

地域共生の支え合いによる

第2期美瑛町自殺対策計画（案）



令和7年3月

美 瑛 町

目次

第1章 計画策定の概要

1. 計画策定の背景と趣旨・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
2. 計画の法的根拠・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
3. 計画の期間・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3

第2章 美瑛町における自殺の状況

1. 自殺者数・自殺死亡率・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
2. 性別、年代別・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
3. 生活状況別・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
4. これまでの評価・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8

第3章 美瑛町の自殺対策における取り組み

1. 基本理念・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9
2. 数値目標・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9
3. 基本方針・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9
4. 計画の推進体制・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 12

- 別表1 「行政内各部署の取り組み」・・・・・・・・・・ 14

第1章 計画策定の概要

1. 計画策定の背景と趣旨

平成18年に自殺対策基本法が制定されたことにより、それまで「個人の問題」とされてきた自殺が、「社会の問題」として認識されるようになり、社会全体での自殺対策が進められるようになりました。

国を挙げて自殺対策を総合的に推進した結果、全国的に自殺者数が減少していますが、依然として2万人を超える水準で推移しています。

本町においては、令和2年3月に「美瑛町自殺対策計画」を策定し自殺対策に取り組んでいますが、自殺者数は減少したものの、今なおかけがえのない命が失われている現状があります。

計画期間には、新型コロナウイルス感染症が発生し、人と人との接触が長期的に限定されたこともあり、授業や就労などあらゆる場面でICTの活用が進みました。つながりが希薄化する懸念はありますが、情報の発信やコミュニケーションツールとして活用を広げることが今後の課題となります。

これまでの対策を評価するとともに、国が令和4年10月に見直した自殺総合対策大綱や北海道自殺対策行動計画が見直されたことを踏まえて本計画を見直します。

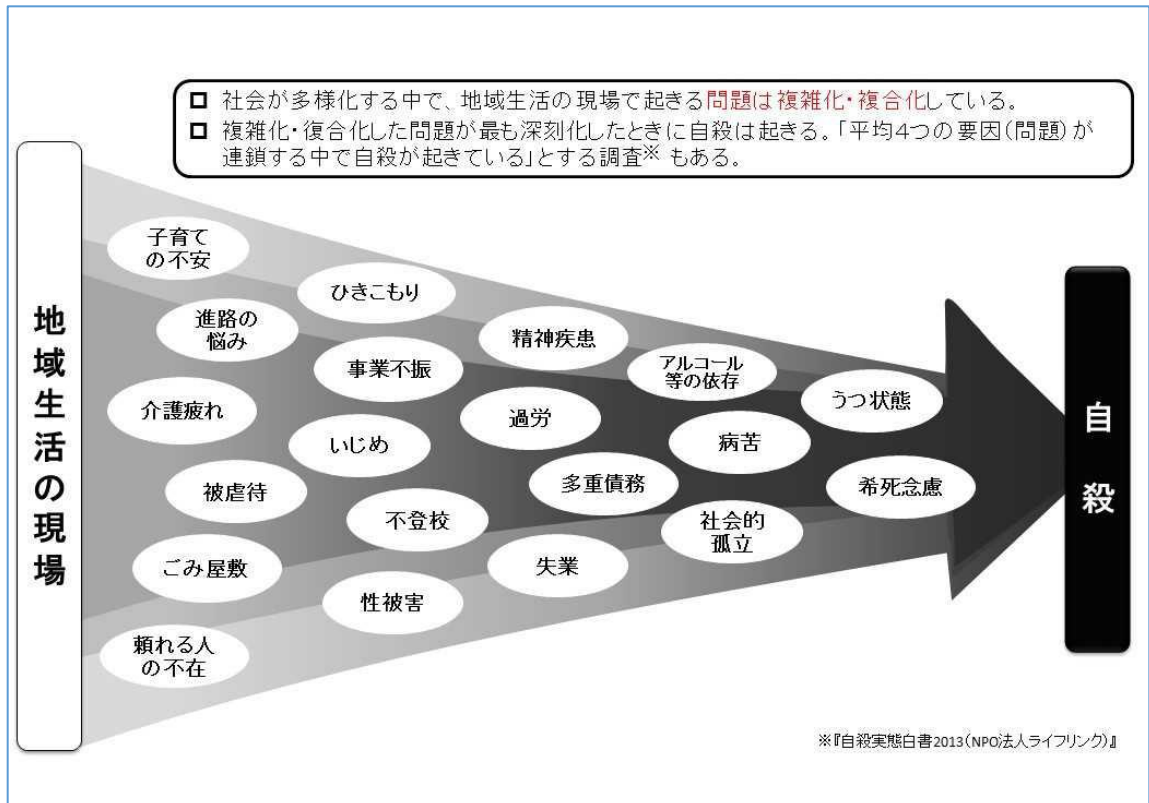
自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があることが知られています（自殺の危機要因イメージ図：図1参照）。自殺に至る心理は、様々な悩みが原因で追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ったり、社会とのつながりの減少や生きていても役に立たないという役割喪失感から、また与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感から、危機的な状態にまで追い込まれてしまう過程と見ることができます。自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」です。

そのため、自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、「生きることの包括的な支援」として実施されなければなりません（自殺対策基本法第2条）。自殺対策基本法は第1条において、「自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを

持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的とする」とうたっています。

美瑛町は、全ての人がかげがえのない個人として尊重され「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、自殺対策を総合的に推進していきます。

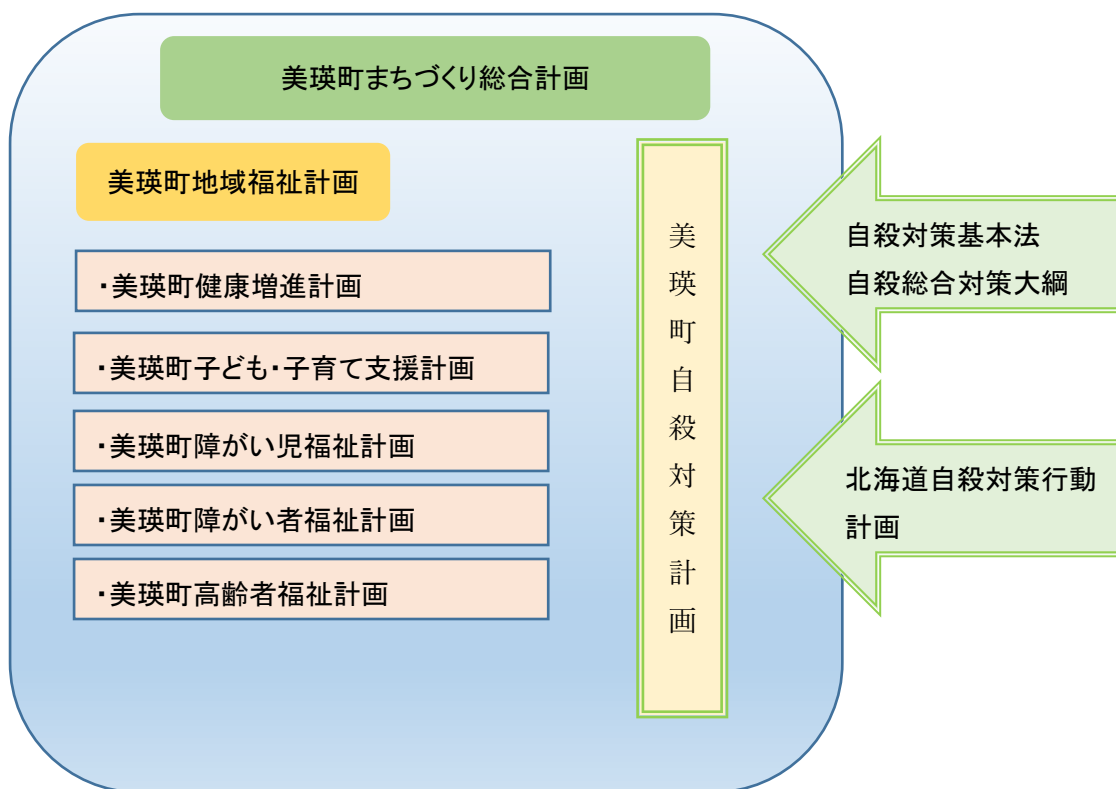
図 1



2. 計画の法的根拠

本計画は、平成28年に改正された自殺対策基本法に基づき、国の定める自殺総合対策大綱の趣旨を踏まえて、同法第13条第2項に定める市町村自殺対策計画として策定するものです。

美瑛町まちづくり総合計画を上位計画とし、次のとおり関連計画や北海道自殺対策行動計画との整合を図りながら策定していきます。



3. 計画の期間

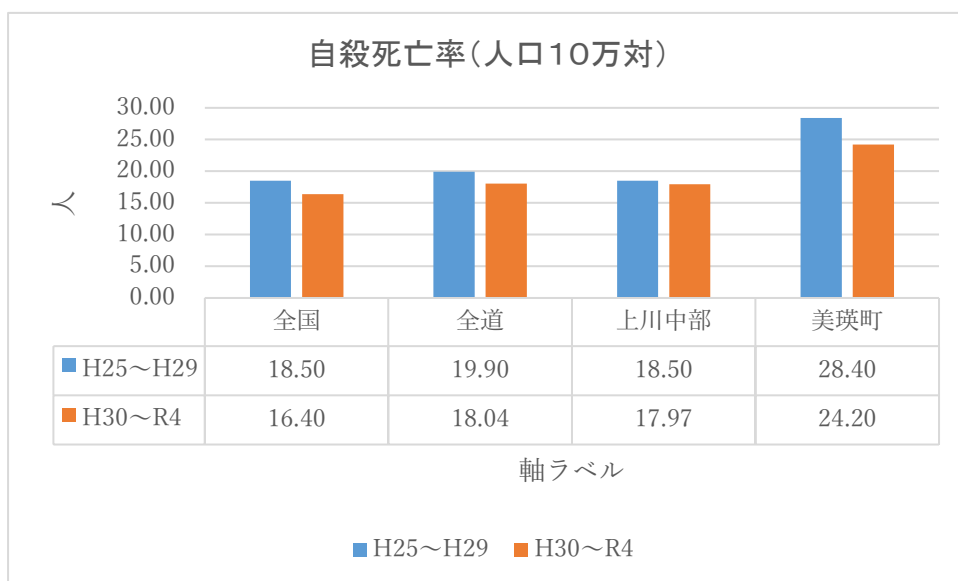
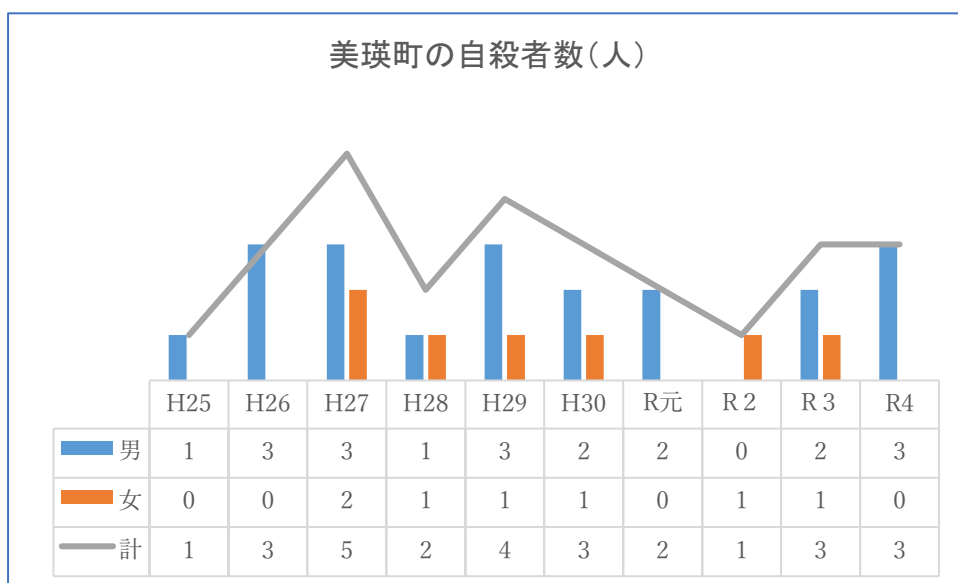
令和7年度から令和11年度までの5年間の計画とし、国の施策と連携する必要があるため、自殺総合対策大綱の改正や社会情勢の変化を考慮し見直しを行います。

第2章 美瑛町における自殺の状況

1. 自殺者数・自殺死亡率（平成25年～令和4年合計）

美瑛町の自殺者は、平成25年から令和4年までの10年間で27人です。

人口10万人あたりの自殺死亡率（以下、人口10万対）は、4.2人減少しましたが、全国、全道等を上回っています。



※自殺死亡率 人口10万人あたりの死亡者数の値。

2. 性別・年代別（平成30年～令和4年合計）

平成30年からの5年間では自殺者が12人で、男性が女性の3倍多く、自殺死亡率を全国と比較すると男性が1.7倍、女性が1.0倍となっています。

年代別にみると、男性の自殺死亡率は平成25年から平成29年と同様に、20から39歳の男性が最も高く、人口10万対では全国の5倍以上となっています。また、女性は60歳から79歳の3人が自殺しています。

	年代（歳）	20歳 未満	20歳 ～39歳	40歳 ～59歳	60歳 ～79歳	80歳 以上	計
男性	自殺者数	0	5	2	1	1	9
	自殺死亡率 (人口10万対)	0.0	128.4	31.2	14.5	37.8	38.9
	全国自殺死亡率 (人口10万対)	3.9	24.3	28.2	25.0	34.3	22.7
女性	自殺者数	0	0	0	3	0	3
	自殺死亡率 (人口10万対)	0.0	0.0	0.0	37.8	0.0	11.3
	全国自殺死亡率 (人口10万対)	2.7	10.9	12.9	14.9	16.7	11.3
美瑛町総数		0	5	2	4	1	12

（厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」）

3. 生活状況別（平成30年～令和4年合計）

自殺者12人のうち9人が男性で、うち20歳から59歳が7人であり、前回と同様に働き盛り世代の自殺が多い状況となっています。しかし、前は全員有職者だったのに対し、今回は有職者3人、無職者4人であり、新型コロナウイルス感染症や経済不況等などが続いたため、様々な制限や制約から新たなリスク要因が生じている可能性もあります。

また、家族同居の自殺者が約6割を占めており、家族だけでは自殺を防ぎきれない現状が伺えます。

性別	年齢階級	就労	同独居	美瑛町			全国		
				自殺者数	割合	自殺死亡率 (10万対)	割合	自殺死亡率 (10万対)	
男性	20～39歳	有職者	同居	1	8.3%	41.4	5.9%	15.7	
			独居	1	8.3%	167.5	3.9%	27.9	
		無職者	同居	2	16.7%	336.7	4.0%	50.9	
			独居	1	8.3%	1,472.4	2.2%	90.0	
	40～59歳	有職者	同居	1	8.3%	20.1	10.0%	15.9	
			独居	0	0.0%	0.0	4.7%	36.1	
		無職者	同居	0	0.0%	0.0	4.6%	95.6	
			独居	1	8.3%	606.4	4.1%	233.6	
	60歳以上	有職者	同居	0	0.0%	0.0	3.9%	12.0	
			独居	1	8.3%	209.4	1.7%	30.3	
		無職者	同居	0	0.0%	0.0	11.5%	28.1	
			独居	1	8.3%	132.0	7.3%	83.1	
女性	20～39歳	有職者	同居	0	0.0%	0.0	1.9%	6.3	
			独居	0	0.0%	0.0	1.1%	12.7	
		無職者	同居	0	0.0%	0.0	2.9%	15.8	
			独居	0	0.0%	0.0	1.0%	35.9	
	40～59歳	有職者	同居	0	0.0%	0.0	2.6%	6.3	
			独居	0	0.0%	0.0	0.7%	13.0	
		無職者	同居	0	0.0%	0.0	5.2%	16.5	
			独居	0	0.0%	0.0	1.4%	43.6	
	60歳以上	有職者	同居	0	0.0%	0.0	0.8%	5.5	
			独居	0	0.0%	0.0	0.3%	7.7	
		無職者	同居	3	25.0%	43.1	8.7%	12.6	
			独居	0	0.0%	0.0	4.1%	20.2	
合計	有職者	同居	2	16.7%		25.1%			
		独居	2	16.7%		12.4%			
	無職者	同居	5	41.6%		36.9%			
		独居	3	25.0%		20.1%			

（厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」）

（前回 平成25年から平成29年の特徴）

- ・20から50歳代の男性自殺者7人は全て有職者
- ・自殺者の8割が家族同居。

(1) 美瑛町の主な自殺の特徴（平成30年～令和4年合計）

上位5区分	自殺者数 5年計 (人)	背景にある主な自殺の危機経路*の例
1位:女性 60歳以上無職同居	3	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
2位:男性 20～39歳無職同居	2	①【30代その他無職】ひきこもり+家族関係の不和→孤立→自殺/②【20代学生】就職失敗→将来悲観→うつ状態→自殺
3位:男性 20～39歳無職独居	1	①【30代その他無職】失業→生活苦→多重債務→うつ状態→自殺/②【20代学生】学内の人間関係→休学→うつ状態→自殺
4位:男性 40～59歳無職同居	1	失業→生活苦+借金→うつ状態→自殺
5位:男性 60歳以上有職独居	1	配置転換→転職+死別・離別→身体疾患→うつ状態→自殺

自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル 2023」)

1位～5位の順位は自殺者数の多い順とし、同数の場合は自殺死亡率の高い順とした。

*「背景にある主な自殺の危機経路の例」は自殺実態白書 2013（ライフリンク）を参考にした。

(2) 有職者の自殺の内訳（平成30年～令和4年合計）

職業	自殺者数 (人)	割合	全国割合
有職	4	33.3%	38.7%
無職	8	66.7%	61.3%
合計	12	100.0%	100.0%

(3) 自殺者における未遂歴の総数（平成30～令和4年合計）

未遂歴	自殺者数 (人)	割合	全国割合
あり	3	25.0%	19.5%
なし	8	66.7%	62.5%
不詳	1	8.3%	18.0%
合計	12	100.0%	100.0%

4. これまでの評価

医療、福祉、教育、労働その他の関連施策と有機的に連携し、「生きることの包括的な支援」が図られるよう美瑛町自殺対策計画を策定しており、5つの基本方針に沿って、行政内各部署が各種事業を推進してまいりました。

<基本方針>

1 「つながり」のある地域づくり

行政区、町内会、民生委員児童委員協議会等の関係機関との連携によるコミュニティづくりは、人とつながりを持つことが重要ですが、第2次美瑛町地域福祉計画の策定時に実施した町民ニーズ調査では、地域活動への参加状況の問いで、20歳から30歳代の23%以上は関心がなく誘われても参加するつもりがないと回答していることから、現代のコミュニティづくりをどう進めるかが課題です。

2 相談支援の充実

役場の窓口においては包括的な支援を心掛け、各窓口で気になることがあれば関係部署につながるよう努めてきました。しかし、役場以外にも北海道などが設置する専門的な窓口もあるため、今後は様々な方法で情報発信する必要があります。

3 自殺対策を支える人材の育成

市民後見人や認知症サポーターの養成を計画的に進めているほか、地域ケア会議や民生委員児童委員協議会等において自殺実態や自殺対策についての情報提供を行い、理解の促進に努めてまいりました。

また、人権擁護委員による小中学生を対象としたいじめ等に関する人権教室で自殺対策等の啓発なども実施してきました。

ゲートキーパー研修は役場職員を対象に実施していますが、より広く町民へ啓発する必要があります。

4 町民への啓発と周知

専門医によるこころの健康づくり教室（講演会）を開催し、精神疾患の正しい理解の普及を図りながら、早期発見、早期治療への理解を深めました。

また、平成24年から精神保健相談会を年12回実施して専門医による個別相談の機会を設けており、病気や発達に関する正しい理解や対応方法などについて丁寧に支援してまいりました。

専門科への受診にためらいを感じる方もいる中、町内で個別相談の機会をもつ意義は高いと思われま

5 地域におけるネットワークの強化

地域の各種団体や住民が日頃から見守り、支え合うネットワークがくらしの安心には必要です。地域で困難を抱える人に気づき、適切な機関につなげることは自殺対策にとって大変重要であると考えます。

人との関りが希薄化する現代において、地域ネットワークの重要性を再認識いただけるようあらゆる場面での啓発と連携を検討します。

第3章 美瑛町の自殺対策における取り組み

1. 基本理念

町民一人ひとりが、認めあい、つなぎあい、支えあうことで、生きる力をはぐくみ、町民の誰もが自殺に追い込まれることのないように、『命』を大切にする活動に取り組みます。

2. 数値目標

平成30年～令和4の自殺者数12人に対し、今後5年間の自殺者数を10人以下（10%以上の減少）とします。

3. 基本方針

評価を踏まえて基本方針を一部見直すものとし、行政内各部署の取り組み（別表1）

は、より包括的な支援となるよう見直します。

本計画では、(6) 児童生徒の SOS の出し方に関する教育を加え、子どもの権利保障の普及と環境整備にも取り組みます。

(1) 「つながり」のある地域づくり

子どもからお年寄りまで、だれもが人とつながりをもてる地域づくりを目指します。

【具体的な取り組み】

- 子育て中の親同士がつながる機会の充実
- 仲間づくり、見守りができる地域サロン活動の推進
- 老人大学や老人会など各種団体とのつながり
- SOS ネットワークの実施（地域見守り活動）
- 行政内各部署の取り組み（別表 1 参照）

(2) 相談支援の充実

行政内各部署の各種相談機能をわかりやすく周知し、悩みや困り事の相談窓口を明確にすることで、町民が気軽にアクセスできるよう環境づくりに努めます。

【具体的な取り組み】

- 広報紙に加え、電子メールやアプリなど各種媒体で窓口や相談会を紹介
- 個別相談支援の実施（保健医療福祉の関係機関や専門職による各種個別相談支援、教育相談、納税や生活保護他経済的な相談、労働相談等）
- 自殺対策相談窓口一覧（上川中部自殺対策連絡会議発行）（別紙 2 参照）の周知
- 訪問型相談支援の実施
- 保健師、心理士、スクールソーシャルワーカー等と連携する
- 行政内各部署の取り組み（別表 1 参照）

(3) 自殺対策を支える人材の育成

互いに見守り支え合う意識が高まり、町民一人ひとりがゲートキーパー（*）となる地域づくりを目指します。

【具体的な取り組み】

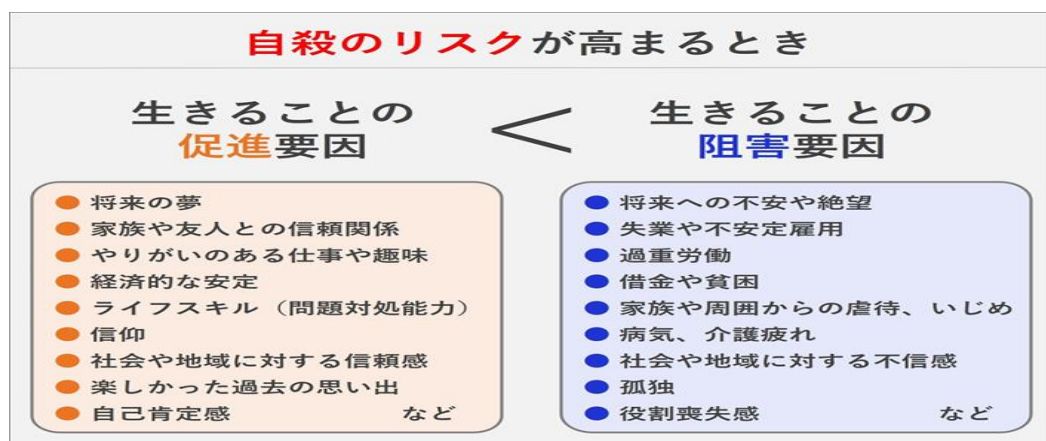
- ゲートキーパーの意義と役割について普及・啓発と養成
- 相談窓口担当者（ゲートキーパーを含む）の資質向上と心の健康を維持するためのサポート
- 行政内各部署の取り組み（別表1参照）

*ゲートキーパーとは：

悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。特別な研修や資格は必要ありません。誰でもゲートキーパーになることができます。周りで悩んでいる人がいたら、やさしく声をかけてあげてください。声をかけあうことで、不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。ゲートキーパーは「変化に気づく」「じっくりと耳を傾ける」「支援先につなげる」「温かく見守る」という4つの役割が期待されていますが、そのうちどれか1つができるだけでも、悩んでいる方にとっては大きな支えとなるでしょう。

(4) 町民への啓発と周知

専門医によるこころの健康づくり教室（講演会）を引き続き開催しながら、生きるこころの阻害要因と促進要因のバランス調整が自殺対策に重要であることを啓発します。



また、精神保健相談会については、町ホームページや公式LINEのほか、学校や、企業等にも事業の周知を図ります。

- 自殺やこころの健康等に関する正しい知識の普及啓発
- 生活リズムの安定やストレス解消に関する情報の提供

- ・メンタルヘルスを含めた職場における健康管理と、適正な労働についての周知
- ・情報モラルや情報セキュリティに関する知識の向上を図り、インターネット上の誹謗中傷等を防止する。
- ・行政内各部署の取り組み（別表1参照）

（5）地域におけるネットワークの強化

自殺対策において、医療、保健、生活、教育、労働等に関する様々な関係機関が町民と顔の見える関係を築きながら協働し、地域で支え合えるまちづくりを目指します。

【具体的な取り組み】

- ・町内会、民生児童委員、老人クラブ、社会福祉協議会、NPO 団体、美瑛町地域福祉総合連携会議、保健医療福祉関係事業者などの各種団体と行政がつながりを持ち、引きこもり者等の情報を収集しながら対応する
- ・関係機関で自殺対策相談窓口一覧（上川中部自殺対策連絡会議発行）を共有する
- ・こころの悩みを抱える人の早期発見と支援につなぐための連携体制を充実させる
- ・行政内各部署の取り組み（別表1参照）

（6）児童生徒の SOS の出し方に関する教育

核家族化が進み、就労のため親と子が共に過ごす時間が減少しており、祖父母や近所づきあいなども希薄化する中で、日頃から子どもと接する保育・教育現場等での見守りや気づきがより重要となっています。

また、学童保育や放課後デイサービスなどの定期利用も増えており、子どもが思いを伝える貴重な場所となっています。

幼児期から自己肯定感を高める教育と関りを持ち、どの子にも様々な悩みや思いを伝えられる場所や人ができるよう、子どもに関わる機関が日頃から関係性を築き、SOS を出しやすい雰囲気づくりが進むよう働きかけます。

4. 計画の推進体制

町民の誰もが自殺に追い込まれることのないよう、町民一人ひとり、関係団体、行政が連携して『命』を守るために必要な「生きるための包括的な支援」活動に取り組む必要が

あります。

また、役場では日頃から本計画の基本方針を踏まえ、各種事業を横断的に推進します。

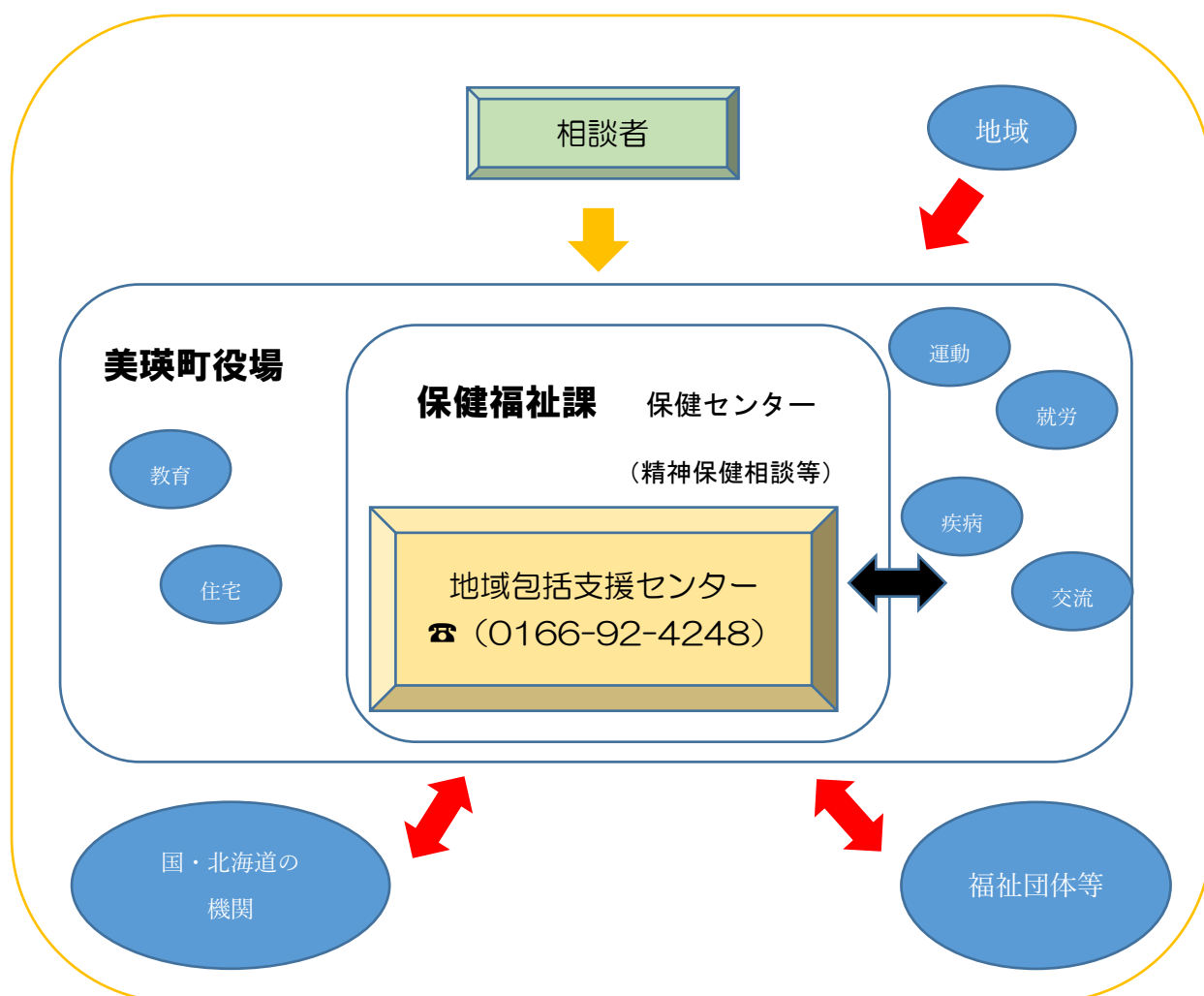
【まちの相談体制】

悩みを抱えず、保健福祉課の地域包括支援センターへご相談下さい。

また、地域で生活にお困りの家庭や、心配な家庭がありましたらご連絡下さい。

(窓口に来られない方はご自宅等へ出向きますのでお電話下さい。)

社会福祉士、保健師、公認心理師などがお話を伺い、関係機関と連携しながらご支援します。



【行政内各部署の取り組み】

- <基本方針>
- 1 「つながり」のある地域づくり
 - 2 相談支援の充実
 - 3 自殺対策を支える人材の育成
 - 4 町民への啓発と周知
 - 5 地域におけるネットワークの強化
 - 6 児童生徒のSOSの出し方に関する教育（次期計画から追加）

事業名	事業概要	実施内容	基本方針（次期計画）					
			1	2	3	4	5	6
総務課								
交通安全啓発事業	美瑛町交通安全対策推進協会	会員に自殺対策相談窓口一覧のリーフレット等を配布する。				●	●	
各種情報発信	ホームページ及び広報紙面への掲載	ホームページ及び広報紙面に計画概要等を掲載する。				●		
防災事業	被災者の相談	被災者が必要とする支援に対する相談及び各担当部署との調整を行う。		●		●	●	
福利厚生	ストレスチェック、健康診断等	心身の不調を早期に把握し、メンタル不調を未然に防ぐ。		●				
まちづくり推進課（政策調整課）								
日本で最も美しい村推進事業	本町の地域資源の保全並びに活用を図るため、町民参加による美しい村活動を推進するとともに、町内外への普及活動を展開する	町民が参加する各種事業において、ゲートキーパー研修の案内や自殺対策相談窓口一覧の掲載されたリーフレットを配布し、啓発に努める。				●		
住民生活課								
防犯協会支援事業	美瑛町防犯協会への補助事業	協会役員や指導員を通じ、会議開催時や事業実施時に地域の治安や住民の生活、経済的な問題に関する困りごと等を積極的に聞き取りし、必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●		●	●	
戸籍管理事業	戸籍事務、住民基本台帳事務、年金事務等	戸籍、住民基本台帳事務及び年金事務に係る各種申請、相談やDVに関する手続、相談等で、生活や経済的な問題に関する困りごと等を把握した場合、必要となる支援があれば担当部署につなげる。		●		●	●	
公衆衛生協会補助事業	団体への補助事業	協会役員や会員を通じ、会議開催時や事業実施時に住民の生活、経済的な問題に関する困りごと等を積極的に聞き取りし、必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●		●	●	
消費者行政推進事業	消費者問題関連の町民からの相談対応	町民からの相談対応時の聞き取り等で生活や経済的な問題に関する困りごと等を把握した場合、必要となる支援があれば担当部署につなげる。		●		●	●	
町営住宅管理事業	町営住宅の管理運営と計画的な維持修繕	町営住宅に関する各種申請受付時や入居者からの聞き取りや相談等で、生活や経済的な問題に関する困りごと等を把握した場合、必要となる支援があれば担当部署につなげる。		●		●	●	
移住・定住	移住希望者の相談及び居住後のフォローアップ（セカンドホーム利用者を含む）	移住希望者に対する暮らし全般の情報提供及び必要な支援をしながら関係部署との調整を行う。	●	●			●	

保健福祉課					
ひとり親家庭等医療費助成	ひとり親家庭等医療費の助成	申請時の聞き取り等で、生活実態や困りごとを把握し、他に必要と思われる支援があれば、担当部署につなげる。	●	●	●
重度心身障害者医療費助成	身体や精神に重度の障害がある住民の医療費の助成	申請時の聞き取り等で必要となる支援があれば、担当部署につなげる。	●	●	●
国民健康保険	国民健康保険への加入脱退手続	手続き時の聞き取り等で必要となる支援があれば、担当部署につなげる。	●	●	●
養育医療	未熟児に対する医療費の助成	申請時の聞き取り等で、生活実態や困りごとを把握し、他に必要となる支援があれば担当部署につなげる。	●	●	●
葬祭費	葬儀執行者に対する葬祭費の支給	申請時の聞き取り等で必要となる支援があれば、担当部署につなげる。	●	●	●
出産育児金	出産（死産流産含む）に対する育児金の支給	申請時の聞き取り等で必要となる支援があれば、担当部署につなげる。	●	●	●
緊急通報システム運営事業	在宅ひとり暮らしの高齢者等の家に緊急通報装置本体設置とそれに付属するペンダント・煙センサーの配置を行う	本事業により、独居生活の安全を図るとともに、聞き取り調査等で生活実態や困りごとを把握し、他に必要と考えられる支援があれば、担当部署につなげる。	●	●	●
移送サービス事業	一般車両の利用が困難な在宅寝たきり高齢者等を対象に、医療機関への通院健診の受診を容易にするため車椅子用リフト付きの特殊車両で送迎を行う	本事業により、定期受診を保障するとともに、聞き取り調査等で生活実態や困りごとを把握し、他に必要と考えられる支援があれば、担当部署につなげる。	●	●	●
除排雪サービス事業	独居又は高齢者世帯が安心して在宅生活を継続できるよう冬期間の屋根の除排雪を実施する	本事業により、安全な暮らしを支えるとともに、聞き取り調査等で生活実態や困りごとを把握し、他に必要と考えられる支援があれば、担当部署につなげる。	●	●	●
くらし援助サービス事業	軽度の生活の手伝いがあれば在宅生活が可能な人に対し、訪問による生活支援サービスを提供し生活の自立を支援する	サービス提供時の聞き取りなどで、生活実態や困りごとを把握し、他に必要となる支援があれば、担当部署につなげる。	●	●	●
いきいきセンター運営事業	家に閉じこもりがちな高齢者、要介護状態になるおそれのある高齢者に対して、通所型サービスを提供することにより、社会参加を促進するとともに、生活自立のための心身の活力を養えるように支援する	利用者同士の交流や運動を通じて心身の活力を養うとともに、聞き取りや利用中の様子をみることで、他に必要な支援があれば担当部署につなげる。	●	●	●
成年後見制度推進事業	旭川大雪圏域連携中枢都市圏成年後見推進事業協定により市民後見人養成、旭川成年後見支援センターを活用する。また、判断力の不十分な成年に対し、本人に代わって町が家庭裁判所に成年後見等申立てを行う。	市民後見人養成と旭川成年後見支援センターの相談支援を活用し、権利擁護を図ることで心配事の軽減を行う。また、家庭裁判所への申立時の調査等で、生活実態や困りごとを把握し、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。	●	●	●
認知症予防支援事業	美瑛町キャラバン・メイト連絡協議会を補助し認知症サポーターの養成、認知症に関する知識の普及啓発を行う	認知症に関する知識と理解を深めることで、誰もが住みやすい環境を作るとともに、相互に見守り支援につなげる仕組みを強化する。	●	●	●
地域ケア会議	町内の保健、医療、介護等の関係者による会議	各種情報交換や事例検討会議を行う中で自殺予防対策等も協議していく。	●	●	●
地域支援事業	地域包括支援センターの設置・運営、各種高齢者福祉サービスの実施。	地域包括支援センターによる高齢者の総合相談支援、地域サロン活動、各種サービスの申請時の聞き取り等様々な相談支援場面で町民のニーズを把握し、他に考えられる支援があれば担当部署へつなげる。	●	●	●

地域見守り活動	美瑛町地域福祉総合連携会議と民間事業者との地域見守り活動協定	業務の中で心配な点等があれば緊急対応又は地域包括支援センターへの相談を行うもの。自殺予防の視点を含めた相談支援を行う。		●				●	
民生委員児童委員協議会	民生委員児童委員による地域住民の相談、見守り、支援等の実施	定例会や各種研修会等において、自殺実態や自殺対策についての情報を提供し、日常的な活動の重要性を再認識する。	●	●	●	●	●	●	
ひとり暮らし等施策	高齢者等訪問活動において、健康状態、困りごと、福祉活動への要望等確認と安否確認	巡回訪問における相談員への情報提供と理解促進を図る。		●			●		
児童扶養手当支給事務	児童扶養手当の支給	ひとり親に有用な情報を提供しながら、各種相談に応じるとともに、包括的な支援につなげる。		●			●	●	
特別児童扶養手当支給事務	特別児童扶養手当の支給	支給対象者で自殺リスクが高い方がいた場合に関係機関と連携し、他機関への紹介等を行う。		●			●	●	
相談窓口業務	地域住民の相談業務	相談者で自殺リスクが高いと予見できた場合に関係機関と連携し、他機関への紹介等を行う。		●			●	●	
福祉ハイヤー助成事業	障害者や高齢者の交通確保のため、ハイヤー助成券を交付する	介護保険・障害福祉サービスの利用等、他に必要と考えられる支援があれば、担当部署につなげる。 高齢者・障害者の外出機会を増やし、引きこもり対策をする。		●			●	●	
人権擁護委員会	人権擁護委員による地域住民の相談、見守り、支援等の実施	小中学生を対象としたいじめ等に関する人権教室における自殺対策の啓発、相談業務における問題の早期発見、早期対応を図る。		●	●	●	●	●	
生活保護関連業務	生活保護申請に係る相談業務 各種申請の窓口業務	各種申請の窓口業務や、ケースワーカーとの連携により、生活困窮者の事情聴取をする。また、必要と考えられる支援があれば、担当部署につなげる。		●			●	●	
高齢者福祉住宅管理業務	住宅困窮者の相談 入居者の見守り 等	緊急時通報システム等による安否確認のほか、家賃集金時等に困り事や健康状態等を把握する。		●			●		
要保護児童対策地域協議会	虐待を受けている子どもを始めとする要保護（支援）児童の早期発見や適切な保護を図る	保育所や学校などの日常の見守りで、支援が必要な家庭の把握に努めるとともに、支援が必要な時には児童相談所、教育機関、医療機関等と連携しながら対応する。		●				●	●
社会福祉協議会運営補助事業	社協によるひとり暮らし高齢者訪問、心配事相談、生活困窮者支援等各種福祉事業の実施	行政区、町内会、民児協等、関係機関と連携しながら、地域住民の生きがいづくりや安否確認、コミュニティづくりを通し、自殺予防につなげる。	●	●	●	●	●	●	
地域自立支援協議会	協議会委員による障がい者等の相談、助言、情報提供等の協議	自殺予防対策についての障がい者等の相談支援事業や地域関係機関の連携強化にむけて協議する。	●	●	●	●	●	●	
障害者手帳新規・更新申請	身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の新規・更新の手続きを行う	申請時の聞き取り調査等で、生活実態や困りごとを把握し、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●			●	●	
自立支援医療（精神通院）受給者証新規・更新	精神疾患や人工透析のため通院が必要な方の医療費を助成する	障害年金の受給や障害福祉サービスの利用等、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●			●	●	

特別障害者手当・障害児福祉手当申請事務	各手当の支給申請や現況確認	障害福祉サービスの利用等、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●		●	●	
障害福祉サービス支給決定事務	障害福祉サービスに係る区分認定調査 新規・更新申請事務	区分認定の聞き取り調査等で、生活実態や困りごとを把握し、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●		●	●	
日常生活用具・補装具支給申請	身体障害者が必要とする日常生活用具・補装具の支給申請事務	障害年金の受給や障害福祉サービスの利用等、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●		●	●	
療育訓練所等交通費助成事業	療育訓練所等の通所・通院に要した交通費の一部を助成する	各種制度のパンフレットを渡すとともに、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●		●	●	
福祉ハイヤー助成事業	障害者や高齢者の交通確保のため、ハイヤー助成券を交付する	介護保険・障害福祉サービスの利用等、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●				
有料道路障害者割引・NHK受信料免除申請	障害者手帳等を所持する方への料金割引の申請受付事務	障害福祉サービスの利用等、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●				
障害者相談会	「障害者の日」に合わせ、障害者相談会を開催する	身体障害者相談員、知的障害者相談員が障害者やその家族の相談に応じる。		●		●		
障害者虐待相談	障害者虐待に関する相談や通報に応じる	道への報告や状況によって事実確認を行い、虐待を防止する。		●				
障害者計画相談	障がい福祉サービス利用の際の支給決定に必要なサービス等利用計画の作成、相談業務	面接時の状態や家族、関係機関からの情報により、主治医や関係機関と連携を図り支援を行う。		●		●	●	
保育所業務	各保育所入所・支給認定事務及び保護者との面談を含む保育業務	共働き世帯が増える中で、子育て世帯の安定した生活を支援するため、保育利用の円滑化を図る。また、申込時や日々の面談で家庭環境や児童の家庭での様子等を聞き取る際に、生活や子育て等の困りごとを把握し、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●		●		
子育て世帯訪問支援事業	訪問支援員が居宅を訪問し子育て支援を図る	家事・子育て不安等を抱える家庭に訪問支援員を派遣し、不安や悩みを傾聴しながら養育環境を整える。		●				
一時預かり事業	一時的に保育が困難となった児童を保育園で預かる	申込時の児童の保育等の聞き取りで、生活実態や困りごとを把握し、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。		●		●		
子育て支援事業	子育て親子に対して遊びの場の提供や育児講座等による育児支援や育児相談	子育て世代の交流や情報交換の場を提供し、育児不安や孤立感の緩和と、育児相談を通じての家庭内の困りごとを把握し、他に必要と考えられる支援があれば担当部署につなげる。 育児相談会では療育専門相談員により、保護者の育児についての困り感や児の発達での困り感について、カウンセリングによる傾聴と助言を行い、保護者自身による解決法を導く。		●		●		
発達支援事業	発達に心配のある子どもや保護者の支援と相談、関係機関との連携業務	子どもの能力等の向上を図ると共に保護者の育児不安の軽減を図り、保護者らの相談を受けると共に、他に必要と考えられる支援があれば、担当部署につなげる。		●		●		
母子保健	各種母子保健に関する健診、健康相談、家庭訪問等	妊娠届出時には母子手帳の発行、妊婦健診受診券の発行及び妊娠初期の保健指導を実施。地区担当保健師が、妊娠・出産についての心配事（経済的不安、健康、育児についてなど選択肢あり）を把握し早期に相談対応できる環境をつくっている。		●		●		
母子保健	各種母子保健に関する健診、健康相談、家庭訪問等	妊娠中期の個別相談時に、不安や心配事について対応する。また養育支援面談（民生児童委員と妊婦の面談）を実施し、地域の相談役と繋ぐ機会を提供している。		●		●	●	

		産後 1 か月前後に新生児・産婦訪問を実施し、産後うつの上スクリーニングを必要時実施。ハイリスク者については、再度訪問等を実施する。		●					
		乳幼児相談、すくすく教室、乳児健診時に子どもの発達や月(年)齢に合わせた育児の困り感などを個別面談で確認。必要時には、別に機会を設け、専門家による相談や保健師による相談、療育機関の紹介等を実施する。		●		●	●		
精神保健	精神保健に関する相談、講演会	精神保健相談会ではうつ病や統合失調症などの精神疾患に関する相談、認知症に関する相談、発達障害に関する相談など、本人、家族、関係者からの個別相談を実施。(月 1 回、精神科医による相談) こころの健康づくり教室では、自殺の原因になりえる精神疾患やその前兆段階などの知識の普及啓発を図る。(年 1 回)		●	●	●			
成人保健	各種成人保健に関する健診、健康相談、家庭訪問	健診受診勧奨訪問、各種健診結果説明・相談、精検受診勧奨・未受診勧奨、その他一般健康相談において、必要時、他事業や担当部署を紹介する。		●		●			
農林課									
各種料理教室・農産物加工体験事業	「北瑛小麦の丘」や「みのり」を会場に町民を対象とした体験教室を実施	【事務局：美瑛町農業振興機構】 町内産農畜産物を使った料理・加工体験教室を実施し交流の場を提供している。		●					
農業委員会									
アグリパートナー協議会	農業後継者パートナー対策	「Feeling chance in びえい」等の各種事業を開催し、農業者の結婚を支援する。また、結婚後の女性を対象としたアグリパートナー交流会を開催し交流の場を提供している。		●					
商工観光交流課（経済文化振興課）									
ホテルラヴニール加工体験	ホテルラヴニール加工体験室で体験教室を実施	【事務局：美瑛物産公社】 町内産農畜産物を使った料理・加工体験教室を実施。		●					
中小企業に対する補助事業	中小企業町特別融資貸付金 中小企業者等振興補助事業	補助金実施主体（商工会）が窓口となって相談・審査・経営指導等を実施するため、商工会と連携し、事業者からの相談内容により必要とする支援等について情報共有を図り、担当部署との調整を行う。						●	
中小企業者の事業継承・失業相談	事業継承・失業に関する相談	商工会と連携し、事業者からの相談内容により必要とする支援等について情報共有を図り、担当部署との調整を行う。						●	
雇用対策（無料職業紹介所）	求職者(移住希望者を含む)に対する情報提供	旭川及び富良野ハローワークの求人情報の提供、町内求人情報の提供。						●	
文化スポーツ課									
各種イベント事業	3大イベント（ヘルシーマラソン事業・美瑛センチリーライド事業・宮様国際スキーマラソン事業）を始めとする町内イベント事業	各実行委員会によるイベント開催（3大イベントについては町内関係団体からのボランティア・関係各機関の協力を得て実施）により、交流の場を提供している。		●					
スポーツ振興事業（大人版チャレンジクラブ）	月に1度、軽スポーツを行い日頃の運動不足やストレス解消、仲間づくりを目的とする	スポーツセンターを会場にニュースポーツをはじめとする取り組みやすい軽スポーツを実施し、心身ともにリフレッシュする。		●					

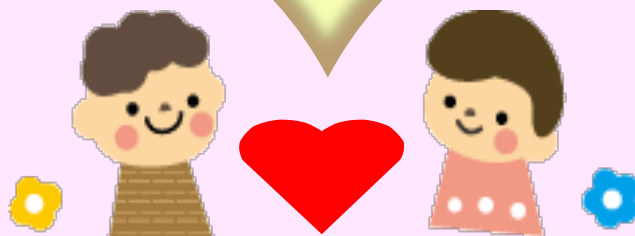
文化振興事業	就学時から高齢者まで、幅広い年齢層を対象に、各種文化活動の事業を展開し、参加者間の交流と生きがいづくりを目的とする	小中学生：自然体験、家庭教育等 高校生：高校生ボランティア等 青年・成年：文化事業（英会話教室等） 高齢者：高齢者大学等 全年齢：出会いふれあい祭り等	●						
建設水道課									
公園改修事業	公園内の整備工事	死角を造らない。							●
上下水道料金等徴収事務	上下水道料金等徴収事務全般	上下水道関連の窓口来庁者や訪問徴収者で精神的に不安定な方や自殺リスクが懸念される人の場合には、担当部署へ情報提供を行う。	●						
除排雪事業	除排雪全般	除排雪の要望、相談等で精神的に不安定な方や自殺リスクが懸念される人の場合には、担当部署へ情報提供を行う。	●						
各種補助事業	住宅改修補助等全般	各種補助申請の際に精神的に不安定な方や自殺リスクが懸念される人の場合には、担当部署へ情報提供を行う。	●						
税務課									
徴税・徴収管理事業	主に町税全般に係る徴税・徴収業務	税務関連の窓口来庁者で精神的に不安定な方や自殺リスクが懸念される人の場合には、担当部署へ案内又は情報提供を行う。	●						
教育委員会管理課									
要保護及び準要保護児童生徒援助事業	経済的理由により就学困難な児童の保護者に対して必要な就学援助を行う	就学困難な児童生徒への学用品費、修学旅行費等の扶助を行う。							●
特別支援教育推進事業	在籍児童生徒の状態像を把握指導支援計画に反映するよう医療機関と連携を図る	医療同行に係る交付金を交付し、特別支援教育と医療機関との連携を図る。							●
スクールカウンセラー及びこころの相談	各学校へスクールカウンセラー等派遣	不登校・いじめ等対策	●			●		●	
教育助手管理事業	多人数学級や複式学級などに対するきめ細かな指導補助者として配置	教員および児童生徒へのきめ細かいフォロー	●						
学校給食管理運営事業	学校給食無償化含む	各学校へ学校給食無償化交付金を交付し、児童生徒の各家庭の経済的な負担軽減につなげている。							●
小中学校通級指導推進事業	学校に通級指導教室を設置	教材用消耗品・備品整備を行い、通級生徒の支援指導を行う。	●						

SOS の出し方に関する教育	いのちの大切さを学び、自分らしく生きられる教育	生活上の困難やストレスに直面した時の対象法やSOSの出し方を学ぶための教育を学校と連携しながら行う。		●					●
子どもの居場所	児童・生徒の居場所を設置	勉強や通学など様々な相談を受け、不安を減らしマイペースな暮らしができるよう支援する。		●					●
教職員研修事業	様々な教育課題に対応するため、計画的に教職員の研修を実施する。	児童生徒が発信するSOSサインに気づき、校内及び相談支援機関と円滑に連携できる体制を整備する。		●	●				●
町立病院									
病院事業	診療業務 相談業務	診療又は相談業務を通じて、自殺リスクの高い患者等（町民）の早期発見、対応に努める。		●					
		自殺リスクが高いと思われた患者等（町民）については、精神科紹介又は担当部署に情報を提供する。		●					
医療費徴収事務	滞納者の医療費の徴収及び支払いの相談	医療費滞納者の中には生活面で深刻な問題を抱えている場合もあるため、支払相談において自殺リスクが高いと思われる患者等については、担当部署に情報を提供する。		●				●	

自殺対策相談窓口一覧

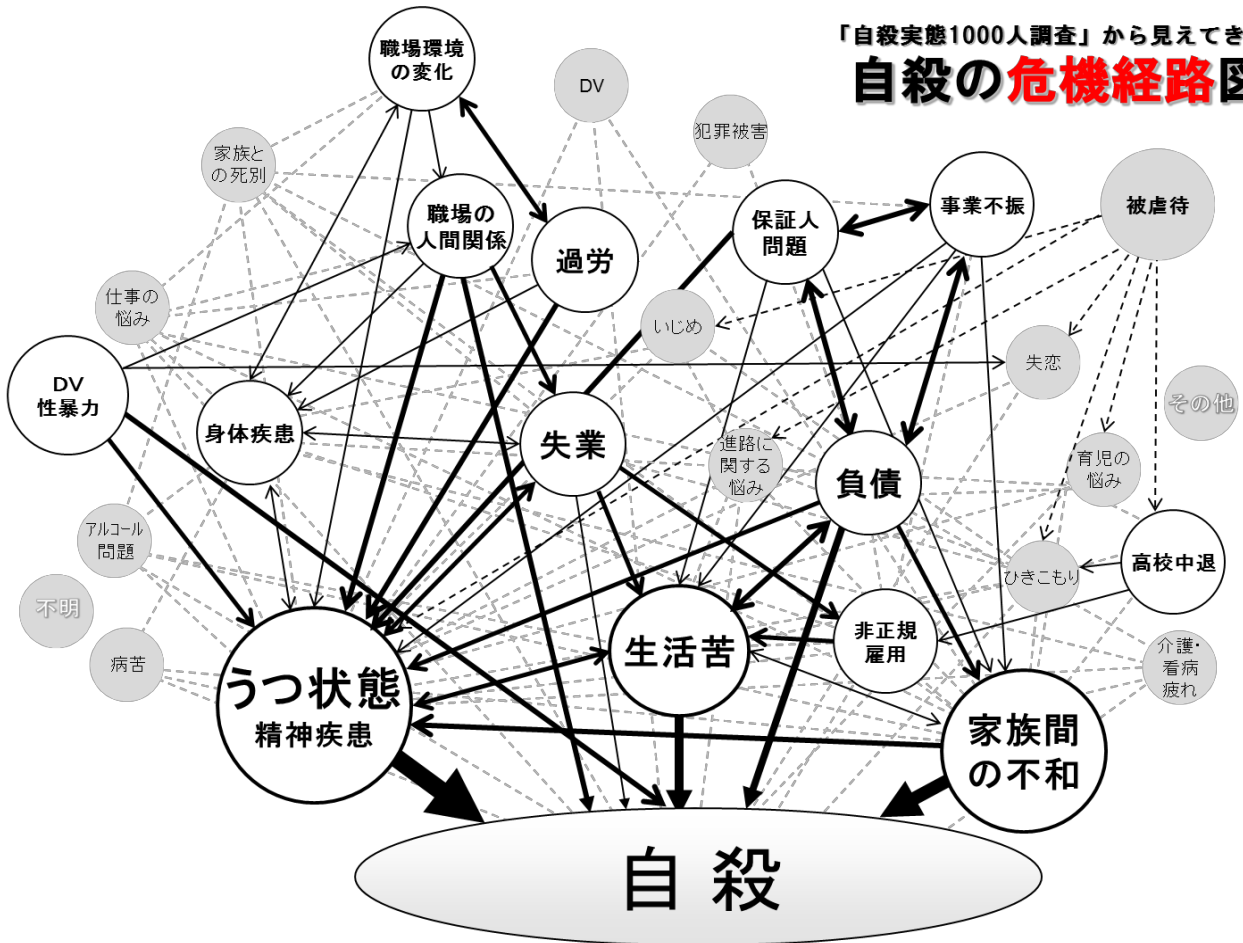
自殺のないまちを めざして

旭川市・鷹栖町・東神楽町・当麻町・比布町・
愛別町・上川町・東川町・美瑛町・幌加内町版



あなたの気持ち、話してください。
こころのサインに気付いてください。

「自殺実態1000人調査」から見えてきた
自殺の危機経路図



自殺で亡くなった523人の、その一人ひとりの亡くなるまでの軌跡を辿ると、そこには共通の「自殺の危機経路」が浮かび上がってきた。

出典：自殺実態白書2013(NPO法人ライフリンク発行)

**北海道では毎日2~3名が自殺で亡くなっています。
 上川中部でも毎年約70人が自殺で亡くなっています。**

自殺は様々な問題が複雑に重なり合い、追い込まれた末の死であることが明らかになっています。

悩みを抱えたところは、パンクしそうにふくらんだ風船に似ています。考えれば考えるほど、風船はふくらむばかりで、空気の出口をゆるめようとしなくなってしまいます。

こんな時、突破口を切り開く第一歩が、だれかに話してみることです。あなたもだれかに相談してみませんか？

相談窓口

1. 市町の母子保健・子育て支援、こころの健康、介護に関する総合相談

1) 旭川市

市町名	母子保健・子育て相談 ・女性相談窓口	こころの健康相談窓口	介護・高齢者相談窓口	受付時間	備考
旭川市	「母子保健」 母子保健課 0166-26-2395 ----- 「子どもに係る相談」 子ども総合相談センター 0166-26-5500 ----- 「女性の悩みに関する相談」 女性相談 0166-25-6418	健康推進課 0166-25-6364	介護119番 (介護総合相談) 0166-25-9119	8:45~17:15 (月~金)	介護・高齢者相談 は旭川市内11ヶ所 の地域包括支援セ ンターでも対応しま す

2) 上川保健所管内町

市町名	母子保健・子育て支援窓口	障害者相談窓口	介護・高齢者相談窓口	受付時間	備考
鷹栖町		生活福祉相談センター 0166-87-2112		8:30~17:15 (月~金)	健康福祉課 (サンホールはびねす内)
東神楽町	健康ふくし課 0166-83-5431	健康ふくし課ふくしグループ 0166-83-5430 ----- 基幹相談支援センターこりん相談室 0166-82-4007	地域包括支援センター 0166-83-5600	8:30~17:15 (月~金)	
当麻町	健康課 0166-84-2111	福祉課 0166-84-2111	地域包括支援センター 0166-84-2111	8:30~17:15(月~金)	
比布町	保健センター 0166-85-2555	保健福祉課福祉係 0166-85-4804	地域包括支援センター 0166-85-2112	8:30~17:15 (月~金)	
愛別町	保健福祉課 01658-6-5111	保健福祉課 01658-6-5111	地域包括支援センター 01658-6-4771	8:30~17:15 (月~金)	
上川町	保健福祉課 01658-2-4054 ・4055	保健福祉課 介護福祉グループ 01658-2-4055	保健福祉課 01658-2-4054 ・4055	8:30~17:15 (月~金)	
東川町	保健福祉課 0166-82-2111	保健福祉課社会福祉室 0166-82-2111 ----- 基幹相談支援センターこりん相談室 0166-82-4007	地域包括支援センター 0166-82-2111	8:30~17:15 (月~金)	
美瑛町	保健センター 0166-92-7000	障害相談支援センター 0166-92-4473	地域包括支援センター 0166-92-4248	8:30~17:15 (月~金)	
幌加内町	保健福祉課 0165-35-3090	保健福祉課しあわせ 福祉係 0165-35-3090	地域包括支援センター 0165-35-3090	8:30~17:15 (月~金)	

2. こころの相談

相談窓口	連絡先	受付時間	備考
北海道いのちの電話	011-231-4343	24時間	
旭川のいのちの電話	0166-23-4343	木曜9:00～ 月曜15:30連続 火・水曜9:00～15:30	
日本のいのちの電話連盟 自殺予防いのちの電話	0120-783-556	毎月10日8:00 ～翌11日8:00	通話料無料
日本のいのちの電話連盟 ナビダイヤル	0570-783-556	10:00～22:00	ナビダイヤル受付センターに順次おつながります。
一般社団法人北・ほっかいどう 総合カウンセリング支援センター 北・ほっかいどう被害者相談室	心の悩み相談 0166-27-7611 面接予約 0166-24-1900	10:00～15:00 (月・火・木・金)	面接は予約制です 面接場所: 旭川市5条庁舎
旭川市保健所健康推進課	0166-25-6364	8:45～17:15 (月～金)	対象地区:旭川市
上川保健所健康推進課健康支援係	0166-46-5992	8:45～17:30 (月～金)	対象地区: 鷹栖町・東神楽町・ 当麻町・比布町・愛 別町・上川町・東川 町・美瑛町・幌加内 町
北海道立精神保健福祉センター こころの電話相談	0570-064-556	9:00～21:00(月～金) 10:00～16:00 (土・日・祝日)	

3. 健康に関する相談

分類	相談窓口	連絡先	受付時間	備考
うつ	一般社団法人明るいうつのかい	0166-29-0123	10:00～16:00 (月～金)	当事者および専門 相談員が対応しま す
		緊急連絡先 080-6093-5670	24時間	
アルコール 依存	旭川連合断酒会	0166-57-6701 090-1527-4489	9:00～21:00	
	特定非営利活動(NPO)法人アラ ノン・ジャパン事務局(GSO) (アルコール依存の問題を持つ 人との関わりにより影響を受けた 家族と友人の集まり)	045-642-8777	10:00～16:00 (水・土・日・祝日休み)	自助グループ・アラ ノンのグループや 書籍の紹介になり ます。
	アルコールリクス・アノニマス AA北海道セントラルオフィス (HCO)	011-557-4329 メール hcoaa@yahoo.co.jp	11:00～16:00 (月～金)	あなたが「自分にお 酒の問題がある」と 思うなら、HCOにお 問い合わせくださ い。
ギャンブル 依存	GA日本インフォメーションセン ター	ホームページ http://www.gajapan.jp/ メール gajapan@rj9.so-net.ne.jp	常駐のスタッフがおりませ るので、お返事に時間が かかる場合がありますの で、御了承ください。	ギャンブルの問題を もつ当事者のミー ティングを実施して います。
	一般社団法人ギャンノン 日本サービスオフィス	ホームページ http://www.gam-anon.jp 03-6659-4879 メール info@gam-anon.jp	電話対応時間 10:00～12:00 (月曜日と木曜日)	ギャンブルの問題に影 響を受けた家族や友 人のミーティングをし ています。旭川市内でも 開催しています。
薬物 依存	北海道ダルク	011-750-0919	9:00～17:00 (月～金)	当事者スタッフが対 応します

分類	相談窓口	連絡先	受付時間	備考
高次脳機能障がい	脳外傷友の会コロポックル道北	0166-85-6460	10:00~15:30 (月~金、平日のみ)	面接相談は完全予約制です。(お電話で予約下さい)
	脳外傷友の会「コロポックル」	011-858-5600	10:00~17:00 (月~金)	
精神障がい	旭川精神障害者家族連合会	0166-61-4311	10:00~16:00 (月~金)	
難病	北海道難病連旭川支部	0166-24-7690	9:00~17:00 (月~金)	当事者が病気・生活等々、何にでも相談対応します
認知症	旭川認知症の人と家族を支える会 (やまびこ会)	0166-52-7760	24時間	
	若年性認知症の人と家族の会 (旭川ひまわりの会)	090-3898-0418(担当 石井) FAX 0166-67-2455 メール hinoki34@ab.auone-net.jp URL asahikawa-himawari.com	8:00~20:00	(事務局) 070-0824 旭川市錦町19丁目 2166-234(ティサービス 陽の木 内)
	医療法人社団 旭川圭泉会病院 認知症疾患医療センター	0166-37-2810 メール相談 ninchi.c@keisenkai.or.jp	9:00~16:30 (月~金)	
	医療法人社団志恩会 相川記念病院 認知症疾患医療センター	0166-53-8853	9:00~16:30(月~金) 9:00~11:30(土)	初診は事前に問い合わせ、予約が必要。
女性	上川保健所健康推進課 女性の健康サポートセンター	0166-46-5992	8:45~17:30 (月~金)	対象地区: 鷹栖町・東神楽町・ 当麻町・比布町・愛 別町・上川町・東川 町・美瑛町・幌加内 町
障がい	旭川市障害者総合相談支援 センター あそーと	0166-73-5936	9:00~18:00 (月~土)	月曜日以外は面接 相談も可能です
	かみかわ相談支援センター ねっと	0166-38-1180	9:00~17:00(月~金) 9:00~12:30(土)	月曜日以外は面接 相談も可能です
	北海道発達障害者支援 道北地域センターきたのまち	0166-38-1001	9:00~17:00 (月~土)	基本的に面談は身 近な支援者の方と 一緒に来所を願 いしています。市町 村の相談窓口や基 幹相談支援事業所 にご相談の上ご連 絡をお願いします。
	上川中南部障害者就業・生活 支援センターきたのまち	0166-38-1001	9:00~17:00 (月~土)	障がいのある方の 一般就労について のご相談を受けま す。面談をご希望 の方は事前に予約 が必要です。
	上川中部基幹相談支援センター きたよん	0166-84-7111	8:30~17:15 (月~金)	対象:当麻町、比 布町、愛別町、上 川町の住民の方

※その他にも、障がいの特性に応じた相談支援を行っている事業所があります。



4. 消費生活に関する相談

相談窓口	連絡先	受付時間	備考
北海道立消費生活センター	050-7505-0999	9:00~16:30 (月~金)	面接相談も可能です
旭川市消費生活センター	0166-22-8228	9:00~17:00 (月~金)	対象地区: 旭川市・鷹栖町・東 神楽町・当麻町・比 布町・愛別町・上川 町・東川町

5. 労働に関する相談

相談窓口	連絡先	受付時間	備考
北海道労働組合総連合 労働相談ホットライン	0120-378-060	10:00~17:00 (月~金)	通話料無料
旭川労働基準監督署 総合労働相談コーナー	0166-35-5901	8:30~17:15 (月~金)	
旭川公共職業安定所職業相談・紹介	0166-51-0176 41#	8:30~17:15(月~金)	
北海道中小企業労働相談所 労働相談ホットライン	0120-81-6105	17:00~20:00 (月~金) 13:00~16:00(土)	通話料無料
上川総合振興局商工労働観光課	0166-46-5938	8:45~17:30 (月~金)	

6. 多重債務・法律に関する相談

相談窓口	連絡先	受付時間	備考
法テラス・サポートダイヤル	おなやみなし 0570-078374	9:00~21:00(月~金) 9:00~17:00(土)	固定電話からは全 国一律3分8.5円(税 別) 携帯電話からは20 秒10円程度(税別) 公衆電話からは全 国一律1分10円
法テラス旭川	050-3383-5566	情報提供 9:30~15:30 法律相談受付 9:00~17:00 (月~金)	
司法書士会総合相談センター・あさひかわ	0166-51-7837	9:00~17:00 (月~金)	

7. 生活困窮に関する相談

相談窓口	連絡先	受付時間	備考
旭川市自立サポートセンター	電話 0166-23-1134 FAX 0166-22-8020	8:45~17:15 (月~金)	対象地区:旭川市
かみかわ・くらし安心センターほっと	電話 0166-59-5003 FAX 0166-59-5283	9:00~18:00 (月~金)	対象地区: 上川管内19町村

8. 生活資金貸付け相談

相談窓口	連絡先	受付時間	備考
旭川市福祉保険部生活支援課	0166-25-9108	8:45~17:15 (月~金)	『生活つなぎ資金』について対応します ・対象地区:旭川市 ・相談に1時間程度必要なため、午前中は11時まで、午後は4時までにご来庁願います
旭川市社会福祉協議会	0166-23-1185	8:45~17:15 (月~金)	『生活福祉資金』『臨時特例つなぎ資金』について対応します 『生活福祉資金』 低所得世帯、障害者世帯、高齢者世帯等への必要に合わせた資金の貸し付け 『臨時特例つなぎ資金』 住居のない離職者で、次の条件に該当する方への当面の生活費の貸付け ①失業等給付、住宅手当等の公的給付制度または就職安定資金融資等の公的貸付制度の申請を受理されており、かつ給付等の開始までの生活に困窮している ②貸付け希望者名義の金融機関の口座がある ※市町村により、上記以外にも独自事業を実施している場合がありますので、直接、お問い合わせ下さい。
鷹栖町社会福祉協議会	0166-87-4451	8:30~17:15 (月~金)	
東神楽町社会福祉協議会	0166-83-5424	8:30~17:15 (月~金)	
当麻町社会福祉協議会	0166-84-5711	8:30~17:15 (月~金)	
比布町社会福祉協議会	0166-85-2943	8:30~17:00 (月~金)	
愛別町社会福祉協議会	01658-6-6800	8:30~17:15 (月~金)	
上川町社会福祉協議会	01658-2-3343	8:15~17:00 (月~金)	
東川町社会福祉協議会	0166-82-7505	8:30~17:15 (月~金)	
美瑛町社会福祉協議会	0166-92-0733	8:30~17:15 (月~金)	
幌加内町社会福祉協議会	01653-5-3090	8:30~17:15 (月~金)	
北海道経済部地域経済局 中小企業課	011-204-5346	8:45~17:30 (月~金)	『勤労者福祉資金』について対応します
上川総合振興局 商工労働観光課	0166-46-5938	8:45~17:30 (月~金)	



9. 犯罪（トラブル）による被害等に関する相談

相談窓口	連絡先	受付時間	備考
一般社団法人北・ほっかいどう 総合カウンセリング支援センター 北・ほっかいどう被害者相談室	被害者相談 0166-24-1900	10:00～15:00 (月・火・木・金)	面接は予約制です 面接場所: 旭川市5条庁舎
	面接予約 0166-24-1900	10:00～15:00 (月・火・木・金)	
法テラス・犯罪被害者相談支援ダイヤル	なくこないよ 0570-079714	9:00～21:00(月～金) 9:00～17:00(土)	固定電話からは全国一律3分8.5円(税別) 携帯電話からは20秒10円程度(税別) 公衆電話からは全国一律1分10円
北海道家庭生活総合カウンセリングセンター 北海道被害者相談室	011-232-8740	10:00～16:00 (月～金)	
	性暴力専用ダイヤル 011-211-8286	10:00～16:00 (月～金)	
北海道警察旭川方面本部 相談センター	0166-34-9110 #9110	8:45～17:30 (月～金)	夜間・休日は当直で受け付け(24時間対応)
北海道警察旭川方面本部 性犯罪被害110番	ハートさん 0120-677-110 #8103	8:45～17:30 (月～金)	夜間・休日は当直で受け付け(24時間対応)
北海道交通事故相談所	050-3533-4703 011-204-5220	9:00～16:30 (月～金)	祝日、年末年始を除く
	FAX相談 011-232-7452		
	メール相談 kansei.dousei2@pref.hokkaido.lg.jp		
上川総合振興局交通事故相談所	面接予約電話 0166-46-5923	8:45～17:30 (月～金)	祝日、年末年始を除く。 電話相談は対応できません。 相談は、年間12回を予定していますので、事前に日程等を電話で確認してください。
	専門員面接巡回相談 0166-46-5923	13:00～15:30 (概ね1ヶ月に1回)	
旭川市配偶者暴力相談支援センター	0166-25-6418	8:45～17:15 (月～金)	対象地区:旭川市
上川総合振興局 配偶者暴力相談支援センター	0166-46-5081	9:00～17:00 (月～金)	祝日、年末年始を除く
旭川地方法務局 女性の人権ホットライン	0570-070-810	8:30～17:15 (月～金)	メール相談利用については、左記URLにアクセスの上、必要事項を入力してください。
	メール相談 http://www.jinken.go.jp/		
ウィメンズネット旭川	0166-24-1388	18:00～21:00 (月～金)	女性・DV相談に対応します
性暴力被害者支援センター北海道 SACRACH(さくらこ)	050-3786-0799	月～金 13:00～20:00 (土日祝祭日、12/29～1/3を除く)	女性の性暴力被害の相談に対応します

10. 子ども・いじめ・学校に関する相談

相談窓口	連絡先	受付時間	備考
旭川地方務局 子どもの人権110番	0120-007-110	8:30~17:15 (月~金)	通話料無料
	メール相談 http://www.jinken.go.jp/		メール相談利用については、左記URLにアクセスの上、必要事項を入力してください。
24時間子どもSOSダイヤル	0120-0-78310	24時間	
NPO法人チャイルドラインほっかいどう	0120-99-7777	16:00~21:00 (毎日)	通話料無料 対象:18歳未満
子ども相談室キラキラ星	0166-62-7215 090-5987-4902	10:00~20:00	子どもからの SOS、子どもに関する保護者からの 相談に応じます。
	メール相談 bacillusman425@yahoo.co.jp		
北海道警察旭川方面本部 少年相談110番	0120-677-110	8:45~17:30 (月~金)	
上川教育局	教育相談電話 0166-46-5243	8:45~17:30 (月~金)	
	メール相談 kamikyo.seigaku1@pref. hokkaido.lg.jp		
北海道子ども相談支援センター	0120-3882-56	毎日24時間	通話料無料
	メール相談 doken-sodan@hokkaido-c.ed.jp		返信に数日かかる ことがあります。
旭川市子ども総合相談センター	代表 0166-26-5500	8:45~17:15 (月~金)	対象地区:旭川市
	子ども専用 フリーダイ ヤル 0120-528506	月・木の電話相談は 20:00まで	
	メール相談 kodomosodan@city.asahikawa. hokkaido.jp		
上川総合振興局保健環境部社会福祉課 家庭児童相談室	0166-46-5990	8:45~17:30 (月~金)	対象地区: 上川管内19町村
北海道旭川児童相談所	0166-23-8195	8:45~17:30 (月~金)	児童虐待通告・相 談については年中 24時間対応

11. 自死遺族・わかちあい

相談窓口	連絡先	受付時間	備考
北海道立精神保健福祉センター	011-864-7000	8:45~17:30 (月~金)	
自死遺族の思いを語る集い「癒しの会」	090-5076-0399(吉野淳一)	8:00~23:00	自死遺族のわかち あいの会を開催
	メール相談 11yoshino@gmail.com (アタマは半角数字の仔が2つ)		
旭川市保健所 健康推進課	0166-25-6364	8:45~17:15 (月~金)	旭川自死遺族わ かちあいの会を開 催

12. 精神科病院

相談窓口	連絡先	受付時間	備考
旭川医科大学病院	0166-65-2111	8:30～12:00(月～金) [外来診療受付時間]	初診は他院の紹介状と事前の問い合わせ、予約が必要
市立旭川病院	0166-24-3181	8:00～11:30(月～金) [外来診療受付時間]	初診は予約が必要
医療法人社団 志恩会相川記念病院 医療相談室	0166-51-3421	9:00～16:30(月～金) 9:00～11:30(土) [外来診療受付時間]	初診は予約が必要
医療法人社団 旭川圭泉会病院 社会復帰・地域医療連携部医療相談室	0166-36-7784	9:00～12:00(月～金) [外来診療受付時間]	初診は事前に問い合わせ、予約が必要
医療法人順真会 メイプル病院	0166-22-7245	9:00～11:30(月～金) [外来診療受付時間]	初診は予約が必要
医療法人社団六樹会 聖台病院	0166-83-3522	9:00～15:30(月水金) 13:30～15:30(火) 9:00～12:00(木) ※第1・3木曜のみ9:00～15:30	初診は事前に問い合わせ、予約が必要
医療法人丸谷会 丸谷病院	0166-25-1111	9:00～12:00(月～金) [外来診療受付時間]	

このパンフレットは様々な問題で悩んでいる方や、
その方を心配しているご家族やお友達のために作成しました。

こころが疲れた時、不安や問題を抱えている時、1人で抱えこまないでください。
問題解決のお手伝いができる様々な相談窓口がありますので、ぜひご利用ください。

※相談される場合は各機関によって専門とする相談内容や対象が異なります。
詳細については各機関にご確認ください。

編集・発行：平成23年2月24日 上川中部自殺対策連絡会議
改訂：平成31年2月5日

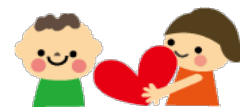
【事務局】

北海道上川保健所（上川総合振興局保健環境部保健行政室）
健康推進課

〒079-8610

北海道上川市永山6条19丁目1 上川合同庁舎

TEL：0166-46-5992



第2期美瑛町自殺対策計画

発行年月 令和7年3月
編集・発行 美瑛町保健福祉課

〒071-0292

北海道上川郡美瑛町本町4丁目6番1号 美瑛町役場

TEL 0166-92-4248 FAX 0166-92-1115