

## 5 自殺対策

### (1)基本理念「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す」

自殺はその多くが追い込まれた末の死であり自殺に追い込まれるという危機は誰にでも起こりうるものです。

すべての人がかけがえのない個人として尊重される社会、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て、市全体で生きることの支援に向けて取り組んでいきます。

### (2)共通認識

#### ①自殺は誰にでも起こり得る身近な問題

多くの方は、自分は自殺と関係ないと考えがちですが、実際は自分や家族や友人など周りの人が当事者になる可能性があります。市民一人ひとりが、自殺は誰にでも起こり得る身近な問題であることを認識する必要があります。

#### ②自殺はその多くが追い込まれた末の死

自殺は病気の悩み等の健康問題のほか、倒産、失業、多重債務者等の経済・生活問題、介護・看病疲れ等の家族問題等、様々な要因が複雑に関係しています。自殺は個人の自由な意思や選択の結果ではなく、その多くが様々な悩みにより心理的に「追い込まれた末の死」という認識をする必要があります。

#### ③自殺はその多くが防ぐことができる社会的な問題

世界保健機構(WHO)が「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題」として明言しているように、自殺は社会の努力で避けることができる死であるということが、世界の共通認識となっています。心理的な悩みを引き起こす様々な要因に対する社会の介入により、また、自殺に至る前のうつ病等の精神疾患に対する適切な治療により、多くの自殺は防ぐことができます。

#### ④自殺を考えている人は何らかのサイン(予兆)を発していることが多い

「死にたい」と考えている人は、心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いており、不眠、原因不明の体調不良、自殺をほのめかす言動等、自殺の危機を示すサイン(予兆)を発している場合が多いとされています。家族や職場の同僚など身近な人でも自殺のサインに気づき自殺予防につなげていくことが必要です。