

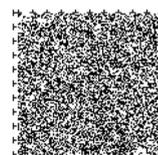
第2期久留米市自殺対策計画

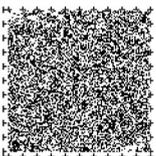
いのち支え合うまち くるめ

～誰も自殺に追い込まれることのない久留米市の実現を目指して～

令和6年（2024年）3月

久留米市





はじめに

わが国の自殺者数は、平成10年以降、年間3万人を超える状況が続いていましたが、平成18年に自殺対策基本法が施行され、国を挙げた自殺対策の取組により、平成22年以降、10年連続で減少しました。しかしながら、令和2年以降は、新型コロナウイルス感染症等の影響により自殺の要因となり得る様々な状況が悪化したことから、再び増加に転じています。



久留米市においても、平成31年3月に「久留米市自殺対策計画」を策定し、「いのち支え合うまち くるめ」を基本理念に掲げ、様々な自殺対策の取組を進めてまいりましたが、いまだに50人前後の方が自殺により尊い命を亡くされています。

このような状況や、これまでの取組の評価、新たな課題を踏まえ、引き続き、総合的・効果的な自殺対策を推進するため、「第2期久留米市自殺対策計画」を策定しました。

自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、防ぐことのできる社会的な問題であると言われています。また、自殺の背景には、健康問題や経済・生活問題、家庭問題、勤務問題、孤独・孤立など、身近にあるような様々な社会的要因が複雑に絡み合っています。

そのため、「自殺は誰にでも起こり得る身近な問題」であるという認識のもと、全市一丸となって取り組んでいくことが重要です。

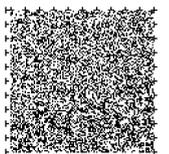
本計画では、市民の皆様をはじめ、市民活動団体、地域、学校、企業、関係機関の皆様などと連携・協働し、人と人、人と社会がつながり、共に支え合う地域づくりや、人々の生きることを支える様々な施策をさらに推進することとしています。

「誰も自殺に追い込まれることのない久留米市の実現」に向けて、皆様の一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定にあたり、熱心にご審議いただき、ご尽力を賜りました久留米市自殺対策計画推進委員会の委員の皆様をはじめ、ご協力いただきました市民の皆様、関係機関の皆様に深く感謝申し上げます。

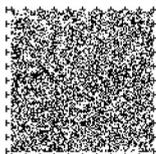
令和6年3月

久留米市長 原口 新五



目次

第1章	計画策定にあたって	
1	計画策定の趣旨	1
2	計画期間	1
3	計画の位置づけ	1
4	セーフコミュニティとの関係	2
5	SDGs との関係	2
第2章	自殺の現状と課題	
1	現状	
	(1) 全体状況	3
	(2) 重点対象者の現状	3
2	課題	
	(1) 自殺対策の更なる推進	4
	(2) 重点的な取組が必要な対象者	4
	(3) 自殺に対する正しい認識の醸成	6
	(4) 孤独・孤立にさせない地域づくり	6
	(5) 支援体制・推進体制のあり方	7
	(6) 新たな課題への対応	7
第3章	自殺対策の基本的な考え方	
1	基本理念	8
2	基本方針	8
3	目標	9
第4章	自殺対策の取組	
1	施策体系	10
2	基本施策	
	・基本施策1 地域における連携・ネットワークの強化	11
	・基本施策2 市民への周知啓発	13
	・基本施策3 生きることの促進要因を高める取組	14
	・基本施策4 自殺対策を支える人材の育成	16



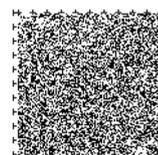
3	重点施策	
	・重点施策1 子ども・若者に対する取組	18
	・重点施策2 働く世代に対する取組	20
	・重点施策3 高齢者に対する取組	22
	・重点施策4 女性に対する取組	23
	・重点施策5 生活困窮者に対する取組	25
	・重点施策6 自殺未遂者に対する取組	25
4	生きるを支える関連事業	27

第5章 計画の推進と進行管理

1	推進体制	28
2	進行管理	28

参考資料

1	久留米市自殺対策関連相談窓口一覧	29
2	関係機関・民間団体等の取組紹介	37
3	市民活動団体紹介	45



第1章 計画策定にあたって

1 計画策定の趣旨

本市では、平成20年4月の保健所設置後、自殺対策基本法に基づく自殺対策の取組を進めてきました。平成21年度には、行政関係者、学識経験者、地域の関係機関や団体が連携して自殺対策に取り組むため「久留米市自殺対策連絡協議会」を設置しました。

また、平成28年4月に改正された自殺対策基本法において、全ての自治体に自殺対策計画の策定が義務付けられました。本市でも久留米市自殺対策計画を策定し、市を挙げて総合的な自殺対策に取り組んできました。

こうした取り組みもあって、自殺者数は一時減少してきましたが、令和2年以降の新型コロナウイルス感染拡大の影響等から増加に転じ、現時点では計画目標のほとんどが未達成の状況となっております。

このような中、現行の計画が令和5年度までであることから、自殺対策基本法や国の自殺総合対策大綱、本市における自殺の現状や課題を踏まえ、全庁はもとより全市が一体となり更なる自殺対策の推進を図るため、第2期計画を策定し、誰も自殺に追い込まれることのない久留米市の実現を目指します。

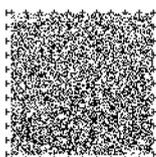
2 計画期間

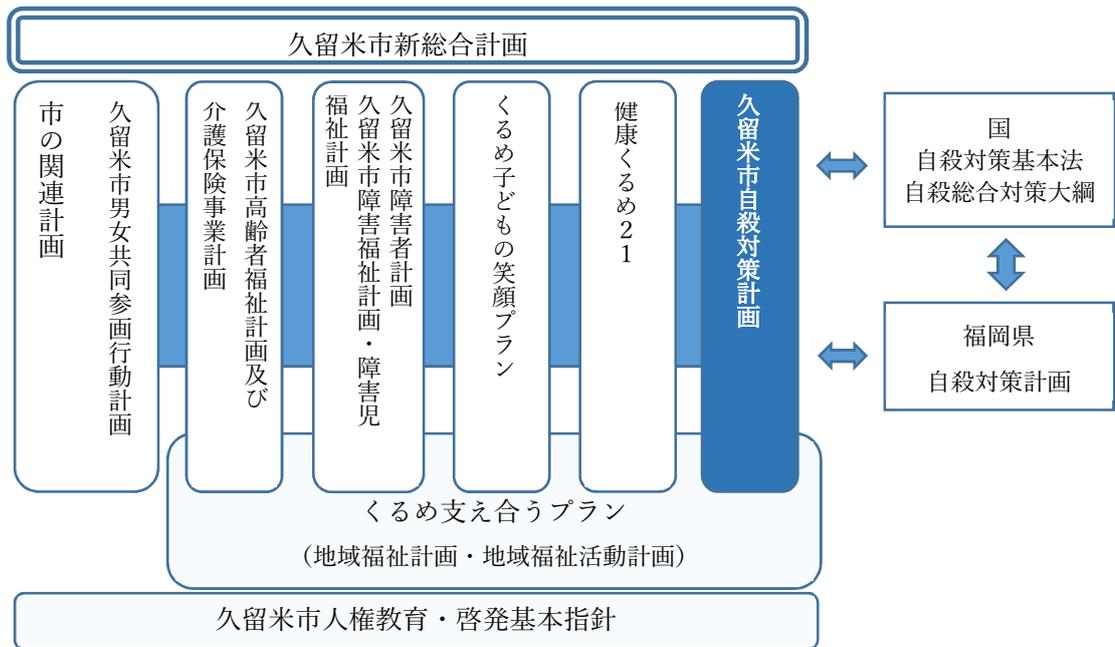
本計画の計画期間は、令和6年度（2024年度）から令和10年度（2028年度）までの5年間とします。

なお、計画期間中においても社会情勢の変化、施策の推進状況等を踏まえ、必要な見直しを行います。

3 計画の位置づけ

- 自殺対策基本法第13条第2項の規定に定める「市町村自殺対策計画」として策定します。
- 「久留米市新総合計画第4次基本計画」（令和2年度～令和7年度）の目指す都市像の一つである「市民一人ひとりが輝く都市 久留米」の実現に向け、久留米市地域福祉計画等、他の関連計画との整合性を図りつつ、市民との協働や人権尊重の視点を踏まえ策定します。





4 セーフコミュニティ※との関係

本市では、平成23年度にセーフコミュニティの取組開始を宣言して以降、「安全で安心して暮らせるまちづくり」を推進しています。

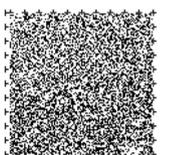
この取組の中では、「自殺・うつ予防」を重点取り組み項目に設定し、大学、医療関係者、民生委員、市民団体、警察、消防等からなる15名の委員で構成される「自殺予防対策委員会」を設置し、市民・地域団体との協働、関係機関との連携のもと分野横断的な活動を進めています。

※セーフコミュニティ：WHO（世界保健機関）が推進する「けがや事故等は偶然の結果ではなく、予防することができる」という理念に基づいて、予防に重点をおき、地域社会全体で進める安全安心なまちづくりの取組やそれを行う地域のこと。本市は、平成25年に世界で329番目、国内で9番目、中核市や九州の自治体で初めてセーフコミュニティの国際認証を取得し、令和5年には、3回目の認証を取得。

5 SDGsとの関係

SDGs（エス・ディー・ジーズ）は、平成27年の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に記載された、令和12年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。

本計画に掲げる施策と特に関連するSDGsの目標は次のとおりです。「誰も自殺に追い込まれることのない久留米市の実現を目指す」本計画の推進が当該目標の達成に資するものとして位置づけます。

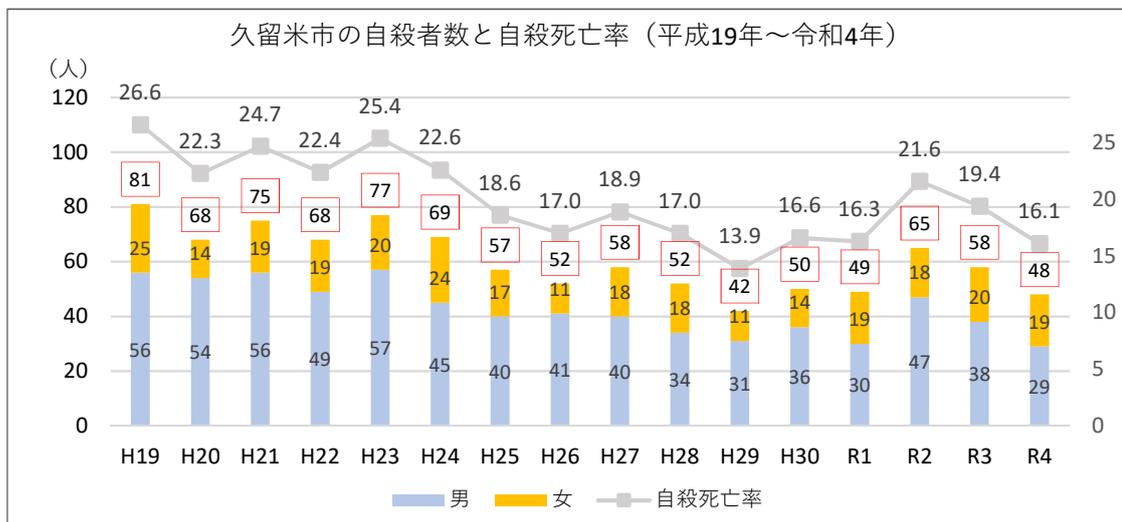


第2章 自殺の現状と課題

1 現状

(1) 全体状況

前計画では、「自殺者ゼロ」を目指し、当面の目標を令和4年の自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺死亡者数）15.1以下、自殺者数44人以下としていましたが、同年の自殺死亡率は16.1、自殺者数は48人といずれも達成できていません。



出典：人口動態統計

① 自殺者数、自殺死亡率の状況

自殺者数は、平成25年以降、40人～50人台で推移していましたが、全国同様、令和2年に65人と大きく増加しました。令和3年は58人と減少しましたが、自殺死亡率は、平成30年以降、全国や福岡県よりも高い状況が続いています。

② 性・年代別の状況

40歳代、50歳代の中老年男性の自殺者数が最も多く、全体の25%を占めています。

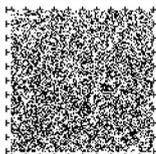
性別でみると、男女比は7：3となっています。男性は令和2年に大きく増加し、令和3年は減少しています。一方、女性は令和元年以降、20人前後で推移しています。

③ 原因・動機別の状況

男女ともに「健康問題」が最も多く、次いで男性では「経済・生活問題」、女性では「家庭問題」が多くなっています。

(2) 重点対象者の現状

前計画では、自殺リスクの高さがみられた生活困窮者、高齢者、中老年男性、子ども・若者を重点対象者として設定しました。それぞれの生活背景や世代に応じた様々な取組を進めてきましたが、ほとんどの目標が達成できていません。特に20歳未満の自殺死亡率は大きく悪化しています。



前計画における重点対象者の指標と現状

重点対象者	指標名	H29年度 計画策定時	R3年度 目標値	現状
子ども・若者	20歳未満の自殺死亡率 (地域自殺実態プロフィール)	1.7 (H24～H28 平均) 参考：全国 2.4	計画策定時 を下回る (H29～R3 平均)	5.8 (H29～R3 平均) 参考：全国 3.1
	20歳代～30歳代の 自殺死亡率 (地域自殺実態プロフィール)	18.8 (H24～H28 平均) 参考：全国 19.6	計画策定時 を下回る (H29～R3 平均)	18.3 (H29～R3 平均) 参考：全国 17.3
中高年男性	50歳代男性の 自殺死亡率 (地域自殺実態プロフィール)	49.2 (H24～H28 平均) 参考：全国 38.9	全国値以下 (H29～R3 平均)	37.1 (H29～R3 平均) 参考：全国 30.6
高齢者	70歳以上の自殺死亡率 (地域自殺実態プロフィール)	28.1 (H24～H28 平均) 参考：全国 25.6	全国値以下 (H29～R3 平均)	25.5 (H29～R3 平均) 参考：全国 21.9
生活困窮者	経済・生活問題を原因・動機とした自殺者数 (地域における自殺の基礎資料)	87人 (H24～H28 合計)	70人以下 (H29～R3 合計)	73人 (H29～R3 合計)

2 課題

(1) 自殺対策の更なる推進

本市では、「自殺は、個人の問題ではなく、社会全体で取り組む問題」との認識のもと、様々な関係機関や団体と連携し、自殺対策を推進してきました。

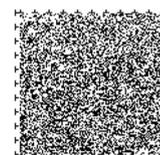
しかしながら、依然として多くの人々の尊い命が自殺によって失われ、遺された人にも大きな悲しみと苦しみが生まれています。

自殺対策基本法が掲げる「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指し、引き続き全市を挙げて自殺対策の推進に取り組む必要があります。

(2) 重点的な取組が必要な対象者

本市の自殺の状況を見ると、「子ども・若者」「働く世代」「高齢者」「生活困窮者」「女性」「自殺未遂者」の自殺リスクの高さが課題になっています。

それぞれの世代や属性の自殺の要因・背景に応じた対策に重点的に取り組む必要があります。



① 子ども・若者

10歳～29歳と35歳～39歳の死因別順位は自殺が第一位となっています。

自殺の原因・動機として、特に20歳未満の男性・女性で「不詳」が多いことは、子ども・若者がSOSを出しにくいことや、子ども・若者の変化に周囲も気づいていなかったことなどが示唆されています。

児童・生徒に対して、自己肯定感を高めつつ、困難に遭遇した際には誰かに助けを求めることの教育とともに、それを受け止められる人材の育成や居場所づくりが必要です。併せて、学校卒業後の若者への取組も同様に強化していく必要があります。

また、人間関係や虐待、ヤングケアラー、学業・就労問題等の課題を抱えた子ども・若者について、その特性を踏まえながら、関係機関や地域と連携した支援の取組が必要です。

② 働く世代

前計画では、性・年代別にみたときに自殺者数が最も多い40歳代、50歳代の中高年男性を重点対象者に位置付け、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）やメンタルヘルスに関する意識の向上等に取り組んできました。

しかし、依然として中高年男性の自殺者数は全体の25%を占め、その自殺の原因・動機についても、「健康問題」「経済・生活問題」に次いで「勤務問題」となっています。

一方で、「勤務問題」を原因とする自殺は20歳代、30歳代男性や高齢層にも見られ、また、市民意識調査では、不安や悩み、ストレスの原因として、男女ともに多くの人が「勤務問題」を挙げています。

このため、中高年男性をはじめ、性別を問わず、幅広い世代を「勤務問題」の対象として捉え、事業所や職域団体等と連携し、労働者が働きやすい環境づくりを進める必要があります。

③ 高齢者

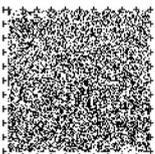
高齢者の自殺の背景には、失業（退職）、生活苦、身体の病気、うつ病、家族の死亡や離別等の様々な要因があります。こうしたことが原因となって、高齢者と社会とのつながりが薄れ、孤立し孤独を感じざるを得ない状況になる他、問題の発見の遅れにつながる恐れもあります。

また、高齢者の自殺の原因・動機をみると、70歳代以上では、「健康問題」が5割を超え、中でも80歳代以上の男性において、「身体の病気」が多くなっており、医療や介護を必要とする高齢者への支援のみならず、高齢者を支える家族や介護者等への支援も重要です。

高齢者やその支援者が社会的に孤立することなく、生きる希望をもって暮らし続けられる地域づくりを進めていくことが重要です。

④ 生活困窮者

「経済・生活問題」を原因・動機とする自殺は、30歳代から50歳代を中心に多くの年代で見られ、生活困窮が自殺の大きなリスク要因となっています。



また、生活自立支援センターへの相談件数の増加もみられます。

生活困窮者は、失業や健康問題、依存症等、生活背景に様々な課題を抱えていることが多いため、経済的支援に留まらず、分野を超えた包括的な支援を行っていく必要があります。

⑤ 女性

女性の自殺の原因・動機は、令和2年以降「健康問題」の次に「家庭問題」の割合が高く、その中で「子育ての悩み」が見られます。

女性に関連する機関への聞き取りによると、家庭内のストレスや配偶者等からの暴力に関する相談の増加や、母子家庭が抱える育児負担や経済的困窮等の問題が挙げられています。

また、妊娠出産は女性特有の事象であり、予期せぬ妊娠や女性ホルモンの変化による産後うつ等のリスクが高くなると言われています。

このことから、女性が抱える様々な悩みや不安に対する支援を行うとともに、引き続き妊産婦や子育ての支援に取り組んでいく必要があります。

⑥ 自殺未遂者

自殺者のうち自殺未遂歴がある人の割合は、27.2%であり、特に女性は43.7%に未遂歴があります。また、この割合は、国・県より高く、女性については、特に差が大きくなっています。

自殺未遂者は、自殺未遂を繰り返す傾向にあることから、再度の自殺企図を防ぐとともに、自殺未遂者の家族等、身近な人への支援が必要です。

そのため、自殺未遂者を把握し、適切な支援につなぐ体制の構築と取組の推進が求められます。

(3) 自殺に対する正しい認識の醸成

令和3年度の久留米市セーフコミュニティに関する実態調査では、「自殺はその多くが防ぐことのできる社会的な問題である」と認識している人の割合が67.2%と、平成29年度の調査時の68.4%に比べてわずかに減少しています。

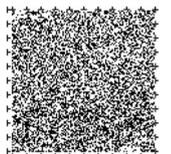
自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」であり、追い込まれる状況には、様々な背景が複雑にからみあっていることから、危機に陥った人の気持ちや背景に寄り添い、理解するといった姿勢が重要です。

また、危機に陥った場合には、誰かに援助を求めることが地域全体の共通認識となるように取り組んでいく必要があります。

(4) 孤独・孤立にさせない地域づくり

地域社会の変化により人と人との関係が希薄化しています。さらに、新型コロナウイルス感染症による外出自粛等の行動制限により活動の場が減少したことで、市民が孤立し孤独を感じざるを得ない状況が深刻化しました。また、それが解除された後も、社会の変化に対応できず孤独を感じてしまう人もいます。

自殺予防には、市民を孤独・孤立にさせないことが重要であり、人と人とのつながりを実感できる地域づくりが必要です。



(5) 支援体制・推進体制のあり方

市民活動団体等からの聞き取りによると、「悩みや課題を抱えている人が、相談窓口や支援が受けられることを知らずに、SOSを出せずにいる人がいる」、「公的サービスが受けられない人の支援に市民活動団体や地域の力を活用してもよいのではないか」といった意見がありました。

市内には、個人が抱える問題の解決や、生きづらさの解消につながるような活動を行うNPO団体等が多く存在します。

自殺対策の推進にあたっては、制度の狭間にある人や、課題を抱えながら自ら相談に行くことができない人、複合的な課題を抱える人等への支援について、地域で活動する団体等と連携・協働していくことが重要です。

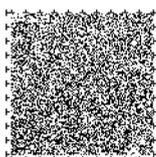
また、こうした当事者支援にあたる方へのこころのケア等の支援も重要です。

(6) 新たな課題への対応

インターネットやスマートフォン、SNS等の普及が急速に進み、インターネット上のいじめや誹謗中傷、差別的な書き込み、自殺への誘引・勧誘等の問題がみられています。

また、性的マイノリティ（性的少数者）や様々な性暴力等の人権問題、ヤングケアラーの問題等も顕在化しています。

差別や偏見等をなくす取組や、情報モラルに関する啓発、深刻な生きづらさや孤立につながる新たな課題への対応が求められます。



第3章 自殺対策の基本的な考え方

1 基本理念

いのち支え合うまち くるめ

～誰も自殺に追い込まれることのない久留米市の実現を目指して～

自殺は、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、その多くが追い込まれた末の死です。そして、自殺の背景には精神保健上の問題だけでなく様々な社会的要因が絡み合っています。

このため、自殺を「個人の問題」ではなく、「社会の問題」として捉え、これらを解決していくために、市民や様々な分野の専門家、活動団体、行政が一体となり相互に連携・協働し、取組を推進することが必要です。

市民一人ひとりの「生きる」を支え合い、誰も自殺に追い込まれることのない「いのち支え合うまち くるめ」の実現を目指します。

2 基本方針

国の大綱における基本認識及び基本方針、久留米市の現状と課題及び基本理念を踏まえ、以下の5つを自殺対策にあたっての基本方針とします。

(1) 生きることを支える取組として推進

個人においても社会においても「生きることの促進要因（自己肯定感、経済的安定、信頼できる人間関係、地域とのつながり等）」より「生きることの阻害要因（失業や多重債務、将来への不安、孤独等）」が上回ったときに自殺のリスクが高まるとされています。

このことから、「生きることの阻害要因」を減らす取組と「生きることの促進要因」を増やす取組を行い、双方の取組を通じて社会全体の自殺リスクを低下させるとともに、一人ひとりの生活、生きることを支える取組を進めます。

(2) 関連施策との連携強化により包括的支援を推進

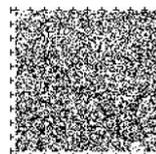
自殺の多くは、経済・生活問題、健康問題、家庭問題等の様々な要因が複雑に絡んでいることから、精神保健的な視点だけでなく、社会・経済的な視点を含む包括的な取組が重要です。

精神科医療、保健、福祉等の各施策の連動性を高めるとともに、様々な分野の生きる支援に携わる全ての人々が自殺対策の一翼を担っているという意識を共有し、連携した取組を進めます。

(3) 「自殺は誰にでも起こり得る身近な問題」であるという認識を持ち、取組を推進

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る身近な問題」ですが、自殺の危機に陥った人の心情や背景が理解されにくい現実があります。そうした心情や背景の理解を深めるとともに、危機に陥った場合には一人で悩まず誰かに援助を求めることが適当であるということが地域全体の共通認識となるよう取組を進めます。

また、身近にいるかもしれない自殺を考えている人のサインに「気づき」「つなぎ」「見守る」ことができるよう、メンタルヘルスへの理解促進も含め、



広報、教育活動等に取り組みます。

(4) 市民、市民活動団体との協働、関係機関との連携強化により共に生きる地域づくりを推進

少子高齢化の進展や単身世帯の増加、地域のつながりの希薄化等を背景に、公的支援制度だけでは対応が困難な課題が顕在化する中、人と人、人と社会がつながり、誰もが生きがいや役割を持ち、支え合いながら生活できる「地域共生社会」の実現が求められています。

自殺対策においても、この「地域共生社会」の理念に沿って、市民、市民活動団体、関係機関等と連携・協働し、自殺の要因となり得る様々な生きづらさの解消に向けた共に生きる地域づくりを進めます。

(5) 命を守る取組、体制づくりを推進

自殺対策の個々の施策は、自殺の危険性が低い段階における啓発等の「事前対応」、現に起こりつつある自殺発生の危険に介入する「危機対応」、それに自殺や自殺未遂が生じてしまった場合等における「事後対応」という3つの段階ごとに講じる必要があります。

「命を守る」という視点に立ち、それぞれの段階に応じた効果的な取組や、体制づくりを総合的に推進します。

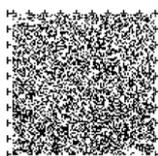
3 目標

自殺対策を通じて最終的に目指すのは「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」です。こうした中、国が自殺総合対策大綱に示す数値目標は、令和8年までに自殺死亡率を平成27年の18.5と比べて30%以上減少となる13.0以下としています。これを踏まえ、本市では第2期の自殺対策計画の最終年である令和10年までに平成27年の18.9と比べて30%以上の減少となる13.0以下を目標とします。

	【基準】 平成27年(2015年)	【現状】 令和4年(2022年)	【目標】 令和10年(2028年)
自殺死亡率 (人口10万人対)	18.9	16.1	13.0以下
自殺者数	58人	48人	38人以下 *

出典：人口動態統計

* 「日本の地域別将来推計人口（平成30年3月）」（国立社会保障・人口問題研究所）の人口推計から算出



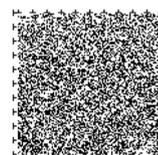
第4章 自殺対策の取組

1 施策体系

自殺対策の取組は、自殺対策を推進する上で欠かすことのできない基礎的な取組である「4つの基本施策」と、久留米市の自殺の現状を踏まえ、重点的な取組が必要と考えられる世代や自殺の要因・背景に応じた取組を行う「6つの重点施策」、これら以外で、本市における事業のうち、自殺対策に資する事業の「生きるを支える関連事業」の3つで構成します。

【成果指標と数値目標】

- 「基本施策」と「重点施策」には、施策推進による効果を測るため、施策ごとに「成果指標」を設定します。
- 「基本施策」と「重点施策」に連なる具体的な自殺対策の取組のうち、主要な事業については、その事業の内容や目指す効果を示すとともに、事業実施にあたっての目標を数値で表されるものには「数値目標」を設定します。



2 基本施策

基本施策1 地域における連携・ネットワークの強化

自殺対策の推進にあたって基盤となるのが、地域における連携・ネットワークです。

市民や市民活動団体との協働、医療・福祉・教育・労働等、様々な領域の施策や関係機関との連携により、人と人がつながり支え合う地域づくりを推進し、地域社会全体の連携・ネットワークの強化を図ります。

【成果指標】

指標名	現状	目標
「地域での支え合いや助け合いが充実している」と感じる市民の割合 (市民意識調査)	62.0% (R4年度)	70%以上 (R10年度)

【施策項目】

(1) 支え合う地域づくりの推進

誰も自殺に追い込まれることのない社会を実現するためには、生きづらさを抱える人を早い段階で確実に支援につなげることが重要です。

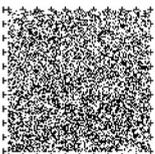
このため、様々な主体が取り組む「支え合う地域づくり」を支援します。また、相談支援機関や市民活動団体が連携した包括的な支援体制の構築や、生きづらさを抱える人の社会参加を促進する取組を進めます。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
多機関協働事業	複合的な課題や制度の狭間の課題を含む個別ケース検討を通して、市民活動団体等を含む支援関係機関の顔の見える関係を構築することで、地域共生社会の実現に向けた取組や孤独・孤立対策等、各種施策との連携、ネットワークづくりに取り組む。
生活支援体制整備事業	地域で暮らす住民が生きがいをもって自分らしい生活を送るために、地域全体で見守り支え合うことやその地域に暮らす人々と福祉の事業所やボランティアグループ等、様々な人・団体が協力し合い支え合う地域づくりを推進する。

◆その他の事業・取組

市民活動・絆づくり推進事業、市民活動・ネットワーク形成支援事業、地域コミュニティ組織の活性化支援、セーフコミュニティの推進、避難行動要支援者支援事業、見守りネットワーク事業、民生委員児童委員協議会支援、支え合うプラン取組推進事業、アウトリーチを通じた継続的支援事業、参加支援事業、地域ケア会議、セーフコミュニティ自殺予防対策委員会



(2) 庁内・関係機関の連携、ネットワークの構築

自殺の要因となり得る生活困窮、家庭や職場の人間関係、児童虐待、引きこもり等、様々な課題に対して支援にあたる人々が、自殺対策の一翼を担っているという意識をもち、互いに連携し包括的な支援を行うためのネットワークを構築します。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
自殺対策連絡協議会の開催	当事者団体、医療関係、教育関係、商工関係、労働関係、農業関係等の保健・医療に限らない関係機関が情報共有し、自殺に対する意識を醸成すると共に顔の見える関係をつくり、支援のネットワークを強化する。
精神保健福祉関係機関連絡会議の開催	精神科医療機関や相談支援事業所等の医療、保健、福祉の関係機関との会議を開催し、意見交換を通して相談支援体制の充実及び連携体制の構築を図ることで、精神障害者支援のためのネットワークを構築する。
庁内相談窓口連携会議	市民から相談を受ける各部署の職員が自殺の現状や課題を共有する機会を設け、意見交換等を行うことにより、自殺に関する理解と意識を高め、それぞれの相談機能の充実・庁内連携を強化する。

◆その他の事業・取組

女性相談の相談ネットワークの開催、障害者地域生活支援協議会の開催、生活困窮者自立支援事業、自殺対策推進会議、自殺対策推進調整会議、自殺対策計画推進委員会、職域メンタルヘルス連絡会議の開催、要保護児童対策地域協議会、子ども家庭総合支援拠点運営事業

(3) 適切に保健医療福祉サービスが受けられる体制の強化

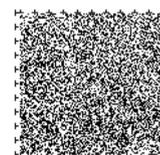
必要とする人を、適切に医療機関へつなぐ仕組みの普及を図るとともに、自殺の要因となり得る様々な生活上の課題を解消するため、保健・福祉サービスを一体的に提供する取組を強化します。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
かかりつけ医・精神科医連携	うつ病が疑われる患者を診療した内科等のかかりつけ医が精神科医療機関と連携する一方で、うつ病に至った原因である生活困窮や家族内の問題等、生活上の困りごとに対して保健や福祉等と連携した支援を充実させる。

◆その他の事業・取組

精神障害のある人の退院後支援



基本施策2 市民への周知啓発

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」であること、悩みやストレスをひとりで抱えず誰かに援助を求めてよいということが、社会的な共通認識となるように、積極的に普及啓発を行います。

また、自殺に対する誤った認識や偏見の解消により危機に陥った人の心情や背景への理解を促進するとともに、自殺の背景ともなりうる様々な人権問題の解消に取り組みます。

【成果指標】

指標名	現状	目標
「自殺はその多くが防ぐことのできる社会的な問題である」と思う市民の割合 (久留米市のセーフコミュニティに関する実態調査)	67.2% (R3年度)	75%以上 (R10年度)

【施策項目】

(1) 自殺対策に関する啓発活動

全市民に対し、自殺の現状や自殺対策への理解の促進を図るため、あらゆる機会を活用し、様々な媒体を用いた啓発に努めます。

また、自殺の要因となり得る様々なストレスとの付き合い方やセルフケアに関する知識の普及等、こころの健康の保持・増進の取組を展開します。

◆主要な事業と取組の方向性

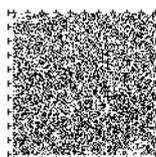
事業・取組	事業の方向性
自殺対策関連啓発事業	自殺予防週間や月間キャンペーン等での啓発活動や、リーフレットや、各種チラシ・ポスターの作成など、自殺に関する正しい知識の普及啓発を行う。
こころの健康づくり講演会	こころの健康に関する正しい知識の習得と理解を深め、自分や周囲の人のこころの健康の保持増進を目的に、市民を対象とした講演会を実施する。 数値目標：アンケートで「参考になった」と回答する割合が90%以上 (R5～R9年度平均) ※R4年度：89%

◆その他の事業・取組

資料展示企画、職域向けメンタルヘルス講演会、こころのセルフケア啓発促進事業

(2) 人権問題への取組

同和問題をはじめ、女性、子ども、高齢者、障害者、性的マイノリティ（性的少数者）、自死遺族、犯罪被害者、ホームレス等、様々な人権問題に対し、あらゆる機会や場での人権教育・人権啓発を推進します。



◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
人権に関する啓発	様々な人権課題をテーマとしたパネル展示や講演会開催、パンフレット・リーフレットの作成・活用、ポスターや標語等の人権作品の募集・展示など、市民一人ひとりが人権を尊重し合うことの大切さの認識を広めるための啓発活動を行う。 数値目標：人権研修会に初めて参加した人の割合が20%以上

◆その他の事業・取組

犯罪被害者等支援事業、男女平等推進センターにおける普及啓発、「女性に対する暴力をなくす運動」に伴う啓発の実施（パープルリボンキャンペーン）、社会人権・同和研修事業、障害者に対する差別の解消への取組、H I V・性感染症検査・相談事業

基本施策3 生きることの促進要因を高める取組

社会における「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）」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させる必要があります。そのため、様々な分野において、生きることの包括的な支援を推進します。

【成果指標】

指標名	現状	目標
「不安や心配事があった時に助けを求められることができる人がいる」市民の割合（市民意識調査）	82.8% (R4年度)	88% (R10年度)

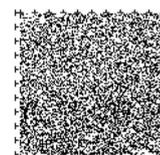
【施策項目】

(1) 相談体制の整備、相談窓口情報の発信

様々な悩みや生きづらさを抱えた人が相談しやすいものになるよう体制を整え、相談者の状況に応じたきめ細やかな相談支援を行うとともに、関連する支援内容や相談窓口の情報をわかりやすく周知します。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
こころの健康相談	精神科専門医及び保健師・精神保健福祉士が、面談や電話による不安やこころの悩み、アルコール問題、思春期の心の問題等に関する相談を実施し、必要に応じて関係機関へのつなぎ等、連携した支援を行う。
相談窓口の周知	分かりやすい相談先一覧を作成し、手に取りやすいカードサイズにするなどして、公共機関や市民が立ち寄りやすい場所への配架の他、HP、LINEを活用する等、あらゆる機会や手段を活用して周知を行う。
総合健康相談	心身の健康に関する悩みや不安に対して、窓口や電話相談、訪問等により、健康に関する悩みを一人で抱え込むことがないよう支援する。



◆その他の事業・取組

犯罪被害者等支援事業、市民相談、消費生活センター事業、人権に関する相談、隣保館における相談事業、女性の総合相談・性暴力相談、納税相談、障害者基幹相談支援センター運営事業、障害者虐待防止対策支援の推進、高齢者の総合相談、地域包括支援センター運営事業、認知症介護電話相談、権利擁護の取組、生活困窮者自立支援事業、生活・法律・こころの相談会、こころの相談カフェ、適正飲酒指導、H I V・性感染症検査・相談事業、ひとり親家庭等の相談事業、女性相談事業、子育て中の保護者への各種相談事業、妊娠・出産・育児に関する健康相談（ママパパきもち楽々相談・ゆったり子育て相談）、妊娠ほっとライン、女性の健康相談、子ども総合相談事業、結らいいん、ヤングケアラー支援事業、若者相談支援事業

(2) 交流・居場所づくりの推進

子育て中の保護者や高齢者等、孤立・孤独を抱えるおそれのある人が交流の場を通して地域の人たちとつながり、居場所を持ち、生きがいや信頼できる人間関係を構築できる環境を整えます。

◆主要な事業と取組の方向性

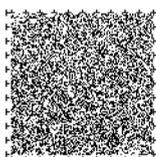
事業・取組	事業の方向性
すくすく子育て21事業	小学校区・地区毎に主任児童委員や民生委員、地域ボランティアなどで構成する「すくすく子育て委員会」が行う、子育てサロンの開催や子育てに関する情報提供などを支援する。また、子育て中の保護者同士や多世代のボランティアとの交流や相談によって、子育てに関する不安の解消や心理的な負担感を軽減する。
老人クラブ助成・いこいの家運営支援事業	老人クラブ活動への支援や老人いこいの家の運営支援を行い、高齢者の生きがいづくりや健康づくり等、高齢者同士や多世代間の交流促進を推進する。
オープンスペースの運営支援事業	精神障害者、引きこもり者等へ、日中の居場所として自由に集える場（オープンスペース）を提供する団体に対して補助金交付等の活動を支援することで、精神障害者、引きこもり者やその家族の生きづらさの軽減に努める。

◆その他の事業・取組

子どもの学習・生活支援事業、子ども食堂支援事業、ひとり親家庭等の子どもの育み支援事業、地域子育て支援拠点事業、地域子育て促進事業費補助事業

(3) 遺された人への支援

自殺により遺された人たちが孤立に陥らないよう自助グループを開催する他、地域の自助グループの運営支援やグループ活動の情報提供を行います。また、心身の不調等の健康問題だけでなく、福祉、経済、法律等、多岐にわたる問題を複合的に抱える遺族に対し、心理的ケアに加え様々なニーズに応じた支援を行います。



◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
自死遺族支援事業「わかち合いの会」の実施	自殺のハイリスクである自死遺族同士が想いを語り、気持ちをわかち合う「わかち合いの会」を開催し、自死遺族の孤独感を和らげ、生きることの促進要因を高める。
こころの健康相談	家族に限らず大切な方を自死で亡くした市民等に対し心身不調のケアに加え、生活上の困りごと等について、法律相談等の支援につなげるなど、総合的な相談対応を行い、社会的な孤独・孤立や追い込まれることを防ぐ。
スクールカウンセラー及びスクールソーシャルワーカーによる支援	各学校に配置したスクールカウンセラーにより、家族を自死で亡くした児童生徒のこころのケアを行うとともに、スクールソーシャルワーカーにより、生活困窮等、福祉面を支援する。

◆その他の事業・取組

生活・法律・こころの相談会、葬祭事業所との連携・自死遺族への情報提供

基本施策4 自殺対策を支える人材の育成

自殺対策を支える人材を育成するため、市民や地域、福祉、教育、労働等の分野において自殺対策に関する研修等を行います。

また、相談や支援を行う関係者への支援を充実します。

【成果指標】

指標名	現状	目標
「ゲートキーパー」の認知度 (名称を知っている人の割合) (久留米市のセーフコミュニティに関する実態調査)	11.4% (R3年度)	30%以上 (R10年度)

【施策項目】

(1) 自殺対策に関わる人材の確保、育成及び資質の向上

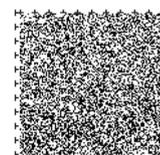
市民一人ひとりが、自殺や自殺対策に関する正しい知識を習得し、自殺リスクに気づき、必要に応じて相談機関等につなげ、見守る「ゲートキーパー」の育成に取り組みます。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
ゲートキーパー研修 (一般向け)	地域で活動を行っている団体・個人に対して、ゲートキーパー研修を行い、市民が「気づき」「声かけ」「つなぎ」「見守る」等のゲートキーパーの取り組みができるようになる。

◆その他の事業・取組

職員研修、かかりつけ医・精神科医連携研修、市民ゲートキーパーとの協働



(2) 相談や支援を行う関係者への支援

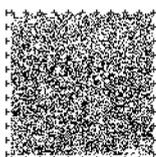
支援者が、相談者の課題を抱え込み追い詰められることのないよう、課題の共有や対応方法等について話し合う機会を設け、支援者の支援に対する負担、不安の軽減に取り組めます。

◆主要な事業・評価指標

事業・取組	事業の方向性
こころの健康相談	未遂者等の支援にあたっている庁内各課や地域の支援団体等に対して、こころの健康相談についての周知を行い、連携して支援の方向性や対応方法などを検討し、支援にあたる人の不安を軽減していく。

◆その他の事業・取組

男女平等推進センター相談員に対する研修、ゲートキーパー研修（支援者向け）、教職員に対する自殺予防の啓発、教職員研修事業



3 重点施策

重点施策1 子ども・若者に対する取組

20歳未満の自殺の原因動機は「不詳」が多く、その背景には、子ども・若者が周囲にSOSを出せていなかったことが示唆されています。

このことから、子ども・若者が抱えている生きづらさを他者に伝えられるよう、また、受け止められる環境づくりを進めます。

また、子ども・若者が抱える問題の解決に向けた相談・支援の充実と早期に支援につながるような強化を行います。

【成果指標】

指標名	現状	目標
20歳未満の自殺死亡率 (地域自殺実態プロフィール)	5.8 (H29～R3平均) 参考：全国 3.1	全国値以下 (R6～R10平均)
20歳代～30歳代の自殺死亡率 (地域自殺実態プロフィール)	18.3 (H29～R3平均) 参考：全国 17.3	全国値以下 (R6～R10平均)
「自分にはよいところがある」と答える 児童生徒の割合 (全国学力・学習状況調査)	小6 74.8% 中3 74.2% (R4年度) 参考：全国小6 79.3% 中3 78.5%	全国平均を超える (R10年度)

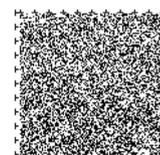
【施策項目】

(1) 子ども・若者を守る教育・啓発の推進

こども基本法の基本理念を踏まえ、児童生徒が自分自身の命の大切さを知り、さまざまな困難やストレスへの対処法を身に付けるための教育（SOSの出し方教育）を推進します。また、教職員に対しては、SOSを出しやすい環境を整え支援につなげていくための研修を行います。

加えて、インターネット上のいじめや誹謗中傷等、自殺リスクが高くなるような問題を予防する規範意識を醸成する教育や啓発を行います。

さらに、若者が友人等とお互いに変化に早期に「気づき」「声をかけ」「話を聞き」「相談窓口と一緒に行く」などの役割を担い合うことができるような研修を実施します。



◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
SOSの出し方教育 (児童・生徒向け)	市立小中高校等の児童生徒に対し、児童生徒が自己肯定感を高め、将来にわたり危機に陥った時にSOSを出せるようになるためのSOSの出し方教育を実施する。 数値目標：アンケートで「誰かに悩みや不安を話そうと思う」と回答する割合が80%以上（R5～R9年度平均） ※R4年度：78%
SOSの出し方教育 (教職員向け)	市立小中高校等の教職員に対し、教職員が自殺対策の意識を高め、生徒から出されたSOSを受け止め、適切な支援につなげられるようになるためのSOSの出し方教育を実施する。 数値目標：アンケートで「参考になった」と回答する割合が98%以上（R5～R9年度平均） ※R4年度：98%
保護者と学ぶ規範意識育成事業	市立小中高校等の児童生徒や保護者に対し、児童生徒の判断力や実践力の向上等に向けた講演会を実施し、インターネットによるいじめ等を防止することで、いじめ等による孤立・孤独を防ぐ。
若者向け研修会	高校卒業後の若者に対し、自己肯定感の向上を図り、自殺の危機因子を減らすための対処法を身につけるゲートキーパー研修を実施する。 数値目標：アンケートで「満足・やや満足」と回答する割合が95%以上（R5～R9年度平均） ※R4年度：93%

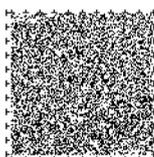
◆その他の事業・取組

児童生徒に対する相談制度等の周知啓発

(2) 子ども・若者が抱えやすい課題への支援

子ども・若者が抱える課題は、進路に関する悩みや学業不振、人間関係、虐待、ヤングケアラー、心身面での不調、就労問題等、多岐にわたることから、これらの課題に早期に対応できるよう、子ども・若者が活用しやすいツールを用いた支援・相談窓口の充実や周知を行います。

また、生活困窮世帯やひとり親家庭等、様々な事情を抱える子どもが安心して過ごせる居場所づくりを推進します。



◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
結らいいん	18歳までの子どもに対し、周囲に相談しにくい学校や家庭の悩み、思春期特有の不安等を解消できるよう、子ども専用の無料電話相談及びメール相談を行う。また、子ども自身が連絡しやすいように周知方法を改善していく。
若者相談支援事業	様々な困難を抱える若者（概ね中学卒業後～39歳）を対象にした相談窓口「みらくる」を設け、関係機関・団体等と連携協力しながら、若者が社会生活を円滑に営むことができるようひとり一人に寄り添った支援を行い、若者が孤立・孤独の状況になることを防ぐ。
いじめ問題への対応	いじめの早期発見・早期対応リーフレットの配布や定期的な無記名アンケートの実施・教育相談、関係機関の連携及び校内組織の活用等により、いじめの未然防止、早期発見・早期対応に努め、子どもがいじめで追い込まれることを防ぐ。
子ども食堂支援事業	地域の子どものに対し、食事の提供を行う子ども食堂の支援を通じて、子どもの生活習慣の取得や地域との交流等の場となる、子どもの居場所づくりを進める。
ひとり親家庭等の子どもの育み支援事業	親の就労等により、夜間に子どもだけで過ごさざるを得ないひとり親家庭等の小中学生を対象に、落ち着いて学び、楽しく食事をするができる居場所を設け、学習・生活の面から子どもの育ちを支援する。
子どもの学習・生活支援事業	子どもの貧困の連鎖を防ぎ、生まれ育った環境により子どもの将来が左右されることがないように、子どもの学力・社会性の向上、保護者も含めた生活習慣・育成環境の改善を図る。

◆その他の事業・取組

こころの健康相談、こころの相談カフェ、要保護児童対策地域協議会、子ども家庭総合支援拠点運営事業、ヤングケアラー支援事業、スクールカウンセラー及びスクールソーシャルワーカーによる支援、不登校対応の推進

重点施策2 働く世代に対する取組

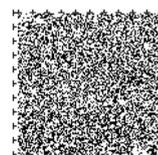
「勤務問題」を原因・動機とする自殺は20歳代から70歳代まで幅広くなっています。

「勤務問題」の詳細を見ると、仕事疲れや職場環境の変化、仕事の失敗、職場の人間関係等であることから、職域と連携し、労働者が心身ともに健康でやりがいを持って働き続けることができるよう、職場におけるメンタルヘルスの重要性の啓発を行います。

また、働きやすい環境づくり、早期に相談や支援につながるための体制づくりを職域と連携して取り組みます。

【成果指標】

指標名	現状	目標
「勤務問題」を原因・動機とした自殺者数 (地域における自殺の基礎資料)	31人 (H29～R3)	現状を下回る (R6～R10)



【施策項目】

(1) 勤務問題等に関する相談支援

「勤務問題」をはじめとする様々な悩みやストレスについて早期に相談できるよう相談窓口の充実、利用促進のための周知、メンタルヘルスに関する情報提供を行います。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
生活・法律・こころの相談会	労働者の勤務問題等の相談について、司法書士会と保健所が対応し、働く世代が心身ともに健康でやりがいを持って働けるよう支援する。
こころの相談カフェ	労働者が気軽に悩みやストレスを話す場として、立ち寄りやすい相談場所で勤務後等に相談できるよう、平日夜間や休日を含んだ相談日を設け、臨床心理士等による相談支援を行う。
職域向けメンタルヘルス講演会	国や県、保険者等の労働関係機関や精神保健部局等と一緒に、企業等の経営者や人事労務担当者を対象としたメンタルヘルスに関する講演会を実施し、メンタルヘルスに関する情報提供を行うと共に、相談窓口の周知を行う。

◆その他の事業・取組

職員の健康管理事務、自殺対策関連啓発事業、教職員ストレスチェック事業

(2) 職場におけるメンタルヘルス対策の推進・啓発

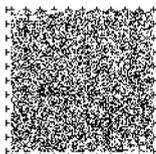
メンタルヘルスの向上の取組や仕事と生活の調和(ワークライフバランス)の推進等、労働者が働きやすい職場環境づくりについて、事業所や各職域団体等と連携して取り組みます。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
職域メンタルヘルス連絡会議の開催	地場企業、商工団体、労働関係機関等による会議を開催し、中小企業等がメンタルヘルスや自殺対策に関する意識を醸成し、職場環境の改善の推進に取り組む。
職域向けメンタルヘルス講演会	国や県、保険者等の労働関係機関や精神保健部局等と一緒に、企業等の経営者や人事労務担当者を対象としたメンタルヘルスに関する講演会を実施し、企業がハラスメント問題など勤務問題に取り組み、働きやすい職場環境の促進に取り組む。
ワーク・ライフ・バランス促進事業	セミナー等を開催することで、働き方改革の取組を行う市内企業を支援し、勤務問題に関する自殺のひとつである長時間労働の解消など、ワーク・ライフ・バランスを促進する。 数値目標：市内の福岡県子育て応援宣言企業数(累計)が増える。

◆その他の事業・取組

労働環境改善事業、市立学校安全衛生体制の構築



重点施策3 高齢者に対する取組

高齢者は、病気や身体機能、認知機能の衰えに伴う医療や介護の問題の他、失業（退職）や生活困窮、家族との死別等の様々な要因のために、社会とのつながりが希薄となつて、孤立してしまうことがあります。

また、重度の病気や障害により、自らの将来に対する不安等から生きる意欲をなくしてしまうことや、本人だけではなく家族や介護者等も介護疲れやストレスを抱えていることも想定されます

様々な課題を抱えた高齢者やその家族が社会から孤立することなく、希望をもって暮らせるよう支援します。

【成果指標】

指標名	現状	目標
60歳以上の自殺死亡率 (地域自殺実態プロフィール)	23.9 (H29～R3平均) 全国：20.4	全国値以下 (R6～R10平均)

【施策項目】

(1) 生きがいと役割を実感できる地域づくりの推進

高齢者が孤立することなく、生きる希望を持って地域で暮らし続けられるよう、交流や活動の場、学習の機会の充実等、生きがいづくりや社会参加の促進に取り組みます。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
地域介護予防活動支援事業	高齢者の積極的な社会参加や自主的な介護予防活動を促進することで、高齢者が地域の人達との交流を図り、閉じこもりや孤立・孤独を防ぐ。
老人クラブ助成・いこいの家運営支援事業	老人クラブ活動への支援や老人いこいの家の運営支援を行い、高齢者が地域の清掃活動や子どもの登下校の見守り等の役割を持つなど生きがいをもって生活できるよう社会参加を促進する。
シニアアカデミー	高齢者の生涯学習の入門講座として、専門科目（運動、料理、美術、文化等）からなるシニアアカデミーを開催し、学習意欲の継続や生きがいづくりに取り組む。

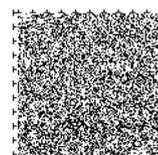
◆その他の事業・取組

高齢者のパソコン教室

(2) 高齢者の心身の問題に対する支援

高齢者の心身の健康の維持・向上や、悩みや不安の解消のための支援に取り組みます。

また、重い疾病や介護を必要とする状態になっても、最期まで自分らしく生きていけるよう医療・介護が連携した取組を進めます。



◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
総合健康相談	高齢者の心身の健康に関する悩みや不安を聞き取り、生活習慣の見直し等の個別相談を実施する等、高齢者が身体の病気に関する悩みを一人で抱え込むことのないよう支援する。
介護予防普及啓発事業	介護予防に資する運動や教室等を実施し、高齢者の心身の健康を維持向上するための普及啓発を行う。
在宅医療・介護連携推進事業	医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者の支援として、在宅医療介護連携を推進し、高齢者が住み慣れた自宅等で療養できる場所を選択できるようにし、最期まで自分らしく生きていけるよう支援する。

◆その他の事業・取組

地域包括支援センター運営事業、介護予防把握事業、地域リハビリテーション活動支援事業

(3) 介護支援の周知啓発、介護者に対する支援

高齢者を介護する家族等の介護者に対し、介護や認知症への対応に関する相談や介護技術を習得する機会を提供するなど、介護負担を軽減する取組を推進します。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
高齢者の総合相談	高齢者及び認知症高齢者の介護、保健、福祉、高齢者の権利擁護についての相談に対応することで、高齢者及び家族の生活上の困りごとの解消や介護負担の軽減に向けた支援を行う。
家族介護教室	在宅における基本的な介護技術や認知症介護技術の習得のための教室を実施し、家族の介護負担やストレスの軽減に向けた支援を行う。
認知症介護電話相談	主に認知症の症状がある人の家族を対象に、同じ悩みや不安を体験した介護経験者が生活の悩みや介護の相談に電話で応じることで、家族の介護負担やストレスの軽減に向けた支援を行う。

◆その他の事業・取組

地域包括支援センター運営事業、地域ケア会議、権利擁護の取組

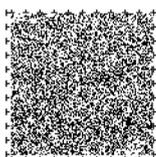
重点施策4 女性に対する取組

女性にとって大きなライフイベントである妊娠・出産は、産後うつや環境の変化など様々な悩みやストレスが生じやすい時期です。

また、予期せぬ妊娠等により、身体的・精神的な悩みや不安を抱える妊婦もいます。

加えて、女性の自殺の原因・動機には「子育ての悩み」を含む「家庭問題」が多く見られ、配偶者等からの暴力などの課題もあります。

このことから、妊産婦への支援をはじめとする、女性特有の視点を踏まえた取組を推進します。



【成果指標】

指標名	現状	目標
女性の自殺死亡率 (地域自殺実態プロファイル)	10.8 (H29～R3平均) 全国：10.1	全国値以下 (R6～R10平均)

【施策項目】

(1) 妊産婦・子育て中の女性への支援

妊娠から出産、子育て期について、個々のニーズに応じた支援を行います。

また、特にリスクが高いと考えられる予期しない妊娠や、妊娠届時から悩みや不安を抱えた妊婦に対し、孤立やうつ状態にならないように寄り添った支援を行います。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
新生児及び妊産婦訪問事業	妊婦及び新生児・乳児とその産婦を訪問し、産後うつのスクリーニングを行う。産後うつの傾向が強い産婦に対しては、再度の訪問や必要に応じて医療機関との連携などにより、産婦の不安の軽減を図ることで、自殺リスクの高い産後うつの悪化を防ぐ。
妊娠ほっとライン	予期しない妊娠等、助産師・保健師等が専門電話やメールでの相談に応じ、相談者に寄り添った支援や情報提供等を行うことで、不安を軽減し、孤立・孤独を防ぐ。

◆その他の事業・取組

親子（母子）健康手帳交付、出産・子育て伴走型相談事業、初回産科受診料支援事業、マタニティ交流会、妊娠期からのケアサポート事業、産婦健康診査、妊娠・出産・育児に関する健康相談（ママパパきもち楽々相談、ゆったり子育て相談）、産後ケア事業、エンゼル支援訪問事業、産前産後サポート事業

(2) 困難な問題を抱える女性への支援

コロナ禍による生活環境の変化を受けて顕在化した配偶者等からの暴力など、女性が抱えている問題やその背景、心身の状況等に応じた切れ目のない支援体制を強化します。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
女性相談事業	DV等の緊急保護対応による危機の回避や離婚相談等により、相談者が心身や経済的な危機に追い込まれることを防ぐ。
女性の総合相談・性暴力相談	女性が抱える様々な問題に対する相談について、必要に応じて関係機関等と連携しながら切れ目のない支援を行う。

◆その他の事業・取組

母子生活支援施設入所措置



重点施策5 生活困窮者に対する取組

本市における自殺者のうち、「経済・生活問題」を原因とした自殺は、増加傾向にあり生活困窮による自殺のリスクは深刻です。また、生活困窮者は、経済的な問題だけでなく、負債や失業、健康問題、依存症など背景に様々な課題を複合的に抱えています。

このことから、生活困窮による自殺を防ぐために、生活再建の支援を行うとともに、様々な課題に対して分野を超えた包括的な支援を行います。

【成果指標】

指標名	現状	目標
「経済・生活問題」を原因・動機とした自殺者数 (地域における自殺の基礎資料)	73人 (H29～R3)	現状を下回る (R6～R10)

【施策項目】

(1) 経済問題や関連する複合的課題への支援

生活困窮者を早い段階で把握し、関係機関との連携により、経済的問題の解決のための支援につなぎ、危機的状況に追い込まれることを防ぎます。

生活困窮に陥る要因となった依存症や心身の健康問題への対応等、法律・医療・保健・福祉等、様々な分野の施策や取り組み、関係機関や支援団体等と協働し「生きることの包括的支援」を強化します。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
生活困窮者自立支援事業	生活困窮者及び離職者等からのくらし、しごと、お金等の困りごと相談に対し、断らない相談支援体制をとっている。相談者の主訴に応じて、困窮事情や心情の把握に努め、信頼感の形成を図りながら、生活保護制度等の公的支援につなぐなどして、生活困窮者の自殺リスクを回避する。

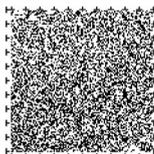
◆その他の事業・取組

消費生活支援センター事業、納税相談、ホームレス支援、生活・法律・こころの相談会、保育料等納入促進事業、家賃滞納整理事業

重点施策6 自殺未遂者に対する取組

自殺者のうち、およそ3割に自殺未遂歴があり、自殺の大きな危険因子であることから、再企図防止に取り組みます。

自殺未遂者の家族や支援者も対応に悩み、ストレスを抱えていることから、家族等への支援も行います。



【成果指標】

指標名	現状	目標
自殺者のうち自殺未遂歴のある割合 (地域自殺実態プロファイル)	27.2% (H29～R3平均) 全国：19.4%	全国値以下 (R6～R10平均)

【施策項目】

(1) 自殺未遂者等の再企図を防ぐ取組

救急医療をはじめとする各関係機関等と連携し、自殺未遂者の把握に努めるとともに、自殺未遂の背景にある要因の把握や危険因子を減らすための支援をします。

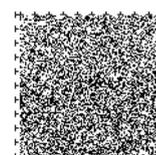
一方、未遂を繰り返す者の家族や支援者の不安や、心身負担に寄り添った相談に対応するなど支援を充実させます。

◆主要な事業と取組の方向性

事業・取組	事業の方向性
かかりつけ医・精神科医連携	内科医等のかかりつけ医がうつ病のおそれや自殺未遂歴のある患者を精神科医療機関へつなげるとともに、本人の同意に基づき保健所へ提供された未遂者の未遂に至った生活上の問題の解消に対して医療・保健・福祉等が連携して支援を行う。
こころの健康相談	未遂者の家族や支援者等からの相談に対応し、家族等の心身負担を軽減する。
スクールカウンセラー及びスクールソーシャルワーカーによる支援	各学校にスクールカウンセラーを配置し、自傷行為等を繰り返す児童生徒への支援を行う。また、医療や福祉面へのつながりをスクールソーシャルワーカーが支援し、再企図の防止を図る。

◆その他の事業・取組

救急搬送活動症例事後検証会



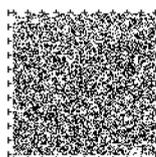
4 生きるを支える関連事業

自殺対策は、様々な角度や切り口から取り組むことが求められており、庁内横断的に取り組むことが必要不可欠です。

また、「自殺対策」を直接の目的として行っている事業ではなくても、結果的に「自殺対策」につながっている取組も少なくありません。

市民の生活の支援や困りごとの解決に向けて取り組まれている様々な事業は、一つひとつが「生きることの包括的な支援」につながっています。それらの「生きるを支える関連事業」を「基本施策」「重点施策」と連携させ、庁内が一体となり自殺対策を推進します。

生きるを支える関連事業	4 1 事業	事業名や内容は、資料編 4 1 ページに掲載
-------------	--------	------------------------

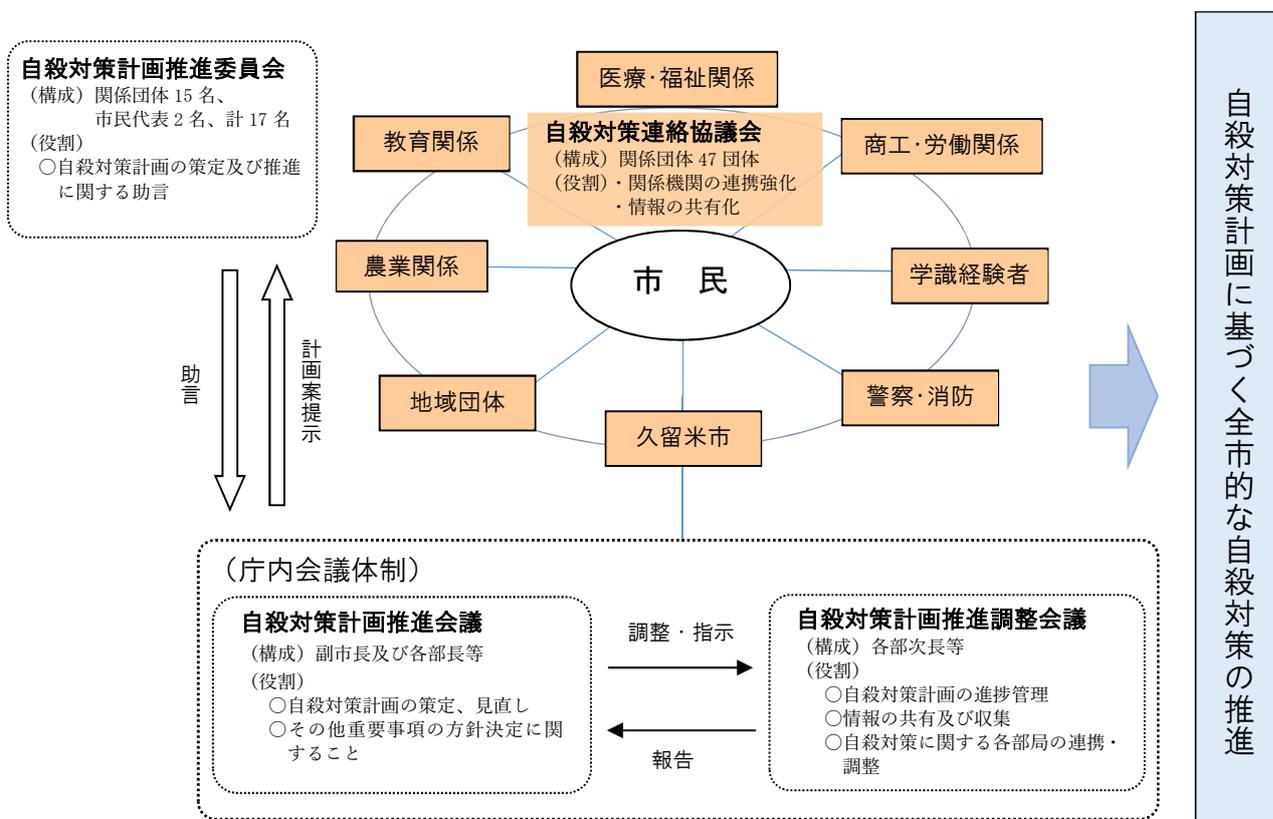


第5章 計画の推進と進行管理

1 推進体制

この計画は、医療、福祉関係者、商工・労働関係者、学識経験者、地域団体、警察・消防、公募による市民の代表からなる「計画推進委員会」から各分野の立場での意見をいただくほか、庁内の「計画推進会議」「計画推進調整会議」において、各部局連携のもと、必要な事項の協議及び調整を図りながら、推進に取り組みます。

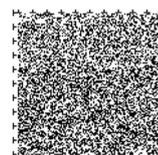
また、「自殺は個人の問題ではなく、社会全体で取り組む問題」であることから、様々な関係機関・団体で構成する「自殺対策連絡協議会」を設置し、それぞれの取組状況の把握や意見を集約しながら、全市的な自殺対策の推進を図ります。



2 進行管理

本計画は、毎年、成果指標と現状との比較や主要な事業の進捗状況、その他の事業の実施状況を確認し、進捗管理を行います。

また、計画期間の最終年度である令和10（2028）年度には、本計画の達成状況や課題を把握するための最終評価を行います。

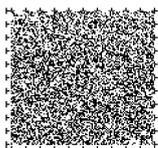


参考資料

1 久留米市自殺対策関連相談窓口一覧

- | | | |
|--------|-----------------------|-----|
| ① 健康 | こころの悩み相談 …………… | 3 0 |
| | 健康相談 …………… | 3 0 |
| ② 家庭 | 子ども・若者の相談 …………… | 3 1 |
| | 高齢者・介護に関する相談 …………… | 3 2 |
| | 障害者の相談 …………… | 3 2 |
| | 家庭問題・DV等の相談 …………… | 3 2 |
| ③ 自死遺族 | 大切な方を亡くされた方へ …………… | 3 3 |
| ④ 労働 | しごと・労働問題・経営に関する相談 …… | 3 4 |
| ⑤ 経済 | 金融・消費生活・債務問題に関する相談 …… | 3 4 |
| | 生活支援・生活保護に関する相談 …………… | 3 5 |
| ⑥ その他 | 悩みごと・人権に関する相談 …………… | 3 5 |
| | 犯罪被害等に関する相談 …………… | 3 6 |

相談内容・時間等については変更する場合がありますので、詳細は各機関にお問い合わせください。



① 健康

こころの悩み相談

相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
福岡いのちの電話	つらく、苦しい時の「こころの電話相談」	TEL：092-741-4343	24時間対応
自殺予防いのちの電話	つらい気持ち、こころの苦しみの相談	TEL：0120-783-556	毎月10日 8:00～翌8:00（24時間）
心の電話ちくご		TEL：0942-36-1313	月・水・金 13:00～16:00
ふくおか自殺予防ホットライン	死んでしまいたい、自殺を考える程の悩みに関する相談	TEL：092-592-0783	24時間 365日対応
久留米市保健所保健予防課	こころの健康に関する悩み、うつや不眠、アルコール問題などの依存症に関する相談。保健・福祉・医療全般に関する相談	TEL: 0942-30-9728 FAX: 0942-30-9833	月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く）
	こころの健康相談（精神科医による相談）		木曜日 13:30～15:00 （1人30分・無料・要予約） （第5週・祝日・8/13～15・年末年始を除く）

健康相談

相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
久留米市保健所地域保健課	健康に関する相談	TEL: 0942-30-9033 FAX: 0942-30-9833	月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く）
南部保健センター （上津市民センター隣接）		TEL: 0942-21-0056 FAX: 0942-21-0030	
田主丸保健センター （田主丸総合支所 市民福祉課内）		TEL: 0943-72-2113 FAX: 0943-72-3819	
北野保健師事務室 （北野総合支所 本館1階）		TEL: 0942-23-1307 FAX: 0942-78-6482	
城島保健福祉センター （城島総合支所 市民福祉課内）		TEL: 0942-62-2113 FAX: 0942-62-3732	
三瀬保健センター （三瀬総合支所 市民福祉課隣接）		TEL: 0942-64-2412 FAX: 0942-65-0957	
久留米市 こども子育てサポートセンター	女性の健康相談・不妊相談・妊娠ほっとライン	【専用ダイヤル】 TEL:0942-30-9345 【mail】 ninsin@city.kurume.lg.jp	月～水・金 8:30～17:15 木 8:30～19:00 （祝日・年末年始を除く）

久留米市保健所 こころの健康相談

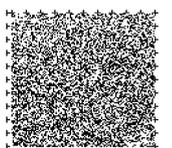
○保健師・精神保健福祉士による相談

時間：8時30分から17時15分、月曜日から金曜日（祝日や年末年始を除く）



○精神科医による相談（来所相談・予約制）

時間：13時30分から15時、1人30分程度、
毎週木曜日（祝日、年末年始、お盆、第5木曜日を除く）
精神科医の相談は予約制ですので、お電話等でお申し込みください。
※いずれも相談は無料です。個人の秘密は守られます。



② 家庭

子ども・若者の相談

相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
結（ゆい）らいん	18歳までのみなさんの思いや悩み（ヤングケアラー相談含む）相談ダイヤル	TEL: 0120-870-552 mail: youiline@city.kurume.lg.jp	月～水・金 8:30～17:15 木 8:30～19:00 （祝日・年末年始を除く）
チャイルドライン 「もしもしキモチ」	困っていること、悩んでいることをどうしたらいいのかを子どもといっしょに考える18歳までの子ども専用相談電話	TEL: 0120-99-7777	毎日 16:00～21:00
		TEL: 092-734-1600 FAX: 092-734-1540	第1・3（水） 16:00～21:00 第2・4・5（水） 18:00～23:00
24時間子供SOSダイヤル	いじめで困ったり、自分や友人の安全に不安があったりしたら、一人で悩まず、いつでもすぐ電話で相談してください	なやみいおう TEL: 0120-0-78310	24時間対応（通話料無料）
久留米市 こども子育てサポートセンター	妊産婦、乳幼児、学齢期以降の18歳までの児童およびその養育者を対象とした母子健康および子育てに関する相談	TEL: 0942-30-9302 FAX: 0942-30-9718	月～水・金 8:30～17:15 木 8:30～19:00 （祝日・年末年始を除く）
久留米市家庭子ども相談課	子どもに関する相談	TEL: 0942-30-9208 FAX: 0942-30-9718	月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く）
福岡県久留米児童相談所	虐待、非行、養育困難など児童の福祉にかかわる問題の相談、援助、心理診断、保護など	TEL: 0942-32-4458 FAX: 0942-32-4459	月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く） 上記時間以外は電話相談員による対応
こどもの人権110番 （福岡法務局）	こどもの人権（いじめ・体罰・児童虐待など）の相談	TEL: 0120-007-110	月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く）
久留米市学校教育課	いじめや不登校など学校における様々な諸問題への相談	TEL: 0942-30-9216 FAX: 0942-30-9719	月～金 9:00～17:00 （祝日・年末年始を除く）
教育相談（青少年育成課）	不登校相談・いじめ相談・進路などに関する相談	TEL: 0942-35-3869 FAX: 0942-34-9001	月～金 9:00～17:00 （祝日・年末年始を除く）
若者相談窓口 「みらくる」	相談内容の限定なし 「どこに相談していいかわからない」「こんなこと相談してもいいのかな」という場合も気軽に相談してください。 対象者：15歳（中学校卒業後）～39歳まで	【市民向け】 相談専用ダイヤル みらくるコール TEL: 0120-369656	月～水・金 8:30～17:15 木 8:30～19:00 （祝日・年末年始を除く）
		【関係機関向け】 TEL: 0942-48-1681 FAX: 0942-34-9001	
久留米少年サポートセンター （福岡県警察）	非行・交友・学校問題など少年に関する相談	TEL: 0942-30-7867	月～金 9:00～17:45 （祝日・年末年始を除く）

SNS 相談窓口

NPO法人 自殺対策推進センター ライフリンク



「SNSやチャットによる自殺防止相談を行います。」

LINE



「きもち よりそうLINE@ふくおかけん」



年層に年齢が近い大学生相談員や有資格者に、匿名で相談することができます。

LINE



NPO法人 あなたのいばしょ



24時間365日、誰でも匿名・匿名で利用できる相談窓口です。

チャット

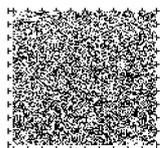


NPO法人 BONDプロジェクト



10代20代の女性のためのLINE相談を実施しています。

LINE



高齢者・介護に関する相談

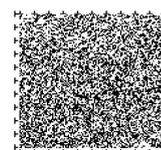
相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
地域包括支援センター ①中央 ②中央第2 ③中央第3 ④東 ⑤東第2 ⑥西 ⑦西第2 ⑧南 ⑨南第2 ⑩北 ⑪北第2 (連絡先は電話番号を掲載)	高齢者の介護・保健・健康・福祉・権利擁護等に関する相談	① 中央 0942-46-8711	月～金 8:30～17:15 (年末年始を除く)
		② 中央第2 0942-27-6860	
		③ 中央第3 0942-27-6886	
		④ 東 0942-41-5522	
		⑤ 東第2 0943-72-8055	
		⑥ 西 0942-51-6100	
		⑦ 西第2 0942-27-8569	
		⑧ 南 0942-51-2332	
		⑨ 南第2 0942-36-5311	
		⑩ 北 0942-23-1055	
		⑪ 北第2 0942-65-5156	
久留米市長寿支援課		TEL: 0942-30-9038 FAX: 0942-36-6845	月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
認知症介護電話相談	認知症介護の不安や悩み	TEL: 0942-30-9210	毎週火曜日 10:00～15:00 (祝日・年末年始・お盆を除く)

障害者の相談

相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
東部障害者基幹相談支援センター 西部障害者基幹相談支援センター 南部障害者基幹相談支援センター 北部障害者基幹相談支援センター	障害者の生活全般に関する相談	TEL: 0943-73-0045 FAX: 0943-73-0046	月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
		TEL: 0942-27-2038 FAX: 0942-27-2058	
		TEL: 0942-51-8555 FAX: 0942-22-2275	
		TEL: 0942-65-7855 FAX: 0942-65-7844	
久留米市障害者福祉課		TEL: 0942-30-9035 FAX: 0942-30-9752	月～水・金 8:30～17:15 木 8:30～19:00 (祝日・年末年始を除く)

家庭問題・DV等の相談

相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
久留米市家庭子ども相談課	女性・子どもなど家庭に関する相談やひとり親の福祉に関する相談	TEL: 0942-30-9063 FAX: 0942-30-9718	月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
女性のための総合相談 (久留米市男女平等推進センター)	DV・夫婦問題・性被害・職場での悩みなど、女性のための相談	TEL: 0942-30-7802	月・火・水・金・土 10:00～18:00 木 17:00～20:00 日 10:00～17:00 (毎月末日・祝日・年末年始を除く)
福岡県あすばる相談ホットライン	夫婦・家族・生活など悩み全般に関する相談。配偶者などからの暴力に関する相談	TEL: 092-584-1266	9:00～17:00 (8月13日～15日・年末年始を除く) 金曜は夜間も可18:00～20:30 (祝日除く)

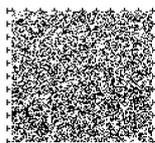


相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
福岡県配偶者からの暴力相談電話（夜間休日）	配偶者などからの暴力に関する相談	TEL: 092-663-8724	月～金 17:00～24:00 土・日・（祝） 9:00～24:00 （年末年始を除く）
DVをやめたい方の相談ホットライン（福岡県男女共同参画推進課）	パートナー等への暴力をやめたいと悩む方のための専用相談窓口	TEL: 090-5303-9394	毎週日曜日 10:00～13:00 （年末年始を除く）
女性の人権ホットライン（福岡法務局）	女性の人権ホットライン（DV・セクハラ・ストーカー行為など）	TEL: 0570-070-810	月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く）
福岡県弁護士会 久留米法律相談センター	離婚、相続・遺言、サラ金・クレジット、金銭貸借、交通事故、土地・建物、悪徳商法、刑事事件など、あらゆる法律問題の相談	TEL: 0942-30-0144	月 10:00～11:30 13:00～16:00 火・木 13:00～16:00 17:30～19:00 水 10:00～11:30 13:30～16:00 金 10:00～12:30 13:00～16:00 第3（土） 13:30～15:00 （祝日・年末年始を除く）
LGBTの方のDV被害者相談ホットライン（福岡県男女共同参画推進課）	性的少数者のDV被害者のための専用相談窓口	TEL: 080-2701-5461	第1（日） 14:00～17:00 第3（水） 18:00～21:00 （年末年始を除く）
男性DV被害者のための相談ホットライン（福岡県男女共同参画推進課）	男性DV被害者のための専用相談窓口	TEL: 070-4410-8502	火・木 18:00～21:00 土 10:00～13:00 （年末年始を除く）
久留米市 男性のための電話相談	男性や性自認が男性である方を対象に、ジェンダーに起因する男性の生きづらさやDVに関する相談に男性の臨床心理士が専用電話にて対応	TEL: 080-6787-6172	第4（月） 16:00～18:00

③ 自死遺族

大切な方を亡くされた方

相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
福岡県精神保健福祉センター	大切な方を自死で亡くされた等、心の悩みに関する相談 ご家族など大切な方を自死で亡くされた方で、相続・借金・補償問題など、自死に伴い生じる法律問題について、弁護士による無料の法律相談（予約制）	TEL: 092-582-7500 FAX: 092-582-7505	月・火・木・金 9:00～12:00 （祝日・年末年始を除く） ※来所相談を希望する場合は予約制 第4（火） 13:30～16:30 （予約制）
グリーンケア・サポートプラザ	自死遺族のための傾聴電話	TEL: 03-3796-5453	火・木・土 11:00～16:00
わかち合いの会	大切な方を自死でなくされたご家族の集い	【問い合わせ先】 久留米市保健所保健予防課 TEL: 0942-30-9728 FAX: 0942-30-9833	【開催日時】 奇数月 第4（火） 13:30～15:30 祝日や会場の都合で変更になる場合もあります。詳しくは、問い合わせに先にご確認ください。
九州モモの会	大切な方を自死でなくされた方々だけの集まりです	【問い合わせ・申込み先】 kozu0305@icloud.com	【開催日時】 偶数月 第1（日） 13:00～15:00 参加費：100円 開催場所：えーるピア久留米 ※要事前申込み
福岡県弁護士会 【自死問題支援者法律相談窓口】	自死の危険の高い者の支援者（家族や親族、民生委員など近隣の世話人、医療関係者など）から、弁護士が電話による法律相談を受け、必要があれば面談による法律相談を実施する（無料）	TEL: 092-741-3210	月～金 9:00～16:00 （祝日を除く）
福岡県弁護士会 【自死遺族法律相談】	ご家族、恋人、友人など大切な人を自死で亡くされた方とその支援者を対象に、弁護士と臨床心理士が実施する電話または面談による法律相談（無料）	TEL: 092-738-0073 FAX: 092-752-1301	第1（水） 13:00～16:00



④ 労働

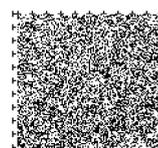
しごと・労働問題・経営に関する相談

相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
福岡県若者就職支援センター 筑後プランチ	おおむね39歳以下の求職者を対象に、個別就職相談やセミナーにより、将来に向けた進路選択や就職活動を支援	TEL: 0942-33-4435	月～金 10:00～18:00 土 10:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
筑後若者サポートステーション	学校を卒業・中退後、あるいは仕事を辞めた後、職業につけずに悩んでいる若者（15歳～49歳まで）を対象に職業的自立に向けた支援	TEL: 0942-30-0087 個別相談(要予約) FAX: 0942-30-0087	月～土 10:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
ふくおかバーチャルさぼーとRoom	福岡県内に居住の16歳以上で仕事に就いていない方（全日制就学中は除く）を対象にメタバース相談などを実施	TEL: 080-8182-9611 県内の若者サポートステーションへの連絡も可能	月～金 10:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
総合労働相談コーナー (久留米労働基準監督署)	解雇、労働条件、募集、採用、いじめ等を含む労働問題に関するあらゆる分野についての相談	TEL: 0942-90-0231	月～金 9:30～17:00 (祝日・年末年始を除く)
福岡県筑後労働者支援事務所	労働者や使用者が抱える労働問題（解雇、賃金未払い、ハラスメントなど）に関する相談	TEL: 0942-30-1034	月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く) ※毎週水曜日は20:00まで夜間電話相談を実施
独立行政法人労働者健康安全機構 福岡産業保健総合支援センター	事業主、産業医、保健師、衛生管理者等の産業保健スタッフからの労働者の健康管理（メンタルヘルス対策含む）などに関する相談	TEL: 092-414-5264 FAX: 092-414-5239 MAIL: sanpo40@fukuokas. : johas.go.jp	月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)
久留米商工会議所	経営・財務・金融・税務・創業・労務・取引・法律特許・各種共済などの相談	TEL: 0942-33-0212 TEL: 0942-33-0213	月～金 9:00～17:30 土 9:00～12:00 (祝日・年末年始を除く)
公益社団法人 久留米広域勤労者福祉サービスセンター	県南エリアの中小企業勤務者の福利厚生事業の提供	TEL: 0942-39-7811	月～金 10:00～18:00 (祝日・年末年始を除く)

⑤ 経済

金融・消費生活・債務問題に関する相談

相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
グリーンコープ 生活再生相談室 久留米相談室	多重過重債務、家計管理・見直し、生活再生の為に貸付の相談	TEL: 0942-36-8877 FAX: 0942-34-0940	月～土 9:30～18:00 (年末年始を除く) ※面談を希望する場合は予約制
久留米市消費生活センター	悪質商法などの消費者と事業者間のトラブルの相談や、サラ金・クレジットなどの借金相談	TEL: 0942-30-7700 FAX: 0942-30-7715	月～金・第2(日) 8:30～17:00 ※来所での相談は9:30～(予約制) (毎月末日・祝日・年末年始を除く)
司法書士 総合相談センター	多重債務、相続・遺言、成年後見制度に関する相談。司法書士による電話相談や最寄の司法書士の紹介	TEL: 0570-783-544	【電話相談】 月～金 18:00～20:00 【司法書士紹介】 月～金 10:00～16:00 (祝日・年末年始・8月13日～15日を除く)
福岡県司法書士会 ベッドサイド法律相談	自殺未遂者、希死念慮等をもつ精神的に弱っている方等で、借金等の経済的な悩みを抱えた方・その支援者（親族や医療関係者）からの要請を受けて、メンタルヘルス面での研修を受けた司法書士を入院先等に派遣し、相談を受ける	TEL: 092-762-8288	月～金 10:00～16:00 (祝日・年末年始・8月13日～15日を除く)
福岡県弁護士会 久留米法律相談センター	離婚、相続・遺言、サラ金・クレジット、金銭貸借、交通事故、土地・建物、悪徳商法、刑事事件など、あらゆる法律問題の相談	TEL: 0942-30-0144	月 10:00～11:30 13:00～16:00 火・木 13:00～16:00 17:30～19:00 水 10:00～11:30 13:30～16:00 金 10:00～12:30 13:00～16:00 第3(土) 13:30～15:00 (祝日・年末年始を除く)



法テラス福岡	民事、家事又は行政に関する案件の法律相談 (例：離婚・相続・損害賠償・金銭トラブル・不動産など民事全般、クレジット・サラ金相談)	TEL: 0570-078359	弁護士・司法書士による無料法律相談 (事前電話予約制) ○筑後地区 金 10:30~12:30 13:30~16:30 ○福岡地区 月~金 10:00~12:00 13:30~15:30 (祝日・年末年始を除く) ※収入・資産の少ない方が対象(資力要件あり)
法テラス(日本司法支援センター)サポートダイヤル	法的トラブルを抱えた方々に対する、解決へ向けた情報(法制度情報と相談窓口情報)の提供	TEL: おなやみなし 0570-078374	月~金 9:00~21:00 土 9:00~17:00 (祝日・年末年始を除く)

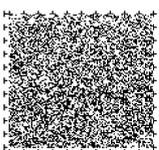
生活支援・生活保護に関する相談

相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
久留米市生活自立支援センター	仕事やお金のやりくり、住まいのこと等、様々な暮らしの不安がある方で、どこに相談したらいいのかわからない方が対象です。相談支援員が解決に向けて一緒に考えていきます	西部 TEL:0942-30-9185 エリア FAX:0942-30-9186 東部 TEL:0942-30-9113 エリア FAX:0942-30-9327	月~金 8:30~17:15 (祝日・年末年始を除く)
久留米市社会福祉協議会	生活に関する全般的相談 離職者をはじめ、低所得や障害者・高齢者世帯等の自立を手助けする貸付制度利用の相談と受付窓口 福祉サービスの利用援助や日常的な金銭管理に関する相談	TEL: 0942-34-3035(代) FAX: 0942-34-3090	月~金 8:30~17:15 (祝日・年末年始を除く)
久留米市生活支援第1課・第2課	生活保護の相談	TEL: 0942-30-9023 FAX: 0942-30-9710	月~金 8:30~17:15 (祝日・年末年始を除く)
福岡県ひきこもり地域支援センター(筑後サテライトオフィス)	ひきこもりに関する相談・助言、社会参加への支援、就職・就学のための情報提供など	TEL: 0942-37-2280 FAX: 0942-37-3307	月~金 9:00~17:00 (祝日・年末年始を除く)

⑥ その他

悩みごと・人権に関する相談

相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
久留米市広聴・相談課	日常生活上での悩みや心配ごとについての相談 (相続、金銭、離婚問題など)	TEL: 0942-30-9017	月~金 8:30~17:15 (祝日・年末年始を除く) 総合支所、市民センターでの相談は、事前電話予約制(月1回実施)
よりそいホットライン	どんなひとの、どんな悩みにもよりそって、一緒に解決方法を探します	TEL: 0120-279-338 FAX: 0120-773-776 (電話での聞き取りが難しい方)	24時間受付 返答は相談窓口ごとに異なります。
困りごと情報提供 SNSチャット、メール相談		https://comarigoto.jp/	
人権相談 (福岡法務局久留米支局)	金銭、土地家屋、相続、人権問題などの相談	TEL: 0942-39-2121	月~金 8:30~17:15 (祝日・年末年始を除く)
みんなの人権110番	身近な人権に関する相談	TEL: 0570-003-110	月~金 8:30~17:15 (祝日・年末年始を除く)
久留米市 人権・同和対策課		TEL: 0942-30-9045 FAX: 0942-30-9703	
久留米市広聴・相談課 外国人 相談窓口	在留資格、健康保険、住まい、出産・子育て、結婚・離婚・仕事など	TEL: 0942-30-9096 FAX: 0942-30-9711	月~金 8:30~17:15 (祝日・年末年始を除く)



犯罪被害等に関する相談

相談窓口名称	相談内容	連絡先	相談時間
法テラス (日本司法支援センター) 犯罪被害者支援ダイヤル	犯罪の被害にあわれた方や、ご家族の方への情報提供	なくことないよ TEL: 0120-079714	月～金 9:00～21:00 土 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
法テラス福岡		TEL: 0570-078359	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
犯罪被害相談 「心のリリーフ・ライン」	犯罪被害にあわれた方などの心のケア	TEL: 092-632-7830	月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始を除く)
性犯罪被害相談電話 「#8103 (ハートさん)」	性犯罪の被害にあわれた方などの相談	TEL: #8103	24時間対応 ※男性警察官が対応する場合あり
性暴力被害者支援センターふくおか	性暴力の被害にあわれた方などの相談	TEL: #8891 092-409-8110	24時間対応
福岡犯罪被害者総合 サポートセンター (筑後)	犯罪による被害にお悩みの方とご家族・ご遺族の方の相談	TEL: 0942-39-4416	月～金 9:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)
警察安全相談コーナー	警察に対する相談・意見・要望	TEL: #9110 FAX: 092-641-9110	月～金 9:00～17:45 (祝日・年末年始を除く)
被害者ホットライン (検察庁)	犯罪被害者相談や被害者等に関する各種情報提供	TEL: 092-734-9080	月～金 9:00～12:00 13:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)

こころの健康に関するポータルサイト

- 相談窓口、自殺対策の取り組みなどの情報をわかりやすくまとめたサイト



- 情報や報道にふれ、つらい気持ちになった時、こころを落ち着けるためののサイト



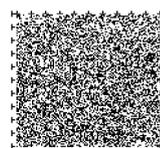
- こころの健康づくりに関する情報と、様々な社会資源に関する情報を提供



- 体がだるい、眠れない、イライラするこころの健康が気になるときに



- メンタルヘルスケアに関するさまざまな情報や相談窓口を提供

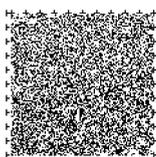


2 関係機関・民間団体等の取組紹介

本計画は、久留米市が実施主体として取り組んでいる施策を掲載しているものですが、自殺対策には状況に即した多方面、多領域からの取り組みが不可欠です。市民をはじめ、関係機関・民間団体など、地域に生きる様々な人々が、連携・協働し、つながり、支え合うことで、より生きやすい社会の実現を目指すことが重要です。

市内では、多くの関係機関や民間団体等が、様々な自殺予防活動を積極的に展開しています。ここでは、その取組のすべてを網羅することはできませんが、計画策定にご協力いただいた団体の取組・活動の中から一部を紹介します。

アタッチメントの発達から考案した包括的一次予防 「さくらんぼプログラム」の実施	NPO 法人にじいろ CAP 代表理事 重永侑紀
「全国ギャンブル依存症家族の会 福岡」の活動	全国ギャンブル依存症家族の会 福岡 代表 村田 磨美
遺族同志の支え合いが大切にしていること	九州モモの会 竹田 桂子
一般社団法人久留米三井薬剤師会の取組	一般社団法人久留米三井薬剤師会 理事 北口 大介
福岡県弁護士会筑後部会の取組	福岡県弁護士会筑後部会 部会長 高松 直史
福岡県司法書士会の取組	福岡県司法書士会筑後支部 司法書士 西山 弓子
社会福祉法人 久留米市社会福祉協議会の取組 一人ひとりに寄り添った支援に努めています	久留米市社会福祉協議会 地域福祉課長 漆原 数弥



アタッチメントの発達から考案した包括的二次予防 「さくらんぼプログラム」の実施

NPO 法人にじいろ CAP 代表理事 重永侑紀

私たち「NPO 法人にじいろ CAP」は2021年度より久留米市立全中学校17校・全市立高校2校・組合立高校1校で、毎年2年生に「SOS の出し方教育」として、「さくらんぼプログラム」を実施しています。同じく毎年、各学校の教職員に児童生徒の自殺予防等に関する最新の情報をお伝えする「教職員研修」も実施しています。

「さくらんぼプログラム」は、誰にでもある思春期の身体と心（脳）の変化に伴う混乱の話からスタートします。この時期は混乱した者同士が人間関係を築いていく難しさがあり、そこに、特に親密な関係（親友や恋人など）の構造が生まれる、という複雑さが加わります。この「混乱と複雑さがある思春期の人間関係はとっても難しく、うまくいなくても当たり前なのよ！」と当事者である生徒たちに直接、スライドを中心に音楽や寸劇等を織り交ぜてプレゼンテーションしています。多様な背景を持つ生徒たちも、ジブンゴトとして聴き入ってくれます。あえてリアルな「いじめ」や「登校渋り」や「自傷行為」「デートDV」等の単語を出さず、「恋愛」の話を題材にすることで不安や苦痛を避けて多くの生徒が参加できる仕組みにしています。

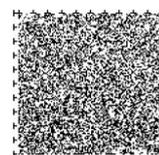
またプレゼンが終わった後に、教室で内容を振り返りながらアンケートを書いてもらっています。その中には「反抗期ではなく思春期って言われて安心した。」「思春期って誰にでもあると知ってびっくりした。」「思春期に終わりががあると分かって良かった。」などの感想に交じって、「今日の話聞いて、自殺を思いとどまりました。」といった感想もみられています。

「教職員研修」では、近年、日本でも大きく変化している「こどもまんなか社会」への対応に関して、最新の具体的な事例やリーガルナレッジ（法的理解）等を交えてお話をしています。また、「チーム学校」として子どもを中心とした安心な組織が機能するように、いくつかの応援メッセージを伝え、教職員も自らのSOSを大事にもらえるよう配慮しています。

子どもが思春期になると保護者との関係も大きく変わってきます。自分自身と学校の人間関係に混乱と複雑さを抱えた思春期の子どもとの関わりは、整理されたテクニックも必要です。私たちは久留米市ホームページを通じて思春期の子どもとの付き合い方のヒントを短いYouTube 動画で紹介する「にじいろのくるめちゃんねる」も提供しています。合わせてご覧ください。



久留米市子育て応援動画



「全国ギャンブル依存症家族の会 福岡」の活動

全国ギャンブル依存症家族の会 福岡 代表 村田 磨美

私は8年前、次男が大学生の時にギャンブル依存症になったことから自助グループにつながりました。その後、次男がギャンブル依存症回復施設グレイス・ロードに入寮し、そこでギャンブル依存症への社会の偏見や正しい対応を広めることが重要だと知り2018年に「全国ギャンブル依存症家族の会 福岡」を立ち上げました。「全国ギャンブル依存症家族の会 福岡」は久留米市内で月1回、定例ミーティングを開催しています。

東京にある本部「NPO 法人全国ギャンブル依存症家族の会」は、当初ギャンブル依存症回復施設グレイス・ロードの入寮者家族のみを対象にした家族会として2016年2月に結成されました。その後2017年4月に「全国ギャンブル依存症家族の会（以下「家族の会）」と名称変更し、受け入れる家族を施設とは関係なくギャンブル依存症問題を抱えるご家族なら誰でも参加できる形にして同年8月NPOとして認定を受けました。

家族の会はギャンブル依存症に苦しみ悩む家族が対応を学び、安心して生活できるようピアサポートすることはもちろんのこと、当事者も自助グループや回復施設、場合によっては医療に繋がれるよう家族介入を行っています。現在、家族の会は全国35都道府県39か所で定期的に開催されています。

家族の会は、自助グループとは活動内容が違い、自助グループが自分の内面を見つめることなら、家族の会は社会への啓発活動を行い、医療や行政との連携を作り、家族の会がまだない都道府県に立ち上げ支援に出向き、困っている家族の相談を受けるという外向けの活動です。ギャンブル依存症者は何をやるかわからず、急な相談に対応することが多く、それこそ1年365日活動しているような状況です。

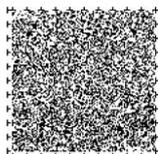
家族の会に参加されるご家族は、ギャンブル依存症者を回復させようと必死になり、繰り返される借金や嘘に巻き込まれ、自信を失い途方に暮れています。「今度だけと約束しても借金を繰り返す」「生活費を入れてくれない」「アパートの家賃が未払い」「会社を無断欠勤し行方不明」「ギャンブルで留年。その後中退」「ヤミ金からのひっきりなしの督促」「会社の金を横領した」「逮捕勾留された」「死ぬと言っています」など相談内容は様々です。ギャンブル依存症は実際に尊い命を自ら断つ当事者も毎年後を絶たない、残酷な進行性の病です。

さらに現在の日本は、ギャンブル依存症の困難事例に対して、医療、行政、NPO、司法などでそれぞれ行なえる支援を繋ぐ仕組みがまだ整ってはいません。その点で存在する支援先を、面で繋ぐのが我々民間のピアサポート団体なのです。私自身、活動をやっていると、自分の視野が広がっていき、また我が家に何か問題があったとしても「大丈夫。なんとかなる」と思えるようになっていきました。ひとりで悩まないで、家族だけで悩まないで、解決策はあります。勇気を出してご相談ください。

全国ギャンブル依存症家族の会 福岡
久留米シティプラザ 第4日曜日14時～16時（変更の場合あり）
問い合わせ 090-2713-1684
担当：村田 gdfam.fukuoka@gmail.com



全国ギャンブル依存症 家族の会福岡HP
<https://gdfam.org/group/fukuoka/>



私は兄を首つり自殺で亡くしました。久留米の一人暮らしにようやく慣れた大学生の時です。実家にいた7つ年上の兄は就職がなかなか決まらなくて、みかねた親戚が東京の携帯販売会社を紹介しました。もともと気が弱くて不器用な、優しい兄でした。向いていない営業ノルマをこなすために深夜遅くまで毎日残業していました。訃報を聞いたのは、兄の葬儀が終わって数ヶ月後、実家の父からの1本の電話でした。「〇〇くんがね、..自分で亡くなったんだ。」私がショックを受けないように、あとから知らせてくれたようです。しかしこのことが私の人生をさらに苦しめました。なぜ知らせてくれなかったのか、どうして死ななくてはいけなかったのか、東京で一緒に働いていた人はなぜ助けてくれなかったのか、残業させたり、厳しいノルマを課す会社はいったい許されるのか。一人暮らしのアパートでそっとひとりで死んでいった兄のことを思いました。そして兄が自殺で死んだなんて、誰にも相談できませんでした。葬式にも出ていないし、未だに遠くでまだ生きているのでは、と思うこともあります。

ある講演会をきっかけに母親を自死で亡くした経験をもつ女性と出会いがあり、遺族だけの会を立ち上げました。それが九州モモの会です。今年で14年目に入ります。

家族を救えなかった苦しみ、社会に対する憤り、どこにぶつけたらいいかわからない怒り。この会をしていて思うのは、遺族も苦しくて死にたいと思っている人が多いことです。そして誰にも言えず心の中がはりさけそうな思いを抱えています。

遺族といってもそれぞれの思いがあり、すべてが分かり合えるとは思っていません。でも「モモの会だからこそ話せた」と言っていただく方が多いのもまた事実です。辛くて悲しくて泣いてばかりの会だと思われるかもしれませんが、実際は涙あり、笑いあり、励まし合いあり。それが遺族がやっている遺族の会の良さだと思っています。

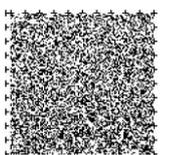
会の終わりにはまた2ヶ月後会いましょうね。風邪ひかないように、元気でいようね、で終わります。

市役所の自殺対策計画策定についても遺族として参加しています。遺族から出た声を行政に届けたいと思っています。保健所をはじめ精神科医師や弁護士、警察、消防、市民団体の方々と、誰もが自死に追い込まれないような地域づくりについて話し合いがなされています。遺族の声に行政がしっかり耳を傾けていただき、保健予防課の保健師さんをはじめ、みなさんが熱心に取り組まれているのを身近で感じています。

九州モモの会は、遺族のみの参加に限らせていただいています。

偶数月の第1日曜日、午後1時から3時にえーるピア久留米で行っています。

九州モモの会（メール） kyu-syu.momonokai@hotmail.co.jp



一般社団法人久留米三井薬剤師会の取組

一般社団法人久留米三井薬剤師会理事 北口 大介

近年、自殺者数の増加がみられており、その多くは健康問題・経済や生活問題・学校問題・家庭問題など多様かつ複合的な原因及び背景があるといわれている中で、原因として大きな割合を占めるのがうつ病を含む健康問題といわれており、薬剤師・薬局の自殺予防のゲートキーパーとしての役割を担う必要性が高まっていると考えております。

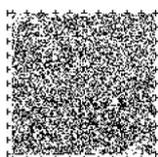
元来、私たち薬剤師・薬局は地域において必要な医薬品を適切に過不足なく提供することが基本的な使命でした。この使命は変わることはありませんが、最近では薬や健康のことはもちろんのこと、その他何でも相談できるパートナー【かかりつけ薬剤師・薬局】として地域医療への貢献が求められるようになってきております。その中で、薬剤師・薬局は地域の医療・介護のみならず、生活支援や介護予防、学校環境と様々な場所に関わりをもち、地域住民の皆様に対し様々なサービスを提供することが可能であることが強みであると考えております。

久留米三井薬剤師会ではこの強みを自殺予防のゲートキーパーとしての役割に活かすため、自殺予防ポスターの掲示と合わせて患者様や患者様家族の相談への対応や声掛け・過量服用防止のためのモニタリング・必要であれば病院への受診勧奨、薬の効果や副作用の継続的かつ的確な把握のための窓口や電話での確認、OTC医薬品や抗原定性検査キットの販売等による健康不安に対する対応、医師やケアマネジャーなど他職種との情報提供や交換による連携などの活動を行う重要性について会員薬局へ向けて啓発を行ってまいりました。

今後の薬剤師会での取り組みとして、毎年行っている会員薬局の為のブロック研修会（4ブロック）の中で、薬剤師・薬局がゲートキーパーであるという意識を持ち、患者様や購買を目的とした来局者の変化等に気づき対応できる環境づくり、相談できる体制づくりが継続できるようなミニ講習を行っていきたいと考えております。

また、近年社会現象となりつつあるオーバードーズについても、薬剤師・薬局が危機感を持ち医薬品の適正使用に関する啓発活動を行い、自殺予防にもつなげていきたいと考えています。

久留米三井薬剤師会はこれまで以上に他職種の皆様との連携を大切にしながら、医師会関連や他職種の開催するフェスタなどにも継続して参加させていただき、久留米市の一員として地域住民の皆様にも頼られる薬剤師・薬局づくりを目指してまいりたいと考えています。



自死は、法的な問題がその要因となっている場合も多いことから、福岡県弁護士会筑後部会（以下、「筑後部会」と言います。）では、次のような制度等を通して自死問題への活動に取り組んでおります。

1. 筑後部会における自死問題対策委員会の設置

筑後部会では、平成24年に自死問題対策プロジェクトチームを立ち上げ、久留米市や医師会、ゲートキーパー絆の会との意見交換等を重ねてきました。そして、平成25年には、自死問題対策委員会を設置し、うつ病ネットワーク研修会への弁護士の参加や、弁護士と精神保健福祉士との交流会の実施など、弁護士自身が自死問題に対する正しい知識を身につけ、自死問題対策に不可欠な他業種とのつながりを強化する活動を行っています。

2. 自死問題支援者相談制度

平成25年12月、福岡県弁護士会は、自死の危険の高い方の家族及び友人、並びに医療従事者等の「支援者」に対し、弁護士が電話や面談による法律相談に無料で応じる自死問題支援者法律相談制度をスタートさせました。ご本人ではなく支援者に対する無料法律相談を制度として確立した点において大きな意義を有するものでした。

さらに、筑後部会では、この自死問題支援者法律相談制度と、筑後地区の医療業界で実施されている「かかりつけ医による精神科医紹介制度」（医療業界における「久留米方式」）とをタイアップさせる形での相談制度（筑後部会における「久留米方式」）を設けております。

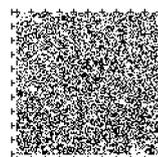
3. 筑後部会における「久留米方式」の内容

平成25年当時、筑後地区では、内科医等のかかりつけ医がうつ症状を呈する患者を精神科医に紹介する「かかりつけ医による精神科医紹介制度」が運用されており、既に年間1,000件を超える紹介実績がありました。

筑後部会では、この医療業界における「久留米方式」に携わっている医師、看護師、及び精神保健福祉士などの専門職と連携し、専門職が法律問題を抱えている患者を覚知した場合に、専門職から弁護士会宛に法律相談の申込みを行うことで、弁護士による無料相談に繋げることができるという制度（筑後部会における「久留米方式」）を設けました。

医療業界の「久留米方式」とのタイアップにより、医療機関には弁護士会宛の法律相談申込用紙を備え置いてもらうなど、専門職との関係が強化され、医療機関からも自死の危険の高い方を法律相談へと導く一つのルートが構築されました。

筑後部会は、今後とも、自死問題支援に関する制度の広報活動に努め、専門職との連携をより強固なものとして、自死問題に取り組んで参ります。



『ベットサイド相談』（アウトリーチ事業）

福岡県司法書士会では、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現に寄与するために、自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ（自殺予防）ためには、自殺未遂者に対して適切な支援を行うことが重要であると考え、平成22年より、『ベットサイド相談』（アウトリーチ事業）を実施しています。

『ベットサイド相談』は、借金等の経済的な問題を抱える自殺未遂の方で、心に悩みを抱え相談場所に赴くことが困難な方や整理して悩みを打ち明けることに不安がある方などに活用いただきたい相談事業です。要請に応じて、入院先の病院に司法書士を派遣し、法的支援を行うと共に、必要に応じて退院後の自立を支援するために福祉等の関係機関に橋渡しするなど、ご本人の立ち直りを支援します。入院中・退院後の支援（法的支援等）に一定の限界を感じる医療機関等からの要請にも応じています。救命救急医療施設に限らず外来患者も対象です。『電話でちょっとだけ聞きたい』というソーシャルワーカー等の支援者からの相談ニーズにも対応しています。ご本人の了解を得て、医療関係者に同席いただき、ゆっくり丁寧にお話を伺います。派遣相談初回費用は無償です。

その他にも

『自殺対策は様々な専門家が連携をとって対応することが必要である』との考えから、精神保健福祉士会との勉強会を毎年2月頃に開催しています。また、自殺リスクのあるところの不調を呈している方々への応急処置法について具体的なスキルを習得することや、支援者同士のネットワークを深めることを目的に、司法書士会会員以外の関連団体も参加可能なメンタルヘルス・ファーストエイド研修会を令和6年3月に開催予定です。

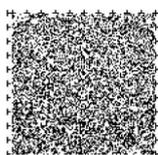
令和5年9月15日に大分で開催された第47回日本自殺予防学会において、当会会員である稲毛翔平が『司法書士の成年後見業務における認知症高齢者や障がい者の希死念慮への対応について』の発表も行いました。

自殺の原因・動機は経済的な問題に限りません。福岡県司法書士会は、顕在化している金銭トラブルや生活問題の解決支援を行う際、『生きづらさ』の原因に寄り添い、希死念慮を訴える相談者がコミュニケーションを諦めてしまわないように、様々な相談の背景にまで配慮できるようにするために、自殺対策に関する会員研修会も開催しています。

また、司法書士を構成員とする『公益社団法人成年後見センター・リーガルサポート』は、平日毎日電話相談を実施し、個別の成年後見申立支援や関係機関との連携を図って、高齢者・障がい者の意思決定を支援し、暮らしと財産を守る取り組みを進めています。

福岡県司法書士会は、『自殺対策は、社会的な取組として実施しなければならない』との認識のもと、様々な関係機関と連携しながら、取組を進めています。

福岡県司法書士会 HP (<https://www.fukuokashihoushoshi.net/>)



社会福祉法人 久留米市社会福祉協議会の取組

一人ひとりに寄り添った支援に努めています

社会福祉法人 久留米市社会福祉協議会 地域福祉課長 漆原 数弥

久留米市社会福祉協議会では、地域住民や地域の多様な主体が参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えてつながることで、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域を共に創る、「地域共生社会」の実現に向け様々な取り組みを行っています。その中で、生活を営む上で困難を抱えた人や世帯に対しても様々な支援を行っているところです。

日常的な困りごとについての相談をお受けし、安心して生活ができるよう解決を図る「ふれあい福祉相談」をはじめ、認知症や知的・精神障害など、判断能力の不十分な人を支える日常生活自立支援事業や、判断能力が十分でない人が成年後見制度を適切に利用できるための相談窓口として成年後見センター事業を実施しています。

また、生活福祉資金の貸し付け、福祉人材バンクによる福祉事業所への就労のあっせんなども行っています。

こうしたなか、令和元年、久留米市で重層的支援体制整備事業を始めることに伴い「アウトリーチ等を通じた継続的支援事業(以下、「アウトリーチ事業」という)」を受託しました。

アウトリーチ事業では分野を問わず困りごとを抱えた人(世帯)に寄り添い、関係を築きながら息の長い支援を行っています。また、課題が多岐に渡っていたり、制度の狭間で支援の手が届いていなかったりといった、対応が困難なケースなどにも対応するため、地域包括支援センターや基幹相談支援センターなど、各種の相談支援機関と連携し、課題の解決への支援を行っています。

一方、平成28年度から受託している生活支援体制整備事業では、生活支援コーディネータが担当地域で、住民を始め、さまざまな人や団体が校区の地域福祉の推進に参画するよう支援をしています。その中で、地域で困りごとを抱える人(世帯)の発見に努めるとともに、孤立することなく地域で安心して暮らせるよう、地域と繋げる役割も担っています。

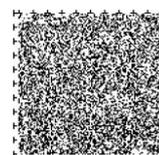
このように久留米市社会福祉協議会では、悩みや困りごとを抱えている人の発見と支援、そしてあらゆる関係機関と連携を図りながら、寄り添った支援を展開しています。

身近に、思い、悩んでいる人があれば、ぜひご紹介ください。

「どこに相談すればいいのかわからない…」、「こんなこと、相談していいのかしら?」、「問題がたくさんあって、どこから手をつけていいかわからない」と思っている人は、気軽にお問合せください。

お待ちしております。(電話)0942-34-3035

久留米市社会福祉協議会 HP (<https://www.heartful-volunteer.net/>)



3 市民活動団体紹介

ワークショップに参加した団体や、こころの健康、自殺対策に取り組む団体について一部、紹介します。

久留米の街で多胎育児を2倍楽しむ！！

ツインズクラブ

団体紹介

ツインズクラブは多胎児を安心して妊娠、出産、育児できるようにサポートを行う団体です。多胎育児特有の工夫や知恵を次に多胎児を育てる人たちに伝授しながら活動中です。双子の出産は100回のお産に対して1の割合の為、身近に双子を育てる人に出会う機会が少ないのが現状です。その為、気軽に相談できる人もおらず、不安を感じてしまいがちです。ツインズクラブでは、傾聴訓練を受けた多胎育児経験者であるピアサポーターが市の保健師と協働で妊娠期から切れ目なくサポートすることで育児不安の軽減を目指しています。

活動について

定例会では、先輩ママによる育児相談や未就園児ママ同士で情報交換をかねた交流会を開催。また、季節ごとに休日イベントでは、学童期も含めた異年齢のファミリー交流の機会を設けています。その他、年に3回、会員向けに通信を発行。多胎育児に特化した情報を提供。地域密着型の多胎支援を展開中です。

- 【曜 日】毎月主に第2もしくは、第3水曜日 10時～12時
未就園児の多胎の保護者の交流会 ※詳しい活動日はお問合せ下さい。
- 【場 所】久留米市南部保健センター(久留米市上津1丁目3-22)
- 【年会費】1,000円【入会金】300円 その他特別なイベントのみ実費負担。
- 【電 話】090-3417-0476 【メール】nqp01982@nifty.com
- 【Instagram】twins_club.kurume 【担 当】村 井



安心してチャレンジできる居場所に…

特定非営利活動法人久留米はぜの実 久留米はぜの実共同作業所

団体紹介

障害を持つ子供たちの働く場が欲しい、という強い思いで「久留米精神障害者地域家族会」を足し40年以上。平成3年に「久留米共同作業所」を開所。法改正に伴い法人格を取得後、現在は久留米はぜの実共同作業所・梅苑・喫茶あおぞらの3か所の作業場で約20名の利用者が通所しています。

活動について

軽作業から喫茶店と特徴や難度が異なる作業場がある事で皆の能力を少しでも発揮し少しでも自信が持てるようになって欲しい、との思いで関わっています。また、作業のみでなく生活リズムを作る為・外出の場・安心できる居場所としての役割を持つ作業場でもあります。

「障害があっても仲間と一緒に出来ることもある。何事も挑戦!!」をモットーに、いつも温かく見守って下さる地域の皆様を始め、関わって下さる全ての方々に感謝の気持ちを忘れず、家族的な関わりを今後も大切にしていきたいと思えます。



久留米はぜの実共同作業所
久留米市大石町521-1
電話：0942-35-5338



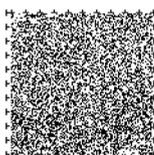
喫茶「あおぞら」
久留米市城南町15-3
(市役所20階)
電話0942-30-9338 (直通)



第二作業所「梅苑」
久留米市京町209
(梅林寺内)
電話：0942-36-1525



はぜの実共同作業所 HP



団体紹介

「わたしのことはわたしたちのこと」を合言葉に活動をしています。変化し続ける地域社会の中で、人と人、人と社会資源が世代や分野を超えた繋がりが作り、また、ゆるやかだけれども誰も取りこぼさない繋がりがづくりを目指しています。

活動について

現在、久留米市内の様々なエリアで開催されているラボ会(おしゃべり会)。そのかたちは自由。開催場所や形態はそれぞれのラボ会ごとに特色があります。

たとえば、コミュニティセンターで開催している校区では、毎回誰かがお菓子やお茶を持参してきておしゃべりを楽しんでいます。あるラボ会では、みんなで美味しいものを食べるまち歩きをしたりしています。老若男女誰でも参加自由です。

【問い合わせ先】

【メール】100000jyoshi@gmail.com

辛さの一(ひとつ)のセルフケアで幸せを感じる
心の健康づくり**団体紹介**

こころの健康不調の予防を重点に、実践的なセルフケア法を伝え、幸せを感じる心の健康づくりに取り組んで13年目です。

活動について (久留米市での活動)

1. カウンセリング講座(会場:みんくる、第3日曜日)
コミュニケーション力を高めるための講座で、現在はロジャースの著作を味わう臨床心理学講座のみ実施しています。
2. 実践的セルフケア講座(令和4年度久留米市市民活動・絆づくり推進事業補助金活用事業)
「音楽とマインドフルネス」と「カラーセラピー」で、誰でも簡単に幸せを感じられるセルフケアの体験を行いました。
3. 「久留米市こころの相談カフェ」(久留米市保健所委託事業)
辛い時は、自分の気持ちを打ち明けて下さい。人の力をかりる相談力もセルフケアです。20歳～50歳代の方の家庭や仕事についての相談が増加傾向です。



【問い合わせ先】

【電話】080-3373-0077 【FAX】0942-55-4664

【メール】npo.sapuri@outlook.jp 【担当】田中

子育て期の母親と子どもの心に寄り添う活動

団体紹介

2023年9月より、子育ての専門職(助産師・保健師・保育士)と地域住民が協働し、子ども(乳幼児期)と母親とその家族を支える活動を開始しました。その目的は、人間関係の希薄化に伴う社会的孤立する母親とその子供へ「寄り添う=cote」ことです。

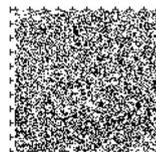
活動について

「子どもの心を育む絵本会」「妊娠期から母性を育むタッチケア教室」を毎月1回、地域の公民館で実施し、乳児期から学童期までの子どもと、その母親の継続支援を実施しています。子ども虐待撲滅を根幹としたこの取組は、妊娠期から子育て期の幅広いステージの母親への包括的なアプローチが可能であり、時代の変化に伴う子育て法の混乱を防ぎ、子どもの個性と才能を育む環境作りの提案を実施しています。母親の心に寄り添い、共に歩む活動は、増加する妊産婦や子育て期の母親の自殺や親子心中を予防できると考えています。

【問い合わせ先】

【電話】080-3996-4211 【担当】村谷
090-3734-8872 【担当】龍【メール】sora-1166@yahoo.co.jp

【住所】久留米市津福本町116-44(みんなのサロン SORA 内)



第2期久留米市自殺対策計画

令和6年（2024年）3月

編集・発行 久留米市健康福祉部 保健所保健予防課

〒830-0022 福岡県久留米市城南町15-5

電話 0942-30-9728

FAX 0942-30-9833

メール ho-yobou@city.kurume.lg.jp

