

令和8年度甲府市自殺対策推進協議会 議事録

1 会議日程

日時 令和8年7月31日（金） 午後13時30分～午後15時

場所 甲府市健康支援センター2階 大会議室

2 出席者

・委員（名簿順）

山角 駿 坂井 郁恵 津金 永二 小野 克哉

青柳 英子 中込 多恵子 塩入 龍一 前嶋 正敬

内田 静子 山岡 秀一

（欠席：山中 達也 名取 三恵 天野 健一郎 堀井 勝彦

船坂 奈津子 青柳 光正 林 俊作）

・事務局

甲府市保健所 保健所長 小島 令嗣

生活衛生室 室長 渡辺 亜矢子（精神保健課長兼任）

精神保健課 係長 三品 佐恵子

精神保健課 主任 畑川 大地

3 会議次第

1 開会

2 会長あいさつ

3 議事

(1) 令和7年度 of 取組報告、及び令和8年度 of 取組について

(2) その他

4 その他

5 閉会

4 傍聴者の定員と傍聴者数

傍聴者定員 3名

傍聴者数 0名

5. 議事の要旨

議題（１）令和７年度 of 取組報告、及び令和８年度 of 取組

事務局

（令和７年度 of 取組報告、及び令和８年度 of 取組について説明）

議長

事務局説明について、ご質問があれば、ご発言をお願いします。

（質問、意見等なし）

議長

意見交換ということで、お話を伺いたいと思います。女性からの相談傾向や、相談内容の変化、支援につながりにくいケースなど、実際の相談現場の視点でいかがでしょうか。

A 委員

私どもの活動は、お話しになりたいことがあればどうぞかけてください、私でよければ聞かせていただきますというスタンスで、電話相談を行っております。

最近の変化としては、相談者の高齢化が挙げられます。対して、若い世代が電話で悩みを話すことが少なくなっていることを感じています。

あと、最近は、お怒りを含むケースが増えてきているように思います。ご自身の怒りをぶつける場所が他にないという背景等を考えると、こういう方々は、支援に繋がりにくいだろうなと感じています。

議長

子ども・若者を取り巻く現状や最近感じている変化、自殺予防のために今後必要と考えられる取組や連携について、ご意見をいただけますでしょうか。

B 委員

中高生年代よりも小学生ぐらいから、オーバードーズや自傷行為をしてしまう子どもが増えてきており、低年齢化している印象を受けます。

そのような子どもたちが居場所を求めて、事件に巻き込まれることに発展し、私たちのところにつながる状況にあります。「死にたい。」という言葉をお口ににする子どもも、最近が増えてきていると感じているところです。

年齢や能力によっては、命を落としかねない傷をつくる子どももいるので、非常に危険を感じています。

あと、現場では、保護者の方が自殺企図をしてしまい、子どもが保護されるケースも増えてきている印象です。

議長

欠席の委員について、ご意見を事務局からご報告ください。

事務局（C 委員代読）

子どもたちの見守りの強化と、家族と連絡を密に取るようにしているとのことでした。

また、1人1台パソコンで子どもたちに、今の自分の気持ちを入力してもらう「こころメーター」というフォームの実施率が、市内トップクラスというお話がありました。

あとは、保健体育や総合学習の時間で、いのちの授業を実施しているとのことでした。

また、教員に対しては、県教委で実施のメンタルヘルス研修等を受講してもらい、職場として、相談しやすい雰囲気づくりを心がけているとのことでした。

地域との連携については、主任児童委員や、見守りパトロールの方から、子どもの変化について、「あの子気になるよ。」と連絡が入るような体制があるとご意見をいただいております。

議長

職場のメンタルヘルスやストレスチェック、管理職教育、休職・復職支援など、働き盛り世代の現状についてお話しいただけますか。

D 委員

当センターは、専門職向けの研修や、各種サポートを無料で行っている機関になります。

自殺対策に関して、ストレスチェック制度で申し上げますと、これまでは、労働者数 50 人未満の事業所については努力義務の位置付けでしたが、令和 10 年 4 月 1 日からは、どの事業所も完全義務化となります。本制度の主な目的は、労働者自身がストレスに気づいて対処するセルフケアと、事業所における職場環境の改善。この 2 つを両輪で行うことにより、メンタル不調を未然に防止するという一時予防の対策になります。

メンタル疾患と自殺というのは高確率で相関関係にあると考えられますので、本制度は、長い目で見た時に自殺対策につながるのではないかと、お話しをさせていただきました。

議長

欠席の委員について、ご意見を事務局からご報告ください。

事務局（E 委員代読）

社員の相談環境の整備や、管理職向けの相談対応研修を実施されているということでした。

また、管理職と各職員の個別面談を月 1 回は行うよう勧奨しているとのことでした。加えて、支店長と管理職の面談も年数回は実施されているということでした。

そして、本社にはこころの健康相談窓口が設置されているというお話でした。

働き盛り世代へのアプローチにつきましては、その世代のみではなく、全世代に向けて、風通しのよい職場環境をつくるにあたり、誰ひとり取り残すことのないよう意識をされているということでした。

また、他機関に期待することですが、相談専門の保健師等を置いていない会社もある中で、こころの健康について相談を希望される方専用の窓口について、周知が必要だと感じているということでした。

議長

欠席の委員について、ご意見を事務局からご報告ください。

事務局（F 委員代読）

利用者を対象として、臨床心理士による個別相談の機会を設けているということでした。精神的に不安定であることを訴える方を対象として、予約制で実施をされていることです。相談時間は一人あたり約 1 時間程度で、4 月から 7 月までの期間中に、10 人前後の方がご利用をされているようです。

また、厚労省発行のストレスチェックとメール相談について掲載されたリーフレットを配布しているということでした。

他機関に期待することとして、互いにどんなことをしているかの情報共有が大切だと思いますとのことでした。

議長

欠席の委員について、事務局からご報告ください。

事務局（G 委員代読）

各事業所に対して、安全衛生管理活動アンケートの提出を依頼しているということでした。回答に問題がある場合、立ち入り調査を行って指導をすることがあるそうです。

他機関に期待することとして、生活困窮者の相談をつないだ際には、丁寧に対応していただきたいですとか、窓口でハラスメント等の相談があった場合には、労働基準監督署へつないでいただきたいというようなお話がありました。

議長

高齢者の相談や支援の中で感じている課題や、高齢者の孤立を防ぎ、必要な支援につなげるために今後取り組めそうなことがありましたら、お聞かせください。

H 委員

当センターの一番の仕事は、地域の 65 歳以上の高齢者の保健医療福祉の総合相談窓口としての機能であり、最後まで自分らしく暮らせる地域づくりを目指して、日々仕事をさせていただいています。

センターによって差はありますが、年間に約 600～1000 件の相談があります。最近、感じているのは、課題の複合化についてです。

その中でも、生活への課題が多くみられますので、生きる意欲をなくしてしまうことにつながりやすいのではないかと感じています。

地域のつながりの場づくりや、地域資源を取りまとめている場等で学びを得ながら、他機関と連携をはかり、課題を解決していきたいと考えております。

議長

地域で見守り活動をされる中で、気になる変化や、地域としてできることについて、ご意見をお願いします。

I 委員

私どもの役割は、早く気づき、お話を聞いて、包括さんや専門機関へつなげるということです。

そのためには、まず、自身が勉強をしなければなりません。ゲートキーパー養成講座に参加をしたり、自殺予防講演会に出席する等しています。

ただ、地域を歩くだけでは、住民の異変を捉えることは非常に難しいと思います。地域行事等にも参加をし、実情を知ること、対応もできるのではないかと、日々、委員の皆さんと話し合いをしながら活動しております。

議長

自殺対策やこころの健康づくりについて、日頃感じていることや、『こういう取組があると相談しやすい』『地域でこんなことができるのではないか』といったご意見がありましたら、お聞かせください。

J 委員

自分の体験談で失礼します。心療内科に母と姉、ドクターと私の 4 人で集まった時、姉が強い口調で、「死んでもらったら困るんだよ。」と言いました。私には、姉の息子である甥が 1 人います。その甥が頭に浮かびました。もし、甥に将来結婚したい人ができて、その彼女が、叔母が自殺をしたと知ったら結婚の話しなくなるかもしれない。私には子どもがいな

いので、甥はとても可愛い存在です。それだけは、避けたいと思いました。

甥は今、素敵な奥さんと暮らしています。

姉が「死んでは困る。」と、きつく言ってくれたことは、良い意味で私の足枷となり、私を救ってくれました。一番身近にいる家族が、その変化に気づき、「あなたが必要なんだよ。」と、体当たりで本心をぶつけることが、私にはとても有効でした。

現在も続けていますが、自殺予防週間には、「あなたは必要とされています」という優しい言葉がけのポスターを貼る。夏休み等の長期休みには、各家庭にチラシを配る。

これらの取り組みが、本市の自殺者数ゼロにつながっていけば、こんなに嬉しいことはないと思っています。

議長

続いて、お願いします。

K 委員

先日、B型事業所の利用者から、相談を受けました。「もう疲れたから、亡くなりたい。」という内容です。僕たちは専門家ではないので、話を聞くことはできるけども、それに対して、フォローやアドバイスはできないという戸惑いがあります。

もうひとつ感じているのは、自殺を止める言葉をかけることにより、責任から、その後に知らないふりをできないこと。例えば、金銭面で困っている方の自殺を止めても、お金の面倒まではみれないのでフォローにはならない。

なので、そのような場合に、どのような専門機関につながればよいのかが分かると助かります。

議長

本日ご欠席ですが、救急搬送をされた方を受け入れる立場でご意見を伺っております。事務局からご報告をお願いします。

事務局（L 委員代読）

オーバードーズ等で救急外来へ搬送された患者さんを即座にケースワーカーへつなげることで、然るべき機関や場所に対応ができる体制を整えているということでした。

あと、ハイリスク者を地域で支えるためには、相手が小学生だとしても、自殺対策の講座に市職員が出向くことは大切なことであると助言をいただきました。

また、教育機関に加え、地域の会合等で、講座を開くとよいのではないかと、そのようなところに出向くと、対策やアイデア等のヒントがもらえることもあると思いますというご意見をいただきました。

他機関に期待することとして、ひとつの機関のみでは、自殺を防ぐことはできないので、それぞれの機関が専門性を発揮することが必要であるとのことでした。

最後に、事務局に求めることとして、ゲートキーパー認知度が相変わらず低いということで、研修会を開催してもらいたいということでした。

議長

本日の議論を踏まえ、今後の自殺対策を進める上で重要と考えられる点や、関係機関との連携についてご意見をいただけますでしょうか。

M 委員（津金委員）

昨年度は、子どもの自殺者数が過去最大であったということで、非常に問題になっていますが、甲府市としては、小中高校生の自殺者はいるのでしょうか。

あと、1人1台パソコンでころもーターをチェックしているとのことなので、そちらを駆使して、養護教諭やスクールソーシャルワーカーが生徒をチェックする体制を敷き、問題のある生徒には声かけをするという取り組みが必要ではないかと思います。

もうひとつは、働き盛りの男性の自殺率が高いということで、お金で困っている方であれば、経済的な支援が必要ですし、勤務者において、人間関係の問題ならば、労働基準監督署等へ相談するのがよいと思います。

事務局

令和7年、20歳未満の自殺者はおりませんでした。

議長

それでは最後に、本日の議論全体を通して感じられたことや、本市の自殺対策に期待すること、今後重点的に取り組むべきことなどについて、ご助言をいただけますでしょうか。

N 委員

最近の若年層（20歳前後）の特徴として、上の世代よりも、明らかに「死にたい。」という言葉や感覚を身近に感じていることが挙げられます。

また、自分の気持ちを言葉にすることがとても苦手なので、自殺企図や自傷行為を起こしてしまうのではないかと考えています。

死にたいと言って行動に移すのは、10人いたとすると、1人もしくは2人程度で、残りの9割は話を聞くと、落ち着きを取り戻して、切り替えることができます。

そのため、実際に行動化してしまう方をいち早くキャッチすることが大事だと思います。

また、小中学生のように学校に通っていれば、先生がいるので、日々観察をしてもらえる状況下にあります。勤務者や大学生は、常に誰かが見ているわけではないので、相談窓口を設置したとしても、つながりにくい面があります。

行動を起こせる人に対しては、対策や関わりができますが、それを拒否してしまうような方や、その必要性を分かっていない方に対してアプローチをしていくことが一番難しいところだと、皆さんのお話を聞いていて思いました。

他機関との連携の可能性としましては、各機関の希望や必要としていることを伺い、それに対して直接アプローチをしていくことが大事であると考えます。

| | |----------| | 議題（２）その他 | |----------|

議長

委員の皆様から、何かございますでしょうか。

（質問・意見等は特になし）

以 上