

第2期 野辺地町生きる支援推進計画



2024年3月

野辺地町

はじめに

当町では、「未来につなげる幸せのまち のへじ」の実現にむけ、第6次野辺地町まちづくり総合計画を最上位計画として位置づけ、6つの基本目標を掲げ町政運営に取り組んでいます。

基本目標の一つに、「支えあい切れ目のない保健福祉」を掲げ、町民が自分の健康に関心を持ち主体的に健康づくりに取り組める町づくりを推し進めていきます。

健康づくりは、心の健康と身体の手健康、どちらも大切ですが、新型コロナウイルス感染症の影響や物価高騰の長期化等により私たちの生活は大きく変化し、心身共にストレスが生じやすい状況にあるといえます。

平成28年4月に改正された自殺対策基本法に基づき、平成31年3月に、すべての町民がかけがえのない個人として尊重される社会を目指し「野辺地町生きる支援推進計画」を策定しました。本計画策定後、町民が自殺を「個人の問題」から「社会の問題」と正しく認識し、生きることの阻害要因を減らし、生きることの促進要因を増やすことができるように各種施策を総合的に推進してきました。

このことにより、平成21年の自殺者数9人が平成27年には0人に減少するなど成果がみられた一方で、その後、残念ながら自殺により尊い命が失われている現状にあります。

このことから、当町では、引き続き「自殺は防ぐことができる」という信念のもとに町民・関係機関・団体と一丸となり自殺対策に取り組んでまいります。

結びに、本計画策定にあたり、貴重なご意見を賜りました関係各位、町民の皆さまに心から感謝申し上げます。

令和6年3月

野辺地町長 野 村 秀 雄

目次

第1章	計画策定の趣旨等	
1	計画策定の趣旨	1
2	自殺対策の基本方針	2
	(1) 「生きることの包括的支援」としての自殺対策を推進	2
	(2) 関連機関の施策との有機的な連携による総合的な取組を推進	3
	(3) 対応の段階に応じたレベルごとの施策の効果的な連動	3
	(4) 自殺対策における実践的な取組と啓発を両輪として推進	4
	(5) 関係者の役割の明確化と、関係者同士の連携・協働を推進	4
	(6) 自殺者等の名誉及び生活の平穏への配慮	4
3	計画の位置づけ	5
4	計画の推進期間と計画の見直し	5
5	計画の数値目標	5
第2章	野辺地町の自殺をめぐる特徴	
	統計データから見る野辺地町の現状	6
	(1) 自殺死亡率の年次推移	6
	(2) 男女別自殺者の推移	6
	(3) 男女別・年齢別死亡状況	7
	(4) 性、年齢、職業、同居人の有無別にみた自殺率	7
	(5) 自殺の特徴	8
	(6) 地域の自殺の特性の評価（2018年～2022年合計）	9
第3章	生きる支援対策の推進体制	
1	基本施策	10
	(1) 地域ネットワークの強化	10
	(2) いのちを支える人材の育成	11
	(3) 住民への自殺予防に関する啓発と周知	12
	(4) 孤立させない居場所づくり	13～14
	(5) こころの健康づくり	15
	図9 対象の段階に応じた自殺対策、図10 施策の体系図	16～17
2	重点施策	
	(1) 高齢者に対する施策	18
	(2) 生活困窮者に対する施策	19
	(3) 勤務・経営者に対する対策	20
	(4) 子ども・若者に対する対策	21
	(5) 障害者（児）に対する対策	22
	(6) 女性に対する対策	23
3	生きる支援関連施策	
	(1) 計画の推進体制	24
	(2) 関係機関や団体等の役割	24
	(3) 自殺対策の担当課	24

4 施策の評価	
(1) 施策に対する指標	25～26
第4章 参考資料	27～

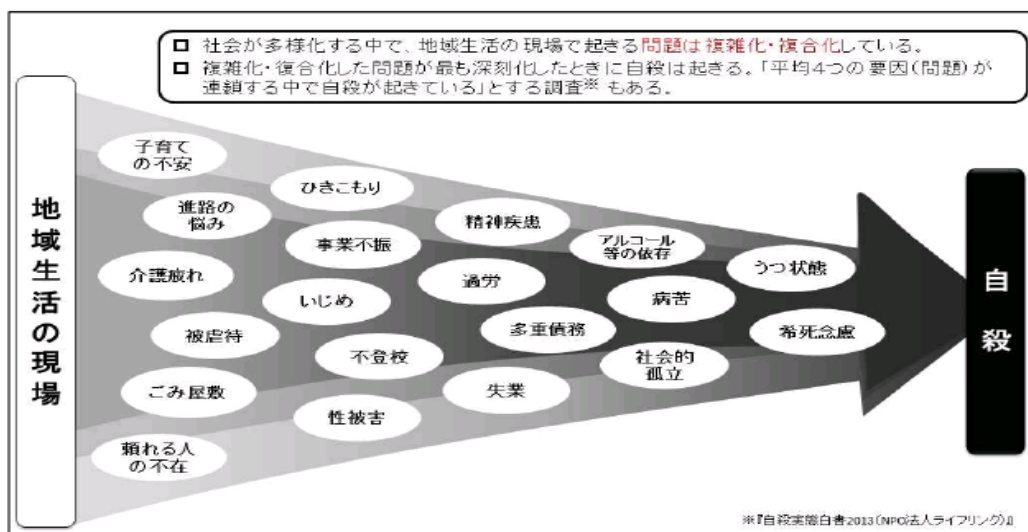
第1章 計画策定・見直しの趣旨等

1 計画策定の趣旨

わが国の自殺者数は、平成10年から平成23年までは、年間3万人を超える状況が続いていました。平成18年に自殺対策基本法が制定され、国を挙げて自殺対策を総合的に推進した結果、自殺者数は減少していましたが、新型コロナウイルス感染症等の影響を受け、令和2年の全国自殺者数は前年を上回りました。

自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な背景要因があることが知られています。（自殺の危機要因イメージ図：図1参照）

図1：自殺の危機要因イメージ図（厚生労働省資料）



自殺対策基本法は、平成28年に改正され、自殺対策は生きることの包括的な支援として実施されることが明記されるとともに、全ての方がどこで暮らしていても等しく必要な支援を受けられるよう、それぞれの都道府県・市町村が地域の実情に即した地域自殺対策計画を定めるものとされました。

これを受け、当町では平成31年3月に「野辺地町生きる支援推進計画」を策定し、全庁内横断的な体制構築と関係機関との連携を図り取り組んできました。

このたび令和5年度に計画期間が満了となることを受け「第2次野辺地町生きる支援推進計画」を策定しました。

本計画は、令和4年10月に閣議決定された「自殺総合対策大綱～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～」に新たに追加された「子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化」「女性に対する支援の強化」「地域自殺対策の取組強化」「新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進」を踏まえたものとなっています。

2 自殺対策の基本方針

(1)「生きることの包括的支援」としての自殺対策を推進

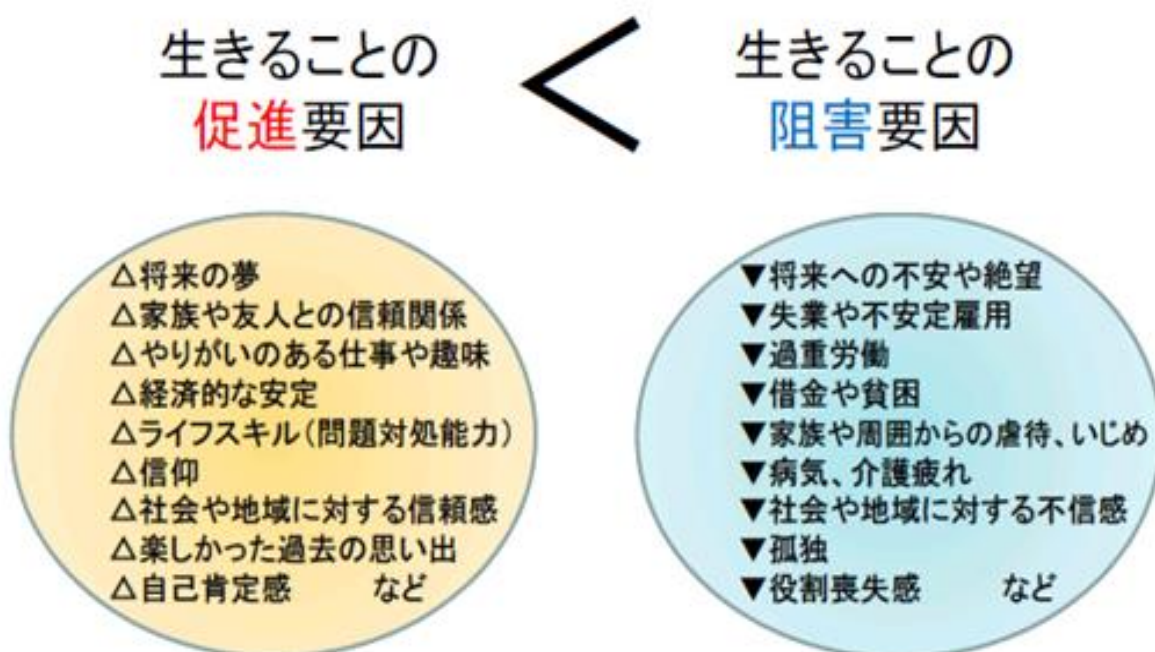
町民一人一人が、かけがえのない個人として尊重され、いつまでも住み慣れた地域で生きがいや希望をもって前向きに生きることができる支援体制づくりが求められています。

個人においても地域においても、自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等の「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」より、失業や多重債務、生活苦等の「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」が上回ったときに自殺に至る可能性が高まります。

そのための自殺対策は、「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて自殺リスクを低下させる方向で推進する必要があります（図2参照）。

この考え方は、「誰一人取り残さない」持続可能で、よりよい社会の実現を目指す世界共通の目標であるSDGsの理念と合致するものです。したがって自殺対策の推進は、SDGsの達成に向けた政策としての意義を持ち合わせます。

図2：自殺のリスクが高まるとき（NPO法人ライフリンク作成）



(2) 関連機関の施策との有機的な連携による総合的な取組を推進

自殺の要因は、得る孤独・孤立、生活困窮、児童虐待、性暴力被害、ひきこもり、人間関係など様々な問題が複雑に絡みあっているとされています。

自殺を防ぐためには、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取組が重要です。また、このような包括的な取組を実施するためには、様々な分野の施策、人々や組織が密接に連携する必要があります。

連携の効果をさらに高めるため、そうした様々な分野の生きる支援にあたる方々がそれぞれ自殺対策の一翼を担っているという意識を共有することが重要です。

とりわけ、属性を問わない相談支援、参加支援及び地域づくりに向けた支援を一体的に行う「重層的支援体制整備事業」の実施など、地域共生社会の実現に向けた取組などとの連携を推進することや、精神科医療、保健、福祉等の各施策と連動性を高め、誰もが適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにすることが重要です。

(3) 対応の段階に応じたレベルごとの施策の効果的な連動

さらに、自殺対策は、社会全体の自殺リスクを低下させる方向で、「対人支援のレベル」、「地域連携のレベル」、「社会制度のレベル」それぞれにおいて、強力にかつそれらを総合的に推進することが重要です。

これは、住民の暮らしの場を原点としつつ、個々人の問題解決に取り組む対面・電話・SNS等による支援をとおり「様々な分野の対人支援を強化すること」、関係機関等による各種会議やネットワーク構築等「対人支援の強化等に必要な地域連携を促進すること」、さらに「地域連携の促進等に必要な社会制度を整備すること」を一体的なものとして連動して行っていくという考え方です。

また、時系列的な対応としては、自殺の危険性が低い段階における啓発等の「事前対応」と、現に起こりつつある自殺発生の危険に介入する「危機対応」、それに自殺や自殺未遂が生じてしまった場合等における「事後対応」の、それぞれの段階において施策を講じる必要があります。

加えて、「自殺の事前対応の更に前段階での取組」として、学校において、児童生徒等を対象とした「SOS の出し方に関する教育」を推進することも重要とされています。

支援対象者の段階を適切に見極め、3つのレベルを効果的に連動していく仕組みづくりが求められています。

(4) 自殺対策における実践的な取組と啓発を両輪として推進

自殺対策を効果的に展開するためには、自殺予防を含めたこころの健康づくりの必要性を広く町民へ周知するとともに、当事者や家族へ多職種と連携し実践的な取組を両輪で推進していくことが求められています。

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」ですが、危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があり、そうした心情や背景への理解を深めることも含めて、危機に陥った場合には誰かに援助を求めることが適当ということが、地域全体の共通認識となるように積極的に普及啓発を行うことが重要です。

すべての町民が、身近にいるかもしれない自殺を考えている方のサインに早く気づき、精神科医等の専門家につなぎ、その指導を受けながら見守っていけるよう、広報活動、教育活動等に取り組んでいくことが必要です。

(5) 関係者の役割の明確化と、関係者同士の連携・協働を推進

我が国の自殺対策が最大限その効果を発揮して「誰も自殺に追い込まれることのない社会」を実現させるためには、国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業、国民が連携・協働して国を挙げて自殺対策を総合的に推進することが必要です。そのため、それぞれの主体が果たすべき役割を明確化・共有可した上で、相互の連携・協働の仕組みを構築することが重要です。

具体的には、国には「自殺対策を総合的に策定し、実施する」責務があり、地方公共団体には「地域の状況に応じた施策を策定し、実施する」責務があります。また関係団体や民間団体、企業には、それぞれの活動内容の特性等に応じて「積極的に自殺対策に参画する」ことが求められ、国民にも「自殺が社会全体の問題であり我が事であることを認識し、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現のため、主体的に自殺対策に取り組む」ことが期待されます。

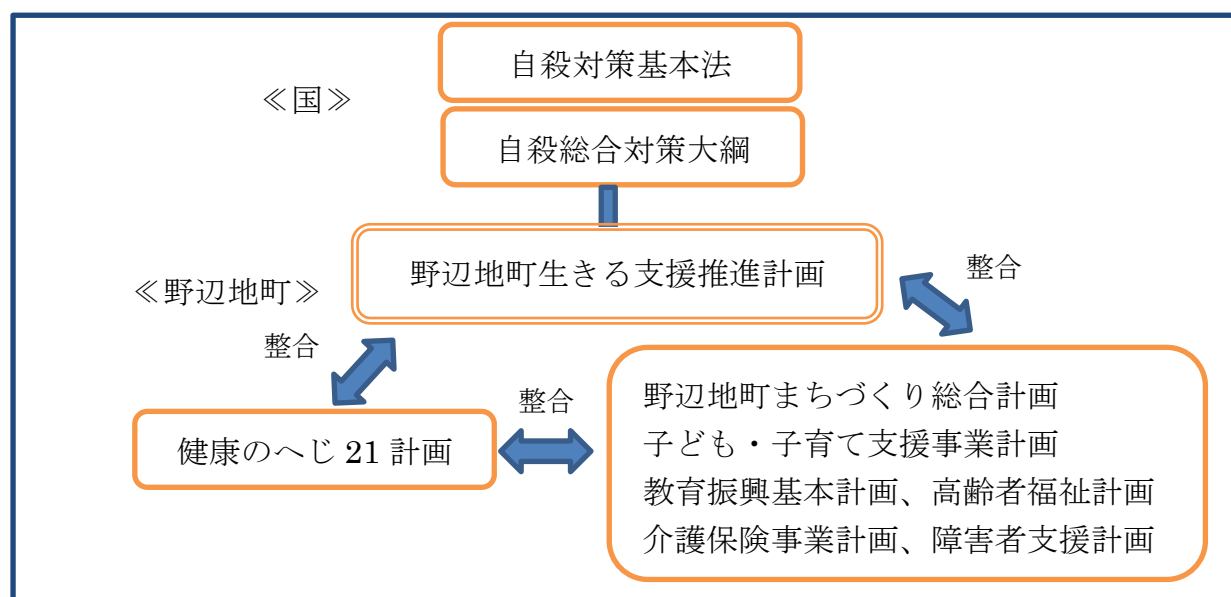
(6) 自殺者等の名誉及び生活の平穏への配慮

国、地方公共団体、民間団体等の自殺対策に関わる者は、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの方々の親族等の名誉及び生活の平穏に十分配慮し、不当に侵害することのないよう、このことを認識して自殺対策に取り組む必要があります。

3 計画の位置づけ

本計画は、平成 28 年に改正された自殺対策基本法に基づき、国の定める自殺総合対策大綱の趣旨を踏まえて、同法第 13 条第 2 項に定める市町村自殺対策計画として策定するものです。また、中長期的な視点を持って継続的に自殺対策を実施していくため、関連性の高い健康づくり計画である「健康のへじ 21 計画」や「野辺地町まちづくり総合計画」等との整合性を図ります（図 4 参照）。

図 4：計画の位置づけ



4 計画の推進期間と計画の見直し

令和 6 年度から令和 10 年度までの 5 年間を計画期間とします。また、国の政策と連携する必要があることから、国の動向や社会情勢の変化に配慮し、必要に応じて計画の見直しを行います。

5 計画の数値目標

「自殺総合対策大綱」では、令和 8 年までに平成 27 年と比べて自殺死亡率を 30% 以上減少させることとしています。当町では、計画最終年度の令和 10 年度までに、年間自殺死亡者数を 0 人とすることを町の目標として掲げます。

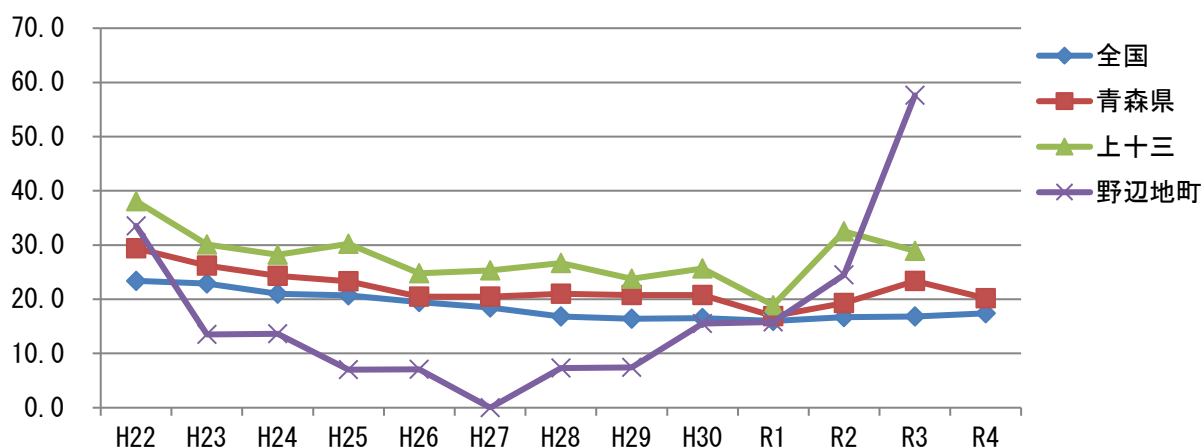
第2章 野辺地町の自殺をめぐる特徴

1 統計データから見る野辺地町の現状

(1) 自殺死亡率の年次推移

国の自殺死亡率は平成21年以降減少しており、青森県や上十三保健所管内も減少傾向です。町では、平成21年のピークを境に減少し、その後は低い割合で経過していましたが、令和3年に増加に転じています。

図5：自殺死亡率（人口10万対） 厚生労働省人口動態統計、町健康づくり課調べ

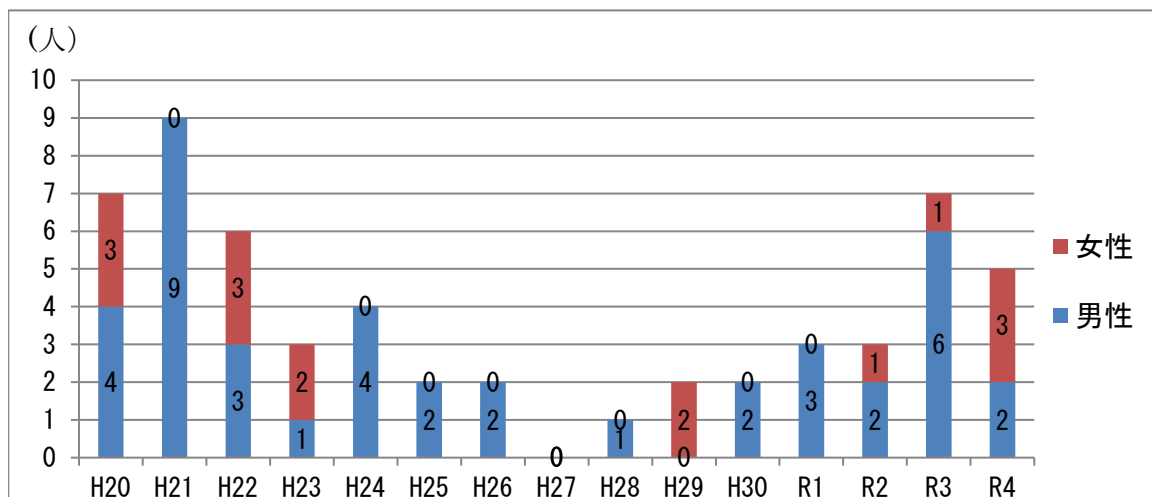


(2) 男女別自殺者の推移

自殺者数は、女性が男性を上回っている年がありますが、全体的にみると男性の自殺者数が女性より多くなっています。

図6：男女別自殺者数の推移

町健康づくり課調べ

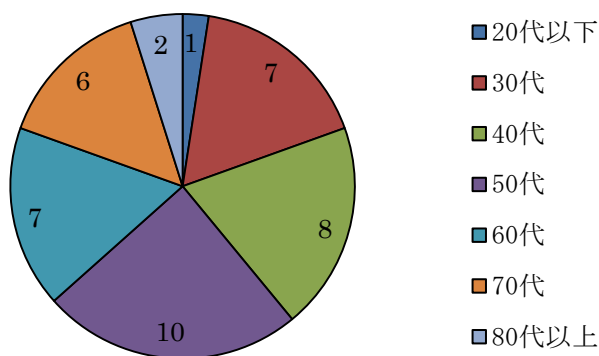


(3) 男女別・年齢別死亡状況

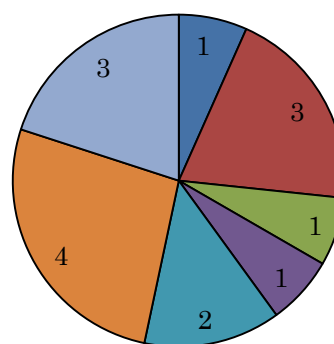
男性は、30～60代の自殺者数が多く、中でも50代の壮年期が最も多くなっています。女性は、60代以上の高齢者の自殺者数が多くなっています。

図7：男女別、年齢別死亡者数（人）（H20～R4 合計） 町健康づくり課調べ

男性



女性

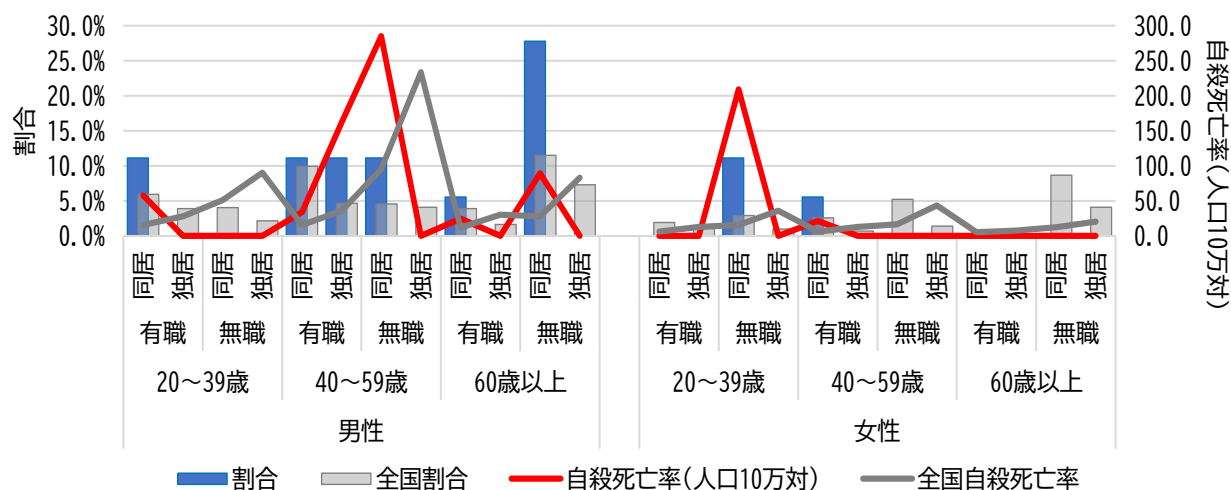


(4) 男女別、年齢、職業、同居人の有無別にみた自殺率

町の自殺者の5年間の累計について、男女別、年齢別、職業別、同居人の有無による自殺率を全国と比較した。自殺率が全国と比べて高いのは、男性の「20～39歳・有職者・同居」、「45～59歳・無職・同居」と、女性の「20～39歳・有職者・同居」、「60歳以上・無職・独居」であった。

図8：性、年齢、職業、同居人の有無別にみた自殺率（人口10万対）

自殺実態プロファイルより 個別集計（自殺日・住居地、2018年～2022年合計）



(5) 自殺の特徴

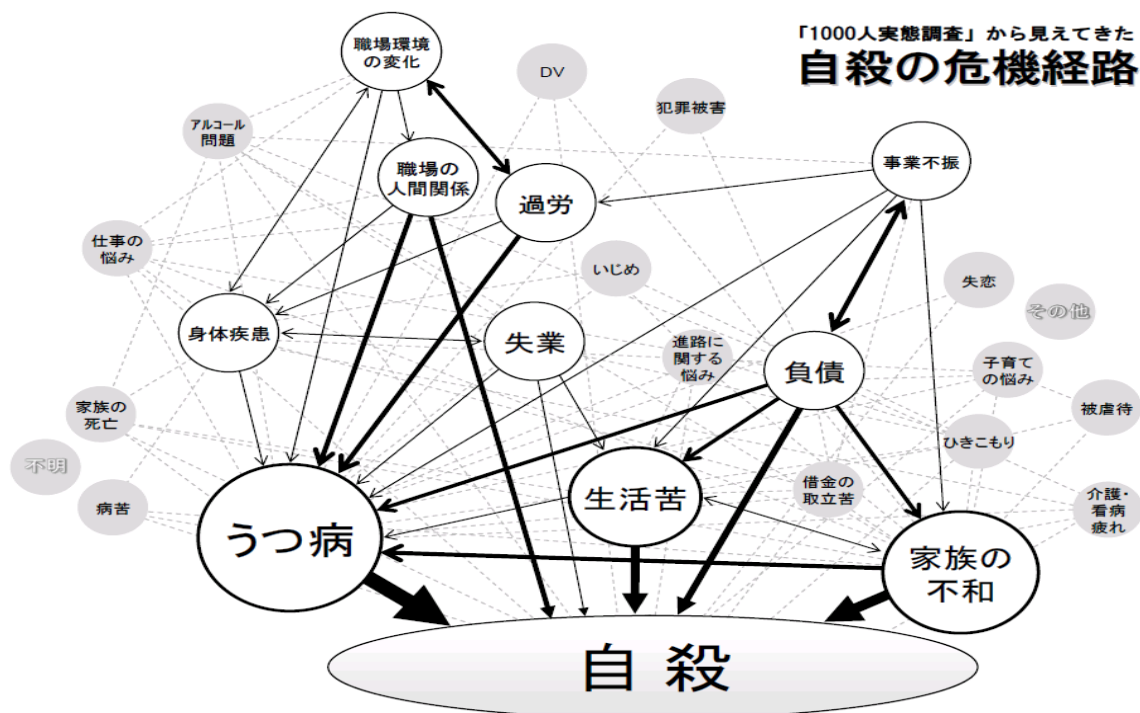
表 1：自殺実態プロファイル個別集計（自殺日・住居地、2018 年～2022 年合計）

上位 5 区分	自殺者数 5 年計	割合	自殺率 (10 万対)	背景にある 主な自殺の危機経路**
1 位: 男性 60 歳以上 無職同居	5	27.8%	89.4	失業（退職）→生活苦+介護の悩み （疲れ）+身体疾患→自殺
2 位: 男性 40～59 歳 無職同居	2	11.1%	284.9	失業→生活苦→借金+家族間の不和 →うつ状態→自殺
3 位: 女性 20～39 歳 無職同居	2	11.1%	208.9	DV 等→離婚→生活苦+子育ての悩み →うつ状態→自殺
4 位: 男性 40～59 歳 有職独居	2	11.1%	162.2	配置転換（昇進/降格含む）→過労 +仕事の失敗→うつ状態+アルコール 依存→自殺
5 位: 男性 20～39 歳 有職同居	2	11.1%	57.8	職場の人間関係/仕事の悩み（ブラ ック企業）→パワハラ+過労→うつ 状態→自殺

- ・区分の順位は自殺者数の多い順で、自殺者数が同数の場合は自殺死亡率の高い順としました。
- ・自殺死亡率の算出に用いた人口は、総務省「令和 2 年国勢調査」就業状態等基本集計を基に JSCP にて推計したもの。

**「背景にある主な自殺の危機経路：下図 9 参照」はライフリンク「自殺実態白書 2013」を参考に推定したもの。自殺者の特性別に見て代表的と考えられる経路の一例を示しており、記載の経路が唯一でないことに留意いただきたい。

図 9：背景にある主な自殺の危機経路 NPO 法人ライフリンク自殺実態白書 2013 から抜粋



(6) 地域の自殺の特性の評価（2018 年～2022 年合計）

表 2

	指標	ランク		指標	ランク
総数 ¹⁾	27.5	★★★★a	男性 ¹⁾	45.5	★★★★
20 歳未満 ¹⁾	0.0	—a	女性 ¹⁾	11.5	★a
20 歳代 ¹⁾	44.5	★★★★a	若年者(20～39 歳) ¹⁾	37.5	★★★★a
30 歳代 ¹⁾	32.4	★★★a	高齢者(70 歳以上) ¹⁾	27.6	★a
40 歳代 ¹⁾	61.8	★★★★	勤務・経営 ²⁾	34.4	★★★★a
50 歳代 ¹⁾	23.5	—a	無職者・失業者 ²⁾	85.2	★★★★a
60 歳代 ¹⁾	17.3	—a	ハイリスク地 ³⁾	111%/+2	—
70 歳代 ¹⁾	29.9	★★★a	自殺手段 ⁴⁾	22.2%	—
80 歳以上 ¹⁾	24.6	★a			

1) 地域における自殺の基礎資料に基づく自殺死亡率（人口 10 万対）。

2) 個別集計に基づく 20～59 歳における自殺死亡率（人口 10 万対）（公表可能）。

3) 地域における自殺の基礎資料に基づく発見地÷住居地（%）とその差（人）。

4) 地域における自殺の基礎資料または個別集計に基づく縊頸以外の自殺者の割合（%）。

- ・ランク欄に「a」と表示されている場合は、自殺者 1 人の増減でランクが変化することを示す。
- ・指標値欄に「*」と表示されている場合は、指標を算出していないことを示す。

ランクの標章

ランク	
★★★★／☆☆	上位 10%以内
★★／☆	上位 10～20%
★	上位 20～40%
—	その他
* *	評価せず

野辺地町における自殺の特徴の上位 3 区分の、性・年代等の特性と「背景にある主な自殺の危機経路」を参考に、自殺実態プロファイルにおいて『子ども・若者』『無職者・失業者』『生活困窮者』『高齢者』が重点施策として推奨されました。また、町の自殺者の背景から『勤務・経営者』『障がい者（児）』『女性』についても重点施策に加えました。

第3章 生きる支援対策の推進体制

1 基本施策

(1) 地域ネットワークの強化

①地域における連携・ネットワークの強化

自殺の要因は、複雑で複合的な問題が絡み合っていることから、医療、保健、福祉、労働、教育等の様々な関係機関のネットワーク作りが重要です。引き続き住民と町、関係機関が顔の見える関係を築きながら協働し、地域で支え合えるまちづくりを目指します。

【事業名】 事業内容	担当課
【庁議を活用した庁内連携体制の構築】 役場庁内の各分野の部署が連携し、全庁的に総合的かつ効果的な対策を推進するため、庁議を活用し、各課長へ自殺予防対策の共通理解を図ります。 【職員の住民対応業務における早期の気づきと専門機関へのつながりの強化】 職員の住民対応業務において、さまざまな悩みや生活上の困難を抱える人に対し、「生きることの包括的な支援」のきっかけと捉え、早期の気づきと支援につなげられる体制づくりを目指します。	総務課 健康づくり課 全課
【健康づくり推進協議会】 健康増進法に基づく健康づくり計画の総合的かつ効果的な推進のため、広く住民及び関係者の意見を反映させる目的で開催。この中で、重点課題の一環として、こころの健康づくり施策の協議を行います。	健康づくり課

②特定の問題に対する連携・ネットワークの強化

町民が、様々な問題が複雑化する前により早い段階での問題解決ができるよう、庁内すべての窓口での対応力向上と連携及び支援体制の整備を行います。

【事業名】 事業内容	担当課
【要保護児童対策地域協議会】 虐待が疑われる児童生徒や、支援対象家族で自殺リスクが高いと思われる保護者等について、早期支援につなげるよう、関係機関の連絡体制の強化を図ります。	健康づくり課
【障がい者自立支援協議会】 地域における障がい者等への支援体制に対する課題について情報を共有し、関係機関の連携及び支援体制に関する協議を行います。	介護・福祉課
【生活困窮者自立支援事業窓口連携会議】 社会福祉協議会と連携し、相談支援、就労支援、家計支援のほか、対象者一人一人の困りごとにあわせた支援をします。	介護・福祉課 社会福祉協議会

(2) いのちを支える人材の育成

1 人でも多くの町民が、様々な悩みや生活上の困難を抱え生きづらさを感じている方に対して、早期の「気づき」「声がけ」「傾聴」「見守り」のための役割を担う人材の育成を強化します。

①様々な職種を対象とする研修の実施

全職員の対応力向上を目指すとともに、関係機関や団体等に対し地域で見守る人材の育成を図ります。

【事業名】 事業内容	担当課
【職員を対象としたゲートキーパー養成講座】 各種窓口業務に関わる職員に対し、「生きることの包括的な支援」のきっかけと捉え、実際に様々な支援につなげられる体制整備を目的とした研修を行います。	総務課 健康づくり課 全課
【学校教育関係者に対するゲートキーパー養成講座】 児童生徒が発信するSOSのサインに気づき、見守りながら相談、支援体制につなぐ役割ができる人材育成に努めます。	学校教育課 健康づくり課

②一般住民に対する研修による人材育成

地域活動やボランティア活動において、日頃から地域住民と接する機会の多い民生委員、自治会等に対し、自殺予防に関する情報提供やこころの健康づくりに関する研修等を通して地域で見守る人材の育成を図ります。

【事業名】 事業内容	担当課
【一般町民や関係団体を対象としたゲートキーパー養成講座】 日頃から地域住民と接する機会の多い民生委員や地区組織団体、地域ボランティア等に、実際に様々な支援につなげる体制整備を目的とした研修を行います。	健康づくり課
【傾聴ボランティア養成講座、フォローアップ研修】 話をする相手の心に寄り添い耳を傾ける「傾聴」を学び、地域や人とのつながりの大切さを学びます。また、フォローアップ研修では、ボランティア活動内での学びを深める支援を行います。	健康づくり課
【こころの健康づくり講座】 自殺の要因の1つである精神疾患や、自殺問題に対する誤解や偏見を取り除き、こころの健康に関する正しい知識を学び理解を深めるための研修を開催します。	健康づくり課

(3) 住民への自殺予防に関する啓発と周知

自殺は、個人の自由な意思や選択の結果と思われがちであるが、実際には倒産、失業等の経済・生活問題のほか、健康問題、介護疲れ等など、様々な要因が複雑に絡み合っていることもあって、追い込まれた末の死であることが理解されにくいという現実があります。

自殺に対する誤った認識や偏見を払拭し、「自殺の多くが追い込まれた末の死である」こと、「それらは社会的な取組で防ぐことのできる問題である」こと、そして「自殺を考えている人はサインを発している」ことを社会全体の共通認識となるよう普及啓発を行っていきます。

①自殺予防のための相談窓口の周知・知識の普及

【事業名】 事業内容	担当課
【相談窓口の周知】 庁内窓口や関係機関、町内医療機関、商業施設等にチラシを設置し定期的に残枚数を確認し、各種手続きで窓口を利用したり受診される住民に対し、相談窓口の周知を図ります。また、広報紙等を活用し、積極的に分かりやすく普及啓発を行います。	全課
【図書館での専用図書コーナー設置】 図書館にて専用の図書コーナーを設置し、こころの健康に関する書籍紹介や展示等を行います。	図書館 健康づくり課
【自殺予防週間や自殺対策強化月間の周知】 窓口や広報紙などを活用し普及啓発を図ります。	健康づくり課

②町民向けの講演会・健康教育等の開催

【事業名】 事業内容	担当課
【こころの健康づくり講座】 自殺の要因の一つである精神疾患や、自殺問題に対する誤解や偏見を取り除き、こころの健康や自殺予防に関する正しい知識等について理解を深めるための研修を開催します。	健康づくり課
【各種健康教育等】 自治会ごとに開催する健康相談健康教育の機会や、各種団体等を対象に行う健康教室等の場を活用し、こころの健康づくりに関する正しい知識の普及と自殺問題に関する理解を深めるための健康教育を行います。	健康づくり課

(4) 孤立させない居場所づくり

「生きることの促進要因」を増やすために、生きづらさを抱えた方や孤立状態になるおそれのある方が、地域とつながることができるよう自治会や各関係機関と連携し、心の拠り所としての居場所づくりを自殺未遂者への支援、遺された方への支援に対する対策を推進します。

①居場所づくりへの支援

【事業名】 事業内容	担当課
【傾聴サロン/有戸出張傾聴サロン】 傾聴ボランティア養成講座修了生によるおしゃべりサロンを開催します。郊外の地区では高齢者の入浴事業に併せて出張サロンを開催します。	健康づくり課
【一般介護予防事業】 各種事業を通じて、身体機能の維持増進を図るだけでなく、地域住民同士の交流を促進し、安心して暮らす居場所づくりを目指します。 ・みんなのステーション ・シニア e スポーツサロン ・介護予防教室 【介護予防自主サークル活動支援】 住民の健康増進や参加者同士の交流を図る目的でおこなう自主サークル活動を支援します。	介護・福祉課
【社会教育（多様な学習活動や社会活動への支援）】 様々な住民が気軽に集える場所を展開し、参加住民同士の交流を促進することで居場所づくりや生きがいづくり等の創出につなげます。 ・子ども会 ・生涯学習 ・みんなの教室 等	社会教育・スポーツ課 介護・福祉課
【自治会活動】 地域に住む人たちが触れ合いの場を作り相互に支え合いながら、安心・安全で住みよい町を作り上げるために様々な活動を行うことで、地域での居場所づくりを促進します。	総務課
【子育て支援センター及び児童館の活用】 子育て世代の親と子どもが気軽に集い、相互交流を図る場を提供します。子育ての相談支援を行うことで、子育てに関する各種情報提供も行います。	健康づくり課
【教育相談及び適応教室】 不登校に関する相談や支援、集団生活を通じて自立支援を行い学校生活への適応力を育てます。	学校教育課

②自殺未遂者への支援

【事業名】 事業内容	担当課
【二次医療圏との連携】 上十三地域精神救急医療システム連絡調整委員会や上十三地域自殺総合対策ネットワーク会議にて地域の実情を把握するとともに、自殺未遂者の精神的ケア及び生活支援等に役立てます。	介護・福祉課 健康づくり課
【自殺未遂者対策検討会議】 関係機関（医療機関、警察署、消防署）と連携しながら取組を共有することで、自殺未遂者への精神的なケアや様々な支援の強化を目指します。	健康づくり課 介護・福祉課

③遺された方への支援

【事業名】 事業内容	担当課
【二次医療圏との連携】 上十三地域精神救急医療システム連絡調整委員会や上十三地域自殺総合対策ネットワーク会議にて地域の実情を把握するとともに、遺族の精神的なケア及び生活支援等を関係機関と連携して行います。	介護・福祉課

④障がい者（児）への支援

【事業名】 事業内容	担当課
【障がい者（児）の居場所づくり】 地域で生活する障がい者（児）やその家族の集いの場として、めぐみの会やぴゅあのへじの活動を支援しています。	介護・福祉課
【精神障害者保健福祉手帳交付における面接】 新規または更新で精神障害者保健福祉手帳を交付する対象者について、保健師が面接し生活や治療における困りごとの有無等を確認し必要に応じて相談や支援につなげています。 【精神障がい者（児）支援における関係部署連携】 精神障がい者（児）に対する個別並びに家庭支援において、障がい担当と保健衛生担当が同行し連携しながら支援します。	介護・福祉課 健康づくり課

(5) こころの健康づくり

現代社会はストレス社会ともいわれています。日々の生活の中でストレスと上手に付き合うことの大切さや、悩みを抱えた時の相談先、ＳＯＳの出し方等、関係機関と連携しながら、こころの健康づくりについて普及啓発を図ります。

①児童生徒のＳＯＳの出し方に関する教育の実施

【事業名】 事業内容	担当課
【ＳＯＳの出し方授業】 小中学校を対象に、子どもたちが命の大切さを実感する教育だけではなく、生活上の困難やストレスなどの危機に陥った場合の対処方法や、ＳＯＳの出し方を学ぶための教育を推進します。	健康づくり課 学校教育課
【子どもの人権に関する教育】 児童生徒を対象とした人権教室など、学校及び関係機関と連携を図りながら活動します。	介護・福祉課

②児童生徒のＳＯＳの出し方に関する教育を推進するための連携の強化

【事業名】 事業内容	担当課
【学校教育関係者に対するゲートキーパー養成講座】（再掲） 児童生徒が発信するＳＯＳのサインに気づき、見守りながら相談支援機関につなぐ役割ができる人材の育成に努めます。	学校教育課 健康づくり課
【児童生徒へのふわふわことばの推進】 小中学校において、子どもたちが使う言葉の持つ力を考え、温かいコミュニケーションを育成する活動を推進することで子ども自身の自己受容と他者受容を図ります。また、関係機関と連携を強化し、住み慣れた地域で相互支援ができる環境づくりを目指します。	学校教育課 健康づくり課
【児童生徒の支援体制の強化】 不登校やいじめ等問題行動及びハイリスク児の早期発見と適切な対応を促進するために、関係課が小中学校と共に連携し包括的・継続的に支援します。	学校教育課 健康づくり課

図 9：対象の段階に応じた自殺対策

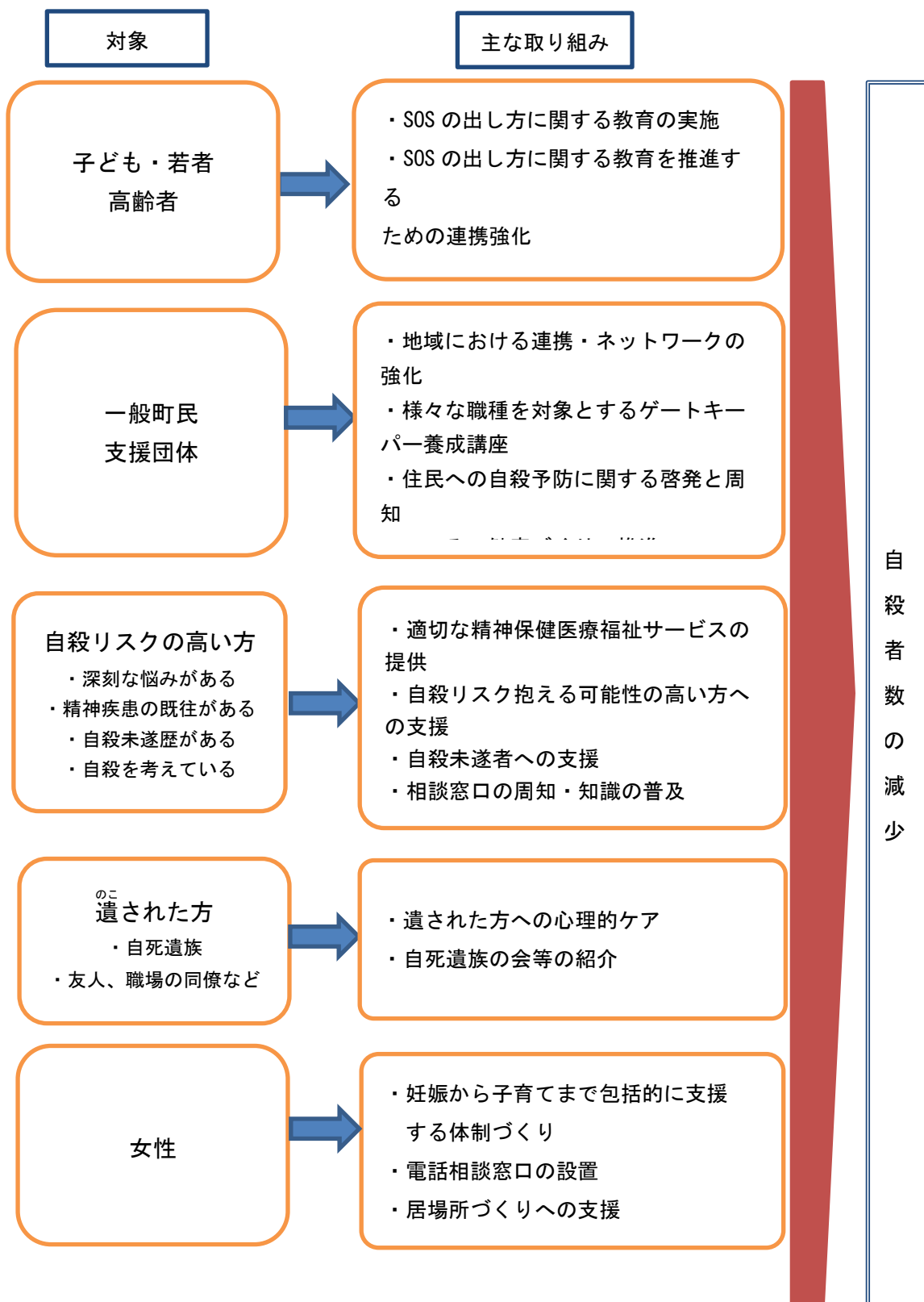


図 10：施策の体系図



2 重点施策

(1) 高齢者に対する対策

【現状】

年齢が高くなると閉じこもりや抑うつ状態から孤立・孤独に陥りやすい、といった高齢者特有の課題を踏まえつつ、様々な背景や価値観に対応した支援や働きかけが必要です。支援にあたっては、参加者の移動能力や手段に配慮した居場所づくりが求められています。

町では、「みんなのステーション」、「傾聴サロン」「介護予防教室」「シニア e スポーツサロン」を実施しており、利用者からはおおむね好評を得ています。

【取組の方向性】

高齢者に対する支援の充実を引き続き推進し、相談窓口の周知に努めるとともに、庁内関係部署や関係機関の連携を強化し、高齢者が孤立せず、生きがいを持って、住み慣れた地域で生活できるような支援を目指します。

- ① 高齢者の生活や介護に関する相談窓口の積極的周知（広報、各種事業等）
- ② 閉じこもり防止と生きがいづくりの推進（事業実施地区の拡大）
- ③ 高齢者に関わる支援者のネットワークの強化（ケース会議等への積極的な参加）

【事業名】 事業内容	担当課
【傾聴サロン/有戸出張傾聴サロン】 傾聴ボランティア養成講座修了生によるおしゃべりサロンを開催します。郊外の地区では高齢者の入浴事業に併せて出張サロンを開催します。	健康づくり課
【一般介護予防事業（みんなのステーション、介護予防教室）】 各種事業を通じて、身体機能の維持増進を図るだけでなく、地域住民同士の交流を促進し、安心して暮らす居場所づくりを目指します。 【介護予防自主サークル活動支援】 住民の健康増進や参加者同士の交流を図る目的でおこなう自主サークル活動を支援します。	介護・福祉課
【社会教育（多様な学習活動や社会活動への支援）】 様々な住民が気軽に集える場所を展開し、参加住民同士の交流を促進することで居場所づくりや生きがいづくりの創出につなげます。 ・子ども会 ・生涯学習 ・みんなの教室 等	社会教育・スポーツ課 介護・福祉課
【自治会活動】 地域に住む人たちが触れ合いの場を作り相互に支え合いながら、安心・安全で住みよい町を作り上げるために様々な活動を行うことで、地域での居場所づくりを促進します。	総務課

(2) 生活困窮者に対する対策

【現状】

生活困窮者は、その背景として虐待、性暴力被害、依存症、知的障がい、発達障がい、精神疾患、被災避難、介護、多重債務、労働等の多様かつ広範な問題を複合的に抱えていることが多く、経済的困窮に加えて社会的に孤立しやすいといわれています。

また、困りごとに関する相談先がわからない、相談することをためらい問題が長期化してしまうといった方が少なからず見受けられます。

町のおもな取組は、悩み事に応じた専門の相談機関の紹介や、必要に応じて次の相談先やサービスにつなげるために伴走型支援を行っています。また、生活困窮者自立支援事業窓口連携会議へ参画し各関係機関と連携強化を図っています。

【取組の方向性】

- ① 生活困窮者自立支援制度の周知（相談者等への情報提供、パンフレット設置）
- ② 生活困窮者相談支援体制に係るネットワークの強化
- ③ 相談窓口の周知（広報誌、ホームページ、各種事業）

【事業名】 事業内容	担当課
【生活困窮者自立支援事業窓口連携会議】 社会福祉協議会と連携し、相談支援、就労支援、家計支援のほか、対象者一人一人の困りごとに合わせた支援をします。	介護・福祉課 社会福祉協議会
【相談窓口の周知】 庁内窓口や関係機関、町内医療機関等にチラシを設置し定期的に残枚数を確認し、各種手続きで窓口を利用したり受診される住民に対し、相談窓口の周知を図ります。また、広報紙等を活用し、積極的に分かりやすく普及啓発を行います。	全課

(3) 勤務・経営者に対する対策

【現状】

野辺地町の自殺死亡数は、男性が女性より多く、30～60代に多いことから、働く世代の男性における自殺が大きな課題となっています。特に働き盛りの男性は、過労、失業、病気、親の介護等により、社会的、心理的ストレスに晒されやすく心の健康を損ないやすいとされています。また、悩みを一人で抱え込む傾向にあることから、相談機関の周知と利用を促していきます。

働き世代は、相談時間の確保が難しいことが予測されるため、公的相談窓口の他に民間相談窓口やオンラインによる相談先の周知を図っていきます。

【取組の方向性】

①勤労者や経営者のための相談窓口の積極的な周知

②勤労者や家族に対するこころの健康づくりの普及啓発

【事業名】 事業内容	担当課
【相談窓口の周知】 庁内窓口や関係機関、町内医療機関等にチラシを設置し定期的に残枚数を確認し、各種手続きで窓口を利用したり受診される住民に対し、相談窓口の周知を図ります。また、広報紙等を活用し、積極的に分かりやすく普及啓発を行います。	全課
【各種健康教育等】 自治会ごとに開催する健康相談健康教育の機会や、各種団体等を対象に行う健康教室等の場を活用し、こころの健康づくりに関する正しい知識の普及と自殺問題に関する理解を深めるための健康教育を行います。	健康づくり課

(4) 子ども・若者に対する対策

【現状】

子ども・若者対策は、そのライフスタイルや生活の場に応じた対応が必要となっています。

児童生徒に対しては、「命の大切さを実感できる」、「様々な困難・ストレスへの対処方法を身につける」、「援助希求行動が適切にできる」健康教育を重点的に実施しています。具体的な取り組みとして、ふわふわことばの推進、中学生を対象に SOS の出し方健康教育、いのちの講話等を実施しています。

ライフステージに応じた対策として、児童生徒の自殺予防に資する教育の充実、子どもの自殺予防、若者の特性に応じた支援の充実を図ります。

【取組の方向性】

- ① 児童生徒の SOS の出し方に関する教育の実施（町内小中学校実施）
- ② 児童生徒の SOS の出し方に関する教育を推進するための連携強化

【事業名】 事業内容	担当課
【SOSの出し方授業】 子どもたちが命の大切さを実感する教育だけではなく、生活上の困難やストレスなどの危機に陥った場合の対処方法や、SOSの出し方を学ぶための教育を推進します。	健康づくり課
【子どもの人権に関する教育】 児童生徒を対象とした人権教室など、学校及び関係機関と連携を図りながら活動します。	介護・福祉課
【学校教育関係者に対するゲートキーパー養成講座】（再掲） 児童生徒が発信するSOSのサインに気づき、見守りながら相談支援機関につなぐ役割ができる人材の育成に努めます。	学校教育課 健康づくり課
【児童生徒へのふわふわことばの推進】 子どもたちが使う言葉の持つ力を考え、温かいコミュニケーションを育成する活動を推進することで子ども自身の自己受容と他者受容を図ります。また、関係機関と連携を強化し、住み慣れた地域で相互支援ができる環境づくりを目指します。	学校教育課 健康づくり課
【児童生徒の支援体制の強化】 不登校やいじめ等問題行動及びハイリスク児の早期発見と適切な対応を促進するために、関係課が連携し包括的・継続的に支援します。	学校教育課 健康づくり課

(5) 障がい者（児）に対する対策

【現状】

障がいがあることで何らかの生きづらさを感じている方や、その当人を支える家族は、日常生活における様々な不安や困難を抱えていることが予想されます。

野辺地町の自殺の現状において、背景に精神疾患を治療（または放置）している方が多く、そのことは自殺の危険性を高めてしまうことから、精神保健福祉手帳の交付の際や相談・訪問等、様々な事業をとおして、治療継続の必要性について助言しています。

今後も取組を継続しながら、関係部署や関係機関との連携を深め、当人とその家族の変化に気づき、声かけ、見守る支援体制を構築していきます。

【取組の方向性】

① 障がい者（児）とその家族への支援

② 障がい者（児）支援ネットワークの強化（庁舎内、関係機関）

【事業名】 事業内容	担当課
【障がい者（児）の居場所づくり】 地域で生活する障害者（児）やその家族の集いの場として、めぐみの会やぴゅあのへじの活動を支援しています。	介護・福祉課
【精神障害者保健福祉手帳交付における面接】 新規または更新で精神障害者保健福祉手帳を交付する対象者について、保健師が面接し生活や治療における困りごとの有無等を確認し必要に応じて相談や支援につなげています。 【精神障がい者（児）支援における関係部署連携】 精神障がい者（児）に対する個別並びに家庭支援において、障害担当と保健衛生担当が同行し連携しながら対応します。	介護・福祉課 健康づくり課
【二次医療圏との連携】 上十三地域精神救急医療システム連絡調整委員会や上十三地域自殺総合対策ネットワーク会議にて地域の実情を把握するとともに、自殺未遂者の精神的ケア及び生活支援等に役立てます。	介護・福祉課 健康づくり課
【自殺未遂者対策検討会議】 関係機関（医療機関、警察署、消防署）と連携しながら取組を共有することで、自殺未遂者への精神的なケアや様々な支援の強化を目指します。	健康づくり課

(6) 女性に対する対策

【現状】

全国的にみると女性の自殺が増加している現状にあります。当町は、60代以上の高齢者の死亡者数が多くなっています。

女性はライフステージごとに心身の状態が大きく変化するとともに、それに伴い妊娠、子育て、介護、仕事と生活の両立等、精神的な負担が生じやすくなることから、現在開設している思春期相談、すくすく相談、総合相談の更なる相談体制の充実を図ります。

【取組の方向性】

- ① 高齢者の通いの場を活用し、傾聴ボランティアによるおしゃべりサロン開催
- ② こそだて応援ステーションふわふわの（相談窓口）周知

【事業名】 事業内容	担当課
【高齢者の居場所づくり】 【傾聴サロン/有戸出張傾聴サロン】 傾聴ボランティア養成講座修了生によるおしゃべりサロンを開催します。郊外の地区では高齢者の入浴事業に併せて出張サロンを開催します。	介護・福祉課
【思春期、すくすく相談】 思春期・妊娠・出産・子育て期における各種相談に、保健師等の資格を有するこそだて応援コンシェルジュを配置して対応します。	健康づくり課
【妊産婦・新生児・乳児訪問等支援】 保健師等が電話支援や家庭訪問により対象の健康及び生活状況を確認しながら支援します。	健康づくり課
【産前・産後ケア事業】 保健師等が妊産婦及び母子とその家族を対象に、沐浴の仕方や母乳育児等について支援します。	健康づくり課
【産後ヘルパー派遣事業】 産後の時期において、日中の家事や育児に対して協力が得られにくい方を対象にヘルパーを派遣します。	健康づくり課

3 生きる支援関連施策

(1) 計画の推進体制

本計画は、自殺対策担当部署並びに庁議等を活用した庁内共有の場による評価・検証を行い、事業展開に反映させていきます。また、施策の進捗状況や地域の自殺対策の特徴等を把握・検証し、改善する仕組み（PDCAサイクル）を確立し、効果的・効率的に計画を推進していきます。

(2) 関係機関や団体等の役割

①町の役割

本計画における基本理念の実現のために、町長を代表とする庁内横断的な体制整備に努めます。また、自殺の現状を把握し、町の状況に応じた自殺対策を総合的かつ計画的に策定し、実施していきます。また、自殺対策計画の策定及び実施にあたっては、国や青森県、近隣市町村、町民等と連携して取り組んでいきます。

②町民参加による計画推進体制

計画の推進にあたり、町民一人一人が自殺対策に関心を持ち、理解を深めることが必要です。そのために、保健、医療、福祉、教育、職域、その他関係団体等の連携を強化するとともに、健康づくり推進協議会及び健康のへじ21計画推進委員会等により組織されている会議体において、広く町民の声や意見を参考にしながら計画の推進を図ります。

(3) 自殺対策の担当課

本計画の担当課（計画策定事務局）は、健康づくり課とします。

4 施策の評価指標

項目	現状 (令和4年度)	目標 (令和10年度)
【基本施策1 地域ネットワーク強化】		
庁議を活用した庁内連携強化	1回/年 進捗確認シートの共有	1回/年 進捗確認シートの共有
職員の住民対応業務における気づきと専門機関への気づきの強化	随時	随時
障害者自立支援協議会（介護・福祉課）	2回/開催	2回/開催
健康づくり推進協議会	2回/年開催	2回/年開催
要保護児童対策地域協議会（代表者会議）	1回/年開催	1～2回/年開催
生活困窮者自立支援事業窓口連携会議	関係機関として参加	関係機関として参加
【基本施策2 いのちを支える人材の育成】		
職員を対象としたゲートキーパー養成（総務課）	新採用職員へ実施	新採用職員へ実施
学校教育関係者に対するゲートキーパー養成	未実施	実施
一般町民等を対象としたゲートキーパー養成	未実施	実施
傾聴ボランティア養成講座・スキルアップ研修	実施	実施
【基本施策3 住民への自殺予防に関する啓発と周知】		
自殺予防のための相談窓口の周知・知識の普及	広報のへじ等へ掲載	広報のへじ等へ掲載
各種相談窓口の開設	通年	通年
こころの健康づくり講座	実施	実施
【基本施策4 孤立させない居場所づくり】		
傾聴サロン/有戸出張傾聴サロン	1～2回/月開催	1～2回/月開催
介護予防事業（みんなのステーション、介護予防教室）（介護・福祉課）	実施	実施
社会教育（多様な学習活動や社会活動への支援）（教育委員会、介護・福祉課）	実施	実施
子育て支援センター及び児童館の活用	2か所	2か所
教育相談・適応教室（教育委員会）	実施	実施
二次医療圏との連携	会議等参画	会議等参画

自殺未遂者対策検討会議	1 回/年	1 回/年
障がい者の居場所づくり（めぐみの会）	1 回/月	1 回/月
精神保健福祉手帳交付時における保健師による面接	随時	随時
【基本施策 5 こころの健康づくり】		
児童生徒の SOS の出し方教育	中学校実施	小中学校実施
子どもの人権に関する教育（介護・福祉課）	小学校実施	小学校実施
児童生徒へのふわふわことばの推進	小中学校推進	小中学校推進

第4章 参考資料

(1) “気づき” から “支援” につながる、生きる支援に関連する各部局事業一覧

事業名	事業概要	担当課
職員人事に関する事務	人事、職員服務、職員研修、衛生管理および福利厚生等に関すること。メンタルヘルス、所属長ヒアリング等で職員の健康状態や各部署での状況を確認。	総務課
庁議等に関する事務	月1回の定例庁議を招集、開催。	
広報・公聴に関する事務	ホームページコメント欄に寄せられた住民意見への対応。 町長としゃべる会にて各地区で町の説明を行い意見・要望へ対応。その他、意見箱の管理と対応。	
行政相談	無線・広報にて周知。必要時関係課にて対応共有。	
弁護士相談の受付事務	受付を担当。相談は社会福祉協議会。	
空家対策に関する事務	危険な状態の空家等に関すること。	防災管財課
消防関係事務	災害救助法が適応されるような自然災害などに対する住民への直接対応。	
防犯に関する事務	警察署と情報連携した詐欺情報の予防対策に関すること。	
町・県民税の賦課に必要な調査	生活保護受給者や障害者等	税務課
町税・国保税の徴収及び滞納整理事務	窓口や家庭訪問などで期限までに納税が困難な場合に対応する。	
農地問題解決推進事業	人農地プランに対して経営上の課題等を地区代表による協議会にて話し合う。	産業振興課
多面的機能支払交付金事業	農地の持ち主に地域住民が土地の整備管理を協力して行う。4地区で実施。	
その他農家の資金相談等	経営規模の拡大や機械購入における資金相談。	
公的な貸付業務	個人的な貸付や相談は各協同組合などでも対応。	
上水道料金徴収事務	水道料金の徴収に関する事務。	建設水道課
転出入に伴う手続き業務	転出入や転居に伴う手続き業務。	
水道料金滞納者訪問	水道料金の滞納者世帯への訪問。	
道路・橋梁及び河川新設改良工事業		建設水道課
道路・橋梁及び河川維持管理事業		
町営住宅維持管理業務	町営住宅の維持管理及び見回りや相談対応。	
降雪及び自然災害に関する苦情対応	降雪、大雨、地震などに関する住民対応全般。	
要望事項等処理業務	環境問題（ゴミ、悪臭、騒音、振動など）に関する相談対応全般。	
後期高齢者医療保険料の賦課、徴収業務	後期高齢者医療に関する保険料の賦課および徴収。	町民課
短期保険証・資格証発行の事務		
起業・創業相談業務		企画財政課
消費者行政推進事業	関係団体の協力を得て高齢者詐欺被害防止に関するPRを実施。	

商店街の振興事業関連相談	商店街のイベント開催や補助金による費用助成の相談。	
教育相談及び適応指導教室に関する事務	H30.4月より教育相談室設置し適応指導員やスクールソーシャルワーカーが対応。	学校教育課
スクールカウンセラーによる相談業務	各学校管理によりスクールカウンセラーが巡回相談。3小学校は月1回、中学校は週1回対応。	
生徒指導、進路指導及び健康安全に関する事務	各学校主体で実施。	
教育振興会生徒指導委員会に関する業務	小中高等学校、行政、警察、教育委員会（教育相談室）が定期的に情報共有を行う。	
教育支援委員会	特別な支援を要する学童生徒について関係機関で対応を検討する。	
野辺地町就学援助制度	就学に際して経済的困難を抱える児童生徒家庭に対する支援制度。	
教育振興基本計画	5か年計画	
野辺地町いじめ防止基本方針	重大事案として児童生徒の自殺についても記載。各学校でもいじめ防止基本方針を策定。	
学校保健会	例年研究大会を開催し子どもの育成に関する様々なテーマで講演等を実施。	
児童生徒の事故及び非行の届出に関する事務	各学校で実施。	
教科、領域生徒指導、進路指導及び健康安全に関する事務	各学校で実施。	
野辺地町連合PTA	例年研究大会を開催し子どもの育成に関する様々なテーマで講演等を実施。	社会教育・スポーツ課
介護保険料の賦課・徴収業務		介護・福祉課
介護保険事業運営協議会		
介護給付・要介護認定（調査）に関すること		
災害時要援護者支援に関すること		
高齢者台帳整備に関すること		
地域支援事業総合事業に関すること		
認知症総合支援事業に関すること		
緊急通報装置等給付事業		
認知症サポーター養成講座		
認知症カフェ	外部委託。	
高齢者虐待への対応		
介護予防ケアマネジメント		
介護支援専門員連絡会議		
地域包括ケア会議		
みんなのステーション	出張介護予防事業。引きこもり予防を目的とした茶話会を基本に、運動講座などを取り入れて展開。	
介護予防教室	地域に出向いて運動教室を実施。2地区（上袋町、金沢町）で実施。	
成年後見制度利用支援事業		

介護用品支給事業		
人権啓発事務		
野辺地地区保護司会	出所した人が更生するための保護団体で、法務大臣から委嘱。事務局が役場で補助金あり。	
野辺地町更生保護女性会	出所した人へのサポートと、地域住民に対する挨拶運動等で社会を明るくする役割を担う組織。	
日本赤十字社分区・奉仕団運営事務		
民生児童委員に関する事務		
各種手帳申請・交付事務 精神障害者保健福祉手帳 愛護手帳 身体障害者手帳		
各種手当申請事務 特別障害者手当 特別児童扶養手当		
自立支援医療（精神通院） 申請受付事務		
自立支援医療（厚生・育成）給付事業		
野辺地町自立支援協議会		
障害福祉サービス費給付事業		
障害児通所給付費給付事業		
地域生活支援事業（日常生活用具の給付・相談支援）		
障害者虐待への対応	障害者虐待対応は各市町村にセンター設置。	
知的障害者相談員		
精神障がい者家族交流会 めぐみの会	在宅精神障がい者の家族と地域ボランティア等の交流。	
ピュアのへじ		
生活困窮者相談		
生活保護相談		
子ども子育て支援業務		健康づくり
児童手当支給業務		課
母子・寡婦に関する相談		
妊産婦及び乳幼児に係る業務 ・母子健康手帳交付 ・すくすくサロン ・妊婦家庭訪問 ・新生児産婦家庭訪問 ・乳幼児健診 (4、7、10 か月児、1 歳) (1 歳 6 か月児、3 歳児、5 歳児)	主に母子保健法に基づき実施する業務。 妊娠・出産・子育てを通して、個別の家庭を支援するとともに、関係機関と連携をし地域全体で切れ目のない支援を行う。	

・各種相談 (みんなのこども相談、こども発達相談、ことばの相談、すくすく相談) ・消防署への情報提供 ・産前・産後ケア事業 ・産後ヘルパー派遣事業		
乳幼児学童生徒定期予防接種業務	予防接種法に基づき実施する定期予防接種業務。	
未熟児養育医療に関する業務		
児童家庭相談業務		
要保護児童地域協議会及び児童虐待に関する業務		
成人保健業務 ・集団及び委託健康診査(特定、がん) ・健診結果説明会 ・減る脂～運動クラブ ・健康教育、健康相談 ・訪問指導 ・糖尿病性腎症重症化予防	主に健康増進法に基づき実施する業務。 生活習慣病予防を目的として、対象住民に対し定期的な健診受診や結果を活用した各種事業を推進する。	
食生活改善推進委員会に関する業務		
健康づくり推進協議会に関する業務		
健康のへじ 21 計画推進委員会に関する業務		
栄養改善・食育の推進に関する業務 ・健康づくりワークショップ ・親子クッキング事業 ・食育推進計画		

(2) こころの健康についての取り組みシート 集計表

野辺地町生きる支援推進計画を策定するにあたり、庁内部署および関係機関から意見聴取をしながら協議を重ねた。また、こころの健康づくり事業への参加者から事業に関するアンケートを行い事業評価、ニーズを把握し、今後の対策を検討するうえでの参考とした。以下は、健康づくり推進協議会並びに健康のへじ 21 計画推進委員会の委員、こころの健康づくり事業参加者からの意見・感想をまとめました。

領域	意見・感想等
共通	・傾聴の大切さを改めて感じました。 ・地域の皆さんにも教えたいと思います。 ・地域と「共に生きる」で暮らせるようなれればと思う。 ・人は一人では生きていけないから、世話になったり、なられたり仲良くできれば、人とのつながりを大事にしたい。 ・相談者の話、傾聴するにあたり、自分の中に沸き起こる感情を一旦抑えて、相手がどんな気持ち、立ち位置なのか思いをめぐらせて、自分の気持ちに振り回されないようにします。 ・傾聴サロンを実施している。相談者は少ないが、忘れた頃に来る。相談の場があるということが大切。
勤務・経営者	・職場では、残業過労死ラインを超えていないかチェックしている。 ・職場でメンタルヘルスチェックのアンケートがきていたため記入しようと思う。 ・よく寝て朝ご飯を食べることを心掛けて実施している。 ・残業しないように、声掛けはされており体の健康にはつながっている反面、仕事を残すことにストレスを感じ、心の健康的にどうなんだろうと感じる。
子ども・若者	・不登校は減ったが、まだ多い。大人が子どもに寄添って先生に情報提供しながら取り組んでいる。 ・子供達の居場所づくりを目的として、施設を活用して食堂を開くことができないか検討している。 ・今日の講演会で心のことなどを、大人の人に話したり保健室の先生などに気軽に話してもいいんだということを自分の心の中に入れて、いつ何がっても相談をしたいと思いました。 ・ストレスとかがあったら友人や大人に相談したりするのが大事だと改めて分かりました。 ・ストレスにも良いストレスがあるということにびっくりしました。SOSには、興味はあまりなかったのですが、とても興味がわきました。

領域	意見・感想等
高齢者	・令和 4 年 10 月から郷土料理のお店を商工会で開いている。高齢者のお客様が多く思う存分会話を楽しみ、気持ちがさっぱりして帰っていく。少しでも助けになっているのかな。 ・年金受給者の方を対象にゲートボール大会を開催。体を動かすとストレス軽減になると思っている。 ・傾聴サロンを実施しているが、相談の場があるということが大切。 ・町外の食堂で 300 円で食事することができると聞いた。大人の「子ども食堂」みたいでいい。食事をするだけでなく。話をしながら食べられる。そういうところが野辺地町にもあったらいい。

第2期野辺地町生きる支援推進計画

(令和6年3月)

編集発行／事務局 野辺地町健康づくり課
(健康増進センター)

住所：野辺地町字前田5－2

T E L 0175-64-1770

F A X 0175-64-8083

言われるとうれしい、
あったかい気分になる

ふわふわことば

♡ ありがとう ♡ ♡ おはよう(あいさつ)

♡ がんばってるね ♡ すごい!上手だね!

♡ だいじょうぶ ♡ ドンマイ!!

♡ 一緒に^{いっしょ}○○しよう ♡ いてくれてよかった

♡ よかったね ♡ ごめんね



みんながうれしい『ふわふわことば』で
笑顔いっぱいの小学校・中学校・野辺地町
にしよう!



野辺地町学校交流会美術教師会