

## 2025年度(令和7年度)明石市自殺対策推進会議 議事録要旨

日 時：2026年(令和8年) 2月6日(金) 14:00~15:30

場 所：あかし保健所2階 201会議室

出席者：委員 高橋 聡美(中央大学 人文科学研究所 客員研究員(一般社団法人 高橋聡美研究室))  
青木 志帆(兵庫県弁護士会 弁護士)  
熊野 肇(明石市医師会 理事)  
藤田 恭平(明石市歯科医師会 副会長)  
足立 有佑真(明石市薬剤師会 理事)  
後藤 謹武(明石市社会福祉協議会明石市基幹相談支援センター センター長)  
三枝 孝子(明石市民生児童委員協議会 高年福祉専門部会 部会長)  
山本 直樹(明石商工会議所 専務理事)  
田邊 美代子(明石公共職業安定所 次長)  
横山 園子(明石市障害当事者等団体連絡協議会)  
岩崎 豊(NPO 法人ゲートキーパー支援センター 理事)  
宮崎 友晴(明石市連合PTA 会長)  
月江 利幸(兵庫県明石警察署 生活安全第一課長)  
大前 恵美(公募委員)  
松井 敬子(公募委員)  
松浪 真由美(公募委員)

行政関係課 山添 香(明石市市民生活局次長(インクルーシブ推進担当)兼相談支援担当課長)  
白江 隆太(明石市福祉局生活支援室生活福祉課長)  
中谷 俊之(明石市福祉局生活支援室長兼支援担当課長)  
戸田 一仁(明石市福祉局次長(共生社会担当)兼福祉政策室地域総合支援担当課長)  
深見 薫(明石市こども局子育て支援室こども健康課長)  
足立 享平(明石市こども局明石こどもセンターこども支援担当課長)  
長尾 正延(明石市教育委員会事務局児童生徒支援課長)  
三品 晶一(明石市消防局警防課医療連携担当課長)

敬称略

事務局 多田 宏明(福祉局長)  
瀧 浩人(福祉局保健部長)  
山野 裕子(福祉局あかし保健所相談支援課長)  
正野 潔(福祉局あかし保健所相談支援課係長)  
三村 あゆみ(福祉局あかし保健所相談支援課保健師)

加藤 佳恵（福祉局あかし保健所相談支援課福祉職員）  
山内 柚乃（福祉局あかし保健所相談支援課保健師）  
川畑 清憲（福祉局あかし保健所相談支援課事務職員）

欠席者 松野 明順（公募委員） 敬称略

#### 【次第】

- 1 開会
- 2 自殺対策基本法の改正について 資料1
- 3 明石市における自殺の現状について 資料2
- 4 自殺対策計画に基づく取り組みについて 資料3・4
- 5 事務連絡
- 6 閉会

#### 【内容】

##### 1 開会

（多田局長）

委員皆様については平素から市の事業の推進にご理解・ご協力を賜り感謝申し上げます。

先般、厚生労働省から2025年の年間自殺者数の暫定者数が発表された。2025年の年間自殺者数は1978年の統計開始以来、過去最小の1万9097人。一方、小中高校生は3人増加し532人であり、2年連続で過去最高となっている。なお、10代における死亡原因の1位が自殺となっているのはG7のうち日本のみであり、深刻な状況となっている。国においては自殺対策基本法を一部改正し、こどもに係る自殺対策を社会で取り組むことが追加された。明石市の19歳以下の自殺者数に増減は見られない状況ではあるが、2023年度の自殺対策計画の中間評価により子ども・若者の支援強化を図り、関係機関と連携してこどものSOSについての取組を推進している。また、こどもに限らず辛い気持ちを抱える人が1人で悩むことなく相談につながるように、相談窓口周知やゲートキーパー養成講座の開催にも努めている。

本日の会議では自殺対策計画に基づく取組状況を報告と意見交換を行い、関係機関との協働による明石市自殺対策の更なる推進を図りたい。

<出席者紹介>

別紙出席者名簿参照

## 2 自殺対策基本法の改正について 資料1 参考資料

(事務局)

こどもの自殺者数が令和6年に過去最多だったが、さらに更新を続けている。国としても極めて深刻な状況に対応するために自殺対策推進法を一部改正し、こどもに係る自殺対策を社会全体で取り組むための体制整備を定める条文が追加されたところ。改正概要の中でも本日は「4. 協議会（第4章）」を確認いただきたい。こどもに関わる関係機関・団体等をもって構成する協議会を置くことができるとされており、協議会ではこどもの自殺の防止について情報交換及び必要な対処等の措置の協議を行うこととする旨が規定されている。つまり、適切な支援を行うための支援方針を決定する場を設けるということ。

「明石市自殺対策推進会議設置要綱」第2条2項「自殺対策に係る情報交換及び連絡調整」、3項「関係機関連携について」、4項「その他会議の目的を達成するために必要な事項に関すること」が記されており、明石市としては新たに協議会を設けるのではなく、自殺対策推進会議において必要な関係機関が集まり、支援を決定するワーキングのような場として設けたいと考えている。

## 3 明石市における自殺の現状について 資料2

(事務局)

- ・グラフ1…直近では2021年(19.38人)をピークに減少し、2024年は国、県を下回る15.00となった。
- ・グラフ2…2021年(59人)から減少し、2024年は46名に減少しているが女性の自殺者数は2022年から20名を下回らない状況が続いている。
- ・表1…19歳未満から30代までの死因の1位は自殺。令和7年版自殺対策白書によると30歳未満の自殺死亡率はG7の中でも日本が最も高く、深刻な状況が続いている。
- ・グラフ3…明石市は「年代別自殺死亡率の推移」では赤枠部分(19歳以下、60～69歳、80歳以上)が高い傾向にある。「直近3年間の自殺死亡率の比較」では19歳以下、20～29歳、60歳～69歳、80歳以上の死亡率が高い。
- ・グラフ4…年代や明石市、兵庫県、国に関係なく、健康問題、家庭問題が多い。
- ・グラフ5…自殺既遂者のうち未遂歴有の女性は国・兵庫県に対し、明石市は41.2%と高い傾向。
- ・表2…消防局及び警察署、救急医療機関から市に自殺既遂者及び未遂者の情報提供があった件数を年度集計したもの。2025年度は2024年度と比較して16件増加している。グラフ1、2のとおり明石市の自殺者数は減少傾向だが、自殺未遂者等情報提供受理状況は増加しており、自殺未遂者等が増えていることが分かる。
- ・グラフ6…2025年は19歳以下、60歳～70歳代、80歳以上が増加。
- ・グラフ7…グラフ6を性別と年代に分類したもの。2023年～2025年において女性の救急要請通知件数が増加しており、特に19歳以下の女性が増加傾向。

- ・グラフ 8…国の統計同様、家庭問題・健康問題が約半数を占めている。
- ・グラフ 9…過去 3 年間の比較では 3 月、9 月、11 月が 40 件超え。
- ・グラフ 10…「薬物（過量服薬）」、「自傷行為（リストカット含）」、「縊首」の順で多く、「薬物（過量服薬）」を占める割合が高い。
- ・グラフ 11…女性は男性の 3.6 倍。年代別では 10 代、20～30 歳代までの子ども・若者が 7 割を占める。
- ・まとめ…明石市の自殺者総数は減少しているが、特に子ども・若年層や女性の自殺者数は減少しない状況が続いている。自殺未遂者が増加傾向であり、特に女性に多い傾向。自殺方法は子ども・若者を中心に薬物（過量服薬）が増加傾向。

（高橋座長）

明石市の自殺者数や自殺死亡率は国や兵庫県と大きな変わりはないが、自殺未遂者・既遂の割合も多い。これについては、自殺未遂者をしっかりと把握できているという捉え方もできると思う。これについて最も関わりのある消防局から意見をいただきたい。

（消防局警防課）

自殺行為があった救急事案に対して相談支援課と連携を図っている。

内容は統計のとおりオーバードーズ（過量服薬）が多く、中でも複数回救急要請をしている人が目立っている。過去にオーバードーズをした人が数か月後に救急要請する傾向あり。

自殺行為に及んだ人に対しては救急隊員から本人もしくは家族へ「こころの相談ダイヤルカード」を手渡し、相談窓口の情報提供を行っている。

（高橋座長）

オーバードーズは市販薬と処方薬のどちらが多い印象だろうか。

（消防局警防課）

オーバードーズした薬を尋ねても答えてもらえない。精神科通院中の人は処方薬を一定数しか処方されていないようで、処方薬も含む自ら購入した市販薬を飲んでいるようだ。

（高橋座長）

救急要請については警察にも連絡がいくこともあるかと思うが、警察から現状を報告いただきたい。

（明石警察署）

救急隊が臨場した際、警察に連絡があり警察も現場で活動している。

体感的には未成年は風邪薬などの市販薬によるオーバードーズが目についている。市販

薬が誰でも購入可能という点はあるが、SNS を情報源に自殺願望ではなくとも嫌なことへの対処法としてオーバードーズする人もいれば、希死念慮を持ってオーバードーズをする人もいる。統計数の増減はあまりないが、そのような事案が増えてきた印象。

(高橋座長)

薬剤師会から、取組や現状が分かるようであれば聞かせてもらいたい。

(明石市薬剤師会)

今は学生等の若者によるオーバードーズが問題となっている。中でも咳止め薬を大量に購入して飲む様子が SNS で情報共有されて流行している。実際に救急搬送されるケースは医師の処方による医薬品を内服することが多いと聞く。処方薬への対応については、薬剤師がお薬手帳やマイナンバーカードによって処方状況を確認し、重複して処方されている薬の有無の確認や医師への問い合わせ等を行うが、一般医薬品への対応は薬剤師でも完全に制御できていない現状がある。学生や若者に対してはオーバードーズの危険性を啓発する必要があると考えており、相談支援課と共に明石ケーブルテレビに出演し、薬の安全性だけでなく危険性も伝えていく予定。今後薬剤師会としてもそのような啓発活動に取り組んでいきたい。

また、明石市薬剤師会では認定ゲートキーパー制度の実施により、薬剤師をゲートキーパーとして養成している。現在、約 80 人・42 薬局を認定。薬局がまちの相談窓口としての機能を持ち、必要時に関係機関につないでいきたいと考えている。

(高橋座長)

補足として、精神科薬(向精神薬)は1か月分しか処方されない。きちんとお薬手帳を使用していればよいが、複数の医療機関を受診して薬の処方をしてもらうことが可能なため、お薬手帳を使用していない場合は、これまでは薬の処方状況を把握できなかった。今後はマイナンバーカードで処方の履歴を確認し、適切な指導を行うことが可能な仕組みができることが期待されている。一方、市販薬は購入履歴が残らないため、いかに目配せや啓発をすることでオーバードーズの予防ができるかということが課題。

※他委員から意見、質問なし

#### 4 自殺対策計画に基づく取り組みについて **資料3・4**

(事務局)

1 2025 年度(令和7年度)自殺対策実施報告

1) ゲートキーパー養成講座について

①ゲートキーパー養成講座の実施

- ・子ども・若者支援として、花園幼稚園 PTA、こども食堂運営者、あかしフリースペースここのば、あかしフリースペース☆トロッコにこどもの SOS 講座を実施。
- ・新たな取組とし、「こどもの SOS」を共通テーマに教育委員会主催「明石こどもサミット 2025」と相談支援課主催の講座を協働開催した。「明石こどもサミット 2025」は市内の全小中学生の児童会・生徒会の代表が集まり、1つのテーマをこども達が話し合うもので今年度は「こころの SOS 話せていますか？」をテーマに設定。どのような時に辛い気持ちになるか、友達から辛い気持ちを聞いたらどうするか等について考えてもらうとともに、SOS の出し方について話し合ってもらった。こどもサミット翌日には大人を対象とし、SOS の受け止め方講座「こどもの SOS～どう受け止める？どう声かける？～」をあかし市民広場にて実施。

## ②ゲートキーパー養成講座の広報

- ・新たな広報先として、明石市に登録されている子育て応援企業や SDGs パートナーズ等へ関係部署を通じてチラシを配布。地域の見守り役としてボランティア連絡会や体操等の活動をしている自主グループ等にもチラシを配布。

## 2) 相談窓口の周知について

### (1) 自殺予防啓発チラシ等の配布

- ・自殺予防週間や自殺対策強化月間での啓発チラシの配布に加え、教育委員会と連携し、市立小・養護・中学校の児童生徒の保護者を対象に、夏休み前に「こども用の自殺予防普及啓発チラシ」、夏休み明けに「思春期のこどもの心 (チラシ)」をスクールスマートアプリで配信。
- ・明石市内通信制高校に訪問し、明石市内の生徒にチラシの配布等を依頼。

### (2) ICT の活用

#### ①SNS (LINE) 相談カードの配布

- ・2023 年 12 月に NPO 法人ライフリンクと協定を締結し事業開始。
- ・市内の小・中学校や救急病院、精神科医療機関等に配布。友達登録と相談件数はともに増加傾向。

#### ②メンタルヘルスアプリ

- ・兵庫県立大学と協働制作した、こころの健康について知ることができるメンタルヘルスアプリ「あなたの わたしの こころ」を 2025 年 5 月から運用開始。
- ・簡単にアプリにアクセスできるように、各種チラシ等の啓発物にアプリの二次元コードを記載している。
- ・自殺予防週間にチラシ等を配付した結果アクセス数の増加がみられ、周知啓発の効果が現れていると考えられる。

#### ③インターネット検索連動型広告

- ・インターネットで自殺に関連する検索ワードがあった場合、明石市の相談窓口等の広告が検索結果に表示されるもの。若者等がインターネットを通じて情報収集している現状を

踏まえて事業を実施。

- ・表示回数は減少傾向だがクリック率は上昇傾向。相談支援課ホームページの修正やメンタルヘルスアプリの実施によるスムーズな情報提供ができていると考える。

### 3) 関係機関との連携

- ・児童生徒支援課との連携強化のため、しんどい気持ちを抱える児童生徒が増加傾向となる夏休み明け前にケース会議も含め連絡会を開催予定。改正自殺対策基本法でも学校や教育委員会との連携強化が明記されており、より一層の連携に努めていく。
- ・地域総合支援センターとは 8050 に代表される高齢の親と子どもの世帯や高齢者世帯の自殺企図等のケースで連携している。今後更に連携を図るため、相互の業務理解のための連絡会や事例等を通じ、自殺リスクの測り方やアセスメント内容等の検討を行う予定。

(高橋座長)

昨年子どもサミット等で連携を図りながら様々な事業を行ったところであり、児童生徒支援課から意見をお願いしたい。

(児童生徒支援課)

児童生徒支援課は主に児童生徒における問題行動・いじめ・不登校の支援・対応に関わる。

児童生徒の自治活動の1つとして、こどもを取り巻く様々な課題等について、こどもたちが集まり、こどもたち自身が考える機会を「こどもサミット」と称して毎年度夏休みに開催してきた。今年度は相談支援課と連携して高橋座長を講師に招き、「こころのSOS話せていますか？」をテーマ設定し、こどもたちがSOSの出し方や悩みを相談しやすい環境づくりを話し合った。来年度も高橋座長を講師に招き、引き続き開催予定。

(高橋座長)

市町村の相談窓口と教育機関が協働した取組を実施するハードルの高さを感じ、実施できていない市町村が多い中で、明石市で協働開催できたことは大きな成果だと思う。こどもサミットの翌日に保護者や地域住民に対して「SOSの受け止め方講座」を行えたという、こどもと大人に向けた両輪の取組が実施できたことも大きかったと思う。他市町村でも明石市のこの取組をモデルとして紹介させてもらっている。

(高橋座長)

続いて、その他の委員から意見や各関係機関における取組報告をもらいたい。

(NPO 法人ゲートキーパー支援センター)

こどもの自殺者数からSOSの出し方だけではなく、SOSを出せる環境や関係性も重きを置いて研修を積み重ねる必要があると感じた。PTAや保護者向けの研修会で親子の関係性を

修復する研修会を実施する必要性を最近強く感じている。SOS を出せる環境や「話を聞いてもらえる、受け止めてもらうことができる」「保護者に話してもいいんだ」とこどもが思える関係性がない中で SOS の出し方だけに焦点を当て過ぎてしまうと、SOS を出せない本人が余計に苦しんでしまうのではないか。

様々な研修会の企画の中心となる PTA 主催のゲートキーパー養成講座等を進めていく中で、PTA 自身にも変革が出てくるのではないかと考えた。

(高橋座長)

資料 3 にもあるように新規「SOS の出し方講座」の実施対象も増えており、市内のゲートキーパーも増加したのではないか。

様々な自殺対策の広報やゲートキーパー養成講座に協力をいただいている関係機関からも発言をお願いしたい。

(明石市歯科医師会)

毎年自殺予防週間に合わせ、会員の歯科医院には自殺予防に関するチラシを配布し来院者に対して自殺予防の周知を行っている。歯科医院はこどもから高齢者まで幅広い年齢層に対応しており、引き続き情報発信に協力していきたい。

歯科は小・養護・中学校の歯科検診でこどもと接する機会がある。しっかりとケアできているこどもがいる一方で、一部ではあるが服装や口腔内の状況が前年と変化が見られない、悪化している状況からネグレクトが疑われるようなこどもがいる。緊急性が高い、保護者への相談が必要な場合は養護教諭からすぐに担任に伝わるように工夫してもらい、できるだけ早期の歯科受診につながるようになっている。

(明石商工会議所)

啓発物やホームページ等で、何かあった時にどこに相談ができるかの周知が可能。また、機会があれば商工会議所で作成している広報紙に自殺対策関連記事を掲載することでも協力は可能だと思われる。

子ども・若者の自殺理由として様々なものを推測するが、分かりにくさを感じた。自殺の理由を追求していくことは難しいとは思いますが、想像していく必要があると感じた。

(高橋座長)

こどもの自殺対策を管轄しているこども家庭庁では、こどもの自殺背景の原因分析がしっかりできていないのが現状。丁寧に原因分析をしていかなければ効果的な対策は難しいと考える。

(明石市連合 PTA)

現状では保護者に対する自殺対策やゲートキーパー養成講座は十分にできていない。PTA が無くなってきている現状があり、活動する機会も減っている。

学校で SNS や不登校等についての出前講座があると思うが、そこで SOS についての講座を取り入れていけたら良いのではないかと思う。カード等を配布されることはあるが、本人も家族も身近ではなく他人事を感じている。そのため、こどもも SOS を出して良いということを身近に感じるようにしていくことで相談につながっていくのではないだろうか。アプリ等は「そこまでの気持ちではないのに、直結して大きな話になるのではないか」という不安を感じるのかもしれない。もっと相談しやすい環境を整えていく必要があるのではないか。

(高橋座長)

SOS の出し方教育は学校の努力義務となっているが、現在明石市ではどのような状況か。

(児童生徒支援課)

SOS の出し方教育は各学校においては、学級活動・保健体育・道徳の授業・特別活動等で実施されている。

SOS を出しやすい環境をつくるため、こどもたちが 1 人 1 台持っているタブレット端末の校務支援システム(「学習帳」アプリ)にある「SOS ボタン」をこどもが押すとアラートが発信されていることを教職員が確認することができ、その日のうちに声を掛けられるシステムを導入している。SOS の発信を見逃すことなく、必ず誰かが気付くシステムとして、校内フリースペースに配置している居場所サポーターが毎日確認し、早期発見に努めている。ただ、こどもサミットでこどもたちから出た意見の中には、大きな話になることへの心配や不安等、相談しにくい雰囲気があるという理由で、保護者や教員には相談しづらいという声もあがっていた。

そういったことから、このアプリを使うことも早期発見につながる 1 つではないかと思う。こどもたちが困った時、すぐに相談先が分かるよう、相談支援課が作成した SOS カードを適切な場所に格納している。また校長会や生徒指導担当者会等を通じて、困った時には気軽に相談できる雰囲気や環境づくりに努めてもらうよう周知徹底した。

相談業務としては、教育相談員 8 名を月曜日～金曜日(9 時～17 時)、加えて臨床心理士資格を持つ者も常時配置し、精神科医も月 1 回来てもらっている。また、児童生徒支援課内にスクールロイヤーも 1 名配置することで相談しやすい体制にしている。

今年度の取組として、24 時間受付可能なメールアカウントや二次元コードを配信することで、保護者が相談しやすい時間帯に相談できるよう、充実した支援につなげている。

(高橋座長)

子どもたちが所有するデバイスや SNS 等を活用して SOS を発信する動きは全国的にあるが、直接的に親や教師に相談する力もつけていけないといけない。一方で親に心配をかけたくないという子どももあり、子どもサミットでも印象深かった。

(明石公共職業安定所)

ハローワークは総合的な雇用サービス機関。職業相談の窓口には、失業者、長期療養者、ひとり親・障害者等様々な人が来所している。過労や人間関係で悩み退職した後、就職活動がうまくいかないことやストレス過多、自信を喪失している人もいる。窓口で自殺に関する相談を直接受けることはないが、リスク要因を抱える状況に近い人はいる。

職員に就職相談する中で安心したり、自身の強みに気付いたりして前向きになる人もいるが、難しい場合は市の相談窓口や医療機関等適切な支援につなぐようにしている。

(高橋座長)

資料2の自殺の原因を見ると、健康問題・家庭問題が上位にきている。健康問題から仕事ができなくなり、経済状況が悪化、家庭不和など、複合的に起きている中にハローワークの役割があるのではないか。

(明石市基幹相談支援センター)

障害者の総合相談の窓口業務を担当。直接的に死にたいという人もいるため、すぐに相談支援課に相談し、協働して支援するようにしている。障害者の生活のしづらさの特徴の1つは経済的困窮。客観的に見て支援が必要な人だが、本人が支援を拒否する場合も多い。そのような人を発見した場合は障害福祉課をはじめとした関係機関と連携して支援を試みるが、日々の関係性がなければ難しく、1つの機関だけで困っている人を支えるのは難しい。

多重債務があることも多く、その場合は後見支援センターでの法律相談につなぐなど、協働しながら市民を支えている。ただ、生活がづらい、しんどいという相談をずっと聞いていると麻痺しそうになる。ほっといてくださいと言われたケースのことがこの会議中も気になっており、必要な支援につなぎたいという思いはあるが、難しいのが現状。

(明石市障害当事者等団体連絡協議会)

自身も体力的・気分的に疲れ切っていた時に、相談担当の日のためなんとか出かけたことがある。そこで来所者の相談を聞いていると、自身も心が軽くなり、お互いに Win-Win の関係になれた。問題解決を考えるだけでなく、互いに話すことが大切だと感じた。

また、親の介護や日常家事等のことを一人で抱え込み、考え込んで疲弊していた友人に対し、「助けてもらったらい」と伝えて、行政への相談を勧めたことがある。本人も「行政の相談につながることで気分が楽になった」と言っていた。悩みを抱えている時は

本人もいっぱいいっぱいのため、誰かが風穴を開けてあげる、背中を押してあげる必要がある。人は対話することでつながることができる、居場所があることをみんなに知って欲しい。

(明石市民生児童委員協議会)

民生委員としては、高齢者が1人で在宅していることは寂しく感じるため、お昼を一緒に食べたり、講座に来てもらったりして、来てよかったと思ってもらえるようなサロンを開催している。

また、こども食堂を実施しており、困っている子が来ているかは分からないが、こどもたちと話しをして何かあれば気をつけようと思っている。スクールガードでも見守っている。

ゲートキーパー養成講座は民生委員にも受けて欲しいが、ゲートキーパーという名前に抵抗感ある様子。

(高橋座長)

市民の中の3分の1がゲートキーパーという言葉を知っているということが国の目標。今は様々なところでゲートキーパー養成講座を実施しており、少しずつ浸透してきているのでは。

(明石市医師会)

人が自分の意思で死んでしまうことについては年代別で考える必要がある。高齢者でも成人でもうつ病等病気の人もあるが、精神疾患が関係ないところでは、高齢者は喪失感、成人は現実から逃避せざるを得ないことが生じたとき。

児童・思春期は難しく、バロメーターが多いことから、文化社会的な論点から物事を考える必要がある。SNS等、科学的にも文化的にも豊かになった世の中で、集団性が失われ、個別性になってきた。大人はそれに対応する力が発達しているが、こどもは未発達。また、知性の発達の前では絶望感が強くなったり、歯止めが効かずに衝動的に行動してしまったりする。そこが難しい。文化社会的に豊かになることが逆に、孤独につながるという狭間の中で生きていかなければいけない難しさがある。

昔、パーソナリティの問題がある人の青年期は、何をしても楽しくない(アンヘドニア：虚無性)、誰も手を差し伸べてくれないから死ぬという、アピールや当てつけ目的が多かった。しかし、こどもはアピール性のないまま、衝動性・本能のまま自殺してしまう。アンヘドニアに支配され、自分を閉ざしてしまう。

医師がそこに何ができるかという、病気の場合は治療も含めて対応できるが、人間的な本質・文化社会的に絡み合ったところにシンパシーをもって「そっと」寄り添うこと。

大人たちができることはミクロな対応ではない。リテラシーを持って深掘することは難しいが、マクロな自殺予防体制・仕組みを整えることが大切である。

病院では自殺企図、死にたさがにじみ出た人を受け入れている。中には病気の人もあるが、

10代になると病気ではなく、学校・家庭など大人が見えにくい問題を持っている。そのため、精神科医療では高齢者、成人、児童思春期の三段階に分けて取り組んでいる。成人には心理的な課題へ対処するための【自殺予防プログラム】、高齢者には失うことに対する対処のための【こころの健康プログラム】、思春期にはオーバードーズ後にできるだけ体の害を少なくする等、身体をいたわりながら傷つける方法を学ぶ【ハームリダクション】というプログラムを実施している。思春期は回数を重ねる必要がある。

(大前公募委員)

様々な機関が様々な取組をしていることを知れてよかった。相談先として、SNSやチャットGPTに頼ったりしてしまう。一時的な逃げ場としてはいいと思うが、SNS等の犯罪防止にも取り組んで欲しい。

核家族化が進み、親から子にはしっかりして欲しいというアドバイスが中心となり、子を追い詰めてしまうことも多い。親とは異なる立場で話を聴いてくれるところが多くあることは良いと思う。ただ、相談窓口は平日日中が多いため、それ以外の時間帯が増えて欲しい。

家庭内で身近に助けてもらえる存在が減ったことも、社会的に難しい状況と思った。

(松井公募委員)

最近20代、70代の人に悩みの相談先を聞くとチャットGPTと答えた。このようにたくさん相談先があることを伝えられるようにしたい。メンタルヘルスアプリも初めて知ったため、情報をたくさん集めて発信したい。「そっと寄り添う姿勢」を持っていたい。勉強になった。

(高橋座長)

昨年のごどもサミットでも、相談相手にAIと答えたごどもがいた。今後さらに加速していくと思われるため、AIとの付き合い方についても大人たちが考えていけない。

(松浪公募委員)

ドラッグストアでは、風邪薬は登録販売者が説明し、購入理由の確認をして販売している。この春からは登録販売者の半径何メートルのところに当該薬を陳列するという国の定めができているが、他店やインターネットでも買える。国の法律はできるが、手に入れようとする人は、どんな手をつかっても手に入れようとする。

また、以前家族を亡くして数日誰とも話をしていないという人に声をかけたところ、「涙ぐむほど嬉しい、声も出ない」と言われ、「人はこうなるのだ」と思った。少し声をかけ、話を聴くだけだったが、互いに喜びを感じることができた。コミュニケーションの大切さを感じている。

(高橋座長)

ドラッグストアは年間 1000 件新規で開店しており、対策が急がれる。

(青木副座長)

未成年の自殺が多い中で児童生徒支援課の話では、大人に相談すると大ごとになるという思いがあるということだったが、弁護士は存在自体が大ごとと捉えられがちなので、どの年代でも弁護士への相談のハードルは高くなってしまおうのだろうと感じた。ただ、予防・マクロレベルのアプローチが不得意な資格だが、ミクロのレベルでできることはたくさんある。

資料 2 グラフ 8 を見ると、家庭問題・経済生活問題・勤務問題については、債務整理やハラスメントへの対応等ある程度できることはあると思う。ただ、希死念慮を滲ませながら相談に来る人を見ると、もう少し早い段階で介入できればそこまで追い詰められることはなかったのと思うこともある。人が自分で自分を死なせたいと思うということは、著しい人権侵害状況にあるはず。ただ人権侵害状況を回復するためには、ある程度メンタルのエネルギーがないと最後まで戦い切れない。そのため、メンタルが弱り切る前につないでいただきたい。

法律事務所へのアクセスはハードルが高いが、そこまで怖い存在ではないと思ってもらえるような啓発・連携、関係づくりができれば、予防にも弁護士が介入できるのではないか。

(高橋座長)

全ての関わりが自殺対策だと思っている。相談につながることのハードルの高さ、大ごとになると思う人もいれば、セルフネグレクトへの対策も考えるテーマだった。

今回の会議で顔の見える関係性ができたので、名刺交換などでつながってもらえれば。

令和 8 年度について

(事務局) 資料 3 参照

中間評価での優先して取り組む事項の 3 点に加えて、高齢者への支援強化、自殺対策基本法一部改正への対応について、関係機関と連携しながら推進していく。ゲートキーパー養成講座の開催継続、相談窓口の周知、ICT を活用した相談支援の強化も継続して取り組んでいきたい。

※会場からの意見・質問なし。

(高橋座長)

会議の資料がとても分かりやすかった。各方面からの報告を受け、新たに取り組むべきこともあると思うが、引き続き協力していただきたい。

(司会)

事務連絡

- ・今年度をもって委員任期満了。3年間への謝辞。今後の協力を依頼。
- ・議事録は事務局が作成し、委員に送付予定。市ホームページにも掲載する。