

# 平成30年度の自殺対策の実施状況

## 1 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する取組

### 1 地域自殺実態プロファイルの作成

- 自殺総合対策推進センターでは、全ての都道府県及び市町村に対し、それぞれの自殺の実態を分析した地域自殺実態プロファイルを更新、提供。

### 2 地域自殺対策の政策パッケージの作成

- 自殺総合対策推進センターでは、平成29年度、全ての都道府県及び市町村の地域自殺対策計画を策定するための支援ツールとして地域自殺対策政策パッケージを提供。

### 3 地域自殺対策計画の策定等の支援

- 自殺総合対策推進センターでは、地域自殺対策推進センター等連絡会議等を開催し、地域自殺対策計画の策定についての情報提供と相談支援を実施。
- 自殺対策について基礎自治体のトップの理解を深めるための「トップセミナー」について、平成30年までに全都道府県での実施を達成。

### 4 地域自殺対策計画策定ガイドラインの策定

- 厚生労働省では、地域自殺対策計画の円滑な策定に資するよう、平成29年度に、都道府県版及び市町村版「地域自殺対策計画策定の手引」を送付。
- 自殺総合対策推進センターでは、手引きに基づいて、地方公共団体における自殺対策計画策定支援を実施。

### 5 地域自殺対策推進センターへの支援

- 自殺総合対策推進センターでは、地域自殺対策推進センター長を招集した地域自殺対策推進センター等連絡会議において、地域自殺対策推進に関する国の政策動向を迅速に伝えて情報共有を実施。
- 自殺総合対策推進センターでは、地域自殺対策推進センター職員に対して、地域自殺対策計画策定に関する技術的助言を積極的に行うとともに、人材養成研修等に講師として出講し、自殺対策計画策定を支援。

### 6 自殺対策の専任職員の配置・専任部署の設置の促進

- 自殺総合対策推進センターでは、地域自殺対策推進センターに対して、専任職員の配置等を促進。

## 2 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す取組

### 1 自殺予防週間と自殺対策強化月間の実施

- 平成30年度自殺予防週間（9月10～16日）及び自殺対策強化月間（3月）では、国、地方公共団体、関係団体、民間団体等が連携し、集中的に啓発事業及び支援策を実施。
- 自殺対策強化月間では、SNS相談事業の拡充を行ったほか、新たにYouTube動画の広告の活用や、鉄道会社と連携したADトレインやデジタルサイネージでの広報ポスター掲示等を実施。
- 支援情報検索サイトによる相談会等の情報提供やインターネット広告を行い、都道府県及び政令指定都市の協力を得て、「こころの健康相談統一ダイヤル」の拡充を実施。

### 2 児童生徒の自殺予防に資する教育の実施

- 生命の尊さや大切さについて考えを深める教育として、小学校では「特別の教科 道徳」を実施し、中学校においては「私たちの道徳」を教材に使用し、命を大切にする心を育成。
- 「児童生徒の自殺予防に関する調査研究協力者会議」において作成した「子供に伝えたい自殺予防」について教育委員会等へ周知。
- 「SOSの出し方に関する教育」の推進を求める通知を文部科学省・厚生労働省の連名で発出し、別途、推進にあたって参考となる教材例を周知。
- SNS等を利用したネットによる誘い出しとそれに伴う犯罪被害の防止のため、新たなトラブル事例やSNSを利用する際の注意点を追記した『インターネットトラブル事例集（2018年度版）』を作成、公表。
- 総務省、文部科学省及び通信関係団体等が連携し、子どもたちのインターネットの安心・安全な利用に向けて、保護者、教職員及び児童生徒を対象とした啓発講座を実施。
- インターネット上の有害環境を踏まえ、シンポジウムや啓発資料の配付等を通じて、保護者と青少年に直接働きかける啓発と教育活動を推進。

### 3 自殺や自殺関連事象等に関する正しい知識の普及

- 自殺予防週間及び自殺対策強化月間において、支援情報検索サイトによる相談会等の情報提供を行うとともに、WebサイトのPR企画を活用したインターネット広告等を実施。
- 自殺念慮の割合等が高いことが指摘されている性的マイノリティについて、「性的指向を理由とする差別をなくそう」及び「性自認を理由とする偏見や差別をなくそう」を強調事項として掲げ、人権啓発ビデオやスポット映像を、YouTube法務省チャンネルを通じて配信するなどの各種啓発活動を実施。

### 4 うつ病等についての普及啓発の推進

- 毎年「精神保健福祉全国大会」を開催し、全国の精神保健福祉関係者や一般の方々を対象に、精神保健福祉に関する正しい知識の普及を推進。
- 心の不調・病気に関する説明や、各種支援サービス、相談窓口の紹介など、治療や生活に役立つ情報をまとめた「みんなのメンタルヘルス総合サイト」と、若者とそれを取り巻く人々向けに、心の不調への対処法を紹介する「こころもメンテしよう」をWebサイト内に設置して、普及啓発を実施。

### 3 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する取組

#### 1 自殺の実態や自殺対策の実施状況等に関する調査研究及び検証

- 自殺総合対策推進センターにおいて、平成29年度より革新的自殺研究推進プログラム3領域12研究課題の公募研究を実施。

#### 2 調査研究及び検証による成果の活用

- 自殺総合対策推進センターWebサイト「いのち支える」で、自殺対策のPDCAサイクルに取り組むための情報発信を実施。
- 「Suicide Policy Research」（英文誌）と「自殺総合政策研究」（和文誌）という2つの学術雑誌を創刊し、Webジャーナルとして発信。
- 自殺総合対策推進センターは、世界保健機関（WHO）本部よりWHO協力センター（自殺対策・人材育成：JPN-92）に指定されており、グローバルな自殺対策の人材育成やWHO公文書の翻訳などを行い、国際的な自殺対策の推進に貢献。

#### 3 先進的な取組に関する情報の収集、整理及び提供

- 自殺総合対策推進センターは、WHOの先進的な取組に関する情報収集と提供の一環として、WHOが発刊した「コミュニティが自殺対策に主体的に関与するための手引きとツール集」を翻訳・公表。

#### 4 子ども・若者の自殺等についての調査

- 「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」を実施、児童生徒の自殺者数、自殺した児童生徒が置かれていた状況について学校・教育委員会から報告を受け、取りまとめを実施。
- 各教育委員会等の生徒指導担当者や校長・教頭などの管理職を対象に「児童生徒の自殺予防に関する普及啓発協議会」を開催し、平成20年度から26年度まで開催した「児童生徒の自殺予防に関する調査研究協力者会議」の審議のまとめについて周知。
- 革新的自殺研究推進プロジェクトにおいて東京都内で実施されている児童・生徒のSOSの出し方に関する教育の効果の検証を実施。

#### 5 死因究明制度との連動における自殺の実態解明

- 死因究明・身元確認に関する施策の検討を目的とした死因究明等推進協議会が、37都道府県において設置（平成31年3月末現在）。
- あらゆる子どもの死亡について死因を究明するチャイルド・デス・レビュー（CDR）について、28年度から3か年の調査研究を実施。

#### 6 うつ病等の精神疾患の病態解明、治療法の開発及び地域の継続的ケアシステムの開発につながる学際的研究

- うつ病等の精神疾患に対する、心理・社会学的方法、分子生物学的手法、画像診断技術等を活用した病因・病態の解明、効果的な予防、診断、治療法等の研究・開発を実施。

## 7 既存資料の利活用の促進

- 「地域における自殺の基礎資料」を公表。
- 「平成30年中における自殺の状況」を公表（平成31年3月）。
- 毎月の自殺者数（総数、男女別及び都道府県別）を速報値として公表。

## 4 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る取組

### 1 大学や専修学校等と連携した自殺対策教育の推進

- 医学教育においては「医学教育モデル・コア・カリキュラム」を改訂、自殺対策に関連して、新たに「休養・心の健康（ストレス対策、自殺の予防等）を説明できる」こと等、学修目標の内容や項目を充実。
- 大学の看護学教育においても、「看護学教育モデル・コア・カリキュラム」において、「自殺予防のための本人及び関係者への支援について説明できる」等の学修目標の内容や項目を明示。
- 看護師、保健師の国家試験出題基準では、自殺対策や自殺のリスク要因に対応できる人材の育成として、「自殺対策」の項目を設定。
- 精神保健福祉士国家試験出題基準では、精神保健に関する対策と精神保健福祉士の役割として自殺防止対策に関する項目を規定。
- 革新的自殺研究推進プログラムにおいて、委託研究により、医学科学生を対象に行動科学的要素を取り入れた参加型実習教材を開発。

### 2 自殺対策の連携調整を担う人材の養成

- 自殺総合対策推進センターでは、各種会議、研修等を開催し、「生きることの包括的支援研修」では、地方公共団体の担当者を対象としたオンデマンド配信も実施。

### 3 かかりつけの医師等の自殺リスク評価及び対応技術等に関する資質の向上

- 一般かかりつけ医と精神科医の連携強化及び精神医療の質の向上を図るため、一般かかりつけ医から精神科医の紹介体制の構築や、両者の連携のための会議の開催等を各都道府県で実施。

### 4 教職員に対する普及啓発等

- 各教育委員会等の生徒指導担当者や、校長・教頭等の管理職を対象に、全国10ブロックで「児童生徒の自殺予防に関する普及啓発協議会」を開催。
- 大学等の学生支援担当教職員を対象とした会議等を通じて、学生の自殺防止に対する指導の充実についての理解を促進。
- 独立行政法人日本学生支援機構では、大学等の教職員に対し、自殺を含む学生の心の問題や成長支援に関する正しい知識の修得と理解を促進する取組を実施。
- 各教育委員会の生徒指導や人権教育の担当者が出席する会議において、性同一性障害に係る児童生徒の心情に十分配慮した対応を要請するとともに、教職員向け周知資料「性同一性障害や性的指向・性自認に係る、児童生徒に対するきめ細かな対応等の実施について」を公表、周知。

## 5 地域保健スタッフや産業保健スタッフの資質の向上

- 自殺総合対策推進センターでは、地域自殺対策推進センター及び市町村の自殺対策の企画立案担当者を主な対象に「生きることの包括的支援研修」において、「勤務・経営対策」に関する研修を開催。
- 職場におけるメンタルヘルス対策及び産業保健活動を推進するため、全国の産業保健総合支援センターにおいて産業保健スタッフ等に対する研修等を実施。
- 「うつ病の妊産褥婦に対する医療・保健・福祉の連携・協働による支援体制（周産期G-Pネット）構築の推進に関する研究」を実施。

## 6 介護支援専門員等に対する研修

- 介護事業従事者の研修等の機会を通じ、心の健康づくりや自殺対策に資する知識を普及。

## 7 民生委員・児童委員等への研修

- 民生委員・児童委員の資質向上を図るため、都道府県等に対し、相談援助活動を行う上で必要不可欠な知識及び技術を修得させる研修事業への補助を実施。

## 8 社会的要因に関連する相談員の資質の向上

- 金融サービス利用者相談室の相談員に対して、ゲートキーパー養成研修用DVDを利用した研修を実施。
- 地方消費者行政強化交付金等により地方公共団体が実施する取組に対する支援のほか、独立行政法人国民生活センターにおいても、地方公共団体の消費生活相談員に対し、多重債務問題に関する研修を実施。
- 生活困窮者に対して、支援者がしっかりと対応できるよう、支援者向けの研修の中でメンタルヘルスに関する研修を実施。
- ハローワーク職員に対して、メンタルヘルスについての正しい知識の修得を職業相談技法研修の一環として実施。

## 9 遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上

- 警察職員が自殺者、自殺者遺族、自殺未遂者等に関係する業務に従事する場合に、自殺者の名誉や自殺者遺族、自殺未遂者等の心情等を不当に傷つけることのないよう、適切な遺族対応等への取組を実施。
- 消防職員が遺族等に対して適切な対応を図れるよう、各消防本部や各消防学校での教養訓練を通じて、消防職員の資質の向上を推進。

## 10 様々な分野でのゲートキーパーの養成

- 公益社団法人日本薬剤師会において、きめ細やかな服薬指導や服薬状況の確認、適正な服薬に関する支援等、処方医や専門機関との連携等を促進するなどの取組を実施。
- 全国理容生活衛生同業組合連合会において、組合又は支部ごとにゲートキーパー講習を開催。
- 自殺予防週間及び自殺対策強化月間において、ゲートキーパーとしての役割が期待される団体等に対して、協力の呼びかけを実施。

### 11 自殺対策従事者への心のケアの推進

- 自殺総合対策推進センターにおいて、相談支援に関する研修カリキュラムの中に、相談員自らの心の健康を維持するための対応方法についての内容を盛り込み、研修を実施。

### 12 家族や知人等を含めた支援者への支援

- 自殺等の悩みを抱える者だけでなく、悩みを抱える者を支援する家族や知人等を含めた支援者が社会的に孤立しないよう、地域自殺対策強化交付金の活用を促進。

### 13 研修資材の開発等

- 自殺総合対策推進センターでは、新たな研修手法開発の一環として、地方公共団体を対象とした「市町村自殺対策計画策定ウェブ研修会」の実施と「生きることの包括的支援研修」のオンデマンド配信を開始。

## 5 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを進める取組

### 1 職場におけるメンタルヘルス対策の推進

- 労働安全衛生法において、ストレスチェックの実施を事業者に義務付け、高ストレス者に対する医師の面接指導及び事後措置、ストレスチェック結果を踏まえた職場環境の改善が適切に行われるよう、制度の周知・指導、支援を促進。
- 全国の産業保健総合支援センターにおいて、職場のメンタルヘルス不調の未然防止から職場復帰支援に至るまでメンタルヘルス対策の総合的な支援を実施。
- メンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」において、メンタルヘルスに関する基礎知識、事業場の取組事例等の情報提供を行っているほか、メンタルヘルス不調や過重労働による健康障害に関する電話相談に応じるなど、職場のメンタルヘルスに関する様々な取組を展開。
- 『「過労死等ゼロ」緊急対策』を踏まえ、違法な長時間労働を許さない取組やメンタルヘルス・パワーハラスメント防止対策の取組を強化。
- 「過労死等の防止のための対策に関する大綱」に基づき、労働行政機関等における対策、調査研究等、啓発、相談体制の整備等、民間団体の活動に対する支援等の対策を実施。
- 「職場のパワーハラスメントの予防・解決に向けた提言」をまとめたリーフレットの配布、ポータルサイト「あかるい職場応援団」等を通じ、パワーハラスメントに関する様々な情報提供を実施。
- 有識者と労使関係者からなる「職場のパワーハラスメント防止対策についての検討会」報告書及び労働政策審議会の建議を踏まえ、事業主に対して、パワーハラスメントを防止するための雇用管理上の措置を義務付けることなどを盛り込んだ法案を、第198回通常国会に提出。

### 2 地域における心の健康づくり推進体制の整備

- 自殺総合対策推進センターにおいて、地域保健スタッフ等への資質の向上に関する会議、研修への支援を行い、地域における心の健康づくり推進体制の整備を推進。
- 地域住民が集い、憩うことのできる環境の形成を図るため、歩いていける身近な都市公園の整備を計画的に推進。
- 農山漁村における高齢者が安心して活動し、暮らせるよう、高齢者の生きがい発揮に資する

取組を支援。

### 3 学校における心の健康づくり推進体制の整備

- 全ての教職員が心身の健康課題を抱える児童生徒を適切に支援できるよう、教職員向け指導参考資料の周知や本資料を活用した研修会等を開催。
- スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーの配置に必要な経費の補助等を実施し、教育相談体制を充実。
- 教職員が教育活動に専念できるよう、学校における労働安全衛生法に基づく管理体制の整備を推進。

### 4 大規模災害における被災者の心のケア、生活再建等の推進

- 東日本大震災の避難者の避難の長期化が見込まれる中で、仮設住宅等の被災者の心と体の健康への支援や災害公営住宅でのコミュニティ形成支援、被災者支援の総合的な推進等の50の対策からなる「被災者支援（健康・生活支援）総合対策」を策定。
- この対策を踏まえ、「被災者支援総合交付金」により、復興の進展に伴い生じる見守り、コミュニティ形成、子どもに対する支援、住宅・生活再建に関する相談支援、「心の復興」等の課題に対する自治体の取組を一体的に支援。
- 被災した子供たちの心のケア等への対応のため、平成30年度においては、岩手県、宮城県、福島県に531人のスクールカウンセラー等を派遣。
- 平成30年7月豪雨及び30年9月に発生した北海道胆振東部地震では、被災者の心のケアに対応するため、「被災地心のケア事業」を実施し、被災地における心のケア体制を強化。

## 6 適切な精神保健医療サービスを受けられるようにする取組

### 1 精神科医療、保健、福祉等の各施策の連動性の向上

- かかりつけ医等がうつ病と診断若しくは疑われる人を、専門医や専門医療機関に適切につなぐことができるよう、かかりつけ医等を対象とした「かかりつけ医等心の健康対応力向上研修事業」を実施。

### 2 精神保健医療福祉サービスを担う人材の養成など精神科医療体制の充実

- 自殺総合対策推進センターでは、日本精神科救急学会との協力により自殺未遂者ケア研修（精神科救急版）を、日本臨床救急医学会との協力により自殺未遂者ケア研修（一般救急版）をそれぞれ実施。

### 3 精神保健医療福祉サービスの連動性を高めるための専門職の配置【一部再掲】

- 精神保健福祉士等の専門職等を、医療機関を始めとして、地域に効果的に配置する取り組みを推進。

### 4 かかりつけの医師等の自殺リスク評価及び対応技術等に関する資質の向上【再掲】

### 5 子どもに対する精神保健医療福祉サービスの提供体制の整備

- 様々な子どもの心の問題などに幅広く対応するため、地域の拠点病院を中核とし、医療機関

や保健福祉機関等と連携した支援体制の構築とともに、災害時に被災した子どもの心のケアを行う体制を目的とした「子どもの心の診療ネットワーク事業」を実施。

## 6 うつ等のスクリーニングの実施

- 出産後間もない産婦について、産後うつの予防等を図る観点から、産婦健康診査で心身の健康状態や生活環境等の把握を行い、産後初期段階における支援を強化。
- 乳児家庭の孤立化防止や産後うつの予防等も含めた養育上の諸問題への支援を図るため、「乳児家庭全戸訪問事業」を実施。
- 高齢者については、閉じこもりやうつ状態になることを予防することが、介護予防の観点からも期待され、地域の中で生きがい・役割を持って生活できる地域づくりを推進することが重要であるため、多様な通いの場の整備など、地域の実情に応じた介護予防の取組を実施。

## 7 うつ病以外の精神疾患等によるハイリスク者対策の推進

- アルコール関連問題啓発週間（11月10日～16日）において、4県とアルコール関連問題啓発フォーラムを共催。
- 依存症対策全国拠点機関を指定し、地域における指導者の養成等を実施するとともに、地方公共団体において各種依存症対策を推進。

## 8 がん患者、慢性疾患患者等に対する支援

- 地域医療介護総合確保基金を通じて、都道府県が実施する看護師の資質の向上に関する実務研修等を支援。
- 自殺総合対策推進センターでは、革新的自殺研究推進プログラムにおいて、「がん相談支援センター」を活用した体制整備の在り方に関する委託研究を実施。

# 7 社会全体の自殺リスクを低下させる取組

## 1 地域における相談体制の充実と支援策、相談窓口情報等の分かりやすい発信

- Webサイト内に「支援情報検索サイト」を設置し、相談窓口を周知する取組を実施。平成30年4月から、スマートフォンにも対応できるようシステム改修。
- 「こころの健康相談統一ダイヤル」は、平成31年4月現在、全都道府県を含む55自治体が加入し、30年の相談件数は約5万1千件となっている。
- 適切な支援を迅速に受けられるための拠り所として、24時間365日、無料電話相談によって悩みを傾聴し、具体的な支援につなげるための事業（「よりそいホットライン」）を実施。

## 2 多重債務の相談窓口の整備とセーフティネット融資の充実

- 「多重債務者相談強化キャンペーン2018」として、全国各地で消費者向け及び事業者向けの無料相談会を実施。
- 相談窓口の認知度向上を図るための周知・広報として、都道府県別リーフレット82万枚、ポスター6万枚を作成・配布。
- 多重債務者に対する貸付（セーフティネット機能を有する貸付）については、消費者向けとしては生協等による取組を、事業者向けとしては日本政策金融公庫による取組を推進。
- 「生活福祉資金貸付」においては、生活困窮者の相談窓口と密接な連携を図りながら、必要

な貸付を実施。

### 3 失業者等に対する相談窓口の充実等

- 心理的不安などから、主体的に的確かつ現実的な求職活動を行うことができない求職者等の相談に対応するため、キャリアコンサルティングの技法等を活用しながら、長期失業に至ることのないように支援。
- ハローワークでは、就職に関連した生活に関する問題について、臨床心理士、弁護士など専門家による巡回相談を定期的に実施。
- 地域の若者支援機関からなるネットワークの拠点となる「地域若者サポートステーション」を全国に設置し、職業的自立支援を実施し、高校等とサポステの連携により、高校中退者等に対するアウトリーチ型の就労支援を実施。

### 4 経営者に対する相談事業の実施等

- 各都道府県にある中小企業再生支援協議会では、専門性を備えた常駐専門家や外部専門家を配置し、財務上の問題を抱える中小企業に対し、事業再生に向けた支援を実施。
- 「自殺対策強化月間」に係る取組として、約600の中小企業関係機関・団体に対して、「自殺対策強化月間」及び各種相談窓口の周知、中小企業者へのきめ細かい相談対応を要請。
- 全国どこからでも一つの電話番号で、資金繰りや経営相談など、どこに相談したらよいか困っている方から幅広く相談を受け付ける「中小企業電話相談ナビダイヤル」を実施。
- 独立行政法人中小企業基盤整備機構・地域本部等においては、経営者保証に関する事業者からの相談対応や、「経営者保証に関するガイドライン」に基づく経営者保証に拠らない融資等を希望する事業者への専門家派遣等を実施。

### 5 法的問題解決のための情報提供の充実

- 法テラスでは、法的トラブルの解決に役立つ法制度や各種相談窓口についての情報を無料提供する情報提供や、弁護士・司法書士の法的援助を受けることが困難な方を対象に無料で法律相談を実施（30年度の法律相談援助件数は約30万2,000件）。
- 政令で指定された大規模災害の被災者を対象に、生活の再建に必要な法律相談を無料で行う被災者法律相談援助を「平成30年7月豪雨」で実施（30年度の被災者法律相談援助件数は約1万3,000件）。
- 東日本大震災の被災者に対する援助のための日本司法支援センターの業務の特例に関する法律（平成24年法律第6号）に基づき、無料で法律相談を実施（30年度の震災法律相談援助件数は約5万5,000件）。
- 法テラスでは、自殺対策に取り組んでいる関係機関・団体等と相互の連携・協力関係を充実・強化するとともに、他団体が行う自殺対策の研修に積極的に参加。
- 東日本大震災の被災者に対する支援策として、フリーダイヤル（「震災法テラスダイヤル」）を設置し、二重ローン問題や原発の損害賠償請求などの震災に起因する法的トラブルについても解決に役立つ法制度や相談窓口等の案内を実施。また、前記フリーダイヤルにおいて、「平成30年7月豪雨」の被災者からの問合せにも対応。

### 6 危険な場所、薬品等の規制等

- 鉄道駅のプラットホームにおいて、線路への転落等を防止するために効果の高いホームドア

の整備を促進（平成30年3月末現在で725の駅で設置）。

- 毒薬及び劇薬、毒物及び劇物の取扱いについて、販売業者等に対し、引き続き規制の遵守の徹底を指導。

## 7 ICTを活用した自殺対策の強化【一部再掲】

- 「自殺」「死にたい」等の自殺につながる用語の検索を行った場合に、相談窓口への誘導を行うことについて、事業者に要請。
- 自殺対策のWebサイトを更新し、SNS等に対応した相談窓口情報の追加・整理を実施。
- 自殺総合対策推進センターでは、ICTを活用した自殺対策についての研究を推進。
- 青少年のインターネットリテラシー向上に重点を置いた啓発活動を実施するとともに、インターネット上で人権侵害を受けた場合等の相談窓口や救済手続についての周知広報や、ICTを活用した相談窓口への誘導強化を推進。
- 平成31年3月に、SNS相談の支援ノウハウを集約した「自殺対策におけるSNS相談事業（チャット、スマホアプリ等を活用した文字による相談事業）ガイドライン」を公表。

## 8 インターネット上の自殺関連情報対策の推進

- プロバイダの迅速、的確な対応が可能となるように「違法・有害情報への対応等に関する契約約款モデル条項」の適切な運用を支援。
- インターネット・ホットラインセンター及び都道府県警察において、自殺誘引等情報を受理・認知した場合、サイト管理者等に削除を依頼。
- インターネット上の自殺誘引等情報を収集し、インターネット・ホットラインセンターへの通報を行うサイバーパトロール業務を民間事業者へ委託。
- インターネット・ホットラインセンターでは、平成30年に、自殺誘引等情報と判断した2,582件（うち2,046件が民間事業者への委託によるサイバーパトロールからの通報分。）の通報のうち、2,466件（対応依頼を行う前に削除されたもの等を除く）について、プロバイダ等に対して対応を依頼し、1,814件が削除に至った。
- 「青少年ネット利用環境整備協議会」において、SNS上で行われる自殺に関連する書き込み起因する児童被害防止等を目的とした青少年ネット利用環境整備ガイドラインを策定。
- 青少年や保護者・教職員等に対し、自殺関連情報等の違法・有害情報の閲覧への対策として有用であるフィルタリングの認知度・理解度の向上を図り、保護者等による自主的で実効的な対策を促進するべく、普及啓発活動等を実施。
- 青少年が自殺関連情報等の違法・有害情報を閲覧することがないように、フィルタリングの利用促進等も含めたインターネットの安全利用について、学生・保護者等を対象にしたインターネット安全教室を開催。
- フィルタリングやインターネット利用のルールに関する学習・参加型のシンポジウムの開催や、普及啓発資料の配布等を通して、地域・民間団体等と連携しつつ、保護者及び青少年に対する啓発や教育活動を推進。
- 学校の教職員が、児童生徒のインターネット等の安全利用について必要な知識を身に付けることにより、より一層適切な生徒指導、教育相談、情報モラル教育を行うことができるようにするため、インターネット安全教室及びe-ネットキャラバンに教育委員会関係者・教育関係者の参加を促進。
- 携帯電話会社等の実施するスマホ・ケータイ安全教室と連携した人権教室やインターネット

広告、フィルタリングの推奨について記載された啓発冊子「あなたは大丈夫？考えよう！インターネットと人権」を活用した啓発活動を実施。

## 9 インターネット上の自殺予告事案への対応等

- 「インターネット上の自殺予告事案への対応に関するガイドライン」を踏まえ、都道府県警察においてプロバイダ等と連携した対応を実施し、自殺防止の措置を実施。
- 上記のうち、自殺のおそれのあった者に対して、本人への説諭、家族への監護依頼等の自殺防止措置を実施。

## 10 介護者への支援の充実

- 地域包括支援センターにおける高齢者を介護する者の相談・援助、市町村等が行う介護教室・介護者相互の交流会開催等の経費の一部を負担する等の支援を実施。

## 11 ひきこもりへの支援の充実

- 「ひきこもり地域支援センター」において、本人・家族に対する早期からの相談・支援等を行い、ひきこもり対策を推進。
- ひきこもり支援に携わる人材の確保を目的として、精神保健福祉センター、保健所、教育機関等の地域専門機関で相談・支援に従事している専門職等を対象に「ひきこもり対策研修」を実施。

## 12 児童虐待や性犯罪・性暴力の被害者への支援の充実

- 児童虐待を受けたと思われる子どもを見つけた時などに、児童相談所に通告・相談ができる児童相談所全国共通ダイヤル「189（いちはやく）」では、音声ガイダンスの短縮やコールセンター方式を導入するなどの改善を実施し、運用。
- 性犯罪・性暴力の被害者への支援については、各都道府県に対し、性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センターの開設等について相談があった場合、協力が可能な医療機関の情報を提供するように依頼。
- カウンセリング技能を有する警察職員に対し専門的研修を行うことにより、その技術・能力の向上に努めるとともに、部外の精神科医やカウンセラー、民間被害者支援団体等との連携を図るなど、性犯罪被害者の精神的被害を軽減するためのカウンセリング体制を整備。
- 各都道府県警察の性犯罪被害相談電話につながる全国共通番号「#8103（ハートさん）」の導入を始めとする相談のしやすい環境の整備・充実、被害者の心情に配慮した事情聴取等を推進。
- 各都道府県が行う性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センターの設置促進を支援し、令和2年までに各都道府県に最低1か所設置するという目標を前倒しで平成30年10月に達成。

## 13 生活困窮者への支援の充実

- 福祉事務所設置地方自治体（903自治体）において、生活困窮者自立支援法に基づく相談支援、就労支援、家計改善支援等を実施。
- 生活困窮者の一層の自立の促進を図るため、「生活困窮者等の自立を促進するための生活困窮者自立支援法等の一部を改正する法律」が成立し、法律の内容を踏まえ、平成30年10月に

生活困窮者自立支援制度と自殺対策施策との連携通知を発出。

#### 14 ひとり親家庭に対する相談窓口の充実等

- 「すくすくサポート・プロジェクト」に基づき、地方公共団体のひとり親家庭の相談窓口において、従来の母子・父子自立支援員に加え、就業支援専門員の配置を進め、子育て・生活から就業までのワンストップ型支援の体制整備を推進。
- 児童扶養手当の現況届の提出時期（毎年8月）等に、子育て・生活・就業・養育費の確保など、様々な問題について集中的に相談できる体制を地方公共団体が構築できるよう支援。

#### 15 妊産婦への支援の充実【一部再掲】

- 産後うつ予防等を図る観点から、産婦健康診査で心身の健康状態や生活環境等の把握を行い、産後の初期段階における支援を強化。
- 退院直後の母親等に対して心身のケアや育児のサポート等を行い、産後も安心して子育てができる支援体制を推進。
- 平成30年度の診療報酬改定において、精神疾患を合併した妊産婦に対して、産科、精神科及び自治体の多職種が連携して患者の外来診療を行う場合の評価を新設。

#### 16 性的マイノリティへの支援の充実

- 啓発リーフレットの配布や特設サイトの設置を実施。
- 都道府県・政令指定都市教育委員会等の人権教育担当指導主事を集めた「人権教育担当指導主事連絡協議会」において、通知「性同一性障害に係る児童生徒に対するきめ細かな対応の実施等について」及び通知を踏まえた教職員向け周知資料の趣旨を徹底。
- 公正な採用選考についての事業主向け啓発パンフレットに「LGBT等の性的マイノリティの方など特定の人を排除しない」旨を記載し、Webサイト上に公表。

#### 17 相談の多様な手段の確保、アウトリーチの強化【一部再掲】

- SNS等を活用する利点・課題等について「SNS等を活用した相談体制の構築に関する当面の考え方（最終報告）」として取りまとめ、地方公共団体に対し、SNS等を活用した児童生徒向けの相談体制の構築を支援。

#### 18 関係機関等の連携に必要な情報共有の仕組みの周知

- 自殺総合対策推進センターでは、地方公共団体の自殺対策計画策定関係者などが自殺対策の先進的な取組事例を検索できる「自殺対策先進事例データベース」を開発し、平成30年11月よりWebサイト上で公開。

#### 19 自殺対策に資する居場所づくりの推進

- 自殺対策に資する若者の居場所づくり好事例を取りまとめ、地方公共団体へ情報提供。

#### 20 報道機関に対する世界保健機関の手引き等の周知

- Webサイトに、WHO「自殺予防メディア関係者のための手引き」を掲載、周知。
- 自殺総合対策推進センターにおいて、メディア従事者を対象としたメディアカンファレンスを実施。

- 自殺総合対策推進センターでは、WHOが発刊した「コミュニティーが自殺対策に主体的に関与するための手引きとツール集」を翻訳・公表。

## 8 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ取組

### 1 地域の自殺未遂者等支援の拠点機能を担う医療機関の整備

- 自殺未遂者支援の拠点となる医療機関の整備推進を目的に、「自殺未遂者支援拠点医療機関整備事業」を実施。

### 2 救急医療施設における精神科医による診療体制等の充実

- 精神科救急情報センターや、輪番制等による精神科救急医療施設の整備を行う「精神科救急医療体制整備事業」にて、自殺未遂者等の精神・身体合併症患者に対応する体制を整備。
- 「自殺未遂者ケアに関するガイドライン」を基に、救急医療の従事者を対象に「自殺未遂者ケア研修」を開催。

### 3 医療と地域の連携推進による包括的な未遂者支援の強化【再掲】

### 4 居場所づくりとの連動による支援【再掲】

### 5 家族等の身近な支援者に対する支援

- 自殺総合対策推進センターでは、家族などの身近な支援者に対する支援に関する内容を盛り込んだ「第3回生きることの包括的支援研修」を、地方公共団体の関係者などを対象に実施。

### 6 学校、職場等での事後対応の促進

- 児童生徒の自殺未遂の背景となった事実関係に関する報告の状況等を踏まえ、必要に応じ、背景調査を含め、事後対応の在り方について指導・助言。
- 働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」や、独立行政法人労働者健康安全機構のホームページ等を通じて、自殺未遂発生直後の職場での対応等を示したマニュアル「職場における自殺の予防と対応」を周知。

## 9 遺された人への支援を充実する取組

### 1 遺族の自助グループ等の運営支援

- 地域自殺対策強化交付金を通じ、自死遺族のための分かち合いの会の運営等の支援を実施。
- 過労死で親を亡くした遺児等を招請し、イベントを通して心身のリフレッシュを図るほか、遺児及びその保護者を対象とした相談等を行う「過労死遺児交流会事業」を実施。
- 自殺対策総合推進センターでは、遺族の自助グループなどの運営支援も含めた自死遺族支援に関する指針について検討し、平成30年11月に「自死遺族等を支えるために～総合的支援の手引」を公表。

## 2 学校、職場等での事後対応の促進

- 「子どもの自殺が起きたときの緊急対応の手引き」、「子供の自殺が起きたときの背景調査の指針」をそれぞれ作成し、各教育委員会等の生徒指導担当者や、学校の管理職を対象に「児童生徒の自殺予防に関する普及啓発協議会」を開催し、周知。
- 「働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」や、独立行政法人労働者健康安全機構のホームページ等を通じて、自殺発生直後の職場での対応等を示したマニュアル「職場における自殺の予防と対応」を周知。

## 3 遺族等の総合的な支援ニーズに対する情報提供の推進等

- 地域の相談先や自助グループの連絡先などを記載した、遺族のためのリーフレット等の作成等に対する支援を実施。
- 自殺対策総合推進センターでは、遺族等の総合的な支援ニーズに対する情報提供の推進などについて研究を実施し、平成30年11月に自死遺族等支援に関する指針「自死遺族等を支えるために～総合的支援の手引」を公表。

## 4 遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上【再掲】

## 5 遺児への支援【一部再掲】

- スクールカウンセラーの配置に必要な経費の補助の取組を継続。

# 10 民間団体との連携を強化する取組

地域における民間団体の取組は、自殺対策基本法の制定以前、国や地方公共団体からの支援が必ずしも十分でない中で、電話相談等の自殺のリスクの高い人への危機介入などの直接的な自殺予防の活動のみならず、分かち合いの会の開催等を始めとする自死遺族等への心理的ケアの実施などの事後対応も含めて幅広く展開されてきた。地域レベルの実践的な取組を中心とする自殺対策への転換を進める上で、民間団体による地域に密着した様々な取組は、我が国における自殺対策においてなくてはならないものである。

## 1 民間団体の人材育成に対する支援

- 地域自殺対策強化交付金を通じて、民間団体の人材育成に対する支援を実施。
- 自殺総合対策推進センターでは、先駆的な若者の自殺対策支援を開発実施している民間団体の人材育成を支援し、新たな自殺総合対策大綱の理念に基づいて実施されることが望ましい人材育成に関するマニュアル開発に取り組んだ。

## 2 地域における連携体制の確立

- 自殺総合対策推進センターを通じて、自殺対策のPDCAサイクルを効果的に実施、民間団体を含めた地域の自殺対策を支援する機能を強化し、エビデンスに基づく政策展開を推進。
- 自殺総合対策推進センターでは、「地域自殺対策推進センター等連絡会議」および「地域自殺対策推進センター等連絡会議ブロック会議」などにより、地域自殺対策推進センターを通じて地域における連携体制を推進。
- トラブルに遭うリスクの高い消費者（高齢者、被害経験者等）を効果的・重点的に地域で見

守る体制を構築するため、消費生活センターを始めとする幅広い関係者の参加したネットワークの充実を形成。

### 3 民間団体の相談事業に対する支援

- 先駆的な自殺防止対策の取組を行う民間団体に財政的支援を行う「自殺防止対策事業」を通じて、電話相談員に対する研修、フリーダイヤル電話相談等を実施する団体に対する支援を実施。

### 4 民間団体の先駆的・試行的取組や自殺多発地域における取組に対する支援

- 地域自殺対策強化交付金を通じて、民間団体の先駆的・試行的取組や自殺多発地域における取組に対する支援を実施。

## 11 子ども・若者の自殺対策を更に推進する取組

### 1 いじめを苦しめた子供の自殺の予防【一部再掲】

- 「いじめの防止等に関する普及啓発協議会」や「いじめの問題に関する指導者養成研修」を開催し、「いじめ防止対策推進法」及び「国のいじめ防止基本方針」に基づく対応について周知。
- スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーの配置に必要な経費の補助や「24時間子供SOSダイヤル」を実施。
- 18歳以下の自殺は、学校の長期休業明けにかけて増加する傾向があることから、長期休業前から期間中、長期休業明けの時期にかけて取り組むべきことについて、各都道府県及び指定都市教育委員会等に依頼。
- 「子どもの人権SOSミニレター」を全国の小中学校の児童生徒に配布。
- 「インターネット人権相談受付窓口」及び専用相談電話「子どもの人権110番（フリーダイヤル）」を運用。

### 2 学生・生徒等への支援の充実【一部再掲】

- 高校中退者等を対象に、高等学校卒業程度の学力を身に付けさせるための学習相談及び学習支援を行う地方公共団体の取組について、実践研究を行うとともに、その研究成果の全国展開を図るための事業を実施。

### 3 SOSの出し方に関する教育の推進【再掲】

### 4 子どもへの支援の充実【一部再掲】

- 放課後児童クラブ等の終了後に、ひとり親家庭の子どもの生活習慣の取得・学習支援や食事の提供をする「子どもの生活・学習支援事業」を実施。
- 社会的養護の下で育った子どもの自立支援を効果的に進めるため、20歳到達後から22歳の年度末までの間における支援に要する費用について補助を行う「就学者自立生活援助事業」を実施。
- 加えて、施設入所や里親委託の措置解除後、原則22歳の年度末までの間、引き続き里親家庭や施設等に居住させて必要な支援を行う「社会的養護自立支援事業」を実施。

- 施設を退所し就職や進学をする者に対し、家賃相当額及び生活費等の貸付を行うとともに、就業を継続した場合は返還を免除する「児童養護施設退所者等に対する自立支援資金貸付事業」を実施。
- 学習支援、居場所づくりや基礎的な生活習慣の習得に向けた支援を通じて、子どもの将来の自立を後押しする生活困窮者自立支援法に基づく子どもの学習支援事業を実施。

## 5 若者への支援の充実【再掲】

## 6 若者の特性に応じた支援の充実【再掲】

## 7 知人等への支援【再掲】

# 12 勤務問題による自殺対策を更に推進する取組

## 1 長時間労働の是正【一部再掲】

- 「働き方改革実行計画」を踏まえ、長時間労働の是正などを盛り込んだ「働き方改革を推進するための関係法律の整備に関する法律」が平成30年6月に成立し、31年4月施行に向け、法令を周知。

## 2 職場におけるメンタルヘルス対策の推進【再掲】

## 3 ハラスメント防止対策【一部再掲】

- 「職場のパワーハラスメント防止対策についての検討会」を開催し、報告書を公表。
- 労働政策審議会雇用環境・均等分科会において議論を行い、平成30年12月の同審議会の建議を踏まえ、事業主に対して、パワーハラスメントを防止するための雇用管理上の措置を義務付けることなどを盛り込んだ法案を第198回通常国会に提出。

## 地域自殺対策におけるPDCAサイクルの推進

自殺対策の進め方について、自殺総合対策大綱において、「国と地方公共団体等が協力しながら、全国的なPDCAサイクルを通じて、自殺対策を常に進化させながら推進していく」とされました。ここでPDCAサイクルとは、Plan（計画）、Do（実行）、Check（評価）、Action（改善）という一連の流れを指し、事業や施策の進捗管理と改善を円滑に行うことを意味します。地域の自殺対策においてPDCAサイクルを回すことにより、より効果的な事業や施策がより効率的に実施されるようになると考えられます。

都道府県や市町村は、自殺対策基本法において、自殺対策について、「当該地域の状況に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する」とされ、当該区域内における自殺対策についての計画（以後、地域自殺対策計画という）を定めるものとされています。現在、地方公共団体は、地域自殺対策計画の策定や既存の計画の見直しを進めており、その取組を自殺総合対策推進センターと都道府県や政令指定都市に設置された地域自殺対策推進センターが支援しています。地域自殺対策計画の策定後は、地方公共団体において計画の推進状況を把握・確認し、計画を着実に推進していくことが重要となります。

自殺総合対策大綱では、「国は、地方公共団体による地域自殺対策計画の策定を支援するため、自殺総合対策推進センターにおいて、都道府県及び市町村を自殺の地域特性ごとに類型化し、それぞれの類型において実施すべき自殺対策事業をまとめた政策パッケージを提供することに加えて、都道府県及び市町村が実施した政策パッケージの各自殺対策事業の成果等を分析し、分析結果を踏まえてそれぞれの政策パッケージの改善を図ることで、より精度の高い政策パッケージを地方公共団体に還元する」としています。自殺対策の全国レベルでの底上げのためには、効果的・効率的な施策や事業についての科学的知見を収集し、広く普及させていくことが重要です。

自殺総合対策推進センターは、自殺対策におけるPDCAサイクルを推進するためのしくみ作りを進めています。自殺総合対策推進センターは、全国の地方公共団体が実施した事業や施策に関する情報を効率的に収集し、事業や施策の進捗や課題を検証することで、自殺対策のPDCAサイクルの各段階の政策過程に必要な知見の充実を図るとともに、地域自殺対策推進センターが管内市町村における地域の実情を踏まえた適切な進捗管理等への支援等を行うことができるよう支援していきます。また、主要な事業や施策については、自殺総合対策推進センターが作成した地域自殺実態プロファイルデータの推移等も参照しながら実施方法等に関する評価を行い、地域自殺対策政策パッケージの更新等を通じて、地域レベルの実践的な取組への支援を強化していきます。

自殺総合対策推進センター  
木津喜 雅・本橋 豊

## COLUMN 3

## 長野県における子どもの自殺対策の取組について

## 【長野県の現状】

長野県における未成年者の自殺死亡率は、平成25年から29年の5年間の平均で3.97と全国平均の2.44を大きく上回っており、大変深刻な状況にあります。

そこで、全国のモデルとなる自殺対策に取り組むため、平成28年9月に日本財団と「いのち支える自殺対策プロジェクト」の協定を締結し、実践と啓発の両輪で取組を進めるとともに、平成30年3月に策定した第3次長野県自殺対策推進計画に「未成年者の自殺対策の強化」を重点施策の1つとして位置付けて取組を加速しています。

## 【いのち支える市町村キャラバン（平成30年度）】

小規模町村が多い本県において、マンパワー不足等から市町村自殺対策計画の策定への取組が遅れることのないよう、市町村長に計画策定の意義や自殺の実態等を直接訴える「いのち支える市町村キャラバン」を県内10圏域で実施しました。全ての市町村（首長出席率95%以上）に参加していただき、「困難事例に対応できる人材育成の必要性」や「高校進学で支援情報が途切れない仕組みづくり」等、様々な建設的な御意見をいただきました。また、市町村担当者からは「自殺対策に対する市町村長の意識が高まった」、「全庁的な協力が得られやすくなった」などの声が寄せられました。その結果、平成30年度末の計画策定済み市町村は約8割※となりました。

※厚生労働省の手引きに準じた計画を策定済みの市町村は約6割。



## 【すべての子どもへ「生きる支援」に関する情報提供（平成29年度～）】

すべての子どもに悩みを抱えたときの相談先を周知するため、相談先情報を記載した御守り型リーフレットを作成し、県内の全中学生に配布するとともに、高校生以上にはハンカチ型リーフレットを配布しています。御守り型は手元に置いてもらえるよう、ハンカチ型は涙を拭ってほしいという願いを込めてデザインしました。



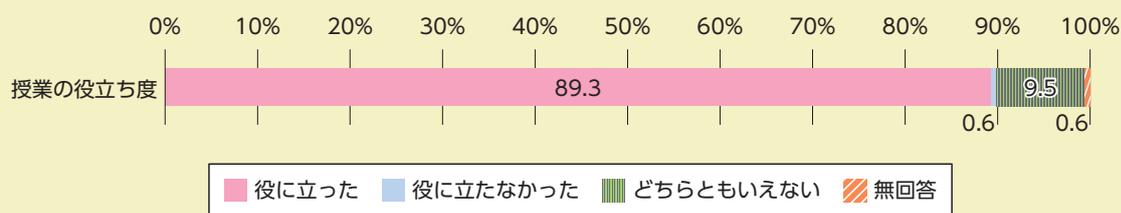
## 【SOSの出し方に関する教育の推進（平成30年度）】

本県では、SOSの出し方に関する教育を実施する公立中学校の割合を令和4年度までに100%とする目標を掲げています。そこで、平成30年度に6中学校でモデル授業を実施し、市町村保健師、中学校教職員等に授業参観してもらおうとともに、県内4会場で研修会を開催し、授業の進め方やモデル授業の成果等を学んでもらいました。

また、小規模町村においても取り組みやすくするため、指導の手引きの配布、授業で利用する資料の斡旋を行った結果、約6割の市町村が平成31年度から取組に着手する見通しとなりました。

市町村に対するきめ細かな支援は、広域自治体である県の役割であると考えており、今後も市町村の取組を促進するために必要な支援を行ってまいります。

### モデル授業を受けた生徒のアンケート結果



## 【子どもの自殺対策プロジェクトチームの設置及び新戦略の策定（平成30年度）】

子どもの自殺対策を更に強化するため、平成30年8月に知事を座長とし、有識者や教育関係者で構成する「子どもの自殺対策プロジェクトチーム」を設置しました。プロジェクトチームでは、県内の子どもの自殺事例の背景分析を行い、その結果を踏まえて平成31年3月に「長野県『子どもの自殺ゼロ』を目指す戦略」を策定しました。

この戦略では、①ハイリスクの子どもの実態把握、②対応困難ケースに直接介入や助言を行う専門家で構成する「子どもの自殺危機対応チーム」の設置、③人材育成を重点施策に位置付けました。

また、子どもに対するSOSの出し方に関する教育の推進に加え、保護者、教職員、地域の子ども支援者等の大人に対し、子どもが発するSOSへの気づきの感度や対応力の向上を図るための研修等を実施することによって、SOSに気づいてもらえない子ども、支援につながらない子どもをなくしていきます。

戦略に盛り込んだこれらの対策を着実に推進することによって、「子どもの自殺ゼロ」の実現を目指して取り組んでまいります。

長野県健康福祉部保健・疾病対策課

## COLUMN 4

## 『日本財団第3回自殺意識調査』について

日本財団は、日本全国の自殺意識に関する実態を解明し、自殺対策の必要性に関する社会的機運の醸成と、自治体や民間団体による自殺対策の推進を目的に、2016年から大規模な自殺意識調査を実施している。2018年は調査3年目として、2017年調査の回答者に対する継続調査（調査1）と、新たに若年層に絞った補充調査（調査2）を実施し、その回答を分析した。

## 調査概要

調査日	2018年11月22日(木)～2018年12月7日(金)
調査方法と対象	インターネット調査（アンケート登録モニターによる回答） 調査1 継続調査 有効回答数：15,362人 調査2 補充調査（18～22歳） 有効回答数：3,126人
分析内容	自殺に関する経験（自殺念慮、自殺未遂）およびその原因、自殺念慮・自殺未遂の継続度・リスク（自殺リスク促進要因、自殺抑制要因）等

## 調査結果

## 調査1：継続調査

2016年（第1回）時点で「本気で自殺したいと考えたこと（自殺念慮）」が1年以内にある回答者を2017年、2018年と継続して調査した。結果、2017年時点では、67%が「本気で自殺したい」気持ちが継続、2018年時点では68%が継続していた。同様に、2016年調査で「1年以内に自殺未遂をした」とした人のうち、2017年時点で55%、2018年時点で77%が過去1年以内に自殺未遂をしたと回答した。つまり、3人に2人が自殺念慮を継続し、8割近くが自殺未遂経験を繰り返すという高い数字が続く結果となった。

## 調査2：若年層（18～22歳）の自殺意識

日本の自殺者数総数が減少するなかで、若年層については自殺者数の横ばいが続き、また、死因の1位が自殺であることから、今回の調査では若年層に対する分析を多くとりあげた。

## (1) 若年層の自殺念慮・自殺未遂およびその原因

若年層に対し「これまでの人生のなかで本気で自殺したいと考えたことはありますか」と質問したところ、自殺念慮があると答えた人は30%（男性26%、女性34%）であった。また、「これまでに自殺未遂をしたことがありますか。」という質問に対し、自殺未遂経験がある人は11%（男性9%、女性13%）にも上った。

さらに、「本気で自殺したいと考えた」原因は具体的にはどのようなものだったか質問し、自由記述形式で回答してもらった。その結果、学校問題が48%となり、更にそのうち49%が「いじめ」を原因に挙げた。つまり「いじめ」は、若年層の自殺念慮・未遂者の約4分の1に影響を与えた最大要因であり、それが今回の調査を通してデータとして明らかとなった。

## 若年層の自殺念慮・未遂に関する最多原因

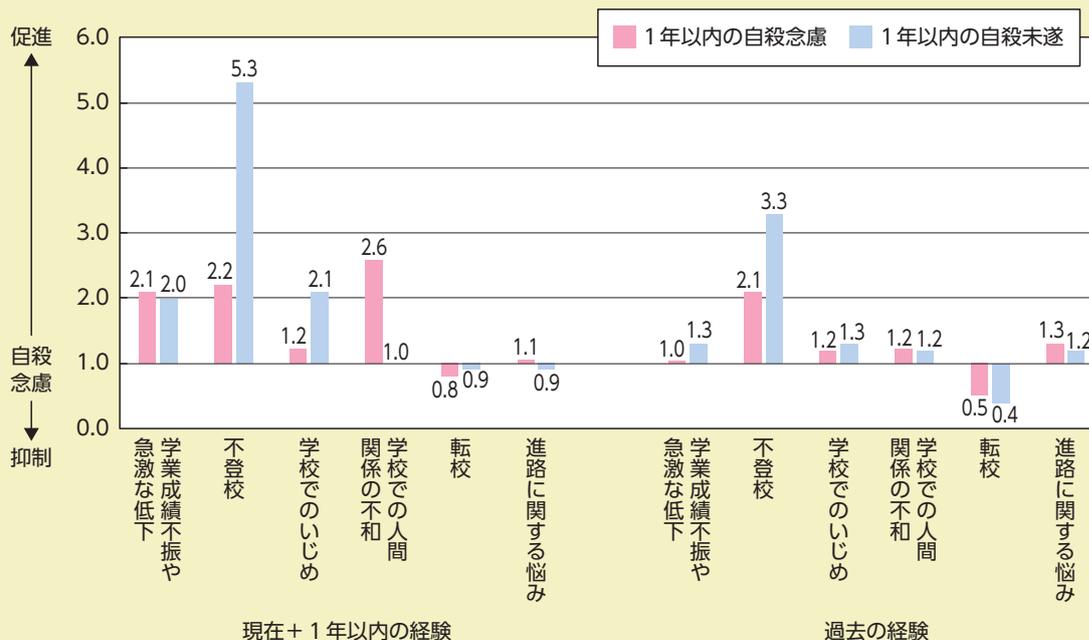
問題	最多原因	定義
学校問題	いじめ	学校における他者からの身体的・精神的被害
	件数	
家庭問題	家庭不和	配偶者や両親、子ども、親族や元親族等、家庭に関わる人間関係の不和
	件数	
健康問題	精神疾患	精神的健康不良の内、うつ病や双極性障害等、明確な病名または症状が示されるもの
	件数	
男女問題	失恋	失恋や婚約破棄など恋愛関係の終了
	件数	
経済生活問題	経済的困窮	貧困・困窮等、全般的な経済状態の悪さ
	件数	
勤務問題	精神的負荷	パワハラやいじめなど職場における他者からの身体的・精神的被害
	件数	

## (2) 学校関連の出来事と自殺念慮・未遂

「不登校」経験も若年層の自殺念慮・未遂に強く関連していることが分かった。

不登校経験については、現在と1年以内の直近の経験がある人は、ない人に比べて5.3倍ほど、1年以内の自殺未遂のリスクが高いと推定された。また、1年以内の自殺念慮についても、2.2倍と無視できない影響を持っていた。さらに1年以上過去の経験としても、不登校経験は自殺念慮で2.1倍、未遂で3.3倍と、比較的強い影響を与えることが示された。なお、不登校自体は、様々な要因（例えば、不登校にならざるを得ないほどのひどいじめ、家庭環境など）などの集積した結果や原因とも考えられるため、不登校という経験それ自体を、自殺念慮・未遂の真の「原因」であると単純に考えることは避けるべきである。

1年以内の自殺念慮・未遂経験への学校関連の経験（現在と過去）の影響力



### まとめ

継続調査からは、一度本気で自殺を考えるとその気持ちは簡単には解消されないことがわかり、「『死にたい』思いを抱えながらも生きる」視点に立った地域づくりが必要と考えられる。

若年層の自殺意識で学校関連の出来事からは、不登校状態や不登校経験者が自殺未遂のハイリスク群であることが明確になった。特に、様々な要因から不登校状態になっている生徒・学生に対して、適切な見守りや配慮を行うことが、自殺念慮を低くし、自殺未遂予防につながると考えられる。

本調査から、若年層は自己有用感（他者や集団との関係の中で、自分の存在を価値あるものとして受け止める感覚）が他の年代と比較して低い、という特徴も明らかになった。このため、若者たちが、いじめ・不登校などを経験した後も、何度でもやり直すことができる多様な学びの場や受け皿の選択肢が必要であり、若者たちが再び社会とつながることのできる仕組みづくりが急務だと考えられる。

『日本財団第3回自殺意識調査』報告書全文は、以下日本財団公式サイトからダウンロードできる。

[https://www.nippon-foundation.or.jp/app/uploads/2019/03/wha\\_pro\\_sui\\_mea\\_11.pdf](https://www.nippon-foundation.or.jp/app/uploads/2019/03/wha_pro_sui_mea_11.pdf)

日本財団公益事業部国内事業開発チーム  
チームリーダー 芳川龍郎  
児玉 渚

## COLUMN 5

10代のための支援サービス検索・相談サイト  
Mex（ミークス）について

## 【立ち上げの背景】

認定NPO法人3keys（スリーキーズ）は、生まれ育った環境によらず、すべての子どもたちの安心・安全な育ちや権利が保障されるためのセーフティネットを増やしていくことをビジョンとして活動している団体です。

子どもの貧困、児童虐待、いじめ、そして若者の自殺といった子どもたちを取り巻く環境は年々深刻化してきており、改善の兆しが見えてきません。その背景には、地域のつながりが減り、子育てにまつわる親の負荷や責任が増え、親をはじめ頼れる大人が周りにいない子どもたちが増えてきている状況があります。

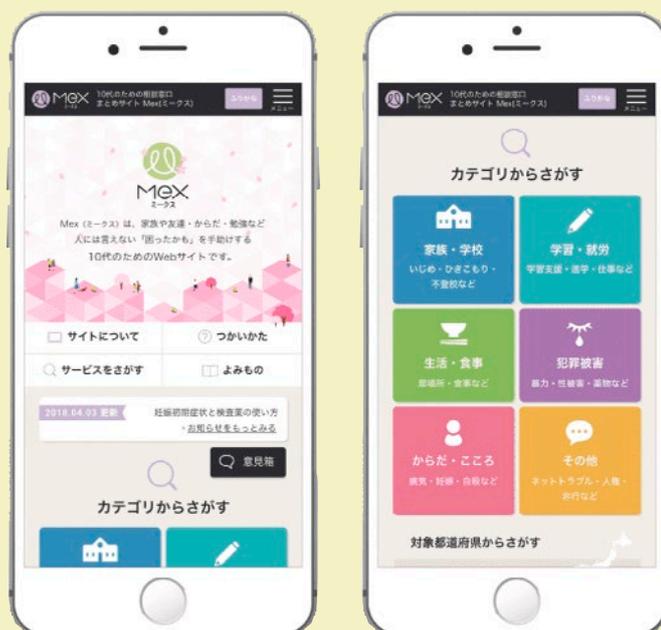
子どもたちに寄り添うNPOや支援団体は毎年立ち上がっていますが、子どもたちに支援情報が届いていない現状があります。また届いたとしても子どもたちの力で最適な支援団体を見つけることはとても難しい状況です。

3keysでは、2016年4月、虐待・いじめ・こころの問題など、深刻な悩みを抱えながらも誰にも相談できずにインターネットに駆け込んだ子どもたちが、いち早く、安心して頼れる大人や支援団体とつながるよう、10代の子ども向けに支援団体の検索・相談ができるポータルサイトMex（<https://3keys.jp/service/mex/>）を立ち上げました。

## 【Mex（ミークス）とは】

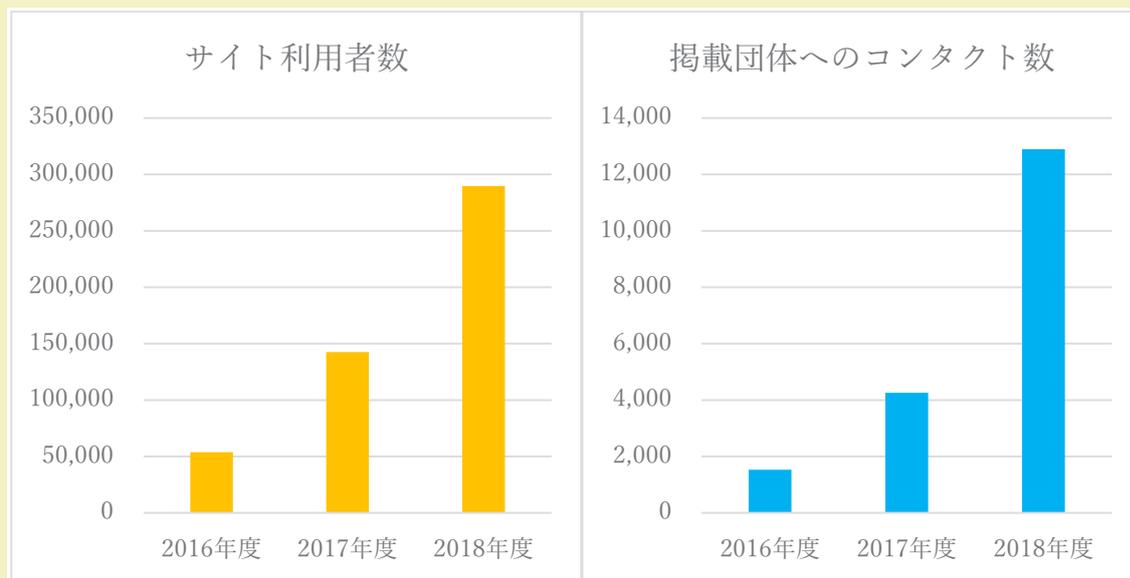
主に10代の子どもたちがスマートフォンで利用することを想定しています。悩みの種類や住んでいる地域を入力することで、最適な支援団体・サービスを見つけたり、コンタクト（メールや電話）を取ることができます。また、子どもたちが関心をもつテーマのコラムも数多く掲載しており、抱えている悩みに関する情報を得ることもできます。

2018年度、Mex内のキーワード検索では前年度に引き続き「死にたい」が第一位になっています。子どもたちが自殺を考える理由はさまざまであり、また悩みの深さも一人ひとり異なり、いつ深刻化するかもわかりません。子どもたちが自分の思いを発信したときにどこかとつながることが大切だと感じています。



## 【Mex（ミークス）の利用状況】

2018年度、Mexの利用者数は約28.9万人（2017年度＝14.2万人）と前年度の約2倍となりました。また、Mex上にある「メールで相談」「電話で相談」「LINEで相談」などのボタンが押された回数（＝コンタクト数）は12,896回（2017年度＝4,258回）と前年度の約3倍となっています。スマートフォンで利用できるこうしたサービスが必要とされていることを改めて認識する結果となりました。



Mexは、10代の子どもたちがSNSを通じて危険な情報に接する前に支援にたどり着いてほしいという思いもあって運営していますが、任意の年齢アンケートでは10代の利用者は67%、その3分の2が16～19歳（高校生相当）となっており、想定している層にリーチできていると考えています。

## 【今後に向けて】

サービス開始から3年が経ち、社会環境の変化（SNSサービスの多様化等）、子どもたちを取り巻く環境も変わってきています。また、子どもたちの利用状況などからさらに使い易いサービスへしていくためにカテゴリの見直しやメール・LINEへの対応などの機能面の改善も進めていきます。

Mexは、2016年に東京版からスタートしたこともあり、掲載しているサービスもまだ関東圏が多くなっています。2017年6月に利用者や支援団体からの声もいただき全国版化してからは関東以外の地域のサービス掲載も増やしてきましたが、地域や悩みの偏りを減らしていくためにはより多くの支援サービスを掲載していく必要があります。また、サイトの認知度も高めていくことにも積極的に取り組んでいきたいと思えます。さらなる取組を通じて、悩みを抱えている子どもたちがMexや支援団体とよりつながりやすくなり、相談や支援情報などを受けることを通じて、自殺対策に資することになればと思っています。

認定NPO法人 3keys代表理事 森山誉恵