

2-4 健全な心身を保つ環境の整備

自殺対策の推進

新ビジョン体系	2-4 (2)	担当部局	健康福祉部 障害福祉課
---------	---------	------	-------------

これから、政策2-4、健全な心身を保つ環境の整備のうち、施策(2)自殺対策の推進について説明します。

お手元に施策調書を御用意して視聴をお願いします。

まず1ページを御覧ください。

❖ 目 標

- 市町をはじめとする多様な主体と連携し、地域全体で自殺による死亡者を減らします。

❖ 施策に関する指標

成果指標	基準値	現状値	目標値	区分
自殺による死亡者数	(2016年度) 602人	(2019年度) 564人	(2021年度) 500人未満	C

活動指標	基準値	現状値	目標値	区分
自殺対策ネットワーク設置市町数	(2016年度) 5市	(2019年度) 26市町	全市町	○
こころのセルフケア講座受講者数	(2016年度) 35人	(2018～2019年度) 累計408人	(2018～2021年度) 累計1,200人	●
ゲートキーパー養成数	(2016年度まで) 累計41,566人	(2019年度) 累計53,796人	累計52,000人	◎

本施策は、「市町をはじめとする多様な主体と連携し、地域全体で自殺による死亡者を減らすこと」を目標に掲げています。

この目標を達成するため、活動指標を設定し、施策の進捗度の管理として活動指標を設定しています。

❖ 施策推進の視点・主な取組

👉 **視点1 県、市町、団体、企業、県民等が一体となった自殺対策の総合的な推進**

① 多様な主体との連携による自殺対策の推進

自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、防ぐことができる社会的な問題であるとの基本認識の下、様々な分野の関係者と連携を図り包括的な取組を行います。

② 早期支援につなげる人材の養成、資質の向上

周囲の人の自殺の危険を示すサインに気づき、困難を抱えている人の心情を踏まえた適切な対応を図ることができる人材の養成等を推進し、自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応につなげます。

👉 **視点2 若年層に重点を置いた自殺対策の推進**

③ 若年層が利用しやすい相談支援体制の充実


自殺者数全体が減少傾向にある中、40歳未満の若年層の自殺者数はほぼ横ばいで推移しており、他の年代に比べ減少率が低くなっていることから、若年層の支援の充実を図ります。

本施策では、「県、市町、団体、企業、県民等が一体となった自殺対策の総合的な推進」、「若年層に重点を置いた自殺対策の推進」という視点から、多様な主体との連携による自殺対策の推進、早期支援につなげる人材の養成と資質の向上、若年層が利用しやすい相談支援体制の充実、を実施しています。

1 現状・課題と県の施策

【現状・課題1】

- 自殺者数は減少傾向にありますが、いまだ高い水準にあります。
- 自殺は、「その多くが追い込まれた末の死」であり、その要因は、経済・生活問題、健康問題、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な要因が複合的に連鎖していると言われています。
- 新型コロナウイルスの感染拡大により、社会経済の先行き不透明感等があり、自殺者数の増加が懸念されています。

 **視点1** 県、市町、団体、企業、県民等が一体となった自殺対策の総合的な推進

- 自殺の背景には様々な要因が複合的に連鎖していることから、市町、関係団体等と連携し、社会全体で自殺リスクを低下させる対策を推進します。

主な取組➡ ①多様な主体との連携による自殺対策の推進

次に2ページを御覧ください
現状・課題と県の施策について、御説明します。

まず現状と対応すべき課題です。
ひとつめは、「自殺者は減少傾向ですが、いまだ高い水準にあること」、
「自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、様々な要因が複合的に連鎖していること」、
「新型コロナウイルス感染症により、社会経済の先行き不透明感等があり、自殺者の増加が懸念されていること」です。

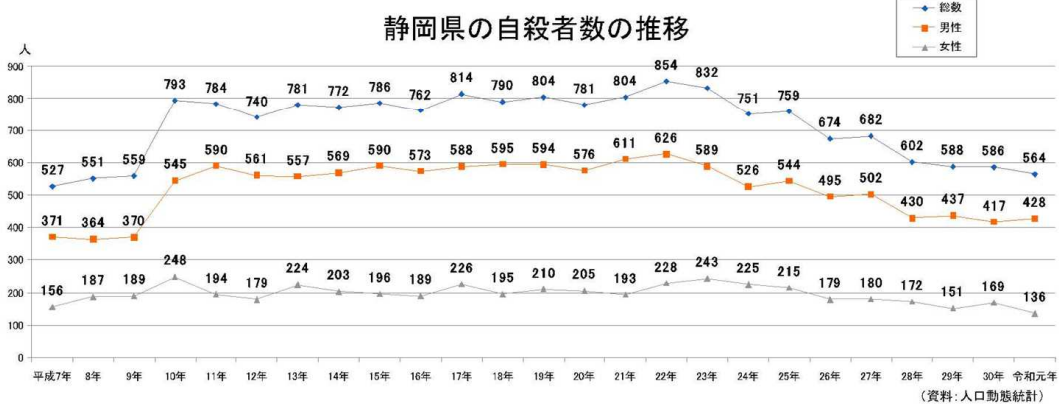
これに対し、県は「県、市町、団体、企業、県民等が一体となった自殺対策の総合的な推進」という視点をもって、社会全体で自殺リスクを低下させる対策を推進しています。

1 静岡県の自殺者数

(1) 静岡県の自殺者数の推移 (資料: 「人口動態統計調査」・厚生労働省)

- ・ 静岡県の自殺者数は、平成 22 年をピークに全体として減少傾向にあります。
- ・ 近年は、8 年連続して減少し、令和元年は 564 人 (前年比 22 人減) でした。

6 月に公表される
令和 2 年自殺者数
(概数) を反映予
定



1、静岡県の自殺者数について、御説明します。

グラフを御覧ください。

静岡県の自殺者数は平成22年をピークに全体としては減少傾向にあります。

近年は8年連続して減少しており、令和元年は564人と、前年度比で22人の減でした。

<近年の全国と静岡県の自殺者数>

暦年		H28年	H29年	H30年	R1年	R2年
全国の自殺者数		21,017人	20,465人	20,031人	19,425人	R3年6月概数 公表予定
静岡県の自殺者数	人数(A)	602人	588人	586人	564人	
	男性	430人	437人	417人	428人	
	女性	172人	151人	169人	136人	

グラフの下の表は、近年の全国と静岡県の自殺者数の比較です。どちらも減少傾向です。

(2) 静岡県の原因・動機別自殺者の状況

- ・ 令和2年の原因・動機特定者（遺書等により判明）390人のうち、原因・動機別では、「健康問題（うつ病以外）」が24.8%、「健康問題（うつ病）」が18.8%をあわせて4割強を占めています。
- ・ 次いで「経済生活問題」18.5%、「家族問題」16.5%、「勤務問題」10.7%となっています。
- ・ 自殺の背景には様々な要因が複合的に連鎖しているとされている（5頁3参照）ことから、社会全体で自殺リスクを低下させることが課題となっています。

原因	健康問題 （うつ病 以外）	健康問題 （うつ病）	経済生活 問題	家族問題	勤務問題	男女問題	学校問題	その他
自殺者 数（人）	137	104	102	91	59	22	8	29
割合（%）	24.8	18.8	18.5	16.5	10.7	4.0	1.4	5.3

- * 「自殺者数」は、「令和2年中の静岡県内における自殺の概要」（県警察本部生活安全企画課）
- * 原因・動機が複合すると認められる場合は3件まで重複計上しているため、「原因・動機特定者数」と「原因・動機別人数の合計」とは一致しません。

次に3ページを御覧ください。静岡県の原因・動機別自殺者の状況です。

自殺の原因としては、健康問題が4割強を占め、ついで経済生活問題、家族問題、勤務問題となっています。

自殺には様々な要因が複合的に連鎖しているとされることから、社会全体で自殺リスクを低下させることが課題です。

(3) 静岡県の職業別自殺者数の比較 (資料：警察庁自殺統計)

- ・ 令和2年の職業別自殺者数の比較では、「被雇用者・勤め人」が増加しています。
- ・ 職場におけるメンタルヘルスの推進を強化する必要があります。

(単位：人)

	自営業・家族 従業者	被雇用者・ 勤め人	学生・生徒等	無職者	不詳	合計
R1年	40	198	20	367	14	639
R2年	37	229	25	348	8	647
R2-R1	▲ 3	31	5	▲ 19	▲ 6	8

また、職業別に自殺者を見ると、「被雇用者・勤め人」が増加しており、職場におけるメンタルヘルスの推進を強化する必要があります。

(4) 静岡県の性別年齢階級別自殺者数（警察庁自殺統計に基づく地域における自殺の基礎資料）

・令和2年と令和元年の比較では、「20歳代から50歳代の女性」が増加しています。

（単位：人）

R2	19歳以下	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	不詳	合計
男性	13	52	59	86	63	57	68	26	4	428
女性	7	22	22	37	33	22	24	26	1	194
合計	20	74	81	123	96	79	92	52	5	622

R1	19歳以下	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	不詳	合計
男性	17	47	60	82	82	56	55	42	3	444
女性	5	13	18	14	15	20	36	20	1	142
合計	22	60	78	96	97	76	91	62	4	586

R2-R1	19歳以下	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳以上	不詳	合計
男性	▲4	5	▲1	4	▲19	1	13	▲16	1	▲16
女性	2	9	4	23	18	2	▲12	6	0	52
合計	▲2	14	3	27	▲1	3	1	▲10	1	36

* 「地域における自殺の基礎資料」は、厚生労働省自殺対策推進室が警察庁から提供を受けたデータをもとに再集計しています。

* 数値は各月公表時点のものであり、その後修正されないため、警察庁自殺統計の確定値とは一致しません。

年齢別では、「20歳代から50歳代の女性」の自殺者が増えています。

2 自殺総合対策の基本認識（「第2次いのち支える“ふじのくに”自殺総合対策行動計画」より抜粋）

（1）自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、防ぐことができる死である

＜自殺は、その多くが追い込まれた末の死＞

「自殺は、その多くが追い込まれた末の死」であるとは、様々な悩みが原因で心理的に追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態であり、社会とのつながりの減少や生きていても役に立たないという役割喪失感、与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感から危機的な状態にまで追い込まれてしまった結果の死であるということができます。

＜自殺は、その多くが防ぐことができる社会的な問題＞

自殺は、社会における「生きることの阻害要因（自殺に追い込む様々な要因）」を減らし、「生きることの促進要因（生きることに希望を持てる様々な要因）」を増やすことを通じて、防ぐことができるものであります。

＜自殺を考えている人は何らかのサインを発している＞

自殺を考えている人は、死にたいという気持ちと生きたいという気持ちとの間で揺れ動いております。そして、不眠、原因不明の体調不良など自殺の危険を示すサインを発していることが多いため、県民一人ひとりがそれらのサインに気づき、適切な支援につなげていくことが重要です。

（2）自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はまだまだ続いている

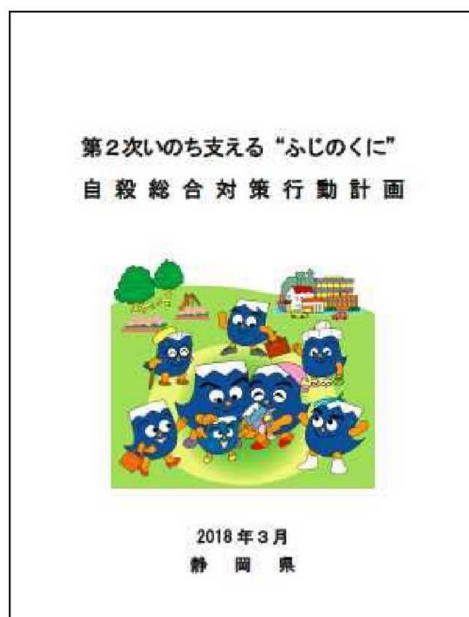
次に4ページを御覧ください。

2、自殺総合対策の基本認識について説明します。

第2次いのち支える“ふじのくに”自殺総合対策行動計画では、次の3つを基本認識としています。

「自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、防ぐことができる死である」、「自殺者は減少傾向にあるが、非常事態はまだまだ続いている」、

(3) 地域レベルの実践的な取組をP D C Aサイクルを通じて推進

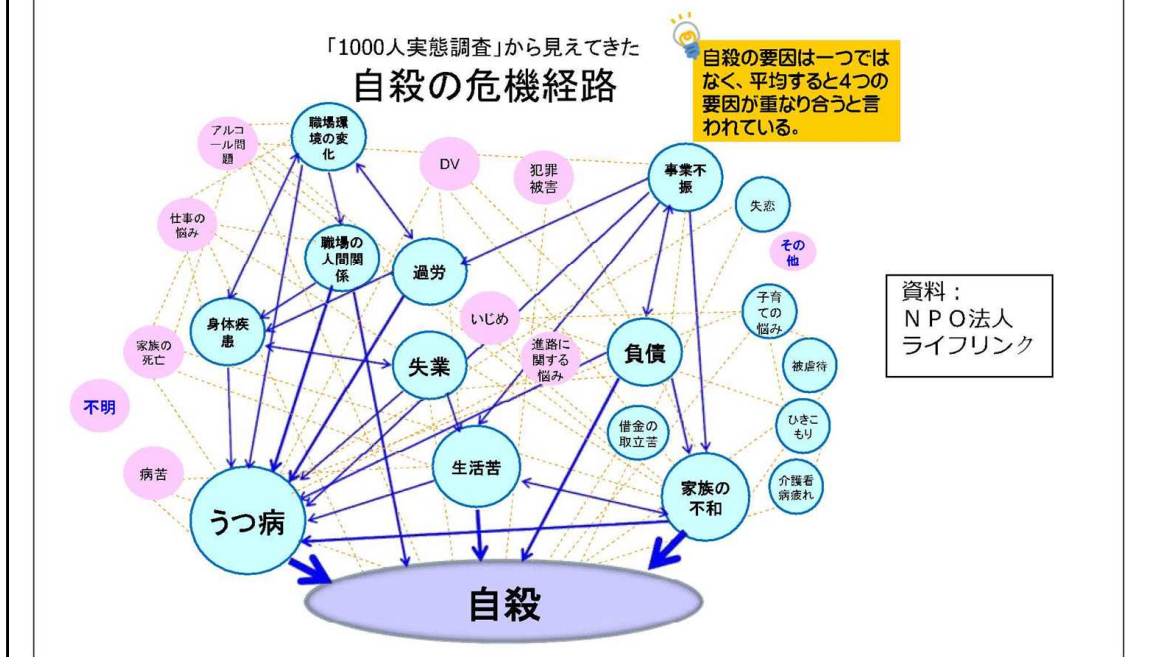


「地域レベルの実践的な取組をP D C Aサイクルを通じて推進する」というものです。

3 自殺の背景

○自殺の背景には様々な要因が複合的に連鎖していると言われています。

【参考】自殺の背景には様々な要因が複合的に連鎖しているイメージ図



次に5ページを御覧ください。

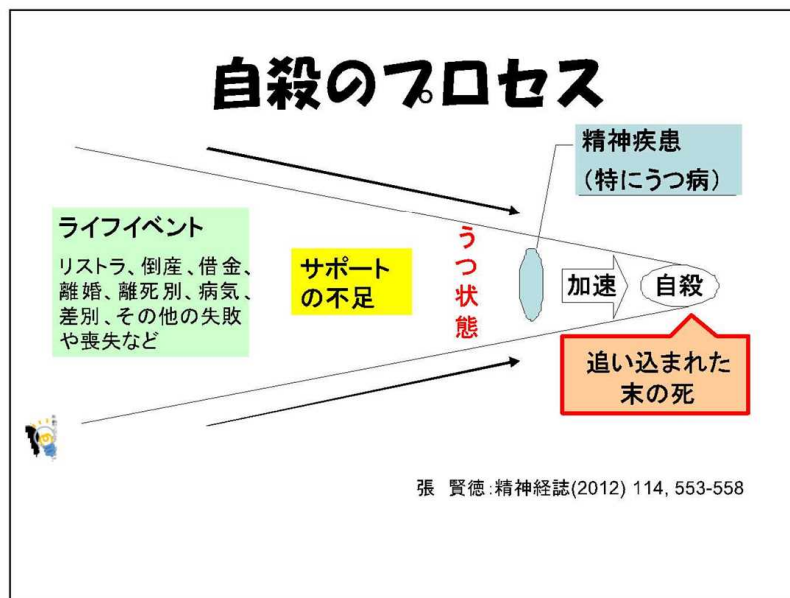
3、自殺の背景について説明します。

自殺の背景には様々な要因が複合的に連鎖していると言われており、図はそれを模式的に表したものです。

いろいろな出来事が積み重なり、サポート不足が起こると、うつ状態となり、最終的に自殺に至ると言われています。

○何らかの問題（倒産、離婚等）が起きたその時々でサポート不足が重なると、心理的に追い詰められていきます。その後、うつ状態となり、普段なら解決の方法が思いつき、実行できることでも、自殺以外の方法が考えられない状態になり、自殺に至ると言われています。（追い込まれた末の死）

【参考】自殺のプロセスのイメージ図



その下の図は自殺のプロセスのイメージ図です。

【現状・課題2】

- 自殺予防においては、相談機関、医療機関等の専門家のみではなく、自殺の危険性の高い人のサインに気づきやすい身近な人の役割が重要です。



視点1

県、市町、団体、企業、県民等が一体となった自殺対策の総合的な推進

- 「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指し、自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応を図るため、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる「ゲートキーパー」の役割を担う人材等を養成します。

主な取組➡ ②早期支援につなげる人材の養成、資質の向上

次に6ページを御覧ください。

現状と対応すべき課題の二つ目です。

自殺予防では、相談機関、医療機関等の専門家だけでなく、自殺の危険性の高い人のサインに気づきやすい身近な人の役割が重要です。

県は、「県、市町、団体、企業、県民等が一体となった自殺対策の総合的な推進」という視点で、自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応を図るため、自殺の危険を示すサインに気づき、対応できる「ゲートキーパー」の養成をしています。

1 自殺予防における身近な人の役割

- 自殺総合対策大綱（平成 19 年 6 月 8 日閣議決定、以後 2 回改定）において、自殺対策の基本認識のひとつとして「自殺を考えている人は悩みを抱えながらもサインを発している」ことがあげられました。また、「身近な人が自殺のサインに気づいていることも多く、このような国民一人ひとりの気づきを自殺予防につなげていくことが課題」とされ、「ゲートキーパー」の役割を担う人材等の養成が必要であるとされています。
- 厚生労働省が実施しました「自殺対策に関する意識調査」では、「自殺を考えたとき、どのように乗り越えたか」との問いに対し、32.1%が「身近な人に悩みをきいてもらった」と回答しています。

自殺対策に関する意識調査（厚生労働省 H28 年）

対象：全国の 20 歳以上 約 2,000 人

結果（抜粋）

- 「今までに本気で自殺したいと思ったことがある」 **23.6%**
男性（21.4%）に比べ、女性（25.6%）が高い。
→内、「最近 1 年以内に自殺したいと思ったことがある」18.9%
- 「自殺を考えたとき、どのように乗り越えたか」
→他のことで気を紛らわせるよう努めた 36.7%
身近な人に悩みを聞いてもらった 32.1%

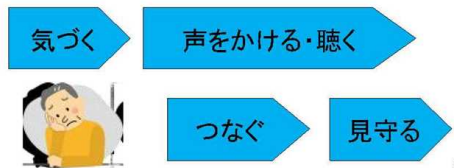
身近な人が話を聴く
こと(ゲートキーパー
の存在)が大切!

1、自殺予防における身近な人の役割について説明します。
厚生労働省が実施した「自殺対策に関する意識調査」では、約 3 割の人が、身近な人に悩みを聞いてもらって、自殺の危機を乗り越えたと回答しており、「ゲートキーパー」の役割を担う人材の重要性が見てとれます。

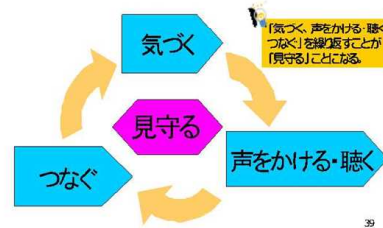
2 ゲートキーパーとは

ゲートキーパーとは

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて（傾聴）、必要な支援につなげ、見守る人のことです。



自分のことを気にかけてくれる人がいる
ということを実感してもらえる関わり



2、ゲートキーパーとは、について説明します。

図を御覧ください。

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

自殺を考えている人にとっては、自分のことを気にかけてくれる人がいるということが実感できます。

3 第2次いのち支える“ふじのくに”自殺総合対策行動計画（計画期間：2017年度から2021年度）における位置づけ

○静岡県として目指すべき基本的取組

(3) ゲートキーパーによる自殺の早期発見、早期対応を推進します

県民一人ひとりの気づきと見守りを促すため、身近な人のサインに早く気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげていくためのサポーターであるゲートキーパーの養成を進めます。特に勤務問題による自殺や若者の自殺が増えていることから、今後は学校や経済団体等とも連携し、ゲートキーパーを拡大します。

取組目標：ゲートキーパー養成数 2021年度までに 累計52,000人

※この目標は、静岡県総合計画（新ビジョン）における「活動指標」でもあります。





次に7ページを御覧ください。

3 第2次いのち支える“ふじのくに”自殺総合対策行動計画における位置づけについて説明します。

静岡県はゲートキーパーの養成・拡大を進めており、ゲートキーパーの養成数を、2021年度までに累計52,000人にするという指標を掲げています。

4 参考

＜ゲートキーパーの養成研修の研修内容（一部抜粋）＞

<p>まずは、相手の体調を気づかう一言を</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p style="text-align: center; font-size: small;">職場でも</p>  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p style="text-align: center; font-size: small;">会社でも</p>  </div> </div>	<p>悩みを打ち明けられたら、できる限りその話に触れないようにする。 そっとしておくのは 望ましい対応ではありません!</p> <ul style="list-style-type: none"> ■「気持ち」を受け止めますよ <ul style="list-style-type: none"> × それは気にしすぎですよ。 ○ おつらそうですね。 ○ ～という気持ちが伝わってきます。 ■話をそらさないで「気持ち」を尋ねましょう <ul style="list-style-type: none"> × もっと明るい話をしましょう。 ○ そう思えてしまう気持ちをもう少し聞かせてください。 ■「私の気持ち」を伝えましょう <ul style="list-style-type: none"> × もう少し頑張ってください。 ○ あなたのことが心配です。 × 死んではいけません。 ○ 死んでほしくはありません。 
<p>「聴く」ためのポイント</p> <ol style="list-style-type: none"> ①話しやすい雰囲気づくり 安心して話せる個室などで「良かったら話して…」などと声をかけましょう。 ②先入観を持たず、ありのまま聴く 先入観を持って話を聴くと、思い込みから誤った解釈となってしまいます。 ③質問をできるだけ控える 自分が話すより、相手の話を聴くことに重点を置きましょう。 ④相手の発言をじっくり待つ 相手の不安や悩みがわかって、先走ってその問題に対して解決してはいけません。 相手の発言を待ち、相手が答えを見つげるための手助けをしましょう。 ⑤勝手な解釈や評価、批評はやめる 相手の言いたいことや伝えたいことに反論したり、批判しないで聴きましょう。 	<p>相手のペースに合わせて話を聴く!!</p> <div style="text-align: center;">  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 相手の様子を よく観察しながら 聴きましょう </div> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・相手の気持ちを受け止める → 否定、反論、意見しない ・自分の話より、相手の話に耳を傾ける ・無理やり聞きださない ・慰めるより、ねぎらう・いたわる言葉かけ <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li style="width: 50%;">× なんとかなるよ <li style="width: 50%;">○ おつらいですね <li style="width: 50%;">× 元気だしなよ <li style="width: 50%;">○ 大変でしたね </div>

4、参考については、ゲートキーパーの養成研修の研修内容の抜粋を掲載しています。

【現状・課題3】

- 自殺者数全体が減少傾向にある中、若年層の自殺者数はほぼ横ばいで推移しており、他の年代に比べ減少率が低くなっています。

視点2 若年層に重点を置いた自殺対策の推進

- 自殺者数全体が減少傾向にある中、40歳未満の若年層の自殺者数は増加又は横ばい傾向であることから、若年層向けの支援を強化しています。

主な取組➡ ③ 若年層が利用しやすい相談支援体制の充実

次に8ページを御覧ください。現状と対応すべき課題の三つ目です。

自殺者全体が減少傾向にある中、若年層の自殺者数はほぼ横ばいで推移しており、他の年代に比べ減少率が低くなっています。

県は、「若年層に重点を置いた自殺対策の推進」という視点を持って、若年層向けの支援を強化しています。

1 静岡県の年齢階層別自殺者数（資料：「人口動態統計調査」・厚生労働省）

- ・ 静岡県の自殺者数全体は減少傾向にある中、若年層の自殺者数は横ばい又は増加傾向

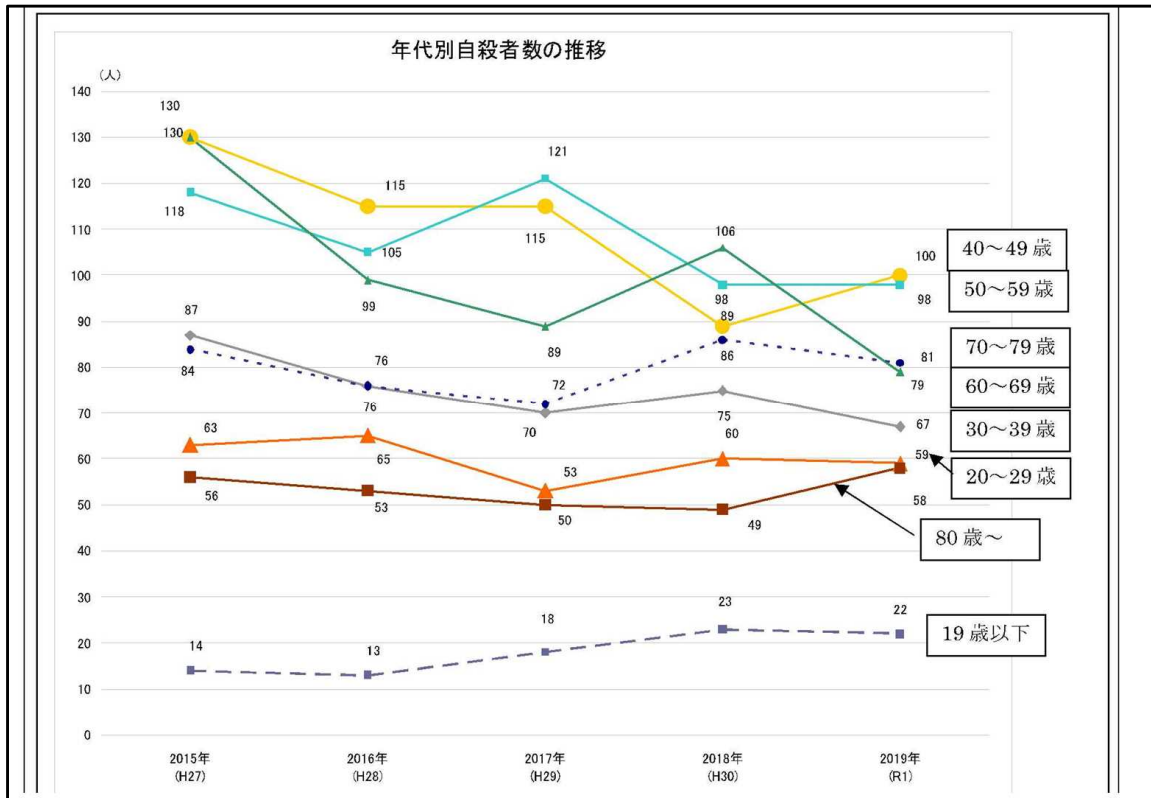
6月に公表される
令和2年自殺者数
(概数)を反映予
定

暦年	年齢	H28年		H29年		H30年		R1年		R2年
		自殺者数 (人)	自殺者に占める割合 (%)	自殺者数 (人)	自殺者に占める割合 (%)	自殺者数 (人)	自殺者に占める割合 (%)	自殺者数 (人)	自殺者に占める割合 (%)	
年内	19歳以下	13	2.2	18	3.1	23	3.9	22	3.9	R3年6月 概数公表 予定
	20歳以上	65	10.8	53	9.0	60	10.2	59	10.4	
	30歳以上	76	12.6	70	11.9	75	12.8	67	11.9	
	40歳以上	115	19.1	115	19.6	89	15.2	100	17.7	
	50歳以上	105	17.4	121	20.6	98	16.7	98	17.4	
	60歳以上	99	16.5	89	15.1	106	18.1	79	14.0	
	70歳以上	76	12.6	72	12.2	86	14.7	81	14.4	
	80歳以上	53	8.8	50	8.5	49	8.4	58	10.3	
計	602	100.0	588	100.0	586	100.0	564	100.0		

1、静岡県の年齢階層別自殺者数について説明します。

表とグラフを御覧ください。

静岡県の自殺者数は全体としては減少傾向にある中、若年層の自殺者数は横ばいまたは増加傾向にあることが分かります。



グラフでもその様子が分かります。

2 2017年度県政世論調査の結果

- ・「あなたは、これまでの人生の中で、本気で自殺をしたいと考えたことがありますか。」の質問に対して、「最近1年以内に自殺したいと思ったことがある」が3.3%、「1年以上前に自殺したいと思ったことがある」が14.4%でした。
- ・性別年代別にみますと、10歳代、20歳代において、自殺したいと思ったことがある割合は高くなっており、若年層対策が課題となっています。

次に9ページを御覧ください。

2, 2017年度県政世論調査の結果について説明します。

表を御覧ください。

これまでの人生で本気で自殺を考えたことがありますか」の質問に対して、「最近1年で自殺したいと思ったことがある」は3.3%、「1年以上前に自殺したいと思ったことがある」は14.4%という回答でした。

		調査数	自殺したくないと思っ たことがある	最近1年以内に自 殺したいと思っ たことがある	1年以上前に自 殺したと思っ たことがある	無回 答
全 県		2,046	1,591 77.8	67 3.3	294 14.4	109 5.3
男 性 年 代	10代	28	42.9	14.3	42.9	0.0
	20代	97	70.1	8.2	23.7	3.1
	20代以下 計	125	64.0	9.6	28.0	2.4
	30代	126	75.4	7.1	15.1	3.2
	40代	158	81.0	3.8	10.1	5.1
	50代	129	81.4	2.3	15.5	2.3
	60代	162	82.7	2.5	9.3	5.6
	70歳以上 60歳以上 計	227 389	83.3 83.0	0.9 1.5	4.8 6.7	10.6 8.5
女 性 年 代	10代	16	75.0	0.0	25.0	0.0
	20代	111	77.5	7.2	16.2	2.7
	20代以下 計	127	77.2	6.3	17.3	2.4
	30代	155	74.8	3.2	21.3	1.9
	40代	200	70.0	4.5	22.0	4.5
	50代	172	77.3	1.7	18.6	1.7
	60代	203	79.3	2.0	11.8	6.9
	70歳以上 60歳以上 計	262 465	80.5 80.0	0.8 1.3	8.4 9.9	9.9 8.6

これを世代別で見ると、10歳代、20歳代の自殺したいと思っただことがある人の割合は高くなっており、若年層対策が課題であることが見てとれます。

現状と対応すべき課題については、以上です。

2 施策に関する県と市町、民間等との役割分担

区分	役割・取組等
県	<ul style="list-style-type: none"> ・ 国の大綱及び地域の実情等を勘案した、県自殺対策行動計画を策定する。 ・ 国と連携しつつ、地域における各主体の緊密な連携・協働を図り、自殺対策を総合的に推進する。 ・ 市町の自殺対策行動計画の策定・進捗管理・検証等への支援を行う。 ・ 市町や関係機関の相談支援者に対する研修等により支援を行う。 ・ 広域的な相談窓口として、県民に対して専門的な支援を行う。
市町	<ul style="list-style-type: none"> ・ 国の大綱、県の自殺対策行動計画及び地域の実情等を勘案して、市町自殺対策行動計画を策定する。 ・ 県と連携しつつ、地域における各主体の緊密な連携・協働を図り、自殺対策を総合的に推進する。 ・ 地域の相談支援者等に対して、研修等による支援を行う。 ・ 住民にとって身近な相談窓口として、必要な支援を行う。
県民等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自殺が社会全体の問題であり自らのことであることを認識し、主体的に自殺対策に取り組む。 ・ 自殺の状況や自殺対策の重要性に対する理解と関心を深める。 ・ 心の危機に陥った人の心情や背景への理解を深めることに努める。 ・ 自らの心の不調や周りの人の心の不調に気づき、適切に対処することができるようにする。

次に10ページを御覧ください。

ここでは、施策に関する県と市町、民間等との役割分担について説明します。

県は、県自殺対策行動計画の作成や、国・地域等との連携による自殺対策を推進しています。また、市町の自殺対策行動計画の策定等の支援を行い、市町や関係者との研修等の支援や、広域的な相談窓口として、県民に専門的な支援を行っています。

市町は、市町自殺対策行動計画を策定し、県や地域との連携による対策推進を行い、地域の相談支援者への研修等の支援や、住民にとっての身近な相談窓口として支援を行います。

県民の皆様には、自殺が社会全体の問題であることを認識し、主体的に自殺対策に取り組んでいただくとともに、自殺への理解を深め、自分や周りの人の心の不調に気づいて適切に対処することができるようにしていただくことが大切です。

3 主な取組

視点1 県、市町、団体、企業、県民等が一体となった自殺対策の総合的な推進

取組①	多様な主体との連携による自殺対策の推進	担当課名	健康福祉部障害福祉課
目的 (何のために)	自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、防ぐことができる社会的な問題であるとの基本認識の下、様々な分野の関係者と連携を図り包括的な取組を行います。		

次に11ページを御覧ください。主な取組について、説明します。
自殺は、その多くが追い込まれた末の死であり、防ぐことができる社会的な問題であるとの基本認識のもと、様々な分野の関係者と多様な主体との連携により、包括的な取組を行います。

取組1：県民一人ひとりの気づきと見守りの促進

(1) 自殺予防週間、自殺対策強化月間における啓発

9月10日（世界自殺予防デー）から16日までの自殺予防週間、3月の自殺対策強化月間を中心に、いのちの大切さや自殺に関する正しい知識の普及を図るとともに、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応ができるよう県民の気づきを高める啓発事業を実施しています。

いつもと様子が違う
そんなとき
ちょっと気にかけてみる
声をかけてみる

**その声だけが、
ゲートキーパーへの
第一歩。**

ゲートキーパーとは
身近な人からの変化や異常な行動に気づき、声をかけて、
必要に応じて支援につなぐ、重要な役割です。

毎朝毎日や自殺予防の取り組みなどの情報を掲載しているサイトです。 [ごまろうよ](#)

このページの
電話番号
0570-064-556 国
24時間受付
24時間受付
24時間受付

このページの
電話番号
0120-279-338 国
24時間受付
24時間受付
24時間受付

このページの
電話番号
03-3868-3811
0120-279-226 国
050-3655-0279 国

3月は、自殺対策強化月間です。

自殺予防週間、自殺対策強化月間における啓発

- ・県庁本館前立て看板の設置
- ・健康福祉センターによる街頭キャンペーン、ゲートキーパー養成研修の集中実施等

※ R 2 は新型コロナウイルス感染拡大に伴い一部事業を見合わせ。

取組内容（手段、手法など）

取組のひとつめは、「県民一人ひとりの気づきと見守りの促進」です。

9月10日の世界自殺予防デーから16日までの自殺予防週間や3月の自殺対策強化月間を中心に、啓発活動を実施しています。

(2) 自殺対策推進センターによる取組

ア 地域自殺対策推進センターとは

保健・福祉・医療・労働・教育・警察等関係機関と連携を図りながら、市町等に対し適切な助言や情報提供等を行うとともに、地域における自殺対策関係者等に対し研修等を行うことにより、全ての市町等において地域の状況に応じた自殺対策が総合的かつ効率的に推進されることで、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指すことを目的に設置された機関です。静岡県では、精神保健福祉センター内に設置しています。

イ 地域自殺対策推進センターの取組

- ・情報の収集等（自殺統計等の収集、分析、提供等）
- ・自殺対策計画支援（県及び市町自殺対策計画策定支援等）
- ・管内の連絡調整（自殺対策連絡協議会、自殺対策ネットワーク会議への支援、参加等）
- ・市町及び民間団体への支援
- ・人材育成研修
- ・市町等における自殺未遂者及び自死遺族等支援に対する指導等

また、地域自殺対策推進センターでは、市町等に対する適切な助言や、地域の状況に応じた自殺対策を行っています。

静岡県では精神保健福祉センター内に設置されています。

取組として、情報の収集や自殺対策計画支援、人材育成研修などを行っています。

取組 2 : 関係機関との連携強化と相談体制の整備 (P.30 参考資料)

(1) 自殺対策連絡協議会、自殺対策ネットワーク会議

ア 自殺対策連絡協議会 (P.30 参考資料)

自殺対策基本法（平成 18 年 10 月 28 日施行）及び自殺総合対策大綱（平成 19 年 6 月 8 日発表）を受け静岡県においても自殺予防対策を総合的に推進していくために、医療、労働、学識経験者等の意見を幅広く取り入れ、各種意見を調整すること及び静岡県の自殺予防対策方針策定を目的として、設置しています。

協議会では、自殺予防対策に係る総合的な施策の検討、調整、意見具申、自殺者の遺族のケアに関する施策の検討及び推進、地域における自殺予防対策の推進等について協議されます。

次に12ページを御覧ください。

関係機関との連携強化と相談体制の整備についてです。

自殺対策連絡協議会では、医療、労働、学識経験者等の意見を幅広く取り入れ、自殺予防対策や遺族ケアに係る総合的な施策検討等を行い、地域における自殺予防対策の推進等について協議しています。

イ 自殺対策ネットワーク会議

地域の実情に応じた自殺対策を総合的かつ効果的に実施するため、各健康福祉センターにおいて「自殺対策ネットワーク会議」を実施しています。構成員は、行政、保健、医療、福祉、教育、労働、警察、消防、その他の関連機関等、各健康福祉センターが地域の実情に応じて定めています。

また、令和2年度末現在で27市町においても、同様の自殺対策のネットワークが設置されています。

ネットワーク会議構成メンバー例

<A 保健所主催>

法テラス、公共職業安定所、労働基準監督署、警察署、消防本部、地域の精神科病院、市町自殺対策担当課、市町地域包括支援センター、市町社会福祉協議会、市町民生委員児童委員協議会、広域消費生活センター、A保健所内関係各課、県精神保健福祉センター、県障害福祉課

<B 町主催>

民生委員・児童委員協議会、町内会長連絡協議会、保健所、警察、消防、商工会、医療機関、生活支援センター、社会福祉協議会

また、県の各健康福祉センターの自殺対策ネットワーク会議において、地域の実情に応じた自殺対策を総合的に実施しています。
令和2年度末現在で、27市町においても同様のネットワークが設置されています。

(2) 相談体制の充実

ア こころの電話及びいのちの電話休日・夜間委託

(ア) 概要

実施区分	対応時間等
「こころの電話」 (県実施)	こころの問題についての悩み、精神保健に関することの相談 平日(月～金) 8:30～17:00
「いのちの電話」 に転送 (委託実施)	月・火 (17:00～22:00) 水～金 (17:00～24:00) 土 (10:00～24:00) ※第2第4週土曜日は(10:00～翌朝10:00) 日・祝 (10:00～21:00) ※毎月10日(8:00～翌朝8:00)

(イ) 相談実績

実施区分	H29年度	H30年度	R元年度	R2年度
こころの電話	3,327件	2,912件	3,132件	3,693件
いのちの電話(転送分)	240件	219件	195件	139件
内 静岡いのちの電話	144件	131件	96件	72件
訳 浜松いのちの電話	96件	88件	99件	67件

次に相談体制の充実です。

「こころの電話」や「いのちの電話」により、相談を受けつけています。

(ウ) コロナ禍におけるこころの相談電話等の紹介

新型コロナウイルスの感染拡大やその影響により不安や疲れを感じ、こうしたストレス状態が長く続くと、こころやからだに様々な変化があらわれることがありますことから、令和2年度に、ストレス状態のチェック項目をまとめ、相談窓口を紹介する3種類のパンフレットを作成し、県ホームページに掲載しました。

以下の3種類を作成

- ・新型コロナウイルスに感染された方へ
- ・新型コロナウイルスに感染された方のご家族・濃厚接触者の方へ
- ・新型コロナウイルスの感染拡大により不安を感じていらっしゃる方へ

次に13ページを御覧ください。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大によるストレス状態が続き、こころやからだに変調が現れることがあることから、ストレス状態のチェック項目をまとめ、パンフレットやホームページで周知しました。

新型コロナウイルスの感染拡大により不安を感じていらっしゃる方へ

～こころの健康を確かめるために～

新型コロナウイルス感染拡大からの影響によって、不安で悩まれている方が、増加しているのではないかと思います。また、マスクや手洗いが当たり前になり、人と会う機会が減少し、生活リズムが崩れやすくなっています。このような状況下では、**誰にでも起こりうる心理的な不安**が生じることがあります。これらは特別な病気ではなく、このようになっている場合は、ほとんどの人が自然に回復していきます。

★こころの不調のサイン

日常生活の変化

- 予定や習慣が変化する
- イライラする
- 忘れやすくなる
- 集中力がなくなる
- 寝つきが悪くなる
- 涙もろくなる

からだの不調

- 疲れやすい
- めまい、頭痛、集中力低下
- 吐き気、胃痛、食欲不振、嘔吐
- 寝つきが悪い
- 喉痛、声帯炎、声がかたくなる

考え方の変化

- 考えがまとまらない
- 同じことを繰り返し考える
- 記憶力が低下する
- 過去の出来事や出来事ばかりを思い出す

～こころの健康を保つために、ご自身でできること～

1つ1つを大切に生活リズムを整え、規則正しい生活を心がけましょう。

1つ1つを大切に生活リズムを整え、規則正しい生活を心がけましょう。

1つ1つを大切に生活リズムを整え、規則正しい生活を心がけましょう。

1つ1つを大切に生活リズムを整え、規則正しい生活を心がけましょう。

1つ1つを大切に生活リズムを整え、規則正しい生活を心がけましょう。

1つ1つを大切に生活リズムを整え、規則正しい生活を心がけましょう。

▶相談窓口については裏面をご覧ください。

ストレスを感じやすくなることで、こころの不調がより多くいらいらを感じる方もいます。無理な生活を続けると、心身の健康が損なわれることがあります。少しでもお辛いと感じた場合は、ぜひ相談窓口へご相談ください。

静岡県内の相談窓口

①新型コロナウイルス感染症・治療・検査に関すること（無料電話相談センター）

お住まいの市町村	保健所	24時間
浜松市、東伊豆市、河津町、南伊豆市、松崎町、島田市	浜松保健所	053-26-6567
熱海市、伊豆市	熱海保健所	054-246-2221
沼津市、三島市、裾野市、伊豆市、伊豆の国市、御油町、東条町、島原町	沼津保健所	054-249-3183
湖東郡市、小山町	湖東保健所	052-266-067
富士市、富士宮市	富士保健所	054-251-7702
島田市、焼津市、藤枝市、牧之原市、吉野町、田原市	島田保健所	
豊田市、掛川市、浜松市、静岡市、浜北市、焼津市、御油町、御殿市	静岡保健所	

②無料の相談窓口がない方の一歩相談はこちらまでお問い合わせください

窓口名	電話番号	受付時間
新型コロナウイルス相談ダイヤル	0570-26-6567	9:00～20:00
静岡県災害相談センター	054-246-2221	20:00～翌朝9:00
熱海市	054-249-3183	
浜松市	053-266-067	24時間
新型コロナウイルスセンター	053-413-6200	

こころに疲れを感じたら、お気軽にご相談ください

相談内容の秘密は厳守いたします

③新型コロナウイルス感染症対策 支援情報センター（相談窓口）
<https://covid19support.jp/>

④大規模接種サイト（厚生労働省）
<https://www.mhlw.go.jp/>

⑤こころの電話相談 054-285-5560
 （受付時間：平日 9:30～17:45、13:00～16:30）
 ※ 054-285-5560の受付時間、お電話の受付時間には変更ありません。

下の図は作成したパンフレットの例です。

イ 保健所における精神保健福祉相談

(ア) 概要

各健康福祉センターにおいて、精神保健福祉総合相談員（精神科医師）、保健所職員（保健師等）による一般精神保健相談（心の健康相談から受診相談、社会復帰相談、アルコール、思春期、青年期、認知症等に関する相談）を定期的実施しています。

(イ) 相談実績

区 分		H28	H29	H30	R 元
一般精神保健	延相談件数	5,025	6,402	5,056	4,925
	延訪問指導件数	1,064	1,189	1,054	1,520
老人精神保健	延相談件数	71	97	131	143
	延訪問指導件数	27	29	24	27
アルコール相談	延相談件数	98	125	175	145
	延訪問指導件数	14	30	31	27
計	延相談件数	5,194	6,624	5,431	5,213
	延訪問指導件数	1,105	1,248	1,151	1,574

ウ 関係各課における相談窓口（P.25～29 参考資料）

自殺の背景となる様々な要因に対応する相談窓口が設置されています。

次に、保健所における精神保健福祉相談について説明します。

また、各健康福祉センターでは、精神科医師や保健師等による一般精神保健相談を定期的実施しています。

近年は老人精神保健が増加傾向です。

また、自殺の要因は多岐に及ぶことから、様々な関係各課で相談窓口を設置しています。

取組内容（手段、手続）	取組3：自殺のハイリスク者への支援の充実				
	(1) 自殺未遂者の再度の自殺企図の防止（自殺未遂者研修会）				
	自殺未遂者が再び自殺を図る可能性は、自殺未遂者以外の者に比べて著しく高いことが知られていることから、精神科医療関係者を対象に、自殺未遂者ケアについてのスキルアップを図るため、自殺未遂者ケアの基本及びガイドラインを使った事例対応等を学ぶ研修会を開催しています。				
	<開催実績>				
	研修概要	対象者	H30	R元	R2
	自殺未遂者ケアの必要性と精神医学的評価の重要性	精神科医師、看護師、精神保健福祉士、保健所職員等	54人 (H30.11.25)	43人 (R1.11.24)	45人 (R2.11.29)
	<参考> R2開催研修会内容				
	日時	令和2年11月29日（日） 午前9時50分～午後1時			
	対象	県内の精神科医療機関の医師・看護師・精神保健福祉士等及び保健所職員等約35人			
	内容	(1) 講義①（Web 講義）「自殺行動の精神医学的理解と対応」 帝京大学医学部教授 張 賢徳 氏 (2) 講義②「自殺未遂者対応ガイドラインについて」 公益財団法人復康会 沼津中央病院院長 杉山直也 氏 (3) 講義③「自殺未遂者対応について－事例を通して－」 横浜市立大学医学部精神医学教室医局長 須田 顕 氏 (4) 行政説明「静岡県の自殺総合対策」			

次に14ページを御覧ください。
自殺のハイリスク者への支援の充実についてです。

自殺未遂者が再び自殺を図る可能性は他の人に比べ著しく高いことが知られています。
このため、精神医療関係者や自殺未遂者ケアについてのスキルアップを図るための研修会を実施しています。
令和2年度は45人の参加がありました。

（２） 遺された人への支援の充実（自死遺族支援）

家族は自殺の発見者になる可能性もあり、自死遺族は様々な生活上の困難を抱えることがあります。

大切な御家族を失った御遺族に対しても、相談窓口の充実や、互いに寄り添い、話を聴き、想いを受け止め、支えあう自死遺族のつどいを開催するなどの支援を行っています。

面接相談「すみれ相談」 （予約制・無料・匿名可）	健康福祉センター巡回相談：毎月1回(第3水曜) 精神保健福祉センター：毎月1回(第1水曜)
自死遺族のつどい 東部わかちあい すみれの会	毎月1回開催（第3土曜日）
支援関係者情報交換会	自死遺族支援研修会の実施等
普及啓発活動	リーフレット配布

また、大切な御家族を失われた御遺族に対しても、相談窓口の充実や、お互いに支え合う自死遺族のつどいを開催するなどの支援を行っています。

取組②	早期支援につなげる人材の養成、資質の向上	担当課名	健康福祉部障害福祉課	
目的 (何のために)	周囲の人の自殺の危険を示すサインに気づき、困難を抱えている人の心情を踏まえた適切な対応を図ることができる人材の養成等を推進し、自殺の危険性の高い人の早期発見、早期対応につなげます。			
<table border="1"> <tr> <td data-bbox="308 600 946 645">取組1：自殺対策に係る人材の確保・養成及び資質の向上</td> </tr> </table>				取組1：自殺対策に係る人材の確保・養成及び資質の向上
取組1：自殺対策に係る人材の確保・養成及び資質の向上				
<p data-bbox="320 667 815 701">(1) ゲートキーパー養成研修（一般、専門）</p> <p data-bbox="331 723 1353 824">周囲で悩みを抱えている人に気づいて声をかけ、話を聴き、必要な支援に早期につなげて見守る「ゲートキーパー」を養成するため、一般県民や各地域・職域の専門職等に対して研修を実施し、人材を育成しています。</p>				

次に15ページを御覧ください。

次の主な取組です。

周囲が自殺のサインに気づき、早期対応ができる人材の養成と資質の向上を実施しています。

周囲で悩みを抱えている人に気づき、適切なケアができる「ゲートキーパー」を養成するため、研修等を実施しています。

ア 概要

対 象	<ul style="list-style-type: none"> ・一般県民等 ・相談対応等の職務を持つ専門職・団体等 ・一般住民に関わる機会が多い業種・団体等
方 法	<p>「ゲートキーパー手帳」(県)、「ゲートキーパー養成研修者用テキスト」(内閣府)等を活用して、市町と県が実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ○一般研修（60分程度） 自殺の基本認識と声かけ、つなぎ方について研修を実施する。 ○専門研修（90～120分程度） 「ゲートキーパー手帳(専門研修)」、「ゲートキーパー養成研修用テキスト」により、ロールプレイも交えて研修を実施する。

イ 養成実績

(単位：人)

年 度	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R 元	R 2
累 計 養成数	27,003	32,523	37,735	41,566	45,438	49,440	53,796	56,319

※「第2次いのち支える“ふじのくに”自殺総合対策行動計画」取組目標及び「静岡県総合計画（新ビジョン）」における活動指標 ⇒ 2021年度末までに52,000人養成

令和2年度には累計で56,319人の養成数となりました。

㊦

(2) 講師養成研修

相談業務やメンタルヘルスの推進に関する事業に従事する者を対象に実施
・累計養成人数 R2年度末 330人

(3) 講師フォローアップ研修

講師養成研修修了者を対象に実施



また、講師養成研修や、講師フォローアップ研修など、メンタルヘルス従事者も対象に実施しています。

取組 2：職場におけるメンタルヘルスの推進

(1) 企業向けゲートキーパー養成

40 歳代、50 歳代の自殺者数は、長期的には減少傾向にあるものの、非常に多いことから、県では平成 30 年度から新たに企業向けゲートキーパー研修を実施しています。

メンタルヘルスマネジメント力向上研修

研修概要	対象者	H30	R元	R2
企業の人事労務担当者等に対する、ゲートキーパー養成研修及び自殺防止の講演	県内企業の人事労務担当者、産業医、保健師等	120人	56人	49人

次に16ページを御覧ください。

40歳代、50歳代の自殺者数は減少傾向にあるものの、非常に多いことから、企業向けのゲートキーパー研修を実施しています。

取組内容(手段、手法など)



<R2実績>

2021.2.19 (参加者 5人)

※静岡産業保健総合支援センターと連携

「～こころのサインに気づきましょう～
ゲートキーパー養成研修」

講師：NPO法人静岡こころのサポートセンター理事長 丹澤 潔氏

2021.3.4及び3.8開催 (参加者 26人)

(Zoom開催)

<第1部>

メンタルヘルスマネジメント講習

「社員のこころのSOSの受け止め方

～コロナ禍のゲートキーパー～」

講師：NPO法人静岡こころのサポートセンター理事長 丹澤 潔氏

<第2部>

実践ワークショップ

「テレワークに対応するオンライン・コミュニケーション研修」

講師：久保田智之氏

(臨床心理士・公認心理士)

2021.3.19開催 (参加者 18人) (Zoom開催)

特別基調講演

「健康経営 実践の極意～会社を笑顔にする5つの法則～」

講師：谷田昭吾氏

(ヘルスケアオンライン㈱代表取締役)

下にある図は、研修会のチラシと令和2年度実績です。

企業の人事労務担当者等を対象に、令和2年度は3回実施し、49人の参加がありました。

視点 2 若年層に重点を置いた自殺対策の推進

取組②	若年層の身近なツールを活用した相談支援体制の充実	担当課名	健康福祉部障害福祉課
目的 (何のために)	自殺者数全体が減少傾向にある中、40歳未満の若年層の自殺者数はほぼ横ばいで推移しており、他の年代に比べ減少率が低くなっていることから、若年層の支援の充実を図ります。		
取組 1 : 悩みを抱える若者に対する相談支援の強化		(P.31 参考資料)	
(1) LINE相談 (P.31 参考資料) 本県の自殺者数は減少傾向にありますが、若年層の自殺者数は横ばい傾向にあることから、若年層の自殺対策を喫緊の課題とし、平成30年度より、自殺者数が増加する期間に集中的にLINE相談を開始しました。平成30年度は、8月、3月の長期休業期間等の平日10日間のみ実施し、その後、毎年度実施日を拡充しています。 令和2年度は、5月、8月、3月の長期休業期間等の平日10日間及び4月～3月の土日祝日に加え、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、不安を抱える方の増大に対応できるよう、6月からは平日も含め毎日実施しました。令和3年度は4月から毎日実施しています。			

次に17ページを御覧ください。
若年層への自殺対策です。

本県の自殺者数は減少傾向ですが、若年層の自殺者数は横ばい傾向にあることから、これを喫緊の課題とし、悩みを抱える若者に対する支援として、LINE相談を開始しました。

取組内容 (手段)	○令和2年度の取組	
	ア 当初分	
	区 分	内 容
	対 象	県内の39歳以下の若者
相談期間	5月、8月、3月の長期休業期間等の平日10日間 午後3時から午後9時まで 4月～3月の土日祝日 午後5時から午後9時まで	
相談体制	公認心理師等の有資格者 5月下旬 → 3名配置 (7回線) 8月下旬 → 5名配置 (12回線) 3月下旬 → 4名配置 (10回線) 土日祝日 → 1名配置 (3回線) ※相談開始後1時間は20回線	

表は令和2年の取組です。

イ 拡充分

区分	内容
対象	県内の39歳以下の若者
相談期間	6月～3月の平日（上記の平日を除く）午後3時から午後9時まで
相談体制	公認心理師等の有資格者 1名配置（2回線）

<令和2年度相談実績>

- 利用者延べ人数 3,058人
- 相談員対応トーク数 42,600件
- 相談内容 「人間関係・性格の悩みに関すること」が最も多く（43.6%）、次いで「家族に関すること」（9.6%）、「性・からだのこと」（7.6%）となっている。
- 年齢別 「16歳～18歳」が最も多く（35.8%）、次いで「13歳～15歳」（34.5%）となっている。
- 男女別(延べ) 女性74.9%、男性14.6%、不明10.5%



令和2年度は利用者のべ3,058人、で、16歳から18歳が多く、また女性が多いという傾向でした。

(2) 若者こころの悩み相談窓口 (P.31 参考資料)

(ア) 概要

若年層対策として、平成 27 年度より電話相談を実施してきましたが、令和元年度より民間委託することにより、24 時間、365 日体制に変更して対応しています。

24 時間 365 日体制に変更後は、相談件数が大幅に増えています。

平成 27 年度～平成 30 年度まで

開設日	平成 27 年 5 月 11 日 (月)
実施体制	電話相談員 2 名
業務概要	ア 受付時間 月曜日から金曜日 (祝日及び年末・年始を除く) 午前 9 時から午後 4 時まで
	イ 専用電話 0 5 4 - 2 8 5 - 7 5 2 2
	ウ 相談員 県精神保健福祉センター非常勤職員

※令和元年度より 24 時間、365 日体制に変更

変更日	平成 31 年 4 月 1 日 (月)
実施体制	民間委託
業務概要	ア 受付時間 24 時間、365 日
	イ 専用電話 0 8 0 0 - 2 0 0 - 2 3 2 6
	ウ 相談員 臨床心理士等の有資格者

次に18ページを御覧ください。

若者こころの悩み相談窓口として、若年層を対象に、電話相談を実施しています。

令和元年度からは民間委託とし、24時間、365日体制で実施しています。

取組内容(手段、手法など)

(イ) 相談実績

H27年度	H28年度	H29年度	H30年度	R元年度	R2年度
302件	884件	902件	955件	3,473件	2,815件

※令和2年度の相談内容の内訳では、令和元年度と比較して、「健康問題」が件数、全体に占める割合とも大幅に増加しています。コロナ禍での行動自粛からのストレス増加や精神疾患の悪化などが要因として考えられます。

R元 909件(全体に占める割合 26.1%)
→ R2 1,425件(全体に占める割合 50.6%)



相談実績を見ると、24時間、365日体制に変更してからは相談件数が大幅に増えていることが分かります。

(3) ICT活用相談窓口周知

(ア) 概要

開始年月	平成 30 年 8 月
対 象	県内の 39 歳以下の若年層
内 容	静岡県内においてGoogleで「自殺したい」「自殺手段」等のキーワードを投稿・検索した方を対象に、広告を表示し、広告をクリックすると相談窓口を案内する Web サイトへつながる仕組みとなっている。※平成 30 年 11 月 16 日から「自殺」も追加

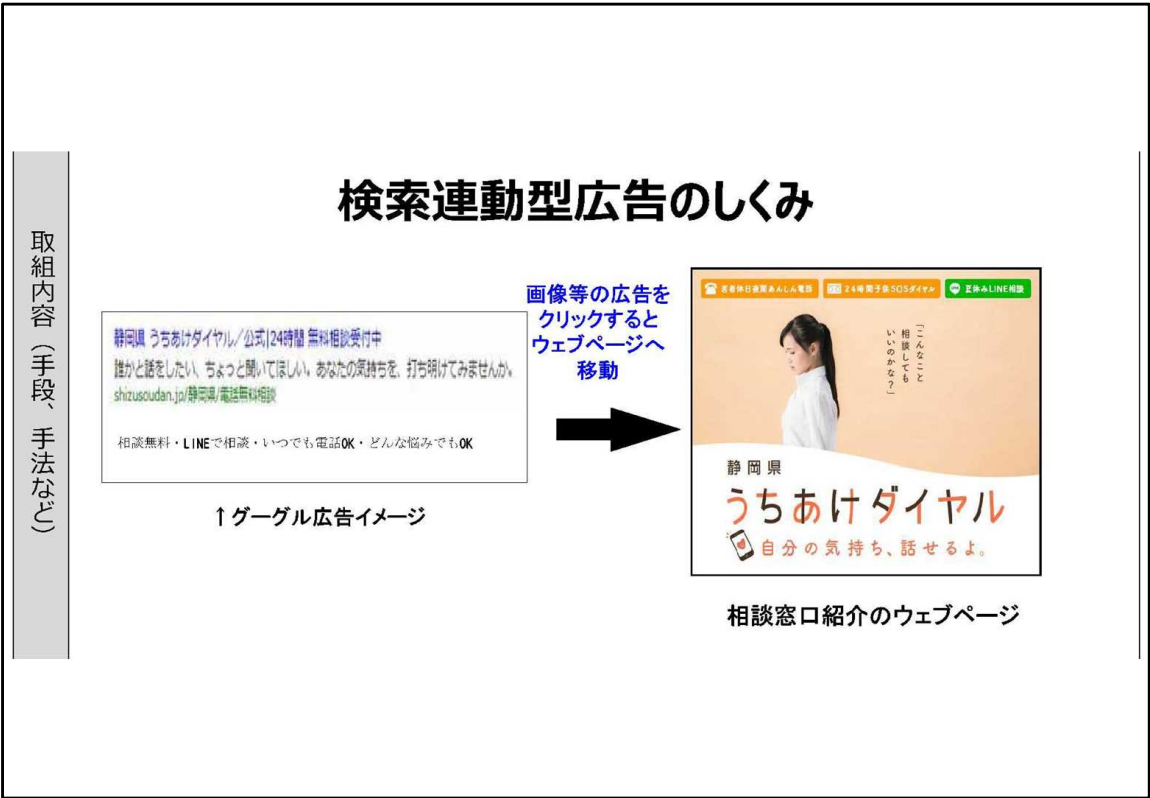
(イ) 実績

年度	H30 年	R 元年	R2 年
広告表示回数	17,986 回	25,499 回	35,759 回
クリック回数	660 回	1,000 回	1,385 回

次に19ページを御覧ください。

ICTを活用した相談窓口の周知として、Googleで「自殺したい」等の言葉を検索投稿した方を対象に、広告表示を行い窓口への誘導をする仕組みを作りました。

実績は年々増えており、令和2年度は35,759回の広告表示と1,385回のクリックがありました。



なお、ICTとは、情報通信技術のことで、インターネットのような通信技術を利用したサービスなどのことです。

取組2：様々な困難やストレスへの対応力の向上

(1) 若者ころのセルフケア講座

若年層(40歳未満)の自殺対策は喫緊の課題であることから、自分自身でころのセルフケアについて考え、困難や環境の変化に対応できる「自助」を促進する目的で、若年層向けにころのセルフケアに関するワークショップを平成28年度より開催しています。

次に20ページを御覧ください。

若年層の自殺対策は喫緊の課題であることから、自分自身でころのセルフケアについて考える、ワークショップを開催しています。

取組内容 (手段、手法など)	<開催実績>			
	日時	場所	人数	内容
	H30.9.24	静岡県男女共同参画センター「あざれあ」(6階大ホール)	130人	・こころのセルフケア講座 講師：臨床心理士 石渡 恵 ・スペシャルゲスト講演 NON STYLE 石田 明
	H31.3.5 H31.3.8 H31.3.11	・ホテル沼津キャッスル ・グランディエールブク東海 ・ホテルクラウンパレス浜松	125人	静岡県福祉職合同入職式の一部として、こころのセルフケア講座を開催
	R元.10.4	静岡県男女共同参画センター「あざれあ」(6階大ホール)	94人	・こころのセルフケア講座 講師：臨床心理士 新谷真弓 ・スペシャルゲスト講演 お笑い芸人 ヒロシ
	R2.3.3 R2.3.9 R2.3.11	・グランディエールブクトーカイ ・ホテル沼津キャッスル ・ホテルクラウンパレス浜松	59人	静岡県福祉職合同入職式の一部として、こころのセルフケア講座を開催
R3.3.21	オンライン形式により実施	45名	・こころのセルフケアワークショップ 講師：ゴルゴ松本 (お笑いタレント・漢字研究家)	

下の表は、開催実績です。

令和3年3月21日はオンライン開催ですが、45名の方が参加しました。

R3.3.21 ワークショップ参加者 アンケート結果

- ・セミナーを通じていのちの大切さについて考えることができたか

できた	81.8%
少しかけた	15.2%
あまりできなかった	3.0%
できなかった	0.0%

- ・セミナーを通じてストレスとの向き合い方について考えることはできたか

できた	60.6%
少しかけた	30.3%
あまりできなかった	9.1%
できなかった	0.0%

- ・普段の生活の中で場面でどういったストレスを感じるか（複数回答可）上位5項目

仕事のこと	24.6%
職場の人間関係	20.0%
家族関係	13.8%
職場、学校以外の人間関係	12.3%
健康問題	12.3%

開催後のアンケートでは、多くの方が命の大切さについて考えることができたとともに、ストレスとの向き合い方について考えることができたと回答しました。

取組3：支援者の資質向上と関係機関との連携強化**(1) 若年層自殺対策研修会**

若年層(40歳未満)の自殺対策は喫緊の課題であることから、若年層を支援する者の資質向上を目的に実施しています。

<開催実績>

研修概要	対象者	H30	R元	R2
思春期心性、若年層の抱える問題やリスク等の理解促進	若年層の相談支援に携わる者 (行政、学校、精神科医療機関、相談支援事業所等)	69人 (H30.12.26)	99人 (R1.8.9) (R1.8.19)	99人 (R2.12.14)

次に21ページを御覧ください。

若年層を支援する者の資質向上を目的に、若年層自殺対策研修会を実施し、令和2年度は99人の参加がありました。

(2) 自殺未遂者研修会 (再掲)

自殺未遂者が再び自殺を図る可能性は、自殺未遂者以外の者に比べて著しく高いことが知られていることから、精神科医療関係者を対象に、自殺未遂者ケアについてのスキルアップを図るため、自殺未遂者ケアの基本及びガイドラインを使った事例対応等を学ぶ研修会を開催しています。
 なお、自殺者の自殺未遂歴の有無では、若年層の女性の「未遂歴あり」の割合が高くなっています。

<開催実績>

研修概要	対象者	H30	R元	R2
自殺未遂者ケアの必要性と精神医学的評価の重要性	精神科医師、看護師、精神保健福祉士、保健所職員等	54人 (H30.11.25)	43人 (R1.11.24)	45人 (R2.11.29)

前述した自殺未遂者のケアをする人への研修会も、若年層の自殺対策として重要です。



静岡県自殺未遂者ケア研修会

自殺未遂者への対応で困ったことはありませんか。
短期対応から継続的な支援まで、臨床現場で役立つ自殺未遂者ケアのポイントを学び、事例を通して
ケアの取り方を考えます。無料、ご参加ください。

対象 県内精神医療機関の医師・看護師・精神保健福祉士等、保健所職員等 約 25 人

日時 令和2年11月20日(日) 午前9時50分から午後1時まで

場所 ・ 静岡県総合庁舎 本館7階 第8会議室(静岡市駿河区有明町2-20)
・ 自宅等インターネットに接続可能な環境(10回線程度まで)※Zoomを使用

内容 ・ 受付時間 9:20~9:50 ・ Zoom を使ったオンライン参加は入室可能時間を別途連絡

9:50~9:55	開会
10:00~11:00	講義①「自殺行動の精神医学的解釈と対応」Web 講義 講 義 者：南宮大平学芸館教授、南宮大平学芸館 脳神経精神科科長
11:05~11:35	講義②「自殺未遂者対応ガイドラインについて」 講 義 者：坂 真(公益財団法人済生会 沼津中央病院院長)
11:40~12:40	講義③「自殺未遂者対応について—事例を通して—」 講 義 者：藤 田 隆(国立西宮大学医学部精神医学教室准教授)
12:45~12:55	行司説明「静岡県自殺未遂者ケア」
~13:00	閉会

申込方法 静岡「自殺未遂者ケア研修会申込書」を 11 月 19 日(土) までに
静岡県精神保健福祉センター宛に送付してください(参加費無料)。

問合せ先 静岡県精神保健福祉センター 電話番号 054(286)9245

※今後の新型コロナウイルス感染症拡大状況によっては、開催内容の中止または変更する場合がございます。
※ご出席参加をご希望される場合は、開催内容の留意事項を
①申し込みフォームに記入いただき、②参加申込書が記入された方は、参加費の納入が必要となります。
③中絶参加費は必要ありません。参加申し込み時に、利用希望の日に必ずご記入ください。
④変更が必要となった場合は、個別にご連絡させていただきます。
⑤交通費は、1日500円、静岡駅北口②第 1 号 立派病院前線バス乗降場(バス停)まで
【静岡県庁舎前】下車 (所要約 12 分)
※Web参加をご希望される場合は留意事項を
①申し込みいただいた後に、招待しメールをお送りしますので、メールアドレスを必ずご記入ください。
②個別に管理の申込書を送り、お申し込みいただいた場合は個別にご連絡させていただきます。
③Web開催中参加費(Zoomシステム費)は各自でご対応いただく必要があります。

取組については以上です。

4 主要事業

事業名	重点項目	2020 予算額(千円)
自殺総合対策事業費		
若年層対策	・若年層こころのセルフケア講座の開催 ・若者こころの悩み相談窓口の実施 ・ICT活用相談窓口周知事業の実施 等	25,090
自殺未遂者支援	・自殺未遂者支援研修の実施	450
対面電話相談	・こころの電話相談、いのちの電話休日・夜間委託 ・自死遺族相談会、遺族のつどいの会の開催 等	8,586
人材養成	・ゲートキーパー養成研修の実施 ・市町が行うゲートキーパー養成研修等の補助 ・企業における自殺対策人材養成研修の実施	8,166
普及啓発	・自殺予防週間、自殺対策強化月間キャンペーン	434
市町支援	・市町自殺対策事業への助成	58,858
地域自殺対策 推進センター	・自殺対策連絡協議会 等	3,200
SNS悩み相談窓口 事業費	・LINEを活用した若年層向けの相談の実施	30,500
その他取組を含めた合計		141,089

次に22ページを御覧ください。

最後に主要事業についてです。
これらの事業により施策を進めています。

施策についての説明は以上になります。

令和3年度“ふじのくに”土民協働 施策レビュー 意見提出シート

第 班 名前： _____

- 1 テーマとなっている施策に関し、あなたが連想するキーワード3つを以下に記載してください。

--	--	--

- 2 施策の説明等を踏まえ、ご自身と施策とのかかわりについて記載してください。

--

- 3 その他、感想等に記載してください。

--

施策レビューでは、参加いただく皆様に、御担当いただく施策に関して連想するキーワード等を事前にお伺いしています。

キーワードを3つ、「意見提出シート」に記載いただき、返信用封筒で御返送くださるようお願いいたします。

説明は以上になります。御視聴ありがとうございました。