

令和6年度 第2回佐久市自殺対策連絡協議会会議録

日 時	令和7年2月5日(水)13:30~15:00	場 所	佐久市役所 南棟 3階会議室
出席者	委員等 16名 ・ 事務局 9名 計 25名		
会議内容			
<p>1 開会</p> <p>2 あいさつ</p> <p>3 会議事項</p> <p>(1)地域における自殺の基礎資料について【資料1】(事務局説明)</p> <p>(2)心といのちの総合相談会について【資料2】(事務局説明)</p> <p>(3)心のほっとライン・佐久について【資料3】(事務局説明)</p> <p>＜質疑応答＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・10代の自殺者は小中高どの年代か。 →厚生労働省の統計資料からの把握のため詳細は不明。 ・総合相談会で10代以下の方が相談に来ているが、小中高どの年代か。 →高校生とその親で参加された。 ・心のほっとラインにかけてくる10代の方はどんな方か。 →大学生や高校生となっている。 ・心のほっとラインの相談内容内訳の「その他」にはどんな内容があるか。 →近所のトラブルについての相談等がある。 <p>(4)令和6年度佐久市自殺対策連絡協議会の反省と来年度への要望について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特になし <p>(5)来年度事業計画について【資料4】(事務局説明)</p> <p>＜質疑応答＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・SOSの出し方教育について、小学生向けにもできないか。チャイルドラインにも小学生からの相談が多い。心と身体の説明等聞けると良いのではないか。 →小学生向けSOSについては、他のところからも要望が出ている。教育委員会や人権同和課と検討していきたい。 ・チャイルドラインの相談窓口カードを小中学生に配布しているが、自分たちで仕分けて各学校に配布している。小中学校に配布する際に一緒に配布してもらえないか。 →教育委員会に情報共有して、対応について改めてご連絡する。 <p>(6)その他</p> <ul style="list-style-type: none"> ・R6年度チャイルドラインの状況について【チャイルドライン資料】 <p>朝日新聞に「R6は全国の自殺者数は減少しているが、子どもの自殺が最多」という記事が掲載されていた。その中に「一人一台端末を活用した自殺リスクの早期把握・早期支援」との記載があった。佐久市においても小中学校で一人一台タブレットを持っており、タブレットのアイコンから相談につながる仕組みがあると聞いた。そのことについて教えてもらいたい。</p> <p>→(教育委員会)子どもSOS相談フォーム「TOUCH」は、タブレットにあるアイコンを押すと入力フォームが出て、何か悩みがあった時に、誰に何を相談したいか等を入力して送るとその内容が教育委員会に届くようになっている。教育委員会に届いたら、相談したい相手と日程等調整して相談対応している。本人の許可が得られれば、他の相談対応者にも繋いでいる。昨年度から開始し、年間80件程度の相談あり。そのうち3/4が小学生、1/4が中学生。内容は友人関係、先生との関係等。</p> <p>→(チャイルドライン)タブレットで色々入力することが子どもにとってハードルが高いと思って</p>			

いたが、意外とできることに驚いた。相談して解決につながることはとても良いと思う。ただ、相談したくてもできない子もいると思う。昨年末にチャイルドライン運営者の全国会議があった。そこで全国の方と情報共有する中で、県にお願いしてタブレットにアイコンを出してもらったというところがあった。佐久市でもチャイルドラインもタブレットのアイコンを押せばすぐに繋がるようになるとありがたい。

《意見交換・情報交換》

1 中学生向け自殺予防啓発事業(SOSの出し方に関する教育)について

○長野県弁護士会

弁護士の佐久在住会、子どもの権利委員会で毎年、いじめ予防授業を実施している。今年度は御代田北小学校で実施。いじめの定義についての話や「お葬式ごっこ」を題材に2時間かけて授業をした。

お葬式ごっこの話は、実際に亡くなってしまった事件であるため、ショックを受ける子もいるが、早い段階で最悪の事態の現状を知ることですら少しでもいじめの予防につながれば良いと感じる。弁護士だけでやるとできる学校が限られてしまうが、弁護士に限らず他の業種でも同じようなことができれば良いと思う。

○佐久保健福祉事務所

- ・中学生に限らないが、健康相談は保健所でも随時受け付けている。県LINEアプリでの相談もある。
- ・中高生から直接相談が入ることはないが、県精神保健福祉センターの心の健康相談から保健所につながるケースは数件あった。学校や家族から相談が入ってつながるケースもある。自分や自分の周りに困っている子がいた時に相談先が分からない、ストレス発散方法が分からないということがあると思うので、早いうちから相談先・対処方法を伝えていくことは大切。
- ・子ども家庭庁が開発したワークショップを長野日大高校で実施したという新聞記事を見た。生徒の中で困っている役、相談する役等の役を決めてロールプレイをして、それぞれどんな気持ち感じたか考えるというもの。小中学校でもそういうことができると良いのではないかと。また、佐久大学で信州大学院生によるゲートキーパー養成研修を実施した。年齢が近いことで心を開きやすく話がしやすいと感じた。佐久大学の学生がゲートキーパーの養成に関心を持ってもらえたら、市や学校がフォローして、中高生に向けたゲートキーパー養成を学生達がやっていけるのではないかと。ゲートキーパーを身近に感じられると思う。

○佐久市保護司会

犯罪者の中には、うつ病を持っていたり、話すことが難しい方もいる。そういう方との接し方を保護司としても学んでいかなければならないと感じる。ここには色々な立場の方がいるので、色々な知恵を借りたいと思っている。保護司向けの研修をしていきたいので、講師をお願いしたらご協力願いたい。

○ウィズハートさく

4・5年前に泉小学校PTAから直接依頼があり、ゲートキーパー養成研修を実施した。親向けに「子どもに死にたいと言われたら、親はどう対応したら良いか」、子ども向けに「SOSを出しやすくするにはどうしたら良いか」という内容で行った。親子ともに自分の取扱説明書を作り、「困った時はどうやって表現する?」「自分で対処できることは?」「周りにどうしてほしい?」を言語化して書いてもらった。書いている様子から、優等生と思っていた子が全然書けない等の姿も見られた。SOSが出せない子は、出してはいけないと思っていることも分かった。必死で子育てしている家庭が多く、親自身がSOSを出せない方が多いという現状も見受けられた。また、傾聴ごっことして、「自分がこう言われたらうれしい」という例を出してワークを実施した。泉小でしかやっていないので、この方法で良かったのか分からないが、終了後のPTA会長からの話では、親も子も辛い気持ちが吐き出せたし、それに気づけた。親たちも頑張っているという肯定的な振り返りができたとの感想をもらった。保護者向けの自殺対策の参考になれば。

2 若者の自殺対策について

○佐久薬剤師会

緊急避妊薬のハードルが低くなり、手に入りやすくなってきているが、知っている人が多い住所地での購入はハードルが高い。長野県薬剤師会ホームページに案内が掲載されているので、必要があればご活用いただきたい。

○佐久保健福祉事務所

「にんしんSOSながの」が予期せぬ妊娠に関する相談窓口となっているため、活用していただければ。高校入学する際、成人式の時など若年層が集まるところで、緊急避妊薬についてや相談窓口の啓発ができれば良い。

○心といのちの支援相談員

新聞で、オーバードーズ(OD)を防ぐため、ドラッグストア等の薬剤師が何度か来る子ども達に声をかけて地道に対応していく中で、ODを防ぐ…というような記事があった。佐久市においてもそのような取り組みがあれば良いと思うがいかがか。

→(薬剤師会)ODにつながる薬は、指定第2医薬品になる。販売方法としては、直接手に取れない場所にあり、薬剤師が症状等問診した上で販売する。また、販売数も1人1個までという決まりもある。

高校生以上になれば薬の容量としては問題ないので、販売はする。ドラッグストアが増えているため、ハシゴされてしまうとなかなか防ぐことが難しい。それぞれの店舗で対策はとっているが、薬局同士の連携というのは難しいのが現状。

3 働き盛り世代の自殺予防対策について

○佐久地区労働者福祉協議会

誰かに相談できないというのが一番多いと思っている。まずは相談窓口があるということを周知していく必要があると考えている。佐久地区労働者福祉協議会構成団体の役員宛に相談窓口のパンフレット・カードの配布をしている。

○長野県弁護士会

佐久在住会では、毎週金曜日に多重債務相談を実施している。借金の返済が難しくなった場合、破産や民事再生等の方法があると説明し、借金は解決できる問題であることを伝えている。

○東信労政事務所

・企業の人事労務を対象に心の健康づくりフォーラム(職場のメンタルヘルス)を毎年開催している。
・労働相談では、職場の人間関係、パワハラ、メンタルヘルスについて相談対応している。産業カウンセラーによる相談も実施。相談に来る男性は真面目な方が多い。一つの悩みですごく大変というより、色々なことが重なって辛くなっていく方が多い印象。ストレスが大きくなる前に抵抗感をあまり感じない形で気軽に話せる場所や関係性を築いていくことが大切だと感じる。相談になる前の人間関係や地域の場を大切に、それをベースに何か工夫できないかと考えている。

○佐久医療センター

治療と仕事の両立支援と言われているが、支援を求めてくる方が少ない現状もあり、なかなか難しい。医療機関としては、精神疾患もそうだが、その他の疾患の方についても働きながら病を抱えながら

生活していく人を支えていくという部分で関わっていければと考えている。何かをきっかけに相談につながらないかと考えている。

○オブザーバー 長野県精神保健福祉センター

- ・自殺対策事業については、それぞれの視点から委員皆さんで作ってほしい。
- ・意見交換・情報交換について、3の働き盛り世代への対策については、県の電話相談等やっている中で感じることは事業所の中での対策も薄く、相談につながっている部分もあると思う。事業所の中でも労働を守るような形でうまく相談につなげていただければと思う。
- ・1、2の若者の対策は、長野県としても大きな問題になっているところ。SOSの出し方教育、ゲートキーパー養成研修等様々な試みをしている。佐久大学でのゲートキーパー養成研修、長野日大高校でのワークショップのように地域の若者の力を身近なところで取り入れていければ良い。今年度、県でも若者が生きやすい社会になるためのワークショップを開催した。また来年度、東信・南信での開催を検討している。
- ・子ども自殺危機対策チームの事務局を長野県精神保健福祉センターで行っている。これは、支援チームを支援するもの。必要があれば利用してほしい。現時点で関わっている子どもの自殺はゼロだが、まだ救い切れていない命があるため、県・各市町村で協力していければと思う。

《事務連絡》

- ・来年度委員改選があるため、来年度に入ったら依頼文を送付する予定。
- ・第二次佐久市自殺対策総合計画の令和6年度評価、令和7年度計画について来年度に入ったところで照会予定。
- ・次回協議会については、来年度7月下旬頃開催予定。

4 閉会