

# 1. 計画の見直しの趣旨

## 1. 計画の位置づけ

本計画は、自殺対策基本法第13条第1項に基づき、国の「自殺総合対策大綱」及び福井県の「自殺対策計画」を踏まえ策定します。また、第5次健康増進計画や他の計画と整合性を図ります。

## 2. 計画の期間

本計画の期間は、国の自殺総合対策大綱がおおむね5年を目途に見直すこととされていることを踏まえ、健康増進計画と同期間とし、令和7年～11年度までの5年間とします。

## 3. 前回の計画の達成状況

国の自殺総合対策大綱においては、平成27年～令和8年度までで自殺死亡率（人口10万人あたりの自殺者数）を30%以上減少させる数値目標を掲げています。勝山市においても、国と同様に10年間で自殺死亡率を30%以上減少させることを目標としました。

策定時から5年後の平成29年～令和3年度においては、自殺死亡率・自殺者数ともに減少しましたが、目標には達していません。

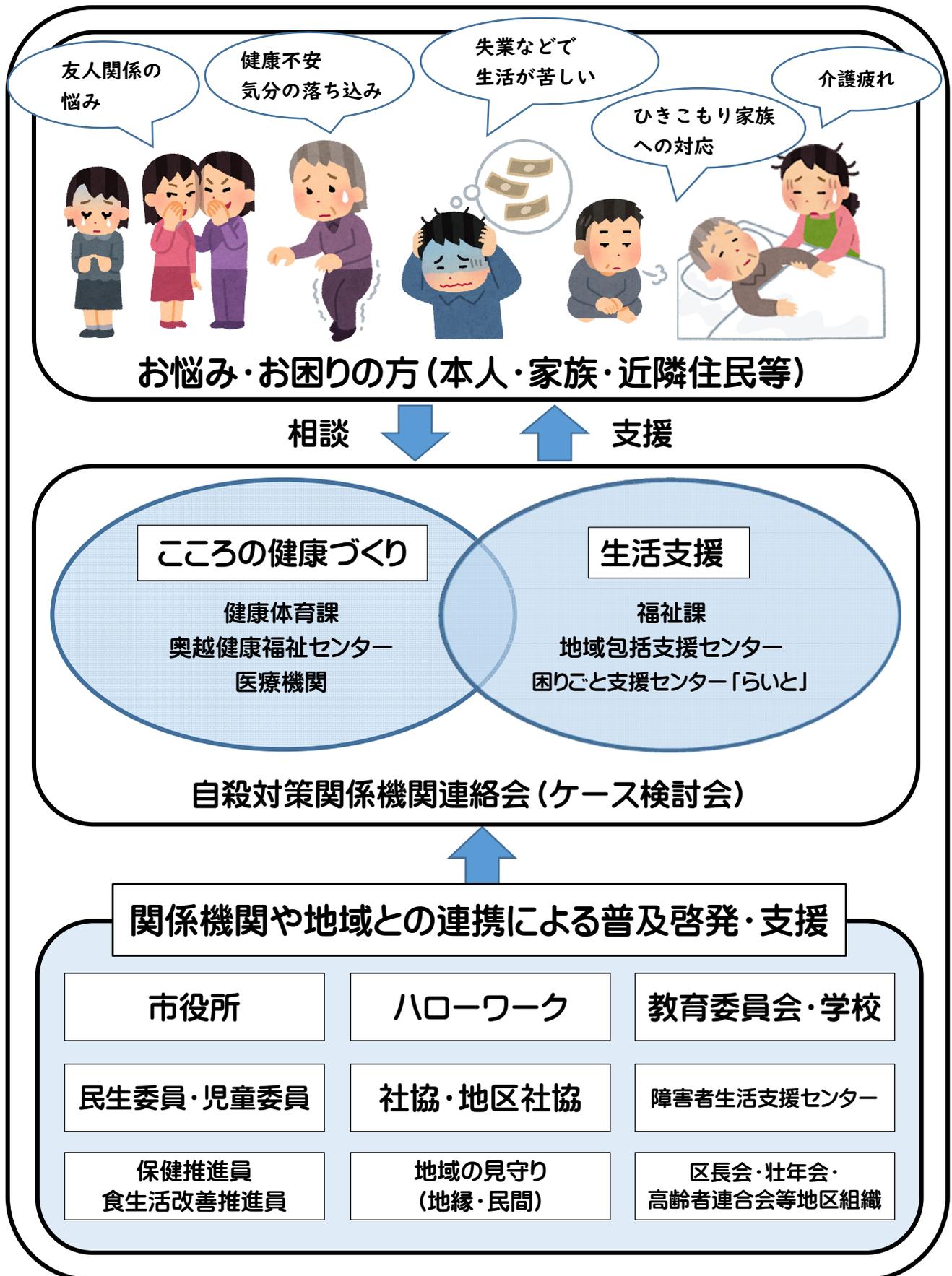
期間	(策定時) 平成24～28年	平成29年～令和3年		(10年後目標値) 令和4～8年 (30%減少)
		5年後目標値 (15%減少)	実績値	
自殺死亡率 (5年平均)	19.96	16.96	18.0	13.97
自殺者数 (5年総数)	28	24	22	19

## 4. 計画の数値目標

達成状況や、国の目標である10年間での自殺率30%減少を踏まえ、勝山市の目標は直近値の平成30年～令和4年までの5年間の自殺死亡率及び自殺者数を令和11年度の評価時までには15%減少させることを目標とします。

期間	(直近値) 平成30～令和4年	(5年後目標値) 令和6～10年 (15%減少)
自殺死亡率 (5年平均)	21.78	18.5
自殺者数 (5年総数)	25	21

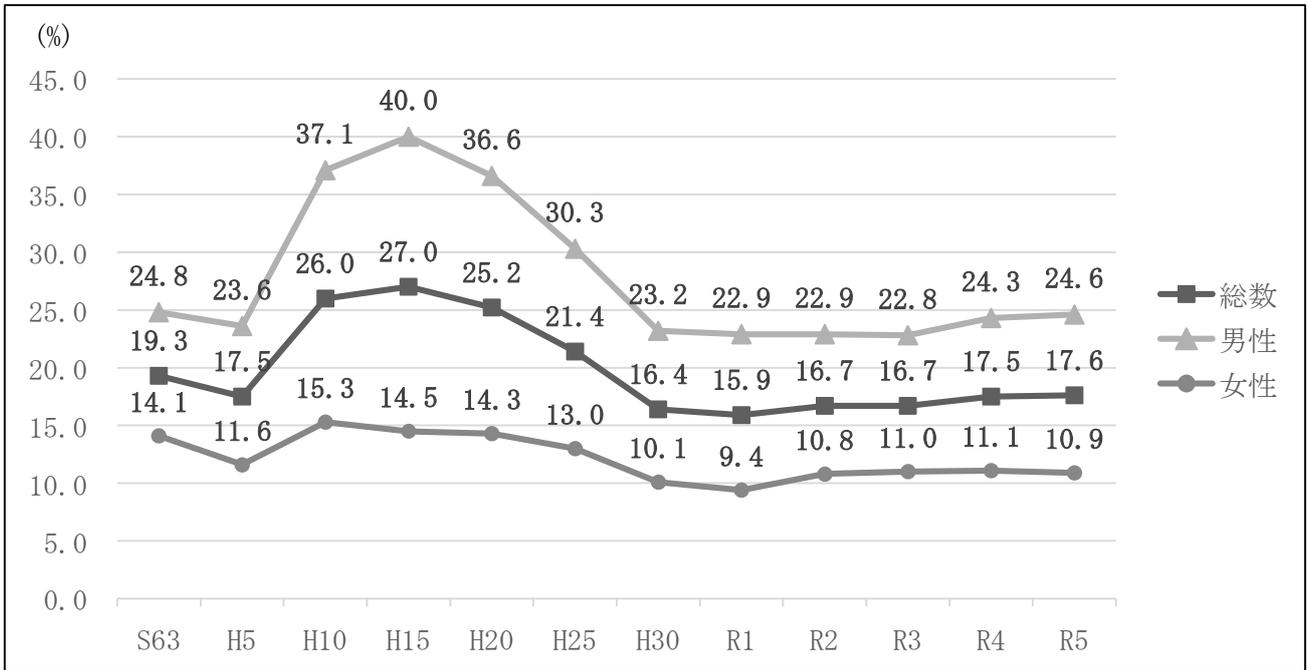
## 5. 計画の推進体制



## II. 勝山市の自殺の特徴

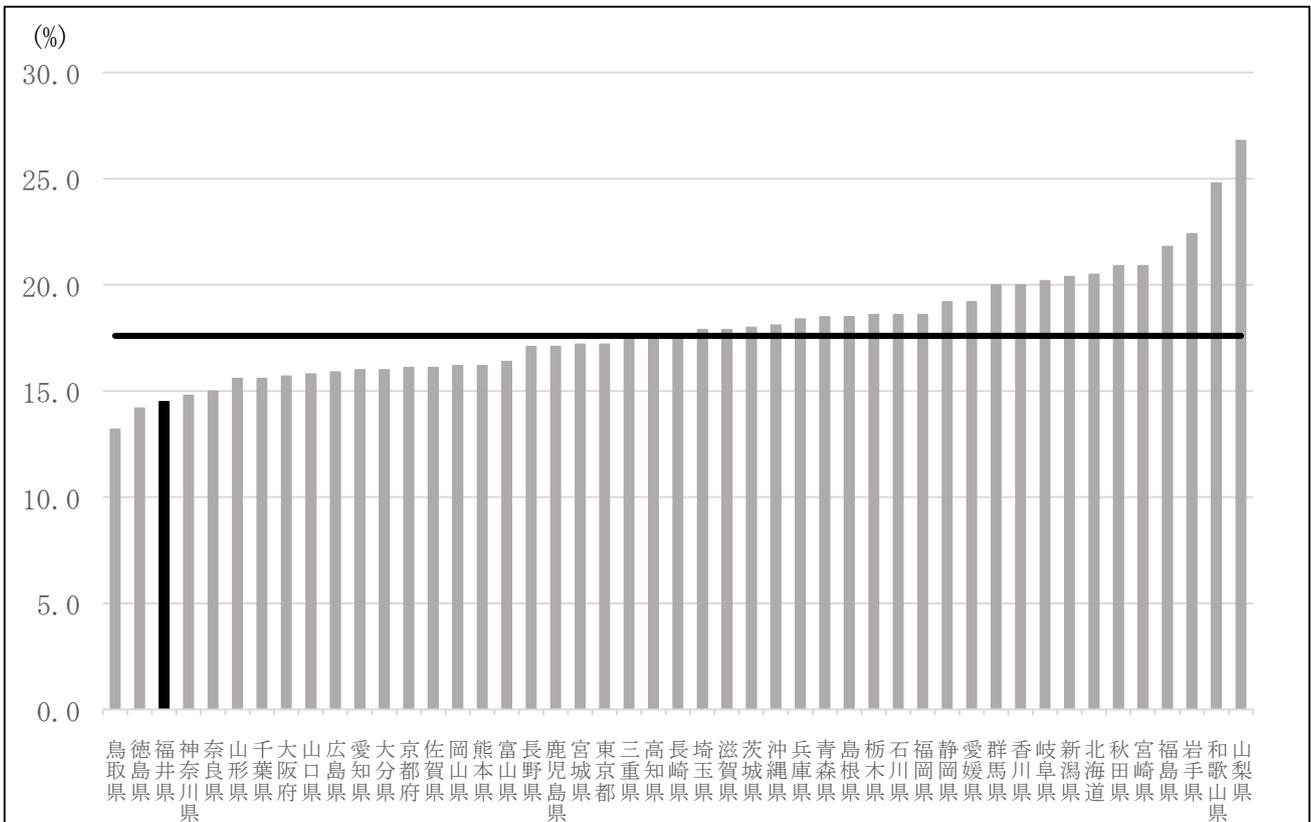
### 1. 自殺の状況

■全国の自殺死亡率の年次推移（人口10万対） 図1



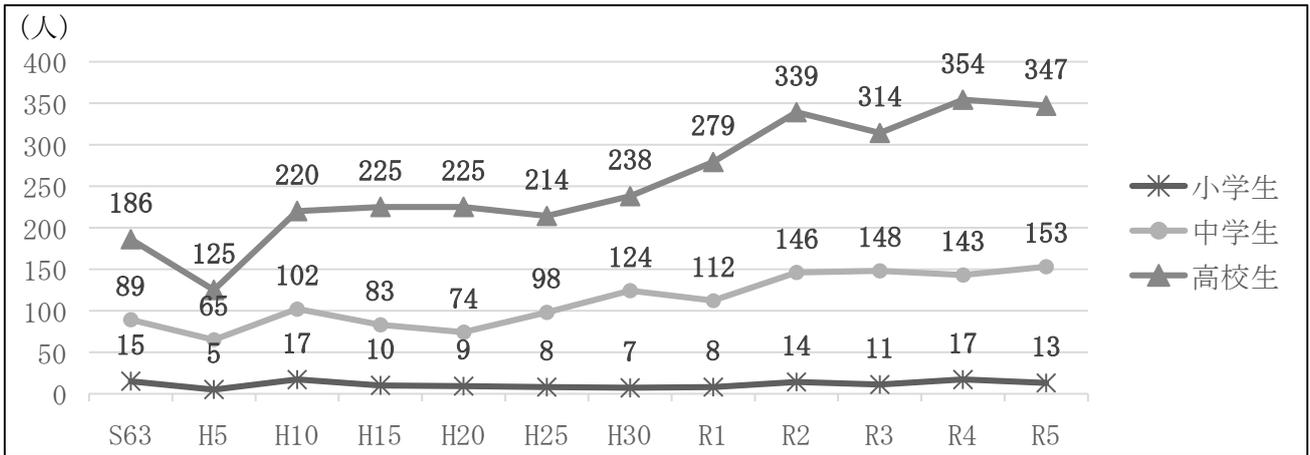
(資料：警察庁自殺統計原票)

■都道府県別自殺率（人口10万対）（令和5年度） 図2



(資料：警察庁自殺統計原票)

■全国の小中高生の自殺者数の年次推移 図3



(資料：警察庁自殺統計原票)

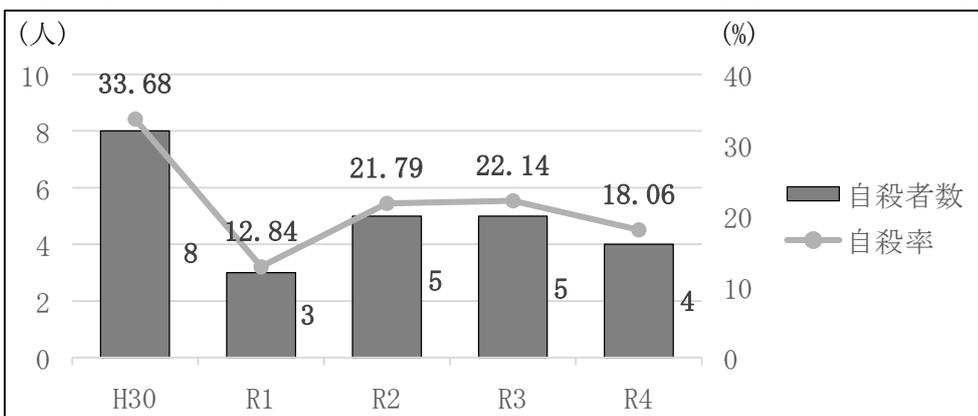
- 全国では令和元年以降、男性の自殺率は増加し、女性の自殺率は横ばいである。(図1)
- 都道府県別自殺率では福井県の自殺率は3番目に低い。(図2)
- 中学生・高校生の自殺者数が増加している。(図3)

■年齢階級別死因順位（平成30年～令和4年度合計） 表1

	福井県			全国		
	1位	2位	3位	1位	2位	3位
10-19歳	自殺	悪性新生物	その他の神経系疾患	自殺	不慮の事故	悪性新生物
20-29歳	自殺	不慮の事故	悪性新生物	自殺	不慮の事故	悪性新生物
30-39歳	自殺	悪性新生物	不慮の事故	自殺	悪性新生物	心疾患
40-49歳	悪性新生物	自殺	心疾患	悪性新生物	自殺	心疾患
50-59歳	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
60-69歳	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
70-79歳	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
80-89歳	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
90-99歳	心疾患	老衰	悪性新生物	老衰	心疾患	悪性新生物
100歳以上	老衰	心疾患	肺炎	老衰	心疾患	肺炎

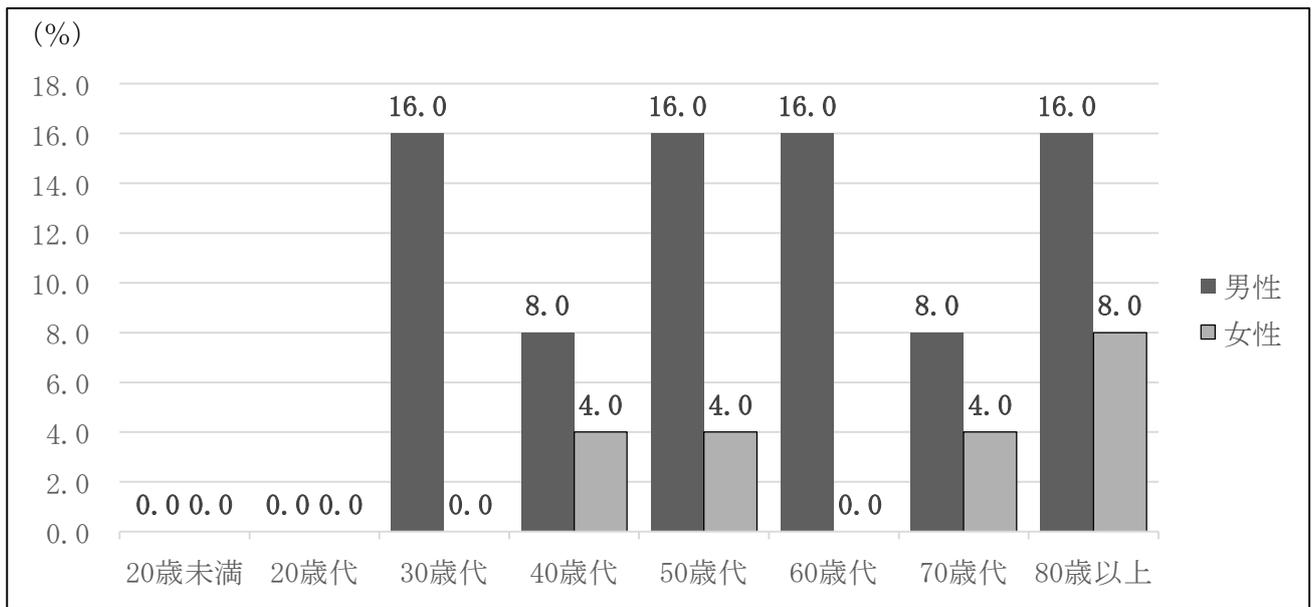
(資料：厚生労働省「人口動態統計」)

■勝山市の自殺者数及び自殺死亡率（人口10万対）の推移（平成30年～令和4年度合計） 図4



(資料：地域自殺実態プロフィール2023)

■勝山市の性・年代別の自殺者割合（平成30年～令和4年度の全自殺者に占める割合） 図5



(資料：地域自殺実態プロファイル2023)

■職業・同居人有無による自殺者の割合（平成30年～令和4年度合計） 表2

性別	年齢階級	職業	同居	勝山市		全国割合
				自殺者数	割合	
男性	20～39歳	有職	同居	3	12.0%	5.9%
			独居	0	0.0%	3.9%
		無職	同居	1	4.0%	4.0%
			独居	0	0.0%	2.2%
	40～59歳	有職	同居	4	16.0%	10.0%
			独居	1	4.0%	4.7%
		無職	同居	1	4.0%	4.6%
			独居	0	0.0%	4.1%
60歳以上	有職	同居	4	16.0%	3.9%	
		独居	1	12.0%	1.7%	
	無職	同居	3	8.0%	11.5%	
		独居	2	0.0%	7.3%	
女性	20～39歳	有職	同居	0	0.0%	1.9%
			独居	0	0.0%	1.1%
		無職	同居	0	0.0%	2.9%
			独居	0	0.0%	1.0%
	40～59歳	有職	同居	1	4.0%	2.6%
			独居	0	0.0%	0.7%
		無職	同居	1	4.0%	5.2%
			独居	0	0.0%	1.4%
	60歳以上	有職	同居	0	0.0%	0.8%
			独居	0	0.0%	0.3%
		無職	同居	3	12.0%	8.7%
			独居	0	0.0%	4.1%

(資料：地域自殺実態プロファイル2023)

■勝山市の主な自殺者の特徴（平成30年～令和4年度合計） 表3

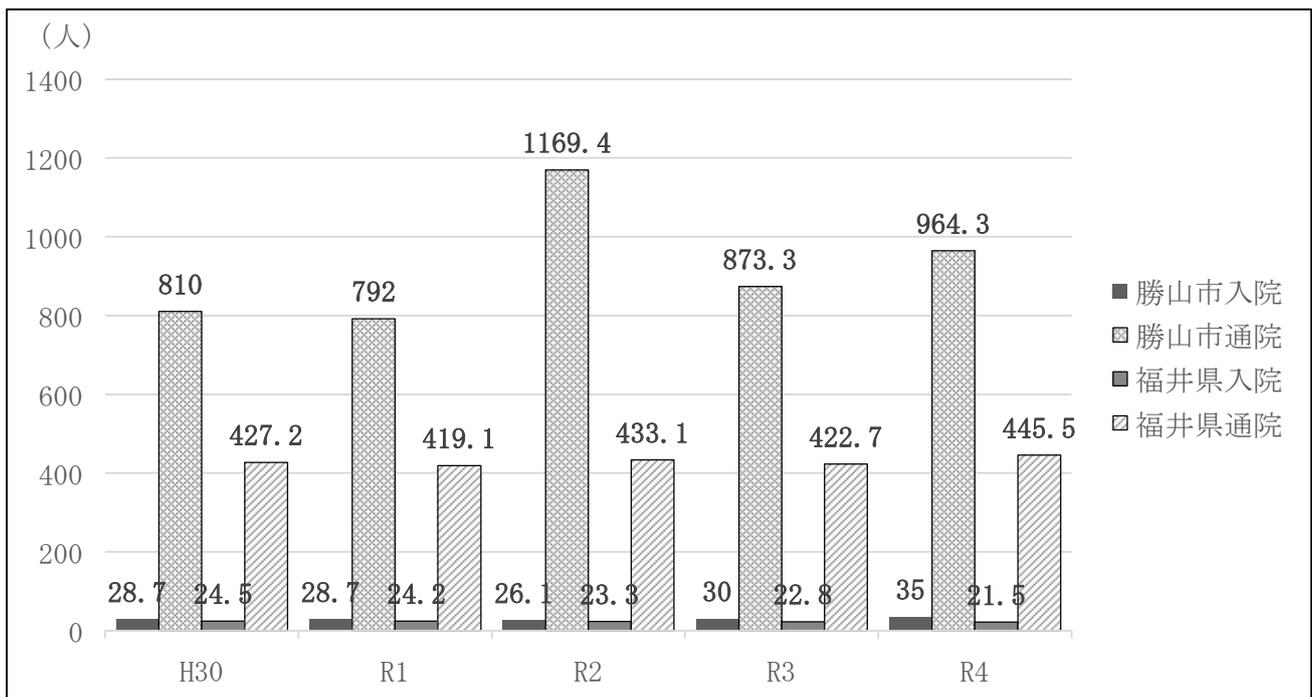
自殺者の特性 上位5区分	自殺者数 (5年計)	割合	自殺死亡率 (人口10万対)	背景にある 主な自殺の危機経路
1位：男性 60歳以上有職同居	4	16.0%	47.6	①【労働者】身体疾患+介護疲れ →アルコール依存→うつ状態→自殺 ②【自営業者】事業不振 →借金+介護疲れ→うつ状態→自殺
2位：男性 40～59歳有職同居	4	16.0%	35.9	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み →仕事の失敗→うつ状態→自殺
3位：男性 20～39歳有職同居	3	12.0%	40.9	職場の人間関係/仕事の悩み(ブラック企業) →パワハラ+過労→うつ状態→自殺
4位：男性 60歳以上無職同居	3	12.0%	29.1	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ) +身体疾患→自殺
5位：女性 60歳以上無職同居	3	12.0%	17.4	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺

(資料：地域自殺実態プロフィール2023)

- 年齢階級別の死亡数順位において自殺は、10・20・30歳代において1位、40歳代で2位となっており、全国と同様である。（表1）
- 平成30年～令和4年度の5年間の合計の自殺者数は25人で、性・年代別では30・50・60歳代及び80歳以上の男性で16%となっている。（図4, 5）
- 平成30年～令和4年度の5年合計の自殺者の特徴は有職同居男性となっている。60歳以上では男女ともに無職同居も特徴となっている。（表2, 3）

## 2. 精神障害者医療・福祉の現状

■入院通院患者数（人口1万対） 図6



(資料：福井県障がい福祉課)

■精神障害者保健福祉手帳所持者数 表4 ■自立支援医療費(精神通院医療)受給者証所持者数 表5

(単位：人)

年度	1級	2級	3級	計
R4	19	238	72	329
R3	22	229	79	327
R2	24	229	76	313
R1	23	212	66	301
H30	27	210	62	299

(資料：福井県障がい福祉課)

(単位：人)

R4	540
R3	517
R2	428
R1	490
H30	505

(資料：福井県障がい福祉課)

■障害福祉居宅介護サービス利用状況 表6

年度	居宅介護サービス支給決定者数		実利用者数	利用時間
	総数	内) 精神障害		
R5	17	12 (70.6%)	12	735.25
R4	15	11 (73.3%)	11	636.5
R3	11	8 (72.7%)	9	568.75
R2	13	8 (61.5%)	9	723.25
R1	13	8 (61.5%)	8	511.75

(資料：福祉課)

- 人口10万あたりの入院者数・通院者数ともに福井県より多くなっており、通院者数は増加している。(図6)
- 精神障害者保健福祉手帳所持者、自立支援医療費受給者証所持者は増加している。(表4,5)
- 居宅介護サービス支給決定者の内、約7割が精神障害による申請となっている。(表6)

### 3. こころの健康

■ストレス相談会の実施状況 表7

市民の日常の悩みや人間関係によるストレス等の相談に対応するため、心理カウンセラーによる個別相談を1人1時間の事前予約制で実施。月1回の開催であったが、令和2年度は新型コロナウイルス感染症の流行により、実施を2回中止後、オンラインでの相談体制を整え、月1回の実施を継続。

年度	実施回数	相談者数		ストレス状態							
		実	延	健康		軽度		中等度		高度	
R5	12回	3	4	0	0.0%	0	0.0%	4	100%	0	0.0%
R4	12回	8	11	0	0.0%	0	0.0%	7	63.6%	4	36.4%
R3	12回	3	4	1	25.0%	1	25.0%	2	50.0%	0	0.0%
R2	10回	3	4	0	0.0%	2	50.0%	1	25.0%	1	25.0%
R1	12回	9	22	1	4.5%	5	22.7%	14	63.6%	2	9.1%

(資料：健康体育課)

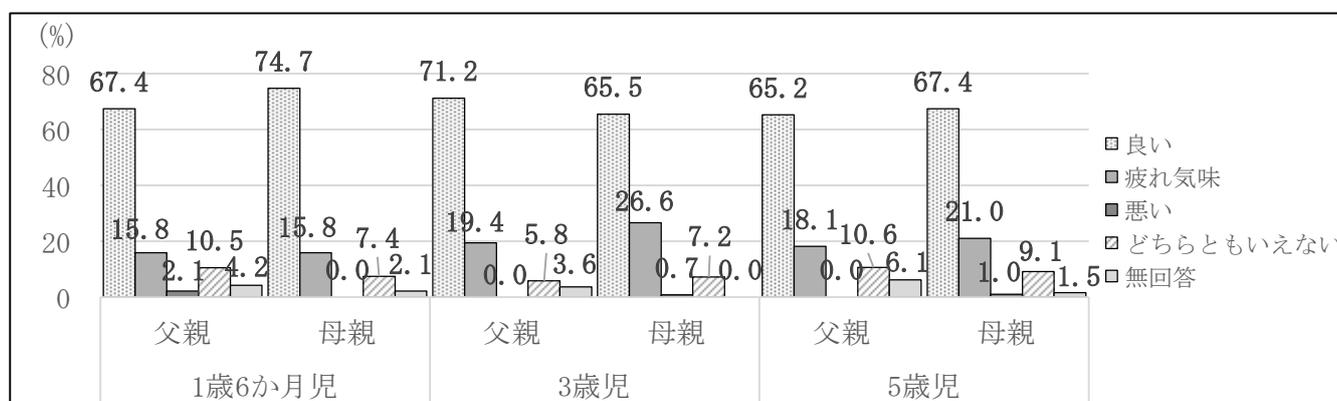
### ■エジンバラ産後うつ病質問票の実施状況 表8

産後うつの早期発見・対応のために、産婦訪問等の機会にエジンバラ産後うつ質問票を用いて産婦の心身の状態の確認を実施。産後うつのリスクが高いとされる9点以上の産婦には保健師が状況に合わせ、関係機関につなぐなどの支援を実施。

年度	実施者数	9点以上	
		人数	割合
R5	82	8	9.8%
R4	98	11	11.2%
R3	111	10	9.0%
R2	105	13	12.4%
R1	109	10	9.2%

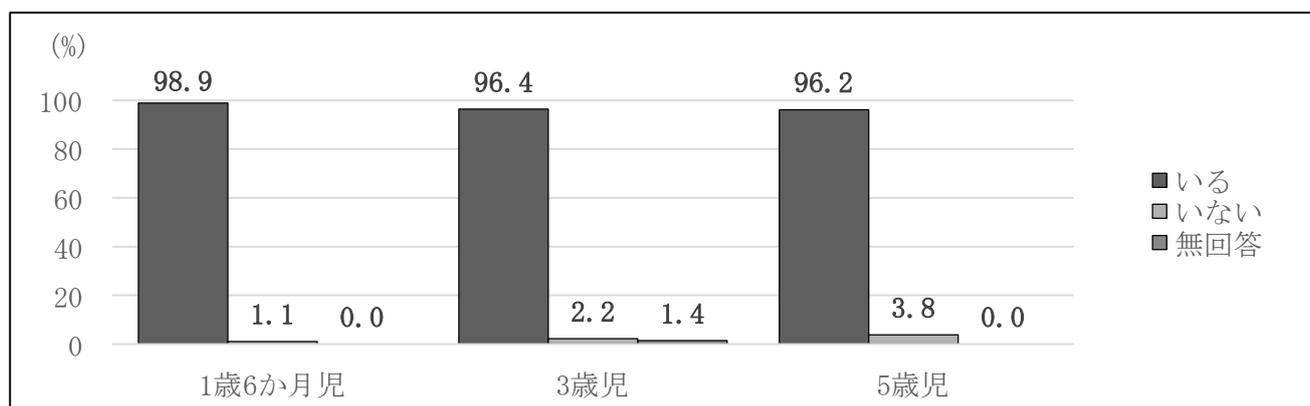
(資料：健康体育課)

### ■幼児の保護者の気持ちの状態（令和5年度） 図7



(資料：健康体育課)

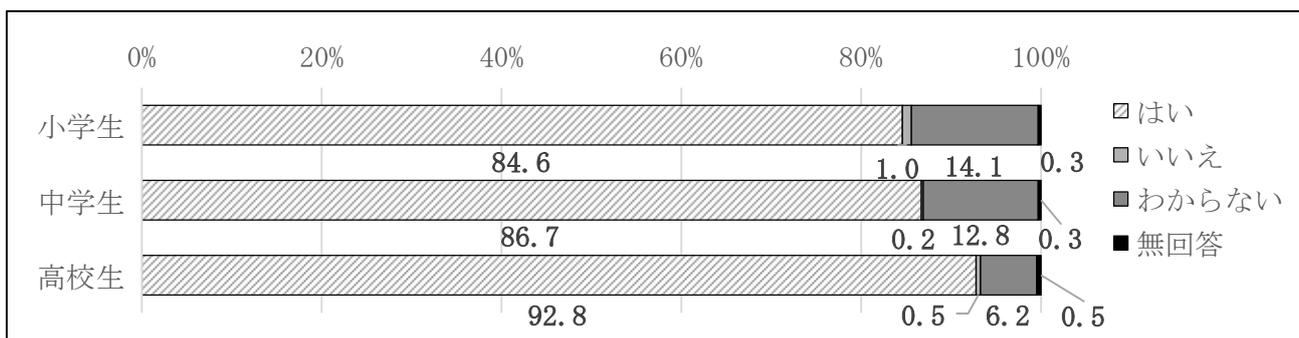
### ■幼児の保護者の育児相談者・協力者の有無（令和5年度） 図8



(資料：健康体育課)

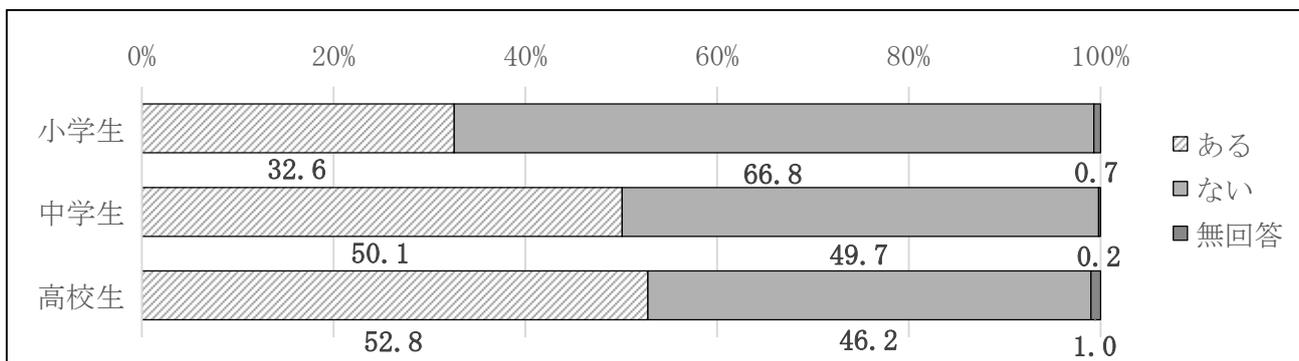
- ストレス相談会利用者のストレス度は中等度の割合の者が多い。（表7）
- 産後うつのリスクが高いとされる産婦は10%程度いる。（表8）
- 3歳児の母親で疲れ気味と回答する割合が高い。（図7）
- 1歳6か月児では1.1%、3歳児では2.2%、5歳児では3.8%の保護者が育児相談者・協力者がいないと回答している。（図8）

■家族に大切にされていると思う児童・生徒の割合（令和5年度） 図9



(資料：住民意識調査報告書)

■悩みがある児童・生徒の割合（令和5年度） 図10



(資料：住民意識調査報告書)

■児童・生徒の悩みの内容（令和5年度） 表9

※3つまでの複数回答のため、割合は選択者数/回答者総数で算出

	勉強や進路	友達関係	性格やくせ	顔や体形
小学生	14.5%	13.8%	9.4%	6.7%
中学生	37.1%	16.0%	13.7%	11.0%
高校生	46.9%	11.3%	11.9%	13.9%

(資料：住民意識調査報告書)

■児童・生徒の心配事や悩みの相談相手（令和5年度） 表10

※2つまでの複数選択のため、割合は選択者数/回答者総数で算出

	親	兄弟姉妹	友だち	先生	誰にも相談しない
小学生	64.3%	6.7%	37.4%	13.8%	19.9%
中学生	54.1%	11.6%	47.5%	10.8%	24.1%
高校生	66.5%	10.3%	61.9%	8.8%	12.4%

(資料：住民意識調査報告書)

○家族に大切にされていると思う児童・生徒の割合は高校生が最も高く、小学生が最も低い。

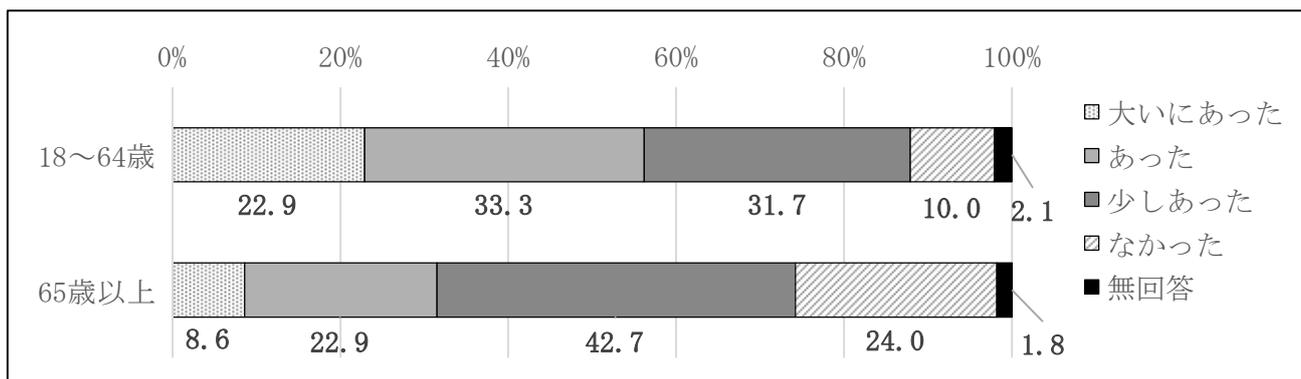
(図9)

○悩みがある児童・生徒の割合は高校生が最も高く、小学生が最も低い。(図10)

○児童・生徒の悩みで一番多いのは「勉強や進路」である。(表9)

○児童・生徒の相談相手として最も多いのは親で、中学生において誰にも相談しない割合が最も高い。(表10)

■最近1か月間でストレスを感じた人の割合（令和5年度） 図11



(資料：住民意識調査報告書)

■18～64歳のストレスの原因（上位5つ）（令和5年度） 表11

※3つまでの複数回答のため、割合は選択者数/回答者総数で算出

1位：仕事	2位：身体や健康	3位：経済面	4位：家族関係	5位：他者との関係
60.4%	38.9%	38.0%	15.5%	10.6%

(資料：住民意識調査報告書)

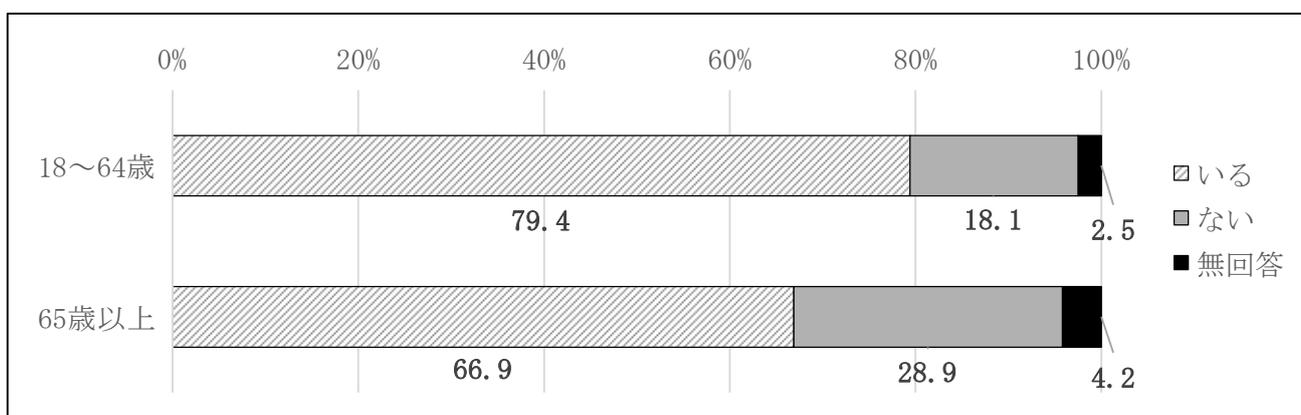
■65歳以上のストレスの原因（上位5つ）（令和5年度） 表12

※3つまでの複数回答のため、割合は選択者数/回答者総数で算出

1位：身体や健康	2位：経済面	3位：介護	4位：仕事	5位：家族関係
56.0%	19.3%	18.0%	12.6%	8.8%

(資料：住民意識調査報告書)

■悩みを相談する相手の有無（令和5年度） 図12



(資料：住民意識調査報告書)

○悩みが「おおいにあった」「あった」と回答した人は18～64歳で56.2%、64歳以上で31.5%である。(図11)

○ストレスの悩みで最も多いのは、18～64歳においては「仕事」、65歳以上では「身体や健康」についてである。(表11, 12)

○悩みを相談する相手がいる割合は65歳以上で低くなっている。(図12)

## 4. 5年間(R2～R6)の取組状況

### ■基本施策(全国的に実施することが望ましいとされている項目)

#### (1) 地域におけるネットワークの強化

前回計画時の取組内容	5年間(R2～R6)の取組状況
<p>○地域や関係機関との連携・ネットワークの強化</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺対策関係機関連絡会の実施</li> <li>・庁内、関係機関とのケース会議の開催</li> <li>・民生委員や地区社協、その他地域見守り協定団体等との連携強化</li> <li>・生活保護や生活困窮者自立支援との連携強化</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自殺対策関係機関連絡会を開催。令和2年度にはライフステージに合わせた相談機関の一覧の作成とひきこもり支援の流れを関係機関で確認した。</li> <li>・地域包括支援センター及び福祉課、社会福祉協議会等と連携し、ケース会議を随時開催した。</li> <li>・高齢者の見守り活動の推進として市内介護施設等19事業所及び1協会と協定を結んだ。</li> <li>・新型コロナウイルス感染症流行下で外出控えがあったが、地域住民の見守りの強化を兼ね、民生委員や保健推進員と協力してこころの御守りを配布した。</li> <li>・社会福祉協議会と福祉課で定期的に生活困窮支援調整会議を開催し、情報共有することで生活保護に至るケースをスムーズに福祉課に移管した。</li> </ul>

#### (2) 市民への啓発と周知

前回計画時の取組内容	5年間(R2～R6)の取組状況
<p>○市広報や各種イベント、関係機関と連携した啓発活動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・勝山市の相談窓口を記載したリーフレットの作成と配布</li> <li>・こころの健康講座の開催</li> <li>・自殺予防週間に合わせた街頭啓発</li> <li>・広報、ホームページ等による周知</li> <li>・地域や学校との連携による啓発</li> </ul> <p>○相談窓口の利用促進</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレス相談会の周知</li> <li>・困りごと支援センター「らいと」や地域包括支援センター、障害者生活支援センター等の周知</li> <li>・各種相談窓口の紹介</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こころの御守りを作成し、乳児健診、集団健康診査会場、すこやかフェスタ、新型コロナワクチン集団接種会場、各種教室等で配布した。また、庁内や市内金融機関等の窓口への設置により、悩みの内容に合わせた相談窓口の周知に取り組んだ。</li> <li>・自殺予防週間に合わせて市広報に相談窓口の案内やストレスチェック項目の掲載を行った。</li> <li>・メンタルヘルスに関するセミナーなどの案内をすこやか内に掲示し、配布した。</li> <li>・訪問やサロンなど各種事業等でチラシや相談先を配布することで地域包括支援センターの周知を行った。また、市広報やホームページ等を通じ、市民全体への周知に取り組んだ。</li> <li>・保護司会、ライオンズクラブ等の団体の例会に出向き、困りごとセンター「らいと」の周知活動を実施した。</li> </ul>

#### (3) 生きることの促進要因への支援

前回計画時の取組内容	5年間(R2～R6)の取組状況
<p>○自殺リスクを抱える可能性のある人への支援</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレス相談会の周知と医療機関との連携強化</li> <li>・困りごと支援センター「らいと」や地域包括支援センター、障害者生活支援センター等と連携した対応と支援</li> <li>・庁内関係機関と連携した生活支援</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新型コロナウイルス感染症流行下においても、感染症対策を徹底しながらストレス相談会を開催した。また、外出控えに対応するため、オンライン相談の体制を整えた。高ストレスと判断された利用者は医療機関につなぐ支援を行った。</li> <li>・健診事後訪問等で家族介護等の悩みがある方を地域包括支援センターや障害者生活支援センターにつないだ。</li> </ul>

### (3) 生きることの促進要因への支援

前回計画時の取組内容	5年間(R2~R6)の取組状況
<ul style="list-style-type: none"> <li>○各世代のライフステージにあった生活の支援</li> <li>・健康づくりや生きがいがづくりの推進</li> <li>・各種生活支援の充実</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康ポイント事業を実施した。運動によるポイントだけでなく、各イベントへの参加をボーナスポイントとすることで、楽しみながら健康づくりをすることを推進した。</li> <li>・令和5年1月より出産・子育て応援交付金事業を開始した。妊婦面談や産婦訪問の際に申請を受付し、経済的支援と合わせて、妊娠中から育児期の切れ目ない伴走型支援を実施した。</li> </ul>

### (4) 自殺対策を支える人材の育成

前回計画時の取組内容	5年間(R2~R6)の取組状況
<ul style="list-style-type: none"> <li>○市民や様々な職種、学校教育関係者を対象とする研修</li> <li>・心の健康をテーマとした健康教室の実施</li> <li>・県と連携したゲートキーパー養成講座の実施</li> <li>・各種団体と連携した講座の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一般市民及び地区活動を行う保健推進員や食生活改善推進員を対象としたゲートキーパー研修を開催した。</li> <li>・市及び福祉施設等職員、理容組合員や民間企業の従業員を対象にゲートキーパー養成講座を実施した。</li> </ul>

### (5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

前回計画時の取組内容	5年間(R2~R6)の取組状況
<ul style="list-style-type: none"> <li>○児童生徒へのSOSの出し方に関する教育の推進</li> <li>・各学校で発達段階に応じたSOSの出し方に関する教育の推進</li> <li>○若者の社会的・職業的自立に向けた支援体制</li> <li>・「たまり場cafe」「まちなかcafe」の周知</li> <li>・ひきこもり者の対策の検討</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「SOSを出す力を高める教育」を全ての児童生徒に年に1回実施した。抱えている悩みを誰かに相談することを伝え、児童生徒一人一人と学期ごとに教育相談を行った。</li> <li>・保護者や学校からの児童生徒の精神保健に関する相談を受け、医療機関や相談機関等につなげた。必要時はケース会議を実施した。</li> <li>・社会福祉協議会と健康体育課合同で、小学生を対象とした福祉教育として「命の教室」を開催した。妊婦体験や育児体験を通して自身や身近な人の命の大切さを学ぶ機会とした。また、保護者や保健推進員も教室に参加し、地域全体で見守っていることを伝えた。</li> </ul>

## ■重点施策(地域自殺実態プロファイルや地域特性に応じた項目)

### 勝山市の地区特性:「高齢者」「生活困窮」「勤務・経営」「介護」

#### (1) 高齢者の支援

前回計画時の取組内容	5年間(R2~R6)の取組状況
<ul style="list-style-type: none"> <li>○高齢者や介護者への支援</li> <li>・高齢者総合相談の充実</li> <li>・高齢者福祉サービス、介護サービスの提供</li> <li>・介護者への支援</li> <li>・ボランティア活動の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・民生委員から担当地区の高齢者の把握が難しいとの声があり、担当地区の高齢者名簿を作成し、重点的な見守りを依頼した。</li> <li>・地区社協の活動として「給食サービス事業」や「サロン事業」を実施し、高齢者の見守り活動を実施した。</li> <li>・独居高齢者訪問や窓口相談等で、閉じこもり等の何らかの支援を要する人を早期に発見し、介護予防事業や介護サービス、関係機関等につなげた。</li> <li>・高齢者見守り活動協定先において、利用者の生活等に異変を感じた場合は、事業所から連絡を受け訪問等で対応した。</li> </ul>

## (1) 高齢者の支援

前回計画時の取組内容	5年間(R2~R6)の取組状況
<ul style="list-style-type: none"> <li>○高齢者が生きがいと役割を実感できる地域づくりの推進</li> <li>・心の健康づくりの推進(ストレスチェックとストレス相談会の周知)</li> <li>・フレイル予防、介護予防講座の開催</li> <li>・ボランティア活動の推進</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・後期高齢者健診受診者を対象に集団健診当日の保健指導を実施し、健康教室等の参加を促した。</li> <li>・まちづくり会館等で実施するフレイル予防教室において、健康相談を実施した。</li> <li>・高齢者の生きがいや健康づくりとして、ポイント事業によるボランティア活動の支援や、ボランティアの養成講座を実施した。</li> </ul>

## (2) 生きづらさを抱えた人への支援

前回計画時の取組内容	5年間(R2~R6)の取組状況
<ul style="list-style-type: none"> <li>○支援につなぐ取組</li> <li>・障害者や税金等滞納者への支援(庁内連携の強化)</li> <li>・各相談窓口心の相談窓口を記載したカードを配布</li> <li>○生活困窮者への支援強化</li> <li>・生活困窮者自立支援制度や生活保護制度と自殺対策の連携</li> <li>・住まい・電話・水道・税務等関係機関との情報共有</li> <li>・就労に関する支援と関係機関の連携</li> <li>・家計の立て直しに関する相談・支援</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・困窮者からの相談において、勤労意欲がある方には相談員がハローワーク等に同行し、伴走型の就労支援を行った。</li> <li>・新型コロナウイルス感染症流行下には、生活福祉資金貸付事業として緊急小口資金貸付の相談を受付した。償還開始後は窓口や訪問で生活状況の確認を行い、必要に応じて償還猶予や免除の手続きを実施した。</li> <li>・社会福祉協議会を通じ、生活困窮者等に対し食糧支援を行うことをきっかけに、継続的な支援につなげた。</li> </ul>

## 課題

<ul style="list-style-type: none"> <li>●40～59歳、60歳以上の有職同居男性の自殺者数が多くなっている。仕事の負担や職場内の人間関係、家庭での介護負担が原因となっていることから、適切な相談機関につなげ、関係機関が連携し、問題の解決の支援を行う必要がある。</li> <li>●精神障害を持ち、通院や居宅介護サービス等を利用して地域で生活する人が増えている。障害についての知識の普及啓発を行い、地域で見守ることのできる環境を整える必要がある。</li> <li>●18～64歳においては、ストレスを感じている人が半数以上おり、仕事に関する悩みが多くなっている。企業等と連携し、相談しやすい環境づくりを推進していく必要がある。</li> <li>●産後うつは産後の体調や生活リズムの大きな変化が原因とされていることから、妊娠期から妊婦及び家族等に知識の普及啓発を行い、支援を受けながら出産・育児ができる体制を整えていくことが必要である。</li> <li>●幼少期から家族や周囲の人からの愛情を感じ、自分を大切にする児童・生徒を増やすための取り組みが必要である。</li> <li>●悩んでいる人に気づき、声をかけ、相談窓口につなぐことができるようゲートキーパーを養成していく必要がある。</li> <li>●相談窓口を市民にわかりやすく周知することが必要である。また、多様化する悩みに合わせて各関係機関につなげられるよう、日ごろからの連携と情報共有を行っていく必要がある。</li> <li>●高齢者世帯や家族関係が希薄な世帯においては、支援が困難となる事例も多い。医療や福祉等の関係機関が連携しながら対応を行っていく必要がある。</li> <li>●民生委員のなり手不足、高齢化が課題となっている。高齢者世帯や要配慮世帯等の見守りをする人材の確保が必要である。</li> </ul>
--

### III. いのちを支える自殺対策における取組

国や県の基本方針と勝山市の現状をふまえ、計画の基本施策・重点施策を次のとおりとします。

《勝山市自殺対策計画の基本理念》

**「誰も自殺に追い込まれることのないまち勝山の実現を目指す」**

#### 1. 基本施策（全国的に実施することが望ましいとされている項目）

項目	取組内容
<b>(1) 地域におけるネットワークの強化</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○地域や関係機関との連携・ネットワークの強化</li> <li>・自殺対策関係機関連絡会の実施</li> <li>・庁内、関係機関とのケース会議の開催</li> <li>・民生委員や地区社協、その他地域見守り協定団体等との連携強化</li> <li>・生活保護や生活困窮者自立支援との連携強化</li> </ul>
<b>(2) 自殺対策を支える人材の育成</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○市民や様々な職種、学校教育関係者等を対象とする研修</li> <li>・県と連携したゲートキーパー育成の推進及び資質の向上</li> <li>・各種団体と連携した講座の実施</li> </ul>
<b>(3) 市民への啓発と周知</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○市広報や各種イベント、関係機関と連携した自殺予防に関する正しい知識の普及啓発</li> <li>・こころの健康講座の開催</li> <li>・自殺予防週間に合わせた街頭啓発</li> <li>・広報、ホームページ、SNS等による啓発</li> <li>・地域や学校との連携による啓発</li> <li>○相談窓口の周知及び利用促進</li> <li>・相談窓口や心の健康度自己評価票を掲載したこころの御守りを配布</li> <li>・悩みに合わせた相談窓口一覧を作成し、市内企業等に配布</li> <li>・困りごと支援センター「らいと」や地域包括支援センター、障害者生活支援センター等の周知</li> </ul>
<b>(4) 生きることの促進要因への支援</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自殺リスクを抱える可能性のある人への支援</li> <li>・ストレス相談会の利用促進と医療機関との連携強化</li> <li>・困りごと支援センター「らいと」や地域包括支援センター、障害者生活支援センター等と連携した対応と支援</li> <li>・多様性社会に関する正しい知識の普及啓発による住民の理解促進</li> <li>・庁内関係機関と連携した生活支援</li> </ul>

項目	取組内容
(4) 生きることの促進要因への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○各世代のライフステージにあった生活支援</li> <li>・ 妊娠期から子育て期の支援の充実</li> <li>・ 健康づくりや生きがいづくりの推進</li> <li>・ 各種生活支援の充実</li> </ul>
(5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育	<ul style="list-style-type: none"> <li>○児童生徒へのSOSの出し方に関する教育の推進</li> <li>・ 各学校で発達段階に応じたSOSの出し方に関する教育の推進</li> <li>○教職員による児童生徒の理解促進</li> <li>・ 教職員と自殺対策関係機関等の連携強化</li> </ul>

## 2. 重点施策(地域自殺実態プロフィールや地域特性に応じた項目)

《重点パッケージ(地域自殺実態プロフィール2023より)》

高齢者/勤務・経営/子ども・若者

項目	取組内容
(1) 高齢者への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○高齢者や介護者への支援</li> <li>・ 高齢者総合相談の充実</li> <li>・ 高齢者福祉サービス、介護サービスの提供</li> <li>・ 介護者への支援</li> <li>○高齢者が生きがいと役割を実感できる地域づくりの推進</li> <li>・ 心身の健康づくりの推進</li> <li>・ フレイル予防、介護予防講座の開催</li> <li>・ ボランティア活動の推進</li> </ul>
(2) 若い世代への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○産後うつ予防・早期介入のための支援の強化</li> <li>・ 産前産後サポートの充実</li> <li>○命を大切にすることの育成</li> <li>・ 学校や保護者、地区活動組織と連携し、福祉教育を実施</li> <li>○若者の社会的・職業的自立に向けた支援体制づくり</li> <li>・ 「たまり場cafe」「まちなかcafe」の周知</li> <li>・ ひきこもり者の対策の検討</li> </ul>
(3) 生きづらさを抱えた人への支援	<ul style="list-style-type: none"> <li>○必要な支援につなぐ取組</li> <li>・ 庁内連携による税金等滞納者への支援</li> <li>・ 庁内窓口や市内金融機関等窓口でのこころの御守りの配布</li> <li>○生活困窮者への支援強化</li> <li>・ 生活困窮者自立支援制度や生活保護制度と自殺対策の連携</li> <li>・ 住まい・電話・水道・税務等関係機関との情報共有</li> <li>・ 就労に関する支援と関係機関の連携</li> <li>・ 家計の立て直しに関する相談・支援</li> </ul>

### 3. 評価指標

	項目	評価指標	現状値 (R5)	目標値 (R11)
基本施策	(1) 地域におけるネットワークの強化	自殺対策関係機関連絡会の開催数 (健康体育課資料)	R2 : 1回 R3~5 : 0回 R6: 1回	年1回
	(2) 自殺対策を支える人材の育成	ゲートキーパー養成研修の参加者数 (健康体育課資料)	延べ114人 (R1~5)	5年間で延べ250人以上
	(3) 市民への啓発と周知	こころのお守り配布数 (健康体育課資料)	年2,000部	年2,000部
	(4) 生きることの促進要因への支援	ストレス相談会利用者数の増加 (健康体育課資料)	実26人 (R1~5)	5年間で実50人以上
	(5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育	悩みを相談する相手のいる児童生徒の割合 (住民意識調査報告書)	小学生	80.1%
中学生			75.9%	80%以上
高校生			87.6%	90%以上
重点施策	(1) 高齢者への支援	地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口であることを知っている人の割合 (住民意識調査報告書)	69.3%	80%以上
	(2) 若い世代への支援	産後ケア利用率 (対出生数) (健康体育課資料)	17.6%	80%以上
		命の教室の実施回数 (健康体育課資料)	6校 (R1~5)	5年後までに全小学校で1回以上
(3) 生きづらさを抱えた人への支援	こころのお守り配布窓口数 (健康体育課資料)	2か所	20か所以上	

## IV. 自殺対策に関連する事業一覧

### (1) 地域におけるネットワーク強化

事業名	事業概要	担当課
自殺対策関係機関連絡会	保健、福祉等の関係者と本市の自殺対策の推進に関する情報共有や連携を行う。	健康体育課
高齢者見守り活動	高齢者宅への配達や集金業務等を行う事業者が、日常業務の中で異変を感じた場合に地域包括支援センターに連絡し対応することで、地域の見守りを推進する。	地域包括支援センター
地域ケア会議	介護支援専門員、保健医療及び福祉に関する専門的知識を有する者、民生委員、その他の関係者等により構成される会議を開催し、介護等が必要な高齢者の住み慣れた住まいでの生活を地域全体で支援していく。	地域包括支援センター
区長や民生・児童委員・地区社協等地区組織との連携	避難行動要支援者登録等を活用した地域見守り体制を推進する。	福祉課
生活困窮支援調整会議・支援会議	生活困窮者の金銭的な問題の解決に向けた調整をするため、関係機関で情報共有や連携を行う。	福祉課

### (2) 市民への啓発と周知

事業名	事業概要	担当課	
自殺予防啓発	こころの御守りの配布	相談窓口や無料ストレス相談会の周知のために「こころの御守り」を配布。心の健康度自己評価票を掲載することで自身の心の状態について意識し、適切な相談窓口につなげる。	健康体育課
	広報・ホームページ等による啓発	広報紙にメンタルヘルス対策に関する記事を掲載し、市民に周知する。	福祉課 健康体育課
	街頭啓発活動	自殺予防週間に合わせた街頭啓発、窓口でのチラシの配布等による普及啓発を図り、自殺やうつ病等についての正しい知識普及を図る。	福祉課 健康体育課 奥越健康福祉センター
	ゲートキーパー養成事業	市や福祉施設、民間企業等の職員を対象とし、対応方法や関係機関との連携の実践力向上を図る講座や悩んでいる人に気づき、声をかけ、必要な支援につなげることのできる市民を増やすための研修を開催する。	健康体育課 奥越健康福祉センター

事業名		事業概要	担当課
相談窓口	ストレス相談会	月1回、専門のカウンセラーによる個別相談を実施する。	健康体育課
	育児相談・健康相談	保健師・管理栄養士による育児（毎週水曜日9：00～11：30）や健康（毎週水曜日13：00～15：30）に関する相談を実施。電話相談は随時対応。	健康体育課
	心配ごと相談	高齢者等の権利擁護のため、相談窓口を設置して相談業務を実施し、問題解決を図る。定期的に弁護士等による相談会を実施する。	健康体育課 社会福祉協議会
	高齢者への総合相談	地域における関係者とのネットワークを構築するとともに、高齢者の心身の状況や生活の実態、必要な支援を幅広く把握し、相談を受け、地域における適切な保健・医療・福祉サービス、機関又は制度の利用につなげる等の支援を行う。	地域包括支援センター
	介護相談	高齢者とその家族の悩みごとや介護保険等に関する総合相談を実施する。	地域包括支援センター
	こども家庭センター	妊娠から出産、子育てに至るまで、子どもに関して気軽に相談できるワンストップ窓口として相談を受け、支援につなぐ。	こども課
	障害者生活支援センター	障害者等の福祉に関する様々な問題について障害者（児）及びその家族等からの相談に応じ、情報の提供及び助言、その他の障害福祉サービス利用支援等の支援を行う。加えて、関係機関との連絡調整、その他障害者等の権利擁護を実施する。	社会福祉協議会
	ひきこもり相談	ひきこもりに関する相談に応じ、関係機関と連携した支援を実施する。	福祉課 奥越健康福祉センター
	配偶者暴力相談支援センター	配偶者等からの暴力の相談及び被害者の保護を行う。	こども課
	消費者相談	窓口（相談室）や電話等で消費生活専門相談員が消費者相談について個別相談対応を実施する。	市民課
	人権相談	毎月第1水曜日に人権擁護委員による相談を実施する。	未来創造課
農業相談	窓口や電話等でリスクのある農業者の相談を受けた場合、適切な機関につなぐ。	農林課	

事業名	事業概要	担当課
不登校児童生徒支援	不登校児童生徒(公立学校に通う小中学生)を対象に適応指導教室を設置する。不登校児童生徒の集団再適応、自立を援助する学習・生活指導等を実施する。不登校児童生徒の保護者に対する相談活動を実施する。	教育総務課
スクールカウンセラー教育相談	児童生徒・保護者・教員の悩みや心配事に関する相談を、スクールカウンセラー(臨床心理士)が対応する。	教育総務課
スクールソーシャルワーカー活用事業	社会福祉士等の専門的な知識や技術を有するスクールソーシャルワーカーを活用し、様々な課題を抱えた児童生徒に対し、当該児童生徒が置かれた環境へ働きかけたり、関係機関等とのネットワークの活用等、多様な支援方法を用いて課題解決への対応を図る。	教育総務課
精神保健相談	精神科医師(毎月第1・3水曜日午後2~4時)、保健師(月~金曜日8時30分~午後5時15分)による精神保健相談を実施する。	奥越健康福祉センター
悩みごと総合相談会	弁護士・精神科医師等、様々な分野の専門家が一堂に会し、ワンストップで様々な相談に応じる。(9月・3月に実施)	奥越健康福祉センター
女性相談	女性の直面している様々な問題について、女性の視点から相談を行うとともに、他の相談機関と連携し、サポートを行う。(毎月第1・3月及び毎週木曜日8時30分~午後5時15分)	奥越健康福祉センター
お日さま広場 (育児不安解消サポート事業)	育児不安や育児ストレスを抱える者を対象に、精神科医師や心理療法担当者等による相談やグループケアを実施する。	奥越健康福祉センター
各種相談	こころの問題や依存症、ひきこもり等の相談に対応する。	ホッとサポートふくい
困りごと支援センター 「らいと」	生活や就労、家計等で不安を抱えている生活困窮者からの相談に対応する。	社会福祉協議会

相談窓口

### (3) 生きることの促進要因への支援

事業名	事業概要	担当課
生活保護に関する事務	生活困窮者に対し、最低限の生活を保障するとともに就労支援等の自立に向けた支援を実施する。また、必要に応じて関係機関と連携し支援する。	福祉課
生活困窮者自立支援事業	生活困窮者の自立に向けた相談支援を実施する。	福祉課
手話通訳者等派遣事業	聴覚障害者・中途失聴者・難聴者が社会生活において意思疎通を図る上で支障がある場合に、手話通訳者・手話奉仕員・要約筆記者を派遣し、コミュニケーションの確保、社会参加及び緊急時の支援を行う。	福祉課
生活困窮者緊急食糧支援	生活困窮者支援として食糧等を提供することをきっかけに、継続した支援につなげる。	社会福祉協議会
社会的・職業的自立に向けた支援体制	“たまり場cafe”や“まちなかcafe”の周知を行う。交流の場としての利用や職業相談によりひきこもり者対策の検討を行う。	社会福祉協議会
性の多様性に関する啓発活動	パートナーシップ宣誓制度の導入にあたり、性の多様性への市民の理解促進を図るため、市民向け講演会や研修会、市内ショッピングセンター等でのパネル展示等を実施する。	未来創造課
男女共同参画に関する啓発活動	男女共同参画社会への理解促進をめざし、市内ショッピングセンター等でのパネル展示、小中学生によるポスターコンクール、市民向け講座等を実施する。	未来創造課
消費者行政活性化事業	消費者教育授業や出前講座を実施する。消費者教育推進関連イベント（講演会・啓発活動等）を開催し、相談窓口の紹介を行う。	市民課
市税に関する減免・減額制度	対象となる者に市税に関する減免・減額を実施する。また、必要に応じて生活困窮者等に相談窓口を紹介する。	市民課
上下水道料金徴収業務	料金滞納者に対する料金徴収事務や給水停止執行業務を実施する。また、必要に応じて生活困窮者等に相談窓口を紹介する。	上下水道課
公営住宅事務	生活困窮者又は災害等で住居を失った方等に住居を提供する。	営繕課

全世代

事業名	事業概要	担当課
乳児家庭全戸訪問事業	乳児家庭と地域社会をつなぎ、乳児家庭の孤立化を防ぎ、乳児の健全な育成環境の確保を図るために、保健師や保健推進員が生後4か月までの乳児家庭をすべて訪問する。	健康体育課
乳児・産婦訪問	保健師が訪問し、妊産婦の心身の状態や乳児の成長発達の確認を行い、保健指導や育児に関する情報提供を実施する。	健康体育課
産後ケア事業	産後も安心して子育てができる支援体制として、産後1年未満の母子に訪問や通所等により、助産師が心身のケアや育児サポート等を行う。	健康体育課
育児教室	子どもが健やかに育つために、時期に合わせた内容で育児教室（1～3か月児子育て教室、もぐもぐごっくん教室）を開催し、育児中の両親等の支援を行う。	健康体育課
幼児健康診査	1歳6か月児・3歳児・5歳児を対象とした健康診査を実施する。子どもの健やかな成長発達を確認し、必要に応じて医療機関や発達相談会につなげる。また、子育てに関する相談に対応する。	健康体育課
養育医療給付事業	指定養育医療機関において、治療を要する未熟児に対し医療費を助成する。申請時等に必要に応じて保健師が相談対応を行う。	こども課
命の教室	小学校の福祉教育の時間を活用し、妊婦体験や育児体験を通して自分自身や身近な人の命の大切さを伝える。	健康体育課
子育て生活応援隊事業	子育て家庭等の経済的・精神的負担を軽減することを目的として、簡単な家事や保育等を代行するサービスを提供する。	こども課
地域子育て支援センター運営	子育て家庭等に対する育児についての相談指導及び子育て支援サークル等の支援を行うとともに、関係機関との連携を図り、地域全体で子育てを支援する。	こども課
児童（扶養）手当支給事務	児童手当及び児童扶養手当の支給を実施し、経済的負担の軽減を図る。	こども課
母子・父子自立支援員設置事業	ひとり親家庭等の相談に応じ、その自立に必要な情報提供及び助言、職業能力の向上及び求職活動に関する支援を行い、生活の安定、児童の福祉の増進を図る。	こども課

子ども・子育て世代

事業名	事業概要	担当課
学童保育事業	就業等により昼間保護者のいない家庭の小学校児童を放課後及び長期休業中に児童センターで保育する。その中で気がかりな家庭や児童については、必要に応じて関係機関につなぎ支援する。	こども課
保育の実施	保育園・こども園による保育・育児相談を実施する。また、保護者による家庭保育が困難な乳幼児の保育に関する相談も受ける。	こども課
民生委員・児童委員事業	民生委員・児童委員による地域の相談・支援等を実施する。	福祉課
青少年健全育成推進事業	青少年育成勝山市民会議や各地区のかつやまっ子応援ネットワークが中心となり、地域・学校・家庭・行政が一体となり、様々な事業を通じて青少年の健全育成を図る。	教育総務課
青少年問題協議会	青少年を取り巻く問題について協議し、青少年の健全やかな心身の育成を推進する。	教育総務課
奨学金に関する事務	奨学金に関する事務を実施する中で、必要に応じて経済面等に不安を抱える方を把握した場合は、相談窓口を紹介する。	教育総務課
就学援助と特別支援学級就学奨励補助に関する事務	経済的理由により、就学困難な児童・生徒に対し、給食費・学用品等を補助する。また、特別支援学級在籍者に対し、就学奨励費の補助を行う。	教育総務課
就学に関する事務	特別に支援を要する児童・生徒に対し、関係機関と協力して一人ひとりの障害及び発達の状態に応じたきめ細かな相談を行う。	教育総務課
14歳の挑戦 (職場体験事業)	望ましい勤労観、職業観を育てることを目的として、中学校で行われている職場実習体験を支援する。	教育総務課
震災児童生徒就学援助事業	県の指示により、該当者がいれば、震災の理由により就学が困難な児童生徒に対し、学用品費や給食費を援助する。	教育総務課
生活指導・健全育成 (教職員向け研修等)	年に3回、生徒指導主事会兼いじめ問題対策連絡協議会を開催し、いじめや問題行動の未然防止を含めた児童生徒の健全育成を図る。	教育総務課

子ども・子育て世代

事業名	事業概要	担当課	
若者・働き世代	不妊治療費助成金交付事業	不妊症及び不育症の検査や治療にかかる経済的な負担の軽減を図るため、費用の助成を行う。必要に応じて、保健師が相談支援を実施する。	健康体育課
	健康診査・がん検診	病気の早期発見や生活習慣病予防、健康管理を目的として実施する。未受診者や生活習慣病発症リスクの高い方等に対する支援を実施し、健康の保持・増進を図る。	健康体育課
	保健推進員の活動	各地区の保健推進員が、乳幼児家庭の訪問や、健康に関するイベントの案内、健診の受診勧奨を行い、地域の健康づくりを普及啓発する。	健康体育課
	食生活改善推進員の活動	各地区の食生活改善推進員が、食生活を中心とした健康づくりの推進活動を実施する。	健康体育課
	市民生活安定資金 勤労者生活安定資金	原則として市内に1年以上住所を有する方、市内に住所を有する勤労者に生活資金の融資を行う。必要に応じて、相談窓口を紹介する。	商工文化課
	中小企業支援に関する融資・助成	中小企業支援に関する融資・助成を行う。必要に応じて、相談窓口を紹介する。	商工文化課
	DV防止啓発活動	毎年11月12日～25日に啓発活動を実施する。庁内研修会・連絡会も開催し、DV防止を推進する。	未来創造課
	救急講習会	地域や会社等での救急講習会において、一人でも多くのバイスタンダー（発見者、同伴者等）を育成し、救命率の向上を目指す。	消防署
	学校職員ストレスチェック事業	改正労働安全衛生法に基づき、学校職員等を対象に心理的な負担の程度を把握する検査（ストレスチェック）を実施し、メンタル不調の未然防止を図る。	教育総務課
高齢世代	養護老人ホームへの入所	65歳以上で経済的理由等により自宅での生活が困難な高齢者への入所手続きを実施し、必要に応じて各種相談窓口につなぐ。	健康体育課
	緊急通報システム事業	在宅高齢者等の安否確認や緊急時に迅速かつ的確な援助等を行い、日常生活の安全の確保及び不安の解消を図る。	健康体育課
	給食サービス事業	市内に在住する在宅の一人暮らし高齢者、高齢者のみの世帯等に対し、食事を定期的に提供することにより、利用者の自立した生活の助長、健康管理及び安否確認を図る。	健康体育課

	事業名	事業概要	担当課
高齢世代	地域包括支援センターの運営	高齢者総合相談窓口として、関係機関と連携し支援する。	地域包括支援センター
	地域包括ケアシステム事業	誰もが住み慣れた地域で安心して自分らしい暮らしを続けることができるよう、「住まい・医療・介護・介護予防・生活支援」を地域で一体的に提供する地域包括ケアシステムを推進する。	地域包括支援センター
	在宅医療・介護連携推進事業	地域で安心して暮らす上で必要な医療・介護を、切れ目なく受けられる体制の整備を目指し、医療機関や介護事業所等の関係者の連携を推進する。	地域包括支援センター
	高齢者等虐待防止ネットワーク推進事業	地域包括支援センター、民生委員等の関係機関で構成する高齢者等虐待防止ネットワーク協議会を中心に、高齢者の虐待防止や早期発見に努め、高齢者や養護者への支援を行うとともに、関係機関の連携体制の強化を図る。	地域包括支援センター
	家族介護支援事業	家族介護を支援するため、ヘルパー等の介護の専門家を家庭に派遣し、介護方法の指導や相談を行うとともに、介護者の精神的負担の軽減を図る。	地域包括支援センター
	介護マークの配布と普及啓発	在宅介護を推進し、介護者を応援することを目的に、「介護マーク」を配布する。窓口対応時に、必要に応じて相談支援を実施し、介護者の負担軽減を図る。	地域包括支援センター
	認知症サポーター養成講座	誰もが安心して暮らせる地域づくりを目指して、認知症についての正しい知識を持ち、認知症の方や家族を応援する認知症サポーターを養成する。	地域包括支援センター
	独居老人対策	一人暮らしの高齢者宅からの出火防止を目的とした防火訪問を実施する。必要に応じて各種相談窓口を紹介する。	消防署
生きがいづくり	健康ポイント事業（インセンティブ事業）	健康に関するイベントに参加したり、運動に取り組むことでポイントを貯め、楽しみながら健康づくりを行う。	健康体育課
	地域介護予防活動支援事業	地域の高齢者に関するボランティア活動を奨励・支援し、高齢者自身の社会参加を通じて介護予防を推進する。	地域包括支援センター

事業名		事業概要	担当課
生きがいづくり	勝山市民総合大学	生涯学習センター友楽喜のほか、庁内各課で実施する様々な講座や講演、体験教室等も含めて情報提供し、市民の生涯学習の場とする。	未来創造課
	勝山市さわやか大学	60歳以上の市民を対象として通年型の講座を開催し、生きがいづくりを推進する。	未来創造課
	図書館の管理運営	「市民に愛される図書館」を目指し、読書に親しむ場の提供・生涯学習のための支援を行う。	図書館

#### (4) 自殺対策を支える人材の育成

事業名	事業概要	担当課
ゲートキーパー養成事業	市や福祉施設、民間企業等の職員を対象とし、対応方法や関係機関との連携の実践力向上を図る講座や悩んでいる人に気づき、声をかけ、必要な支援につなげることのできる市民を増やすための研修を開催する。	健康体育課 奥越健康福祉センター
各種団体と連携した自殺対策を支える人材の育成の推進	民生委員・児童委員や区長等の地域で活動している方々や団体と連携し、「自殺のサイン」を見逃さない地域づくりや自殺対策を支える人材の育成を推進する。	福祉課 健康体育課

#### (5) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

事業名	事業概要	担当課
児童生徒へのSOSの出し方に関する教育の推進	児童生徒が、様々な困難やストレスへの対処方法を身に付け危機に直面した時に助けを求めることができるよう、発達段階に応じてSOSの出し方に関する教育を推進する。	教育総務課
福祉教育	妊婦・育児・障害者・高齢者体験を通して命の大切さや、自分自身や周囲の人を大事に思う気持ちをはぐくむための教室を開催する。学校、保護者、保健推進員等と協同して実施することでSOSを出しやすい地域づくりを推進する。	健康体育課 社会福祉協議会

【あ行】

● eGFR

推算糸球体濾過量のことで、腎臓の老廃物を尿へ排泄する能力を示す。

● インセンティブ

意欲を引き出すことを目的として外部から与えられる刺激、動機付けのこと。「成果報酬」として捉えられることが多い。

● うつ

気分障害の一種で、「気分が落ち込むこと」や「憂うつな状態」を指す。

気分障害：ある程度の期間にわたって持続する気分の変調により、苦痛を感じたり、日常生活に支障をきたす状態。

● エジンバラ産後うつ質問票

産後うつ病の初期段階をスクリーニングするための質問票。

● オーラルフレイル

口腔の機能が低下し、食べることや話すことが困難になる状態のこと。

【か行】

● 介護認定率

65 歳以上の高齢者のうち、介護が必要だと判断され、要支援や要介護の認定を受けた人の割合。

● かかりつけ医・歯科医

体調の管理や病気の治療・予防など自分や家族の健康に関して日常的に相談できる医師および歯科医師のこと。一般には地元の開業医を指すことが多い。

● 休肝日

日常的に飲酒している者が自身の健康増進を目的として、酒類を飲まない日。

● 禁煙外来

ニコチン依存症の治療のために薬物療法やカウンセリング等のサポートにより、外来で行う禁煙治療のこと。

● ゲートキーパー

自殺を示すサインに気づき、声をかけ、必要な支援につなげる人のこと。

● 健康増進計画

健康増進法で定められている住民の健康増進の推進に関する施策について、その方向性や目標を総合的に定める計画。

● 健康日本 21

国民一人ひとりが健康で、いきいきと暮らせる社会の実現を目指し、厚生労働省が推進している国民健康づくり運動のこと。

● 健康寿命

健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間。

● 健康ポイント事業

健康維持と医療費抑制を目的に、気軽に楽しみながら身近な運動の継続や各種健康イベントの参加により、ポイントを貯めていく健康づくり事業。

● 後期高齢者

高齢期を 2 期に区分した場合の後期に相当する 75 歳以上の高齢者。(65 歳以上から 75 歳未満の高齢者は前期高齢者という。)

● 高齢化率

65 歳以上の高齢者人口が総人口に占める割合。

### ● こども家庭センター

妊産婦及び乳幼児の健康の保持・増進に関する包括的な支援と子どもと子育て家庭（妊産婦を含む）の福祉に関する包括的な支援を切れ目なく提供するための施設。

### ● 子ども・子育て支援事業計画

「子ども・子育て支援法」に基づく行動計画であり、勝山市総合計画を上位計画とし、子どもの成長・子育てを支援する取組のさらなる充実を図り、総合的に支援するために策定する計画。

## 【さ行】

### ● 産後ケア事業

出産後1年以内の母子に対して、助産師等の専門職が心身のケアや育児サポート等の支援を行う事業。

### ● 在宅当番医制

休日の救急患者に地域の医師会が当番制で対応する体制。

### ● 自殺対策計画

自殺対策基本法に基づく計画として、国の「自殺総合対策大綱」及び県の「自殺対策計画」の基本的視点を踏まえて、自殺対策の取組みを推進するための計画。

### ● 歯周疾患

歯の周りにある組織のいずれか、あるいは全てに起こる疾患の総称。

### ● 受動喫煙

タバコの先から立ち上る煙をはじめとする、漂う煙を吸うこと。

### ● GPT

ALTとも呼ばれる肝細胞に多く含まれている酵素で、GOT (AST) と同様にアミノ酸をつくり、代謝を助ける役割を担っている。

### ● 食生活改善推進員

市から委嘱を受け、食生活改善のため地域で活動する人。

### ● 新型コロナウイルス感染症

コロナウイルス科に分類される SARS-CoV-2 ウイルスによる感染症。

### ● 人材確保奨励金事業

医療機関、介護サービス事業所および障害福祉サービス等事業所の人材確保のために、医療、介護、または障害福祉等の職場で勤務される方に奨励金を交付する事業。

### ● 生活習慣病

偏食や過食等の不規則な食生活、運動不足や睡眠不足、ストレス、喫煙や酒の飲み過ぎ等、生活習慣の積み重ねによって発症・進行する病気。

### ● 咳エチケット

咳やくしゃみの飛沫により感染する感染症を他人に感染させないために、個人が咳・くしゃみをする際にマスクやティッシュ・ハンカチ等を使って、口や鼻をおさえること。

### ● 前期高齢者

高齢期を2期に区分した場合の前期に相当する65歳以上から75歳未満の高齢者。（75歳以上の高齢者を後期高齢者という。）

## 【た行】

### ● 適正飲酒

1日平均純アルコール量を20gとした、節度ある適度な飲酒のこと。

### ● 特定健康診査

40～74歳を対象にした、生活習慣病予防のためのメタボリックシンドロームに着目した健康診査。

### ● 特定保健指導

生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による予防効果が期待できる方に対して、保健師、管理栄養士等が生活習慣を見直すサポートを行う指導。

## 【な行】

### ● にこにこ妊婦奨励金

妊婦が安心して出産できる環境の確立を目指すとともに、地域医療を守ることへの寄与を目的に、対象者に奨励金を交付する事業。

### ● 妊娠前期・中期・後期

妊娠期を3期に分けたもの。

- ・妊娠前期・・・1～4ヶ月（0～15週）
- ・妊娠中期・・・5～7ヶ月（16～27週）
- ・妊娠後期・・・8～10ヶ月（28～40週）

## 【は行】

### ● パブリックコメント

公的な機関が政策等の策定途中で、広く公に、意見・情報・改善案等を求める手続きのこと。

### ● BMI

肥満度を表す指標として国際的に用いられている体格指数のこと。体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で求められる。

### ● 肥満度

標準体重に対して実測体重が何%上回っているかを示すもの。幼児では15%以上が太り気味、学童では20%以上を軽度肥満としている。

### ● 標準化死亡比

年齢構成の違いを除去して死亡率を比較するための指標。100より大きい場合、全国平均より死亡率が高い。

### ● FAST

脳卒中を疑う3つの症状（Face：顔の麻痺、Arm：腕の麻痺、Speech：言葉の障害）の有無と発症時刻（Time）を確認して、一刻も早く救急受診するよう呼びかける標語のこと。

### ● フッ素塗布

むし歯予防のため、フッ素溶液を歯に塗布する方法。フッ素は歯と結合し、歯の酸に対する抵抗性を強化し、むし歯の進行を抑える働きや、ごく軽度のむし歯であれば元に修復する働き（再石灰化）がある。

### ● フレイル

加齢とともに心身の活力（運動機能や認知機能等）が低下する状態。しかし、適切な介入・支援により生活機能の維持向上の可能性はある。

### ● 平均寿命

その年の男女各年齢の死亡統計から割り出した、0歳児が生きられる年数の予想平均値。

### ● ベジファースト

野菜から食べ始める食事健康法。血糖値の上昇を緩やかにする、よく噛むことで満腹感を得られ食べ過ぎを防ぐ効果があり、生活習慣予防につながる。

### ● HbA1c

血液中の赤血球に含まれるヘモグロビンというたんぱく質の一部が、血糖と結びついてできたもの。この値を測定することで、過去1～2ヶ月の平均的な血糖値がわかる。

### ● 保健推進員

市から委嘱を受け、市民の健康保持増進を図ることを目的に、地域に密着した活動を行う人。

### 【や行】

### ● 有所見

健康診査等の結果、何らかの異常の所見が認められたことをいう。

### 【れ行】

### ● レセプト

医療機関が保険者（健康保険組合、国民健康保険等）に対して、診療を行った患者に対する医療費を請求するための明細書のこと。