

甲府市自殺対策推進協議会 平成30年度第1回会議 議事録

1 日 時 平成30年7月13日(金) 13:30～
場 所 甲府市役所本庁舎4階 本部長会議室

2 出席委員(名簿順)

水野委員、山中委員、山角委員、古屋委員、小石川委員、矢崎委員、大塚委員、
戸田委員、志村委員、天谷委員、関根委員、坂田委員、岩下委員、寺田委員、
小林委員 15名

3 欠席委員

市川委員

4 議 題

- (1) (仮称) 甲府市自殺対策推進計画策定の趣旨とスケジュールについて
- (2) 甲府市の自殺に関する実態について
- (3) 各機関・団体等の「自殺」に関する取り組みの状況について
- (4) 住民意識調査(アンケート調査)の実施について
- (5) その他

5 傍聴者の定員と傍聴者数

傍聴者定員 5名
傍聴者数 0名

6 議事の要旨

議題(1) (仮称) 甲府市自殺対策推進計画策定の趣旨とスケジュールについて

議題(2) 甲府市の自殺に関する実態について

A 委員

甲府市の自殺者数について、自殺未遂者は含まれているのでしょうか。

事務局

自殺未遂者の数は含まれておりません。

議長

甲府市における自殺者の特徴について説明がありましたが、山梨県の特徴と大きな違いはないかと思えます。ただ、この中で一番問題なのは、20歳未満の自殺者について、全

体に占める割合としては低いのですが、年代別の死亡原因としては非常に高いため、悩ましい問題になっているかと思えます。

議題（３）各機関・団体等の「自殺」に関する取り組みの状況について

議長

本日の会議資料について、事務局から事前に委員の皆様にご配布をさせていただいており、各機関・団体等の「自殺」に関する取り組み状況について資料をご用意いただいているかと思えますので、各委員から報告をお願いします。まずは、山梨いのちの電話事務局のB委員から、様々な悩みの相談を受けているかと思えますので、相談員の現場から相談者の目線等についてご報告をお願いします。

B委員

いのちの電話は50年近く前から行われている取り組みであり、設立当初から自殺を防ぐことをテーマに活動しております。日本いのちの電話は毎月10日の午前8時から24時間の対応をしています。全国の自殺者数は年間2万1千人まで減少してきましたが、一方で青年の自殺率は高くなっています。

山梨いのちの電話は2001年の4月から開始され、設立15年くらいになります。山梨いのちの電話では、毎週火曜日から土曜日までの午後4時から午後10時まで相談に応じています。また、山梨県が開設している自殺予防センターでも専門の先生が電話相談を行っていますが、午後4時から午後10時の夜間相談については、山梨いのちの電話に転送されるようになっていました。なお、山梨いのちの電話には、山梨県内だけでなく、全国から電話がかかってくる。

自殺を考えている方の多くは、1つの問題を抱えているのではなく、色々な要素が混ざりあった問題を抱えており、些細なことが積もり積もって自殺に至ることもあります。そのため、1つの問題に集中して相談対応を行えば良いというのではなく、色々な要素が混ざりあった相談に対応しなければなりません。

山梨いのちの電話の課題として、組織の規模が小さいことや、相談員の減少や高齢化が挙げられます。とにかく相談員になりたい方がいらっしゃれば、ご紹介をいただきたいです。なお、山梨いのちの電話では、相談員向けの研修を毎月行ってフォローをしています。寄せられる相談は人の生死に関わる深刻な内容であるため、相談員が躊躇することなく電話に出られるように研修を行っています。また、今にも自殺をしようとしている方が橋の上から電話をしてくるようなケースもあるため、緊急性の高い相談にも対応が行えるように研修を実施しています。

議長

ありがとうございました。なお、細かい数字につきましては、配布資料等をご確認ください。いのちの電話は自殺予防において非常に重要な活動の1つかと思えます。しかし、

相談員が高齢化しており、かつ、活動はボランティアに支えられているため、非常に苦勞をされているかと思えます。いのちの電話の活動について、何かご質問等がありますでしょうか。

C委員

相談を受ける方が相談対応で厳しい状況に陥ることもあるかと思えますが、相談員のメンタルケア等はどのようにしているのでしょうか。

B委員

山梨いのちの電話では、相談員向けの研修会を行っているほか、全国や関東ブロックの相談員が集まって研修を行っており、その中で相談員向けのメンタルケアも行っています。また、相談員が1人で対応することに不安を感じることもあるかと思えますので、なるべく複数の相談員がグループを組み、組織で相談に応じられる体制を取っています。ただし、相談員の減少により、1人の相談員だけで対応しなければならないケースが増えているという問題も起きています。

議長

ありがとうございました。続きまして、D委員、ご報告をお願いします。

D委員

甲府市では、高齢者福祉の取り組みの中で「介護予防のための元気アップチェック」を行っており、高齢者向けに基本チェックリストを送らせていただいております。対象者は、第1号被保険者のうち介護予防・生活支援サービス事業の対象者と、要支援・要介護者を除く75歳以上の奇数年齢の方です。基本チェックリストの中ではうつ予防の項目についても伺っており、該当項目がある方については、訪問や電話連絡を行い、実態把握を行っています。また、必要に応じて医療機関への受診の働きかけや、お話を伺う傾聴の実施、外出や交流等の楽しみを持てる事業の紹介など、その方が更にうつ傾向にならないように取り組みを行っています。

議長

ありがとうございました。なお、各委員への質問等については、皆様の報告が終わったところで、まとめて行うことにします。

E委員

産業保健センターは、厚生労働省が所管する独立行政法人であり、労働者健康安全機構の1組織になります。また、産業保健センターは各都道府県に1つ配置されており、各地で産業保健活動支援事業を行っています。詳細は、配布した資料をご覧ください。なお、

提供するサービスは全て無料となっています。

メンタルヘルス対策では、個別に企業を訪問して研修や支援を実施しています。また、メンタルヘルス等について豊富な経験を有する専門スタッフが窓口・電話・メール等で相談に応じています。研修については、管理監督者向けだけでなく、自殺対策白書等で大きな負荷がかかる傾向があると指摘されている新入社員や若年労働者向けのメンタルヘルス教育も実施しています。また、労働者50人以上の事業場向けに義務化されたストレスチェックの導入を支援しているほか、労働者50人未満の事業場の支援として高ストレスの労働者に対する面接指導などを実施しています。

F 委員

甲府商工会議所では、自殺予防に関する事業を直接行っているわけではありませんが、中小企業の経営支援や、事業に失敗した際の事業計画の策定支援等を通じて、経営者等の自殺予防を図っている面があるかと思えます。また、中小企業向けの働き方改革セミナー等の開催を通じて長時間労働を是正することで、従業員の自殺予防につながっているかと思えます。

私が所属する会社の取り組みについて、お客様向けでは、生命保険や介護保険等の加入者向けに介護に関する悩み相談を行っています。従業員向けには、ストレスチェックを義務化される15年前から独自に実施しており、高ストレス者には社内の看護職や介護職が相談に応じています。また、職場の欠勤者や退職者について管理職がどのような対応をすべきかを研修しているほか、退職者の出勤トライアル等の導入や、転職してきた方に対して会社文化の違いについて悩まれないようにメンタル的な研修等を行っています。

G 委員

ハローワークでは、自殺のリスクが高い方に対応できるように、ゲートキーパー養成講座の受講を職員に推奨しています。

また、自殺リスクを抱える方への対応について、特に障害者や生活困窮者への支援に力を入れています。金銭的、精神的に行き詰まってしまって、非常にリスクの高い方も見受けられるため、抱えている悩みを把握し、適切な支援につなげるようにしています。

H 委員

学校における職員のメンタルヘルス対策の取り組みについてお話をさせていただきます。1つ目に、校長として各職員に1日1回は声をかけるように意識しており、簡単な会話を通じて職員の様子を見るようにしています。2つ目に、各教室を巡回して、普段と変わったことがないか毎日確認するようにしています。3つ目として、職員のストレスチェックを実施しています。職員はギリギリまで頑張っていて、気づいたら倒れてしまうという方もいるため、自分の状態を数値で把握してもらうようにしています。4つ目として、管理職としてメンタルヘルス対策の様々な研修に参加するようにしています。5つ目として、学期

ごとに職員との面談を行い、本人の体調や悩み等について伺い、問題があれば解決に繋げるようにしています。6つ目として、職場環境の改善を図っています。教員の仕事は「これでいい」と言うものがないので、どこかで業務を区切らなければならず、区切る勇気を持つこと、また、時間管理の意識を持つことが大切かと思えます。また、職員室の座席を工夫し、話しやすい・共通性のある職員を近くに配置して、相談しやすい環境を作っています。

I 委員

甲府警察署の管内を含む県内全域について、自殺に関する通報は非常に多いのが現状です。甲府警察署管内では中央線の線路飛び込みや湖への入水などが多いという特徴があります。また、自殺者の年齢は幅広く、自殺に至る原因や要因についても様々であり、対策の方向性を1つに絞ることはできません。

警察では自殺を考えている方と接触する保護活動も行っております。保護活動は警察の職務執行のほか、自らの通報、近所からの通報によるものがあります。また、富士吉田警察署管内では、市町村と協力して「声掛け隊」というパトロール活動を行っています。保護を行った際は、自殺をしようとしている方の生の声をどうやって聞き取るか、また、どうやって改善していくかが重要であり、生活、仕事、心の問題など、当人の悩みに応じて、部門別に支援先を教示する形を取っています。

J 委員

市立甲府病院では、自殺予防の具体的な取り組みについては特段行われていないのが現状です。当院では精神科の医師を2名配置しておりますが、1名は緩和ケア内科の医師、もう1名は非常勤のため隔週で入院患者の対応に当たっている状況です。当院は2次救急の病院であるため、自殺企図の患者も搬送されてくるのですが、リエゾンナースや精神科専門の看護師がおりませんので、入院された方の症状に対する処置や、必要に応じて精神科病院を紹介するのみに留まっております。なお、3年程前に相談センターを開設したため、医療、看護、福祉など広範囲の相談について様々な職種の職員が連携して対応を行っています。

職員向けの対応としては、現場管理者が労働環境を注視して、問題があれば早期に対応を行うようにしています。また、ストレスチェックも行っており、メンタルケアが必要な場合は医師や病院の紹介、休暇取得の推奨や復職プログラム等を利用し環境への適応を配慮しています。

C 委員

中北保健所の取り組みですが、平成20年度から県内の各保健所において、地域での自殺対策の推進のための体制づくりのため、地域セーフティーネット連絡会議の開催、及び、研修会の開催を年1回ずつ行っています。昨年度に開始から10年目を迎え、取り組みを

より充実させるために課題と方向性をまとめました。なお、詳細は後で事務局にお渡しをします。

今後の方向性として、中北保健所のセーフティーネット連絡会議では、自殺についてメンバーが察知すること以外にも、広くメンタルヘルス対策を呼びかけ、一人ひとりが気づき、見守りが出来るよう、自殺・うつ病に関する普及啓発を図ること、全ての年代に応じた心の健康づくり、勤労者へのメンタルヘルス対策、ハイリスク者への対策が必要かと思えます。また、現在行っていることとして、自殺の実態を明らかにすることや、啓発活動の強化、年代に応じた心の健康づくり、人材育成、自殺未遂者に対する連携強化などの項目に取り組んでおります。更に、今年3月に策定された山梨県地域保健医療計画の中で、中北地域で重点的に取り組む項目として、精神疾患の予防及び相談支援体制の推進を掲げており、精神保健に関する事業や相談を見える化し、相互の連携を図るようにしています。また、出張メンタルヘルス講座を行っているほか、甲府市を含む各市町村の自殺対策計画の策定に協力を行っています。

自殺対策は非常に幅広く事業を行わなければなりません。保健所は精神福祉保健法に基づく措置入院もやっておりますので、厳しい場面の対応も行わなければなりませんし、もう少し広く啓発するということにも関わっていかねばならないと考えております。

K委員

山梨県立大学の取り組みについては、資料5にまとめさせていただいたとおりですが、本日は自殺予防で行ってきたことを4点簡単に報告させていただきます。まず1つ目に、大学の取り組みとして、調査研究を行ってきました。主に山梨県内の大学や高等学校の協力を得て、特に単発の講演会を行うだけでなく、講演会の前後の時間を使って、それぞれの知識や行動、認識等の変化について効果測定を行い、どのような研修が有効なのかをまとめています。

2つ目に、私の研究テーマは「援助者への援助」であり、電話相談などの対応を行う職員が疲弊や燃え尽き、草臥れなど、人に関わっていく対人援助専門職者自身がバーンアウトする現状がありますので、自殺予防の研修について、市民はもちろん、援助者のメンタルヘルスやセルフケアに関して、甲府市を含む山梨県内の自治体からオーダーがかなりあります。

3つ目に、自殺を行動化する要因の1つとして、アルコール関連の問題があります。意外と見落としがちですが、自殺とアルコール関連の問題は過去の調査研究で明らかになっております。また、自殺の行為や行動の引き金となるのもアルコールであり、アルコールにのめり込むことによって慢性的なアルコール依存症になることも、自殺対策と切り離すことはできません。そのため、山梨県内では中学や高等学校の生徒に対して、アルコールや薬物の教育だけでなく、自分を大切にすること、どういったことが自分を大切にすることになるかということや、助けを求める具体的な行動、友達の変化を感じ、気がかりを気づき援助すること、自分や目の前の友達を大切にすることにつながることで、一人で抱えな

いことにつながる予防教育などを実施しています。なお、アルコール問題について、山梨県の飲酒運転の検挙率は全国でワーストワンであり、自殺にも大きく影響していると考えています。

最後に、自殺予防の取り組みとして、県立大学では心の健康に関する“メンタルヘルスかるた”を作り、未成年や20代の大学生に対して、自死を防ぐための未然にアプローチを身近な“かるた”を使って行っています。

A 委員

山梨大学や医学部附属病院では、自殺に特化した研究や取り組みを行っていないのが現状です。本日は、学内の取り組みについてお話をさせていただきます。

まず、教職員や学生向けのハラスメント対策をきっちり行っております。相談の中で、死にたいという話をされる方も稀にあり、また、自殺に関する相談は年々増えているかと思えます。ハラスメントの相談窓口は保健管理センターが担当しており、精神科医や内科医などが対応しています。必要に応じて調査等をおこない、改善を図っております。最近はあるべく相談しやすいように、外部の社労士の先生の相談窓口も開設し、自由に相談してもらう体制を整えました。

教職員向けには、ストレスチェックをきっちりおこなってもらうとともに、ハラスメントや労働災害に関する研修会に外部講師を招いて実施しています。

学生向けには、発達障害関連の相談窓口を設けており、障害を持つ学生の教育支援を充実させているところです。また、スモールクラスの体制を設けており、クラス担任として、生徒一人ひとりに教員が付く体制を取って、適宜、学生に対して生活や進路などの相談対応を行っています。

議長

ありがとうございました。各委員の報告について、質問や追加で聞きたいことなどがありますか。

(質問・意見は特になし)

議長

本日は1回目の会議であり、質問等があれば、次回の会議等でいただけるとありがたいと思います。また、本日は公募の外部委員として、L委員とM委員にご参加いただいております。これまでの話を踏まえて、何かご意見等がありますでしょうか。

L 委員

それぞれの委員の報告をいただき、また、身近で行われている自殺対策の取り組みについて聞かせていただくことができ、ありがとうございました。甲府市では、子どもの自殺

から高齢者の自殺まで様々であり、仕事の面で大変であったり、老々介護の問題もあります。また、それぞれの問題に悩んでいる方が社会とつながらず、家庭内の問題となってしまうことも、自殺に結びつきやすいのではと思います。

会社や学校など、それぞれの組織でも自殺対策の取り組みをおこなっていることが分かりました。また、県立大学での自殺予防に関する学生への教育に関連して、将来を見据えて、小・中・高の低年齢を対象に「命の尊さ」を教えることが重要だと思います。死ぬという言葉がゲームのような感覚で使われており、自他の命や“死”について教育を積み重ねることが、将来的に自殺や犯罪に至らないことにつながるのではないのでしょうか。

M委員

私は自身の病気や子育てで苦勞をした時期もありましたが、現在は地域の愛育会の会長をしています。自殺対策の推進に、私の経験が少しでも役に立てばと思い、公募委員に申込みしました。皆さんのご助言をいただきながら、計画の策定に関わっていければと思います。

議題（４）住民意識調査（アンケート調査）の実施について

議長

アンケート調査の項目について、これから変更することは可能でしょうか。また、いつ頃まで変更が可能でしょうか。

事務局

項目の内容を変更することは可能です。ただし、アンケート調査票の案は委員の皆様にも事前にお送りさせていただいておりますので、気になる点や表現等がございましたらこの場でご意見をいただければ修正を致します。

C委員

アンケートの発送は何件でしょうか。また、対象先はどうやって選ぶのでしょうか。

事務局

アンケートの発送は3, 500件であり、対象は無作為で抽出させていただきます。

議長

その他、ご意見等はよろしいでしょうか。特になければ、住民意識調査を実施して、その結果を次回の推進協議会で委員の皆様にも示すということでもよろしいでしょうか。

(質問・意見は特になし)

議題（５）その他

議長

その他、会議を通じてご意見等がありますか。

(質問・意見は特になし)

議長

今年度中に計画を策定するため、結構忙しいスケジュールになるかと思います。冒頭、市長の話にもありましたとおり、少しでも甲府市の自殺対策に役立つ計画を作っていただきたいと思います。また、事務局で棚卸しをした101の事業について、縦の連携は現在行っていると思いますが、横の連携を図っていく必要がありますので、甲府市が直轄してシステムチックに自殺対策について取り組んで頂きたいと思います。また、様々な課を横断して事務局も大変だと思いますが、いい形にまとめていただければと思います。

以 上