

# 平成25年度 自殺総合対策事業実施状況

## 自殺対策の基盤整備

### ■自殺総合対策東京会議

～多様な主体の連携による社会的取組の推進基盤～

#### ○東京会議

平成25年11月14日実施

「東京における自殺総合対策の基本的な取組方針」の改正等

- 各分科会：社会全体で自殺対策を推進するための具体的方策を検討  
平成25年度はこれまでの3分科会から2分科会に再構築を図り、若年層対策やハイリスク者対策の支援を検討する。

### ■若年層自殺実態把握調査

- ・実施時期：平成25年9月～平成26年3月
- ・内容：30歳代までの若年層の自殺既遂者の遺族、関係者等を対象として、若年層の自殺の実態を把握する調査を行う。  
※特定非営利活動法人ライフリンクに委託して実施



平成24年9月17日 講演会の様子

## 事前予防(一次予防)

### ■「自殺防止！東京キャンペーンの実施」

自殺対策強化月間（9月、3月）

区市町村、保健所、民間団体と連携（取組事業の広報など）して実施

#### ○9月実施結果

##### ①電話相談 相談時間を延長するなどして実施

- ・ ところの悩み相談

相談件数：552件

（東京都自殺相談ダイヤル 358件、東京自殺防止センター 194件）

- ・ 自死遺族相談

相談件数：31件

（全国自死遺族総合支援センター：7件、グリーフケア・サポートプラザ：24件）

##### ②講演会

- ・ 平成25年9月17日 都民ホール

- ・ テーマ「自殺とアルコール依存の関係について」

#### ○特別相談の周知

電話相談のチラシ入りポケットティッシュの配布（JR新宿駅南口）

#### ○3月（予定）

##### ①電話相談

##### ②特別相談の周知

電話相談と対面相談会のチラシ入り  
ポケットティッシュの配布

##### ③東京都自殺相談ダイヤルの周知

私鉄各線での車中や生垣山



## 危機対応(二次予防)

### ■ゲートキーパー養成事業

#### ○ゲートキーパー養成研修(レベルアップ研修)

- ・実施日及び内容等
  - ①7月31日 認知行動療法の手法を取り入れた研修
  - ②8月14日 未遂を繰り返す人への対応(依存症、人格障害などがあり困難性が高い方への対応)、自殺につながりやすい高齢者の特性について
  - ③9月30日 未遂を繰り返す人への対応(うつ病など見過ごされやすい方への対応)、若年層の自殺について
  - ④10月9日 希死念慮の高い方への接し方(講義、グループワーク)
  - ⑤10月23日 自死遺族・遺児支援(講義、グループワーク)
- ・講師：各分野を専門とする、精神科医、大学教授、民間団体等
- ・受講対象者：区市町村及び「こころといのちの相談・支援 東京ネットワーク」関係機関で相談業務等に関わるスタッフのうち、東京都及び区市町村主催のゲートキーパー養成研修を受講したことがある者
- ・受講者数：延べ283人

#### ○職域ゲートキーパー養成研修(職場のメンタルヘルス対策セミナー)

- ・実施日 平成25年11月25日(月)
- ・内容：自殺対策の視点を踏まえて うつと復職支援  
 講師：東京都立中部総合精神保健センター副所長 井上 悟氏  
 職場のメンタルヘルス対策について  
 講師：日本産業カウンセラー協会東京支部 山田るり氏
- ・受講対象者：中小企業の人事管理担当者、健康管理担当者等

### ■うつ診療充実強化研修

- ・平成25年4月～平成26年3月
- ・都医師会に委託して実施(地区医師会単位等で研修会を開催)
- ・内容：自殺予防に関する知識、適切なうつ診療の知識と技術、精神科医師との連携方法、家族から悩みを聴く姿勢等  
 講師：精神科医師

### ■こころといのちの相談・支援 東京ネットワーク

- ・自殺対策に係る関係機関により構成されたネットワーク
- ・リーフレット「こころといのちの相談・支援 東京ネットワーク 相談窓口一覧」にネットワーク機関を掲載し、区市町村やネットワークの各窓口にて配布
- ・ネットワーク会議の開催  
 自殺対策に係る情報交換・共有  
 ①第1回 平成25年9月17日 「自殺防止！東京キャンペーンの実施」講演会と同時開催  
 内容 ・東京都からの報告事項  
 ・情報交換会

### ■東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン～

- ・自殺専門の電話相談  
 平成22年4月開始 14時から22時まで  
 平成23年4月から 14時から翌朝6時まで(受付は5時半まで)  
 年中無休
- ・概要：専門資格と臨床経験がある専門性の高い相談員が、相談者の抱える自殺念慮の背景となる問題を傾聴しながら整理し、必要に応じて各種相談機関による支援に繋げる。
- ・対象：自殺念慮者
- ・相談件数：22年度 4,747件、23年度 12,562件、24年度 15,999件  
 〈参考〉相談状況(平成24年度) 15,999件
  - ・全体のうち30歳代26.8%、40歳代36.0%、50歳代16.9%、20歳代11.3%
  - ・希死念慮あり 1件中7,552件 41.6%  
 7,552件の緊急性の状況
    - ・既に自殺を実行したもの 109件 1.4%
    - ・自傷他害行為をすぐに実行しようとしているもの 92件 1.2%
    - ・自傷他害の計画が明白で、近いうちに実行に移す可能性が高いもの 405件 5.4%
  - ・他機関との連携 15,683件中1,513件(紹介先 1,319件)  
 保健所、医療機関、女性相談、消費生活相談、就労・労働、警察・消防 等

抑うつ・パニック発作など 1,958件  
 希死念慮・自殺企図 1,645件



普及啓発用チラシ入りポケットティッシュ

## ■若年層対象対面相談会

悩みを抱えた若年層が自殺に追い込まれないよう、就労・法律・心理等各専門相談をワンストップで行う対面型の相談会

- ・平成25年12月12日 渋谷 AP渋谷C会議室 相談件数：26件
- ・平成25年12月19日 アレアホール（立川） 相談件数：18件
- ・平成26年 1月22日 新宿スバルビル会議室 相談件数：40件

## 事後対応(三次予防)

### ■自殺未遂者支援研修

- ・実施日：平成26年2月13日、3月13日（同じ内容を2回実施）
- ・内容：東京都の自殺対策の取組  
自殺未遂者対策はなぜ必要か  
グループ討議「来院した自殺未遂者へのケアQ&A - 実践編 -」
- ・講師：精神科医師、臨床心理士、精神保健福祉士、保健師、事務職
- ・受講対象者：二次救急医療機関のスタッフ
- ・参加者：72人（1回目29人、2回目43人）

### ■遺族の集いの開催

- ・都西多摩保健所主催 「わかちあいの会」
- ・開催日時：奇数月第4土曜日

### ■自死遺族の集い運営研修

- ・実施日：平成25年8月26日・9月2日
- ・主な内容：自殺・自死をどうとらえるか  
喪失悲嘆について学ぶ  
自死遺族の集いの運営とシミュレーション  
法的な対応について  
支援者のセルフケア 他
- ・講師：自死族支援に関わる団体の代表者、相談援助を専門とする大学講師、自死遺族、弁護士など
- ・受講対象者：自死遺族の集いの運営に携わろうとする者
- ・受講者数：延55人（1回目29人、2回目26人）

### ■遺族への情報提供

- ・リーフレット「大切な人を突然亡くされた方へ ～あなたはひとりではありません～」の配布
- ・提供情報：こころの悩み相談窓口、医療機関の情報、遺族の集い、悲しみの中でも必要な手続き、生活相談窓口
- ・配布場所：監察医務院、保健所、区市町村など

## 地域自殺対策緊急強化補助事業(平成21年度～25年度)

- ・区市町村の施策や民間団体の活動等の支援により、地域の自殺対策力を強化
- ・東京都地域自殺対策緊急強化基金条例
- ・事業区分  
①対面型相談支援事業 ②電話相談支援事業 ③人材養成事業 ④普及啓発事業 ⑤強化モデル事業
- ・補助率：10/10

## 区市町村連絡会

国や都の自殺総合対策の進行状況等を周知、基金事業の活用など、区市町村における自殺対策への取組を促進、自殺対策に取り組む必要性等についての理解を促進、都と区市町村の連携強化

- ・対象：区市町村自殺対策主管課長・係長・担当者等  
都保健所及び精神保健福祉センター担当者
- ・実施日  
①第1回 平成25年7月3日  
内容  
・東京都からの連絡事項  
・講演「就職活動生の自殺実態把握調査」  
（講師：特定非営利活動法人自殺対策支援センターライフリンク 清水康之氏）  
・区市町村における自殺対策の取組報告・事例紹介  
・都保健所における自殺対策の取組報告

## 東京都多重債務問題対策協議会との連携

- ・9月、3月実施の「自殺対策！東京キャンペーン」における電話相談（特別



内閣府自殺対策キャラクター