

# 3月は自殺対策強化月間

～あなたの大切な人のためにできること～

くわしくは 健康課 ☎0288(21)2756

**全**国の自殺者数は、平成15年をピークに令和元年まで年々減少していましたが、令和2年・3年は2万1,000人を超え、令和元年より900人程度増加した状態が続いています。

特に3月は、多くの企業の決算期であることや、転勤や転居、子どもの進級・進学など生活環境が大きく変化し、ストレスを受けやすい時期であることから、例年自殺者数が増える傾向があります。

自殺とは健康問題、経済問題、職場や学校、家庭の問題などさまざまな要因が複雑に絡み合い、心理的に追い込まれた末に起こるものです。

「死にたい」と考えている人も、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、自殺に至る前になんらかのサインを発していることが多く見られます。

いつもと様子が違うとき、「ちょっと気にかけてみる」「声をかけてみる」

自殺予防のためには周囲の人の「気づき・傾聴・つなぎ・見守り」が大切です。「会話が少なくなった」「食事が減った」「ふだんより疲れた顔をしている」「突然よく話すようになった」など、身近な人の様子がいつもと違うときには「どうしたの?」とまずは声をかけ、話を聴いてみてください。

また、困ったときには決してひとりでも悩まず、家族や友人、職場の上司や同僚など、信頼できる人に相談することが大切です。電話や「LINE」で相談できる窓口もあります。

## 自殺予防のためのポイント

— いつでも だれでも どこでも —

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

### 主なこころの相談窓口

◎こころの健康相談統一ダイヤル  
電話をかけた所在地の都道府県・政令指定都市が実施している公的な相談機関につながります。

☎0570(064)5556(有料)  
※栃木県は月曜～金曜日午前9時～午後5時

### ◎よりそいホットライン

生活上の悩みのほか、生活困窮者などに対する総合的な電話窓口です(24時間対応)。  
☎0120(279)338(無料)  
  
ホームページ

### ◎こころの相談@とちぎ

不安がある方や悩み、ストレスがある方に対する、「LINE」アプリを使用した相談です。  
  
LINEアカウント

※午後1時～11時に利用可能(土曜・日曜日、祝日を含む)

その他の相談窓口は、厚生労働省ホームページ「まもろうつよこころ」で確認してください。  
※市健康課でも相談できます

4月1日から

# 日光市犯罪被害者等支援条例 を施行します

くわしくは 総務課 人権・男女共同参画推進係 ☎0288-21-5184



## 支援の目的

犯罪による被害者は特別な人ではありません。誰もが、ある日突然、犯罪被害者やその家族または遺族になるおそれがあります。

被害者等は、生命を奪われたり、障がいを負ったり、大切な家族を失ったりするなどの直接的な被害に苦しむだけではありません。被害後に生じる精神的な苦痛、治療費の支出などに伴う経済的負担、中傷により傷つけられたり、プライバシーが侵害されたりするなどの二次的被害に苦しめられていることも少なくありません。

被害者等が、受けた被害から一日も早く心身ともに回復し、再び平穏な日常生活を営めるようにするためには、被害者等を社会全体で支えていくことが重要です。

被害者等の状況を理解した上で、市と警察、被害者支援センターとちぎなどの関係機関が連携して支援を進めます。



## 支援の主な内容

### ①総合窓口を設置

相談・情報の提供を行う総合窓口を設置します。被害者等が直面しているさまざまな問題について相談に応じ、必要な情報の提供、関係部署・関係機関との連携・調整を行います。

### ②安全の確保

警察などの関係機関と連携して、二次的被害の防止に取り組みます。

### ③福祉サービスなどの支援

被害者等のおかれている状況に応じて、福祉サービスなどの案内や必要な手続きを支援します。

### ④居住の安定

犯罪被害により従前の住所に居住することが困難になった場合に、市営住宅の一時使用や、一定の条件において市営住宅への入居要件を緩和します。

### ⑤見舞金を支給

被害者等の経済的負担の軽減を図るため、見舞金を支給します(令和5年4月1日から)。

#### ▼遺族見舞金

支給額：30万円

対象：犯罪行為により死亡した被害者の遺族

#### ▼重傷病見舞金

支給額：10万円

対象：医療機関での療養期間が1カ月

以上の被害者。精神疾患の場合は、療養期間が1カ月以上で、かつ3

日以上労務に服することができな

い被害者

※見舞金は、日本国内または日本国外

にある日本船舶もしくは航空機内で

の、人の生命または身体を害する罪

にあたる故意の犯罪行為が対象です。

ただし、見舞金の支給対象とならない場合がありますので、詳しくは、総合窓口にご相談ください。



## 支援の開始日

条例の施行は令和5年4月1日からですが、施行日前でも、現行制度で対応できる支援もありますので、まずは総合窓口へご相談ください。

### 市総合窓口(4月から変更)

◇令和5年3月31日まで…

企画総務部総務課

☎0288(21)5184

◇令和5年4月1日から…

市民生活部生活安全課

☎0288(21)5112

「被害者支援センターとちぎ」も相談窓口の一つです。犯罪被害者等をさまざまな活動で支援する公益財団法人です。

所在地：宇都宮市桜4-2-2 栃

木県立美術館普及分館2階

受付時間：午前10時～午後4時

(土曜・日曜日、祝日、年末

年始を除く)

☎028(643)3940

☎028(623)6600