

第 4 次三重県自殺対策行動計画（中間案）の概要

第 1 章 計画の基本的な考え方（資料 3 P1～）

この計画は、「自殺対策基本法」第 13 条第 1 項（都道府県自殺対策計画等）の規定に基づき、本県の実情に応じた自殺対策の推進を図るために策定するものです。「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」をめざし、自殺死亡率（人口 10 万人あたりの自殺者数）を 12.5 以下にすることを全体目標に設定します。

（平成 27 年：19.0 ⇒ 令和 8 年：12.5 以下）※令和 3 年：15.8

第 2 章 自殺の現状（資料 3 P7～）

全国の自殺者数は、令和 2 年に 11 年ぶりに増加し、令和 3 年はさらに増加しました。本県において、令和 2 年は 269 人と前年より 7 人減少し、令和 3 年は 270 人と前年より 1 名増加しました。令和 3 年の自殺死亡率は、全国は 16.5、本県は 15.8 です。

性別でみると、全国では、令和 3 年の自殺者数 20,291 人中 13,508 人が男性で、約 67%を占めますが、減少傾向にあります。一方、女性は 6,783 人と約 33%ですが、2 年連続前年より増加しています。本県においても、同様の傾向であり、令和 3 年の自殺者数 270 人中 171 人が男性で、約 63%を占めますが、減少傾向にあります。一方、女性は 99 人と約 37%ですが、前年より 5 名増加しています。

第 3 章 自殺対策の方針（資料 3 P21～）

（1）基本理念

「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」をめざします。

（2）基本認識

- ① 自殺はその多くが追い込まれた末の死である
- ② 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いている
- ③ 新型コロナウイルス感染症拡大の影響をふまえた対策の推進
- ④ 地域レベルの実践的な取組を、P D C A サイクルを通じて推進する

（3）基本方針

- ① 対象を明確にした取組を実施します
- ② 地域の実情に応じた自殺対策を推進します
- ③ 県民、職場、関係機関・民間団体、市町、県等の役割を明確化し、連携しながら取り組みます
- ④ 自殺対策を担う人材を育成します
- ⑤ 大規模災害や感染症により不安を抱えている方への支援対策を推進します
- ⑥ 相談窓口および自殺対策に関する情報を提供します

第4章 今後の取組（資料3 P25～）

（1）対象を明確にした取組

① 世代別の取組

（ア）子ども・若者（資料3 P25～）

- ・ 自殺に関する正しい知識の普及や、悩みや年代に応じた相談窓口の周知に取り組みます。特に、児童生徒に対しては、長期休業中からの啓発を実施します。若者に対しては、若者を支援する関係機関と連携してきめ細かな啓発を行います。
- ・ 身近なコミュニケーションツールであるSNSを活用した相談対応や子どもの居場所づくりなど、子ども・若者への支援体制の強化を図ります。また、児童生徒が安全にSNSを利用できるよう取り組みます。
- ・ SOSの出し方に関する教育の推進に取り組みます。
- ・ メンタルヘルスの課題をもつ若者や家族に対して相談支援やアウトリーチ型支援を行うとともに、必要に応じて関係機関との連携を図ります。
- ・ 若者への職業相談や就職セミナーなど、若者の就労支援に取り組みます。

（イ）妊産婦（資料3 P34～）

- ・ 思春期の性の悩みや予期しない妊娠等に悩みを抱える方を支援するため、電話やSNSによる相談を実施します。
- ・ 妊産婦の身近な相談窓口である子育て世代包括支援センターにおいて、妊産婦の状況を継続的に把握し、保健師等による相談支援を行うとともに、関係機関と連携して切れ目ない支援を実施します。
- ・ 産後うつの予防や産後の子育ての孤立感等の軽減を図るため、市町の保健師等を対象とした研修会を実施します。

（ウ）中高年層（資料3 P36～）

- ・ ストレス、うつ、アルコール等自殺の要因となるさまざまな問題に対する対処法や知識の普及啓発、相談体制の充実等に取り組みます。
- ・ 長時間労働の是正やハラスメントの防止対策を引き続き実施するとともに、テレワーク等の多様で柔軟な働き方の導入や県内事業所における健康教育など職場におけるメンタルヘルス対策をさらに強化します。
- ・ 失業、倒産、多重債務等の生活苦となる問題に対して、相談体制の充実等に取り組みます。女性に対しては、ライフステージごとの課題や希望に応じて働き続けられるよう、一人ひとりの状況に応じた就職支援を実施します。

（エ）高齢者層（資料3 P44～）

- ・ 健康相談や健康講座等のあらゆる機会を通じ、高齢者のうつ病などについて正しい知識の普及や相談窓口の周知を行います。
- ・ 認知症の人やその家族に対する相談支援、当事者等によるピア活動や交流会の開催など、地域における支援体制の充実を図ります。

- ・認知症について正しく理解する「認知症サポーター」の養成を行うとともに、認知症の人や家族の支援ニーズと認知症サポーターを結びつけるための仕組みである「チームオレンジ」の体制整備を進めます。

②全ての世代に共通する取組

(ア) うつ病などの精神疾患を含む対策（資料3 P47～）

- ・うつ病などに関する正しい知識の普及啓発や相談窓口の周知に取り組みます。特に、自殺予防週間や自殺対策強化月間には集中的に啓発を行います。
- ・うつ病は、精神症状以外に身体症状が出ることも多く、内科などのかかりつけ医を受診することがあるため、かかりつけ医に対し、うつ病などの精神疾患についての研修会を実施します。

(イ) 自殺未遂者支援（資料3 P50～）

- ・自殺対策推進センター等において、自殺未遂者やその家族を地域で支援するための相談窓口の周知や、効果的な精神的ケアや支援を行うために支援者に対する資質向上のための研修会等を実施します。

(ウ) 遺族支援（資料3 P53～）

- ・自殺により遺された人に対して相談支援を行うとともに、地域における自助グループ等の活動の支援に取り組みます。
- ・遺族が必要に応じて適切な支援を受けることができるよう支援者の研修を実施します。

(エ) がん患者・慢性疾患患者等に対する支援（資料3 P55～）

- ・がん相談支援センターや難病相談支援センター等において、自殺予防相談窓口と相互に連携を図りながら相談や就労支援等を行います。

(オ) ハイリスク者支援（資料3 P57～）

- ・生活困窮者、ひとり親家庭、性犯罪・性暴力者、性的マイノリティ、ひきこもり等のハイリスク者が必要な支援を受けることができるよう、関係機関と連携し支援に取り組みます。
- ・ひきこもりの問題を抱える当事者や家族に対し、電話や面接による相談、多職種連携チームによる支援、家族教室等を行います。
- ・特に自殺者が増加している女性の支援を目的として、女性相談員による相談や講座等を実施します。

(2) 地域特性への対応（資料3 P61～）

- ・各地域でのネットワーク組織等を活用し、地域の実情に応じた自殺対策を推進します。

(3) 関係機関・民間団体との連携（資料3 P64～）

- ・自殺には、健康問題、経済・生活問題等さまざまな要因があり、社会全体で取り組むべき問題であることから、地域における関係機関・民間団体等と連携して、包括的な支援に取り組みます。

(4) 自殺対策を担う人材の育成（資料3 P66～）

- ・医療、保健、福祉、教育、司法、労働等のさまざまな分野の関係機関や民間団体の支援者に対して、資質向上のための研修会等を実施します。

(5) 大規模災害や感染症により不安を抱えている方への支援（資料3 P68～）

- ・大規模災害の発災直後から被災者へのこころのケアの支援を行う災害派遣精神医療チーム（DPAT）による活動に加えて、中長期的に被災者を支援できる人材の育成に取り組みます。
- ・新型コロナウイルス感染症の影響を背景としたこころの悩みに寄り添い、自殺予防を図るため、電話やSNSによる相談支援を行います。また、感染症が発生しても必要な自殺対策が実施できるよう、啓発や研修会など必要に応じてICTを活用した取組を行います。

(6) 情報収集と提供（資料3 P70～）

- ・地域の実情に応じた効果的な自殺対策を進めるために、新型コロナウイルス感染症に関する情報を含む自殺統計資料等の収集・整理、提供を行います。

第5章 計画の推進体制と進行管理（資料3 P72～）

(1) それぞれの役割（資料3 P72～）

県民、家族、地域コミュニティ、医療機関、学校、職場、関係機関・民間団体、市町、県がそれぞれの果たすべき役割を明確化、共有した上で、相互に連携し協働しながら取組を推進します。

(2) PDCAサイクルの推進（資料3 P75～）

「三重県公衆衛生審議会自殺対策推進部会」において、評価指標等をもとに取組の評価を行い、今後の取組についての協議を行います。

(3) 計画の見直し（資料3 P78～）

各取組について、PDCAサイクルに基づき進捗状況を確認、管理、評価を行い、必要な場合には、計画の見直しを行います。

○各取組の評価指標と目標値について

第3次 評価指標	現状値 (R3)	目標値 (R4)	第4次 評価指標	現状値 (R3)	目標値 (R9)	設定根拠
子ども・若者			子ども・若者			
1 学校生活に安心を感じている子どもたちの割合	95.5%	95.0%	1 学校生活に安心を感じている子どもたちの割合	小学生 95.9% 中学生 97.5% 高校生 92.4%	小学生 100% 中学生 100% 高校生 100% (R8)	ア
			2 【新】自分にはよいところがあると思う子どもたちの割合	小学生 76.0% 中学生 77.5%	小学生 80.0% 中学生 80.0% (R8)	ア
2 子ども・若者に対する自殺対策の取組を行う市町数	26 市町	29 市町	3 子ども・若者に対する自殺対策の取組を行う市町数	26 市町	29 市町	ウ
妊産婦			妊産婦			
3 妊娠期から子育て期にわたる総合的な相談窓口が整備されている市町数	29 市町	29 市町	4 【新】母子保健コーディネーター養成数 (累計)	227 人	325 人 (R8)	ア
中高年層			中高年層			
4 毎日飲酒する人の割合	15.8% (H28)	13.3%	5 【新】国等が実施するアルコール依存症に関する研修およびその伝達研修への参加者数 (累計)	—	45 名 (R8)	オ
5 県・市町におけるストレス対処、アルコール、うつに関する研修会の実施数	70 回	120 回	6 県・市町におけるストレス対処、アルコール、うつに関する研修会の実施数	70 回	120 回	ウ
6 メンタルヘルス対策取組事業場割合 (労働者 50 人未満)	60.3%	70%以上	7 メンタルヘルス対策取組事業場割合 (労働者 50 人未満)	60.3%	—	
7 ワーク・ライフ・バランスの推進に取り組んでいる県内事業所の割合	71.3%	65.0%	8 【新】多様な就労形態を導入している県内事業所の割合	86.1%	92.1% (R8)	ア
高齢者層			高齢者層			
8 65 歳以上の高齢者で孤立感を感じていない人の割合	76.5% (H28)	80.0%	9 【新】チームオレンジ整備市町数	4 市町	29 市町 (R7)	オとア
9 認知症サポーター養成数	215,581 人	185,000 人	10 認知症カフェを設置している市町数	25 市町	29 市町	ウ

うつ病などの精神疾患を含む対策			うつ病などの精神疾患を含む対策			
11 かかりつけ医等うつ病対応力向上研修受講者数（累計）	663人	594人	11 かかりつけ医等うつ病対応力向上研修受講者数（累計）	663人	763人	ア
12 自殺予防週間・自殺対策強化月間中に自殺予防啓発などを行っている市町数	29市町	29市町	12 自殺予防週間・自殺対策強化月間中に自殺予防啓発などを行っている市町数（毎年）	29市町	29市町	イ
13 自殺予防週間や自殺対策強化月間の認知度	-	66.7%	13 自殺予防週間や自殺対策強化月間の認知度	R4 県民健康意識調査結果	66.7%	○
自殺未遂者支援			自殺未遂者支援			
14 自殺未遂者支援における人材育成研修受講者数（累計）	627人	601人	14 自殺未遂者支援における人材育成研修受講者数（累計）	627人	927人	ア
遺族支援			遺族支援			
15 自死遺族支援のためのリーフレット配布か所数（累計）	585か所	603か所	15 自死遺族支援のためのリーフレット配布か所数（累計）	585か所	603か所	ウ
16 自殺対策推進センターにおける自死遺族電話相談件数	60件	41件	16 自殺対策推進センターにおける自死遺族相談件数	84件	94件	アとエ
17 自殺対策推進センターにおける自死遺族面接相談件数	24件	29件				
18 自死遺族支援における人材育成研修受講者数（累計）	424人	498人	17 自死遺族支援における人材育成研修受講者数（累計）	424人	669人	ウ
がん患者・慢性疾患患者等に対する支援			がん患者・慢性疾患患者等に対する支援			
19 おしゃべりサロン（がん）の開催か所数	8か所	8か所	18 おしゃべりサロン（がん）の開催か所数（毎年）	8か所	8か所	イ
ハイリスク者支援			ハイリスク者支援			
20 生活困窮者からの新規相談受付件数	5,714件	4,319件	19【新】「～性犯罪・性暴力をなくそう～よりこ出前講座」の受講者数（累計）	1,669人	4,100人(R8)	ア
			20【新】ひきこもり多職種連携チームによる支援件数（累計）	-	70件	ア
地域特性への対応			地域特性への対応			
21 地域自殺・うつ対策ネットワーク組織（保健所）および庁内連携会議（市町）の設置数	32か所	37か所	21 地域自殺・うつ対策ネットワーク組織（保健所）および庁内連携会議（市町）の設置数	32か所	37か所	ウ

関係機関・民間団体との連携			関係機関・民間団体との連携			
22 関係機関・民間団体と企画段階から連携して自殺対策事業を実施した県・市町数	27 か所	37 か所	22 関係機関・民間団体と企画段階から連携して自殺対策事業を実施した県・市町数	27 か所	37 か所	ウ
23 関係機関・民間団体と県または市町が連携した自殺対策事業数	53 事業	80 事業	23 関係機関・民間団体と県または市町が連携した自殺対策事業数	53 事業	80 事業	ウ
自殺対策を担う人材の育成			自殺対策を担う人材の育成			
24 相談窓口対応力向上研修受講者数(累計)	451 人	606 人	24 相談窓口対応力向上研修受講者数(累計)	451 人	851 人	ウ
大規模災害や感染症により不安を抱えている方への支援			大規模災害や感染症により不安を抱えている方への支援			
25 災害時支援者研修受講者数(累計)	127 人	148 人	25 災害時支援者研修受講者数(累計)	127 人	312 人	ウ
26 DPATの訓練および研修数(累計)	14 回	18 回	26 DPATの訓練および研修数(累計)	14 回	29 回	ウ
情報収集と提供			情報収集と提供			
27 こころの健康センター・自殺対策推進センターホームページのアクセス数	58,909 件	7,500 件	27【新】自殺対策に関する情報収集および提供数(累計)	—	600 件	ア

- ア 目標を達成したが、さらに強化するため新規の目標値を設定
- イ あるいは、さらなる充実を目指す目標値を設定して継続
- ウ 目標を達成したが、必要な取組のため同じ目標値を継続
- エ 目標を達成していないため継続（累積の数字は目標値を再設定）
- オ 目標を達成していないため取組を拡大して指標を見直し
- オ 5年に1回しか評価できないなど評価困難なため指標を変更

○第3次計画の達成状況

ア	イ	ウ	エ	オ
①、③、⑦、 ⑨、11、14、 16、⑳、㉑	12、19	2、5、10、15、 18、21、22、23、 24、25、26	17	④、⑧

※第3次計画の指標番号

※○は新規指標

※保留：6番（労働局と調整中）、13番（県民健康意識調査の結果次第）

第4次三重県自殺対策行動計画 新規評価指標の候補

参考資料

1 対象を明確にした取組

No	評価指標	現状値 (令和3年度)	数値目標 (令和9年度)	調査資料など
①子ども・若者				
1	学校生活に安心を感じている子どもたちの割合	小学生 95.9% 中学生 97.5% 高校生 92.4%	小学生 100% 中学生 100% 高校生 100% (令和8年度)	三重県教育委員会調べ
2	自分にはよいところがあると思う子どもたちの割合	小学生 76.0% 中学生 77.5%	小学生 80.0% 中学生 80.0% (令和8年度)	三重県教育委員会調べ
3	困難だと思うことでも、前向きに考えて挑戦している高校生の割合	高校生 78.8%	高校生 83.8%	三重県教育委員会調べ
4	「子どもSNS相談みえ」の利用者への満足度アンケート結果	満足度についての肯定的回答 91%	満足度についての肯定的回答 94%	三重県教育委員会調べ
5	三重県総合教育センターでの年間教育相談件数	9,513件	7,500件	三重県教育委員会調べ
6	人権教育推進の要となる教職員を対象とする研修会への参加のべ人数	1,585人	1,500人以上	三重県教育委員会調べ
7	3年間に性の多様性に関する教育を実施する県立学校の割合	100%	100%	三重県教育委員会調べ
8	「おしごと広場みえ」のべ利用者数	8,312人	13,500人 (令和4年度)	三重県雇用経済部調べ
9	就職等件数（週の所定労働時間が20時間未満の就職であって雇用保険被保険者資格を取得し得る就職、公的職業訓練の受講を含む）	287件	348件 (令和4年度)	三重県雇用経済部調べ
10	薬物乱用防止に関する講習会等を実施した県内小学校の数	135校	160校	三重県医療保健部調べ
②妊産婦				
11	母子保健コーディネーターの養成数	227人	325人	三重県子ども・福祉部調べ
12	「出産前後からの親子支援事業」の病診・病病連携による支援の実績数	44件	73件	三重県子ども・福祉部調べ
③中高年層				
13	「多様な就労形態を導入している」と回答した県内事業所の割合	86.1%	92.1% (令和8年度)	三重県雇用経済部調べ
14	国等が実施するアルコール依存症に関する研修およびその伝達研修への参加者数	-	45名 (令和8年度)	三重県医療保健部調べ
15	離職者を対象とした公共職業訓練入校者数	104名(施設内)	123名(施設内) (令和8年度)	三重県雇用経済部調べ

③高齢者層				
16	チームオレンジ整備市町数	4市町	29市町 (令和7年度)	三重県医療保健部調べ
17	認知症サポーター養成数	215,581人	235,000人 (令和5年度)	全国キャラバン・メイト連絡協議会調べ
④うつ病などの精神疾患を含む対策				
18	県民公開講座の参加者数	64人	70人	自殺対策推進センター調べ
19	依存症対策事業における支援件数	751件	760件	こころの健康センター調べ
⑤自殺未遂者支援				
20	自殺未遂者支援研修会の参加者数(累計)	627人	927人	自殺対策推進センター調べ
21	病院勤務医師数(県内の病院で勤務する医師数(常勤換算))	2,781.2人	2,905.4人	三重県医療保健部調べ
⑥遺族支援				
22	自死遺族支援のためのリーフレット配布か所数(累計)	585か所	603か所	自殺対策推進センター調べ
23	自死遺族電話・面接相談件数(累計)	84件	94件	自殺対策推進センター調べ
24	自死遺族支援者研修会の参加者数(累計)	424人	669人	自殺対策推進センター調べ
25	自死遺族の集い実施回数	6回	6回	自殺対策推進センター調べ
26	自死遺族支援に関する普及啓発活動の実施回数	18回	18回	自殺対策推進センター調べ
⑦がん患者・慢性疾患患者等に対する支援				
27	地域におけるがんサロンの運営数	8か所	8か所	三重県医療保健部調べ
28	難病相談会の開催回数(累計)	—	20回	三重県医療保健部調べ
⑧ハイリスク者支援				
29	「～性犯罪・性暴力をなくそう～ よりこ出前講座」の受講者数(累計)	1,669人	4,100人 (令和8年度)	三重県環境生活部調べ
30	ひきこもり相談件数	342件	350件	ひきこもり地域支援センター調べ
31	ひきこもり多職種連携チームによる支援件数(累計)	—	70件	ひきこもり地域支援センター調べ
32	3年間に性の多様性に関する教育を実施する県立学校の割合	100%	100%	三重県教育委員会調べ
6 情報収集と提供				
事業No	評価指標	現状値 (令和3年度)	数値目標 (令和9年度)	調査資料など
33	自殺対策に関する情報収集および提供数(累計)	—	600	自殺対策推進センター調べ
34	ホームページアクセス数	58,909	59,000	自殺対策推進センター調べ