

資料編

【資料1】 上田市自殺対策関連施策一覧

【資料2】 主な相談窓口一覧

【資料3】 自殺対策基本法

【資料4】 自殺総合対策大綱

【資料5】 計画策定の経過等

1 上田市自殺対策関連施策一覧（基本施策と重点施策を除く）

番号	事業名	事業概要	自殺対策の視点	担当課
項目1. 地域におけるネットワークの強化				
1	子育て支援ネットワーク推進事業	子育て支援施設や子育て団体、関係機関とのネットワークを推進し、多様な情報発信とさまざまな主体による子育て支援の仕組みを整えることにより、多面的な子育て支援を推進する。	子育て支援を行う関係団体同士のネットワークを強化していくことは、自殺のリスクを抱えた保護者の早期発見と支援の強化につながる。	子育て・子育て支援課
2	幼保小中連携事業	保育園、幼稚園、小学校、中学校間で連携し、スムーズな移行を図るとともに、希望や目標をもって各学校に入学し、それぞれの学校生活にスムーズに移行できる児童生徒を育てることを目的とする。	保育園、幼稚園、小学校、中学校間で、児童生徒の家族の状況等も含めて情報を共有できれば、自殺のリスクを抱える家庭を包括的・継続的に支援することができる。	学校教育課
3	地域の青少年育成支援事業	地域の中で青少年を育成する意識の向上を図ることを目的に、青少年育成市民のつどいや地区懇談会等を行っている。	地域コミュニティの中で、「地域の子どもは地域で育てる」意識を常に共有し、青少年の「孤立化」を防ぎ見守る地域づくりにつながる。	公民館
項目2. 自殺対策を支える人材の育成				
項目3. 住民への啓発と周知				
1	働き盛り世代の健康づくり事業	協会けんぽ長野支部との包括的連携協定に基づき健康づくり事業を双方の情報を共有しながら、連携、協力を図り実施し、特定健診の受診率向上や健康づくりの普及・啓発を目指す。	働き盛り世代の方たちに向けた健康づくりのアプローチ施策を展開することにより、自殺対策を含めた包括的支援につながる。	健康推進課
2	障がい者福祉制度に関する出前講座の開催	家族等を対象に、障がいの態様別に出前講座を開催する。	出前講座の中で、自殺問題とその対応についても周知することにより、当該問題に関する家族等の理解促進につながる。	障がい者支援課
3	障がい者差別解消推進事業	障がいを理由とする差別の解消を推進するため、上小圏域障がい者自立支援協議会に障害者差別解消支援地域協議会の機能を付与し、相談や紛争解決に努め、住民や民間事業者等に対し周知・啓発を行う。	自立支援協議会の事務局である上小圏域障害者総合支援センターの職員にゲートキーパー研修を受講してもらうことで、必要時には適切な機関へつなぐ等の対応について理解を深めてもらい、自殺リスクを抱えた人の把握・支援を拡充していくことができる。	障がい者支援課
4	市長定例記者会見	市長自らが、行政施策の発表を行うことにより、新聞・テレビ等を通じて行政の情報により効果的に報道されることが期待される。このことにより行政と住民との情報の共有化を促進し、住民とのパートナーシップに基づく行政運営に資することを目的としている。	「いのちを支える自殺対策」等に関する具体的な取組等がある場合は、記者会見の報告項目に盛り込むことで、住民に対し、施策の更なる周知と理解の促進を図る。	広報シティプロモーション課
5	上田市PTA連合会によるPTA講演会コーディネート事業	各小中学校PTAが主催する講演会に対し、講演料の一部を補助する。	講演会のテーマとして自殺問題を取り上げることで、保護者の間で、子どもの自殺の危機に対する気づきの力を高めることができる。役員会の場で相談先の情報等をあわせて提供することで、子どもへの情報周知のみならず、保護者自身が問題を抱えた際の相談先の情報提供の機会とすることができる。	学校教育課
6	人権啓発事業	教育委員会及び関係団体等と連携し、人権意識を高めるための啓発をし、いのちの大切さについても学ぶ機会とする。	さまざまな人権問題について啓発するなかで、生命の尊さを見つめ直す機会につながる。（人権同和教育係）	人権男女共同参画課 生涯学習・文化財課
7	地域の人権意識啓発促進事業	地域の中で人権意識の向上を図ることを目的に、地域懇談会等を行う。		公民館
8	地域産業の育成・発展（経営者支援セミナー等）	商工会議所と連携した経営者支援セミナーや、中小企業経営基盤強化事業の実施等を行う。	健康経営促進に向けたPR案の検討を行うことで、健康経営の強化を図る起点にもなる。労働者への生きることの包括的支援につながる。	商工課
項目4. 生きることの促進要因への支援				
1	上田市特定事業主行動計画	「次世代育成支援対策推進法」及び「女性の職業生活における活躍の推進に関する法律」に基づくワークライフバランスの推進。	ワークライフバランスを推進するため、時間外勤務の縮減や休暇取得を促進し、職員の心身の健康を図ることが、自殺対策につながる。	総務課
2	納税相談	住民から納税に関する相談を受け付ける。	突然の失職や病気など特別の事情により生活が困窮し、期間内に市税等が納付できない場合は納税相談を行うとともに、その他の支援が必要な方に対しては関係機関の相談窓口を案内する。	収納管理課
3	生活ガイドブックの発行	行政のしくみや、役所における各種手続き方法、助成制度などの情報のほか、暮らしに役立つ生活情報を手軽に入手できるようにガイドブックを発行する。	ガイドブックの中に、さまざまな生きる支援に関する相談先の情報を掲載することで、住民に対して情報周知を図ることができる。	市民課

番号	事業名	事業概要	自殺対策の視点	担当課
4	公害・環境関係の苦情相談	住民から公害・環境に関する苦情や相談を受け付けるとともに、問題の早期解決を図る。	自殺に至る背景には、近隣関係の悩みやトラブル等が関与している場合や、悪臭や騒音等の住環境に関するトラブルの背景に精神疾患の悪化等が絡んでいる場合も少なくない。 公害や環境に関する住民からの苦情相談は、それらの問題を把握・対処する上での有益な情報源として活用できる可能性がある。	生活環境課
5	交通事故に関する相談	交通事故に関する相談先の紹介を行う。	交通事故の加害者・被害者ともに、事故後にはさまざまな困難や問題に直面し、自殺リスクが高まる可能性がある。 加害者・被害者の双方に相談の機会を提供することは、自殺リスクの軽減にも寄与しうる。	生活環境課
6	市営住宅使用料等収納対策	市営住宅使用料等の納付に関する指導及び相談を行う。	市営住宅使用料等の納付に関する指導及び相談時に、経済的な支援等が必要と思われる方の情報を関係部局へ伝達することにより、支援の接点となりうる。	住宅課
7	中国残留邦人等生活支援事業	特定中国残留邦人等とその配偶者の方で、世帯の収入が一定の基準に満たない方を対象に、通訳派遣や日常生活上の困難に関する相談・助言を行う。	言語的、文化的な障壁に加えて、収入面でも困難な状況にある場合、安定的な生活が送れず、自殺リスクが高まる可能性もある。 相談・助言を通じてその他の問題も把握・対応を進めることで、生活上の困難の軽減を図ることは、自殺リスクの軽減にも寄与しうる。	福祉課
8	障害者基本計画・障がい福祉計画・障がい児福祉計画の策定と推進	障害者基本計画、障がい福祉計画及び障がい児福祉計画の成果目標に向けた推進を図り、次期障害者基本計画、障がい福祉計画及び障がい児福祉計画の策定を行う。	障がい者福祉事業と自殺対策事業との連携可能な部分の検討を進めることにより、両事業のさらなる連携の促進を図ることができる。	障がい者支援課
9	障害者基幹相談支援センター等機能強化事業	障がい者等の福祉に関するさまざまな問題について障がい者（児）及びその家族等からの相談に応じ、必要な情報の提供及び助言その他の障がい福祉サービスの利用支援等、必要な支援を行う。加えて、関係機関との連絡調整、その他障がい者等の権利擁護のために必要な相談支援の基幹となる相談支援センターを運営する。	センター職員に、ゲートキーパー研修を受講してもらうことで、自殺対策の視点についても理解してもらい、問題を抱えている場合には適切な窓口へつなぐ等、職員の相談対応の強化につながりうる。	障がい者支援課
10	障がい者虐待の対応	障がい者虐待に関する通報・相談窓口を設置する。	虐待への対応を糸口に、本人や家族等、擁護者を支援していくことで、背後にあるさまざまな問題をも察知し、適切な支援先へとつないでいく接点（生きることの包括的支援への接点）にもなりうる。	障がい者支援課
11	福祉のしおりの作成	障がい者とその家族に対して、各種福祉制度の概要や手続き方法などを紹介するしおりを作成・配布することにより、障がい者の方々がその有する能力や適性、ライフステージに合わせて適切なサービスを利用できるよう情報を提供し、在宅生活の質の向上や社会参加の促進等を図る。	上田市精神保健福祉のしおりに記載されている、生きる支援に関連する相談窓口の情報を「上田市の福祉のしおり」に入れ込むことで、障がい者やその家族等に対する相談機関の周知の拡充を図ることができる。	障がい者支援課
12	障がい者(児)手当等事務	日常生活が困難な心身障がい者(児)の福祉の増進のための手当を支給する。	手当の支給に際して、当事者や家族等と対応する機会を活用することで、問題の早期発見・早期対応への接点になりうる。	障がい者支援課
13	手話奉仕員養成事業	聴覚障がい者の生活及び関連する福祉制度についての理解ができ、手話で日常生活に必要な手話語彙及び手話表現技術を習得した手話奉仕員を養成する。	手話奉仕員にゲートキーパー研修を受講してもらうことにより、障がい者の中でさまざまな問題を抱えて自殺リスクが高まった方がいた場合には、適切な支援先につなぐ等、手話奉仕員が気づき役やつなぎ役としての役割を担えるようになる可能性がある。	障がい者支援課
14	介護職員人材確保推進事業	地域内の介護事業所等に勤務する職員の技術向上を図ることにより、介護サービスの維持及び向上を目指す。	人材育成により、要介護者やその家族に対して適切な支援を行うことで、不安や悩みが軽減し自殺要因を減らすことができる。	高齢者介護課
15	国民年金の受付業務	国民年金保険料の免除申請書、障害年金の請求書の受け付け等を行う。	国民年金保険料の免除を希望される方、障害年金を申請された方は、離職を含め生活面で困難な状況にある可能性が高いと思われる。また、支払機関からの問い合わせには、可能な範囲内での情報の提供により支援のきっかけとなりうる。	国保年金課
16	短期保険証の窓口交付事務及び限度額認定証の交付事務	滞納している短期保険証窓口交付者及び限度額適用認定証発行申請者へ対し、生活実態の聞き取り等、納付相談を実施する。	保険料の滞納をしている方は、経済的な困難を抱えている方も少なくない。 納付勧奨等の措置を講じる中で、当事者から状況の聞き取りを行い、必要に応じてさまざまな支援機関につなげる等、支援への接点となりうる。	国保年金課

番号	事業名	事業概要	自殺対策の視点	担当課
17	重複多受診者訪問指導	重複多受診者を訪問指導することにより、被保険者の健康相談、適正受診の指導を行う。	医療機関を頻回・重複受診する方の中には、地域で孤立状態にあつたり、日々の生活や心身の健康面等で不安や問題を抱え、自殺リスクが高い方もいると思われる。訪問指導の際に状況の聞き取りと把握を行うことで、自殺のリスクが高い場合には他機関につなぐ等の対応を行うことができれば、自殺リスクの軽減にもつながりうる。	国保年金課
18	第三次上田市民健康づくり計画推進	(1) 計画の推進 計画6分野の行動計画表の作成、課内推進会議を行う。 (2) 計画の周知・広報 広報うえだ・行政チャンネル、有線において健康づくりの情報を啓発する。	自殺予防月間において、自殺対策（生きることの包括的支援）を取り上げることで、住民への周知、啓発の機会になりうる。 計画の中で自殺対策について言及することで、自殺対策との連動性を高めていくことができる。 こころの分野で自殺対策を取り扱う。	健康推進課
19	母子健康手帳交付等	(1) 母子健康手帳 安全・安心な妊娠・出産・育児を応援するための情報の掲載や、母子の健康状況を記録するための手帳を妊娠届時に交付する。 (2) 妊婦一般健康診査 妊娠期の健康や安全な出産ができるよう、妊婦健診料を補助する。	保健師を対象に、自殺のリスクや支援のポイント等に関する研修を実施することで、自殺対策を踏まえた対応の強化を図ることができる。	健康推進課
20	産後ケア事業	分娩施設退院から一定の期間、助産師等の看護職が母をケアし、身体的回復と心理的な安定を促進する。	産後は育児への不安等から、うつリスクを抱える危険が高い。出産直後の早期段階から専門家が関与し、退院後も他の専門機関と連携して適切に支援を継続することができれば、自殺リスクが軽減しうる。	健康推進課
21	心理発達相談・育児相談、発達を促す相談、ことばの相談	子どもの発達に関して心理発達相談員等、専門職が相談に応じる。	母親の負担や不安感の軽減に寄与しうる。 必要時には別の関係機関へとつなぐ等の対応を取ること、包括的な支援を提供しうる。	健康推進課
22	育児110番	子育てに困ったときの相談を保健師などが受けるための相談専用電話を設置し、育児に関する電話相談を行う。	保健師や助産師に対し研修を行い、乳幼児を育てる母親の抱えがちな自殺のリスクと対応につき理解してもらうことで、母親との面談時に異変や困難に気づき、問題があれば関係機関につなげる等、自殺対策を踏まえた対応の強化を図ることができる。	健康推進課
23	プレマクッキング、乳児健診と教室での離乳食の話、離乳食と食事の相談	基本的な食生活を学ぶために、取り分け食の調理実習や試食を含めた、離乳食に関する個別相談を行う。	離乳食に関する相談を通じて、その他の不安や問題等についても聞き取りができるのであれば、問題を早期に発見し対応するための機会となりうる。	健康推進課
24	乳幼児健康診査・教室	乳幼児が心身共に健やかに発育、発達するために内科医や歯科医、眼科医、整形外科医等の診察を受けるとともに、保健師や管理栄養士、歯科衛生士等専門職員が保健指導を行う。	家庭の生活状況や抱える問題等を把握する貴重な機会となりうる。 貧困家庭への支援や虐待防止等の各種施策と連動させていくことで、乳幼児のみならずその親をも含めて包括的な支援を展開できる可能性がある。	健康推進課
25	健康相談	保健師による健康に関する相談を行う。	さまざまな相談に応じることで、支援が必要な方々との接触の機会となりうる。 相談の中で状況の聞き取りを行い、必要があれば他機関につなぐ等の対応を取ることにより、支援への接点となりうる。	健康推進課
26	精神障がい者の早期発見・早期治療・社会復帰促進	精神障がい者の早期発見・早期治療・社会復帰促進のため、保健師によるこころの相談を行う。	精神障がいを抱える方とその家族は、地域社会での生活に際してさまざまな困難を抱えている可能性がある。 早期段階から社会復帰に向けた支援を専門医や保健師等が展開し、本人や家族を包括的・継続的に支えていくことで、自殺の軽減につながりうる。	健康推進課
27	断酒会の啓発	広報等で断酒会について啓発する。	アルコールの問題を抱える方は自殺のリスクが一般的に高く、家族も困難を抱えている場合が多い。断酒会の支援をすることで自殺予防にもなりうる。	健康推進課
28	困難事例対応精神障がい者と家族への個別支援の充実	困難事例対応精神障がい者（疑い含む）及びその家族への個別支援の充実を図る。	精神障がいを抱える方とその家族の中でも、特に困難事例とされる方は自殺リスクの高い方が少なくない。 個別支援を充実させることで、自殺のリスクが高い方々の自殺防止に向けた有効な取組にもつながりうる。	健康推進課
29	40歳未満の住民を対象とした健康診査＝若年健診	40歳未満の市民で、健診を受診する機会のない方を対象に、健診を実施する。	健康診断やメンタルヘルスチェックの機会を活かし、問題がある場合にはより詳細な聞き取りを行うことにより、専門機関による支援への接点になりうる。	健康推進課 国保年金課
30	生活習慣病予防	特定健康診査を受けた方に保健指導・健診結果報告会を行う。	健康診断やメンタルヘルスチェックの機会を利用することで、問題に関する詳しい聞き取りを行ったり、必要な場合には専門機関による支援につないだりする等、支援への接点となりうる。	健康推進課

番号	事業名	事業概要	自殺対策の視点	担当課
31	食生活改善推進協議会活動	地域住民の食生活の改善を図ることにより、生活習慣病等を予防するため、健康寿命の延伸を目指す。	食生活に問題があり、生活習慣病等に罹患する方の中には、生活苦や身近な支援者の不在など、日常生活上の困難を抱えて自殺のリスクが高い人も少なくないと思われる。推進員の講座の中に、自殺対策の視点を入れ込むことにより、推進員が自殺のリスクを早期に発見し、適切な支援先へつなぐ等の対応が取れるようになる可能性がある。	健康推進課
32	休日・夜間等診療事業	(1) 休日在宅当番医事業 休診日である日曜日や祝日に当番医が診療を行う。 (2) 平日夜間・深夜在宅当番医事業 夜間に輪番病院が診療を行う。 (3) 内科・小児科初期救急センター事業 午後8時から午後11時までの間、比較的軽症な内科的な診療を行う。	通常時間外で応急処置が必要な方の中には、精神疾患の急激な悪化や家族の暴力等、自殺リスクにかかわる問題を抱えているケースもあることが想定される。ケースによっては必要な支援先につなぐ等の対応を取るなど、自殺対策と連動させることでより効果的な支援になりうる。	健康推進課
33	保育の実施(公立保育園・私立保育園など)	・公立保育園・私立保育園などによる保育・育児相談を実施する。 ・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を行う。	保育士にゲートキーパー研修を実施することで、保護者の自殺リスクを早期に発見し、他の機関へつなぐ等、保育士が気づき役やつなぎ役としての役割を担えるようになる可能性がある。	保育課
34	保育料等納入促進事業	(1) 保育所等による保育料納入勧奨指導 園長から滞納者への保育料の納入を呼びかける。 (2) 納入しやすい環境整備 保育料の滞納縮減に努めるとともに、納入しやすい環境を整える。 (3) 滞納整理の強化 保育料等収納担当職員による滞納者への電話催告や夜間訪問を実施し、収納業務を強化する。	保育料を滞納している保護者の中で、生活上のさまざまな問題を抱えて、払いたくても払えない状態かつ必要な支援につなぐていない方の把握に努め、必要な相談窓口を案内する。	保育課
35	家庭的保育事業	就労・疾病等で乳児の養育ができない保護者に代わり、児童の健全育成を図る。	子どもの預かりと養育の機会は、保護者や家庭の状況を知る機会となる。保護者や家庭が問題を抱えている場合には、必要な支援先につなぐなど、支援への接点になりうる。	保育課
36	子ども・子育て支援事業計画の推進	子ども・子育て支援事業計画に基づき、子育て支援施策の推進を図る。	子ども・子育て支援事業と自殺対策とを連動させることにより、妊産婦や子育て世帯への支援強化を図ることができる。	子育て・子育て支援課
37	発達に関する相談事業	0歳から18歳までのお子さんで発達に関して心配のある家族等の相談を受け、特性に適応した支援を実施する。保育園や学校等関係機関との連携を行い、支援の継続を図る。	発達障がいを抱えた人や家族は、日常生活でさまざまな生きづらさを抱え、自殺リスクの高い方もいる。相談の機会を、そうした方抱える問題を把握し、適切な支援機関につなぐ機会にもなりうる。	子育て・子育て支援課
38	子育て等に関する相談事業の実施	子育て世代包括支援センター及び子育て支援センター等で子育て等に関する相談を行う。	子育て支援コーディネーターや子育て支援センター職員がゲートキーパー研修を受けることで、相談時や子育て支援センター等の利用時に保護者の自殺リスクを早期に発見し、他の機関へつなぐ等、気づき役やつなぎ役としての役割を担えるようになる可能性がある。	子育て・子育て支援課
39	家庭児童相談員による相談事業	家庭における適正な児童養育、その他家庭児童福祉の向上を図るための相談、指導を行う家庭児童相談員を配置する。	相談員がゲートキーパー研修を受けることで、自殺のリスクを早期に察知し必要な機関へつなぐ等の対応を強化できる可能性がある。	子育て・子育て支援課
40	母子・父子自立支援員による相談	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、児童福祉の増進を図るため、母子・父子自立支援員を配置する。	自立支援員がゲートキーパー研修を受けることで、自殺のリスクを早期に察知し、必要な機関へつなぐ等の対応を強化できる可能性がある。	子育て・子育て支援課
41	母子生活支援施設入所措置	配偶者のいない女子又はこれに準ずる事情にある女子と、その看護すべき児童の母子生活支援施設への入所を実施し、入所施設の実施運営費を扶助することで、自立の促進のためにその生活を支援する。	母子家庭は経済的困窮をはじめ、さまざまな困難を抱えて、自殺のリスクの高い方もいる。施設入所を通じて、そうした家庭を把握するとともに、心理的なサポートも含めた支援を継続的に行うことで、自殺のリスクの軽減にもつながりうる。	子育て・子育て支援課
42	児童虐待防止対策事業	児童虐待防止対策の充実を図る。	子どもへの虐待は、家庭が困難な状況にあることを示す一つのサインであるため、保護者への支援を通じて問題の深刻化を防ぎ、自殺リスクの軽減にもつながりうる。被虐待の経験は、子ども自身の自殺リスクや成長後の自殺リスクを高める要因にもなるため、子どもの自殺防止、将来的な自殺リスクを抑えることにおいても、児童虐待防止は極めて重要である。	子育て・子育て支援課
43	性に関する指導推進事業	産婦人科などの助産師を講師として中学校に派遣し授業を行うことで、生徒に向けた性に関する指導の充実を図る。	望まない妊娠や性被害等は、児童生徒の自殺リスクにつながりかねない重大な問題である。性に関する指導の際に、相談先の一覧が掲載されたリーフレットを配布することで、児童生徒に相談先情報の周知を図れる。	学校教育課

番号	事業名	事業概要	自殺対策の視点	担当課
44	発達支援に関する情報の共有及び連携会議	発達支援連携会議を行う。(年6回、発達支援に関する関係課による会議の開催)	発達障がいに関する庁内関係課同士の連携を進めることにより、包括的な支援体制の強化、生きることの包括的支援(自殺対策)の向上にも寄与しうる。	学校教育課
45	所外活動の開催	適応指導教室に通う児童及び生徒が、体験活動や交流活動等を行うことを通して、自分の良さを見つめ直し、困難に立ち向かうたくましい体や友達を思いやるやさしい心など「生きる力」を身に付ける。	不登校の子どもが相互に交流できる機会を提供することで、当事者同士のつながりの形成と強化を図ることができる。	学校教育課
46	子ども会育成会活動支援・体験活動促進	(1) 上田市子ども会育成連絡協議会補助金 子ども会活動の活性化を図る。 (2) 上田市子ども会育成連絡協議による事業 子どもたちの地域を越えた交流・各種体験の機会創出 (3) 野外体験活動の促進に向けた事業 野外体験活動に関わる自治会関係役員を養成	交流事業を通じて、学校とは違うコミュニティで自分の役割や有用性を見出すことができれば、自己有用感の醸成等に寄与しうる。	生涯学習・文化財課
47	多文化共生社会講座	外国籍の住民と日本国籍の住民がお互いを理解してよりよい生活を行うことを目的に各種講座を行う。	お互いに多様性を認め合い、対等な関係を築いていくきっかけとする。孤独になりがちな外国人が公民館講座を通じ、上田市民と知り合いになることで不安解消のきっかけになる可能性がある。	公民館 市民課
48	交流事業	仲間づくりや生きがいづくりのほか、健康増進や世代間交流を促進するために、文化展や各種スポーツ大会を行う。	「文化」「スポーツ」を共通手段として世代間交流を通じた地域づくりを進め、高齢者をはじめ、誰もが地域で集い、憩うことのできる環境づくりにつながる可能性がある。	公民館
49	公民館だよりの発行	各公民館で行われる講座や行事の情報やサークル等の案内を地域の住民に定期的に広報する。	地域に密着した親しみやすい公民館だより(各戸配布または回覧)を発行し、地域の多くの方に見てもらい、気軽に最寄りの公民館に出かける機会を作り、生きがいづくりや仲間づくりにつなげる。	公民館
50	JFAこころのプロジェク 「夢の教室」	現役のJリーグ選手やなでしこリーグ選手、そのOB・OGなどのサッカー関係者、及び、他種目の現役選手、OB・OGを「夢先生」として、小学校に派遣し、「夢の教室」と呼ばれる授業を行い、「夢を持つことの大切さ」、「仲間と協力することの大切さ」などを講義と実技を通じて子どもたちに伝える。	「夢の教室」を行うことにより、地域住民に夢や希望、生きることへの活力を与える可能性が期待できる。	スポーツ 推進課
項目5. 未成年者の自殺対策の強化				
1	信州型コミュニティスクール 「地域とともにある学校づくり」	統括コーディネーターや公民館が中心となり、地域住民等が学校の応援団となって連携・協働しながら「地域とともにある学校づくり」に取り組む。 (1) ボランティア交流会(ネットワーク構築) (2) ボランティア研修会、ガイドブック作成(スキルアップ) (3) 広報啓発活動 等	子どもたちを取り巻く環境や学校が抱える課題は複雑化・多様化している。地域と学校が連携・協働し、子どもたちと関わる中で、地域における人々のつながりが生まれ、自殺等の抑止力となる可能性がある。	生涯学習・文化財課
2	少年育成センター事業	青少年の非行防止、健全育成を図るための事業を実施する。 (1) 街頭補導 (2) 電話相談窓口を設置 (3) 青少年健全育成のための広報啓発活動・補導センターだより、非行防止チラシ等	街中の徘徊など、一見すると「非行」と思われる行動が、実は青少年にとっての「SOS」である場合も少なくない。	生涯学習・文化財課

2 主な相談窓口一覧

◆ 上田市内 精神科・心療内科医療機関 ◆

医療機関名称(50音順)〔電話〕	住 所	診療時間
あきメンタルクリニック 〔電話 0268-71-0036〕 * 予約制	天神1-8-1 パレオ3階	・月、火、金 10:00～13:30、15:00～19:00 ・土 9:00～12:30、14:00～18:00 ・木 10:00～13:30、15:00～18:00 ※不定休あり * 受付終了時間は診療時間終了の30分前
安藤病院 〔電話 0268-22-2580〕	中央西 1-1-20	・月～土 8:30～11:30 (初診の受付は10:30まで) ・月、火、木、金 14:00～17:00 (初診の受付は16:00まで)
千曲荘病院 〔電話 0268-22-6611〕 * 予約制	中央東4-61	・月～土 8:30～12:00 (受付時間 7:30～11:00) ・月、木、金 14:00～16:00 (受付時間 13:00～15:00)
メンタルクリニック上田 〔電話 0268-22-6690〕 * 予約制	常田3-15-58 TOSHIビル 1階	・月 8:30～11:00 ・火、第1・3・5金 13:00～17:00 ・水、第2・4土 8:30～12:00 ・木、第1・3土 8:30～12:00、13:00～17:00
メンタルサポートそよかぜ病院 〔電話 0268-35-0305〕 * 初診予約制	塩川3057-1	・月、水～土 9:00～12:30 (受付時間 7:30～11:30) ・火 9:00～12:30 (受付時間 7:30～11:30) 14:00～17:30 (受付時間 13:30～16:30)

◆ 相談機関 ◆

【健康】

相談機関	相談内容	相談日・時間	電話番号
上田市役所 健康推進課	精神保健福祉相談員による こころの相談 (要予約)	相談のうえ決定	0268-23-8244
	ひきこもり個別相談	相談のうえ決定	0268-23-8244
上田市役所 健康推進課 丸子保健センター 真田保健センター 武石健康センター	保健師によるこころの健康に関する相談	月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-23-8244 0268-42-1117 0268-72-9007 0268-85-2067
上田保健福祉事務所	保健師によるこころの健康に関する相談	月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-25-7149
	精神科医師によるこころの健康に関する相談 (要予約)	偶数月：第1火曜日 奇数月：第1木曜日 毎月：第3水曜日 14:00～16:00	
	心理職における思春期におけるこころの健康に関する相談 (要予約)	第4木曜日 13:00～16:00	
長野県 精神保健福祉センター	こころの健康に関する電話相談	月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15	026-227-1810
	こころの健康相談統一ダイヤル “消えてしまいたい、”“家族や知人に死にたいと訴えている人がいる、”“身内が自死してつらくてどうしようもない、”などの自殺に関する電話相談	月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) 9:30～16:00	0570-064-556
長野県精神障がい者在宅 アセスメントセンター 「りんどう」	緊急に精神科医療機関を必要とする方やその家族などを対象とした電話相談	毎日 17:30～翌朝 8:30	0265-81-9900

【生活・福祉】

相談機関	相談内容	相談日・時間	電話番号
上田市役所 福祉課 丸子市民サービス課 真田市民サービス課 武石市民サービス課	生活に関する相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-23-5372 0268-42-1118 0268-72-2203 0268-85-2067
上田市役所障がい者支援課 丸子市民サービス課 真田市民サービス課 武石市民サービス課	障がいに関する相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-23-5158 0268-42-1118 0268-72-2203 0268-85-2067
市民プラザゆう	女性弁護士による法律相談	奇数月第2・4木曜日 10:00～12:00 偶数月第4木曜日 10:00～12:00	0268-27-2988
	女性相談員によるなんでも相談	火曜日 11:00～18:00 木曜日 10:00～17:00 第2・4土曜日 10:00～17:00	0268-27-3123
上田市役所 上田消費生活センター	消費生活相談、市民相談、多重債務相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～12:00 13:00～16:00	0268-75-2535
上田市役所 生活環境課	弁護士による法律相談	第2・4金曜日(祝日、年末年始を除く) 13:00～16:00	0268-22-4140
上田市社会福祉協議会 上田地区センター 丸子地区センター 真田地区センター 武石地区センター	心配ごと相談 (介護、福祉サービス、家庭内の問題等)	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～16:00	0268-27-8080 0268-42-0033 0268-72-2998 0268-85-2466
まいさぼ上田	生活や就労などの悩みに関する相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～17:00	0268-71-5552
上小圏地域障害者自立生活支援センター	障がいのある方や家族の相談・支援	月～土曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～18:00	0268-28-5522
上小圏障害者就業・生活支援センター(シェイク)	障がいのある方の就業や生活に関する相談・支援	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～18:00	0268-27-2039
上小圏成年後見支援センター	成年後見制度についての相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-27-2091
長野県弁護士会 上田在住会	法律相談全般 (相談先のご案内)	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～17:00	0268-27-6049
長野県司法書士会	消費者トラブル・少額トラブル(経済問題) 常設電話相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 12:00～14:00	026-232-9110
	成年後見常設電話相談	木曜日(祝日、年末年始を除く) 12:00～15:00	026-232-2110
	労働トラブル常設電話相談	水曜日(祝日、年末年始を除く) 17:00～19:00	026-232-2110
よりそいホットライン	暮らしの中での困りごとや各種専門相談	24時間365日	0120-279-338

【仕事】

相談機関	相談内容	相談日・時間	電話番号
上田市役所 雇用促進室 (上田市就労サポートセンター)	求職・労働相談・職業紹介	月～木曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～12:00	0268-26-6023
長野産業保健総合支援センター	事業場が抱えるメンタルヘルス対策に関する相談(要予約)	9:00～17:00 (相談日は電話で確認)	026-225-8533 ※事業主による相談をお受けします
上田公共職業安定所 (ハローワーク上田)	職業相談及び就労支援	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-23-8609
上田商工会議所 東信ビジネスリレーセンター	経営相談・事業承継相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～17:30	0268-22-4500
上田市商工会	経営相談・事業承継相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-42-2213 (丸子本所) 0268-85-2823 (武石支所)
真田町商工会	経営相談・事業承継相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-72-4050
長野県弁護士会	労働問題無料電話相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～17:00	026-232-2104
東信労政事務所	労働相談(常設)	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-23-1629 (専用電話)
	その他の労働相談に関する問い合わせ	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-25-7144

【子ども】

相談機関	相談内容	相談日・時間	電話番号
上田市役所 健康推進課	育児に関する電話相談 (育児110番)	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-23-4444
上田市役所 子育て・子育て支援課	ひとり親家庭・児童に関する相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～16:00	0268-23-2000
上田市役所 発達相談センター	0歳から18歳までの子どもの発達に関する相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 8:30～17:15	0268-24-7801
上田市役所 子育て世代包括支援センター (健康推進課、子育て・子育て支援課)	妊娠・出産・子育てについての相談 【母子保健コーディネーター】	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～16:00	0268-23-8244
	子育てに関する情報や支援を紹介 【子育て支援コーディネーター】	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～16:00	0268-75-2416
上田市少年育成センター	青少年電話相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～16:00	0268-22-8080
上田市教育相談所	不登校や学校生活に関する相談	月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 9:00～16:00	0268-27-0241
チャイルドラインうえだ	18歳までのこどもがかける専用電話	毎日(年末年始を除く) 16:00～21:00	0120-99-7777

【高齢者】

相談機関		相談内容	相談日・時間	電話番号
上田市役所高齢者介護課 丸子市民サービス課 真田市民サービス課 武石市民サービス課		高齢者の健康・福祉・介護・認知症などに関する相談	月～金曜日 8:30～17:15	0268-23-5140 0268-42-1118 0268-72-2203 0268-85-2067
地域包括支援センター	神川地域包括支援センター		月～金曜日 8:30～17:15	0268-29-2266
	中央地域包括支援センター		月～金曜日 9:00～18:00	0268-26-7788
	西部地域包括支援センター		月～金曜日 8:30～17:30	0268-25-1101
	城下地域包括支援センター		月～土曜日 8:30～17:30	0268-22-2360
	神科地域包括支援センター		月～金曜日 8:30～18:00 土曜日 8:40～12:30	0268-27-2881
	塩田地域包括支援センター		月～金曜日 8:40～17:30 土曜日 8:40～13:00	0268-37-1537
	川西地域包括支援センター			0268-26-1172
	丸子地域包括支援センター			0268-42-0015
	真田地域包括支援センター		月～金曜日 8:30～17:15	0268-72-8055
	武石地域包括支援センター			0268-41-4055

※相談日・時間についてはいずれも祝日、年末年始を除きます。

【その他】

相談機関		相談内容	相談日・時間	電話番号
長野社会福祉法人の電話	長野	こころの苦しさ・悩みに関する相談	11:00～22:00	026-223-4343
	松本			0263-29-1414
	ナビダイヤル		10:00～22:00	0570-783-556

3 自殺対策基本法

4 自殺総合対策大綱

「自殺対策基本法」「自殺総合対策大綱」についての詳細は、厚生労働省ホームページ自殺対策をご覧ください。

*厚生労働省ホームページ <https://www.mhlw.go.jp/index.html>

5 計画策定の経過等

上田市自殺対策計画策定の経過

日 程	会議名等	内 容
2018年 7月5日	部長会議	・ 策定体制、スケジュール等の決定
7月20日～ 8月10日	棚卸し（庁内関連事業の把握）の実施	・ 10部局25課による115事業
8月24日	第1回上田市自殺対策計画策定庁内会議	・ 地域の自殺実態の共有 ・ 自殺対策の理念、目標の共有 ・ 庁内関連事業の確認 ・ 地域関係機関・団体等の把握、確認 （「自殺対策検討会議」の構成検討）
9月6日	上小圏域いのち支える市町村キャラバン	・ 知事メッセージ、市町村間の意見交換
10月1日	第2回上田市自殺対策計画策定庁内会議	・ 計画素々案についての協議
10月16日	第1回上田市自殺対策計画策定検討会議	・ 地域のさまざまな活動の把握 ・ 計画素々案についての意見交換
10月29日	第3回上田市自殺対策計画策定庁内会議	・ 行動計画素案作成 （パブリックコメント用資料） ・ 評価指標等について協議 ・ 計画推進体制について協議
11月8日～ 12月10日	パブリックコメントの募集	・ 計画案に対する意見を募集 （健康プラザほか8か所、市ホームページにて）
2019年 1月22日	第4回上田市自殺対策計画策定庁内会議	・ パブリックコメント意見の検討、反映 ・ 計画（素案）の取りまとめ ・ 計画推進体制設立について
1月25日	第2回上田市自殺対策計画策定検討会議	・ 計画（素案）について意見交換 ・ 計画推進体制設立について
2月14日	部長会議	・ 「上田市自殺対策計画」策定

上田市自殺対策計画策定検討会議委員名簿

	機関名	職名	氏名
1	上田市自治会連合会	副会長	浦部 秀幸
2	上田市医師会選出 精神科医	千曲荘病院院長	遠藤 謙二
3	東信労政事務所	次長	清野 和子
4	上田警察署	生活安全課長	大池 賢一
5	長野大学	企業情報学部 教授	小高 康正
6	民生児童委員会	主任児童民生員部会 部会長	佐藤 暁
7	上田労働基準監督署	監督・安全課長	篠崎 晋也
8	上田職業安定所	統括職業指導官	篠原 寿
9	上田保健福祉事務所	健康づくり支援課長	鈴木由美子
10	長野県司法書士会	社会問題対策委員	千野 祐樹
11	信州上田医療センター	医療ソーシャルワーカー	遠山千絵美
12	上田薬剤師会	厚生部担当 副会長	戸島 喜幸
13	認定NPO法人侍学園スクオーラ・今人	教頭	平形 有子
14	長野県弁護士会	上田支部自殺予防担当	藤井 志織
15	まいさぼ上田	所長	細川 裕夫
16	塩田地域包括支援センター	センター長	水上 明美
17	よりそいホットライン北信越地域センター	統括コーディネーター	元島 生
18	上田商工会議所	事務局長	矢ヶ崎 雅哉
19	小県医師会選出 精神科医	メンタルサポート そよかぜ病院院長	吉田 朋孝

オブザーバー

	機関名	職名	氏名
	長野大学	社会福祉学部 准教授	塩津 博康

2019年度～2023年度

第1期上田市自殺対策計画

いのち支える上田市自殺対策計画

～「誰も自殺に追い込まれることのない上田市」を目指して～

発行・編集

上田市健康こども未来部健康推進課

〒386-0012

長野県上田市中央6丁目5番39号

TEL 0268-23-8244

FAX 0268-23-5119

上田市ホームページ

<http://www.city.ueda.nagano.jp/>,

