

第4章 自殺対策における取組

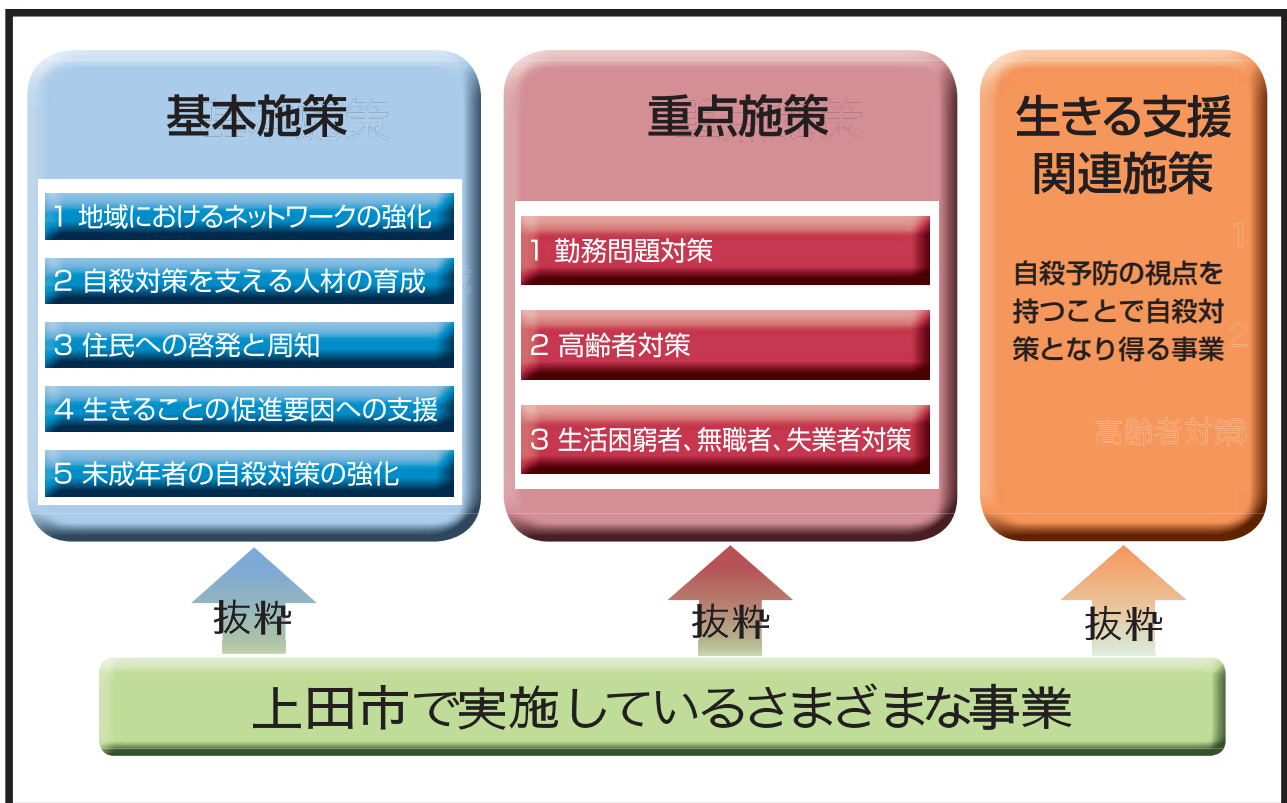
1 施策体系

上田市の自殺対策は「基本施策」「重点施策」「生きる支援関連施策」の大きく3つの施策群で構成しています。

基本施策は地域で自殺対策を推進するうえで欠かすことのできない基盤的な取組であり、重点施策は上田市における自殺のハイリスク層に焦点を絞った取組です。

また、生きる支援関連施策は上田市において、すでに行われている様々な事業のうち自殺対策に資する取組をまとめたものです。

※生きる支援関連施策は46ページからの資料編に掲載してあります。



2 基本施策

基本施策1 地域におけるネットワークの強化

自殺対策を推進する基盤となる取組が、地域におけるネットワークの強化です。自殺対策は、保健・医療・福祉・教育・労働等の様々な分野の施策、組織、人々が密接に連携する必要があります。「生きることの包括的な支援」を実施するため、地域におけるネットワークの構築及び強化を図ります。

取組	内容	担当課・団体
上田市自殺対策連携会議	自殺対策に取り組む関係機関・関係課が、課題や情報、取組を共有し、また意見を交換し、具体的な自殺対策の推進につなげます。	主：健康推進課 他、自殺対策に取り組む関係機関
思春期保健関係者連携会議	思春期保健について課題検討や情報共有を行い、思春期の子どもたちのより良い支援につなげます。	主：健康推進課 他、学校関係者、医療機関等
上小圏域障がい者自立支援協議会	上小圏域の障がい児・者の福祉について、医療・保健・福祉・教育及び就労等に関係機関とのネットワークを構築し、障がい児・者の自立を支援します。	障がい者支援課 上小圏域障害者総合支援センター
子育て世代包括支援センター会議	子育て支援コーディネーターや母子保健コーディネーターを含む市の関係課が子育て支援について情報共有や課題検討等を行い、充実した子育て支援につなげます。	子育て・子育て支援課 健康推進課 保育課
相談窓口担当者連絡会	研修や情報交換等を通して、市民相談等の窓口の連携を強化し、相談機能の充実を図ります。	人権共生課
要保護児童対策地域協議会	被虐待児童をはじめとする要保護児童等の早期発見、早期対応を図るために、関係機関が円滑な連携のもとで各種調整や支援方針等の協議、適切な支援を実施し、子どもの安全・安心な養育環境の確保を図ります。	主：子育て・子育て支援課 他、児童福祉に取り組む関係機関
発達支援連携会議	上田市の子どもの発達支援について、関係課が情報共有や必要な取組についての検討を行い、子どもを中心にした継続的な支援が行われるよう連携します。	学校教育課 障がい者支援課 健康推進課 保育課 発達相談センター
自殺言動者の情報提供	自殺のおそれのある人を把握した場合に関連機関へ情報提供を行います。	上田警察署
自殺対策関係者研修会	上小地域の自殺の実態や特性を踏まえ、関係者に対して自殺対策の基礎的な知識や精神疾患等に関する研修や情報交換を行います。	上田保健福祉事務所

取 組	内 容	担当課・団体
自殺未遂者に関する連絡会	自殺未遂者の再企図を防ぎ、自殺対策に携わる関係者の連携を図り、地域の支援体制を整備推進することを目的に開催します。	上田保健福祉事務所 信州上田医療センター
上小地域難病対策連携会議	難病患者の療養を支援するため、地域の関係者が連携の緊密化を図り、支援体制の整備を推進することを目的に開催します。	上田保健福祉事務所

【目標】

指 標	現状値	目標値	備 考
上田市自殺対策連携会議の開催数	年1回	年1回以上	

基本施策2 自殺対策を支える人材の育成

人材の育成は、自殺対策を推進する上で最も基本となる取組です。住民や相談業務に従事する人などに対して、自殺対策に関する研修を実施します。また、自殺の危険を示すサインに気づき、適切に行動できるよう、必要な基礎的知識の普及を図ります。同時に、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者の親族等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、不当に侵害することのないよう、このことを共通認識として研修を実施します。

取 組	内 容	担当課・団体
ゲートキーパー養成研修会	こころの健康への理解を深め、周りの人の異変に気づくこと、気づいた場合に適切に行動すること、必要時に適切な相談機関につなぐこと等ができるよう、ゲートキーパーを養成します。	健康推進課
健康推進委員研修会	健康推進委員に対して自殺対策に関する研修を実施することで、地域のゲートキーパーとしての役割を担う人材を育成します。	健康推進課
市職員の研修	新規採用職員研修にて、メンタルヘルスに関する講義を実施します。また、職員研修として、メンタルヘルス研修、ワーク・ライフ・バランス研修、働き方改革研修、ゲートキーパー養成研修等を実施します。	総務課 健康推進課
学校職員の研修	学校職員を対象にゲートキーパー研修等を行い、児童・生徒からの相談の受け方や指導方法、必要時には適切な相談機関へつなぐ等の対応について研修をします。	学校保健給食課

取 組	内 容	担当課・団体
LSS養成講座 (Life Suggest Stylist)	「カウンセリングはハードルが高いが、誰かに話を聞いてもらいたい」という人が相談できる機会をつくることを目的とし、理美容師を対象に講座を実施します。	認定NPO法人侍学園 スクオーラ・今人
ゲートキーパー関連研修会 (出前講座)	希望する団体・企業に対し、ゲートキーパーに関する講座を行うことで、自殺に関する基礎知識の普及を図ります。	上田保健福祉事務所
大学生のためのゲートキーパー講座	大学生に向けてゲートキーパーの役割等について学ぶ講座を実施します。	市民団体 「上田・生と死を考える会」
薬局向けの研修	ゲートキーパー養成研修会の開催や、「自殺予防」「向精神薬過量服薬」への意識向上のための冊子を配布します。	上田薬剤師会

【目標】

指 標	現状値	目標値	備 考
ゲートキーパー養成研修会受講者数	384人 (H27～R4年度)	500人	

基本施策3 住民への啓発と周知

自殺に対する誤った認識や偏見をなくし、いのちや暮らしの危機に陥った場合には誰かに助けを求めることが適切であるとの理解を促進し、誰も自殺に追い込まれることのない地域づくりを推進します。そのために、住民が自殺対策について理解を深めることができる機会を増やし、一人ひとりが役割意識を持てるよう、普及啓発を図ります。

取 組	内 容	担当課・団体
自殺予防パンフレットの作成	自殺予防のためのパンフレットを5年ごとに作成し、相談窓口等の周知と啓発をします。(最新版令和2年度作成)	健康推進課
精神保健・福祉に関する窓口の周知	精神保健・福祉の相談窓口についてまとめた「上田市精神保健のしおり」を作成し、必要とする人に配付します。	健康推進課
メンタルヘルスや自殺対策に関する情報発信	広報、ホームページ、行政チャンネル、SNS等で、メンタルヘルスや自殺対策に関する様々な情報を発信します。	健康推進課 広報課
公開授業	学園の授業を年に数回、一般公開します。様々な「生きづらさ」を抱えた若者たちの問題に向き合います。	認定NPO法人侍学園 スクオーラ・今人
心の健康づくりフォーラム	健康で安心して働ける環境づくりのため、職場のメンタルヘルスに関する講演会を実施します。	長野県産業労働部労働雇用課 東信労政事務所

取 組	内 容	担当課・団体
地区労働フォーラム	労働問題全般について、地域の実情に合わせ、時期・状況に適した課題をテーマに講演会を実施します。	東信労政事務所
生と死を考える啓発活動 (学習会・講演会)	いのちのあり方(生と死を考える)という観点からの学びの場を提供します。	市民団体 「上田・生と死を考える会」
薬物乱用防止啓発活動	小学校・中学校・高等学校において、薬物乱用防止に関する内容の講義を実施します。	上田薬剤師会

【目標】

指 標	現状値	目標値	備 考
ゲートキーパーという言葉の認知度	15.4% (R4年度)	33%	上田市民健康づくり計画策定のためのアンケート調査
広報等によるメンタルヘルスや自殺対策に関する情報発信の回数	年4回 (R4年度)	年4回以上	

基本施策4 生きることの促進要因への支援

自殺対策は「生きることの阻害要因(自殺のリスク要因)」を減らし、「生きることの促進要因(自殺に対する保護要因)」を増やす取組によって、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。「生きる支援」に関するあらゆる取組を総動員して「生きることの包括的な支援」を推進します。

1 妊産婦、子育てをしている人への支援の充実

妊産婦、子育て世代は生活環境や役割の変化、育児に対する不安等により悩みを抱えやすい状況にあります。妊産婦、子育てをしている人への支援の充実を図ります。

取 組	内 容	担当課・団体	
伴走型相談支援事業	母子健康手帳交付	母子健康手帳交付時に、母子保健コーディネーター又は保健師が妊婦一人ひとりと面談し、安心して出産・育児に臨めるよう情報提供や相談を実施します。	健康推進課
	妊娠8か月面談	妊娠8か月頃の妊婦にアンケートを送付し、困りごとや心配・不安の有無を確認します。アンケートの内容に対して助産師・保健師が電話や面談で相談・助言を行います。	健康推進課

取 組		内 容	担当課・団体
伴走型相談支援事業	産婦健康診査事業 (産後うつ対応事業)	産婦健康診査を市で助成します。また、産婦健康診査時にエジンバラ産後うつ質問票を用いて、産後うつを早期に発見し支援します。	健康推進課
	新生児訪問 (乳児家庭全戸訪問事業)	出生児の家庭を全戸訪問し、児の発育・発達の確認とともに、育児に関する様々な相談に応じます。また、エジンバラ産後うつ質問票を用いて、産後うつを早期に発見し支援します。	健康推進課
産後ケア事業		分娩施設退院後一定の期間、助産師等の看護職が授乳や子育て相談に応じるとともに、母が休養できるようサポートします。	健康推進課
見守りし合わせ支援事業		新生児訪問等において、育児不安が強く、傾聴支援を希望された人に対して、支援員が家庭訪問を行います。育児不安の軽減や育児の孤立化の防止を図ります。	子育て・子育て支援課
育児・家事支援		育児の不安が強い家庭や、適切に家事を行うことが困難な状況下にある家庭に対し、支援員が家庭訪問を行います。保護者への助言や家事・育児援助等により、保護者の不安や負担の軽減、子育て家庭の孤立化の防止を図ります。	子育て・子育て支援課
子どもに関する相談		育児方法や子どもの発達等に関する様々な不安に寄り添い、助言を行うほか、適切な支援につなぎます。	健康推進課 発達相談センター
子育て支援センター		親子で自由に遊べる場であり、保護者同士の情報交換の場です。育児講座の開催、子育てサークルの育成のほか、子育て支援コーディネーターが様々な相談に応じます。	子育て・子育て支援課
子育てママのリフレッシュ事業		子育て中の母親の育児ストレスの解消や孤立化の防止、心身の健康増進を図るため、フィットネス講座等を開催します。	子育て・子育て支援課
ファミリー・サポート・センター		地域において、子育ての援助を受けたい人と子育ての援助ができる人同士を結びつけることで、子育ての助け合いを行い、保護者の負担軽減と子育て家庭の孤立化の防止を図ります。	子育て・子育て支援課
子育て応援講座		就学前の子とその保護者を対象とした講座を開催し、保護者同士のネットワークの形成を図ります。	公民館

2 疾病や障がいのある人とその家族への支援

疾病や障がいがあることで生きづらさを感じている人や、その人を支える家族は、日々の生活において様々な不安や困難を抱えていることが予想されます。不安や困りごとに寄り添い、必要な支援を提供することで、生活の質の向上や社会的な孤立を防ぐことにつながります。

取組	内 容	担当課・団体
断酒会への活動支援	アルコールの問題を抱えている人とその家族の自主グループです。定期的を開催して当事者同士の交流を深め、断酒の継続を目指します。	健康推進課
上小山びこ会への活動支援	こころの病気を抱える人とその家族の交流・学習の場です。定期的な交流会・講演会の開催や会報の発行により、孤立しない・孤立させないための仲間づくりを行います。	健康推進課 障がい者支援課
オアシス千曲家族教室	精神障がいのある人を支える家族を対象とした講演会・交流会を実施します。家族同士が交流することで不安の軽減や地域とのつながりの強化を図ります。	地域活動支援センター オアシス千曲 健康推進課
障がい者向け施設の支援	障がいのある人が、地域における活動の場の一つとして地域活動支援センター等を利用することにより、居場所や他者とつながる機会をつくります。	障がい者支援課 地域活動支援センター
障がい福祉サービスや各種福祉制度の支援	障がいのある人の抱える様々な課題や相談に対し、適切な支援を提供するため、関係機関と連携し、各種サービスの提供により、日常生活の質の向上及び社会復帰の促進を図ります。	障がい者支援課 各種サービス提供機関 上小圏域障害者総合支援センター
日常生活自立支援事業	認知症や知的障がい又は精神障がいのため、福祉サービスの利用や金銭管理に困難を生じている人に対し、福祉サービスの利用や金銭管理の手伝いを行うことで住み慣れた地域で生活できるよう支援します。	上田市社会福祉協議会
成年後見制度に関する相談・利用支援	認知症や知的障がい又は精神障がいにより判断能力の低下した人に対し、成年後見についての相談や手続きの支援、専門職後見人の受任を行い、安心安全な生活ができるよう支援します。 成年後見支援センターでは、無料電話相談窓口を開設し、専門職が相談支援を行います。	上小圏域成年後見支援センター 障がい者支援課 高齢者介護課
権利擁護の相談	認知症や知的障がい又は精神障がいにより判断能力の低下した人が、安心して地域で生活ができるよう、総合的な相談や専門機関への案内を行います。	障がい者支援課 高齢者介護課

3 自殺未遂者及び自死遺族への支援

自殺未遂の背景には、様々な社会的問題が潜んでいることも多いため、医療機関や関係機関と連携して支援の充実を図り、再企図の防止に努めます。また、自死遺族が、同じ体験を持つ人と安心して分かち合える場を周知します。

取 組	内 容	担当課・団体
自殺未遂者の情報提供、専門医への紹介・連携	自殺未遂者を把握した場合に、再企図を防止するためソーシャルワーカーによる面接を行い、患者や家族の同意を得た上で関連機関への情報提供を行います。また、専門医や専門医療機関につなぎ、早期治療に結びつけます。	信州上田医療センター
ベッドサイド相談	多重債務問題を抱える自殺未遂者のもとに司法書士が赴き、相談に応じます。	長野県司法書士会 信州上田医療センター健康推進課
警察による相談	通報又は相談により自殺未遂者を把握した場合は、保護し、関係機関と連携を図り、適切な機関へつなぎます。	上田警察署
上小地域自死遺族交流会(あすなるの会上田)	自死により、身近な人を失う経験をした遺族を対象とした分かち合いの場を開催します。	上田保健福祉事務所
死別体験者をまじえての分かち合いの会	配偶者や子どもを亡くした(自死も含む)死別体験者が語り合える場を設けることによって、自らのケア(セルフケア)の力を養う機会を提供します。	市民団体 「上田・生と死を考える会」

4 自殺対策の担い手・関係者に対するこころのケアの促進

自殺対策の担い手となる職員、及び関係者のこころの健康を維持するための体制を整えます。

取 組	内 容	担当課・団体
ゲートキーパーフォロー研修会	ゲートキーパー養成研修会の参加者を対象にフォロー研修会を実施します。ゲートキーパーとしてのスキルアップや活動する中で抱える問題の解決を図ります。	健康推進課
学校教職員の健康管理	児童・生徒の身近な存在である学校教職員に対し、健康診断・ストレスチェックを行うことで職員の健康を保ち、児童・生徒からの相談に対応できる体制を整えます。	学校保健給食課
市職員の健康管理	市職員は住民からあらゆる相談を受けます。市職員に対し、健康診断や健康相談、ストレスチェックを行うことで、健康を保ち、相談に対応できる体制を整えます。	総務課

5 その他の相談窓口及び相談体制の充実

様々な問題に直面している人が適切な場所に相談できる環境及び自殺の危機にある人を早期発見・早期対応できる体制を整えます。

取 組	内 容	担当課・団体
ひきこもり対策事業	ひきこもりの問題を抱える人及びその家族に対して相談を行い、問題解決に向けて対処法を共に考えます。また、ひきこもりの問題を抱える家族が集う場を開催し、ひきこもりについて理解を深め、同じ悩みを共有する家族同士が支え合う機会を提供します。	健康推進課 まいざぼ上田
こころの相談	不眠、意欲の減退、対人関係の悩み等、こころの状況・病気に関することについて相談を受け、適切な機関につなげます。	健康推進課 地域活動支援センター オアシス千曲
福祉総合相談	住民の福祉や利便性向上のため、総合的な福祉の相談や案内を行います。	福祉課
女性相談員による相談	女性相談員が様々な悩みや困りごとの相談に応じます。	人権共生課
女性弁護士による法律相談	女性弁護士が法的な相談に応じます。	人権共生課
外国人住民総合相談	多言語で、外国人住民の悩みごとの相談に応じます。相談内容により、関係機関と連携して解決を図ります。	人権共生課
人権擁護委員による人権・悩みごと相談	いじめ・体罰等子どもに関する問題、家庭内における様々な問題、近隣とのトラブル、プライバシーに関する問題や毎日の暮らしの中で起こる様々な問題について、人権擁護委員が相談に応じます。	人権共生課 長野地方法律局上田支局
消費生活相談	消費生活相談員が、消費生活に関すること、相続や多重債務等暮らしの中で生じた問題について相談に応じ、必要により各種専門機関を案内します。また、弁護士相談を希望する人には、無料法律相談を案内します。	市民課
健康相談（薬など）	薬やセルフメディケーションも含め健康に関わる相談のほか、医療・介護・福祉等の相談も受けます。受診・服薬がない人の相談にも応じます。	上田薬剤師会
心配ごと相談事業	住民を対象に介護、福祉サービス、家庭問題等の様々な相談に応じ、関係機関と連絡を密にして問題の解決に努めます。	上田市社会福祉協議会
法律相談事業	弁護士による様々な法的な悩みごと相談を行います。	上田市社会福祉協議会
精神保健福祉相談	精神科医師によるこころの相談を行います。	上田保健福祉事務所

取 組	内 容	担当課・団体
フリーダイヤルによる何でも相談と直接支援	24時間365日、フリーダイヤルによる何でも相談を実施します。継続した支援が必要だと判断される場合、同行支援や面談を行い、社会資源への適切なつなぎや、必要な支援を検討します。	よりそいホットライン 長野センター
やどかりハウス	"雨風をしのぐ宿"として、困ったときに街のゲストハウスに1泊500円で宿泊することができます。また、昼間休む場としても利用できます。公式LINEで相談を受けます。	NPO法人場作りネット

6 楽しみ・生きがいづくり

日々の生活において、生きがいや喜びを得ることで心身の健康を促進します。

取 組	内 容	担当課・団体
図書館事業	誰もが来館でき、生涯学習の場として利用できます。	図書館
公民館事業	講座や行事の開催のほか、公民館の利用者団体の活動を応援することにより、仲間づくりや世代交流、生きがいづくりを促進します。	公民館
生涯スポーツ推進事業	誰もがいつでもスポーツに親しむことができる機会を提供します。	スポーツ推進課
交流・文化施設運営事業	多様な芸術に触れる機会の提供や、住民による創作・発表と新たな地域文化の発信を行います。また、新たな交流や活力、憩い、癒しの創出の場ともなります。	交流文化芸術センター
おせっかい員（訪問ボランティア） 各種自助グループやコミュニティづくり	人々が支えあい、つながりあいながら、生きていくことを喜べるような場を、様々な人の協働で作っていきます。	NPO法人場作りネット
孤立を生み出さないための居場所作りの整備～コミュニティシネマの活用～	学校に行きづらい子どもや保護者、支援者を上田映劇で行う特別上映会、同時開催のコミュニティカフェへ招待し、子ども及び若者に向けた包括的な支援を行います。	認定NPO法人侍学園 スクオーラ・今人 NPO法人上田映劇 NPO法人アイダオ

【目標】

指 標	現状値	目標値	備 考
心理的苦痛を感じている人の割合	14.8% (R4年度)	9.4%	上田市民健康づくり計画策定のためのアンケート調査
「健康である」と感じている人の割合	77.4% (R4年度)	85%	上田市民健康づくり計画策定のためのアンケート調査
妊娠・出産について満足している親の割合	91.7% (R4年度)	増加	4か月児健康診査票

基本施策5 未成年者の自殺対策の強化

児童・生徒が、いのちの大切さを実感できる教育、社会において直面する可能性のある様々な困難・ストレスへの対処方法を身に付けるための教育（SOSの出し方に関する教育）、こころの健康の保持に係る教育を実施するとともに、自殺対策に資する教育の実施に向けた環境づくりを推進します。

取 組	内 容	担当課・団体
SOSの出し方に関する教育	小学生・中学生を対象に、悩みを一人で抱え込まずに周りに助けを求めることの必要性を伝えます。実際に相談できる窓口を提示・周知し、相談しやすい環境づくりを行います。	学校教育課 健康推進課
命の学級	小学生・中学生を対象に助産師が講師となり、いのちの大切さについて学習を深めます。	学校保健給食課 健康推進課
学校満足度調査	児童・生徒に対して学校生活に関するアンケート調査を行い、こころの健康状態や学級の状況を把握します。必要時には適切な支援につなげ、学級の状況改善を図ります。	学校教育課
いじめ防止対策事業	上田市いじめ問題対策連絡協議会の開催や、各校のいじめ防止基本方針の点検と見直し、個別支援を行い、いじめの未然防止、早期発見、早期対応を図ります。	学校教育課
スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーの活用	専門的知識を持つ相談員を活用し、不登校等の様々な問題を抱える児童・生徒及び保護者の相談に応じます。必要に応じて学校外の関係者とも連携し、不安の軽減、問題の解決を図ります。	学校教育課
教育相談	子どもの教育上の悩みや心配ごとに、相談員が面接や電話で応じます。いじめや不登校等の問題を共に考え、解決に向けて支援します。	学校教育課
不登校児童・生徒支援事業	不登校の児童・生徒に対し、学校や学校以外の場所で、集団に入る力を身につけ、こころの安定を図り、学習できるよう支援します。保護者の相談にも応じます。	学校教育課
異校間による連絡会議	不登校等支援が必要な児童・生徒に対して継続した支援が行えるよう、必要に応じ異なる学校間(小中・中高)による連絡会議を開催し情報共有を図ります。	学校教育課
外国籍児童・生徒相談	多言語で、外国籍児童・生徒及び保護者からの就学、学校生活に関する相談に応じます。就学に際しては日本語教室の紹介、就学後の相談に対しては学校訪問や関係機関と連携して問題解決を図ります。	学校教育課
発達に関する相談	0歳から18歳までの子どもの発達に関する相談に応じ、成長段階や特性に適應した支援を実施します。保育園や学校等関係機関との連携による継続的な支援により、子ども自身の困り感の軽減を図ります。	発達相談センター

取組	内 容	担当課・団体
デートDV防止事業	若年層を対象に、デートDV防止に向けた意識啓発を図ります。	人権共生課
青少年電話相談	青少年本人や家族が抱える様々な問題に対して電話で相談に応じます。必要に応じて専門機関につなぎ、問題解決を図ります。	生涯学習・文化財課
悩みを抱える子どもの電話相談	18歳までの子ども専用の電話相談です。困っていることや悩んでいることについて、どんなことでも話を聞いて子どもたちの思いに寄り添います。	チャイルドライン うえだ
未成年のための市民法律教室	主に高校生を対象に、多重債務に陥らないための知識や、悪質商法の手口等の消費者教育を中心に、県内各校に無料で講師を派遣します。	長野県司法書士会
少年のいじめ対策	いじめの相談を受けた場合に、関係機関と連携した対応をします。	上田警察署
児童虐待防止・ヤングケアラー支援	児童虐待やヤングケアラーの未然防止や早期発見、早期対応の取組を推進し、子どもの安心・安全な生活の確保に向けた相談・支援を行います。	子育て・子育て支援課

【目標】

指 標	現状値	目標値	備 考
SOSの出し方に関する教育を実施する公立小・中学校の割合	全小中学校 (R4年度)	全小中学校	
20歳未満の自殺者数	8人 (H29～R4年合計)	0人 (R5～R10年合計)	

3 重点施策

重点施策1 勤務問題対策

勤務問題による自殺の背景には、労働時間、人間関係、仕事の質的・量的負荷、育児や介護との両立等様々な要因が考えられます。職場環境の改善、メンタルヘルス対策、ハラスメント対策等についての周知・啓発を強化し、「働き方改革」を推進します。また、職域や各事業所での対策だけでなく、行政や地域の業界団体の役割も重要であるため、関係機関と協働して勤務問題による自殺リスクの低減に向けた取組を推進します。

取 組	内 容	担当課・団体
ワーク・ライフ・バランスの推進	地域でワーク・ライフ・バランスに取り組む事業所の表彰を通じて、地域のワーク・ライフ・バランスの推進を図ります。	人権共生課
働き方改革の推進	労働者が個々の事情に応じた多様で柔軟な働き方を選択できる社会を目指し、関係機関と連携して働き方改革関連施策の周知を推進します。	地域雇用推進課（上田市就労サポートセンター）
労働相談事業	労働に関する様々な相談に、専門の司法書士が無料電話にて対応します。相談内容により、専門の司法書士の面接相談又は事件受託に移行し、国や他の労働に関する機関を紹介します。	長野県司法書士会
労働問題無料電話相談	労働問題について20分程度の無料法律電話相談を実施します。	長野県弁護士会
勤労者心の相談室 陽だまりスペース	産業カウンセラーが、労働者やその家族、会社関係者からのこころの相談に対して、専門的な助言を行います。	東信労政事務所
労働相談事業	様々な労働に関する相談に対応します。相談内容により高度な知識を持つ専門家の労働相談に移行したり、国や他の労働に関する機関を紹介します。	東信労政事務所
心の健康づくりフォーラム 【再掲】	健康で安心して働ける環境づくりのため、職場のメンタルヘルスについて講演会を実施します。	長野県産業労働部労働雇用課 東信労政事務所
地区労働フォーラム 【再掲】	労働問題全般について、地域の実情に合わせ、時期・状況に適した課題をテーマに講演会を実施します。	東信労政事務所
労務管理改善リーダー 研修会	中小企業における労務管理改善リーダーを養成するため、人事・労務管理、人材育成、福利厚生等をテーマとした講義形式や討議形式による講習会等を実施します。	東信労政事務所
経営相談	経営支援員並びに専門相談員による法律・融資・税務・経営等の相談指導、関係機関との連携、情報提供を行い、経営全般に関する問題に対応し、経営者や家族、後継者に対し幅広い問題に関する相談を行います。	上田商工会議所 上田市商工会 真田町商工会
東信ビジネスリレー センターの運営	上田・小諸・佐久商工会議所が連携し、事業承継支援センターを運営します。広域専門指導員を配置し、事業のスムーズな引継ぎやマッチングに関する相談、情報提供を行います。	上田商工会議所
会報やホームページ等による情報発信	自殺予防週間、自殺対策強化月間に合わせ、各事業所へ啓発活動を行います。	上田商工会議所

【目標】

指 標	現状値	目標値	備 考
勤務問題を理由とする自殺者数	17人 (H29年～R 4年合計)	減少	
ワーク・ライフ・バランスという言葉の認知度	35.6% (R 2年度)	45% (R 8年度)	男女共同参画に関する 市民意識調査
働き方改革に積極的に取り組む 企業登録数	25社 (R 4年度)	増加	市が規定する「働き方改 革に積極的に取り組む」 中小企業に登録している 企業数（地域雇用推進課）

重点施策2 高齢者対策

高齢者は、とじこもりや抑うつ状態になりやすく、孤立・孤独に陥りやすいことから、地域包括ケアシステムや地域福祉力の強化等の施策と連動した事業の展開を図る必要があります。高齢者特有の課題を踏まえつつ、多様な背景や価値観に対応した支援、働きかけが重要なため、行政サービス、民間事業者のサービス、民間団体の支援を適切に活用し、生きることの包括的支援としての施策の推進を図ります。

1 包括的な支援のための連携推進

取 組	内 容	担当課・団体
地域包括支援センターの運営	高齢者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ための中核機関として地域包括支援センターを設置し、適切な運営に努めます。	高齢者介護課
認知症高齢者等支援ネットワーク推進事業	医療、福祉、法曹、警察、消防、介護の現場に携わる人々と認知症の人への効果的な支援のあり方を検討し、ネットワークの構築を推進します。	高齢者介護課

2 地域における要介護者に対する支援

取 組	内 容	担当課・団体
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行います。	高齢者介護課
認知症高齢者及び介護者の総合相談事業	認知症の人や、介護している家族の不安や悩みについて相談を受け、認知症に関する情報提供を行います。	高齢者介護課
認知症サポーターの養成と育成	認知症を正しく理解し、地域で暮らす認知症の人やその家族を支援する認知症サポーターの育成を推進します。	高齢者介護課

取 組	内 容	担当課・団体
認知症高齢者等見守りネットワーク	地域において、認知症の正しい理解を広げ、見守り支援をするとともに、認知症状の一つである徘徊により行方不明になった際には、早期発見・保護が実施できるようネットワーク体制を確立し、地域で認知症の人とその家族を支援します。	高齢者介護課
訪問理美容サービス	重度の要介護者で外出することが困難な人に、訪問理美容サービスの出張料を助成し、保健衛生の向上及び福祉の増進を図ります。	高齢者介護課
介護予防・日常生活支援総合事業	状態の改善と悪化の予防を目的とし、事業対象者、要支援者を対象として通所や訪問で介護予防・生活支援サービスを行います。	高齢者介護課
介護給付に関する事務	訪問介護、訪問リハビリテーション、訪問看護、短期入所、施設入所、相談支援等の必要な介護サービスを受けるための手続きを行います。	高齢者介護課
介護者のつどい	介護認定を受けている人を介護している人に対して、交流、情報交換、健康相談の機会を設けることにより、介護者の心身の疲れを癒し、元気の回復を図ります。	高齢者介護課
総合相談事業	地域包括支援センターで高齢者の総合的な生活相談に応じ、相談内容により他の専門機関を紹介します。	地域包括支援センター
高齢者虐待防止の推進	高齢者への虐待や消費者被害等を未然に防ぐため、高齢者虐待防止の普及・啓発に努めるとともに、虐待が起きても早期に発見し対応出来るよう関係機関との連携協力を図ります。	高齢者介護課

3 社会参加の強化と孤独・孤立の予防

取 組	内 容	担当課・団体
地域リハビリテーション活動支援事業	高齢者の集いの場に体操や脳トレを行う講師を派遣し、介護予防活動を支援します。	高齢者介護課
生きがい施策（高齢者向けクラブへの活動助成）	高齢者向けクラブ（地域在住の60歳以上の住民が健康づくりや仲間づくりを目的に集った団体）への活動費の助成をします。	高齢者介護課
ひとり暮らし等施策	台帳を整備し、必要に応じて関係者と共有して支援につなぎます。	高齢者介護課
高齢者の生きがいづくり事業	高齢者の生きがいづくりとして、学習活動等の事業を実施します。	公民館
ふれあいいいききサロン事業	地区集会施設を利用して、高齢者のとじこもり予防、認知症予防を目的に、区単位でサロン（お茶のみ会等）を行い孤立の防止を図ります。	上田市社会福祉協議会

取 組	内 容	担当課・団体
高齢者福祉センターの整備	高齢者が自主的に生きがいづくりや健康づくり、仲間づくりに取り組む活動の場を提供し、活動の促進を図ります。	高齢者介護課
高齢者福祉センターの管理・運営	市の委託を受け、生活・健康等の相談をはじめ健康増進、教養文化の向上、憩いの場として、生きがい・仲間づくりのクラブ活動を実施する高齢者福祉センターの管理・運営を行います。	上田市社会福祉協議会
高齢者地域サロン設立資金助成事業補助制度	高齢者同士や多世代との交流等、高齢者の支え合いの場となる集いの場の設立に要する経費に補助金を交付します。	高齢者介護課

4 生活の場の支援

取 組	内 容	担当課・団体
高齢者世帯等に配慮した集合住宅の整備	段差のない住宅を設置する等、安心・安全で暮らしやすい住宅を整備します。	住宅政策課
養護老人ホームへの入所支援	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行います。	高齢者介護課

【目標】

指 標	現状値	目標値	備 考
60歳代～70歳代女性の自殺者数	16人 (H29～R 4年合計)	減少	
高齢者地域サロン数	45か所 (R 4年度)	70か所 (R 8年度)	第9期上田市高齢者福祉総合計画
地域リハビリテーション活動支援事業数	170か所 (R 4年度)	190か所 (R 8年度)	第9期上田市高齢者福祉総合計画
介護予防サポーター養成数	41人 (R 4年度)	50人 (R 8年度)	第9期上田市高齢者福祉総合計画
認知症サポーター養成数	17,532人 (R 4年度)	19,800人 (R 8年度)	第9期上田市高齢者福祉総合計画

重点施策3 生活困窮者、無職者、失業者対策

生活困窮や無職、失業状態にある人は、単に経済的な問題だけでなく、心身の健康や家族との人間関係、ひきこもり等、様々な問題を抱えていることが考えられます。生活困窮者自立支援制度に基づく支援と自殺対策施策が密接に連携し、経済や生活の支援のほか、こころの健康や人間関係等の視点も含めた包括的な支援を推進します。

取 組	内 容	担当課・団体	
生活困窮者自立支援事業	自立相談支援事業	経済的に困窮し複合的な課題を持つ人からの生活、就労等に関する相談を広く受け止め、就労や自立に向けたワンストップ型の支援を行います。	福祉課
	住居確保給付金	離職等により住居を喪失、又は喪失の恐れのある人に対し、一定期間家賃を支給するとともに就労に向けた支援を行います。	福祉課
	一時生活支援事業	住居のない生活困窮者に、一時的に宿泊場所を提供します。	福祉課
	子どもの学習支援事業	生活保護受給世帯の子どもを対象に、家庭訪問により学習支援を行います。	福祉課
	就労準備支援事業	一般就労に向けた準備が整っていない生活困窮者又は生活保護受給者を対象に、一般就労に従事する準備としての基礎能力の形成を計画的かつ一貫して支援します。	福祉課
	家計改善支援事業	生活困窮者を対象に家計に関する相談、債務や滞納解消に関する相談に応じ、家計管理の支援や貸付の斡旋を行います。	福祉課
生活保護事務	生活・教育・住宅・医療・介護・出産・生業・葬祭扶助を行います。	福祉課	
就学援助費	経済的理由により就学困難な児童・生徒に対し、就学援助費として給食費・学用品費等を支給します。	学校教育課	
高校生を対象とした給付型奨学金	義務教育段階の就学援助制度に続く切れ目のない支援として、経済的支援が必要な生徒に奨学金を支給します。(非課税世帯を対象とした県の高校生等奨学給付金の受給者を除く)	教育総務課	
児童扶養手当支給	子どもを養育しているひとり親家庭の生活の安定と自立を助け、子どもの福祉の増進を図ることを目的として、手当を支給します。	子育て・子育て支援課	
就職支援事業	就労・労働相談、無料就職紹介を行うとともに、就業支援セミナーを実施し、学卒者に対する企業ガイダンスや就職面接会を開催します。また、様々な事情により自立、就職に至らない若者のカウンセリングや保護者相談を実施します。	地域雇用推進課(上田市就労サポートセンター) 認定NPO法人侍学園スクオーラ・今人(若者サポートステーション・シナノ)	

取組	内容	担当課・団体
心配ごと・悩みごと相談	精神保健福祉士が、心配ごとや悩みごとを抱えている人、又は精神科や心療内科を受診して就労活動をしている人の相談に応じます。	上田公共職業安定所 (ハローワーク上田)
専門家による心の健康相談	臨床心理士が、就職に対する様々な不安や悩みを抱える人にアドバイスをを行います。	上田公共職業安定所 (ハローワーク上田) 認定NPO法人侍学園スクオーラ・今人 (若者サポートステーション・シナノ)
就労困難者の活動支援	職場や学校・家庭において、様々な問題を抱えた人たちの孤立を防ぐため、生活訓練や就労支援を行い、社会参加を促します。	認定NPO法人侍学園スクオーラ・今人(若者サポートステーション・シナノ)
クレサラ無料相談	消費者金融、信販会社、商工ローン、ヤミ金融等多くのクレジット・サラ金業者等からの借入で困っている人に対し、クレジット・サラ金専門の無料法律相談を実施します。	長野県弁護士会上田在 住会
クレサラ(多重債務)無料法律相談	無料電話相談窓口を開設し、専門の司法書士が消費者金融から借り入れの多重債務問題や消費者トラブルについて相談支援を行います。	長野県司法書士会
くらしと健康の相談会	失業、倒産、多重債務等の問題について専門家である弁護士と連携し、弁護士による法律相談と保健師による健康相談を開催します。	上田保健福祉事務所
住民の生活支援活動(孤立や孤独を防ぐための活動)	住民の生活に関する相談に応じ、必要時は関係機関や社会資源につなげます。	上田市民生委員・児童委員協議会
生活福祉資金貸付事業	低所得者世帯、障がい者世帯、高齢者世帯に対し、資金の貸付と必要な援助や指導を行うことにより、経済的自立及び在宅福祉や社会参加の促進を図り、安定した生活を送れるようにします。	上田市社会福祉協議会
たすけあい資金貸付事業	要保護世帯又はこれに準ずる世帯に対し、応急救護のために貸付を行い、世帯更生の促進と地域社会の福祉増進を図ります。	上田市社会福祉協議会
社会参加を目的とした講座等の開催	就労経験が少ない人や就労ブランクがある人、ひきこもり状態の人等を対象に、社会参加を行いながらコミュニケーション・スキルやソーシャル・スキルを仲間と共に学び、社会に一步踏み出すための支援を行います。	まいさぼ上田
ペアレント・トレーニング講座の開催	ひきこもりの若者を抱える家族を対象に、認知行動療法の技法を応用した講座を開催します。ひきこもりのメカニズムや問題行動の理解、家庭内暴力の予防、ポジティブなコミュニケーション・スキルの獲得等を学び、家族関係の改善と若者と社会をつなぐための支援を行います。	まいさぼ上田

指 標	目標値	担当課・団体
生活が苦しい人のための 無料法律相談	無料電話相談窓口を開設し、専門の司法書士が生活 困窮者等のため、生活保護等の相談支援を行います。	長野県司法書士会

【目標】

指 標	現状値	目標値	備 考
自立相談支援事業	7,214件 (R 4 年度)	継続実施	第4次上田市地域 福祉計画
就労準備支援事業	11人 (R 4 年度)	継続実施	第4次上田市地域 福祉計画
就 労 相 談 事 業 に よ る 就 業 者 数	若年者自立・就職支援により 自立・就労した人の数	27人 (R 4 年度)	増加 地域雇用推進課と若 者サポートステーシ ョン・シナノの連携 事業
	若者の自立・定住促進事業に より就労した人の数	16人 (R 4 年度)	増加 地域雇用推進課と民 間人材派遣会社の連 携事業
	まいさぼ上田の自立相談支援 事業により就労した人の数	32人 (R 4 年度)	増加