

平成21年度「自殺予防週間」実施要綱

平成21年7月14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21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3万人を上回り、減少が見られないという憂慮すべき事態であることや現下の厳しい経済情勢の中、今後、自殺の社会的要因の一つである経済・生活問題等の深刻化も懸念されていることにかんがみ、以下の事項を踏まえて、効果的な活動の展開を図るものとする。

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21年9月10日（木）から16日（水）までの一週間

3 実施体制

関係省庁との連携・協力を図りつつ、内閣府において事業を実施する。

また、都道府県及び市町村（以下「地方公共団体」という。）並びに自殺対策に関連する活動を行う民間団体・学術組織等（以下「自殺対策関連団体等」という。）に対しても、参加を呼びかけ、連携・協力を図る。

4 実施に当たっての基本方針

(1) 自殺予防週間の定着

昨年度に引き続き、関係省庁、地方公共団体、自殺対策関連団体等と連携・協力して、様々な主体による総合的な取組を継続的に、さらに、年間を通じて展開する気運が醸成されるよう自殺予防週間の定着を図る。

(2) 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。

(3) 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、各種啓発事業や様々な活動の場において、大綱に明記されている「気づき」、「つなぎ」、「見守り」の三要素について、別紙（参考例）に倣い、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。

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。

(4) 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。

(5) 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) 内閣府における啓発事業の実施

地方公共団体、自殺対策関連団体等の協力を得て、自殺予防、遺族支援等自殺対策に係る様々なテーマを議論する啓発事業を内閣府において実施する。

(2) 様々な主体による啓発事業及び相談事業の実施

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に対して、自殺予防週間に関連した各種啓発事業及び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。

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、自殺対策関連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、自殺対策関連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。

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。

「自殺予防のための行動～3つのポイント～」

<気づき>

周りの人の悩みに気づき、耳を傾ける

- 家族や仲間の変化に敏感になり、心の悩み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。
- 「手を差し伸べ、話を聞くこと」は絶望感を減らすための重要なステップです。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。相手の気持ちを尊重し、共感しましょう。

<つなぎ>

早めに専門家に相談するよう促す

- 心の病気の兆候があれば、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ましょう。
- 治療の第一歩は、公的相談機関、医療機関の専門家への相談から始まります。キーパーソンと連携して、専門家への相談につなげましょう。

<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。
- 自然に対応するとともに、家庭や職場での体や心の負担が減るように配慮しましょう。
- 必要に応じ、家族と連携をとり、主治医に情報を提供しましょう。