

長岡市自殺対策計画

～ ダイジェスト版 ～

誰も

自殺に追い込まれることのない
長岡へ

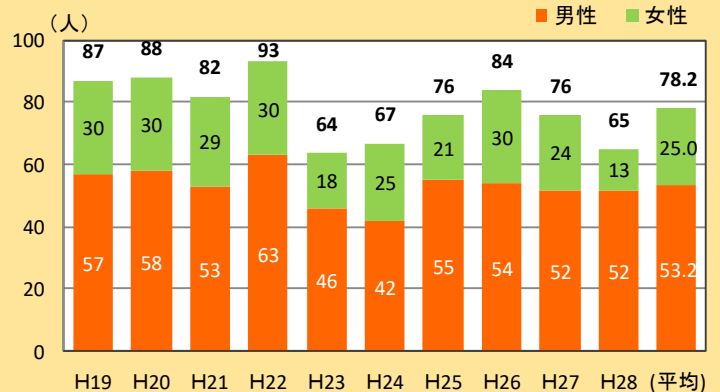
「誰も自殺に追い込まれることのない長岡市」
の実現を官民一体となって目指すための指針を
つくりました。



● 長岡市の現状は…

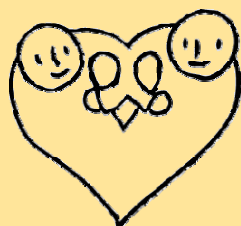
- 本市では1年間に平均して60～80人が自殺で亡くなっています。
- 女性の自殺者数が減少している一方で、男性が女性の約2倍となっています。
- 10年間で自殺者数は減少傾向にあります。男性の自殺者数は横ばいで推移しています。

◆自殺者数の推移（平成19～28年）

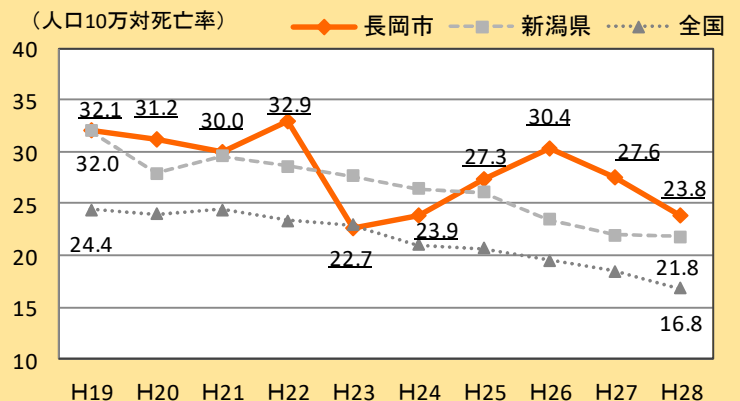


出典：厚生労働省「人口動態統計」

- 人口10万人当たりの自殺死亡率で比較すると、全国、新潟県ともになだらかな減少傾向にあります。平成25年以降、本市は全国や県の平均を上回って推移しています。



◆自殺死亡率の推移（平成19～28年）



出典：厚生労働省「人口動態統計」

●長岡市で取り組むこと（計画の全体像）

【計画の基本理念】

「誰も自殺に追い込まれることのない長岡へ」

【計画の基本方針】

- (1) 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を強化して総合的に取り組む
- (3) 対応の段階に応じてレベルごとの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) 関係機関・団体の役割の明確化と連携・協働により推進する

【具体的施策の展開】

3つの重点施策

- 5つの基本施策
- 1 地域におけるネットワークの強化
 - 2 自殺対策を支える人材の育成
 - 3 住民への啓発と周知
 - 4 生きることの促進要因への支援
 - 5 SOS の出し方、受け止め方への支援

1

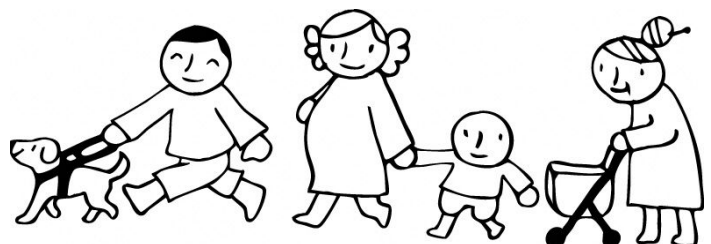
高齢者を対象とした取組の推進

2

職域層を対象とした取組の推進

3

若者を対象とした取組の推進



基本施策

施策の柱・内容

1 地域におけるネットワークの強化	1. 自殺防止に向けたネットワークの推進
	自殺防止に向けたネットワークを推進し、総合的かつ効果的な対策を推進します。
2 自殺対策を支える人材の育成	2. 包括的な相談支援体制の充実
	各部署による相談対応の充実を図ります。また、相談窓口相互の連携を強化します。
3 住民への啓発と周知	1. ゲートキーパー研修の実施と周知
	適切かつ迅速な対応ができる人材（ゲートキーパー）の養成を図ります。
	1. 自殺対策の情報提供・啓発の推進
	自殺対策に関する情報を広く発信し、市民の意識啓発及び情報周知を図ります。
4 生きることの促進 要因への支援	2. 市民向け講演会・イベント等の開催
	各種イベントなどで自殺対策やうつ病の予防等に関する情報提供を行います。
	3. 職域層への支援
	企業に、自殺対策やうつ病の予防、相談先等に関する情報提供を行います。
5 SOS の出し方、受け止め方への支援	1. 健康問題等への相談を通じた支援
	こころの悩みやうつ病等の疾患のある人、アルコールやギャンブル依存症などの問題を抱えた人の相談対応の充実を図ります。
	2. 多様な相談を通じた支援
	様々な相談を受ける窓口担当職員等にゲートキーパー講習の受講を促します。
	3. 経済的な困難を抱える人への相談支援
	生活困窮者等の相談対応や支援先へのつながりの充実を図ります。
5 SOS の出し方、受け止め方への支援	4. 高齢者や障害のある人への支援
	高齢者や障害のある人の相談対応や支援先へのつながりの充実を図ります。
	5. 若者・子育て家庭への支援
	若年無業者等の職業的自立等の支援、妊婦や母親の子育てに関連する悩みや不安の軽減を図ります。
	6. 居場所づくり活動
	地域での孤独を防ぎ生きる支援となるよう居場所づくりの活動を推進します。
5 SOS の出し方、受け止め方への支援	1. 児童生徒に向けた取組の推進
	教職員の資質・能力の向上、スクールカウンセラーや養護教員等による相談対応の充実を図ります。
	2. 若者を対象とした取組の推進
5 SOS の出し方、受け止め方への支援	20 歳未満の未成年の相談対応や支援先へのつながりの充実を図ります。
	3. SOS を受け止める体制の充実
5 SOS の出し方、受け止め方への支援	悩みを抱えながらも SOS を出せない市民に気づき、声かけを行い、適切な専門機関につなぐことができるゲートキーパーの養成を計画的に行います。

●相談先一覧

長岡市内の医療機関

	医療機関	電話番号(0258)	住所
精神科病院	新潟県立精神医療センター	24-3930	寿 2-4-1
	田宮病院	46-3200	深沢町 2300
	三島病院	42-2311	藤川 1713-8
	長岡保養園	32-4040	町田町 575
一般病院等外来	長岡赤十字病院(精神医学科)	28-3600	千秋 2-297-1
	立川総合病院(ストレス外来)	33-3111	旭岡 1-24
	長岡西病院(心療内科・精神科)	27-8500	三ツ郷屋町 371-1
	こころのクリニック ウィズ(心療内科・精神科)	34-7502	城内町 3-2-1 山嘉ビル1F
	悠遊健康村病院(ストレス外来)	47-8500	大字日越 337
	おおしま心療クリニック(心療内科・精神科)	25-8707	緑町 1 甲 1177-69
	高須メンタルクリニック(心療内科・精神科)	37-3575	大手通 1-4-3 ドルミ-駅前ビル7F
	メンタルクリニック長岡(心療内科・精神科)	84-7337	学校町 3-11-46 1F
	ながおか心のクリニック(心療内科・精神科)	38-5001	千歳 1-3-42

※受診の際は事前に医療機関へ診療日・時間をご確認ください。

相談先一覧

相談内容	相談機関・電話番号(0258)	相談できる時間	相談対応者
借金、多重債務の問題	長岡市消費生活センター 32-0022 (ながおか市民センター)	月～金曜日 9:00～16:30	消費生活相談員
家族のこと、夫婦のこと 対人関係、生き方の悩み	ウィルながおか相談室 予約優先 39-9357 (ながおか市民センター)	月～土曜日 10:00～17:00	相談員
若者の就労に関する相談	長岡地域若者サポートステーション 86-7730	月～金曜日 10:00～17:00	相談員
法律的解釈や 判断のいる相談	市役所なんでも窓口(アオーレ長岡) 39-2255 要予約	金曜日 13:00～17:00	弁護士
不動産登記・多重債務・ 成年後見制度など	市役所なんでも窓口(アオーレ長岡) 39-2255 要予約	第2 火曜日 13:30～16:30	司法書士
障害者の抱える悩み 家族の抱える悩み	福祉課 障害支援係(アオーレ長岡) 39-2218	月～金曜日 8:30～17:15	相談員
仕事や暮らしの困りごと	長岡市パーソナルサポートセンター 89-8263(長岡市社会福祉センター) 要予約	月～金曜日 8:30～17:15	相談支援員
さまざまなこころの悩み	新潟県こころの相談ダイヤル 0570-783-025	毎日 24 時間	相談員
自殺などさまざまなこころ の悩み	社会福祉法人 新潟いのちの電話 39-4343	毎日 24 時間	相談員
本人や、自殺のサインに気づ いた家族への訪問相談等	中越地域のいのちとこころの支援センター 88-0070	月～金曜日 8:30～17:15	専門相談員

「どこに相談していいかわからない時は、こちらへ」 長岡市で行っている相談会

保健師が窓口や電話で随時相談を受け付けています。 その他、専門相談員による相談もあります。(日程等は、市政だより やホームページをご覧ください。)	受付時間：平日 8:30～17:15 【地域健康づくり班】 健康課(さいわいプラザ内) 39-7508 北西地域担当(三島保健センター内) 42-2269 南地域担当(越路支所内) 92-5011 栃尾地域担当(栃尾支所内) 52-5836
<ul style="list-style-type: none"> ・こころの相談会…こころの悩みがある方 ・こころのとまり木相談会…大切なご家族を亡くされた方 ・アルコール相談会…アルコールのことでお困りの方 	

長岡市自殺対策計画 ダイジェスト版 平成 31 年3月	発行 長岡市 編集 長岡市福祉保健部健康課 〒940-0084 新潟県長岡市幸町2丁目1番1号 電話 0258(39)7508/FAX 0258(39)5222 e-mail kenkou@city.nagaoka.lg.jp
-----------------------------------	---