

平成31年度我孫子市自殺対策協議会 会議概要

(1) 会議の名称	平成31年度我孫子市自殺対策協議会							
(2) 開催日時	令和元年 7月31日 (木) 午前10時から午前11時まで							
(3) 開催場所	市役所議会棟 第一委員会室							
(4) 出席又は欠席した委員その他会議に出席した者の氏名 (傍聴人を除く) 出：出席 欠：欠席	委 員 (市職員以外)							
	出	簗下 成子	欠	池森 紀夫	欠	水田 勝	出	在国寺 雅司
	出	渡邊 三枝子	欠	鈴木 幸子	欠	玉村 公樹	出	柳瀬 玲子
	欠	水野 和佳子	出	山崎 由佳	出	茅野 尚人		
	事務局出席							
	社会福祉課 (三澤次長、加崎主幹、秋山) 健康づくり支援課 (村田)							
(5) 議題	(1) 我孫子市の自殺統計について (2) 我孫子市自殺対策計画の現状について (3) 自殺対策啓発リーフレットについて							
(6) 公開・非公開の別	公開							
(7) 傍聴人の数 (会議を公開した場合)	傍聴人の数	1人						
(8) 会議の内容 (概要)								
発言者	内 容							
○健康福祉部 次長挨拶								
○新委員自己紹介 (山崎委員 (松戸健康福祉センター)、茅野委員 (我孫子警察署))								
○新事務局自己紹介								
議題 1 我孫子市の自殺統計について								
簗下会長	それでは、議題に入ります。 議題 (1) 「我孫子市の自殺統計」について、事務局より説明をお願いします。							

事務局

まず初めに、自殺対策の現状について、ご説明させていただきます。

自殺につきましては、主要先進7か国の中で日本が一番高く、自殺者数の累計は毎年2万人を超えるなど、非常事態と言える状況にあります。
我孫子市では自殺対策を総合的かつ効率的に推進するために、平成22年に自殺予防対策に関わる関係機関及び団体等で構成する「我孫子市自殺対策協議会」を設置し、市の自殺対策に取り組み始めました。
また、平成28年には自殺対策基本法が改正され、自殺対策が“生きることの包括的な支援”と位置づけられ自殺を防ぐための計画策定が義務付けられ、昨年12月に、委員の皆さまのお力をいただき、「我孫子市のいのちを支え合う自殺対策計画」を策定し今年度からスタートさせています。

自殺の原因は、生活困窮や過労、うつ病などの精神疾患など、様々な社会的要因や病気等が複合して起こることが知られています。
また、その多くが追い込まれた末の死であり、自殺は個人の問題だけではなく、その多くを防ぐことのできる社会的な問題と考えられています。
誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指し、家庭・地域・NPO市民団体・学校・職場・専門機関等様々な分野の人々や組織が連携し、生きることの包括的な支援を推進していくことが必要と考えています。

それでは、まず初めに、自殺の現状を説明させていただきますので、資料3の「平成30年地域における自殺の基礎資料」の1ページ目をご覧ください。

お配りしました資料のデータは、厚生労働省の「自殺の統計：地域における自殺の基礎資料」から抜粋したものになります。

平成30年の全国の自殺者数は20,668人となり、前年から459人減少しています。
千葉県は1,045人と、残念ながら前年より63人増加しています。
本市の自殺者数は17人、前年より3人減少しています。
近隣市では、野田市が9人、柏市が5人減少し、松戸市が15人、流山市が2人増加しています。
自殺死亡率につきましては、全国では16.18、千葉県は16.59となっています。
なお、自殺死亡率とは、人口10万人に対する自殺者数です。
本市は12.84で、前年から2.24減少しています。
前年に続き全国、千葉県より下回ることになりました。
「平成30年の自殺者数の内訳」では、男女ともに、無職の高齢の方が、健康問題や経済・生活問題等により、多くの方が自殺に追い込まれています。

2ページの「地域の自殺の基礎資料」をご覧ください。
こちらは、我孫子市の平成21年から30年までの10年間の自殺者数や自殺死亡率等の累計データをまとめたものとなっています。

3ページをご覧ください。
「原因・動機別」では、「健康問題」としている方が132人と、全体の42.7%を占めています。
健康問題の内訳として参考値となりますが、県から提供のあった平成21年から27年までのデータによりますと、
「健康問題」のうち病気の悩みや影響としている方で「うつ病」の割合は45%、「統合失調症」の割合は8%、身体的病気の悩みが32%となっており、全体の85%が健康問題などの病気の悩みや影響で占めていることがわかります。
また、「家庭問題」としての内訳としては、家族の将来悲観、家族の死亡、その他家族関係の不和が、原因となっています。

続いて、5ページをご覧ください。
 5ページ上の表は、我孫子市、千葉県、全国の自殺死亡率の推移を示したものになります。
 横軸が21年から30年の年数を示しています。我孫子市においては、全国のように、綺麗な減少傾向にはなっておりませんが、21年よりは確実に減少していることがわかります。
 次に下の表は、我孫子市の年代・男女別年齢別のグラフになります。
 自殺者数の累計データは、全体で247人、内訳として、男性が165人、女性が82人となっています。
 また、30代と60代が46人と最も多くなっています。
 男女比では、男性が自殺者総数の約7割（66.8%）を占め、女性の2倍となっています。
 男女別にみると、男性では30代が一番高い32人、60代が31人、50代が29人、40代が22人と、30代から60代が114人と、自殺者総数の約5割（46.2%）となります。
 女性は、70代が一番高く21人、60代から70代が36人で女性の43.9%を占めています。

6ページをご覧ください。
 こちらは、上の表が月別の自殺者数の累計、下の表は曜日別の累計を示したグラフになります。
 上の表をご覧くださいますと、やや多くなっている月というのが1月と3月、次に8月と10月となります。
 また、下の表の曜日別では、「月曜日」が、最も多くなって、次に、金曜日の順となっていて、週の初めと終わりが、多くなっているようです。

続いて、資料4の「地域自殺実態プロファイル」をご覧ください。
 国では、地域の自殺の実態を解明し、地域の特性を考慮した、きめ細かな対策のため、全国の市町村ごとに「地域自殺実態プロファイル」を提供しています。

1ページの中段をご覧ください。
 我孫子市の「地域の自殺の特徴」では、平成25年～平成29年の5年間の自殺者数（自殺日・住居地別による自殺統計）の状況から、本市の主な自殺の特徴として、上位5区分を示しており、自殺者の多い生活状況は、自殺対策での重要なリスク群となります。
 表のうち、「背景にある主な自殺の危機経路」では、生活状況別の自殺に多く見られる全国的な自殺の危機経路が、例示されています。
 このことから、「重点パッケージ」の「高齢者、生活困窮者、勤務・経営」を「重点的な項目」ととらえ、地域特性に対応した施策を推進することとしました。

なお、資料のプロファイルデータのうち一部公表不可の部分がありますので、ご了承ください。
 また、多方面による分析になりますが、詳細につきましては、後程ご確認ください。

蓑下会長	ただ今、事務局より自殺の現状につきまして説明がありましたが、このことでご質問やご意見などございますか。
------	-----------------------------------------------------

蓑下会長	「高齢者、生活困窮者、勤務・経営」とありますが、失業や倒産、経済的問題が考えられるかと思います。また、統計の5ページにあります、年代・男女別年齢別のグラフにて、男性は60代の退職後が一番危ない、女性は70代ということはパートナーを亡くされた後や家族が巣立って行って一人ぼっちになった後が多いかなと予想ができます。30代だと、職に就けなかった方や子育てについて悩んでいる方等の世代なのかなと思いました。
------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

議題2 我孫子市自殺対策計画の現状について

蓑下会長	次に議題（2）「我孫子市自殺対策計画の現状について」、事務局より説明をお願いします。
------	--------------------------------------------

計画につきましては、先ほども冒頭でご説明させていただきましたが、現状の把握と分析をさらに進め、効果的に自殺対策の施策を展開していく必要があることから、本市の自殺対策を推進する計画として、本年度スタートしました。

また、市民の誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現に向けて、生きることの包括的な支援（自殺対策）をみんなで推進し、かけがえのない命を支え合うこととしています。

なお、この計画では、いのちを支え合う施策として、「市民一人ひとりへの周知啓発と心の健康づくり」「適切な相談と支援につなげるネットワークの構築」「命を支える人材の養成」「様々な対象に応じた自殺対策の展開」の4つを掲げています。また、施策にぶら下がる、施策の推進としての「取り組み状況は、9つ」、「主な取り組みは、93事業」となっています。

この計画は、今年度スタートしたばかりですので、事業や計画の評価としては、出ていませんが、その中から、いくつかを抜粋して説明いたします。

それでは、資料5の我孫子市自殺対策計画進行管理表に基づいて説明します。こちらは、昨年12月に策定しました「我孫子市いのちを支え合う自殺対策計画」の主な取組を所管課から「昨年度の実績」と「今年度の実施予定」について調査し、まとめたものになります。

1つ目の議題の際使用した地域自殺実態プロファイルにて、高齢者、生活困窮者、勤務・経営を重点項目とさせていただいておりますので、その部分をピックアップし、説明させていただきます。

高齢者に関しまして、進行管理表5ページ下段に記載のある「地域における高齢者の参加の場への延べ参加者数」を指標として、高齢者への引きこもり等の対策としています。平成30年度は平成29年度より参加者数が減ってきていますが引き続き、高齢者に対する支援を地域ぐるみで行っていきます。

生活困窮者に関しましては、6ページ一番上に記載のある「生活困窮者自立支援制度に伴う支援プラン実施件数」を指標としています。平成29年度から生活相談件数は2,000件前後で推移しています。その中で平成30年度は27件の支援プランを実施しました。今後も適切な支援をしてまいります。

勤務・経営に関しましては、6ページ中段に記載のある「勤務問題に関する相談を受け、相談者に対して適切な情報提供や助言した延べ件数」を指標としています。社会福祉課、企業立地推進課両課で事業を行っています。平成30年度では平成29年度より30件多い4,618件の相談を受け、対応しました。今後も引き続き相談者に寄り添い支援をしてまいります。

また、我孫子市いのちを支え合う自殺対策計画のサブタイトルにもあります、「ゲートキーパー」についても説明させていただきます。

ゲートキーパーに関しましては4ページ中段に記載のある①ゲートキーパーの役割を知っていた人の割合と②ゲートキーパー研修会の延べ参加者数を指標としています。①に関しましては今年度から調査する予定です。先日、ゲートキーパー研修を開催しましたので後程説明します。

②に関しましては昨年度は講師を招き千葉県ヤクルト販売（株）の販売員へ2回研修会を開催し、参加者数は36人でした。

今年度は4回研修会を開催予定です。今の段階では350人程度の参加が見込まれます。来年度以降参加者数を更に拡大するよう努めてまいります。

	<p>また、先日、我孫子市職員を対象としたゲートキーパー研修を開催しました。</p> <p>受講者数は58名となりました。</p> <p>アンケート集計の結果、ゲートキーパーを知らなかった方の割合が約60%でした。市の職員として、認識している職員が非常に少なかったのも、より一層周知をするともに、市民に対しての啓発に力をそそいでいきたいと考えています。</p> <p>自殺対策が自分自身に関わると思っている方は約90%と職員の多くは自殺対策に関わるとの認識でした。</p> <p>また、今まで自殺に関する相談を受けたことがあり、相談を受ける中で困ったことがあるかとの質問の中で回答が多かったものが「どう答えていいかわからなかった」や「専門機関が分からなかった」でした。</p> <p>今後ゲートキーパー研修を行う際に、ゲートキーパーの「声かけ」や「つなぐ」の内容も重点的に組み込んでいこうと思います。</p> <p>そして、様々な分野の人々や組織が密接に連携し、誰も自殺に追い込まれることのない、みんながゲートキーパーのまち「我孫子」を目指し、かけがえのない命を支え合います。</p>
蓑下会長	ただ今、事務局より自殺の現状につきまして説明がありましたが、このことでご質問やご意見などございますか。
蓑下会長	<p>自殺の統計について、重点パッケージに基づいて施策を行うのは素晴らしいと思います。議題1の際にグラフから読み取った「パートナーがいなくなった女性」と「退職された男性」の自殺率が高く、特に我孫子市では「退職された男性」の死亡率が高いので、今後施策を考えていくときには「退職される男性」に向けるのはいいんじゃないかと考えています。社会参加出来るような、まだ気力のある男性の方が退職され、家族のなかでの役割がなく、自殺に繋がることもあるのではないかと考えられます。我孫子市内の企業の退職前の方を対象にゲートキーパー研修を開催する等があげられます。そのような方は有能な方が多いため、本人に向けての自殺の講演ではなく、ゲートキーパーになっていただき周囲の方を守りつつ、自分のセルフケアにもなるのではないかと思います。</p>
議題2 自殺対策啓発リーフレットについて	
蓑下会長	次に議題(3)「自殺対策啓発リーフレットについて」、事務局より説明をお願いします。
事務局	<p>計画に位置付けられています、自殺対策の啓発リーフレットについてになりますが、9月の「自殺予防週間」に合わせて、今年度は、3種類の自殺対策啓発リーフレットの作成を考えています。</p> <p>資料6から8をご覧ください。</p> <p>また、このリーフレットの配布先につきましては、行政窓口、大学、薬局、研修会等に、配布していく予定となっています。</p> <p>1つ目は、資料6の「あなたの周りにこのような人はいませんか？」です。対象者は、悩んでいる方の周りの人になります。</p> <p>内容は、ゲートキーパーの役割や我孫子市の自殺者の現状、我孫子市での自殺対策の取組等を記載しています。</p> <p>自殺で亡くなった方の多くは周りに何らかのサインを送ってるようです。亡くなった後にサインに気づくというケースが多いようです。また、変化に気づいたものの、どう接すればいいかわからないとの声も多くあります。このことからサインの気づき方、気づいた後の声の掛け方などを多くの方に知ってもらえるよう作成しました。</p> <p>先日、庁内で話し合った際にリーフレット内の情報が多いのではないかとの意見がありました。</p> <p>「ゲートキーパーの役割、我孫子市の自殺の現状、我孫子市での自殺対策の取組」ではなくゲートキーパーについての啓発するのであればゲートキーパーについての情報のみを記載したほうがいいのではないかとの意見がありました。委員の皆様の見聞も頂きたいと思っております。</p>

	<p>2つ目は、資料7の「相談窓口カード」です。 対象者は、悩んでいる方のなかでも学生など若者向けになります。</p> <p>こちらは、お手洗いや窓口わきに置けるよう名刺サイズのカードです。 また、市内大学等に設置し、若者へのPRを中心に考えています。 内容としては、厚生労働省のホームページにSNS相談を行っている団体一覧のページが表示してありますので、そのURLをQRコードに変換し携帯電話やスマートフォンで読み込むだけで相談が出来る、というカードになります。</p> <p>平成30年度の自殺対策SNS相談事業の相談件数は約2万3千件との発表がありました。 相談者の44%が未成年、41%が20代とのことでした。 このことから、SNSを活用することで悩みを解決し、自殺を未然に防ぐことができると考え、今年度新たに作成しました。</p> <p>カード裏面には川村学園女子大学心理相談センターの案内と、相談場所が分からなくなった時の問い合わせ先として我孫子市社会福祉課の案内を記載しています。 こちらに関しましても先日、庁内で話し合った際に、裏面もSNS相談のように気軽に相談できるもののほうがいいのではないかと意見がありました。 そのことから、警察庁のホームページに掲載されている「ぴったり相談窓口」の掲載を検討しています。 「ぴったり相談窓口」とは、犬のキャラクターが相談者の悩みの内容を誘導し、相談者の悩みにあった相談機関を提示する。というものになります。 こちらですと、どこに相談すればいいかわからないという悩みが解消できます。</p> <p>3つ目は、資料8の「困った時の相談窓口一覧」です。 こちらは毎年作成しているもので、内容を最新のものに更新し、三つ折りにして配布の予定です。表面にはゲートキーパーの役割、裏面には各種相談窓口一覧を記載しています。</p> <p>以上3種類の啓発リーフレットとなりますが、内容等につきまして、ご確認いただき、ご意見等がありましたら、よろしくお願いたします。</p>
<p>蓑下会長</p>	<p>ただ今、事務局より自殺対策啓発リーフレットにつきまして説明がりましたが、このことでご質問やご意見などございますか。また、全体をとおしてご質問やご意見などございますか。</p>
<p>柳瀬委員</p>	<p>60歳以上の男性の自殺者が多いとのことですが、60歳といっても再雇用等でまだ仕事をされている方が多いと思います。その中で追い込まれていくのは「失業」や「身体的な」や「今後のために」等何らかの理由で仕事を辞め、自分が今まで持っていたものが崩れていってしまい、そんな時に「自分の居場所がない」や「疲れてしまう」等で追い込まれていくんだなと思いました。ですので、失業された方の居場所ややりがいに繋がる、地域のために役立つ仕事があればいいのかなと思います。</p> <p>また、生活困窮者について、生活に追われている方や困っている方に手を差し伸べられる地域でありたいと思います。SOSの出す方法が困っている方々にどれだけ繋がることができるのかが一番の問題ではないかと思います。SNSを使っただけの相談は若者にはとてもいいと思いますが、ご高齢の方は使い方が分からないと思うので、その方にあった方法がいいと思います。本当に困っている人引きこもり等からはなかなか発信できませんのでそういう方を地域の力で見つけ出していけたらいいなと思います。</p>
<p>山崎委員</p>	<p>松戸健康福祉センターでもDV相談、精神相談、思春期相談等の相談を受けています。自殺に特化した相談ではないのですが、関連した相談を受けています。千葉県で作成した「あなたの心元気ですか？」という冊子を配布しています。これは、うつ病などの精神疾患に対する理解を促すことや相談機関を案内することを目的に配布しています。また、内閣府が作成している「誰でもゲートキーパー手帳」も窓口を設置や研修会で配布しています。我孫子市の取組を聞いて特にゲートキーパー手帳については看護師や保健師、学校の先生等の支援者に意図的に配布することが必要なんだと思いましたので今後も継続していきたいと思いました。</p>

茅野委員	警察には毎日様々な相談が寄せられます。そのうちのほとんどは自殺に直接繋がるものではないのですが、中には生活困窮や社会的孤立等の相談から今後うつ病や自殺に追い込まれてしまうのではないかとという相談を受けることもあります。相談を受けていつも思うのは相談窓口の存在を知らないやどこに相談すればいいか分からないという方が多いです。市の取組である啓発活動を引き続き行って頂き、警察でも協力できることがあれば行っていきたいと思います。
在国寺委員	自殺死亡率が全国に比べ我孫子市は低くなっている現状の中でどういう施策をやるのかは非常に難しいと感じました。特定の年代層が多いのは一つのポイントだと思います。事務局からあったリーフレットの情報量が多いという話がありましたが、対象をどうするかということだと思います。60代や30代に力を入れることや、もう一つは早期対応が大事だと思います。辛い状況に陥ったら相談することも難しいのでそうなる前に何かができるというアクションを起こすことが必要だと思います。SNSは手軽でいいと思うがSNSが分からない世代にとっては難しいので世代にあったわかりやすい方法があればいいなと思います。
蓑下会長	例えば宝くじの高額当選者は別室に案内され、計画的に生活しようというヒアリングを受けるので、退職者向けにカウンセリングをするというシステムがあれば、退職後の自殺者を未然に防ぐことが出来るのではないかと思います。
在国寺委員	私の会社では入社2年目に人事担当者や産業保健スタッフとの面談を行っていました。多くは問題ありませんが、一部問題を抱えている者もあり、面談はそうした問題を抱える者への早期対応に有効でした。
蓑下会長	企業に繋がっている退職時が一番やりやすいとは思いますが、問題なのは退職して1～2年経った方が危ないと思います。
渡邊委員	近所に死にたいと言っていた方がいましたので私が話を聞いていました。話を聞いていく中で聞いている方がノイローゼになるのではないかと思います。
蓑下会長	ゲートキーパーのノイローゼについても考えていくべきだと思います。ゲートキーパーもセルフケアが必要なので、ゲートキーパーが周知されたらゲートキーパーのケアについても考えていくべきだと思います。
蓑下会長	また、パンフレットについて事務局から質問が来ています。事務局が問題としている情報量の件について、情報が専門家用になっているのではないかなと思います。自殺のデータ等は支援者や当事者等には少し怖いという印象を受ける可能性があるかと思えますので、出来たら自殺のデータなどのところをもう少し親しみやすい方がいいかなと思います。
在国寺委員	自殺のデータなどは結果なので、これから何か必要だと感じている人に対してはデータ量が多く、誤解を招くのではないかと思います。
茅野委員	上位自殺者数の所について、同じ状況の方が見て安心されたら困るなと思います。
蓑下会長	安心することもあれば、引込まれてしまう両面あります。データに関してはわかりやすいとは思いますが。上位自殺者数を残したいのであれば、3位までに絞って事例形式にするのはいかがでしょうか。
柳瀬委員	誰の目に触れても良いような安心できるパンフレットにしたいですね。自分と同じ状況が書いてあり、自分に置き換えてしまわないようにしたいです。人は悪い時には悪い方向でしか考えられないので、悪い情報が入ってくると辛くなってしまいます。ゲートキーパーの様な存在の人がいて、話を聞く場所があるんですよ等安心感が与えられるパンフレットになったらいいなと思います。
山崎委員	内閣府のゲートキーパー手帳とは別に作成するのであれば、我孫子市の自殺の傾向を対策に活かすという意味で、我孫子市のデータや特色を入れていかないともったいないように思います。

茅野委員	初め我孫子市のデータはいるのかなと思ったのですが、知識として知っていただくのはいいのかなと思います。また、不特定多数の方に配布するのであればゲートキーパーのやり方などが書いてあればわかりやすいのかなと思います。
蓑下会長	他に意見はございますでしょうか。 では最後に、事務局から何か連絡事項はありますか。
事務局	本日は貴重なご意見を頂きましてありがとうございます。 昨年度、皆様にご協力を頂いてこの4月から計画がスタートされています。この計画に基づいて今年度は市民一人ひとりに対して周知、啓発に力を入れていきたいと思えます。また、皆様のいらっしゃる機関と連携強化にも力を入れていきたいと思えます。今後、ゲートキーパー研修についても機会があればご協力いただければなと思えますので、その時はご相談させていただきます。 本日は、会議にご出席いただきまして、ありがとうございます。事務局からは以上でございます。
蓑下会長	それでは、これを持ちまして、平成31年度第1回我孫子市自殺対策協議会を閉会いたします。本日はお忙しい中ありがとうございます。
以上	