

第2次小牧市自殺対策計画【概要版】

計画期間:令和7年度～令和11 年度

このパンフレットは、

第2次小牧市自殺対策計画
概要版

あなたやあなたの大切な人
の「いのち」に寄り添う

であり、

ために作成しました。

こころの相談窓口

あなたの周りにはたくさんの相談窓口があります。
「困ったとき、心配なとき」
ひとりで抱え込まず、話を聴かせてください。

電話相談窓口

■小牧市保健センター

☆毎週月～金曜日(祝日、年末年始は除く) (0568)75-6471
午前8時30 分～午後5時15 分

■名古屋いのちの電話

☆毎日24 時間 (052)931-4343

SNS相談窓口

パソコン
から



[https://www.mhlw.go.jp/
mamorouyokokoro/](https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/)



スマート
フォン
から



話を
聴く

声を
かける

支援に
つなぐ

誰もが誰かの ゲートキーパー

「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に気づき、
声をかけ、話を聴き、見守る人のことです。

気づき

見守る

家族や仲間、大切な人のいつもと違う様子に
気づくことはありませんか？
あいさつをする、声をかけることが
ゲートキーパーの第一歩です。

小牧市では毎年「ゲートキーパー養成講座」を
開催しています。
詳細は、保健センターまでご連絡ください。

連絡先



0568-75-6471

第2次小牧市自殺対策計画【概要版】

発行年月:令和7年3月

発行:小牧市

編集:小牧市健康生きがい支え合い推進部 保健センター

〒485-0044 愛知県小牧市常普請一丁目318 番地

TEL:0568-75-6471 FAX:0568-75-8545



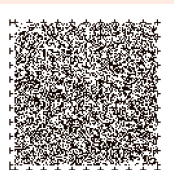
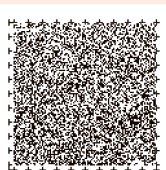
「こころ」と「いのち」 を大切に



あなたやあなたの周りの人のこころは元気ですか？
もし、あなたの周りに悩んでいる人がいたら、
このパンフレットをそっと渡してください。
あなたの大切な人のいのちを守る方法が
見つかるかもしれません。

裏面の相談窓口を
ご覧ください。

右のコードは「音声コード(Uni-Voice:ユニボイス)」です。
スマートフォン等で専用アプリをダウンロードし、コードを読み取ることで、
内容を音声で聞くことができます。





目指す
まちの姿

「こころ」と「いのち」を大切に、 気づき、つながり、みんなで支えあうまちこまき



自殺対策の 基本指針

01. 生きることの包括的な支援 02. 本市の課題に対応した重点的な取組の推進
03. 社会全体で回す自殺対策PDCAサイクル

計画の数値目標

(自殺死亡率：人口10万人
当たりの自殺者数)

計画最終年度(令和11年度)までに平成27年の自殺死亡率23.4から

45%以上減少させ、**13.0** 以下にする

基本目標 1

「周知」

：市民や企業への周知と啓発



自殺対策に関する正しい知識の普及に取り組むとともに、必要な人に必要な情報が届けられるよう、様々な媒体を効果的に活用することで、市民や企業への周知と啓発に努めます。

主な取組

1. 自殺予防週間、自殺対策強化月間の周知
2. 自殺予防に関する情報提供 3. 職場の環境整備
4. こころの健康状態の把握 5. 自死遺族への情報提供

基本目標 2

「人材」

：自殺対策を支える人材の育成



身近な存在として、早期に「気づき」や「つながり」ができる人材を広く育成するとともに、危機的な状況に置かれた際に「支える」ことができる専門的人材の育成に努めます。

主な取組

6. ゲートキーパーの育成 7. 民生委員・児童委員勉強会
8. 教職員向け研修 9. (仮)こころの健康経営研修
10. 自殺未遂者への対応

基本目標 3

「連携」

：関係機関との連携



自殺の原因を取り除くための相談や居場所づくりなどの取組は、福祉や医療、人権など、様々な分野において進められています。引き続き各分野における支援を継続するとともに、関係機関の連携に努めます。

連携する分野

11. 地域 12. 子育て家庭 13. 高齢者
14. 障がい者 15. 生活困窮者 16. 企業・勤労者
17. ジェンダー 18. 医療

基本目標 4

「教育」

：児童・生徒への教育と自殺予防

自らの命を守ることができるこどもたちを育てることで、こどもの自殺者数ゼロを継続します。

主な取組

19. 生と性のカリキュラム 20. SOS出し方教育
21. 心と身体の保健指導 22. 子どもの命のサポーター
23. 心の教室相談員



生きることの 阻害要因



生きることの 促進要因



基本目標 5

「生きがい」

：生きるための促進要因の拡大

一人ひとり異なる「生きるための促進要因」を拡大するには、様々な分野における総合的な推進が求められます。

そのため、「小牧市まちづくり推進計画第2次基本計画」で位置づけた各分野、各基本施策を推進することで、「生きるための促進要因」の拡大を図ります。

