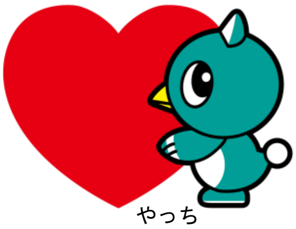
令和3年度　八千代市いのち支えるまちづくりプランの取り組み（令和４年３月末現在）

「誰も自殺に追い込まれることのないまちづくり」の実現をめざして



八千代市では，平成 31 年１月に策定した「八千代市いのち支えるまちづくりプラン（自殺対策計画）」に基づき，社会的孤立や生活苦等の「生きることの阻害要因」を減らし，自己肯定感や信頼できる人間関係等の「生きることの促進要因」を増やす，双方の取り組みを推進します。

【令和３年度の実績】

１．地域におけるネットワークの強化

八千代市第２次健康まちづくりプラン推進・評価委員会のはつらつ成年部会・いきいき高齢者部会にて，高齢者や成人期の自殺対策について，市の現状をふまえて，取り組みを検討しました。

部会	内容
いきいき高齢者部会 （令和３年 12 月２日開催）	高齢期のこころの健康を保つ方法等について意見交換を行いました。 ゲートキーパー養成講座の対象を，高齢者に身近な地域の事業所（飲食店や理髪店など）にも広げてはどうかなどの意見がありました。
はつらつ成年部会 （令和３年 12 月 10 日開催）	成人期のこころの健康を保つ方法等について意見交換を行いました。 個性が認められるようなコミュニティや居場所作り，子ども食堂のような食事を中心にしたコミュニティ作りも予防的な段階として重要ではないか，などの意見がありました。

２．悩みに気づける人材の育成（ゲートキーパー養成講座の開催）

悩みを抱えている人に「気づき･声をかけ･話をきいて･必要な支援につなげ･見守る」ことができる“ゲートキーパー”を地域に増やす取り組みを推進しました。

令和３年度は、新型コロナウイルス感染症対策に留意しながら，下記の対象に，講師の東京成徳大学 健康・スポーツ心理学科教授 石﨑一記 氏を迎え，ゲートキーパー養成講座を開催しました。

実施日	主催※	対象	修了者数
令和３年 10 月 15 日	○	八千代市社会福祉協議会 支会福祉委員等	22 名
令和３年 10 月 29 日	○	八千代市職員（本プラン関連部署の職員）	16 名
令和４年　１月 18 日		八千代市社会福祉協議会 支会福祉委員等	18 名
令和４年　３月　２日		八千代市教育研究会　小中保健部会	38 名
		合計	94 名

※“○”は健康づくり課が主催した講座

３．住民への啓発と周知

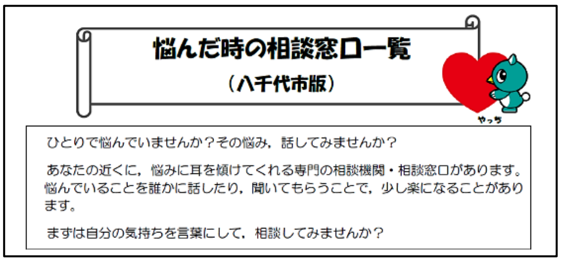
【こころの健康づくりについての啓発】

新型コロナウイルス感染症の影響で，人とつながりを持ちにくい生活が続く中，「新しい生活様式」に対応したこころの健康づくりとして電話，SNS（LINE，チャット，ツイッター等）による相談窓口を紹介しました。

八千代市ＨＰにて、SNS・電話等による相談窓口を紹介しました。▶

【相談窓口の周知】

「こころの健康」「生活面・経済面」「子育て」等，悩みの種類に応じた相談窓口を紹介するリーフレットを，庁内の相談窓口で活用しました。また，地域の身近な相談役である民生委員・児童委員に配布したほか，長寿会のご協力により地域の高齢者に配布することができました。


悩んだ時の相談窓口一覧

（八千代市版）

やっち

ひとりで悩んでいませんか？その悩み，話してみませんか？

あなたの近くに，悩みに耳を傾けてくれる専門の相談機関・相談窓口があります。悩んでいることを誰かに話したり，聞いてもらうことで，少し楽になることがあります。

まずは自分の気持ちを言葉にして，相談してみませんか？

その他，児童生徒の SOS の出し方に関する教育，生きることの促進要因への支援としての居場所づくりや相談支援体制の充実，遺された人への支援などに取り組みました。