

令和4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作成、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、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Webサイトで公開。

3 地域自殺対策計画の策定・見直し等の支援

- 自殺対策推進センターでは、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、見直し及び進捗管理に関する支援を実施。

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、見直し及び進捗管理に関する支援を実施。

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付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、啓発事業及び支援策を重点的に実施。
- 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」を拡充。
- 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メッセージを発信。
- 自殺対策推進センターでは、SNS上で「#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 児童生徒の自殺対策に資する教育の実施

- 「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。
- 道徳教育の抜本的改善・充実に向け、効果的な授業動画や参考資料を掲載した「道徳教育アーカイブ」の充実や、学校の特色ある道徳教育の取組に対する支援等を実施。
- 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（2023年版）』を作成、公表。
- 総務省、文部科学省及び情報通信関係団体等が連携し、こどもたちのインターネットの安全な利用に向けて、児童・生徒、保護者・教職員等を対象とした啓発講座「e-ネットキャラバン」を全国で実施。
- 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布等を通じて、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、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。
- 報道機関等に対してWHOガイドラインを踏まえた適正な報道を行うよう要請。

4 うつ病等についての普及啓発の推進

- 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16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。
- 自殺対策推進センターは、世界保健機関（WHO）本部より世界保健機関協力センター（WHOCC）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公文書等の翻訳などを行い、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・若者及び女性等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を取りまとめ。
- 「児童生徒の自殺予防に関する調査研究協力者会議」の審議のまとめを踏まえ、教育相談体制の整備や1人1台端末を効果的に活用したSOSの発信や心身の状況把握に関する調査研究を実施。

5 コロナ禍における自殺等についての調査

- 自殺対策推進センターでは、「児童生徒の自殺」について分析結果を令和5年3月に自殺総合対策の推進に関する有識者会議で報告。
- 「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を取りまとめ。

6 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等を目的とした死因究明等推進地方協議会が、全都道府県に設置（令和5年3月末現在）。
- 予防のためのこどもの死亡検証（Child Death Review（CDR））について、令和2年度より、一部の都道府県において、予防のためのこどもの死亡検証体制整備モデル事業を実施。

7 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。

8 既存資料の利活用の促進

- 月別の自殺者数（総数、男女別及び都道府県別）を翌月中旬に暫定値として公表。
- 「地域における自殺の基礎資料」を公表。
- 「令和4年中における自殺の状況」を公表（令和5年3月）。

9 海外への情報発信の強化を通じた国際協力の推進

- 自殺対策推進センターは、自殺対策の国際学会（IASP、ESSSB）において、自殺報道による自殺者数への影響や自殺統計を活用した自殺実態分析の現状等について発表。
- 自殺対策推進センターは、日本の自殺対策のエビデンスや課題を海外の自殺対策関係者と共有。

4 自殺対策に関わる人材の確保、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

- 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、保健師、看護師の国家試験出題基準に「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、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開催。

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。
- 高等教育段階では、大学における死亡学生実態調査の結果等を大学等へ周知するとともに、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理解を促進するため、「心の問題と成長支援ワークショップ」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のための基礎研修」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地域保健福祉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等において産業保健スタッフ等に対する研修を実施。
- 「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。
- ゲートキーパーの更なる普及のために、ゲートキーパーのWebサイトのページを分かりやすく改修。

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、「自殺未遂者ケア研修」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、ゲートキーパー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、ゲートキーパー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 研修資材の開発等

- 自殺対策推進センターでは、地方公共団体職員等を対象とした「生きることの包括的支援のための基礎研修」と「地域における自殺未遂者支援事業研修」を実施、配信。

5 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する取組

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、改正後の労働施策総合推進法等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、地域保健スタッフなど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はじめとする社会教育施設における主体的な取組を支援。
- 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を計画的に整備。
- 農山漁村において高齢者等の農林漁業者等が心身ともに健康で、安心して生活できるよう、快適で安心な生産環境・生活環境づくりを推進。

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、こどもに対する支援、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。
- 被災したこども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ずる等の対策を実施。

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、自殺未遂者ケア研修「かかりつけ医版」、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。
- 令和4年度の診療報酬改定において、精神疾患が増悪するおそれがある患者等に対して、かかりつけ医や精神科医等が自治体と連携して行う診療等に係る評価を新設。

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

- 様々なこ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、災害時に被災したこどもの心のケアを行う体制を目的とした「こ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

- 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。
- 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。

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5年4月現在、全都道府県を含む59自治体が加入し、令和4年の相談件数は約14万件となっている。
- 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。
- 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。

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（通称：サポステ）」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活性化協議会では、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者に対し、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で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4年度の法律相談援助件数は309,762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。
- 法テラスでは、自殺を考えている方の心情に十分配慮した対応をするため、法テラス・サポートダイヤルのオペレーターや地方事務所の情報提供専門職員らを対象に適宜研修等を実施。
- 法テラスでは、二重ローン問題や、震災その他の災害に起因する法的トラブルの解決に役立つ法制度や相談窓口等の案内のため、法テラス災害ダイヤルを設置。

6 危険な場所における安全確保、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4年3月末現在で2,337番線、1,002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の委託研究において、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4年に、自殺誘引等情報と判断した2,690件（うち2,564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、2,687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、1,634件が削除。
- 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ートフォン・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を実施。
- 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及び誹謗中傷への対応等

- 「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。
- 平成21年から違法・有害情報相談センターを設置・運営し、自殺予告事案や誹謗中傷等に関する相談があった場合に対応できる態勢を構築。
- 法務省の人権擁護機関では、インターネット上での誹謗中傷等の投稿による被害について相談を受けた場合、相談者の意向に応じ、削除依頼の方法等を助言。

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 ひきこもりの方への支援の充実

- 「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」や講習会を開催。

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）」を運用。
- 自殺防止のためのSNS相談の相談者を児童相談所につなげられるよう、連携事務連絡を发出。
- 性犯罪・性暴力の被害者への支援については、各都道府県等に対し、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。
- 性犯罪・性暴力被害者支援のため、ワンストップ支援センターの全国共通番号「#8891（はやくワンストップ）」の周知とともに、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。
- 性犯罪被害者等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、ワンストップ支援センターの相談員等を対象としたオンライン研修教材を作成し、提供するとともに、研修を実施。

13 生活困窮者への支援の充実

- 福祉事務所設置自治体（906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。
- 生活困窮は自殺の背景ともなり得ることから、自立相談支援の窓口と自殺予防に関する相談窓口と協働して早期に適切な支援を行うよう、地方自治体あてに通知を发出。

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の整備に加え、体制を拡充。
- 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 性的マイノリティへの支援の充実

- 性的マイノリティ等をテーマとした人権啓発動画を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。

16 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。

17 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参照・活用できるように、関係機関等の連携を効果的に行っている事業例を収集し、自殺対策先進事例データベース並びに地域自殺対策政策パッケージに掲載。

18 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。
- 「こども政策の新たな推進体制に関する基本方針について」（令和3年12月21日閣議決定）に基づき、「こどもの居場所づくりに関する指針（仮称）」の策定に向けた議論を開始。

19 報道機関に対するWHOの手引き等の周知等

- 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、自殺や自殺対策について「手引き」などに基づき適切な報道がなされるよう、メディア従事者やインターネットプラットフォーマーを対象とした自殺報道のあり方を考える勉強会を開催。

20 自殺対策に関する国際協力の推進

- 自殺対策推進センターは、自殺対策の国際学会（IASP、ESSSB）において、自殺報道による自殺者数への影響や自殺統計を活用した自殺実態分析の現状等について発表。
- 自殺対策推進センターは、日本の自殺対策のエビデンスや課題を海外の自殺対策関係者と共有。

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

- 自殺対策推進センターでは、「自殺未遂者ケアに関するガイドライン」によるケア対策として、家族等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。

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Webサイト等を通じて、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

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、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（ゲートキーパー要請研修など）を実施。

2 地域における連携体制の確立

- 自殺対策を推進する中核的機関としての「自殺対策推進センター」の設置を通じて、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

- 自殺の防止や自殺者の親族等の支援等に関する活動を行う民間団体に対して一定の財政上の支援を行う「自殺防止対策事業」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どもの自殺の予防【一部再掲】

- 「いじめの防止等に関する普及啓発協議会」や「いじめ問題理解基幹研修」を開催し、「いじめ防止対策推進法」及び「いじめの防止等のための基本的な方針」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。

- 「こどもの人権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「こどもの人権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、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等を行う地方公共団体の取組を支援。

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】

- 放課後児童クラブなどの終了後に、ひとり親家庭のこどもの生活習慣の習得・学習支援や食事の提供をする「こどもの生活・学習支援事業」を実施。
- 令和4年6月に児童福祉法等の一部を改正する法律（令和4年法律第66号）の成立により、社会的養護の下で育ったこどもの自立支援を効果的に推進。
- 施設等を退所等し就職や進学をする者に対し、家賃相当額及び生活費、資格取得費の貸付を行うとともに、就業を5年間（資格取得費の貸付の場合は2年間）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、こ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】

8 子ども・若者の自殺対策を推進するための体制整備

- ハイリスク者への危機介入の強化のため、自殺総合対策大綱（令和4年10月14日閣議決定）において、学校、地域の支援者等が連携し自殺対策にあたることのできる仕組みの構築について盛り込まれ、令和5年度から多職種の専門家で構成される「若者の自殺危機対応チーム」を設置。

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。

13 女性の自殺対策を更に推進する取組

1 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、流産、死産を経験された方への相談支援、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。

2 コロナ禍で顕在化した課題を踏まえた女性支援

- やむを得ず職を失った方への支援として、ハローワークにおける非正規雇用労働者等に対する相談支援体制を強化。
- マザーズハローワークでは、子育て中の女性等を対象にきめ細かな就職支援を実施。
- 雇用に関する支援策について、困難な問題を抱える方々に必要な支援が十分に行き渡るよう、従来の報道発表やホームページによる情報発信に加え、X（旧Twitter）やFacebook、YouTube、バナー広告等の多様な情報発信手段を活用。
- 最寄りの配偶者暴力相談支援センター等につながるDV相談ナビに、全国共通番号「#8008（はれれば）」を導入。

3 困難な問題を抱える女性への支援

- コロナ禍でより顕在化した女性が抱える困難な課題に対して、新たな支援の仕組みを構築する「困難な問題を抱える女性への支援に関する法律」（令和4年法律第52号）が令和4年度に成立。
- 令和6年4月からの施行に向けて、様々な状況におかれている女性への実効性ある支援を充実・強化。

COLUMN 2

学校現場における自殺対策
「WEB上での子どものストレスチェック」の取組について**【WEBストレスチェック】**

残念ながら、コロナ禍の令和2年度以降、小中高生の自殺者数が増加しています。千葉県教育委員会と千葉大学は連携し、学校保健安全法の健康相談、保健指導の考えのもとに、子どもの自殺対策として、1人1台端末を活用したWEBストレスチェックを通じて、危機的状況に陥っている児童生徒を自殺リスクが高まる前に支援に繋ぐ仕組みを構築する取り組みを行っています。児童生徒は、自分の端末を使って学校ごとに配付されたURL（QRコード）からID、パスワードでログインし、WEB上でのストレスチェックの質問項目に回答します。高校生の場合、ストレス反応（心身の不調：抑うつ、不安、怒り、無力感など）の15問、ストレッサー（ストレスの原因：教師との関係、友人関係、学業、進路など）の16問、ソーシャルサポート（周りからの援助：おうちの人、担任、友人）の12問です。大人の自殺対策として推進されている労働安全衛生法に基づく職場のストレスチェックを参考に、ストレス反応が45点満点中30点以上を高ストレスとして判定し、すぐにWEB上で児童生徒に高ストレスかどうかの結果がフィードバックされます。また、児童生徒は教員との相談希望の有無についても回答できます。初回は、17,054人の高校生が回答し、12.9%が高ストレスと判定され、その後も学期ごとに実施し、高ストレスは同程度の割合です。

【児童生徒の認知行動療法の活用】

専用WEBサイト（<https://www.m.chiba-u.ac.jp/class/rccmd/StressCheck/>）で、児童生徒が保健体育の授業でも扱われている「ストレス対処」に取り組めるように、5分間認知行動療法（「ぼじれん」、「ここれん」）でのこころの健康づくりを紹介しています。1日にあった小さな良いことを3つ書いてもらう「ぼじれん」、ストレスや悩みの考えを反対の考えにしてみる「ここれん」で、ネガティブとポジティブの考え方のバランスをとる習慣づくりに有効と考えています。

【教員の認知行動療法の活用】

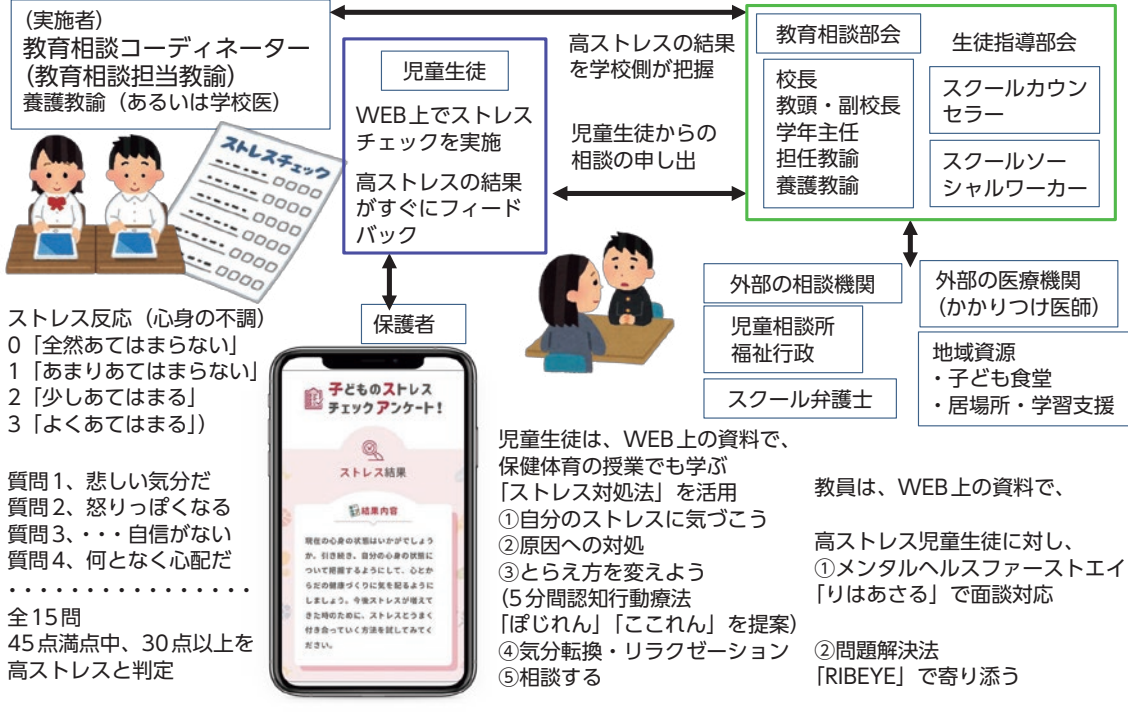
同じWEBサイトで、教員に対して、高ストレス児童生徒との面談で、政府が自殺対策のゲートキーパーで推奨しているメンタルヘルス・ファーストエイド「りはあさる」の活用を提案しています。これは、「り」リスク評価、「は」はんだん・批評せずに聴く、「あ」あんしん・情報を与える、「さ」サポートを得るように勤める、「る」セルフヘルプという語呂合わせでの5つのステップで対応してもらうものです。さらに、セルフヘルプの認知行動療法として、自殺念慮への有効性が知られている「問題解決法RIBEYE」の活用もお願いしています。RIBEYEは、「1. Relax リラックスして、2. Identify 問題を同定して、3. Brainstorm 解決案をブレインストーム（何でもリストアップ）して、4. Evaluate 点数評価して、5. Yes to one 一つ選んで、6. Encourage 実行するのみ」の6つのステップで児童生徒本人が自分の問題の解決案を自分で一つ選択して決めて、ぐるぐると悩まずに、勇気をもって実行するという方法です。

【今後の発展】

WEBアンケートの強みとして、従来の紙アンケートに比べ、集計が簡単でデータ蓄積が可能なことがあげられます。また、令和3年度から開始し、年度ごとに改良を加え、令和4年度には、アンケートの内容に、ヤングケアラー、貧困などの家庭環境の悩み事の質問を加えたり、令和5年度には、ネット依存傾向の質問を加えたり、令和6年度以降には、いじめアンケートとの連携を検討するなどし、さらなる発展を期待しています。

WEB上の子どものストレスチェックと教育相談・保健指導の連動

学校保健安全法（健康相談・保健指導・地域の医療機関等との連携）の趣旨に基づいて実施
 情報セキュリティを確保した国内のクラウドデータベースをガイドラインに基づいて適切に運用



千葉大学子どものこころの発達教育研究センター
 清水栄司

COLUMN 3

長野県子どもの自殺危機対応チームについて

令和4年10月14日に閣議決定の「自殺総合対策大綱」及び令和5年6月2日に開催の「こどもの自殺対策に関する関係省庁連絡会議（議長：小倉内閣府特命担当大臣）」において取りまとめられた「こどもの自殺対策緊急強化プラン」において、「長野県子どもの自殺危機対応チーム」の取組の全国展開が位置付けられました。

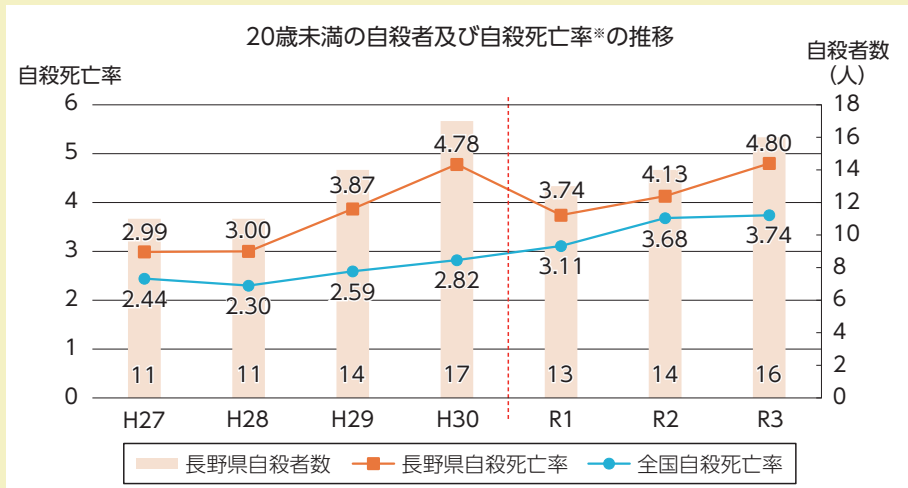
■ 子どもの自殺危機対応チーム設置の経緯

長野県では20歳未満の自殺死亡率が全国的に見て高い状況が続いていること〔図1〕から、平成30年度に「長野県「子どもの自殺ゼロ」を目指す戦略」（H31～R4）を策定し、知事のリーダーシップの下、「子どもの自殺ゼロ」を目指し取組んできました。

そして、当該戦略の重点施策に位置付けた、多職種の専門家で構成する「長野県子どもの自殺危機対応チーム（以下「チーム）」を令和元年10月に設置し、自殺リスクが高い子どもを支援する学校等地域の支援者への助言や、場合によっては子ども及び家族への直接支援を行ってきました。

◆ 長野県の20歳未満の自殺の推移

○ 【H27～R3】人口動態統計（厚生労働省統計 自殺日・住所地）〔図1〕



※自殺死亡率（人口10万対）：H27は国勢調査（年齢不詳の人口をあん分した人口）、R2は国勢調査（不詳補完値）、他の年は人口推計（総務省 各年10月1日現在20歳未満総人口）により算出

○ 【R4】自殺統計（警察庁統計を厚生労働省で集計）（自殺日・住居地）〔表1〕

区分	長野県	(参考) 全国	備考
自殺者数 (人)	11	794	
自殺死亡率*	3.36	3.97	
自殺死亡率 全国ワースト順位	33	—	

※自殺死亡率（人口10万対）：人口推計（総務省 R4.10.1 現在20歳未満総人口）により算出

■ 子どもの自殺危機対応チームの成果と課題

チームの設置以来、令和5年6月末までの間に34人の子どもとその家族等への支援を行い、この子どもたちは自殺に至っていません。このことは、チームの支援の一定の成果と認識しています。

また、多職種の専門家によるフラットかつ多角的な議論により高い精度の支援が行えること、それが地域の支援者の安心感や対応力向上につながっていることも成果と考えます。

一方で、チームの支援に繋がらずに自殺に至ってしまう子どもが後を絶たない現実があります。このような子どもへの支援、潜在的に自殺リスクを持つ子どもの把握、また、家族が複雑な課題を抱え、家族全体の包括的な支援が必要なケースへの対応など、これらはチームの課題というだけでなく、子どもの自殺対策の大きな課題となっています。

■ チーム以外の取組

子どもの自殺の要因・背景は様々であり、かつ複雑です。自殺に至る複雑な要因への対策として、チームの支援だけでなく様々な取組を進める必要があります。

長野県では、令和4年度策定の「第4次長野県自殺対策推進計画」(R5～R9)の重点施策に、子どもへの自殺対策の強化を位置付けています。

当計画において、子どもの居場所づくりの推進や子どもの生きる力を高める取組、また、SNS等による自殺関連の検索やつぶやきに対する相談窓口への誘導を図る取組等を実施するとともに、SOSの出し方に関する教育の推進、潜在的自殺リスクの把握システムの導入検討等を進めることとしています。

■ チームの体制強化

これまで、高い精度の支援で子どもの自殺を防いできましたが、今後も増加が見込まれる支援要請に対し、より身近で迅速・効果的な支援を行うため、令和5年度からはこれまでの全県1つのコアチームによる支援から、コアチームの後方支援を受ける4つの圏域ごとに設置の地区チームによる支援に移行し、支援体制の強化を図っています。

また、導入を検討する潜在的自殺リスクの把握システムとチームの有機的な連携を図るなど、自殺のリスクが高い子どもをチームの支援に繋げるための取組を併せて実施します。

長野県では、チームの支援をはじめ、子どもたちが自殺に至ってしまう様々な要因・背景にアプローチする取組を行い、「子どもの自殺ゼロ」を目指してまいります。

長野県健康福祉部 保健・疾病対策課

COLUMN 4

LGBTQ+などの性的マイノリティの人たちへの
自殺防止対策事業**1 プライドハウス東京について**

プライドハウス東京は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を契機として、団体(NPO)、専門家、企業、大使館などがセクターを超えて連携して設立されたコレクティブインパクト型のプロジェクトです。2020年10月11日に日本初の常設の総合LGBTQ+センターである「プライドハウス東京レガシー」(東京都新宿区)を開設しました。2018年9月のキックオフ以来、誰も排除しないLGBTQ+インクルーシブな社会の実現に向けて、幅広い取り組みを進めてきました。

2 LGBTQ+いのちの相談窓口について

2021年6月から開設した『LGBTQ+いのちの相談窓口』では、プライドハウス東京レガシーにて、LGBTQ+やそうかもしれない人の困りごとや悩み、生きづらさを抱える人の気持ちに寄り添い、その想いを受け止めることを目的として、LGBTQ+の人たちへの相談支援経験がある専門相談員が支援にあたっています。LGBTQ+の人たちは、自死におけるハイリスク層である一方で、そのことを誰にも相談できない、相談しても適切な対応を受けられていないといった現状を抱えています。その背景に、行政の窓口や医療・福祉分野も含めて社会の無理解や偏見も大きく関係しています。セクシュアリティやジェンダー(性のあり方)に由来した困りごとを相談できる窓口を見つけられない、ハラスメントを受ける不安から相談ができないことも少なくありません。性のあり方に由来した経験が、困りごとや希死念慮に影響している場合も多く、性のあり方について安心して話せないことは、困りごとや希死念慮について話せないことにつながりかねません。『LGBTQ+いのちの相談窓口』では、安心して相談していただけるように専門相談員の研修を定期的に行い、LGBTQ+の人たちの置かれている現状や、新しいリソースの共有など情報のアップデートに努めています。

3 居場所から相談へ

『LGBTQ+いのちの相談窓口』の新規相談者の約3人に1人が、居場所(プライドハウス東京レガシー)を訪れたことから利用につながっています。安心できる居場所があるから気軽に相談することができるという声を多くいただいています。2023年度より相談者の自己肯定感を高め、「生きることの促進要因」を増やすため、居場所において余暇的な活動をする機会や当事者同士が交流できる場の提供なども行っていきます。

4 自死遺族ケア

居場所や相談支援の他、LGBTQ+の死別体験者を対象とした「わかちあいの会」を実施し、心理的安全性が保たれた場でのグリーフケアを提供しています。同性パートナーの自死による死別やLGBTQ+の子どもの自死等の経験を安心して話せる機会や場所がほとんどなく、貴重な場を安定的に提供できています。2023年度は一般の遺族支援団体への啓発やLGBTQ+のグリーフワークができる人の養成も行っています。

5 全国へのアウトリーチ

全国へのアウトリーチとしては、LGBTQ+の課題に取り組む団体、自殺対策に取り組む団体、行政を繋げ、地域連携のきっかけづくりを行っています。2021年度からの2か年にわたり15の地域で、LGBTQ+の自殺防止対策の具体的な実施に向けての、自走していく土台づくりとなっています。また、自殺念慮・自殺企図のリスクが高まりやすいLGBTQ+へ本支援を周知するとともに、支援者により広くLGBTQ+への支援ニーズを伝えるために、オンラインでのアウトリーチ・啓発を行っています。動画「LGBTQ+にフォーカスをあてた対人援助のための自殺対策講座」は、プライドハウス東京のYouTubeチャンネルからいつでもご視聴いただけます。

6 今後の課題

LGBTQ+という言葉の社会的な認知度は上がってきていますが、LGBTQ+の人たちの置かれている現状についての可視化はまだ進んでいないと感じます。地域によっては居場所や相談できる場所がなく、孤独・孤立している方もたくさんいます。全国の行政やコミュニティ団体などの社会資源と連携し、自殺対策事業を行っていくことが喫緊の課題です。

An A3 poster titled "LGBTQ+ 自殺防止対策を広めよう!" (Let's spread LGBTQ+ suicide prevention strategies!). The poster is designed in B5 size with 24 pages. It includes a QR code and a list of distribution methods. The poster also features a small rainbow flag logo and the text "A3ポスター" and "B5版カラー・24ページ".

性的マイノリティ(LGBTQ+)自殺防止対策を進めよう

LGBTQ+の心身の健康を守るには、まず周囲の人に理解してもらうことが大切です。

PRIDE HOUSE TOKYO (東京都港区)の事務局から、無料で配布しています。

●PDFダウンロード(ページ内リンクより)
●資料を送付(お申込みフォームより)

ご提供方法

PRIDE HOUSE TOKYO

93

プライドハウス東京 理事 前田邦博