

甲府市自殺対策推進協議会令和5年度第2回会議 議事録

1 会議日程

日時 令和5年11月27日（月） 午後2時～午後3時30分

場所 甲府市役所南庁舎1号館3階 男女共同参画センター会議室

2 出席者

・委員（名簿順）

山角 駿 山中 達也 津金 永二 浅川 秋仁 野澤 初美

青柳 英子 三森 千春 丸山 弘 関根 由起子（代理）

寺田 幸子

（欠席：坂井 郁恵 小石川 好美 小野 克哉 南部 裕美 小林 浩

小沢 里枝 内田 静子 大野 淑恵）

・事務局

精神保健課 課長 土橋 誠

精神保健課 課長補佐 秋山 宏之

精神保健課 係長 飯島 愛子

精神保健課 松橋 淳

・業務受託業者

特定非営利活動法人 SCOP（スコープ） 末永 龍介

3 会議次第

1 開会

2 会長あいさつ

3 議事

（1）こころの健康に関する住民意識調査報告書について

（2）第2次甲府市自殺対策推進計画の骨子案について

（3）今後の予定について

4 その他

4 議事の要旨

議題(1) こころの健康に関する住民意識調査報告書について

事務局

(こころの健康に関する住民意識調査報告書について説明)

議長

事務局から説明がありましたが、これについて何かご質問あるいはご意見等はございますでしょうか。

(質問・意見等は特になし)

議題(2) 第2次甲府市自殺対策推進計画の骨子案について

事務局

(第2次甲府市自殺対策推進計画の骨子案について説明)

議長

事務局から説明がありましたが、これについて何かご質問あるいはご意見等はございますでしょうか。委員の皆さまから一言ずつお願いします。

A 委員

学校といたしましても、先ほどありましたように、SOS の出し方教育については、山梨県の指導重点のひとつとして取り組んでいるところです。小学校の教員として、小学生や中学生の頃から、いのちを大切にするという教育は非常に重要だと考えております。

今回、骨子案の中で若い女性を対象ということで、誰に重点を置くかっていうのを明確にしたことについては、非常に良いと思いました。その明確にした対象者に対して具体的にどのような取り組みをしていくかで、自殺のリスクも減少すると思いますし、取り組んでみたところでまた振り返ってそれを修正していくっていうことが必要なのではないかと思いました。

それから、最近若者のオーバードーズっていうのがテレビで報道されていました。若い女の子のインタビューでは、オーバードーズをすることで生きられるという言葉がありまして非常にショックを受けました。東京などでは若者が路上に集まって、そこにいる子どもたちが肩を寄せ合ってそこで生きていくっていうのを聞いて、何とかできないのかなということを感じました。

そういったオーバードーズの話からも、子どもたちが自分のいのちを大切にすると

うことを、これから小学校、中学校としても考えていかなければならないということを切実に感じました。今後、学校としてもできる取り組みはしていきたいと思ひますし、市の取り組みを多くの人に知ってもらふていうことは大事なことだと思ひました。

B 委員

今回のアンケート結果から、「ゲートキーパー」や、「自殺対策強化月間」という名称や自殺対策をしているところを知らないていうことが、最初の課題であり、それに対する啓発活動というのが最も重要だと感じました。自殺を考へるときに、頼りにするところを知らずに亡くなつていく方ていうのが必ず一定数いると思ひているので、その人たちに何か知つてもらへればていうことで啓発活動て非常に重要なんじやないかなと感じました。

また若者は行動力があつて思ひたつたらすぐに自殺に向けた行動をしてしまうと思ひます。自分が悩んでも周りに言へない時に、利用するツールとして、今の若い人たちはスマートフォンのSNSを利用して死に方を検索していると思ひます。一方で、助けを求めようと思ひて検索するのもおそらくスマートフォンだと思ひますので、市内で亡くなる方を減らすためにも、インターネットを活用することもこれから必要になつてくるのではないかなと思ひます。

警察の中でも、広報啓発活動は非常に難しい部分があり、SNSを使へばすべて周知できるていうわけではないのですが、現代に即した上での方法とすれば、インターネットのSNSを使うていうことが効果的なのではないかなと思ひました。

C 委員

自殺対策では、相談窓口の周知とゲートキーパーの養成ていうのが重要で、まず周知に関してはハイリスク者が大体想定されているわけですから、その人たちが接しやすいような媒体を考へるていうことが重要だと思ひます。生活困窮者なら、例えば子ども食堂とか食料品を配布するやうなところ、がんなどの大病を患つた場合には、医療機関との連携が必要だと思ひます。末期がんていうやうなことを告知するやうな場合にも、相談できる窓口を周知するやうな取り組みも必要ではないかと思ひます。

それに伴ひ、相談を受けるゲートキーパーの養成が重要だと思ひますので、リスクの高い方に接する人は誰かていうことを考へて、ハローワークやひとり親家庭の支援員などの職員に、ゲートキーパーの研修会を実施する必要があるかなと思ひます。高齢者であれば、地域包括支援センターや民生委員など、ターゲットを決めて研修をするのがいいと思ひます。

D 委員

重点施策の「若者を対象にした普及啓発」について、大学以外にも県立・私立の高校、

専門学校にも周知をして欲しいと思います。今の高校生は、スマートフォンや SNS から情報得ています。今までの 50 代以上の世代などは危ないところに行かなければ、危ないことには巻き込まれない。危ない知識は積極的には手に入らない。それなので健全に生きようと思えば、健全に生きることができたのですが、今の子どもたちは、ネットから技をもらってきてしまっているので、自殺対策も高校生等の若年から入っていただきたいと思います。

今回のアンケートの回答者は女性の方が多いですが、山梨いのちの電話にかかってくる電話は基本的に男性の方が多いです。いのちの電話は匿名性で名乗らなくていい、どんなところが苦しいのか言葉にならなくてもいいわけですので、相談のハードルは低く、「死にたいわけじゃないんですけどこんなこと話していいですか」と言って話し出す方が数多くいらっしゃいます。男性は「発信したら負けだ」みたいな意識が、いまだにあるのではないかと思います。苦しんでいるのですが、苦しんでいるってことはしっかり認めてしまうことを恐れているような印象を受けます。女性の方が比較的相談するのが得意だと感じていますので、そこを甲府市としてもくみ取って欲しいと思います。

悩みの相談や助けを求めることをためらう理由について「自分の悩みを解決できる場所はないと思っている」というのは、男性に多いのではないかと感じます。「いのちの電話に言ったところでしょうがない」って言うってくれる人はまだ良いのですが、どこにも吐き出さずに企図してしまうのが、自殺をする人の傾向だと思っております。電話を受けた時には、行政機関や地域包括支援センターの窓口を案内しますが、意を決して相談に行っても「窓口が違う」等で、たらい回しにされるなど、様々な理由で相談に行かなくなってしまうことがありますので、「ここに相談に行けば聴いてくれる」というような体制があって欲しいなと思います。

E 委員

ケース支援をする中で、希死念慮がある方が結構いらっしゃいます。そのことをキャッチする機関としては、地域包括支援センターは家庭の様子を知ることが多いですので、関係機関につなげることはできているのかなと思います。ただ、相談を受けないと私たちもキャッチできないというのが現実なので、発信することがなかなかできない人たちの対応というところが難しいと思いました。

若者というところで、私の娘の話にはなってしまうのですが、実際に自殺の話を友達同士でしているようです。相談する窓口があれば、そういうところへ相談ができるので、視覚的にわかるような啓発物があれば良いのかなと思いました。

F 委員

一企業人として、感想をお話させていただくと、皆さまも健康経営という言葉をお聞きになることがあるかと思いますけども、最近帝国データバンク甲府支店が公表された

データを拝見しました。山梨県の企業で、健康経営について取り組んでいる企業は、全国平均よりも高いようです。そういった意味で我々も中小企業の支援をさせていただくことも多いのですが、この報告書を拝見しますと、勤務上の悩みによる自殺というのが一定数あります。「職場の人間関係」とか、「仕事の不振」とか、「長時間労働」とか、そういったことが原因になっているということで、そこについては各企業も、この5～10年くらい、意識を上げて取り組んでいると思います。長時間労働の削減はかなり前から取り組んでいますし、今はまさに健康は、身も心もということですので、「心理的安全性」とか、「ワークエンゲージメントを高める」とか、そういったことも色々な企業が推進していると実感しております。あとは、悩んでいる個々の人にそれが届いているかというところだと思いますので、改めて私どもも含めて、各企業として、一人一人に支援が届くように、取り組みをしていくことが重要なのではないかと思います。

また、啓発啓蒙については、各企業も連携してやっていくことで、色々な人の目に届くと思うので、そういったところも協力していければと思います。

G 委員

住民意識調査を踏まえての今回は2次計画ということで、基本施策や重点施策、それぞれの対象をより明確化されたということで、非常に苦労があったと思います。横断的に色々な事業を通じてこういった取り組みをされていくってということで、よりわかりやすくなっているかなという感想を持ちました。

労働基準監督署では、労働基準法とか、職場の安全衛生といったことを所管していて、企業への法律の遵守指導をしております。ここ数年の重点課題としては長時間労働ですとか、健康被害防止というようなことに取り組んでおります。具体的には労働時間についても説明会を開催しての周知ですとか、職場におけるメンタルヘルス対策の指導を行っております。その他に、「嫌がらせを受けている」というような相談も含めて、労働条件等についての労働相談を受ける部署として、「総合労働相談コーナー」の設置をして、相談を受ける体制をとっております。市で行われる事業を通じて、労働基準監督署のそういった窓口をご利用いただくような事案がありましたら、つないでいただき、連携して推進していけたらと思っております。

H 委員

一市民としまして、あまり専門的なことは申し上げられないのですが、若い人たちを見ていて、いのちがどれだけ大切なものか、人がこの世に生を受けて大きく成長するまでにどれだけたくさんの人たちに大事にされてきたのか、そういうことを一人一人が、日頃から実感していれば、簡単に自分のいのちを捨ててしまうということにはならないのではないかなと思います。アンケートの中にも「悲しむ人がいるから」ということが、自殺を思いとどまった要因としてトップではなかったですが、高い割合を示しています。

先日、テレビで見たのですが、自分にもう家族等の身内がない、もう死んでもいいと思って自殺しようと思っていた時に、たまたま道ですれ違った人に「こんにちは」という言葉をかけられたその一言で、「自分にこんな声かけてくれる人がいるんだ」ということで、自殺を思いとどまったっていう話がありました。人は孤独で誰からも見向きもされないってなったときには、「自分は存在していても意味ないんだ」ということで、死に向かってしまうと思います。でも、どんなに苦しくても辛くても、そういう自分を見ていてくれる人がいる、あるいは頼りにしてくれる人がいる、応援してくれる人がいると感じた時に、踏みとどまることができるのかなと改めて思いました。

子どもは中学生、高校生、大学生と大きくなるにつれて、色々な問題で行き詰まった時に、小さい頃から自分を温かく見守ってくれている大勢の人たちを思い出したときに、苦しくても踏んばれて頑張れる力になるのではないかと思いますので、先ほどSOSの出し方をということがあったのですが、一方で教師の方から子どもを見て「いつもと違うな」という違いに気づくという細やかな難しいことですが、少しおかしいなっていう気配は感じるができるようになるのではないかと思いますので、先生方にはぜひお願いしたいなと思います。また、近所同士でお互いに声を掛け合って良い人間関係を作っていくことで、辛いことがある時に周りの人たちを頼りに生きていく力が出てくるのではないかと思いますので、改めてよろしくお願ひしたいと思います。

I 委員

いくつかご指摘をさせていただきたいと思います。

まず一つは「活動目標及び推進体制」についてです。最終成果については13.3%という目標値がありながら中間成果に関しては目標値が「減少」であるということ。0.1%でも0.01%でも、「減少」という結果になるので、これ2029年に0.01%少なくなりました、これで目標達成ですということの逃げ道を作っておかないためにも、数値目標として上げることが大事なのではないかと思いました。ここに向かっていくんだという意気込みを見せていただけたらなと思っています。

二つ目です。若者を対象としたということですが、各委員からも出た大学だけではなくて、小学生中学生に対しても広く周知をすべきだと思っています。私は山梨県の依存症対策の委員もしてまして、先週はゲーム依存症対策について、先々週はアルコールを含めた薬物依存に関しての委員会に出ていましたが、例えばギャンブルについては、0歳から9歳でギャンブル始めています。あえて大学生だけではなくて、小中学生も対象にする。お金はかかりますが、人のいのちですので、そこはしっかりと周知をしていく、教育をしていくということは大事な部分であろうと思っています。

それからゲートキーパーの育成に関しては、甲府市は誇るべきことだろうと思っています。私は山梨県内外の他市のゲートキーパー養成講座をすることがありますが、例えば「民生委員を何十人集めました」、「新人の民生委員に今回来てもらいます」みたいな

限定していることが多い一方で、甲府市では民生委員だとか、子育てのサポーターだとかだけではなくて、精神疾患を抱えた当事者もいる、ボランティアの方たちもいるし、一般市民も参加するというように間口が広いゲートキーパーを育てているという意味では、非常に誇るべき点かなと思っていますが、まだ周知や認知度が広がっていないので、今年度もゲートキーパー養成講座を予定していますので、しっかり周知していきたいなと思っています。

また、相談に関して、主に若者についてですけれども、電話で相談ということもあるでしょうが、例えば山梨県立大学の学生は実習先やアルバイト先に電話をかけるとき、台本を書いて電話をかけます。それほど電話することに慣れていないです。自殺をする情報をSNSで集めているのであれば、それを食いとめる方法や相談も、SNSやLINE、チャットを活用する。24時間の相談を行っているところもあります。SNSを活用することで、相談のハードルは低くなると思います。

最後に、先ほどオーバードーズの話がありました。薬物のことや、自殺も含めてリストカットするということも含めて、オーバードーズに関しては最近大麻グミもありますけれども、それ以上に現場は、市販薬だとか処方薬とかで苦しんでいてそこから抜け出せずに若者が苦しんでいます。そんな中で、私たちがそのサインを受けとめたら、行為に着目して、「駄目じゃないかやめなさい」、「覚せい剤なんかやめなさい」ということを伝えるのではなく、要はSOSを受けたらそれを説教するのではなく、その痛みの部分に着目できる相談体制や私たちの受けとめ方というのをしっかりとすることが重要だと思います。それなので、SOSの出し方教室も大事ですが、受けとめ方も大切だと思います。身近な人からSOSのサインが出ている、それをキャッチしたらキャッチしただけではわからないので、しっかりとメッセージで伝えていくことが甲府市内で広がっていったらいいなと思っています。

計画の中の131事業というのは、甲府市役所の中での事業ということだと思うのですが、市役所が中心となりながら、各関係機関と連携し、市役所以外の事業を含めた取り組みを期待していきたいなというふうに思っています。

もう一つあります。若者に対しての啓発事業の中で、山梨県立大学に声をかけていただいて、自殺予防のための漫画を使った周知をしていきたいという事務局からの提案で、山梨県立大学のアート部が漫画作成に取り組んでいます。こういったことを含めて、若者の自殺予防というからには若者を交えて、何かアプローチができると良いのかなと思います。

事務局

委員の皆様貴重なご意見ありがとうございます。

ご意見を踏まえまして、補足なのですが、まず活動目標の中間成果の目標値としましては、皆様にお送りしました資料は「減少」となっているのですが、今後目標を達成す

るための指標を設定していきます。まだ検討しきれていない部分があったので、「減少」としましたが、今後正確な目標値を最終的には定めていきたいと思っています。

小中学生への対策につきましては、他の委員の方からもありました通り、教育委員会の学校指導重点にＳＯＳの出し方、自殺対策というものが位置付けられていることも承知しております。だからといって、こちらで小中学生の子どもたちに対策をしないということではなく、甲府市としてそこに関わっていける対策の仕方、教員の多忙化なんていうそういった問題もある中で、あまり負担にならない程度で甲府市の計画として小中学校や教育委員会の方に、協力したり、連携したりしていければと考えておりますので、今後ともよろしくお願ひしたいと思います。

自殺対策推進計画の基本というのは、普及啓発と人材育成、これをいかに効果的に行っていくかということだと思います。これまで普及啓発については、ラジオや本市のLINEを使ったり、本庁舎にチラシを設置したりとか、様々な取り組みをしてきたのですが、どうしても興味がある人しか見ないというような課題も踏まえて、今後は様々な世代に効果的な周知ができればと考えておりますので、皆さんご協力お願ひしたいと思います。

ゲートキーパーにつきましては、ここ５年間約３５００名の方に講座を実施しました。ここ数年コロナ禍の影響もあって、開催を中止したり、人数絞ったりと、なかなか目標とする人数の実施ができなかったのですが、そういったことも踏まえまして、今後はゲートキーパーの動画の作成や国で作成しているものを活用して、企業等の幅広いところに周知していき、自殺対策への意識を多くの人に持ってもらう取り組みができればと思っています。

SNSについては、山梨県がLINE相談をやっているということをお聞きして、事業が重複しないようにそういったもの効果的に活用を含め、甲府市としても継続して検討している段階です。

甲府市役所内の事業以外にも位置付けられる事業につきましては、今回の計画は2026年度に、最終成果を踏まえまして、見直しがありますので、今後必要に応じて修正していく予定ですので、いただいた意見を参考にさせてもらって、位置付けたほうがよい事業等があればご協力をいただきたいと思います。また、もしそういった提案がありましたら、事務局にご連絡いただければと思います。どうぞよろしくお願ひいたします。

議長

委員の皆さま貴重なご意見をいただきありがとうございます。市として、もう１度細かいところを修正して最終的な骨子案を作成していただければと思います。

議題(3) 今後の予定について

事務局

本日、委員の皆様からいただきましたご意見等を参考に、計画の素案を作成してまいります。12月7日に開催される市長を本部長とする自殺対策推進本部で計画の素案について説明を行います。また、来年に入りまして、1月に市民の皆様から素案に対する意見を募りますパブリックコメントを行いまして、2月の第3回自殺対策推進協議会、第2回自殺対策推進本部を経まして、3月に次期計画を策定する予定となっております。

本協議会につきましては、次回は来年の2月に開催を予定しておりますので、委員の皆様にはお忙しいところ恐縮ですが、ご出席をお願いしたいと思います。

議長

事務局から説明がありましたが、これについて何かご質問あるいはご意見等はございますでしょうか。

(質問・意見等は特になし)

以 上