

## 平成22年度「自殺予防週間」実施要綱

平成22年7月6日  
内閣府特命担当大臣決定

自殺総合対策大綱（平成19年6月8日閣議決定）（以下「大綱」という。）において、「9月10日の世界自殺予防デーに因んで、毎年、9月10日からの一週間を自殺予防週間として設定し、国、地方公共団体が連携して、幅広い国民の参加による啓発活動を強力に推進」することとされた。

このため、平成22年度の自殺予防週間の実施については、わが国の自殺者数が平成10年以降連続して3万人を上回るという憂慮すべき事態であることにかんがみ、「自殺対策強化月間」と同様に、経済団体、労働団体、関係する職能団体、当事者等の団体及び支援団体、関係する学会、直接自殺対策に資する活動を展開している団体以外の、広い意味での自殺対策に資する活動を展開している団体及び自殺対策に関する普及啓発事業等に協力できる全国組織・体制を有する団体等、できる限り幅広い団体からの協賛を得て、当事者が支援を求めやすい環境を作るための「生きる支援」として展開することとする。

### 1 目的

自殺予防週間は、当該期間中における集中的な啓発事業等の実施を通じて、国民に自殺や精神疾患についての正しい知識を普及啓発し、これらに対する偏見をなくしていくとともに、命の大切さや自殺の危険を示すサイン、また危険に気づいたときの対応方法及び自殺者の親族等に対する支援の必要性等について国民の理解の促進を図ることを目的とする。

### 2 実施期間

平成22年9月10日（金）から16日（木）までの一週間

### 3 実施体制

#### （1）実施主体

内閣府、警察庁、金融庁、消費者庁、総務省、法務省、文部科学省、厚生労働省、農林水産省、経済産業省、国土交通省、地方公共団体及び自殺

## 対策に取り組む民間団体

### (2) 協賛団体

別紙1のとおり

## 4 実施に当たっての基本方針

### (1) 国民各界各層への呼びかけ

現代社会では、誰もが心の健康を損なう可能性があることを踏まえ、国民一人ひとりが自殺を特別なことではなく、身近な問題として受け止めて自殺対策の主役となるよう、共に支えあう共生社会を形成していくという視点を持って、幅広く国民各界各層に対して呼びかけを行う。

また、青少年、中高年、高齢者については、それぞれの世代の特徴に応じて、自殺者の親族等については、その心情に配慮した呼びかけを行う。

### (2) 自殺予防についての正しい知識の普及及び相談機関を積極的に利用する意識の定着

自殺対策の推進に際しては、国民全体に自殺や精神疾患についての正しい知識を普及啓発し、偏見をなくしていくとともに、命の大切さや自殺の危険を示すサイン、また危険に気づいたときの対応方法等について国民の理解の促進を図ることが重要である。

特に、自殺予防に当たっては、自殺を考えるほど悩んでいる本人の変化に気づき、その悩みに耳を傾けながら、必要があれば専門家へつなぎ、その後も本人の様子を見守り、配慮していくことが重要である。

そのため、各種啓発事業や様々な活動の場において、周囲の人が自殺のサインを発しているときに各人が行うべき事項を国民に対してわかりやすく示すものとする（参考例：別紙2）。

自殺を図った人は、周囲に対しての相談が少ないことを踏まえ、国民に自殺や精神疾患についての正しい知識を普及啓発し、これらに対する偏見をなくすことにより、困ったときや悩みを抱えたときは、相談機関を利用するなど誰かに助けを求めることが自殺予防に資する適切な方法であるとの意識の定着を図る。

### (3) 自殺者の親族等に対する支援の必要性についての理解促進

自殺者の親族等は、家族等の自殺による深刻な心理的影響のみならず自殺についての偏見や無理解から社会的に孤立していることが多いことを踏まえ、自殺者の親族等の主体性を尊重しつつ、支援の必要性について国民の理解の促進に努める。

#### (4) 様々な主体との連携・協力の推進

効果的な事業を実施する観点から、関係省庁、地方公共団体、自殺対策関連団体等の様々な主体と積極的な連携を図り、自殺予防週間に相応しい啓発事業の実施に努める。

また、地方公共団体、関係民間団体等の様々な主体が啓発事業等を効果的に実施できるよう協力する。

### 5 主な実施事項

#### (1) 啓発事業の実施

関係省庁、地方公共団体、協賛団体等の協力を得て、すべての国民を対象にした、分かりやすく、具体的な自殺対策キャンペーンを実施する。

ア 「いのちを守る」をテーマとしたロゴマークの普及を図り、国民運動として展開する（別添）。

イ 長時間労働や失業、事業不振等の社会経済的な様々な問題を抱えた中高年男性を主な対象として、不眠やうつ気づきのサインとして、医療機関等への受診を勧奨する「睡眠キャンペーン」等を実施する。その際、不眠で受診した人を、必要に応じて、精神疾患の診断・治療につなげられるよう、関係機関相互の連携を図る。

ウ 中高年男性における自殺とアルコール問題の密接な関係性を踏まえ、一般の国民を対象に、アルコール問題に関するリーフレットの配布等を実施する。

エ 協賛団体との積極的な連携を図るため、協賛団体の参加を得て自殺予防等をテーマとした会議を開催する。

オ その他、一般の国民が自殺対策を身近なものとして認識するよう啓発する。

#### (2) 様々な主体による相談事業の実施

関係省庁、地方公共団体、協賛団体等の様々な主体に対して、自殺予防週間に関連した自殺の背景要因となる経済・生活問題、心の健康を

含む健康問題等についての相談事業の実施を呼びかける。

特に、改正貸金業法の完全施行に伴い、相談マニュアルを積極的に活用すること等により多重債務相談の充実を図る。

なお、地方公共団体にあつては、地域自殺対策緊急強化基金を活用するなど、事業の積極的かつ効果的实施に努める。

(3) 各種広報媒体を通じた広報の推進

関係省庁、地方公共団体、協賛団体等の様々な主体に対して、テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、ポスター、インターネット、広報誌（紙）等様々な広報媒体を活用した広報啓発活動の実施を呼びかける。

また、各種メディアに対し、自殺や精神疾患についての正しい知識や相談機関の利用方法などについて情報提供を積極的に行う。

(4) 日常的な活動の場の活用

関係省庁、地方公共団体、協賛団体等様々な主体により、それぞれの日常的な活動の場所や機会を積極的に活用した自殺対策の普及啓発の実施を呼びかける。

(5) 実施主体における趣旨の徹底

実施主体は、対外的な啓発事業等の実施のみならず、所属職員に対しても本週間の趣旨等を周知徹底するものとする。

6 その他

この要綱に定めるもののほか、「自殺予防週間」に係る啓発事業に関し必要な事項は、内閣府政策統括官（共生社会政策担当）が別に定めるものとする。

○協賛団体（予定）

- ・ 社団法人日本医師会
- ・ 社団法人日本薬剤師会
- ・ 日本弁護士連合会
- ・ 日本司法書士会連合会
- ・ 日本司法支援センター
- ・ 社団法人日本産業カウンセラー協会
- ・ 社団法人日本精神保健福祉士協会
- ・ 社団法人日本精神科病院協会
- ・ 社団法人日本精神神経科診療所協会
- ・ 社団法人日本精神科看護技術協会
- ・ 社団法人日本看護協会
- ・ 一般社団法人日本臨床心理士会
- ・ 一般社団法人日本介護支援専門員協会
- ・ 日本商工会議所
- ・ 全国商工会連合会
- ・ 社団法人日本経済団体連合会
- ・ 全国中小企業団体中央会
- ・ 社団法人経済同友会
- ・ 公益社団法人日本青年会議所
- ・ 公益財団法人日本生産性本部
- ・ 日本貸金業協会
- ・ 社団法人全国信用組合中央協会
- ・ 社団法人全国消費生活相談員協会
- ・ 日本労働組合総連合会
- ・ 日本アルコール・薬物医学会
- ・ 日本アルコール精神医学会
- ・ 日本うつ病学会
- ・ 日本産業精神保健学会
- ・ 日本児童青年精神医学会
- ・ 日本精神衛生学会
- ・ 日本老年精神医学会
- ・ 日本社会精神医学会

- ・日本心理臨床学会
  - ・日本心身医学会
  - ・日本学生相談学会
  - ・日本癌学会
  - ・社団法人日本小児科学会
  - ・日本法医学会
  - ・社団法人日本精神神経学会
  - ・日本自殺予防学会
  - ・日本公衆衛生学会
  - ・日本精神科救急学会
  - ・日本睡眠学会
  - ・日本臨床救急医学会
  - ・北海道旅客鉄道株式会社
  - ・東日本旅客鉄道株式会社
  - ・東海旅客鉄道株式会社
  - ・西日本旅客鉄道株式会社
  - ・四国旅客鉄道株式会社
  - ・九州旅客鉄道株式会社
  - ・社団法人日本民営鉄道協会
  - ・社団法人日本PTA全国協議会
  - ・社団法人全国高等学校PTA連合会
  - ・全国連合小学校長会
  - ・全日本中学校長会
  - ・全国高等学校長協会
  - ・全国定時制通信制高等学校長会
  - ・特定非営利活動法人チャイルドライン支援センター
  - ・社団法人中央青少年団体連絡協議会
  - ・特定非営利活動法人教育支援協会
  - ・全国人権擁護委員連合会
  - ・日本赤十字社
  - ・社会福祉法人全国社会福祉協議会
  - ・財団法人全国老人クラブ連合会
  - ・社団法人全国交通安全母の会連合会
- (順不同)

## あなたにも出来る自殺予防のための行動

### <気づき>

#### 家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

- 発言や行動の変化や体調の変化など、家族や仲間の変化に敏感になり、心の悩みや様々な問題を抱えている人が発する周りへのサインになるべく早く気づきましょう。
- 変化に気づいたら、「眠れてますか？」など、自分に出来る声かけをしていきましょう。

### <傾聴>

#### 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

- 悩みを話してくれたら、時間をかけて、できる限り傾聴しましょう。
- 話題をそらしたり、訴えや気持ちを否定したり、表面的な励ましをしたりすることは逆効果です。本人の気持ちを尊重し、共感した上で、相手を大切に思う自分の気持ちを伝えましょう。

### <つなぎ>

#### 早めに専門家に相談するよう促す

- 心の病気や社会・経済的な問題等を抱えているようであれば、公的相談機関、医療機関等の専門家への相談につなげましょう。
- 相談を受けた側も、一人では抱え込まず、プライバシーに配慮した上で、本人の置かれている状況や気持ちを理解してくれる家族、友人、上司といったキーパーソンの協力を求め、連携をとりましょう。

### <見守り>

#### 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

- 身体や心の健康状態について自然な雰囲気ですべてを話して、あせらずに優しく寄り添いながら見守りましょう。
- 必要に応じ、キーパーソンと連携をとり、専門家に情報を提供しましょう。

(別添)

