

## 1 自殺の実態を明らかにする取組

### (1) 実態解明のための調査の実施

自殺に至る複雑な背景情報を正確に収集し、その実態を明らかにするためには、社会的要因を含む自殺の原因・背景、自殺に至る経過、自殺直前の心理状態等を多角的に把握し、自殺予防のための介入のポイント等を明確化するため、いわゆる心理学的剖検の手法を用いた遺族等に対する面接調査が重要である。

我が国では、全国規模の心理学的剖検による自殺の実態把握は近年まで行われてこなかったが、厚生労働省では、平成17年度から心理学的剖検の実施方法に関する試行的な研究を行ったのち、19年度から、自殺予防総合対策センター<sup>1</sup>が中心となった「心理学的剖検データベースを活用した自殺の原因分析に関する研究」（こころの健康科学研究事業）において、「自殺予防と遺族支援のための基礎調査」を実施し、自殺に関連する要因の分析を進めた。その結果から、自殺者の特徴として、青少年では、不登校、いじめ、親との離別など学校・家庭での様々な問題を経験している者や、精神疾患を有する者が多いこと、また、青少年に多く見られる精神科治療中に自殺した者の場合には治療薬として処方された向精神薬を過量服薬した者も多いこと、中高年では借金等の社会的問題を抱えた人の背景にアルコール問題が多く存在すること、高齢者ではうつ病等であっても精神科にかかっていない人が多いことなどが判明しており、自殺予防の介入ポイントとして役立つと考えられた。25年度からは、「自殺総合対策大綱に関する自殺の原因分析や支援方法等に関する研究」（障害者政策総合研究事業・障害者対策総合研究開発事業）の中で調査を継続し、特に自殺のリスクが高い人にとって

は睡眠問題が自殺に直接的に大きく影響することや、女性の自殺の特徴を明らかにした。27年度には、自殺死亡事例と性別・年齢・居住地域を一致させた対照事例（一般生存住民）に調査を実施し、収集されたデータを自殺死亡事例と比較する症例対照研究を実施した。その成果として、特に若年層や女性の自殺の特徴を明らかにした。さらに、自殺総合対策推進センターと東京都監察医務院の連携による継続的な心理学的剖検の実施体制も強化された。

また、自殺対策の科学的エビデンスを明らかにし、実効ある自殺総合対策の政策形成を可能にする観点から、平成26年度から「学際的・国際的アプローチによる自殺総合対策の新たな政策展開に関する研究」（障害者政策総合研究）を実施している。28年度は、地域実態プロファイルや自殺対策の政策パッケージ、アイルランド共和国における自殺対策などに関する研究を行った。

地域実態プロファイルに関する研究においては、地域の実情に合った自殺対策計画の策定に資するよう、地方公共団体の担当者や関係者に対して地域の自殺の実態を分かりやすく分析して提示する地域実態プロファイルの開発・提供と地方公共団体への提供手法の検討を行った。平成21～27年の自殺統計及び21～27年の住民基本台帳に基づく人口と22年国勢調査を用いて、性別や年代等の項目ごとに自殺者数を集計した。集計したデータの要約やグラフを用いて自殺の地域実態プロファイルを作成した。

今後も自殺対策基本法第9条を踏まえ、自殺者や遺族等のプライバシーに配慮しつつ、人々を自殺に追い込んでいる様々な社会的要因を含む自殺の関連要因の把握に取り組み、

1 平成28年4月1日に「自殺総合対策推進センター」に改組されているが、本章では、原則として改組前の取組については旧称を使用している。

調査研究の成果等を、自殺対策を推進するための情報として提供していく。

## (2) 情報提供体制の充実

自殺予防に向けての政府の総合的な対策を支援するため、厚生労働省では、平成18年10月に自殺予防総合対策センターを設置し、(1)自殺予防対策に関する情報の収集及び発信、(2)自殺予防対策支援ネットワークの構築、(3)自殺予防対策等の研修、(4)関係機関・団体、民間団体の支援、(5)自殺予防対策に関する政策の提案、(6)自殺の実態分析、自殺の背景となる精神疾患、自殺未遂者・自死遺族等のケア、自殺対策の取組状況等の調査・研究を行っている。

また、平成27年4月には、自殺予防総合対策センターが、日本で初めて自殺予防の研究及びトレーニングのためのWHO協力センターに指定された。同年12月には、WHO西太平洋地域自殺対策会議が開催され、西太平洋の国や地域における自殺対策の現状と課題を共有し、対策をさらに発展させるための示唆を得るとともに、各国・地域の関係者との有益なネットワークの構築が実現した。

改組した自殺総合対策推進センターでは、自殺総合対策に関する情報の収集及び発信に関して、Webサイト「いのち支える」(<http://jssc.ncnp.go.jp>) を開設し、この中で、学際的な観点から関係者が連携して自殺対策のPDCAサイクルに取り組むためのエビデンスの提供、民間団体を含め地域の自殺対策を支援する観点から、自殺の現状、国・地方自治体の自殺対策、統計、研究情報等のタイムリーな情報発信を実施している。

## (3) 自殺未遂者、遺族等の実態及び支援方策についての調査の推進

厚生労働省では、自殺未遂者や自死遺族等に関する調査研究について、平成18年度から、「自殺未遂者及び自殺者遺族等へのケアに関する研究」(こころの健康科学研究事業)、21年度からは「自殺のハイリスク者の実態解

明及び自殺予防に関する研究」として実施し、25年度から、「自殺総合対策大綱に関する自殺の要因分析や支援方法等に関する研究」において、自死遺族を対象とした心理学的剖検調査、遺族支援に資する介入法等の研究を行った。

また、平成28年4月に、自殺総合対策推進センターに自殺未遂者・遺族支援等推進室を設け、自殺未遂者・遺族支援に関する調査研究を実施している。

## (4) 児童生徒の自殺予防等についての調査の推進

### ア 児童生徒の自殺の実態把握に向けて

児童生徒の自殺問題については、児童生徒の自殺者数が全体に占める割合は大きくないものの、亡くなった児童生徒が置かれていた状況にいじめがある自殺や連鎖的な傾向が見られるなどの問題があり、教育上重要な課題である。また、効果的な自殺予防を実施するためには、残された人々のケアを実施することを最優先課題としながら、自殺の正確な実態を把握することが不可欠であると考えられる。

児童生徒の自殺について実態把握を行うため、文部科学省では、毎年「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」を実施し、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等について学校・教育委員会から報告を受け、取りまとめている。

また、心理の専門家など外部の専門家を加えた組織による調査等の事後対応の在り方について、「児童生徒の自殺が起きたときの背景調査の指針」策定(平成23年)後の各自治体における運用状況や、いじめ防止対策推進法(平成25年法律第71号)における重大事態への対処の規定等を踏まえ、26年7月に同指針を改訂し、公表した。

さらに、同指針の改訂を踏まえ、各教育委員会等及び学校に対し、児童生徒の自殺が起きたときの背景調査を行う際の基本的な考え方や留意事項を示すとともに、自殺の背景と

なった事実関係に関する一定事項の報告を要請している。

### イ 児童生徒の自殺予防に向けた調査研究の推進

文部科学省では、平成20年度から「児童生徒の自殺予防に関する調査研究協力者会議」を開催し、児童生徒を直接対象とした自殺予防教育の在り方や、児童生徒の自殺が起きた時の背景調査の在り方について調査研究を行っており、26年7月には、これらの検討の成果として、学校における自殺予防教育導入の手引である「子供に伝えたい自殺予防」、 「子供の自殺が起きたときの背景調査の指針」の改訂版及び「子供の自殺等の実態分析」を作成、公表した。28年度は、これらの審議のまとめについて、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、周知を図った。

### (5) うつ病等の精神疾患の病態解明及び診断・治療技術の開発

厚生労働省では、障害者対策総合研究事業として、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、治療等の研究・開発の推進に取り組んでいる。平成22年度からは「うつ病の最適治療ストラテジーを確立するための大規模多施設共同研究」、24年度からは「うつ病の病態を反映する血中バイオマーカーの開発・実用化研究」、「PTSD及びうつ病等の環境要因等の分析及び介入手法の開発と向上に資する研究」、25年度からは「高齢者うつ病の病態解明と治療評価のためのイメージングバイオマーカーの開発と実用化」、「DNAメチル化修飾に着目したうつ病のマーカー作成—双極、単極、治療抵抗性うつ病の識別を目指して—」を行っている。

### (6) 既存資料の利活用の促進

内閣府では、「いのちを守る自殺対策緊急プラン」（平成22年2月5日自殺総合対策会議決定）を踏まえ、22年4月以降、毎月、都道府県別及び市区町村別（自殺者の生前の住居地及び発見地）等の自殺統計データについて警察庁から提供を受け、「地域における自殺の基礎資料」の作成・公表を行っていたが、28年4月からは業務を移管された厚生労働省自殺対策推進室が引き継いでいる。

平成22年9月からは、自殺統計原票データの提供を受け、内閣府で集計・公表を行っており、23年3月の東日本大震災の発生を受け、同年6月からは、「東日本大震災に関連する自殺者数」の公表も行っていたが、28年4月からは業務を移管された厚生労働省自殺対策推進室が引き継いでいる。

平成22年まで警察庁において集計し、公表していた「自殺の概要資料」（年間の確定値データ）については、23年分より、内閣府が集計・分析を行っていたが、28年4月からは業務を移管した厚生労働省自殺対策推進室が引き継いでいる。28年確定値データについては、「平成28年中における自殺の状況」として29年3月に厚生労働省と警察庁の共同で公表した。

自殺予防総合対策センターにおいては、自殺対策に活用できるよう、人口動態統計に基づく地域別の自殺死亡統計の分析を継続的に実施している。平成21年4月に公表した「自殺対策のための自殺死亡の地域統計」は全国の二次医療圏及び市区町村ごとの自殺死亡の実態を詳細に分析したものであるが、その後23年3月、26年5月と全面的な改訂を行い、その結果をホームページで公表している。また、22年4月に公表した「自殺対策のための自殺死亡の地域統計(2)—自殺の手段、配偶関係、職業—」についても、27年8月に全面的に改訂し、全国の二次医療圏及び市区町村別の詳細な手段・配偶関係・職業別の自殺死亡統計を公表した。なお、自損行為についても、総務省消防庁救急企画室から全国の自損



行為による救急搬送データベースの提供を受け分析を実施し、26年2月にその結果を公表した。

都道府県等においては、県衛生研究所等で人口動態統計、警察統計及び各県実施の統計等を用いて域内の自殺の状況の分析を行い、関連機関のネットワーク会議の資料又は対策を企画するに当たっての資料としている。

警察庁では、月別の自殺者数（総数、男女別及び都道府県別）を翌月上旬に速報値とし

て公表し、中旬に暫定値として警察庁ホームページにより更新するとともに、その自殺統計原票データを厚生労働省に提供している。平成29年2月には、28年中の確定値を提供した。また、政府の東日本大震災に係る自殺対策に対応するため、23年6月から東日本大震災に関連する自殺者に係るデータを内閣府へ提供していたが、平成28年4月からは業務を移管した厚生労働省に対して引き続きデータの提供を行っている。

## 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

9月10日の世界自殺予防デーにちなんで、毎年、9月10日から16日までの一週間を「自殺予防週間」、3月を「自殺対策強化月間」として定め、国、地方公共団体、関係団体、

民間団体等が連携し、啓発活動等を推進することとしてきた。また、啓発活動によって援助を求めるに至った悩みを抱えた人が必要な支援が受けられるよう、支援策を重点的に実施することとしている。

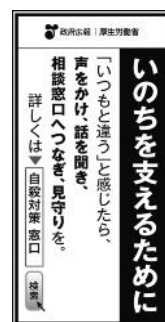
平成28年度の「自殺予防週間」及び「自殺



(画像：自殺予防週間及び自殺対策強化月間ポスター)



(画像：自殺対策強化月間におけるインターネット広告)



(画像：自殺対策強化月間における新聞突出し広告)

対策強化月間」では、国、地方公共団体、関係団体、民間団体等が中心となり、協賛団体と一体となって、集中的に啓発事業及び支援策を実施した。

厚生労働省では、関係省庁、地方公共団体等に関連事業の実施を呼びかけるとともに、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ポータルサイトのPR企画を活用したインターネット広告を行い、全都道府県及び政令指定都市の協力を得て、「全国一斉こころの健康相談統一ダイヤル」を実施した。

## (2) 児童生徒の自殺予防に資する教育の実施

### ア 児童生徒が命の大切さを実感することができる教育の推進

小学校及び中学校の学習指導要領（平成20年3月28日告示）においては、自他の生命を尊重する心を育てることを重視している（小学校：平成23年4月より全面实施、中学校：平成24年4月より全面实施）。また、道徳教育用教材「私たちの道徳」が平成26年度より全国の小・中学校において使用されており、本冊子においては、児童生徒が生命の尊さや大切さについて自らの考えを深められるような題材を盛り込むなど、命を大切にす心の育成を図っている。さらに、平成27年3月に、道徳の時間を新たに「特別の教科 道徳」として位置付けることなどに係る学習指導要領の一部改正等を行った。一部改正された学習指導要領は、小学校で平成30年度から、中学校で平成31年度から全面实施されることとなっている。

また、文部科学省では、児童生徒の心と体を守る啓発教材を毎年全国の小学5年生、中学1年生、高校1年生に配布（小学校：平成20年8月より実施、中学校・高等学校：18年3月より実施）し、その中でストレスへの対処法について解説するなど、児童生徒の心の健康教育の充実を図っている

さらに、「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、平成26年7月、学校における自殺予防教育導入の手引である「子供に伝えたい自殺予防」を作成し、28年度も引き続き教育委員会等に周知を図った。

加えて、「いじめ対策・不登校支援等総合推進事業」の一環として、児童生徒の困難・ストレスへの対処方法を身に付けさせるため、スクールカウンセラー等を活用した教育プログラムを実施するとともに、児童生徒の豊かな人間性や社会性を育むため、児童生徒の健全育成を目的として行う小・中・高等学校等の宿泊体験活動の取組を支援する経費を計上している。

また、自殺予防総合対策センターでは、中学校で実施する自殺予防教育プログラム「GRIP」を開発してその効果検証を行っており、Webサイトでも公開している。

### イ 情報モラル教育の推進等

インターネットやスマートフォン、SNS等の普及が急速に進み、児童生徒が、それらを介したいじめ等によって自殺を引き起こすおそれなどがあることから、相手への影響を考え、適切に情報を発信する態度を身に付けることが重要となっている。このようなインターネットやスマートフォン、SNS等の急速な普及に伴う、情報化の影の側面への対応として、情報モラルに関する教育の推進に取り組むことが必要である。

文部科学省では、小・中・高等学校の学習指導要領において、各教科等の指導を通して情報モラルを身に付けることとしている。特に、小・中学校の「特別の教科 道徳」において情報モラルに関する指導を充実することや、高等学校の必修教科である共通科「情報」において情報モラルについて指導することを明記している。また、情報モラルに関する指導が確実になされるよう、教員による指導の具体的な取組の参考となる「教育の情報化に関する手引」（[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/zyouhou/1259413.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/zyouhou/1259413.htm)）や、

教員が適切な指導を行うための児童生徒向けの動画教材・教員向けの手引書 ([http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/zyouhou/1368445.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/zyouhou/1368445.htm)) 及び、情報モラルに関する教育を行うための参考資料として「情報モラル教育実践ガイダンス」 (<http://www.nier.go.jp/kaihatsu/jouhoumoral/index.html>) を周知するなど、学校における情報モラルに関する教育の充実を図っている。

また、総務省では、放送分野における青少年のメディアリテラシー向上を目的とする小・中学生及び高校生向けの教材を開発し、教育関係者を中心に広く一般に提供してきた。平成20年度からはWebサイト「放送分野におけるメディアリテラシー」 ([http://www.soumu.go.jp/main\\_sosiki/joho\\_tsusin/top/hoso/kyouzai.html](http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/top/hoso/kyouzai.html)) を開設し、開発した教材の掲載や、教材を活用した授業実践パッケージ（授業レポート、授業指導案、ワークシート等）の作成・公開を行っている。一方、インターネットや携帯電話等の分野においては、ICTメディアリテラシーを総合的に育成するプログラムである「伸ばそうICTメディアリテラシー～つながる！わかる！伝える！これがネットだ～」を公開している。また、「インターネットトラブル事例集」を21年度から作成し、インターネットの安心・安全な利用に向けた啓発講座等において活用している（教育の情報化推進ページ：[http://www.soumu.go.jp/main\\_sosiki/joho\\_tsusin/kyouiku\\_joho-ka/index.html](http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/kyouiku_joho-ka/index.html)）。

さらに、総務省と文部科学省は、通信関係団体等と連携しながら、子供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（e-ネット安心講座）を全国規模で行うe-ネットキャラバンの活動を、平成18年度から全国において実施している。

なお、平成21年4月から施行された「青少年が安全に安心してインターネットを利用できる環境の整備等に関する法律」（平成20年法律第79号。以下「青少年インターネット環

境整備法」という。）において、学校教育、社会教育及び家庭教育におけるインターネットの適切な利用に関する教育の推進に必要な施策を講ずるものとされていることから、引き続き、情報モラルに関する教育の一層の推進に取り組んでいく。

## ウ 有害情報対策の推進

内閣府では、青少年インターネット環境整備法において青少年のインターネットの適切な利用に関する事項について広報啓発活動を行うよう定められていることから、青少年の適切なインターネット利用に係る広報資料の配付やフォーラムの開催等の広報啓発活動を実施している。

また、青少年が安全に安心してインターネットを利用できるようにするための施策に関する基本的な計画（第3次）（平成27年7月30日子ども・若者育成支援推進本部決定）において保護者が青少年のインターネット利用を適切に管理できるようにするための啓発活動を行うよう定められていることから、保護者向け広報資料の作成及び公開等の普及啓発支援を実施している（共生社会政策Webサイト：<http://www8.cao.go.jp/souki/index.html>）。

文部科学省では、スマートフォン等を始めた様々なインターネット接続機器の普及に伴い、インターネット上でいじめや、違法・有害情報サイトを通じた犯罪等に青少年が巻き込まれている現状を踏まえ、青少年インターネット環境整備法等に基づき、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や、普及啓発資料の配布等を通して、地域・民間団体・関係府省庁等と連携しつつ、保護者及び青少年に対する啓発や教育活動を推進している。

### (3) うつ病についての普及啓発の推進

厚生労働省では、精神保健福祉普及運動として、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



方々を対象として、精神保健福祉に関する正しい知識の普及を行うとともに、各都道府県等においても、大会や講演会の実施等、地域住民に対する知識の普及、理解の促進を図っている。また、「うつ対策推進方策マニュアル」、「うつ対応マニュアル」を関係機関に提供するなど、うつ病を始めとする精神疾患に関する普及啓発の推進を行っている。

また、こころの不調・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エビデンスに基づいて分かりやすくまとめた「みんなのメンタルヘルス総合サイト」(<http://www.mhlw.go.jp/kokoro/index.html>)、10代・20代とそれを取り巻く人々(家族・教育職)を対象に、本人や周囲が心の不調に気づいたときにどうするかなど分かりやすく紹介する「こころもメンテしよう～10代20代のメンタルサポートサイト～」(<http://www.mhlw.go.jp/kokoro/youth/index.html>)の2つのWebサイトを設置し、戦略的な普及啓発に取り組んでいる。

地方公共団体においては、心の健康に関するホームページを作成し、各種精神疾患に関する基礎的情報やうつ病等の対処方法、地域内の医療機関の情報の掲載、及び行政サービスや相談窓口の紹介を行い、また、同様の内容のパンフレットを配布する等により、地域の実情に応じた普及・啓発を行っている。

#### (4) 自殺や自殺関連事象等に関する正しい知識の普及

厚生労働省では、正しい知識の普及啓発を図るため、平成28年度の「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、インターネットポータルサイトのPR企画を活用したインターネット広告を実施した。

また、24時間365日、全国からつながる電話相談窓口を設置し、被災地を始めとして、生きにくさ、暮らしにくさを抱える人々からの相談を受け、具体的な解決につなげるための寄り添い支援を行う相談支援事業の中で、性別や同性愛に関わる相談の専用回線を設置し、様々な相談への対応を行っている。

さらに、精神医療従事者に対する研修の中で、性同一性障害に関する講習を行っている。さらに、障害保健福祉担当者の全国会議において、地方公共団体に対して性同一性障害の相談窓口の設置や普及啓発の更なる推進について依頼をしている。

法務省の人権擁護機関では、「性的指向を理由とする偏見や差別をなくそう」及び「性同一性障害を理由とする偏見や差別をなくそう」を啓発活動の強調事項として掲げ、啓発冊子の配布をするほか、性的指向及び性同一性障害をテーマとした人権啓発ビデオ「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」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している。

### 3 早期対応の中心的役割を果たす人材を養成する取組

#### (1) かかりつけの医師等のうつ病等の精神疾患の診断・治療技術の向上

うつ病の患者の多くが、内科等の精神科以外の医療機関にかかっているという報告もあり、厚生労働省では、生涯教育等の機会を通じ、精神科以外の診療科の医師に対して、うつ病等の精神疾患について診断・治療技術の向上を図ることとしており、平成20年度から精神科を専門としない医師を対象とした「かかりつけ医等心の健康対応力向上研修」を実施している。23年度からは、医師以外の保健医療関係者、福祉関係者、教育関係者等も対象に加え、研修の充実を図っている。また、うつ病の改善に効果の高い認知行動療法の普及を図るため、23年度から、精神科医療機関等に従事している者を対象とした「認知行動療法研修事業」を実施している。

#### (2) 教職員に対する普及啓発等の実施

文部科学省では、平成22年度から、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への関心を高めるとともに、自殺予防に必要な基礎的知識の習得と理解を図ることを目的として全国10ブロック（28年度は北海道、山形、茨城、埼玉、新潟、静岡、大阪、山口、高知、福岡）で「児童生徒の自殺予防に関する普及啓発協議会」を開催している。

高等教育段階については、大学等の学生関係副学長・部課長等を対象とした会議等の様々な機会を通じて、学生の自殺防止に対する指導の充実・徹底の周知を図っている。

また、独立行政法人日本学生支援機構では、平成28年度に、「心の問題と成長支援ワークショップ」として、大学等の教職員を対象に、自殺を含む学生の心の問題や成長支援に関する課題やニーズについてのワークショップを開催し、学生支援を担当する教職員個々の専門的知識・ノウハウの修得を促進

した。

性同一性障害に係る児童生徒に対しては、児童生徒の心情に十分配慮した適切な対応が必要であり、教職員等の理解を促進するため、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行うことを引き続き要請するとともに、平成27年4月に「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」を通知し、学校における適切な教育相談の実施等を促している。

また、平成28年4月、「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」の教職員向け周知資料を公表し、全国の教育委員会等に周知した。

#### (3) 地域保健スタッフや産業保健スタッフの資質の向上

地域保健行政を行う都道府県・市区町村の保健所又は保健センター等では、心の健康等に関する相談を行っているが、地域保健・健康増進事業報告によると、全国の保健所及び市区町村における心の健康づくりに関する相談件数は、平成17年度の61,329件から、27年度には130,951件と、11年間で約2.1倍に増加しており、保健所等における相談窓口の機能はますます重要となっている。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関わる都道府県・市町村担当者の研修等を実施するとともに、若年者対策や自殺未遂者対策等の重点課題の推進の観点から、各地の研修会に講師を派遣するなどしている。

また、職場での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等において、産業医、保健師等を始めとする産業保健スタッフ等に対しメンタルヘルス対策等の研修を実施してい



る。

さらに、厚生労働科学研究において、平成25年度からは「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」を実施し、メンタルヘルス不調の母親を産科医・助産師・小児科医等の母子保健関係者が発見し、保健師や精神科医療機関につなぐための多機関連携モデルの構築に取り組み、研修会の開催や対応マニュアルの作成等を行っている。

#### (4) 介護支援専門員等に対する研修の実施

介護支援専門員等は、要介護者等の希望や心身の状況、置かれている環境等を適切に把握し、誰もが安心した生活を営めるよう、自立支援に資するサービスを多職種連携により総合的に提供する役割を担っている。厚生労働省では、これらの介護支援専門員等の介護サービスに従事する者の研修等の機会を通じ、心の健康づくりや自殺予防に資する知識の普及を図ることとしている。

#### (5) 民生委員・児童委員等への研修の実施

民生委員・児童委員は、社会奉仕の精神をもって、常に住民の立場に立った相談・援助等を行う地域福祉推進の中心的担い手である。民生委員・児童委員が、様々な理由により生活上の困難を抱える地域住民に対して支援を実践していく中で、地域における心の健康づくりや自殺予防につながることを期待される。

厚生労働省では、このような民生委員・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補助を実施している。

#### (6) 連携調整を担う人材の養成の充実

自殺予防総合対策センターでは、平成19年度から、自殺対策を企画立案する自治体の担

当者がその企画立案能力を修得することを目的として、自殺対策の企画立案に携わる者等を対象に研修等を行っている。

自殺総合対策推進センターでは、同様の趣旨の研修等として、平成28年度においては、8月に「地域自殺対策推進企画研修」、9月に「自殺対策・相談支援研修」、11月に「地域自殺対策推進センター等連絡会議」を開催している。

#### (7) 社会的要因に関連する相談員の資質の向上

自殺統計によると、平成28年の自殺の原因・動機の第2位は「経済・生活問題」であり、このうち多重債務を原因として604人が自殺している。このような状況を改善するため、社会全体で多重債務問題の解決に向けた取組を進めていくことが求められている。

政府としては、平成19年4月に、多重債務問題の解決に向けて関係省庁及び関係機関が取り組むべき施策をまとめた「多重債務問題改善プログラム」を策定しており、同プログラムに基づき、取組が進められている。

特に多重債務者に対する相談窓口については、都道府県、市区町村、財務局等で多重債務相談を行う職員及び相談員の資質の向上のために、平成19年に多重債務者相談に当たる職員及び相談員を対象とした「多重債務者相談マニュアル」（冊子及びDVD）を作成し、全国の自治体等に配布した。23年8月には、同マニュアルを大幅に改訂した「多重債務者相談の手引き」を金融庁・消費者庁において作成・公表し、全国の自治体等に配布するとともに、同年12月より、財務局等において実施している自治体の人材育成の支援のための研修に際して、同手引きの内容の普及を図っている。同手引きにおいては、心の問題・心のケアへの対応についての項目が新たに追加され、適切な相談対応の方法や、相談者を専門家につなぐ際の留意事項等について記載されている。さらに、金融庁では、金融サービス利用者相談室の相談員に対して、29年2月

に、映像（内閣府作成（「こころのサインに気づいたら」）ゲートキーパー養成研修用DVD）を利用した研修を行い、多重債務等相談者に対応する際の相談員の資質向上に努めている。

また、消費者庁では、地方消費者行政推進交付金等により、例えば多重債務問題に関する研修の実施など地方公共団体が実施する取組に対する支援を行っているほか、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するなどの支援を行っている。

厚生労働省では、ハローワークの職員に必要とされる職業相談技法の修得のための研修の中にメンタルヘルスについての研修を盛り込み、職業相談を実施する職員が、メンタルヘルスについての正しい知識を修得できるようにしている。ハローワークの職業相談窓口においては、求職者の抱えている問題を把握し、これを踏まえた的確な支援を適時適切に実施することが求められていることから、ハローワークの職員が、引き続き専門的なサービスを提供することができるよう、各都道府県労働局において、キャリアコンサルティング研修等を実施している。

## (8) 遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上

公的機関の職員が業務として自殺者の遺族等に対応する場合には、名誉及び生活の平穏を不当に侵害することのないように十分配慮しなければならない。このため、警察では、警察職員が自殺者、自殺者の遺族、自殺未遂者等に関係する業務に従事する場合には、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、適切な遺族対応等に取り組んでいる。

また、消防では、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に取り組んでいる。

## (9) 研修資材の開発等

厚生労働省では、前述の「自殺未遂者及び自殺者遺族等へのケアに関する研究」において、地域の精神保健従事者が研修資材として活用できるものとして、自殺未遂者のケアに関する救急医療従事者向けのガイドラインや自死遺族等へのケアに関するガイドラインを作成した。

また、自殺総合対策推進センターにて、地方公共団体及び民間団体で相談に従事する者に対する研修の企画実施に協力している。

## (10) 自殺対策従事者への心のケアの推進

保健所の保健師や民間の電話相談の相談員等自殺予防や遺族支援に従事する者は、時には相談者を助けることができないこともあるなど強いストレスにさらされることも多く、いわゆる“燃え尽き症候群”等で自らの心の健康を損なうおそれもある。

このため、自殺総合対策推進センターにおいて実施している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んでいる。

## (11) 様々な分野でのゲートキーパーの養成の促進

平成22年9月に厚生労働省自殺・うつ病対策プロジェクトチームが取りまとめた「過量服薬への取組」において、薬剤師には、向精神薬乱用が疑われる患者への声かけや必要に応じた処方医への疑義照会等により、過量服薬のリスクの高い患者の早期発見、適切な受診勧奨等の役割が期待されている。これを受けて公益社団法人日本薬剤師会では、服薬情報を一元的・継続的に把握し重複投薬の防止などを実施するかかりつけ薬剤師・薬局の推進のほか、都道府県薬剤師会に対して薬剤師を対象とした研修会の開催を呼びかけ、過量服薬防止や自殺予防を念頭に置き、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、患者と薬の関係をより丁寧

に支援することを始め、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している。

また、理容師については、平成24年度から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し、ゲートキーパーの養成に努めている。

厚生労働省では、平成28年度の「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、ゲートキーパーとしての取組を行ってもらうための協力の呼びかけを行った。

## 4 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

「労働安全衛生調査（実態調査）」（平成27年）（厚生労働省）によると、仕事や職業生活に関して強いストレスを感じている労働者は5割を超えている。また、「過労死等の労災補償状況」（平成27年度）（厚生労働省）をみると、精神障害に係る労災請求件数は増加傾向にある。このように、労働者のメンタルヘルス対策が重要な課題となっている中で、労働者のメンタルヘルスの不調の未然防止を図るため、ストレスチェック（心理的な負担の程度を把握するための検査）の実施を事業者が義務付ける（ただし、労働者数50人未満の事業場については、当分の間努力義務）こと等を内容とする改正労働安全衛生法が26年6月に公布され、27年12月から施行された。事業場におけるストレスチェックの実施により労働者自身のストレスへの気づきを促すとともに、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の集団ごとの分析とその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、支援等を進めることとしている。

事業場のメンタルヘルス対策の取組に対する支援については、全国の産業保健総合支援センターにおいて、事業者、産業保健スタッフ等に対するセミナー・研修の開催や、事業場への個別訪問により、メンタルヘルス対策の計画の作成支援、若手労働者・管理監督者への教育研修、職場復帰支援プログラムの作

成支援など、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、総合的な支援を実施している。さらに、産業医の選任が義務付けられていない50人未満の労働者を使用する小規模事業場に対しても、メンタルヘルス対策の取組が促進されるよう、ストレスチェック制度に関する助成金制度を設けるとともに、産業保健総合支援センターの地域窓口において、高ストレス者や長時間労働者に対する医師の面接指導等を実施している。

さらに、働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」（<https://kokoro.mhlw.go.jp/>）において、事業者、産業保健スタッフ、労働者やその家族等に対して、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窓口「こころの耳電話相談」、心身の不調や不安・悩み等メンタルヘルスに関するメール相談窓口「こころの耳メール相談」により相談に応じるなど、職場のメンタルヘルスに関する様々な取組を展開しているところである。

また、過重労働による健康障害については、長時間労働が行われているおそれがある事業場に対して重点的に監督指導を実施し、健康診断、医師による面接指導等の実施状況について確認するとともに、必要な指導を行っており、長時間労働の抑制や年次有給休暇の取得促進に向けた環境整備を推進している。さ



らに、平成28年12月の厚生労働大臣を本部長とする「長時間労働削減推進本部」において決定された『「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対策・パワーハラスメント防止対策の取組等の対策を強化している。

過労死等の防止のための対策については、「過労死等防止対策推進法」（平成26年法律第100号）及び「過労死等の防止のための対策に関する大綱」（平成27年7月24日閣議決定）に基づき、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に取り組んでいる。

そのほか、各都道府県に設置している地域障害者職業センターにおいてうつ病等による休職者の職場復帰支援（リワーク支援）を実施している。休職者本人、事業主、主治医の3者の合意のもと、生活リズムの立て直し、体調の自己管理・ストレス対処等適応力の向上、職場の受入体制の整備に関する助言等を行い、うつ病等による休職者の円滑な職場復帰を支援している。

また、全国の主要なハローワーク等において、臨床心理士、社会保険労務士、弁護士等の専門家による巡回相談を実施している。

さらに、47都道府県と全国364の地域（二次医療圏）に設置されている「地域・職域連携推進協議会」において地域保健と職域保健が連携して、地域の実情に応じたメンタルヘルス対策推進のための事業を実施している。職場におけるセクシュアルハラスメント及び妊娠、出産等に関するハラスメント等は、労働者の心身の健康に影響を及ぼすものであり、メンタルヘルスの観点からも対策の充実を図る必要がある。このため、都道府県労働局雇用環境・均等部（室）では、労働者及び事業主等からの相談に適切に対応するとともに、事業主の雇用管理上の措置義務を徹底するため、「雇用の分野における男女の均等な機会及び待遇の確保等に関する法律」（昭和47年法律第113号）、「事業主が職場における性的な言動に起因する問題に関して雇用管理

上配慮すべき措置についての指針」（平成18年厚生労働省告示第615号）及び「事業主が職場における妊娠、出産等に関する言動に起因する問題に関して雇用管理上講ずべき措置についての指針」（平成28年厚生労働省告示第312号）の内容について、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行っている。

メンタルヘルス不調を引き起こす可能性のあるパワーハラスメントについては、平成23年度に、職場のいじめ・嫌がらせ問題に関する円卓会議を開催し、「職場のパワーハラスメントの予防・解決に向けた提言」を取りまとめた。厚生労働省では、この問題に取り組む社会的な気運を醸成するためのリーフレット等を作成し、都道府県労働局等を通じて配布しているほか、平成24年度に開設した啓発用Webサイト「あかるい職場応援団」（<http://www.no-pawahara.mhlw.go.jp/>）を通じて、対策に取り組んでいる企業の紹介、社内アンケートや就業規則のひな形、研修資料、パワーハラスメントに関する動画や裁判事例の掲載等、様々な情報を提供している。また、企業がパワーハラスメント対策の基本的な枠組を構築する際に参考となる「パワーハラスメント対策導入マニュアル」を活用したパワーハラスメント対策支援セミナーを全国各地で開催した。

また、上記の提言から4年が経過し、パワーハラスメント対策に取り組む企業等の状況も変化していると考えられることから、企業や労働者を対象にした「職場のパワーハラスメントに関する実態調査」を実施したほか、パワーハラスメント対策に積極的に取り組んでいる企業の事例を掲載した好事例集を策定した。

## (2) 地域における心の健康づくり推進体制の整備

精神保健福祉センターや保健所における心の健康相談機能を向上させるとともに、自殺対策連絡協議会等を通じて、精神保健福祉セ

ンター等の地域保健分野の機関と、産業保健分野、教育機関、医療機関、地方自治体、民間団体が連携し、地域における心の健康づくりを推進することが重要である。

平成21年度以降は、地域自殺対策緊急強化基金及び地域自殺対策強化交付金により、都道府県及び市区町村において、関係機関が連携して自殺対策に取り組むためのネットワークの構築、研修の実施による相談員等ゲートキーパーになり得る人材の養成、電話相談や対面相談事業の実施による相談体制の強化、講演会の開催やパンフレットの配布、睡眠キャンペーンの実施等による普及・啓発、住民に対するメンタルヘルスチェックの実施による心の健康に関する意識の向上及び心の不調の早期発見の推進、調査・分析の実施による各地域の状況の把握と効果的な対策の検討等により、総合的な心の健康づくり対策に取り組んでいる。

自殺予防総合対策センターにおいて、自治体、精神保健福祉センター、保健所、民間団体等に対する研修を行い、地域における心の健康づくりの推進を支援している。また、関係機関相互間における連携体制の構築を図り、円滑な連携を図ることを目的として、平成18年から全国レベルでの「自殺対策ネットワーク協議会」を開催し、関係機関における連携体制の推進を図っている。さらに、「科学的根拠に基づく自殺予防総合対策推進のためのコンソーシアム」準備会（以下「コンソーシアム」という。）を発足させ、学術団体・研究機関、地方公共団体、関係団体及び民間団

体等の連携による自殺対策に関する科学的根拠の創出、集約及び情報発信に取り組むこととした。26年度には、応用統計、宗教学の専門家をコンソーシアムの委員会に迎えて学際的な検討体制を強化した。また、ニューズレターを4回発行するとともに、若年者支援にかかわる学際的な領域の研究者・援助者を招集して若年者のワーキンググループを設置し、26年度末には報告書を刊行した。

また、全国に約1万4,200館が存在する公民館を始めとした社会教育施設は、様々な世代が交流する地域の拠点施設となっているものが多い。

平成25、26年度に実施した、地域の様々な現代的課題解決に取り組む公民館等の取組を支援する「公民館等を中心とした社会教育活性化支援プログラム」の成果を踏まえ情報提供を行い、引き続き公民館等の社会教育施設における自主的な取組を促進する。

また、都市公園は、健康づくりやスポーツ・レクリエーション、教養・文化活動等、様々な余暇活動の場や、身近な自然との触れ合いの場として、心身の健康を育む機能を有している。このため、国土交通省では、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進めることとしている。

さらに、農林水産省では、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し、快適で安心な生産環境・生活環境づくりを推進することとしている。

## 秋田県八峰町における取組について

## こころの健康づくり懇話会（秋田県八峰町）

【大綱の分類】 4) 心の健康づくりを進める

【事業予算】 110千円（H27年度）

## 【概 要】

八峰町では、心の健康づくり調査により八峰町内で自殺リスクの高い地区が明らかになり、重点的に介入することになった。自治会で「囲炉裏端」と称した懇話会を実施していく中で、近所づきあいや交流などを通した一人ぼっちにならない地域づくりが大事なことがわかってきた。住民同士の交流を増やし、暮らしやすい地域をつくるのが自殺対策として重要であり、介入自治会の自殺予防に対する意識が高まり自殺者の減少という効果を得たことから、こころの健康づくり懇話会を継続して実施している。

自殺の多い地域にきめ細かく入り、地域ぐるみで自殺対策を考える自治会単位の懇話会は、平成21年度から※コミュニティ・エンパワメントの手法を用いながら、1つの自治会で、初年度2回、次年度1回 計3回 継続事業として毎年実施してきている。

平成27年度は、3自治会で述べ4回開催。「誰も一人にしない地域づくり」をテーマとして住民同士が話し合いを重ねることで、地域のつながりを深め、「ここで暮らしてよかった」と思える地域づくりを目指している。

## 【利 点】

- ▼自殺の多い地域の住民が今までタブーだった「自殺」について話し合い、地域にある問題の可視化や問題解決への動きに繋がった。
- ▼毎日の暮らしの中でできる自殺対策があることに気づき始めた。一例：挨拶、声かけ
- ▼地域の問題を、住民主体で解決策を見出していくことができる。隣近所や生活する場で、よい人間関係を築ききっかけができる。一例として、コミュニティセンターを活用して自治会主催の交流サロンを開催するなど、主体的な動きをみせて活動している自治会がある。

※コミュニティ・エンパワメントとは

- ・個人や地域・コミュニティの持っている潜在能力を引き出し、潜在力が活躍できる条件・環境を整えることである。そして地域の課題を解決していくため、権力や市場メカニズムによらず、住民が主体となって持続的に地域社会を作っていこうとする意思を持ち、活動を行うことに意義がある。

## 【実施に至るまで】

## 自治会を対象にする理由

- ①各自治会では自治会単位で活動していくことも多いので、自殺対策についても、各自治会の特性にあわせたすすめ方・事業展開をしていくことで、より具体的な効果や成果に結び付きやすい。
- ②自治会という小コミュニティでの懇話会は、身近な話題や毎日の暮らしの中でできることなど、より身近で、自分のこととして捉えた内容を話題にしやすい。
- ③地域の問題を主体的に考え、行動目標等をつくりやすい。



**計画を立てる上での工夫**

- ①懇話会の日程は、自治会長と連絡をとり、自治会の希望日にあわせる。声かけ・参加勧奨をお願いする。  
事前に準備金を自治会会計に振り込み、当日の茶菓子等の準備をお願いしている。
- ②懇話会の進行を、秋田大学の専門の講師に依頼し、地区の特徴や課題等について情報交換し、目的が達成できるようすすめている。  
講師が、導入・話し合い・まとめと話題展開している。
- ③5～6人くらいのグループごとに座り、話しやすい雰囲気づくりに配慮している。  
町保健師がグループワークのファシリテーターとして入る。

**具体的な内容**

- ▼1回目 懇話会は、120分
  - ・秋田大学大学院医学系研究科准教授 佐々木久長先生による講話
  - ・グループごとの座談会
  - ・全体での話し合い
- ▼2回目の内容は1回目の内容を加味して展開。
  - ・1回目の内容を深められるように、更に話し合いをすすめる。
  - ・グループワークや懇話会では、講師が話題展開しながら進行してくれている。
- ▼(翌年度)昨年度の内容を踏まえて展開(講師と自治会・保健師との協議)
  - ・自治会の希望テーマに基づいて実施。
  - ・昨年の内容で、実施できたことなど振り返りながら、再度懇話会で話をすすめる。
  - ・2年目は、話し合いに慣れて、元気な自治会を目指して活発な意見が出る。

**【成 果】**

- ▼自治会で懇話会を実施していく中で、介入自治会の自殺予防に対する意識の高まりを実感し、自殺者の減少という効果を得たことから、自殺対策に有効であると考え。
- ▼住民同士が話し合いを重ねることで、地域のつながりを深めるきっかけづくりとなっている。  
H27年度 参加者立石地区1回目14名・2回目17名・椿台地区(昨年2回に引き続き3回目)14名・中浜地区(昨年2回に引き続き3回目)11名。参加者からは、積極的な意見が出され、参加者の声を聞くと「ためになった」とか「安心できた」など好評である。
- ▼コミュニティセンターを活用して自治会主催の交流サロンを開催するなど、懇話会の後主体的な動きをみせて活動している自治会も出てきている。

**【補 足】** 心の健康づくり懇話会 立石地区（2回目）懇話会の様子  
H27.10.18（日）10：00～12：00 男性4名・女性13名 計17名



**【課 題】**

- ・多世代にわたるコミュニティ・エンパワメントの展開を図っていくこと
- ・自治会で盛り上げられるような事業展開にしていくこと

<b>【事業種別】</b>	強化地区懇話会
<b>【準備期間・人数】</b>	5か月・3人
<b>【予防段階】</b>	一次
<b>【自治体規模】</b>	人口 7,621人（H28.3.31現在）財政規模 70億4千万円
<b>【自治体負担率】</b>	50%
<b>【事業対象】</b>	強化地区自治会 3自治会
<b>【支援対象】</b>	立石自治会（169人）・中浜自治会（401人）・椿台自治会（181人）
<b>【実施主体・問合せ先】</b>	秋田県山本郡八峰町福祉保健課 TEL：0185（76）4608

（秋田県 八峰町福祉保健課）