

資料編

1. 用語集

あ行

愛知県自殺対策推進計画

自殺対策基本法及び自殺総合対策大綱を踏まえ、愛知県における自殺対策を総合的かつ効果的に推進するために策定された計画。

悪性新生物

「がん」及び「肉腫」のことを指し、遺伝子の変化し、異常細胞が増殖した結果起こる病気。

アウトリーチ

援助が必要であるにもかかわらず、自発的に申し出をしない人々に対して、公共機関等が積極的に働きかけて支援の実現をめざすこと。訪問支援等。

依存症

特定の物質や行為・過程に対して止めたくても止められない、程々に出来ない状態。代表的なものに、アルコール・薬物・ギャンブル等がある。自分や家族の健全な社会生活に悪影響を及ぼす可能性がある。

Instagram

写真や動画を投稿する、他人の写真や動画を見ることをメインとする SNS。

うつ病

精神的・身体的ストレスが重なること等、様々な理由から脳の機能障害が起きている状態。脳がうまく働かないので、ものの見方が否定的になり、自分がダメな人間だと感じることもある。そのため、普段なら乗り越えられるストレスもより辛く感じられるという悪循環が起きる。

エジンバラ産後うつ病質問票

産後うつ病のスクリーニングを目的として作られた10項目の質問票。英国で開発された。

NPO 法人

特定非営利活動を行うことを主たる目的とし、同法に定めるところにより設立された法人。

LGBT 等

同性愛者、両性愛者、トランスジェンダーなど、性的指向・性自認が多数派とは異なる人。

SNS

個人間のコミュニケーションを促進し、社会的なネットワークの構築を支援するインターネットを利用したサービスのこと。

SDGs

「持続可能な開発目標」。世界中にある環境問題・差別・貧困・人権問題といった課題を世界のみならず2030年までに解決していこうという計画・目標。

か行

学校保健委員会

学校における健康の問題を研究・協議し、健康づくりを推進するために教職員、児童、生徒、保護者等で構成される組織。

ケアリーパー

児童養護施設や里親家庭などの社会的養護の経験者のこと。

ゲートキーパー

自殺の危険サインに気づき、声をかけ、傾聴し、適切な支援につなぎ、見守るという役割を担う人で、「いのちの門番」とも位置づけられる。

健康経営

従業員の健康を重要な経営資源と捉え、積極的に健康増進に取り組む経営スタイルのこと。企業が健康理念に基づき、従業員の健康保持・増進を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等をもたらす、結果的に業績向上や企業価値向上へつながることが期待される。

さ行

産後うつ病

分娩直後の数週間、時には数か月までの時期にみられる強い悲観と、それに関連する心理的障害が起きている状態。

産婦健康診査

出産後の母体の回復状態を確認し、産後うつなどの心身の不調を予防するための健康診査。

自殺対策基本法

自殺対策に関して、基本理念や国、地方公共団体等の責務等、自殺対策の基本となる事柄を定めた法律。

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)

コロナウィルス 2 (SARS-CoV-2) による感染症。2019 年に発生し世界中で大流行に至った。

自殺死亡率

人口 10 万人当たりの自殺者数。(自殺者数÷人口×100,000)

人口動態統計

国内における出生・死亡・死産・婚姻・離婚の実態の把握を目的とする国の基幹統計。

自己肯定感

人と比べて優れているかどうかで自分を評価するのではなく、そのままの自分を認める感覚であり、「自分は大切な存在だ」「自分はかけがえのない存在だ」と思える心の状態。

自殺企図・自殺未遂

自殺企図は首つり・リストカット・大量服薬等様々な手段により実際に自殺を意図して行った行為。自殺企図の結果、生存している場合を自殺未遂という。

自助グループ

同じ問題を抱える人たちが集まり、相互理解や支援をし合うグループ。

自殺総合対策大綱

自殺対策基本法第 12 条に基づき政府が推進すべき基本的かつ総合的な自殺対策の指針を定めたもの。

自死遺族

自殺により親族を亡くした遺族。

自殺念慮

強い感情を伴った自殺に対する思考あるいは観念が精神生活全体を支配し、その思いが長期にわたって維持する。

スクールカウンセラー

学校に配置され、児童・生徒の生活上の問題や悩みの相談に応じるとともに、教師や保護者に対して指導、助言を行う専門家。

スクールソーシャルワーカー

いじめや不登校、虐待、貧困など学校や日常生活における問題に直面する子どもを支援する社会福祉の専門家。本人だけではなく、家族や友人、学校、地域など周囲の環境に働きかけて問題解決を行う。

ストレスチェック

労働安全衛生法の一部改正に伴い平成 27 年(2015 年)12 月より施行。定期的に労働者のストレスの状況について検査を行い、本人にその結果を通知して自らのストレスの状況について気づきを促し、個人のメンタルヘルス不調のリスクを低減させるとともに、検査結果を集団的に分析し、職場環境の改善につなげる取り組み。

生活サポート主任

豊橋市立の小中学校に配置されている、教育相談担当の教員。

性的マイノリティ

LGBT 等性的少数者。

摂食障害

食事の量や食べ方など、食事に関連した行動の異常が続き、体重や体型のとらえ方などを中心に、心と体の両方に影響が及ぶ病気。

壮年期

社会的に重責を担う働き盛りの時期。

た行

地域包括支援センター

高齢者の生活を総合的に支えていくための拠点。市町村が設置主体となり、保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員を配置して、3 職種のチームアプローチにより、市民の健康の保持及び生活の安定のために必要な援助を行うことにより、保健、医療の向上及び福祉の推進を包括的に支援することを目的とする施設。

地域における自殺の基礎資料

警察庁から提供を受けた自殺統計原票データに基づいて、厚生労働省が毎月集計を行い、概要及び詳細資料を掲載している。都道府県、市区町村別のより詳細な資料を掲載。

地域自殺実態プロフィール

地域自殺実態プロフィールとは、地域の自殺の特徴、属性（男女・年齢・同居人の有無・雇用状況・自殺未遂歴等）別の自殺者数、学生・生徒数の自殺者数、自殺の手段別の自殺者数、地域の事業所数・従業者数、住民の悩みやストレスの状況・こころの状態等の資料が含まれた基礎資料。

地域防災計画

市民の生命、身体及び財産を災害等から守るため、防災に関する業務や対策などを定めたもの。

DV

Domestic Violence（ドメスティック・バイオレンス）の略。配偶者やパートナー等親密な関係の人から振るわれる暴力のこと。身体的暴力のみならず、精神的暴力、経済的暴力、性的暴力等も含み、一方が力で支配する不平等な関係。

は行

パワハラ

社会的及び職務上で地位の高いものが業務範囲を超えて自らの権力や立場を利用し、精神的及び肉体的苦痛を与え職場環境を悪化させるといった「いじめ」に近い行為。

ひきこもり

様々な要因の結果として社会的参加を回避し、仕事や学校に行けず家にこもり、家庭以外とほとんど交流がない人の状況を指す。厚生労働省は、こうした状態が6か月以上続いた場合と定義。

ファミリーフレンドリー企業登録

ワーク・ライフ・バランスの実現に取り組む企業を「愛知県ファミリー・フレンドリー企業」として登録し、広く紹介することにより、各企業がその取り組みを進め、多くの企業がフレンドリー企業となることで、働く人の職場環境が良くなるようにすることを目的としている。

ブラック企業

労働条件や就業環境が劣悪で、従業員に過重な負担を強いる企業や法人。

プレコンセプションケア

将来の妊娠を考えながら女性やカップルが自分たちの生活や健康に向き合うこと。

包括的支援体制整備事業

地域共生社会の実現を目的として、既存の相談支援体制や地域づくり支援の取り組みを活かし、介護、障害、子育て、生活困窮といった、制度ごとの対応出来ない複雑化・複合化した支援にニーズに対応する包括的な支援体制。

ま行

メンタルヘルス

精神面における健康のこと。主に精神的な疲労、ストレス、悩み等の軽減や緩和と、それへのサポート、メンタルヘルス対策、あるいは精神保健医療のように、精神障害の予防と回復を目的とした場面で使われる。

や行

ヤングケアラー

病気や障害のある家族・親族の介護などで忙しく、本来受けるべき教育を受けられなかったり、同年代との人間関係を満足に構築出来なかったりする未成年。または未成年時代にそのような状態にあった人たちのこと。

要保護児童対策ネットワーク協議会

虐待を受けた子どもをはじめとする要保護児童に関する情報の交換や支援を行う為に協議を行う場。

わ行

若者サポートステーション

一般的に働くことに悩みを抱える15歳～49歳の方を対象に、就労に向けた支援を行う機関。

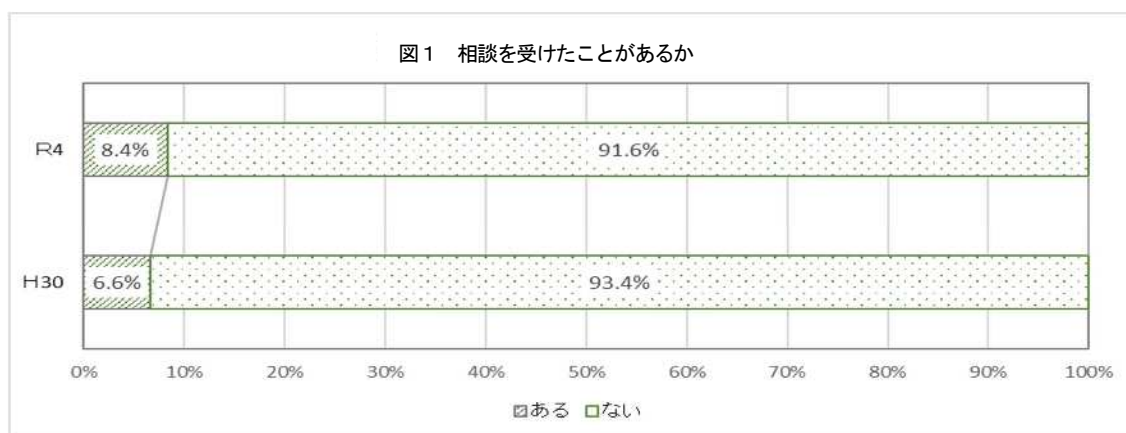
2. 市民意識調査及び健康づくりに関するアンケートの結果

(1)平成 30 年度(2018 年度)、令和4年度(2022 年度)の市民意識調査の結果

- ・調査地域：豊橋市全域
- ・調査対象：市内在住の満 18 歳以上の方（日本国籍）
- ・標本数：5,000 人
- ・回答率：48.3%（平成 30 年度）、48.4%（令和 4 年度）

1)ここ5年以内で、身近な人(家族、友人)から「死にたい」という相談を受けたことがありますか。

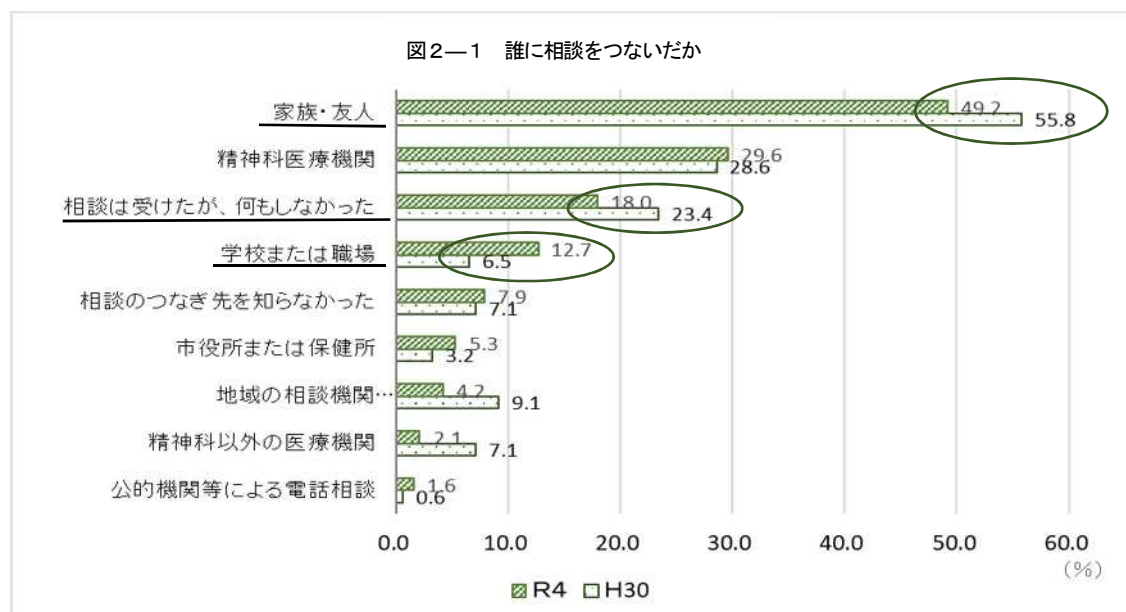
身近な人から「死にたい」と相談を受けたことがあると回答した人は 8.4%となり、前回調査より 1.8%増加しました。



2)相談を受けたのち、あなたはどこかにもしくは誰かに相談をつなぎましたか。 (当てはまるものすべてを選択)

自殺の相談を受けたのち、「家族、友人」に相談すると回答した人は 49.2%となり前回調査より 6.6 ポイント減少しました。

「相談は受けたが、何もしなかった」と回答した人は 18.0%となり、5.4 ポイント減少しました。「学校または職場」と回答した人は 12.7%となり 6.2 ポイント増加しました。

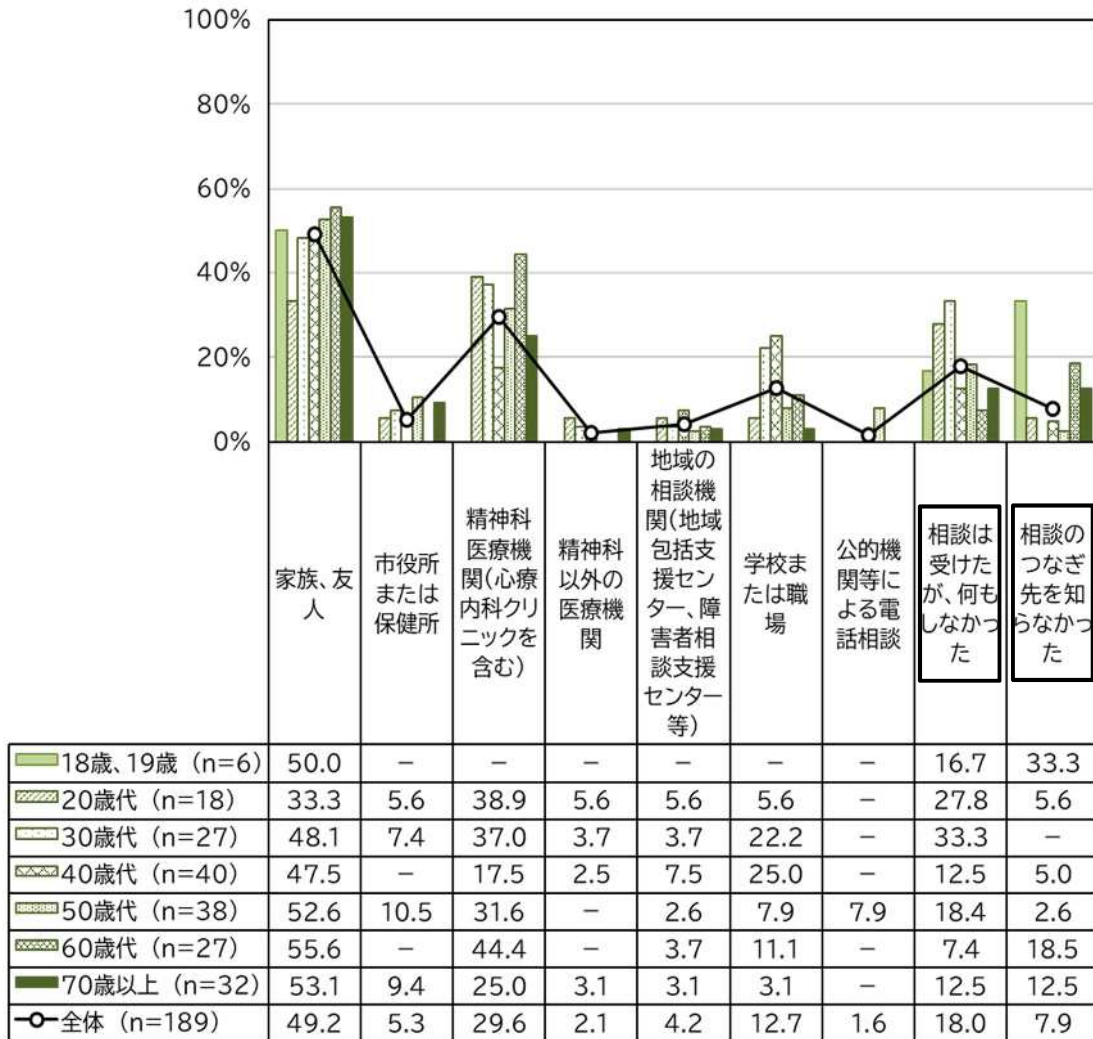


年代別

年代別でみると、「相談は受けたが、何もしなかった」と回答した人は30歳代が最も多く、次いで20歳代となっています。

また、「相談のつなぎ先を知らなかった」と回答した人は18歳、19歳が最も多く、次いで60歳代となっています。

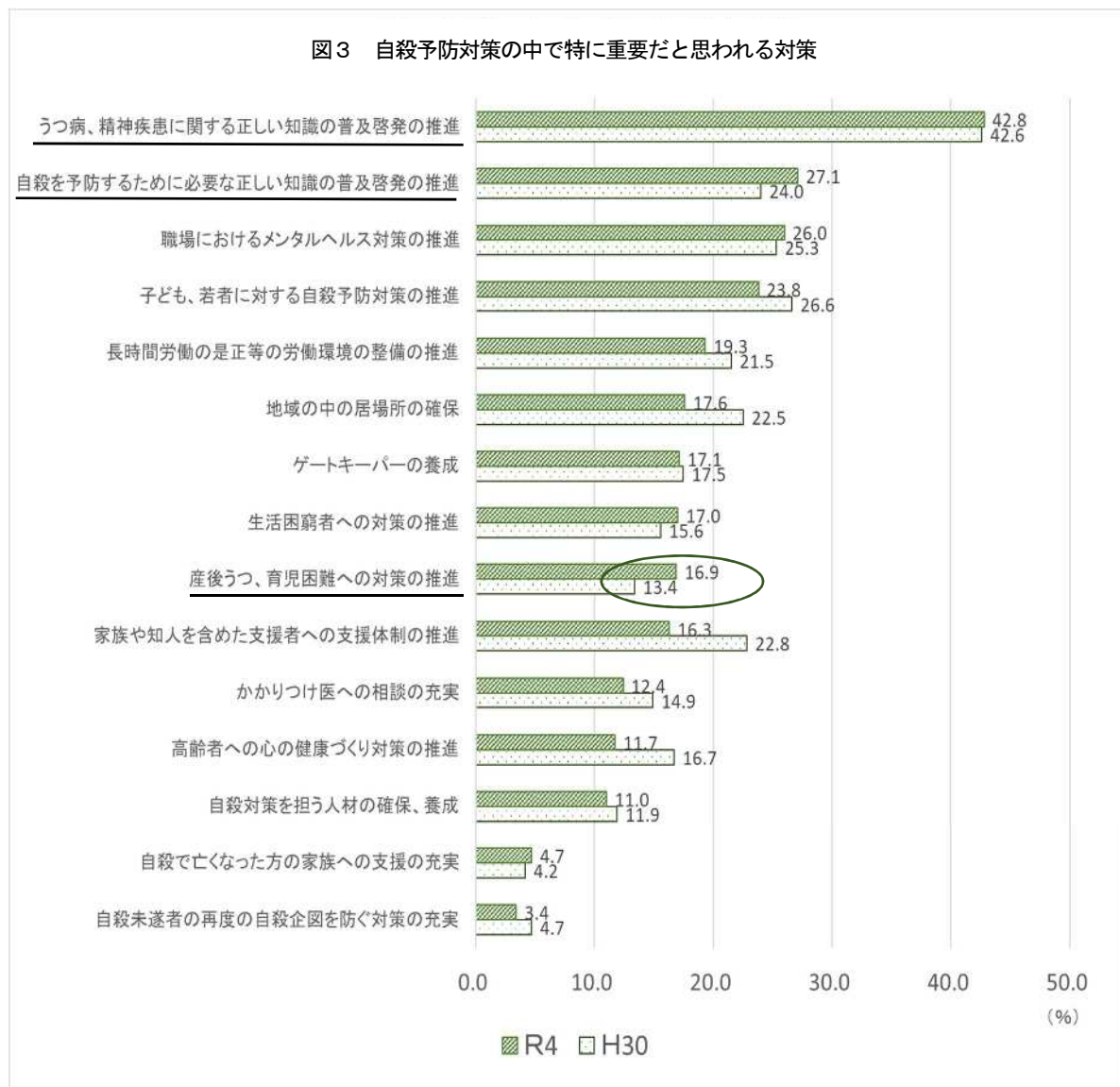
図2—2 誰に相談をつないだか（年代別）



3) 自殺を予防する対策の中で特に重要だと思われる対策はどれですか。
 (当てはまるもの3つを選択)

自殺を予防する対策で重要だと思われる対策について、「うつ病、精神疾患に関する正しい知識の普及啓発の推進」がもっとも多く、次いで「自殺を予防するために必要な正しい知識の普及啓発の推進」が多くなっています。

「産後うつ、育児困難への対策の推進」と回答した人は16.9%で、前回より3.5ポイント増加しました。

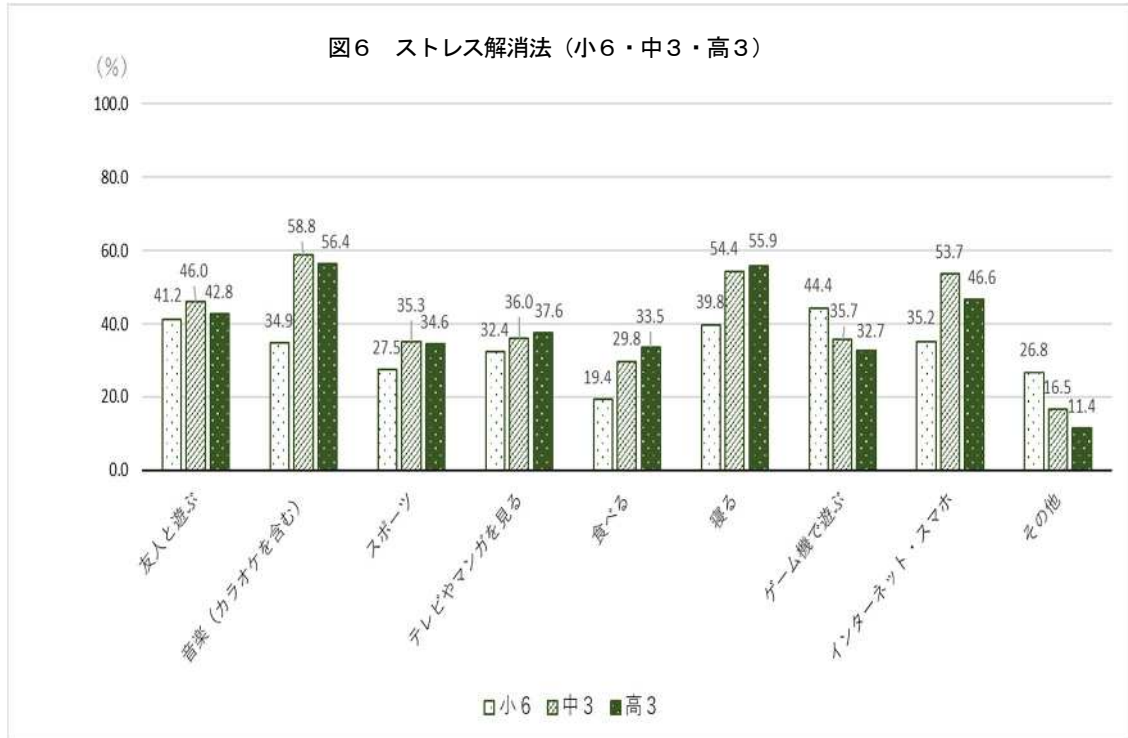


3) ストレス解消法を「持っている」と回答した人はどういう解消方法ですか。

(当てはまるものすべてを選択)

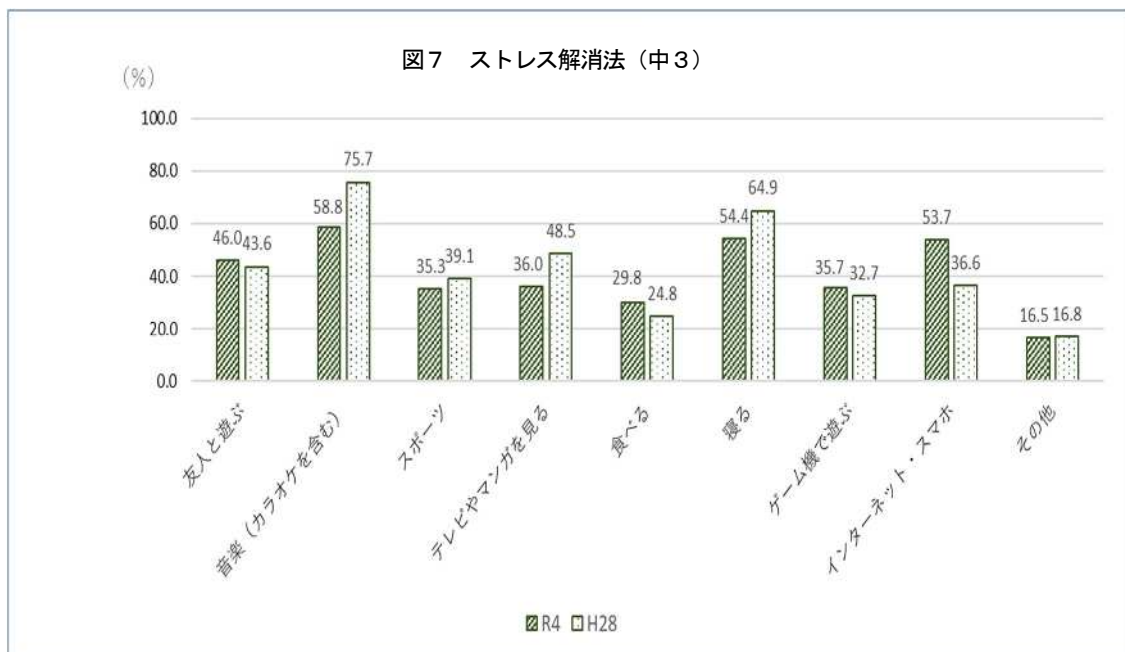
小6、中3、高3の比較

小6は「ゲーム機で遊ぶ」、中3・高3は「音楽（カラオケを含む）」が最も多くなっています。



中3のH28とR4の比較

「スポーツ」や「寝る」等の生活習慣に関する項目は減少し、「ゲーム機で遊ぶ」「インターネット・スマホ」が増加しました。



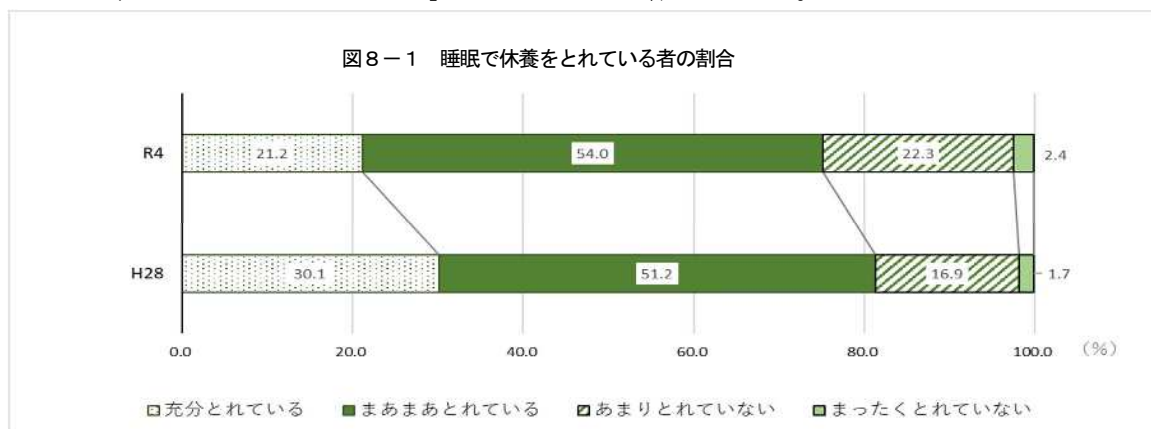
(3) 令和4年度健康づくりに関するアンケート調査(成人)

- ・対 象：5,000人(市内在住で20歳以上の男女を無作為に抽出)
- ・実施時期：令和4年10月～11月15日
- ・実施方法：郵送にて配布・回収又はWEB回答
- ・回 答 率：51.2%

1)ここ1か月間、「睡眠」で休養が充分とれていますか。

H28とR4の比較

睡眠が「充分とれている」は8.9ポイント減少しました。一方で「あまりとれていない」は5.4ポイント、「まったくとれていない」は0.7ポイント増加しました。



男女別年齢別

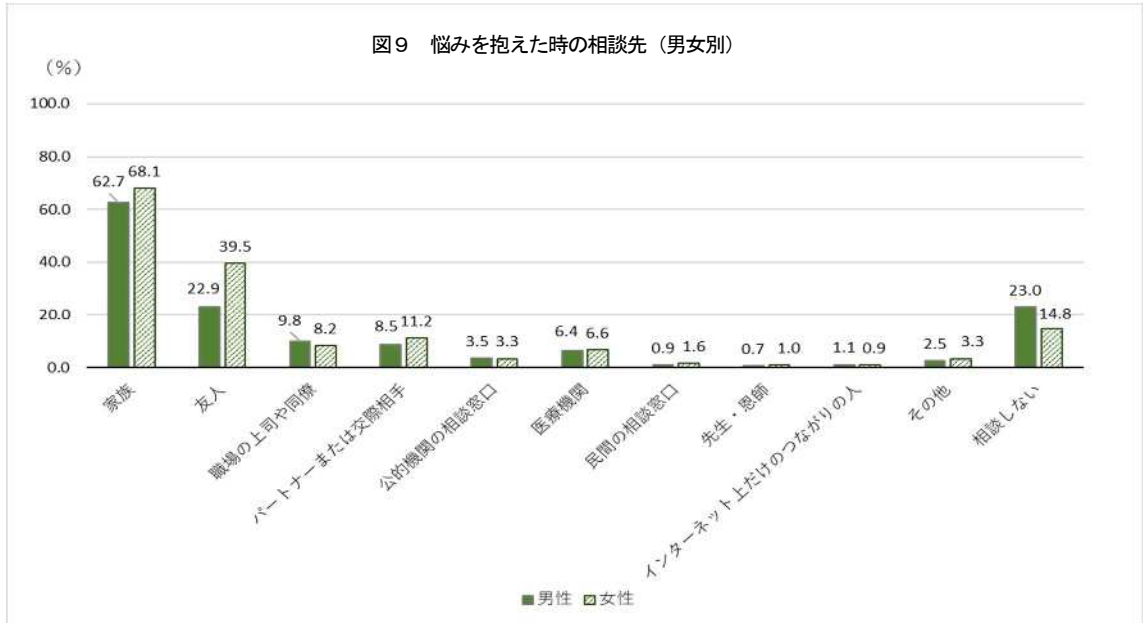
睡眠が「あまりとれていない」、「まったくとれていない」は男性の40歳代、50歳代、女性の20歳代から50歳代が多い状況です。



2) 深刻な悩みを抱えたとき、誰に(どこに)相談しますか。(当てはまるものすべてを選択)

男女比較

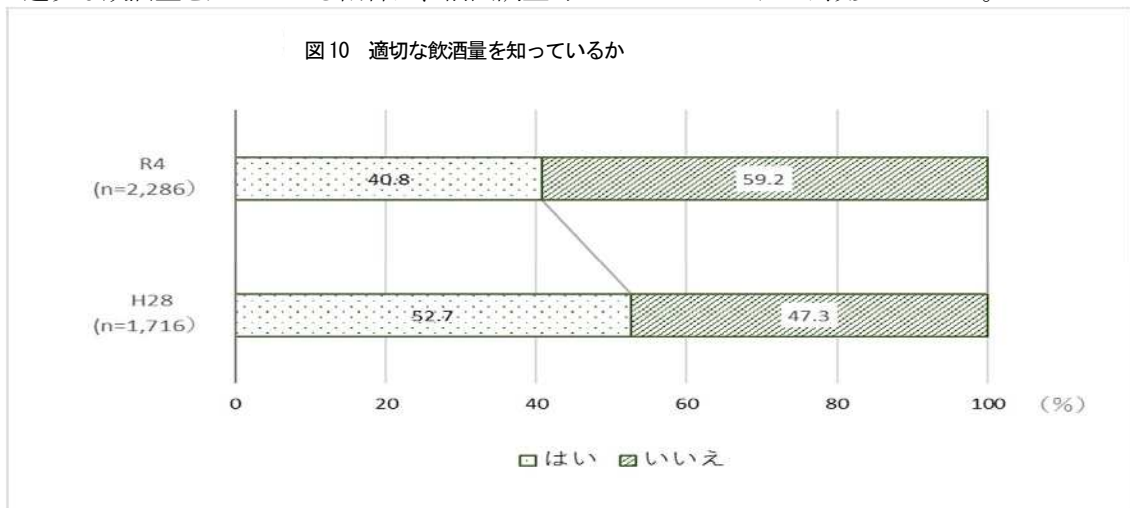
相談先は男女ともに「家族」が6割を超え最も多くなっています。「相談しない」は、男性が女性より8.2ポイント多い状況です。



3) 身体にとって適切な1日の飲酒量が、日本酒(180ml)以下に相当する飲酒量ということを知っていますか。

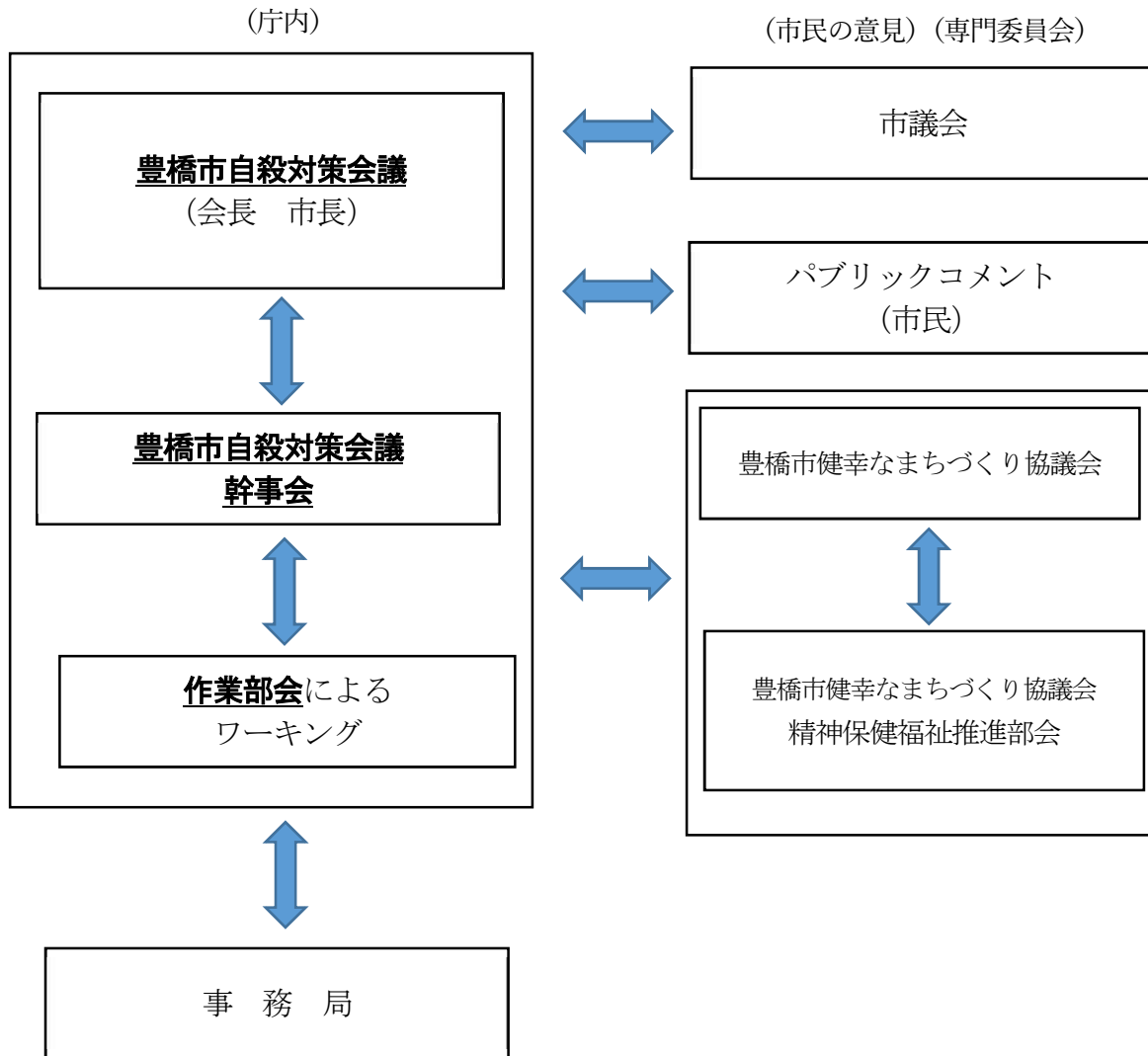
H28 と R4 比較

適切な飲酒量を知っている割合は、前回調査時と比べ11.9ポイント減少しました。



3. 計画策定の体制

豊橋市自殺対策計画推進体制



4. 豊橋市自殺対策会議設置要綱

(設置)

第1条 本市における自殺対策に関し、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自殺対策を協議するため、豊橋市自殺対策会議（以下「自殺対策会議」という。）を設置する。

(所掌事項)

第2条 自殺対策会議の所掌事項は、次のとおりとする。

- (1) 地域の特性に応じた自殺対策の取組に関する事
- (2) 自殺対策計画の策定及び自殺対策の取組の成果の検証に関する事
- (3) その他自殺対策の推進に関する必要な事項

(構成)

第3条 自殺対策会議は別表1に挙げる委員により構成する。

(会議)

第4条 自殺対策会議は、会長、副会長及び委員をもって組織し、会長が招集し、必要に応じて開催する。

- 2 会長、副会長及び委員は、別表に掲げる職にある者をもって充てる。
- 3 会長は、自殺対策会議の会務を総理する。
- 4 会長は、必要があると認めるときは、関係職員の出席を求め、説明又は意見を聴くことができる。
- 5 副会長は、会長を補佐し、会長が不在のときは、その職務を代理する。
- 6 自殺対策会議は、豊橋市自殺対策計画の策定に当たり市民の意見を反映させるため、必要に応じて豊橋市健幸なまちづくり協議会に意見を求めるものとする。

(幹事会)

第5条 自殺対策の円滑な推進を行うため、自殺対策会議に、豊橋市自殺対策会議幹事会（以下「幹事会」という。）を置き、別表第2に掲げる職にある者をもって充てる。

- 2 幹事会は、次の事項を所掌し、幹事長は自殺対策会議に必要な資料を提出する。
 - (1) 自殺対策の取組に関する調査、検討、評価
 - (2) その他自殺対策の推進に関する事項

(作業部会)

第6条 幹事会に作業部会を置くことができる。

- 2 作業部会は、前条に掲げる事項を円滑に進めるため調査検討し、幹事会等に必要な資料を提供するものとする。

(事務局)

第7条 自殺対策会議の庶務は、事務局において処理する。

- 2 事務局は、健康部健康増進課の職員をもって組織する。

(委任)

第8条 この要綱に定めるもののほか、自殺対策会議の運営に関し必要な事項は、会議に諮って定めるものとする。

附 則

この要綱は、令和元年5月7日から施行する。

この要綱は、令和3年4月23日から施行する。

この要綱は、令和4年4月11日から施行する。

この要綱は、令和5年4月1日から施行する。

別表1 (第3条関係)

豊橋市自殺対策会議名簿

役職	職名
会長	市長
副会長	杉浦副市長
〃	森田副市長
委員	教育長
〃	危機管理統括部長
〃	総務部長
〃	財務部長
〃	企画部長
〃	市民協創部長
〃	文化・スポーツ部長
〃	福祉部長兼福祉事務所長
〃	こども未来部長兼福祉事務所副所長
〃	健康部長兼保健所長
〃	環境部長
〃	産業部長
〃	建設部長
〃	都市計画部長
〃	総合動植物公園長
〃	市民病院事務局長
〃	水道事業及び下水道事業管理者
〃	消防長
〃	教育委員会事務局教育部長

別表 2 (第 5 条関係)

豊橋市自殺対策会議幹事会名簿

役職	部局名	職名
幹事長	健康部	健康増進課長
委員	防災危機管理課	防災危機管理課長
〃	総務部	人事課長
〃	財務部	市民税課長
〃	〃	納税課長
〃	企画部	政策企画課長
〃	市民協創部	市民協働推進課長
〃	〃	安全生活課長
〃	文化・スポーツ部	「文化のまち」づくり課長
〃	福祉部	長寿介護課長
〃	〃	障害福祉課長
〃	〃	生活福祉課長
〃	こども未来部	子育て支援課長
〃	〃	こども若者総合相談支援センター長
〃	健康部	健康政策課長
〃	〃	こども保健課長
〃	環境部	ゼロカーボンシティ推進課長
〃	産業部	商工業振興課長兼勤労者会館長
〃	〃	競輪事務所長
〃	建設部	住宅課長
〃	都市計画部	公園緑地課長
〃	総合動植物公園	動植物園事務長
〃	市民病院	医事課長
〃	上下水道局	営業課長
〃	消防本部	消防救急課長
〃	教育部	学校教育課長

5. 豊橋市健幸なまちづくり協議会精神保健福祉推進部会運営要領

(設置)

第1 豊橋市健幸なまちづくり協議会規則第6条の規定に基づき、精神保健福祉対策を推進するため、精神保健福祉推進部会（以下「部会」という。）を置く。

(協議事項)

第2 部会は、次の事項を協議する。

- (1) 地域精神保健福祉活動に関すること。
- (2) 豊橋市自殺対策計画の策定及び推進に関すること。
- (3) その他必要な事項

(組織)

第3 部会は、次に掲げる組織に属する者で構成する。

- (1) 医療関係団体
- (2) 医療施設
- (3) 社会福祉関係者
- (4) 学識経験者
- (5) 関係行政機関
- (6) その他部会長が適当と認めた者

(部会長及び副部会長)

第4 部会に、部会長及び副部会長各1名を置く。

- 2 部会長は、委員の互選により定める。
- 3 副部会長は、委員の中から部会長が指名する。
- 4 副部会長は、部会長を補佐し、部会長に事故があるとき、又は欠けたときは、その職務を代理する

(会議等)

第5 部会の会議は、必要に応じ、部会長が招集し、開催する。

- 2 会議の議長は、原則として部会長とする。ただし、協議の内容に応じて、部会長があらかじめ指定した者を議長とすることができる。
- 3 部会長は、協議の内容に応じて、委員以外の学識経験者等の必要な者を出席させることができる。

(会議等の公開)

第6 部会の会議は、原則公開とする。ただし、豊橋市情報公開条例（平成8年豊橋市条例第2号）

第6条第1項各号に規定する非公開情報（以下単に「非公開情報」という。）が含まれる事項について議題とする場合又は会議を公開することにより当該会議の適正な運営に著しい支障が生ずると認められる場合であって、当該会議がその一部又は全部を公開しない旨を議決したときは、この限りでない。

- 2 部会の会議録及び会議資料は、原則公開とする。ただし、これらに非公開情報が記録されている場合は、当該部分は非公開とする。

(報告)

第7 部会の会議での決定事項及び協議結果は、直近の豊橋市健幸なまちづくり協議会の会議に報告するものとする。

附 則

この要領は、令和元年6月17日から施行する

附 則

この要領は、令和5年4月1日から施行する

豊橋市健幸なまちづくり協議会精神保健福祉推進部会名簿

区分	所属	氏名
部会長	豊橋市医師会精神科医会	小久保 至浩
副部会長	愛知大学	木之下 隆夫
委員	豊橋技術科学大学健康支援センター	小島 俊男
〃	豊橋市歯科医師会	近藤 裕之
〃	豊橋市薬剤師会	井上 玲子
〃	可知記念病院	佐藤 大介
〃	豊橋公共職業安定所	菊地 伸治
〃	豊橋警察署 生活安全課	岡崎 正樹
〃	愛知県精神保健福祉センター	勝見 優子

6. 相談窓口一覧

〇こころの不調に関する相談

相談内容・名称	電話番号
こころの病気に関する悩みごと	豊橋市保健所健康増進課 0532-39-9145
産業医によるこころの健康についての相談	東三河地域産業保健センター 0532-45-4911
こころの健康に関する電話相談	あいちこころほっとライン 365 052-951-2881
精神疾患等、精神保健福祉に関する電話相談・面接相談	愛知県精神保健福祉センター 052-962-5377
ひきこもり専門相談	愛知県精神保健福祉センター 052-962-3088
自死遺族相談	愛知県精神保健福祉センター 052-962-5377
ひきこもりメール相談	愛知県精神保健福祉センター https://www.pref.aichi.jp/soshiki/seishin-c/soudan-mail.html
こころの痛みや孤独の中で悩み、つらい思いを抱える方の相談	愛知いのちの電話協会 052-931-4343

〇医療・福祉に関する相談

相談内容・名称	電話番号
医療福祉相談	豊橋市民病院 患者総合支援センター 0532-33-6111 (代)
がん相談	豊橋市民病院 がん相談支援センター (患者総合支援センター内) 0532-33-6290
女性相談	豊橋市民病院 患者総合支援センター 0532-33-6232
生活習慣病、こころの病気、難病、栄養、歯科等の相談	豊橋市保健所健康増進課 0532-39-9145
障害者の地域生活に関する相談	とよはし総合相談支援センター ほっとびあ 0532-56-4111

〇アルコール・薬物依存症等に関する相談

相談内容・名称	電話番号
薬物・アルコールに関する相談	三河ダルク 0532-52-8596
アルコールに関する相談	豊橋はまゆう断酒友の会 080-3668-8855
	豊橋断酒会 0532-54-2649
アルコール問題を抱えた本人の会	AA中部北陸セントラルオフィス 052-915-1602
アルコールに関する電話相談 面接相談	愛知県精神保健福祉センター 052-951-5015
薬物依存に関する電話相談 面接相談	愛知県精神保健福祉センター 052-962-5377
ギャンブル依存症等に関する電話相談	愛知県精神保健福祉センター 052-951-1722

〇こども・若者に関する相談

相談内容・名称	電話番号
家庭生活・しつけ・子どもの貧困・虐待・子育ての悩み、働くこと、学校のこと、対人関係、生き方への不安等	豊橋市こども若者総合相談支援センター ココエール 0532-54-7830
小学校中学年から高校生のあらゆる相談 (こども専用相談ダイヤル)	(県内無料) 0800-200-7832
特別な支援が必要なお子さんの就学・進路・教育相談等	豊橋市教育会館相談室 0532-33-1366
教育一般・不登校・いじめ等	豊橋市教育会館相談室 0532-33-2115
若者の職業的自立の支援	とよはし若者サポートステーション 0532-48-7808

〇女性・配偶者に関する相談

相談内容・名称	電話番号
女性の悩みごと (電話)	女性相談室 0532-33-3098
女性自身やその家族の法律に関する相談	豊橋市男女共同参画センター 0532-33-2822
DVに関すること	DV相談室 0532-33-9980

〇消費生活に関する相談・その他

相談内容・名称	電話番号
日常消費生活の諸問題、金銭貸借、多重債務の整理等	東三河広域連合消費生活総合センター 0532-51-2305
市政や日常生活上の問題、悩みごと等	豊橋市役所安全生活課 0532-51-2300
日常生活に困窮する方の生活相談 (職員による相談)	豊橋市役所生活福祉課 0532-51-2313
就労 (解雇等) ・生活 (相談等) ・金銭 (多重債務等) に関する相談	東三河勤労者福祉サービスセンター 0532-64-7777
職業相談・紹介 (職員による相談)	ハローワーク豊橋 専門援助部門 0532-81-0376

Instagramでも
情報発信中!



豊橋市ホームページ「キーワードから探す」

🔍 精神科医療機関一覧



🔍 悩み別相談機関一覧



問い合わせ: 豊橋市保健所 健康増進課 TEL 0532-39-9145/FAX 0532-38-0770



いのち支える



第2期豊橋市自殺対策計画

令和6年3月

発行 豊橋市

編集 豊橋市健康部健康増進課

〒441-8539 豊橋市中野町字中原100番地

電話 (0532-39-9145)

E-mail kenkouzoushin@city.toyohashi.lg.jp