

令和7年度 第2回佐久市自殺対策連絡協議会 次第

日時：令和8年2月5日（木）

午後1時30分～3時

場所：佐久市役所南棟3階会議室

1 開会

2 あいさつ

3 会議事項

《報告事項・協議事項》

(1) 地域における自殺の基礎資料について 【資料1】

(2) 心といのちの総合相談会について 【資料2】

(3) 令和7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

(4) 来年度事業計画について 【資料3】

(5) その他

《情報提供・話題提供》

「自殺対策基本法の一部を改正する法律の概要について」

長野県精神保健福祉センター 主査 竹内 美帆 氏

《意見交換・情報交換》

4 閉会

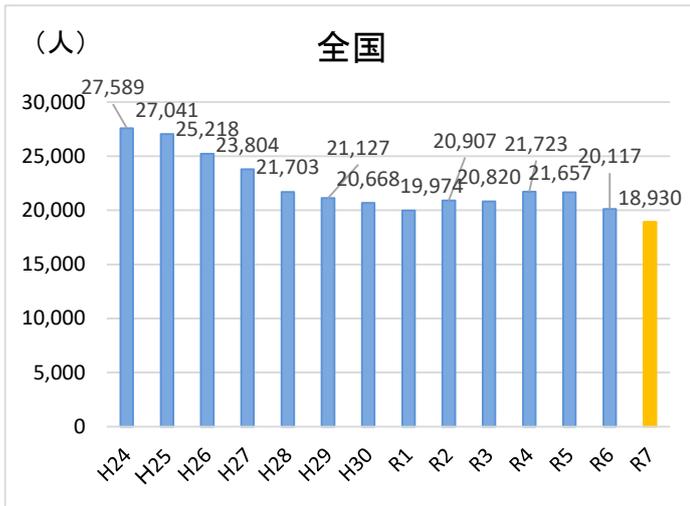
◎次回会議について

日時：令和8年7月下旬 午後1時30分～（予定）

自殺の統計(地域における自殺の基礎資料)について

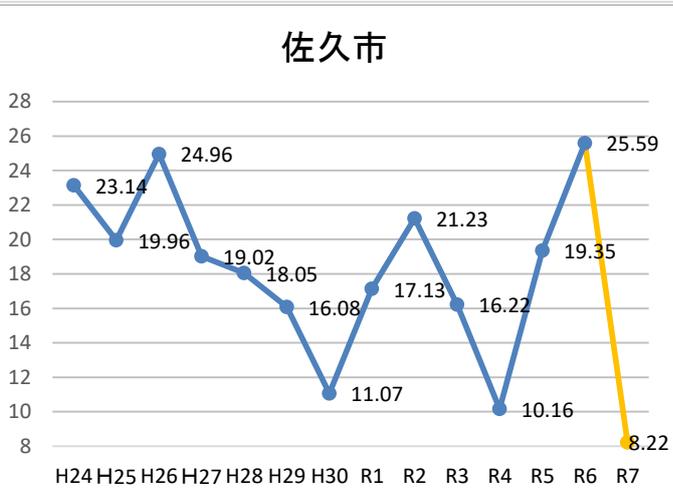
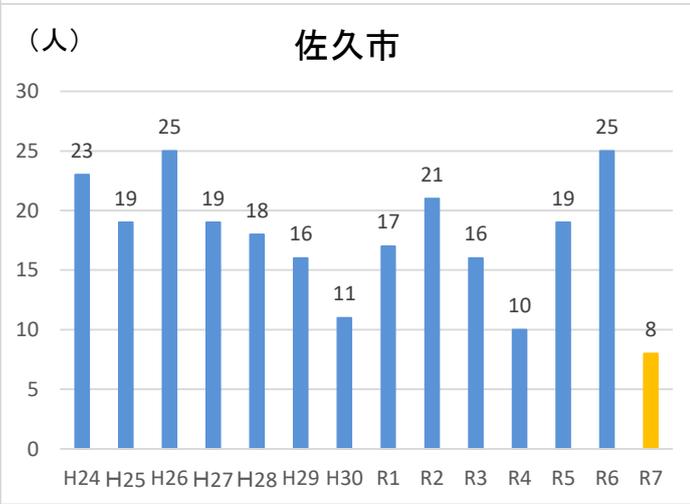
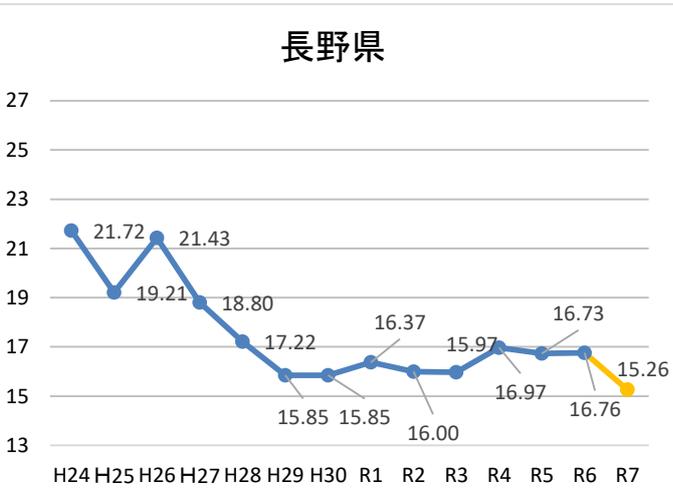
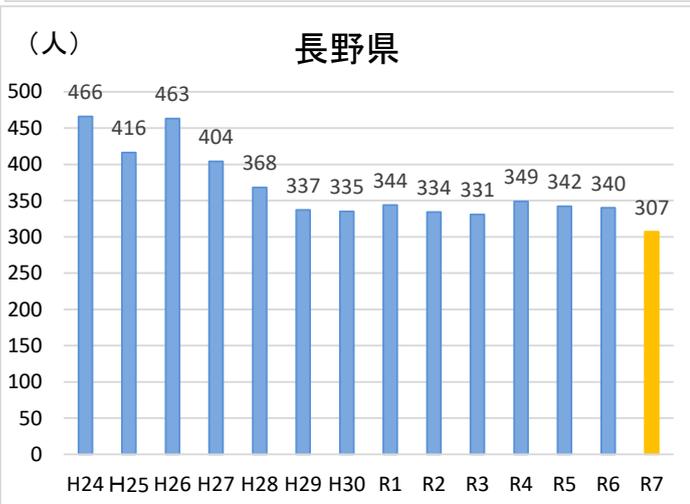
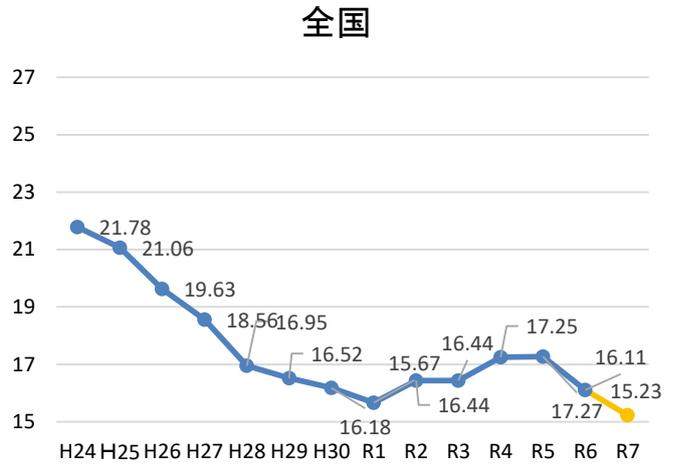
●「自殺者数」及び「自殺死亡率」の比較

【自殺者数】



【自殺死亡率】

* 自殺死亡率: 人口10万人当たりの自殺者数。

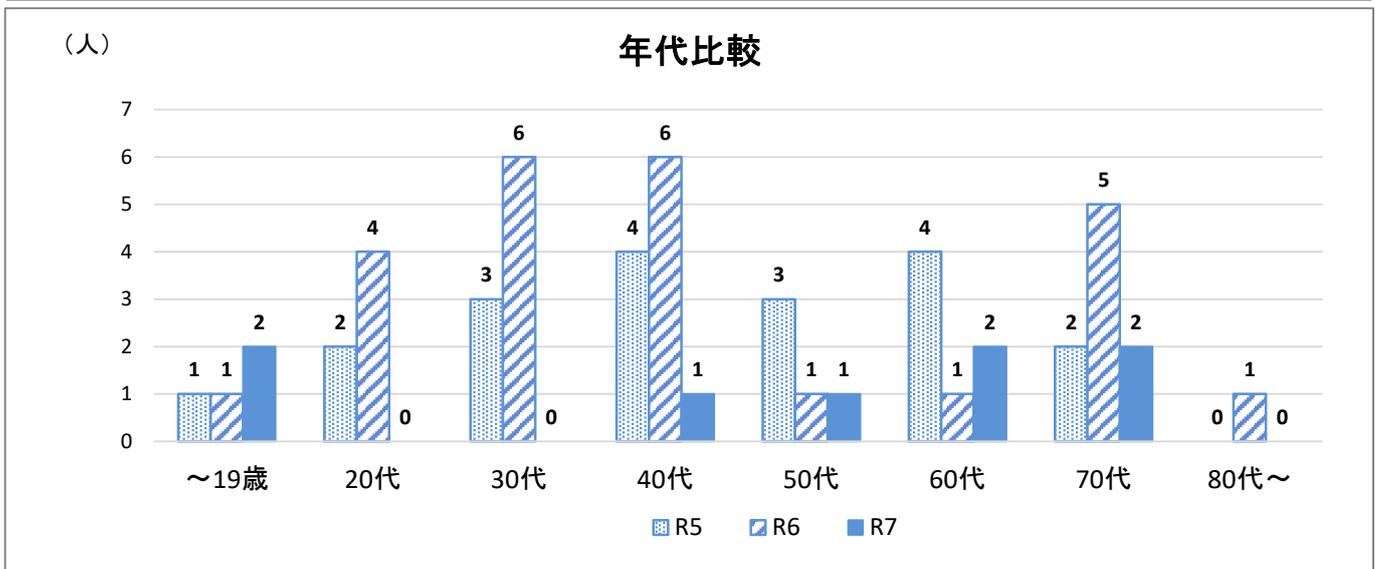
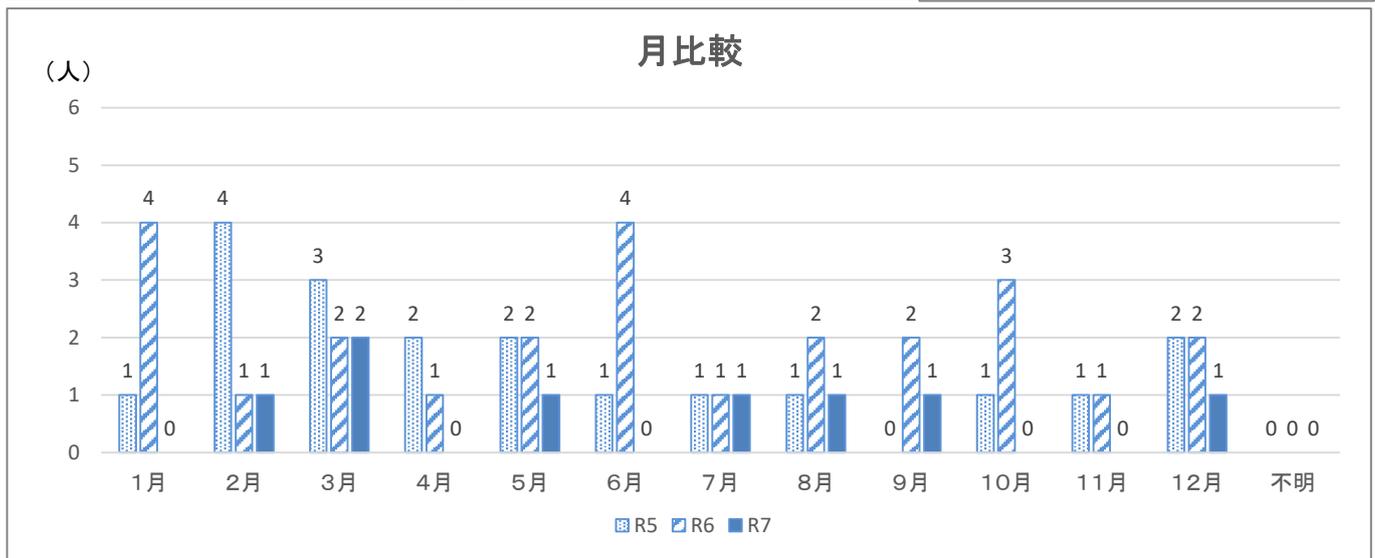
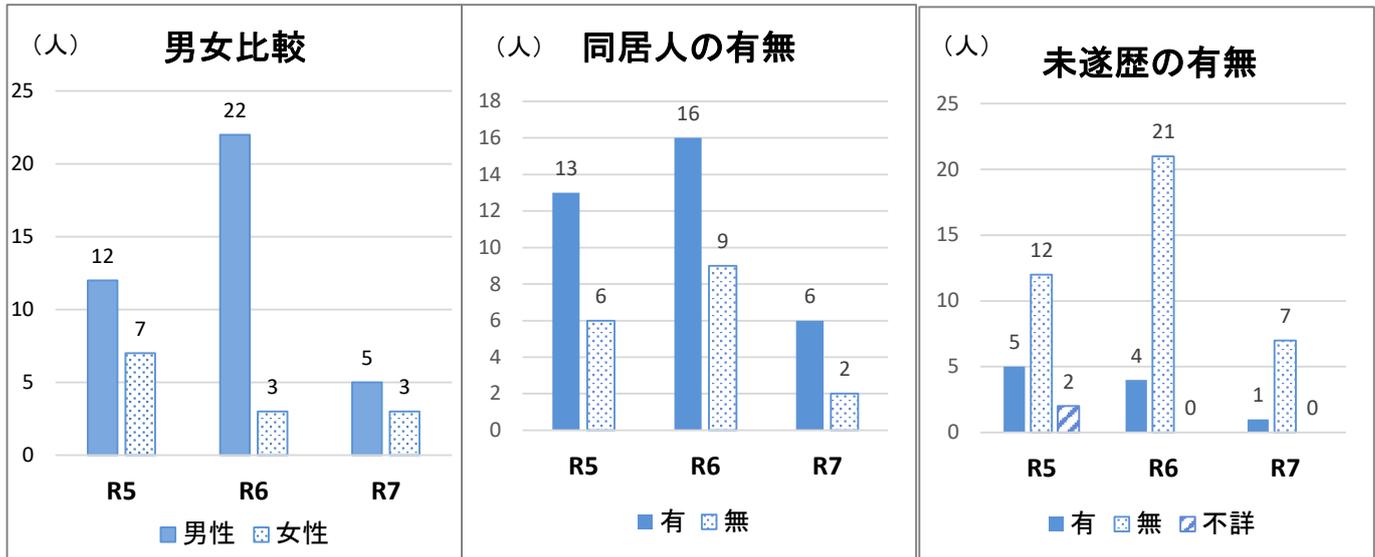


<自殺統計データについて>

自殺の状況に関する統計データは、「自殺統計」(警察庁)、「地域における自殺の基礎資料」(警察庁の自殺統計原票を厚生労働省において特別集計)、「人口動態統計」(厚生労働省)の主に3つがあります。

この報告では、市町村別に公表されている最も詳しい資料である、厚生労働省HP「自殺の統計: 地域における自殺の基礎資料(自殺日・住居地)」(警察庁の自殺統計原票を厚生労働省において特別集計)の「確定値(自殺日・住居地)」(3月公表)に基づく数値を用いています。

佐久市における自殺の状況



まとめ【自殺者数】令和7年は暫定で8名で会った。前年より減少している。

【男女比較】経年的に男＞女。

【月比較】令和6年は1月、6月が4名と多かったが、経年的には、3月が多い傾向。

【年代比較】30代～60代の働き盛り世代が多いが、若年層や高齢者も自殺者は出ている。

引き続き、あらゆる年代に向け、年間を通して自殺対策に取り組んでいく必要がある。

タブレット端末 チャイルドラインホームページのアイコン追加について

経緯:こどもの自殺者数が最多 全国 R4:514人、R5:513人、R6:529人
佐久市自殺対策連絡協議会内で委員から提案

令和7年度 第1回佐久市自殺対策連絡協議会報告書より抜粋

NPO法人チャイルドライン佐久 小林委員より

- ・チャイルドラインは、子どもたちの「助けて」の声を聴く電話であり、問題を解決するのではなく、話を聴くことを大切にしている。ウェブサイトの「みんなの声」コーナーでは、子どもたちの様々な「つぶやき」が掲載されており、孤独感や家族関係の悩み、死にたいという思いも綴られている。
- ・長野県内の小中高校には、チャイルドラインの電話番号と説明が書かれたカードを配布している。今年は子どもの自殺率が休み明けに高くなる傾向があるため、例年より早く7月に配布した。
- ・相談内容では「心の悩み」が最も多く、その内訳では「気分のおちこみ」が最も多く、次いで「死にたい」という希死念慮が続く。小学生からも「生きていたくない」という言葉が聞かれる。
- ・電話をかけてくる動機の82%が「話を聴いてほしい」というもので、周りに話を聴いてくれる人がいない現状が伺える。
- ・子どもたちに配布されているタブレット端末にチャイルドラインのアイコンを設置し、ホームページに直接繋がるようにしてほしい。(つぶやきを見るだけでも、悩んでいるのは自分だけではないんだ、という安心につながる。)

～チャイルドラインホームページ(紹介)～



毎日ひとそれぞれ、みんな色々な気持ちをかかえながらすごしています。
みんなはこんなとき、どうしているんだろう？そんなときはチャイルドラインに寄せられた子どもたちからの声をみてみてください。なにかヒントがあるかもしれません。

みんなのあるある → みんなのつぶやき →

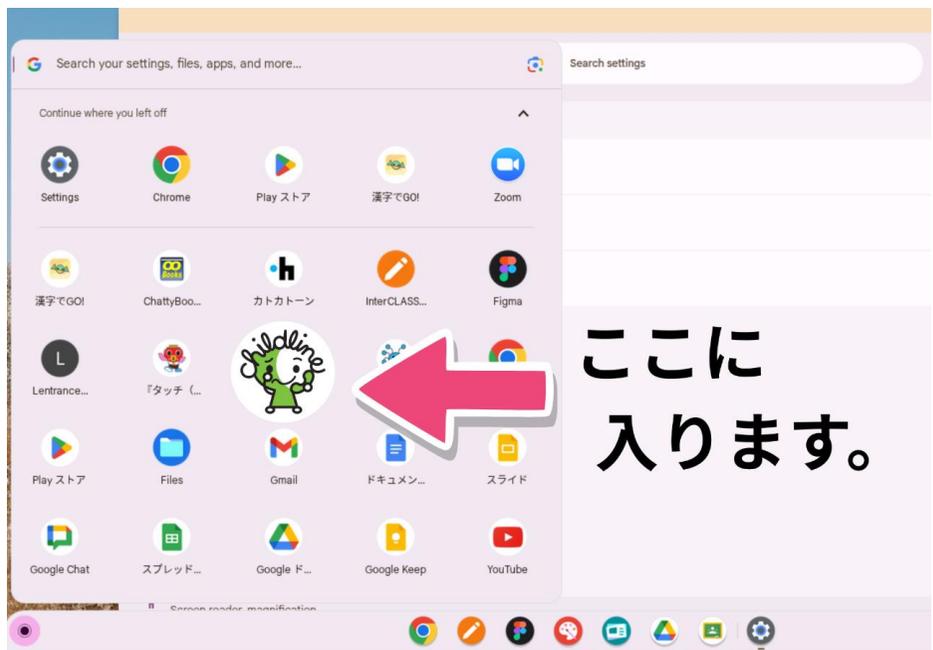
学校行きたくなくて、今朝からお腹痛かったし、気分が悪かった(ムカムカした)から、休んだけど明日からはどうしよう。学校は行きたくない…。でも行かないきゃお母さんから怒られそうで怖い。お父さんだけ「本当に駄目になったときは逃げていいよ」って言ってくれた。これからどうしよう。

イジめられた過去が忘れられない… 人を気にしすぎて自分が消えていく好きなものがわからなくなってきた 親に相談できる環境じゃない。兄弟もいるが、そういう間柄じゃない。学校の先生は私をただの「明るい子」とだけ思ってる。友達ともそういう話ができない。親友は話せるけど、親友は親友でカウンセリングに行ってる。苦勞してる。だからそんな親友に自分の悩みまで話して負担をかけたくない。八方塞がり状態。それに過去に親にも一度言った。でも「私にもそういう過去はあった。時間が経てば大丈夫」と流された。私は本気なのに。どこか、1人でもカウンセリング行く方法があればいいのに。

電話で話す →
チャイルドラインの人と直接、電話でお話できます。

チャットで話す →
オンラインチャットで直接お話できます。

気持ちをつぶやく →
「つぶやく」は気持ちをほき出すところです。どんなことでもいいので書いてみてね。どんな気持ちもあなたの大切ないせつな気持ちです。



自殺対策基本法の一部を改正する法律の概要

改正の趣旨

- 自殺対策基本法が平成18年に施行されて以降、我が国の自殺者の総数は減少傾向にあるが、近年、こどもの自殺者数は増加傾向が続いている。令和6年の児童生徒の自殺者数は、529人で過去最多となった(平成30年以降、約43%増・最も数が少なかった平成5年と比べ約2.7倍)。10代における死亡原因の第1位が「自殺」であるのは、G7で我が国だけである。
- こうした極めて深刻な状況に対処するため、こどもに係る自殺対策を推進するための体制整備・措置について定めるほか、デジタル技術を活用した施策の展開、自殺リスク情報の迅速な把握、自殺を助長する情報・設備等対策、自殺未遂者等・自殺者の親族等への支援の強化について定める。

改正の概要

1. 基本理念の追加(第2条第6項・第7項)

- 自殺対策は、デジタル社会の進展を踏まえ、情報通信技術、人工知能関連技術等の適切な活用を図りながら展開されるようにするとともに、自殺の防止においては、インターネット等を通じて流通する自殺に関連する情報が及ぼす影響に関する適切な配慮のための取組の促進に特に留意する旨を明記
- こどもが自立した個人としてひとしく健やかに成長することができ、心身の状況、置かれている環境等にかかわらず、その権利利益の擁護が図られ、将来にわたって健康で心豊かな生活を送ることができる社会の実現を目指し、こどもに係る自殺対策を社会全体で取り組むことを明記

2. こどもの自殺の防止等に係る国の責務の改正及び学校の責務の追加

- こどもに係る自殺対策について、内閣総理大臣、文部科学大臣及び厚生労働大臣は、その自殺の実態等を踏まえて適切かつ効果的に策定され、及び実施されるよう、相互に又は関係行政機関の長との間において緊密な連携協力を図りつつ、それぞれの所掌に係る施策を推進することを明記(第3条第2項)
- 学校について、基本理念にのっとり、関係者との連携を図りつつ、こどもの自殺の防止等に取り組むよう努めることを明記(第5条)

3. 基本的施策の拡充

- 自殺防止等の観点から、学校における心の健康の保持のための健康診断等の措置や、精神保健に関する知識の向上について規定(第17条第3項)
- 精神科医等の医療従事者に対する自殺の防止等に関する研修の機会の確保について規定(第18条)
- 自殺発生回避のための適切な対処に必要な情報が関係機関及び関係団体に迅速かつ適切に提供されるための措置について規定(第19条第2項)
- 自殺の助長につながるような情報、物品、設備等について適切な管理、配慮等に関して注意を促すための措置について規定(第19条第3項)
- 自殺未遂者等への継続的な支援を明記(第20条)、自殺者の親族等の支援について、その生活上の不安の緩和とともに、総合的な支援を規定(第21条)

4. 協議会(第4章)

- 地方公共団体は、第19条(自殺発生回避のための体制の整備等)及び第20条(自殺未遂者等の支援)の施策でこどもに係るものを実施するに当たっては、学校、教育委員会、児童相談所、精神保健福祉センター、医療機関、警察署等の関係機関、自殺対策に係る活動を行う民間団体等をもって構成する協議会を置くことができることとし、協議会はこどもの自殺の防止等について情報交換及び必要な対処等の措置の協議を行うこととする旨を規定

5. 状況の変化等を踏まえた検討(附則第2条)

- 自殺に関する状況の変化、自殺対策に係る諸施策の実施の状況等を踏まえ、必要な見直し等の措置が講ぜられるものとする旨を規定

6. こども家庭庁の所掌事務の追加(改正法附則第3項)

- こども家庭庁の所掌事務として、こどもに係る自殺対策を規定

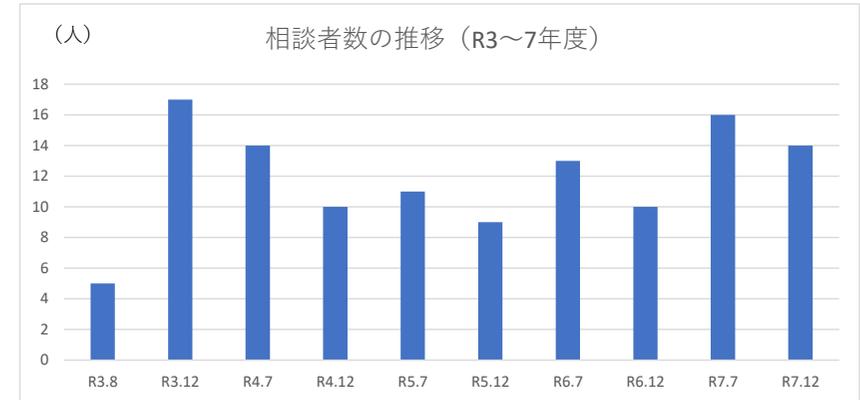
心といのちの総合相談会 実施状況

資料 2

◀相談者の年代▶ (相談者数)

年代別人数	R3年度		R4年度		R5年度		R6年度		R7年度		計
	8月	12月	7月	12月	7月	12月	7月	12月	7月	12月	
10代以下	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
20代	0	0	2	0	0	0	0	0	0	1	3
30代	0	2	1	0	0	1	1	0	2	0	7
40代	0	3	4	0	6	3	4	1	1	5	27
50代	4	3	5	3	0	2	3	2	5	4	31
60代	1	5	0	6	1	0	0	3	4	3	23
70代	0	3	2	1	3	1	2	1	2	0	15
80代以上	0	1	0	0	1	2	2	3	2	1	12
計	5	17	14	10	11	9	13	10	16	14	119

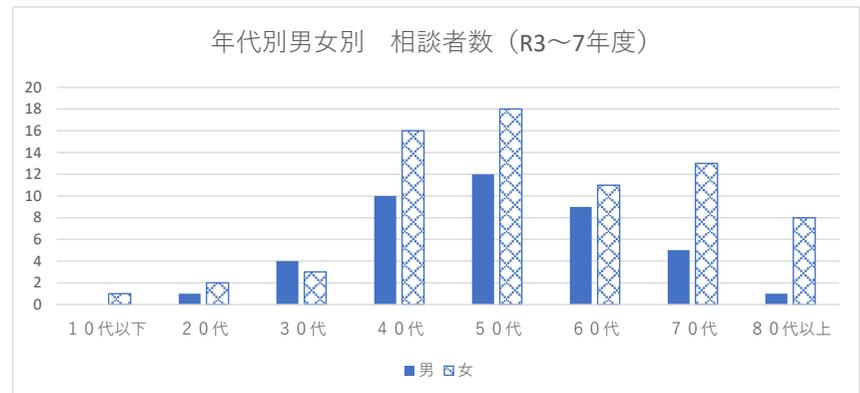
・相談者数は、1回あたり10～15人程度で推移。年代では40～50代が多くなっている。



◀相談者の性別▶

男女別人数	R3年度		R4年度		R5年度		R6年度		R7年度		計
	8月	12月	8月	12月	7月	12月	7月	12月	7月	12月	
男性	4	9	3	5	2	1	2	4	6	7	43
女性	1	8	11	5	9	8	11	6	10	7	76

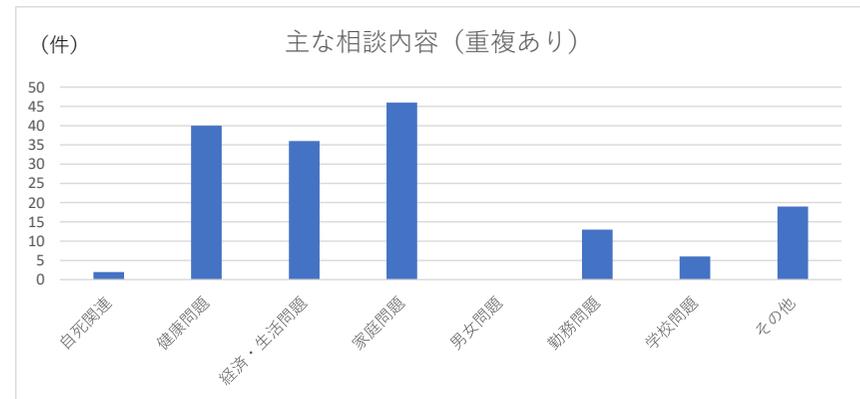
・相談者の性別は、男性<女性。



◀主な相談内容▶ (重複あり)

主な内容	R3年度		R4年度		R5年度		R6年度		R7年度		計
	8月	12月	8月	12月	7月	12月	7月	12月	7月	12月	
自死関連	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	2
健康問題	3	8	7	2	2	3	2	2	4	7	40
経済・生活問題	2	7	5	4	2	3	5	4	3	1	36
家庭問題	2	7	7	5	5	3	2	6	3	6	46
男女問題	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
勤務問題	2	1	3	0	0	0	1	0	2	4	13
学校問題	0	0	2	0	0	0	2	1	1	0	6
その他	0	0	3	3	2	1	3	0	3	4	19
計	15	15	9	23	27	14	15	14	17	22	162

・相談内容は、家庭問題、経済・生活問題、健康問題が多くなっている。



健康づくり推進課における自殺対策事業の実績・計画

[令和8年1月]

事業目的	計画	No.	事業名	内容	R7実績	R8計画	備考・R8年度に向けた方向性
ポピュレーションアプローチ	基本5、重点1	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)	中学生がSOSを出せるためのライフスキル教育。(自殺の0次予防) ①子ども自身が思春期の悩みを理解し、心を落ち着ける方法を実行できるようになる。 ②困ったときに大人や相談機関へ相談できるようになる。 ③友人など周囲の人の変化に気づき、適切な行動(大人へのつなぎ)がとれるようになる。 ①～③を周知し、子どもの時からSOSを出せる環境を作り、困ることがあれば一人で抱えこまず、誰かに相談することができる大人となることを目指す。 保護者に対しては、思春期という大きな心の変化や悩みがある時期の対応方法や保護者も困ったら相談するよう相談先を周知するチラシを配布するとともに、保護者向けゲートキーパー養成研修会の開催を検討していく。	公立7校 私立1校 中学1～3年生 (私立1年生のみ) ・パンフレット配布 ・保健師による講話実施	公立7校 私立1校 中学1～3年生 (私立1年生のみ) R7年度同様に実施予定	全中学校で保健師による講話を実施。 R7年度 <内容> 1年生:「一人でやんでいるあなたへ SOSを出していいんだよ!」(35分) 2年生:「心のSOSのサインと対応について」(25分) 3年生:「ストレスと上手く付き合っていくには」(25分) 全ての生徒にパンフレット「一人でやんでいるあなたへ SOSを出していいんだよ!」を配布 ・保護者向けのゲートキーパー養成研修会の開催について学校へ提案。開催できるように調整していく。
	基1	2	自殺予防のための意識啓発兼相談窓口カード	相談窓口の周知を図るため作成・配布	配布	配布	・市民課・各支所市民係窓口にて配布(転入者向け) ・市内医療機関、コンビニ、パチンコ店、スーパー大型店、ネットカフェ・漫画喫茶へ配布 ・消防署、救急病院にて、自殺未遂者へのカード配布
	基1	3	自殺予防リーフレット	市民一人ひとりが心の健康や自殺予防対策の基本認識を理解できること、及び相談窓口の周知を図るため作成・配布	配布	配布	心の健康づくり講座やゲートキーパー養成研修など、講座や会議等で資料として配布していく
	基1・3	4	心の健康づくり講座 (うつ病予防市民講座)	認知行動療法で自分のストレスのくせを理解し、気分を変える方法、リラクゼーションを学び、実行できるようになる。 市民のセルフコントロール力の向上を図り、延いてはうつ病予防につなげる。	①7/24(木) ②8/21(木) (計106名)	①8/6(木) ②9/10(木)	場所:佐久平交流センター 講師:川中島Fメンタルクリニック 院長 福家知則氏
	重2	5	メンタルヘルスに関する出前講座(勤務者対策)	職場におけるメンタルヘルス対策、心の病気や自殺予防の基礎知識に関する講座の実施	1回	開催希望に応じて実施	R7年度:10/16東信森林管理署(38名)
	基1	6	啓発活動	①広報・佐久CATV・FMさくいだいら・市ホームページ・Facebook・X(旧Twitter)・LINE・図書館・ティッシュ配り等で啓発 ②保育園・幼稚園・小学生保護者向けチラシ配布 ③市の健診受診者へ配布 ④相談窓口啓発ポスター	実施	実施予定	・9月自殺予防週間の周知 ・10月10日 世界メンタルヘルスデーの周知 ・3月自殺対策強化月間の周知 ・相談窓口啓発ポスターを作成し、医療機関、薬局、コンビニ、パチンコ店等に配布(R5、6年度に実施) ・相談窓口啓発用ティッシュ配布(自殺対策強化月間に窓口で配布) ・相談窓口啓発用付箋配布(二十歳のついで出席者へ配布)
支援者養成	基2	7	ゲートキーパー養成研修会 初級編	こころの健康への理解を深め、ゲートキーパーの役割を意識することで「生きやすい社会」に繋がりが自殺を未然に防げるようになる研修	10/27(月) (57名)	10/26(月)	講師:心といのちの支援相談員 小諸高原病院 院長 村杉謙次氏
	基2	8	ゲートキーパー養成研修会 中級編	初級より一歩進んだゲートキーパーの役割「気づき・傾聴・つなぎ・見守り」ができるようになる研修	11/28(月) (42名)	12/1(火)	講師:ウイズハートさくワークポート野岸の丘 所長 新津薫氏
	基2	9	ゲートキーパー養成研修会 フォローアップ編	複数分野の専門家・相談員・担当者の講義を聴くことで、ゲートキーパーの役割の一つである“つなぎ”機能の強化を狙うための研修(初級編・中級編受講者対象)	-	1/26(火)	隔年開催 次回R8年度実施予定
	重2・基2	10	外部団体向けゲートキーパー養成研修会	こころの健康への理解を深め、ゲートキーパーの役割を意識することで「生きやすい社会」に繋がりが自殺を未然に防げるようになる研修	1回	開催希望に応じて実施	R7年度:11/25(火)いじめ不登校担当者会(教員21名)
	基2	11	職員向けゲートキーパー養成研修会	自殺の実態や自殺対策について理解を深めるための職員向けの研修	8/5(火) (107名)	7/10(金) 午前・午後	場所:市役所8階大会議室 講師:佐久大学 看護学部 看護学科 教授 朴相俊氏
	基2	12	受け手・支え手支援事業	困難ケースの相談やうまく相談支援できたケースの情報交換を行う、支援マニュアルを共有することで、保健師や支援相談員の相談・つなぎのスキルを高め、相談支援者の負担の軽減を図る	4回	4回	分科会年4回 情報共有、困難ケースへの対応検討、マニュアル確認
	基2	13	精神保健スタッフ研修会	保健師や支援相談員の相談対応の資質向上のための研修	10/2(木)	年1回 実施予定	R7年度～新規 研修:ケースカンファレンス 講師:佐久総合病院 精神神経科 大西直樹医師
	基3	14	精神障がい者家族会事務局	精神障がい者の家族会を事務局としてサポートする			
支援者連携	基4	15	自殺対策連絡協議会	自殺対策の推進のために必要な事項について協議し、関係機関相互の連絡調整を行うために設置。参加者は医師会、弁護士会等21団体とオブザーバーにて開催	①7/31(木) (計25名) ②2/5(木) 予定	①7月下旬 ②2月上旬	R7年度 ①場所:市役所8階 大会議室 ②場所:佐久市役所 南棟 3階会議室
	基4	16	自殺対策推進本部会・幹事会	自殺対策の総合的な推進及び諸政策の調整等を行う	本部会 7/24(木) (計21名) 幹事会 7/1(火) (計12名)	本部会・幹事会 ともに年1回 実施予定	
	基4	17	自殺対策庁内関係課連絡会議	全庁的な自殺対策の推進会議	5/28(水) (計17名)	年1回 実施予定	毎年の自殺者の状況や自殺対策に関する取り組みについて、関係課で共有していく。
	基4	18	窓口担当者連携会議	心といのちの総合相談会における庁内関係課の窓口担当者による連携強化・支援方針の共有の会議	7/7(月) (計14名)	7/13(月)	担当者同士の顔の見える関係づくりと、心といのちの総合相談会における相談状況の共有を行う。
ハイリスクアプローチ	基3	19	就労支援事業所等における健康相談	就労支援事業所等において、保健師の定期相談・健康相談を実施	22回	22回	15回実施 273人
	基3	20	音楽療法 (こころのケア事業)	音楽療法を用いた、こころのケアのための教室を実施	12回	12回	
	重3・基3	21	総合相談会 (心といのちの総合相談会)	健康問題、経済問題、家庭問題など、さまざまな問題を相談できるワンストップ相談会 弁護士、臨床心理士、市関係課にて相談を行う	①7/7(月) 15組16名 ②12/8(月) 13組14名	7/13(月) 12/7(月)	
	基3	22	自死遺族への情報提供	市広報紙やホームページを通して、自死遺族への情報提供を行う	広報やホームページに掲載	広報やホームページに掲載	「あすなるの会」の情報や自死遺族に関する情報を集めてホームページへ掲載。
	基3	23	相談専用直通電話 (心のほっとライン・佐久)	心身の不調及び心身の不調に至る前の各種問題(当事者及び家族)に対し、心といのちの支援相談員により相談支援を行う直通電話。広報やチラシ等で周知。	1,344件 R7.12月末	週5日	月～金(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15



いのち
支える

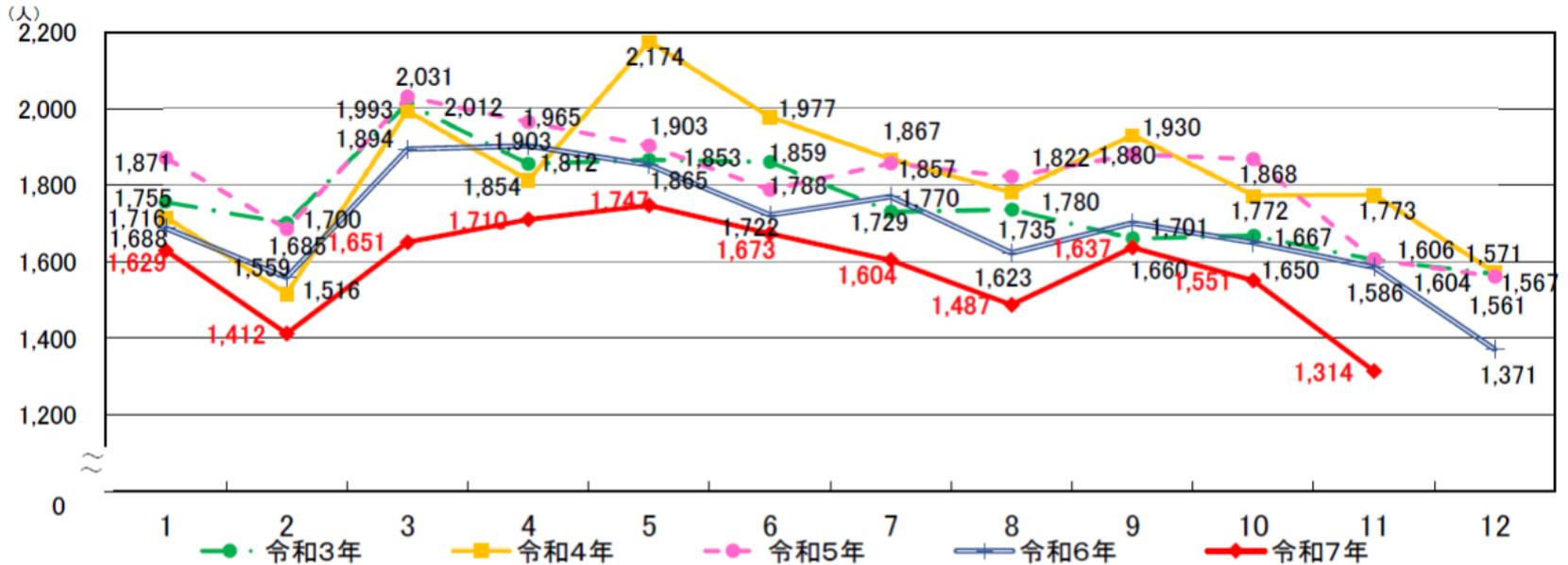
自殺対策基本法の一部を改正する 法律の概要について

2026年2月5日

長野県精神保健福祉センター

自殺者数の最近の動向（月別総数）

令和7年12月17日現在



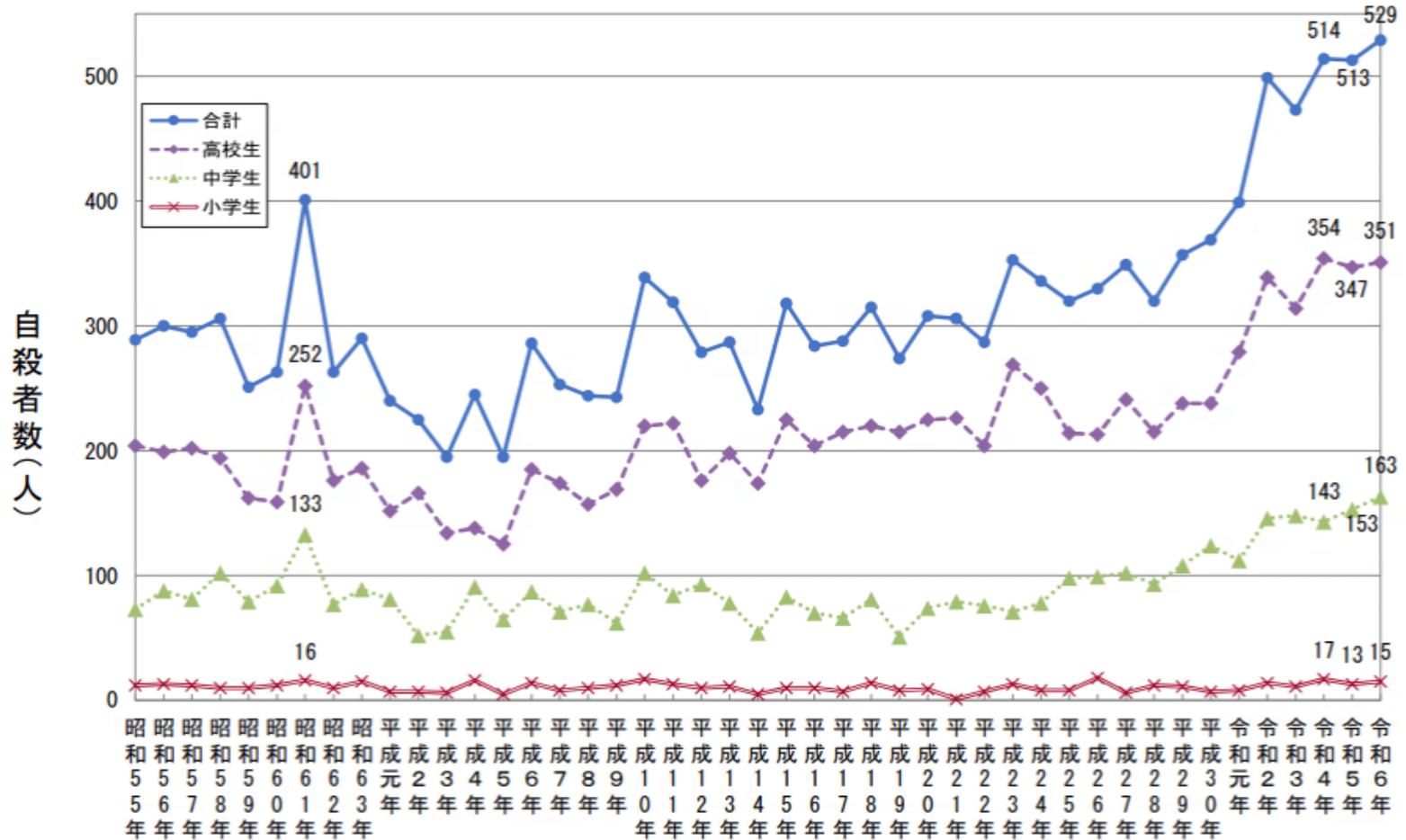
(単位:人)

		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	合計
令和7年	合計	1,629	1,412	1,651	1,710	1,747	1,673	1,604	1,487	1,637	1,551	1,314		17,415
	男性	1,097	993	1,160	1,221	1,197	1,144	1,083	1,017	1,109	1,032	935		11,988
	女性	532	419	491	489	550	529	521	470	528	519	379		5,427
令和6年	合計	1,688	1,559	1,894	1,903	1,853	1,722	1,770	1,623	1,701	1,650	1,586	1,371	20,320
	男性	1,141	1,044	1,291	1,317	1,246	1,172	1,187	1,111	1,187	1,138	1,043	924	13,801
	女性	547	515	603	586	607	550	583	512	514	512	543	447	6,519
対前年増減数(月別) (7-6)	総数	-59	-147	-243	-193	-106	-49	-166	-136	-64	-99	-272		-
	男性	-44	-51	-131	-96	-49	-28	-104	-94	-78	-106	-108		-
	女性	-15	-96	-112	-97	-57	-21	-62	-42	14	7	-164		-
対前年増減率(月別) (7/6)	総数	-3.5%	-9.4%	-12.8%	-10.1%	-5.7%	-2.8%	-9.4%	-8.4%	-3.8%	-6.0%	-17.2%		-
	男性	-3.9%	-4.9%	-10.1%	-7.3%	-3.9%	-2.4%	-8.8%	-8.5%	-6.6%	-9.3%	-10.4%		-
	女性	-2.7%	-18.6%	-18.6%	-16.6%	-9.4%	-3.8%	-10.6%	-8.2%	2.7%	1.4%	-30.2%		-

※令和6年は確定値、令和7年は暫定値。

資料：警察庁自殺統計原票データより厚生労働省自殺対策推進室作成

小中高生別自殺者数の年次推移



資料：警察庁自殺統計原票データより厚生労働省作成

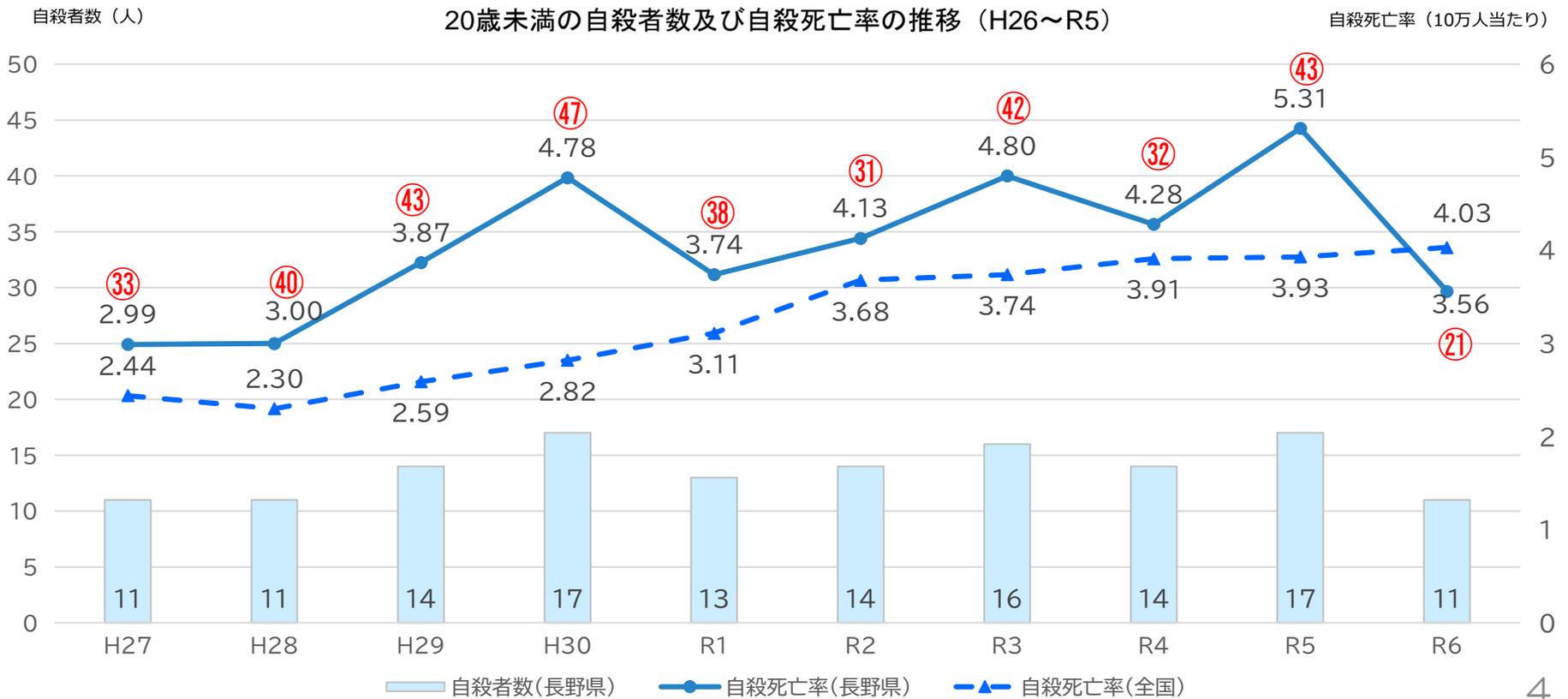
長野県の自殺の現状（20歳未満）

出典：人口動態統計（厚生労働省）

20歳未満（単年の推移）

➡ R6年の自殺死亡率は、全国では微増傾向にあるが、長野県では1.75ポイントの大幅減となった。

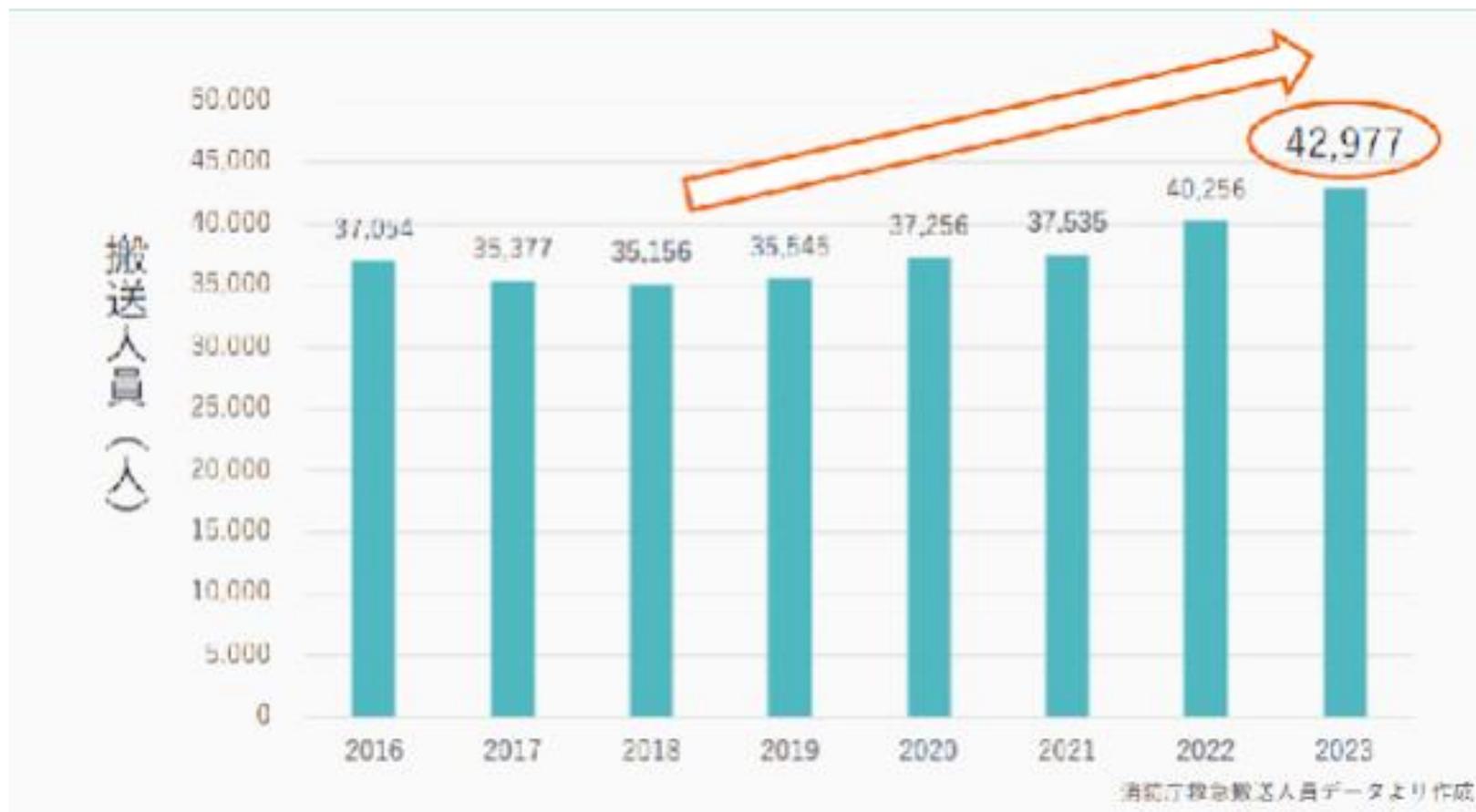
➡ 長野県の自殺死亡率の全国順位は令和6年は前年の43位から21位に改善した。（○数字:全国低い方からの順位）



年代別死因・死亡率 (人口10万人当たりの自殺者数)

0歳	先天奇形等	呼吸障害等	出血性障害等
	58.4	33.8	7.4
1～4歳	先天奇形等 3.3	不慮の事故 1.6	悪性新生物〈腫瘍〉 1.5
5～9歳	悪性新生物 1.8	不慮の事故 1.0	先天奇形等 0.9
10～14歳	自殺 2.6	悪性新生物〈腫瘍〉 1.9	不慮の事故 1.0
15～19歳	自殺 11.8	不慮の事故 3.1	悪性新生物〈腫瘍〉 2.3
20～24歳	自殺 21.4	不慮の事故 4.2	悪性新生物〈腫瘍〉 2.8
25～29歳	自殺 19.0	不慮の事故 4.2	悪性新生物〈腫瘍〉 3.8
30～34歳	自殺 18.9	悪性新生物〈腫瘍〉 7.2	心疾患 3.6
35～39歳	自殺 18.5	悪性新生物〈腫瘍〉 13.8	心疾患 5.7

自損行為による救急搬送人数の推移



いのち支える自殺対策推進センター作成資料

自殺対策基本法の一部を改正する法律の概要

改正の趣旨

- 自殺対策基本法が平成18年に施行されて以降、我が国の自殺者の総数は減少傾向にあるが、**近年、こどもの自殺者数は増加傾向が続いている。**令和6年の児童生徒の自殺者数は、**529人で過去最多**となった(平成30年以降、**約43%増**・最も数が少なかった平成5年と比べ**約2.7倍**)。**10代における死亡原因の第1位が「自殺」であるのは、G7で我が国だけである。**
- こうした極めて深刻な状況に対処するため、こどもに係る自殺対策を推進するための体制整備・措置について定めるほか、デジタル技術を活用した施策の展開、自殺リスク情報の迅速な把握、自殺を助長する情報・設備等対策、自殺未遂者等・自殺者の親族等への支援の強化について定める。

改正の概要

1. 基本理念の追加(第2条第6項・第7項)

- 自殺対策は、デジタル社会の進展を踏まえ、情報通信技術、人工知能関連技術等の適切な活用を図りながら展開されるようにするとともに、自殺の防止においては、インターネット等を通じて流通する自殺に関連する情報が及ぼす影響に関する適切な配慮のための取組の促進に特に留意する旨を明記
- こどもが自立した個人としてひとしく健やかに成長することができ、心身の状況、置かれている環境等にかかわらず、その権利利益の擁護が図られ、将来にわたって健康で心豊かな生活を送ることができる社会の実現を目指し、こどもに係る自殺対策を社会全体で取り組むことを明記

2. こどもの自殺の防止等に係る国の責務の改正及び学校の責務の追加

- こどもに係る自殺対策について、内閣総理大臣、文部科学大臣及び厚生労働大臣は、その自殺の実態等を踏まえて適切かつ効果的に策定され、及び実施されるよう、相互に又は関係行政機関の長との間において緊密な連携協力を図りつつ、それぞれの所掌に係る施策を推進することを明記(第3条第2項)
- 学校について、基本理念にのっとり、関係者との連携を図りつつ、こどもの自殺の防止等に取り組むよう努めることを明記(第5条)

3. 基本的施策の拡充

- 自殺防止等の観点から、学校における心の健康の保持のための健康診断等の措置や、精神保健に関する知識の向上について規定(第17条第3項)
- 精神科医等の医療従事者に対する自殺の防止等に関する研修の機会の確保について規定(第18条)
- 自殺発生回避のための適切な対処に必要な情報が関係機関及び関係団体に迅速かつ適切に提供されるための措置について規定(第19条第2項)
- 自殺の助長につながるような情報、物品、設備等について適切な管理、配慮等に関して注意を促すための措置について規定(第19条第3項)
- 自殺未遂者等への継続的な支援を明記(第20条)、自殺者の親族等の支援について、その生活上の不安の緩和とともに、総合的な支援を規定(第21条)

4. 協議会(第4章)

- 地方公共団体は、第19条(自殺発生回避のための体制の整備等)及び第20条(自殺未遂者等の支援)の施策でこどもに係るものを実施するに当たっては、学校、教育委員会、児童相談所、精神保健福祉センター、医療機関、警察署等の関係機関、自殺対策に係る活動を行う民間団体等をもって構成する協議会を置くことができるとし、協議会はこどもの自殺の防止等について情報交換及び必要な対処等の措置の協議を行うこととする旨を規定

5. 状況の変化等を踏まえた検討(附則第2条)

- 自殺に関する状況の変化、自殺対策に係る諸施策の実施の状況等を踏まえ、必要な見直し等の措置が講ぜられるものとする旨を規定

6. こども家庭庁の所掌事務の追加(改正法附則第3項)

- こども家庭庁の所掌事務として、こどもに係る自殺対策を規定

施行日：公布の日から起算して6月を超えない範囲内において政令で定める日(ただし、3(第17条第3項部分)、4、6は、令和8年4月1日)

自殺発生回避のための体制の整備等

第19条 国及び地方公共団体は、自殺をする危険性が高い者を早期に発見し、相談その他の自殺の発生を回避するための適切な対応を行う体制の整備及び充実に必要な政策を講ずるものとする。

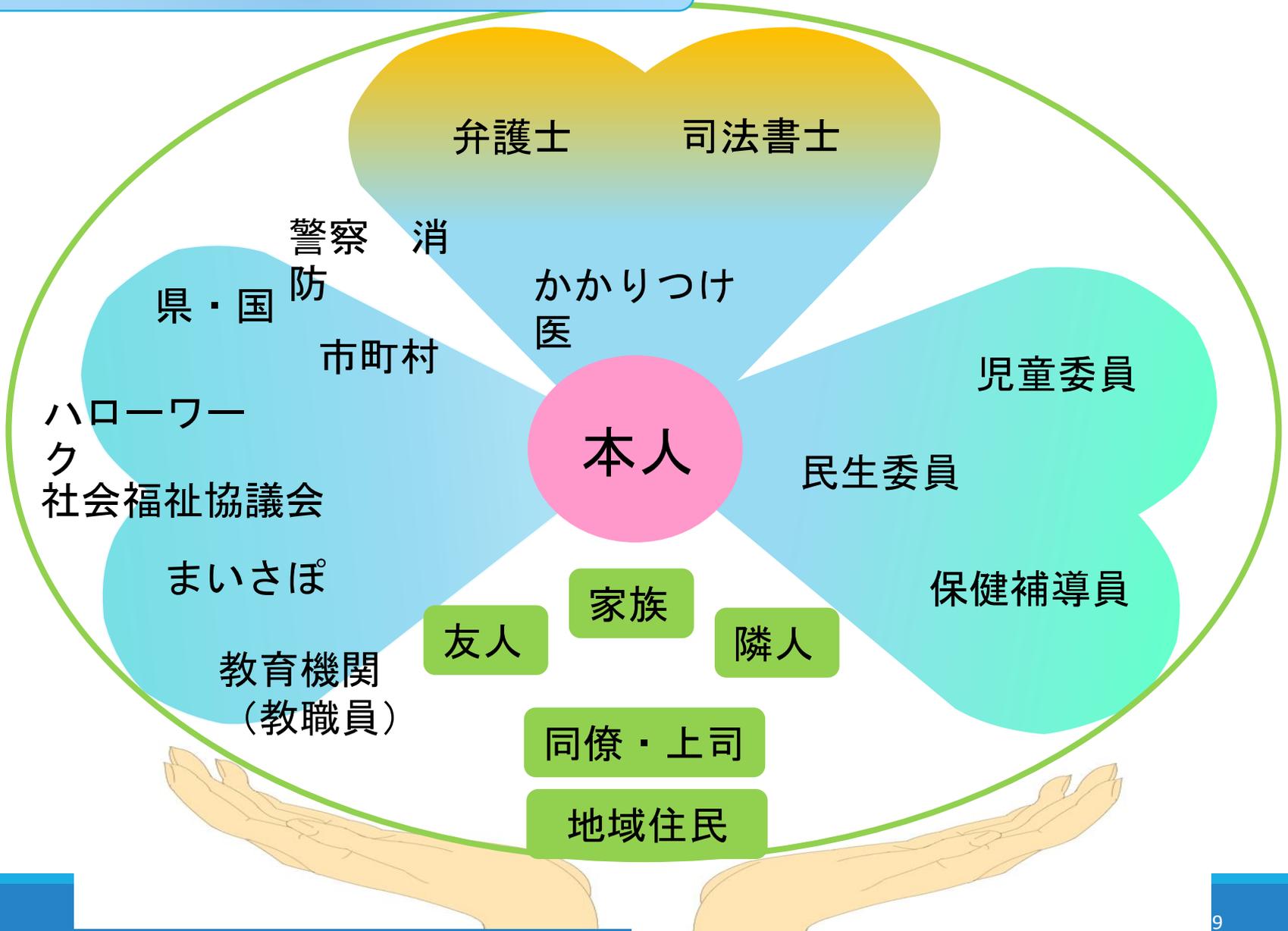
2 前項の規定により整備する体制においては、自殺をする危険性が高い者を早期に発見し、自殺の発生を回避するための適切な対応を行う上で必要な情報が、当該対応を行う関係機関及び関係団体に対し迅速かつ適切に提供されるようにするものとし、そのために必要な措置が講じられなければならない。

3 国及び地方公共団体は、自殺防止の観点から、自殺の助長につながるような情報、物品、設備等についてその適切な管理、配慮等に関して注意を促すために必要な措置が講じられなければならない。

第20条 国及び地方公共団体は、自殺未遂者が再び自殺を図ることのないよう、自殺未遂者等への適切かつ継続的な支援を行うために必要な政策を講ずるものとする。

より一層様々な支援機関が連携して、自殺を防ぐための支援を継続的に行っていくことが重要

本人を支えるネットワーク



自殺者の親族等の支援

第21条 国及び地方公共団体は、自殺又は自殺未遂者が自殺又は自殺未遂者の親族等に及ぼす深刻な心理的影響、**その生活上の不安等**が緩和されるよう、当該親族等への**総合的**な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

地域での自死遺族等の支援のポイント

- 自死遺族等に起こり得るこころやからだの反応、行動の変化について理解する。
- 本人の希望に応じて、必要な支援を必要なタイミングで提供する。
- まずは、生活の安定のための支援を行う。
- 自死遺族等ということを知られたくない、と感じる人も少なくないため配慮して対応する。
- 可能であれば相談窓口や自死遺族の会の情報を提供する。

1 協議会とは

○改正後の自殺対策基本法（抄）

（協議会の設置等）

第23条 地方公共団体は、第19条及び第20条の施策でこどもに係るものを実施するに当たっては、単独で又は共同して、学校、教育委員会、児童相談所、精神保健福祉センター（精神保健及び精神障害者福祉に関する法律（昭和25年法律第123号）第6条第1項に規定する精神保健福祉センターをいう。）、医療機関、当該地域を管轄する警察署等の関係機関、自殺対策に係る活動を行う民間の団体その他の関係者をもって構成する協議会（次項及び次条において「協議会」という。）を置くことができる。

2・3 （略）

（協議会の事務等）

第24条 協議会は、前条第1項に規定する施策を適切かつ効果的に実施するため、こどもの自殺の防止等について必要な情報の交換を行うとともに、必要な対処、支援等の措置に関する協議を行うものとする。

2～5 （略）

○ 希死念慮や自殺願望等の直接的な自殺のほのめかし、深刻な自傷行為などの「自殺の兆候」が認められるこどもに対する支援に当たっては、

- ・ 自殺の発生を回避するために緊急性を要する場合や、
- ・ 実際に自殺未遂をしたこどもに対する支援等、継続的かつ伴走的な支援が必要になることも少なくない



○ 自殺をする危険性が高いこどもを早期に発見し、相談その他の自殺の発生を回避するための対処を行う体制の整備及び充実（法第19条）並びに 自殺未遂をしたこどもへの継続的な支援（法第20条）を適切かつ効果的に実施するため、

○ 各地方公共団体において、協議会を構成する関係者の間でこどもの自殺の防止等について必要な情報の交換を行うとともに、必要な対処、支援等の措置に関する協議を行う

自殺対策基本法に基づく協議会とは②

1 協議会とは(続き)

○改正後の自殺対策基本法（抄）

第23条

2 前項の規定により協議会を設置する地方公共団体は、協議会において次条第1項の規定によりこどもの自殺の防止のための対処、支援等の措置に関し協議を行うときは、あらかじめ、協議会を構成する者に、当該協議を行う事項を通知するものとする。

3 前項の規定による通知を受けた者は、正当な理由がある場合を除き、当該通知に係る事項の協議に応じなければならない。

第24条

2 協議会は、前項に規定する情報の交換及び協議を行うため必要があると認めるときは、関係行政機関その他の関係者に対して、資料又は情報の提供、意見の表明、説明その他必要な協力を求めることができる。

4 次の各号に掲げる協議会を構成する者の区分に従い、当該各号に定める者は、正当な理由がなく、協議会の事務に関して知り得た秘密を漏らしてはならない。（各号略）

【必要な情報の共有、対処、支援等の措置を行うための仕組み】

- ① 協議会でこどもの自殺の防止のための対処、支援等の措置を協議する場合は、協議会の構成者に対して協議を行う事項を通知する
- ② 当該通知を受けた構成者は、正当な理由がある場合を除き、当該協議に応じなければならない
- ③ 協議会における情報交換や協議に必要な場合に、関係行政機関その他の関係者に対して、資料や情報の提供、意見の表明、説明その他必要な協力を求めることができる
- ④ 協議会の構成者は、正当な理由がなく、協議会の事務に関して知り得た秘密を漏らしてはならない

自殺対策基本法に基づく協議会とは③

2 協議会の意義

- 協議会では、自殺の発生を回避するために支援に緊急性を要することもや実際に自殺未遂をしたこと
の情報や関係機関等(学校、教育委員会、児童相談所、精神保健福祉センター、医療機関、警察署等の関係
機関、自殺対策に係る活動を行う民間団体その他の関係者をいう。以下同じ。)ごとの**役割分担等を関係
機関等が共有し、適切な連携の下、支援を展開**



【期待される効果】

- ① 自殺の発生を回避するために**支援に緊急性を要することもや実際に自殺未遂をしたこともを早期に把
握**することができる。
- ② 協議会において、当該こどもの**情報等を共有することにより、必要な支援について構成者で協議**
ことができ、**適切な支援を迅速に開始**することができる。
- ③ 構成者での情報共有や協議を通じ、**支援の全体像や支援の方向性、関係機関等ごとの役割分担につい
て、共通の理解を得る**ことができる。
- ④ 関係機関等には、それぞれの機関ごとの責任や限界等もあるが、その中で、関係機関等ごとに役割を
分担することにより、**それぞれの機関が対応可能な範囲で責任を持って支援を展開**することができる体
制づくりができる。
- ⑤ 関係機関等が共通の認識の下で支援を展開するので、支援を受ける**こどもにとって、より適時適切な
支援を受けやすくなる。**

協議会の設置主体と期待される役割①

令和7年12月23日
改正自殺対策基本法に基づく協議
会設置に向けた自治体担当者会議
資料2

1 協議会の設置主体

- 「地方公共団体」(第23条第1項) = 地方自治法第1条の3に規定する地方公共団体
 - ・ 普通地方公共団体である市町村及び都道府県のほか、
 - ・ 特別地方公共団体である特別区や地方公共団体の組合(一部事務組合や広域連合)等も含まれる。

【市町村】 住民に対する個別具体的な支援の担い手

- 基本的には、市町村が単独で設置主体となることが考えられるが、地域の実情により、複数の市町村が共同で、又は市町村が都道府県の支援を受けて設置することも考えられる。
- 複数の市町村が共同で協議会を設置する場合、個別ケース検討会議の参加者は、支援対象のこどもや家族等の居住地のある市町村と支援に関わる関係者に限るなどの配慮が必要である。

【都道府県】 広域にわたる事務、市町村が処理することが適当でない認められる事務の担い手

- 都道府県が協議会を設置することにより、
 - ・ 都道府県におけるこどもの自殺の実態把握や状況分析、対策の検討、取組の評価など、地域におけるこどもの自殺対策について協議を行うことができるほか、
 - ・ 市町村だけでは対応が困難な事例への対応などの市町村支援を担うことが可能になると考えられる。

※ 協議会の設置にあたっては、既存の会議体を活用することが考えられるほか、地域自殺対策計画に基づく「いのち支える自殺対策推進本部」の下に協議会を位置づけることも可能である。

2 市町村が設置する協議会に期待される役割

【個別ケース検討会議】

- 協議会では、自殺の発生を回避するために支援に緊急性を要するこどもや実際に自殺未遂をしたこどもについて、**個別に具体的な支援の内容等を構成者で協議する個別ケース検討会議**を行う。

（想定される協議事項の例）

- ① 自殺の発生を回避するために支援に緊急性を要するこどもや実際に自殺未遂をしたこどもの状況などの確認
- ② 当該こどもの自殺リスクの評価
- ③ 支援方針の検討
- ④ 関係機関等の具体的な役割分担の決定
- ⑤ 定期的な支援状況の確認
- ⑥ 必要に応じて支援方針の見直し

※ 個別ケース検討会議において対応が困難な事案が発生した場合には、都道府県の協議会や都道府県が設置するこども・若者の自殺危機対応チーム等に支援を求めることも考えられる。

【全体会議】

- 自殺の発生を回避するために支援に緊急性を要するこどもや実際に自殺未遂をしたこどもへの対応を地域全体で共通の認識の下で取り組むために、**必要に応じて、地域のこどもの自殺の現状や課題、取組状況やその評価等の地域におけるこどもの自殺対策について協議する会議**（全体会議）を実施することが期待される。

（想定される協議事項の例）

- ① 普及啓発
- ② 連携体制の整備
- ③ 遺された人への支援
- ④ 取組の評価
- 等

1 既存の会議体

- 対象者の支援等を目的として、関係機関等が協議を行う地域の会議体が存在
 - ・ 要保護児童対策地域協議会(児童福祉法第25条の2)
 - ・ 子ども・若者支援地域協議会(子ども・若者育成支援推進法第19条)
 - ・ 孤独・孤立対策地域協議会(孤独・孤立対策推進法第15条) 等
 - また、自殺対策基本法や自殺総合対策大綱を踏まえて自治体に設置される自殺対策連絡協議会は、自殺対策に関係する様々な分野の関係機関・団体等により構成される自殺対策の検討の場
 - 協議会の想定される構成者は、例えば、児童相談所、医療機関、教育委員会、学校、警察などは、それぞれの会議体の構成機関となりうるものと考えられる。
- 
- このため、**法に基づく協議会を設置・運営するに当たっては、新たに協議会を設置する方法のほか、これらの既存の会議体に法に基づく協議会の機能を追加する方法も**考えられる。

2 運営上の留意点

【新たに協議会を設置する場合の運営方法の工夫】

- ・ 法に基づく協議会の会議に本来必要のない構成者を参画させることのないように留意しながら既存の会議体と一体的に開催する
- ・ 同じ日に既存の会議体の開催時間と切り分けて開催すること 等

【設置要綱の策定】

- それぞれの会議体の目的、役割、構成者、秘密保持義務のある者を特定する観点から、既存の会議体の設置要綱において法に基づく協議会を位置付けること、あるいは、法に基づく協議会の設置要綱を定めることが必要である。

こどもの自殺対策推進パッケージ

令和7年9月11日
こどもの自殺対策に関する関係省庁連絡会議
資料8

- ✓ こどもの自殺をめぐる深刻な状況に対処するため、こどもの自殺対策緊急強化プラン（令和5年6月）や改正自殺対策基本法（令和7年6月公布）を踏まえ、関係省庁一丸となり、**関連事業・支援策を総合的に推進していく必要**
- ✓ こどもの自殺対策の実施に様々な機関や団体に関わる中で、関係機関や団体の連携・協働により**運動性を持って取り組まれるべき施策を「こどもの自殺対策推進パッケージ」としてとりまとめ**

➡ 地方自治体においては、特に下線部の施策を中心に取り組むことにより、**自殺対策が地域を問わず着実に実行されるよう底上げを図る**

① 教育や普及啓発等	② リスクの早期発見・対応	③ 危機介入	④ 見守り・支援
<ul style="list-style-type: none"> ・ <u>SOSの出し方に関する教育・自殺予防教育の促進</u> 《文部科学省》 ・ <u>地方自治体によるゲートキーパー養成研修の実施支援【47億円の内数】</u> 《厚生労働省》 ・ <u>「心の健康」に関する指導の着実な実施、啓発資料の周知</u> 《文部科学省》 改 学校における精神保健に関する知識の向上 《文部科学省》 ・ 中高生を対象とした自殺対策に関する広報啓発【0.4億円】 《こども家庭庁》 	<ul style="list-style-type: none"> ・ <u>1人1台端末等を活用した「心の健康観察」の推進</u> 《文部科学省》 ・ <u>スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカーの配置充実【95億円】</u> 《文部科学省》 改 学校における心の健康保持のための健康診断等の措置 《文部科学省》 改 医療及び学校現場と連携した教職員向けガイドラインの作成及び広報等【0.3億円】 《文部科学省》 ・ こどもの成長を見守るためのデータ連携基盤構築に向けた調査研究【0.8億円】 《こども家庭庁》 	<ul style="list-style-type: none"> ・ <u>こども・若者の自殺危機対応チームによる支援者支援の推進【53億円の内数】</u> 《厚生労働省》 ・ <u>地域ネットワーク構築によるこども支援【10.0億円】</u> 《こども家庭庁》 改 <u>法定協議会（※）の運営に係るガイドラインの作成</u> 《こども家庭庁》 <p>（※）令和8年度から地方公共団体は協議会の設置が可能</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ <u>地域ネットワーク構築によるこども支援【10.0億円】（再掲）</u> 《こども家庭庁》 ・ <u>地方自治体及び民間団体によるSNS相談体制の強化、こころの健康相談統一ダイヤルにおけるフリーダイヤルの導入等【48億円の内数】</u> 《厚生労働省》 ・ 年末年始等における孤独・孤立相談事業【2.6億円の内数】 《内閣府》 ・ 教育委員会による24時間子供SOSダイヤル、SNS等を活用した相談体制の整備【95億円の内数】 《文部科学省》

※ 改 は改正自殺対策基本法を受けて今後実施・検討する事項
※ 【 】は令和8年度概算要求額

⑤ 要因分析・関係省庁の連携等

<ul style="list-style-type: none"> ・ こどもの自殺の実態解明及び分析に当たっての課題把握【0.2億円】 《こども家庭庁》 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「子供の自殺が起きたときの背景調査の指針」の改訂 《文部科学省》
<ul style="list-style-type: none"> ・ 自殺未遂者支援を含む自殺対策に関する調査研究等の体制強化【6.0億円】 《厚生労働省》 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自死遺児・遺族支援団体に対する活動支援【47億円の内数】 《厚生労働省》

第4次長野県自殺対策推進計画

～「誰も自殺に追い込まれることのない信州」を目指

【計画期間】令和5年度(2023年度)～

令和9年度(2027年度)【5年間】

施策の体系

基本方針

基本施策

【自殺対策の基盤的な取組】

重点施策

【自殺ハイリスク層に焦点を絞った取組】

低 自殺のリスク 高

様々な生きる支援関連施策

【県事業の様々な分野における生きることの包括的な支援の取組】

数値目標

○ 自殺死亡率(人口10万対) 12.2以下

・国目標 13.0以下 (R8)

○ 20歳未満の自殺 ゼロ

基本方針

○ 「生きることの包括的な支援」としての対策

- ・自殺はその多くが追い込まれた末の死である
- ・その多くが防ぐことができる社会的な問題である

○ 関連施策との有機的な連携を強化した全庁的取組

- ・生活困窮者自立支援制度、孤独・孤立対策、子どもへの支援策、地域共生社会の実現に向けた取組、発達障がい等障がい者支援施策等

○ 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動

- ・事前対応・危機対応・事後対応

○ 実践と啓発を両輪とする対策

- ・自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識の醸成

○ 関係者及び県民の役割の明確化とその連携・協働・共創

- ・行政機関、関係団体、民間団体、企業、県民等

○ 新 自殺者等の名誉及び生活の平穩への配慮

○ 新 新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえた配慮

基本施策

○ 市町村等への支援強化と地域のネットワーク構築

- ・市町村や関係機関への支援と連携

○ 自殺対策を支える人材の育成

- ・早期発見のためのゲートキーパーの養成
- ・自殺対策に関する人材の確保と資質の向上

○ 自殺対策に関する情報提供・理解促進

- ・自殺対策の適切な情報提供と理解促進
- ・適切な自殺報道の促進

○ 生きる支援に関する県事業の推進

- ・様々な背景を持つ人への「生きる支援」

○ 効果の進捗確認

重点施策

○ 拡 子ども

- 子どもたちが生き生きと暮らすための支援
 - ・子どもの居場所づくり
 - ・子どもたちの生きる力を高めるための支援
- 自殺のリスクを抱えた子どもを支える体制の構築
 - ・自殺のリスクが高まることを予防する取組
 - ・自殺のリスクが高い子どもへの危機介入 等

○ 生活困窮者

- 生活困窮者を支える仕組みの構築
 - ・地域の支援者とのネットワークの構築
 - ・生活困窮に関する相談の実施 等

○ 働き盛り世代

- 職場環境の改善
 - ・職場におけるメンタルヘルスの推進・ハラスメント防止への支援
 - ・長時間労働の是正への支援
 - ・労働に関する相談の実施 等

○ 新 自殺未遂者

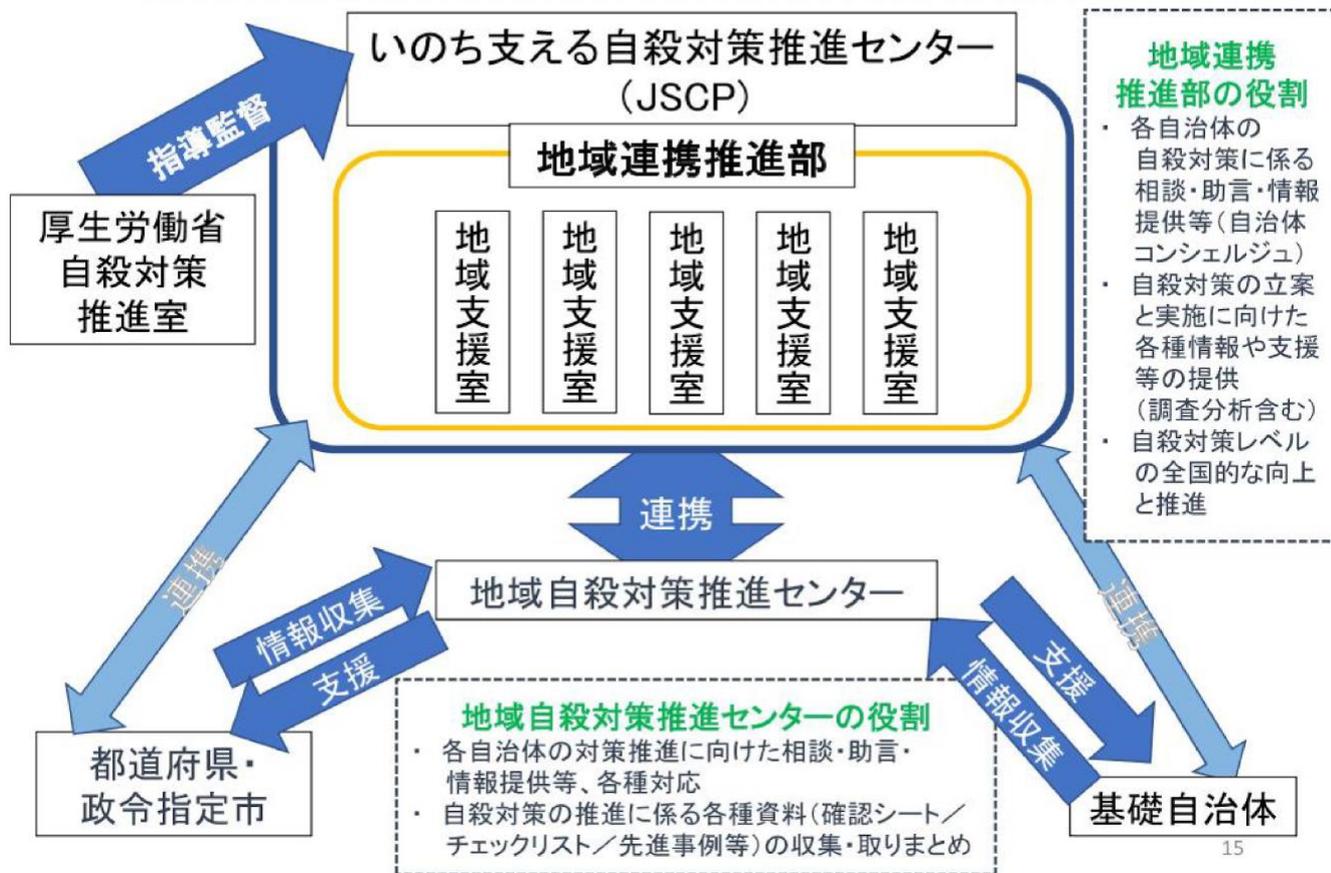
- 自殺未遂者や家族を支える仕組みの構築
 - ・自殺未遂者の精神科医療へのつなぎ
 - ・自殺未遂者を支援するネットワークの構築
 - ・自殺未遂者やその家族等への相談体制の充実 等

様々な生きる支援関連施策

- 既存の研修等と連携した生きる支援（自殺対策）の推進
- 気づきのための人材育成（ゲートキーパー研修の受講推奨）
- 包括的な生きる支援の情報（相談先一覧等）の提供
- 様々な分野での啓発の機会を活用した自殺対策の理解促進

- あらゆる分野での広報・啓発の強化
- 調査・分析結果の活用
- 既存の生きることの包括的な支援の継続
- その他、様々な「生きる支援」との連動

各組織が緊密に連携し、自殺対策を強力に推進



○国はH28年4月「自殺総合対策推進センター」を設置。令和元年には「自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するための調査研究及びその成果の活用等の推進に関する法律」に基づき、指定法人「いのち支える自殺対策推進センター」が業務を実施。

○都道府県は、地域自殺対策推進センターを設置することになり、長野県は、ト 3年4月精神保健福祉センターに併設。

長野県自殺対策推進センター業務内容

1

技術支援

保健福祉事務所、市町村等の連絡会議での情報提供
自殺対策推進計画や個別ケースに関する市町村への助言
子どもの自殺危機対応チーム事務局
ゲートキーパー研修動画等の資料提供

2

教育研修

自殺関連の研修会の開催
ゲートキーパー研修の講師（全県対象）

3

普及啓発

HP更新、啓発素材（テキスト、リーフレット、動画等）作成
若者との共創によるワークショップ等

4

調査研究

各種実態把握のための調査

5

精神保健福祉相談

電話相談（一般・統一ダイヤル）、自死遺族交流会など

「子どもの自殺危機対応チーム」の体制

1 子どもの自殺危機対応チーム

令和元年10月に設置され、地域の支援者に対して、専門家による助言を目的としたチーム

2 構成

コアチーム	地区チーム
○精神科医 ○心理士 ○精神保健福祉士 ○弁護士 ○自殺対策NPO法人 ○インターネット専門家	各職種2~3人 (自殺対策NPO法人、インターネット専門家メンバーは、 R5以降必要に応じ地区チームに参加)

3 主な支援対象者

未成年者のうち、「自殺未遂歴や自傷行為の経験がある」「自死遺族」「自殺のほのめかしがあり自殺

の可能性が否定できない」者等自殺のリスクが高いケース

「子どもの自殺危機対応チーム」の体制強化

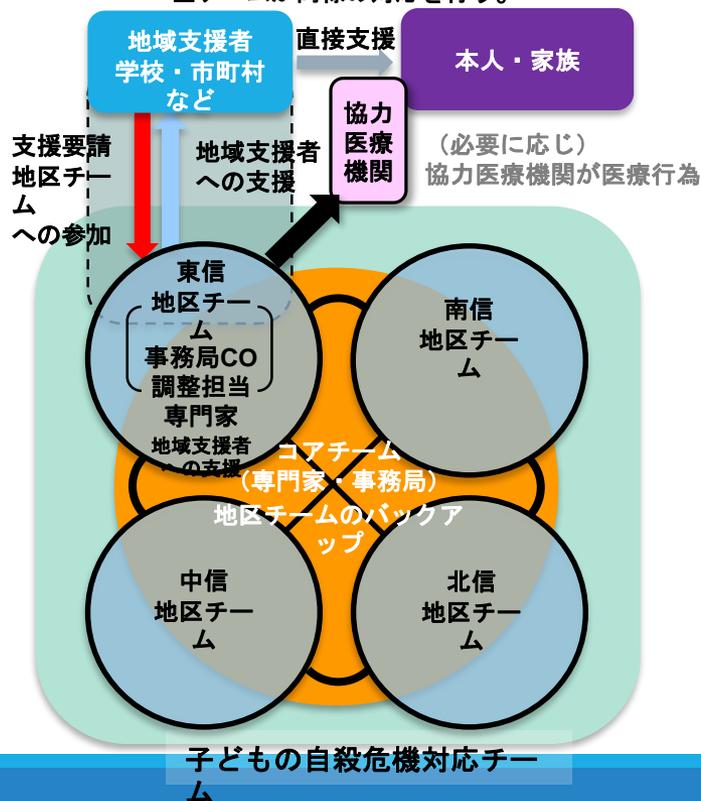
【地区チーム主体体制による支援】

■ チームの役割

- コアチーム：地区チームのバックアップ、事例分析等
- 地区チーム：支援要請ケースへの支援

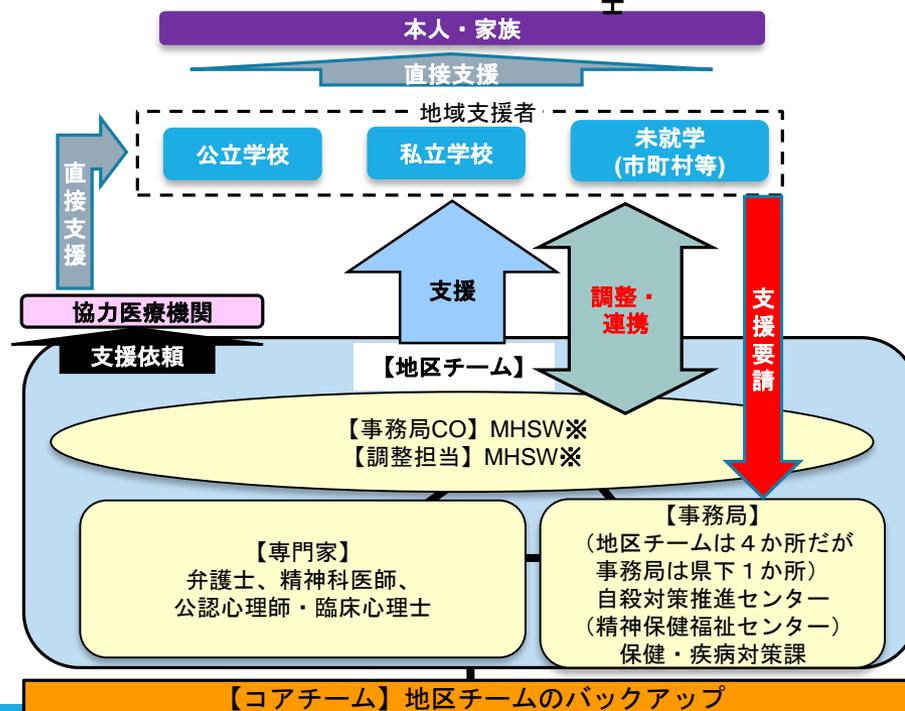
【地区チーム（県内4チーム）主体体制図】

※東信地区チームを例としているが、
全チームが同様の対応を行う。



【地区チーム（4ブロック各1チーム）の体制図】 (R5～)

※MHSW：精神保健福祉士



こころの健康に関する相談窓口

- お住いの市町村の精神保健担当窓口
- 佐久保健福祉事務所健康づくり支援課（0267-63-3164）
- 精神保健福祉センター（026-266-0280）

※依存症（アルコール、ギャンブル、薬物）、ひきこもり等の各種相談も受付けています

- ◆ こころの健康相談統一ダイヤル（0570-064-556）

※平日9時～16時、18時30分～22時30分（受付22時まで）

※“迷ってしまえば”“気づかずに”“知らず知らず”と訴える人が

その他困りごとに応じた相談窓口

こころのまど信州



佐久市作成 相談窓口案内カード

誰にも
話せないことを
話せる
場所がある。



なんとなく心や体が不調なとき
月～金（祝日・年末年始を除く）

8：30～17：15

佐久市役所 健康づくり推進課
☎0267-62-3189（直通）
臼田支所 健康づくり推進係
☎0267-82-3115（直通）
浅科支所 健康づくり推進係
☎0267-58-2089（直通）
望月支所 健康づくり推進係
☎0267-53-3111（代表）

配偶者等からの暴力で
困っているとき

月～金（祝日・年末年始を除く）

8：30～17：15

佐久市役所 福祉課（女性相談員）
☎0267-62-2918

生活・収入・就労等の悩みで
何から解決して良いかわからない
とき

月～金（祝日・年末年始を除く）

9：30～17：00

佐久市生活就労支援センター
“まいさぼ佐久市”
☎0267-88-6511

死んでしまいたいくらいつらい
とき

月～金（祝日除く）8：30～17：15

心のほっとライン・佐久
☎0120-07-5560

毎日 11：00～22：00

長野いのちの電話

（長野）☎026-223-4343

（松本）☎0263-29-1414

<生きる支援の総合検索サイト>
いのちと暮らしの相談ナビ



<http://lifelink-db.org/>

つなぐーさきえる
☎0120-279-338
よりそいホットライン
24時間（年中無休）

<身近な相談窓口一覧>

佐久市 ひとりじゃないよ

検索



佐久市役所 健康づくり推進課
☎0267-62-3189（直通）