

第32回 京都市自殺総合対策連絡会

日時：令和8年9月18日（金）

午前10時～午前11時30分

場所：京都市役所分庁舎4階 第1・第2会議室

1 開会のあいさつ

2 議題

- （1）各機関・団体等の自殺対策の取組について
- （2）京都市こころの健康づくりに関する意識調査について

事務局：（配布資料について確認）

それでは、これより先の議事進行につきましては、連絡会の設置要綱第5条に基づき、中山会長にお願いいたします。よろしくお願いいたします。

中山会長：それでは、第32回京都市自殺総合対策連絡会を開会いたします。お忙しい中御参加いただき誠にありがとうございます。ここからは、私が議事の進行を務めさせていただきます。皆様におかれましては、円滑な進行に御協力くださいますようお願いいたします。それでは、次第の議題に入ります。「1の各機関・団体等の自殺対策の取組について」です。本年度から関係機関の方々の取組をよりよく知っていただくために、連絡会の開催回数を増やすことといたしました。まずは、京都市の取組として障害保健福祉推進室から今年度の取組について説明をお願いいたします。

事務局：障害保健福祉推進室 施設福祉課長の三本松でございます。お手元に配布していますチラシをご覧ください。現在、自殺予防ゲートキーパー周知強化事業を実施中です。心が落ち着く青色を基調としたチラシには、今年度もプロバスケットボールチーム「京都ハンナリーズ」の公式マスコットキャラクター「はんニャリン」にご協力いただき、「京都市ゲートキーパーインフルエンサー」として掲載をさせていただいております。この企画では動画に関連するクイズに正解された方の中から抽選でプレゼントをお送りいたします。よろしければ周囲の皆様へも自殺のゲートキーパーの周知と併せて、この企画のご案内をいただければ幸いです。

中山会長：次にこころの健康増進センターからの御報告をお願いいたします。

事務局：（資料1：京都市における自殺対策の取組 について説明）

中山会長：次に関係機関の皆様方からの取組事例の紹介や御報告事項等ございましたらお願いしたいと思います。5分程度で御報告があればお願いしたいと思いますが、いかがでしょうか。

浅井委員：追加でお配りした資料「つらいとき話せる場所があります」として、自死遺族のための相談

事業を開始させていただいています。基本は電話をいただいて、個別で相談に乗るという形ですが、支援者や、関係機関からの御紹介での相談にも乗るということで、場所を限らずこちらの方から相談員を派遣し、行政の方や支援者の方と一緒に相談に乗るという体制をとらせていただこうと思っています。司法書士というのは仕事柄、人が亡くなってからの仕事が非常に多いです。相続登記等、色々な手続きに関してです。自殺に限らずお亡くなりになられた方の御遺族との接触というのは非常に多く、何をしたいかわからないとか、そういった状況のときに色々な相談に乗れたらなということと、相続登記が義務化になって、来年の4月以降、罰則規定がされるということになり、つらい状況にある中で相続登記を早くさせないといけないなどと焦って相談に来られる方もいらっしゃると思うので、自死遺族のための相談ということで特化して実施させていただくことになりました。各機関の方、周知をよろしくお願いいたします。相談はもちろん無料でございます。

中山会長：司法書士会におかれましては、本当に熱心に御参加いただいて、浅井委員にもリーダーシップをとっていただき、どうもありがとうございます。自殺された方の相続とか、本当にどういう手順でやったらいいのか現場で混乱していることかと思います。引き続きよろしくお願いいたします。他にいかがでしょうか。

鈴木委員：皆様にこの「いのちの電話 事業案内」というのをお配りさせていただいています。ご存じとは思いますが、24時間365日無休で電話を受け続けております。電話がかかってくる件数は、月に大体8万件前後でずっと続いています。実際の電話対応は二人態勢でやっていますが、月に1600件から1700件くらいです。1日に50〜60件くらいの電話対応をさせていただいています。実際の電話は8万件も本当にかかっているのかという話ですが、本当に鳴りやまないのがいのちの電話の状況です。受信率にすると3%を切るような状況で、取れていないと言われている。全国には50のセンターがありますが、常時24時間やっているのは24センターだけですので、24時間やっているところにどんどんかかってきます。特に50センターの中で京都は受電率、要するに実際に話している率というのが全国でも3番目くらいです。京都を狙ってかけてきているというのが現状かなと思います。ただ月8万件の中には、1人で1万件くらいかけてくる人も中にいらっしゃいます。電話をかけることだけが生きがいになっているような状況で、言っていることは繰り返し、パターンが幾つか変わりますが、そのパターンでかけ続けています。例えば長い時間聞いてもまたかけるという状況になって、本当に他に話をするところがない、もうここしかないというような感じで電話をかけてきています。今現在40代の方ですが、その方の分、データの値が上がって、いびつなデータになっている部分があります。いのちの電話は1982年に開局し、それから今年の8月で44年目になりますが、実際91万件を超える電話相談を受けてきました。以前は男女とも同じくらいの相談件数でしたが、ここ10年くらいは女性の方が非常に増えていて、男性が4割くらいの割合になっています。実際に自殺があやしいなという電話は男性の方が多いです。全国的にも自殺者は男性の方が多いので、男性は脆いところがあるのかなと思ったりします。特に就職氷河期と言われている40代、50代、60代の方たちがやはりどうしても生活に不安があって、先行きが見えないということで自殺につながっているというのが今の傾向かなと思います。それと先ほども申し上げ

たように、この電話をずっとかけ続けているのが心配されるところです。

普段の取組ですが、傾聴を第一にしてアドバイスをしないことをメインで行っています。匿名で受けますし、匿名で相談するので、他に相談するところがなくとも安心して相談できる場所として活動しています。ただ、そういう場合、相談を受ける相談員の方がレベルを維持する、できるだけ上げていく必要があるということで、傾聴が本当に難しいというのを痛感しているところです。研修委員の先生方にお世話になり、月1回の反省会や全体研修などを受けるように義務付けています。自殺願望の電話というのは全国的に16%、いのちの電話の統計上も16%くらいですが、「死にたい」と言わなくても気持ちの向こう側に「死にたい」があることが非常に感じ取れる電話がたくさんあります。そういう電話を受けた後、相談員がものすごく感情移入してしまって引っ張られてしまう人がいるので、特に事務局を中心にフォローを行っています。終わった後にどういう話だったかというのを聞いて、話すことで気持ちが落ち着いたところで帰ってもらおうというような状況で運営をしています。ただ、休みの日や夜中の緊急電話が実は事務局長に入るようになっていました。もちろん夜中でも出勤することもあるし、相談員の話の聞いたりします。相手の電話番号を教えてもらえたり、場所が分かったときは、消防署、救急、警察の方に電話を差し上げ、お助けをお願いする場合も1年に何回かはあります。

活動は補助金と寄付金で運営させてもらっているのですが、千人会というのを作って年間1万円の寄付をお願いしているのと、今皆さん生活に追われていて、相談員募集してもなかなか応募が少ないというのが現状で、相談募集回数を増やそうかなと思ったりしています。京都市さんにも交通費の補助と研修費の半額補助をいただいて、それで改善している部分もあります。特に交通費の一部をいただくことで、今現在参加率が5%ほど上がっているなということでありがたく思っています。

中山会長：御報告どうもありがとうございました。今の相談員の方で登録されている方というのは何人くらいいらっしゃるのでしょうか。

鈴木委員：京都いのちの電話で120人ほどです。その120人で24時間365日回しているので、もうカツカツかなと思います。

中山会長：夜の時間帯でしたら何人くらい担当されているのですか。

鈴木委員：夜の時間帯も一応5つの区分になっていまして、1単位が3時間半ですが、夜の時間だけは10時から朝8時までです。ただ仮眠を3時間ほどとってねということでそこを一区分とさせていただいています。夜は2人です。

中山会長：いのちの電話は長年難しい状況の中、最前線で受け止めていただき、本当にありがとうございます。それでは、次は京都府臨床心理士会様、お願いいたします。

金山委員：当会ではここ10年ほど、府の委託をいただいて、大きく2つの取組を進めてまいりましたので報告させていただきます。特に資料等は入れておりませんので口頭で報告させていただきます。1つ目が「職場のメンタルヘルス対策を臨床心理士がお手伝いします」というタイトルで、小規模でメンタルヘルスのところまで予算等の配慮が難しい小規模の事業所様のために、

当会から無料で心理士を派遣して職場のメンタルヘルスと結びつくような講義やワークショップを行っていくというものを進めてまいりました。本年度もスタートしており、当会のホームページのトップページのお知らせの一番最初に上がっておりますので、また御関心のある方がおられましたら見ていただけたら幸いです。もう1点は、例年年明けの1月、2月頃に開催している自殺対策シンポジウムです。昨年も2月11日に行い、今年もその時期に開催する予定で今準備を進めています。様々な切り口で10年ほど取り組んでまいりましたが、冒頭の御挨拶にもありましたように、全体の自殺者数は少し減少という中で、若者世代の自殺者数が大変痛ましい状況が一昨年ぐらいから目立つようになり、国をあげて今そちらに取り組まれていると思います。昨年から子ども若者が生きやすく、少しでも生きる方向に大人が力になれるかというようにテーマを置きまして、今年もその方向で年明けに行うことを予定しています。広報は11月を過ぎてからになるかと思いますが、お心にとどめておいていただけたら幸いです。以上です。

中山会長：どうもありがとうございます。府の臨床心理士会は会員は何人くらいいらっしゃるのですか。

金山委員：会員が1360名ほどになります。

中山会長：ありがとうございます。連絡会で色々な情報を共有していただければと思いますのでよろしく願いいたします。他にいかがでしょうか。

中村委員：当会は月に2回、自死遺族の方々の分かち合いの会を中心に活動しております。2026年度も活動の中間点にきましたが、今年気になっているのは、この7月、8月、9月とかなり参加者が減りまして、5月、6月に比べて半分以下になったかなと思います。やっぱり御遺族の方に伺うと、とても暑かったと。暑くてなかなか外に出ることが叶わず、元々御遺族の方すごく体調も心の調子も崩しやすいので、この猛暑でかなり弱ってしまってなかなか外に出ることができなくて来られなかったという方も多かったので、この猛暑が来年も再来年も続いたらどうなるのかなと心配しています。また今年後半の参加者の様子を見ていきたいなと思っています。あとは先ほど司法書士会の方がおっしゃってくださったように、御遺族の方の相談、悩みというのは本当に複雑で、もちろん気持ちの悩み、家族関係の悩み、それから法律的な悩み、福祉とか教育での悩み、非常に大きいです。すごく難しいと思うのは、御遺族の方が参加されると共通して、家族の中で悩みを共有できない、話せないということを皆さんおっしゃいます。家族の重要な1人を亡くすと、残りの家族の関係が難しくなってしまう、気持ちを共有できない。例えば、夫は私と同じように悲しんでくれない、兄弟を亡くした子どもが心の調子を崩してしまうけれど、どうやって助けてあげたらいいかわからない。そういう悩みがすごく多くて、遺族の会に来られて分かち合われても、家に帰るとやっぱりつらいなという話をされる方もすごく多いですが、法律の世界でも教育の世界でも福祉医療の世界でも相談できる窓口が多いというのはとても私たちには心強いので、そういう取組をしていただいて本当に感謝しています。御遺族さんの悩みを聞きながら、専門のところにつなげたらなと思っております。今後ともよろしく願いいたします。

こころのカフェきょうとから1点御案内ですが、毎年やっているイベントで、チラシを配布させていただきました。12月5日のイベントで「ひびき合う音と心」というものです。今年で19回目になりますが、御遺族の方だけでなく一般の方も広く参加していただけるものです。内

容は講演会とそれからコンサートの2本立てになっています。12月5日土曜日、ハートピア京都、丸太町駅直結の施設の3階で行いますので、周りの方にもお声がけの上来ていただけたらと思います。これは元々私の前の代表で、こころのカフェきょうと創立者の石倉が、遺族の方がなかなか外に出て何かを楽しんだりする機会もなくなってしまっていて、安心して過ごせるそういう場所が少なくなってしまうたり、世の中がクリスマスであるとか、お正月になるとか華やかになるにつれ、御遺族の方は半面寂しくなったりする場合に、そういう季節にみんなで音楽を楽しんだりという機会を持ちましょうということで始まりました。おかげさまで行政の協力も得ましてどんどん規模も豪華になっていって、皆さん楽しんでいただけたと思うのでぜひお越しください。よろしくお願いします。以上です。

中山会長：ありがとうございました。遺族の方々一人一人違った悩みとのことで、どうもありがとうございました。それでは他の団体からはいかがでしょう。

廣谷委員：Sottoの運営においては、本願寺、西本願寺、それと真宗大谷派、東本願寺様との官民連携のもとで行わせていただいている活動をしております。今回、「聞き方のお稽古」というチラシをお配りしました。これは、死にたい気持ちをどうやって受け取るかの練習の研修です。相談員になってもらうための研修ではなく、しんどい人がそばにいる方が、どんな風にしてしんどい思いを受け止めて、言葉をかけてもらおうと嬉しいかというのを体験するような活動です。相談員になるという決意をしてから受けても、研修の感じが思っていたのと違う、自分に合わないということがあるのではないかという心配があり、なかなか申し込みにくいというのが本音だろうと思います。そこで、うちではまずオンラインで2時間、全国どこからでも良いので短時間で体験してみて、その後相談員たちとともに研修を受けて、座学を受けたり、グループに分かれてロールプレイをやったりしてみて、これは自分にぴったり合っていると思ったらまた、京都の1日体験というものがあり、朝の10時から5時半までお昼を一緒に食べて、それでうちの理事をやっている住職のお寺でゆっくり色々なことを話し合ったり、ロールプレイをしたりしながら、傾聴について体験していくというレッスンです。傾聴と言うとよく言われるのが、黙って聞く、オウム返しで聞くことは分かるが、その後どうしたらいいんでしょうっていう質問が大体来ます。自分が言った言葉をそのまま返されると少し虚しくなるというふうな体験をしていくうちに、では一体どんな言葉を返されたら嬉しいのか、どういうのが心を打つのかを体験して自分たちで探していくというお稽古です。私たち研修する人間からこう言われたら嬉しいでしょうかこう言いたいというお話は決していしません。そこで気付いて、あ、面白そう、やってみようと思えば続けていただいて、後には相談員になっていただくというのが一番望ましい進み方ではないのかなと私は個人的に思っております。私たちの団体はこうして身近な活動や他の団体との連携や学び合いを通じて、共に支え合う地域作りを進めてまいりたいと考えています。どうぞよろしくお願いします。

中山会長：どうもありがとうございました。この聞き方のお稽古は今年から始められたのですか。希望されてくる方もコンスタントにいらっしゃるのですか。

廣谷委員：始まって3年くらいです。新たな気付きがあるというふうに言われます。

中山会長：どうもありがとうございます。それでは他の団体からはいかがでしょう。

山口委員：京都弁護士会の取組としては、毎週月曜日の 16 時から 18 時、「話すがきっかけ」という取組を行っています。これは法律相談なのですが、元々は自死遺族の方、それから御本人が希死念慮を抱えているような方、それから障害や病気をお持ちの方を対象とした法律相談ということで始めました。無料相談ですが、月曜日に必ずやっていて、かなり電話はいただいています。実際スクリーニングをするわけではないので、どんな方でも電話をしてきていて、それこそ自死の問題ではないような方も電話をしてくる方がいらっしゃいますが、それらも含めて全部相談をお聞きするというので、このような相談を京都弁護士会として毎週行っているということをお一つ紹介しておきますので、もし皆様の中で何か法律相談の窓口、相談先を知りたいという方がいらっしゃいましたら、この電話相談も御紹介いただければというふうに思います。それから私の方は日本弁護士連合会の自殺の PT にも所属していますので、日弁連の取組についても少しお話しさせていただきます。2025 年の 11 月に、日弁連の主催で自殺対策の全国協議会というものを東京で開催しました。テーマとしては子ども若者の自殺対策をテーマにしまして、南山大学の森山教授や東京弁護士会の弁護士などが話をしました。この自殺の全国協議会というのは日弁連が 2 年に 1 回開催していて、その時々に通じたテーマで研修しているのですが、目的としては弁護士自身が自殺対策についてのスキルアップをするということと、もう一つは全国の自殺対策に関わっていらっしゃる関連機関、それから自治体の職員の方との連携を深めるということで主催しています。今回のテーマはまさに自治体の自殺対策と関連することもあり、かなり多くの自治体の関係者の方が参加しており、京都市からも教育委員会が参加していただいていたと思います。京都府の方も参加されていたと思います。その中で一つ、日弁連としてもこれから取り組んでいきたいなと思っているテーマとして、子ども若者の自殺危機対応チームを国の方から設置するように話が出ているところですが、各弁護士会ではその自殺危機対応チームに派遣を要請されている弁護士会もあります。全ての自治体で設置出来ているというわけではないですが、今後もし設置するようであれば、ここでもテーマで挙げていただく、あるいは実はこの分野というのは弁護士の中では子どもの権利委員会という委員会がしている部分でもありまして、子どもの問題つまり学校、子どもの分野など横断的に関わる問題だと思うので、そのあたりもこれから弁護士会としても検討していかなければいけないと思いますし、自治体としても色々検討していただければいいのかなというふうに思っています。以上です。

中山会長：子どものことについて色々大きな組織として取り組んでいかれるので大変心強く思いますし、後でぜひ大学の立場から色々御意見いただければというふうに思います。よろしくお願いいたします。それでは、他いかがでしょうか。

小野委員：チラシを 1 枚配布させていただいておりまして、7 月 27 日に、京都市で新たに相談窓口が 1 つできましたので御紹介させていただきます。御承知のとおり、令和 6 年 11 月に京都市にケアラー支援条例ができました。ケアラーについて、高齢、障害、疾病等、様々な理由で援助が必要な方を無償でケアしている方と定義したうえで、そうしたケアラーの方も安心して暮らして自己実現が図れるような社会を目指していこうという条例であります。条例に基づいてどのような取組が必要かを当事者の方々にも意見をお聴きしながら検討したうえで、7 月 27 日にこの窓口を開設しました。身近な方をケアしている方やその家族の方であればどなたでも、また、学校の方、職場の方や地域の方も含めて、誰かのケア、身近な方のケアで悩んでいる方、

気になる方におかれましては、何でも御相談していただき、一緒に考えていく窓口になれるよう開設しております。相談を受けるだけではなくて、ケアラー支援という視点で様々な分野の情報を集めてまとめて発信したり、研修をしたり、ケアラーの方、元ケアラーの方の居場所づくり、知識や経験を生かして活躍できる機会をどのように見出せるか、という取組もこれから進めていきたいと思っておりますので、ぜひ知っていただき、また詳しいことや気になることがありましたら、福祉のまちづくり推進室またはケアラーサポートの方にお問合せいただけたらと思います。こちらも京都市社会福祉協議会への委託により開設しているものであります。どうぞよろしくお願いいたします。

中山会長：ケアラーという言葉もここ 10 年前は全然言われていなかったんじゃないかと思いますが、ケアする人を支援するという体系も整えられてきてるということで大変ありがたく感じております。

山田委員：労働局では、自殺対策というとやはり職場におけるメンタルヘルス対策の推進ということになりますが、今 9 月がその全国労働衛生週間の準備期間ということで取組をお願いしているところです。この労働衛生週間のチラシの裏、準備期間（9 月 1 日～30 日）実施事項ということで、労働者の心の健康の保持増進のための指針に基づくメンタルヘルス対策の推進に関する事項ということで、事業場等を取組をお願いしているところです。特に今月は終わりましたが自殺予防週間もございましたので、それに関係しまして、メンタル不調を未然防止する取組を主にお願いますところ。また、労働者数 50 人未満の衛生管理者・産業医の選任義務のない事業所も、ストレスチェックが義務になるということでチラシも 1 枚御用意させていただいています。こちら施行期日が前回ではまだ決まっていなかったのですが、令和 10 年 4 月 1 日から義務になります。労働者のメンタル不調の未然防止として、本人のストレスの気付き、セルフケア、予防、メンタルヘルスの保持増進が重要ですので、それを全事業場で取組をしていただきます。それに当たりましてどのように取組をしたらいいのかということで、小規模事業場向けのマニュアルの方も整備され、または専門家等の支援ということで、産業保健総合支援センターの方の連絡先等々も記載させていただいているところです。まだ、高ストレス者の医師による面接指導というところが具体的には厚生労働省から下りてきておりませんので、その辺りは今途中という段階です。以上です。

中山会長：どうもありがとうございました。小規模事業所の課題は昔からありましたが、だんだん充実してきているということで大変ありがたく感じております。色々な団体から御活動の御報告をいただきました。連絡会の中で情報を共有して、つなげていくような会になればというふうに思っております。これまでの報告について何か御意見、御質問があればいただきたいと思いますが、いかがでしょうか。では大学生の立場から、京都光華大学の金子さんからよろしいですか。

金子委員：電話で相談を受けてらっしゃるお話の中で、感情移入して気持ちが引っ張られてしまう方のケアも必要という話を聞いて、最近若い人であれば AI でも相談をしている人が多いですが、やっぱり人と話す方が相談しやすいと思います。その中でケアも必要だし、人数も少ない中で

やってらっしゃるお話を聞いて大変だなと思います。AI とかでも頼れるところは頼って相談できる場所がもっと増えたらいいなと思いました。

中山会長：ありがとうございます。それこそ若い世代は色々なことに触れていますよね。AI がきっかけで自殺してしまうこともあると聞きます。何か今の点について、経験をお持ちの方はいらっしゃいますか？いのちの電話さんから何かあればお願いします。

鈴木委員：電話してくる人たちも、AI に聞いて、なおかついのちの電話に電話をしてくる方がいます。「なんで？」と相談員が聞くと、AI は自分の良いようには言ってくれるので、「死にたい」、「楽になる方法がないか」って言ったら、そういった話もしてくれます。だから自殺予防につながるような状況も生まれているような話を聞いたりします。本当に AI に相談している、相談しながらいのちの電話に電話をしている。要はカウンセラーに行くとお金がかかるけれど、AI に言ったらお金がかからない。でもやっぱり電話をしてくるという状況が最近あります。相談員からも AI の話をしていたとよく耳にするようになりました。

中山会長：ありがとうございます。AI の問題は避けては通れないし、色々議論していく必要がありますね。私なんかも 60 半ばですけど、こちらが見ている世界と、10 代 20 代が見ている世界は多分全然違うと思うので、ぜひ遠慮なく色々教えてください。大人たちも一生懸命考えているけれど、よりマッチさせるようなことが必要になるかもしれません。では次に、こころの健康づくりに関する意識調査の項目について、事務局から説明をお願いいたします。

事務局：（資料 2：京都市こころの健康づくりに関する意識調査項目について説明）

中山会長：この件につきまして何か御意見あればお願いいたします。AI の相談を利用したいと思うかという項目は、もう既に使っちゃっている人も結構いますよね。

事務局：既に AI を使って相談されているというお話もありましたので、相談先の把握方法の項目につきましては一旦事務局の方で検討させていただけたらと思います。AI が生活レベルに下りてきたというのがこの数年言われていることですので、我々も認識をしないといけないと改めて思いましたので、検討させていただきます。

中山会長：とても大事なデータになりますね。他いかがでしょうか。もしまたお気づきのところがあれば、また事務局の方に御連絡いただければと思いますので、よろしくをお願いいたします。それでは、令和 7 年の自殺者数・統計等（確定値）について、事務局から報告をお願いします。

事務局：（資料 3：令和 7 年の自殺者数・統計等（確定値）について説明）

中山会長：御報告どうもありがとうございました。この報告について何か御意見などあればお願いいたします。一番ピークの時は、全国で 3 万人を超えていました。数字だけ見ていると減っているので良いという話もありましたが、全然良くはないですよ。本当だったら 0 になってほしいところですが、毎年 2 万人近くまだ増え続けているということをやはり意識をしないといけません。減っているから安心というわけでは全然ないですよ。取組の成果が出てきているのは確かだと思うんですけども、色々課題を感じさせられます。ではここまでで事務局や各委員

の皆様からの御報告につきまして、全体を通して何かお気付きの点があればいただきたいと思います。ですが、いかがでしょうか。それでは市民委員さんからお言葉をいただければと思います。

森 委員：私は実は家は京都にあったのですが、現役時代海外と国内に転勤とか立ち上げが多くて京都にあんまりいなかったんですね。現役を引退して、京都を外側から客観的に今まで見ていたのので、実際中に入った京都はどうなんだろうということで、市民委員に応募させていただきました。京都を客観的に言わせていただくと、やっぱり他の府県、他都市に比べて大学含め学びの場が多いです。ということは勉強される若い学生さんが多いですよ。その若い学生さんのパワーが昔だったら学生運動とかにつながりましたが、今どこにつながっているのかなというのを思いました。今回この自殺願望もそうですが、どうしても今はストレス社会と言われて、みんなストレスがたくさんあると思います。それを潜在的な要因の間に自殺を留められたら良いですが、それが顕在化した案件がやっぱり自殺につながっているんじゃないかなと個人的に思います。私が一つ感じたのは先ほど京都いのちの電話の説明をされた中で、女性が多いと言われていました。年代別でいくと 20 代から 30 代 40 代で、やはり波があると思うんですね。一番多いところを叩かないとなかなか根本解決にならないんじゃないかなと思います。この会で一番感銘を受けたのは京都光華大学の方を呼ばれていることです。私も娘が行っていた関係で光華の役員にさせていただいたこともあって、光華の中には何度も訪れていましたが、これも縁かなと思います。京都は他の県に比べると、こういった対策は他の県に先駆けて進んでいると客観的に思います。ただ残念なことに、良い取組をしても、これが我々京都市民に伝わっているかどうかというのが一番大きな観点じゃないかなと思います。今後、この活動自体は全然間違っていないし方向性も正しいと思うので、若い方をどんどん取り込んで、SNS はセキュリティの問題があるので、セキュリティ対策も一応しっかりしていただかないといけないと思いますが、取り組んでいけば、我々市民としても切り口を変えた視点でまた意見具申をさせていただきたいと思います。本日はありがとうございました。

中山会長：どうもありがとうございました。またこれからも色々御助言ください。それでは金子さんからお願いいたします。

金子委員：私は大学で社会的孤立について学ぶゼミに所属していて、子ども食堂でのボランティアや地域の世代間交流にも参加しています。私が活動に参加して感じるのは、同世代との関わりも大切ですが、それ以上に世代を超えて人とつながることが大切だと感じています。子ども食堂ではご飯を食べに来る子どもや自分たちボランティアの学生の他に、地域の大人の方々等も来られるので、色々な世代の方と交流することが多いのですが、一緒にご飯を食べるだけではなく、会話を交わしたり、子どもと遊んだりするなかでも自然と関係ができています。私が活動に参加して印象に残っている子がいて、子ども食堂は夜の 8 時までやっていますが、何時に帰っても良いことになっている中で、その子だけはいつも毎回夜の 8 時まで滞在していました。最後までいる理由はその子にしか分からないと思うんですが、私は少なくとも子ども食堂がその子にとって居心地が良いとか自分の居場所だと感じてくれていると思って印象に残っています。私はその姿を見て家や学校といった場所とは別に、自分の居場所があることが若い人にとっても大きい意味があるのではないかと感じています。また、若者が支援される側だけでは

なくて、誰かの役に立つ側になれることの大切さも感じていて、自分に役割があったり誰かに必要とされていることも人とのつながりを感じられるきっかけになったり、若者の孤立を防ぐことにつながるとしています。自殺対策と言えば相談窓口や専門的な支援などが浮かぶと思いますが、その前の段階として地域の中でのつながりや自分の居場所がとても大切だと思っています。こうした居場所があることで周りも変化に気づくことができるし、若い人の孤立を防いで結果的に自殺予防にもつながるとしています。私自身もこれからゼミでの活動やボランティア活動を続けながら若者が孤立しにくい地域とはどのようなものか、若者が役割を持てたり役に立てるようになるためにはどうしたら良いか考えていきたいと思っています。ありがとうございました。

中山会長：子ども食堂も本当に最近言葉は知られるようになってきましたが、素晴らしい取組だなとつくづく思います。子ども食堂の歴史が何か調べたことってありますか？いつ頃どこでどんな風に生まれてきたのかって、すごく大事なところだと思うんですね。行政が作った場から出てきたものでは多分なくて、自然に出てきたものかもしれないし、そうだとするとすごい話だなと思いますよね。ぜひ自分の目の前のことと今までの歴史的なものも両方見てもらうと、視野も広がるんじゃないかと思います。また生成 AI の話で、一番使っているのはいわゆるチャッピー、ChatGPT の無料バージョンですよ。大学生を対象としたような実態調査みたいなものも本当はあっても良いのかなと思いました。先ほどのアンケート調査は市民全体が対象なので、どうしても使っているか、使いたいと思っているかで止まってしまいますが、使っている前提の話だともっと色々なことを聞く機会ができそうです。そういった研究自体も大学生と一緒にアイデアを出していけると良いかなと思いました。

中山会長：他に何かお気づきの点があればいただきたいと思いますが、よろしいでしょうか。それでは、これで全ての議事及び報告を終了しましたので、皆様におかれましては円滑な議事に御協力いただき誠にありがとうございました。事務局の方にお返ししたいと思います。

事務局：どうもありがとうございました。

それではこれをもちまして第 32 回京都市自殺総合対策連絡会を閉会といたします。皆様、本日は貴重な御意見等いただきまして誠にありがとうございました。

(閉会)