

# 令和2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ィールの作成

- 自殺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ィールを更新、提供。

### 2 地域自殺対策の政策パッケージの作成

- 自殺対策推進センターでは、先進的な取組を行っている4カ所からヒアリングを実施。

### 3 地域自殺対策計画の策定等の支援

- 自殺対策推進センターでは、地域自殺対策推進センター連絡会議等を開催するなど、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。
- 令和2年5月に「いのち支える自治体コンシェルジュ」を開設し、地方公共団体における自殺対策計画策定を支援。

### 4 地域自殺対策計画策定ガイドラインの策定

- 自殺対策推進センターでは、地域自殺対策計画策定の手引に基づいて、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

- 自殺対策推進センターでは、地域自殺対策推進センター担当者などを招集した地域自殺対策推進センター連絡会議において、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図るとともに、自殺総合対策に関する研修を実施。

### 6 自殺対策の専任職員の配置・専任部署の設置の促進

- 自殺対策推進センターでは、地域自殺対策推進センター連絡会議などを通じて、地方公共団体における専任職員の配置などを促進。

## 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

- 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。
- 支援情報検索サイトによる相談会等の情報提供を行い、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。
- ポスターやインターネット及びSNS広告を活用して相談窓口及びゲートキーパーの普及啓発を行うとともに、厚生労働大臣による動画メッセージを発信。
- 自殺対策推進センターでは、SNS上「#自殺予防週間」「#自殺対策強化月間」等のハッシュタグを使った啓発キャンペーンを実施。

### 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、小学校及び中学校において「特別の教科 道徳」を実施し、命を大切に作る心を育成。
- 「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。
- インターネットに係る実際に起きた最新のトラブル事例を踏まえ、その予防法等をまとめた『インターネットトラブル事例集（2021年版）』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、ポスターやインターネット広告等を活用した相談窓口や「ゲートキーパー」の役割等の周知を実施。
- 「性的指向及び性自認を理由とする差別をなくそう」を強調事項として掲げ、全国各地で人権教室を実施するとともに、人権啓発動画やスポット映像を、YouTube法務省チャンネルで配信するなどの各種人権啓発活動を実施。

### 4 うつ病等についての普及啓発の推進

- 精神保健福祉事業功労者に対して、厚生労働大臣表彰を実施。
- 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

- 自殺対策推進センターでは、革新的自殺研究推進プログラム3領域6研究課題を採択し、採択された機関で研究を実施。

#### 2 調査研究及び検証による成果の活用

- 自殺対策推進センターWebサイトで、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つの学術雑誌を発行し、Webジャーナルとして発信。
- 自殺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、関係機関などの連携を効果的に行っている事例をWebサイトで公開。

#### 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、教員（学校長、学級担任、養護教諭など）に面接調査を行い、SOSの出し方に関する教育の効果をさらに検証。
- 自殺対策推進センターでは、10月に「コロナ禍における自殺の動向に関する分析」を公表し、特に女子中高生の自殺の増加についての状況分析を実施。

#### 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、41都道府県において設置（令和3年3月末現在）。
- 予防のための子どもの死亡検証（チャイルド・デス・レビュー（CDR））について、平成31年度から3か年の調査研究を実施。令和2年度に、一部の都道府県において、「予防のための子どもの死亡検証体制整備モデル事業」を開始。

#### 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

- 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。
- 「地域における自殺の基礎資料」を公表。
- 「令和2年中における自殺の状況」を公表（令和3年3月）。

## 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」等の学修目標の項目を明示。
- 保健師、看護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。
- 公認心理師試験出題基準では、自殺を含め当事者が抱える課題に対して心理的な側面からのアプローチを行う保健活動における心理的支援等として、自殺対策に関する項目を規定。

### 2 自殺対策の連携調整を担う人材の養成

- 自殺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及びブロック会議等をオンラインで実施。

### 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」を书面開催にて実施。
- 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。

### 5 地域保健スタッフや産業保健スタッフの資質の向上

- 自殺対策推進センターでは、「生きることの包括的支援研修」において、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「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を含む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を行うほか、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の修得のための職員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の遺族、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、ゲートキーパーの普及啓発に係るポスターを掲示するとともに、インターネット動画の作成により、広く国民への呼びかけを実施。

## 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

- 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により支援者への支援を促進。

## 13 研修資料の開発等

- 自殺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。
- 職場におけるパワーハラスメントについては、ポータルサイト「あかるい職場応援団」等を通じて情報提供等を実施するとともに、都道府県労働局では、事業主の雇用管理上の措置義務を徹底するため、改正労働施策総合推進法等について周知・啓発を図り、措置を講じていない事業主に対しては是正指導を実施。

## 2 地域における心の健康づくり推進体制の整備

- 自殺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。
- 全国に約1万4,000館存在する公民館を始めとした社会教育施設における自主的な取組を促進。
- 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。
- 農山漁村において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、被災自治体の要望を踏まえて、スクールカウンセラー等を派遣。
- 災害時に、被災地へDPAT（災害派遣精神医療チーム）を派遣し、被災者の心のケアや精神科医療に対する支援等を実施。
- 新型コロナウイルス感染症による影響懸念に対して、SNSや電話等の相談体制や心のケアに関する相談対応を行う体制を強化。
- 新型コロナウイルス感染症による経済環境の悪化等に対して、雇用調整助成金の特例措置や個人向け緊急小口資金等の特例貸付の継続を講じる等の対策を実施。
- 令和2年6月に、自殺対策推進センターでは内閣官房新型コロナウイルス感染症対策推進室と協定を締結し「新型コロナウイルス感染症 支援情報ナビ」を制作、利用開始。

## 6 適切な精神保健医療福祉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

- 自殺対策推進センターでは、日本精神科救急学会及び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（精神科救急版）、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、薬物、ギャンブル等の依存症対策について、相談拠点機関や専門医療機関・治療拠点機関を指定し、相談から治療、回復に至るまでの切れ目のない支援体制を構築。
- 依存症の予防や、早期発見、早期治療のための普及啓発、及び依存症問題に取り組む民間団体支援を実施。
- 地域における治療や相談に係る医師や専門職の養成、対応技術の向上に資するための調査研究、依存症についての正しい理解を普及するための啓発事業等を実施。

## 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。

# 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

- 「こころの健康相談統一ダイヤル」は、令和3年2月現在、全都道府県を含む57自治体が加入し、令和2年の相談件数は約9万9千件となっている。
- 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。
- 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」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及びポスターを作成・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活協同組合等による取組を、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

- ハローワークでは、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。
- ハローワークにおいて、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800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。

### 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（令和2年度の法律相談援助件数は290,860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「令和元年東日本台風（令和元年台風第19号）」で実施（2年度の被災者法律相談援助件数は19,042件）。
- 同様の援助を、「令和2年7月豪雨」で実施（2年度の被災者法律相談援助件数は4,077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（2年度の震災法律相談援助件数は47,101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（「法テラス災害ダイヤル」）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、「令和元年東日本台風（令和元年台風第19号）」「令和2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（令和2年3月末現在で858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。
- 令和2年8月からWebサイト「まもろうよこころ」を新設し、相談窓口の紹介、支援情報検索サイト及び自殺対策の取組情報を発信。
- 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人権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。
- 革新的自殺研究推進プログラムにおいて、ソーシャルメディアを活用した自殺対策に関する研究を実施。

## 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依頼等を実施。
- 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、令和2年に、自殺誘引等情報と判断した4,329件（うち3,808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、4,218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、サイト管理者等に対して削除を依頼し、1,733件が削除。
- 「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。
- スマートフォンやSNS等の安全・安心な利用のための啓発活動を集中的に実施する「春のあんしんネット・新学期一斉行動」を展開。
- 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・ケータイ安全教室を全国各地で実施。
- SNS事業者団体と共同して、「#NoHeartNoSNS」をスローガンに、SNS利用に関する人権啓発サイトを開設。

## 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」及び自立相談支援機関において、本人・家族に対する相談支援等を行い、ひきこもり対策を推進。
- ひきこもり支援を担当する職員等を対象にひきこもり地域支援センターによる人材養成研修を実施。
- 本人・家族が安心して過ごせる「居場所づくり」や講習会の開催等を実施。

## 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虐待対応ダイヤル「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）」の運用を始め、被害申告・相談をしやすい環境の整備・充実を推進。
- 最寄りのワンストップ支援センターにつながる全国共通短縮番号「#8891（はやくワンストップ）」を導入するとともに、若年層の性暴力被害者が相談しやすいよう、SNS相談「Cure Time（キュアタイム）」を実施。
- 性犯罪・性暴力被害者が安心して必要な相談・支援を受けられる体制を整備するために、地方公共団体の職員や性犯罪被害者等の支援を行う相談員、医療関係者を対象とした研修等を行う「性犯罪被害者等支援体制整備促進事業」を実施。

### 13 生活困窮者への支援の充実

- 福祉事務所設置自治体（905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」の内容を踏まえ、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

- 毎年8月の児童扶養手当の現況届の時期等における集中相談体制を整備。
- IT機器等の活用を始めとしたひとり親のワンストップ相談及びプッシュ型支援体制の構築・強化を図るための事業を実施。

### 15 妊産婦への支援の充実【一部再掲】

- 子育て世代包括支援センターの整備の促進や出産後の母子に対して心身のケアや育児のサポート等を行う産後ケア事業の全国展開等を通じ、成育過程にある者及びその保護者並びに妊産婦に対し必要な成育医療等を切れ目なく提供するための施策の総合的な推進に関する法律に基づき、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援体制の構築を推進。
- 産後うつ等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、産後の初期段階における支援を強化。
- 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のほか、性的指向及び性自認（性同一性）をテーマとした人権啓発動画「あなたが あなたらしく生きるために 性的マイノリティと人権」、人権啓発ショートムービー「りんごの色～LGBTを知っていますか？～」やスポット映像をYouTube法務省チャンネルで配信。
- 性同一性障害や性的指向・性自認に係る児童生徒の心情に十分配慮した適切な対応がとられるように、通知や教職員向け周知資料を作成・公表。
- 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、関係機関等の連携を効果的に行っている事例を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

- 自殺対策推進センターでは、WHOの文書「自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識 2017年最新版」の他に「自殺対策を推進するために映画制作者と舞台・映像関係者に知ってもらいたい基礎知識」を翻訳・公表。
- 自殺対策推進センターでは、著名人の自殺が報道される度、メディア関係者へ自殺報道ガイドラインに則した報道の呼びかけを行い、2年11月25日にはメディア関係者に対して「10月の自殺増加に関する緊急報告」と題して講演を実施。

# 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

- 「自殺未遂者支援拠点医療機関整備事業」を実施し、地域における自殺未遂者支援の拠点となる医療機関の整備を支援。

## 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、一般救急版及び精神科救急版で「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「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。
- 自殺総合対策推進センターでは、都道府県が推進する「SOSの出し方に関する教育」の計画策定に関する指導・助言を通じて学校での事後対応を促進。

## 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。
- 自殺対策推進センターでは、遺族の自助グループ等の支援を実施。

### 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。
- 自殺対策推進センターでは、自死遺族支援のニーズを調査するため、関係機関からヒアリングを開始。

### 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 遺児等への支援【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、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を推進。

## 2 地域における連携体制の確立

- 自殺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。
- 自殺対策推進センターでは、「地域自殺対策推進センター連絡会議」及び「地域自殺対策推進センター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が参加する消費者安全確保地域協議会（見守りネットワーク）の設置促進。

## 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。
- 様々な悩みを抱える児童生徒が共感でき、周囲や相談窓口への相談を後押しすることができるような自殺予防啓発動画「君は君のままでいい」を制作し、YouTubeの文部科学省公式チャンネル及び広告において発信。

## 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、地域資源を活用しながら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を支援する事業を実施。

### 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習得・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・生活支援事業を実施。

#### 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】

- 年5日の年次有給休暇の確実な取得や時間外労働の上限規制が円滑に施行されるよう、働き方改革推進支援センターや都道府県労働局等において、相談・支援を実施。

### 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、改正法案を第198回通常国会に提出、令和元年5月29日成立、同年6月5日改正法公布。
- 改正法では、労働施策総合推進法における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義務を新設、事業主に相談したこと等を理由とした不利益取扱い禁止等、セクシュアルハラスメント等の防止対策も強化。

## WHO自殺対策実施ガイドライン「LIVE LIFE」の概要

### 1 WHO自殺対策実施ガイドライン「LIVE LIFE」<sup>1</sup>について

2019年には世界で年間70万もの自殺が起き、全世界の15歳から29歳の死因の第4位となった<sup>2</sup>。世界保健機関（WHO）は、国際連合の持続可能な開発目標（SDGs）及び、WHOのメンタルヘルスアクションプラン2013-2030の達成目標である自殺死亡率の低下や精神疾患の予防に取り組むため、自殺対策実施に係る包括的ガイドライン「LIVE LIFE」を公表した。

このガイドラインは、自殺対策に係る6つの基礎的な柱と、4つの効果的な自殺対策介入策について、実例とともに紹介している。各国がこのガイドラインを用いて、国家戦略としての自殺対策を見直し、策定・改善していくことが求められている。

### 2 6つの基礎的な柱について

6つの基礎的な柱とは、自殺対策への介入を成功させるための基盤である。

#### ①状況分析

状況分析は、様々な情報を基に、その国の自殺の背景や状況、対策の現状を把握するものである。これは自殺対策の重要点や実施効果、不足点などを理解するために重要であり、専門家や関係者とともに計画・実施されることが望ましい。分析結果は政策の意思決定者や立案者に共有し、自殺対策介入策の実施につなげることが重要である。

#### ②多部門連携

自殺の危険因子は様々な分野に関連しているため、その対策は政府全体・社会全体で協力して行う必要がある。各々の組織・地域の知識、経験、データ及び研究結果の共有が連携を促進し、透明性の向上と説明責任の明確化につながる。自殺が単なる個人の健康問題であるという認識によってこの連携が阻害されるため、それぞれの機関で自殺や関連行動を理解することも重要である。

#### ③啓発活動とアドボカシー（政策に影響を与える活動）

啓発活動は自殺が公衆衛生上の深刻な課題であることを周知し、人々の行動や態度の変容を促進するものである。その啓発活動と連携し、国家的な自殺予防介入などの課題解決行動を促すアドボカシーもまた、自殺対策を実施する上での重要な基盤となる。これらは政策の意思決定者や立案者へ自殺対策の重要性を認識させるとともに、自殺や未遂者、その家族などへの差別的偏見を減少させることにもつながる。

#### ④能力開発（キャパシティビルディング）

ここでの能力開発は人々の自殺対策に係るスキルと知識を向上させるためのトレーニングを意味する。特に医療サービス従事者は困難な状況にある人の入口になることが多いため、マネジメントやフォローアップのスキル・知識を向上させることが求められる。また、地域のゲートキーパーは、コミュニティの中で自殺リスクのある人を特定・支援することできるため、その能力開発に力を入れることも重要である。

1 世界保健機関（2021）：<https://www.who.int/publications/i/item/9789240026629>

2 世界保健機関（2021）：<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

#### ⑤資金調達

自殺対策に係る資金は、政府や個人、財団、コミュニティグループや企業など、様々な資金源から得られ、自殺対策に係る介入を行う上で不可欠なものである。しかし、経済状況の悪化や社会における自殺対策への優先意識の低さ、自殺が予防可能であることへの認識不足からその資金は潤沢でないことがほとんどである。このため、精神疾患などの関連分野との統合的アプローチをとることや、費用対効果の高い介入策に力を注ぐことなどが肝要である。

#### ⑥サーベイランス・モニタリングとその評価

監視によって状況を調査・集計するサーベイランスで得られた自殺・自傷行為の割合や傾向などの知見は自殺対策の重要な指針となるため、定期的に報告書などを発行して活用すべきである。また、モニタリングと評価は、介入策の費用対効果や効率などを測るために重要であり、疫学者や統計学者など、学術機関と連携して行うことが求められる。

### 3 4つの効果的な介入策について

4つの効果的な介入策とは、証拠に基づく主要な自殺予防に係る対応となるものである。

#### ①自殺手段へのアクセス制限

自殺行動をとる人の多くは、生きるか死ぬかという相反する感情を抱えており、多くの自殺はストレス要因への急性的な反応で起きると考えられている。よって、自殺手段を遠ざけることで衝動的かつ致命的な自殺行動が避けられるため、そのアクセス制限が自殺予防につながる。自殺手段の傾向は地域や属性によって異なり、また、時間とともに変化するため、それらを特定するサーベイランスが重要となる。

#### ②責任ある自殺報道に関するメディアとの協力

メディアによる（特に著名人の）自殺報道は自殺を増加させるという多くのエビデンスが存在する。反対に、逆境の中で助けを求める姿を描いたストーリーを支援情報とともに伝えることは、自殺予防に効果があることが明らかになってきた。これらの影響の大きさから、自殺予防はメディアとの協力が不可欠であり、メディアには責任ある報道が求められる。

#### ③青少年の社会情動スキルの向上

思春期（10～19歳）は、社会情動スキルを身につける重要な時期であると同時に、精神疾患が発症しやすい年齢でもある。この時期に青少年の長所や能力を伸ばし、心の健康状態を向上させることは自殺予防に効果的である。学校内でこのスキルを向上させるためには、教員やスタッフが自殺リスクについて理解し、安全な学校環境づくりに取り組む必要がある。

#### ④自殺行動に影響を受ける人の早期発見と早期介入

自殺のリスク保持者や自殺未遂者を早期に発見・判断し、管理や追跡をしていくことで、必要な人に必要な支援やケアを提供できる。これらの対応・介入は医療従事者およびリスク保持者・自殺未遂者と接触する可能性のある家族や周囲の人々に求められる。また、自死遺族や自殺未遂者の事後サポートも重要である。医療サービスに加え、コミュニティ主導の自助グループやボランティアによる支援も重要である。