

## はじめに

我が国は、G7諸国の中で最も自殺死亡率が高く、本道においても、年間900人あまりの方々が自ら尊い命を絶つという、大変深刻な状況にあります。

自殺の多くは、経済や生活、健康、家庭の問題など様々な悩みを複合的に抱えることや、社会とのつながりの希薄化、生きていても意味がないという役割喪失感や孤独・孤立、与えられた役割への過剰な負担感などから、心理的に追い詰められ、正常な判断ができない状態に至った末の死であると考えられており、個人の問題として片付けられない社会的要因が背景にあります。

このため、自殺は、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、その多くは防ぐことのできる社会的な問題であるとの認識のもと、精神保健・医療上の対策に加え、失業や多重債務等の経済・生活問題、健康問題、家庭問題といった社会全体の自殺リスクを減らす取組とともに、自己肯定感や信頼できる人間関係などの生きることプラスに働く要因を増やす取組を同時に推進し、さらに、各関連施策を連携させて取り組んでいくことが必要です。

これまで、道では、3期にわたって「北海道自殺対策行動計画」を策定し、自殺対策に取り組んできたところであり、このたび、昨年閣議決定された国の自殺総合対策大綱や、計画の進捗状況等を踏まえ、引き続き、総合的・効果的な自殺対策を推進するため、新たに第4期計画を策定しました。

この計画では、第3期計画に引き続き、自殺死亡率や自殺者数を令和9年までに平成28年と比較して30%以上減少させることを目標に掲げ、現状を踏まえた課題として、「子ども・若者の対策」、「女性の対策」、「新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえた対策」、「地域ごとの取組等の格差を是正する対策」の4点を位置づけた上で、12の重点施策に沿った53項目の具体的取組を総合的に推進することとしています。

これらの取組につきましては、保健・医療・福祉や教育、司法、労働等に関する機関・団体等がそれぞれ果たすべき役割を明確にし、相互に連携・協働するとともに、取組の検証・評価を行い、地域の実情に応じた対策を推進していくことが重要です。

心の健康を損なう危機、そして自殺に追い込まれる危機は、誰にでも起こりうるものです。道民の皆様には、総合的な自殺対策の重要性を認識し、職場や学校、家庭・地域など日常生活の様々な場面で、自らの心の不調はもとより、悩みを抱えた人に気づき、周囲の人や専門家へ援助を求めることが、何ものにも代えがたい大切な「いのち」を守ることにつながることをご理解いただき、自殺対策の推進に一層のご協力を賜りますようお願い申し上げます。

本計画の策定に当たり、多大なご尽力を賜りました北海道自殺対策連絡会議の皆様をはじめ、貴重なご意見をいただきました皆様に、厚くお礼を申し上げます。

令和5年3月

北海道知事 鈴木 直道