

## 第29回 京都市自殺総合対策連絡会

日時：令和6年3月18日（月）

10時00分～11時40分

場所：職員会館かもがわ 大多目的室

### 1 開会のあいさつ

### 2 議題

- (1) 本市における自殺の状況及び自殺対策に係る取組について
- (2) その他

事務局：(配布資料について確認)

それでは、これより先の議事の進行につきましては、京都市自殺総合対策連絡会設置要綱第5条に基づき、中山会長にお願いいたします。中山会長よろしくお願いいたします。

中山会長：今年も3か月が過ぎましたが、1月の能登の震災や国外を見てみても、本当に心の痛むことが続いていると思います。

そして、本連絡会では、自殺対策について様々に協議しているところではありますが、京都市においても自殺者が増加している状況です。連絡会の構成機関・団体の皆様は、日々それぞれの立場で御尽力いただいているところです。本日も様々な御意見をいただき、自殺対策の取組について考えていきたいと思っております。

それでは議題に移らせていただきます。

まず、「(1) 本市における自殺の状況及び自殺対策に係る取組」について、事務局から説明をお願いします。

事務局：(資料1～資料2について説明)

事務局：資料2の京都市における自殺対策の取組について、少し補足させていただきます。

まず、こころの相談電話ですが、こちらはコロナ禍を受けて、令和2年から24時間365日体制を敷いております。これはコロナ禍における自殺リスクの高い方への対応も踏まえて取り組んだもので、国の交付金等を活用した事業でした。

御承知のとおり、昨年5月にコロナが5類感染症に移行したことに伴い、他都市では電話相談の日数や時間を短くするような対応をされているところもありますが、本市においては、自殺者数に加え相談件数も増加傾向あることを踏まえ、令和6年度から国の財政支援も縮小となりますが、本市の予算をその分増額し、来年度についても、直営と委託を併せた24時間365日の相談体制を維持していくこととしております。

また、ゲートキーパーの養成の強化については、ゲートキーパー研修の継続はもちろんですが、今年度、国がeラーニング教材ということで、ゲートキーパーの養成に関する動画を作成しております。こちらを、関係機関や団体により多く拡散、視聴いただき、できる限り多くの

方に、ゲートキーパーになっていただけるような取組を検討しております。

このほか、昨年度に策定した自殺総合対策推進計画に基づく種々の取組について、地道にしっかりと進めていきたいと考えております。

事務局：(資料3について説明)

事務局：本市におけるこどもの自殺対策に繋がる取組といたしまして、教育委員会生徒指導課から取組の御紹介をいただければと思います。よろしく願いいたします。

戸田委員：教育委員会生徒指導課の戸田と申します。

こどもの自殺対策緊急強化プランにあります1人1台端末の活用ですが、教育委員会でもこれを受けて対策を検討しており、現状としては、今年の2月から試行実施という形で、1人1台端末を使って子ども達の状況を把握する取組を始めております。

具体的には、試行実施中の学校で朝の学活等の時間を活用し、子ども達その日の体調や心の状態を、端末を使って回答します。この回答を集約できる形になっており、気になる子どもについては、日々の状況を踏まえて、継続して観察することができるシステムになっています。

現在は試行実施中ですので、利便性の向上やシステムの不具合等の修正も踏まえて、取組を向上させ、全校実施に向けて拡大を進めていきたいと考えております。

その他にも、不登校の子ども達への取組についてもプランに出ておりましたが、不登校の子ども達が登校できるようということで様々な対策を進めており、24時間の子どもに関する相談電話を設けるなど取り組んでいるところです。

中山会長：御説明ありがとうございました。ここまで、御意見、御質問等はいかがでしょうか。

浅井委員：司法書士会の浅井です。

こどもの自殺対策が全国的な重点取組として挙げられていると理解しているのですが、資料1の1(4)のグラフで、全国では小中高生の自殺者数の統計がありますが、なぜ京都市のデータはないのでしょうか。

事務局：自殺者数に関するデータは、全て国において集計され、提供されているものです。小中高生の自殺者数は、全国の公表データはありますが、本市レベルで公表されているものがないため、近似値となる20歳未満自殺者数のデータを使用しております。

中山会長：自治体レベルでは、小中高生に絞ると規模的に個人を特定することができるため、公開できるデータがないということもあるのでしょうか。

事務局：そのとおりです。

中山会長：難しいところで、要因を分析するためには本当はどんどん詳細な情報に近づいていきたいんですが、個人情報保護が分析をするうえでの障壁になってしまう。この連絡会でも以前から話題として出ており、それは少しずつ乗り越えていかなければならないところでもあります。

他にはいかがでしょうか。

中山会長：自殺対策について色々な取組をしていますが、電話相談については、京都市で国の予算を引き継ぐような形で予算確保し実施しているということで、大変ありがたいことだと思います。

電話相談はただやればよいというわけではなく、中身がどうかということは検討が必要だと考えています。実際に相談の多い月別や時間帯別のデータを教えていただけますでしょうか。

事務局：全体の相談件数は増加傾向にあり、今年度は、年間の総件数を踏まえると毎月1,000件を超えるような状況です。相談が多い時間帯はムラがありますが、21時以降0時までの深夜帯に多く、以降は少し少なくなり、明け方頃からまた相談が入るという状況です。直営の時間帯は、1か月80~100件程度の相談に対応しております。

中山会長：質の確保の面で、事業者の選定はどのようにされているのでしょうか。相談に対応しているのは専門職ということですか。

事務局：専門職での対応です。本市では、事業者をプロポーザル方式で選定しており、より良い相談体制を行っていただける事業者を評価し委託している状況です。

また、事業者の相談対応状況のチェックについては、現在の事業者は関東のため、ZOOMではありませんが、お互いに対応状況の共有や情報交換等などを行っております。

中山会長：相談員の教育も非常に重要だと思いますので、きちんと目が入る形が望ましいと思います。

芦田委員：市民委員の芦田です。

私も以前に他都市でいのちの電話の相談員をしておりました。相談件数というのは、私の実感としては日中が多いんです。ただ1件当たりの相談時間は、深夜帯はものすごく長くなって、要するに、同じ方が深夜帯をずっと使って話をされている。件数は0時以降の深夜帯が非常に少なくなりますが、相談内容が重くなるというか、自殺問題を絡めていくと、よりリスクの高い方が深夜帯にかけてきているという印象があります。

中山会長：相談は、慎重な対応が求められるとともに経験値を必要とすると思いますが、担当者の教育等をどうされているのか、いのちの電話の方から情報提供いただけますでしょうか。

中瀬委員：いのちの電話が民間事業者と全く違うことは、相談員の資格に制限はなく養成研修を受けた相談員が対応し、その活動はボランティアで時給等が発生しないということです。

いのちの電話では本当の素人性をすごく大事にされていて、お互いさまの市民運動として活動しています。ですので、そうした民間の相談電話の事業者と同じ電話ではないと考えています。

そうした事業者の専門職の方と同じような研修をしているかはわかりません。

中山会長：ありがとうございます。相談者側でも、いのちの電話と市の相談電話では電話する際の気持ちも違うのかもしれないですね。

中瀬委員：いのちの電話はお互いこの苦しい社会を生きていこうよというスタンスで問題解決型ではありません。問題を解決するのは本人ではありますが、問題を解決するために人を感じるが一番大事だと思います。孤独や孤立の方が人を感じた瞬間に初めて力が出るということもあり、もしかしたら何とかなるかもしれない、電話したところで何の問題も解決しないけれども、でも何とかなるかもしれないという思いを持っていただくために電話を取っています。スタンスが違うかもしれません。

中山会長：ありがとうございます。いのちの電話は、長きにわたりボランティアとして活動を続けてこられており、感謝の一言に尽きますけれども、色々なところで、セーフティネットワークを作っていくことが大事だと思いますし、その中でこうした民間事業者が相談等の取組を始めることで、ビジネスとしてやることで良くなることもあれば、ビジネスとしてやることで切り詰められてしまったところもあると思います。

こうした点についても、市において御検討いただければと思います。

芦田委員：今の話に続きますが、民間の方は恐らく相談件数等データの報告を求められるかと思いますが、そちらに気が向いて相談に寄り添えないことがあるかもしれないと思います。

いのちの電話の場合は、特に深夜帯は無言の電話があります。全く話はされないけれども切らない、ずっと風の音なんか聞こえていて、こちらあまりお話しせず、たまにぽつと質問すると答えられる場合もあるし、そのまま無音が続く場合もあるし、そういう報告書が書けないけれども、そこにいて一緒に電話で繋がることで、助かる方がいらっしゃるんですね。

そうしたことが民間の事業者では難しいことがあるのではと思いました。例えば LINE やメールでも空で送っても対応しますよとか、そういうようなことができたらと思います。

中山会長：貴重な御助言ありがとうございます。同じ電話相談でも違うということを改めて感じました。どちらもある方がよいと思います。

中山会長：それでは、次の議題に移りまして、せっかくですので本日御参加いただいている各委員の皆様から一言ずついただければと思います。

日頃の御活動の中での自殺予防に対するお考え、京都市の自殺者数の増加に関する対策について思うことなど何でも結構ですので、お一人ずつお話をいただけますでしょうか。

岡委員：健康長寿企画課の岡と申します。私は、高齢分野の施策を担当しております。

報告となりますが、令和6年度から、重層的支援体制整備事業というものが開始されます。

この事業は、自殺対策と非常に対策や取組の進め方が似ております。相談を断らず包括的に受けとめ、受けとめた相談を多機関で協働して支援していく。さらには、参加支援やその方の様々な居場所であるとか、或いは社会との繋がり、そして、地域全体で支えていくというような地域づくり。個別支援と地域づくりの取組を一体的・包括的に進めていくという事業です。

我々は高齢分野ではありますが、様々な複合的な課題を抱えている方に対しては、こうした仕組みを使いながら、みんなで受けとめて、みんなで支えていくという考え方になりますので、自殺対策についても同じような考え方で、今後進めていければなというふうに思います。

船橋委員：左京区役所副区長の船橋と申します。普段は、子どもはぐくみ室長と障害保健福祉課の担当部長を兼務しております。

先ほど大学のまち京都という話が出ましたが、左京区は6つの大学があり、多くの学生が暮らしており、学校関係者からは、一人暮らしを始めて、メンタルヘルスに不調をきたしたり将来の就職について不安を抱える学生が多いとお聞きしております。

左京区役所では、大学の学園祭に出向いてストレスチェックをしたり、相談窓口の啓発等に力を入れているところが特色です。今後とも計画にある健康に関する相談窓口として対応していくとともに、学生さんの悩みにも応えていけるように努めてまいりたいと思います。

戸田委員：学校現場には様々な課題を抱えている子どもたちがいますが、中でも自殺は最も避けなければならないことだと考えております。

先ほど申し上げたような様々な対策を通して、学校現場とも協力しながら、自殺が起こらないよう、教育委員会と学校が一体となって取り組んでいきたいと思います。

石田委員：京都市立中学校長会の石田と申します。

昨年もこの場所で学校の現状についてお話ししましたが、学校の教員は、ゲートキーパーと

してもものすごく大きな役割を果たすと感じています。一方で、学校の教員の仕事は授業です。授業以外のところで、いかに先生方が余裕を持って子ども達に対応できるかということが自殺予防につながると思います。

かつて校内がすごく荒れた時代に学校で起こっていた問題は、対教師暴力やシンナー、煙草などでしたが、現在はオーバードーズや不登校、希死念慮、自殺企図、リストカット、自傷行為が非常に増えています。

大切なのは、子ども達にとっても長い時間接している教職員の余裕。これがないと、子ども達に対応できないと思います。自殺予防もそうですが、色々なところで教員がかなり疲弊しています。さらに働き方改革が押し寄せています。かつては22時23時まで学校に残って仕事をすることにはなりますが、昼間の子ども達と遊べました。今は時間外勤務の削減で、部活動等の時間をぐっと減らして、早く学校を閉めて帰ることになっています。今の教員達は子ども達と長く接したい反面、様々な事務仕事が増え、早く学校も閉まるという状況が起きているということを知ってもらえたらと思います。ほとんどの教員が子ども達のために何かしたいと思っているので、もし今後、教員の時間の余裕が生み出される何かがあれば、10代の、特に小中高生の自殺者数は減らせるのではないかなと思います。

それから、昨年度に続きますが、自殺者数を日本の中で比べてはいけけないのではということ。欧米と比べて、日本と韓国の自殺率の高さは色々なシステムを考えないと、京都市だけではいけないのではないかと個人的に思います。

近藤委員：京都府臨床心理士会の近藤と申します。我々の団体は、臨床心理士の職能団体です。

今年度は、自殺予防対策として自殺対策シンポジウムを京都府民向けに開催しました。また、京都府内の企業向けにメンタルヘルス事業として出前セミナーを数回実施しており、これらの活動を引き続き続けたいと考えています。

廣谷委員：認定NPO法人京都自死・自殺相談センター（Sotto）の廣谷と申します。

当団体の活動は、金曜日と土曜日の夜の電話相談、メール相談、居場所づくりです。この居場所づくりが特色でありまして、お寺に集まって食事をしたり、死にたい気持ちを話す場を作ったり、身体と心のリラックスを目的にヨガやストレッチの先生を呼ぶなどのプログラムを繰り返し実施しています。

問題があるとすると、ほとんどの活動が日中ということがありました。日中となると、主婦の方や引きこもりの方限定になってしまうため、土曜日や日曜日の夜やったらどうだろうという意見があり昨年からはじめています。今年は毎月1回に加えて4月、7月、10月、1月の4回、アクセスしやすい駅前のお寺で、18時から20時半まで集まって話しましょうという会も今年からプラスいたしました。そうすると男性の方も集まるようになりましたし、行きたくてもいけなかった方々が、時間帯がずれたことでいらっしゃるようになったので、今後も安心して気軽に寄り添える場を提供していきたいと思っています。

尾崎委員：京都府警察本部人身安全対策課の尾崎と申します。

警察では、自殺の現場に臨場し、御遺族からお話を聞かせていただくことを含め、事件性の有無等を慎重に判断します。私もそうした現場に何度も行ったことがあり、統計では見えてこない、様々な原因があることを肌で感じており、自殺を1件でも減らしていきたいと思っています。

人身安全対策課では保護・行方不明業務を担当しており、警察署と連携して、自殺企図者が行方不明になられた際の発見活動や、発見した際の保護の対応を行っております。

浅井委員：今年の4月1日から相続放棄が義務化され、司法書士は相続放棄を通じて一般の方々とお会いするケースが多いのですが、自殺に限らず、家族を亡くされた御遺族が相談に来るということで、ファーストコンタクト非常に大切だと考えております。

新人研修で、近畿の司法書士合格者研修では私が講師として自殺に関する講話をしており、御遺族ともファーストコンタクトで間違いないようにということでやっておりますが、相談が非常に増えてきている状況です。亡くなってから1週間経たないうちに相談に来られる方もおり、そこまで焦る必要ないですよと話をさせていただきますが、その辺りで会員のレベルアップというのは急務なのかなと感じております。

山口委員：弁護士会の山口です。

私個人の話ですが、昨年と今年に入ってから私が関係している依頼者等がたまたま相次いで自殺をされました。過去にもそうしたことはあったのですが、やはり身近な人というか、自分の家族でなくても、相談を聞いていた人であるとか、そういう人が自死をされるということはすごく気持ちとして傷つくというか、とても悩むことがあるなど今感じています。

今回241人の方が京都市で自殺されていることで、遺族の方はそれに応じて当然いらっしゃると思いますが、資料を見ていると70代ぐらいの方や無職の方で自死されている方が多いということですし、後は学校でもお亡くなりになってる方もいらっしゃる。そういう方の家族はもちろん、支援者や、或いは高齢者であれば例えばケアマネさんやヘルパーさんのような方は、家族ではないですけどものすごく身近な方だと思うんです。

先ほど警察の方の話もありましたが、やっぱりそういう方々がいらっしゃって、そういう人達が受けるフォローと言うか、気持ちの問題というのも最近自分もそういう当事者になってみてもすごく感じるがあります。過去に、介護の事業所に身近な人を亡くした場合にどのような心理状態になるかという話をしたことがありましたが、そうした方たちもまさに自死リスクというか、その仕事を続けていく上で次こういことがあったらどうしようみたいな気持ちになると聞いていますので、今日は出ていませんでしたけど、そういうフォローも大切になってくるのではないかなと思います。

当然自死をなくすということは大事ですが、関わる方たちのメンタルの問題も大切かなというふうに思いました。

中山会長：おっしゃるとおり、支援者をサポートできる体制が不可欠だと思います。

乾委員：看護協会の乾と申します。看護協会では、看護職そのもののメンタルヘルスのサポートと、もう1つは、対象患者さんや御家族、不慮の事故で亡くなられた場合などの対象をケアできる看護師を育成するという大きな二本の柱があるかと思えます。

看護職そのものについては、多重課題と申しますか、一種のタスクシフト等で業務が本当に複雑化・複雑化しておりますので、そうしたところで新人を含め、メンタルサポートの研修を行っております。

一方で、患者さんや御家族に対するケアの面では、例えばがん看護や精神看護、看取り、認知症等々の専門看護師や認定看護師といったスペシャリストの育成に力を入れており、各施設で活躍できることを目指していますがもう1つは災害です。今回の能登の事例もありましたが、

災害時に支援する看護師の育成はもちろん、被災した心のケアが重要となっておりますので、そのようなところの研修に力を入れています。

小見委員：厚生労働省の外郭団体であります、京都産業保健総合支援センターの小見と申します。産業保健分野から働く方の自殺防止ということに取り組んでおります。

令和4年度のデータになりますが、仕事が原因でうつ病等精神障害を発症した方で2,683人の労働災害の請求があり、これは過去最高の数値です。そのうち自殺に至ったという案件、請求があった件数が183件で、これは3年ぶりに増加しています。

当センターの活動は、個人ではなく会社の経営者、若しくは人事労務の担当の方からの同窓者への対応等の相談や、同様のことが起きないように、会社の体制をどうすればよいかという相談を受け、専門の先生の派遣や会社の就業規則を作るサポートを無料で実施しています。

前田委員：京都市社会福祉協議会の前田と申します。社会福祉協議会では、生きづらさを抱えた方の個別支援から、地域の皆様と地域づくりをするというような幅広い支援を行っています。

私の所属する参加支援部は、京都市からの事業を受託し、制度につながらなかつたり狭間にあるような方、働くことに挑戦したいという方、ひきこもりの方への支援を行っています。

ひきこもりの相談窓口は、基本的にはひきこもりの方からの相談ですが、色々な相談電話があり、よく他の相談電話につながらずかけてこられる方もおられるので、まずはしっかり話を聞いていきたいと思っています。

ひきこもりの方は、いつまで今の状況が続くのかという不安やしんどさを抱え、生きていてもしょがないとか、死んでしまいたいとか、消えてしまいたいという言葉が発せられます。親から色々言われたり、家族以外に頼れる人がおらずどうしたらいいのだろうと、自分の将来を描けないという状況から死んでしまいたいというようなことを、本当はそうは思っていないけれども、直接的な言葉ではないこともありますが話をされますので、そうした思いを丁寧に聞いています。ひきこもりの方の支援では、電話をかけてくださったことが、大きな支援の一步どころか十歩、五十歩ほどもあると感じています。先ほどつながりを作るということが大切と話をされていたのは本当にそのとおりでと思います。電話をしっかりと聞きし、そこからつながりを作っていけるように、また、関わりを通して、一緒にやりたいという気持ちも芽生えてこられますので、そうした思いに寄り添って伴走支援していきたいと考えています。

ひきこもっている方の相談がありましたら、この相談窓口を御案内いただければと思います。

多田委員：京都市保健協議会連合会の多田と申します。我々は、ごみ減や健康診断を中心に活動しております。

自殺というのは、市民しんぶんにもほとんど載っていないし、普段関わりがない者からするときつい話題のような印象もありますが、今日の会議を聞いておられますとやはり隣近所や知人からの助言や支えが非常に必要だと思うんです。そうすると、毎月2回発行している市民しんぶんなどにどういう形で相談窓口等について載せたらいいのか相談してみたいと思います。

戌亥委員：京都市PTA連絡協議会で中学校のPTA会長をしている戌亥と申します。

保護者の立場からは、こどもに対してこうしたほうがよい・悪いというような観点で話をしてしまいがちなところがあります。学校では最近取組みとして、こどもにとってどういう形が幸せかを寄り添って考えて対応してくれる先生方も沢山おられます。幸不幸も色々な捉え方があると思いますが、やはり何かと比較をすると良くないのではないかと、どういう状態が幸せな

のか考えたらいいのかと思ったことがあります。その際、アドラーの三原則に関する本で、自己受容と他者信頼、他者貢献の3つが満たされると人は幸せを感じることができるというものを読みました。

誰かと比較するのではなく、自分自身のあり方や考え方で幸せが決まるんだなと感じると同時に、こどもにこうした考え方を伝えていければ、こどものあり方も変わってくるのではないかと考えました。これはこども同士の日々の関わりの中でも、会えて嬉しいというような声かけで相手の貢献感を満たすことができ、貢献できることで自分自身のことも受容でき、相手のことを信頼できるような関係ができたときには、もう幸せの三原則が作られているのかなと思います。相談窓口でも、その人の存在をまず受け入れてあげて、そして自分自身が、何か役に立っていると実感できたら、死にたいという気持ちは出てこないのかなと思います。

芦田委員：戌亥委員のお話を聞き、否定したり押し付けたりすることは届かない。そこに一緒にいることが大事だと感じました。

事務局へ質問等が何点かあります。

一点目として、こどもの自殺が夏休み終わりに増加するというのを聞きますが、京都市としてはどのような普及啓発の取組をされているのでしょうか。

二点目ですが、アルコール等の依存症の方や、性的少数者等周囲に相談しづらく孤立しやすい方は自殺リスクが高いと考えられます。自殺対策を検討するうえで、連絡会にこうした当事者の方に御参画いただくことはできないのでしょうか。

また、プランでは依存症対策を総合的に推進するために、関係機関団体との連携を図るとありますが、性的少数者への支援の項目には、関係機関団体との連携を図るという文言がありません。これを入れてはどうかと思いました。

最後になりますが、これはもう既にされているかもしれませんが、自死遺族等に対する支援について、自死遺族等ということで、山口委員の話もありましたが、色々な理由で大切な人を亡くされた方のショックはすごく大きいと思いますが、そうした方たちへの呼びかけやアプローチをどのようにされているのでしょうか。

事務局：夏休み終わりのこどもの自殺対策については、厚生労働省においても9月の自殺予防週間に向けた啓発ポスターを作成しており、8月中から掲示の依頼を各機関にお願いをしているところです。このほか、こども・若者向けの普及啓発として、TikTok 広告や検索連動型広告によるこころの相談窓口に関する情報提供や、京都市ゲートキーパーズ公式 LINE での情報発信を行っております。

また、相談事業として、弁護士等の複数の関係機関と合同で開催するくらしとこころの総合相談会では、夏休みに限らず、学生の相談に優先的に対応できるようになっております。

中山会長：自殺者が増加する時期を見越した対策も重要ですね。

事務局：依存症等の当事者団体の連絡会への参画に関する御質問ですが、御指摘の通りアルコール或いはその他薬物等への依存症が自殺リスクを高めるということは、調査などでも明らかになっており、予防の取組として依存症という観点是非常に重要であると考えております。

一方で、自殺対策については依存症に限らず、生きること全般に関する支援ということで、雇用や経営等の経済的問題、育児や介護、学校生活の悩みなど、様々なことがリスク要因になり得るということを踏まえ、この連絡会においては、そうした特定の分野だけでなく、全体的



な方針を検討する場とさせていただいております。

具体的な実際の取組の中で、依存症をはじめとする当事者の方々とも連携をしながら活動を展開してまいりたいと思います。

そして、性的少数者の方と依存症の方についての計画における表記の違いですが、計画上はそうした表記はありませんが当事者の方々との連携は非常に大事なところですので、計画の記載にかかわらず連携を図っていくというところで取り組みたいと考えております。

事務局：自死以外の大切な方を亡くされた遺族等へのアプローチについては、本市においてグリーフケアのリーフレットを作成しており、この中で、心身の状態や相談窓口等について紹介をしております。

中山会長：ほかに会議全体を通して御質問や御意見はありませんでしょうか。ないようですので、議事を事務局にお返しいたします。委員の皆様におかれましては、円滑な運営に御協力いただき、ありがとうございました。

事務局：ありがとうございました。

それでは、第29回京都市自殺総合対策連絡会を閉会とさせていただきます。皆様、本日は貴重なご意見をいただき、どうもありがとうございました。

(閉会)