

誰もが自ら命を
絶つことのない
社会の実現計画

山形県金山町

平成31年2月

はじめに

少子高齢化社会を迎えるなか、本町では現状を嘆くばかりではなく、「みんな笑顔の健康長寿推進条例」を制定し、一人一人の町民が元気で長生きできるよう推進してまいりました。

このような下、町の自殺死亡者は徐々に減少傾向にはあるものの、残念ながら毎年1名以上の方が、自ら尊い命を絶たれるという悲しい状況が続いております。

平成18年に自殺対策基本法が制定されて以降、それまで「個人の問題」とされてきた自殺が「社会の問題」として広く認識されるようになり、平成28年度の法改正により、市町村ごとに自殺対策計画を策定することとなりました。

そのため、本町では「みんな笑顔の健康長寿推進条例」をより強く推進するため、「誰もが自ら命を絶つことのない社会の実現計画」を策定する運びとなりました。

この計画は、生きるための支援計画です。生き続ける中で、誰もが陥る困難な状況や、それに伴う心の不安定さを、本人や家族が気づくのはもちろんのこと、身近な人や地域の方が気づき、優しく向き合うことで、本人の気持ちの傾聴にたどり着き、心のゆとりを感じてもらうことから、生きることに繋げていく総合的な支援を目指すものです。

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であると言われますが、本人が抱える心の負担を軽減し、「生きていたい」という気持ちを持ち続けられるよう、誰もが大切な一人の人間として存在し続けられるよう、町をあげて自殺対策を推進する体制を整えてまいりたいと考えております。

平成31年2月

金山町長 鈴木 洋

第1章 計画策定の趣旨等	1
1 趣旨.....	1
2 計画の位置づけ.....	1
3 計画の期間.....	1
4 計画の数値目標.....	1
第2章 町における自殺の現状と課題	2
1 全国と県との比較.....	2
(1) 自殺者数の推移.....	2
(2) 自殺率の推移.....	2
2 町の現状.....	3
(1) 町の自殺の概要.....	3
(2) 町の自殺の特徴.....	4
(3) 勤務・経営関連の自殺者の内訳.....	5
(4) 自殺者における未遂歴の有無.....	5
(5) 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果より.....	6
(6) 事業所における心の健康づくりに関するアンケート結果より.....	9
3 対策が優先されるべき対象群の把握.....	10
4 これまでの取り組みと今後の課題.....	12
(1) これまでの自殺対策等の取り組み.....	12
(2) 今後の課題.....	14
第3章 町における自殺対策の基本理念と基本的な方向性	15
(1) 自殺対策の基本理念.....	15
(2) 自殺対策の推進に関する基本的な方向性.....	15
(3) 施策の柱と基本施策.....	16
第4章 誰もが自ら命を絶つことのない社会の実現における取り組み	17
1 基本施策.....	17
(1) 町民の心の健康についてのアンケートの実施.....	17
(2) 事業所の心の健康づくりアンケート結果への対応.....	17
(3) 地域自殺実態プロファイルの活用.....	17
(4) 自殺対策を支える人材の養成.....	17
(5) 自分の心の状態や家族の状態に気づき、適時相談できるための啓発と周知.....	18
(6) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育.....	21
(7) 生きることの促進要因への支援.....	21
(8) 庁内におけるネットワークの強化.....	22
(9) 庁外におけるネットワークの強化.....	22
(10) 関係機関との連携の強化.....	23

2 重点施策.....	24
(1) 60歳代男性高齢者の心の健康づくり	24
(2) 20～30歳代の若者の心の健康づくり	24
3 3つの段階の具体的な取組	25
第5章 自殺対策の推進体制等	28
1 自殺対策組織の関係図	28
2 自殺対策推進本部	28
3 自殺対策ネットワーク会議	28
4 担当課・担当者	28
参考資料	29

第1章 計画策定の趣旨等

1 趣旨

本町における心の健康づくり事業は、平成19年度から高齢者、特に男性の閉じこもり予防を目的としてお茶のみクラブが開始され、全地区で実施されました。また、同年度から地域包括支援センターの運営が開始され、総合相談事業が行われています。

平成18年から28年の11年間で、自殺率（人口10万対）が73.2人から35.3人に減少し、平成18年を10とすると、国が3割の減少のところ、町では6割減少しました。後期高齢者の自殺者は減少傾向にありますが、20～70歳代までの自殺者は減らず、今後は若い年代や、前期高齢者の自殺対策を推進していく必要があります。

自殺は、個人の問題から社会の問題と認識されつつある昨今、平成28年4月に自殺対策基本法が一部改正され、市町村における自殺対策計画の策定が義務づけられました。

そのため、町自殺対策計画を策定し、誰もが自ら命を絶つことのない社会を目指し、みんな笑顔の健康長寿を推進していきます。

2 計画の位置づけ

- ・「金山町まち・ひと・しごと創生総合戦略」との整合性を図ります。
- ・自殺対策基本法第13条第2項に規定する市町村自殺対策計画であり、「いのち支える山形県自殺対策計画」との整合性を図ります。
- ・「金山町みんな笑顔の健康長寿推進条例」との整合性を図ります。
- ・「かねやま元気プラン21vol. 2」、「第8期金山町高齢者福祉計画・第7期金山町介護保険事業計画」、「金山ふれあいプラン」、「新金山子育て応援プラン」、「金山町地域福祉計画（仮称）」との整合性を図ります。

3 計画の期間

平成31年度～平成35年度

4 計画の数値目標

自殺者0を目指します。

第2章 町における自殺の現状と課題

1 全国と県との比較

(1) 自殺者数の推移

表1 自殺者数の推移 (人)

	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28
全 国	29,921	30,827	30,229	30,707	29,554	28,896	26,433	26,063	24,417	23,152	21,017
山形県	381	332	340	321	307	264	290	279	243	243	220
金山町	5	2	3	3	2	2	1	4	1	1	2

〔厚生労働省人口動態統計〕

(2) 自殺率の推移

表2 自殺率の推移 (人口10万対) (人)

	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28
全 国	17.8	24.4	24.0	24.4	23.4	22.9	21.0	20.7	19.5	18.5	16.8
山形県	19.6	27.9	28.8	27.4	26.4	22.8	25.3	24.6	21.6	21.7	19.9
金山町	73.2	29.9	45.7	46.4	31.7	32.0	16.2	66.1	16.8	17.3	35.3

〔厚生労働省人口動態統計〕

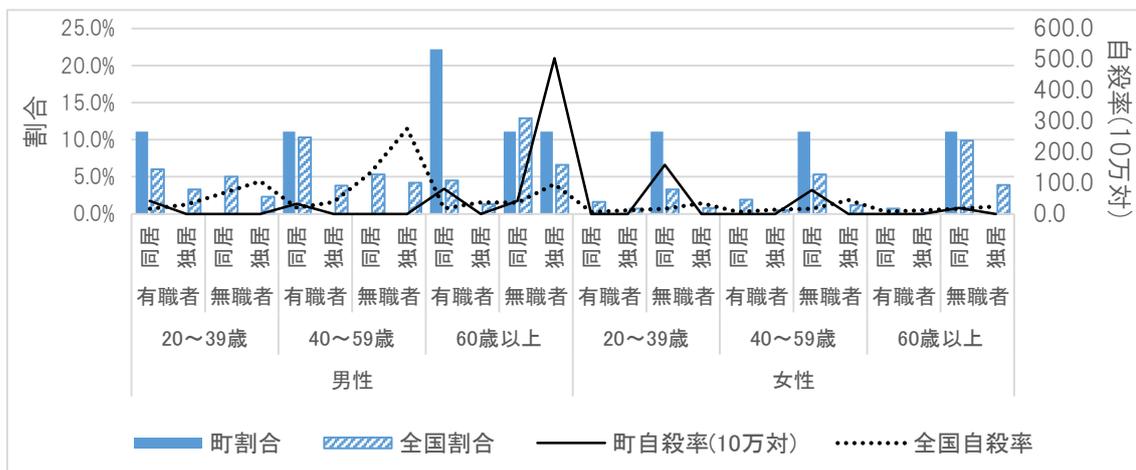
全国の自殺者数は平成22年から減少しており、山形県の自殺者数も平成20年をピークに減少傾向にあります。山形県は全国に比べて依然自殺率が高い状況にあります。

町の自殺者数は、平成18年から増減を繰り返しながらも減少傾向にあるといえますが、総人口の減少により、平成28年度からは1名の自殺者がいると自殺率が全国平均を上回る状況にあります。

2 町の現状

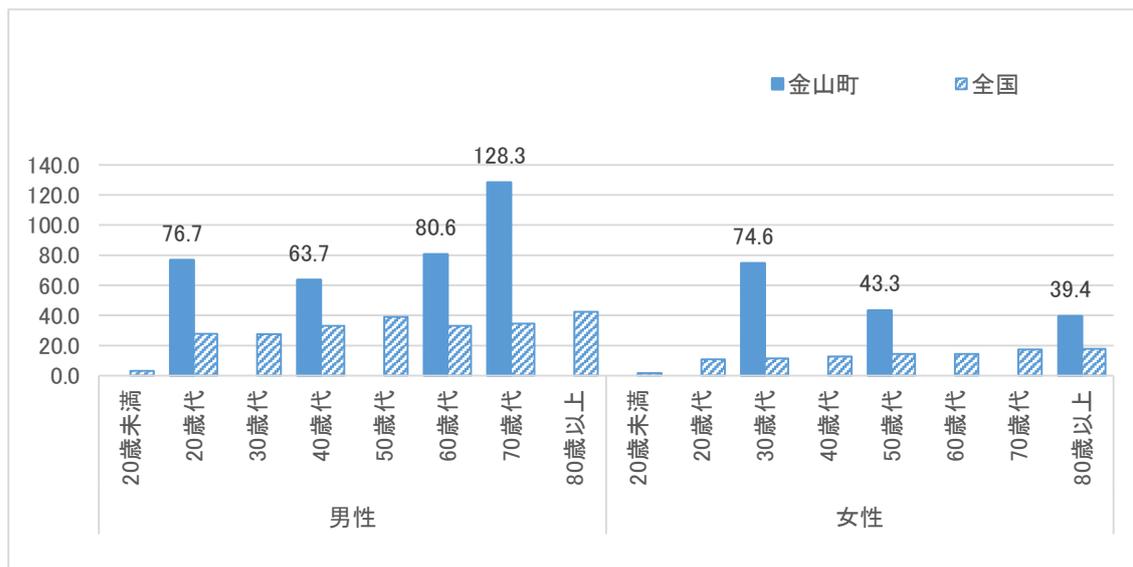
(1) 町の自殺の概要

図1 有職・無職者別、同居・独居別の自殺割合・自殺率（H24～28 合計）



〔金山町地域自殺実態プロフィール(2017)〕

図2 性・年代別の自殺率（H24～28 合計）



〔金山町地域自殺実態プロフィール(2017)〕

図1によると、60歳以上の男性、特に有職者で家族と同居している人の自殺率が高く、女性では無職者で家族と同居している人の自殺率が高くなっています。

図2によると、自殺者のいる年代すべてにおいて自殺率が全国より高くなっています。

(2) 町の自殺の特徴

表3 町の主な自殺の特徴【特別集計（自殺日・住居地、H24～28 合計）】

上位5区分	自殺者数 (人)	割合	自殺率* (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路**
1位 男性 60歳以上・ 有職・同居	2	22.2%	80.9	①【労働者】身体疾患+介護疲れ→ アルコール依存→うつ状態→自殺 ／②【自営業者】事業不振→借金+ 介護疲れ→うつ状態→自殺
2位 男性 60歳以上・ 無職・独居	1	11.1%	504.3	失業（退職）+死別・離別→うつ状 態→将来生活への悲観→自殺
3位 女性 20～39歳・ 無職・同居	1	11.1%	158.5	DV等→離婚→生活苦+子育ての悩 み→うつ状態→自殺
4位 女性 40～59歳・ 無職・同居	1	11.1%	76.9	近隣関係の悩み+家族間の不和→ うつ病→自殺
5位 男性 20～39歳・ 有職・同居	1	11.1%	42.0	職場の人間関係/仕事の悩み(ブラ ック企業)→パワハラ+過労→うつ 状態→自殺

順位は自殺者数の多さにもとづき、自殺者数が同数の場合は自殺率の高い順とした。

*自殺率の母数（人口）は平成27年国勢調査を元に自殺総合対策推進センターにて推計した。

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

〔金山町地域自殺実態プロフィール(2017)〕

注) 背景にある主な自殺の危機経路は、直接関係するものではありません。

60歳以上の男性や、20～59歳の無職・同居の女性、20～39歳の有職で同居の男性の自殺があります。女性は家族、男性は職場や地域での心の支えが必要と考えられます。

(3) 勤務・経営関連の自殺者の内訳

表4 有職者の自殺の内訳【特別集計（自殺日・住居地、H24～28 合計）】

（性・年齢・同居の有無の不詳を除く）

職 業	自殺者数 (人)	割合 (%)	全国割合 (%)
自営業・家族従業者	2	50.0	21.4
被雇用者・勤め人	2	50.0	78.6
合 計	4	100.0	100.0

〔金山町地域自殺実態プロフィール(2017)〕

表5 地域の就業者の常住地・従業地

		従業地			
		町内 (%)	町外 (%)	不明・不詳	合 計
常住地	町内	1,676 (56.1)	1,298 (43.4)	14 (0.5)	2,988 (100.0)
	町外	369 (18.0)	—	—	369
	合計	2,045	1,298	14	3,357

〔H27 国勢調査〕

町内常住者の43.4%が町外で従業しています。また、町内従業者の18.0%が町外に常住しています。

(4) 自殺者における未遂歴の有無

表6 自殺者における未遂歴の総数（自殺統計(再掲)もしくは特別集計)

（自殺日・住居地、H24～28 合計）

未遂歴	金山町		全国割合 (%)
	自殺者数 (人)	割合 (%)	
あり	2	22	20
なし	7	78	60
不詳	0	0	20
合計	9	100	100

〔金山町地域自殺実態プロフィール(2017)〕

自殺者のうち、以前自殺未遂した方は22%でした。

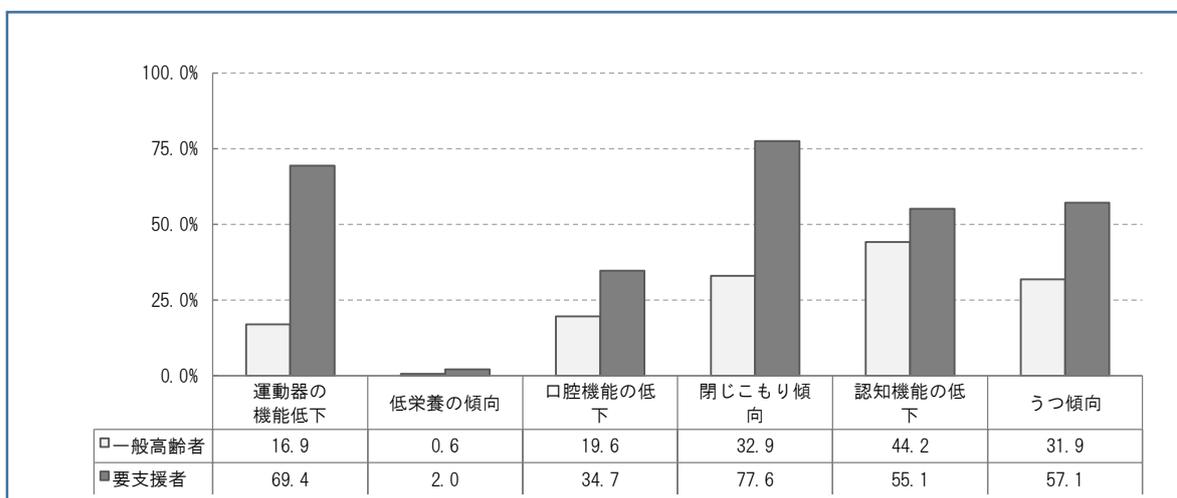
(5) 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査結果より

「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」は、高齢者等の日常生活実態を把握し、本町における課題を整理し、今後目指すべき地域包括ケアシステム構築の在り方とサービス基盤の方向性を検討する目的で、町内に居住する65歳以上の一般高齢者及び要支援1・2認定者を対象として行われた調査です。

平成29年1月5日～1月19日にかけて調査が行われ、その結果が「第(8)期金山町高齢者福祉計画・第7期金山町介護保険事業計画」に掲載されています。図3～7は計画から抜粋されたものです。

・配布数 1,611人 回収数 1,266人 (回収率 78.6%)

図3 リスクに該当する高齢者の出現率

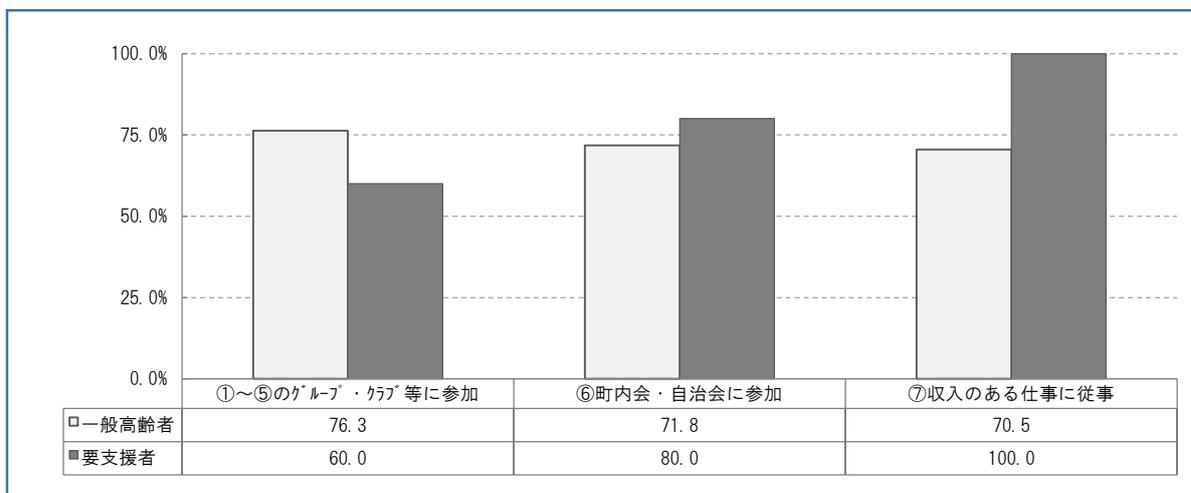


一般高齢者では、約4割に認知機能の低下がみられ、閉じこもり傾向と、うつ傾向がほぼ同数程度約3割にみられました。

要支援1・2の要支援者は、運動器の機能低下が約7割にあり、閉じこもり傾向も約8割にみられました。また、認知機能の低下とうつ傾向が5割を超えています。

3年前の調査と比較して一般高齢者の閉じこもり傾向が2倍弱に増加しています。

図4 地域活動参加に生きがいを感じている割合



※ ①～⑤とは、①ボランティア、②スポーツ関係、③趣味関係、④学習・教養、⑤老人クラブを表します。

図5 地域づくりに対する参加意向のある割合

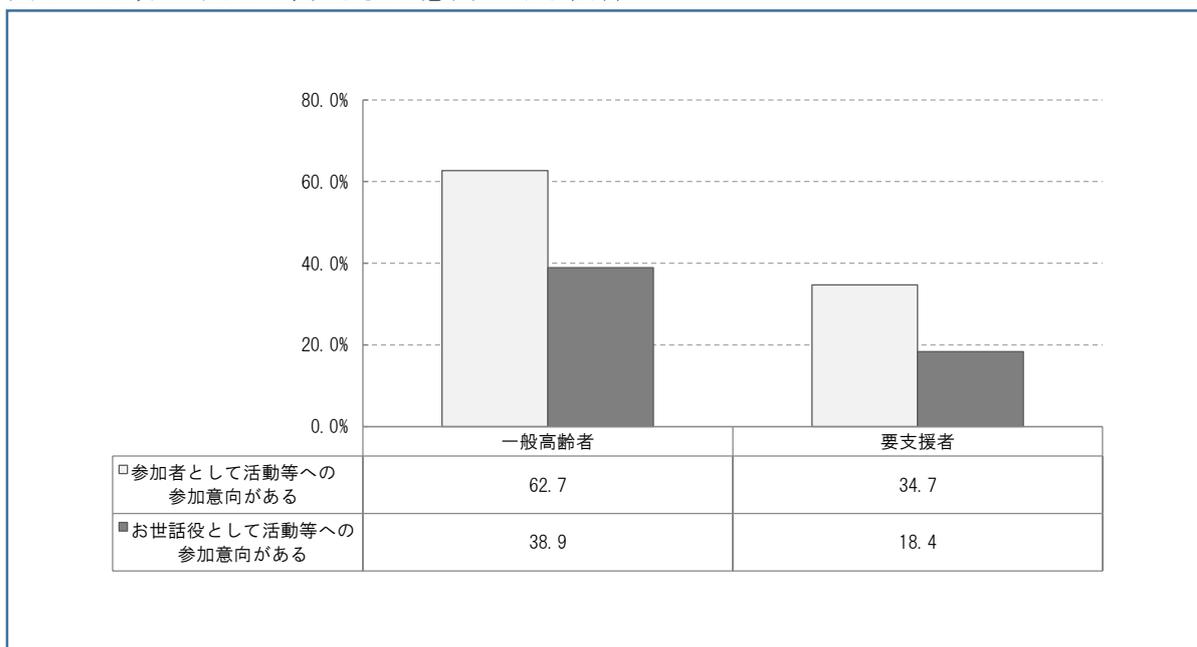
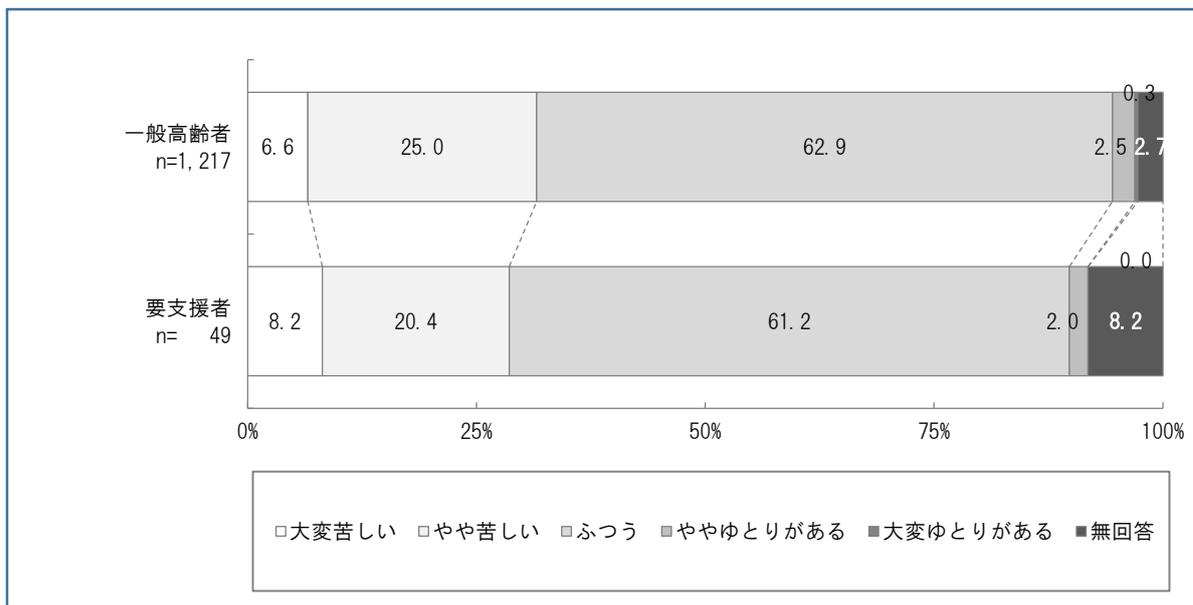


図4・5より、一般高齢者の7割以上が、グループ・クラブ等や町内会・自治会等に参加、就労し生きがいを感じています。要支援者であっても収入のある仕事への参加は生きがいを感じるとの答えでした。

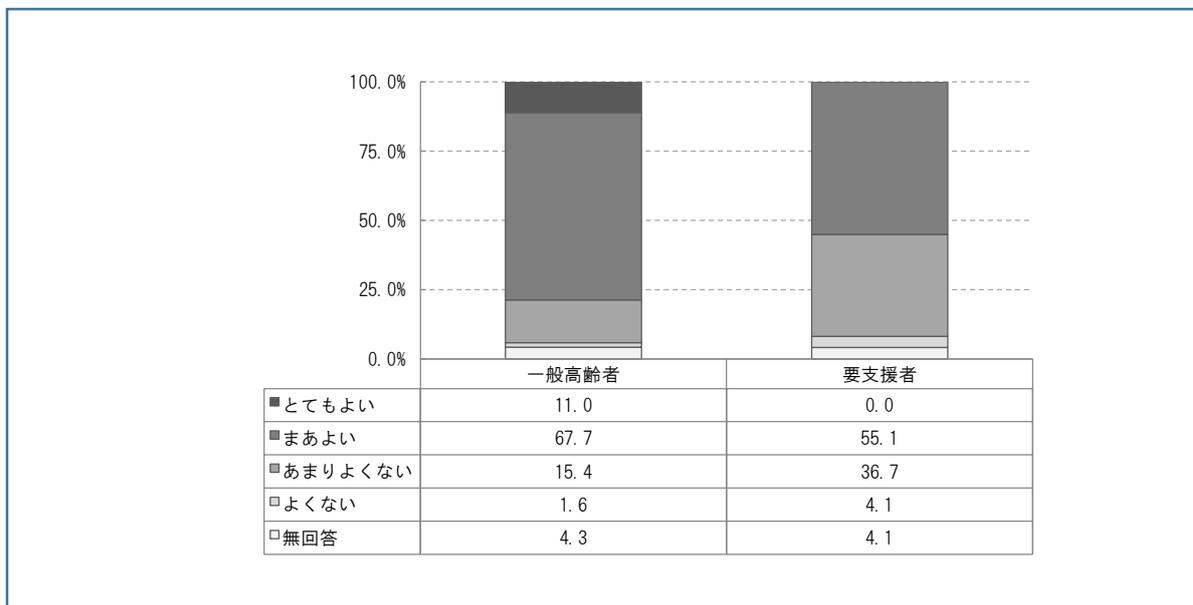
また、地域づくりに対する参加で、一般高齢者でお世話役として参加意向がある方が約4割近くいます。

図6 現在の暮らしの状況を経済的にみて



現在の暮らしの状況について、「大変苦しい」、「やや苦しい」を合わせると、一般高齢者では3割を超えます。

図7 主観的健康感



主観的健康感は、医学的な健康状態ではなく、自らの健康状態を主観的に評価したものです。高齢者の主観的健康感は健康長寿にも影響すると言われています。

一般高齢者の主観的健康感は、「とてもよい」、「まあよい」を合わせると約8割がよいと感じています。要支援者は、「あまりよくない」、「よくない」を合わせると約4割となります。

(6) 事業所における心の健康づくりに関するアンケート結果より

今年度自殺対策計画を策定するにあたり、事業所での自殺対策・心の健康づくり事業の取り組み状況を把握するため、町内事業所 62 事業所を対象に平成 30 年 8 月 31 日から 9 月 20 日までの間、郵送によるアンケート調査を実施しました。

- ・ 配布数 62 ケ所 回収数 46 ケ所 (回収率 74.2%)
- ・ 従業員数 50 人以下 41 ケ所
50 人以上 5 ケ所
- ・ 職種 建設業 7 ケ所 製造・加工業 5 ケ所
農業 5 ケ所 その他 29 ケ所
- ・ 結果

表 7 アンケート集計結果

内 容	項 目	件 (%)
①事業主側は従業員の仕事疲れや悩みに気づき、気にかけるようにしていますか。	している	18 (39.1)
	どちらかといえばしている	21 (45.7)
	特段気にかけてはいない	7 (15.2)
②従業員にむけて、仕事や職場環境に関して相談しやすい体制づくりを行っていますか。	している	11 (23.9)
	どちらかといえば行っている	17 (37.0)
	行っていない	18 (39.1)
③仕事や職場環境に関して相談しやすい体制づくりの具体例（複数記入）	声かけ、話しかける、楽しい雰囲気づくり	11
	定期的な面談	9
	相談窓口の設置	5
	安全衛生会議月 1 回開催	1
	家庭の事情への配慮	1
④心の健康に関することで、事業所で行っていること。（複数記入）	ストレスチェック実施	13
	産業保健師等相談事業実施	6
	研修会実施	3
	冬季の長時間除雪に伴う長時間労働者については、行っている	2
	今後定期的なストレスチェックを実施予定	1
	ストレス解消のため、自宅や外で飲食・旅行等	1
⑤心の健康づくりに関して事業所で困っていること	特にない	44 (95.7)
	ある	2 (4.3)

事業所での仕事や職場環境での相談しやすい体制づくりで一番多いものは、職員に声をかけるといったものでした。このことは、従業員の心の状態に気づける第一歩となります。普段と違うことに気づいたら、解決策の一つとして相談窓口を紹介するなど橋渡しをすることも必要と考えられます。

ストレスチェックを実施し改善への反映を行っている事業所は13事業所であり、産業保健師等相談事業を実施している事業所が6事業所ありました。

42事業所で、現在心の健康づくりに関して困っていることはないと回答しています。

職場における出前講座は9事業所から希望があり、内容は健康づくりの多方面における研修、職場の人間関係、自身のストレス解消法、ストレスコントロール法と回答しています。

今回アンケート調査に協力のあった事業所では、特に心配なく元気に働いている様子が感じられますが、事業所によっては、従業員の仕事疲れや、悩みの気づきに特段気にかけることのない事業所もあります。元気で働き続ける従業員がいるからこそ事業所としての経営が成り立つ部分もあるため、事業所として従業員の心の健康についての支援体制を検討する機会を持つことが必要と思われる。

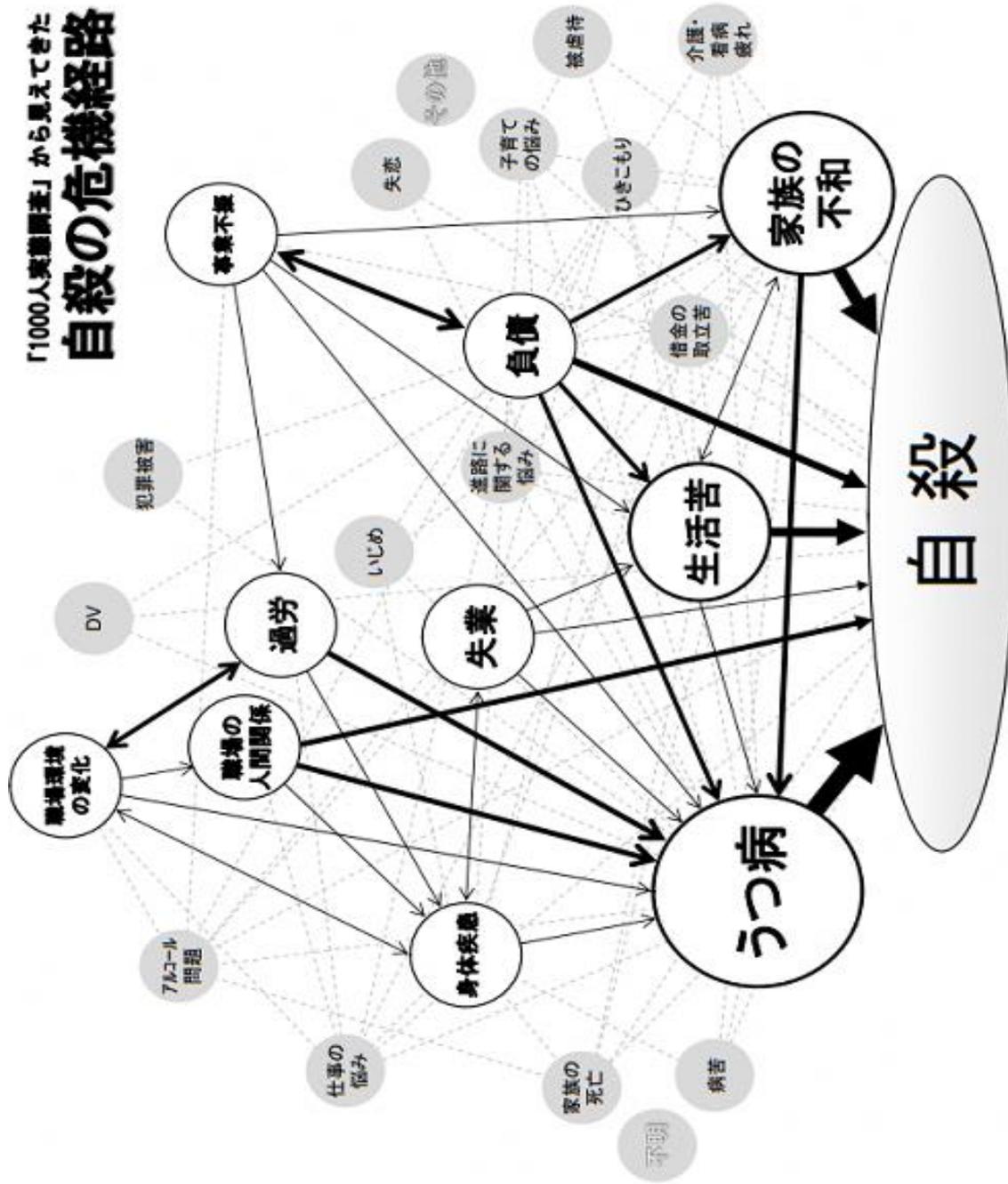
3 対策が優先されるべき対象群の把握

「町における自殺の現状と課題」で、「全国や県との比較」や、「町の現状」から、対応が優先されるべき対象者は、60歳代以上の男性、20～30歳代の男女であり、また、自殺未遂歴のある方への対応なども必要であると思われる。

自殺の原因や動機については、様々な要因が複雑に絡み合っているといわれています。そのため、自殺の原因を一つだけ特定して比較することは、自殺の実態について誤解を招くこともあります。

NPO法人自殺対策支援センターライフリンクによる「自殺実態1,000人調査」では、「うつ状態」が最も多いものの、その状態には様々な要因が関係しています。大きなものは生活苦や、家族間の不和などがあり、他に負債、失業、職場の人間関係、身体疾患、過労、職場環境の変化、事業不振等複数の要因が存在し連鎖していることがわかります。

図 8 自殺の危機経路



【NPO法人自殺対策支援センターライフリンクによる「自殺実態 1,000 人調査」より】

4 これまでの取り組みと今後の課題

(1) これまでの自殺対策等の取り組み

平成 15～19 年人口動態統計特殊報告によると、本町の男性の自殺の標準化死亡比（SMR）は県内で一番高い状況にありました。主に高齢者と、64 歳未満の男性の自殺者が多いという実態がありました。

これまで地区での事業に男性の高齢者の参加が少なかったこともあり、高齢者の閉じこもりを防ぐことが自殺率の減少につながるのではないかと考え、まずは、集まるための垣根を低くする取り組みとして、地区公民館を会場とした「お茶のみクラブ」を実施しました。最終的に全地区で開催され、男性の高齢者の参加も次第に多くなり、絆づくり事業、居場所づくり事業と名称が変わりましたが、今も継続されています。現在は、介護予防事業となり期間の制限がなく、開催回数が多いほど補助金が増加する仕組みとなっています。

また、「温泉を活用した健康づくり事業」として、温泉の利用料の一部を補助する事業を行いました。送迎・昼食付きで温泉が利用でき、健康づくり・介護予防事業を行いながら一日をゆっくり過ごすことで、より健康長寿につながる集まりとなるように支援しています。現在は、介護予防事業の「温泉を活用した介護予防事業」として実施しています。

さらに、全地区を対象に実施する健康相談の際に、うつ予防や閉じこもり予防についての健康教育を行っています。

また、NPO 法人さわやかサロンでは、平成 14 年度より、高齢者等を中心として健康で安心して生活していくためのディサービス等の在宅福祉サービス事業を行っています。高齢者の安心・安全な居場所づくりに貢献して頂いています。

平成 21 年度からは、心の健康についての知識の普及・啓発のため、家庭の日運動推進大会で心の健康づくりに関する講演を行いました。若年者に対しては、成人式の際に心の健康について講話し、相談機関一覧等の情報提供をしています。

各地区内で身近で相談できる人材を育成するため、民生児童委員等に研修会を行い、地域での見守りにつなげてきました。平成 26 年度からは、心の健康づくりサポーター養成講座を開講し、心の健康や傾聴の仕方、地域での支え合いや親子の愛着形成などの内容で講座を実施し、サポーターの養成を行っています。

平成 26 年度から 3 年間行った「命の授業」では、中学生や高校生を対象に学年ごとのニーズに合わせて、命と性の大切さについて授業を行いました。

さらに同年、山形県うつ病等医療連携促進モデル事業として、町立金山診療所と新庄明和病院の連携を図り、主治医としての医師がうつ病や薬の処方等の研修、新庄明和病院との医療連携の方法、患者相談、コーディネーターの派遣をしていただきました。

平成 27 年度に設立された地域子育て支援センターは、子育て世代の親や孫育ての祖父母にも大変好評で、育児のみでなく生活全般に関連する親の悩み相談にも対応しています。

(2) 今後の課題

NPO法人さわやかサロンで行っているいきいきディサービス事業や、地域での居場所づくり事業、地域包括支援センターで実施している相談事業等が、高齢者の閉じこもり予防や支援につながり、自殺対策として効果があったのではないかと思います。

自殺対策強化事業として、一般の方の心の健康づくりや、母と子の健康づくりをテーマに開催している心の健康づくりサポーター養成講座、中学生、高校生を対象とした命の授業や、地域で見守る民生児童委員・人権擁護委員・保護司会等の研修会を行ってきました。これらの事業は各年代の心の健康づくりや、地域での心の健康づくりに寄与していたと考えられます。

他にも支援者側として、専門職である保健師の研修参加、専門医療機関と町立金山診療所との医療連携体制の構築、子育て支援センターでの子育て世代や祖父母の悩み相談などがあります。これらの支援は継続していきます。

これまで20～70歳代の仕事をしている世代の方への働きかけが難しく課題となっており、さらなる対応が必要と思われます。

本町においては、3世代同居率が県内で上位であるため、必ずしも同居者の自殺率が高いとは言えませんが、家族内の良好な関係を保つことも課題の一つと思われます。

第3章 町における自殺対策の基本理念と基本的な方向性

「町における自殺の現状と課題」及び自殺対策基本法並びに自殺総合対策大綱を踏まえ、本町の自殺対策の基本理念と、自殺対策の推進に関する基本的な方向性を定め、自殺対策を「生きることの包括的な支援」として総合的に検討していきます。

(1) 自殺対策の基本理念

基本理念：誰もが自ら命を絶つことのない社会の実現

人の命は、尊く何ものにも代えがたいものであるはずであるのに、実際には自殺で多くの命が失われています。自殺は本人にとっての悲劇であり、家族や周りの人々にも大きな悲しみと混乱を招きます。

自殺に至る要因は、複雑で多岐にわたり、追い込まれた末の死であると言われています。このことから、自殺は誰にも起こりうることとして認識し、自殺のない社会を築く必要性があります。生きやすい社会を築くことは、健康長寿の推進に繋がるものであり、県、関係機関、民間支援団体、企業、町民が一丸となって取り組み、「誰もが自ら命を絶つことのない社会の実現」を目指します。

(2) 自殺対策の推進に関する基本的な方向性

《施策の柱1》

自殺の実態を明らかにし、実態に応じた対応策の構築

WHO（世界保健機関）によると、「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題」とされています。自殺関係のデータ（既存、及びアンケート調査等）により、自殺の現状を分析し、地域の実情に合った対応策を関係機関とともに構築していきます。

《施策の柱2》

自分で気づく、周りで気づき見守る人材の育成

自分自身の心の疲労に気づき、ストレスへの対応ができるよう、また、周りで気づき声をかけ、悩みを傾聴し、必要な支援につなげられる人材を育成していきます。

《施策の柱3》

町民への啓発・周知

町民に対し、様々な場面で心の健康について啓発・周知します。

《施策の柱4》

命を支える多様な取り組みの実現

自殺の実態に応じた早急な取り組みから、長期的な取り組みまで検討します。

《施策の柱5》

関係機関の機能や連携の強化

行政のみでなく、民間支援団体等との連携をはかり、切れ目のない多様な支援、相談体制を構築します。

(3) 施策の柱と基本施策

《基本施策》

施策の柱 1
自殺の実態を明らかにし、
実態に応じた対応策の構築
P. 17

- (1) 町民の心の健康についてのアンケートの実施
- (2) 事業所の心の健康づくりアンケート結果への対応
- (3) 地域自殺実態プロファイルの活用

施策の柱 2
自分で気づく、周りで気づき
見守る人材の育成
P. 17-18

- (4) 自殺対策を支える人材の育成

施策の柱 3
町民への啓発・周知
P. 18-21

- (5) 自分の心の状態や家族の状態に気づき、
適時相談できるための啓発と周知
- (6) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

施策の柱 4
命を支える多様な取組の実施
P. 21-22

- (7) 生きることの促進要因への支援

施策の柱 5
関係機関の機能や連携の強化
P. 22

- (8) 庁内におけるネットワークの強化
- (9) 庁外におけるネットワークの強化
- (10) 関係機関との連携の強化

第4章 誰もが自ら命を絶つことのない社会の実現における取り組み

1 基本施策

◆ 自殺の実態を明らかにし、実態に応じた対応策の構築

(1) 町民の心の健康についてのアンケートの実施

今後町民の心の健康についてのアンケート調査を行い、町民の心の状態に沿った支援体制を構築していきます。

(2) 事業所の心の健康づくりアンケート結果への対応

事業所の心の健康づくりアンケート結果により、事業所へ出前講座、相談機関の周知働きやすい職場づくりへの支援等を行います。

(3) 地域自殺実態プロファイルの活用

地域の実態について、自殺実態プロファイルを活用して把握し、その対応を構築していきます。

◆ 自分で気づく、周りで気づき見守る人材の育成

(4) 自殺対策を支える人材の養成

日常的に相談を受ける民生児童委員、庁舎内で相談を受ける職員、事業所のリーダー等が、積極的に研修会に参加することで、職場や、地域での心の健康づくりにおいて役割を担うことを目指します。

事業名	事業概要	対象	担当課
心の健康づくりサポーター養成講座	心の健康づくりや、自殺対策に対する基礎的な知識や技術を身につけ、身近な相談の傾聴と普及啓発を行う人材の養成を行います	<ul style="list-style-type: none"> ・町民 ・区長 ・民生児童委員、人権擁護員、保護司 ・金山町高齢者あんしん応援隊 ・事務取扱者（福祉、健康推進） ・ボランティア等（食生活改善推進員、健康づくり運動推進協議会、学生） ・役場で相談業務にあたる者（公営住宅、徴収事務、消費生活対策事務、地域産業の育成・発展、資格取得支援事業、苦情等） ・PTA ・各種団体（女性団体等） ・事業主 	健康福祉課（実施主体） ・社会福祉協議会 ・総務課 ・町民税務課 ・環境整備課 ・教学課 ・産業課

		<ul style="list-style-type: none"> ・介護職員、保育士 ・認知症サポーター研修会終了者 	
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------	--

関連指標

項 目	現状 (H30)	目標 (H35)
心の健康づくりサポーター講座修了者	49 人	62 人
心の健康づくりサポーターのいる地区数	23 地区	31 地区
町職員の自殺対策研修受講率	0	60%

◆ 町民への啓発・周知

(5) 自分の心の状態や家族の状態に気づき、適時相談できるための啓発と周知

自分の心の状態に対する気づき、ストレスへの対応、助けの求め方、家族の対応の仕方、地域での取り組み、相談窓口等について住民への啓発を行います。

事業名	事業概要	対象者	担当課
町づくりフォーラム	各地区に町長及び課長が趣き、町の状況についての説明を行う際に、自殺の現状についても言及し、相談窓口やゲートキーパーの役割、地域自殺対策の取組等を住民に伝え周知します。	町民	総務課 健康福祉課
広報などによる情報発信	町のホームページ、金山広報紙、お知らせ版において、心の健康づくりについて啓発・周知を行い、相談窓口について掲載します。	町民	総務課 全課
かねやま大薬校	若者の交流・仲間づくりの場で、若者に（心の）相談窓口の提供を行います。	若者	総合政策課 健康福祉課
公民館の活用と図書館の管理	公民館を活用した高齢者の集いの場を設け、高齢者の生きがいづくりを行います。	高齢者	教学課 健康福祉課
	毎月の図書館の企画展にて、自殺対策強化月間や、自殺予防週間の際に、心の健康づくりの情報提供の場とします。	町民	教学課
青少年健全育成町民会議	青少年の健全育成のための会議と研修にて、地域にあったリーフレットの配布や研修会を開催します。	児童・生徒 奨学金を支給されている学	教学課

	街頭指導、巡回指導の時に見守りします。	生	
性に関する指導推進事業	各学校で行っている性に関する指導推進事業で研修会の開催や、相談窓口の一覧のリーフレットを配布します。	児童・生徒	教学課
いじめ防止対策事業	フォーラムの開催、各校のいじめ防止基本方針の点検や見直し、個別支援。いじめを受けている児童生徒の早期発見と即時対応、継続的な再発防止を行い、いじめを受けている子どもが周囲に助けを求められるよう SOS の出し方を学び、周囲の大人が気づく目を育てます。	児童・生徒 教員	教学課
PTA 活動	PTA 活動における研修会の際に、心の健康についての研修会を行います。	PTA 保護者	教学課 健康福祉課
園小中連携事業	こども園、小学校、中学校間で、児童生徒の家族の状況も含めて情報を共有し、家庭を包括的・継続的に支援します。	こども園 小学校 中学校 関係機関	教学課 健康福祉課
教育相談	教育相談を利用した保護者に、リーフレットを配布します。	保護者	教学課
医療相談	医療費の相談時、必要時関係機関との支援に繋がります。	ひとり親 高額療養者 保険料滞納者	健康福祉課
重複多受診訪問事業	重複多受診の現状を把握し、本人の抱える困難さを軽減できるように連携し支援します。	国保被保険者 後期高齢者	健康福祉課
生活習慣病予防事業	健診時や健康相談の開催時、心の健康づくり関係機関の周知を行います。	町民	健康福祉課
精神保健福祉推進事業	うつ病等への理解の推進や、心の健康相談への対応や関係機関との連携を推進します。	町民	健康福祉課
母子保健事業	乳幼児の定期的な健診により、母親の育児に対する困難さに気づき、必要時関係機関との支援に繋がります。	母子	健康福祉課
地域育成・発	雇用促進と労働者の技術・向上を支援	企業	産業課

展、資格取得 支援事業	するため、就職や仕事に役立つ資格や 免許を取得した場合の経費の助成を行 います。その際、自殺対策の講演の機 会を設けることで、経営者に健康管理 の必要性と重要性について理解を進め ます。		
消費生活対策 事務	消費生活に関する相談をきっかけに、 抱えている他の課題も把握し・対応し ていきます。	町民	町民税務課
生活困窮者自 立支援事業	生活自立支援センターを中心に、生活 困窮時に相談し、自立できるように支 援します。	生活困窮者	健康福祉課
介護者のつど い（ホットさ ろん）	自宅で介護をしている介護者のつどい の場において、相談支援窓口の紹介を 行い、関係機関との連携を図ります。	介護者	健康福祉課 地域包括支援 センター
居場所づくり 事業	閉じこもり予防の機会となり、高齢者 相談支援と必要時関係機関への連携を 図ります。	高齢者	健康福祉課・ 地域包括
事業所への心 の健康づくり 事業	事業所に、心の健康づくり事業や、相 談支援窓口の周知、心の健康について の出前講座を行います。	事業所	健康福祉課

関連指標

項 目	現状 (H30)	目標 (H35)
「自殺予防週間」「自殺対策強化月間」について 知っている割合	-	60%
「こころの健康相談統一ダイヤル」や「いのちの 電話」などの相談窓口を知っている割合	-	60%
「ゲートキーパー(心の健康づくりサポーター)」 について知っている割合	-	60%
ホットさろんへの参加状況	53 見込 (延べ)	123 (延べ)
居場所づくり事業拠点	7 地区	31 地区
事業所への心の健康づくり事業の周知	0	62 事業所

(6) 児童生徒のSOSの出し方に関する教育

困ったときに大人に相談できるよう、学校、地域での人材育成を行い、子どもが正しい相手に助けを求められるように教育します。また、相談関係機関一覧等の情報が手元に届くよう支援します。

事業名	事業概要	対象者	担当課
生活指導・健全育成	問題行動の未然防止を含めた児童・生徒の健全育成のための研修会に参加します。	教員	教学課
いじめ防止対策事業	小中学校における対策とともに、学校と連携の上、青少年育成町民会議での活動に繋がります。	児童・生徒	教学課
教育相談	学校以外の場で専門の相談員に相談できる機会を提供します。	保護者	教学課
健康増進計画推進事業	健康づくり推進協議会を中心に、生きることの包括的な支援の検討を行います。	町民	健康福祉課
児童虐待防止対策の充実	子どもの自殺防止と将来的なリスクを抑えるため、保護者への支援を通じて問題の深刻化を防ぎます。	保護者 子ども	健康福祉課

関連指標

項目	現状 (H30)	目標 (H35)
小・中学校におけるSOSの出し方教育実施率	0%	100%

◆ 命を支える多様な取組の実施

(7) 生きることの促進要因への支援

楽しみや生きがい、町への愛着、親と子の関わり、ワークライフバランスについて学び、検討する機会を設けていきます。その結果、自分らしさを失わずに生きがいを持って生活し続けられるように支援していきます。

事業名	事業概要	対象者	担当課
子育てがっこうの設置	親子の触れ合いと、親子同士の交流、情報交換の場を設け、随時相談を行います。	親子 祖父母	教学課

学校・家庭・地域の連携協働推進事業（放課後子ども教室）	放課後における子ども達の活動支援や居場所を提供するなかで、信頼関係を築き支援します。	児童・生徒	教学課
みんなの居場所づくり、温泉を活用した介護予防事業	地区が主体となり高齢者等が集える居場所づくりを行い、介護予防や地域支えあいに繋ぐことで、安心できる体制をつくります。	高齢者	健康福祉課 地域包括支援センター
生きがい施策	高齢者向けクラブへの助成、生涯活躍推進事業、金山健康ふれあいスポーツクラブ支援事業等の開催をすることで生きがいにつなげます。	町民	健康福祉課 教学課

◆ 関係機関の機能や連携の強化

(8) 庁内におけるネットワークの強化

町の自殺対策を庁内各課と連携し、総合的かつ効果的に推進するため町長及び課長で組織する推進本部で継続的に検討できるようにします。

事業名	事業概要	担当課
自殺対策推進本部（課長会議）の開催	町長を始めとした課長会議において自殺についての現状、町としての対応を確認します。	全課
自殺対策ワーキンググループ（政策検討・広報委員会）の開催	各課の代表で構成される政策検討・広報委員会において、各課が自殺対策の視点で事業を行い、自殺予防の共通の認識を持ちます。	全課

(9) 庁外におけるネットワークの強化

金山町誰もが自ら命を絶つことのない社会の実現のため、専門職や、支援者、事業所等とのネットワーク会議を開催します。

また、心の健康づくりサポーターが、地域での傾聴や心の相談事業へつなぐ等の役割が担えるようにします。

事業名	事業概要	担当課
自殺対策ネットワーク会議の設置	自殺対策に関わる関係機関による情報共有、連携、施策への提言を行います。	健康福祉課 教学課
健康づくり推進協議会の開催	町の健康づくり計画の策定及び計画を推進するため、健康づ	健康福祉課

	くり推進協議会の 20 名の委員により、心の健康づくりを含む健康増進計画の進行状況の確認をします。	
金山町高齢者総合支援推進委員会の開催	町の老人福祉計画及び介護保険計画の策定・推進並びに地域包括支援センター及び地域密着型サービスの運営に関し、必要な事項の協議、さらに認知症高齢者の総合的な支援を推進するため、金山町高齢者総合支援推進委員会を設置し、高齢者の地域包括ケアシステムを推進し、安心して暮らせる町づくりを行います。	健康福祉課
町づくりフォーラム、区長会議、学校・家庭・地域の連携推進会議、園小中連携事業、病院運営	地域や団体との各種会議、情報交換などにより自殺対策へのネットワークへとつながります。	総務課 教学課 町立金山診療所
入退院支援、認知症の方を介護する家族の会、高齢者への総合相談事業、障がい者相談員による相談業務生活指導・健全育成、登校サポート事業	地域包括支援センターと医療機関、本人、家族、関係機関との連携、及び教育委員会の相談事業やサポート事業等と連携していきます。	町立金山診療所 健康福祉課 教学課

関連指標

項 目	現状 (H30)	目標 (H35)
自殺対策ネットワーク会議の開催	0	1

(10) 関係機関との連携の強化

近隣の市町村及び生活自立支援センターもがみ、NPO法人、最上総合支庁等広域的に連携し対応を行います。

事業名	事業概要	担当課
定住自立圏構想に関する事務	新庄市を中心に 8 市町村が互いに連携・協力し、役割分担を	総合政策課 健康福祉課

	明確にしながら地域全体の課題の取り組みを行っています。自殺対策の取り組みについても推進していきます。	
最上地域保健医療対策協議会 北部医療圏在宅医療推進委員会	最上地域の医療や介護等の在宅支援機関の連携促進や対象者への自殺対策を含む包括的なサービスの提供を図ります。	健康福祉課
医療と介護の連携推進窓口	他地域を含む医療・介護の関係機関からの相談に対応し、本人及び家族支援を行います。	健康福祉課

2 重点施策

(1) 60歳代男性高齢者の心の健康づくり

60歳代男性高齢者は、体力は十分にある年代ではありますが、退職後の家庭や地域での役割の再構築の時期でもあります。生きがいを持って生活し続けられるように、仕事やボランティア活動、困った時の相談窓口などの情報を届け、心の健康の増進につなげることができるようにしていきます。

(2) 20～30歳代の若者の心の健康づくり

若い男女の心の健康づくりに関し、事業所として職場での人間関係や、職場に慣れるよう環境づくりを行うことは、大切なことです。働きやすい職場環境が生活の質にも影響するため、職場でのワークライフバランスや労働環境の改善なども必要です。

ひきこもりの方に、中学・高校卒業時から途切れない連携した支援を行います。居場所の案内、就労支援、ワークライフバランスのとれた仕事の仕方や、女性でも男性でも、健康的に働き続けられる労働環境の推進ができるように、県などと連携し職場ごとの研修会や相談支援を行います。

3 3つの段階の具体的な取組

《1段階目：自ら学ぶ心の健康づくり》

- ・ライフステージに応じた支援・・・※ P.26・27 参照
- ・全町民への支援・・・心身の健康の保持増進のための継続的な支援、自殺や精神疾患に関する正しい知識を普及します。
- ・心の健康づくりサポーター養成講座の開催・・・悩みや心配ごとに傾聴できる人材を育成します。

[最上総合支庁] ころろの健康づくり講演会
ころろの健康づくりスキルアップ研修

[県] 精神保健福祉大会

《2段階目：心が健康でなくなった状態への対応》

- ・悩みや問題を抱える人への対応・・・周囲の人や専門職が傾聴し、相談機関へつなぎ、連携することで悩みや問題の軽減を図ります。
- ・うつ病等の疑いのある人への支援・・・本人や周囲が心の不調に気づくことで主治医や精神科等の医療機関への相談、受診につながるよう支援します。
- ・心の健康相談・・・保健師による月1回の相談事業（うち臨床心理士年3回）

[最上総合支庁] 心の健康相談
思春期心の健康相談、親と子の心の相談
精神保健福祉相談

[山形県精神保健福祉センター]
心の健康相談
思春期精神保健に関する相談
依存症関連問題に関する相談
精神障がい者社会復帰に関する相談
来所、インターネット相談、困ったときの相談窓口一覧

《3段階目：自殺が起きてしまったときの対応》

- ・自殺未遂者及び、家族親族等関係者への支援
本人や親族に与える影響を最小限とするための相談支援やその後の関連した自殺を防ぐように支援します。
- ・地区単位や町全体の心の健康相談や、分かち合いの会等の支援

[最上総合支庁] 自死遺族の集い「わかちあいの会」、自殺未遂者への相談

[山形県精神保健福祉センター] 自死遺族の集い「ティアーズの会」

ライフステージに応じた支援

時 期	主な危機となりうる要因	自分の心構え	望ましい周りの支援
妊娠・出産期	<ul style="list-style-type: none"> ・若年期の妊娠 ・望まない妊娠 ・未婚 ・良好でない家族関係 ・経済的困窮 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康的で規則的な生活 ・妊婦健診の定期受診 ・マタニティブルーや産後うつへの気づき・理解 ・相談者がいて相談する 	<ul style="list-style-type: none"> ・本人の気持ちの傾聴 ・周囲の気づき、声掛け、理解
乳幼児期 (0～6歳)	<ul style="list-style-type: none"> ・不十分な愛着形成 ・生活リズムの乱れ ・障がい ・良好でない家族関係 ・虐待 ・家庭の貧困 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な生活リズムを身につける ・基本的信頼感の獲得 ・自立感の獲得 ・友達関係から社会性を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> ・母子の絆を強くする ・親の気持ちの傾聴 ・周りで手助けする育児環境を整える ・適切な育児
学童・思春期 (7～18歳)	<ul style="list-style-type: none"> ・不登校 ・虐待 ・閉じこもり ・精神的な疾病 ・良好でない家族関係・友人関係 ・学業不振・進学 ・家庭の貧困 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康的で規則的な生活 ・望ましい人間関係 ・自発性の獲得 ・相談できる大人、機関を知っている・相談する ・正しいSOSの出し方を知っている ・心の不調の学習の機会 	<ul style="list-style-type: none"> ・いつもと違う行動に気を付ける ・本人の気持ちの傾聴 ・本人の自己肯定感を保つような働きかけ ・適時受診 ・周囲の気づき、声掛け、理解
青年期 (19～39歳)	<ul style="list-style-type: none"> ・閉じこもり ・進学・就職失敗 ・(結婚)離婚 ・子育てへの不安、上手くいかない子育て ・住まい、生活環境への不満 ・経済的困窮・借金 ・精神的・身体的疾病 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康的で規則的な生活 ・一人で悩まない ・相談できる人、機関を知っている・相談する ・心の不調への気づき・理解 ・適時受診 	<ul style="list-style-type: none"> ・いつもと違う行動に気を付ける ・本人の気持ちの傾聴 ・居場所づくり ・周囲の気づき、声掛け、理解 ・父親を主とした家族の育児や家事の手助
壮年期 (40～64歳)	<ul style="list-style-type: none"> ・良好でない家族関係 ・職場での苦労、悩み、人間関係 ・住まい生活環境への不満 ・近隣との対立 ・精神的・身体的疾病 ・経済的困窮、借金 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康的で規則的な生活 ・心の不調への気づき・理解 ・相談できる人、機関を知っている・相談する ・適時受診 	<ul style="list-style-type: none"> ・いつもと違う行動に気を付ける ・本人の気持ちの傾聴 ・職場環境の改善 ・周囲の気づき、声掛け、理解
高齢期 (65歳～)	<ul style="list-style-type: none"> ・良好でない家族関係 ・閉じこもり、孤独 ・老朽化した住まい ・雪の始末、近隣との対立 ・精神的・身体的疾病、要介護、死別 ・経済的困窮・借金 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康的で規則的な生活 ・心の不調への気づき・理解 ・相談できる人、機関を知っている・相談する ・適時受診 ・生きがい、役割、楽しみ 	<ul style="list-style-type: none"> ・いつもと違う行動に気を付ける ・本人の気持ちの傾聴 ・居場所づくり ・周囲の気づき、声掛け、理解

※ 災害が起きた時は役場全庁体制で対応します

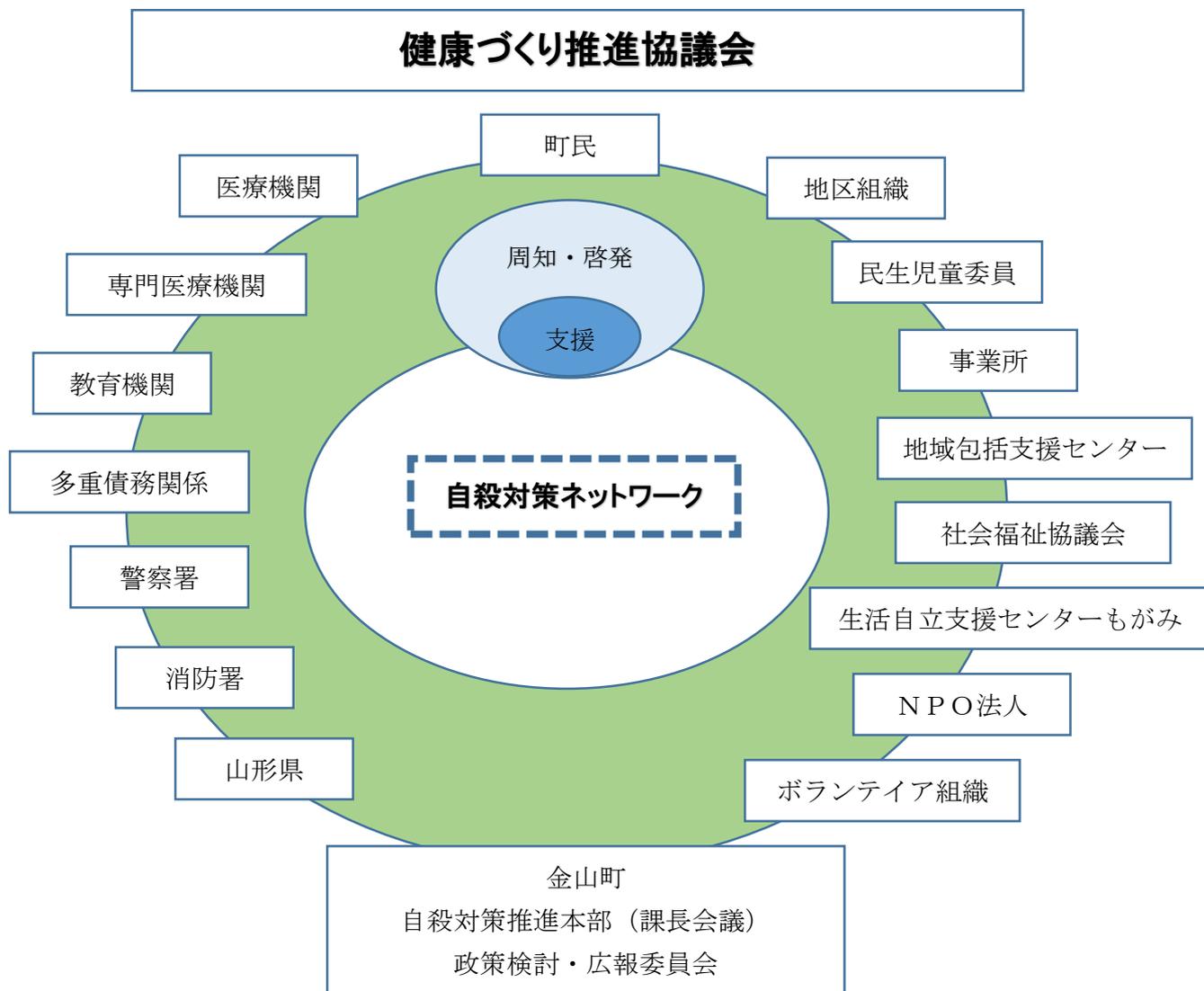
主な心の健康づくりサポーターとなりうる人	対 策
<ul style="list-style-type: none"> ・医療機関 ・母子健康手帳交付時の保健師 ・夫、家族 ・健康係・子育て支援係 ・保育施設、ママ友、職場の人 ・地域の人 	<ul style="list-style-type: none"> ・妊婦健診受診状況の確認・医療機関との連携 ・妊婦アンケート等により課題の把握 ・知識の普及・啓発、相談機関の周知 ・産後うつ質問票(EPDS)の実施 ・子育て世代包括支援センターの設立 ・経済的支援
<ul style="list-style-type: none"> ・家族 ・子育て支援センター ・保育施設 ・障がい者支援施設 ・健康係、子育て支援係、福祉係、教育委員会 ・地域の人 	<ul style="list-style-type: none"> ・子育て支援の関係機関の連携 ・健診時(相談を受ける)成長・発達等確認 ・保育者の心の健康づくりサポーター養成講座の受講 ・虐待のサインに気づく ・児の発達障害に対する支援
<ul style="list-style-type: none"> ・家族、友人 ・担任、養護教諭、教職員等 ・近隣・地域の人 ・障がい者支援施設、教育委員会、健康係、子育て支援係、福祉係 ・PTA、学童クラブ等の地区のリーダー、指導員、ボランティア 	<ul style="list-style-type: none"> ・不登校・閉じこもりの子どもの支援 ・生きる力を育むための事業 ・命の教育、やり遂げる喜び、郷土愛の育成 ・SOSの出し方教育、相談できる人、相談できる機関を根気よく普及、知識の普及・啓発 ・事務担当者の心の健康づくりサポーター養成講座の受講(奨学金事務、PTA活動、青少年健全育成会議事務) ・民間支援団体との連携、就労支援
<ul style="list-style-type: none"> ・家族、友人 ・子育て支援センター ・職場の同僚、上司 ・障がい者支援施設 ・教育委員会、産業課、環境整備課、町民税務課、健康福祉課 ・地域の人 	<ul style="list-style-type: none"> ・家族への支援 ・母親の育てにくさ、不安に寄り添う支援 ・労働環境の改善、休みを取りやすい職場環境づくり ・民間支援団体との連携 ・公営住宅事務、家賃、上下水道事務料金収納事務での支援 ・DV被害者への支援 ・相談機関の連携の強化
<ul style="list-style-type: none"> ・家族、友人 ・医療機関 ・障がい者支援施設、介護支援専門員、介護関係施設 ・産業課、環境整備課、町民税務課、健康福祉課 ・職場の同僚、事業主 ・各地域のリーダー、地域の人 	<ul style="list-style-type: none"> ・家族への支援 ・情報の周知、知識の普及・啓発 ・事業所のストレスチェックを行い、職場環境の改善 ・生活支援センターもがみとの連携 ・心の健康づくりサポーターの養成 ・住まい・災害・病気・苦情関係相談 ・相談機関の連携の強化
<ul style="list-style-type: none"> ・家族、友人 ・医療機関 ・地域包括支援センター、介護支援専門員、介護関係施設、障がい者支援施設 ・地区組織、住民ボランティア、地域見守り支援、警察官 ・環境整備課、町民税務課、健康福祉課 ・地域の人 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活チェックリストで心の状況を把握、相談支援 ・情報の周知、知識の普及・啓発 ・老人クラブ活動、生涯活躍推進事業等への参加 ・地区での居場所づくり事業の継続 ・心の健康づくりサポーターの養成 ・リスクの高い人への支援(家族関係、介護者、経済困窮) ・相談機関の連携の強化

参考資料

【今こそ実践、「適時適育」概要版H28.3金山町教育委員会 教学課】、【成人看護 学総論 成人看護学(1)医学書院4-28 2006】

第5章 自殺対策の推進体制等

1 自殺対策組織の関係図



2 自殺対策推進本部

全庁的な対応で、町民に対する心の健康づくりの推進を行います。健康づくり推進協議会で町民の意見を伺い、自殺対策推進本部である課長会議で対策を推進できるようにします。

3 自殺対策ネットワーク会議

自殺対策ネットワーク会議を設立し、自殺に関する研修会や情報交換を行い、お互いに相談・連絡できる関係づくりに努めます。

4 担当課・担当者

相談窓口は健康福祉課健康係とし、全庁と連携し全職員が優しい対応を心がけ、傾聴の気持ちを持って対応します。

参考資料

1. 事業所における心の健康づくりに関するアンケート

町では、今年度自殺対策の計画を策定する予定です。つきましては、町内事業所の自殺対策・心の健康づくりに関する状況調査のためにアンケートを実施いたしますので、ご協力くださるようお願いいたします。

※総務ご担当の方にご記入をお願いいたします。

(1) 事業所の従業員は何人ですか。 男性： 人、女性： 人

(2) 事業所の主な業種は何ですか。 []

(3) 事業主側は従業員の仕事疲れや悩みに気づき、気にかけるようにしていますか。

1、している 2、どちらかといえばしている 3、特段気にかけてはいない

(4) 従業員にむけて、仕事や職場環境に関して相談しやすい体制づくりを行っていますか。

1、行っている 2、どちらかといえば行っている 3、行っていない

(5) (4) で1、2に○を付けた事業所にお伺いします。

仕事や職場環境に関して相談しやすい体制づくりとは具体的にどんなことをしていますか。

[]

(6) 事業所において、心の健康に関することで実施していることがありますか。

- 1、ストレスチェックを実施している
- 2、産業保健師等による相談事業を実施している
- 3、心の健康づくりなどに関する研修会を実施している
- 4、今はできていないが、実施したいと考えていることがある

[具体的に：]

5、特に実施していない

6、その他 []

(7) (6) で1に○をつけた事業所にお伺いします。

ストレスチェックを実施して、いかがでしたか。

- 1、従業員の仕事の疲れや不調を知る機会になった
- 2、従業員の仕事の疲れや不調を知る機会にはならなかった。

(8) (7) で1に○をつけた事業所にお伺いします。

- 1、ストレスチェックの結果を職場環境の改善に反映している
- 2、ストレスチェックの結果を職場環境の改善に反映したいと思っているが、まだできていない
- 3、ストレスチェックの結果を職場環境の改善に反映はしていないし、する予定もない

(9) 事業所で、心の健康づくりに関して、今困っていることがありますか。

- 1、特にない
- 2、ある〔内容：]

(10) 町から、職場における心の健康づくりに関する研修会の出張講座がある場合、希望しますか。

(例) 自身のストレス解消法(ストレスコントロール)について、対人関係の悩みについて、気持ちの落ち込みについて等

- 1、はい〔内容：]
- 2、いいえ

(11) 他に、心の健康づくりに関することでご要望があれば、ご記入ください。

ご協力ありがとうございました。

※9月20日(木)までご回答をお願い致します。