワーク会議 ・自殺対策計画策定について、策定方法の説明。 ・岸和田市自殺対策計画策定ワーキングチーム会議の開催についての説明。
平成 30 年 8 月 28 日 ～9 月 28 日	岸和田市自殺対策計画策定における棚卸し作業の実施 ・庁内各部署へ、各課が実施している事業に自殺対策の視点を加えた事業の実施案を作成するための「自殺対策関連事業の棚卸し」を実施。
平成 30 年 10 月 24 日	第 1 回岸和田市自殺対策計画策定ワーキングチーム会議 ・岸和田市自殺対策計画策定の概要の共有。 ・自殺対策における行政の責務と役割の共有。 ・岸和田市の自殺の現状について統計や実際の業務から分析を行い、課題を抽出。
平成 30 年 12 月 21 日	第 2 回岸和田市自殺対策計画策定ワーキングチーム会議 ・岸和田市の自殺の現状と課題にする自殺対策施策の検討。
平成 31 年 3 月 6 日	第 3 回岸和田市自殺対策計画策定ワーキングチーム会議 ・数値目標の設定について検討。 ・計画を推進するために、具体的な実施方法について検討。
令和元年 9 月 19 日	岸和田市いのちをつなぐ絆ネットワーク会議 ・岸和田市自殺対策計画素案の検討。
令和元年 12 月 20 日 ～令和 2 年 1 月 21 日	パブリックコメントの実施 ・岸和田市自殺対策計画について、市民から広く意見を得るためにパブリックコメントを実施。
令和 2 年 3 月	岸和田市自殺対策計画策定

■岸和田市自殺対策計画策定ワーキングチーム会議担当課

（平成 31 年 3 月）

	部署名		部署名
1	市長公室広報広聴課	10	子育て応援部子育て給付課
2	市長公室人事課	11	子育て応援部子育て施設課
3	市民環境部自治振興課	12	魅力創造部産業政策課
4	市民環境部人権・男女共同参画課	13	市立岸和田市民病院医療技術局医療福祉相談部
5	福祉部福祉政策課	14	学校教育部学校教育課
6	福祉部障害者支援課	15	学校教育部人権教育課
7	福祉部生活福祉課	16	生涯学習部生涯学習課
8	保健部介護保険課	17	岸和田市消防本部消防署・警備課
9	子育て応援部子育て支援課	18	保健部健康推進課

■岸和田市いのちをつなぐ絆ネットワーク会議設置要領

岸和田市いのちをつなぐ絆ネットワーク会議設置要領

（設置目的）

第１条　市民のかけがえのない命を救うことに主眼をおいて、自殺にいたる精神(疾患)障害等の早期発見と専門家における早期治療、相談へ繋ぐこと、広く市民一般への自殺予防対策や心の健康づくりについての啓発事業、自殺未遂者への事後支援などを行うため、関係機関相互の連携や情報交換、情報の共有化を図り、自殺予防対策を総合的かつ効果的に推進することを目的として、岸和田市いのちをつなぐ絆ネットワーク会議（以下「ネットワーク会議」）を設置する。

（所掌事務）

第２条　ネットワーク会議は、前条の目的を達成するために、次に掲げる事項を実施、検討するものとする。

（１）自殺予防、心の健康づくりについての知識の普及啓発事業に関すること。

（２）希死念慮、自殺念慮者の早期発見、治療、相談機関へ繋ぐためのゲートキーパーの研修に関すること。

（３）希死念慮、企図者の問題解決支援に関すること。

（４）自殺予防対策に係る関係機関での情報の共有に関すること。

（５）自殺予防対策に係る機関の連携に関すること。

（６）自死遺族等への支援に関すること。

（７）その他に自殺予防対策に関すること

（構成）

第３条　ネットワーク会議は、別表に掲げる関係機関から推薦された者で組織する。

２　前項の規定にかかわらず、協議内容等により必要な者のみをもって構成することができる。

３　第１項の規定に係らずその他市長が必要と認める者を参加させることができる。

（会議）

第４条　会議は、必要に応じて事務局が招集する。

２　関係機関は、必要に応じ会議の招集を事務局に依頼することができる。

（秘密の保持）

第５条　ネットワーク会議の出席者は、会議を通じて知り得た個人の秘密を他に漏らしてはならない。その活動から退いた後も同様とする。

（事務局）
第６条　ネットワーク会議の事務局は、岸和田市保健部健康推進課に置く。

（その他）
第７条　この要領に定めるものの他、ネットワーク会議について必要な事項は、構成者がその都度協議して決める。

附則
この要領は、平成 23 年４月１日から実施する。
附則
この要領は、平成 29 年４月１日から実施する。
附則
この要領は、令和元年５月１日から実施する。

別表（第３条関係）

岸和田市	
保健部健康推進課	岸和田市医師会
保健部介護保険課	岸和田市歯科医師会
福祉部福祉政策課	岸和田市薬剤師会
福祉部生活福祉課	大阪府岸和田警察署
福祉部障害者支援課	大阪府岸和田子ども家庭センター
総合政策部広報広聴課（市民相談室）	大阪府岸和田保健所
総務部人事課	岸和田市民生委員児童委員協議会
市民環境部自治振興課	岸和田市社会福祉協議会
市民環境部自治振興課（消費生活ｾﾝﾀｰ）	岸和田市地域包括支援センター社協
市民環境部人権・男女共同参画課	岸和田市地域包括支援センター　いなば荘北部
市民環境部人権・男女共同参画課（男女共同参画ｾﾝﾀｰ）	岸和田市地域包括支援センター　いなば荘牛滝の谷
子育て応援部子育て支援課	岸和田市地域包括支援センター　萬寿園中部
子育て応援部子育て給付課	岸和田市地域包括支援センター　萬寿園葛城の谷
子育て応援部子育て施設課	岸和田市地域包括支援センター　社協久米田
魅力創造部産業政策課	相談室きしわだ
学校教育部学校教育課	地域活動支援センターかけはし
学校教育部人権教育課	相談センター社協　のだ
生涯学習部生涯学習課	
市立岸和田市民病院	
岸和田市消防本部	

■岸和田市いのち支える自殺対策推進本部設置要綱

岸和田市いのち支える自殺対策推進本部設置要綱

（設置目的）

第１条　自殺対策基本法（平成 18 年法律第 85 号）に基づき、岸和田市における自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため、岸和田市いのち支える自殺対策推進本部（以下「本部」という。）を設置する。

（所掌事務）

第２条　本部の所掌事務は次のとおりとする。

（１）自殺対策の推進に係る計画の策定及び進捗管理に関すること。

（２）自殺対策に関する情報の収集及び連絡に関すること。

（３）自殺対策に関する施策の調整及び推進に関すること。

（４）その他自殺対策の総合的な推進に関すること。

（組織）

第３条　本部は、本部長、副本部長及び本部員をもって組織する。

２　本部長は市長の職にある者を、副本部長は副市長、教育長の職にある者をもって充てる。

３　本部員は、別表に掲げる職にある者をもって充てる。

（本部長及び副本部長）

第４条　本部長は、本部を総括し、本部を代表する。

２　副本部長は、本部長を補佐し、本部長に事故があるとき、又は欠けたときは、その職務を代理する。

（会議）

第５条　本部の会議は、本部長が必要に応じて招集し、本部長が議長となる。

２　本部員は、本部長の許可を受け、委員以外の者を代理出席させることができる。

３　本部長は、必要があると認めるときは、委員会以外の者の出席を求め、意見又は説明を聴くことができる。

（庶務）

第６条　本部の庶務は、保健部健康推進課において処理する。

（補則）

第７条　この要綱に定めるもののほか、本部の運営に関して必要な事項は本部長が定める。

（附則）

この要綱は、令和２年４月１日から施行する。

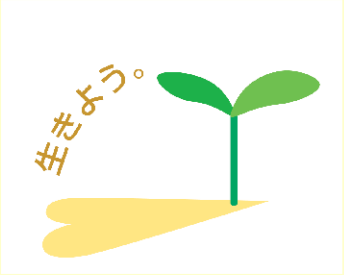
別表（第３条関係）

総合政策部長	公営競技事業所長
総務部長	市民病院事務局長
財務部長	会計管理者
市民環境部長	上下水道局長
危機管理部長	市議会事務局長
福祉部長	教育総務部長
保健部長	学校教育部長
子育て応援部長	生涯学習部長
魅力創造部長	選挙管理委員会事務局・監査事務局長
まちづくり推進部長	消防本部消防長
建設部長	

■「悩んだ時の相談窓口」カード

『悩んだときの相談窓口』

相談窓口の一覧があります



岸和田市いのちをつなぐ絆ネットワーク会議

市の相談窓口

令和元年９月現在

相談窓口機関名	相談窓口名称・内容	連絡先 TEL・FAX
健康推進課	健康相談・育児相談・栄養相談・歯科相談・子どもの発達相談	072-423-8811
広報広聴課 （市民相談室）	弁護士による法律相談、司法書士によるｸﾚｼﾞｯﾄ・ｻﾗ金相談、税理士による税務相談、行政書士による遺言・相続相談、交通事故相談、不動産相談など	072-423-9403（要予約）
消費生活センター	消費生活相談	072-439-5281
人権・男女共同参画課	人権相談 平日９：00～17：00（土・日・祝日・12/29～1/3 を除く）	072-423-9562 072-423-0108（FAX）
	人権相談（面接相談）（毎日 12/29～1/3 を除く） 第１・第３金曜日 13：00～16：00 岸和田市役所　１階相談室 第４水曜日　13：00～16：00 貝塚市役所	
	女性のための法律相談（DV 被害者優先） 第４火曜日 13：00～15：00（１人 25 分・原則１回・予約制）	072-423-9438 072-423-0108（FAX）
人権・男女共同参画課	障害を理由とする差別についての相談 平日９：00～17：30（土・日・祝日・12/29～1/3 を除く）	072-423-9562 072-423-0108（FAX）
障害者支援課		072-423-9526 072-431-0580（FAX）
岸和田市立 男女共同参画センター	女性のための電話相談 水曜日 10：00～12：00　土曜日 13：00～15：00	072-443-3328（専用電話）
	女性のための面接相談 第２金曜日 10：00～12：50（１人 50 分・原則１回・予約制） （予約受付は９：00～17：00 月・祝日・12/29～1/3 を除く）	072-441-2535（託児・動物）
子育て給付課	家庭児童相談	072-423-9625
	子育てや家庭内の問題（育児や家庭、学校、子どもの虐待等の悩み）について。	
	母子父子自立支援相談	072-423-9624
	母子家庭、父子家庭、寡婦を取り巻く生活上の問題や、大阪府母子父子寡婦福祉資金の貸付相談、離婚前相談などについて。	
地域就労支援センター （産業政策課）	労働年金相談・障害者雇用就労相談・就労困難者等雇用相談	072-423-9621
学校教育課 人権教育課	教育相談室（教育に関すること、学校、家庭、学習、進路、友だち、いじめ、不登校など）	072-426-1035
	子ども相談ダイヤル（児童・生徒専用：学校、家庭、学習、進路、友達・いじめなど）	072-426-1052 kodomo-net@center.kishiwada.ed.jp
基幹相談支援センター （障害者支援課）	障がいに関する相談	072-447-6078
ＤＶ相談	平日９：00～17：00（土・日・祝日・12/29～1/3 を除く）	072-423-6060（FAX 兼用）

関係機関の相談窓口

令和元年９月現在

相談窓口機関名	相談窓口名称・内容	連絡先 TEL
大阪府岸和田 子ども家庭センター	子どもについての相談	072-445-3977
	児童虐待通告専用電話	072-441-0125
	配偶者からの暴力（ＤＶ）に関する相談	072-441-7794
	【子ども専用】子どもの悩み相談 フリーダイヤル（24 時間 365 日）	なにわっ子　ニッコリ 0120-7285-２５
	夜間・休日虐待通告専用電話	072-295-8737
大阪府岸和田保健所	こころの健康相談（要予約）	072-422-6070
こころの健康相談統一ダイヤル		0570-064-556
岸和田市 社会福祉協議会	心配ごと相談	072-437-8854 （要予約）
岸和田市 自立相談支援センター	生活に困っている、仕事が見つからない、家賃を払えない等	072-439-8255
相談室きしわだ	相談支援専門員による相談 （障がいの相談）	072-433-7007
地域活動支援センター かけはし	精神保健福祉士による相談 相談支援専門員による相談	072-426-3870
相談支援センター社協 のだ	相談支援専門員及び社会福祉士による相談	072-468-7110

関係機関の相談窓口

令和元年９月現在

地域包括支援センター 社協	高齢者やその家族等のさまざまな相談	072-439-0361
地域包括支援センター 萬寿園中部	高齢者やその家族等のさまざまな相談	072-445-7789
地域包括支援センター 萬寿園葛城の谷	高齢者やその家族等のさまざまな相談	072-430-5800
地域包括支援センター 社協久米田	高齢者やその家族等のさまざまな相談	072-445-6616
地域包括支援センター いなば荘北部	高齢者やその家族等のさまざまな相談	072-447-4178
地域包括支援センター いなば荘牛滝の谷	高齢者やその家族等のさまざまな相談	072-479-1212

～あなたからのお電話をお待ちしています～

こちらも
どうぞ。

http://kokoro-osaka.jp/j/

様々な悩みの相談窓口を掲載しています。

■誰でもゲートキーパー手帳（第2版：平成24年3月作成厚生労働省）

ゲートキーパーの心得

- □ 自ら相手とかかわるための心の準備をしましょう
- □ 温かみのある対応をしましょう
- □ 真剣に聴いているという姿勢を相手に伝えましょう
- □ 相手の話を否定せず、しっかりと聴きましょう
- □ 相手のこれまでの苦労をねぎらいましょう
- □ 心配していることを伝えましょう
- □ わかりやすく、かつゆっくりと話をしましょう
- □ 一緒に考えることが支援です
- □ 準備やスキルアップも大切です
- □ 自分が相談にのって困ったときのつなぎ先（相談窓口等）を知っておきましょう
- □ ゲートキーパー自身の健康管理、悩み相談も大切です

まずは、声をかけることから始めてみませんか。

※ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

厚生労働省

ゲートキーパー宣言！

誰でも ゲートキーパー手帳 [第2版]

あなたも、"ゲートキーパー"の輪に加わりませんか？

気づき	傾聴	つなぎ	見守り
家族や仲間の変化に気づいて、声をかける	本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける	早めに専門家に相談するよう促す	温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

り（リスク）**すく評価**

- 自殺の方法について計画を練っているか、実行する手段を有しているか、過去に自殺未遂をしたことがあるか、を検討しましょう。
- 「消えてしまいたいと思っていますか？」「死にたいと思っていますか？」とはっきりと尋ねてみることが大切です。

は（判断）**んだん・批評せず聴く**

- どんな気持ちなのか話してもらうようにしましょう。
- 責めたり弱い人だと決めつけたりせずに聞きましょう。
- この問題は弱さや怠惰からくるのではないことを理解しましょう。
- 温かみのある雰囲気で対応しましょう。

あ（安心）**んしん・情報を与える**

- 現在の問題は、弱さや性格の問題ではなく、医療や生活支援の必要な状態であること、決して珍しい状態ではないことを伝えましょう。
- 適切な支援で良くなる可能性があることも伝えましょう。

悩んでいる人に
勇気をもって
声をかけてみませんか。

こころの支援「りはあさる」

悩んでいる人への接し方～メンタルヘルス・ファースト・エイド（※）による支援～

さ（サポート）**ぽーとを得るように勧める**

- 医療機関や関係機関に相談するように勧めてみましょう。
- 一方的に説得するのではなく、相手の気持ちも踏まえて、「専門家に今抱えている問題を相談してみませんか」といった提案をすると、相談の抵抗感を減るかもしれません。
- 一緒に相談に行こうと勧めることも安心につながります。

せ る（セルフヘルプ）**ふへるぷ**

- アルコールをやめる、軽い運動をする、リラクゼーション法（ゆっくりと呼吸をする、力を抜く等）などを行うことによって、メンタルヘルスの問題による症状が緩和されることがあります。
- 家族などの身近な人に相談をすることや、自分に合う対処法を勧めてみたりするのもよいかもしれません。

※メンタルヘルス・ファーストエイドは、メンタルヘルスの問題を有する人に対して、適切な初期支援を行うためのもつのステップからなる行動計画で、オーストラリアのBetty KitchenerとAnthony Jormによって開発されたものです。

監修・推薦
中村ECO中部ホスピタル研究部精神保健福祉士医療精神保健、および
薬物に対する精神科的危機対応の能力を目的とした介入研究班

ゲートキーパーの役割

気づき
家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

眠れない、食欲がない、口数が少なくなった等、
大切な人の様子が「いつもと違う場合」・・・

うつ　借金　死別体験　過重労働　配置転換　昇進　引越し　出産　……

もしかしたら、悩みをかかえていませんか？

生活等の「変化」は悩みの大きな要因となります。
一見、他人には幸せそうに見えることでも、本人にとっては大きな悩みになる場合があります。

傾聴
本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

- まずは、話せる環境をつくりましょう。
- 心配していることを伝えましょう。
- 悩みを真剣な態度で受け止めましょう。
- 誠実に、尊重して相手の感情を否定せずに対応しましょう。
- 話を聞いたら、「話してくれてありがとうございます」や「大変でしたね」、「よくやってきましたね」というように、ねぎらいの気持ちを言葉にして伝えましょう。

本人を責めたり、安易に励ましたり、相手の考えを否定することは避けましょう

声かけ

大切な人が悩んでいることに気づいたら、一歩勇気を出して声をかけてみませんか。

声かけの仕方に悩んだら…

- ○ 眠れてますか？（2週間以上つづく不眠はうつのサイン）
- ○ どうしたの？なんだか辛そうだけど…
- ○ 何か悩んでる？よかったら、話して。
- ○ なんか元気ないけど、大丈夫？
- ○ 何か力になれることはない？

つなぎ
早めに専門家に相談するよう促す

- 紹介にあたっては、相談者に丁寧に情報提供をしましょう。
- 相談窓口に確実に繋がることができるように、相談者の了承を得たうえで、可能な限り連携先に直接連絡を取り、相談の場所、日時等を具体的に設定して相談者に伝えるようにしましょう。
- 一緒に連携先に出向くことが難しい場合には、地図やパンフレットを渡したり、連携先へのアクセス（交通手段、経費等）等の情報を提供するなどの支援を行いましょう。

見守り
温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

- 連携した後も、必要があれば相談にのることを伝えましょう

自殺につながるサインや状況

自殺につながるサインに気づいたら、温かい関わりをもってください。

- ○ **過去の自殺企図・自傷歴**
- ○ **喪失体験**：身近な人との死別体験など
- ○ **苦痛な体験**：いじめ、家庭問題など
- ○ **職業問題・経済問題・生活問題**：失業、リストラ、多重債務、生活苦、生活への困難感、不安定な日常生活、生活上のストレスなど
- ○ **精神疾患・身体疾患の罹患およびそれらに対する悩み**：うつ病など精神疾患や、身体疾患での病苦など
- ○ **ソーシャルサポートの欠如**：支援者がいない、社会制度が活用できないなど
- ○ **自殺企図手段への容易なアクセス**：危険な手段を手にしている、危険な行動に及びやすい環境があるなど
- ○ **自殺につながりやすい心理状態**：自殺念慮、絶望感、衝動性、孤立感、抑鬱、諦め、不信感
- ○ **望ましくない対処行動**：飲酒で紛らわす、薬物を乱用するなど
- ○ **危険行動**：道路に飛び出す、飛び降りようとする、自暴自棄な行動をとるなど
- ○ **その他**：自殺の家族歴、本人・家族・周囲から確認される危険性など

自殺を防ぐために有効なもの

周囲の人が協力して、悩んでいる人に支援となる動きかけを行っていきましょう。

- ○ **心身の健康**：心身ともに健康であること
- ○ **安定した社会生活**：良好な家族・対人関係、充実した生活、経済状況、地域のつながりなど
- ○ **支援の存在**：本人を支援してくれる人がいたり、支援組織があること
- ○ **利用可能な社会制度**：社会制度や法律的対応など本人が利用できる制度があること
- ○ **医療や福祉などのサービス**：医療や福祉サービスを活用していること
- ○ **適切な対処行動**：信頼できる人に相談するなど
- ○ **周囲の理解**：本人を理解する人がいる、偏見をもって扱われないなど
- ○ **支援者の存在**：本人を支援してくれる人がいたり、支援組織があること
- ○ **その他**：本人・家族・周囲が頼りにしているもの、本人の支えになるようなものがあるなど

話をよく聞き、一緒に考えてくれる**ゲートキーパー**がいることは、悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心を与えます。

つなガール・ささエール

岸和田市いのち支える自殺対策計画
～誰も自殺に追い込まれることのない岸和田を目指して～

【発行】令和２年３月
【編集】岸和田市保健部健康推進課
〒596-0045　岸和田市別所町３丁目 12 番１号
電　話　072-423-8811
ＦＡＸ　072-423-8833